DOĞAN CÜCELOĞLU

KENDİNİ KEŞFETMEYE ZORLUKLARLA BAŞA ÇIKMAYA

Var mısın?

GÜÇLÜ BİR YAŞAM İÇİN ÖNERİLER

SÖYLEŞİ:
DENİZ BAYRAMOĞLU

Kronik

GÜÇLÜ BİR YAŞAM İÇİN DOĞAN CÜCELOĞLU'NDAN TAVSİYELER...

"Gençliğimde gergin, stresli, mutsuz günlerim çok oldu. Kendimi suçlu hissettiğim, değersiz gördüğüm dönemler yaşadım. Şimdi hayatım anlamlı, coşkulu ve şükür duygusuyla dopdolu... Neden? İçinde yaşadığım koşulların iyileşmesinden mi? Geliştirdiğim farkındalıkların sonucu mu?"

DOĞAN CÜCELOĞLU

Doğan Cüceloğlu, yalnızca psikoloji kariyeriyle değil, insan hayatına dokunan ve insana dair her hikâyeden şifa çıkarabilen bilgeliğiyle bu coğrafyanın en önemli ilim insanlarından biri. Seksen yılı aşkın ömrünün bir birikimi olarak, şimdi herkesin merak ettiği "hayati" sorulara en samimi cevaplarını sunuyor. Herkes gibi aslında o da hâlâ savaşıyor, keşfediyor, hayata değer katıyor.

- HAYATIN ANLAMI NEDİR?
- İNSAN KENDİNİ NASIL GELİŞTİRİR?
- UMUTSUZLUK NASIL AŞILIR?
- İÇİMİZDEKİ ÖZ NASIL ORTAYA ÇIKAR?
- ÇEVREMİZ BİZİ NASIL ETKİLER?
- KİME AKIL DANIŞILIR?
- YAŞAM NELERİ ÖDÜLLENDİRİR?
- ZİHİN NASIL İŞLER?
- "BİZ" OLMAK İÇİN NELER YAPILMALIDIR?

Ömür yolculuğunda neyin önemli olduğunu anlamak, keşif ve merak duygularına sahip çıkmak bir hayatı "kıymetli" kılmak için en önemli meziyetler arasında. Elinizdeki rehber niteliğindeki kitap, yaşamı boyunca bu meziyetlerin peşine düşmüş ve her ânına onları ilmek ilmek işlemiş Doğan Cüceloğlu'nun, Deniz Bayramoğlu ile sohbetlerinden oluşuyor ve herkese şu soruyu soruyor: "Zorluklarla başa çıkmaya, içindeki gücü keşfetmeye VAR MISIN?"

Kronik
₺35,00
KDV'den muaftır
kronikkitap.com kronikkitap
ISBN: 978-605-7635-83-9
9 786057 635839


Kronik

VAR MISIN?
Güçlü Bir Yaşam İçin Öneriler

—

DOĞAN CÜCELOĞLU

KRONİK KİTAP: 182
Kişisel Gelişim Dizisi: 2

YAYIN YÖNETMENİ
Adem Koçal

SÖYLEŞİ
Deniz Bayramoğlu

PROJE EDİTÖRÜ
Yenal Bilgici

EDİTÖR
Tuğçe İnceoğlu

DÜZELTİ
Ayşe Koçal

KAPAK TASARIMI
Kutan Ural

MİZANPAJ
Kronik Kitap

1. Baskı, Ocak 2021, İstanbul

ISBN
978-605-7635-83-9

KRONİK KİTAP
Şakayıklı Sk. No:8, Levent
İstanbul - 34330 - Türkiye
Telefon: (0212) 243 13 23
Faks: (0212) 243 13 28
kronik@kronikkitap.com

Kültür Bakanlığı Yayıncılık Sertifika No: 49068

www.kronikkitap.com
kronikkitap

BASKI VE CİLT
Optimum Basım
Tevfikbey Mah. Dr. Ali Demir Cad. No: 51/1
34295 K. Çekmece / İstanbul
Telefon: (0212) 463 71 25
Matbaa Sertifika No: 41707

YAYIN HAKLARI
Bu kitabın tüm yayın hakları saklıdır.
Tanıtım amacıyla, kaynak göstermek şartıyla yapılacak kısa alıntılar dışında yayınevinden izin alınmadan çoğaltılamaz, yayımlanamaz ve dağıtılamaz.

DOĞAN CÜCELOĞLU

KENDİNİ KEŞFETMEYE ZORLUKLARLA BAŞA ÇIKMAYA

Var mısın?

GÜÇLÜ BİR YAŞAM İÇİN ÖNERİLER

SÖYLEŞİ:
DENİZ BAYRAMOĞLU

Kronik

DOĞAN CÜCELOĞLU

On bir çocuklu bir ailenin, on birinci çocuğu olarak Silifke'de dünyaya geldi. On yaşındayken annesini kaybeden Cüceloğlu, ortaokulu Silifke'de bitirdikten sonra, subay ağabeylerinin desteğiyle, önce Ankara Atatürk Lisesi'nde ve ardından Kırklareli Lisesi'nde lise öğrenimini tamamladı. Ankara Atatürk Lisesi'ndeki edebiyat öğretmeni Cahit Okurer'in teşvikiyle mühendislikten vazgeçip bilime yöneldi ve psikoloji okumaya karar verdi. İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden mezun olduktan sonra ABD'de, Illinois Üniversitesi'nde Bilişsel Psikoloji (algılama, düşünme, iletişim) alanında doktorasını yaptı. Türkiye'ye döndükten sonra İstanbul, Hacettepe ve Boğaziçi üniversitelerinde öğretim üyeliği görevlerinde bulunan Cüceloğlu, Fulbright Bursu'yla Berkeley'deki Kaliforniya Üniversitesi'nde ziyaretçi öğretim üyesi olarak bir yıl boyunca çalışmalarda bulundu. Daha sonra 1980-1996 arasında Kaliforniya Eyalet Üniversitesi, Fullerton'da görev yapan Cüceloğlu'nun Türkçe ve İngilizce dillerinde kırkı aşkın bilimsel makalesi yayımlanmıştır. 1996 yılından bu yana Türkiye'de üniversite öğrencilerine, öğretmenlere, anne babalara ve yöneticilere yönelik çok sayıda seminer, konferans ve atölye çalışmaları yapmıştır. Otuz yıla yakın bir süredir kitaplarını Türkçe olarak yayımlamaya özen gösteren Cüceloğlu, Türk insanının düşünce, duygu ve davranışlarını bilimsel psikoloji kavramları içinde inceleyen kitaplar yazmaya devam etmektedir.

DENİZ BAYRAMOĞLU

1975'in Aralık ayında karlı bir kış sabahı Malatya'nın Pütürge ilçesinde dünyaya geldi. Üç yaşında baba memleketi olan Rize'ye taşındı. Çocukluğu ve ilk gençliği Rize'nin Pazar ilçesinde geçti. Rize Anadolu Lisesi'nin ardından 1993'te üniversite tahsili için İstanbul'a yerleşti. Önce Çevre Mühendisliği'ni bitirdi, ardından farklı üniversitelerde Tarih ve Sosyoloji okudu. Ama her ikisini de tamamlamadan bıraktı.

Bayramoğlu çalışma hayatı boyunca garson, komi, resepsiyon görevlisi, bar müzisyeni, kitap pazarlama elemanı, otel fotoğrafçısı gibi farklı alanlarda ve sektörlerde çalıştı. 1996 yılında gazeteciliğe, 2000'de televizyon gazeteciliğine adım attı. Gazetecilik hayatı boyunca yurt içi ve yurt dışında onlarca röportaj haber ve dizi habere imza attı. Dünyanın ve Türkiye'nin önde gelen devlet adamları, bürokratları, sanatçıları, yazarları, düşünürleri ile söyleşiler gerçekleştirdi. Televizyonda bilim, kültür, tarih ve sanat programları hazırlayıp sundu. Meslek hayatı boyunca farklı kurum ve kuruluşlardan onlarca ödül aldı. Prof. Uğur Batı ile *Üzgün İnsandan Özgür İnsana* isimli bir deneme kitabı yayımlandı.

Bayramoğlu, 2020 Mayıs ayından bu yana Kanal D ana haber bültenini sunuyor. Evli ve bir kız çocuk babası olan Deniz Bayramoğlu, karısı Ece Üner, kızı Güneş Bayramoğlu ve kedisi Daksi ile halen İstanbul'da yaşıyor.

Torunlarım
Sibel ve Ayla'ya,
Sevgimle.

İÇİNDEKİLER

Önsöz 11
Sunuş 13

Birinci Bölüm
HAYATIN ANLAMI NEDİR? 19

İkinci Bölüm
İNSAN KENDİNİ NASIL GELİŞTİRİR? 37

Üçüncü Bölüm
UMUTSUZLUĞU NASIL AŞARIZ? 51

Dördüncü Bölüm
İÇİMİZDEKİ "ÖZ"Ü NASIL BULURUZ? 75

Beşinci Bölüm
ÇEVREMİZ BİZİ NASIL ETKİLER? 91

Altıncı Bölüm
KİME AKIL DANIŞILIR? 105

Yedinci Bölüm
YAŞAM NELERİ ÖDÜLLENDİRİR? 125

Sekizinci Bölüm
NASIL EŞ SEÇİLİR? 145

Dokuzuncu Bölüm
ZİHNİMİZ NASIL İŞLER? 169

Onuncu Bölüm
NASIL MESLEK SEÇİLİR? 195

On Birinci Bölüm
NASIL BİZ OLURUZ? 225

On İkinci Bölüm
TOPLUM NASIL DÖNÜŞÜR? 249

On Üçüncü Bölüm
NASIL OKUMALI, GEZMELİ VE NE DİNLEMELİYİZ? 267

On Dördüncü Bölüm
NELERİ OKUMALI, DİNLEMELİ VE SEYRETMELİYİZ? 285

İndeks 313

ÖNSÖZ

Gençliğimde gergin, stresli, mutsuz günlerim çok oldu. Eş olarak, baba olarak kendimi suçlu hissettiğim, değersiz gördüğüm dönemler yaşadım. Şimdi hayatım anlamlı, coşkulu ve şükür duygusuyla dopdolu... Neden? İçinde yaşadığım koşulların iyileşmesinden mi? Geliştirdiğim farkındalıkların sonucu mu?

Bazı şeylerin daha önemli olduğunu anlamaya başladım. Bir gencin gönlünün muradını keşfetmesinin kıymetini mutlaka işitmişimdir ama bende o sözü duyacak kulak yoktu. Etrafımda nasihat edenler vardı ama asıl ihtiyacımın sohbet edebileceğim bir mentor olduğunun farkında değildim. Ne hayatımı şimdi ve burada yaşadığımın farkındaydım ne de şimdi ve buranın anlamlı olabilmesi için büyük resmimi, gönlümün muradını keşfetmem gerektiğinin.

İçinde büyüdüğüm ortamda başarımın diğerleriyle kıyaslanarak belirlendiğini öğrenmiştim. Başarının sonuçta değil, süreçte yaşandığını anlayıncaya kadar uzun süre acı çektim. Başkalarının, özellikle "büyüklerin" gözünde beğenilmenin, takdir edilmenin önemli olduğunu düşünürdüm. Herkes beni takdir ederken neden içimi boş ve hayatımı anlamsız

bulduğuma bir türlü akıl erdiremezdim. Yalnızlığımın çevremde konuşacak arkadaşım olup olmamasıyla ilgili olduğunu sanırdım; çevremde bir sürü insan varken iliklerime kadar yalnız hissettiğimi görünceye dek. Hayatımda kendim olarak var olmam gerektiğini anlamak acı günlerin sonunda keşfettiğim değerli bir kazanım oldu.

İşte bu serüvenden çıkardıklarımı paylaştığım elinizdeki kitap, Deniz Bayramoğlu ile sohbetlerimizden oluştu. Nelerden bahsettik? Birey olmak, ekip olmak, sorumluluk almak ve yaşamın anlamını inşa etmek üzerine konuştuk. Doğarken getirdiğimiz potansiyelin farkına varıp onu geliştirmenin üzerinde durduk. Zor günleri, umutsuzluğu nasıl aşarız konusunu ele aldık. Hayatı dinlemenin, hayattaki gizil ahengin farkına varmanın önemini dile getirdik. Kötü olmayan insanların neden bazen kötü şeyler yaptığını ele aldık. Hayatımızda mentorların meslek seçmemizde, evliliğimizde ahengi kurmamızda etkisini gözlemledik. Zorlukları bilinçli ve güçlü bir şekilde, azimle karşılayarak her koşulda ayağa kalkabilmenin temellerini gözden geçirdik. Evlilikte, işyerinde, toplumda "ben bilinci" baskın bir yaşam ile "biz bilinci" baskın bir yaşamın ne gibi sonuçlar doğurabileceği üzerine konuştuk.

Kitapta, seksen yılda kazandığım farkındalıkları gözden geçirdik. Gönlümden geçen; yaşamın önemli boyutlarına ilişkin sorular soran ve -tıpkı benim de bir zamanlar ihtiyaç duyduğum gibi- bu konularda bir mentorla sohbet eksikliği çeken okuyucunun, bu kitapla aradığı sohbete ulaşmış hissetmesi. "İnsan doğduk, olabileceğimiz en iyi insan olmayı istemek ve bu yolda emek vermek gerek," diye düşünenler, umuyorum ki sohbetimizi anlamlı ve yararlı bulacaklardır.

TEŞEKKÜR

Deniz Bayramoğlu benimle sohbet etmeyi kabul etti ve çok emek verdi; ilk teşekkürüm ona.

Eşim Yıldız ve kızımız Umay, asistanlarım Emre Pekçetinkaya ve Gizem Çil ekip olmanın hakkını vererek titiz çalışma yaptılar. Cafer Elitoğ, Nurdoğan Arkış, Yavuz Durmuş ve Emin Deniz Cüceloğlu bilgi ve deneyimleriyle katkıda bulundular. Kronik Kitap ekibine -Adem Koçal, Cüneyt Dalgakıran ve Tuğçe İnceoğlu'na- özenli profesyonel yaklaşımları, ilgi ve emekleri için teşekkür ederim.

Doğan Cüceloğlu

SUNUŞ

Bu önsözü kafamda defalarca yazdım.

Nelerden bahsedeceğimi başından sonuna, hatta kimi zaman cümle cümle, kelime kelime tasarladım. Prof. Dr. Doğan Cüceloğlu'nun, *İnsan İnsana* kitabının elime geçtiği lise yıllarımdan başlayarak hayatımın çeşitli dönemlerinde nasıl karşıma çıktığını, en kritik dönemeçlerde yolumu nasıl aydınlattığını anlatmak istedim. Kendisinden neler öğrendiğimi ve öğrendiklerimin sıradan-gündelik ilişkilerden en özel olanlara kadar tüm insanlarla iletişimimi nasıl geliştirdiğini...

Ama yazının da bir yaşamı var sanırım; hem kâğıdın üzerinde zuhur etmek için kendi zamanını bekliyor hem de kafamdakilerin kâğıtta nasıl şekilleneceğine kendi karar veriyor. Bunu çok net müşahede ettim şu son birkaç sene içerisinde. Bu sunuşu yazma niyetiyle ne zaman otursam bir sebeple tek bir harf bile yazamadan kalktım çalışma masasından.

Ama yazmak gerekliydi. Ben de nihayet yazdım.

Bu kadar açıklamayı, bu mazeretleri niye sıralıyorum peki? Çünkü büyük olasılıkla elinizdeki kitabın anahtarı olduğunu düşündüğünüz bu metni okurken içeride yazılanlara dair bir ipucu arayacak ve bulamayacaksınız. Bunun iki nedeni var: Birincisi; zaten kitap her bir bölümü, her bir cümlesi ile insana dair bir tanıtım kılavuzu gibi; özetlemek ya da ruhunu kısa

bir yazıyla aktarmak imkânsız. O nedenle hiç bu işe girişmeyeceğim. İkincisi ise kitap boyunca yapmaya çalıştığım şeyin aksini yapma yönündeki gönülsüzlüğüm. Çünkü Doğan Hoca ile oturup konuştuğumuz uzun saatler boyunca tek yapmaya çalıştığım kendisinin sözlerini daha da açmak için sürekli sormaktı. Şimdi ise açmaya, genişletmeye çalıştığım bu metni özetleme çabası metne ve Doğan Hoca'ya haksızlık gibi geliyor. Çünkü bu özetlenmesi değil; cümle cümle, kelime kelime özümsenmesi gereken bir metin.

Bununla beraber muhakkak bahsetmem gereken şeyler de var elbette. Mesela kitapta yer alan "Kötü insanlar değiller ama onlardan her türlü kötülük beklenebilir," cümlesi... Bu cümle, Doğan Hoca'nın dilinden döküldüğünden bu yana aklımdan çıkmıyor. Neden derseniz, yıllardır kendimi bu ülkeyi ve insanlarını anlamaya adadım. Bu konuda en iyi analizi yapacağını düşündüğüm isimlerden Oğuz Atay da, birçok büyük edip gibi, hayatının son dönemini tam bu arayışa vakfetmiş ama "Türkiye'nin Ruhu" ismini verdiği bu son ve devasa projesini tamamlamaya ömrü vefa etmemişti. İşte bu cümle benim açımdan anlamak için senelerdir uğraştığım Türkiye'nin ruhunu en iyi anlatan cümlelerden biri oldu: *Kötü insanlar değiliz ama her türlü kötülük beklenebilir bizden.*

Neden peki?

Bu soruyu yanıtlamak için de biraz sosyoloji, biraz da antropoloji ile tanış olmak, üzerine de psikoloji gözlüğü ile bakmak gerekiyor. Bir toplumun temel yapısının belirleyicisi elbette ki o toplumdaki ekonomik altyapı ve bu altyapının gerektirdiği biçimde inşa edilmiş ilişkilerdir. Fakat söz konusu altyapının yanı sıra gelenek, kültür ve inançtan kaynaklanan başka ilişki biçimleri de bulunabilir.

Doğan Hoca da işte bu anlayıştan yola çıkıp, içinde yaşadığımız toplumun insani gelişim yapısını analiz ederek başlıyor

işe. Kitapta sık sık karşılaşacağınız iki terimden burada hemen bahsetmek gerekiyor. Bunlardan biri "gelişim odaklı değerler kültürü", diğeri ise "denetim odaklı korku kültürü". Biz de dâhil tüm toplumların bu iki kültür tanımı arasında bir yerde durduğunu düşünüyor Doğan Hoca ve insan tanımını da böyle bir zemin üzerinde tasarlıyor.

İnsanın beş boyutu da yine kitabın temel kavramlarından biri. Doğan Hoca bu boyutları biyolojik, psikolojik, bilişsel, toplumsal ve manevi (aşkınlık-transandantal) boyutlar olarak tanımlıyor ve hem bireysel hem de toplumsal olarak sağlıklı ve "bütün" bir insanın tüm bu boyutları dikkate alan bir yapı ile mümkün olacağını söylüyor.

Peki, bu beş boyutu da tatmin edecek, gelişim odaklı değerler kültürü temelinde yükselen bir yapıyı nasıl inşa edebiliriz?

Bunun yanıtı da ilişkinin altı boyutunda gizli…

- Seni önemsiyorum.

- Seni olduğun gibi kabul ediyorum.

- Sana tekliğin içinde değer veriyorum, eşin benzerin yok ve ben bunun farkındayım.

- Sen muhteşem bir potansiyelsin, istediğin şeyi öğrenip yapabilecek gücünün olduğunun farkındayım.

- Sana emek ve zaman vermek istiyorum, çünkü sen sevilip geliştirilmeye layıksın.

- Sen bir bireysin, buna saygı duyuyorum ama biz aileyiz, aynı ekipteyiz ve senin de bu ekipte sorumlulukların var.

Doğan Hoca'ya göre iki insan arasında sağlam ve sağlıklı bir ilişki kurmanın en temel ilkeleri bunlar. İş arkadaşından asansörde karşılaştığınız kişiye, evladınızdan eşinize ve anne babanıza kadar tüm insan ilişkileri için geçerli bu ilkeler.

Bu üç noktadan, yani iki farklı toplumsal kültür yapısı, insanın beş boyutu ve ilişkilerin altı temel ilkesinden muhakkak bahsetmem gerekliydi. Çünkü bu üç kavram kitabın temelini

oluşturuyor. Okumaya bunları bilerek başlarsanız her şeyin daha rahat anlaşıldığını fark edeceksiniz.

Bunun yanı sıra kitapta ve yaşadığımız hayatı anlama-açıklama konusunda sizleri hayrete düşürecek kadar kapsayıcı ve bir o kadar da basit birçok yeni kavramla karşılaşacaksınız. "Etki alanı, kültür robotu, ekip anlayışı, gönlünün muradı" bunlardan sadece bir ikisi. Bunlarla ilgili pek bir açıklama yapmak istemiyorum, çünkü okurken ve özümserken alacağınız hazzı engellemek istemem.

Bu kitap üzerinde çalışırken Doğan Hoca'yla tek bir kaygımız vardı; pratikte işe yarayacak bir metin ortaya koymak. Elbette Doğan Hoca akademik hayatı boyunca ortaya koyduğu tüm eserlerde tam da bunu yapmaya, yani pratikte işe yarayacak ürünler vermeye dikkat etti ve bunu da bihakkın başardı. Fakat bir de söylenmemiş olanlar var, yazılmamış olanlar... Kendi hayalleri, ümitleri, başarıları-başarısızlıkları; kısacası o çok üretken ve çalkantılı hayatının damıtılmış hâli... Kitap boyunca sorularımla bunları açığa çıkarmaya çalıştım. Bir kitaptan çok bir hasbihâl metni olsun istedim. Ailemin kıymetli büyüklerinden biriyle yaptığım bir hayat muhasebesi olsun istedim. Kimi zaman kahkahalara boğulduk. Kimi zaman gözlerimizden akan yaşları tutamadık. Doğan Hoca da bana yüreğini açtı. Sorduğum her soruya büyük bir içtenlik, açıklık ve derinlikle yanıt verdi. Dolayısıyla kitapta içinizi ısıtacak ne varsa Doğan Hoca'ya aittir. Ben sadece bunları aktaran kişiyim. Ancak bir eksiklik varsa sorumluluk yine aktaran kişi olarak bana aittir.

Yaklaşık üç ay boyunca haftada iki gün bir araya geldik Doğan Hoca ile. Litrelerce çay ve kahve içtik. Anlattıklarından öğrendiklerim kadar "yaptıklarından" ve "olduklarından" da çok şey öğrendim. Mesela Doğan Hoca yakın zamanda geçirdiği ciddi bir rahatsızlığa rağmen disiplinini hiç bozmadan,

büyük bir azim ve titizlikle çalıştı. Her toplantıya önceden çalışarak elinde sayfalarca notla geldi. En sıkıntılı zamanlarda bile moralini hiç bozmadığına, hayatı hep olumlu tarafından görmeye çalıştığına şahit oldukça ruh hâlimin de iyileştiğini hissettim. Kısaca yaptığımız iş bir yana kendisiyle geçirdiğim vakitler hayatımın en keyifli ve öğretici zamanlarından oldu. Bu nedenle kendisine teşekkürü de bir borç bilirim.

Toplantılarımız Kronik Kitap'ın Levent'teki ofisinin kütüphanesinde gerçekleşti. Bu süre zarfında dostluklarını ve desteklerini bizden esirgemeyen, başta Adem Koçal ve Cüneyt Dalgakıran olmak üzere tüm Kronik Kitap çalışanlarına da teşekkür ederim.

Tabii aylar süren görüşmeler, sabahlara kadar süren yazı yazma çalışmaları sırasında yokluğumu anlayışla karşılayan, sıkıştığım yerlerde desteğini esirgemeyen eşim Ece Üner'e de teşekkür ediyorum.

Ben konuşurken de yazarken de çok büyük bir keyif aldım ve bir ömre yetecek tecrübe edindim. Çok şey öğrendim. Umarım sizler de okurken benim kadar eğlenir ve öğrenirsiniz.

Emin olun, birkaç sayfa sonra ömürlük bir macera sizi bekliyor.

Deniz Bayramoğlu

BİRİNCİ BÖLÜM

HAYATIN ANLAMI NEDİR?

"YAŞADIKLARIMDAN ÖĞRENDİĞİM BİR ŞEY VAR"

Seksen iki yaşıma geldim ve şunu anladım:
Birey, yaşamının anlamını ancak bir ekip içinde
sorumluluk alarak bulur.

Bugün karşı karşıya oturuyoruz ama ben sadık bir okurunuzum. Sizinle tanışıklığım çok eskilere, kitaplarınızı okuduğum lise yıllarına kadar uzanıyor. İlk olarak *Yeniden İnsan İnsana*'yı[1] okumuştum. İstanbul'a geldiğim günlerden birinde sık sık ziyaret ettiğim kitapçıların birinin vitrininde gördüğümde, önce isimdeki o ifadeye vurulmuştum: İnsan İnsana. Okuyunca da her gün yaşadığım, yeniden ürettiğim nice insan ilişkisi biçiminin farkına varmış; dahası bunların arkasında bazı nedenler yattığını, bu nedenlerin de neler olabileceğini idrak etmiştim. Sonra diğer kitaplarınızı da okudum. Doğrusu sizden çok şey öğrendim. Bu röportaj boyunca da pek çok kazanım sağlayacağımı bilmekten dolayı mutluyum. Okurların da tıpkı benim gibi bir öğrenme sürecine gireceğinden de eminim.

1 Doğan Cüceloğlu, *Yeniden İnsan İnsana*, Remzi Kitabevi.

İşte bu yüzden tam da bu noktadan, "öğrenmek"ten başlamak istiyorum. Geride bıraktığınız seksen iki yıllık hayatınızda yaşadıklarınızdan ne öğrendiniz?

Bugün geldiğim noktadan bakınca şunu görüyorum: Yaşamın temel birimi bireydir. Bir toplumun uygarlık seviyesini anlamak için bakacağın yer vatandaşının duygu, düşünce ve davranışıdır.

İkinci nokta diğerini tamamlıyor. Yaşam doğası gereği bir ekip işi. Ailede, işte, toplumda birey hep bir ekibin içinde. Yaşam ekip içinde yaşanır. Üstelik hayatımızı şekillendiren ya da bizi çevreleyen tek bir ekip yoktur. Bireyin hayatında birbiri içerisine geçmiş, değişik hiyerarşilerde, değişik düzeylerde birbirinden etkilenen birçok ekip vardır.

Peki pratikte ne anlama gelir bu, ne işimize yarar?

Hayatın doğasını kavramamızı sağlar. Kişi ne zaman hangi ekibin üyesi olduğunu bilirse, ekibin kendisine yüklediği sorumlulukların da bilincinde olur. Sorumluluk bilinci, "biz" anlayışının temelidir ve kendini "biz"in bir üyesi olarak gören kişi ne yapması gerektiğini bilir. Burası önemli... Kişi ekibin sorumlu bir üyesi olduğunu anladığı zaman hayatta artık sorunlar yerine çözümler üretmeye başlar. Ekibini, yani "biz"ini keşfedememiş insan sorunun bir parçası olarak yaşamaya devam eder.

Sorumluluk bilinci, "biz" anlayışının temelidir ve kendini "biz"in bir üyesi olarak gören kişi ne yapması gerektiğini bilir.

Demek ki önce bir birey olduğunun bilincine varacaksın, sonra ekibin üyesi olduğunu görüp sorumluluk alacaksın ve kendin de dâhil herkesin hayrına sorun çözmek için kolları sıvayacaksın. Bu adımlardan geçemiyorsan çözüm değil, sorun kaynağı olursun.

Popüler deyişte olduğu gibi galiba: Sorun çözen insan vardır, sorun yaratan insan vardır.

Kesinlikle! Yaşamımda neler öğrendiğimi sormuştun. Eklemek istediğim üçüncü nokta bireyin hayatın "şu anda" ve "burada" yaşandığını anlamasının önemi. İnsanın başka bir seçeneği yok. *Şimdi* ve *burada*. Başka bir ânın ve yerin olmadığını fark edince ifade etmek istediğim dördüncü noktaya geliyoruz: "Şimdi ve burada kendim miyim?" Şimdi ve burada, bir başkasının kriterlerine göre var olmaya çabalayan bir insan mısın; yoksa kendi bilincinle oluşturduğun ölçütlere göre seçimlerini yapıp eyleme geçen biri misin? Bak nereye geldik? Kişinin hayatının sorumluluğunu ele alması, "ben" dediği o insanı yetiştirip güçlendirmesi ve sonunda da bir ekibin içerisine koyması gelişmiş bir bilinç düzeyini gösterir.

Şimdi ve burada, bir başkasının kriterlerine göre var olmaya çabalayan bir insan mısın; yoksa kendi bilincinle oluşturduğun ölçütlere göre eyleme geçen biri misin?

Yine de bitmedi. Kritik bir beşinci madde ilave etmek istiyorum; şimdi ve burada, ilgi alanımın farkında olduğum kadar etki alanımın da farkında mıyım?

"İlgi alanı" ve "etki alanı" derken neyi kastediyorsunuz hocam?

Örneği güncel bir konudan vereceğim. Mesela koronavirüs tüm dünyada yayılıyor ve ben de doğal olarak bu konuyla ilgileniyorum. Koronavirüs herkes gibi benim de ilgi alanımda. Şimdi bana biraz süre verseniz, ilgilendiğim konuların listesini çıkarıp size göstersem, uzun bir liste görürsünüz. İlgi listem yüzlerce konuyu kapsar. Ama etki alanım sınırlı... Koronavirüsün mahallemi, ülkemi, Avrupa'yı, dünyayı nasıl etkilediği ile

ilgilenirim ama etki alanım kendi bedenimle, ailem ve çevremle sınırlı... Ne olacak? Eğer zamanımı etki alanımla ilgili bir şey yapmadan, sadece ilgi alanım içerisinde haber dinleyip konuşarak ya da şikâyetle harcıyorsam yanlış bir tavır içindeyim demektir. Doğrusu çevremde böyle davrananları fazlasıyla görüyorum. Bu yaşta farkına vardığım önemli bir konu şu: Bir insanın gelişmişliğini ve olgunluğunu şimdi ve burada, etki alanı içerisindeki eylemleri yapma hususunda ne kadar bilinçli ve istikrarlı bir şekilde sorumluluk duyduğu gösterir.

Yaşadıklarımdan ne öğrendiğimi sormuştun. Bir kez daha özetleyecek olursak, bireyin aslında ne kadar önemli olduğunu idrak ettim. Tüm toplum, ana-baba, eğitim sistemi olarak "birey" üzerine odaklanmalıyız. Bireyi her an bir ekibin parçası olduğunun farkında ve bunun sorumluluğunu taşıyacak şekilde yetiştirmeli, geliştirmeliyiz. Bir ekibin üyesi olduğunun farkına varan, bunun sorumluluğunu alabilen ve o ekip içinde sorun değil, çözüm üreten bir birey yetiştirmeyi hedeflemeliyiz. Böyle yetişen biri, şimdi ve burada, etki alanı içerisinde yapabileceğinin en iyisini yapma gayreti ve sorumluluk bilinci içerisinde hayatını sürdürür. Hem kendisinin hem de ekibin geleceğini inşa etme sorumluluğuyla hareket eder. Bunu ülkemiz için de çok önemli, üzerinde ısrarla durulması gereken bir mesele olarak görüyorum.

Öğrendiklerinizi, kendi yaşamınızdan süzdüklerinizi okurlara iletmek istiyoruz. Bu konuştuklarımız da dediğiniz gibi pratik bir başlangıç noktası ve siz bu noktaya bir ömür boyu çalışarak, gözlemleyerek geldiniz. Şunu merak ediyorum: Mesela size yeni baştan yaşama, bir şeylere yeniden başlama imkânı verilseydi bunu kullanır mıydınız? Kullanacak olsaydınız da nereden başlardınız? Sonuçta hayat herkesin önüne çeşitli zorluklar çıkarıyor,

yanlış kararlar almasına yol açabiliyor. "Keşke yapmasaydım" ya da "İyi ki yapmışım" dediğiniz şeyler oldu mu?

Bu zor bir soru; çünkü yaşadığım her şey o kadar benim bir parçam olmuş ki, onlardan birini dışarıda bıraktığımı düşündüğüm zaman içim cız ediyor. Şimdi dönüp kendime baktığımda insanın hayatına anlam vermesinin önemini bir kez daha idrak ediyorum. İnsan mutlaka hayata, yaşadıklarına bir anlam yüklemek zorunda; yani insanın bir anlam arayışı var. Dahası şu veya bu şekilde kendisi için, kendisiyle tutarlı, onun gözünden/onun dinamikleri içerisinden baktığında otantik bir anlam bu. Dışarıdan baktığın zaman tenkit eder, eleştirirsin belki ama ancak onun gözünden bakabildiğinde, kendini gerçek anlamda onun yerine koyabildiğinde hakikati anlayabilirsin. Elbette bu arayışa hatalar, pişmanlıklar da dâhil...

Anladığım kadarıyla, "Hatalarım, günahlarım, sevaplarım, başarılarım, yenilgilerimle ben benim ve bugün hepsini de sahipleniyorum," diyorsunuz.

Evet, öyle diyorum ve bunu anlamlı buluyorum. Çektiğim hiçbir acı nedensiz değil. Ben onlar sayesinde "ben" oldum. Ama ille de yeni baştan hayatımı planlamak zorunda bırakılsaydım, neler isterdim? Doğrusu üzerine düşünmeye değer. Çünkü bu düşünce, insana kendi hakkında bir şeyler söyler.

Ben kendi adıma, "gözlemleyen bilincime" daha erken ulaşmak isterdim. Her insanı zorlayan o kaybolmuşluk hissinden bir an önce kurtulmak isterdim. Rüzgâra kapılmış bir yaprak parçası olmaktansa, yönünü belirleyebilen, rotasını ve etki alanını keşfetmiş bir insan olma hâline daha önce ulaşmak isterdim. Ne kadar önemli olduğumu, esas meselenin benim özümle kendim arasında kurduğum ilişkide yattığını keşfetmek isterdim.

Biliyor musunuz, kendimi sürekli ihmal etmişim. Elbette bunun nedenleri var. Kendimi bulmamı umursayan bir ortamda büyümedim. Hep bir "sosyal kimlik" olarak yetiştirildim, eğitildim ve bu şekilde dünyaya bırakıldım. Yolculuğun esas anlamını kendi içimdeki o "öz"ün, yani kendimin verdiğini keşfetmem uzun zaman aldı. Bu sebeple uzun süre boyunca kendimden öksüz kaldım; bunun farkına vardığım zaman da içim cız etti. "Keşke yapmasaydım" dediğim şeyleri yaptığımı gördüm.

Oysa ergenlik yaşlarıma dönüp, "Başkası ne der?" diye düşünerek hareket eden hâlimden kurtulup, "Ben ne derim?" diyen cesur bir delikanlı olmak isterdim. Üniversiteyi daha kendim olarak okumak isterdim. O sıralar bir eziklik duygusu içerisindeydim ama bu duygunun anlamını pek bilmiyordum. Nereden geldiğini de. Bu hâlimden sıyrılarak yaşamak isterdim ki, orada bir "düşünür Doğan" olduğunu daha erken anlayabileyim. Aslında pırıl pırıl bir özüm olduğunu, içimde pırıl pırıl bir Doğan olduğunu ve onun sesinin duyulması gerektiğini erkenden fark etmek isterdim. Eminim ki şu anda da bu durumda olan ve belki de bu satırları okuyan çok sayıda genç var; bunu mümkün olduğunca erken bir zamanda başarabilmelerini, engelleri yıkıp olabildiğince çabuk kendileriyle tanışabilmelerini dilerim.

Çünkü insan kendi özünü ne kadar erken fark ederse, kendisiyle ne kadar erken ilişki kurarsa o kadar yaşıyor demektir.

Peki üzerinizdeki o suni baskılar nelerdi?

Haydi üniversite günlerime gidelim ve beni diğer öğrencilerle birlikte ele alalım. Delikanlı adam genç kadınların neler düşündüğünü oldukça önemser değil mi? Ben de öyleydim. Görüyorum işte o Doğan'ı. Mesela orada karşımda oturan bir kız öğrenci var: Giyinişi, konuşması, hareketleri ile tamamıyla farklı bir sosyo-ekonomik düzeyden, eğitimden gelmiş bir

genç kadın. Ama o bana baktığı zaman beni görmüyor bile. Çünkü kendi çarkı içerisinde insanın özünü değil, görünüşünü görmeye programlanmış bir kültürden geliyor. "Can"a değil, "yüz"e odaklanan bir kültürde büyümüş. Ben ise farkında olmadan onun kültürünü üstün kabul ediyor ve özümdeki zenginliklerden bihaber, acı çekiyordum.

Peki, ben onun özünü görüp onu olduğu gibi kabul ediyor muydum? Hayır! Çünkü ben de insanın özünü değil, görünüşünü görmeye programlanmış bir kültürden geliyordum.

Okul hayatımın sonrasında da bunu başarabildiğimi söyleyemeyeceğim. Mesela evlilik hayatımda da kendim olarak yoktum. Kim vardı? Karmaşık, zihni bulanık, ne olduğu belli olmayan bir sosyal kimlik. Evet, kafam karmakarışıktı. Acı çektim, Amerikalı eşim Emily acı çekti, çocuklarım acı çekti... Hani sadece kendim acı çekseydim yine kabul edebilirdim ama onların da acı çekmesine yol açmak beni derinden sarstı. Oysa evliliğimi bu acıyı çekmeden, keyfine vara vara yaşamak isterdim. Kocalığımı, babalığımı tadını çıkara çıkara sürdürmek isterdim. İçimdeki "biz"i, kendimde bulunan o potansiyel "biz"i çocuklarımdan dört yıl ayrı kalarak keşfetmek yerine daha önce keşfedip, daha bilinçli yaşamak isterdim.

Bu söylediklerim şimdiki hayatıma veya geçmişime bakıp bedbaht olduğum anlamına gelmesin. Yaşadıklarımı yaşadım ve şükrediyorum ki bugün geldiğim noktadayım. Bir alkolik değilim, öfkeye bürünmüş bir ideolog değilim, zarar verip vermediğini umursamayan bencil bir narsist değilim. Aksine ülkeme, insanlığa katkıda bulunmaya çalışan biri olarak görüyorum kendimi. Yaşama katkıda bulunma fırsatı her yerde ve her zaman var. Kendi özüyle sağlıklı ilişki kurabilen herkes de bu katkıyı sunar. Bunlar öyle soyut konular değildir. Hayatta örnekleri vardır.

Tam yeri geldi o hâlde. Böyle bir örnekle devam edelim mi?

Doğrusu şimdi anlatacağım hikâyedeki gibi bir insan olmayı başarmak isterdim. Chicago'dan uçakla Los Angeles'a gidiyordum. Gayet iyi hatırlıyorum, koltuk numaram 24D. Şimdi anlatması uzun sürecek bir karışıklıktan dolayı genç bir adam biletinde yazan koltuk numarasına oturamadı; pencere kenarı yerine orta koltukta sıkışık bir vaziyette seyahat etmek durumunda kaldı. O esnada 24C'de oturan bir adam, hostesi çağırarak sadece ikisinin duyabileceği bir sesle kendi yerini bu gence vermek istediğini söyledi. Ben hemen yakınlarında oturduğum için konuşmalarını duyuyordum.

Yaşama katkıda bulunma fırsatı her yerde ve her zaman var. Kendi özüyle sağlıklı ilişki kurabilen herkes bu katkıyı sunar.

"Ben biletimi havaalanında sırada bekleyip henüz az önce aldım ve görevli bana bu yeri verdi. Ama belli ki o genç adam biletini daha önceden almış. Yerimi ona vermek istiyorum."

"Sonuçta ortada sıkışmaktansa koridor bir nebze daha iyidir," diye düşünmüş olmalıydı ki, kendi yerini genç adama teklif etmişti. Hostes de genç adamın yanına gidip durumu anlattı. Adam gülümseyip teşekkür etti, mevcut yerinde kalmak istedi ve bir şekilde olay sonuçlandı. Ama ben kafaya takmıştım bir kere; 24C'de, koridorda hemen solumda oturan o yolcu neden böyle bir şey yapmak istemişti? Neden hiç alakası yokken koridor tarafı yerini o genç adama vermek istemişti?

"Yani 'Ben sonradan geldim,' demek ne demek?" diye düşünüyorsunuz değil mi?

Evet, evet! Sana ne kardeşim? Tanıdığın biri mi bu? Niye yaptın bunu?

Uçak kalktı, üç buçuk saatlik yol boyunca içimde hep bu soru vardı. *Bu adam bunu niye yaptı?* Kafaya takmıştım. Bir yolunu bulup bunu ona soracaktım ama rahatsız etmeden nasıl konuşacağımı da bilemiyordum. Derken okuduğu kitabın başlığını gördüm ve bunu bahane ederek kendisiyle muhabbet kurdum. Uçak o sırada inişe geçtiği için de aklımdaki soruyu ancak piste indiğimizde sorabildim.

"Merakımı mazur görün lütfen, neden yerinizi o genç adama vermek istediniz?" Şöyle bir durup bana bakınca soruyu anlamadığını düşünüp açıklamaya çalıştım. "Yerinizi ona teklif ettiniz ya," dedim.

Biraz sonra ne sorduğumu anlamış birinin tavrıyla konuşmaya başladı.

"Evet," dedi, "ben son anda biletimi almıştım, o ise daha önceden almıştı."

"Ama niye? Niye böyle bir şey yaptınız?"

Bu sefer biraz garipseyerek baktı bana; "*Because that was the fair thing to do*," dedi. Yani hakkaniyet bunu gerektiriyor diyordu; yapılması gereken adil hareket bu! Bunu duyunca o kadar etkilendim ki gözlerim doldu.

Bana göre bunun tek bir açıklaması var; bu adam kendi özüne olan saygısını kaybetmek istemiyor. Besbelli ki kendiyle kurduğu ilişki özel ve önemli... Kimse bilmiyor ama sen kendin biliyorsun. Ve sen, kendin için dünyadaki en önemli insansın. Öyle olmalısın! Aksi hâlde yaşadığın hayat senin hayatın olmaz, -mış gibi bir hayat sürersin. Bu yüzden "benim hayatım" diyebilmen, "Yaşadım!" diyebilmen için her zaman, bu durumda olduğu gibi kimsenin bilmediği bir koşulda dahi, sen kendin için doğru olanı, adil olanı yapmalısın.

Bunu çok, hem de pek çok önemsiyorum. Kültürümüzde "Kul hakkı yemeyeceksin," diye temel bir ilke var ve sürekli konuşuluyor ama çoğu kez hakkıyla yaşanmıyor. İşte aslında

bu adamın yerini vermek istemesinin altında kul hakkını koruma kaygısı yatıyor. Yani bütün bu hikâye ancak kul hakkını korumak üzerine kurulursa anlam kazanıyor. Dahası ne acı ki böyle bir insan görmek beni, hepimizi şaşırtıyor.

Ben onun durumunda olsam böyle bir şey yapar mıydım, diye kendime sordum. Yapmazdım, çünkü ona karşı bir sorumluluk duymazdım. Dürüst olayım, aklıma bile gelmezdi. Yaşadıklarımdan öğrendiğim şeyler her gün, her dakika çoğalıyor. Ancak bunun için işte bu hikâyede olduğu gibi "gözlemleyen bilincimi" her zaman açık tutmalıyım.

"Gözlemleyen bilinci" konuşalım biraz. Açabilir misiniz nedir?

Önem verdiğim bir farkındalık; İngilizcesi *mindfulness*. Şimdi bakın, içimizde bir "doğruyu anlama" potansiyeli var. Bu herkesin içinde vardır. Yani doğuştan bazı şeyleri insanın içi hisseder; bildiğini bilmese, farkında bile olmasa dahi... Bu his, bu nüve potansiyel olarak her insanın içinde doğuştan, bebeklikten vardır. Beyin araştırmaları gösteriyor ki, altı aylık bir bebek soğuk, donuk, bomboş bir yüzle karşılaşırsa, burada bir yanlışlık, yolunda gitmeyen bir şeyler olduğunu hissediyor. Nedenini bilmiyor elbette ama hissediyor. Gözlemleyen "içimizdeki his" hep var ve bize her adımımızda bir şeyler söylüyor. İşte bu farkında oluş hissi yavaş yavaş bir gelişim içerisine giriyor ve sağlıklı gelişim ortamlarında gözlemleyen his, "gözlemleyen bilinç"e dönüşüyor.

O hâlde içimizde, "beden dili" dediğimiz şeyi doğduğumuz andan itibaren okuyabilecek bir yazılıma sahip olduğumuzu söyleyebilir miyiz? Başta sadece yüz ifadeleriyle sınırlı olsa bile... Üstelik bu yazılım sadece beden dili ile de sınırlı kalmıyor sanırım.

Evet, tam isabet! Bunun böyle olduğunu gösteren araştırmalar var. Bu program sadece görsel olarak değil, işitsel olarak da kodlanmış vaziyette. Tehlikeli sesi tanıyacaksın, tehlikeli yüzü fark edeceksin, tehlikeli davranışı hissedeceksin. Bunlar hayatımızı devam ettirmemiz için gerekli bilgiler...

Önemli soru şu: Çocuğun doğuştan getirdiği bu hissi onurlandıran bir aile ortamı oluşturabildiniz mi? Oluşturmuşsanız çocuğun algılamasına önem verir ve algısıyla uyum içinde açıklamalarla destekleyerek, farkına varışını daha eğitimli, daha teçhizatlı hâle getirmesine, yani gözlemleyen bilincini inşa etmesine yardımcı olursunuz.

Düşünmeye devam edelim. Bizler biyolojik, psikolojik, sosyal ve aşkın yaratıklarız. Doğuştan getirdiğimiz biyolojik kodlamamız var. Örneğin vücuda zararlı bir şeyin tadına baktığı zaman kuşlar bile bunu fark edip hemen kendini korumaya alıyor ve yemeden uzaklaşıyor. Bizim de benzer bir seçiciliğimiz var. Pis, rahatsız edici kokusu olan yiyeceklerden uzaklaşıyoruz. Demek ki içimiz biliyor.

İnsan aklı da entegre edemediği, işleyemediği, bir düzene ya da bağlama oturtamadığı bir "girdi", bir "algı" nedeniyle sıkıntı çekiyor. Sıkıntıya girince sistem öyle salgılar salgılıyor ki, insanın asabı bozuluyor, gerginleşiyor. Hiçbir şeyin birbirini tutmadığı karmakarışık bir durumda beyin sürekli entegre etmeye, bir sistem kurmaya çalışıyor. "Bırak bu da karmakarışık kalsın," diyemiyorsun. Çünkü beynin doğuştan gelen, takip ettiği bir program var. Çocuğun doğuştan getirdiği bu akıl programını bazı uygarlıklar önemsiyor, bazıları ise umursamıyor; hatta öyle ki böyle bir gizil gücün farkında bile değiller.

Geldik mi şimdi doğuştan getirdiğimiz hissi onurlandıran ya da onurlandırmayan sosyal ortam konusuna... Çocukken içinde yetiştiğimiz ortamın etkisi bütün hayatımız boyunca sürer. Kişinin içinde yetiştiği ortamda bu doğuştan

gelen nüveye, hisse önem veriliyorsa o da önem vermeye, saygı duymaya başlar ve bu hissi geliştirip bir bilince, farkındalığa dönüştürür. Çocuğun içinden getirdiği bu öze kıymet verilmediği zaman o da kendine kıymet vermemeyi, kendini önemsememeyi öğrenir.

Duygulara geçelim. Hepimizin bildiği gibi kötü duygulardan kaçarız, iyi duygulara yöneliriz. İşte bu da içimizde var olan bir veri... Aslına bakılırsa, "Niye ben iyi duygulara yöneleyim de kötü duygularımdan kaçayım? Duygu duygudur," deyip geçebilirsin değil mi?

Ama geçmiyoruz. İstesek de geçemiyoruz değil mi? Neden peki?

Çünkü insan olarak içimizde derinlerden gelen bir seçiciliğimiz var. Sevgiye, şefkate, korumaya, ilişkiye yöneliyoruz. Bunlarla doğmuşuz biz. Zenginleşmesi, çok boyutlu olması, derinliğe inip bir sistem, bir bilinç hâline gelmesi zaman içinde oluyor. Sosyal ilişkilerde de benzer bir nüveyle karşılaşıyoruz. Hoş geçmeyen bir karşılaşmanın ardından kendi kendine, "İçimde bir his var, adamı mutsuz mu ettim yoksa?" diye sorabiliyorsun mesela. Bu hissi anlamaya çalışıyorsun. Ya da birini görüyor ve sımsıkı sarılıyorsun. "Ay ne kadar özlemişim! Vallahi öyle bir kucakladım ki bırakmak istemedim," diyorsun. İçin biliyor sonuçta. Sosyal ilişkiler baş döndürücü hızda yaşansa da, kimi kucaklamayı isteyip istemediğini için biliyor.

Aşkınlık, yani inanç ve değerler konusunda da doğuştan getirdiğimiz kodlamalar olduğuna inanıyorum. Bebeklikten beri içimizde var olan bu his, bu gözlemleyen bilinç esas aşkınlık düzeyinde; yani insan değerlerinin ve inançlarının farkına vardığında, onları gerçekten idrak ettiğinde ortaya çıkıyor. Başarması en zor olan husus da budur.

Bu, insanın da olgunlaşması anlamına mı gelir?

Evet, insanın olgunlaşması anlamına gelir. Gözlemleyen bilincin gelişip ortaya çıkmasını sağlamak için kişinin değerlerinin ve inançlarının farkına varması gerekir. Aşkınlık düzeyinde gözlemleyen bilincin, sana yön veren inançlarının ve değerlerinin farkına varmaya başladığın zaman hayat da berraklaşmaya başlar. İşte o nedenle uçakta 24C'de oturan adamı gelişmiş bir insan olarak görüp takdir ettim. Onun ailesi, eğitimi, yaşadığı ortam doğuştan içinde getirdiği "kul hakkı"na saygılı olmayı geliştirmiş ve yaşayan bir değer hâline dönüştürmüş. İşte bu insana güvenilir.

Gençlik yıllarımda kocalık ve babalık vazifelerimde eksiklerim olduğunu ve bocaladığımı söylemiştim. Ama bir an geldi ki, değerlerimin ve inançlarımın farkına varmaya başladığım bir aydınlanma yaşadım. O zaman her şey berraklaştı. Dört yıl içerisinde azap çekerek en nihayetinde idrak ettiğim ve "Ne olursa olsun benim gidip babalık yapmam gerek! İçimden gelen sesi dinlemeliyim!" dediğim an işte buydu.

Eğer denetim odaklı korku kültüründe yetişmişsen dış odaklı bir ahlak anlayışın oluşuyor. Burada bir parantez açalım mı? Göreceksiniz, konuşmalarımda sık sık iki tür kültürden bahsederim; denetim odaklı korku kültürü ve gelişim odaklı değerler kültürü.

İlerlemeden önce bunlara da bir açıklık getirsek iyi olur hocam. Bu sayede gözlemleyen bilinçle etkileşimlerini de daha iyi anlarız.

Evet, ilk başlarda biraz fazla entelektüel ifadeler olarak kalabilirler ama sonra yaşamla ilişkilerini göreceğiz. Denetim odaklı korku kültürü yerine "dış tanıklığa önem veren", gelişim odaklı değerler kültürü yerine de "iç tanıklığa önem veren" kültür de diyebiliriz. Neden böyle diyorum? Çünkü korktuğun birinin

gözüyle kendi düşünce, duygu ve davranışlarına anlam veriyorsun. Dış tanıklığa önem veren kültür korku temelli... Şayet kontrol eden, korkulacak kimse yoksa kişi istediğini yapabileceğini düşünür. Kimse görmüyor ki! Mesela sınıfta başlarında bir öğretmen yoksa istediği gibi kopya çekebileceğini düşünür.

İç tanıklığa önem veren kültürde ise bir işi yaparken kişi önce kendi özüne, vicdanına hesap verir. Sınavda öğrencinin başına gözetmen dikmeye gerek yoktur. En önemli denetimci içindeki vicdanıdır. İki tür kültür arasındaki en temel ayrım budur.

Dış tanıklığa önem veren korku kültüründe kişiye verilmiş programlar vardır. "Haydi yap!" derler. Kişi âdeta askerî bir disiplin içerisindedir. İyi bir baba, iyi bir eş, iyi bir vatandaş olmak için kriterler hep dışarıda mevcuttur. Ve böylelikle kişinin gözlemleyen bilinci, "Baba ne der, anne ne der, komutan ne der, hiyerarşi ne der?" gibi soruların yanıtına bakar. Bunun sosyal medyadaki karşılığı "Kaç kişi seni takip ediyor, kaç kişi 'like' ediyor, kaç kişi etmiyor?" olur.

İç tanıklığa önem veren kültürde bireyler, "Ben varım!" duygusu içerisinde sorar; "Ben ne düşünüyor, ne hissediyorum?" Akabinde ona göre "yanlış" ve "doğru"ya karar verir. İşte o zaman gözlemleyen bilinç içe döner ve vicdana, değerlere odaklanarak değerlendirmeye başlar. Sorar:

"Böyle bir seçim yapıyorum ama bu gerçekten kendi seçimim mi? Ben burada tam anlamıyla kendim miyim? Bu seçimle ilgili aynada kendi yüzüme gönül rahatlığıyla bakabilecek miyim?"

Peki korku kültüründe yetişen insanın bu tarafı tamamıyla silinir mi?

Hayır, tamamıyla silinmez. Alttan alta yaşamaya, kendini ifade etmeye çalışır. O kişinin rüyalarına bir bak, o rüyalarda

nasıl mücadeleler verir. Günümüzün o iç bunalımları, dost sohbetlerinde o hüngür hüngür ağlamalar... Öfkeler, iniş çıkışlar, gelgitler... Ama sevgiyle değil, öfkeyle yürüyen bir gelgit. İntikamcı. Maalesef çoğu kişi, "Beni yok ettiler, ben de fırsatını bulunca onları yok edeceğim!" tavrı içindedir. Ne var ki böyle bir tutum içinde olan kişi en başta kendini yok ettiğinin farkında değildir.

Dış tanıklığa önem veren kültürde bireyin vicdan oluşturabilmesi zordur. Vicdan ahlakı ancak bebeklikten itibaren gözlemleyen bilinci besleyerek, kişinin kendine hesap vermesinin gelişimiyle oluşabilecek bir erdemdir.

Yine de unutmayalım. Gözlemleyen his az veya çok gelişmiş olarak insanın hayatında hep vardır. Doğuştan gelen bir potansiyeldir. Aile, okul, toplum bu potansiyeli geliştirmeyi önemserse ne olur? O toplumda insanların içinde yatan, doğuştan getirdiği vicdan üzerine kurulmuş bir ahlak gelişir. Güven ortamı oluşur ve işte o zaman bir "biz" sorumluluğu söz konusu olur.

İç tanıklığa önem veren kültürde kişi önce kendi özüne, vicdanına hesap verir. Sınavda öğrencinin başına gözetmen dikmeye gerek yoktur. En önemli denetimci içindeki vicdanıdır.

Kanaatime göre tam da şimdi aile olarak, şirket olarak, toplum olarak "biz" olmaya ihtiyacımız var.

Pratik bir noktadan devam edelim. Nasıl güçlendiririz bu gözlemleyen bilinci?

Amerikalı yazar Carlos Castenada'nın kitapları aracılığıyla tanıştığım bilge kişi Kızılderili Don Juan şöyle der:

Dört tür insan vardır. İlki "sıradan" insanlar (*ordinary people*). Nasıl tanırsın sıradan insanı? Dış koşullar, olaylar ve nesnelere göre ya küfreder ya da şükreder. Her toplumda insanların

büyük bir çoğunluğu böyledir; doğar, büyür, yaşar, küfür ve şükürle yaşayıp ölür giderler.

Sonra "avcılar" (*hunters*) gelir. Don Juan'a göre az sayıda insan avcı olur. Avcı, kendi hayatının anlamının avcısıdır. En önemli becerisi pusu kurmaktır. Anlamı avlamasının gerekliliğini bilir. "Şu adamla sohbet edilir, onu takip edeyim; şu adamın kitabı okunur; şu programı seyretmem lazım; benim arkadaşlarımın şöyle olması gerekir," demeye başlar; seçicidir. Böylelikle yaptığı seçimlerin farkında olarak imkânlar, ortamlar hazırlamaya başlar; sürekli tetiktedir. En önemli meziyeti sabırdır. Gönlünün muradını avlamayı beklediğini bilir.

Savaşçı gözlemleyen bilinciyle, en saf niyetini, gönlünün muradını keşfetmenin peşinde koşan insandır.

Ve "savaşçılar" (*warriors*). Gönlünün muradını keşfettikten sonra az sayıda avcı, savaşçı olur. Savaşçı, gözlemleyen bilinciyle, -tabii bunu ben bu şekilde yorumluyorum, Castenada "gözlemleyen bilinç" diye bir ifade kullanmıyor- aslında birden fazla niyet arasında en saf olanı bulmanın, gönlünün muradını yaşamanın peşinde koşan insandır. Niyetinin saflığını keşfettiği andan itibaren savaşçı olma yoluna girmiştir. Hayatın şimdi ve burada yaşandığını bilir, tek gerçek budur ve şimdi ve burada hayatta kalmak, var olmanın hakkını vererek yaşamak için kararlar alır. Kafasını sonuca takmaz, öncelikli olan yolculuğunda kendisi olmasıdır ve bu yolculuğu savaşçının tevazuu içinde sürdürür. Nedir savaşçının alçak gönüllülüğü? Bilir ve inanır ki evrenin bu karmaşık yapısı içinde her şeyin -bitkinin, hayvanın, taşın toprağın- bir yeri vardır ve hepsi de kendisi gibi değerli ve anlamlıdır. Bunun farkında olarak her şeye "biz" bilinci içinde saygı gösterip yolculuğuna devam eder.

Dördüncü tür insan, "arif" insan (*man of knowledge*) dediğimiz bilge kişilerdir. Savaşçı gerçekten bir savaşçı olarak

yaşamayı becerir ve sürdürürse zaman içinde bilge kişi olur. Bilge neyi, nasıl bildiğini doğrudan idrak eder. Kutup yıldızı gibidir, yön belirlemede referans noktasıdır.

Bu bilgelik, insanı aslında hep sorduğumuz o basit sorunun cevabını bulmaya da götürebilir. Ben de burada size sorayım. Kısa ve basitçe, hayatın anlamı nedir?

Bana göre hayatın anlamı "keşif"tir. Hayat bir keşif yolculuğudur. Neyi keşfedeceksin? Özünü, kendini. Peki ilişkilerinin içinde bunları nasıl yöneteceksin? Büyük resmin içinde nerede yer alacaksın? Hayatını nasıl anlamlı, coşkulu ve güvenli kılacaksın? Yeniden söyleyeyim; duygularımız bu konularla ilgili bize sürekli ipuçları verir. Kişi psikoterapiye gittiği zaman terapistin yaptığı, karşısındakinin kendi hislerini anlamasına yardımcı olmaktır. Yani, "Peki o zaman ne hissettin? Bu durumda ne hissettin? O duygu sana ne ifade etti? Neyin farkına vardın?" gibi sorular sorarak bastırılan, bastırılmaya devam edilen duyguları, olayları ortaya çıkarıp farkına varılmasını sağlamaya çalışır. Kişiye tüm duygularına "merhaba" deme cesaretini vererek bir bütünlük kazandırma niyetindedir. Duygularımız da, eğer gözlemleyen bilincimizi geliştirip onun rehberliğinde dinlersek, bize gitmemiz gereken yön konusunda ihtiyacımız olan her şeyi söyler.

Bana göre hayatın anlamı "keşif"tir. Hayat bir keşif yolculuğudur. Neyi keşfedeceksin? Özünü, kendini.

Tüm bu donanımla nereye gidersen git, bu yolculuk ne kadar sürerse sürsün nihayetinde özündekini keşfedersin.

DOĞAN CÜCELOĞLU:
"İnsana Dair Beni Hâlâ Şaşırtan Yedi Şey"

1 Dünyaya gelen her bir insan yavrusu bir mucize, muhteşem bir potansiyeldir. Bu potansiyelde hem sınırsız iyilik hem de kötülük vardır. Bu potansiyel şimdiye kadar keşfedilmiş ve şimdiden sonra keşfedilecek bütün yeni buluşların kaynağıdır.

2 İnsan bedenindeki kan damarlarını birbirine eklesek dünyanın çevresinde dört defa dolaşacak bir uzunluk oluşturur. Sadece insan beynindeki kılcal kan damarlarının uzunluğunun toplamı 160 bin kilometredir.

3 İnsan burnu bir trilyon kokuyu birbirinden ayırt edebiliyor.

4 Uyurken bile insan beyni çalışıyor. Birçok kararımız biz farkında olmadan bilinçaltında alınmış kararlardır.

5 İnsan beyninin kapasitesi, bireysel yakın ilişki kurup "arkadaşım" diyebileceğiniz insan sayısını yüz elli civarında sınırlamıştır.

6 Bütün toplumlarda ve zamanlarda insanlar arasında yer alan tüm konuşmaların yüzde sekseninin dedikodu olduğu düşünülüyor.

7 İnsan niyet ederek, bilinçli egzersizlerle kendi beyin yapısını değiştirip geliştirebiliyor.

İKİNCİ BÖLÜM

İNSAN KENDİNİ NASIL GELİŞTİRİR?

"BİR AVOKADO ÇEKİRDEĞİNDE TÜM HAYATI GÖREBİLİRSİN"

Yaşamında kendin olarak var olduğunda için bilir; sesin, bakışın, yürüyüşün, gülüşün, tüm bedenin bunun sinyallerini verir. "Ah!" diye inlerken bile içinde bir şükür duygusu vardır. Acında da, hüznünde de kendinsindir.

Size çok temel bir soru sormak istiyorum. Her birimizin yaşamımızın birçok ânında aklında olan ve hep cevap aradığımız bir soru bu. İnsan kendini nasıl geliştirir?

Bu meseleyi biraz kapsamlı ele almak istiyorum. Dün bir avokado çekirdeğinin fotoğrafını çekip sosyal medyada paylaştım ve takipçilerime sordum; "Bu fotoğrafta ne görüyorsunuz?"

Normalde avokadonun etli kısmını salataya koyarız, çekirdeğini çıkarıp çöpe atarız. Çoğu kimse o çekirdeğe dikkat dahi etmez. Bu açıdan çok değişik yorumlar gelmesi beni sevindirdi. Peki o çekirdekte ben ne görmüştüm?

O çekirdekte potansiyel bir avokado ağacı var; benim odaklandığım o gizil ağaçta. Peki bu çekirdeğin potansiyelinin farkına varıp gelişmesine kim fırsat verir? Farkına varmak,

farkına vardığını değerlendirmek, karar verip eyleme geçmek kolay iş değildir. Bu önemli, çünkü o çekirdeğin içindeki potansiyel ağaçlar da yeni meyveler verecek.

Bu güçlü farkındalık çocuk için de geçerli değil midir? Çocuğun doğuştan getirdiği muhteşem potansiyelin farkında olmak diyebiliriz buna. Bir anne baba, çocuğunun doğuştan içinde getirdiği o gizil gücü önemsiyor mu? Bir öğretmen, öğrencisinin potansiyelini önemsiyor mu?

Gelelim sizin sorunuza; "İnsan kendini nasıl geliştirir?" İşte insan da bu potansiyelinin farkında mı? Gelişim adına atılacak en önemli adım bu: Gelişim potansiyelinin farkında olmak. Bu tür farkında olma hâli ilişkiler için de sorulmalı. Eşler, sevgililer ilişkilerinin potansiyelini önemsiyorlar mı? Şayet bunun farkında değillerse pek çok şeyi kaçırıyorlar demektir.

Kaçırıyorlar mı hakikaten?

Maalesef genelde kaçırıyorlar.

Neden böyle?

Çünkü çoğu kez "Sana çıkarım kadar değer veririm," bakış açısına sahibiz. Yani avokadoyu salataya koyup yeme peşindeyiz. İşte yapılan yanlış burada. Her şeye çıkarı kadar değer vermekte. Farkına varmadan yapılan öyle büyük bir hata ki bu. Kimseyi geliştirmez. Oysa karşındakine bakınca şunu görmek mümkün; "Burada bir öz var ve o öz aslında muhteşem bir potansiyel." İlişki içinde olduğumuz insan "biz"in bir parçası ve karşımızdaki insanda muazzam bir gizil güç var. İşte anahtar bunu görmekte ve anlamakta.

Farkında olmamız gereken bir şey daha var: Öyle bir doğamız var ki, aile gibi yakın ekibimizdeki kişiler mutlu olunca biz de mutlu oluyoruz. "Sen kazanınca ben de kazanıyorum, ben kazanınca sen de kazanıyorsun," gerçeğinin farkına varıldığı

andan itibaren tutulacak en akıllı yol, "Sana nasıl yardımcı olabilirim?" çabası olmalıdır.

Evet, bu kadar basit işte: Sana nasıl yardımcı olabilirim? Buradan hareket ederseniz, barış ve mutluluk dolu dünyalar kurarsınız.

"Kendime yardım etmek için sana nasıl yardımcı olabilirim?" Cümleyi bu şekilde tamamlayabiliriz değil mi hocam?

Kendime değil, "kendimize" desek daha doğru olur. Bu tutum evrensel bir gerçeği yansıtıyor. Bunu herkesin görüp kabul etmesi kolay mı? Hayır, değil. Şüphesiz kültürel bir dönüşüm gerekli. Yani yüzlerce yıldır devam eden korku tabanlı, denetim odaklı kültürün, bireyin potansiyelinin önemli olduğu sevgi tabanlı bir kültüre dönüşmesi gerekiyor. Bunu her bir vatandaşımız ve toplumumuz için en önemli konu olarak görüyorum. Bu sebeple de elimden geldiğince korkudan sevgiye dönüşüm farkındalıklarını aktarmaya, canlı tutmaya çalışıyorum; yaşadığım sürece de çalışacağım. Ne mutlu ki anlaşıldığımı hissediyorum. Yeri gelmişken yaşadığım bir olayı anlatmak istiyorum.

"Sen kazanınca ben de kazanıyorum, ben kazanınca sen de kazanıyorsun," gerçeğinin farkına varıldığı andan itibaren tutulacak en akıllı yol, "Sana nasıl yardımcı olabilirim?" çabası olmalıdır.

Dinlemeyi çok isterim hocam.

İki yıl önceydi. Daracık bir kaldırımda köyden ya da kasabadan geldiğini tahmin ettiğim bir kadınla karşı karşıya geldik, ona yol verdim. Yanımdan geçerken yüzüme ilgiyle baktı. Bir iki adım ilerlemiştim ki arkamdan seslendi.

"Bi' dakka, bi' dakka!"

Dönüp baktım.

"Sen o adam değil misin?" diye sordu.

O kadar doğaldı ki... Bir yandan da kalakalmıştım. Hangi adamdan bahsediyor olabilirdi?

"Hani," dedi, "televizyonda çıkıyorsun, sürekli 'ana-baba' diye konuşuyorsun, o adam değil misin sen?"

"Evet, televizyona çıkıyorum."

"Hiii, Allah senden razı olsun! Allah benim ömrümden alıp sana versin! Televizyona çık! Konuş, ne olur konuş!"

Ardından da arkasını dönüp yoluna devam etti. Ben ise o esnada tüylerim diken diken olmuş vaziyette içimden, "Allah'ım bundan daha anlamlı bir hediye olamaz," diyordum.

Bu karşılaşma günlerce içimi sıcak tuttu. Sonrasında, "Bu dua nasıl bir anlayıştan, bilinçten geliyor?" diye üzerinde çokça düşündüm. Bu köylü kadın "biz"e nasıl varmış, nereden varmış? Nereden geliyor bu anlayış? Hizmet ettiğime, yararlı olduğuma inanıyor. Peki ben onun kendisine nasıl yararlı oluyorum? Belki çocuğuna, belki torununa, belki geniş ailesine, belki tüm topluma... Kendi ömründen vermek istediğine göre kendinden daha büyük, daha değerli bir şeyin var olduğuna karar vermiş. Yani "'Biz' diye bir şey var ve 'bu adam' 'biz'e hizmet ediyor," diyor. "Bende akü var ama 'ben' 'biz'e onun kadar hizmet edemem, kendi akümden vereyim de bu adam hepimize hizmet etsin," diye düşünüyor.

Bir insanın "ben"den "biz"e dönüşebilmesi, bu bilinci geliştirmesi çok önemli bir adım ve bunu belki ilkokula dahi gitmemiş bir kadın başarıyor. Sorum şu: Eğitimsiz deyip önemsenmeyen bu kadın "biz"e ömrünün bir parçasını verecek duruma nasıl geldi? Hangi aile ortamı bu bilincin gelişmesine hizmet etti? Bu sorunun cevabını bulup anlamak önemli...

Demek ki her birimizde illaki bir "biz" bilinci var ve bu bilinç en umulmadık yerlerde açığa çıkabiliyor.

Her birimizde illaki var mı, ondan emin değilim ama bu kadında kesinlikle var! Dahası eğitimle oluşturulmadığı kesin. İçinde yetiştiği kültürden doğal olarak gelen bir bilinç. Bunun farkında olmamızı önemsiyorum. Aynı bilince başka bir kitabımda, okuma yazma bilmeyen köylü analığımın beni küçücük bir kuşa taş attığım zaman görüp, "Canın büyüğü küçüğü olur mu? Vurma! Günahtır!" diyerek bana engel oluşundan bahsederken de değinmiştim.[2]

Anadolu halk kültüründe yaşayan bu temel değerlerin bilimsel olarak araştırılıp incelenmesini önemsiyorum; çünkü gelişmenin bu yolla olacağına, korku kültürünün sevgi kültürüne böyle dönüşeceğine inanıyorum. Ne var ki farkına varmadan bu değerleri umursamıyor, candan uzaklaşıyoruz. Burada kimseyi suçlamıyorum, bilinçli bir süreç değil bu. Böyle olduğunun farkında değiliz. Bu da bana hüzün veriyor.

Anadolu halk kültüründe yaşayan temel değerlerin bilimsel olarak araştırılıp incelenmesini önemsiyorum; gelişmenin bu yolla olacağına, korku kültürünün sevgi kültürüne böyle dönüşeceğine inanıyorum.

Ne demek hocam candan uzaklaşmak?

Özden, coşkudan, anlamdan uzaklaşmak. Hangi mevki makamda olursan ol ve servetin ne kadar olursa olsun, kendi özüne, "can"a merhaba demeden yaşamında anlam bulamazsın! Biliyor musunuz, bizde insanlar genellikle dede veya büyükanne olduğunda o "can"ın kıymetini daha iyi anlıyor. "Bizim torun" gibi sahiplenmelerle o "can"ın üzerine titriyor.

2 Doğan Cüceloğlu, *Damdan Düşen Psikolog*, Remzi Kitabevi.

Çünkü sosyal mecburiyetlerden kurtulmuş oluyorlar, yani birer anne baba olarak içinde oldukları sosyal mecburiyetlerden.

Yani bir kişi, üzerindeki baskı ya da sorumluluk nispetince baba olarak farklı, dede olarak farklı ya da anne olarak farklı, anneanne olarak farklı mı davranıyor?

Evet, farklı davranıyor. Mesela sorumluluk kavramını ele alalım. Korku kültüründe sorumluluk sana verilmiş "görev"dir. Baba olarak ne yapman, nasıl konuşman gerektiğini kültür sana söyler. Sevgi temelli değerler kültüründeyse sorumluluk "bireysel bir seçim"dir. Baba olarak evladına karşı sorumluluğuna sen karar verirsin. "Yaşamımda kendim olarak var olabiliyor muyum, ayna karşısında kendi yüzüme rahatlıkla bakacak bir seçim yapıyor muyum?" meselesidir sorumluluk. Korku temelli verilmiş sorumluluk uzun sürmüyor. Meseleye, "Ben niye ondan korkacakmışım, o benden korksun!" diye yaklaştığında ortaya bir sürü ilişki sorunları çıkıyor. Amaç hizmet değil, kim kimi korkutacak çekişmesine dönüyor. Korkutmaya meraklı kişinin en büyük korkusu nedir biliyor musunuz? Kendi yetersizliği ile yüzleşmek. Bir gün gelir de ondan korkmazlarsa ne halt edeceğini bilemez çünkü.

Korkutmaya meraklı kişinin en büyük korkusu kendi yetersizliği ile yüzleşmektir! Bir gün gelir de ondan korkmazlarsa ne halt edeceğini bilemez.

Bu aynı zamanda hayatı keyifle yaşayabilip yaşayamamanın da anahtarı galiba.

Güzel yakaladın, bravo! Aslında hepimiz yaşamdan keyif almak üzere doğuştan programlanmış durumdayız. Çocuğa bakın, hangi oyundan keyif alır? İçerisinde keşfetme olacak, ona gelişim imkânı sunacak, oyun esnasında ilişki kuracak, yeni şeyler öğrenecek, kendisini ifade etme imkânı bulacak.

Biz büyükler de öyleyiz, inan o çocuktan hiç farklı değiliz. Ama o çocuk hâlimizden farkında olmadan uzaklaşıp sahip olmadığımız şeylerde mutluluk arar hâle gelmişiz. Şu kadar param olursa, şöyle arabam olursa, şununla evlenirsem, şu mevki makama geçtiğimde yaşam daha keyifli olacak gibi...

Olmuyor değil mi?

Olmuyor. Peki keyifli olmak için ne gerekiyor? Gayet basit. Keyifli olabilmen için yaşamında kendin olarak var olmalısın. Aslında bir tarafımız bunu hep biliyor.

Hayattan keyif almanın tanımı nedir peki hocam? Bir de sanırım ince bir nokta daha var. Hayattan keyif almak ile hedonizm ya da mutluluk fetişizmi arasında bir fark olmalı. Bunun ayrımını nasıl yapabiliriz?

Şimdi kendimi bir araştırmacı öğretim üyesi yerine koyduğumu ve öyle anlattığımı düşün. Öğrencilerime derim ki; "Her gün gözlem yapın ve kendinize sorun: 'Bugün en güçlü duygum neydi, nasıl hissettim?'" Her gün hissiyatlarına dair not alsınlar, bu soruya verdikleri cevapları yazsınlar. Ardından kendilerine o hissin gerekçesini sormalarını isterim; "Neden böyle hissettim?"

Bu araştırmanın şu hipotezimi destekleyeceğini bekliyorum: İnsanın geçici değil; kalıcı, sürdürülebilir keyif hâlini hissedebilmesi için "biz" sorumluluğuyla ilgili bir şey yapması lazım. Beyin üzerine yapılan araştırmalar da gösteriyor ki, kişi ne zaman "biz" ile ilgili bir şey yaparsa beyin dopamin salgılamaya başlıyor. Tek koşulu bu "biz"in onun içinde, varoluşunda yer alması.

"Biz"in karşı tarafında "ben" var. Peki o "ben"le ilgili bir şey yaptığında amacın ne? Muhtemelen sosyal kimliğinin, mevki makamının, malının mülkünün, itibarının güçlenmesi vs...

Bunların verdiği haz geçici... Kendinle baş başa kaldığın zaman yine yolunda gitmeyen her şeyle hesaplaşıyorsun; yine kafanı dağıtmak istiyorsun, yine birine bağırmak istiyorsun, yine bir anlamsızlık yaşamını kapsıyor.

Hâlbuki "biz" temelli mutluluk kolay bitmez. Size eşim Yıldız'ın bir hikâyesini anlatayım. Mecidiyeköy'deki işine gitmek için Suadiye'den deniz otobüsüne binip Kabataş'ta inmiş. İş öncesi biraz vakti olduğu için orada bir çayhanede oturup simit-çay keyfi yapmaya niyetlenmiş. Derken birden kuşlar etrafını çevirmiş. Bu durum Yıldız'ın hoşuna gitmiş ve onlara simidinden küçük parçalar atmaya başlamış. Kuşlar durur mu? Hemen çoğalıp Yıldız'ın etrafında halkalanmışlar. Yıldız da şöyle düşünmüş; "Şu an kuşları besliyorum ya, sanki onlar benim kuşlarımmış gibi oldu!"

Bu his hoşuna gitmiş. Sonrasında, "Yine bir gün erken vardım Kabataş'a," diye anlattı bana. "Bu kez bayağı açım. İki simit aldım, çünkü birini tamamen kuşlara atmak niyetindeydim. Aynı yere oturdum. Kendi simidimi yerken diğerini de kuşlar için ufak ufak parçalıyor, önüme yığıyordum. Ama bu sefer gelen giden yok; sağa attım, sola attım; kuşlar gelmedi. Bir hüzün çöktü. Bu sefer içime baktım, niye bu kadar hüzünlendiğimi düşündüm. Ah! O an ilk defa anladım ki; simidin olması yetmiyor, kuşlara da ihtiyaç var."

Aklıma tasavvuftan bir örnek geldi: Bana iyilik yapma fırsatı verdiği için karşımdakine teşekkür etmeliyim.

"Bir de şunu anladım," demişti bana. "Kimin kime teşekkür edeceği belli değil. Onlara benim kuşlarımmış gibi bakıyordum ama anladım ki asıl ben onların Yıldız'ıymışım." Hiç unutamıyorum bu sözleri.

İşte bu altı çizilmesi, hiç unutulmaması gereken önemli bir gerçek... Yaşamın özünde bu var. Belki diyeceksin ki; "Ama

hocam size karşıdakine zulmetmekten zevk alan insanlar gösterebilirim." Evet, gösterebilirsin. Ben de sana o insanı anlamak için takip etmeni, onun çocukluğuna inip incelemeni söylerim. Eminim ki onu yetiştirenlerde ya da onu yetiştirenleri yetiştirenlerde yetişme bozuklukları, acılar, travmalar göreceksin. "Can"a ulaşmada, o potansiyele varmada bir tıkanıklık bulacaksın.

İnsanlar esas itibariyle iki kutbun, yani korku ve öfke gibi olumsuz duygularla, güven ve sevgi gibi olumlu duyguların arasında bir yerde olduklarını sezgisel olarak hissediyorlar. Bir uçta tam bir kaos, korku ve dehşet var. Hiçbir şey aşikâr değil ama bütün olasılıklar da orada, o korkunç kaosun içindeki potansiyelde yatıyor. Gelecek o kaosun içinde... Kişi o kaosla ilişkisini yönetebilirse, sorularını idrak edip sormaya devam ederse yavaş yavaş bir görüş, bir algoritma oluşturmaya başlıyor. Bilinirliğe doğru gidiyor, kaosun içinde var olan yaşamın algoritmalarını çözmeye yaklaşıyor. Sağlığıyla ilgili, insan ilişkileriyle ilgili, yaşamıyla ilgili...

İlk defa anladım ki; paylaşabilmek için insanın simidinin olması yetmiyor, kuşlara da ihtiyaç var. Üstelik kimin kime teşekkür edeceği de belli değil.

Fakat bir şey daha var, o daha da enteresan. Bu belki okurlara da bir sürpriz olacak. Kişi tüm o algoritmaları, kendiyle ilgili tüm meseleleri yüzde yüz çözdüğü zaman da sıkılmaya başlıyor, keyfi kaçıyor. Bu sefer de bilerek, isteyerek tabiri caizse "aranmaya" başlayıp bir zorluk, bir müşkülat, kendisini zorlayacak bir şey istiyor. Bu programla doğuyoruz. Tabii bu yönün de hizmet ettiği daha üst düzey bir hikmet var. Ama şimdi ona girmeyelim.

Söylemek istediğim şu: Bazı aileler, kuruluşlar, eğitim sistemleri, kurumlar korku kültürü içerisinde oluşmuştur ve korkulacak biri yoksa çalışmazlar ve korkmadıkları birine güvenmezler.

Bedenen sağdırlar ama özlerine yabancılaşmışlardır. Yaşayabilmeleri için özlerini, ruhlarını yok etmeleri gerekmiştir. Özleri yok olduğu için de içten içe öfkelidirler.

Bu ülkede içindeki çocuk utanca boğulmuş ve bunalmış o kadar insan var ki! Ben onlara "yetişkin çocuklar" diyorum. İçi çocuk ama bedenen yetişkin... Bunlar kötü insanlar değiller ama her türlü kötülüğü de yapabilirler.

Çok etkileyici... Sanırım bu yanıt birçok şeyi açıklıyor; "Kötü insanlar değiller ama her türlü kötülüğü de yapabilirler." Bir de bunun yanı sıra acı çekerek hayatı anlamlandıran insanlar var. Mutlu olmaktan, huzurlu olmaktan korkuyor gibiler. Âdeta mutluluktan kaçıyorlar.

Önemli bir konunun altını çiziyorsun. Mesela biri çocukluğunda keyifli bir keşif ortamındayken, dışarıdaki tanıklık, "Kirdeyip durma, öyle bağırma, anladın değil mi? Niye geç kaldın, çok gezen tavuk ayağının bokuyla gelir unutma," demişse... Büyüdüğünde ne zaman mutlu olsa içinde bir korku, kaygı belirir; farkında değildir ama kendisine aşağılayıcı bir laf geleceğini bekler, mutluluğunda bile tereddüde düşer. Sadece engellenmiyorsun, utandırılıyorsun da. Hem de iliklerine kadar... Ah öyle bir hâl ki bu, çocukluktaki utandırılma insanın bütün hücrelerine işler. İnsanın özüne kadar gider. İşte o zaman mutluluktan korkar hâle gelirsin; hayatında iyi bir şey olduğu zaman bilirsin ki bir şeyler ters gidecek. Başına bir şey geldiğinde de, "Çok şükür zaten mutlu değilim," deyip kendini güvende hissedersin.

Demek ki bu maruz kalmalardan kurtulsak bile söz konusu ruh hâli hayatımızın, karakterimizin bir parçası oluyor. Yani sistem istediği jandarmayı yaratmış oluyor. Sonra başımıza kötü bir hâl gelirse, "Mutluluğun bedelini ödedim," hissiyatına kapılıyoruz.

"Sistem istediği jandarmayı yaratmış oluyor!" Güçlü ve doğru bir tespit. Evet, bedelini ödediğin zaman rahat edersin. Bedelini ödeyememişsen, "Acaba ne zaman ödeyeceğim?" diye beklemeye başlarsın. Bu bekleyişin de bir bedeli, bir stresi vardır.

Bu ülkede içindeki çocuk utanca boğulmuş o kadar insan var ki! Ben onlara "yetişkin çocuklar" diyorum. Bunlar kötü insanlar değiller ama her türlü kötülüğü de yapabilirler.

Bu nedenle "içimizdeki çocuk" kavramı önemli bir farkındalık... Yani bir insanın içindeki çocukla tanışması, yüzleşmesi, ilişki kurması, onunla arkadaş olup konuşması önemli... İç çocuk utanca boğulmuş, küsmüş, bir yere saklanmış ise -onunla yüzleşmek acı vereceğinden- kişi mümkün olduğu kadar bu konunun üzerine gitmekten kaçar. Yüzleşmek istemez, geride durur. Ama yüzleşmeliyiz. Üstelik bunu bilinçli bir şekilde yapmalıyız.

Kişi içindeki çocukla böylesi bir yüzleşmeye karar verdiyse bunun bir sistematiği var mıdır? Nedir temel adımlar?

İlk adım farkına varmak... Ancak kişi böylesi bir yüzleşme yapmasının gerekliliğinin farkına vardığı zaman depresyona girebilir. Bu durumda onu besleyen bir ortama sahip olması lazım.

Bunu gündelik yaşamdan bir örnekle anlatayım: Geçen gün kızımız Umay'la mutfakta bir şeyler yapıyorduk ki, "Ay!" dedi. "Instagram'dan bu resimleri silmen lazım."

"Neden?" diye sorduğumda, "Bunlar duyurular, ıvır zıvır. Böyle bakınca estetik durmuyor, çoğunun vakti geçmiş. Artık çöp!" dedi. "Sen yapabilir misin?" diye rica ettiğimde de, "Ver bana yapayım," dedi. Uğraştı, uğraştı, uğraştı; böyle

yirmi dakika kadar zaman geçirdi ve nihayet temizledi. Ardından, "Şimdi bir bakalım," dedi. Bir de ne görsün! Hiçbiri silinmemiş. "O kadar emeğim boşa gitti!" diye hayıflanınca gülümsedim.

"Nasıl hissediyorsun Umay?" diye sordum.

"O kadar emeğim boşa gitti! Çok kızgınım!"

Ben de, "Yirmi otuz dakikan boşa gitti diye bu kadar üzülüyorsun ya," dedim ona; "peki bir kişi tüm emeğinin boşa gittiğinin farkına ancak ölüm döşeğinde varırsa?"

Derin bir sessizlik oldu.

İnanın hiç uzak değil. Elbet kişinin başına böyle bir an gelebilir. İşte hayatın o noktasında artık numara çekemiyorsun. Ömrünün son ânında şunun farkına vardığını düşün; "Ben aslında hiç yaşamamışım ki." Dahası bunu da o an idrak ediyorsun. Bence mecazen de olsa cehennemin kapısı işte o zaman açılıyor, yani içindeki cehennemin.

Hep izah etmeye çalıştığım bir şey var, soruna cevap verirken onun da altını çizeyim. Ne diyorum; insanın içi biliyor. Farkına varman için kendine, gözlemleyen bilincine fırsat verebilmelisin. Bu da kendin olma cesareti ister. Bulunduğun yer bir güven ortamı ise -işte terapi ortamı bu sebeple çok önemli- yavaş yavaş o cesareti bulmaya başlarsın.

Yaşamında "öz", "can", "kendin" olarak ne kadar varsın? Bir kişi yaşamının her ânında, kendisi olarak ne kadar var olduğuna dair iç beyinde, amigdala düzeyinde bir hissiyata sahiptir. Yaşamında kendin olarak var olduğun zaman için bilir; sesin, bakışın, yürüyüşün, gülüşün, tüm bedenin bunun sinyallerini verir. İçinde bulunduğun hâl kötüymüş, acı çekiyormuşsun, şu bu… Ama sapına kadar kendinsin, kişisel bütünlük içindesin. "Ah!" diye inlerken bile içinde bir şükür duygusu vardır. Sapasağlam kendinsindir, acın da sensindir.

"Acın da sensindir," kısmını duymak özellikle etkiledi beni.

Evet, acında da kendinsin, hüznünde de. Gelişmiş insan hüznünün, mutluluğunun, özleminin, kaygısının, coşkusunun; yani duygularının farkına varır. Mesela hüzün, kendi başına müthiş bir deryadır. Hüzünlenemeyen insan gelişmemiş bir insandır. Kendinden kopukluğunun, içindeki öze olan özlemin farkında değildir.

Hüzün, kendi başına müthiş bir deryadır. Hüzünlenemeyen insan gelişmemiş bir insandır. Kendinden kopukluğunun, içindeki öze olan özlemin farkında değildir.

Duygularını anlamak bir gelişim yoludur. Bu sebeple umarım sık sık bu konuşmalarda insanın duygularının, heyecanlarının farkına varma ve farkına vardıklarını dost edinip takip etme, anlamaya çalışma konularını ele alırız.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

UMUTSUZLUĞU NASIL AŞARIZ?
"BİZ BÜYÜK BİR EKİBİN PARÇASIYIZ"

Kişi, hayatındaki en önemli kişinin kendisi, en önemli tanıklığın da kendi tanıklığı olduğunu fark edemezse hiçbir zaman hayatla ilişkisini doğru kuramaz.

Bu bölümde "Hayatla nasıl başa çıkılır?" sorusu üzerinde durmak istiyorum. Umutsuzluğu nasıl aşarız? Bizi zorlayan durumların içerisinden nasıl çıkarız? Tavsiyelerinize her birimizin çok ihtiyaç duyduğu kanısındayım. Ama evvela size ilişkin bir gözlemimi belirtmeme izin verin. İlk sorum da bu gözlemle alakalı... Hocam siz çok sakin, serinkanlı bir insansınız. Herkesin diken üstünde durduğu, gergin anlarda bile sükûnetinizi koruyorsunuz. Toplumda tabiri caizse patlamaya hazır görünen, sıkıntılı ve bu sıkıntıyı başkalarıyla kurdukları iletişime yansıtan pek çok insan var. Siz de onlarla sık sık karşılaşıyorsunuz ama öfkelenmiyorsunuz. Üstelik meselelere pozitif bakmaya da devam ediyorsunuz. Nedir bu sükûnetin sırrı?

Önem verdiğim bir konudan geldi soru. Bir "gerçek"ten bahsederek cevap vermek istiyorum. Bir insanın hayatındaki

en önemli ilişki, kendisi ile olan ilişkidir. Yerçekimi gibi değişmez bir gerçek bu. Kişi, hayatındaki en önemli kişinin kendisi, en önemli tanıklığın da kendi tanıklığı olduğunu fark edemezse hiçbir zaman hayatla ilişkisini doğru kuramaz. Kendini gerçekleştiremez. Daha önce bahsettiğimiz o savaşçının yoluna giremez.[3]

Yaşlandıkça mendeburlaşan insanlar vardır hani. Mutsuzluklarının altında yatan sebep budur. Bir de bakar ki, yaşamında kendisi yok; içi bunu hisseder. Ona kızar, buna kızar ama aslında neye öfkelendiğini kendisi de bilmez. Avuçlarının arasından yaşanmadan akıp gitmiş, anlamsız, bomboş bir ömür... İşte öfkesinin kaynağı budur. Bazıları da vardır ki yaşlandıkça nur yüzlü olurlar. Öyle keyiflidirler ki... Onların da içi bilir; doya doya yaşanmış, anlamlı bir ömür sürmüşlerdir. Özellikle çocuklara ve gençlere karşı dikkat çekici bir hoşgörü ve sevgi beslerler; "Gençtir canım o, çocuktur o. Bırak çocukluğunu yaşasın, bırak gençliğini yaşasın." Bunları diyen insanlar... Nasıl sevilirler değil mi?

Bunu böylece saptadıktan sonra gelelim soruya. Sıkıntılar ya da aşırılıklar karşısında sakin kalmak, umutsuzluğu aşmak, hayata olumlu bakmayı sürdürebilmek... Ben bunları kendi yaşamımda hâkim kılmaya çalışıyorum. Evvela niyetimin saflığına önem veriyorum. Karşımdaki insanların çoğunun iyi niyetli ama yanlış bilgilere sahip olduğunu görüyorum. İşte sorduğun sükûnetin sırrı burada.

Biliyorsunuz, "Cehenneme giden yol iyi niyet taşlarıyla döşelidir," diye bir söz vardır. Benim sözünü ettiğim niyet cehenneme değil, cennete götürür. Evet, izninizle, mecazen de olsa kısaca cehenneme ve cennete götüren niyetlerden söz edeyim.

3 Bkz. Birinci Bölüm, s. 34.

Cehenneme götüren niyette "biz" yok, "ben" vardır. Hâlden anlama kıttır. Gözlemleyen bilinç pek gelişmemiştir, bireyin kendi seçimlerinden ziyade kültürel tepkiler baskındır. Cennete götüren niyetteyse "ben", "biz"in bir parçası olarak vardır. Tepkisellik değil, seçim vardır; güçlü bir gözlemleyen bilincin seçimi. "El âlem ne der?" değil, "Ben ne derim?" düşüncesi; yani iç tanıklık baskındır. Hâlden anlama, empati yaşayan bir değerdir. Yani bundan sonra niyetin saflığından bahsederken mecazen cennete götüren "biz" niyetinden söz edeceğim.

Kişilerin niyetine değil de sadece eylemlerine bakarsak yanılırız. Ama arkasındaki niyete baktığımızda, bunun ekseriyetle "Ben de varım!" deme çabası olduğunu görürüz. İnsanız, fark edilmek istiyoruz.

Gündelik hayatta karşılaştığımız durumlarda kişilerin sadece davranışlarına bakarsak ve niyete önem vermezsek o davranışı cahilce, saçma veya saldırgan bir davranış olarak görebiliriz. Ama bunun arkasındaki niyete baktığımızda bize kaba ya da saldırgan gelen bu davranışların ekseriyetle "Ben de varım!" deme çabası olduğunu görürüz. İnsanız, fark edilmek istiyoruz. Böyle durumlarda davranışına takılmadan, "Ben de varım!" diyen muhatabıma, "Evet, varsın ve sen de aynen benim gibi bir insansın," hissini verdiğim zaman ilişkideki gerginlik gidiyor, hoş bir durum ortaya çıkıyor.

Ayrıca, "Önemli olan benim o kişiyle ilişkim değil, önemli olan benim kendimle olan ilişkimdeki dürüstlüğüm," diyorum kendime. Artık bunu, yerçekimi gibi değişmez bir gerçek olarak görüyorum. Huzurlu hissedebilmem için kendime dürüstçe, bütün içtenliğimle, "Doğan sen elinden gelenin en iyisini yapmaya çalıştın!" diyebilmem lazım. Diyebildiysem, benim için sorun bitmiştir.

Böyle davranınca, karşıdaki ne yaparsa yapsın, size dokunmadan geçiyor değil mi?

"Bu kişinin esas itibariyle niyeti şu, onu anlayabiliyorum; onunla aynı kültürden geldim ve onun yerinde olsaydım, ben de böyle davranırdım," diyebiliyorum. Bunları özümseyip, onun gözüyle görüp hâlinden anladığımda bir süre sonra muhatabım da durumu fark ediyor. Bakışımda, tavrımda, sesimde onu önemsediğimi, ona ulaşmaya çalıştığımı görüyor. "Bu adamın niyeti kötü değil," diyor kendi kendine. Neden ve nasıl olduğunu bile bilmeden hissediyor bunu.

Tahmin ediyorum ki, bahsettiğin sükûnetin en temel sebeplerinden biri bu. Bilsek de bilmesek de gerçek şu ki biz büyük bir ekibin parçasıyız. Ben ve muhatabım hem şimdi ve burada hem de gelecek yolculuğunda birbirimizi etkiliyoruz.

Bir şey daha… Beni güçlü kılan duygulardan biri de şükür duygusudur. Karşımdakiyle bir ekip olduğum bilinciyle yola çıkmak bu şükür duygusunu harekete geçiriyor. Biliyorum ki hayatımın anlamlı olabilmesi için önce kendi gözümde var olmam lazım. Sonra önemli gördüğüm şeylerde katkı sunabilecek bir durumda olmam lazım. Karşımdaki kişinin başta kaba ve saldırgan gelen o davranışı işte bana tüm bu bahsettiğim şeyleri hayatta gerçekleştirebilme fırsatı veriyor. O kişiyle bir etkileşim içerisine girmişiz ve çok şükür bana ki ben de konuşabilmişim. Elimden gelenin en iyisini yapma fırsatı bulmuşum. İçimde bir şükür duygusu hasıl oluyor. Zamanla aramızdaki ilişkide de yavaş yavaş bir güven oluşuyor.

Önemli bir şey daha var; ben bir sürü şey bildiğimi sanıyorum ama doğruluğundan emin değilim ki! Hiçbir zaman da emin olamam. Her şeyin doğrusunu bildiğimi söyleyemem. Belki o anda o kişinin bana verebileceği önemli bir içgörü var. Bunu hesaba katıyor ve muhatabımı dikkatle dinliyorum. Ama hep etki alanımın ve gücümün sınırlarının farkında olarak...

Belli bir yaşı aşmış, belki yaşam koşullarından belki ideolojik formasyonundan belki de inançlarından dolayı düşünceleri katılaşmış insanlar var. Adam kendi hayatını bulmuş, yoluna girmiş. Ona hakaret edemem; "Sen yanlış düşünüyorsun, çekil git başımdan!" diyemem. Ama mümkün olduğu kadar kendimi de zamanımı da koruyarak alabileceğim varsa almaya, verebileceğim bir şey varsa da vermeye çalışabilirim.

Bir çocuğu geliştirip özgür bir birey olması için çabalamak yerine kalıplayıp emir kulu yapmaya çalışmışız. İşte bu yüzden farkında olmadan çocuklarımızın canını yakıyoruz ve yakmaya da devam ediyoruz.

Ben de çalışıyorum. Süreci olgun bir insan gibi yönetmeye çabalıyorum.

O kadar vurucu ki şu söylediğiniz: Süreci olgun bir insan gibi yönetmek. Bunu yapabilen de ne kadar az... Peki neden hocam? Nerede yanılıyoruz?

Bu durum öncelikle yetişme biçimimizden kaynaklanıyor. İyi niyetle kötü davranan ama bunun farkında olmayan insanlardan oluşan bir toplumuz. Niyetimizde kötülük yok. Fakat tarihsel olarak kültürümüz denetim odaklı korku kültürü olarak geliştiği için çocuğun özünü geliştirme yerine, onun davranışlarını kontrol etmeye, denetlemeye niyet etmiş, önem vermişiz. Çocuğu geliştirip özgür bir birey olması için çabalamak yerine kalıplayıp emir kulu yapmaya çalışmışız. İşte bu yüzden farkında olmadan çocuklarımızın canını yakıyoruz ve yakmaya da devam ediyoruz.

Bu nedenle de hüzün ve acı özümüzün bir parçası olmuş. Yani halk müziğine baktığımda da bunu açık seçik görüyorum. Evet, içlerinde neşeli olanlar da var ama ağırlıklı olarak

türkülerimiz hüzünlü... Nereden geliyor bu acı? Kendisini anlamlı ve coşkulu bir yolculuğun içerisinde bulamamaktan geliyor. Ama bir taraftan bunun mümkün olduğunu da hissediyor. O nedenle bir yakarış, bir özlem başlıyor. Biz de türkü yakıyoruz! Türküler aracılığıyla acımızı, sızımızı dile getirip yakarıyoruz. Türkülerimiz kendisi olamayan, kendisiyle ilişki kuramayan, dolayısıyla diğerleriyle de düzgün bir ilişki içine giremeyen insanların öykülerini, duygularını anlatıyor. Neredeyse her sorunun kökeninde bu var.

Ne yapmalı peki? Nasıl aşacağız bu sorunu?

Esasında bütün yapmamız gereken; ailede ve eğitim sisteminde çocuğun kendisini keşfetmesine, kendisine "merhaba" demesine, kendi tanıklığını önemsemesine yardımcı olmak... Çocuk hayatının anlamını kendi tanıklığında bulacak. Tek bir cümle istersen, çözüm bu.

İnsan hayatının anlamını refahta, sosyal kimlikte bulamaz. Ancak içindeki niyetin saflığında bulabilir. Niyetinin saflığını yaşamında bulamayınca hüzünlenir, öfkelenir, sıkılır, kederlenir. Ama kişi niyetinin saflığını özünde ve sözünde yaşamaya başladı mı, içinde yaşadığı koşullar ne olursa olsun mutlu olabilir. Dışarıdan baktığın zaman bazı insanlar için, "Deli mi acaba? Bu koşullar altında mutlu olunabilir mi, şükredilebilir mi?" denebilir. Ama bakıyorsun, kişi şükür duygusu içerisinde.

Burada "sevgi" anlayışında niyetin saflığından da söz etmek istiyorum. Dış tanıklığa bağlı korku kültüründeki sevgi anlayışı ile iç tanıklığa bağlı gelişim kültüründeki sevgi anlayışı farklıdır. İlkinde sevgi, davranışa dönük; sonuca, ürüne dönük; üstelik davranışın, sonucun ne olacağına bireyin kendisi değil, dışarıdaki bir otorite onun adına karar veriyor.

"Mademki seni seviyorum," diyor; "Senin kendi iyiliğin için şu mesleğe girmen, şununla evlenmen, şu evde yaşaman lazım; merak etme ben seni yönlendiririm."

Sürekli sana nasihat ediyor, ya takdir ediyor ya da azarlıyor. O sırada sen artık kendin olmaktan kopmuşsun, kaybolup gitmişsin; bunun farkında bile olmuyorsun.

Gelişim odaklı sevgi kültüründe ise kendini bulmana, güçlenerek kendi yolculuğun içerisinde anlamlı, coşkulu ve güçlü bir hayat yaşamana önem veriliyor ve imkân sağlanıyor. Nasihat edilmiyor ama süregiden, anlamlı bir sohbetin içindesin. Yaşamının her alanında bu sohbet var. Evde annen-baban, okulda öğretmenlerin, işte yöneticilerin seninle sürekli sohbet içinde. Senin kendinin ve yaşamın farkına varıp gelişmene yardımcı olmak istiyorlar. Avokado çekirdeğinden bahsederken potansiyelden bahsetmiştik;[4] işte anne babalar ve öğretmenler söz konusu potansiyelin ortaya çıkmasına gayret ediyorlar. Sana ve kararlarına saygı duyuyorlar. Nitekim senin kendin olarak gelişmen ve şevkle üretmen ekibin gelişmesi ve güçlenmesi anlamına geliyor.

> İnsan hayatının anlamını refahta, sosyal kimlikte bulamaz. Ancak içindeki niyetin saflığında bulabilir.

Nerede eksiğimiz diye sormuştun, işte eksiğimiz burada. Kendimizle ilişkimizde; diğerleriyle, ekibimizle ilişkimizde; toplumla ilişkimizde. Bu fotoğrafı önümüze koymalı, üzerinde ciddi ciddi düşünmeliyiz.

Hocam sıklıkla vurgu yaptığınız bir ifade var; "niyetin saflığı." Bunu açalım istiyorum. Nedir bu niyetin saflığı?

Kısaca gönlünün muradının kaynağını keşfetmiş olmak. Büyük resmin içinde neyi niçin yapacağını bilmek. Biraz kapsamlı olarak anlatmak istiyorum, çünkü önemli bir konu. Hayatta önce sonuçları görürüz: Mal mülk, makam, diploma, aile durumu, hastalık-sağlık, dostlarla veya yalnız; hepsi görebileceğimiz,

4 Bkz. İkinci Bölüm, s. 37, 38.

üzerine konuşabileceğimiz neticeler… Bu neticeler durup dururken kendiliğinden oluşmadı; kısa ve uzun süreli eylemlerin sonunda ortaya çıktı. Eylemlerin verimli olması için bir bilgi zemini, bir sistematiği olması gerekir. Bu bilgilere ulaşıp öğrenmek için niyet etmeniz gerekir. Özetlersek niyet bilgiye, bilgi eyleme, eylem neticeye götürüyor. İşte işin püf noktası tam da burada: Bu niyet nereden geliyor? Kızılderili bilgenin sözlerini hatırlamanın tam sırası; "Bir savaşçının gücü, niyetinin saflığındadır."[5]

Neyi kastediyor bu Kızılderili bilge?

İnsan doğası gereği biyolojik, duygusal, zihinsel, sosyal ve aşkın bir varlıktır. Niyetimizin kaynağı açlık, susuzluk gibi biyolojik olabilir; güven ya da sevgi arayışı gibi duygusal olabilir; merak edilen bir sorunun cevabını bulma ihtiyacı gibi zihinsel olabilir; arkadaşla bir kahve içip sohbet etmek gibi sosyal olabilir ya da aşkınlık boyutunda inancı gereği namaz kılmak olabilir.

Bir kişinin niyetinin saflığı, niyetinin kaynağını olduğu gibi kabul etmekten ve onu dürüstlükle yaşamaktan geçer. Çocuklarda bunu açık seçik görürsün. Açım diyorsa, açtır. Ama biri aç olmadığı hâlde açım diyerek senden para almaya çalışıyorsa orada saflık yoktur. Açsam açım diyebilmek, yalnızsam yalnızım diyebilmek ama bunu başkasının ekmeğine ya da ilişkilerine saygılı olarak yapmak. Yani "biz" ilişkilerine saygılı olmak. Ayrıca inancın olmadığı hâlde inanıyor gibi konuşup davranarak, inanç ve değerlerinin kaynağı olan aşkınlığı açlığını ya da yalnızlığını gidermek için araç olarak kullanırsan, niyetin saflığı ortadan kalkar.

5 Bkz. Birinci Bölüm, s. 34.

Aşkınlık inanç ve değerlerin kaynağı diyorsunuz. Bu kavramı biraz daha açabilir misiniz?

Bu konuyu önemsiyorum. İnsanı insan yapan aşkınlığıdır. Eşim Yıldız'ın kuşlara simit verme öyküsünü anlatmıştım.[6] Soru ortada; simit verdiği için kuşların mı Yıldız'a teşekkür etmesi lazım, yoksa mutlu olma imkânını ona verdikleri için Yıldız'ın mı kuşlara teşekkür etmesi lazım? Yıldız ne zaman ki kimin kime teşekkür edeceğinin belirsizliğini idrak etti; işte o zaman aşkınlıkla, yani bir sistemin parçası olduğu gerçeğiyle tanıştı. Bunu bilerek kuşlara simit veren insan, niyetinin saflığına ulaşmıştır.

Aslında tüm ilişkiler için de geçerli dediğiniz gibi...

Bireysel çıkarlarının sınırları içinde kaldığı sürece insan, hayatında anlam bulamaz. Anlam için "biz"i keşfetmesi lazım. "Biz"i keşfeden ve kendi potansiyelini geliştirerek olabileceğinin en iyisi olma yoluna girmeye niyet eden insan ise çıktığı yolculuktan hiçbir zaman pişmanlık duymaz. Zorluklar içinde olabilir, bedensel hastalıkları olabilir, ekonomik koşulları iyi olmayabilir ama doğru yolda olduğunu hissettiği andan itibaren özünü, hayatını yaşıyor demektir. Savaşçının niyetinin saflığını keşfetmesi budur.

Bireysel çıkarlarının sınırları içinde kaldığı sürece insan, hayatında anlam bulamaz. Anlam için "biz"i keşfetmesi lazım. "Biz"i keşfeden ve kendi potansiyelini geliştirmeye niyet eden insan ise çıktığı yolculuktan hiçbir zaman pişmanlık duymaz.

6 Bkz. İkinci Bölüm, s. 44.

Çünkü orada artık önemli olan, hedef diye konan şeye ulaşıp ulaşmamak değil; o hedefe giden yolda doğru adımlarla, doğru niyetle yürüyüp yürümediğin. Öyle değil mi?

Evet, yaşamak da bu zaten. "Yaşadım be!" diyebilmenin altında bu yatıyor. "Şükürler olsun, yaşadım!" İşte bu duyguya ulaştığın zaman biyolojin sağlıklı çalışır, aklın kıvraklaşır, kapasiten artar, ilişkilerin yoluna girer.

Tam bu noktada sormak isterim. Niyetinin saflığını keşfeden insan da umutsuzluğa düşemez mi? Ya da sizin hiç umutsuzluğa düştüğünüz oluyor mu? Düşüyorsanız, nasıl baş ediyorsunuz?

Olmaz mı! Umutsuzluğa düştüğüm zamanlar da oldu, kaybolduğum zamanlar da. Ama önemli olan bunu fark edebilmektir. Öyle bir noktaya geldim ki, umutsuzluğa düşme yolunda olduğumu daha çabuk hisseder oldum. Sakinlik ve meditasyon bana yardımcı oldu. Nasıl mı? Gözlemleyen bilincim devreye giriyor, içinde bulunduğum süreçlere dışarıdan bakarak hangi noktalarda umutsuzluğa savrulduğumu daha rahat anlayıp tedbir alabiliyorum. Örneğin gerçekçi olmayan bir beklentiye girmişim ya da savrulmaya başladığımı hissediyorum. Kendime şu soruyu soruyorum; "*Doğan niyetinin farkında mısın?*" Zaten niyetimi sorgulamaya başladığım an aslında bu gidişe bir dur diyorum. Eğer "ben" bilinci içinde bir niyetse süreç ister istemez umutsuzluğa yönelecek. Çünkü "ben çıkarı" özgürlüğümü esir almış, ister istemez tıkanacağım. Bunun kaçarı yok.

Somut bir örnek verebilir misiniz?

Diyelim ki eşimle bir kırgınlık yaşamışım. Kendimi reddedilmiş hissetmişim. Bu da bana güçsüz, dikkate alınmayan bir koca olduğumu hissettirmiş. İçimde bir kazan kaynamaya başlamış. "Bu ilişkiden bir şey çıkmayacak, sonumuz iyi değil!"

gibi bir düşünce zihnimde yavaş yavaş şekillenmeye başlamış. Öfkeye düşmüşüm, hırçınlaşmışım. İşler kötüye gidiyor yani. Şimdi burada duralım. Bir kenara çekilelim de gözlemleyen bilinç devreye girsin.

En hassas nokta tam da burası değil mi? Umutsuzluğa düşmek üzere olduğunuzu hissettiğiniz, tespit ettiğiniz o an. Çok merak ediyorum bakalım "gözlemleyen bilinç" bize ne gösterecek?

Şunu gösterebilir mesela: Demek ki ben, "Bu ilişkide patron ben olacağım, benim dediğim olacak, eşim bana hizmet etmeli," gibi bir düşünce içerisindeyim. Peki bu düşüncenin kökünde ne yatıyor? Hepsi aşama aşamadır çünkü.

Acaba kendimi yalnız mı hissediyorum? Niçin kaybolmuş vaziyetteyim ve o kaybolmuşluğun içinde ne yapacağımı neden bilemiyorum? Tüm bu sorularda hep sadece "ben" var, "biz" yok. İşte bunu fark ettiğim zaman içimden kendime, "Doğan dur!" diyorum. "İyi olan, doğru olan bu değil; bu sana yakışmaz. Sana yakışacak olan neyse bir düşün bakalım, keşfet onu."

Bu düşünce sistematiği içinde bir fırsatını bulup eşime bir kahve içmeyi teklif ediyor ve kahveyi yapıp onunla sohbet ediyorum. "Sana teşekkür etmek istiyorum," diyorum. Ama kolay değil. Mesela öyle bir çiçek almakla hemen sonuç verecek bir adım değildir ama yine de bir başlangıçtır. Önce o da kuşkuyla, "Niye?" diye soruyor bana. Çünkü o da korkuyor, çekiniyor. Çünkü acı çektirmişim ona.

Devam ediyorum konuşmaya:

"Seni çoğu kez yalnız bıraktım. Hayatının tüm anlamı bana hizmet etmekten ve isteklerimi yerine getirmekten ibaretmiş gibi bir tavır takındım. Bunun ancak şimdi farkına vardım. Senden özür diliyorum. Sen iyi bir insansın. İyi bir ekip arkadaşısın. İyi ki hayatımdasın."

Bunları açık yüreklilikle söylesem bile önce kuşkulanıyor. Çünkü dedim ya, kolay değil. Acı çekmiş biri ve başta belki inanamıyor. Ne zaman inanıyor peki? Bu sözlerimle ifade ettiğim hâli içime sindirip konuşmalarıma, hâl ve tavrıma yansıttığım zaman… İşte o zaman o da gardını indirmeye başlıyor.

Burada önemli olan bir nokta daha var; neyi söylediğim kadar, nasıl söylediğim de önemli... Niyetimi gözlemlemeyi başardığım, keşfettiğim zaman bunu dile getireceksem, zihin dilimle gönül dilimi dengeli bir şekilde kullanmak isterim. Zihin dilimle gönül dilimin ahengini ise en iyi içim bilir.

Zihin dili ve gönül dili... Yeni kavramlarla tanışıyoruz. Nedir bunlar ve nasıl dengelenebiliyorlar?

Zihin dilim olayların, rakamların, malumatın anlatım dilidir. Bir de gönül dili var; o da "biz"i gerçekten hissettiğin zaman ortaya çıkan duyguların, ilişkilerin dilidir. Yani biraz Yunus Emre'ye aşinaysan, bu dili bilirsin. Bir şey söyleyeyim; işte bu, evrensel bir dildir. Altı aylık bir bebek bu dili hisseder. Bu sebeple gönül dilini önemsiyorum. İlişkilerde bu iki dili dengelemek önemli, o nedenle eşime söyleyeceklerimi bu iki dili dengeleyerek söylemeliyim.

Bir de unutmayalım, ne demiştik? Umutsuzlukla mücadelenin özü niyetini keşfetmektir. Bunlara bir ek yapayım. Hayata dair genel bir yaklaşım olarak, yaşam için en hayırlı olanın gerçekleşmesi için dua etmek de geliyor içimden. "Aklım yetmeyebilir ama hayırlısı olan neyse o olsun ve umarım ben de bu hayırlı olanı yapmaya fırsat bulurum," diyorum kendime. Ondan sonra da bir kendini teslim etme,

"Gönül dili" "biz"i gerçekten hissettiğin zaman ortaya çıkan duyguların, ilişkilerin dilidir. Yani biraz Yunus Emre'ye aşinaysan, bu dili bilirsin. Bu evrensel bir dildir; altı aylık bir bebek bile bu dili hisseder.

meseleyi daha âli bir makama havale etme hâli var. Yani yüce bilince seslenerek, "Ben elimden gelenin en iyisini yapmaya çalıştım, bundan sonra ne olacaksa kabulümdür," hâli. Demek ki hayata dair, "İlle de benim istediğim olacak!" diye bir ısrarım yok. Yani ille de bir sonuca bağlılığım yok. Ama süreci önemsiyorum.

Sürecin tekrar altını çizmek istiyorum burada. Benim için önemli olan idrak edebileceğim her şeyin farkında olarak elimden gelenin en iyisini yapmaya gayret edip etmediğimdir. Bunu yapabildim mi? Önemli olan bu.

Modern insanın en sık ve en yoğun yaşadığı duygu umutsuzluk olsa gerek. Toplumun önemli bir kısmı umutsuzluk içinde. Ne dersiniz, yerinde bir gözlem mi bu sizce?

Bu yıl içinde altı hafta arayla sosyal medyadaki takipçilerime ve okurlarıma iki soru sordum. Bu soruları sorarken okurlarım arasında mümkün olan en geniş kitleye ulaşmaya çalıştım. Birinci soru şuydu; "Türkiye'nin toplumsal, bireysel, kültürel hayatına, ekonomisine baktığınız zaman nelerin aksadığını görüyorsunuz ve bunun sebepleri neler olabilir?" Bu soruya gelen yanıt ve yorumların sayısı on bini geçti. İnsanlar kendi hayatlarından, devlet yönetiminden, eğitimden örnekler vererek meramlarını anlatmaya çalışmış.

Bir ay sonra ikinci soruyu sordum; "Toplum olarak güçlü tarafımız nedir? Hayatta kalmamızı, toplum olarak ayakta kalmamızı sağlayan; geçmişimizden, kültürümüzden gelen güçlü yönlerimiz neler?" Bu soruya ise daha az sayıda, bin kadar yanıt geldi. İçlerinde de ilgi çekici bir alternatif yoktu. "Savaş hâlinde birlik oluruz, sıkıntılara karşı tek yumruk oluruz," gibi yanıtlardı çoğu.

Sosyal medyada beni takip eden okurlarımın gelişmeye önem veren insanlar olduğunu düşünüyorum. Böyle bir sonuçla karşılaştığımıza göre evet, toplumun önemli bir kesimi umutsuz...

O hâlde ciddi bir derdimiz var...

İnsan umutsuzsa ne yapacağını bilemez duruma gelir. Önceliğinin ne olduğunu idrak edemez. "Hangi adımı atarsam atayım fark etmez, zaten yaşamanın da bir anlamı kalmadı," demeye başlar. Umutsuzluk kişinin cesaretini de şevkini de kırar. "Çıkış yolu yok," duygusu güçlendiği için bireylerde belirli kişilere, kurumlara ya da hayata, hatta Allah'a isyan başlar. Orhan Gencebay'ın dediği gibi, "Kaderin böylesine yazıklar olsun!" tavrı hâkim olur. İsyanın temelinde aldatılmışlık ve haksızlığa uğramışlık duygusu vardır, alttan alta sinsi bir öfke oluşur.

Kişi farkında değildir ama konuştuğunda o duygunun orada durduğunu görebiliriz. "Abim ablam hakkımı yedi; bu toplum, bu eğitim sistemi hakkımı yedi," gibi ifadelerde bulunur. Bu öfke dolu hâlin altında yatan sebeplerden biri de dikkate alınmama, yok sayılma duygusudur. Tıkanıp kalma. Umutsuz insan kendini bir çemberin içinde hisseder ve nereye dönerse dönsün bir çıkış bulamaz. Saat kadranı gibi düşünün; akrep on ikiyi gösteriyor ama önü kapalı. Saat üç, önü kapalı. Saat altı, önü kapalı. Kendisini evrenin geri kalanından yalıtılmış hisseder, aslında sonsuza kadar yalnız kalma korkusudur çektiği.

Şimdi ve burada yoksam, ileriyi de göremem. İşte umutsuzluk içindeki kişi için de gelecek yoktur. O da çoğunlukla geçmişe yönelerek bu duruma tepki verir. Bu da bazen hezeyanlara, bazen de melankoliye yol açar. Kişi sürekli ya uğradığı haksızlıklardan ya da geçmişteki görkemli günlerden söz etmeye başlar.

Ayrıca umutsuzluk hissi sinsidir. Umutsuzluğun yarattığı ruh hâlinden kurtulmak isteyen kişinin, başka meşgaleler yaratmaya çalışırken kendini işkolik, alkolik ya da çarpık ilişkiler yaşar hâlde bulması da olasıdır.

Ama yine de yapılabilecek şeyler var.

Böyle bir durumdan nasıl çıkılır?

Dönüp dolaşıp etki alanını keşfetme konusuna geliyoruz. Kişinin şimdi ve burada etki alanı, hayatın büyüklüğü ile kıyaslanırsa gerçekten küçüktür. Ama yaşam dediğimiz de küçücük alanların, deyim yerindeyse binlerce mikrokozmosun bir araya gelmesinden oluşur. Etki alanını keşfedip orada ufak bir girişimde bulunmak insanı umutsuzluktan kurtarıp umutlu insan olma yolculuğuna çıkartır. Beyin çabayı hisseder ve dopamin salgılar. Umutlu kişi, çevresi ne kadar zorlu ve koşulları ne kadar kötü olursa olsun ayakta kalmayı, umutsuzluğa düşmemeyi başarır. Nazi kampında zor koşullarda varoluşunu ayakta tutabilen bir kişi olan ve *İnsanın Anlam Arayışı* kitabını yazan Victor E. Frankl bu alanı keşfetti[7] ve özet olarak şunları söyledi; birey kendi değerleri ve inançlarıyla ilişkisini sıkı kurarsa kendisine bir alan yaratır. Bu alan sayesinde de biyolojisi, aklı, ilişkileri, duyguları ve değerleriyle aşkın bir amacı gerçekleştirmek için ayakta kalır.

> Toplum olarak sürekli şikâyet etmek yerine ilk adımı atmasını öğrenmeliyiz.

Umutsuzlukla mücadelede öğrenilmiş çaresizliğin üstesinden gelebilmek önemlidir. Ve bunun da yolu ufacık da olsa ilk adımı atmaktır. Diyelim ki derslerine çalışamıyorsun, sınavlara hazırlanamayacağını düşünüyorsun, umutsuzsun. Önerim: Saatlerce çalışmayı hiç gözün kesmiyor olabilir ama en azından beş dakika çalışabilirsin. Beş dakika ile başla! İnan ki o ilk adımın sihirli bir gücü var. Derken o ilk beş dakikadan sonra, içinden on dakika çalışmak gelir. Böylelikle yavaş yavaş ilerlemeye başlarsın.

Şüphesiz toplum olarak sürekli şikâyet etmek yerine bu ilk adımı atmasını öğrenmeliyiz.

7 Victor Emil Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, Okuyan Us Yayın.

Nasıl atılacak bu adım?

Mesela bana, "Türkiye için bir dilek dileseniz ne olurdu?" diye sorsalar, "Türk vatandaşlarının etki alanlarının ve bu etki alanı içerisindeki önceliklerinin farkına varıp ona göre sorumluluk almalarını isterim," diye yanıtlardım. Toplum olarak biz herkesi tenkit etmeyi severiz, biliyorsun. Ekonomide, siyasette, sporda, hemen her konuda… Ama kendimize dönüp bakıyor muyuz? Örneğin evde üç aydır bozuk olan bir sifon vardır ve sürekli su akıtıyordur diyelim. Bunu gayet iyi bildiğimiz hâlde kalkıp onu tamir ettirmeyiz. Dahası insanımız bu basit hareketin Türkiye'nin geleceği ve ekonomisiyle ilişkisini henüz kurmuş değil. Çocuklarına bu şekilde örnek olmanın Türkiye'nin geleceğine ne kadar büyük zarar veren bir tavır olduğunun farkında değil. Bir anne babanın etki alanı içinde o tamirat... Sonuç üretiyor. Sorun çözüyor. Yapmazsan sorun kalıyor. Aylarca da sürüyor. İşte sana mikrokozmos... O nedenle etki alanı ve etki alanının içerisine giren önceliklerin farkına varıp onların sorumluluğunu alma meselesini çok önemsiyorum.

İlk adım: Ülkenin sorunlarını konuşmaya başlamadan önce kendinle, ailenle, işinle ilgili geliştirip güçlendirmen gereken bir sorumluluk duygusu. Ailede sorumluluk almanın önemini herkes kavrayacak ve herkes kendine düşen görevi yapacak. Bir tek şey değişse, bir tek şey: Her bir yetişkin vatandaş etki alanı içinde sorumluluğunu en iyi şekilde yapma bilincini uygulasa, her ailede bu olsa yirmi yılda Türkiye çok farklı bir ülke olur.

Nihayetinde çocuklarla kurduğumuz ilişkiler de etki alanına çok pratik bir örnek... Birbirimize karşı da sorumluluklarımız bulunuyor. Birer anne baba olmasalar dahi her yetişkinin ilişkiler ağında çocuklar var. Yeğen olarak var, arkadaş çocuğu olarak var, mesleki olarak var. Herkes tanıklık sürecine dâhil...

Çocuğun ebeveyni ya da yakın çevresiyle ilişkisinde bu kişilerin tanıklık sürecinin farkında olması elzemdir. Çünkü çocuğun en önemli ruhsal gıdası iletişimdir. Bu ilişkiler ağı olmasa çocuk güneşini, suyunu, toprağını bulamamış bir tohuma benzer; gelişemez. Bunun da şüphesiz topluma yansımaları vardır. Bu bir zincirdir.

Bu hususta uzun vadeli bir başarı için sorumluluğumuzu etki alanımız içinde görmemiz gerekir. Öfke doluyuz. İlk yapılması gereken şey öfkemizi tanımak ve onun bize söylemek istediğini anlamaktır. Öfkeden kurtulmak değil, öfkenin söylemek istediğini anlamak ve üzerinde düşünüp farkına varmak. Farkına varabilmek için de kişinin ara sıra bir adım geri atıp dışarıdan bir gözle kendine bakabilecek bir varoluşa ulaşması gerekir.

Sizin için öfkenizin size ne söylediğini anlama yöntemi meditasyon sanırım. Biraz açabilir misiniz?

Evet, benim yöntemim meditasyon. Her gün yirmi dakika yeterli olabiliyor. Ama bunun düzenli olması gerek.

Kişinin gözünü kapatıp, derin derin nefes alarak kendini dinlemesi olarak özetlenebilir. Aklına gelenlerin farkında olup takılıp kalmama. Kendinizi bir nehir kenarında düşünün; gelen düşünceler, nehirde akıp giden tekneler. O teknelerin her birini fark etmek ama onlardan hiçbirine binip gitmemek gerek. Diyelim düşüncelerden birine takıldınız, yani bir tekneye atlayıp gidiyorsunuz. Bunu fark ettiğiniz anda hemen durup yine nehrin dışına çıkın ve izlemeye başlayın.

Öfke doluyuz. İlk yapılması gereken şey öfkemizi tanımak ve onun bize söylemek istediğini anladıktan sonra üzerinde düşünüp farkına varmaktır.

Ne kendini ne de olayları yargıla! Ne alkışlayıp böbürlen ne de kendini kötüle. Nehir akıyor, sen o akışın farkında olmaya devam et.

Bu kolay değil tabii, hele de başlarda. Nehrin kenarına oturup akıp gidenleri onlara takılmadan izlemeyi başarmak belki bir iki ayınızı alacak. Mesela ben meditasyon yapmayı öğrenirken bir seans sırasında annemin ninnisini hatırladım. Uzun uzun ağlamışım. Bir de baktım ki benim yirmi dakikalık meditasyonum ağlayarak geçmiş. Meditasyon hocasına durumu anlattığımda, "Demek buna ihtiyacın varmış ama akıp gidenlere böyle kapıldığını hissettiğin zamanlarda yumuşak bir şekilde kendini nehrin kıyısına çıkar ve kenarında otur," diyerek aynen devam etmem gerektiğini söyledi.

Bu süreçte öğrendiğim en önemli şey şu oldu; ne kendini ne de olayları yargıla! Ne alkışlayıp böbürlen ne de kendini kötüle. Nehir akıyor, sen o akışın farkında olmaya devam et.

Gözlemleyen bilinç herhâlde tam burada devreye giriyor.

Evet. Üstelik bunun tek yöntemi meditasyon da değil. Meditasyon yapsın yapmasın, her insan kendine bu vakti ayırmalı. Her gün on beş yirmi dakikayı kendinize ayırarak, "Bugün yaşamımda kendim olarak ne kadar vardım?" diye sorup sıfırla yüz arasında bir puan verebilirsiniz. Bunu her gün yaparak, hafta sonunda bir haftalık, ay sonunda aylık ortalama alırsanız bir süre sonra ruh hâlinizde fark edilebilir bir örüntü olup olmadığını anlamaya, temel duygularınızın neler olduğunu tespit etmeye başlarsınız. Ardından, "Bu duygular nereden geliyor?" sorusuna cevap arayın. Son olarak da bu çerçeve içerisinde hareket ederken kendinize şunu sorun:

"Hayatımda bir milimetre dahi olsa istediğim yönde değişiklik yapabileceğim bir alan var mı?"

Dediğim uygulamayı yapan biri bu sorunun cevabını daha kolay bulacaktır.

Bunun bizi götüreceği yolu görebiliyorum. İnsan, gündelik başarı hissi tatmin edilmesi gereken bir varlık... O başarı hissi tatmin edildikçe -dışarıdan gelen takdirden bahsetmiyorum- yeni adımlar için de güç kazanıyor. Bir de biz genelde en büyük probleme odaklanıyoruz. Oysa hayatımızda küçücük bile olsa değiştirebileceğimiz bir alan bulup orada başarıya ulaşırsak o küçük başarılar ana problemin çözülmesi için de gerekli motivasyonu sağlayabilir. Ne dersiniz hocam?

Ne güzel söyledin; *"İnsan, gündelik başarı hissi tatmin edilmesi gereken bir varlık."* Anne babaların, öğretmenlerin, yöneticilerin bunu bilmeleri ve uygulamaları bir toplumu yirmi yılda değiştirir. Nereden mi biliyorum? Araştırmalar gösteriyor. Örneğin kişi yazar olmak istiyor ama bir yandan profesyonel bir hayatı var, öte yandan annelik yapmak zorunda. Babası hasta, kardeşi yardıma muhtaç... Yazmak, okumak istiyor ama biliyor ki bunun için zamanı yok. Diyelim kitap yazmak için kesintisiz en az üç dört aya ihtiyacınız var ve böyle bir zamana sahip değilsiniz. Sonuçta öfke ve haksızlığa uğramışlık hissine gömülüp yazmaktan vazgeçiyorsunuz.

Peki bunu nasıl aşabilirsiniz? Çocuk yetiştirme ile ilgili bir örnekle anlatmak istiyorum. Bir bankanın çalışanlarına haftalarca süren bir eğitim veriyordum. Katılımcılardan biri, bir kadın, benimle konuşmak istedi.

"Hocam üç yaşında bir kızım var. Akşam eve gittiğimde beni özlemiş oluyor ve kapıda karşılayıp 'Anne!' diye sarılıp beni ısırıyor. Çok canım yanıyor, kendimi tutamayıp hafifçe vuruyorum. Ama çok canım yanıyor hocam, ne yapayım? Sonra da kızım şaşırıp kalıyor. Ona vurmam gücüne gidiyor ve ağlıyor. Ne yapmalıyım, lütfen bana yol gösterin."

Anneye şu öneride bulundum:

"Kızını karşına al ve ona şunları söyle: 'Tatlım seni özlüyorum ve çok seviyorum. Bundan sonra eve geldiğimde, şu saatler

arası tam yirmi dakika sadece seninle ilgileneceğim. Bu yirmi dakika boyunca başka hiçbir şey yapmayacağım, telefon da çalsa cevap vermeyeceğim. Sadece seninle beraber olacağım. Ama ondan sonra yapmam gereken işler var. Mutfağa gireceğim, yemek yapacağım, istersen sen de bana yardım et. Sorumluluklarım var. Bunun için de senden anlayış istiyorum.'"

"Anlar mı hocam?" diye sorunca, "Bir deneyeceğiz ama bence anlar," diye yanıtladım.

Bir hafta sonra anne tekrar yanıma geldi ve henüz selamlaşmadan heyecanla anlatmaya başladı:

"Hocam, kızım saate nasıl bakıyor, bana nasıl anne diyor anlatamam. O yirmi dakika kendimi tam olarak ona veriyorum. Konuşuyor, oyun oynuyor ve sohbet ediyoruz. Zaman dolunca kızım kendisi bana zamanın dolduğunu söylüyor. İlişkimiz düzeldi!"

İşte konu her ne olursa olsun bu yirmi dakika kendini tam anlamıyla ona verdiğin zaman önemli sonuçlar elde ediyorsun. Yazar mı olmak istiyorsun? Şu veya bu şekilde sadece yirmi dakikanı ayır! Ama *her gün.* Kişi bu adımı atmaya başladığı zaman üst üste kazanıyor. Bileşik faiz gibi... Bu durum psikolojide de aynen mevcuttur. Yani kişi bu sürece üç birimlik bir enerji ile başlar ama mesela bir hafta sonra günde beş birimlik bir enerjiye kavuşur. Öbür hafta bir de bakmış ki on beş birim olmuş. Böylelikle yavaş yavaş nefes alışı değişir, çevreye bakışı ve algıları değişir. Dedim ya, umutsuzluk kısa sürede aşacağın bir konu değildir, bu tür müdahaleler gerekir.

Merak ettiğim bir şey daha var. Peki temelsiz umut da umutsuzluk kadar tehlikeli midir?

Takip edeceğimiz ilke şu olmalı; gerçekle ilişkini kesme! Şimdi ve burada sorumluluğunu, etki alanını ve önceliklerini bil. Kendi gücünün sınırlarının farkında olarak kararlar ver.

Gerçeğin algoritmalarından kopma. Gerçekle ilişkiyi kesmemek temel ilkedir.

Biraz evvel sizin de bazı konularda umutsuzluğa düştüğünüzü anlatmıştınız. Ama onlar gelip geçici diyebileceğimiz türden duygulardı ve içinden nasıl çıkılacağını da detaylarıyla tarif ettiniz. Peki çok derin bir umutsuzluğa saplandınız mı hiç? Çözüm bulamayacağınızı düşündüğünüz oldu mu?

Oldu! Derin umutsuzluklar yaşadım. İntiharın eşiğine geldiğim anlar oldu. Ama o ânı yaşadıktan sonra gerçek özgürlüğümü buldum.

Hikâyesini anlatabilir misiniz?

Yavaş yavaş gelişen bir süreç... Doktora için ABD'ye gidişimle başlıyor. Bu doktora bir plan dâhilinde değildi. Her şey yolda gelişti. Tesadüf eseri Charles Osgood gibi psikoloji alanında otorite olmuş biri ile tanıştım. Bana çalıştığı üniversitede, University of Illinois, Champaign-Urbana'da asistanı olmamı teklif etti. Üniversite de onun talebi üzerine hiçbir sürece bakmadan beni doktora programına kabul etti. Birdenbire kendimi doktora programında buldum.[8]

Kimseye danışmadan ilk sömestr doktora programından üç ders birden aldım. Doktora programı için, özellikle Amerika'ya yeni gitmiş bir yabancı öğrenci için, bunun ağır bir program olduğunu bilmiyordum. İlk derse gittiğimde elime bir sömestr boyunca okumam gereken kitap ve makalelerin listesini tutuşturdular. Bir baktım ki sadece o günkü ders için haftada ortalama iki yüz sayfa okumam gerekiyor. Salı günü gittiğim derse baktım, onun için de haftalık yüz seksen-iki yüz

8 Ayrıntılar için bkz. Doğan Cüceloğlu, *Damdan Düşen Psikolog*, Remzi Kitabevi.

sayfalık bir okuma yapmalıyım. Çarşamba gittiğim derste de aynı. Özetle haftada yaklaşık altı yüz sayfalık bilimsel içerikli okuma yapmam gerekiyordu.

Okumaya başladım. Alışkanlığımdır, okurken saat tutarım. Yine öyle yaptım ve bir de baktım ki saatte sadece bir buçuk sayfa okumuşum. Üstelik, mübalağa etmiyorum, sadece bir sayfada anlamını bilmediğim ellinin üstünde kelime çıkmıştı. Birden bu okumaları yetiştiremeyeceğimi düşünüp paniğe kapıldım. Bu sefer de, "Bu böyle olmaz, bari hızlı okuyayım," deyip hızlandım. Bu kez saatte beş sayfa okumuş ama okuduklarımdan hiçbir şey anlamamıştım. Bir süre böyle gitti ve ben depresyona girip yemeden içmeden kesildim. Uyuyamaz oldum. Hesapladım, bu hızda yirmi dört saat kesintisiz okuma yapsam bile mümkün değil, yetiştiremezdim. Bu şekilde doktora yapmamın imkânsız olduğunu fark ettim. Programdan atılacağımı düşünerek hemen kafamda senaryolar yazmaya başladım. Beni doktora programından atacaklardı; hocalarımın, arkadaşlarımın, abi ve ablalarımın yüzüne nasıl bakacaktım! Aklımdan bir trafik kazasına kurban gitme senaryoları bile geçirirken birden içimden bir savaşçının sesini işittim:

"Onlar beni atıncaya kadar burada kalacağım! Öğrenebildiğim kadar öğreneceğim! Elimden gelenin en iyisini yapacağım ve bunu da keyif alarak yapacağım! Doktora derecesi umurumda değil. Ben öğrenmek için buradayım!"

İçime şevk ve umut doldu. Günlerce iştahla kahvaltı yapmamıştım. Aşağı inip kahvaltımı yaptım, odama geri geldim. Masaya sözlüğümü ve okumam gereken makaleleri koyup okumaya başladım. Bir sayfayı iki saatte okudum, üstelik bilmediğim tüm kelimeleri atlamadan bir kenara yazıp sözlükten anlamlarına bakarak… Sonra bir baktım ki her şeyi gayet net anlamışım. Ayrıca okumaktan, öğrenmekten de büyük keyif aldığımı idrak etmiştim.

Bir ay sonra saatte beş sayfa okuyordum. İki ay sonra okumam saatte on iki sayfaya, üçüncü ayın sonunda ise saatte yirmi sayfaya çıktı. Bir dersten A, iki dersten B almıştım. O sonuçları görünce, "İyi ki el âlem ne der korkusuna teslim olmadım," diye düşündüm.

Hayatımda hiç unutamayacağım bir deneyimdi bu. Eğitim alanında niyetimin saflığını keşfetmiştim ve orada hayatımla ilgili önemli bir karar vermiştim.

Evet Deniz, ne demiştik? Savaşçının gücü, niyetinin saflığındadır. Ben de bunu kendi hayatımda bizzat yaşayarak öğrendim.

DOĞAN CÜCELOĞLU ÖNERİYOR:
Hemen Bir Kenara Kaldırmamız Gereken Beş Alışkanlığımız

1 Başkalarını kırmamak için kolayca söz vermek

2 Kişinin sadece davranışına bakıp, davranışının arkasındaki niyeti hesaba katmamak

3 Öfkenin tutsağı olarak hemen karar verip tepkide bulunmak

4 Keyif alınan bir alanda gelişim için hiç değilse haftada bir zaman ayırmamak

5 Duyguların söylediklerini dinlememek

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

İÇİMİZDEKİ "ÖZ"Ü NASIL BULURUZ?

"HER İNSANIN İÇİNDE OTANTİK BİR TARAF VARDIR"

Her insanın bir kendini ifade ediş tarzı vardır ama bunu nadiren görürüz. Ben işte o özgünlüğe rastladığım zaman keyif alıyorum. Bu hâl, özel bir hediye gibi geliyor bana.

Hocam bir önceki bölümde hayatın sıkıntılı anlarından konuştuk. Şimdi bambaşka bir pencere açmak istiyorum. Güzel zamanlara gidelim mi? Şöyle keyifli zamanlara... Hayattan en çok keyif aldığınız anlar hangileridir? Bağlantılı bir soru daha: En çok nasıl insanlarla beraber olmaktan keyif duyarsınız? Bize anlatabilir misiniz?

Hay hay! Ben bağlantıların farkına varıp her şeyi yerli yerine oturtabildiğim anlardan zevk alırım. Hatta kimi zaman, o tür anlarda, kafamda tam çözemediğim bazı konular, olaylar birdenbire anlam kazanır. "Hah!" derim, "Şimdi tamam oldu işte."

Amerikalılar, "*Aha moment*!" der buna. Bir tür aydınlanma ânı yani. Benim kastettiğim de bu tür bir an... Genellikle iç dünyamda yaşarım ama dış dünyamda tecrübe ettiğimde de hep zevk almışımdır. Bunu bir pencere açmaya da

benzetebiliriz. Bugün de yaptım hatta. Bir pencere açtım hayata. Belki ufacık ama yeni bir pencere... Çok hoşuma giden bir şey gördüm. Leblebi kadar bir sümüklüböcek bir ağacın dalına çıkmış, kendi kendine duruyor. İyice baktım. Ağacın çiçek açması, yaprakları, yapraklardaki ıslaklık ve o sümüklüböceğin arasında bir ahenk vardı. Sonra kendi içime baktım. "Şu anda kavrayamıyorum ama bunların birbiri ile ilişkisi var ve bu ilişki çok anlamlı," dedim, "Allah'tan görebiliyorum." Ve bu âna şahit olmaktan, bunu görebilmekten muazzam zevk aldım.

Mesela konuşma yaparken, konferans verirken daha evvel idrak etmediğim bir şeylerin farkına varıyorum ve bundan müthiş keyif alıyorum. Tık diye yerine oturuyor bir şey. Mesela tam ben önemli bir şeyler anlatırken o sırada ağaçtaki karga o kart sesiyle gaklıyor. Gak gak gak!

"Duydunuz mu, duydunuz mu? Bu karga altını çiziyor söylediklerimin, dikkat edin."

Şaka gibi gelecek belki ama o karga hakikaten de sanki beni anlamış gibi, konuşma boyunca önem verdiğim yerlerde gaklamaya devam etti. Yine aynı konuşmada bir yere gelmiştim ki, "Pat!" diye bir balon patladı. Meğer bir çocuk konuşma yaptığımız alana balonla girmiş. Herkes birden irkildi, dönüp o tarafa baktı. Tam da can alıcı bir yerdeydik. Ben yine, "Gördünüz mü?" dedim, "Bakın, önemli yerlerin altı çiziliyor."

Kitap yazarken de oluyor bu. Onun için yazmaktan keyif alıyorum. Yıldız'ın simit öyküsünde olduğu gibi kimsenin kimseye teşekkür borcu olmadığı ilişkiler kurduğum zaman da çok zevk alıyorum. Bir de otantik insanlarla karşılaştığımda sevinirim. Bir insan tam da kendisi olduğu zaman onu gözlerken pek zevk alırım. Genellikle çocuklarda oluyor bu ama arada büyüklerde de rastlarım.

Geçenlerde bir ekran sohbetine katılmak için bir televizyon kanalına gidiyordum. Şivesinden anladım ki şoför Karadenizliydi. Konuşmaya başladık, laf lafı açtı.

"Nereye gidiyorsun?" diye sordu, söyledim. Belli ki hayatın içinde yetişmiş bir esnaf... Cevval bir adam... Açık sözlü de. "Sen kimsin, senin alanın ne?" diye sordu. Yani aslında kendince, "Sen kimsin ki, oraya çağırıyorlar?" demek istemişti.

"Ben," dedim, "insan ilişkileri konusunda kitap yazan biriyim."

"Nedir yani insan ilişkileri?" diye sordu.

Örneklerle anlatmaya çalıştım.

"Şimdi mesela bir babanın, 'Kızım su ver,' dediğini düşün. Hâlbuki 'Hatice, kızım su ver,' dese ne kadar güzel olur."

Bunun üzerine, "Niye?" diye sordu.

"Eh!" dedim, "O kızın bir tekliği var, bir ismi var. 'Kızım su ver,' dediğinde her baba-kız ilişkisinde olan şeyi söylüyorsun ama 'Hatice, kızım su ver,' dediğinde o çocuk kendi tekliğini hisseder."

Bunu duyunca beni şaşırtan bir şey söyledi adam. Biraz amiyane tabirler kullandı ama daha iyi anlaşılması için olduğu gibi aktarayım.

"Oy!" dedi, "Ben hayvanın tekiyim. Şimdiye kadar hiç karımın ismini kullanmadım. 'Karı şunu ver, karı bunu yap, karı bilmem ne...' Ulan hayvan, bir kere karının ismini söylesene!" Kendi kendine kızdı. "Yahu hiç düşünmemiştim ben bunu!"

> Kendi olan, doğal insanla sohbet etmekten keyif alıyorum; yaşam anlamını buluyor ve kendimi "yaşıyor" hissediyorum.

Ben o sırada, "Allah'ım şu an ve bu insan ne kadar otantik!" diye içimden geçiriyordum. Neyse, döndüm şoföre.

"Ama," dedim, "kötü niyetin olduğunu sanmam; çünkü muhtemelen sen de büyüklerinden böyle görmedin."

Hakikaten de, "Görmedim," dedi. "Babam bir kere bana ismimle hitap etmedi, 'Oğlum şunu yap, oğlum bunu ver,' deyip durdu. Bu dediğin çok önemli yahu!"

Bu konuşmanın ardından adamın bana karşı tavrı, konuşması değişti.

Soruna dönersek; bu olaydan büyük bir zevk aldım ve içimde bir şükür duygusuyla, "Yaşadığım bu güzel an için evrenin özüne teşekkür ederim," dedim. "Kendi olan, doğal insan"la sohbet etmekten keyif alıyorum. O zaman yaşam anlamını buluyor ve kendimi "yaşıyor" hissediyorum.

Az önce "otantik insan" diye bir tabir kullandınız. Biraz daha açabilir miyiz? Kimdir otantik insan?

İçinde bulunduğu ortamda, ortamın izin verdiği oranda, elinden geldiğince kendisi olmaya, kendisini ifade etmeye özen gösteren kişidir. Otantik kişi, "Senin algılaman şöyle, öbürününki böyle; onun beklentisi şudur, bunun beklentisi budur," diye kendini saklamaz. Hiç kimseyi yargılamadan, utandırmadan kendisi olarak düşünür, duyar ve konuşur. Başkalarının beklentilerini umursar ama ona göre konuşup hareket etmez. Mesela düşün; bir çocuğun kendini ifade ediş tarzı vardır, bir kuşun kendini ifade ediş tarzı vardır. Sınırlama, baskı, beklenti, şu bu olmadan sergiler tarzlarını. Aslında her insanın doğal bir kendini ifade ediş tarzı olabilir ama bunu nadiren görürüz. Ben işte o özgünlüğe rastladığım zaman keyif alıyorum. O kişi için, "Ne kadar da kendisi!" diyorum. Bu hâl, özel bir hediye gibi geliyor bana.

Otantik kişi, "Senin algılaman şöyle, öbürününki böyle; onun beklentisi şudur, bunun beklentisi budur," diye kendini saklamaz. Hiç kimseyi yargılamadan, utandırmadan kendisi olarak düşünür, duyar ve konuşur. Başkalarının beklentilerini umursar ama ona göre konuşup hareket etmez.

Neden hediye gibi geliyor? Karşınızda özgün, kendisi olan birini görmenin ya da onunla ilişki içerisine girmenin size faydası nedir?

Bana faydası olmuş, olmamış umurumda değil! O an yaşamın özüyle kendi özümü ilişki içinde hissediyorum. Yaşamın sınırsız zenginliği içerisinde paylaştığımız, anlayabildiğimiz bir öz var. O kişi kendisinden başka hiç kimseye benzemez. Ama onu o kadar iyi anlayabiliyorum ki... Benim özüme o kadar yakın geliyor ki... Sanırım o gizil muhteşemliği hissediyorum. O özün zenginliğini hissetmekten gelen bir haz yaşıyorum.

"En çok çocuklar kendileri gibi olabiliyor," dediniz. Çocuklar üzerine çok eser verdiğiniz için bu cümle özellikle önemli geliyor bana. Bir yandan da çocukluğa, çocuklara hep çok kıymet verdiğiniz için kendi çocukluğunuzu da çok merak ediyorum. Nasıl bir çocukluktu? Siz ne öğrendiniz kendi çocukluğunuzdan?

Silifke'de doğup büyüdüm. Nasıl bir yer olduğunu tarif etmek için yaşadığımız mahallenin isminden başlayayım; Mukaddem Mahallesi. İsmi gibi gerçekten Silifke'nin en eski mahallesiydi. Mukaddem Mahallesi, Becilli Sokak, No:1'deki evimiz de mahallenin adına yaraşır şekilde kırık dökük, eski bir evdi. Bütün evler yıkık dökük...

Evimizin bir avlusu vardı, avluda da bir su kuyusu. İpli helkeyle [kova] su çekerdik kuyudan. Ufak bahçemizi çektiğimiz suyla sulardık. Patlıcan, biber, domates, nane; her şey yetişirdi bahçede. Elektrik ve su sonradan, ben ortaokuldayken bağlandı.

Davarımız vardı, davar derdik keçiye; eşeğimiz, ineğimiz vardı; tavuğumuz, kedimiz-köpeğimiz vardı. Örümceğimiz, akrebimiz, solucanımız vardı; sümüklüböceğimiz, bitimiz-piremiz vardı; kuşlarımız vardı, eşek arımız; sivrisinek, karasinek,

kelebek, kene, çıyan vardı. Neden anlatıyorum bunları? Ne kadar doğal bir ortam olduğunu gösterebilmek için. Hepsini de gördüm. Hepsinin birbiriyle etkileşimi ve iletişimi konusunda bir fikir edindim.

Ama var olan bir şeyi daha anlatmak isterim. Oldukça önemli... O küçük yaşımda sorumluluklarım vardı. Eşeği sulamak bana düşerdi. Ara sıra tımar etmek de gerekirdi. Tüm kardeşlerimin de yaşlarına göre sorumlulukları vardı. Bunların ne kadar önemli deneyimler olduğunu şimdi görebiliyorum. "Sorumluluk" ne demek bunu deneyimliyordum.

Organik olarak bir ekibin parçasısın ve senden beklenenler var, sorumluluklar var. Bu bilincin küçük yaştan itibaren oturtulması çok önemli...

Bir gün oturmuş yemek yiyorduk, bizim eşek anırdı.

"Oğlum, eşeği suladınız mı?" diye sordu babam.

Benim görevimdi ve sulamamıştım. Sofradan kalkıp sorumluluğumu yerine getirdim. İstersen sulama! Ona su vermeden içim rahat etmezdi. Kalkıp eşeği sulamak önemli işti. Sonuçta bu sorumluluğu yerine getirmek çocuğu yetişkin insan olma yolunda geliştiriyor.

Çocukken öğrendiğim bir diğer şey de şu: Her şey birbirine bağlı ve birbirini etkiliyor. Yani tavuk gurk oluyor [kuluçkaya yatıyor], ondan sonra cülleleri [civciv] çıkıyor. Ama sen de kediye dikkat edeceksin, o cülleleri yemeyecek. Onun ayrı bir sorumluluğu var, ona göre bir tavır içinde olacaksın. Ee, kedi gunnadığı [yavruladığı] zaman da köpeğe ve erkek kediye dikkat edeceksin.

Yani organik olarak bir ekibin parçasısın ve senden beklenenler var, sorumluluklar var. Bir yandan tanıklık da yapılıyor. Sözle değil ama bakışlarıyla babam "aferin" dediği zaman aile içinde, yani ekip içinde ayrı türden bir yerin oluyor. Anlam kazanıyorsun.

Hayatınız üzerine bir başka bölümde sormayı planlıyorum ama çocukluğunuz dedikten sonra; ömrün diğer ucunda bulunan, seksen iki yaşından hayata bakan Doğan Hoca bugün ne diyor hayat için? Can kulağıyla dinleyeceğim bir tecrübe bu.

İçime baktığımda bir şükür duygusu hissediyorum. Derinlerden gelen bir his bu. Kendimi hayattan kopuk ve yalnız değil, büyük bir "biz"in anlamlı bir parçası hissediyorum.

Bu "biz"in alt bölümleri var. Eşim Yıldız ve kızımız Umay'la ilişkimiz sağlıklı ve anlamlı... Amerika'daki çocuklarımla, dede olarak torunlarımla ilişkilerim de öyle... Şimdiye kadar öğrencim olmuş insanlar var, okurlarım var, kademe kademe kurduğum ilişkiler var. Doğal olarak yaptıklarıma ve fikirlerime pek hoş bakmayanlar da var ama bu daha çok aynı fikri, aynı ideolojiyi paylaşmamaktan kaynaklanıyor. "Sen yanlış düşünüyorsun, bizim bakış tarzımız doğru," diyen insanlar bunlar. Onları anlayabiliyor ve kınayıp kızmıyorum; bilakis düşüncelerini söyleyip paylaştıkları için içimde bir şükran duygusu var. Niyetimin saflığını tekrar tekrar gözden geçirmeme vesile oluyorlar.

Bir de baktığım zaman, hayatımın anlamlı ve coşkulu olduğunu görüyorum. İçimden gelen ses bana, "Doğru bildiğini yapıyorsun," diyor. "Doğan sen kendinsin ve doğru bildiğini yapıyorsun!" mesajını veriyor. Üstelik, "Ah keşke şunu da yapıyor olsaydım," dediğim bir durum yok. En azından böyle bir şeyi *hırsla* demiyorum.

İçinizde ukde kalan bir şey yok mu?

Mesela önemli gördüğüm ve yazmak istediğim birkaç kitap var. Ama yaşamın akışının gizemine ve muhteşemliğine inanıyorum. Kadere inanıyorum. "Sen elinden gelenin en iyisini

yapmaya devam et, kaderinde varsa olur," diyorum. O bakımdan içimde bir sakinlik, huzur var. Biliyorsunuz yakın zamanda bir kalp krizi geçirmiştim, bu gece bir kriz gelse ve ölsem…

Allah gecinden versin hocam. Allah uzun ömürler versin.

Son anda, "Allah kahretsin, daha yazacağım kitaplar vardı!" şeklinde bir duygu içinde olmayacağım. "Demek ki böyleymiş, bu kadarmış," diyeceğim.

Ama bu, "Unumu eledim, eleğimi astım," demek de değil sanırım.

Yok, hiç olur mu? Şimdi mesela seninle sohbetimizden doğacak bu kitap beni heyecanlandırıyor. Bu kitabı anne babaların, öğretmenlerin, üniversite gençlerinin elinde hayal edince ta derinlerde bir heyecan duyuyorum. Kafamda başka projeler var, onlar beni heyecanlandırıyor ve içimden de, "Allah'ım inşallah nasip olur, bunu görmek istiyorum," diyorum. İşte ben böyle düşünceleri kafamda evirip çevirip yolda yürürken bir karga gaklarsa ya da bir kedi yüzüme bakıp miyavlarsa "Tamam!" diyorum, "Oluru aldık, yolculuğa devam." Böyle bir tarafım da var yani [Gülüyor].

En anlamlı ve üretken zamanımdayım aslında. *Resolution* [çözünürlük] diyorlar ya hani, benim de düşünce ve farkındalıklarımda çözünürlük arttıkça resim de netlik kazanmaya başlıyor; işte o netlik dönemine girdiğimi hissediyorum.

Peki hocam, "Çok düşündüm, çok çalıştım ama bir türlü anlayamadım, bir türlü içine giremedim," dediğiniz bir konu var mı hayatınızda?

Var, kısaca bu sorduğun soruya cevap olan düşüncemin gelişim tarihçesinden söz edeyim. "Neden zorluklar, hastalıklar, mutsuzluklar var?" sorusuyla başlamıştım düşünmeye. Zamanla

insan olmanın sorumluluğunu anlayan birey olmanın, bir aile veya millet olmanın yolunun bu zorlukların üstesinden gelme azminde ve uğraşısında olduğunu açık seçik görmeye başladım. Ama çözemediğim ve cevabını bulamadığım konular hâlâ var. Mesela savaşlarda, hastalıklarda, zor zamanlarda en çok zarar görüp en çok acı çekenlerin masum çocuklar olmasının hikmetini anlayabilmiş değilim. Yani birçok yönlerden evirip çevirdim, düşündüm, kendime göre fikirler oluşturdum ama bir türlü tatmin edici bir yanıta ulaşamadım. Kafamda adil ve bireysel sorumluluğun olduğu, kul hakkının kutsal olduğu bir evren inşa ederken çözemediğim bir durum bu.

Tabii düşünmeye devam ediyorum; "Belki," diyorum, "o masum çocuğu seven anne babaların ve toplumun neler öğrenmesi gerektiğiyle ilgili alınması gereken dersler vardır." Ama sonuç itibariyle ıstırap çeken, inim inim inleyen bir çocuğun olması beni hâlâ düşündürüyor ve bu konuda bir çıkış yolu, bir yanıt bulamıyorum. Aynı hissi hayvanları işin içerisine kattığım zaman da yaşıyorum.

Yani bir yaratıcı, bir yaratıcı akıl varsa nasıl oluyor da bu masum çocukların acı çekmesine göz yumabiliyor diye mi düşünüyorsunuz?

Bir üst bilinç ve nizam olduğuna inanıyorum. Bu evreni yöneten düzenin ilkelerini aklımın yettiğince keşfetmeye çalışıyorum. Yani sonunda, "Demek böyleymiş," diyebileceğim bir yere varmak için çabalıyorum.

İznimizle beni etkileyen bir öyküyü paylaşmak istiyorum. Tam da sırası şimdi.

Kültürler arası anlama farklılıklarına örnek olarak şöyle bir olay anlatılır; Mısır'da Nil Nehri üzerinde 1950'lerde Asvan Barajı yapılmadan önce teknik altyapı çalışmalarında yer alan Kanadalı bir tarım teknik uzmanı, köylülerin gelirlerinde

düşüş ya da artış olup olmayacağını belirlemek için yörede geziyor ve çiftçilerle konuşup araştırma yapıyormuş. Bir dönüm tarladan ne kadar mahsul aldığını merak edip Mısırlı çiftçiye, "Bu tarladan ne kadar mahsul alıyorsun?" diye sormuş.

Mısırlı çiftçi soruyu duymamış gibi davranmış. Kanadalı, çiftçinin kendisini işitmediğini sanarak tercümana yeniden sordurmuş. Ama köylü yine duymamış gibi yapmış. Soru son defa tekrarlanınca Arap çiftçi öfkeyle, "Bu gâvur bizim imanımızı mı imtihan ediyor, yoksa bizi günaha sokmak için mi çalışıyor?" diye tepkide bulunmuş. Kanadalı hiçbir şey anlayamadan, "Nereden çıkardı bunu?" diye bakakalmış. Tercüman, çiftçilere, "Kanadalı uzman niye kızdığınızı anlayamıyor," dediğinde, "Bal gibi anlıyor," demişler. "Bize saf numarası yapmasın, biz onun ne yapmaya çalıştığını biliyoruz!"

Mısırlı çiftçinin davranışının anlamını kavramak için kısa bir açıklama yapalım. Bu olay çerçevesinde dindar insanın evrenin düzeni ve Allah'ın evrenle ilişkisine dair bakış açısına iki türlü anlam verilebilir:

Birincisi şu: Mısırlı çiftçinin anlam verme sistemi içinde Allah her an, her yerde olup biteni sürekli takip eden, yönlendiren ve yöneten, her şeyi bilen ve her şeye kadir bir Allah'tır. Böyle bir anlam verme sistemi içinde kulun yapacağı en doğru şey Allah'la ilişkisini iyi tutmak, O'nun emir ve isteklerine harfiyen uyarak ortaya çıkan sonuçları sorgusuz sualsiz kabul edip uygulamaktır. İnsanoğlu hikmetinden sual olunmaz bir nizam ve güçle ilişki içinde olduğunu bilmeli ve anlamaya çalışmak yerine buyruklara itaat etmeyi öğrenmelidir. Sual etmek, sorgulamak ve anlamaya çalışmak insan için haddini bilmemek demektir.

Mısırlı çiftçi kendi anlam verme sistemi içinde tercümana şöyle der:

"Tarladan ne kadar mahsul alacağımızı ancak Allah bilir. Biz teknisyenin sorusuna, 'Şu kadar mahsul alırız,' şeklinde

cevap verirsek kendimizi Allah yerine koyar, büyük günaha gireriz. Ona söyle, bir daha Allah'ın işine burnunu sokmasın. Allah verirse, bir dönüm tarladan sadece bizim köye, ülkeye değil, tüm dünyaya yetecek hasat alırız; Allah vermezse yüz dönüm tarladan elde edilen hasatla bir aile bile geçinmez. Hâşâ ben Allah mıyım? Nereden bileyim? Bana böyle sorular sorulmasını istemiyorum!"

Bir de Kanadalı teknisyenin anlam verme sistemi var. Onun da temelinde şöyle bir anlayış bulunmaktadır: Allah, evreni yaratmadan önce onu tasarladı, evrenin işleyişinin temelindeki ilke ve süreçleri belirledi. İnsana öyle bir akıl verdi ki, Allah'ın verdiği bu akılla insan evrenin temelindeki ilke ve süreçleri anlama ve keşfetme yeteneğine kavuştu. İnsan Allah'ın verdiği bu potansiyele sahip çıkmalı, saygıyla ve inatla içinde yaşadığı evreni anlamaya çalışmalıdır. Evreni keşfettiği oranda Allah'ı keşfeder. Allah'ın insandan beklediği de budur. Bu nedenle çiftçi toprağını, tohumunu, iklimini tanımalı ve elde ettiği bilgiler çerçevesinde çiftçilik yapmalıdır.

Mısırlı çiftçinin kullandığı birinci anlam verme sistemi sorgusuz sualsiz kabul etmeyi ve itaat etmeyi vurgulamaktadır. Bireyin sorumluluğu sadece itaat edip kendinden bekleneni olduğu gibi uygulamaktan ibarettir. Kanadalı teknisyenin kullandığı anlam verme sistemi bireyi gözlemlemeye, sorgulamaya, araştırmaya, keşfetmeye yöneltmekte ve bunları yapmaktan bireyi sorumlu tutmaktadır.

Ben bir düşünür ve bilim insanı olarak evreni ve yaşamı Kanadalı teknisyen gibi anlamaya çalışıyorum. Bu bir tür düşünsel ve duygusal yolculuk... Yaşamla kurduğum devam eden bir sohbet... Çevremden birçok davet aldım; "Biz hakikatin ne olduğunu biliyoruz, sen fena adam değilsin, gel bize katıl," diyenler oldu. Ama "bilen" insan olmak bana gerçekçi gelmiyor. Hakikati arayıp keşfetme yolculuğu sanırım beni arayış

içerisinde olanlarla sohbet içinde tutacak, özellikle gençlerle. Çünkü onlar gerçekten arayış içindeler, önemli ve temel sorular soruyorlar. Bilincimi açık tutup soruları dinlemeye, gözlemler yapmaya, öğrenebileceğim bir şeyler olup olmadığına bakmaya devam ediyorum.

Öğrenmek, öğrenmeye devam etmek demişken... Hani hayatın sırrını çözdüğünü düşündüğümüz insanlar vardır. Siz o insanlardan biri olduğunuzu düşünüyor musunuz?

Hayır, kendimi onlardan biri olarak görmüyorum. Hem düşünsel yönde büyük gedikler, büyük eksikliklerim olduğunu hissediyorum hem de duygusal yönden çiğ taraflarım olduğunu hem hissediyor hem de ara sıra görüyorum. Böyle dipdiri kötü taraflarım var ve onların farkındayım. Birinin bile bile gıcıklık yaptığını düşündüğüm zaman mesela, kafamda sopayı alıp gidiyorum; döndüre döndüre dövüyorum onu. Derken, gözlemleyen bilincim bana, "Doğan dur, ne yapıyorsun!" diyor. Yani daha gidilecek yolum olduğunun farkındayım.

Peki her olayda bu bahsettiğiniz empatiyi gösterebilen, sakin kalabilen biriyle karşılaştınız mı hiç?

Açıkçası hatırlamıyorum. Yani bu hâle yakın olduğunu düşündüğüm insanlar oldu ama sonradan onların da kendilerine göre bazı arızaları olduğunu gördüm. Bu bir taraftan da hoşuma gidiyor. Yani, "O da insanmış, onun da eksiklikleri varmış," diyorum. Hepimizin var. "Merhaba insan kardeş!" demenin insanı mütevazılaştıran hoş bir tarafı var!

Belki de bilgelik dediğimiz, "kişinin kötü tarafları olduğunu bilmesiyle ilgilidir" diyebilir miyiz?

Yani diyorsun ki; "Bilgelik hiçbir kötü tarafı olmayan bir insan olmak değil, kötü taraflarının olduğunu bilen ve bunu yönetebilen insan olmaktır!" Bu gerçekçi ve güçlü bir tanım oldu. Gerçek şu: Diğer insanların da benim gibi olduğunu bildiğimden hassas bir durumla karşılaştığımda, "Aman Doğan, dikkat et!" diyorum, "Şu an içinde bulunduğun durumun farkında ol." Çünkü karşımdaki insanın doğasında kötülük yapabilecek bir güç var. "Farkına var bunun. Üstelik sen de kötülük yapabilecek birisin."

"O da insanmış, onun da eksikleri varmış," demenin insanı mütevazılaştıran hoş bir tarafı var.

Demek ki şu bakış açısı da önemli; "Karşıdakini kötü görüyorsun ama sen ne kadar iyisin? Sende yok mu o kötü gördüğün davranışın bir benzeri? Geçmişte belli durumlarda sen de aynısını yaptın. Şu anda da bu karşındaki insan yapıyor. Yargılama. Onun yerine bir bak bakalım bu durumu düzeltecek bir şey yapabilecek misin?"

Ben artık böyle bir durumla karşılaştığımda, "Merhaba arkadaşım, görüyorum ki bunalmışsın, öfkelisin; besbelli ki biri hak etti o küfrü, senin için ne yapabileceğimi söyle," diyebilecek durumda hissediyorum kendimi. Her zaman değil ama çoğu kere. Neden? Çünkü anladım ki yaşam bir ekip işidir. Kader kısmet işte, bir bakıyorsun problem yaşadığım o adamla bir ekip oluşturmuşuz. "Senin yaptığın yanlış, böyle şey olur mu? Sana yakışmıyor," demek yerine, "Aynı durumda olsan sen de yapardın aynı şeyi," diyebiliyorum kendime.

Geçenlerde yaşadığım bir olayı örnek vereyim. Kaldırımda yürüyorum; oldukça dar bir kaldırım. Geçecek yer çok kısıtlı... Biri o dar kaldırıma gelip tam da yürüyeceğim yere arabasını park etti. Kalakaldım.

Arabadan bir kadın çıktı.

"Hanımefendi," dedim, "nereye park ettiğinizin farkında mısınız?"

"Öf haydi be, yürü!" dedi kadın.

Tam o sırada onun gireceği binadan bir adam çıkıp, "Şimdi ben alıp götüreceğim arabayı," diye durumu izah etti bana. Ama ben tamamıyla tıkandım. Kendimi hiç dikkate alınmayan bir sokak köpeği gibi hissettim.

Ne oluyor? Yürümek için kendi kendine bir yol bulman gerekiyor. Kaldırımdan ineceksin, trafiğin arasına atlayacaksın. O kadının beni hiç umursadığı da yok ve besbelli ki ben de umursanmak istiyorum. Ülkemde bir yaya olarak, sokakta umursanmak istiyorum.

Zaten mesele de o değil mi hocam? Hakkımız bu bizim. Şimdi bununla karşılaşıp da, "Yok, hiç sinirlenmedim," demek de belki mümkün ama bana zor geliyor. Ben sinirlenirim. Bununla baş etmeyi öğrenmek isterim ama sinirleniyor insan.

Çok basit. Sokakta onurlu bir insan olarak, onurlu bir vatandaş olarak rahatça yürüyebileceğim kaldırımların var olmasını istiyorum. Mahallenin köpeği gibi, park etmiş arabaların arasından yol bulmaya çalışmak gücüme gidiyor ve bunun gücüme gittiğini paylaşmak istiyorum. Şehir planlamacılarına sormak istiyorum örneğin:

"Neden kaldırımları bu kadar dar planlıyorsunuz? İki kişi karşılaştığı zaman yürüyemiyor. '-Mış gibi' kaldırım yapmak yerine neden doğru dürüst bir kaldırım yapmıyorsunuz?"

Kaldırımları dar yapanlar, o zamana dek rahat yürünebilecek kaldırım planlamasıyla onurlu bir vatandaş olma arasındaki bağ üzerine kafa yormamışlar. Ben de bilmiyordum. Ama farklı örnekleri görerek anladım ki ben de bir insanım ve doğuştan getirdiğim haklarım var.

Söylemek, haykırmak istiyorum. Farkında olmadıkları ama onların düşünce tarzını yöneten anlam verme sistemini anlayabiliyorum. O anlam verme sistemi bana diyor ki:

"Sen sıradan bir vatandaş, bir yayasın; senin gücün yok. Eğer burada mevki makam sahibi güçlü insanlar yaşıyor ve yürüyor olsaydı, gayet geniş kaldırımlar yapardık. Sen güçsüzsün, yaya güçsüzdür."

Unutamadığım çocukluk anılarımdan biridir; yıllarca çamur deryası olup hiç el atılmayan yollar bir devlet büyüğü ziyaret edeceği zaman hemen asfaltlanırdı. Özet şu; biz insana "insan" olduğu için değil, gücü kadar değer veriyoruz.

İşte ben de topluma bunu anlatmaya çalışıyorum; anlasınlar ki ileride çocuklarımızın rahatça yürüyebileceği kaldırımlar yapılsın.

Çoğu kere de bu kaldırımları planlayanların durumun farkında bile olmadığını görüyorum. Yani ben bunu anlattığım zaman adam bana önce hayretle bakıyor, sonra hak veriyor. O zamana kadar hiç düşünmemiş, rahat yürünebilecek kaldırım planlamasıyla onurlu bir vatandaş olma arasındaki bağ üzerine kafa yormamış. Ben de bilmiyordum. Ama farklı örnekleri görerek anladım ki ben de bir insanım ve doğuştan getirdiğim haklarım var.

DOĞAN CÜCELOĞLU ÖNERİYOR:
Hayatın Her Aşamasında Muhakkak Aklımızda Tutmamız Gereken Beş Şey

1 İçinde bulunduğun koşullarda doğru olanın ne olduğunu unutma ve doğru olanı yapmaya çalış.

2 Kendi içinde iyi ve kötü taraflar olduğunu unutma ve seçimlerini yaparken nasıl bir gelecek inşa etmek istediğini aklında tut.

3 Elinden geldiğince kendinle tutarlı ol. Kendi gözünde ve diğerlerinin gözünde güvenilir bir insan olmayı ihmal etme.

4 Ekipteki insanların iyi taraflarını gör, ifade et ve onların hayatına anlamlı bir katkıda bulunmaya özen göster.

5 Kendi özünün derinliğini ve zenginliğini önemse, anlamak için kendinle sevecen bir tavır içinde sohbet etmeyi ihmal etme.

BEŞİNCİ BÖLÜM

ÇEVREMİZ BİZİ NASIL ETKİLER?
"BÜYÜK RESMİN İÇİNDE, BEN NEREDEYİM?"

Ben kötü bir insan değildim, niyetim iyiydi ama davranışlarım bilinçsizdi! Atladığım neydi? Nasıl bir ortamda büyümüştüm ki, yaşamımı yönetme bakımından böyle bir duruma düşmüştüm?

Bir önceki bölümde yaşamsal meselelere kendi tecrübeniz üzerinden bakmıştık. Bu bölümde buna bir başka perspektifle devam etmek istiyorum. Sizin çok değer verdiğiniz bir kavram var: Anlam arayışı. Hayatınızdaki anlam arama yolculuğunuzu dinlemek isterim. Nasıl yaşanıyor bu anlam arayışı? Siz nasıl yaşadınız?

İnsan farkına varmadan içinde yer aldığı bir büyük resim oluşturmaya başlıyor. Bu büyük resmin içinde neredesin? Resimde yer alan diğer unsurlarla şimdi bulunduğun yerin ilişkisi ne? Bu tür soruları da sormaya başlıyor. Evvela, "Emniyette miyim, güvende miyim?" sorusunu soruyor. Güven konusunda diğer canlılardan bir farkımız yok. Daha sonra adım adım anlamla ve duygularla ilgili sorular sormaya başlıyoruz.

Her an bir algılama dünyası içerisindeyiz. Algılama sadece insanlara ait değil, tüm organizmalar algılıyor ve güvende olup

İnsan da tüm canlılar gibi güvenli bir ortam arayışı içerisinde ama bu yetmiyor; insan yaşamının anlamlı ve keyifli olmasını da istiyor.

olmadığını denetliyor. Yiyecek bulmuş bir kuşa baktığında ne görürsün? Bir gözü yiyecektedir; sağına bakar, soluna bakar, sonunda yiyeceği kapıp kaçar. Aynı durum bir kedi, bir köpek için de geçerli. Yani hayvan kendini güvende hissetmeden yemez, açtır ama önce güvende olmak gelir. Böceklere bak; hareket hâlindeyken dokunursan pat diye duruverir ve bekler; ancak kendini emniyette hissettiği zaman yürümeye devam eder. İnsan da güven arayışı içinde. Ama güvenli bir ortamda olmakla yetinmiyor, yaşamının anlamlı ve keyifli olmasını da istiyor. Bunu biraz açmak istiyorum.

Şimdi, kendi hayatıma geldiğim zaman… Anlam arayışında, farkına varmadan değişik zamanlarda kendime farklı sorular sormuş ve büyük resmimi inşa etmişim. Ama şimdi daha iyi anlıyorum ki büyük resmimi bilinçli olarak ben inşa etmemişim; çerçeveleri ailem, çevrem tarafından çizilip bana verilmiş. Üstelik bu sürecin ne onlar ne de ben farkındaydık.

İnsan çocukluğunda daha bilinçli bir öğrenme sürecine giriyor. Ben okula nasıl başladım; sınıf ortamına, eğitime, kendime, hayata nasıl anlam vermeye başladım; ondan kısaca söz edeyim, bu konuyu açmak için faydalı olur.

İlk söyleyeceğim şu: On bir çocuklu bir ailenin on bir numaralı çocuğu olarak babam elimden tutup okula götürmüştü. Abilerim ablalarım hepsi iyi öğrencilerdi; ben de iyi bir öğrenci olmalıydım.

Bu durum sizin üzerinizde bir baskı oluşturdu mu? Yani sınıfa girdiğinizde nasıl bir ruh hâli içindeydiniz?

Baskı değil, tatlı bir heyecan diyelim. İlk defa bir öğretmenin karşısına çıkmışım, ilk defa bir grup içerisindeyim ve

yanımda tanımadığım çocuklar oturuyor. Öğretmen içeri girdi, hepimiz ayağa kalktık, ayağa kalkmayı nereden öğrendiysek öğrenmişiz demek ki. Görüyorsunuz sadece bireyler değil; toplum ana babalara, öğretmenlere nasıl anlam vereceğimizi, nasıl davranacağımızı farkına varmadan bize öğretiyor.

"Oturun," dedi ve yoklama yapmaya başladı. "Mehmet Doğan Cüceloğlu," dedi. "Doğan" tutuyor, "Cücel" de tutuyor. Soyadımın "Cüceloğlu" diye söylendiğini o güne kadar hiç duymamıştım; bize "Cüceller" derlerdi. Oğlu? Bunun doğru olduğunu bir şekilde çıkarabiliyorum ama "Mehmet" kim? Mehmet diye biri var mı diye sağıma soluma baktım.

Basit bir sorunun cevabını bulmaya çalışıyorum; "Mehmet Doğan Cüceloğlu" ben miyim? Çünkü ben duyarlı bir çocuktum, hassas bir çocuktum, akıllı bir çocuktum. Emin olmadan paldır küldür cevap veren bir çocuk olmak istemiyordum. Öğretmen bir kez daha "Mehmet Doğan Cüceloğlu," dedi ısrarla. Sinirlenmişti ve daha da sinirleneceğini görüyordum. Hâlâ tam olarak emin değildim ama benim olma ihtimalim yüksekti, bunu sezinliyordum. Onun için tereddütle parmağımı kaldırdım. Öyle bir baktı ki bana, hiç unutmuyorum; âdeta, "Adını bile bilmiyor akılsız!" diyordu bakışları, hissetmiştim. O kadar gücüme gitmişti ki...

Dediğim gibi bir taraftan da yaşadıklarıma bir anlam verme çabası içerisindeydim orada. Sorular soruyordum kendime; mademki göbek adım vardı, niye evde bu söylenmemişti bana? Ben neden bilmiyordum göbek adımın "Mehmet" olduğunu?

Yanımda oturan çocuğun adı Şükrü'ydü. Muhtemelen şimdiki bilgilerle "hiperaktif" tanısı konurdu o çocuğa. Elinde değil, duramıyor yerinde. Öğretmen gelip iki tokat attı ve "Otur yerine!" dedi. İşte böyle bir sınıf ortamıydı. İlk günüm böyle geçmişti, derin bir kaygı ve korku içerisindeydim. O kaygıyla sanırım direncim düştü ve sıtma oldum, iğneci gelip

kalçama kinin iğnesi vurdu; vurdu vurmasına ama o iğnenin ucu sinirime denk geldi ve kırıldı, sol bacağım topal oldu. İğneci sarhoştu. Silifke'nin Sağlık Müdürlüğü'nde çalışan sarhoş iğneci İsmail'in hatırasını hâlâ taşırım. Geçen yıl çekilen röntgende kırılan iğnenin ucunu gördüm, hâlâ sol kalçamda duruyor.

Bu hadise sonucunda bir yıl okula gidemedim. Fakat bir yandan da çok memnundum, o öğretmenin sınıfında olmayacaktım.

Ne kadar üzücü... Peki bir sonraki sene neler oldu? Bu kötü deneyim sizi nasıl etkiledi?

Ertesi yıl tekrar okula gittim. Yine korkuyordum elbette. Öğretmenim Muazzez Aktolga. Yeni mezun olmuş, nişanlı. Sınıfa girdi; enerjik, cıvıl cıvıl.

"Ay ne güzel sizleri görmek!" dedi. "Haydi önce bir şarkı söyleyelim." Yoklama yapmadı. "Şöyle yapacağız, böyle söyleyeceğiz," diye açıklamalar yaptı. Oturduğumuz sıralar arasında gezinirken benim de başımı okşadı. Aman Allah'ım nasıl mutlu oldum anlatamam! O gün korkuyla girdiğim sınıftan uçarak çıktım. Hâlâ dün gibi hatırlıyorum da, "Okulumu seviyorum, öğretmenimi seviyorum, sınıfımı geçeceeeeem!" diye bağıra bağıra mahallenin tozlu yollarında koşturuyordum.

Siz aynı kişisiniz, okul aynı okul; peki ne değişti?

Etkileşimler değişti. İlkokul, ortaokul, lise... Her dönem anlam verişlerimin içeriğinin değiştiğini görüyorum. Önemli noktaların altını çizmek için atlayarak gidiyorum; nihayet üniversiteye başladım. Silifke kültüründe büyümüş biri olarak İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nü kazanmıştım. Öğrencilerin yüzde sekseni kız, kızların da yüzde doksanı İstanbul'un sosyo-ekonomik düzeyi yüksek sınıfından geliyordu.

Kendimi tamamıyla yabancı hissediyordum. Acaba benim farkımda mıydılar?

Zaman geçti, aynı bölümde asistan oldum ve farkıma varılmaya başlandı. İki yıl asistanlık yaptım, ondan sonra Amerika'ya gittim. Birdenbire fark ettim ki, Amerika'da o yeşil gözlü sarışın kızlar gözümün içine bakıp gülümsüyor ve benimle konuşmak istiyorlardı. Her birinin bakışını, "Bana vuruluyorlar," diye yorumluyordum. Kendi kendime, "Vay ben neymişim de bilmiyormuşum. Türk kızları benim değerimi bilmiyormuş!" diyordum. Bir daha karşımdakilere bakıyordum; güzellikse güzellik, alımsa alım, enerjiyse enerji. "Böyle bir kız Türkiye'ye gelse bizim Türkler peşinde koşar ama o benim peşimde koşuyor," diye gururlanıyordum.

Gözlemleyen bilincim henüz gelişmemişti ve bilinçli olarak bunları böyle değerlendirdiğimin tam farkında değildim. Kadın-erkek ilişkisinde "insan insana" bir ilişkinin de var olduğunu anlamam bayağı zamanımı aldı.

Hayat yolculuğuma devam edelim. Emily, bu güzel sarışınlardan biri. Ama bir yandan da şunu söyleyeyim; bu güzel kızlar, "Haydi kahve içelim, haydi şuraya gidelim," dedikleri zaman ben hemen koşamıyordum. "Bi' dakika ya!" diyordum. "Kadın dediğin biraz utangaç olur. Geri çekilir. Oğlum bunlar arabanın direksiyonunda. Böyle olmaması lazım. Direksiyonda ben olmalıyım." Arabanın direksiyonunda benim olmam gerektiğinden o kadar emindim ki... Niye böyle düşünüyordum, arabanın direksiyonunda olmamak korkusu nereden geliyordu; bilmiyordum.

Evlilikte kadın-erkek olmanın yanı sıra "insan insana" bir bağın da var olduğunu anlamak ilişkinin sağlığı için önemlidir.

Fakat Emily farklıydı, o arabanın direksiyonunda olmak istemiyordu. "Sinemaya gitmek ister misin?" diye soruyordum,

"İstersen gidelim," diyordu. "İşte bu be!" diyordum. "Ben istersem gideriz!" Gidiyoruz, geziyoruz, vakit geçiriyoruz. Ve sonrasında… Emily hamile kaldı.

Haberini verince başımdan aşağı kaynar sular döküldü. Çünkü ben Türkiye'ye dönmek istiyordum. Çünkü Ankara Atatürk Lisesi'ndeki edebiyat öğretmenim, beni insan yerine koyup sohbet eden, dolaylı olarak yolumun Amerika'ya düşmesine vesile olan Cahit Okurer Hocam bana, "Sen psikoloji alanında bilim insanı ol ve bu ülkenin insanlarına hizmet et," demişti. Cahit Hocamın o beklentisi benim büyük resmim olmuştu. Bu beklenti bana yön veren kutup yıldızı gibiydi.

Emily ile evlenince ne olacaktı? Adım gibi biliyordum ki bu kız Türkiye'ye gelirse mutsuz olacaktı. Bu iş gerçekleşemezdi. Ona kendisiyle evlenemeyeceğimi söylediğimde gayet onurlu bir tavır içinde, "Pekâlâ," deyip sustu. 1960'lı yıllardan söz ediyoruz, kürtaj yasak. Ya çocuğu doğurup kendin bakacaksın ya da bir hayır kurumu aracılığıyla evlatlık vereceksin. Bir süre sonra Emily, hüzünlü bir ifadeyle, "Çocuğu doğurup başkasına veririm," dedi.

Bunu duydum ya ben; artık bende uyku yok. İçim yanmaya başladı, her dakika acılar çekip kıvranmaya başladım. Bir gün parkta yürüyüş yapan hamile bir kadın gördüm, hüzünlüydü. Aklıma doğacak çocuğumun babasını tanımadan başka bir aileye verileceği geldi. Çocuğum doğacak ve birine verilecek! Çok ağrıma gitti. Ama çok! Bütün gece ağladım, sonra kendime kızdım; "Ben nasıl yapabilirim bunu? Yapamam!" Ertesi gün gidip Emily'ye evlenme teklif ettim. Bilmem farkında mısınız; öfke, suçluluk, pişmanlık, kaygı, tedirginlik deryasında yüzerken evlenme teklif etmiştim. Derken evlendik, tatlı kızım Ayşen bu evliliğin ilk çocuğu.

Hayatın anlamı denen şey sizin için bir anda değişti diyebilir miyiz?

Hem de nasıl! Ayşen doğdu; onu kucağıma aldım, gözlerimin içine bir bakışı vardı ki anlatamam. İliklerime kadar titredim, ürperdim. "Şimdi ben bir baba oldum. Bu güzelliği kucağıma aldım ve bir baba oldum." Ama ben gerçekten baba oldum mu? Bir babanın anlam verme sistemine ulaştım mı? Ulaşmadıysam ulaşmaya istekli miyim, buna hazır mıyım? Bunu içime sindirebilecek miyim? Baba olmanın muhteşemliğini içim hissediyor fakat aynı zamanda iyi bir bilim insanı olarak Türkiye'ye dönmem gerektiğini düşünüyordum.

> Peki ben gerçekten baba olmuş muydum? Anladım ki, çocuğu kucağına almakla baba olunmuyor. Baba olmanın anlamını sindirmek gerek.

Üstelik başarılıydım, yani ben kendimi öyle görmüyordum ama Charles Osgood, "Otuz yıllık meslek hayatımda böyle doktora çalışması görmedim," diye mektup yazmıştı. Bir yandan da Mümtaz Hoca bekliyordu, kendisini Psikoloji Bölümü'nün başında manevi babam gibi görüyordum. Nihayetinde Emily ikna oldu ve doktoramı alıp Türkiye'ye geldik. Gel gör ki Emily'nin çektiği eziyetleri anlatamam. Türkiye'de o zaman kadınlar pantolon giymiyor, Emily ilk pantolon giyen kadın ama bunun farkında değil. Onunla ilgili konuşmalar mı diyeyim, neler neler…

Sonra Elif doğdu, sonra Timur, ardından da askerliğim geldi. Ankara'ya gidip muhaberede asker oldum. Askerliğim bitti. Bu arada Mümtaz Hoca vefat etti. Ben Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'ne geçip orada doçent oldum. Ardından Fulbright Bursu'yla University of California Berkeley'ye ziyaretçi profesör olarak gittim. Dan Slobin isminde o alanda tanınmış bir profesör bana kol kanat gerdi, ofis buldu.

Ben de onunla çalışmak üzere bir yıl California'da, Berkeley'de kaldım.

Oradaki o kültürel etkileşimler içerisinde iletişim ve insan ilişkileri ile ilgili gelişirken şunu iyice gördüm: Emily ve ben doğal olarak farklıydık. Onu Türkiye'de tutmak, çocukları Türkiye'de yetiştirmeye çalışmak hem Emily'ye hem de çocuklara büyük haksızlıktı. Onun için çocukları ABD'de bırakma kararı aldım. Emily'nin annesi yanındaydı, torunları için canını verirdi. "Emily'nin eğitimi var, bilgisi var, burada daha rahat yaşarlar," diye düşündüm.

1977 Ağustos'unda Türkiye'ye tek başıma döndüm. Oğlum Timur iki, kızım Elif dört, büyük kızım Ayşen ise dokuz yaşındaydı. Bir süre sonra öyle bir bunalıma girdim ki altı ayda saçım ağardı. Havaalanında çocuklarımdan ayrılırken oğlum Timur, henüz iki yaşında hüzünlü gözlerle bana bakıp buruk buruk, "Baba sen gidince ben kiminle oynayacağım?" dedi ki... Bunu hiç unutamıyorum. Hatırladıkça hâlâ ağlarım.

Türkiye'ye gelirken kafamdan şunu geçiriyordum: Ablamlarla, ağabeylerimle buluşayım; derdimi anlatıp içimi dökeyim. Kucaklasınlar, bağırlarına bassınlar beni. Uçak Ankara'ya indi, bu hayalle Ankara'daki ağabeyimin evine gittim. Yemek yerken bir yandan benimle konuşuyor gibiydi ama esasında televizyon seyrediyordu. Müthiş bir hayal kırıklığı yaşadım. Hayal kırıklığının derinliğini ve yaşama anlam vermenin yeni bir aşamasını sen hayal et!

Derin bir bunalıma girmişsiniz sanki. Bu hâlin üstesinden gelmek için neler yaptınız?

Bana bir yol gösterecek, rehber olacak, mentorluk yapacak birini aradım; bulamadım. Cahit Hoca da Mümtaz Hoca da rahmetli olmuştu. Bu şekilde kafası bulanık ve arayış içinde çocuklarımdan tam dört yıl ayrı kaldım.

Hani sohbetimizin bir yerinde anlatmıştım; "Canın büyüğü küçüğü olur mu, Allah her birine can vermiş," diyen bir analığım vardı.[9] Onunla konuşup, "Ne yapayım?" diye sordum. "Sen bir gâvurla evlendin, onlar gâvur çocuğu, onları unutup buradan Müslüman bir kızla evlen, yuva kur," dedi. Vay! "Canın büyüğü küçüğü olur mu, kuşu vurma, günah," diyen kişi şimdi, "O çocuklar gâvur çocuğu!" diyordu. Yıkıldım. Depresyona girdim. Kendi kendime sordum; "Ben hangi kültüre, kime hizmet etmek için buradayım?"

Deniz, herhâlde farkındasın, sürekli farklı anlam verme sistemleri ile karşılaşıyor ve kendi büyük resmimi oluşturmaya çalışıyordum. Bu süreç dört yılımı aldı. En nihayetinde içimin bildiği kafama dank etti; anladım ki bu ülkede bana verilebilecek en büyük makam her ne olursa olsun, eğer o çocuklara hakkını vererek baba olamazsam hiçbir zaman kendimi affetmeyecektim. Üstelik duygusal gidişatım da hiç iyi değildi. Bu gidişle ya kanser olurdum ya da kafayı yerdim, hiç kimseye de bir faydam olmazdı; böyle hissediyordum.

Emily ile ayrıydık ama henüz resmî olarak boşanmamıştık. Arayıp, "Yanınıza gelmeye karar verdim, bana yardım eder misin?" diye sordum. Emily öfkeliydi. "Benimle oturmayı düşünmüyorsun herhâlde!" dedi. "Yok," dedim. Kayınvalidem yanlarına gitmemi istiyordu. Sonrasında gerekli işlemleri yaptık ve ben bir Amerikan vatandaşının kocası olarak, çalışma izni verilerek Amerika'ya gittim ve nihayet çocuklarıma kavuştum. Bir süre kayınvalidemin evinde kaldım.

Şimdi bu anlattıklarımla bir yandan da aslında aşama aşama, dönem dönem hayata verdiğimiz anlamın değiştiğini göstermeye çalışıyorum. "Hayatın anlamı neyle ilgili?" sorusunun yanıtı bakın nasıl farklılaşıyor. Benim açımdan her bir aşama farklı bir keşif olmaya başladı. O sırada Amerika'da bir ekonomik kriz

9 Bkz. İkinci Bölüm, s. 41.

vardı ve bu kriz en çok üniversiteyi vurmuş durumdaydı. Üniversitede pozisyonlar yoktu. Öyle ki gittiğimin altıncı ayında bina temizleyicisi ya da gece bekçisi olmaya razı hâle geldim. Yeter ki orada kalabileyim, çocuklarımın yakınında bulunabileyim.

Bir de orada o*verqualified* [aşırı donanımlı] denilerek reddedilmenin nasıl bir his olduğunu gördüm. İşe başvuruyorsun ama görüşmede sana, "Senin doktoran var," diyorlar, "böyle bir pozisyon sana az gelir, alamayız seni. Çünkü biliyoruz ki sen en ufak bir fırsatta kaçıp gidersin."

Sonrasında benimle aynı üniversitede Charles Osgood'un yönetiminde doktora yapmış iki arkadaşı buldum; biri California Eyalet Üniversitesi, Long Beach'de Psikoloji Bölümü'nün başkanı; diğeri yine aynı üniversitede, Fullerton'da Psikoloji Bölümü'nde profesör. "Senin için hemen bir şeyler yapalım," dediler ve bana yarı zamanlı öğretim görevlisi pozisyonu ayarladılar.

Bu dönemde iş, ev gibi fiziki düzenlemelerin yanı sıra ruhsal bir düzenlemeye de giriştiniz sanırım.

Bu sürecin öncesinde meditasyon yapmaya başlamıştım, gözlemleyen bilincim bir nebze gelişmişti. Amerika'ya gittiğim için bir gün, bir saat, bir dakika bile pişmanlık duymadım. Diyordum ki; "Allah'ım, Yüce Mevla'm, ben bu çocuklara babalık yapmak niyetiyle geldim; niyetimin saflığını ben biliyorum. Eğer burada kalmam çocuklarımın geleceği bakımından hayırlıysa yardımını bekliyorum."

Çocuklarımın yanında kalmam için elimden gelen çabayı gösterecektim; inanıyordum, azmeder çabalarsam fırsatlar oluşur ve iş bularak orada kalma imkânına kavuşurdum. İş bulamazsam çocukların yanında olmamın onlar için istenilen hayırlı bir netice olmadığını düşünecek ve bunu kabul edecektim.

İlk işimi bulup maaşımı aldığımda bankada 9 dolarım kalmıştı. Fakat hiç telaşa kapılmadım. Hiç kuşku duymamıştım; yani Amerika'ya gelerek acaba hata mı yaptım duygusu oluşmamıştı. Zerre kadar bir şüphem yoktu ve artık iyice emindim. Herhâlde farkındasın; sonuç ne olursa olsun olduğu gibi kabul etmeye hazır oluşumda da bir anlam verme sistemi var.

Kısa bir süre sonra dört beş farklı üniversiteden teklif aldım ve geçici görevle çalışmaya başladım. 1964 model yirmi yıllık ikinci el bir Volkswagen araba satın aldım. O kadar koşturuyordum ki bir yılda otuz sekiz bin mil [yaklaşık 62 bin km] yapmıştım. Bir arkadaşımın Orange County'de, Huntington Beach'te denize yakın evinde bir boş odası varmış.

"Gel benimle kal. Senden para falan istediğim de yok," dedi. "Yani en azından kendini toparlayıncaya kadar."

Kabul ettim.

Hayat ve içinde yaşadığınız koşullar birden değişiverdi. Bu değişiklik hayatınızın anlamını nasıl etkiledi?

Çocuklarımı cuma akşamı alıyor, pazar akşamı annelerine bırakıyordum. En küçükleri Timur üniversiteyi bitirinceye kadar, yani 1994'e kadar böyle bir yolculuğun içinde seyrettim. Bu arada da California Eyalet Üniversitesi, Fullerton'da yabancı öğrenci ofisinde direktör yardımcısı olarak çalışmaya başladım.

Artık nettim, farkına varmıştım; ben kötü bir insan değildim, niyetim iyiydi ama davranışlarım bilinçsizdi! Karımı ve çocuklarımı derinden incitmiştim. "Peki, nasıl olmuştu da böyle bir duruma düşmüştüm?" Kendime sormaya başladım. Yavaş yavaş da olsa görmeye başladım ki, bilmek yeterli değil. Gözlemleyen bilincim gelişmeli, büyük resmimi oluşturmalı ve yaşamla ilgili en derindeki niyetimi keşfederek bu doğrultuda tutarlı seçimlerimi yapmalıydım.

Ülkemde acı çeken milyonlarca çocuk var. O çocukların anneleri babaları nasıl bir yolculuk içinde olduklarını, çocuklarıyla nasıl ilişki kurduklarını, daha doğrusu kuramadıklarını bilmiyorlar. Anlatılsa, inanıyorum ki iyi birer anne baba olma gayreti içine girerler.

Evet, çocuklarım acı çekti ve gördüm ki ülkemde bu şekilde acı çeken milyonlarca çocuk var. O çocukların anneleri babaları nasıl bir yolculuk içinde olduklarını, çocuklarıyla nasıl ilişki kurduklarını, daha doğrusu kuramadıklarını bilmiyorlar. Anlatılsa, inanıyorum ki iyi bir anne baba olma gayreti içine girerler. Çünkü onlar benim insanım; onları tanıyorum, mizaçlarını biliyorum. Çocukları için her meşakkate katlanır; bunu da büyük bir iş, angarya olarak görmezler. Bu önem verdiğim bir konu...

Neticede bu amaçla Kasım 1979'da ilk kitabım *İnsan İnsana*'yı yazdım. Kitap iki ay içinde ikinci baskısını yaptı. Hayret içinde ve sevinçliydim. 1980 Eylül'ünde, büyük bir tesadüf eseri askerî darbeden iki gün önce Amerika'ya gitmek üzere uçağa bindim. Amerika'da olmama rağmen o kitabın okunduğundan ve tekrar baskı yaptığından haberdardım. Başka kitaplar da yazmalıydım, bu yolla önemli hizmetler verebileceğimi sezmiştim. Amerika'da da *İnsan ve Davranışı* adlı psikolojiye giriş ders kitabını yazdım. Türkiye'de doğmuş büyümüş birinin kendi insanının kültürünü ve hayatını bilimsel psikoloji kavramlarına yedirerek yazdığı bir kitap olsun istedim.

Verdiğiniz tüm bu kararlar size mutluluk ve tatmin getirdi mi?

Evet, getirdi; mutluyum, şükür duygusu içerisindeyim. Eşim Yıldız en yakın gönül dostum. Kızımız Umay ve Yıldız

ile, Amerika'daki çocuklarım ve torunlarımla içten, sevgi dolu bir ilişki içindeyiz. Sesimin duyulduğunu, etkili olabildiğimi görebiliyorum. Yaşadıklarımdan ve tecrübelerimden süzdüklerimle elimden gelenin en iyisini yapıyorum ve doğan her bir çocuğun çocukluğunu doya doya yaşamasına ve olabileceği en iyi insan olmasına yardımcı olmak istiyorum. Bu yolda etkili olduğumu, anne babalara ve öğretmenlere ulaşabildiğimi gördüğüm zaman da mutlu oluyorum.

Hedefim, bu ülkede doğan her bir çocuğun çocukluğunu doya doya yaşamasına ve olabileceği en iyi insan olmasına yardımcı olmak.

DOĞAN CÜCELOĞLU:
"Dikkat Kesilmemiz Gereken Dört İnsan Tipi"

1 Yaşam coşkusu olmayan, makineleşmiş insan

2 "Benim gibi düşünmez ve duymazsan sen de bir bozukluk vardır," tavrı içinde olan insan

3 Kendisini hesaba katmayan, "Sen ne olmamı istersen onu olurum," tavrı içinde olan insan

4 Duygularını yönetemeyen, aksine duyguları tarafından yönetilen insan

ALTINCI BÖLÜM

KİME AKIL DANIŞILIR?
"HEPİMİZİN İÇİNDE POTANSİYEL BİR REHBER VAR"

Mentorluk hayatın her döneminde önemlidir ancak gençlik dönemindeki önemi yadsınamaz. Mentorun gerçek etkisi kurduğu sohbet içinde kendini gösterir; yalnız başkasıyla sohbet edebilmek için öncelikle kişinin kendisiyle sohbet etmesini bilmesi gerekir.

Hocam bir önceki bölümde zor anlarınızda karar almak için birilerine danışma ihtiyacınızı anlatmıştınız. Hocalarınız, ailenizin üyeleri... Mentorluğa özel bir önem atfettiğinizi söyleyebilir miyiz?

Evet, önemsiyorum. Mentor kimdir? Mentor insanın akıl danıştığı, bilgisine ve deneyimine güvendiği bir tür akıl hocasıdır. Dikkat et, burada "bir büyüğüdür" demedim. Aklına, bilgisine, deneyimine güvendiği biri... Yani söz konusu olan liyakattir ve bu şekilde liyakatle kurulan ilişkiye "mentorluk" denir.

Bazen bir kitap gençlere mentorluk yapar. Mesela memnuniyetle görüyorum ki *Savaşçı*[10] kitabı pek çok gence mentorluk yapmış, bununla ilgili pek çok geribildirim aldım. Geçenlerde bir alışveriş merkezinde yemek bölümüne gittim. Kasadaki otuz yaşlarındaki görevli beni tanıyıp selam verdi.

10 Doğan Cüceloğlu, *Savaşçı*, Remzi Kitabevi.

Başkasıyla sohbet edebilmek için kişinin öncelikle kendisiyle sohbet etmeyi öğrenmesi gerekir.

"*Savaşçı* kitabınız hayatımı kurtardı. Henüz on altı yaşındaydım. İlk birlikteliğim talihsiz bir hadiseydi. Sonrasında görüşemedik. Bunu atlatmam kolay olmadı. Kendimi o kadar kedere ve umutsuzluğa kaptırdım ki intihar etmeyi düşünmeye başladım. O günlerde abimin *Savaşçı* kitabını okuduğunu gördüm, çok beğenmişti. Ben de okumaya başladım. Kitap bana yoldaş oldu. Bir yıl sonra o anılara gülümseyerek bakıyor, yaşadığımı hayatımın zenginliği olarak görüyordum. Kitabı yazdığınız için size gerçekten teşekkür ederim."

Mentorluk hayatın her döneminde önemlidir ama gençlik dönemindeki önemi yadsınamaz. Bu işin nasılına gelirsek… Bir gençle mentor arasında en etkili ve verimli iletişim tarzı sohbettir. Mentorun gerçek etkisi kurduğu sohbet içinde kendini gösterir; yalnız başkasıyla sohbet edebilmek için öncelikle kişinin kendisiyle sohbet etmesini bilmesi gerekir.

Nasıl?

Daha önce önermiştim;[11] her gün kendine on beş dakika ayır ve o gün içinde yaşadığın duyguları gözden geçirip sakince gözlemle. İnanın, bu şekilde her gün devam eden birinin gözlemleyen bilinci gittikçe güçlenir. "Ahmet x konusundan söz ederken niye gerginleştim? Mehmet'in cevabı beni niçin kızdırdı? Ayşe'yi görünce niye sevindim?" Bir süre sonra yavaş yavaş kendini, ilişkilerini, geçmişini ve hayallerini keşfetmeye başlarsın. Hangi tür olayların, insanların, davranışların senin için neden ve ne kadar anlamlı olduğuyla ilgili içgörülerin oluşmaya başlar.

11 Bkz. Üçüncü Bölüm, s. 68.

Yirmi altı yaşındayken katıldığım bir grup toplantısında biri babasından şikâyet ediyordu. Bir başka genç, "Sözünü kesiyorum kusura bakma, sana karşı içimde büyük bir öfke belirmeye başladı, bunu bilmeni istedim. Ben babasız büyüdüm, senin baban var. Şükredecek yerde onun her davranışında bir kusur bulman beni rahatsız ediyor," dedi. Şok olduk. Hepimiz etkilenmiştik. Ama çok şey de öğrendik. Bu sözler üzerine uzun uzun düşündük. Bütün grup için güçlü bir deneyim, dürüst ve güçlü bir iletişim olmuştu. Bir kişinin farkındalığından tüm grup yararlanmıştı.

Bu keşif basit bir süreç değildir. İnsanın hem kendine hem de dışarı açık olmasıyla ilgilidir. Dünyaya, evrene açık olmak gerekir. Yine değinmiş olacağım ama Yıldız'ın kuş öyküsünü, onun oradaki ruh hâlini hatırla.[12] "İçime bir hüzün çöktü," diyordu, sahi nereden gelmişti bu hüzün? Evet, bu soru ne kadar önemli:

"Merhaba hüzün! Nereden geldin ve bana ne anlatmak istiyorsun?"

Yıldız kendine bu soruları sorarak "savaşçının" mütevazılığını keşfetti. Öyle adil bir sistem ki, kimseyi kimseye borçlu kılmıyor; bunu ilk keşfettiğimde hayretler içinde kaldığımı hatırlıyorum. Kimsenin kimseye teşekkür borcu yok. Zengini-fakiri yok. Kuşu-insanı da yok. Hepimiz görkemli bir sistemin içinde birbirimizi tamamlıyoruz. Yaşam yolculuğu aslında etkileşimlerle örülü bir ağ ve ekipteki her bir birey diğeri için gerekli... Yaşam yolculuğunda her an birbirimize verebileceğimiz, birbirimizden alabileceğimiz hediyeler var. İşte bunu anladığında sohbete açık

Öyle adil bir düzen içindeyiz ki, kimsenin kimseye teşekkür borcu yok. Hepimiz görkemli bir sistemin içinde birbirimizi tamamlıyoruz.

12 Bkz. İkinci Bölüm, s. 44.

olmaya başlarsın. Doğrusu bu aşamaya gelmek büyük emek gerektiriyor.

Niçin bu kadar zor?

Korku kültürü insan ilişkilerinde güveni sağlamak için korkuya dayalı bir hiyerarşi kurulmasını gerekli gören bir anlam verme sistemidir. O hiyerarşi içinde kendin olarak var olman hoş karşılanmaz ve de buna izin verilmez. Askerî bir sistem içinde gibi yaşarsın; rütben kadar var olursun, hatta sen o rütbesindir. Kurduğun tüm ilişkiler sistemde nerede yer aldığına göre düzenlenir. Ancak rütben kadar konuşma ve davranma hakkın vardır. Sen toplumsal sistem içinde öğrenci, öğretmen, müdür, memur, doktor, hemşire vb. gibi bir sosyal statüsündür ve bu statüden beklenilenler içinde duyman, düşünmen, konuşman ve davranman beklenir. Duygu ve düşüncelerini geliştirip ifade etmen sistemi bozacağından buna fırsat verilmez.

Bu ortamda sohbet gelişebilir mi? Gözlemleyen bilincin bu mertebeli sistem içinde oluşmuştur ve senin kendi özünü, iç dünyanı barındırmaz. Çünkü senin özünün bir değeri yoktur. Bir birey olarak özüne saygı duyulan ortam sadece gelişim odaklı sevgi kültüründe bulunur. Ancak orada bir sohbet, bir mentorluk ilişkisi kurulabilir. Mentorluk alt-üst ilişkisi değildir. Sohbet etmek karşındakini sorgulamak ya da nasihat edip yönlendirmek değildir.

Bu da çok zor olmalı. Sohbet ilişkisi kurmayı hepimizin öğrenmesi gerekiyor sanırım.

Abartmadan şunu söyleyebilirim; hayatında bir kere bile sohbet içerisine girmemiş insanlar var. İnsanlar mentorluğu ya nasihat etmek ya da bazen motive etmek adına bağırıp çağırmak olarak görürler. Bunu yapanlar kötü insan değillerdir;

niyetleri kötülük yapmak değil, tam tersine yardım etmektir. Bu çok masumane bir tavır içerisinde yapılan ama aslında oldukça hayati bir hatadır. Üzerinde durmaya değer.

Hayal ediyorum; "Kendinle nasıl sohbet edilir?" konusu üzerine beş gün sürecek bir grup çalışması yapsam katılımcılar ancak çalışmanın son günü benim ne söylemeye çalıştığımı anlamaya başlar.

Gelin o çalışmayı bu kitapta anlatmayı deneyelim hocam. Bu beş günlük eğitim programının temel adımları neler olurdu?

Şu an beni bayağı zor bir adım atmaya davet ettin. Elimden gelenin en iyisini yapmaya gayret edeceğim. Bu eğitime katılanların evvela içlerindeki çocuğa ulaşıp ona bir "Merhaba!" demeleri gerekir. Hiç kolay değildir. İlk bir-bir buçuk günü içteki çocuğa ulaşma ve ona "Merhaba!" demek alır. O bir yere büzülmüş, kaybolmuş, utanca boğulmuş iç çocuğu keşfettikleri zaman ne ağlamalar olacak, ne ağıtlar yakılacak, ne kavuşmalar gerçekleşecek, ne öyküler çıkacak! İşte ikinci günün sonuna kadar bu kavuşmayı, bu kucaklaşmayı gerçekleştirmek lazım.

Hayatında bir kere bile sohbet içerisine girmemiş insanlar var. İnsanlar mentorluğu ya nasihat etmek ya da bazen motive etmek adına bağırıp çağırmak olarak görürler. Bunu yapanlar kötü insan değillerdir; niyetleri tam tersine yardım etmektir. Bu çok masumane bir tavır içerisinde yapılan ama aslında oldukça hayati bir hatadır.

İçimizde sadece bir çocuk yok, çoğu kez eli sopalı bir başkası daha var: İç ana-baba. İç ana-babayı da keşfetmek gerekiyor. Üçüncü günün sonunda bunu da başaracaklar. Dördüncü günün ortalarına doğru içlerindeki ana-babayla içlerindeki

Korku kültüründe hiç umursanmayan iç çocuk, sevgi kültüründe yaşam sevincinin, yaratıcılığın kaynağı olarak bilinir ve gelişmesine titizlikle özen gösterilir.

çocuk nasıl konuşmuş, nasıl konuşuyor, onların hayatında ne olmuş; hepsinin farkına varmaya başlayacaklar.

Üstelik akşamları da çalıştırırdım onları. Tiyatro oyunları, uygulamalar, hatıra defterleri... Beşinci günde de gelişmeye başlayan o nüve hâlindeki gözlemleyen bilinci oturtmaya başlayacağız sandalyeye. Kişi, "Ben buradayım!" diyecek ve hem içindeki çocukla hem de içindeki ana-babayla ilişki kurabilecek. Onun gelişimi için nasıl bir karar vermemiz gerektiğini de konuşacağız.

Beşinci günün sonunda ikinci buluşmamız için artık üç-dört ay sonrasına randevulaşıp herkese ödevini veririm. İki-üç aylık gözlemlemeye geçip not almaya başlarlar.

Katılabilenler için bu beş gün anlamlı ve verimli bir yolculuk olur. Gönlümden geçen ise bu beş günde konuşulacak, öğrenilecek farkındalıkların ailelerde, anaokullarında, ilkokullarda, eğitim kademelerinde yaşıyor olması.

Gelişmeye, farkına varmaya açık insan nüvesi hepimizin içinde var. Korku kültüründe hiç umursanmayan iç çocuk, sevgi kültüründe yaşam sevincinin, yaratıcılığın kaynağı olarak bilinir ve gelişmesine titizlikle özen gösterilir.

Sanırım bunun için çok kapsamlı bir değişim gerekiyor.

Kapsamlı ve derin... Hiç kolay değil. İlk adım önce farkına varmak. Yeri geldi, bir örnek vereyim. Öfkeli bir okurdan bir mektup almıştım. Epey sert yazmış. Özetle diyor ki:

"Seni bilge bir adam sanıyordum! *-Mış Gibi Yaşamlar*[13] kitabını okuyunca hayal kırıklığına uğradım! Laf kalabalığından başka bir şey değil."

13 Doğan Cüceloğlu, *-Mış Gibi Yaşamlar*, Remzi Kitabevi.

Mektubu yazan okur bir tek o kitabımı okumuş. Ama ifadesi tutarlı, düzgün, net ve dürüst... Sanırım kitabı eline aldığında beklediği cevapları alamadığı için hayal kırıklığına uğramış, zamanını çaldığımı hissedip öfkelenmiş.

Kendisiyle iletişime geçtim; dürüst ve akıllı bir insan. Amacım sohbet kurmak ve onun iç dünyasını daha yakından tanımaktı. Hâlbuki çevremizde sık gördüğümüz şekilde onunla çok rahatlıkla ağız dalaşına da girebilirdim. Ama benim için dürüst bir insan olması her şeyin üstünde... Kendisine kitabın içinde yer aldığı çerçeveyi hatırlattım. Girişinde açık seçik yazdığım gibi aslında bu kitap üç soruyu cevaplamaya yönelik büyük bir projenin ilk adımı. Projenin ilk sorusu; "Ne?" Yani topluma bakınca ne görüyoruz? Cevap; *-Mış Gibi Yaşamlar* görüyoruz. Bu kitap ailede, okulda, sokakta, hayatımızın her yönünde "-mış gibi"leri anlatıyor. Peki neden böyle oluyor? İşte ikinci kitap "Niçin?" sorusuna cevap arıyor. Bu kitabı da yazdım; *Korku Kültürü: Niçin "-Mış" Gibi Yaşıyoruz?*[14]

Üçüncüsü de herhâlde, "Bunu Nasıl Aşacağız?" olacak.

Evet, bunun için ne yapmalıyız, nasıl bir yol izlemeliyiz? Henüz onu yazmadım, inşallah nasip olur da bu isteğimi gerçekleştiririm. Aşikâr ki bu değerli okurumda iç ana-baba baskın; çok keskin doğruları ve yanlışları var. İç ana-babadan beklendiği üzere umduğunu bulamayınca öfkelenmiş. Kendisine yazdım:

"*-Mış Gibi Yaşamlar* kitabıyla ilgili sizinle hemfikirim; gerçekten o kitapta sadece gözlemler var, derinlemesine açıklamalar yok. İkinci kitabımda 'niçin' konusuna giriyorum; okusaydınız sanırım beni biraz daha tanırdınız. Ne var ki zahmet verdiniz, emek verdiniz ve düşüncelerinizi dürüstçe benimle paylaştınız. Güçlü bir zihniniz var ve samimi olarak, içtenlikle yazdığınızı hissediyorum."

14 Bkz. a.g.e., Remzi Kitabevi.

Gerçekten içimde zerre kadar kızgınlık yoktu. Ardından kendisinden bir mektup daha geldi. Bu defa biraz bana içini dökmüştü.

"Ben insan olmaya oldukça önem veriyorum. Hangi dinden olursa olsun bir insan doğduğu zaman, kendi bildiği en iyi şekilde, iyi bir insan olma yolunda gitmeli. Bu benim hedefim..."

Bu arkadaşın, "Madem insan doğdum, olabileceğim en iyi insan olmalıyım," felsefesini çok takdir ettim. Bu kişi meslek lisesinden mezun, askere gitmiş, tezkere verip çavuş olmuş, şimdi de astsubay okuluna gitmek üzere sınava girmiş. Doğu Anadolu'da ücra bir köyde karakol komutanı. Bir baba aynı zamanda; aile kurmuş, sorumluluk sahibi. Yazısındaki disiplinde bunu görebiliyorum. Mektubunda şöyle devam ediyor:

Denetim odaklı korku kültüründe, askerî hiyerarşi bilincinde yetişmiş insanları alıp bir sohbet ortamına sokmak ve insanın iç dünyasını önemseyerek değişmesini sağlamak kapsamlı bir konu... Bu konuda ailede ve eğitim sisteminde anaokulundan itibaren farkındalıklar yerleştirilmeli.

"Ben bir kütüphane oluşturuyorum, kitap gönderirseniz erlerimin de okumasını isterim."

Bunlar takdir ettiğim yönleri ve sorumluluk sahibi iç ana-baba tavrıyla tutarlı... Elimden geldiğince karakol kitaplığına destek vermeye çalıştım ve bu çaba beni mutlu etti.

Şimdi bunu neden böyle ayrıntılı anlattım? Bana yazan bu karakol komutanı ile birkaç eleştirel öfkeli söz kullanarak birbirimizden uzaklaşabilirdik. Ama sohbet ettik ve ikimiz de zenginleştik. Bir insanın kendiyle ve diğerleriyle sohbet içine girebilme becerisine onun en önemli olgunlaşma mertebesi olarak bakıyorum. İnsanın insan olmasını önemseyerek, onun insan olmasına hizmet etmenin bir tek yolu var; onunla sohbet içine, iletişim içine gireceksin.

Bugüne dek denetim odaklı korku kültüründe, askerî hiyerarşi bilincinde yetişmiş insanları alıp bir sohbet ortamına sokmak ve bu mekanizma içerisinde insanın iç dünyasını önemseyerek değişmesini sağlamak zor, hem de pek zor... Kapsamlı ve çetrefilli bir konu... Bu yüzden, "Bu konu hakkında ailede ve eğitim sisteminde anaokulundan itibaren farkındalıklar önemsenmeli ve yerleşmeli," diyorum.

O hâlde sohbetin kendisine gelelim. Belki de bildiğimizi sandığımız ama bilmediğimiz bir konu bu. Sahi nasıl sohbet edilir?

Sohbet içinde olmak yaşamsal bir gereksinim... Yine bir örnek vermek istiyorum. Akatlar'da yürüyordum, bir kadın beni tanıdı ve selamlaştıktan sonra sordu:

"Oğlum dersleri tamamen bıraktı, ne söylesem fayda etmiyor. Ya arkadaşlarıyla buluşuyor, ya sürekli telefonda mesajlaşıyor ya da bilgisayarın başında oyun oynuyor. Ne yapacağımı şaşırdım, ne yapmalıyım?"

"Sohbet ediyor musunuz?"

"Valla konuşuyorum ama hiçbir faydası yok."

"Kaç yaşında?"

"On yedi."

"Mesela ne diyorsunuz ona?"

"Sınavların yaklaştığını, derslerine çalışması gerektiğini söylüyorum; böyle giderse sınıfta kalacağını, arkadaşlarından geri kalacağını, ileride çok pişman olacağını ama o zaman duyulan pişmanlığın da bir işe yaramayacağını anlatıyorum."

"Siz nasihat ediyorsunuz."

"Evet."

"Sohbet etmiyorsunuz."

"Valla bilmem; biz bildiğimiz kadarıyla elimizden gelenin en iyisini yapıyoruz, konuşuyoruz, anlatıyoruz."

"Doğru, bildiğiniz kadarıyla elinizden gelenin en iyisini yapıyorsunuz. Ama konuşmak, nasihat etmek sohbet etmek değildir. Siz sohbet etmesini bilmiyorsunuz."

Kadın haklı olarak, "Siz neden bahsediyorsunuz?" diyen bir yüz ifadesiyle bana baktı. O an içim burkuldu. Anne acı çekiyor ve çocuğuna yardım etmek istiyordu ama bir yandan da çaresizdi.

Sohbet edebilmek için karşınızdaki kişiyle canlı bir ilişkinizin olması gerekir. Doğal olarak anne babanın çocuğuyla, öğretmenin öğrencisiyle bir ilişkisi vardır. İlişki, sohbet kurmak için gereklidir ama yeterli değildir; ilişki içinde olmanızın ötesinde, sohbet için bir isteğe, sohbete katılım isteğine ihtiyacınız vardır. Peki, bu katılım isteği nereden gelecek?

Verilen örnekte, öğrencinin annesiyle konuşma isteği nereden gelecek? Sürekli ne kadar yanlış yaptığımın ve yetersiz olduğumun yüzüme vurulduğu bir ilişkide ben konuşma şevkimi kaybederim; annem benimle konuşmak isteyebilir ama ben istemem. Kendisine saygısını önemseyen hiç kimse de istemez. Sohbetin başlaması ve devam edebilmesi için o ilişkide kişilerin kendini umursanmış, kabul edilmiş, değerli, güvenilir ve ekipten biri gibi hissetmesi gerekir. Nasihat eden bunu sağlayamaz.

Biraz önce verdiğim anne-çocuk ilişkisinde sohbetin gerçekleşebilmesi için çocuğun kendini umursanmış, kabul edilmiş, değerli, güvenilir, sevilmeye layık ve ekipten biri olarak görmesinin yanı sıra her ikisi tarafından da üzerine düşünülmüş, paylaşılan anlamlı bir geleceğin söz konusu olması gerekir. Diğer bir deyişle çocuğa empoze edilmiş, zorlanmış bir gelecek değil; onun da istediği, içine sinen bir gelecek. Bu tür bir ilişki ancak zaman içinde gelişir.

Bir seminerimde velilere çocuklarıyla sohbet etme örneği vermek için sahnede yanıma bir sandalye koydum ve semineri dinleyen öğrencilere hitaben, "Kim benimle sohbet etmek

ister?" diye sordum. Selim adıyla anacağım bir öğrenci yanımdaki sandalyeye oturdu.

"Adın ne?"

"Selim."

"Bugün ayın kaçı?"

"24 Aralık 2004." [Gerçek tarihtir; bu uygulamayı o gün yapmıştım.]

"Kaç yaşındasın?"

"On iki."

"Selim gözünü kapa ve beni iyi dinle. Gözünü açtığın zaman aradan yirmi yıl geçmiş olacak. 24 Aralık 2024'te gözünü açacaksın. Anladın mı?" Anladığını belirtmek için başını salladı. Biraz durdum, kısa bir süre sonra, "Lütfen gözünü aç Selim," dedim.

Açtı.

"Bugünün tarihini söyler misin?"

"24 Aralık 2024."

"Kaç yaşındasın?"

Biraz durakladı, sonra gülümseyerek, "Otuz iki," dedi.

"Ne iş yapıyorsun?"

"İç mimarım."

Bir yandan da göz ucuyla annesiyle babasına bakıyordum, yüzlerinde hayret belirten hafif bir tebessüm oluştu. Belli ki onlar da Selim'in söylediklerini ilk defa duyuyorlardı.

"Nerede çalışıyorsun?"

"New York, Manhattan'da."

Bu sefer annesiyle babasının yüzünde saklayamadıkları büyük bir şaşkınlık ifadesi. Selim'le gelecekte seçeceği meslek ve yaşam üzerine konuşmam daha uzun sürdü. Şimdi bu noktadan süreçlemeye devam edersek; diyelim ki meslek konusunda sohbet etmeye odaklanmak istiyorum. Ben bilinçli, olgun bir anne babaysam, "Oğlum iç mimar olmaya karar vermiş," deyip bu konuyu orada kapatmam. Çocuğumun en

azından bir iki iç mimarla tanışmasına ve onların hem meslek hem de aile hayatını tanımasına yardımcı olmaya çalışırım. Nasıl yaparım bunu?

Bir iki iç mimarla sohbet etmesini, hatta mümkünse yazları ofislerinde çalışmasını sağlarım. Bundan sonra hâlâ iç mimar olmak istiyorsa ne âlâ! Yok istemiyorsa ve diyelim ki artık çocuk doktoru olmayı istediğini söylüyorsa o zaman da kolları sıvar, en azından üç pediyatristle tanışıp konuşmasını ve benzer bir süreci yaşamasını sağlamaya çalışırım. Bundan sonra Selim, "Tamam, ben mesleğimi keşfettim; çocuk doktoru olmak istiyorum!" derse süreç farklı olur. Bu noktada artık aramızda gerçek bir sohbet sürmektedir.

Nasıl?

Diyelim ki Selim'in annesi ya da babasıyım, ona sorarım:

"Farz edelim ki şimdi 24 Aralık 2024'teyiz." Selim kafasını sallıyor, anladığını söylüyor. "Kaç yaşındasın Selim?"

"Otuz iki yaşındayım."

"Ne iş yapıyorsun?"

"Pediyatristim!"

"Mesleğini seviyor musun?"

"Çocukları çok seviyorum, hasta bir çocuğun iyileşmesine yardımcı olmak beni çok mutlu ediyor!"

"Nasıl çocuk doktoru oldun Selim?"

"Tıp Fakültesi'ni bitirdim, sonra bu alanda uzmanlığımı aldım."

"Uzman doktor olabilmen için ne yapman gerekti?"

"Uzmanlık sınavına girdim, puanım pediyatri için yeterliydi; başvurum kabul edildi."

"Bu sınava kabul edilebilmenin koşulu neydi?"

"Tıp Fakültesi'nden mezun olmak."

"Anlıyorum. Peki, Tıp Fakültesi'ne girebilmen için ne gerekiyordu?"

"Liseden mezun olmak ve üniversite sınavlarında başarılı olmak."

"Lisede iyi bir öğrenci olmak üniversite sınavlarında başarılı olmana yardımcı olur mu?"

"Tabii ki olur!"

Kendimiz hayatımızın en güçlü ve en sürekli tanığıyız. Hangi amaçla hangi seçimleri yapıyoruz? Kimse bilmese dahi içimiz bilir!

"Peki, ortaokulda iyi bir öğrenci olmak, lisede başarılı bir öğrenci olmanı etkiler mi?"

"Tabii ki etkiler!"

"Selim oğlum, seninle konuşmaktan, sohbet etmekten zevk alıyorum, umarım sıkılmıyorsundur; aklımda sormak istediğim birkaç soru daha var. Sorabilir miyim?"

"Sohbet etmek benim de hoşuma gidiyor. Haydi sor!"

"İyi bir ortaokul öğrencisi olmakla okulda ve evde zamanını nasıl kullandığın arasında bir ilişki var mı acaba?"

İşte Deniz, bu andan itibaren "geçmiş-şimdi-gelecek" üzerine, şimdi ve burada etki alanımız içinde yaptığımız seçimlerle geleceğimizi ufak ufak nasıl inşa ettiğimizi konuşmaya başlarız.

Burada etki alanımız içine giren sorumluluklarımızın farkında olan kendimiziz. Kendimiz hayatımızın en güçlü ve en sürekli tanığıyız. Hangi amaçla hangi seçimleri yapıyoruz? Ne demiştik; kimse bilmese dahi benim içim bilir!

Geliştiren Anne Baba kitabımda[15] sohbetin tüm aile arasında haftada en az bir kere olması gerektiği üzerinde ısrarla duruyorum. Çünkü en güçlü tanıklık ortamı tüm aile bir aradayken oluşur. Çocuk iki yaşında bile olsa ona da üç dört dakika vereceksin. Hatta bir aylık bile olsa herkes ona bakacak, sadece bakacak. O ne yapıyorsa sevgiyle, önemsenerek bakıldığını bilecek. "Ben varım, ben ailemin bir parçasıyım," duygusu önemli ve bunu bebekler bile hissediyor.

15 Doğan Cüceloğlu, *Geliştiren Anne Baba*, Remzi Kitabevi.

Bir şey daha: Sohbet bittikten sonra dışarıda kimse bu konuyu bir daha konuşmayacak. Her şey orada kalacak, kimseye bahsedilmeyecek. Bu güven duygusu da bir o kadar önemli... Öyle bir ortam olacak ki, şu bir iki saat içinde istediğin gibi kendin olabileceksin. Söyleyin bana, bu tür bir sohbet ortamı kaç ailede vardır?

Çok az olduğunu tahmin ediyorum.

Artmalı. Önerim, mümkünse her yemekten sonra en azından on beş yirmi dakika ailenin yemek masasında sohbet etmesidir; çünkü en verimli sohbet ortamı o zaman oluşur. Ancak bu sohbette bazı şeylerin "olmamasına" dikkat etmeli. Evvela yargılama olmayacak. Anlatılan bir şeye "iyi", "kötü", "saçma" denmeyecek. Tekrar altını çiziyorum; bu güven meselesi oldukça önemli...

İnanın, bundan en çok anne baba istifade eder. En iyi eğitimi yine onlar elde eder. Lütfen kendilerine de güvensinler. Çocuklarının onlara itiraz etmesine, "Sen beni anlamadın," ya da "Bir daha anlat bakalım," demesine razı olsunlar.

"Çocuk sana itiraz edecek, gerekirse 'Bir daha anlat bakalım,' diyecek," cümlesini duyduğu anda bazı anne babaların söyleyeceği şey şu olacak hocam; "Tepemize mi çıkartacağız bunları!" Böyle düşünenlere ne diyeceksiniz?

Evet, haklısın; bu tarz tepkiler veren çok sayıda ebeveyn olacaktır. Onların kaygılarını anlıyorum. Onlara şunu derim; "Bu sohbete başlamadan önce ailenizin temel değerlerini hatırlayın ve hatırlatın."[16] Ama öncesinde çocuklara şunu belirtmekte fayda var; "Bu sohbet süresince aklınıza gelen soruları sormakta ve kafanıza yatmayan konularda itiraz etmekte serbestsiniz!" Yani bütün etkileşim o aileye yakışacak şekilde olmalıdır ve bu

16 Ailenin temel değerleri konusu *Geliştiren Anne Baba* kitabımda detaylıca irdeleniyor.

beklenti önceden hatırlatılmalıdır. Böylece ailede ehliyete, liyakate, değerlere dayalı bir hiyerarşi oluşmaya başlar. Böyle bir ailede nasıl davranacağı çocuğa sürekli empoze edilmez; onun kendi için doğru ve adil seçimler yapması teşvik edilir.

Yaşamda mutlaka bir hiyerarşi olmalı. Ailede, eğitimde, her sosyal ortamda hiyerarşi var ve olmalı. Ama bu hiyerarşinin temeli ne? Korkuya dayalı bir hiyerarşi mi; ehliyete, liyakate dayalı bir hiyerarşi mi? Ailenizde var olan hiyerarşinin altında yatan temel değerler ne?

Ben hiyerarşiye karşı değilim. Yaşamda mutlaka bir hiyerarşi olmalı. Ailede, eğitimde, her sosyal ortamda hiyerarşi var ve olmalı. Ama bu hiyerarşinin temeli ne? Önemli olan bu soruya nasıl cevap verdiğiniz. Korkutmaya, despotluğa dayalı bir hiyerarşi mi; ehliyete, liyakate dayalı bir hiyerarşi mi? Sizin ailenizde var olan hiyerarşinin altında yatan temel değerler ne?

Bakın şu zihniyet saf değildir; "Ben çocukların beni sevmesini istiyorum; ne yapıp edip çocuklara kendimi sevdireceğim." Bu saf, temiz bir niyet değil. Burada sonuç vurgulu, satışa odaklanmış bir pazarlayıcı gibi manipülatif bir yaklaşım görülüyor.

Her anne baba önce aile hayatıyla ilgili, çocukları nasıl yetiştireceğiyle ilgili niyetinin saflığını keşfetmeli, bu konuda bir karar vermeli. Mesela ben bir anne baba olarak şu kararı veriyorum; yetiştirdiğim çocuk kendine, ilişkilerine saygı duyan, gerçeği araştıran, keşfettiğini özgürce konuşabilen dürüst bir insan olsun. Böyle bir niyetle babalık yaparsam o zaten kendiliğinden, "Allah razı olsun babamdan," der. Ebeveynler bu kararı verdikten sonra da niyetlerinin saflığına bağlı kalmalı.

Unutulmamalı ki bu bir keşfetme yolculuğu; sen keşfedeceksin, çocukların keşfedecek ve tam bir güven ortamı içinde sürekli sohbet hâlinde olacaksınız. Göreceksiniz ki geliştirici bir yol bu; belki de hayata hazırlayan en önemli etkileşim...

Okurlarımızın söylediklerimi uyguladıklarında hayatlarında pozitif geri dönüşler olacağına inanıyorum.

Umut veren, iç açıcı bir karşılaşmayla bağlayayım. Geçtiğimiz günlerde bir kafede güzel bir hadiseye denk geldim. Bir baba ve iki çocuğu beraberce oturuyorlardı. Ben babayı yandan görüyordum; kızın biri karşımdaydı, diğerinin de sırtı dönüktü. Biraz uzakta oldukları için onları tam olarak duyamasam da gördüklerim beni çok sevindirdi. Baba, babalık sorumluluğunun ve gücünün farkında öylesine olgun ama bir o kadar da derinden bir sevgiyle çocuklarına bakıyor, onları dinliyordu ki... Ben o çocuklardan biri olsam sırtımı dayayabileceğim bir dağımın olduğunu, o dağın babam olduğunu hissederdim. Dahası onun tarafından önemsenmek, kabul edilmek, değerli görülmek, güvenilmek, sevilmek ve aynı ekipten görülmek beni çok ama çok mutlu ederdi. Hayata, evrene güven duyardım. Derken işitebildiğim kadarıyla Türkçe konuştuklarını fark ettim. İçimdeki şükran duygusunu, sevinci kelimelere dökemem. Öyle mutlu oldum ki... Kendi kendime yakardım; "Allah'ım bu babaların sayısını artırmak için bana yol göster, onlara hizmet etmek istiyorum."

Bunun gibi farkındalığı yüksek ebeveynlerin sayısı artıp da bu yolda istikrarla gidilince eminim ki ilişkilerde demokratik sistem de kendiliğinden gelişecek, daha çok insanın yüreğine dokunacak.

Çocuklar ergen olduklarında duygularını uçlarda yaşadıkları bir döneme giriyorlar. Birilerinin onları dinlemesine, gerçekten dinlemesine o kadar ihtiyaçları var ki... Dinlememek, gerçekten dinlememek çok şey mi kaybettiriyor?

Şirket yöneticilerine verilen bir eğitimde uzman kişi şöyle demişti; "Acemi yönetici emirleri ve konuşmasıyla, olgun

yönetici tavrı ve dinlemesiyle şirketi yönetir." Ben de bundan esinlenerek şöyle diyorum; olgun ebeveyn aileyi tavrı ve dinlemesiyle yönetir. Dinleyen kişi dinlediğine varoluşuyla, duruşuyla, tavrıyla ne diyor; bir kez daha tekrar etmekte fayda var.

Acemi yönetici emirleri ve konuşmasıyla, olgun yönetici tavrı ve dinlemesiyle şirketi yönetir. Olgun ebeveyn ise aileyi tavrı ve değer verdiğini gösteren candan dinlemesiyle yönetir.

"Seni önemsiyorum," diyor.

"Seni olduğun gibi kabul ediyorum," diyor.

"Sana tekliğin içinde değer veriyorum, eşin benzerin yok ve ben bunun farkındayım," diyor.

"Sen muhteşem bir potansiyelsin, istediğin şeyi öğrenip yapabilecek gücünün olduğunun farkındayım," diyor.

"Sana emek ve zaman vermek istiyorum, çünkü sen sevilip geliştirilmeye layıksın," diyor.

"Sen bir bireysin, buna saygı duyuyorum ama biz aileyiz, aynı ekipteyiz ve senin de bu ekipte sorumlulukların var," diyor.

İşte bir ergeni dinleyen anne baba da bu saydığım altı ilişki besinini, vitaminini vermeye devam ediyor demektir.

Bu dönemde gençlerin akranları da önemli tanıklar hâline gelmeye başlar. Çocuk yaşta bu pek önemli değildir ama şimdi gözlerini süzerek bakan bir kız/erkek arkadaşın varlığı önem kazanır, öne geçer. Yani "akran ekibinin parçası olma" ihtiyacı vardır ergenlikte. Bu dönemde akranlar çocukluktaki arkadaşlıklardan daha önemli olmaya başlar ve bu, karakter oluşumunda oldukça önemlidir. Örnek vermek gerekirse, çocuk sigara içmiyor ama akranları içiyorsa muhtemelen o da deneyecektir. Diğerleri rahatlıkla küfrediyor ama o etmiyorsa, onun da küfretmeye başlaması olasıdır. Ancak aile, çocuğunun iç tanığını iyi geliştirip oturtmuşsa, akran tanıklığı derinlerde kök salamaz.

Bu bir yolculuktur. Ama bütün bu yolculuk aslında üst düzeyde bir kimlik arayışının neticesidir. Bunu ergenliğe giren gencin kendisinin fark etmesi zordur. İşte bir mentor bu nedenle önemlidir.

Az önce herkesin mentora ihtiyacı olduğunu söylediniz. Ona yönelik sorayım: Üniversite öğrencilerinin de bir mentora ihtiyacı var mı hocam?

Özellikle onların var. Yetişkinlerin bir yandan sohbet içinde olabilecekleri, yargılanma ve ayıplanma korkusu olmadan düşünce ve duygularını paylaşabilecekleri birine ihtiyaçları varken, bir yandan da bir başkası için bu rolde olmaya ihtiyaçları var. Gençlerine önem veren bir toplumda yetişkinlerin bu konuda daha duyarlı olduğunu görürüz. Mesela şöyle bir ortam olduğunu hayal edelim. Emekli bir öğretmen, kendi mahallesinde haftada ya da ayda bir kere çevresindeki gençleri toplasa ve bir sohbet ortamı oluştursa… Ders çalıştırma anlamında değil, onlara iletişim kurmayı öğretip yaşamın içinden konular önerse, her birine mentorluk yapmaya başlasa. Bir ergenin en nefret ettiği şey kendisine nasihat edilmesidir. Ama sohbet bambaşka. Sohbet ruhun gıdasıdır, özellikle de gençler için.

Ben Türkiye'de bir üniversite öğretim üyesi olarak çalışıyor olsam, her hafta üniversite gençleriyle sohbet toplantıları düzenlerdim. Küçük bir odada altı kişilik gruplar hâlinde toplanılabilir. İlgi çok olursa ve mümkünse, üniversitenin konferans salonunu bu amaçla ayırtırdım. Yedi sandalye koyardım sahneye; birine ben, diğer altısına soru sormak isteyen öğrenciler otururdu. Onlar sorusunu sorar ve o konu üzerine sohbet ederdik; salondakiler de dinlerdi. Bittiği zaman hem sahnedekiler hem de dinleyenler olarak birbirimizden pek çok şey öğrenmiş ve zenginleşmiş olacağımız şüphesiz.

Her zaman şunun bilincinde olmak gerekir; ergenlerin, gençlerin o belirsizlik içerisinde sürüklenirken dinlenilmeye, sorular sormaya ihtiyacı vardır ve böylece içlerindeki rehberi keşfedip rahatlarlar. Burada emekli öğretmenlere, öğretim üyelerine, amcalara, halalara, teyzelere iş düşüyor; mentorluk bir toplumun geleceği için önemlidir.

Tüm bu kitabın amacı zaten bu ama şimdi okurlar adına sizin mentorluğunuza özellikle başvurmak istiyorum: İçimizdeki rehberi keşfetmek için birtakım yollar var mıdır?

Biz farkında olsak da olmasak da çocukluktan itibaren hepimizin içinde potansiyel olarak bir rehber var. Bazı aile ortamları çocuğun içindeki bu rehberin var olduğunu bilir ve onun gelişmesini önemser. Bazı aile ortamları ise bunu umursamaz ve çocuğun içinde doğuştan gelen bu rehber gittikçe gücünü kaybeder, solup gider. Ama ne kadar solsa da, yaşadığımız sürece içimizdeki o nüve bize mesaj vermeye, rehberlik yapmaya çalışır.

Peki, içimizdeki rehber bize nasıl yol gösterir?

Duygularımız içimizdeki rehberin elçileridir. Öfke, hüzün, telaş, mutluluk, hayal kırıklığı, özlem; hepsi birer elçi ve bize bir mesaj vermeye çalışıyorlar. Bunlar biz uyanıkken verilen mesajlar. İçimizdeki rehber, vicdanımız, biz uyurken de rüyalar yoluyla mesaj vermeye devam eder.

Duygularımız içimizdeki rehberin elçileridir. Öfke, hüzün, telaş, mutluluk, hayal kırıklığı, özlem; hepsi birer elçidir ve bize önemli mesajlar vermeye çalışmaktadırlar. Duygularınızı tanıyın ve köklerini bir an önce dikkate almaya başlayın.

Özellikle altını çiziyorum: Duygularınızı tanıyın ve onların köklerini bir an önce dikkate almaya başlayın. Yaşam size özgü öyle olaylar çıkarır ki karşınıza. Başkasına değil, sadece size. Aynı ortamda birçok insan olsa da yaşadıklarınız size özgüdür.

Kendilerini tanıma yolunda gençlerin gönlüne dokunacak, onlara katkı sağlayacak insanlarla ne kadar etkileşim içine sokarsak, toplum olarak o kadar kazançlı çıkarız.

Tüm bunlar içinizde bir yerlerde saklı kalan bir duyguyu ortaya çıkarır. Unutmayın; o duygunun sizin geçmişinizle ilişkisi var, çocukluğunuzla ilişkisi var. O duygular size bir mesaj vermeye çalışıyor; farkına varmanız, üstünde durup düşünmeniz gereken bir şeye dikkati çekmeye çalışıyor. O duyguların içine girin, her gün takip edin, sorular sorun. Sizinle, geçmişinizle ilgili; anneniz babanızla, eğitiminizle, öğretmeninizle, arkadaşınızla ilgili…

Bunlar o gün yaşamınızda kendiniz olarak var olup olmadığınızı size söyler. İnsan kendi içinde yaşayan değerlerini; konuştuğu değil, yaşayan değerlerini duygularının farkına vararak akıldan ziyade kalbiyle keşfeder. İşte en başından beri mentor dediğim kişi de aslında size bu duyguların ne demek istediğini anlamanızda yardımcı olan kişidir.

Peki kendi kendimizle sohbet etmeyi başardığımızda bir nevi kendimizin mentoru da olabilir miyiz?

İlginç bir soru... Evet, kendimizin mentoru olabiliriz. Ama önce kendimize kendi gözümüzle bakabilmeyi başarmamız gerek. İnsan kendisine babasının, öğretmenin, patronun ya da bir ideolojinin gözüyle bakıyorsa bu mümkün olmaz. Kişinin kendi mentoru olabilmesi için çocukluğunda kendisine değer veren birinin onunla dediğim anlamda sohbet etmesi lazım.

Kişinin yaşamında en önemli tanığın yine kendisi olduğunu keşfetmesi inanın çok önemlidir, sohbetin temel amacıdır. Ne yazık ki çoğu insan bu gerçeği keşfetmeden hayata veda ediyor. İşte bu sebeplerle ergenliğe girmiş gençleri, kendilerini tanıma yolunda onların gönlüne dokunacak, onlara katkı sağlayacak insanlarla ne kadar etkileşim içine sokarsak, toplum olarak o kadar kazançlı çıkarız.

YEDİNCİ BÖLÜM

YAŞAM NELERİ ÖDÜLLENDİRİR?

"GEREKİRSE AÇ YATIN AMA MERAKINIZI TAKİP EDİN"

İddia ediyorum ki; zamana karşı durabilen ve insanlık için, bilim için büyük atılım diyebileceğim her hikâyenin arkasında yatan temel faktörlerden biri mutlaka özgüven çıkacaktır. Çünkü kolay olanı herkes yapar. Sorunun farkına varmak bile dikkat çekici bir adımdır, cesaret gerektirir. "Burada bir bit yeniği var," diyebilmek zor iştir.

Bu bölümde size hayat boyu üzerinde düşündüğümüz bazı kavramlar hakkında ilgili sorular yöneltmek istiyorum. Tüm zamanların en popüler sorularından biriyle başlayalım; mutluluğun bir formülü var mıdır?

Bu alanda pek çok araştırma var ve her beş-on yılda bir yeni bir uluslararası çalışma daha literatüre ekleniyor. Mesela İngiliz ekonomist Richard Layard, *Happiness* (*Mutluluk*) isimli kitabında bir meta-analiz çalışması yapıyor.[17]

Şaşırtıcı gelecek belki ama sonuçlara göre refah düzeyi ile mutluluk arasında bir ilişki olmadığını görüyor. Yani refah arttıkça mutluluk artmıyor. İnceleye inceleye nihayetinde mutluluğa etki eden yedi temel faktör buluyor. Bunun yanında beş

17 Richard Layard, *Happiness-Lessons From A New Science*, Penguin Books, 2005.

önemli faktörün ise mutluluğu hiç etkilemediğini ortaya çıkarıyor. Mutluluğu hiç etkilemeyen bu beş önemli faktör nedir? İstersen önce onları sıralayayım:

Bir; yaşla mutluluğun alakası yok.

İki; cinsiyetle mutluluğun alakası yok.

Üç; görünüşle, yani güzel ya da çirkin olmakla mutluluğun alakası yok.

Dört; zekâ seviyesiyle mutluluğun alakası yok. Dikkat edersen zekâ diyorum, çünkü ben "akıl" ile "zekâ"yı birbirinden ayırıyorum. Testlerle aklı ölçemezsin, testlerle ölçtükleri şey zekâ.

Beş; eğitim düzeyiyle mutluluğun alakası yok. Bu da kulağa şaşırtıcı geliyor değil mi?

Peki neyle alakası varmış?

Gelir belirli bir miktara ulaşıncaya kadar önem teşkil ediyor. Mesela ABD'de o zamanki çerçeve içerisinde, kişinin yıllık geliri altmış bin doların üstüne çıktığı zaman ister iki milyon dolar kazansın ister on milyon fark etmiyor. Ama tabii ki sorduğun soruda çok haklısın: Peki mutluluğun neyle alakası var? Bunları da sıralayalım.

Bir; aile ilişkileri. Mutluluğun, aile ilişkilerinin sağlıklı ya da sağlıksız oluşuyla çok yakından ilişkisi var.

İki; belirli bir miktara kadar gelir seviyesi.

Üç; mesleğin ve yaptığın işin senin için anlamlı olup olmaması.

Dört; kendine yakın bulduğun ve yanında rahat hissettiğin arkadaş-dost-komşu ilişkisi.

Beş; "Cesur ve bağımsız biri misin?" sorusuna kendi gözünden verdiğin yanıt. Kendi gözünde var olma cesaretine ne kadar sahipsin?

Altı; sağlık. Dikkat ettiniz mi? "Her şeyin başı sağlık," deriz ama mutluluk araştırmasında ancak altıncı sırada yer aldı.

Ve yedi... Bilin bakalım ne? Bu bir soru. "Değerlerinle vicdanın rahat mı?" Aşkınlık düzeyinde, yani inanç ve değerlerinle ahenk içinde yaşayan biri misin?

Farkında mısınız, beşinci faktörde ifade ettiğimize ne kadar yakın.

Mutluluk biraz da başarıdan geçiyor ama başarıyla ilgili düşüncelerimize saplantılar hâkim... Siz nasıl bakıyorsunuz başarı kavramına? Size göre başarılı insan kimdir?

Kültür, farkında olalım olmayalım, temel bir niyeti ifade eder. "Ben" bilincinin baskın olduğu korku kültürü başarıyı tanımlarken sonuçlara bakıyor; sınavda notun kaç, mesleğinde pozisyonun ne ve maaşın ne kadar, şehirde hangi semtte ve ne tür bir evde oturuyorsun ve hangi sosyal sınıftan kişilerle konuşuyorsun? Böylece senin ne kadar başarılı olup olmadığına dışarıdan bakarak ben karar verebiliyorum.

"Biz" bilinci baskın sevgi kültüründe başarıyı tanımlarken ise sınav notu değil, dersi anlamaya ne kadar niyetlenip gayret ettiğine, mesleğini ne kadar anlamlı bulup sevdiğine, can dostu diyebileceğimiz gerçek dostlarının olmasına ve onlarla komşuluk yapıp yapmadığına bakılır.

Sevgi baskın ortamda gencin notuna değil, dersi anlamaya ne kadar niyetlenip gayret ettiğine, mesleğini ne kadar anlamlı bulup sevdiğine, can dostu diyebileceğimiz gerçek dostlarının olmasına ve onlarla komşuluk yapıp yapmadığına bakılır.

Gördüğün gibi iki farklı niyet, iki farklı hedef var. Toplum da çocukluktan itibaren ailede ve okulda o temel niyet içerisinde hayatını, davranışını, varoluşunu yorumlar ve en önemlisi şekillendirir.

Seminerlerimden biri de başarı üzerine ve burada özellikle velilere hitap ederim. Şu kilit soruyu sorarım onlara:

"Burada çocuğunun okulda başarılı olmasını umursamayan, bunu önemsemeyen biri var mı?"

Çoğunlukla, okurlarımızın da tahmin edeceği gibi, kimse elini kaldırmaz. Bunu gördükten sonra konuşmama devam ederim.

"Elbette hepimiz çocuğumuzun başarılı olmasını isteriz. Etrafınıza bakın, hepiniz bu amaç için buradasınız. Okul başarısını hakikaten önemsiyoruz. Çocuğunuz hangi üniversiteye girecek, orada hangi mesleği seçecek? Gerçekten önemli. Şimdi size bir soru soracağım: Benim elimde bir güç olsa, bana verilmiş bu güç sayesinde şunu kesinlikle söyleyebilir durumda olsam ne dersiniz? 'Çocuğunuzu istediğiniz üniversitenin, istediğiniz bölümünden mezun edeceğim ve tapu gibi eline diplomasını vereceğim.' Yalnız bir koşulum var! Bu çocukla ilgili başka hiçbir başarı isteyemezsiniz. Bu çocuk sadece okul başarısına sahip olacak, başka başarısı olmayacak! Şimdi 'Başka başarı istemiyorum, sadece okul başarısı olsun,' diyenler el kaldırsın!"

Kimse elini kaldırmaz.

"Hayatta çok önemli bir başarı daha vardır ki, o da meslekte gösterilen başarıdır. Şimdi bir soru daha sormak istiyorum. Sizce okul başarısı mı önemlidir, yoksa meslek başarısı mı? Kaç kişi meslek başarısını birinci plana koyuyor?"

Genellikle ellerin hepsi havaya kalkar.

"İyi ki aklı başında insanların karşısındayım. Bu soruya cevaben ben de elimi kaldırırdım. Mevcut sistem içerisinde okul başarısı kişiye ne verir? Bir diploma verir; kişi de bunu duvara asar ya da dosyasına koyar. Peki meslek başarısı? Sosyal bir kimlik kazandırır. Bir hizmet imkânı kazandırır. Kişi bunun karşılığında maddi olarak rahat eder, ayakta durur, bir kişilik geliştirir, kendini ifade eder. Sizin de korkunuz bu değil mi? Çocuğum ezilmesin, kimseye muhtaç olmasın. Peki aranızda,

'Yeter ki çocuğumun bir meslek başarısı olsun da başka bir şey istemem,' diyen var mı?"

Yedi sekiz tane el kalkar. Ben o noktada, "Durun!" derim elini kaldıranlara. "Size bir sorum var. Ne yani, çocuğunuzun evlilik ve aile başarısı da olsun istemez misiniz?"

Bakakalırlar.

"O zaman size bir şey söyleyeyim; evlilik ve aile başarınız yoksa ne okul başarınızın ne de meslek başarınızın tadını çıkarabilirsiniz."

Bu aşamada, "Acaba bir başka başarı daha var mı?" diye sorarım.

Genellikle bir sessizlik çöker ortama. O zaman bilirim ki doğru yoldayım. Onları can damarlarından yakalamışım.

"Bakın ben şu yaştayım, biliyorum ki benim için otuz yıl sonrası yok. Bir gün öleceğim; siz de öleceksiniz, biliyorsunuz değil mi?" derim. Ölüm bir gerçek...

Hayatı iç huzuru ve mutlulukla yaşayabilmek aslında en büyük başarı değil midir?

Biliyor musunuz, içimiz her şeyi olduğu gibi hayatımızı nasıl yaşadığımızı da takip eder. "Ben yaşıyor muyum?" diye sorar. Kimi insanda kırkına doğru jeton düşmeye başlar.

"Ben başkalarının beklentileri doğrultusunda, onların benden beklentilerini gerçekleştirmek için yaşıyorum! Peki ben ne istiyorum? Ne istediğim kimsenin umurunda değil ve ben de ne istediğimi bilmiyorum. Öfkeli, gergin, stresli bir yolculuğun içindeyim. Hayat bu mu?"

Ama kimi de var ki futbol maçını bir seyirci gibi tribünde seyrederek değil, sahada kan ter içinde kalarak, şevkle topun peşinde koşarcasına yaşar her ânını. Yağmur çamur olsa da, kazansa da kaybetse de hep sahadadır; o ânı tam anlamıyla yaşar. Şükür duygusu içerisindedir. Her güne, "Kendi yaşamımda

Kimi insan, sahada kan ter içinde kalan bir futbolcu gibi yaşar her anını. Tribünde değildir. Yağmur çamur olsa da, kazansa da kaybetse de hep sahadadır. Her güne, "Kendi yaşamımda varım, kendi yolculuğumu yapıyorum," kıvancıyla başlar.

varım, kendi yolculuğumu yapıyorum," kıvancıyla başlar.

Başka bir başarı daha varmış değil mi? Yaşam başarısı. Yaşam başarısı diğer bütün başarıları kapsar ve onlara anlam kazandırır. Okul, meslek ve aile başarısının eksiklerini ve gediklerini kapayan, tamamlayan bir doğası vardır. Peki, sizin etrafınızda bu konuşuluyor mu hiç? Konuşulmuyor. Sınıfta konuşuluyor mu? Konuşulmuyor. Ailenizde konuşuluyor mu? Konuşulmuyor.

Sevgili Deniz, ben işte bu sebeple kişilerin "başarı" anlayışıyla ilgili ilk buna dikkat ederim: Başarı derken neyi kastediyor? Başarıdan neyi anlıyor?

Peki sizin başarı anlayışınızın kökeninde ne var?

Kişi denetim odaklı korku kültürü baskın bir ailede ve yörede yetişmişse eyleme ve ürüne bakıp hayatının anlamını, güven duygusunu sahip olduklarında, sosyal kimliğinde bulur. Gelişim odaklı sevgi kültüründe hayatının anlamını, güven duygusunu varoluşunda, özünde, karakterinde bulur. Ama okurumuz bundan hiçbir zaman şu sonucu çıkarmamalı; "Esas olan olmaktır, yapmak önemli değildir." İkisi de gerekli ve önemlidir. Sosyal kimlik oluşturmak önemlidir ama kendini besleyen kaynağı, özü, karakteri hiçbir zaman unutmadan.

Mesela bir çocuğun eğitiminden bahsediyorsak öncelikle onun gelişimi, "olma" kısmı ön plana çıkmalıdır. Çocuk aklını, duygularını, değerlerini geliştirirken onun davranış ve

becerilerinin de gelişmesine dikkat edilir. Bu bir inşa sürecidir ama çocuğun gelişim ve keşif süreci yapmasından daha baskındır. Sonra okul biter; iş hayatıyla, meslek yaşamıyla birlikte "yapma süreci" baskın hâle gelir. Fakat yapma sürecinin başlaması "olma" sürecinin, gelişimin bittiği anlamına gelmez. Varoluşunu geliştirme süreci iş hayatında, kurduğu ailede her daim devam eder. Okulda, ailede, işte, toplum içinde, her ortamda davranışlarımızda hem yapma hem de olma süreçleri kucak kucağa ilerlemek zorundadır. Başarı özün ve sosyal kimliğin dengelenmesindedir. Benim başarı anlayışım böyle tanımlanabilir.

Daha önce kişinin etki alanının farkında olmasından da bahsetmiştiniz.[18] Bunu da bir başarı ölçütü olarak alabilir miyiz?

Doğal olarak, evet. Etki alanının farkında olabilmek insanın olgun olduğunu gösterir, etki alanının içerisinde önceliklerinin farkında olabilmek ve bu öncelikler içinde karar verip eyleme geçebilmek bir erdemdir. Bunun farkında olmak bir birey için, bir aile için, bir şirket için, bir toplum için, bir millet için hayati öneme sahiptir. Onun için bunu millî bir mesele olarak görüyor, burada önemle tekrar altını çizmek istiyorum.

Yaşam başarısının okul, meslek ve aile başarısının eksiklerini ve gediklerini kapayan, tamamlayan bir doğası vardır; diğer bütün başarıları kapsar ve onlara anlam verir.

Türkiye'de nasıl ki tamir edilmemiş bir musluk damla damla millî serveti harcıyorsa, kapanmamış bir ampul onu kapatmayan kişi farkında olsa da olmasa da millî serveti boş yere harcıyorsa, gelişmesine önem verilmemiş her çocuk da millî servete bir ihanettir. Bence her bir vatandaşın çözüm üretmek

18 Bkz. Birinci Bölüm, s. 21-23.

yerine şikâyetle harcadığı her dakika, her an da damlayan musluk gibi bir israftır. O nedenle karşımdaki kişi sorunu anlayıp çözüm üretme değil, bir şikâyet tavrı içerisindeyse derin bir nefes alıp yutkunuyorum. O kişi hayatını israf ettiğinin farkında değil. Ne yazık ki farkında olmadığının bile farkında değil.

Peki hocam, buradan hareketle başarının bir diğer ölçütü sağlıklı bir öncelikler sıralamasıdır diyebilir miyiz?

Evet ama bir nüans var. Eğer bu öncelik sıralaması kişiye otoriteler tarafından verilmişse, kişi o zaman kalıplanmış bir benliğe sahip olur. Şayet kişinin öncelikleri kendi seçimlerinden oluşmuşsa karakter sahibi demektir.

Toplumdaki değerler, öncelikler hiyerarşisi için ne dersiniz?

Üzerinde durduğum bireyin öncelikler hiyerarşisiydi, şimdi toplumun öncelikler hiyerarşisinden söz etmemiz gerekir.

Aileyi ele alalım; çocuğun okul başarısına mı öncelik vereceğiz, yoksa bütün başarıları içeren yaşam başarısına mı? Bir eğitim sistemini ele alalım; çocuğun malumat kazanıp çok bilen bir insan olmasına yönelik mi çalışacağız; yoksa soru soran, gözlem yapan, düşünen, bilgi üreten karakter sahibi biri olmasına mı öncelik vereceğiz? Toplum olarak kendi çıkarından başka kimseyi umursamayan, mal mülk, makam sahibi insanları mı alkışlayacağız; yoksa bu ülkede doğan her bir çocuğun olabileceğinin en iyisi olmasını önemseyen vizyon sahibi yönetici ve liderleri mi?

Gelişmesine önem verilmemiş bir çocuk millî servete ihanettir. Vatandaşın çözüm üretmek yerine şikâyet etmeye harcadığı zaman da, damlayan musluk gibi ulusal bir israftır.

"Yüz kişilik bir gruptan elde edilen verimin yüzde seksen yirmi kişinin gayretinden kaynaklanır," der Pareto ilkesi.[19] Yani diyebiliriz ki, bir üniversitede yapılan bilimsel yayınların yüzde seksenini o üniversitedeki akademisyenlerin yüzde yirmisi gerçekleştirecektir. Bir fabrikadaki üretimin yüzde seksenini çalışanların yüzde yirmisi yapmaktadır. Yani herhangi bir alanda, bu ne olursa olsun, kişi yaptığı işte bir farklılık yaratabilirse o alanda etkili olmaya başlar.

Mesela iş hayatında binlerce girişimci varken sadece bazıları çok zengin olur. Müzisyenlere baktığımızda, binlercesi var ancak çok azı duyulmuştur. Belki yüzlerce yazar ve kitap var ama çok azı akıllarda kalabilmiştir.

Mutluluktan, başarıdan, doğru seçimleri yapmaktan, toplum için doğru yapıyı kurmaktan bahsederken ister istemez "sorumluluk" kavramı akla geliyor. Bunun üzerine çok düşünüyorum. Her bir ferdin gerçekten sorumluluğunun farkında olduğu bir toplum nasıl olurdu diye hayal ediyorum. Siz sorumluluğu nasıl tanımlarsınız ve sizce bu hayalime ulaşma ihtimali var mı?

Fevkalade önemli bir konu bu. Sorumluluğun temelinde, kişinin kendini bir ekibin parçası olarak görme durumu vardır. Bu ekibin devam edebilmesi için, hayatta kalabilmesi için, güçlü olabilmesi için kişinin bir şeyler yapması şarttır. Her birimizin üzerine düşen görevler vardır. Ama esas önemli olan; yaptıklarımızı neden, hangi niyetle yaptığımızı anlamaktır. Şunu soralım kendimize: Mesela vatandaşlık bilinci denen şey devlet empoze ettiği, kanunlar emrettiği ve toplum gözetlediği için yapılması gerekenlerden oluşan bir şey midir; yoksa gerçekten doğru ve anlamlı görüldüğü için, o "biz"in bir parçası olarak

19 Bir İtalyan ekonomisti olan Vilfredo Pareto 1865'te bu ilkeyi ileri sürdü. Pareto ilkesi değişik alanlarda hâlen geçerliğini korumaktadır.

İki yaşından itibaren her çocuğun ailesinde o yaşa uygun, gelişimine uygun sorumluluklarının olması gerekir. Bu, tuzluğu alıp mutfağa götürmek olabilir. Oyuncaklarını toplamak olabilir. Yani elindekini kırıp dökse bile kendisine zarar vermeyeceği ufak görevler... Bir de unutma; o, bunu doğal olarak yapacak, sen onu övmeyeceksin.

"biz"i beslemek, ne yaptığımızı hiç kimse görmese dahi onu korumak için yapılmaya devam edilen bir şey midir? Buna bir cevap verebilmeliyiz.

Ben kendi adıma ısrarla ama ısrarla iki yaşından itibaren bir çocuğun ailede o yaşa uygun, gelişimine uygun sorumluluklarının olması gerektiğinin altını çiziyorum. Bu, tuzluğu alıp mutfağa götürmek olabilir. Oyuncaklarını toplamak olabilir. Yani elindekini kırıp dökse bile kendisine zarar vermeyeceği ufak görevler... Bir de unutma; bunu doğal olarak yapacak, onu övmeyeceksin. Yani görüyor diye gözünü övüyor musun? Hayır. Çocuk da o ailenin bir bireyi olarak üzerine düşen sorumlulukları yerine getirecek.

Sorumluluk bilincinin başladığı düşünülen bir yaş değil hâlbuki...

ABD'deki asistanlık yıllarımda yirmi altı yaşındaydım. Çalıştığım odada iki asistan daha vardı; Larry ve John. İkisi de doktora öğrencisiydi.

Herhâlde Amerika'ya varışımın altıncı haftasıydı; bir cumartesi günü biraz İngilizce çalışmak için ofise gittim. Diğer asistanlar da oradaydı. Larry oğlunu da getirmişti; çocuk daha küçük, bir yaşlarında olmalı, yerde emekliyordu. Ben de masama oturup çalışmaya başladım.

O sırada gözüm ona takıldı. Yere yakın meşin bir koltuğa çıkmaya çalışıyor ama bir türlü çıkamıyordu. Baktım; John hiç ilgilenmiyor, okumasını yapıyor. Çocuğun babası da ara sıra o

tarafa bakıyor ama hiçbir tepki vermiyor. Çocuk beş altı kere çıkmaya çalıştı ama başaramadı. Dayanamayıp yanına gittim, "Hoppa!" deyip kaldırdım ve çocuğu koltuğa oturttum. Babaya da gülümseyerek baktım. Öyle ya Larry bana, "Sağ ol amcası!" diyecekti. Ancak öyle öfkeli bir şekilde, "Why did you do that?!" (Bunu neden yaptın?) dedi ki... Gerçekten sinirlenmişti ve ben nedenini anlayamamıştım.

Bakışla, tavırla, özle söylenen aferin, sözle söylenenden daha etkilidir.

İşte hayatta insanın öğreneceklerinin hiçbir zaman bir sonu yok.

"Sen ne yaptığının farkında mısın?" diye devam etti Larry. "O koltuğa çıkmaya çalışıyor ve çıkacağına inanıyordu. Denemeyi bırakmayacaktı. Belki iki, belki üç saat sürecekti ama çıkacağına inanıyordu, kedi yavrusu gibi yapışmıştı. Ben de inanıyordum ki bunu yapacaktı. Bir gözüm ondaydı, çıktığı zaman dönüp bana bakacaktı. Ben de ona 'Çıktın!' diyecektim. Bu onun zaferi olacaktı, onun zaferini çaldın sen!"

Ah ne kadar basit görünen ama bir o kadar da önemli bir detaydı bu! Bunun üstüne çok düşündüm. Aklıma bir şey daha takılmıştı. Üç gün sonra, "Larry sana bir sorum var," dedim. "Oğlun koltuğa çıktığında neden 'Aferin oğlum!' deyip onu alkışlayacağını söylemedin?"

Şöyle bir bakıp, "Bu, onun başarısı," dedi. "Benim için başarmıyor ki, ben sadece tanıklık ediyorum."

Hocam, "Aferin" demek istenmeyen bir şey mi?

Gözle, bakışla, tavırla, özle söylenen aferin, sözle söylenen aferinden daha etkilidir. Bakışınla, duruşunla çocuğu takdir ettiğini ifade edersin. Bu bilinç anne babalar ve eğitim ortamlarında çalışan öğretmen ve yöneticiler için çok önemli... Sırası gelmişken şunu da söylemek isterim; yaptığı sıradan şeylere

sürekli aferin denilen çocuğun kendini aşarak yeni başarılara ulaşma şevki zaman içinde kaybolur. Her şeye aferin demek doğru değildir.

İnsan hayatında özgüvenin rolü nedir? Biraz da ondan konuşabilir miyiz?

Ben özgüveni "öze güven" şeklinde söylemeyi tercih ediyorum. Ailede çocuğun kendine güvenmesi, özüne güvenmesi konusu önemli bir husustur. Bütün yaşam yolculuğu boyunca bir insanın aküsünün kaynağı budur, yani enerjisini buradan alır. İşte bu enerjinin bir diğer adı da İngilizlerin *resilience* dedikleri şeydir; yılmazlık. Yılmazlık, azim, bırakmama, direnç... Kendine inanma, "yapabilirim" duygusu önemlidir. İddia ediyorum ki; zamana karşı durabilen ve insanlık için, bilim için büyük atılım diyebileceğim her hikâyenin arkasında yatan temel faktörlerden biri mutlaka bu çıkacaktır. Çünkü kolay olanı herkes yapar.

Kolay olanı, herkesin yapabildiğini yapmak gelişme döneminde önemlidir ama zamanla etkisini kaybeder. Biri çıkar, daha önce konuşulmayan bir sorunun farkına varır. Sorunun farkına varmak bile dikkat çekici bir adımdır, cesaret gerektirir. "Burada bir bit yeniği var," diyebilmek zor iştir. Kişi nihayetinde mücadele etmesi gerekeceğini bilir. Başarıp başaramayacağı da meçhuldür ama şayet bir kere o kıvılcım çaktıysa o mücadeleye de hazır olur.

Denetim odaklı korku kültüründe bu, istenmeyen ve tehlikeli bir yolculuktur. Onun için bana öyle geliyor ki, yaratıcı olan bireyler gelişim odaklı sevgi kültürünü yaşayan toplumlardan, ailelerden çıkacak. Otoritenin asık yüzüne rağmen gelişip kendi olma zorluğunu göze alacaklar da çıkacaktır. Bu kişiler Apple'ın kurucusu Steve Jobs'ın sözünü ettiği, "Belki aç yatacağım ama yine de merakımı takip edeceğim!" tavrı içinde olanlardır.

O hâlde herkesin "yılmazlık" konusu üzerinde özellikle durması gerekiyor.

Bir ebeveynin çocuğuna verebileceği en büyük hediye, ona her koşulda ayağa kalkabilecek gücü kendinde bulabilme yetisini kazandırmaktır. İşte bu yılmazlıktır. Böyle yetişen biri ne yaşarsa yaşasın, "Her şerde bir hayır vardır," diyebilir ve artık o seviyedeki sorunları rahatlıkla atlatır.

Hayatla mücadele etme, hayatla karşılaşma ve sorunları çözme imkânı verilmemiş bir insan kendini güçsüz hisseder; öğrenilmiş çaresizlik duygusu içinde sık sık acınacak durumlara düşer. Yapabileceği basit şeyleri bile yapamayacağını sanır. Bu sağlıksız yaklaşımın koruyucu ucudur. Diğer ucu da çocuğu hiç eğitmeden baş edemeyeceği zorluklarla karşı karşıya bırakmaktır. Takip edilecek sağlıklı ilke şudur: Kendisinin yapabileceği her şeyi çocuğun yapmasına izin vermek. Her insan kendine özgü bir yetenek ve keşif potansiyeli ile doğar. Bunun küçüklükten itibaren beslenmesi ve gelişmesiyle özgüven oluşur. Bir ailenin çocuğuna, bir toplumun vatandaşına yapabileceği en büyük kötülük onun insan potansiyelini heba etmektir.

Bir ebeveynin çocuğuna verebileceği en büyük hediye, ona her koşulda ayağa kalkabilecek gücü kendinde bulabilme yetisini kazandırmaktır. İşte bu yılmazlıktır. Böyle yetişen biri ne yaşarsa yaşasın, "Her şerde bir hayır vardır," diyebilir ve artık o seviyedeki sorunları rahatlıkla atlatır.

Yani "öz"üne güveni olmayan kişi, özdeğersizlik hissiyle karşılaşacak. Özdeğersizlik hissi de kişiyi sadece potansiyelini gerçekleştirmekten alıkoymakla kalmayacak, daha da kötü bir alana sürükleyecek; narsisizme, nihilizme, şiddete, zalimliğe savrulmasına neden olabilecek. Ne dersiniz?

Öyle görünüyor. Narsist, bencil, sürekli "ben" diyen insanların nerede yetiştikleri araştırılınca sonuçta bu tip ortamlar ortaya çıkıyor. Bireyin varoluşuna, kendisi olarak kendi otantik özgün varoluşuna saygı duyan bir bakış tarzı uygarlığın temeli olmak zorundadır. Şayet bu uygarlık, devamlılığını sürdürecek bir uygarlıksa...

Kaynağı ne olursa olsun -Allah olsun, doğa olsun, gizemli bir kaynak olsun- daha iki üç yaşındaki bir çocuğun içerisinde bile, "hâlihazırda olduğu durumla, gelişip ulaşabileceği yeni durum arasındaki farka dair" bir his vardır. Bu tamamıyla bir histen ibarettir ve kişi o gelişim yoluna girdiği zaman, gelişime doğru birkaç santim yürüdüğü zaman bunun farkına varır. Nitekim öze güven demek ne kadar güçlü, ne kadar becerikli olduğunu bilmek değil; potansiyelinin ne olduğunu bilebilmektir. Çünkü kişi potansiyelinin ne olduğunu keşfettiğinde neyi yapabileceği kadar neyi yapamayacağını da bilir.

Buna da en iyi desteği doğru eğitim verir. Eğitim konusunda çok öneriniz var, kitaplar dolusu da yazdınız. Ama tam bu noktada sormak isterim: Potansiyelin keşfi konusuyla eğitimi nasıl bir araya getirebiliriz?

Daha önce söylediğimiz bir şey vardı: Yaşam bir ekip işidir. İşte eğitim de aile ve okul ile aynı şekilde bir ekip işidir. Bu ekip önce eğitimin niyetinde anlaşabilmelidir. Toplum olarak eğitimin niyetinde uzlaşmadan millî eğitim politikası oluşturmamız mümkün değildir.

Size göre ne olmalı o niyet? Sizin keşfiniz nedir?

Ben bir kasabada doğdum, belli bir kültürün içerisinde mayalandım. Yurtdışına gittim, doktoramı yapıp profesör oldum. İnsan ilişkileri alanında kapsamlı bir eğitimim var. Tüm bu tecrübemle açık seçik söylüyorum ki; bir ülkenin,

bir toplumun geleceğini iki ortamda yaşayan değerler belirler: Bir; çocuğun içinde yetiştiği aile ortamı. İki; çocuğun eğitildiği sınıf ortamı.

Denetim odaklı korku kültüründe eğitimin niyeti; çocuğu mevcut kültür yapısı içerisinde elinden geldiğince kalıplamak, o hiyerarşik yapının aynısını geleceğe taşımaktır. Bu da zayıf bir gelecek yaratır. Çünkü geleceğin ne getireceğini bilmemiz mümkün değil. Altmış yıl sonra hangi mesleklerin dinamik, üretici ve kazanç sağlayan meslekler olacağını bilemiyoruz. O zaman insanları hangi kalıba göre eğiteceksiniz?

Yuval Noah Harari'nin bir kitabı çıktı; *21. Yüzyıl İçin 21 Ders*.[20] Eğitimle ilgili söylediği şeyler de var. Mesela, "Geleceğin eğitimi dört şeye dikkat etmek zorunda; bir, çocuğun doğuştan getirdiği merakın gelişmesine izin verecek," diyor.

Zaten bu merak çocukta vardır; sadece besleyecek, engellemeyeceksin. Çocuk doğuştan bir bilim insanıdır. O merak güdüsünü tatmin ederken yolculuğunda hiç ama hiç sıkılmaz. Çocuk, kaç yaşında olursa olsun, sıkılmaya başlamışsa yanlış yoldasın demektir. Merakı besleyen aile ortamı, merakı besleyen eğitim ortamı anaokulundan üniversiteye kadar önemlidir. Bu ilk adım... Yani eğitimin niyeti ne olmalı? Eğitimin niyeti; kişinin getirdiği merak potansiyelini beslemek, daha karmaşık soruları sorabilecek ve yolculuğa zevkle devam edebilecek durumda kalmasını sağlamaktır.

Çocuk doğuştan bir bilim insanıdır. Eğitimin niyeti; kişinin getirdiği merak potansiyelini beslemek, daha karmaşık soruları sorabilecek ve yolculuğa zevkle devam edebilecek durumda kalmasını sağlamaktır.

Gerçek bir bilim insanı, filozof, yazar, sanatçı yetiştirmek bir görev ve sorumluluk meselesinden öte içsel bir yolculuktur. Yaptığı işi görev olarak gören birinin gerçek bir bilim insanı,

20 Yuval Noah Harari, *21. Yüzyıl İçin 21 Ders*, Kolektif Kitap.

filozof, müzisyen ya da yazar olması mümkün değil. Çünkü her gerçek sanatçının, filozofun, yazarın ve bilim insanının içinde mutlaka zevk aldığı bir yolculuk vardır.

İkincisi; geleceğin eğitimi iletişim bilincini kurmalı. Çünkü defalarca altını çizdiğim gibi yaşam bir ekip işidir ve bu böyle olmaya devam edecektir. Kendi içinde bir ekip vardır, onu keşfettiğin zaman "biz"e ulaşırsın. Bunu başarabilmek için de güçlü olmaya çalışırsın.

Üçüncüsü; işbirliğidir. Sorun mu yaratıyorsunuz bir araya geldiğiniz zaman, çözüm mü? Basit gibi görünüyor ama insanlar bir araya geldiğinde zamanlarının çoğunu şikâyet etmek ve birbirlerini ötekileştirmekle geçiriyorsa bu topluluk zaman içinde güçsüzleşecek demektir.

Dördüncüsü; yeni bir şey inşa etmektir. İngilizce *creativity*, yani yaratıcılık.

Harari'yle kesinlikle hemfikirim. Zaten bu dört unsurun tohumu da çocuğun doğuştan beri içindedir, bize düşen onları besleyip geliştirmektir.

O hâlde, "Eğitimin niyeti; çocuğun varoluşunu desteklemek, içinde olan neyse onu geliştirmek olmalıdır," diye özetleyebilir miyiz?

Evet, onu destekleyerek gelişmesine imkân yaratmaktır. Sevgili Deniz, mesela bir üniversiteye git; herhangi bir üniversite olabilir bu. İster profesörleri al karşına ister asistanları, istersen de üniversite öğrencilerini ve şu soruyu sor; "Hayatınızı derinden etkileyen kaç öğretmeniniz oldu?" Şimdiden bahse giriyorum ki bu sayı genellikle iki ya da üç olacaktır. Sonra bunların öykülerine git. "Ne yaptı?" Sana söyleyeyim. Onun fıtratında getirdiği bir yere dokunarak bir kıvılcıma sebep oldu. Bakışıyla, bir sözüyle, duruşuyla, gülüşüyle…

Öğretmen karşısındakinin içindeki o kıvılcımı her zaman daha da canlandırmıyor, aksine bazen söndürüyor da. Maalesef o öğretmenleri de unutamıyoruz.

Denetim odaklı korku kültüründe üniversiteye asistan olmak istiyorsan kendi fikrini geliştirmenin peşine düşmeyecek, hocaya yalakalık yapacak bir yol izleyeceksin. Gelişim odaklı değerler kültüründe akademide kalmak istiyorsan farklı biri olacaksın, kimsenin düşünmediğini düşünecek ve açıkça söyleyeceksin. Yani yeni bakış tarzın ve sorduğun sorularınla dikkati çekeceksin. Bizim kültürde "gıcık gıcık konuşuyor" denen türden biri olup, hiç kimsenin sormadığı soruları soracaksın.

Uygar bir toplum, çocuğun içinde yetiştiği aile ve eğitildiği okul ortamında neyin ödüllendirildiği ile yaşamın neyi ödüllendirdiği arasında sürekli ilişki kurmaya çalışan toplumdur.

Yurtdışında doktora programında bunu keşfettiğim zaman aklım durdu. Bu tür soru soran öğrencilere sinirleniyor, saygı duyduğum hocalarımın adına rahatsız oluyor ve "Bu gıcık insanlar niye bu kadar el üstünde tutuluyor burada?" diye anlamaya çalışıyordum. Oysa "gıcık" olmak, "gıcık sorular sormak" ne kadar önemliymiş!

Toplumun neyi ödüllendirdiği ile yaşamın neyi ödüllendirdiği birbirini tutuyor mu? Bu önemli bir soru. Korku kültüründe otorite durumunda olan insan, öğretmen ya da anne baba çocuğun gelişmesini engelleyen bir hapishane yaratır. Böylece topluma uyumlu bir çocuk yetişir. Uygar bir toplum, çocuğun içinde yetiştiği aile ve eğitildiği okul ortamında neyin ödüllendirildiği ile yaşamın neyi ödüllendirdiği arasında sürekli ilişki kurmaya çalışır. Denetim odaklı korku kültüründe evin ve okulun neyi ödüllendirdiğine bir bak ve sonra bir de şu soruyu sor:

"Peki yaşam neyi ödüllendiriyor?"

Uzun vadede yaşam merak edeni, iletişim kurup ilişki geliştireni, yardımlaşmayı becerip işbirliğini uygulayanı, "biz" değerleri içerisinde yeni sentezleme yapıp verimli üreteni ödüllendirir.

Peki ya merakı, iletişimi, işbirliğini bilmeyen bir toplumda yeni şeyler sentezlemeyi nasıl öğreneceğiz?

Türkiye'de olduğum için hiçbir zaman umutsuzluğa kapılmadım ama duygularımın inişli çıkışlı olduğunu da belirtmeliyim. Fakat şükür duygum her seferinde arttı. Çünkü bütün bu yolculuğun sonunda geldiğim bir yer var; güçlüyüm, geleceğim de güçlü. Niye biliyor musunuz? Bir seminerden sonra biri gelip, "Hocam hiç yeni bir şey söylemediniz, hepsini biliyormuşum ama bildiğimin farkında değilmişim," diyebiliyor bana. Belki ilkokul tahsili bile olmayan bir kadın, "Allah senden razı olsun, Allah benim ömrümden alıp sana versin," diyebiliyor. Mektuplar, e-postalar geliyor ve görüyorum ki ailede, bireysel hayatta, meslek hayatında ne uyanışlar söz konusu. Ne mutlu ki bunların bazılarında benim de dokunuşlarım, etkim olmuş.

Yaşam merak edeni, iletişim kurup ilişki geliştireni, işbirliği yapıp üreteni ödüllendirir.

Kolay olanı herkes yapardı. Peki kişi nereden alacak gücünü, nereden bulacak bu ekibi? O ekip zaten onun içinde, hepimizin içinde! Bu yüzden öfkelenmeden dinleyecek ve keşfedeceğiz.

Unutmayalım; kişi korku kültüründe kaldığı sürece bir hapishaneden başka bir hapishaneye sürüklenir. Ama gelişim odaklı değerler kültüründe yolculuğa devam ederken artık orası hapishane olmaktan çıkar ve bu, yaşamın dinamikleri, kendini keşfetme yolculuğuna dönüşür. Belki bunu dışarıdan kimse bilmez ama bu yolculuğun müthiş bir macera olduğunun o kişinin kendisi, içindeki savaşçı farkındadır.

DOĞAN CÜCELOĞLU:
"Bir Çocuğun Potansiyelini Anlayacağımız Beş İşaret"

1 Davranışlarının koordinasyonu ve akışı

2 Duygularının farkında oluşu, anlayışı ve duygularını yönetebilmesi

3 Merakını tatmin etmek için girişimde bulunması, gözlemlemesi, soru sorması ve gördüğü, duyduğu şeyler üzerinde düşünmesi

4 Arkadaşlarıyla oynarken kurallara uyması, işbirliği içinde olması, oyunu yönetmesi, çıkan sorunların farkında olması ve çözümleri için girişimde bulunması

5 Kendisine ve arkadaşlarına saygılı davranması; her ortamda "iyi" ve "doğru" olanla, "kötü" ve "yanlış" olanı ayırt etmeye özen göstermesi

SEKİZİNCİ BÖLÜM

NASIL EŞ SEÇİLİR?
"İLİŞKİNDE TÜCCAR MISIN, YOLDAŞ MI?"

Kendin olarak var olmana önem verildiğini hissetmek sağlıklı ilişkinin vazgeçilmezidir. Birinin eksiğini, ihtiyacını karşılamak için değil, yaşam dansı için berabersiniz. Zamanla müziğin türü ve ritmi değişir ama dans daha derin bir anlam kazanarak devam eder.

Erkekler Mars'tan Kadınlar Venüs'ten[21] **isimli bir kitap vardı. Erkek ve kadının adı üstünde iki ayrı gezegenden gelmiş gibi birbirinden farklı olduğunu anlatıyor ve özet olarak bu farklılıkları anlarsak daha rahat edeceğimizi söylüyordu. Bu bölümde söz konusu temel meseleye girmek istiyorum. Kafamızı en çok kurcalayan konulardan biri olan cinselliği de burada konuşabiliriz; aile kurmayı, uygun bir eş seçmeyi de. Şu soruyla başlayalım; kadın ve erkek, iki ayrı gezegenden oldukları iddia edilecek kadar farklı mıdır?**

Kadın insan, erkek insan. Her ikisi de insan ama biri kadın, diğeri erkek. Evet, kadın ve erkek diye gerçekten iki ayrı realite var; bu inkâr edilemez. Sohbetimiz sırasında daha önce de dile

21 John Gray, *Erkekler Mars'tan Kadınlar Venüs'ten*, Altın Kitaplar.

getirmiştim; kadın olsun, erkek olsun insanın varoluşunun beş boyutu var; biyolojik, duygusal, zihinsel, sosyal ve aşkınlık boyutları.[22] İnsan doğasının bu beş yönü birbirleriyle iç içe geçmiştir.

Çocuklukta kız-erkek farkı pek yoktur ama ergenlikle beraber kadın ve erkeğin biyolojisinin işleyiş tarzı farklılaşır. Erkekte testosteron, kadında östrojen hormonları devreye girer. Cinsiyetler daha belirgin hâle gelir ve bunun önemli sonuçları oluşmaya başlar.

Hormonlardaki değişim diğer boyutlardaki farklılığı başlatır.

Hormonlar duyguları etkiler, aklı etkiler, ilişkileri etkiler; kişinin anlam verme sistemini, aşkınlık boyutunu etkiler. Oyun çağında bir çocuk diğerlerini de çocuk olarak görürken, on dört-on beş yaşına gelince birden algı değişir. Daha önce farkında olunmayan bambaşka etkenler ortaya çıkar. Özetle artık çocuk dünyası bitmiştir, hoş geldin ergen dünyasına. Bu dünyada artık kadın var, erkek var.

Her iki cins için de yaşam boyunca devam eden döngüler, zamanı gelince kendini gösteren dönemler devreye girecektir.

İkinci olarak "akıl" boyutunu saymıştınız.

Evet, o da sözünü ettiğimiz örgünün içinde. Beynin gelişimi ve işleyişi içinde insan zihni… Beyin gelişimi hamilelik, bebeklik, çocukluk ve ergenlikte sağlıklı olarak tamamlanmış biri ile değişik nedenlerle aksamış birinin zihin gelişimi, aklı ve dolayısıyla kurduğu insan ilişkileri farklı olacaktır. Nasıl ki iyi yönetilen bir kurum birini işe almadan önce o kişinin zihinsel sağlığı ve yeteneği ile ilgilenirse, olgun bir insan da hayatını birlikte geçireceği kişinin zihinsel sağlığıyla ilgilenmelidir.

22 Bkz. Üçüncü Bölüm, s. 58.

Duygulara gelirsek... Temeli yine biyolojik olan, yine sinir sistemine ve diğer salgı sistemlerine bağlı olarak ortaya çıkan duygular sistemi önemlidir. İlişkide duyguların gücü inkâr edilemez, görmüş geçirmiş her insan bunu bilir.

İlişkiler, yani insanın sosyallik boyutu biyoloji, akıl ve duygularla irtibatlıdır. İnsan olarak diğer insanlarla ilişki içerisinde olmak zorundayız. İlişki eksikliği ya da aksaklığı birçok psikolojik soruna, gelişim bozukluğuna yol açar. Varoluşumuz gereği sürekli ilişki içerisinde olmak ve evde, işte toplum olarak, ekip olarak yaşamak zorundayız. Mahallenin esnafıyla ilgili konuşurken bile adını koyamadığın bir ekibin parçası olduğunu içten içe bilirsin ve kendini iyi hissedersin. Mahallede yürürken "bizim kahveciye, bizim bakkala" uğramak, selam verebilmek iyi gelir.

Diğer insanlarla ilişki içerisinde olmak hem ihtiyaç hem de zorunluluktur. İlişki eksikliği ya da aksaklığı birçok psikolojik soruna, gelişim bozukluğuna yol açar.

En sonunda aşkınlık, inanç ve değerler boyutuna geliyoruz. Bunu şöyle açıklamayı seviyorum: Zaman içerisinde kişinin içinde bir orkestra şefi gelişmeye başlar. Ergenlik de bu orkestra şefinin varlığının ya da yokluğunun en yoğun hissedildiği dönemdir. Ergenlikte hayatın anlamı sorgulanmaya başlanır. "Hayatımın anlamı ne?", "Neye inanıyorum?" diye sormaya başlar her ergen. Ölüm bilinci filizlenip oluşmaya başlar. "Şu ağaçta sararıp solan ve yere düşen yaprak gibi zaman içinde yok olup gidecek miyim, yoksa yolculuğumun bir anlamı olacak mı?" Elinde değil; yaradılışının gereği, insan olarak bu soruları sorarsın.

Okur tüm bunların kadın-erkek ilişkisiyle ne ilgisi var diye sorabilir. Bu boyutların her birinin hayatın tümüyle, her safhasıyla ilgisi var ve dengede olmaları önemli... Örneğin sadece biyolojisiyle hayatını yöneten ve bu çerçeveden çıkamayan

birini düşün. Aşkını, sevgisini, kılığını kıyafetini, cinselliğini, bütün hareketlerini salgı bezleri, hormonları yönetir. Bazılarındaysa varsa yoksa akıl… Dominant olan akıldır. Bu kişilere aslında duyguların, gönlün önemli olduğunu anlatmak istesen de duyamazlar. Bir başkasında da dengesiz bir duygusallık olabilir; o da aklını işin içine katamaz, duygularına kapılır. Bir yanda akıl baskın, bir yanda duygu baskın iki kişinin evliliğini düşünebiliyor musunuz? O evde ikisi de cehennem hayatı yaşar.

Şunu söylemek istiyorum, kişinin hayatında sadece bir boyut baskın olursa ve kişi varoluşunun diğer boyutlarını umursamazsa insan olarak eksik kalır, eksik yaşar.

Bu beş boyutun sürekli uyum içinde olması gerekiyor o hâlde. Üstelik sadece bir yaşta da değil, her yaşta.

Evet, ben de öyle düşünüyorum. İnsanın biyolojik yapısı sürekli değişmeye devam eder. Kişi beş yaşında, on beş yaşında, yirmi beş yaşında, kırk beş yaşında farklı biyolojik yapılara sahiptir. Biyolojik yapı kendi doğası ve ritmi içerisinde değişimini sürdürür. Tahmin edebileceğin gibi biyolojik ritimdeki, biyolojik doğadaki değişimlerin her biri mutlaka akılda da, duyguda da, sosyallikte de, değerlerde de yansımasını bulur. Kişi sağlıklı bir bireyse, bir sistem bütünlüğü içerisinde bu beş boyut sürekli etkileşim ve temas hâlindedir. Akıl ilişkilere nasıl yansır? İnanç ve değerleri yeniden akıl süzgecinden geçiriyor musun, aynı şekilde inancın aklına sorular sorup onu devreye sokuyor mu? Yoksa her biri kendi içinde kapalı bir kutu mu? Akış ve etkileşim içinde olan kişi, varoluşunda bir bütünlük ve ahenk kazanır ve bunu ömrü boyunca devam ettirir. Kadın-erkek ilişkileri de elbette bu düzenin bir parçasıdır. İşte geldik şimdi kadınla erkeğin karşılaşmasına...

Ne zaman başlar bu karşılaşmalar?

Gençlik döneminde; yani biyolojinin, hormonların baskın olmaya başladığı çağda karşı cinse ilgi gelişmeye başlar. Varoluşunla dans edersin; karşındakinin görünüşü, sesinin tatlılığı, gözlerinin ışıltısı derken kişi farkında olmasa da bir sürecin içine girer. Cinsel yönelimi ne olursa olsun her birey kendi cinselliğinin, cinsel kimliğinin farkına bu dönemde varır.

İşte biliyorsunuz, bu karşılaşmalarla beraber başka şeyler de başlar. "Ömür boyu beraber olacağız!" coşkusu, şiirler, müzikler... Sonra bu coşku birdenbire, "Tanıştığımızda böyle değildi, evlendikten sonra değişti," cümlelerine dönüşebilir.

Peki hocam bu tatlı hisler, heyecanlar ne oluyor da değişiyor? İnsanlar neyi yanlış yapıyor da ilişkiler çıkmaza giriyor?

Burada değişimle ilgili birkaç dinamiği dile getirmek istiyorum. İlki şu; tanışma ve anlamlı bir ilişki kurmanın sıcaklığı içinde rahatsız edici yönlerin farkına varmama hâli. Daha sonra gerçeği görmeye başlayınca karşıdakini değişmekle, ilgisizlikle suçlama hâli. İkincisi; ilişkinin başlarında hoşa gitmeyen bazı yönleri görmek ama "Ben onu sonra değiştiririm," beklentisiyle sesini çıkarmamak. Karşıdaki değişmeyince de, "Beni seviyorsan değişirsin!" tavrını takınmak. Bir üçüncüsü de, "Evlendiğimizde böyle değildik, ikimiz de değişmeye başladık," olgusu. Evlendiğinde yirmi iki yaşındaydın, şimdi otuz yedi yaşındasın ve bunun kendine özgü önemli sonuçları var. Eğer biri yirmi iki yaşında bir insanla tanıştığında onu o hâliyle sabitleyip hep aynı kişi olarak kalmasını bekliyorsa şüphesiz bu, gerçekliğe uymaz.

> Kişi, karşısındakinin değişmemesini isteyip yatırımını ona göre yaparsa sonrasında kafasını taşlara vurur. O değişecek, sen de değişiyorsun. Hayatın kendisi değişiyor.

Kişi, karşısındakinin değişmemesini isteyip yatırımını ona göre yaparsa sonrasında kafasını taşlara vurur. O değişecek, sen de değişiyorsun. Hayatın kendisi değişiyor. Onun için ne yapacaksın? Önce açık iletişim içinde olacaksın, yani birbirinize karşı dürüst olacaksınız. Kendi değişiminle ve onun değişimiyle dans etmeye başlayacak, o değişim içerisinde sürekli canlı kalacaksın, sürekli yeni kararlar vereceksin. Yani güreş değil, dans. Müzik değişecek, dans değişecek, dans ettiğin kişi değişecek, görünüşü değişecek. Sen kendin de değişeceksin.

Sevginin kutsal bir anlamı vardır ve kişi karşısındakini niye sevdiği konusunda niyetinin saflığını keşfetmek zorundadır. Sana istediklerini verdiği için mi seviyorsun? İstediklerin değişecektir. Peki iyi bir yoldaş olduğu için mi seviyorsun? İşte bu devam edecektir.

Bir de sevginin kutsal bir anlamı vardır ve kişi karşısındakini niye sevdiği konusunda niyetinin saflığını keşfetmek zorundadır. Sana istediklerini verdiği için mi seviyorsun? İstediklerin değişecektir. Peki iyi bir yoldaş olduğu için mi seviyorsun? İşte bu devam edecektir.

Manzara değişecek; bindiğiniz otobüsler, uçaklar değişecek; gittiğiniz yerler ve tanıştığınız insanlar değişecek. Konuştuğunuz konular değişecek, gözlemleriniz değişecek ama yoldaşlık baki kalacak. Kişinin ilişkisinde yolculuk ve yoldaşlık önemli olursa hayatı hiçbir zaman tekdüze olmaz. Bu yüzden ilişkilere "ne alırım ne veririm"den ziyade birbirinize iyi bir ekip arkadaşı, iyi bir yoldaş olabilir misiniz gözüyle bakmak gerek.

Bir başka deyişle ilişkinize Erich Fromm'un[23] *Sahip Olmak ya da Olmak* adlı kitabında dile getirdiği üzere,[24] "sahip olmak"

23 Erich Fromm (1900-1980); Alman sosyal psikolog, psikoterapist, sosyolog ve düşünür. Psikolojide çığır açan çalışmalara imza atmıştır.

24 Erich Fromm, *Sahip Olmak ya da Olmak*, Say Yayınları.

gözüyle mi, "olmak" gözüyle mi bakıyorsunuz? Sahip olmak, nesneleri ya da insanları elde edip onları kendi egemenliğine almaktır. Olmak ise öze dönük bir kavramdır; insanın var olan özelliklerini, insancıl potansiyelini zenginleştirmesine yönelik bir destektir. Bilinçli bir sevgi. Sevdiğin şeyin gelişip yücelmesine yönelik etkin bir çaba.

Kadın varoluşuyla erkeğin içinde, erkek de erkekliğiyle kadının içinde bir şeyi tamamlıyor. Bu tamamlanma duygusunu ise herkesin içi biliyor.

İlişkilerdeki en önemli meselelerden biri de cinsellik. Belki de herkesin kafasını en çok kurcalayan mesele... Siz bu konu üzerine ne dersiniz?

Cinsellik öyle bir konu ki, başka hiçbir konuya benzemez; tüm insan varoluşunu kapsar. Biyoloji, akıl, yoğun olarak duygular ve ilişkiler devreye girer. Aynı zamanda kişinin özüyle, "Ben kimim?" sorusuyla ilgili derinlerden gelen inanç ve değerler, yani aşkınlık söz konusudur. Cinsellikle ilgili konuşurken, "Unutmayın," diyorum, "temelde biyolojik bir olay bu ama duyguların zeminini oluşturuyor." Eğer kişi cinselliği sadece biyolojik boyutta yaşarsa insan olmanın temel zenginliklerinden kopmaya başlar; yaşamdan, özünden, kendinden soğur. Edebiyat, müzik, şiir, özlem, hüzün; yani yaşama anlam veren tüm kaynaklardan mahrum kalır. Oysa insanı her alanda yaratıcı zenginliğe götüren, insan olmanın tadına vardıran şey bu kaynaklardır.

Şimdiye kadarki okumalarım, vaka incelemelerim, tartışmalardan çıkardığım sonuçlardan biri de şu; cinselliğin erkek üzerinde muhakkak bir etkisi var ama kadınlardaki etkisi daha derinlerde oluyor. Kadınlar ve erkekler cinselliğe farklı anlamlar yükleyebiliyorlar. Diğer deyişle cinselliğin yalnızca biyolojik boyutta yaşanmasının kadın ve erkek üzerindeki

etkileri farklı olabiliyor. Kadınlar çoğunlukla cinsellik yaşadıkları bir erkekle özel bir bağlılık arayışı içine girerken, aynı durum erkekler için her zaman geçerli olmayabiliyor. Aynı evde yaşamı paylaşmaya başladığın zaman cinselliğin çekiciliğine, getirdiği gönül zenginliğine, oluşturduğu "biz"e saygı duymak gerekir. Hatırlarsanız mutluluk araştırmalarında da en önemli faktör sağlıklı bir yuvaydı.[25]

O hâlde cinselliğin eğitimde çok daha etkili bir yeri olmalı. Utanmadan sıkılmadan anlatılabilmeli. Ne dersiniz?

Bu konu ciddi olarak liseden itibaren anlatılmaya başlanabilir. Hem de rahatlıkla. Böyle bir derste tüm kültürleri, dinleri bu çerçeve içinde gözden geçirebilirsiniz. Böyle bir eğitimin insanın evliliğinde, insanlığını bulmasında katkısı olacağını düşünüyorum.

Cinsellik diğer gereksinmeler gibi değildir. Cinsel ilişki ruhun derinlerine inen bir eylemdir. Bireyler bilmese de, bundan kaçınsa da cinsel ilişkide özlerin, ruhların birleşmesi de vardır. O nedenle cinsellikte kişinin bilinçli ve ne yaptığını bilerek, bu sorumluluk bilinciyle hareket etmesi gerekir.

Neticede cinsellik elbette biyolojik bir tatmin verebilir ama kişi bu yüzden duygularına ve özüne yönelik bir yara aldığı zaman insanın özünün törpülenmesi, nasırlaşması ve derinliğe ulaşamama gibi bir durum oluşmaya başlar. İnsan muhteşemliğini kaybederek sığlaşıp sıradanlaşmaya başlar. Cinsellik sadece biyolojik zeminde basit bir eyleme indirgendiğinde insanın kendine özgü bütün ayrıntılarının ortaya çıktığı o an ve o ânın kendine özgü hâli kaybedilir.

25 Bkz. Yedinci Bölüm, s. 126.

Akıl bunu inkâr edebilir ama insanın içi bilir. Sonra ne oluyor? Kişi o boşluğu başka şeylerle doldurmaya çalışıyor. Erkekler için de geçerli bu, kadınlar için de... Altını çizerek söylemek istiyorum. Cinsellik diğer gereksinmeler gibi değildir. Meseleye önemle ve ihtimamla yaklaşmak gerekir. Çünkü cinsel ilişki ruhun derinlerine inen bir eylemdir. Bireyler bilmese de, bundan kaçınsa da cinsel ilişkide özlerin, ruhların birleşmesi de vardır. O nedenle cinsellikte kişinin bilinçli ve ne yaptığını bilerek, bu sorumluluk bilinciyle hareket etmesi gerekir.

Sanırım şöyle diyebiliriz hocam; biyolojisi insanı ergenliğinden itibaren zorlamaya başlıyor olabilir ama cinselliğin duygusal-psikolojik gelişim tamamlanmadan, ilişkinin ağırlığını ve sonuçlarını yaşayabilecek yaşa gelmeden yaşanması insanın gelişimi açısından olumsuz bir sonuç ortaya koyabiliyor.

Evet, aynen öyle ve bu, hem birey hem toplum hem de insanlığın geleceği için bir kayıptır. Elbette biyolojinin itici gücünün olmasının, ergenlikte ortaya çıkmasının bir hikmeti vardır ve bu kötü bir şey değildir; aksine önemli bir fırsattır. Cinselliğin insanın aklının, duygularının, ilişkilerinin gelişmesi, kendi özünü ve değerlerini keşfetmesi açısından itici bir güç olduğu şüphesizdir.

Gördüğüm kadarıyla özellikle Batı dünyasında konuştuğumuz konuda bir nihilizm, başıboşluk, anlamsızlık ve depresyon hâli söz konusu. Tabii her toplumda sağlıklı aileler vardır ve belirli inançlarla değerler öbek öbek o toplum içinde yaşar. Ben "Batı" diyerek genel bir resimden bahsediyorum. Bir genelleme yaptığımın farkındayım. Orada artık cinsel ilişkiye girme yaşının on dört-on beş yaşlarına kadar inmesi konusunda alttan alta genel bir kabullenme görülüyor. Sanki şöyle

Cinselliğe saygıyla yaklaşılmalıdır. Sadece çocuk sahibi olmanın değil; edebiyatın, şiirin, müziğin, yaratıcılığın, aşkınlığın kaynağı olarak da görülmelidir.

bir anlayış eğitim sistemlerinin, genel kültürlerinin içine girmiş gibi; "Cinsellik de bir ihtiyaç, sağlıklı bir hayatının olması için kişi cinsel ihtiyacını da gidermeli," gibi bir bakış açısına sahipler. "Cinsellik nasıl olsa olacak da, cinsel hastalık getirmesin ve hamile kalmasınlar, önemli olan bu," anlayışı içinde hareket ediliyor, yani güvenli cinsel ilişki noktasında tartışmalar şekillenmekte.

Bu şekilde sadece biyolojik temelli sığ bir anlayışın bir sürü sosyal yansımaları var. Genç yaşta intiharlar, depresyonda artış, cinslerin birbirine duyduğu güvensizlikteki artış, tek eşliliğin insanın doğasına aykırı olarak görülmeye başlanması, madde bağımlılığında artış gibi... Ergenlik cinsellik ihtiyacının biyolojik olarak ortaya çıktığı dönem olabilir. Fakat biyolojik olarak ortaya çıkması, bu ihtiyacın hemen o yaşlarda tatmin edilmesi gerektiği anlamına gelmez. Aksine duygusal, psikolojik, toplumsal ve manevi olgunluk anlamında doğru ve sağlıklı bir gelişim için erken yaşta cinsellikten uzak durmak gerekir. İnsan varoluşunun beş boyutunda da tam ahenk olmadan yaşanan cinsellik hem kadın hem de erkek açısından sığlaşma, anlamsızlaşma, hedonizm ve sonuçta nihilizmi beraberinde getirir.

Bu meselenin toplumsal açıdan da önemi büyük... Erkek olabileceği en iyi insan olma yolunda bir adım atacak, kadın da olabileceği en iyi insan olma yolunda bir adım atacak ve o birleşmenin sonunda ortaya çıkacak ortam sağlıklı olacak. Ne demek sağlıklı ortam olması? İnsanların gelişebileceği, iyi insanların mutlu olarak yaşayabileceği bir ortam. Bu sebeple o enerjinin ortaya çıkışını, biyolojik boyutunu karalayıp örtbas etmemek gerekir. Cinselliğe saygıyla yaklaşılmalıdır. Bu biyolojik gelişme illa cinselliğin değil; edebiyatın, şiirin, müziğin,

yaratıcılığın, aşkınlığın kaynağı olarak da görülmelidir. Sağlıklı ortamda yetişmiş her insanın içi hiçbir eğitimden geçmeden bunu bilir. Mesela ilkokuldaki, ortaokuldaki aşklarımı hatırlıyorum; aklımdan hiç cinsellik geçmezdi ama içimden şiir yazmak gelirdi. Ne olduğunu anlamazdım ama içimde böyle enteresan bir uyanış, gelişim özlemi olurdu.

Beni asıl korkutan mesele, bu muazzam itici gücü bir sermaye gibi görüp bundan para kazanmak isteyen son derece uzmanlaşmış güçlü ve sinsi bir piyasanın varlığı. Moda sektörü, güzellik sektörü, porno sektörü, eğlence sektörü, gece hayatı, yeme-içme sektörü ve kötü alışkanlıklardan para kazanan gizli bir sektör…

Anlattıklarınız bana bir liberal açısından çok muhafazakâr, bir muhafazakâr açısından da çok liberal görüşler gibi geliyor.

Yaşamında kendisi olarak dürüstçe var olmaya çalışmış biri, olabileceği en iyi insan olma yoluna girmiş her kişi dönüp kendi geçmişine baktığı zaman sanırım bana hak verecektir; mutlu olduğu anlara, acı çektiği anlara, yaptığı hatalara ve yüz kızartıcı dönemlere dürüstlükle göz atması yeterli. Cinsellik doğası gereği önemli ve sorumluluğu ağır bir olgudur.

Kendi toplumumuza dönersek… Bizde cinsellikle ilgili abartılı bir beklenti var mı? Ne dersiniz?

ABD'ye ilk gittiğimde yaşadığım bir olayı anlatayım. Bir kız -ama çok güzel bir kız- bana daha önce hiçbir Türk'e dokunmadığını söyleyip, "Sana dokunabilir miyim?" diye sormuştu. Bunu işittiğim ilk anda bendeki yansımasını tahmin edersin. Bu örneği açmaktan maksadım şu: O süreçte ben bir şey keşfettim: "İnsan kadın" ile "insan erkek", insan insana konuşabilir. Elbette biyolojik yapı bakımından kadın kadındır, erkek erkektir.

Toplumun geleceği, insanların geleceği bakımından kadının kadın olması, erkeğin erkek olması önemli; bunu kabul ediyorum. Biyolojik düzeyde bunu hiçbir zaman kaybetmemek lazım.

Ama meta düzeye, üst seviyeye çıktığın zaman, insan diye bir yaratık var. Çocuğundan yaşlısına, erkekten kadınına hepimizin ortak paydası insan olmamız. Ama bu insanlığın içinde kadınlığımızla, erkekliğimizle varız. Önemli olan kadınlığımızı ve erkekliğimizi yaşarken içimizdeki insanın, karşımızdakinin insanlığının farkında olmamız. Bu çok önemlidir ve kanaatimce esas itibariyle uygarlığın temelini bu farkındalık üzerine oturtmak gerekir.

Biz kendi toplumumuzda bunu yapabiliyor muyuz?

Kadını ve erkeği insan olarak görüp ona göre eşit davranıp davranamadığımızı soruyorsan, cevabım daha alınacak çoook yolumuz olduğu yönünde. Sırf kız oldukları için okutulmayan insanlar var benim ülkemde. Bana yazıyorlar ve öykülerini okudukça içim sızlıyor. "Can'ın büyüğü küçüğü olur mu?" diyebildiğimiz gibi, "Can'ın kadını erkeği olur mu?" da diyebilmemiz gerekir. Yakın gelecekte bu yönde daha sağlıklı bir toplum olacağımızı umuyorum.

Cinsellik hakkında bir iki noktayı daha konuşmak istiyorum, özellikle de bizim toplumumuzun cinselliğe yaklaşımı üzerine. Bir konunun bu kadar tabu olduğu bir toplumda aynı zamanda cinsellikle bu denli "ilgili" olunması bana biraz tuhaf geliyor. Cinsellikle bu kadar ilgili olmamız, cinselliğin tabu olmasının sonucu olabilir mi?

Evet, bunun doğal sonucunu yaşıyoruz. Çok önemli bir yaşam enerjisini incelemeyi, anlamayı yasaklıyorsun. Sigara içmeyi yasakladığın zaman toplumda sigaraya ilgi artar. Keza

içki içmeyi yasakladığın zaman içki içmeye ilginin artması gibi... Cinselliği konuşmayı, anlamayı yasakladığında, cinsel enerji yok olmuyor. Sadece konuşmuyorsun ama o enerji hayatının tümünü etkilemeye devam ediyor. Cinsellik yokmuş gibi bir tavır içinde olduğunda onu doğal akışı içerisinde gerçekçi bir yere koyamıyorsun.

Cinselliği konuşmayı, anlamayı yasakladığında, cinsel enerji yok olmuyor. Sadece konuşmamış oluyorsun ama o enerji hayatının tümünü etkilemeye devam ediyor.

Denetim odaklı korku kültürü bu sorunu yasaklarla çözmeye çalışmış. Belki genelliyorum ama az önce anlattığım gibi öbür uçta yaklaşım tarzını, cinselliğin sadece biyolojik zemine oturtulmasını da sağlıklı bulmuyorum. Bence birey odaklı Batı, cinselliğin doğasındaki potansiyel "biz"i henüz keşfedebilmiş değil.

Cinsellik kadın-erkek arasındaki romantik ilişkinin en önemli boyutu. Fakat iletişim de bir o kadar önemli... Görüyoruz ki günümüzde insanlar birbirleriyle sağlıklı bir iletişim kuramıyorlar. Neden?

Biyolojinin yansımalarını düşünmeye devam edelim. Kişi bir ortama girdiği zaman o ortamı olduğu gibi, bütün boyutlarıyla algılaması mümkün değildir. Mutlaka bir seçicilik gösterir. İşte bu seçicilik değerler çerçevesinde olur. Yani insan değer verdiği şeyleri ve olayları öncelikli olarak görür ve işitir.

Evrimsel biyologların ifade ettiği bir husus var: Milyonlarca yıllık evrim sonucu erkek, avcılıkla ilgili şeylere daha değer veren biri olarak gelişmiştir. Yine araştırmalar gösteriyor ki, Amerikan toplumunda sıradan bir erkek günde ortalama on iki-on üç bin kelime konuşarak hayatını sürdürüyor ve bu onu tatmin ediyor. Aynı toplumda kadının kullandığı günlük

Kişi olgunlaştıkça hem kendini hem de hayatı diğerinin gözünden görmeyi öğrenir.

ortalama kelime sayısı ise yirmi dört-yirmi beş bin civarında. Hemen hemen erkeğin iki misli.

Ayrıca, erkeğin sorun çözmeye yönelik bir iletişim sergilediği gözlemlenmiş. Evet, sorun neyse dinliyor ama hemen ardından sorunun nasıl giderileceğiyle alakalı konuşuyor. İletişime çözüm odaklı yaklaşıyor. Bu davranış biçimi avcılık kültürüyle tutarlı... Kadınlar ise ilişkinin kendisine çözüm kadar önem veriyor; konuşmak, anlatmak, ilişki kurmak hoşlarına gidiyor. Esas yaklaşımları önce ilişki kurmak, sonra sorun çözmek oluyor. Ki bu yaklaşımı ben, parantez içinde söylemiş olayım, gerçekçi ve güçlü buluyorum. Çünkü günümüzün sorunlarının çoğu ilişki sorunları. Kadın konuşuyor, anlatıyor, sohbet ediyor. Ortadaki sorun da bu ilişkiyi kurduktan sonra konuşmanın konusu oluyor. Zaten bu noktada var olan sorun da kendiliğinden çözülmeye başlıyor. Demek ki kadın iletişime süreç odaklı yaklaşıyor.

Kadın ve erkeğin iletişim tarzlarının birbirine üstünlüğü yoktur, birinin diğerinden daha iyi olduğu söylenemez. Avcılık döneminde binlerce yıl erkeğin iletişim tarzı başarılı olup onu bugünlere getirdi. Ama artık avcılık döneminde yaşamıyoruz, çok daha karmaşık bir sosyal sürecin içinde hayatımızı sürdürüyoruz. Kişi ancak aşkınlık boyutuyla, gözlemleyen bilinciyle bu gerçeğin, genetik yapısından gelen özelliklerin farkına varabilir; biyolojik yapısından gelen eğilimlerini kontrol eder hâle gelir; aklını, duygularını anlar ve yönetir; olgunlaştıkça hem kendini hem de hayatı diğerinin gözünden görmeyi öğrenir.

"Diğerinin gözünden görebilmek!" Anahtar cümle bu sanırım.

Örneğin kadın, erkeğe bir konu ile ilgili sorununu anlatırken uzun uzun sorunun boyutlarından bahseder. Erkek ise

daha konuşmanın başında, neredeyse sorunu duyduğu anda, çözüm önerileri getirmeye başlar. Veya birden, "Şunu yaptın mı?" diye sorar. Şayet kadın, erkeğin bu yönünün, yani kafasının bu şekilde çalıştığının farkında değilse dinlenilmediğini, önemsenmediğini düşünüp gücenerek içine kapanabilir. Kocasıyla iletişim kuramadığını düşünür.

Bu temel gerçekleri eğitimin bir parçası olarak verdiğiniz zaman karı-koca ilişkisinde olumlu yönde gelişme sağlayabiliyorsunuz. Erkek günlük olarak sarf edeceği kelimeleri tüketmiş olabilir ama o da kadının konuşma ihtiyacını görüp eşlik edebilir. Böylelikle bir anlaşma zemini oluşur. Çünkü her biri karşıdakinin gözüyle bakmayı öğrenir.

Erkek, doğası gereği hiyerarşiye duyarlıdır. Bir sosyal ortama girdiği zaman kim güçlü, kimin sesi çıkıyor, kimin bedeni ne diyor hemen hepsini kolaylıkla okur. Çünkü genlerinde ekipteki yerini bilmek, ekip olarak avlanmak var. Çünkü tek başına avlananlar yok oldu, ekip olarak avlananlar ise kabileler kurmaya başladı.

Kadın ise ilişki kurma, hiyerarşiden ziyade arkadaş olma peşinde. Boşuna değil ilişki kurması. Çünkü adam avcılığa gittiği zaman dönmeyebilir. Muhtemelen de dönmeyecek. Peki çocukları nasıl yaşayacak? Eğer kadın ilişkiler kurarak çevredekilerle dayanışma içine girerse o da çocuğu da kurtulacak. Kadının gücü ekip oluşturma gücüdür; böylece, "Bunun kocası dönmedi, hepimiz bir araya gelip onu destekleyelim," olgusu gerçekleşir.

Lizbon'a gittiğimde fark ettiğim bir konuyu anlatayım. Belki biliyorsun Deniz, Portekiz'de "Fado" adı verilen bir halk müziği türü var. Fado'nun tam bir çevirisi olmamakla beraber, kelime anlamı "kader" veya "alınyazısı" gibi düşünülebilir. Portekiz kadınlarının, artık beklenen yakınlarının geri gelmemesi üzerine denize karşı yaktıkları ağıtlardan türemiştir. Bu nedenle Fado, derin acıların, hüzünlerin, özlemin, nostaljinin, mutluluğun ve aşkın ifade edildiği bir müzik türüdür. Bizim

uzun havalar gibi hüzünlüdür. Genellikle kadınların söylediği bu müziği incelediğimde az önce anlattığım duruma rastladım. Denizci millet; erkekler sürekli gemilere binip gidiyor, seferden dönüp dönmeyecekleri belli değil. Şarkılar hep bunun üstüne.

Demek istediğim, evrimsel süreç içerisinde yaşama uyum ve yaşamı devam ettirme bakımından her iki cins de kendini iyi hazırlamıştır.

Kadınlar ve erkekler bu farkları bilmedikleri için mi birbirlerini anlamıyor?

Bu anlamda birbirlerinin farkında değiller. Erkek bu yönüyle kadını tanımıyor, kadın da erkeği. Böyle olunca ilişkileri iki kanatlı bir ilişki olup uçup yol alamıyor, bir süre çırpınsa da neticede tıkanıp kalıyor. Bunun yanı sıra ne acı ki, "İnsan nedir?" sorusunun yanıtını bulmada, dolayısıyla insan insana ilişkide de yetersiz kalıyorlar. Önce insan insana ilişkiyi öğrenmek lazım, ardından da kadın ve erkeğin kendi cinsiyetlerine göre nasıl iletişim kurduğunu ve çift kanatlı ilişkiyi.

Kadın-erkek ilişkisinde sağlıklı iletişim için hem "insanı" hem "insan kadını" hem de "insan erkeği" bilmek lazım. Örneğin eğer bir "insan kadın," eşinden başka bir "erkekle" "insan insana" konuşamıyorsa, yani insan olma hâlini toplum içinde yaşayamıyorsa, o toplumda derin bir ilişki fakirliği var demektir; üzerinde düşünmek gerekir. Bu ortam kadını da erkeği de insan olarak fakirleştirir ve bu fakirliğin acısını toplumun tümü çeker. Bir insan kadın değişik sosyal ortamlarda farklı insan erkeklerle, insan insana konuşabilmeli; gözlerinin içerisine bakabilmeli, tartışabilmeli. Karı-koca, sevgili ve eşlik

İlişkideki zenginliğin kaynağı kadın ya da erkek olmada değil, kişinin insanlığındadır. İnsanlığını elinden aldığın andan itibaren onu kör bir kuyuya savurursun.

ilişkisi ise sadece kocasıyla arasındaki ilişkinin bir boyutudur. Bu ayrım önemlidir.

Kişi bir erkek olarak eşi için, "Sadece benimle insan insana konuşabilir," derse bir hapishane yaratır ve bunun bedelini kendisi, karısı ve çocukları ilişkilerindeki sığlık ve fakirlikle öder. İlişkideki esas zenginliğin kaynağı kadın ya da erkek olmada değil, kişinin insanlığındadır. İnsanlığını elinden aldığın andan itibaren kişiyi kör bir kuyuya savurursun. Bu kısır döngü içinde anlamlı bir hayat nasıl devam edebilir?

İkinci bir konu daha var. Duygusal ilişkilerde kişilerin birbirinden beklentilerinin farkına varması önemlidir. Kişi farkına varmadığı ama etkisi altında kaldığı beklentilerinin esiri olduğu andan itibaren bir mahkûm hâline gelir. "Ben kadınım, o erkek; erkeğin şunları bunları yapması gerek. Ben erkeğim, o kadın; kadının şöyle düşünmesi, böyle yapması gerek." İlişkiye böyle sosyal kimliklerin beklentileri girince her iki taraf da tüccarlaşır. "Benim istediğimi veriyor musun? Bunu verirsen ben de senin için şunu yaparım." İlişkideki bütün alt-metin bu olur. Sosyal kimliklerden gelen beklentilerinin farkına varıp hem kendini hem de eşini özgür kılabilmek, sağlıklı bir ilişki kurabilmenin önemli bir adımıdır. Beklentiler elbet olacaktır ama bunlar dürüstçe konuşulup paylaşılmalıdır.

Böyle bir yolculukta iki taraf da "kendi" olmaktan çekinmez. İlişkileri hiç eskimez. İşte bu ilişkide cinsel hayat da heyecanını kaybetmez. Çünkü karşısında özü dipdiri, duygusal açıdan sürekli yenilenen bir insan görür.

Kolay mı peki bu?

Kolay değil, hem de hiç değil. Burada güven duygusu hayati önem taşır. Ama insanın karşısındaki de benzer şeyler hissettiği zaman birbirlerine verebilecekleri bundan daha büyük bir hediye olabilir mi? Bu, ebeveyn-çocuk ilişkisinde de önemlidir.

Kişi bunu başardığı zaman karşısındaki de mükemmeliyeti aramaz; tüm hatalarına ve kusurlarına karşın onu yine tek ve değerli bulur, içtenlikle sevmeye devam eder, hatta daha da sever ve bu sevgi koşulsuzdur, kalıcı hâle gelir.

Peki ya bu keşif yolculuğunda birden aslında olmak istemediğimiz bir yerde, olmak istemediğimiz bir ilişkinin içinde olduğumuzu fark edersek ne yapacağız?

İşte o oldukça zor ve bedeli de büyük! Bunun farkında olduğum için *Evlenmeden Önce*[26] isimli bir kitap yazdım ve evlenmeyi düşünenleri okumaları için teşvik ettim. Belki de kitabın adını "Nişandan Önce" koymalıydım. Kişi kendini tanıyacak, ekibini tanıyacak, yoldaşını tanıyacak, onun ekibini tanıyacak ve en önemlisi müşterek bir büyük resimleri olacak, dahası bu büyük resmi de birlikte inşa edecekler.

Ama ilişki devam ederken birdenbire kendini bir boşluk ve anlamsızlık içinde hissedince ne olacak? Kişi bu hislerini karşısındakiyle mümkün olduğu kadar suçlamadan, gerçekçi olarak paylaşacak. Saklamayacak. "Beklediğim kişi değilmişsin, o zaman ben seni düşman gibi görüyorum," demek sağlıksız bir yaklaşım... "Tanıdığımı sandığım kişi olup olmadığından tereddüt etmeye başladım. Seni hayatımda gördüğüm yerin öyküsünü anlatmak istiyorum," denebilir. O öykü içinde ona hem kendini tanıtma imkânı bulursun hem de o kişinin kendini daha yakından tanımasına olanak sağlarsın. Belki sevgili ya da eş olarak devam etmezsiniz ama insan insana dostluğunuz olur. İnsan insana dostluk herkes için büyük bir zenginliktir.

Sevgi nedir? Bana göre sevgi, "Besbelli ki aradığın ben değilim, o zaman sen de benim sevgili/eş olarak artık yoldaşım

26 Doğan Cüceloğlu, *Evlenmeden Önce*, Remzi Kitabevi.

değilsin ama ben seni sevdiğim için senin kendin olabileceğin bir yolculuğa çıkmanı istiyorum," diyebilmektir. Birlikte çıktığın yolculukta kendin olarak var olmana önem verildiğini görmek... İşte gerçek sevgi budur.

Evlenirken şu gerçeği hiç unutmamak gerek; hayat ekibinin en önemli üyesi insanın eşidir.

Biliyorum bu sözler birçok okur için son derece nahif bir bakış olarak görünecek ama dürüst insan nahiftir. Güvenilen insan odur ve güvenilen insan uzun vadede güçlü bir insandır.

İnsanın hayatta yapacağı en önemli seçimlerden biri de eş seçimi. Öyle bir karar ki bu, sonuçları itibariyle kişiyi vezir de edebiliyor, rezil de. Nelere dikkat etmeli?

Hangi kültürden, hangi cinsiyetten olursan ol, insan olmanın bazı inkâr edilemez gerçekleri var. Bunları bilip hesaba katmak uzun vadede kişinin yolculuğunun sağlıklı olmasını sağlar.

Bir kere hayat bir ekip işi, bu bir gerçek... Kişi hayatını sadece kendisinin bir yolculuğu olarak düşünürse temel bir yanlış yapar. İkinci olarak, evlenirken şu gerçeği hiç unutmamak gerek; hayat ekibinin en önemli üyesi insanın eşidir. Kişi ya bunun farkına varır ya da hayat kafasına vura vura farkına vardırır. Farkına varamadığı takdirde alkolik olur, gergin ve mutsuz olur, kafası karışır, değişik yollarla sevgi dilenir ve hayatı öyle anlamsız bir kargaşa içinde geçip gider.

O zaman evlenmeden önce şunun farkında olmak önemli: Bekarken kendi ailenin, yani bir ekibin üyesisin; annen baban var, kardeşlerin var, mahallen var, toplumun var, yani ait olduğun bir topluluk var. Sen ve eşin ise yeni bir ekip oluşturmak üzere bir yolculuğa çıkacaksınız. Sakın eşini gökten zembille inmiş tek bir kişi olarak düşünme! Sadece onunla evlendiğini ve sadece onunla ilişki içinde olacağını düşünürsen

Karı-koca olmak sosyal kimliğin ötesinde bir ruhtur. İşte o ruhun özü paylaşılan inanç ve değerlerdir.

büyük bir hata yaparsın. O da bir ekip içerisinde gelişti ve bir ekibin üyesi olarak karşına çıktı. Yani senin ekibin onun hayatına, onun ekibi senin hayatına giriyor. Evliliğin oluşum aşamasında bu bilince ulaşmak evliliğin geleceği için önemlidir. Geleneksel kültürler bu gerçeğin farkında olarak yeni evlilikleri inşa ederler. Ama bireyi bağımsız bir birim olarak gören modern yaklaşımda sanki ekip yokmuş, birey kendi başına yaşam yolculuğunu yapıyormuş gibi bir tavır gelişebilir.

Çağdaş Türkiye için ailenin ve okulun çocukları bu farkındalıklarla donatmasını önemsiyorum. Bu nedenle her anne baba kendi evliliklerinde bunu idrak etmeli ve çocuk yetiştirirken de onların bunu anlaması için ellerinden gelenin en iyisini yapmalıdır.

Eş seçerken ortak paydalara da dikkat edilmeli sanırım. Değerler konusunda benzer yaklaşımlar olmalı mı mesela?

Bir seminerimde katılımcılara gözlerini kapamalarını söyledim. Herkes gözünü kapattıktan sonra, "Gözünüz kapalıyken şimdi lütfen sağ işaret parmağınızla kuzey yönünü gösterin," dedim. Herkes parmağıyla kuzeyi gösterirken, "Şimdi parmağınızı indirmeden lütfen gözünüzü açın ve sağınıza solunuza bakın," dedim. Herkes gülmeye başladı, çünkü herkes farklı farklı yönleri gösteriyordu.

Eğer temel inanç ve değerlerimiz uymuyorsa amaçlarımız farklı olur, zaman içinde eşimle farklı kuzeylere gitmeye başlarız. Paylaşılan inanç ve değerler ilişkinin aşkınlığını oluşturur ve o ilişkinin liderliğini yapar. Karı-koca olmak sosyal kimliğin ötesinde bir ruhtur. İşte o ruhun özü paylaşılan inanç ve

değerlerdir. O ruh onların insan insana konuşabilmelerinin ve o ilişkinin kuzeyinin temelini oluşturur.

Ülkemizde insanlar insan insana iletişim kurulmasına engel olan kalıpları yıkabildi mi sizce? Aslında cevabınızı üç aşağı beş yukarı tahmin ediyorum, o yüzden şöyle sorayım: Yıkmak için ne yapmalı?

Bir genç kız tüm içtenliğiyle benimle şu paylaşımı yapmıştı:

"Toplumda tanımadığım bir erkeğe nezaketen gülümserken, selam verirken tedirgin oluyorum. Çünkü çeşitli zamanlarda bu hareketimin yanlış anlaşılıp taciz olarak adlandırabileceğim durumlara sebep olduğunu gördüm. Dolayısıyla tanımadığım bir erkek bana selam verince de karşımdakine karşı bir güvensizliğim olduğu için daha nötr yaklaşmayı tercih edebiliyorum."

Kadınların ve erkeklerin ülkemizde insan insana ilişki kurması kolay görünmüyor. Çünkü bu kadının insan insana ilişki kurma çabası Türk erkeği tarafından "kadının sinyal vermesi, kuyruk sallaması, flörtöz davranması" olarak yorumlanıyor. Kadın en başta kendini güvende hissedemiyor. Bu konuda gereken toplumsal değişimin uzun zaman ve emek isteyen bir tarafı var gibi görünüyor.

Doğan bebekte insanı görebilmek, öğrencide insanı görebilmek, hastada insanı görebilmek, vatandaşta insanı görebilmek... Özetle insanda insanı görebilmek! Bu nedenle üniversite gençleriyle konuşurken ısrarla, bastıra bastıra söylüyorum: Evliliğinizde insan insana konuşmayı önemseyin. Çünkü kadın-erkek ilişkisi uzun sürmeyecek. Esas olan sizin o can cana duruşunuz olacak. Bir "insan"la evlendiğinizin farkında olmak ve insan insana konuşmayı başarmak evliliğin temelidir. Bir evlilikte salt kadın-erkek ilişkisi baskınsa evliliğinizi siz değil, sosyal kurallar ve beklentiler yönetir.

Ekip olduğunun bilincinde olmaya ve karşıdakini "insan" olarak görmeye, "can"a ya da "öz"e vurulmayı da ekliyoruz o hâlde.

Evet, böyle birini bulduysanız şanslısınız demektir. Söylediğim gibi bir yola girmeden önce her iki tarafın da bir ekipten geldiğini ve bu ekiplerin de birbiriyle uyum içinde olması gerektiğini dikkate almak önemlidir. Şayet biri, "Anasına düşkün, evlendikten sonra anasıyla ilişkisini koparırım," diye düşünerek yola çıkarsa yanılır. "Ben buna razıyım, kiminle yola çıktığımın farkındayım," diyebilmesi gerekir.

Evlilik hususunda altını çizmek istediğim bir konu daha var; eşlerin birbirini çekici bulması, yani yine geldik cinsellik konusuna. Cinselliği önemsediğim için birçok kişi bana kızabilir belki ama bu bir gerçektir; tekrar altını çizeyim ki, cinsel gereksinim ve cinsellik başka hiçbir gereksinmeye benzemez. Dünyanın en sıradan, en doğal ihtiyaçlarından biridir aynı zamanda. Türün devamını sağlayan biyolojik bir süreç olmakla birlikte ne ayıp ne istisna ne utanılacak ne de övünülecek bir şeydir.

Çocuklarının sağlıklı bir evliliği olmasını isteyen anne babaların kendilerinin sağlıklı bir karı-koca ilişkisi kurmayı becermesi, örnek olması gerekir.

Sağlıklı bir cinselliğin evliliğin ayrılmaz parçalarından biri olduğunu da söylemeliyiz. İnsan insana birbirini iyi tanıyan, sohbet eden, birlikte vakit geçirmekten hoşlanan kişilerin eğer sağlıklı bir cinsellikleri yoksa iyi arkadaş olabilirler ama evliliklerinin sağlıklı bir şekilde yürümesini beklemek gerçekçi değildir. Aynı şekilde birbiriyle sohbet edemeyen, ilişkileri doyumsuz olanların sırf cinsellikle sağlıklı bir evlilik yaşamaları mümkün değildir.

Şu ekip konusuna dönmek istiyorum; eş seçme konusunda ailelerin rolü nedir, ne kadardır?

Sağlıklı ve güçlü bir evlilik kurmanın yolu her şeyden önce o evliliği gerçekleştirecek bireylerin anne babalarından başlıyor. Onlar çocuklarının kendilerini tanımalarına ne kadar yardımcı oluyor, ne kadar yol gösteriyor ve çocuklar o anne babanın rehberliğinde kendilerini ne kadar iyi tanıyabiliyorlar? Bu önemli, çünkü insan kendini tanıyabildiği ölçüde başkasını da tanıyor.

Kadının saygı görmediği, eşit olmadığı bir evliliğin içinde büyümüş bir çocuğa istediğiniz kadar eşitlikten bahsedin; yerleşmiş davranış kalıbı başka olacaktır. Dürüstlüğün ne kadar önemli olduğunu istediğiniz kadar anlatın, birbirine ve başkalarına yalan söyleyen bir anne baba örneği karakter oluşumunda daha baskın olacaktır. O nedenle çocuklarının sağlıklı bir evliliği olmasını isteyen anne babaların ilk önce kendilerinin sağlıklı bir karı-koca ilişkisi kurmayı becermesi, örnek olması gerekiyor.

DOĞAN CÜCELOĞLU:
"İlişkilerde Yaptığımız Altı Hata"

1 Dinlemeyi ihmal edip karşıdakinin gözüyle olaya bakmamak

2 Karşıdakini olduğundan az görmek

3 İlişkilerde yaptığın hataları kabul etmeyip örtbas etmeye çalışmak

4 Davranışların ve konuşmaların arkasındaki gerçek niyeti ihmal etmek

5 Başkalarının düşünce ve davranışlarının sonucu kurban hâline gelmeye ve bütün suçun üstüne yüklenmesine izin vermek

6 Oluşan olumsuz havaya kapılıp dirayeti kaybetmek

DOKUZUNCU BÖLÜM

ZİHNİMİZ NASIL İŞLER?

"MÜKEMMEL OLMAYA ÇALIŞMA, OLABİLECEĞİNİN EN İYİSİ OLMAYA ÇALIŞ!"

Hata yapmaktan çekinme. Yanlış cümleler kur, alakasız şeyleri araya sok, korkma! Çalışman bir taslak hâlindeyken, hatta bittiği zaman bile senin elinden mükemmel olarak çıkmak zorunda değil. Bunu anlamak çok ama çok rahatlatıcıymış.

Bu bölümde çalışmak, odaklanmak, plan yapmak gibi konularda pratik önerilerinize başvurmak istiyorum. Çok çalışkan biri olduğunuzu bildiğimden evvela günlerinizi nasıl planladığınızı sorarak başlayayım.

Planlama konusu benim için hâlen devam eden ve canlılığını koruyan bir mesele ama epey yol katettim. Şöyle anlatayım:

Haftanın ilk günü sabah kalktığım zaman önümdeki tüm haftayı gözden geçiriyorum. Takvimime bakıyorum, verilmiş sözlerim varsa onları not ediyorum. Böylece o hafta yapacağım seminerlerin, konuşmaların, devam eden yazıların ya da varsa üzerine çalıştığım kitabın listesini çıkarıyorum. Liste oluşturmak yetmiyor, bir de öncelik sırası oluşturuyorum.

Öncelik verirken de sezgisel bir 5N1K yöntemi kullanıyorum; yani "ne, niçin, nasıl, kim, diğer işlerle ilişkisi ne, ne kadar zamanımı alacak, nerede yapmam gerekiyor" gibi sorularla kendime göre bir sıralama yapıyorum. Ayrıca her biriyle ilgili tahminî bir süre belirliyorum. Kimi on beş dakika alabilir, kimi üç gün. Bunu özellikle yapıyorum ki, o işe başladığımda ne kadar vaktimi alacağını bileyim. Bu yöntem işime yarıyor.

Kâğıt üzerinde ya da bilgisayarda yapıyorsunuz bunu değil mi? Zihninizde tasarlayıp bırakmıyorsunuz.

Kâğıt üzerinde yapıyorum ve bunları yazdığım defterimi mutlaka yanımda taşıyorum. Hafta içinde her gün ilk işim günlük planımı gözden geçirmek oluyor. Söz konusu günlük işleri bitirince de yanlarına çentik atıyorum. Her çentik atışımda beynim "Aferin!" diyor; tek bir çentik atınca bile, başarı hissi duyuyorum. Her çentik atıştan sonra kalkıyorum, yürüyorum, su içiyorum… Sistemli çalışmak, dediğim gibi, bana iyi geliyor.

Çok kitap okuduğunuzu biliyorum. Ne okuduğunuzu, bizlere neler önereceğinizi daha sonra soracağım ama yeri gelmişken okumalarınızı nasıl yaptığınızı da öğrenmek istiyorum.

Roman okurken bunu yapmıyorum ama sahamla ilgili bilimsel kitaplar okurken izlediğim bir yöntem var. Önce okumaya karar verdiğim kitabın tümüne bir göz atarım, kısımlar ve bölüm başlıkları nasıl yapılandırılmış şöyle bir bakarım. Daha sonra önce girişi, sonra sonucu okurum. Ayrıca her bir bölümün ana cümlesi nedir, verilmek istenen ana mesaj nedir diye genel bir tarama yaparım. Bu sayede nasıl bir bilgi alanına girdiğim konusunda kafamda bir yapı, harita oluştururum.

Kitap boyunca bu yapıyı, bu haritayı hep aklımda tutarım. Okurken haritada nerede olduğumu bilmek isterim.

Mesleğimle ya da genel olarak gelişimimle ilgili gördüğüm kitapları okurken sürekli sayfa kenarlarına notlar alır, sorular sorar, gözlem yapar veya özet çıkarırım. Bu yöntemi uygulamaya başladığım sıralarda bilgisayar yeni yeni gelişiyordu, ben de bu gelişime ayak uydurarak notlarımı bilgisayarda almaya başladım. Bir sistem geliştirdim, bu sistem sayesinde aldığım notlara daha sonra ulaşabiliyorum. Böylelikle ileride yeni bir konuda planlama yaparken ya da yeni bir kitap planlarken aldığım notları rahatlıkla gözden geçirebiliyorum. Çok işime yarayan bir yöntem oldu.

Kitap yazarken de benzer bir yol izliyorum. Yazacağım kitabın konusu ne, hedef kitlesi kim, kaç bölümden oluşabilir gibi genel yapıyı gözler önüne seren bir ön taslak hazırlıyorum. Ondan sonra her bölüme girebilecek ana kavramlara ilişkin bir çalışma yapıyorum. Yazacağım kitabın bütünlüğü içinde kavramların dağılımına özel önem veriyorum. Nihayet hangi bölüme öncelik vereceğim konusunda düşünmeye başlıyorum ve böylece bir akış oluşturuyorum.

Sözünü ettiğim bu akış sadece kitap yazanlar için değil, üretim süreci içinde olan herkes için her alanda faydalı olabilir. Çünkü hem detaya hem bütünlüğe hem de bu ikisinin, yani bütün ile parçanın birbiriyle ilişkisine yönelik bir uğraş bu. Her çalışma bunu gerektirir. Gözden geçirmeye ayrıca önem veririm. Hatta gözden geçirme en önem verdiğim aşamadır; bunu öğrenmem epey zamanımı aldı ama sonunda başardım.

Eskiden yaptığım şeylere bitmiş gitmiş gözüyle bakardım. Öyle olmadığını şimdi anlamış bulunuyorum. Yeniden gözden geçireceksin, yeniden gözden geçireceksin, yeniden gözden geçireceksin! Çalışırken kendini bitmiş ürün vermeye zorlama, taslak üzerinde çalıştığının farkında olarak içinden geldiği gibi

fikirlerini kâğıt üzerine dök. Hata yapmaktan çekinme. Yanlış cümle kur, alakasız şeyleri araya sok, korkma! Ne üstüne olursa olsun; çalışman bir taslak hâlindeyken, hatta bittiği zaman bile senin elinden mükemmel olarak çıkmak zorunda değil. Bunu anlamak önemli ve bir o kadar da rahatlatıcıymış.

"Mükemmel, iyinin düşmanıdır," mı diyorsunuz?

Mükemmel olmayı hedeflemek gerçekçi değil. Mükemmel değil, olabileceğinin en iyisi ol. Evet, defalarca tecrübe ettim bunu. Çalışmalarım sırasında pek çok kez tıkanıp kaldım. Kaygılanmamın, korkmamın, umutsuzluğa düşmemin hep sonuç vurgulu mükemmele yönelmekten geldiğini gözlemledim. Artık sonuç odaklı mükemmelin peşinde gitmenin bana göre olmadığını anlamış durumdayım. Çok sevdiğim bir iş üzerinde çalışırken bile eğer mükemmeli hedef hâline getirirsem ve sadece sonuca odaklanırsam süreç zulüm hâline, cehennem azabına dönüşüyor. Neyi niye yaptığımı, hedefimi, her şeyi unutabiliyorum. Bu nedenle, "Yapabileceğimin en iyisini yapıyor muyum?" sorusunu aklımda tutarak sürece odaklanmak daha keyifli ve verimli çalışmamı sağlıyor.

Önem verdiğim bir yön daha var; doğal olmak, otantik olmak. "Bu sen misin Doğan?" Şimdilerde en önem verdiğim şey işte bu soru. Yani fikir mükemmel olabilir ama söyleyen sen misin? Bu senin sesin mi? Bu konuda daha hassas olmaya başladım. Şunu gördüm; eğer kendim olmasını bilirsem ve kendimle ilişkimde samimiysem, okur da dinleyici de bunu hemen seziyor, bana güveniyor ve aslında istediği de bu. Beni kendim olduğum zaman seviyor. "İşte bu Doğan Hoca," diyor. Besbelli ki onlarla paylaştığım ortak bir doğamız var.

Hayatta en önem verdiğiniz konulardan biri öğrenme süreci. Siz nasıl öğreniyorsunuz?

Benim için ilk soru şu: Öğrenme niyeti kimin? Yani ben kendi istediğim için mi öğreniyorum, yoksa dışarıdan biri "Şunu senin öğrenmen gerekir," dediği için mi? Bunu psikolojide iç güdülenme, dış güdülenme başlığı altında incelerler. Başkası istediği için öğreniyorsam şevkim uzun sürmez. Ama kendim merak edip araştırıyorsam gece gündüz üstünde çalışırım, hiç yorulmam.

Ben olayların, malumatın değil; farkındalıkların, ilişkilerin peşindeyim. Çünkü anlam ilişkide yatıyor. Öğrenirken bir konunun öyküsünü öğreniyorum aslında. Bu yüzden şunu sorarım: Bir öykü yakalayabildim mi?

"Zihnim nasıl işliyor?" diye dönüp kendime baktığımda şunu görüyorum: Ben olayların, malumatın değil; farkındalıkların, ilişkilerin peşindeyim. Çünkü anlam ilişkide yatıyor. Ben öğrenirken bir konunun öyküsünü öğreniyorum aslında. Bu yüzden şunu sorarım: Bir öykü yakalayabildim mi? Anlatılan malumat anlamlı ve tutarlı bir öykü oluşturuyor mu? Bu önemli; çünkü bilgi, anlamını öykü içinde buluyor.

Her şey hakkında bir sürü anlamlı istatistik verebilirsin ama ortada bir öykü yoksa anlattığın sadece sıkıcı sayılardır. Öyküler farklı... Öykü bilgilerin, deneyimlerin ve olayların anlamını bulduğu ilişkiler bütünüdür. Ben de okurken yazarın ve anlattığı konunun öyküsünü keşfetmeye özen gösteriyorum. Aslında her birimizin yaşamı bir öykü; sen bir öyküsün, ben bir öyküyüm. Farkında olsalar da olmasalar da insanlar kendi öykülerini yaşıyorlar. Ben de öyküsünü yaşayan insanlarla konuşuyorum, onları dinliyorum, öykünün öyküsünü görmeye çalışıyorum.

Peki siz kimin öyküsünü anlatıyorsunuz?

Elbette kendi öykümü. Benim öyküm bu toprağın insanının öyküsü, bizim insanımız çabucak anlar ama yazdıklarım İngilizceye tercüme edilse Amerika'da burada gördüğü ilgiyi görmez.

Çünkü ben Türk halkının öyküsünün bir parçasıyım, halkla kaynaşmış durumdayım. Kitaplarımı Amerikan okurunun kolayca anlar hâle gelmesi için tekrar Amerika'ya gidip orada bir süre yaşamam ve bu kitapları orada tekrar yazmam gerekir.

Bir karar alırken nasıl davranırsınız hocam? Neleri dikkate alırsınız?

Bu kapsamlı bir soru... Karar alırken hep konfor alanında kalmayı sevmem; keşif alanına çıkmak, hayatın yeni yönlerini keşfetmek ve o keşfin heyecanını yaşamak isterim. Sıradan bildik bir hissiyatı değil; bana kendimi farklı, heyecanlı hissettirecek olan tercihi ararım. Duygularımın rehberliğine güvenirim. Hangi duygu bana doğru ve sağlıklı geliyorsa, ona göre bir yola yönelirim. Karar alırken kendi öykümle, büyük resmim içinde ahenkli kararlar almaya özen gösteririm. A davranışını seçtiğimde bu seçim hangi muhtemel sonuçlara gider, B veya C seçimleri hangi sonuçlara gider? İşte bunu aklımla analiz etmeye çalışırım. Sonra o sonuçlara bakıp gönlüm hangisine yatkınsa, gönlüm hangisine akıyorsa, hangisi beni rahat hissettirecekse o yola girmeye çalışırım. Olgunlaştıkça "ben"den "biz"e yaklaştığımı ve bize yaklaştıkça daha mutlu olduğumu görüyorum.

Karar alırken hep konfor alanında kalmayı sevmem; keşif alanına çıkmak, hayatın yeni yönlerini keşfetmek ve o keşfin heyecanını yaşamak isterim. Sıradan bildik bir hissiyatı değil; bana kendimi farklı, heyecanlı hissettirecek olan tercihi ararım.

Peki kafanız dağılınca nasıl odaklanıyorsunuz?

Bu konuda meditasyonun faydasını gördüm. Meditasyonun da yardımıyla gözlemleyen bilincimin gelişmesi en önemli kazanımlarımdan biri oldu. Odaklanma konusunda sıkıntı

çekmeye başladığımda hemen uygun ortamı bulur, gözlerimi kaparım. Nefes alışıma dikkat eder, gözlemlerim. Ayağım nerede, elim nerede, kafama gelen giden fikirler ne, hangi duygular içindeyim; sadece gözlemlerim. Sonra dışarının sesini dinlerim. Trafiğin sesi, satıcının sesi, uzaktan gelen sesler, bir uçağın uçuşu, belki gök gürlemesi, yağmur, her ne varsa; gözlemleyen bilincime ulaşmaya çalışırım. Eğer kafam karmakarışık ise ve kendimi yorgun hissediyorsam dinlenirim. Acil bir konu değilse, ertesi sabah ele almak üzere beklemeye alırım. Ertesi sabah her şeyi daha net görebilirim çünkü. Niyetimin ne olduğunu ve niçin kafamın karıştığını anlayabilirim. O konuya ilişkin olayları ya da öyküleri kendi yaşamımdan, okuduklarımdan ya da gözlemlerimden bulmaya başlarım. İnsan zaman içerisinde bunu hayatın her alanında yapabilmeye başlıyor.

Odaklanma konusunu özellikle sordum, çünkü çok zorlaşmaya başladı. Çalışırken, okurken, öğrenirken, karar alırken dikkatimizi yoğunlaştırmamız gerekiyor ama şu an geçmişe kıyasla dikkat dağıtan unsurların epey yoğun olduğu bir dünyada yaşıyoruz. Böyle bir dünyada tatmin çok daha zor mudur, ne dersiniz hocam?

Evet, daha zor... Çocuklar daha karmaşık bir dünyaya doğuyor. Geçmişte önce aile vardı, sonra okul devreye girdi. Şimdiyse aile ve okulun yanında yepyeni, büyük bir sanal dünya "Ben buradayım" diye kapıyı çalmaya başladı. Bu sanal dünyada kaybolmamak için değerlerimizin bilincinde olmalıyız; aile ve toplumumuzu canlı tutmaya özen göstermeliyiz. Kendimizi içinde bulduğumuz bilgi bombardımanı arasından neleri seçeceğimiz konusunda bilinçli olmalıyız.

Mesele, kendimize ve çocuklarımıza o seçiciliği nasıl kazandıracağımız. Yoksa o bombardıman içerisinde boğulup kalacak mıyız? Bugünün sorusu bu.

Bir çocuk için büyükannesini, dedesini, amcasını, halasını sürekli görerek büyümek doğalken şimdi onlar yılda bir iki kez görüşülen insanlar hâline geldi. Yeni kuşakların yapması gereken bu kayıpların farkına varıp etkilerini anlamak ve çözümler üretmek olmalıdır.

Yeni olanaklarımız var. Teknoloji bambaşka bir seviyeye geldi ama hayatımızdaki bazı unsurları da kaybettik. Özellikle eğitimde pek çok kaybımız var. Eskiden eğitim süreci içinde anne baba eksik kalsa bile o eksikliği tamamlayan bir köy, bir mahalle vardı; bir çocuğu bir mahalle büyütürdü; şimdi mahalleyi, köyü kaybettik ama onun işlevini görecek başka bir kurum oluşturamadık. Büyük aile kayboldu ya da kaybolmak üzere. Bir çocuk için büyükannesini, dedesini, amcasını, halasını sürekli görerek büyümek doğalken şimdi onlar yılda bir iki kez görüşülen insanlar hâline geldi. Yeni kuşakların yapması gereken bu kayıpların farkına varıp etkilerini anlamak ve çözümler üretmek...

Toplum kendisini nasıl bir geleceğin beklediği ve bunu olumlu bir şekilde nasıl dönüştürebileceğiyle ilgili sürekli bir tartışma ve çaba içinde olmalı. Çünkü farkında olsak da olmasak da her birimiz birey olarak, aile olarak, kurum olarak bir gelecek inşa etme süreci içerisindeyiz. Yapmamız gerekense bunun farkına varıp sorumluluk almak...

Bugün üniversite, hatta lise çağında olan bir genç hangi konulara kafa yormalı, hangi konulara eğilmeli? Bir öğrenci kendisini en iyi nasıl geliştirir? Hangi yönleri güçlenirse daha isabetli tercihler yapmaya başlar?

Gençler akıllı ve sabırlı bir çiftçi tutumu içinde kendi köklerini, özlerini besleyip güçlendirmeyi önemsemeli. Ne demek istediğimi biraz açayım. Çin kamışı adı verilen bir tür ağaç var;

mobilyası değerli, yıllarca kalitesini koruyor ve estetik bir görünüme sahip. Çin kamışı yetiştirmek istersen uygun tarlayı seçeceksin, tarlayı süreceksin, gübreleyeceksin, ağacın tohumunu dikkatle dikeceksin ve bakımını devam ettireceksin. Beş yılın sonunda fidanlar çıkıyor, filizlenmeye başlıyor. Bakımına devam ediyorsun ve o zamana kadar sadece derinlere kök salma ile uğraşan Çin kamışı ancak yedinci yılın sonu bitip sekizinci yıla girdiğinde sanki zamanı telafi edermiş gibi bir yıl içinde on beş metre boy atıyor, serpiliyor ve kırk metreye kadar uzanan muhteşem bir ağaç oluyor. Demem o ki, gençler eğitim sürelerince derinlere ve geniş bir alana kök salmaya önem versinler. Kök salmadan hemen meyve veren bir ağaç hâline dönmeye çalışmasınlar.

Gençler akıllı ve sabırlı bir çiftçi tutumu içinde kendi köklerini, özlerini besleyip güçlendirmeyi önemsemeli.

Gençlerin kök salmaya önem vermesini öneriyorsunuz. Bunu biraz açar mısınız? Ne demek bu?

Madde madde sayayım istersen:

Bir; Geleceğinle ilgili bir fikrin olsun. Nasıl bir gelecek hayal ediyorsun? Mesleğin, kariyerinle ilgili bir hayalin var mı? Boşanmaların yaygın olduğu bu dönemde bir yuva kurmayı göze alacak, yuva kurmanın anlamını kavrayacak biri olmak istiyor musun? Nerede yaşamak istiyorsun? Ne kadar gelirin olsun istiyorsun? Hayallerinde hep "ben" mi var, yoksa vazgeçilmez bir ekibin içinde kendini "biz"in bir parçası olarak mı hayal ediyorsun?

İki; Ufkunu açacak, geleceğini güçlendirecek bir yabancı dili okuyup yazabilir, konuşabilir hâle gel. Liseden mezun olduktan sonra İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nü seçip Bölüm Başkanı Prof. Mümtaz Turhan'la ilk karşılaştığım zaman bu alanda bilim insanı olmak istediğimi söylemiştim. Bana, "O

zaman bir yıl içinde psikoloji alanında yazılan İngilizce kitapları okuyup anlar hâle gelmelisin," demişti.

Şimdi bakınca basit gibi görünen bu önerinin hayatımı etkileyen en önemli önerilerden biri olduğunu anlıyorum. Nasıl yapacağımı söylememişti ama hedefi açık seçik gösterdi. Kütüphanede Hilgard'ın *Introduction to Psychology* kitabının ilk baskılarından birini bulmuştum. Her gün bir saat okurdum ve bilmediğim kelimeleri öğrenmek için bir yöntem geliştirmiştim. Makasla en ucuz saman kâğıdından orta parmak büyüklüğünde kâğıtlar keser, fişler hazırlardım. Fişlerin bir yüzüne kelimenin İngilizcesini, diğer yüzüne Türkçesini yazardım. Sabahleyin sağ cebime otuz fiş koyardım. Yolda yürürken, tramvayda, tuvalette, yemek yerken, çay içerken sağ cebimden bir fiş çekip bakardım. İngilizce yazılı kelime çıktı karşıma, Türkçe anlamını bildim mi? Evet, bildim. O fiş sol cebime giderdi. Hayır, bilemedim mi; o zaman sağ cebime geri kordum. Gün içinde bu fişler bir cebimden diğerine iki üç sefer yaparlardı.

Bugünün dünyasında bir gencin alanıyla ilgili bir yabancı dili bilmemesinin bilinçsizlik ya da tembellikten başka bir mazereti olamaz.

Gerçekten de bir yıl sonra İngilizce psikoloji kitaplarını okur hâle gelmiştim. İngilizcemi ilerletmeye hâlen devam ediyorum. Böylece dünyanın tüm önemli yazılı kaynaklarına ulaşabilme yeteneğimi koruyorum. Bugünün dünyasında bir gencin alanıyla ilgili bir yabancı dili bilmemesinin bilinçsizlik ya da tembellikten başka bir mazereti olamaz. O kadar kaynak ve olanak var ki, isteyen her genç eninde sonunda istediği yabancı dili rahatlıkla kullanabilecek düzeyde öğrenebilir.

Üç; Kariyerinle ilgili alanda takdir ettiğin, örnek aldığın insanlarla ilişki kurmaya, onları takip etmeye özen göster. Mesela mesleğin gençlik kuruluşları varsa ilişki kurun ve faal üyesi olun. Mesleğini ruhsuz icra eden ile, içten yapan kişilerin arasındaki

farkı görebilecek hâle gelmeye özen gösterin. Bu farkı göremiyorsanız, o mesleğin özünü henüz anlayamamışsınız demektir.

Dört; *Zaman yönetimini öğrenin.* Günlük, haftalık, aylık, yıllık, beş yıllık, on yıllık planlamalar yapın. Şimdi burada yaşarken düşüncelerinizin, sözlerinizin, eylemlerinizin ve bunların arkasındaki kararlarınızın bir gelecek oluşturduğunu bilin. Kullandığınız her kelime, her davranışınız, her seçim kendine özgü bir gelecek oluşturuyor.

Hayvanlar genlerinin emrettiğini yapar, gen robotudurlar. Bireyselleşmesini tamamlayamamış, yetiştiği kültürün kalıplaması içinde formatlanmış kültür robotu da tepkileriyle yaşamını sürdürür; herkesin kızdığına kızar, güldüğüne güler, giydiğini giyer ve herkesin şikâyet ettiğinden şikâyet eder. Ailelerinde, çevrelerinde, okullarında birey olarak yetişmelerine imkân verilmemiştir. Sürüden biri olarak hareket ederler. Günlük, haftalık, aylık, yıllık, beş yıllık, on yıllık planlamaları yapmayı öğrenin derken kültür robotu olmadan kendi bireysel yaşam yolunuzu seçin, zamanınızı nasıl kullandığınızı bilin demek istiyorum.

Beş; *Tasarruf etmeyi ve bilinçli harcamayı, bütçe yapmayı öğrenin.* Size verilen harçlıktan ya da kazandığınız haftalıktan, aylıktan belirli bir miktarı biriktirme bilincini kazanın. Biriktirdiğiniz parayla, bütçeniz çerçevesinde yazları farklı kültürleri görme, mümkünse oralarda çalışma imkânları arayın. Her günün sonunda da gözlemlerinizi, düşüncelerinizi, duygularınızı not edin, yazın.

Şimdiki aklım olsaydı on sekiz-yirmi yaşındayken seksen yaşındaki Doğan'a, yani kendime mektup yazardım. Ona o günkü şartları ve yaşadıklarımla ilgili duygu, düşünce ve yorumlarımı anlatırdım. Böyle bir mektup ileriki yaşlarında bir insanın kendisine verebileceği ne muhteşem bir hediye! Gençlerin unutmaması gereken önemli bir ilke var: Gelecekte istediğimiz bir amaç, bir vizyon uğruna şimdi elde edebileceğimiz

rahatlık ve hazdan vazgeçebilmeliyiz. Şimdiki rahatından fedakârlık yapamayanlar anlamlı, coşkulu ve güçlü bir gelecek için uğraş veremez.

Bu dediklerinizi yapmak kolay mı hocam? Gençlerin bunları yapabilmeleri için önerileriniz var mı?

İlk başlarda küçük adımlarla başlayın. Diyelim çalışma odanızı temiz ve nizamlı tutmak istiyorsunuz. Kolları sıvayıp bir gün içinde odayı tertemiz ve tertipli hâle getirmeye çalışmak gerçekçi değil. Belki her gün on dakika vererek ve bu süre içinde bir plan geliştirerek bir ay içinde tertemiz, tertipli ve işlevsel bir çalışma odasına sahip olabilirsiniz. Eğer dağınık bir kişiyseniz ve ailenizde böyle yetişmenize fırsat verilmişse, bu kitabı okuyunca ikinci gün farklı bir insan olacağınızı sanmak safdilliktir. Eski alışkanlıklarınızı değiştirmek ve hayatınıza yeni ilkeler ve vizyon getirmek dünyanın en zor işlerinden biridir.

Şimdiki rahatından fedakârlık yapamayan anlamlı, coşkulu ve güçlü bir gelecek için uğraş veremez.

İlk hafta günde bu konuya beş dakika vererek başlayın. İkinci hafta on dakika verin ve bir ay süre ile günde on dakika verin. İkinci ay günde on beş dakika ve üçüncü ay gününüzü ve haftanızı planlamaya günde yirmi dakika ayırın. Böylece yavaş yavaş kendi gelişim hızınızda değişmeye başlarsınız. Bu süre içinde beyniniz de her gün sizi ödüllendirir. İyi hissedersiniz. Bu süreci bırakmayın. Birinci sınıf bir üniversite öğrencisi bu düzeni kurar ve değişime başlarsa, mezun olduğu zaman akranlarından fersah fersah ileride olur.

Kökleri iyi beslenmiş, gelişmiş bir Çin kamışını herkes görür görmez tanır; onun piyasa değeri yüksek olur. İşte yaşam da bu şekilde sabırla kendini yetiştirmeyi bilen bu kişiyi her yönden farklı ödüllendirir.

Bir genç size şöyle bir soru sorabilir; değişim ve gelişim için neden kendimi zorlayayım? Ayrıca becerip beceremeyeceğimi nereden bilebilirim? O kadar sıkıntıya girmeye değer mi?

Bir genç bana böyle bir soru sorarsa güzel bir soru sormuş olur. O hâlde ben de şunu söyleyeyim: Bu gencin karar vermeden önce şu üç soruyu kendisine sorması ve yanıtlaması gerekir.

Bir; Gerekli mi? Bu en önemli sorudur. "Madem Allah beni insan olarak yaratmış, olabileceğim en iyi insan olmaya çalışmalıyım," diyen öfkeli bir okurdan aldığım mektubu hatırlayın.[27] Onun gözüyle bakarsak gerekli olup olmadığı sorusunun cevabını vermek kolay: Beni olabileceğim en iyi insan olmaya götüren bir değişim gereklidir. Kendime saygımı korumam, hayatımın anlamlı olması için elzemdir. Bu; kişinin kendi içinden, kendi özünden değerlendirip vereceği bir karardır.

İki: Yapmak istiyor muyum? Bu; motivasyon, istek sorusudur. Şimdi zorluklara katlanmaya, şimdi mücadele etmeye hazır mıyım?

Burada iki unsur önemlidir. Biri, geçmiş-şimdi/burada ve gelecek dengesi. Geçmişten getirdiğimiz deneyimleri beynimizin bir köşesinde tutarak şimdiye geliyoruz; şimdi ve burada'yı da yaratmak istediğimiz geleceğin farkında olarak dolu dolu yaşamak önem kazanıyor. Tam bu noktada da ikinci unsur olan "zaman" kavramı mühim hâle geliyor. Hem "son günümüzmüş" hem de "ilk günümüzmüş" gibi yaşamak anlam kazanıyor. Son günümüz, çünkü ölüm denilen bir gerçek var. Ama aynı zamanda "ilk günümüz"; çünkü önümüzde yatırım yapmamız, oluşturmamız gereken bir gelecek duruyor. Yaşam boyu bunun dengesini bulmak ve bu dengeyi korumak gerekir.

Bu tavır şimdiyi gelecek uğruna feda etmek değildir. Şimdi ve buradayı geleceğin içinde olduğu büyük resimle algılamak

27 Bkz. Altıncı Bölüm, s. 110, 111.

ve anlamlandırmaktır. Ailen için, ülken için, sevdiklerin için, insanlık için, karıncalar ve kuşlar için daha iyi bir geleceğin mimarı olarak kendini gördüğün anda içinde bulunduğun zorluklardan şikâyet eden birinden ziyade, şükür duygusu içinde olursun.

"Şimdi fakirim, gelecekte daha zengin olacağım," diyen kişinin güdülenme kaynağı paradır. "Şimdi öğrenciyim, gelecekte Tıp Fakültesi'nde profesör olacağım," diyen kişinin güdülenme kaynağı mesleki kimlik kazanmadır. "Şimdi içinde doğup büyüdüğüm ülkenin dilini ve kültürünü bilen biriyim, gelecekte bir yabancı dili gayet iyi kullanabilen ve tüm dünyayı gezmiş görmüş bir dünya vatandaşı olacağım," diyen kişinin güdülenme kaynağı çok yönlü ve daha kapsamlıdır.

Gelelim gencin kendine sorması gereken üçüncü soruya: Yapabilir miyim, becerebilir miyim? Bu, kendine güven sorusudur. Yeteri kadar bilgi edinebilecek miyim? Elde ettiğim bilgileri uygulamayı becerebilecek miyim? Bu üç sorunun her biri birbirinden farklıdır, bunun bilincinde olmak gerekir.

Bir genç size şöyle bir soruyla da gelebilir: Bir yandan, "Dürüst ol, dürüst olmak büyük bir başarıdır ve ödülü kendi içinde saklıdır," deniyor; diğer yandan, "Unutma, doğruyu söyleyeni dokuz köyden kovarlar." Ben doğruyu söyleyen biri olma yönünde mi gelişmeliyim, yoksa köyden kovulmamaya mı çalışmalıyım? Nasıl karar vereceğim?

Cevap vermesi kolay olmayan, üstünde düşünülmesi gereken bir soru. Daha önce sözünü ettiğim, "Madem Allah beni insan olarak yaratmış, olabileceğim en iyi insan olmaya çalışmalıyım," diyen okurum için cevap açık seçik: Dürüst bir insan olmanın dışında başka anlamlı bir yol yoktur. Önemli olan senin kim olmaya karar vermiş olmanda yatıyor. Kendi gözünde

insan olmanın onurunu taşıyan biri mi; başkalarının isteklerine göre hareket ettiği, başkalarının beklentilerini yerine getirdiği için onların gözünde değer kazanan biri mi? Her iki yolun da kendine özgü sonuçları var.

Günümüzde bilişim teknolojisinin yeni becerilerini öğrenmek, geçmiş zamanın okuma yazmasını öğrenmek kadar önem kazanmış durumda. Akıllı insan sanal dünyadan kendini soyutlamak istemez. Ama bu dünyaya gömülüp kaybolup gitmemeye de özen gösterir.

Gelişmiş insan kendi "ben"i içindeki "biz"i keşfetmiş olan insandır. İçindeki "biz"i keşfetmediyse henüz gelişimini tamamlayamamış demektir. O "biz"in içinde bir köy vardır ve doğru söylemeyeni o köyden kovarlar. Amacımız ailemizde, mahallemizde, şirketimizde, ülkemizde öyle bir köyü oluşturmak olmalıdır.

Artık hayatlarımızın önemli kısmı sosyal medyada geçiyor. Siz de orada faalsiniz. Gözlemleriniz nedir? Sosyal medyayı nasıl kullanıyorsunuz, gençler nasıl kullanmalı?

Sosyal medya artık yaşamın bir gerçeği. Yok sayamazsın. Günümüzde bilişim teknolojisinin yeni becerilerini öğrenmek geçmiş zamanın okuma yazmasını öğrenmek kadar önem kazanmış durumda. Akıllı insan bu dünyadan kendini soyutlamak istemez. Ama bu dünyaya gömülüp kaybolup gitmemeye de özen gösterir. Anne baba olarak, bir eğitmen olarak ya da normal bir vatandaş olarak bilişim teknolojisinin ve sosyal medyanın getirdiklerinin ve götürdüklerinin farkında olmak önemli...

Nedir artıları? Bir kere sınırları aşan bir teknoloji; mekân sınırlarını aşıyor, zaman sınırlarını aşıyor, kapasite sınırlarını aşıyor. Oturduğun yerden dünyanın bir başka yerindeki insanlarla ilişki kurup yüzyıllar öncesinin bilgisine, yazılı ve görsel

kaynaklara ulaşabiliyorsun. Ticaret, edebiyat, sanat, müzik, eğitim alanlarında müthiş olanaklar sağlıyor. Yıllarca görmediğin bir arkadaşını dünyanın neresinde olursa olsun bulup irtibat kurabiliyorsun.

Ama tehlikelerinin de farkında olmak gerekiyor. Özellikle aile hayatında ve eğitim ortamında. Anne baba dikkat etmezse bilişim olanakları içinde çocuğunun zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimini ciddi olarak sekteye uğratıp yaralayabilir.

Doğumdan itibaren çocuğun anne kucağına, öpülmeye, sarılmaya, konuşulmaya, dokunulmaya ihtiyacı var. Çocuk anne babayla konuşarak, oynayarak, etkileşim içinde gelişir. Bir çocuğun zihinsel ve duygusal gelişiminde en önemli etken diğer çocuklarla oyun oynamasıdır. Bundan mahrum bırakılan çocuk yaşamı boyunca zihinsel, duygusal ve ilişkisel tutukluğunun acı sonuçlarını yaşar. İnsan beyni, duyguları, aklı, ilişkileri diğer insanlarla doğrudan etkileşim ve ilişki içinde gelişir. Teknolojiyle insanın ilişkilerinden soyutlanması, üzerinde durulması gereken ciddi bir tehlikedir.

Yazar Jim Rohn, "İnsan en çok zaman geçirdiği beş kişinin ortalamasıdır," der. İnsanın düşünce ve davranışları iletişim ve etkileşim içinde olduğu diğer insanlardan etkilenir. Dolayısıyla sosyal medyada sıklıkla gördüğümüz insanların söyledikleri ve yaptıkları da üzerimizde epey etkili... Orada kimi takip ettiğimiz, kimlerin yaşamına tanıklık ettiğimiz, hangi doğruları ve değerleri kabul ettiğimiz biz pek farkında olmadan yaşam yolculuğumuzu etkiliyor. Bu sebeple sayısız içeriğin olduğu bu ortamda kişinin "seçim yapabilme becerisi" geliştirmesi önemli görünüyor. Telefonunu eline aldığında kimi görmek istiyorsun? Bu kişi neyi, nasıl yapıyor? Bunları görmek seni daha iyi bir insana dönüştürüyor mu; yoksa daha kaygılı, daha umutsuz ya da daha boşvermiş biri mi oluyorsun?

Sosyal medyayı bilinçsiz kullanınca ne olur?

Evvelden böyle bir derdimiz yoktu ama şimdi var. Bilinçsiz sosyal medya kullanımında bizi iki büyük tehlike bekliyor. İlki, "sosyal medyanın esiri hâline gelmek." Bu noktada, "Biz mi sosyal medyayı kullanıyoruz, yoksa günün sonunda o bizi kullanır ve yönlendirir hâle mi geliyor?" sorusunu sormak anlamlı olacaktır. Yani benliğimizi sosyal medya akımlarına, "trendlerine" göre şekillendirmek. Sosyal medyayı kullanırken bilinçli olmadığımız, seçimlerimizi niyetimizin farkında olarak yapmadığımız takdirde; sanal olarak bize sunulan hayatların, olayların ve duyguların etkisi altında kalmamız işten bile değildir. Üstelik sadece etki altında kalmıyoruz; oradaki hayatı, duyguyu, aşkı, mükemmelliği arzuluyor; bunlar hayatımızda olmayınca tatminsizlik, depresyon, öfke ve hüzün gibi duygulara kapılıp gidiyoruz. Üretmemeye başlıyor ama bir yandan da üretmeden mükemmellik arıyoruz. Sanki hiç cefa yokmuş gibi görünen hayatlara özeniyor; kendi hayatlarımızdaki sorunları gözümüzde daha da büyütüyor; karşımızdakini şanslı, kendimizi ise şanssız olarak tanımlıyoruz. Özellikle gençlerin yaşamındaki tatminsizliğin ve tatminsizlikle beraber gelen "tembelliğin", "umursamazlığın" ve "hedef koymamanın" ardında bu durumun büyük bir payı olduğunu düşünüyorum.

> Sosyal medyanın da bir insan ilişkisi biçimi olduğu ve karşınızdakinin de insan ve insanın özü olduğu unutulmamalı. Yavaş yavaş bu meseleler yerli yerine oturacak diye umuyorum.

Peki, ben neye dikkat ediyorum? Kendi sosyal medya hesaplarımı kullanırken benim dikkat etmeye çalıştığım noktalar şunlar: Niyetim ne? Anne ve babalara, öğretmenlere, gençlere nasıl bir yararım oluyor? Beni takip edenlerin daha iyi ve güçlü insanlar olmalarına hizmet verebiliyor muyum? Paylaşımların

altında yatan temel değerler ne? Ben hangi değerlerle çalışıyorum? Buranın kuralları ne, kanuni zemini ne?

Sosyal medyanın da bir insan ilişkisi biçimi olduğu ve karşınızdakinin de insan ve insanın özü olduğu unutulmamalı. Yavaş yavaş bu meseleler yerli yerine oturacak diye umuyorum.

Sosyal medya bedensel olarak da bizi kısıtlıyor, sabit bir yere bağlıyor aslında. Bedensel çalışma, spor, hareket, egzersiz ve elişi yapmanın insan psikolojisine etkisi muhakkak vardır ancak bu nasıl bir etkidir? Bizi daha iyi bir insan olma yolunda destekler mi?

Kesinlikle evet. İnsanlığın en eski kayıtları olan Sümer tabletlerinde bile bunu anlatan bölümler olduğunu okumuştum.[28]

Ama eğer bilinçsiz yapılırsa spor tehlikeli olabilir. Bunu neden söylüyorum, çünkü ben de gençliğimde bu konuda hata yapmıştım. İstanbul'da üniversite öğrencisiyken halterle ilgilendim. Üzerinde bayağı da çalıştım. Ama etrafımda bu konuda bana yol gösterecek biri yoktu. Sonuç olarak yanlış çalıştığım için kendimi aşırı zorlayarak kalp kapakçıklarıma zarar vermişim. O nedenle bilinçsiz yapılan sporun tehlike üreteceğinin farkında olarak spora başlamak gerektiğini savunuyorum. Yani her türlü sporu, her yaşta ve her istediğin

28 MÖ 3000'in sonunda III. Ur Hanedanlığı'nın kurucusu Ur-Nammun'un oğlu Şulgi'nin ne büyük bir koşucu olduğu tabletlerde kendi ağzından anlatılır. Tabletteki dizelerde Şulgi, yaklaşık 15 çift saatlik mesafedeki (yaklaşık 150 km) Nippurdan, Ura yolunu yalnızca bir çift saatte aldığını söylemektedir. Tablette şöyle der:

"Adım uzak günlere erişsin, ağızdan düşmesin diye,
Ünüm ülkenin her yanına yayılsın diye,
Bütün ülkelerde övüleyim diye,
Ben, koşucu, gücümü topladım, yola koyuldum,
Nippurdan, Ura,
Yolu bir çift saatlik gibi aşmaya karar verdim,
Yorulmak bilmez bir aslan gibi şahlandım."

şekilde yapmak mümkün değil. Bilen birinin rehberliğinde yapılması gerekiyor.

Ancak bilinçli ve düzenli yapılan sporun yararını bilimsel çalışmalar gösteriyor. Mesela, "Yaşlanınca hafızam iyi olsun, Alzheimer'a yakalanmak istemem," mi diyorsun? O zaman günlük yürüyüşünü ihmal etme. Bu konuda altmış yaş üzeri bir grup insanla yapılmış bir çalışma var. Aralarında belleğini güçlendirmek isteyen var, yavaş yavaş bellek kaybı yaşayanlar var. Grubu ikiye ayırıyorlar. Bir gruba hiçbir şey yaptırmazken diğerine egzersiz veriyorlar; yürüme, yavaş yavaş ağırlık kaldırma, nefes almayı öğrenme, hızını artırma gibi fiziksel çalışmalar. Herhangi bir şekilde hafıza-bellek çalışması yapmıyorlar. Sonuç olarak egzersiz yapan grupta yüzde otuz beş-kırklara varan iyileşmeler görülüyor. Çünkü kalp atışları düzene girip kan basıncı dengelenince kan hücrelere daha rahat ve kaliteli besin taşıyabiliyor. Beslenmeye başlayan o hücreler de daha iyi çalışıyor. Günün sonunda egzersiz yapanlar daha sağlıklı bir hafıza ve beyin işleyişine sahip oluyor.

Hiçbir şey yapmadan sadece mesafe almak için yürüyorken bile, insan beyninin ne kadar verimli çalışmaya başladığına dair ölçümler ve deneyler de var. Mesela Steve Jobs bunu önemsermiş ve önemli ikili görüşmelerini yürürken yaparmış.

Bedenimiz yürümek, çalışmak ve efor sarf etmek üzere tasarlanmış. Yorulduğunda aldığın oksijeni daha verimli tüketip daha derin nefes almaya başlarsın. Bu da bedeni geliştirir, potansiyeline yaklaşmasını sağlar. Gerek hücre seviyesinde gerekse daha karmaşık sistemlerde, örneğin sinir sistemi, kemikler, kan dolaşımı, beyin seviyesinde gelişim hızı optimuma ulaşır. Bu da akla ve duygulara olumlu etki yapar. Ya da tersten ve biraz da sert bir dille söylersek, bütün gün kıçının üstünde otururşan ve dahası beslenmen de sağlıklı değilse duyguların, ilişkilerin, yaşam kaliten de sağlıksızlaşır.

Bir de önemle altını çizmek isterim ki, kişinin spor hayatında da kendine hedef koyması, planlaması, uygulaması ve buna zaman ayırması önemli bir başarıdır. Kırk yılı aşkın bir süredir sabahları nefes alma ve esneme hareketleri yapıyorum; yirmi dakikamı alıyor ama değer. Sadece bedensel değil, ruhsal sağlığıma da katkısının farkındayım.

Bu arada uykunun da önemini hatırlatalım.

Kesinlikle. Uykuma özen gösteririm. Hissediyorum ki enteresan bir şekilde beyin derin uykuya geçebiliyorsa muazzam bir nörofizyolojik temizlik yapıyor. Gece on bir ile sabaha karşı üç arasında rahat ve derin bir uyku uyuyabilirsen gece yarısından sonra bir ile üç arasında melatonin salgılanıyor. Bu salgının muhtemel kanser hücrelerini temizlediği de gözlemlenmiş.

Mustafa Kemal Atatürk'ün "Sağlam kafa sağlam vücutta bulunur," sözü hakkında ne düşünürsünüz?

Sağlık deyince insan varoluşunun beş boyutunu unutmamalıyız. Bedensel sağlık önemli ama duygusal ve akıl sağlığın yerinde değilse bedensel sağlık uzun sürmez, bozulur. Aynı şekilde sosyal ilişkiler de çok önemli... Bence insanların ve toplumların en gizli ve en tehlikeli sağlık sorunu manevi inanç ve değerlerdeki yozlaşmadır. İnanç ve değerlerde oluşan kanser bir toplumu içten içe çürütür. Bu sebeple sağlığı bir bütün olarak ele almak gerekir. Obezite bir sağlık sorunu olarak görüldüğü kadar öfke dolu insan olmak da bir sağlık sorunu olarak görülmelidir. İnsanların toplum içinde yalnızlaşması bir sağlık sorunudur. En önemli

Kanımca insanların ve toplumların en gizli ve en tehlikeli sağlık sorunu inanç ve değerlerdeki yozlaşmadır. İnanç ve değerlerde oluşan hastalık bir toplumu içten içe çürütür.

sağlık sorunu ise insanların birbirine güvenini kaybetmesidir.

Bedensel sağlığı önemseyeceğiz; çünkü kişi, fiziksel olarak zinde hissettiği zaman kendine güveni artar, daha sağlıklı düşünüp doğru kararlar alır. Bu nedenle okullarda beden eğitiminin daha ciddi ele alınması gerektiğini düşünüyorum. Haftada bir saat değil, her gün belki de iki saat olacak şekilde düzenlenmesi gerekir. Abarttığımı düşünenler İngiltere, Hollanda, Danimarka, Almanya ve genel olarak Kuzey Avrupa eğitim sistemine baksınlar. Orada bedensel faaliyete özellikle lise ve üniversite çağında neden bu kadar çok önem verdiklerini, bunu neden bir felsefe olarak yaşattıklarını düşünsünler.

Herhangi bir sporun, herhangi bir eğitim sürecinin amacı deha yaratmak olmamalı. Eğitimin amacı insanın olabileceğinin en iyisi olmasına olanak sağlamak ve yol göstermek olmalıdır.

Yalnız sporu bir bağımlılık, bir fetiş hâline getirmemek de gerekiyor. "En iyisi değilsen hiçbir şeysin," bakış açısı günümüzde çok yerleşik... Buna nasıl bakıyorsunuz?

Sporcu olsun, dansçı olsun, balet ya da balerin olsun, doğuştan üstün yetenekli olarak dünyaya gelmiş ve sonrasında eğitilmiş, bütün hayatı böyle bir sistem içinde gelişmiş kişilerin bir değer olarak, bir ideal olarak sunulması beni de rahatsız ediyor. Bunu bir tür faşizm olarak görüyorum. Bununla da kalmıyor; dâhi bir matematikçinin de benzer şekilde hedef gösterilmesini, sıradan insanın başarısının onunla mukayese edilmesini de tasvip etmiyorum. Bahsettiğimiz dehalar yaradılıştan zaten öyle. Oysa herhangi bir sporun, herhangi bir eğitim sürecinin amacı bu dehaları yaratmak olmamalı. Eğitimin amacı insanın olabileceğinin en iyisi olmasına olanak sağlamak ve yol göstermek olmalıdır.

Sağlıklı ve dürüst kıyaslama ancak ve ancak kişinin önceki hâliyle şimdiki durumu arasında yapılabilir. Bu yapılırken kişi bazı alanlarda diğerlerinden daha üst düzeylerde başarılar gösterebilir, bu alanlar onun doğuştan yetenekli olduğu alanlardır. Bazılarında ise daha yavaş bir gelişim gösterir. Yetenekli olduğu ya da olmadığı alanlarda kişi diğerleriyle değil, kendiyle kıyaslanarak gelişimi belirlenmelidir.

Hele de, "En iyisi değilsen hiçbir şeysin," mesajının ebeveynden çocuğa yönelmesi durumu oldukça sakıncalıdır. Bu tür anne babalar çocuklarını kendi özdeğerlerinin ifade aracı olarak gördüklerinden çocuğun sınıfının "en başarılı" öğrencisi olmasını ya da sporda "en iyi" dereceleri yapmasını beklerler. Çocuk en iyisi değilse "hiçbir şey" olur. Çocuğunu kendi uzantısı gibi gören özdeğeri düşük ebeveyn, çocuğun kendisinin elde edemediği şeylere sahip olması gerektiğini düşünür. Bütün bu aile ortamları ve bu türde bir bakış açısı sağlıklı gelişim ortamı olmadığından, söz konusu ortamlarda sağlıklı bireylerin gelişmesi güçleşir.

Bu durumda sporda başarı ne anlama gelir sizce?

Elbette sporda da hayata geçen değerler var. Mesela, "En iyi olan kazansın" anlayışı... O ben olurum, bir başkası olur ama neticede "en iyi olan" kazansın.

İnsanlar bunu yüz binlerce yıl önce avcılık döneminde hissedip keşfetmişler. Yani, "Av önemli de biz iyi bir ekip miyiz?" demişler. Görüyorlar ki ekip iyi bir ekipse eninde sonunda av bulunuyor ve avcılık işe yarıyor. California Üniversitesi'nin (UCLA) meşhur basketbol koçu John Wooden'ın her maç sonrası oyuncularına şunu sorması tesadüf değildir; "Arkadaşlar bu oyunda başarılı mıydık? Herkes elinden gelenin en iyisini yapmaya çalıştı mı ve bu gayretinin farkında mıydı?" İşte bu yüzden John Wooden'ın koçluk yaptığı UCLA basket takımı on yıl üst üste ABD Üniversitelerarası Basketbol Şampiyonluğu'nu elden bırakmamış.

Peki bu bağlamda rakip dediğimiz kişi bizim için ne ifade eder ya da etmelidir?

Kişi, insan doğasıyla uyum içinde bir spor anlayışına ulaştığında en önemli rakibinin kendisi olduğunu fark eder. Denetim odaklı korku kültüründe rakip, "öteki"dir. Gelişim odaklı değerler kültüründeyse rakip senin gelişimini sağlayan, sana bir ölçü sunan kişidir; yani kişinin kendisidir. Bunun eğitime yansıması önemlidir. Şüphesiz modern eğitimin vazgeçilmez bir parçası olarak bu felsefenin müfredat programının temelinde yer alması gerekir. İnsanın yaşamının her alanında kendini rakip görmesi; kıyaslamayı başkalarıyla değil, kendisiyle yapması yaşamda gelişimin püf noktalarından biridir.

Kıyaslamayı başkalarıyla değil, kendisiyle yapan sürekli gelişir.

El becerileri konusunda sanırım kişinin çocukluğunun nerede geçtiğinin de etkisi vardır.

Köyde büyümenin bu anlamda kazandırdığı çok şey vardır. Köydeki yaşamın doğası itibariyle çocukların fazla sorumluluğu olur ve ellerine iş düşer. O nedenle küçük yaştan itibaren ateşi kullanmayı ya da sıcak nesnelerden sakınmayı, bir şeyi bir yerden alıp başka bir yere koymayı, mutfak işi yapmayı hayatın doğal akışı içinde öğrenirler. Örneğin patates soyma işinin gerektirdiği bir el-göz koordinasyonu vardır. Dal kesmenin, sivri bir alet kullanmanın ya da sokakta oyun oynamanın gerektirdiği bir koordinasyon vardır. Yani köylü çocuğu bu becerileri bilinçli bir eğitim ve gelişim felsefesi içinde değil, hayatın doğal bir parçası olarak öğrenir.

Ama bu durum değişti. Nüfusun büyük çoğunluğu artık kentlerde yaşıyor. Dolayısıyla çocuklarımız da kent denen habitatta büyüyor. Bu habitatta yaşayan ve çocuk yetiştiren aileler

söz konusu doğal akışa sahip olmadıkları için bu ortamı kendileri bilinçli olarak yaratmak zorunda. Ailelerin kendilerine ve eğitim sistemine sormaları gereken soru şu: Çocuklara ellerini kullanmaları, bedensel yeteneklerini geliştirmeleri için imkânlar ve şanslar sunuyor muyuz? Bu imkânları her aile çocuğuna, her eğitim kurumu da öğrencilere sunmak zorunda. Bu, çocuk gelişimi açısından *essential* [vazgeçilmez] bir şeydir.

Hocam sanat dalları ile ilişkiniz nasıl? Yaşamımıza katkılarıyla ilgili neler söylemek istersiniz?

Resim gibi tiyatro ve müzik alanındaki faaliyetleri önemsiyorum. Müzik nörofizyolojik açıdan bakıldığında öylesine kesin bir güç ki... Son derecede eğitici ve besleyicidir. Ama doğru yaklaşılırsa... Yani müziğe de baskıcı bir tutumla yaklaşılırsa ve çocuğa, "Bak onun gibi piyano çalamıyorsun; gördün mü, böyle çalman lazım," denirse ezberi esas alan eğitim sisteminin vereceği sonuçtan farklı bir sonuç elde edemeyiz. El becerilerini ve oyunları bir yarışma ve rekabet ortamı hâline getirmekten kaçınmalıyız. Bu yaklaşımla çocuğun hevesi öldürülür. Müzikten, resimden nefret eder hâle gelir.

Tiyatro güçlü bir alan! Şimdiye kadarki çalışmalarımda gördüğüm en ufuk açıcı aktivite olduğunu söyleyebilirim. Çünkü tiyatro kişinin kendini bulmasını, duygu ve düşüncelerinin farkına varmasını ve en önemlisi kendi karanlık yönlerini idrak etmesini sağlar. Hatta bir birey ekip olmanın neden önemli olduğunu en iyi tiyatroda anlayabilir. Kafanın dikine gidip, "En iyi olan benim, istediğim gibi oynayacağım," dersen tepe üstü düşersin.

Tiyatro gözlemleyen bilincin gelişmesi açısından uygun bir ortam oluşturur. Kişi farklı karakterleri oynarken bir tarafı da oynadığı karakterle ilgili ne hissettiği konusunda sürekli

kendini gözlemler. Böylelikle bu deneyim hayatta içine girebileceği rollerle ilgili kendisine bir fikir verir.

Tabii herkes bir sanat dalında usta olamaz. Ama farklı sanat alanlarıyla bağlantılı hobiler edinebilir. Belli bir yaştan sonra insanların emekli olunca sıkılmalarının, eşler arası kavgaların çıkmasının ya da "Ne yapacağım şimdi?" sorusunun egemen olmasının başlıca nedenlerinden biri "hobi" sahibi olmaya önem vermememizdir. Tüm bunların dışında; her ne yaşta olursak olalım, sadece kendimize ait, şevk duyduğumuz, yaparken zevk aldığımız uğraşılar için bir zaman dilimine ve bu zamanın anlamlı bir şekilde değerlendirilmesine ihtiyacımız olduğunu düşünüyorum.

Bütün bu unsurları eğitim sürecinde nereye koyabiliriz?

Sadece korteksi hedefleyen, ezbere dayanan eğitim sistemini hem birey hem de bireyin ait olduğu ekipler açısından, çiftler arası ilişkiler, ebeveyn-çocuk ilişkisi, meslek ilişkisi açısından hastalıklı buluyorum.

Bu nedenle özümsenmemiş malumat yükleyen eğitim sisteminden vazgeçmek gerektiğini savunuyorum. Bunun yerine insanı bütünsel olarak geliştirmeyi hedefleyen bir eğitim sistemine geçmek sadece Türkiye için değil, bütün insanlık için elzemdir.

DOĞAN CÜCELOĞLU ÖNERİYOR:
Bir İnsanın Kendini Gerçekleştirmesi İçin Atması Gereken Beş Adım

1 Kendi güçlü yönlerini keşfet.

2 Değişen ortam ve koşullarda kendin olma bilincini bırakma.

3 Gelecekte kim olmak istediğine karar ver ve bu hedefi şimdi burada, yaşarken bilincinde canlı tut.

4 Gelişim yolculuğunu tesadüflere bırakma; her gün uygulayacağın bir strateji geliştir ve uygula.

5 Yaşamında kendin olarak ne kadar varsın ve temel duyguların neler? Bunu her gün gözlemle ve not alarak takip et.

ONUNCU BÖLÜM

NASIL MESLEK SEÇİLİR?
"HER ŞEY DEĞİŞİRKEN BAZI SABİTLERE İHTİYAÇ VARDIR"

Hiç kimse başka bir insanı yetiştiremez, sadece hedefini bulmasına yardım edebilir. Onu yetiştirecek en önemli kişi yine kendisidir. Çünkü sadece kişinin kendisi yirmi dört saat kendiyle beraberdir. Neye muktedir olduğunu en iyi kendisi bilir.

Hayatımızı seçimlerimiz oluşturuyor. Her an bir seçim yapıyoruz ama bazıları bütün yaşamımızı şekillendiriyor. Bu bölümde en hayati seçimlerden ikisi üzerine konuşmak isterim; okul ve meslek seçimi. Bu ikisine bağlı olarak da bu aralar çok gündeme gelen yurtdışına gitme, orada yaşama meselesi... Ama önce şunu sorayım; "hayat hikâyesi" denen şey bir anlamda seçimlerimizin arka arkaya dizilmesinden ibarettir diyebilir miyiz?

İnsanın yaptığı seçimler arasında üçü var ki hayat hikâyemizin en temel dönüm noktalarını oluşturur; okul seçimi, iş seçimi ve eş seçimi. Bu seçimleri bilinçli yapmamız gerekiyor; çünkü varoluşumuzun, hayatımızın her yönünü etkiliyorlar.

Seçimler önemli bir mesele ama belki ondan da evvel konuşmamız gereken önemli bir konu daha var. Önce ondan, yani zaman içinde kaybettiğimiz bir donanımdan bahsetmek istiyorum. Altyapımıza ilişkin bir kayıp bu. Yaptığımız, yapacağımız seçimler konusunda bize destek olanların, yanımızda bulduklarımızın, bizi yönlendirenlerin kaybı.

Daha önce üzerinde konuşmuştuk ama biraz daha detaylandıracağım:[29] Eskiden eğitim süreci içinde anne-baba eksik kalsa bile o eksikliği tamamlayan bir geniş aile, konu komşu, bir köy, bir mahalle vardı. Annenin bilmediğini Şefika Teyze biliyordu, babanın bilmediğini Hüsamettin Amca. Bir çocuğu konu komşu el birliğiyle yetiştiriyordu. Şimdi artık iş hayatı yoğunlaştı, geniş aile daraldı, mahalle hemen hemen yok oldu. Artık Hüsamettin Amca, Şefika Teyze yok. Onun yerine Facebook var, Instagram var.

Akıllı telefonlar aracılığıyla hayatlarımıza yeni bir sürü şey girmeye başladı. Hüsamettin Amca'nın, Şefika Teyze'nin komşu çocuklarından bir beklentileri yoktu ama sosyal medyanın olabilir. Onlar sadece mahallenin üyeleri olarak üstlerine düşen görevleri, amcalıklarını, teyzeliklerini yapıyorlardı. Çünkü aynı şeyler onlar için de yapılmıştı. Şimdi kazandığımız artılar var gibi geliyor ama dikkatli olmamız gerekiyor, çünkü kaybettiklerimiz de olabilir. Örneğin hiç farkında olmadan tam olarak anlamadığın bir siyasal ya da ideolojik kampanyanın parçası hâline gelebilirsin. Bunun gibi durumların farkında olmamız lazım.

İnsan hem eşsiz, emsalsiz bir birey hem de insanlığını ilişkilerde, ait olduğu ekip içinde bulan bir yapıya sahip... Ait olmayı önemseyen eski aile tipi bireyselleşmeye pek imkân vermiyordu. Şimdi ise insanlar artık birey olmayı önemsemeye başladı ama bu defa da buradaki aşırılık aile kurumunu yaralayabiliyor. Modern aile dengeli bir aile olmalı; aile içinde gelişen "ben"ler

29 Bkz. Dokuzuncu Bölüm, s. 176.

ailenin "biz"i içinde kendi yerini ve hayatının anlamını bulabilmeli. O yüzden bana göre, bugün üniversite öğrencilerine ebeveyn olma bilinciyle ilgili dersler verilmeli. Bu kişiler sadece birer anne baba olmakla kalmayacak, ileride büyükanne ve dede de olacak. Bu bilincin altyapısı da şimdiden oluşturulmalı.

Toplum olarak bu seçimlere ne kadar duyarlı yaklaşıyoruz? Bu konuda oluşmuş bir bilinçten söz edebilir miyiz?

Toplumun iş ve eş seçimi konularında nasıl bir hazırlık içerisinde olduğuna baktığımda da, ne gibi bir eğitim verdiğini incelediğimde de maalesef büyük boşluklar görüyorum. Örneğin kişinin mesleğini nasıl seçeceğiyle ilgili bilinçli bir süreç ne ailede ne de okulda var. Olanlar da sadece malumat veriyor ve bir mesleğe, kariyere değil de belirli bir işe hazırlamaya çalışıyor.

Ben "meslek" kavramını İngilizcede *profession* kelimesinin karşılığı olarak kullanıyorum; uzman olduğun alanı ifade eder. Diyelim ben tıp alanında kardiyoloji uzmanıysam, işte bu benim mesleğimdir. Kariyerim bu meslek dalında ya da farklı bir alanda olabilir. Kardiyolojide adım adım ilerleyebilirim ya da kariyerim farklı bir yöne kayabilir. Örneğin kardiyoloji uzmanlığının ardından girdiğim ilk hastanede öyle bir durum oluşur ki, bir süre hastane yönetiminde yardımcı olarak çalışmaya başlarım ve bu yeni görevimi anlamlı ve doyumlu bulurum. Bu zorunlu süreç en üst düzey hastane yöneticisi olmaya kadar ilerleyebilir. Bu durumda uzmanlığım kardiyoloji ama kariyerim hastane yönetimi üzerine olur.

Yalnızca iş sahibi olmak ise uzmanlık olsun ya da olmasın emeğimin karşılığında para kazandığım bir faaliyetin içinde olduğum anlamına gelir. Bu ayrımlar önemli ve çocuk, içinde yetiştiği ailede küçük yaştan itibaren bu kavramların farklı olduğunu duyup öğrenebilmeli.

Eş seçme konusunda da aynı boşluklar var ve bu boşlukların henüz farkında bile değiliz. Toplumda, "Sen kimsin, eşin anlamı nedir ve eşinle evlilik denen bu yolculukta nasıl bir ilişki içerisinde olacaksın, bu ilişkinin boyutları nedir?" sorularının cevabı konusunda kocaman bir boşluk var.

Buradan eğitim üzerinde düşünen kişileri ve uygulamacıları suçladığım düşünülmesin; şüphesiz mevcut kültür içinde bildikleri kadar ellerinden geleni yapmaya çalışıyorlar. Ama şunun da altını çizmek istiyorum: Eğitim sistemini yapılandırırken, daha önce geleneğin, mahallenin ve ailenin sunduğu katkının ve bugün var olmayan birtakım değerlerin, yapıların bilimsel olarak yorumlanarak eğitim sistemine dâhil edilmesi gerektiğini düşünüyorum.

Eskiden evlendiğin kişinin soyu aile büyüklerince araştırılır; o ailenin yaşayışı, değerleri hakkında fikir sahibi olunurdu. Öyle ki genetiği hakkında dahi fikir edinilebilirdi. Herkesin herkesi tanıdığı geleneksel kültürde bu tür bilgiler evlenmeden önce bilinirdi. Bu yönüyle geleneksel kültür önemli bir gereksinmeyi karşılıyordu. Ne var ki geleneksel kültür içinde kişinin bireyselliğine pek saygı yoktu; kiminle, ne zaman, nasıl evleneceği ve nerede oturacağına da geniş aile karar veriyordu. Bireyselleşen şehir kültüründe evlenecek bireyler birbirlerini kişi olarak tanıma olanağını daha çok bulmaya başlıyorlar ama bu defa da müstakbel eşler birbirini geçmişleriyle, geniş aileleriyle tanımakta zorlanıyorlar.

Toplumda, iş ve eş seçimiyle ilgili nasihat var ama sohbet yok. "Sen kimsin, işin anlamı nedir, eşin anlamı nedir ve eşinle evlilik denen bu yolculukta nasıl bir ilişki içerisinde olacaksın?" sorularının cevabı konusunda kocaman bir boşluk var.

"Bireyselleşme" ile her bir insanın kendi değerini keşfetmesinin daha olanaklı hâle geldiği ama bir yandan da insanın

hayatta yapacağı büyük seçimlere yardım eden sosyal yapıların azaldığı bu dönemde gençlere yararlı olacak böyle bir altyapıyı oluşturmak kolay mı? Her isteyen istediği gibi oluşturabilir mi? Tabii ki hayır! Sırası geldikçe açarız.

Hayatın üç belirleyeni olarak iş, eş ve okul seçimini gösteriyorsunuz. Eş seçimini daha önce konuşmuştuk.[30] Okulla devam edelim isterim.

Çocuğuma okul seçerken nelere dikkat etmeliyim, nelerin farkında olmalıyım? Okul seçerken dikkat edeceklerim şunlar olurdu: Göndermeyi düşündüğüm okulun müdürü ile konuşmakla yetinmezdim, çocuğumun her bir öğretmeniyle kısa da olsa tanışmak ve konuşmak isterdim.

Bir başka dikkat edeceğim konu, okula giden diğer çocukların hangi tür ailelerden geldiği, çocuğumun kimlerle arkadaş olacağı olurdu. Bütün bunlara kafa yorarken her zaman bilirdim ki, çocuğumun en önemli ve en güçlü eğitimi ailede olmaktadır. Okuldaki yöneticiler ve öğretmenler ailenin içinde olduğu eğitim ekibine katılıyorlar ama temel sorumluluk ailede.

Anne babalar çocuğunu önemser ve doğal olarak çocukların geleceğiyle ilgili az veya çok kaygılanır. Anne babanın söz konusu kaygının kaynağının farkında olmasını önemli görüyorum. Genellikle bunun temelinde çocuğunuzun ileride başkasına muhtaç kalmaması, kendi ayakları üzerinde durabilecek hâle gelmesi, kendi ailesinin geçimini sağlayabilmesi gibi beklentiler ve istekler yatar. "Çocuğum başkasına muhtaç olmasın, ben bunun vicdani sorumluluğunu hissederim. Elimden gelenin en iyisini sağlamak istiyorum, ne yapmalı?" sorusunun altındaki niyet temiz... Fakat bu temiz niyetle ebeveyn çocuğun okul hayatını, meslek hayatını planlamaya çalışırsa bunun görünen-görünmeyen, kısa-uzun vadede birçok tehlikesi söz konusu olur.

30 Bkz. Sekizinci Bölüm, s. 145-169.

Özellikle bir anne baba çocuğunu diğer çocuklarla kıyaslamaya başladığı anda mayınla döşenmiş bir yola girmiş demektir; bu tür bir mayının ne zaman patlayacağını bilemezsiniz. Kaygı doğal ama kaygının esiri olmamak ve kıyaslamamak gerekir. Aklı başında, vicdanı olan her anne babanın bunun farkında olmasını isterim. Bu yüzden bu kitabı okuyan anne babalardan, müstakbel anne babalardan ve gençlerden isteğim kaygının gücünün ve türünün farkında olmalarıdır.

Peki kaygısının farkında olan kişi bunu sağlıklı bir şekilde yönetebilmek için ne yapmalı hocam?

Hangi kararı alırsak alalım, eğer hayatımızı kaygılar yönetiyorsa, önce bunun farkına varıp sonra da kaygıların neler olduğunu açık bir biçimde görürsek daha sağlıklı kararlar verebiliriz. İş ve eş seçiminde bireyin kendisi kararları ve tercihleri konusunda daha baskın, daha etkili olmalıdır. Ama "hangi okul" sorusunu sorduğumuzda, lise seviyesinde ve hatta çoğunlukla üniversitede bile hâlâ anne babaların kararın verilmesinde daha baskın olduğunu gözlemliyorum. Bu süreçteki anne babalara karşı, "Niye kaygılısın?" şeklinde bir yaklaşım yanlıştır. Kaygılı olmak gayet gerçekçi bir tavırdır. Sorulacak asıl soru, "Ne seni kaygılandırıyor?" -yani kaygının kaynağının ne olduğunu biliyor musun?- olmalıdır. Çünkü kişi şayet bu sorunun yanıtını veremez ve söz konusu kaygıdan kendisini bugün kurtaramazsa, yirmi-otuz yıl sonra bir bakmış ki o kaygının sonuçları, yani bahsettiğim o mayın tarlası alıp

Bir anne baba çocuğunu diğer çocuklarla kıyaslamaya başladığı anda mayınla döşenmiş bir yola girmiş demektir; bu tür bir mayının ne zaman patlayacağını bilemezsiniz. Kaygı doğal ama kaygının esiri olmak doğal değil. Aklı başında, vicdanı olan her anne babanın bunun farkında olmasını isterim.

onu götürmüş, hayatını ve dolaylı olarak yüksek olasılıkla çocuğunun hayatını da yönetmiş ama o farkında bile olmamış. Klasiktir, bunu "Keşke daha önce farkına varsaydım," hayıflanması takip eder. Kırk yaşında meslek değiştirenler işte bu mayınların farkına varıp, "Bari hayatımın geri kalanı ziyan olmasın," diyerek bir çaba içerisine girenlerdir.

Yaşam her an sürekli ve gittikçe artan bir hızla değişir. Bu bir gerçek mi? Gerçek. Alvin Toffler,[31] *Şok, Gelecek Kaygısı* (*Future Shock*)[32] kitabında örneklerle bunu gayet net anlatır. Eskiden bin yılda gerçekleşen bir teknolojik, ticari ve sosyal değişim bir bakılmış ki yirmi yılda olup bitmiş. Bu hız gittikçe de artıyor. Bu değişim hızının farkında olalım ve bunu hiç ama hiç unutmayalım.

İyi bir okul, geçerli bir meslek her zaman başarı ve mutluluk getirecek diye bir garanti var mıdır?

Şimdi kaygılı kişi şöyle düşünür: Çocuk iyi bir liseye giderse, üniversite sınavını kazanma ve istediği üniversiteye girme ihtimali artar. Üniversiteyi, bölümü neye göre seçer? Statüsü yüksek, iyi bir gelir elde edebileceği bir kariyere, mesleğe yönlendirip yönlendirmediğine göre. Okulu o mesleğe hizalanmış olarak görür. Oradan mezun olduğunda hemen bir meslek sahibi olacağına ve buna uygun bir iş bulabileceğine inanır. Bu beklentiler içinde çocuğunu yönlendirmeye başlar.

Fakat bu hızlanmış değişim döneminde, kişinin yaptığı planlama on yıl içerisinde eski önemini kaybedebiliyor. On yıl önce aklına gelmeyen bir meslek birden gelişmeye başlıyor, uzmanları oluşuyor, alan farklılaşıyor ve hepsinden önemlisi bu mesleği tercih edenler eskisine göre çok para kazanıyor. Kapsamlı bir değişim var. 1891'den önce basketbol yoktu. Bunun

31 Alvin Toffler (1928-2016); Amerikan yazar ve fütürist. Değişen hayat, teknoloji, dijital kültür ve iletişim üzerine yaptığı çalışmalarla tanınmıştır.

32 Alvin Toffler, *Şok, Gelecek Kaygısı*, Koridor Yayıncılık.

"Çocuğum öyle bir eğitim alsın ki, kendi kararlarını en gerçekçi şekilde verebilecek gücü kazansın."

gibi birçok uzmanlık alanı da oluşmamıştı. Daha önce değinmiştik; yeniden özetlemenin zararı yok.[33] Hangi alanda olursan ol şunlara dikkat edersen sırtın yere gelmez:

Bir; yabancı dilini geliştir ve alanındaki yeni gelişmeleri yabancı dilden takip edebilecek duruma gel.

İki; ilgilendiğin alanda çalışan kişiler ve kuruluşlarla ilişki kurmaya özen göster ve yazları stajlar yap.

Üç; mesleğinde başarılı olmuş kişilerle tanış, onların güçlü taraflarının ne olduğunu anla.

Dört; "Eğitimin toplumun hangi ihtiyacını karşılıyor; okuduğun alan yeni gelişen bir alan mı, yoksa yıllardır var olan oturmuş bir meslek mi? Sen bu mesleğe yenilik getirebilecek misin?" gibi soruları sor.

Beş; en önemlisi bütün bunları yaparken için ne diyor; şevkin olup olmadığını, keyif alıp almadığını gözlemle!

Öyle ki hukuka yönelmişken bir de bakar ki kişi, o dönemde hukukçu olarak çalışmak hiç de akıllıca olmayacak. Bu durumda hukuk bilgisini kullanarak başka bir alana geçmek daha mantıklı hâle gelebilir.

Her şey değişirken bazı sabitler bulmak gerekir. Kişi bütün bu değişimi değerlendirdiğinde "değişmeyecek bir şeyi" temel alması gerektiğinin farkına varır. Nedir bu temel? İnsanın kendine özgü yetkinlikleri. İşte o zaman akıllıca olan şudur:

"Çocuğumu öyle bir okula göndereyim ki, kendi kararlarını en gerçekçi şekilde verebilecek bir eğitim alsın."

O zaman bilgi ve beceriden daha çok, kişi çocuğun varoluşunu geliştirecek, besleyecek okula yönelir. Yani çocuğun diplomasına değil, gelişip yetişmesine önem veren bir okul kültürünü hedefler.

33 Bkz. Dokuzuncu Bölüm, s. 177-179.

Diyelim ki kaygılarımızın farkına vardık. Fakat etrafımızdaki dünyanın normları bu kaygılar üzerine kurulmuşsa farkında olmamız neyi değiştirir? Yani herkes; anne-baba, öğretmen, akrabalar ya da toplum para ve statü kazandıracak bir işin birinci öncelik olması gerektiğini düşünüyorsa bu çemberin dışına nasıl çıkabiliriz?

Bu kaygının kaynağı genellikle gelecekle ilgilidir; gelecekte "muhannete [kalleşe] muhtaç olmama" meselesi. Bir zamanlar "muhannete muhtaç olmak" durumu yaşanmış ve zor olduğu Karacaoğlan'ın dizeleriyle nesilden nesile aktarılmış.

İnsan elli bin yıl önce elinde mızrakla geyik, bizon, mamut avlıyordu. Bugün iyi bir eğitim ve elinde bir CV ile iş ve ekmek avlamaya devam ediyor. Bir insan herhangi bir işi, yüz kişinin içerisinde en iyi yapan on kişiden biri olursa, adil bir toplumda gösterdiği kalitenin ödülünü almaya başlar.

Burada unutulmaması gereken bir gerçek var. Bir insan herhangi bir işi, bu hangi iş olursa olsun, yüz kişinin içerisinde en iyi yapan on kişiden biri olursa, adil bir toplumda işinde gösterdiği kalitenin ödülünü almaya başlar. Tarih bunun örnekleriyle dolu... Bu nedenle ilk olarak şunu hedefleyeceksin:

"Hangi işi seçersem seçeyim 'Pareto ilkesi'[34] uyarınca o alanda belirleyici olan yüzde yirminin arasında olmalıyım."

Bu illaki yarışçı, mükemmeliyetçi ya da sonuç odaklı olmak anlamına gelmiyor; farkında olunması gereken hayatın önemli bir gerçeğini göz önüne koyuyor. Çünkü nasıl ki insan elli bin yıl önce elinde mızraklarla geyik, bizon, mamut avlıyorsa, bugün de elinde iyi bir CV veya eğitimle iş ve ekmek avlamaya devam ediyor. Mızrak atan nasıl ki mızrağını sağlam, kolunu güçlü hâle getirmeye çalışıyorsa, şimdi bir şirkette çalışmanın hayalini kuran

34 Bkz. Yedinci Bölüm, s. 133.

da işinin gerektirdiklerini kendinde toplamayı amaçlıyor. Hayatın bu gerçeği devam ediyor. Pareto ilkesine göre mesleğin kendisi değil, kişinin o meslek içerisindeki yeri önemli…

O zaman soruyu başka türlü sormalıyız. Çünkü mesleğin ne olduğunu bugünden bilmiyorum. Yirmi sene sonra faraza, "xyz" denen bir meslek sahibi olacağım. Ama bu hangi meslek olursa olsun, her mesleğin insandan istediği bazı özellikler vardır. Belki yirmi yıl sonra işin kendisi sürpriz olabilir ama bu işin bireyden talepleri sürpriz olmayacak. Bunu biliyoruz.

İyi olmak için seçtiğin alana on bin saatini vermeye istekli olacaksın. Kişi isteyerek bir işe on bin saatini verirse bu işin virtüözü olur. Bunun çalışması da yapılmış. Değişik alanlardan insanların hayatına bakıldığı zaman onların şu veya bu şekilde çocukluğundan başlayıp tüm hayatını kapsayan bir emek verdikleri görülüyor. Yani sırf istemek yetmiyor, aynı zamanda vakit ayırmışlar ve emek vermişler. Bu zamanı vermenin temel kaynağı da kişinin içinden gelen bir istek, bir keyif alma hâlidir.

İnsan o işi yaptığı için ya da sonucunu gördüğü için heyecan duyup keyif alacak.

Evet ve bu coşku onun aküsüdür, alıp götürür. Hiç kimse başka bir insanı yetiştiremez. Bir insan yetişmeye karar verdiği zaman onu yetiştirecek en önemli kişi yine kendisidir. Sen ancak onun hedeflerini bulmasına yardım edebilirsin. Ona bir bilinç ve hedefine giden yolda işine yarayacak aletler verirsin. Böylelikle rüzgâr nereden eserse essin, hedefini biliyorsa, o kişi rüzgârı kullanıp sandalını istediği yere götürür. Çünkü sadece kişinin kendisi yirmi dört saat kendiyle beraberdir. Neye muktedir olduğunu en iyi kendisi bilir.

Diyelim ki bir musluk tamircisisin. Bugün araştırsak musluk tamircilerinin aralarında gelir farkı olduğunu görürüz. Kimi ancak üç gün sonraya randevu verir, kimi ise müşteri bekler. Neden birine daha çok talep olur? Bu tesadüf değil elbette.

Dahası bu durum her meslekte böyle; doktorluk, mühendislik, öğretmenlik... Öyle ki meslek hayatına bir öğretmen olarak başlayıp bugün koca eğitim kurumları kurmuş insanlar var. Bunun kaynağı kişinin içindedir. Kişi toplumsal değişimi kontrol edemez ama kendi gelişimini planlayabilir. Bu da -mış gibi yaparak olmaz. Burada, "Çocuğumun varoluşunu geliştirip yetiştiren bir okula göndermeliyim," bilinci gerçekçi bir yaklaşım olarak karşımıza çıkar.

Hiç kimse başka bir insanı yetiştiremez. Bir insan yetişmeye karar verdiği zaman onu yetiştirecek en önemli kişi yine kendisidir. Sen ancak onun hedeflerini bulmasına yardım edebilirsin.

Eğer anne baba kaygının seline, rüzgârına kapılmışsa çocuğunun gelişmesi konusu ona fasarya gelir; anlatmaya çalıştığın zaman dinlemez bile.

"Anne sıkılıyorum ben burada. Baba okula gitmek istemiyorum. Hiç sevmiyorum o öğretmeni." Kaygıya kapılmış ebeveyn, çocuğun bu yakınmalarını duymaz bile. "Hişt! Ne demek bu, o okula gideceksin!" deyip çıkar işin içinden. Ama öyle okullar, öyle öğretmenler var ki sabahları o okula, o öğretmene gideceği için çocuk gözleri ışıl ışıl kalkar. Hafta sonu geldiği zaman, "Öğretmenimi özleyeceğim," der. Demek ki orada başka türlü bir şeyler olmaktadır.

Çocuğu için okul seçen anne babalardan biri değil de, kendisine okul seçen gençlerden biri olduğumu düşünseniz. Ne derdiniz bana?

O zaman, "İsmine göre okul seçmeyin," derdim. Önce gerçekten okumak istediğiniz bölüme karar verin. Sonrasında, "Üniversitelerin ilgili bölümünde hangi akademik kadro, hangi yollarla bu dersleri işliyor; üniversite bölüm dâhilinde veya bölüm dışında nasıl imkânlar sunuyor; ilgili bölüm

altında yer alan dersler üniversiteler arası farklılık gösteriyor mu?" gibi noktalarda araştırma yaparak karar verin. Böyle bir yaklaşım daha işlevsel ve gerçekçi olur.

Birçok kişi bu noktada, "Ben ne istediğimi bilmiyorum ki," diyecek. Yani kaygının farkına varayım, kaynağını bulayım ve kaygıdan kurtulmaya çalışayım ama ne istediğimi nasıl keşfedeceğim? Karar verirken nelere bakmalıyım?

Şayet ben o insanın çevresinde olsaydım ve yetkim de olsaydı; onunla böyle bir öğretmen, anne-baba, ailede sözü geçen biri olarak konuşabilseydim, "Ara sıra gel de konuşalım, sohbet edelim," derdim. Bu sohbet içerisinde onun iç dünyasına girip kendisini gözlemleme ve tanımasıyla ilgili ipuçları vermeye çalışır, yeni bakış açıları geliştirmesine yardımcı olurdum.

Nasıl yapardım bunu? Mesela, "Bağlama çalmaya ilgi duyuyorsun ha? Bir kere bağlamanı getir de bir dinleyelim bakalım," derdim. "Çok güzel! Araştırdım da bu işte üstat olan insanlar var. Tanışmak ister misin?" diye ekler ve kendisini o insanlarla tanıştırırdım. "Onlarla uzun bir sohbet etmek ister misin?" Çocuk işte o zaman heyecanlanır ve onlar gibi olabileceğine de inanırdı.

Sonra... "Bir dakika ama," derdim. "Bundan yirmi yıl sonra evli olacaksın. Çocuğun olacak, evin olacak, komşuların olacak. 'Ne iş yapıyor?' diye sorduklarında, 'Bağlama çalıyor,' diyecekler. Bunun üzerinde bir konuşalım. Dilersen şimdi bir de bağlama çalan ailelerin hayatlarına bakalım; nasıl yaşıyorlar, nerede yaşıyorlar, çocukları nasıl okullara gidiyor, çevrelerinde kimler var? Çünkü bu topluma sen bir bağlama üstadı olarak gireceksin. Bu güzel de, senin hayatın sadece bağlama çalmak olmayacak ki... İşini bitirip eve gideceksin. Çocukların olacak, sana 'baba' ya da 'anne' diyecekler. Eşin olacak. Alışverişe gideceksin; tatil yapmak, dünyayı gezmek

isteyeceksin. Öyle kararlar vereceksin ki, bu kararlarından sadece sen değil, torunların bile etkilenecek. Onun için henüz zamanımız varken sohbete devam edelim. Yazın ne yapıyorsun sen şimdi? Mesela bir iki ay çalış bakalım; ne bileyim, bağlama çalanların hayatını bir gör."

Ya çevresinde konuşacak, sohbet edecek bir büyük yoksa onlara ne söylersiniz?

Ben o kişi olsam… Önce konuşacak kimsem yok deyip kendi köşeme çekilmezdim; çevremde konuşabileceğim, akıl alabileceğim insanlar olup olmadığını, hangi kitapları okursam kendimi keşfetmeme katkı sağlayacağını araştırmaya başlardım. İkinci olarak daha önce sözünü ettiğim türden günlük gözlemler yapmaya başlar, duygularımın bana neler söylemeye çalıştığını her gün not ederdim. Ayrıca Selim'le izlediğim yol gibi[35] kendimle mektuplaşmaya başlardım. Diyelim bugün 8 Ağustos 2020. Şimdi on sekiz yaşındayım. 8 Ağustos 2040'ta otuz sekiz yaşında olacağım. On sekiz yaşındaki ben, otuz sekiz yaşındaki Doğan'a mektup yazar ve kafamın karışıklığını, neler hissettiğimi, hayallerimin ne olduğunu söyler, içimi dökerdim. Yıllar sonra da otuz sekiz yaşındaki Doğan Abi, genç Doğan'a, "Sevgili Doğan" diye başlayarak görüşlerini yazardı. Böyle bir tutum ve azimle işe girişen, okuduğu her kitaptan, konuştuğu her kişiden öğrenecek şeyler keşfeder ve güçlü bir kendini keşfetme yolculuğu başlatır.

Az önceki bağlama çalmak isteyen gencin üzerinden şöyle özetleyelim isterseniz. Kendisine, "Bağlama sanatçısı olmak istiyorum ama bu toplumda müzisyenlere çalgıcı gözüyle bakılıyor, bunu göğüslemeye hazır mıyım?" sorusunu yöneltmesini istiyorsunuz değil mi?

35 Bkz. Altıncı Bölüm, s. 115-117.

Bağlama virtüözü olma hedefiyle yola çıkıyorsun. Bunun için gereken donanıma sahip misin? Bir virtüöz olmak için şu kadar çalışman lazım. Hayatında bundan sonra her gününün iki saatini egzersizlere ayırman gerekiyor. Bunu yapacak dirayete, iradeye, azme ve sebata sahip misin?

Hani insan varoluşunun beş boyutu diyorduk ya... Yine bağlama çalmak üzerinden gidersek... Bu kişinin bu mesleğe biyolojisi uygun mu? Ellerinin mahareti var mı? Duyguları, aklı buna yatkın mı? Sosyal ilişkileri bakımından hadiseyi düşünüp taşınmış, bir yere yerleştirmiş mi? İnanç ve değerleriyle ilgili kafasında yerli yerine oturtmuş mu? Ayrıca yaşam bir ekip işi; yarın evlenecek, eşinin ailesinin muhitine bu kimlikle girecek. Bu kimliğe hazır mı? Bunları bugünden hesaba katmalı. Çünkü bu toplumun içinde, sosyal ilişkiler ve sosyal kimlikler içerisinde yaşayacak. İşte bu bir geliştirme ortamıdır.

Yeteneklerinin farkında olarak bir seçim yapmak gerekiyor.

Martin Seligman[36] hayatını mutluluk konusunu çalışmaya adamış bir bilim insanı. Mesleki başarının mutluluğun önemli parçalarından biri olduğunu görüyor. Ona göre bir kişi en az bir ya da iki konuda yetkinliğini geliştirirse hayatta mutlaka bir başarı gösteriyor.[37] Şunu anlıyoruz; kişi sadece tek bir alanda yetkinlik sahibi olabilir ama o alanda kendini geliştirirse neticede başarılı olur. Seligman çalışmalarının sonunda yirmi dört farklı yetkinlik alanı tanımlamış.

36 Martin Seligman (d. 1942), Amerikan psikolog; pozitif psikoloji üzerine çalışmaları, özellikle de "Öğrenilmiş Çaresizlik" teorisiyle tanınır.

37 Okurlarımın daha kolay anlaması için şunu ifade etmeliyim ki, bizim burada "yetkinlik" dediğimize Seligman "karakter gücü" (*character strengths*) adını veriyor. Yıldız Hacıevliyagil, gençlerin meslek seçimine yardımcı olmak amacıyla yazdığı *İşim ve Ben* kitabında Seligman'ın yaklaşımını sadeleştirerek anlatmaktadır.

"Çocuğunuzu bir iki yaşından itibaren gözleyin. Yönlendirmeyin; günlük yaşam içinde, özellikle de oyun oynarken mütemadiyen gözlemlemeye devam edin. Her çocuğun yapmaktan hoşlandığı şeylerin farkına varın. Kimi sporla ilgili alanlara yönelecek, bundan zevk alacaktır. Kimi müzikle, kimi matematikle ilgilenecek ama her birinin kendine özgü bir yolculuğu olacaktır," diyor. Çocuk yetkin olduğu alanda olmaktan asla bıkmaz. Sorular sorar, inceler, araştırır. Çünkü keyif alır.

Gelecekte hangi meslekte çalışacağını şimdiden bilemezsin. Ama senin yetkinliklerin var ve eninde sonunda o yetkinliği kullanabileceğin bir meslek bulunacaktır. Çünkü o yetkinlikler hayatın içinden geliyor.

Şimdi bu açıdan yaklaşırsak şunu rahatlıkla söyleyebiliriz: Gelecekte hangi meslekte çalışacağını şimdiden bilemezsin. Ama senin yetkinliklerin var ve eninde sonunda o yetkinliği kullanabileceğin bir meslek bulunacaktır. Çünkü o yetkinlikler hayatın içinden geliyor. Mesela üç yüz elli yıl sonra da matematik olacak ve matematikle ilgilenenlerin çalışacakları meslekler olacaktır. Bu alan bilgisayar olur, robotik olur, sibernetik olur ama eğer matematikte iyiysen bu mesleklerin birinde mutlaka iyi bir yere gelirsin.

Peki yanlış seçimler nereye götürüyor insanı?

İyi bir yere değil. Meslek seçiminin hem bireysel hem de toplumsal yönü vardır. Mesleğimiz kişiliğimizin ve kimliğimizin önemli bir parçasını oluşturur. Kişiliğimizi "can", kimliğimizi ise "yüz" olarak tanımlarsak hem canı hem de sureti ilgilendiren bir tarafı vardır meslek seçiminin.

Bu sebeple burada, daha önce konuştuğumuz bir modeli hatırlatmak istiyorum. Hayatta genelde "sonuçları" görürüz. Yani bir kişinin makamı, sağlık durumu gibi yönlerini tanımlayabilir;

Başarılı insanların hayatlarını incelediğinizde hepsinin küçüklükten itibaren enteresan yönelimleri, soru soruş tarzları, olaylara farklı bakış açıları olduğunu görürsünüz. Dolayısıyla meslek seçiminde ve hayattaki diğer seçimlerde asıl önemli olan şudur: Birey, ondaki yetenekleri idrak edip ilgili alanlara yönelmelidir.

sayısal olarak istatistiklerle ifade edebiliriz. Elbette bu sonuçlar kendiliğinden ortaya çıkmaz. Bir davranış ve eylemler silsilesi sonucunda oluşur. Buradan meslek seçimine gelirsek; ilk farkında olmamız gereken şey meslek seçimindeki niyetin kişiye empoze edilmiş bir hedef mi, yoksa kendisinin keşfettiği bir iç istek, bir niyet mi olduğudur. Okul seçimi konusunda anne babanın rolü ve etkisi hususunda ne söylediysek aynısı burada da geçerlidir. Yani anne baba yoğun bir kaygı içerisinde çocuğa bir niyet yüklemeye çalışır: Başkalarından daha çok kazan, şehrin en iyi yerinde otur, araban en iyisi olsun, sıkıntı çekme, bol paran olsun, bir ismin olsun... Hepsi dışarıdan bireye yüklenen niyetler ve açık söylemek gerekirse hiçbir işe de yaramazlar, çünkü taşıma su ile değirmen dönmez.

Neyle döner hocam bu değirmen?

Başarılı insanların hayatlarını incelediğinizde hepsinin küçüklükten itibaren enteresan yönelimleri, soru soruş tarzları, olaylara farklı bakış açıları olduğunu görürsünüz. Dolayısıyla meslek seçiminde ve hayattaki diğer seçimlerde asıl önemli olan şudur: Birey, ondaki yetenekleri idrak edip ilgili alanlara yönelmelidir. Burada yine şunun önemi bir kez daha gün yüzüne çıkıyor; sohbet yöntemiyle kendisini keşfetmesine izin veren bir ortamda mı; yoksa, "Aklını başına topla, bu tip davranışları kes. Doğru dürüst bir adam ol!" diyerek baskılayan, kalıba sokmaya çalışan bir ortamda mı yetişmiş? Yani yine "geliştirmek mi, kalıplamak mı?" sorusuna geliyoruz.

Günümüzde özellikle ergenlik ve gençlik çağında olanlar teknolojiyle, TV ile, sosyal medya ile yoğun bir bombardımana maruz kalıyorlar. Böyle bir ortamda kişinin kendi niyetini, gönlünün muradını keşfetmesi hiç kolay değil. Bu sebeple kolları sıvayıp ilgilerine dair, hoşuna gidenlere dair konuşabileceğin kişileri bulacaksın. Müzisyen mi olmak istiyorsun? Felsefeye mi merak sarıyorsun? Gazeteci mi olmak istiyorsun? Her ne istiyorsan bir uzmanını, bir bilenini bulacak; sohbet edip dinleyeceksin, öğreneceksin. Çaba, başarıyı beraberinde getiriyor.

Meslek üzerine konuştuğumuzda ister istemez insanın geçinmesi, para kazanması üzerine de konuşuyoruz. Tabii geçinmenin ötesi de var: Zengin olmak. Neredeyse herkes zengin olmak ister; peki zenginlik ne kadar mutluluk getirir? Siz zenginliği nasıl tanımlarsınız?

Bu, üzerinde konuşmak için zor bir alan... Gerçek zenginliğin ne olduğu konusunda değerler ve inançların rolü büyük, bu sebeple biraz kavgalı bir alana giriyoruz. Gerçek zenginliğin ne olduğu insanın kendine ve yaşama bakışıyla ilgilidir. Yaşlanınca şükür duygusu artanlar var, "keşke"leri artanlar var. Kendi hayatımda "Gerçek zenginlikle ilgili kişisel keşiflerim neler oldu?" diye baktığımda aklıma ilk olarak Meksikalı Yaqui Kızılderilisi, bilge kişi Don Juan Matus'un[38] sözleri geliyor:

"Ölüm bilincine ulaşmamış, ölümünün farkına varmamış insanın gerçekten yaşaması mümkün değildir."

Ölümü bu anlamda sıfır sayısı olarak düşünelim. Sıfır rakamı eğer bir rakamın; birin, ikinin, üçün başında olursa ona hiçbir etkisi olmaz. Yani 01 eşittir 1, 02 eşittir 2 olur. Ancak sayının sonunda olursa o sayıya yeni bir değer katar. Yani 10 olur, 20 olur, 30 olur.

38 Don Juan Matus'un öğretilerine, Peru kökenli Amerikan yazar ve antropolog Carlos Castenada kitaplarında geniş olarak yer vermiştir.

"Yaşıyorum, varım" duygusu bahsettiğimiz sıfır zeminiyle karşılaştırılabilecek bir örnektir. Gerçek zenginlik yine birçok konu gibi insanın hem özünü hem de yüzünü ilgilendiren bir meseledir.

Konunun "yüz" kısmına, yani görünen kısmına baktığımızda maddi zenginlik, yani varsıl olmak elbette önemli... Ama onun etkisi de sınırlı...

Hatta biraz daha ileri gidelim. Para, fazlasını yönetemezsen mutsuzluk bile getirebilir. O fazlalığı iyi yönetemezsen elindekini kaybedip mutsuz olma riskin artar.

Rahmetli babamın, "Allah helalinden versin," diye ısrarla üzerinde durduğu bir kavram vardı; yani fazla kazanç değil, helalinden kazanç meselesi. Bence bu sözün altında büyük bir hikmet var. Anladığım kadarıyla şöyle ifade edebilirim: Bir; emek ve zaman vereceksin, onu hak edeceksin. İki; elde ettiğinin, kazandığının kıymetini bileceksin. Üç; elde ettiğin kazancın sadece senin için değil, önem verdiğin ekibin için ne anlama geldiğini bileceksin. Dört; sadece şimdi ve burada değil, gelecek için ne anlam ifade ettiğini kavrayacaksın. Bazen haberlerde görüyoruz; Milli Piyango'dan büyük ikramiyeyi kazanan kimi kişiler günün sonunda aile yaşamı, insan ilişkileri ve eş-dost ilişkileri bakımından büyük bir kayıp yaşıyor. Maddi olarak piyangodan önceki hâllerine dönmeleri, hatta daha yoksul hâllere düşmeleri bir yana; çevrelerinde selam verecek insan bulamaz hâle geliyorlar. Para yönetimi bilinmediği için ne "hazıra dağ dayanıyor" ne de kazanılan para ömürlük hâle getirilebiliyor. Para yönetiminin yanı sıra; insanın emek vererek, hak ederek kazandığı paranın bereketi ile emek vermeden cebine girenin zehri piyango örneğinde ortaya çıkıyor.

Bursalı bir iş insanı olan değerli dostum İhsan Bey'e parayı yönetmenin önemli olup olmadığını sordum. Bu sorunun

yanıtını en iyi verebilecek insan olduğunu biliyordum, çünkü çobanlıktan yetişmiş ve bugün bir eğitim kurumunun başına kadar yükselmiş biri. Yüzüme bakıp, "Para yönetmek, yaşamı yönetmektir," dedi. "Parayı yönetmesini bilmeden yaşamı yönetebilmek mümkün değildir."

Bir diğer deyişle, "Parayı yönetemezsen para seni yönetir."

Para ya da parası olanlar seni yönetir. Bu sebeple aile içinde çocuklara üç-dört yaşından itibaren bununla ilgili sorumluluk bilinci aşılamaya başlamak gerekir. Yani çocuk, ev içinde bir ekip üyesi olarak neye ne kadar gücü yetiyorsa o ölçüde sorumluluk almalı. Parayı nasıl yöneteceği konusunda da çocuğa yine temel değerler çerçevesinde gelişim fırsatı verilmeli. Bu, nasihat ederek başarılacak bir mesele değildir. Ebeveynlerin örnek olması gerekir. Çocuk, büyüklerinin davranışlarında şunu görebilmeli:

"Bu şeyi çok istiyorum ama alırsam ona harcayacağım para nedeniyle şu tip sorunlarla karşılaşacağım. Önceliklerimin farkında olmalıyım. O yüzden isteğimi erteleyip onu şimdi almıyorum. Ama ileride almak için bir planlama yapıyorum."

Burada değerli dostum İhsan Bey'in verdiği bir başka örneği aktarayım. Kendisi Bursa'da doğup büyümüş ve oradaki iş dünyasının saygın bir üyesi. Biliyorsunuz, Bursa'dan son derecede güçlü tekstil aileleri çıktı. İhsan Bey şöyle diyor:

"Bu ailelerin çoğu çocuklarının gelişimine gereken önemi vermediğinden, onlara gereken sorumluluk bilincini aşılayamadığından babaları bu dünyadan göçtükten sonra geride kalanların maalesef yedi sekiz yıl içerisinde yardıma muhtaç hâle gelmesine tanık olduk. Bu şekilde sıkıntıya düşen, toplanıp yardım ettiğimiz en azından beş aile tanıyorum."

Parayı yönetmeye çalışırken en önemli adım planlama olmalı diye düşünüyorum. Bu da zaman yönetimiyle mümkün olur gibi geliyor bana. Ne dersiniz?

Parayı yönetmek, yaşam yönetiminin önemli bir bölümüdür. Kendi başına uzun uzun üzerinde konuşulacak önemli bir konudur. Zamanı yönetmek, enerjiyi yönetmektir. Mesela ben henüz altı-yedi ay önce projelerimle ilgili olarak zamanımı pek iyi yönetemediğimin farkına vardım. Benim yeni fikirler, projeler oluşturan bir tarafım var. Sürekli yeni projeler geliyor aklıma. Bir proje bitmeden diğer onlarcası beliriyor zihnimde. İki asistanım var. Onlar ayaklarımı yere bastırıp birini bitirmeden başka projelere geçmek istediğimde beni nazikçe uyarıyorlar. Sonuçta neye karar verdim biliyor musunuz? "Doğan Cüceloğlu projeleri" diye adlandırdığım bir defter edindim. Artık aklıma gelen projeleri oraya yazıyorum. Kendime sık sık soruyorum; "Bu projenin önceliği var mı? Zamanım müsait mi? Bu projeye özgü ekibim var mı? Şimdiki sorumluluklarımın önüne geçecek mi?" Bunu yapmaya başlayınca sakinleştim, içim rahatladı. Sabahleyin ilk iş günlük yapılacaklar listesine notlarımı aldıktan sonra o deftere aklıma gelen yeni projeleri yazmaya başlıyorum.

Ayrıca farkına vardım ki projeyi yönetmek ayrı bir yetkinlik gerektiriyor. Bir projeyi sıfırdan alıp onu yapılandırıp yönetmek meşakkatli bir iş... Mesela ben iş hayatında olsaydım, sanırım on sekiz-yirmi ay içinde elimde bir sürü parlak proje ile batar giderdim. O nedenle yönetme becerisinin de önemli bir yetenek olduğunun farkındayım. Bu tür konular için mayalanma zamanı yine ergenliktir. Çocuklukta altyapısını oluşturacaksın, ergenlikte ise mayalanacak.

Böyle bir ortamda, böyle bir ailede, böyle bir kültürde yetişmemiş çok insan var. Mesela zengin olmuş fakat gerçek zenginlik kavramını çocuklukta öğrenemediği

için mutsuz, doyumsuz... İlerleyen yaşlara gelmiş ve bir şeylerin yanlış gittiğini hissediyor ama adını koyamıyor. Gerçek zenginliğin ne olduğuna dair yeni bir bilinç seviyesine ulaşmak istiyor. Bu anlayışa ulaşmak isteyen yetişkin insanlara neler söyleyebiliriz?

Gençler ve yetişkinler için şunu söyleyebilirim: Daha önce de değindiğimiz gibi gözlemleyen bilincinizi geliştirin. Bir diğer deyişle kendi tanıklığınızı ve bunun ne kadar önemli olduğunu keşfedin. Gerçek zenginlik ile kendi tanıklığını keşfetmek arasındaki ilişkiyi şöyle anlatabilirim:

"Zenginlik deyince cebe giren para miktarının ya da mevki ve makamdan kaynaklanan gücün ötesinde ne anlıyorum? Zengin birini gördüğümde bende oluşan duygu ne? Öfke mi, kıskançlık mı, imrenme mi?"

Eğer kişinin zenginliği "biz"e, ekiple beraber olmaya dayanıyorsa o zaman uzun vadeli zengin kalma ihtimali yüksek olur. Eğer "ben" zenginliğine yöneliyorsa o zaman söz konusu zenginlik sanıldığı kadar uzun ömürlü olmaz.

Bu formül bireysel olduğu kadar kurumsal olarak da geçerli mi? Mesela şirketler için de aynı şeyi söyleyebilir miyiz?

Şirketler için de aynı durum geçerlidir. Şirket içinde bir "biz" kültürü oluşabiliyor mu, yoksa orada "ben" diyen bir patronun "sen" dediği insanlar mı çalışıyor? "Biz" zenginliği ile "ben" zenginliği farklıdır, bunun altını çizmek isterim. Denetimin yüksek olduğu korku baskın kültürün zenginliği işte böyle bir "ben" zenginliğidir.

Değerler bilincinin yüksek olduğu sevgi baskın kültürün "biz" zenginliği ise farklıdır. Yine şirket üzerinden hareket edersek, öyle şirketler vardır ki çalışanları, "Başka firmalar daha fazla verseler de bu şirketten ayrılmam," derler. Zor koşullarda

patronlarına fedakârlıkla, "Kolları sıvayacağız, gerekirse üç ay maaş almayacağız ama bu sıkıntıyı beraber atlatacağız, Allah senden razı olsun," derler.

Böyle bir şirket kültürü nasıl oluşturulur? Bu sorunun cevabını *İçimizdeki Biz* kitabımda ele alıyorum.[39] Böyle hikâyeler ülkemizde çok var. Ben buna "biz zenginliği" diyorum. Patronun "ben" bilinci içinde yönettiği şirkette çalışan işe bedenini götürür. Kendisini makineden farklı görmez. Söyleneni yapar, ne fazla ne de eksik. "Biz" diyen liderin önderliğinde çalışan insan ise işe tüm varoluşuyla, bedeniyle, aklıyla, gönlüyle, sosyal kimliği ve imanıyla gider. İş yeri ibadethane gibi bir kutsallık kazanmıştır.

Son yıllarda sık duyduğumuz bir seçimden konuşmak istiyorum şimdi. Okul veya iş için yurtdışına gitmeyi tercih eden çok insan var. Okuldan başlayalım. Ülkemizde hem öğrenciler hem de ebeveynler açısından önemli bir başlık "yurtdışında eğitim". Özellikle de lisans seviyesinde. Hem kültürel hem de akademik açıdan baktığımızda üniversiteyi dışarıda okumak iyi bir karar mıdır?

Lisansı Türkiye'de okuyup yüksek lisansı yurtdışında yapmanın daha gerçekçi ve akıllıca bir yol olduğunu düşünüyorum.

"Ben" bilincindeki bir insanın kendi içindeki "biz"i ve onun getirdiği sorumlulukları keşfetmeden anlamlı, doyumlu ve coşkulu bir hayat yaşaması mümkün değil. Eğer bir genç liseden sonra Amerika'ya giderse Türkiye'deki ergenliği, mücadelesi, acısı, aşkı, müziklerle boğuşması, arkadaşlarla hergelelikler yapması, şakalaşması eksik kalacak. O zaman, o içindeki "biz"i keşfetme konusunda bir aksaklık olacak, süreç tamamlanamayacak. O nedenle diyorum ki, lisansını Türkiye'de yap, uzmanlığını yurtdışında. Bir süre yurtdışında kal, yüksek ihtisasını yap.

39 Doğan Cüceloğlu, *İçimizdeki Biz*, Remzi Kitabevi.

Sonra ülkene dön; mücadeleni üniversitede, bürokraside, iş hayatında bilinçli olarak yap. Türkiye'deki mücadeleni eğer "biz" bilinci içinde verirsen, yaptığın zor ama anlamlı olacaktır. Bir öncü olacaksın ve hayır duası alacaksın. Kısacası üniversiteyi Türkiye'de oku, ihtisasını yurtdışında yapıp uzmanlaş, Türkiye'ye dön, zorlukları bil, kabul et ve sorun çözücü ol.

Yaşamı aşama aşama yaşayacaksınız ama mutlaka bir bütün olarak düşünün. Gün gelip de bu hayata veda etme zamanı geldiğinde, "Yaşamımda kendim olarak var mıydım, gönlümce yaşadım mı?" sorusuna nasıl yanıt verdiğiniz önemli...

Biliyorsunuz, yirmi beş yıl Amerika'da doktora öğrencisi ve öğretim üyesi olarak bulundum. İlk eşim, üç çocuğumun annesi Amerikalıydı; çocuklarım orada okudu. Özetle o toplumun organik bir parçası oldum, kültürü içeriden görme imkânım oldu. Latin Amerika'dan Çin'e, Japonya'dan Avrupa'ya dünyanın her tarafından arkadaşlarım oldu.

Bugün gençlerin karşısına çıkıp bu konuda sohbet edecek olsam onlara derim ki, "Yaşamı aşama aşama yaşayacaksınız ama mutlaka bir bütün olarak düşünün. Gün gelip de bu hayata veda etme zamanı geldiğinde, 'Yaşamımda kendim olarak var mıydım, gönlümce yaşadım mı?' sorusuna nasıl yanıt verdiğiniz önemli."

Kişinin yaşamında kendisi olarak var olması, üzerinde durulmayan ama güçlü bir kavram; duyguların, aklın, ilişkilerin, inanç ve değerlerinle sen kendi seçimlerinle mi yaşadın? Ne demiştik; insanın aklı bilmese bile içi his olarak yaşamında kendi olup olmadığını bilir.

Üstelik bu sadece kendine bağlı değil, kimlerle ilişki içinde olduğuna da bağlı. Ben Aşık Veysel'i dinlerken kendimi yaşamımda kendim olarak var hissediyorum. Ama Beethoven'ın *9. Senfoni*'sini dinlerken de kendimi var hissediyorum. İçinde

yaşadığım toplumda birinden biri eksik olursa benden de, benim kendim olmamdan da bir şeyler eksiliyor. Yurtdışında çalışırken bunu deneyimledim; Amerikalı eşimle evli olduğum süre içinde de evimde bunu yaşadım. Çocuklarımla *9. Senfoni*'yi dinleyebiliyordum ama Aşık Veysel'i onlarla dinleyememek içimi çok ama çok yaktı. Hâlbuki gençlikte bunun önemli olacağını hiç düşünmezdim. Herkes bunu umursamak zorunda değil, ben de "umursasın" demiyorum. Ama beni ben yapan duygularım, aklım, ilişkilerim, inanç ve değerlerim konusunda bilinçli olmam gerekiyor.

Şimdi Amerikan vatandaşıyım, istersem orada kalabilirim. Orada geçimimi temin edecek kadar gelirim de var, profesör olarak emekli oldum. Ama kendi tercihimle buradayım. Tercihim benim namıma göre doğru... Herkesin benim gibi tercih yapmasını önermiyorum.

Burada bireyselliğini yaşamak zor; Batı dünyasında, Kuzey Avrupa ve Amerika'da daha kolay... Gençler için bu çok cazip ve heyecan verici... Türkiye'de annesinin babasının çocuğu olmaktan bıkmış biri Avrupa ya da Amerikan kentinde özgür bir birey, özgür bir üniversite öğrencisi olarak yaşamak ister. Bu yeni ortamın getirdiği zorluklarla baş edebilmenin ayrı bir heyecanı ve tatmini vardır. Yaşamı kendi gücünle karşılayıp ayakta kalabildiğini görmenin verdiği hazzı tatmak her gencin hakkı ve ihtiyacıdır. Farklı insanlarla tanışmanın, konuşmanın, farklı sokaklarda değişik müzikler dinlemenin bir macera duygusu var. O nedenle yurtdışına gitmek isteyen gençleri anlayışla karşılıyorum.

Ama konuya girerken söylediğim şeyi yeniden söylemek istiyorum; "Yaşamı aşama aşama yaşayacaksınız ama mutlaka bir bütün olarak düşünün. Gün gelip de bu hayata veda etme zamanı geldiğinde, 'Yaşamımda kendim olarak var mıydım, gönlümce yaşadım mı?' sorusuna iyi bir yanıt verebilmeniz lazım."

Bir de şunu hatırlayın; kişinin yaşamında kendisi olarak var olabilmesi sadece kendine bağlı değil; kimlerle ilişki içinde olduğuna, ekibine de bağlı.

Yurtdışına gidip orada yaşamaya karar verirken unutulmaması gereken bir gerçek var: Kişinin yaşamında kendisi olarak var olabilmesi sadece kendine bağlı değil; kimlerle ilişki içinde olduğuna, ekibine de bağlı.

Gelelim bana, şükürler olsun ki buradayım ve bugün bilgimi, deneyimimi paylaşım amaçlı yazabiliyorum, konuşabiliyorum. Bu benim için önemli... Bazen nefis muhasebesine girip kendime soruyorum. Ben şu anda çocuklarımdan ayrıyım, torunlarımdan da. Onlar Amerika'da yaşıyorlar. "Değer mi?" diye kendime sorduğumda, "Evet, değer!" diyorum. Çünkü şu anki bakışıma göre Amerika'da üç torunum varsa Türkiye'de üç yüz bin torunum var.

Peki eğitim haricinde, yurtdışına bir yaşam kurmak için gitmeyi düşünenler üzerine konuşalım. Sohbet etseydiniz onlara ne derdiniz?

Bugün geldiğim noktada, yani insanın yaşamında üzerinde ısrarla durulması gereken, kaybetmemeye özen göstereceği neler olmalı dediğimde şunları görüyorum. Az önce de bahsettik: Kişinin yaşamında anlam ve coşku var mı ve kendini güçlü hissediyor mu?

İnsan doğası içerisinde yaşamın anlamlı olmasının belirli koşulları var, tesadüfen olmuyor. Bu koşulların neler olduğunun bilincine varmamız lazım. İnsan o coşkuyu yakalayamazsa suni şeylerle o boşluğu doldurmaya çalışıyor. Peki ya yaşamda güçlü olmak? Ne zaman insan kendisini güçlü hisseder? Bunun için önce kendini keşfedeceksin. Sosyal kimliğin içerisinde yaşamın anlamını bulamazsın. Yaşama anlam veren şey senin sosyal

kimliğin değil, özün. Yunus Emre'nin "Bir ben vardır benden içeri" dediği bu olay... İşte orada anlamını bulacaksın.

Sahip olduğun şeyler ne olursa olsun; Erich Fromm'un *Sahip Olmak ya da Olmak* kitabında söylediği gibi, hayat sadece "olan" insanda anlamını bulur. Coşku bir şekilde beyin salgılarına bağlı... Sen kendine hayatta erişecek bir hedef koyduğunda eğer bu hedef "biz" bilincinin bir parçası ise, gönlünle ve temel değerlerinle uyum içindeyse, o yönde ufacık da olsa bir ilerleme gösterdiğin zaman beyin dopamin salgılıyor. Mutlu oluyorsun. Onun için de bir ekibin parçası olmak lazım. Kendini güçlü hissetmek de kesinlikle temel değerleri paylaştığın ekibin içerisinde mümkün... Çünkü sürdürülebilir bir güç ancak ve ancak "biz"in içinde olabilir. Tek başına sürdürülebilir değildir.

Biri yurtdışına gidip orada yaşamaya karar verirken bunların farkında olmalı diye düşünüyorum. Sadece belirli bir çerçeve içerisinde düşünüp karar vermemeli. Yeniden tüm varoluşunu düşüneceksin; maddi olanaklar elbet önemli, peki gönül yerini bulmuş olacak mı, ilişkiler doyurucu olacak mı, manevi yalnızlığa düşmeyecek misin? Yani refah seviyesi, bedenin sağlığı, kaldırımların kullanışlı olması, çocuk parklarının güzel olması gibi sadece belli konulara önem vererek yurtdışına gitmeye karar veriliyorsa, bence uzun vadede ciddi belirsizliklere ve maceraya atılmaktır bu.

Orada yaşamaya devam etmek de ayrı bir sorun... Gittiğin toplum içerisinde başarılı olabilmek için onlara tamamen uyum sağlayacak ve anlam verme sistemlerini kabul edecek bir değişikliğe uğraman lazım ki, o da kendi özünden tümüyle vazgeçmeden pek mümkün değilmiş gibi görünüyor. Benim hayatımı anlatan, Canan Dila'nın yazdığı *Damdan Düşen Psikolog*[40] kitabında bunun birçok örneği var.

40 Doğan Cüceloğlu-Canan Dila (Söyleşi), *Damdan Düşen Psikolog*, Remzi Kitabevi.

Yüzde yüz asimile olman gerekiyor.

Evet, kendinden tamamıyla kopmuş bambaşka bir insan olmalısın. Yani kendi özünden kopmuş, bir anlamda kendini öldürmüş oluyorsun. Sezen Aksu'nun *Farkındayım* adlı şarkısında şöyle dizeler var:

"*Ne gemiler yaktım*
O kadar yandı ki canım
Sonunda karşıdan baktım
Ne göreyim
Kendime yıldızlardan daha uzaktım"

Hissi biraz şuna benzer; içindeki yalnızlık duygusu senin en yakın dostun olacak ve sen villalar, parklar, güzel kaldırımlar, palmiyelerin arasında tek başına yürüyeceksin. Biraz buruk, özünden uzak bir hayatın olacak. Gittiğin yerde kendi ruhunu ve can ekibini bulamazsan, durum bu.

DOĞAN CÜCELOĞLU:
"Çocuk Eğitimi İçin Ele Alınacak Dört Kıstas"

1 Çocuğun kendini tanımasına olanak verilmesi

2 Çocuğun arkadaşlarını tanımasına ve onlarla sağlıklı ilişki kurmasına olanak sağlanması

3 Çocuğun yaşamla ilişki kurmasına ve yaşam sorunlarının farkına varıp bu sorunların çözüm sürecine beraber katılmasına izin verilmesi

4 Çocuğun yaşamın bir ekip işi olduğunu anlayıp sorumluluklarının farkına varması ve aldığı sorumlulukların yerine getirilmesinin önemini kavraması için çabalanması

DOĞAN CÜCELOĞLU ÖNERİYOR:
Hayata Atılmadan Önce Yapmamız Gereken Yedi Şey

1 Üniversiteden mezun olmadan önce ilgilendiğiniz meslek alanlarında çalışarak gözlem yapmak ve deneyim kazanmak

2 Görmek istediğiniz, özellikle de ailenizin kültürünü etkilemiş iki üç ülkeyi gezip tanımak

3 Mesleğinizde ve bireysel gelişiminizde önemli gördüğünüz bir dilde okur-yazar-konuşur hâle gelmek

4 Diğer ülkelerden gelen öğrencilerle ve mümkünse aileleriyle tanışmak

5 Sizin için zor olan ve yapmaya cesaret edemediğiniz ama içinizde hep yapmak istediğiniz bir faaliyet seçmek ve düzenli olarak en az altı ay o alanda kendinizi geliştirmeye çalışmak

6 Girişimci ve sorumluluk sahibi diğer gençlerle birlikte içinize sinen bir derneğe üye olup o derneğin değişik etkinliklerinde sorumluluk almak

7 Tek bir seçenek üzerinden değil; kariyere karar vermeden önce, çoklu seçenekleri karşılaştırarak kariyerleri deneyimleyip karar vermek

ON BİRİNCİ BÖLÜM

NASIL BİZ OLURUZ?

"YAŞAM BİR DANS MIDIR, YOKSA GÜREŞ Mİ?"

İnsanlık tarihinin gelişimi bireyin içerisindeki, mevcutla yetinmeyen, sınırları zorlayan, merakla araştıran itici güçtedir. Şüphesiz bu sürecin işlemesine fırsat veren toplumlar güçlenecek, daha güçlü bir ekip hâline gelecek ve buna fırsat vermeyenlere karşı baskın olacaktır.

Bu bölümde yine çok önemli kavramları tartışmaya açacağız. Toplumdan, toplumun içindeki bireyden, o bireyi ve toplumu mümkün kılan değerlerden bahsedeceğiz. "Ben"i, "biz"i ve sizin çok değer verdiğiniz "ekip" kavramını konuşacağız. Çok temel bir soruyla başlamak isterim hocam. Bir toplumu belirleyen unsurlar nelerdir?

Yaşadıklarım ve öğrendiklerimle şekillenen bugünkü Doğan olarak bir şeyi açık seçik söyleyebilirim. Bu konuda o kadar berrak ki kafam... Yaşamının sonlarına merdiven dayamış bir insanı, geçmişinde yaşattığı değerlerle özetleyebilirsin. Bu çok açık... Bir toplumu da yine yaşattığı değerlerle analiz edip anlayabilirsin. Tabii bir insanı seksen senelik bir yaşamla özetlersin de, bir toplumunkini değerlendirebilmek için yüzyıllara ihtiyaç var. Tarihi, toplumun yaşattığı değerler açısından

Hakikat arayışı olmayan bir insanın gerçek bir filozofa ya da bilim insanına dönüşmesi mümkün değildir.

incelemenin önemli ve manidar olduğuna inanıyorum.

Sohbetimizin önceki bölümlerinde kısaca değindiğim; artık burada boylu boyunca konuşabileceğimiz bir şey var. Bugünkü Doğan olarak inanıyorum ki bir toplumun geleceği şu iki ortamda yaşayan değerlerle şekilleniyor:

İlki; çocuğun, içinde gelişip yetiştiği ailede yaşayan değerler. İkincisi; çocuğun eğitim ortamı, okul ve sınıfında yaşayan değerler.

Evde anne babanın, okulda öğretmenlerin konuştuğu değil, yaşattığı değerler.

Eğer bir toplumun sözünü ettiğim bu iki ortamda yaşattığı değerler evrensel hakikatlere uyumlu, doğru değerlerse o toplum sağlığını korur, barış içinde gelişir. Ama diyeceksin ki, "Sadece değerlerden söz ediyorsunuz; bilim, teknoloji, ticaret önemli değil mi?" Önemli, hem de çok önemli... Yeniden söyleyeyim; eğer toplumun ailede ve eğitimde yaşattığı değerler evrensel hakikatlere uyumlu, doğru değerlerse bilim, teknoloji, iktisadi refah, barış gelip o toplumun kapısını çalar. Yeter ki senin değerlerin evrensel hakikatlerin temsilcisi olsun.

Ama gerçeğe saygı, hakkaniyet, hâlden anlama, işbirliği ve güvenilir insan olmak birer değer olarak toplumda yoksa, yüzlerce üniversite, binlerce akademisyen olsa bile o toplumda az sayıda bilim insanı yetişir. Akademik hayat mevki ve makam peşinde koşan insanlarla dolar taşar. Bu nedenle hakikat arayışı olmayan bir insanın gerçek bir filozofa ya da gerçek bir bilim insanına dönüşmesini mümkün göremiyorum.

Robert Edgerton'ın[41] Türkçeye *Hasta Toplumlar* diye tercüme edilen bir kitabı var. Yazar burada bazı toplumların

41 Robert B. Edgerton (1932-2016); Amerikan antropolog. *Hasta Toplumlar* isimli çalışması özellikle antropoloji çerçevesinde büyük yankı uyandırdı.

neden tarihten silindiğini araştırıyor. Üç yüz kadar yok olmuş, izi kalmamış toplumun yanı sıra yok olmamış, varlığını sürdüren toplumlar belirliyor. Temel sorusu şu: Bu toplumlar niye yok oldu, diğer toplumlar neden varlığını sürdürüyor? Neticeyi toplumun yaşattığı değerlere bağlıyor. Toplumun yaşattığı değerler gelenek görenekler şeklinde kendini nasıl ifade ediyor? Edgerton soruyor; "Bir geleneğin-göreneğin yaşayıp devam edebilmesi için ne gerekli?" Cevap basit: Gelenek görenek olması, topluma yerleşmiş olması yeterli; başka bir şeye gerek yok. Kaybolan toplumların da, kaybolmayanların da yaşatılmış ya da yaşatılmamış bir geleneği var.

Şimdi, bir toplumun toplum olarak hayatına devam edebilmesi için kendilerini ait hissettikleri bir benzerliğin, müştereklikliğin, paylaşılan bir inancın ya da değerin olması gerekiyor. İkinci olarak aralarında güven duygusunun olması elzem. Üçüncü olarak birbirlerinin ihtiyaçlarını giderebildikleri bir dayanışma ilişkisi orada yaşamalı. Paylaşılan ilke ve kuralların ve bu ilkeyle kuralları uygulayacak bir sosyal yapının var olması gerekli. O toplumun üyelerinin çoğunluğu tarafından paylaşılan bir büyük resim, bir vizyon olmalı. Birbirlerinin farklılıklarını tamamlayacak, işlevsel işbirliği ve üretim yapacak bir ilişki olmalı. Kaçınılmaz olarak var olan ve her zaman olacak farklılıklar ve ondan kaynaklı çatışmaları konuşup çözebileceğiniz bir yapıya, bir otoriteye ihtiyaç var. Ancak bu gerekler yerine geldiği zaman bir topluluk hayatta kalma ve nesli devam ettirme işlevlerini yerine getirebiliyor.

> Ben küçükken ishal olan çocuklara su içirmezlerdi. Bu yanlış bilgi binlerce çocuğun hayatına mal oldu. Bir toplumun anlayışı ve değerleri, içinde yaşadığı tabiatın ve insanın doğasına ters düşüyorsa yaşamak zorlaşır, tehlikeye düşer.

Şimdi geliyoruz işin püf noktasına. Bir toplumun anlayışı ve değerleri insan doğasına, içinde yaşadığı tabiatın doğasına ters düşüyorsa yaşamak zorlaşır, tehlikeye düşer. Örneğin ben küçük bir çocukken Silifke'de çocuklar ishal olduğunda ona su içirmezlerdi, su içirilmezse ishalin duracağı anlayışı hâkimdi. Bu yanlış bilgi binlerce çocuğun hayatına mal oldu. Bugün biliyoruz ki, ishal olan çocuğa bol bol su içirilmesi gerekiyor. Aynı şekilde bir toplum öfkeyi ve yalanı sevgi ve dürüstlükten daha üstün tutuyorsa, o toplumun zayıf düşüp yok olması bir zaman meselesidir.

Bir örnek daha vermek isterim. Diyelim iki toplum var: Bu toplumlardan biri kişinin doğuştan getirdiği insan potansiyelinin gelişmesini önemsiyor ve çocuğun kendi ayakları üzerinde durabilen, üretken, "biz"in güvenilir bir üyesi olmasına değer veriyor. Diğer toplum insanın gelişmesine değil; insanın diğerlerinden farksız, sürüden biri olarak yetişmesine önem veriyor. Birinci toplumda bireysellik ve ait olma dengeli bir gelişim gösterirken, diğerinde ait olma baskın oluyor. Zaman içinde eğitimde, teknolojide, ticarette ilk toplum yeni gelişmelere imza atarken ikinci toplumun başarısı taklit edebilmek olacaktır. Birey olarak düşünmek, değerlendirmek, seçim yapmak ve eyleme geçmek birinci toplumda istenilen bir şey olurken, ikinci toplumda aykırılık olarak görülecek, hiç istenilmeyecektir.

Ben bazı konuşmalarıma başlamadan önce şöyle bir egzersiz yaptırırım:

"Size zihinden aritmetik bir işlem yaptıracağım, bakalım cevabı ne kadar çabuk bulacaksınız. Kalem kâğıt yok, birbirinizle konuşmak yok, birbirinize bakmak yok. Hazır mısınız? Şimdi içinizden 1'le 9 arasında bir sayı tutun. Bunu 9'la çarpın. Çıkan sayının hanelerini toplayın. Toplam sayının ilk harfi ile başlayan bir ülke bulun. Bu ülkenin sondan üçüncü harfiyle başlayan bir şehir bulun. Şimdi şehrin sondan üçüncü harfiyle başlayan bir hayvan söyleyin. Bitirdiniz mi? Cevabınız 'Danimarka, Rize, İnek' değil mi?"

Hemen şaşkınlık nidaları yükselir. Kaç kişinin bu cevapları bulduğunu sorduğumda ise genellikle yüzde doksanı elini kaldırır. Ben de gülerek, "Evet," derim, "sizlerin kültür robotu olan yönünüzü yakaladım."

Daha önce de bahsi geçmişti. Ne demek hocam "kültür robotu"?

Bu, aslında egzersizi yaptırdığım insanları söz konusu cevaplara götüren süreç... Neden böyle oluyor biliyor musunuz? Her şeyden önce matematiksel olarak 1'le 9 arasında bir rakam tutup onu 9'la çarpınca, çıkan sayının hanelerini topladığınız zaman 9'u bulmak kaçınılmazdır. Matematiksel bir kuraldır bu. Ben aslında örtük olarak, onlar farkında olmadan "D" ile başlayan bir ülke, "R" ile başlayan bir şehir, "İ" ile başlayan bir hayvan düşünmelerini istiyorum. Ama bu ülkede günlük yaşamın algısal dinamiklerinin sonucu normal birinin aklına otomatik olarak "Danimarka, Rize ve inek" kelimeleri geliyor. İşte bu, bizim kültürün algılama dinamiklerine farkında olmadan uyum oluyor ve bu tür otomatik algı ve davranış zincirine ben "kültür robotluğu" diyorum. O zaman herkesin seçtiği mesleği seçiyorum, herkesin gittiği yerlere seyahat ediyorum, herkes gibi giyiniyorum.

Sakıncası var mı?

Her toplumun, paylaşılan her kültürün bünyesinde robotluk kaçınılmaz olarak vardır. Toplum demek birlikte yaşamak demektir. Nasıl birlikte yaşayacağız? Bunun için evvela paylaşılan bir kültüre ihtiyacımız var. Son zamanlarda Kanadalı psikolog Jordan B. Peterson'ın *Maps of Meaning* adlı kitabını okuyorum, o kitabın girişinde bir paragrafı sana okumak istiyorum [Cüceloğlu kütüphanesinden kitabı alıyor, sayfayı bulup okumaya başlıyor]:

"Göremediğimiz bir şey bizi anlamadığımız bir şeyden korur. Göremediğimiz şey, içsel tezahürüyle kültürdür.

Anlamadığımız şey kültüre yol açan kaostur. Kültürün yapısı bozulursa, farkında olmadan kaos geri döner. Kendimizi kaosa dönüşe karşı savunmak için her şeyi ama her şeyi yaparız."[42]

İnsan her konuda bir başına düşünüp karar vermeye çalışırsa şaşırır. Onun için birtakım ön kabullere yaslanmak zorundadır. İşte bu ön kabuller bir toplumun gelenek göre-nekleri, örf ve âdetleri dediğimiz şeyleri oluşturur. Fakat bu bir denge içinde olmazsa, örf ve âdetler içinde bireyin bireyselliğini kaybetme tehlikesi vardır: Bazı kişiler eş seçerken, iş seçerken, günlük hayatında karar verirken kültür robotluğundan gelen kalıplarla mı, yoksa kendi değerleriyle mi hareket ettiğinin farkında bile olmazlar.

İnsanın doğuştan bir kişilik geliştirme, gözlemleyen bilinç geliştirme potansiyeli vardır. Aile ve okul onun birey olarak gelişmesine fırsat verirse kişi kendi seçimlerini, hayatını yönetebilecek hâle gelebilir. Yani kişi yeri geldikçe hem kültür robotu olmayı hem de bir birey olarak farklı karar vermeyi seçebilir. Bazı toplumlarda birey olarak karar verme daha kolaydır, bazı toplumlarda ise gelenek göreneğin tersine karar vermek senin hayatına mal olur.

Amerika'da gözlediğim bir konu da şu oldu; Amerikalı gençler bağımsız birey olmayı âdeta narsistik bir duruma getirerek bunu Amerikalı olmanın gereği olarak görüyorlar. Bağımsız bir birey olduklarını sanıyorlar, ne var ki tam bir Amerikan kültür robotu olarak davrandıklarının farkında değiller. Kendilerine farklı olmalarını emreden bir çobanın sürüsünden biri olarak sırf o sürüde kalabilmek için farklı olma peşinde koşuyorlar.

Şu bir gerçek: Kişi kültür robotu gibi davranmamayı seçtiği ölçüde toplumsal değişimin önünü açar. Toplumlarda karakter sahibi, kendi öz değerleriyle yaşayan kişilerin sayısı arttıkça toplumsal değişimin ivmesi de artar. Asıl önemli olan

42 Bkz. Jordan B. Peterson, *Maps of Meaning: The Architecture of Belief,* Publisher, Routledge.

topluma başkaldırıp değişimi başlatmaktan ziyade; toplumun bir üyesi olmaya devam edip, toplumun değerlerinin, hassasiyetlerinin, düşünme tarzının farkında olup toplumsal değişime ön ayak olabilme meselesidir.

Peki hocam toplumlar neden değişir? Değerler, düşünce ve sosyal yapı bu değişimin neresindedir?

Daha önce değindiğimiz üzere çocuk bir potansiyel olarak doğar ve bir gelişim, keşif yolculuğuna başlar. Gelişmesi engellenmediği sürece de doğası gereği ömür boyu bu keşif süreci içinde kalır. Peki neyi keşfetmeye çalışır? İçindeki ve dışındaki evrenin algoritmalarını. İçine doğduğu kaosu, büyük belirsizliği belirgin hâle getirmeye çalışır. Neden? Çünkü insan olarak varoluşu bu potansiyele sahip... Böylece bedenini anlamaya çalışır.

Tıp tarihini okuduğun zaman nereden nereye geldiğimizi görürsün. Yeter mi? Hayır, besbelli ki yetmiyor. Covid-19 gibi bir hastalık geliyor ve mevcut bilginle kurduğun tüm sistemi temelden sarsıyor. Şimdi insan biyolojik alanda yeni bir algoritmayla, bilinmezliği denetim altına alabilecek bir duruma getirmeye çalışıyor. Duyguları, aklı, ilişkileri üstüne farklı algoritmalar geliştiren insan psikoloji ve felsefedeki yeni düşüncelerle karşılaştığımız bilinmezi bilinir, anlaşılabilir hâle getirmeye çabalıyor. Aynı durumu aşkınlık alanında da görüyoruz; yeni yeni ideolojiler, mistik akımlar, dinler ya da eski dinler içinde yeni yorumlar, tarikatlar oluşuyor.

> Kültür robotu olmayan, karakter sahibi, kendi özdeğerleriyle hayatına yön veren bireylerin sayısı arttıkça toplumsal gelişimin ivmesi artar.

İnsan gelişiminin engellenmediği toplumlarda bu olmaya devam edecektir. Ama mevcut kültür ve bu kültür içinde oluşan kurumlar katılaşıp kendi yapılarını korur hâle dönüştüğü zaman, yenilik taraftarları istenmeyen insanlar hâline gelirler.

Bunu tıp alanında olduğu gibi felsefe, sosyoloji, siyaset alanında da görürsün. Her toplumun tarihinde bu olmuştur ve insanlar doğduğu sürece devam edecektir. Toplumlar arasındaki farklar derece farkıdır; yani "ne" değil, "ne kadar" sorusunda farklar vardır.

Şimdi bireyin gözünden bakalım. Her insanın içinde itici bir güç vardır; mevcut olanla, konfor alanıyla yetinmeyen bir güç. Bir seçim yapacaksın, konfor alanından dışarı çıktığın zaman belirsizliğe doğru ilerleyeceksin ve bu da tehlikeli... Cesaret istiyor. Ama için biliyor ki heyecan da orada. İşte bu heyecan önemli, aksi hâlde bir ölüden farksızsın.

Bir önceki bölümde yurtdışına gidip orada yaşamak isteyen gençlerle ilgili konuşurken buna kısaca temas etmiştim. Hayatında heyecan aramak bir genç için önemli... Onun için biraz boynunu uzatıp büyüklerin yaptıklarına şöyle bir bakarsın. Yeni kararlar verirsin; alışık olunmayan, bilindik-duyulduk olmayan türden. İşte bu aşama kişi için, aile için, kurum için, toplumun geleceği için yaşamsal bir öneme sahiptir. Ailende, eğitim ortamında bu yolculuğun farkına varan bir ilişki ağı içerisinde, "Anlıyoruz, bir yolculuğa çıkıyorsun ama yalnız değilsin, ekipte biz de varız," mesajını alabilirsen bambaşka bir coşku duyarsın. O zaman daha bir güven içerisinde ve korkmadan sınırlarını denersin.

Konfor alanı içinde kalınca hayat rahat; dışarı çıktığın zaman belirsizlik başlayacak ve bu tehlikeli... Cesaret ister. Ama için biliyor ki heyecan da orada. İşte bu heyecan önemli, aksi hâlde bir ölüden farksızsın.

Bu arada çevreni de rahatsız edecek şeylerin farkına varman kaçınılmazdır. Bu durum onların sınırlarını zorlamaya da başlayabilir. Şimdi çevrendekiler, birinci derecede etki alanında bulunanlar birer anne baba olarak, öğretmen olarak, komşu olarak, vatandaş olarak sınırlarının zorlanmasına ne kadar

hazır? Soru budur. Bunu sadece bireyler için değil, toplum için de sorabilirsin.

Hazır değillerse?

Toplum tıkanır. İnsanlığın gelişimi bireyin içerisindeki bu itici güçtedir. Danimarka veya İsveç gibi Kuzey Avrupa ülkeleri ile Libya ya da Irak gibi Ortadoğu ülkelerini mukayese et. İnsanın birey olarak gelişmesine saygılı olan kültürlere sahip toplumlarda gelişim görürsün, devrim görmezsin. Her aile içinde, her kurum içinde genel olarak toplumda gerginlikler oluşur, tartışılır ve yeni kararlar alınır ama askerî darbeler ya da devrimler olmaz. Neden? Gelişerek değişen bireyler aileleri, kurumları, yönetimleri ve sonuçta toplumu değişime götürür.

Magna Carta ile 1215'te İngiltere Kralı'nın gücü sınırlandı. Devletin temeline anayasa anlayışı konmaya başladı; yazılı olmayan ama toplumca bilinen değerleri canlı tutan bir anlayış. Şüphesiz bireyin gelişerek değişmesine fırsat veren bu tür toplumlar güçlenecek, daha güçlü bir ekip hâline gelecek ve buna fırsat vermeyen toplumlara bilimsel kuruluşlarıyla, teknolojik altyapılarıyla, ticari kuruluşlarıyla baskın olacaktır. Az önce bahsi geçen, "Bazı toplumlar neden yok olur?" sorusunun yanıtı da burada. Bu toplumların gelenek görenekleri değişim sürecinin önünü tıkadıkları için yok olurlar. Sınırları zorlamadıkları, sınırlarını zorlayan bireylere izin vermedikleri için yok olurlar.

Covid-19'un artık açık seçik gösterdiği gibi, yaşamın doğası gereği bugünkü dünya açık bir sistem hâline gelmiştir. Bazı sistemler çevreleriyle etkileşime kapalıdır. Düdüklü tencere kapalı bir sisteme örnektir. Nehirlerle beslenen bir deniz açık sisteme örnektir. Senin toplumun düdüklü tencere mi, çevresinden beslenen bir deniz mi? Sorulması gereken önemli sorular şunlardır: Toplum bireyin gelişmesine fırsat veren aile ve eğitim ortamlarını önemsiyor mu? Gelişmiş bireylerin

Korku kültürü bireyin gelişmesine fırsat vermez. Hayatı belirli bir noktada dondurup, "Çözüm budur!" der ve herkese dayatır. Gelişime fırsat veren toplumlar ise eğitim kurumlarıyla, teknolojileri ve ticari kuruluşlarıyla güçlenerek baskın hâle gelirler.

yaşamlarını kendileri olarak yaşamalarını öngören iş kurumları ve sosyal kurumlar oluşmasını önemsiyor mu? Çünkü aile ve eğitim bireyi geliştirir ama iş kurumları ve sosyal kurumlar eski tas eski hamam kapalı sistem devam ederse, yetiştirdiğin yüksek yetenekli insanlar dış ülkelerde iş bulur, oralara yerleşir. Hatırlarsan "Yetişmiş insanlarımız neden yurtdışına gitmek istiyorlar?" sorusu üzerine konuşmuştuk, işte burada en önemli nedenlerden birini daha dile getiriyorum.

Denetim odaklı kalıplayan kültürün en büyük sıkıntısı burada başlar. Hayatı belirli bir noktada dondurup, "Çözüm budur," der ve herkese bu çözümü dayatarak devam etmeye çalışır. Farklı düşünüp konuşanları duymaz dinlemez, itibarsızlaştırır ya da hapse atar. Toplum için iyi bir gelecek çıkmaz oradan. Mesele, değişimi doğal akışına bırakma cesaretini gösterebilmektir. Bu değişim, kaynağını evrensel hakikatlere uygun değerlerden alıyorsa; işte o zaman başka ve daha sağlıklı bir gelecek inşa edilir.

Değişim insana, özünden getirdiği potansiyeli, kendisini tam anlamıyla ifade edebileceği şekilde kullanabileceği gücü ve imkânı sunar. Bu tür toplumlarda gelişim de, keşifler de beraberinde gelir. Biri tıpta ya da matematikte bir keşif yapar, öbürü fizikte, bir diğeri psikolojide, öbürü edebiyatta… Karmakarışık süreçlerden geçse de, çeşitli zorluklarla mücadele etse de, o toplum yüzyıl sonra güçlü ve çok yönlü bir toplum olarak gelişip ayağa kalkar.

Sadece değişim değil, bir de uyum meselesi var. Onu da ihmal etmeye gelmez. Ne demek uyum? Değişimin bireye,

aileye, kurumlara, topluma gelişim ve barış getirebilmesi için hakkaniyet, liyakat, dürüstlük, hâlden anlama, işbirliği, sevgi, saygı gibi evrensel değerlerle uyum içinde olması gerekir. Değişim evrensel değerlerle uyum içindeyse sorun çözer, değilse yeni sorunlar yaratır.

Uygarlık bir bilgi meselesi değil, Yılmaz Özakpınar'ın[43] ısrarla altını çizdiği gibi bir değerler manzumesidir. Burada benim için kritik soru şudur: Toplumumuzun uygarlığını üzerine inşa ettiği evrensel değerler nelerdir ve bu değerler ne kadar yaşatılıyor? Ailemizi, eğitimimizi, kurumlarımızı, devletimizi hangi değerler temelinde kuruyoruz? Bunları ne kadar yaşatıyoruz? İşte üzerinde dürüstçe ve açıklıkla konuşmamız gereken konu budur. Bunu konuşabildiğimiz ölçüde insanlık ailesinin bir parçası olarak gelişip güçleneceğiz ya da bundan uzaklaşacağız.

Hem gelişip değişecek hem de uyumlu olacak. İnsanlığın kendi hikâyesi de temel olarak bu sanırım.

Şimdi, istatistiksel olarak yüzde 99'u Müslüman olan bir ülkede kul hakkını kutsal bilen bir toplum muyuz? Bunu ele alalım. Çocuk kul mudur? Kadın kul mudur? Çalışan işçi kul mudur? Müslüman olmayan kul mudur? Vatandaş olmayan kul mudur? Aynı mezhepten olmayan kul mudur? Kul kimdir? Basit bir soru.

Bu soruya verdiğin cevaba göre ya kucak açan evrensel bir uygarlık ya da ayrıştıran, ötekileştiren ve çatışmalara yol açan bir uygarlık geliştirirsin. Evrensel değerlerle uyum içindeki değerleri çocuk yetiştirme yöntemlerine iyi aktarabilir, eğitim sistemine yansıtabilirsen toplum olarak öne çıkarsın, uygarlığın bayrak taşıyıcısı olursun. Bir insanın olabileceği en iyi insan olmasına olanak sağlayan değerlerle donatılmış aileleri,

43 Yılmaz Özakpınar'ın görüşleri için bkz. *Bir Medeniyet Teorisi, Kültür ve Medeniyete Yeni Bir Bakış*, Ötüken Neşriyat.

eğitim kurumlarını, sosyal ve siyasi kurumları barındıran bir toplum olursan uzun vadede insanlığa yön verirsin.

Bu da sanırım evvela iyi ekipler kurarak mümkün olacak. Sohbetin yönünü biraz o tarafa, toplum içindeki insana kırmak istiyorum; ekipler kuran, "ben"in farkında olan ama "biz"i de oluşturan insana.

Gel bu ekip işine önce biraz geniş bir perspektiften yaklaşalım. Hazır insanlık tarihinde dolaşırken biraz daha orada kalalım. Hangi ihtiyaçların bizi nereye getirdiğine bakalım. O zaman daha iyi anlayacağız. Hem oradan yine toplum açısından son derece önemli kavramlar olan "biz" ve "ben"e geçmemiz daha kolay olacak.

Şöyle ki; insanlığın tarihine evrimsel biyoloji ve evrimsel psikoloji yönünden baktığında genel itibariyle ortada bir kıtlık felsefesi olduğu görülür. Şu kadar yiyecek var, şu kadar kaynak var, bunu birileri tüketecek. Kim tüketecek? Güçlü olan. İnsan o zaman sadece kendi gücünü düşünmekle kalmaz; "Bizim köy faydalansın, bizim aşiret faydalansın, bizim beylik faydalansın, bizim millet faydalansın, bizim imparatorluk faydalansın," düşüncesi ortaya çıkar. Her ne kadar bu "biz" meselesi aşama aşama değişkenlik gösterse de yine de hepsinin altında bir ötekine karşı onu dışlama duygusu vardır. "Biz" derken bile dışladığı grubun altını çizer aslında.

Bireyin olabileceği en iyi insan olmasına olanak sağlayan değerlerle donatılmış aileleri, eğitim kurumlarını, sosyal ve siyasi kurumları barındıran bir toplum olduğumuzda insanlığa yön verebileceğiz.

Tarih boyunca bu konuda iki önemli gelişme olduğunu söyleyebilirim. Birincisi; bolluk fikri. Şimdilerde gençler, "Hey bir dakika, ötekine karşı olma," diyor değil mi? Çünkü bir işbirliği

kavramı gelişmiş. "Savaşa gerek yok! İşbirliği yaparsak bu imkânlar sana da bana da yeter; öyle ki sadece bu nesle değil, gelecek nesillere de yeter," anlayışı yayılıyor. Birleşmiş Milletler'in kurulması bununla ilgili atılmış bir adımdır. Görüyoruz ki bir zamanların savaşanları şimdi beraber üretmeye başladılar. Evet, birincisi bolluk paradigmasıydı. Ben-sen değil, biz olursak herkese yetecek, hatta artacak kadar üretebiliriz.

İkincisi; güven duygusu. Bir kere insanın güven arayışı birey olarak, aile olarak, şirket olarak, toplum ve devlet olarak hiçbir zaman bitmez. Güven ihtiyacı her zaman vardı ve her zaman da olmaya devam edecektir. Peki bu güveni nasıl tesis edeceksin?

Bu soruya insanlar önceleri şöyle cevap vermişler: Gücün kadar güvendesin! Ne demek bu? Eğer Hasan'la ilişkimde güvende olmak istiyorsam, Hasan'dan güçlü olmam gerekir! Karı-koca ilişkisinde güvende olmak istiyorsam ilk günden eşimin gözünü korkutmam gerekir! Her bir kültürün temel bir cümlesi vardır. Denetlemeye önem veren korku kültürünün temel cümlesi "Diğerlerinden güçlü ol ya da güçlü olanın kanatları altına sığın"dır. Karşıdaki kişi senden korktuğu sürece ona güvenebilirsin; sakın zayıf düşme, güçsüz görünme. O yüz sürekli asık olacak, araya mesafe koyacaksın, korkutucu bakışların olacak.

Ne var ki gelişim odaklı değerler kültüründe, güven konusu bireyin kendi karakterini inşa ederken temel alıp içine sindirdiği ve ekipteki diğer kişilerce de paylaşılan değerlerde çözümünü bulmuştur. Bilirsin ki karşındaki kul hakkı, liyakat, işbirliği, dürüstlük gibi paylaştığınız temel değerleri ihlal etmez. Ona güvenebilirsin, çünkü o da seninle aynı değerler sistemine sahiptir.

Burada hassas bir ayrım var. Korku kültürünün de değerleri var ve bu değerler de ekipte paylaşılır; ne var ki korku kültürünün değerleri bireyin aidiyetinden; Silifkeliler, Zonguldaklılar, mühendisler, doktorlar, öğretmenler, bizim partiden, bizim tarikattan olanlar, kadınlar, erkeklerden kaynaklanır.

Kul hakkı bir değer olarak gerçekten ailede yaşıyorsa o aile bilir ki, çocuk doğar doğmaz haklarıyla doğar ve onun haklarına saygı duyulur.

Ben Silifkeli olduğum için, baba olduğum için, iş adamı olduğum için, şu veya bu siyasi partiden olduğum için, Türkiyeli olduğum için, yani bir grup aidiyetimle o değerleri taşırım. Saygı-sevgi kültüründe bir birey olarak insan olduğum için karakterimin temel yapısında dürüst olmak, hâlden anlamak, hak yememek gibi değerleri taşırım. Korku kültüründe kimi ötekileştirdiğine göre bir gruba ait olursun, sevgi kültüründe ise kapsam birey olarak insandır. O nedenle iki türlü güvende hissedebilirsin diyorum:

1. Diğerlerinin ötekileştirdiğini ötekileştirip güçlünün kanadı altına girerek;

2. Vicdanına hesap veren insanlardan oluşan bir ekibin sorumlu saygıdeğer bir üyesi olarak.

Çocuk içine doğduğu aile ortamında kendini nasıl güvende hissedecek? Çocuk sezgileriyle ekibin bir üyesi olmaya çalışır ve kimliğini ailede böyle inşa eder. Hangi aile ortamında ekibin saygın bir üyesi oluyor? Ait olduğu ve herkesin ötekileştirdiğini o da ötekileştirdiği için mi? Yoksa saygıdeğer bir insan olduğu için mi? "Kul hakkı" bir değer olarak gerçekten ailede yaşıyorsa o aile bilir ki, çocuk doğar doğmaz haklarıyla doğar ve onun haklarına saygı duyulur. Anne "anne" olmanın, baba "baba" olmanın vebalini bilir. İşte bu küçücük bebek o ailede kendini güvende hissederek büyür.

Doğası gereği yaşam bir ekip işidir. Hücreler ekip olup organı oluşturur; organlar ekip olup organizmayı, yani bireyi oluşturur; bireyler ekip olup aileyi, şirketi, milleti oluşturur. Hayvanlar, bitkiler, mikroplar, virüsler; hepsi büyük bir sistem içinde birbirini etkiler. Tüm ekosistem, hatta tüm kozmos bir sistem, bir ekiptir. Bu demek oluyor ki, birey bu yaşamı tek

başına götüremez, mutlaka bir ekibin parçası olarak yaşayacak. Birey büyüdükçe ekip de sürekli değişecek. Doğduğunda aile içinde anne baba, büyükanne, büyükbaba, kardeşler olarak bir ekipsin. Büyüyorsun, ekibe arkadaşların katılıyor. İş hayatında sürekli dinamik bir ekibin parçası olarak çalışıyorsun. Kaldırımda yürürken bile aslında bir ekibin parçasısın. Bir kentin içinde yaşayanlar olarak bir kalabalığın, grubun parçasısın. Ziyaretçi olarak gitmişsen turist olarak o ekibin parçasısın.

İnsan olarak diğer insanlarla ekip olmanın bilincinde olan kişi sokakta yürürken ya da asansörde karşılaştığı bir yabancıya dahi aynı önemi vererek kendi dilinde selamlaşır. İnsan olarak diğer insanlarla ekip olmanın bilincinde olmayan kişi sokakta ya da asansörde karşılaştığı insanlara gülümsemeyi ve selam vermeyi anlamsız bulur, dahası selam verenleri anlayamaz.

Şimdi elimizde temel bir soru var: Ekibin kimlerden oluşuyor? Kimi çıkıp, "Ekip benim ekibe aldıklarımdan oluşur," der. Ekip varmış gibi gözükür ancak korkuya, güce dayalı bir birliktelik kurulmuştur orada; sadece birinin borusu öter. Dahası bu gücü devam ettirmek için her türlü numarayı çekmeye de hazırdır, çünkü söz konusu gücü kaybettiği zaman kendisini güven içinde hissetmesini sağlayacak hiçbir garantisi yoktur. Mafya bu tip bir ekiptir. Bir insanın, sonra da bütün bir uygarlığın değerleri bu ekibin kimlerden oluştuğuna karar vermesiyle başlar.

* * *

Peki hocam, hiçbir değeri olmayan bir birey, hiçbir değeri olmayan bir toplum olabilir mi?

"Hiçbir değeri olmadan yaşayan yetişkin bir insan" düşünülemez, böyle bir insan yoktur. O nedenle böyle bir ayrım yapmak mümkün değildir. Değerlerin hangi türden olduğudur esas mesele.

Güreşmeye kalkma, dans et. Yaşam bir danstır; unutma, amacımız zaman içinde değişen müzikle dansın keyfini çıkarmaktır!

Hiçbir değeri olmayan biri ne bir şey ister ne bir şeye yaklaşır ne de bir şeyden kaçar; duyguları olmayan bir nesneye dönüşür. Algılarımıza anlam veren; "iyi", "kötü", "yararlı-zararlı", "isterim-istemem" dedirten şey farkında olduğumuz ya da olmadığımız değerlerimizdir. "Bu kişi değerleri olan biri" derken aslında onun karakter sahibi ve seçimlerini vicdanına hesap vererek bu değerlere göre yapan bir insan olduğu söylenmeye çalışılır.

Ayrıca doğal gelişimi içinde olgunlaşmış bir insan, girdiği her sosyal ortamın görünmeyen ilişkiler yapısını, yani değerlerini bilir. Söz gelimi bir camiye girdiğinde veya bir misafirlik ortamında nasıl bir değerler manzumesi içinde olduğunu bilip o ortamın niyeti ve değerleriyle ahenk içinde düşünür, hisseder ve hareket eder. Bu, birinci adım. İkinci adım ise o sosyal ortamı barındıran kültürün sosyal ortamları içeren üst düzey bir niyeti olduğunun farkındadır.

Kültürün kapsayıcı niyetinden söz ediyorsunuz sanki. Hocam bunu biraz açar mısınız?

İnsanın davranışını denetleme niyetinde olan bir kültür ile insanın gelişmesine, insan olarak bilincinin gelişmesine niyetlenmiş bir kültürün kapsayıcı niyetleri farklıdır. Bu iki kültürün farklı anlam dünyaları yarattığını ailede karı-koca, okulda öğretmen-öğrenci, şirkette yönetici-çalışan, takside şoför-yolcu ilişkisinde görebilirsin.

Denetim kültürünün temel cümlesi, "Yaşam bir güreştir; ben güçlüyüm ve seni yenerim, sakın unutma!" olarak ifade edilebilir. Gelişim kültürünün temel cümlesi ise, "Yaşam bir danstır; amacımız değişen müzikle ahenk içinde dansın keyfini çıkarmaktır, sakın unutma!" olarak ifade edilebilir. Biri

"ben" niyetiyle, öbürü "biz" niyetiyle, ekip anlayışı içinde yaşama bakar.

Ekibe dönersek... Her ekip, insanın kendini tanımasına, tanımlamasına, geliştirmesine yardımcı oluyor sanırım.

Evet, sürekli bir ekibin parçasıyız aslında; her sosyal ortamda görülmeyen, konuşulmayan bir ekibin üyesiyiz. Bilincinin gelişmişliği oranında kişi içinde yer aldığı ekibin farkındadır. Bir düğüne davet edilmişsin, davet edilenler ekibindensin. Sınıfta ders dinliyorsun, sınıftaki öğrenciler ekibindesin. Maça gittin, takımının taraftarı ekibindensin.

Değer verdiğim yakın bir dostum bir gün takside şoförle muhabbete dalınca onun dokuz yaşındaki kızının kitap okumayı çok sevdiğini, kendi günlük çay masrafından kısarak kızına haftalık kitap parası biriktirdiğini öğrenmiş. Kendisi okuyamamış ama şimdi beş yaşındaki oğluyla dokuz yaşındaki kızının okumasını çok istediğini söylemiş şoför. Bu aydın tavrı dostumun çok hoşuna gitmiş. Eğer kabul ederlerse "Nazif Dede" olarak bu ayki kitap masraflarını karşılamak istediğini söylemiş. Şoför biraz utanarak böyle bir niyetle anlatmadığını, muhabbet olsun diye konuştuğunu söylese de "dede" olarak kabul ederlerse onu onurlandıracaklarını söyleyip ikna etmiş.

Kim kime hediye verdi şimdi söyler misiniz? Artık her taksiye binişimde bu öyküyü hatırlıyorum ve o taksi şoförü ile geçici bir süre de olsa ekibin parçası olduğumun farkına varıyorum.

İnsanlık şimdi "insan hakları"nın yanı sıra hayvanları, bitkileri, doğayı içine alan daha kapsamlı bir hak/hakkaniyet arayışı içinde. Gençler sokaklara dökülüp, "Balinaların haklarını kim konuşacak? Dağlardaki ağaçların, ağaçlarda yaşayan kuşların, böceklerin haklarından kim bahsedecek? Derelerin

kuruması ve kurbağaların yok olmasından kim sorumlu olacak?" demeye başladı. Artık gençler için ekip büyümeye başladı ve o ekibin sorumlu bir üyesi olmaya çalışıyorlar.

Ekiple ilgili konuşurken önemli bir nokta daha var: Sen kendini tanımlarken ekibin dışında kalanlara, ötekilere göre mi tanımlıyorsun; yoksa ekibin üyelerine göre mi? Bu tavır ötekileştirme sürecinin başladığı yerdir, farkında olmak önemlidir. Hangi siyasi partiden olduğuna göre mi muamele görüyorsun, vatandaşlık kimliğine göre mi? "Biz" dediğin zaman kimden bahsediyorsun? İnsan bilincinin gelişmesine göre ekibinizin kapsamı gelişir, bilinciniz yeterince gelişmişse kendinizi tüm kozmosun anlamlı bir birimi görebilirsiniz.

İnsan ekibini kaybederse ne olur? Değerlerini de mi kaybeder?

Burada yine kendimden bahsedebilirim. Daha önce konuşmuştuk, değer verdiğim analığım anneleri Amerikalı olduğu için çocuklarıma "gâvur çocuğu" dedi. Bu bende şok etkisi yaptı. Birdenbire bu kültürü temsil eden herkesten uzaklaştığımı hissettim; babamı kaybettim, analığımı kaybettim, ailemi kaybettim, kültürümü kaybettim. O zaman öksüzleştim, yalnız kaldım, derin bir acı çektim ve hayatımın bir anlamı kalmadı. Ama şükür ki o acıyı çektim, dayanabildim, nefes aldım. Neticede çocuklarına insan olarak değer veren biri olmaya karar verip Amerika'ya gittim. Orada çocuklarıma babalık yaparken ne oldu biliyor musun: Kendimi, özümü yeniden inşa etmeye başladım. Kendi tanıklığımın gücünü keşfettim. Bir de şunu; "Hayatımın en önemli tanığı benim!"

Bir başka ifadeyle, ben de kendi içimde küçük bir ekibim; bir sosyal kimliğim var, akademisyen, psikolog, babamın oğlu, Türk vatandaşı gibi ama bir de özüm var: Her şeye anlam veren bir özüm ben, bir can. İşte o can sessiz ama güçlü bir tanık. Onu keşfettim. Ben kendi gözümde var mıydım? İnan o güne

kadar hiç ama hiç düşünmemişim bunu. Cüceli Sami'nin en küçük oğlu, Cahit Hoca'nın öğrencisi, Mümtaz Hoca'nın asistanı, Atatürk çocuğu... "Doğan Cüceloğlu, ben, peki ben kimim?" sorgulaması başladı. Bunu da, "Ben kendi gözümde olduğum gibi kabul ediliyor muyum?" sorusu takip etti.

Kendime sordum; "Değerli miyim?" Yoksun ki değerli olacaksın.

"Güvenilir miyim?" Kendimi başkasının gözüyle gördüğümden bilmiyordum ki güvenilir olup olmadığımı.

"Emek ve zaman vermeye değer miyim?" İşte burada bir durdum ve bundan sonrası benim için pek kolay olmadı. Bu süreçte daha önce de belirttiğim gibi yaptığım meditasyonların faydası oldu. Gevşeyip odaklanmamı sağladı. Ondan sonra ne zaman kendimi kendi gözümde yokmuşum gibi davranırken yakalasam derin bir nefes alıp cesaretle, "Bana, yani özüme doğru gelen şeyi seçip yapacağım," demeye başladım. Şunun farkına vardım; bana Türkiye'de herkesin beni ayakta alkışlayacağı bir mevki, makam ve statüyü verseler de yine de ABD'ye gider ve babalık yapardım. Gidip çocuklarıma babalık yapmalıyım, aksi hâlde hayatımın hiçbir anlamı kalmayacak. Çünkü kendi gözümde var olamayacağım ve kendi gözünde var olamamış bir insan olarak sahip olduğum hiçbir şeyin anlamı kalmayacak.

> Çocuklarıma babalık yaparken ne oldu biliyor musun? Kendimi, özümü yeniden inşa etmeye başladım. Kendi tanıklığımın gücünü keşfettim. Bir de şunu; "Hayatımın en önemli tanığı benim!"

En önemlisi de çocuklarımdan ayrı geçen bu dört yıl süresince öz değerlerimi keşfetmeye başladım. Enteresandır, doğru değeri keşfettiğin an insanın içi bunu biliyor. Çünkü şayet bu yolculuğu gerçekleştirmezse kendi içinde yaşayacağı cehennemi biliyor.

Şu anki Doğan Cüceloğlu olarak, yani bu değerleri keşfeden "ben" olarak tam anlamıyla değerlerime uygun davrandığımı söyleyemem elbette. Şüphesiz her insan gibi hâlen bitmeyen bir keşif içindeyim. Aslında bu keşif sürecinden, üzerinde düşündüğüm değerlerden de biraz söz etmek isterim.

Lütfen bahsedin hocam.

İlk değer "bireyin kutsallığı". Her bir kişinin yaşı, cinsiyeti, statüsünden bağımsız bir biçimde kutsal olduğunu kabul etmeden ailede sağlıklı bir ortam oluşturamazsın. Okulda her bir öğrencinin kutsallığını kabul etmeden sağlıklı bir okul kültürü oluşturamazsın. Şirketler ve toplumlar için de aynı şeyi söyleyebilirsin. Üstelik canın büyüğü küçüğü olmaz. Böyle baktığın zaman; kuş yavrusuna da baksan, kurbağa yavrusuna da aynı şeyi görürsün; kutsal bir varlıkla karşı karşıyayız. Her bir bebek doğduğunda onu büyük bir şükranla karşılayıp ekibin bir parçası olarak sorumluluğunun farkına varacak ve ona saygılı bir şekilde yaklaşacaksın. Onunla hakları çerçevesinde sevgiyle ve sorumluluk içinde ilişki kuracaksın. Kendisine derinden bir saygı duyacaksın, çünkü o bir can. Bu bakımdan "birey"in değeri çok önemli... Hiçbir uygarlık bireyin öneminin farkına varmadan saygıdeğer bir uygarlık olarak yaşamını sürdüremez.

Hakkaniyet ve empati de "biz" bilinci başlığı altında aklıma gelen temel değerlerden. Yani ekipteki diğer insanın, eşinin, çocuğunun, çalışanının, komşunun hakkını bilmek ve onun gözüyle görme, hâlden anlama hâli... İşbirliği yine "biz" bilinci kavramı içinde not almamız gereken ana değerlerden biri. "Güven" de öyle. Güven konusu öyle bir mesele ki, onunla ilgili başlı başına bir kitap oluşturabiliriz. Ekip olmanın en temel değerlerinden biridir; güven olmazsa "biz" olmaz, mümkün değil.

Nihayet "merak" da öyle bir temel değer. Çocuk merak etmek ve bu merakının peşinden gitmek üzere donanmış olarak doğar. Çocuk neyi merak eder? "Gerçeği", içine doğduğu

dünyayı merak eder. Yaşamın algoritmaları dediğim ana bilgelikleri keşfetmeye çalışır. Peki aile olarak, okul olarak o çocuğa keşfettiğini paylaşma, "ifade etme özgürlüğü" veriyor musun? Vermediğin takdirde merak bir değer olarak zaten kendisini gösteremez. Ailede, sınıfta merakını ciddiye alıp onurlandırıyor musun? Onurlandırmıyorsan bu çocuk için, aile için, toplum için, insanlık için büyük bir kayıptır.

Ailede, sınıfta çocuğun merakını ciddiye alıp onurlandırıyor musun? Eğer bir toplumda gerçeği merak edip saygı duymak yaşayan bir değer değilse, o toplumda kolay kolay bilim insanı yetişemez.

"Biz"in bir başka temel değeri de gerçeğe saygı; yaşamın gerçeğine, kendi gerçeğine, ekiptekilerin gerçeğine saygı. Onun için tekrarlayacağım; eğer bir uygarlıkta, bir toplumda, bir kültürde gerçeğe saygı yaşayan bir değer değilse, o toplumdan kolay kolay bilim insanı yetişemez.

Fulbright ziyaretçi programında Berkeley'de [University of California, Berkeley] olduğum dönemde bir gün yemekhanede hocalar, öğrenciler bir arada oturuyoruz. Bir ara öğrendim ki orada oturan hocalardan biri fizik alanında Nobel Ödülü almış. O bilim insanının kılığına kıyafetine, gülüşüne, duruşuna daha bir dikkatle baktım. Günlük kıyafetleriyle öğrencilerinin yanında oturuyordu. Sadece diğerlerine nazaran yaşça büyük bir öğrenci gibiydi. O kadar mütevazı ve o kadar kendinden emin... Sonra bakışlarımız buluştu. O an şunu fark edip tebessüm ettim; alanında başarılı olmuş ne kadar bilim insanı gördüysem gözlerinde gördüğüm, içindeki o meraklı çocuğun gözleriydi.

İşte benim ülkemdeki değerli anne babaların, öğretmenlerin, halkın atması gereken en önemli adımlardan biri çocuğun içindeki merak duygusunu beslemek olmalı.

Neticede, bu değerleri geliştirdikçe ve "birey"in kutsallığına gereken önemi verdikçe bu ülkede "biz" oluruz.

Bu bölümde toplum ve birey üzerine kavramsal düzeyde konuştuk. Ekibe baktık, "ben"e baktık, "biz"e baktık, "değerler"e baktık. Bir sonraki bölümde Türkiye'den, toplumumuzdan bahsedeceğiz. Ama oraya geçmeden, tam da yeri gelmişken sormak isterim hocam: Bizim toplumumuzdaki, bizdeki "biz"i şu an için nasıl görüyorsunuz?

Yaşadığım toplumda "biz" değerlerinin ve "biz" olma çabasının var olduğunu düşünmekle birlikte asıl önemli çelişkinin kendisini "Nasıl bir biz?" sorusunda gösterdiğine inanıyorum.

Türkiye'deki "biz"i değerler kapsamında ele aldığımda aklıma hemen şu sözler ya da ifadeler geliyor:

Komşu komşunun külüne muhtaçtır.
Bir elin nesi var, iki elin sesi var.
Tanrı misafiri.
Birinin derdiyle dertlenmek.
Özellikle mahalle ya da kırsal alanlardaki *imece* usulü.
Ekmeği bölüşüp yemek.
Başımın üstünde yerin var.

Bu sözlerin aslında hamurumuza işlenmiş, içimizde bir yerlerde hâlâ var olan ve inandığımız değerleri yansıttığını düşünüyorum. Evet, belki bugün, özellikle kentte, kapımıza tanrı misafiri olarak gelen birini "güven" sorunları nedeniyle eve almayız ama onu aç gönderirsek içimizde bir yer sızlar. Komşuluk ilişkilerinin bitip tükendiğinden bahsederiz ama yine de ihtiyaç duyduğumuzda bir komşumuzun kapısını çalmamız, safi bireye önem veren bir topluma kıyasla, daha olağandır. Aslında "Nerede eski zamanlar?" diye başlayan her cümlenin altında da bu değerlere olan inanç ve kaybolup gitmesinden kaynaklı endişe yatar. Tarihe baktığımızda da yine Kurtuluş Savaşı gibi bir savaşın kazanılmasının, acılar

içindeki bir toplumun küllerinden doğabilmesinin, askerî boyut ve stratejinin yanı sıra paylaşılan bu gibi değerlerden kaynaklandığına inanıyorum. Tüm bunlar, "biz"in içinde var olan ve ait olma duygusundan gelen, anlamlı ve varlıklarına şükrettiğim değerler...

Bu değerler günlük yaşamımızda yavaş yavaş etkisini kaybederken herhangi bir dış tehditle karşılaştığımızda bir anda ortaya çıkıveriyor. Mesela bir doğal afette ya da vatana yönelik bir tehditte. Herkesin cinsiyeti, dili, dini, ırkı, mezhebi bir anda unutuluyor; herkes bir ve birlik oluyor. Ancak bu durumun ömrü o dış tehdit bertaraf edildiği anda tükeniyor. Hepimiz yine alışageldiğimiz kutuplarımıza çekiliyor, bize benzemeyene düşman gözüyle bakmaya devam ediyoruz. Burada önemli olan sorunun şu olduğuna inanıyorum: Neden birlik olmak, biz olmak için her zaman bir "öteki"ye, bir dış tehdide ihtiyaç duyuyoruz? Bu tehdit oluştuğunda kolayca "biz" olabilirken; neden günlük yaşam akıp giderken her günümüzü birbirimiz için cehenneme çeviriyoruz?

Bireyin potansiyeline ve tekliğine gerçekten inanır; kendisini, duygularını ve değerlerini keşfetmesini teşvik eder; bireysel farklılıklarının "biz"e katkı sağlayacağını kavrarsak, bu farklılıklarla toplum olarak daha anlamlı bir "biz" olacağımıza inanıyorum.

Bunun cevabı üzerine düşündüğümde his olarak şöyle bir noktaya geliyorum: Biz bir olma gücümüzü toplum olarak "dış tanıklıktan" alıyoruz. Ayrıldığımız kutuplardan çıkıp birlik olabilmemiz için mutlaka bir "öteki"nin bulunması gerekiyor. Bu "öteki" vatana dair bir tehlikeyse, bir doğal afetse toplum olarak "biz" oluyoruz; günlük yaşamımızda ait olduğumuz grubu tehdit eden bir durumsa o grubun üyeleri olarak "biz" oluyoruz. Futbol karşılaşmalarını hatırlayın mesela. Ama her iki koşulda da "öteki"nin varlığına ihtiyaç duyuyoruz. Tabii bu sadece bizim toplumumuza özgü bir durum değil, insan doğasına özgü bir boyutu da var.

Yine de gerçekten "biz" olabilmenin yolunun hem toplumsal hem de bireysel olarak iç tanıklığımızı keşfetmemizden geçtiğine inanıyorum.

Bu "biz" yolculuğunda; kocaman bir ekibin üyesi olarak birbirimize ihtiyaç duyduğumuzun farkında olmak önemli... Bu ihtiyaç dâhilinde içimize işlenmiş ve süregelen değerlerimizi önemsemek, anlamak ve gün yüzüne çıkarmak, "kopyala-yapıştır" bir bireysellik ve "kopyala-yapıştır" değerlerden kaçınmak gerekiyor. Bireyin potansiyeline ve tekliğine gerçekten inanır; kendisini, duygularını ve değerlerini keşfetmesini teşvik eder; bireysel farklılıklarının "biz"e katkı sağlayacağını kavrarsak, bu farklılıklarla toplum olarak daha anlamlı bir "biz" olacağımıza inanıyorum.

Dahası toplumdaki bireyler olarak daha büyük bir "biz"in parçası olduğumuzu ve o "biz" içerisinde her birimizin ayrı bir değerinin olduğunu hatırlamamız için bir "öteki"nin varlığına ihtiyaç duymayacağımız bir noktaya gelebileceğimizi düşünüyorum.

Bu gerçekleşince bir yandan gücünü birbirimizin varlığından, birbirimizle olan ilişkimizden alan değerlerin kıymetini bilirken diğer taraftan kendi yolculuğumuz içerisinde sahip olduğumuz değer, farkındalık ve keşiflerimizle gerçek bir "biz"e katkı sağlayabileceğiz.

ON İKİNCİ BÖLÜM

TOPLUM NASIL DÖNÜŞÜR?

"'GÜNAH' DEDİKLERİMİZİN BİLİMSEL OLARAK İNCELENMESİ LAZIM"

Ekmek sembol olarak bizi biz yapan değerlerimizi temsil ediyor. Belki ona neden basmadığımızı, buna neden "günah" dediğimizi bilmeyiz ama yine de geri dururuz. Ne zaman bu toplumun gençleri fütursuzca ekmeğe basmaya başlar, işte o zaman ben yas tutarım.

Bir önceki bölümde, son olarak memleketimizdeki, kendi toplumuzdaki "biz"i konuşmuştuk. Bu bölümde "biz"den, Türkiye'den konuşmaya devam etmek istiyorum. Güçlü ve zayıf yönlerimizden... Kafamızın karıştığı noktalardan... Üstünlüklerimizden, hassasiyetlerimizden... Hangi yönlerimizi kuvvetli bulduğunuzu sorarak başlayayım.

Önce şunu söylemeliyim. Yirmi küsur yıl kaldıktan sonra Amerika'dan Türkiye'ye döndüğüm ilk zamanlarda, yeni hayatıma uyum süreci içindeyken ülkemde gördüğüm sosyal hayata daha eleştirel bir tavır içerisindeydim. Sonradan bu bakışım yavaş yavaş değişti. Âdeta içimdeki bir ses bana hakkaniyetli davranmadığımı söyledi. Önceleri sadece

davranışları görüyordum, sonra o davranışların arkasındaki masumiyeti görmeye başladım. Sanki insanlarımızı gerçekten "görmeye" başladım ve belki de farkında olmadan içten içe bir süreç yaşadım.

Buna "süreçleme" de deniyor. Yani sabahleyin kalkıyorsun, beyin bütün akşam bir önceki günü bu bağlamda süreçlemiş; sen farkında olmadan iç beyin düşünmüş, farklı bağlantılar kurmuş, farklı özellikler keşfetmiş... Bu süreç sonunda bazı görüşlerimi ve anlam verme yöntemlerimi eleştirerek yine kendi kendimi eğittiğimi gördüm. Artık daha adil davrandığımı söyleyebilirim.

Bugün geldiğim noktada, insanımıza ve kültürümüze baktığımda aksayan yönler kadar güçlü yönlerimizi de görüyorum. Hepsini saymak zor ama birkaç örnek üzerinde durmak anlamlı olabilir. İlki şu; insanımız yaşamın kolay olmadığını biliyor. Bu önemli... Neden? Çünkü bir zorlukla karşılaştığı zaman, "Bu benim başıma nasıl gelir!" diye hayıflanmak yerine aşina olduğu "Yaşam zaten zor," tavrını takınıyor ve karşılaştığı güçlükle baş etmek üzere kolları sıvayıp yola devam ediyor. Zorlukla karşılaştığı zaman sürekli yakınan, şikâyet eden, mızmızlananlar da çok ama işbaşındaki esnaf kesimi bunun yanlış olduğunu biliyor.

> Her toplumda eli öpülecek insanlara ihtiyaç vardır. Liyakat sahibi, toplumun geleceği için emek vermiş saygıdeğer insanları "eli öpülecek" insan olarak gören toplumlardan olduğumuzu düşünüyorum.

Böylece ikinci güçlü yönümüze, esnaf kültürümüze değinmek istiyorum. Esnaf kültürü yaşamın etkileşim içinde oluştuğu gerçeğini biliyor; bu biliş entelektüel bir biliş değil, yaşayarak öğrenilmiş, sindirilmiş bir bilinç. *Komşu komşunun külüne muhtaçtır*. "Birbirimize muhtacız," diyor. Ayrıca toplumumuz hâlâ liyakat sahibi, toplumun geleceği için emek

vermiş saygıdeğer insanları "eli öpülecek" insan olarak görmekte. "El öpmeyi" bu zeminde düşündüğüm zaman ekmeğe basmama gibi üzerinde düşünülmesi gereken bir değerimiz olarak görüyorum.

Toplum olarak eksikliklerimiz neler peki?

"Geliştirilmesi gereken yönlerimiz" desek daha rahat hissedeceğim. Kişinin kendine özgü bir birey olarak gelişmesini ailemizde ve eğitim sistemimizde önemsememizi isterim. Yani bireyin yaşamında kendisi olarak var olmasının önemi ve anlamı üzerinde hem aile hem de eğitim ortamlarında bir bilinç geliştirmemiz gerekiyor.

Annenin, babanın ve öğretmenlerin çocuğun sınavlarda aldığı nottan ziyade doğuştan getirdiği potansiyelin anlaşılması ve geliştirilmesini önemsemesiyle başlar bu. Çocuğu kalıplamak değil, gelişimine destek olmakla.

İliklerine kadar korku kültürü ile mayalanmış bazı anne baba ve öğretmenlerin bu söylediğime şöyle bir yorum getirdiğini duyar gibiyim:

"Yani çocuğu şımartmamızı istiyorsunuz!"

Neden böyle yorumluyorlar? Çünkü onların kafasında insan insana iki canın sohbet içinde olması mümkün değildir! Bunu hiç yaşamamışlardır. Ben gelişim odaklı sevgi kültüründen söz ediyorum. Lütfen, bunu hiç unutmayalım.

Geçenlerde sosyal medya hesabımda "Esra Öğretmen" adıyla beni takip eden biri yazmış; "Bir çocuğun bilgiden ziyade ilgiye ihtiyacının olduğunu bilen iyi bir öğretmendir," diyor. Tarihsel ve sosyal nedenlerden dolayı birçok geleneksel kültürde olduğu gibi bizler sosyal rolleri, kimlikleri daha önemsiyoruz. Artık zamanı geldi; sosyal kimlik kadar, hatta öncelikli olarak bireyin özünü ve gönlünün muradını da önemsemeliyiz.

Tabii burada dile getirmek istediğim en önemli konu kültür. Sohbetimizin hemen hemen her bölümünde söz ettim. Değişik isimlerle andık; "denetim odaklı korku kültürü" bir uçta, "gelişim odaklı değerler kültürü" bir uçta dedim. Bazen "yüz kültürü", "can kültürü" dedim. "Korku kültürü" ve "sevgi kültürü" dediğim de oldu. Korku kültüründe bireye saygı onun sosyal kimliğine saygıdır. Saygıdeğer, saygın bir insandan söz edildiği zaman o kişinin mevki makam sahibi, başarılara imza atmış biri olduğunu anlarsınız. Bu anlayış içinde, mesela yeni doğmuş bir bebeğin saygınlığı yoktur. "Sorumluluk" kavramına da iki kültür farklı anlamlar yükler. "Sorumluluk veriliyor mu, alınıyor mu?" konusunu önemsiyorum. Sağlıklı ilişkilerde her bir birey kendi sorumluluklarına sahip çıkar. Yani dışarıdan gelen bir etkiyle değil, içeriden gelen bir bilinçle sorumlu olmayı seçer ve kendi vicdanına hesap vermeye hazırdır.

Sağlıklı ilişkilerde birey başkasının zorlamasıyla değil, kendi içinden gelen bir bilinçle sorumlu olmayı seçer ve kendi vicdanına hesap vermeye hazırdır.

Örnek vermek gerekirse, korku kültürünün vatandaşı polis yoksa arabasını park edilmemesi gereken yere park eder ve bundan hiç rahatsızlık duymaz. Yakalanırsa itiraz eder, mazeret uydurur, cezadan kurtulmaya çalışır. Yeri geldiğinde polise rüşvet teklif etmekten de utanmaz, hatta bunu açıkgöz olmanın bir gereği görür. Oysa güvenilir, gerçek disiplin ancak içeriden gelir. Korku kültürü iç tanıklığın gelişmesine fırsat vermediği için özümüz devreye giremiyor ve insan olarak eksik kalıyoruz. Kendimize saygılı insanlar olabilmemiz için mutlaka bu eksikliğin giderilmesi, bu tarafımızın güçlendirilmesi lazım.

Bunu nasıl yapabiliriz hocam?

İki ortamda, ailede ve sınıf/eğitim ortamında, yaşayan değerleri canlı tutarak. Bu ilk adım. İkinci adım, bu değerleri

özümsemiş bireylerin kendi tanıklıklarının gücünü keşfetmesini sağlayarak. Bilmece gibi laf oldu değil mi? Kısaca açayım.

Tekrar altını çizelim. Ailede ve eğitim ortamında olmazsa olmaz, yaşaması gereken temel değerler mutlaka şunları içermelidir: Merak edip araştırmak, gerçeğe saygı, hakkaniyet, dürüstlük, sorumluluk, hâlden anlamak, saygı, sevgi ve işbirliği. Bu değerler hem ailede hem de eğitim ortamında mutlaka yaşamalıdır ve bu değerlere hesap veren iç tanık geliştirilmelidir.

Şu an aklıma geldi. İşte bir başka anı daha... Türkiye'ye geldikten sonra bir gün Üsküdar'dan deniz motoruyla Beşiktaş'a geçtim. Barbaros Bulvarı'na doğru gideceğim, ışıkta bekliyorum; karşıda bekleyenler arasında kasabadan ya da köyden gelmiş gibi duran bir kadını fark ettim. Yanında da beş-altı yaşlarında bir kız çocuğu vardı.

Yeşil ışık yandı, yürüyorum, gözüm küçük kızda. Tam yanımdan geçerken kadın dönüp kıza, "Nettin elindekini?" diye sordu. Kız baktı eline, hiçbir şey yok. "Eyvah!" dedim, "Kadın kızacak."

Kadın kaygılı, kızmadı ama kaygılı. "Haydi dönelim," dedi ve döndüler.

Bu defa aynı istikamete gidiyorduk. Kadın yere baka baka, kızının elinden tutmuş yürüyordu; ben de yavaşlamıştım onlarla beraber, yakınlarından yürüyordum. Bir şey görürsem, "Bu mu hanımefendi aradığınız?" diye soracaktım. Neyse o sırada böyle iri yarı, uzun boylu, belki üniversiteli olan bir genç, yürürken önünde bir simit parçası gördü ve yerden alıp bir duvarın üstüne koydu, sonra kalabalığın arasına karıştı gitti.

Bunu görünce kadın, "Hah, dönelim kızım!" dedi.

Meğerse kadınla kızı kimse üstüne basmasın diye kızın farkına varmadan elinden düşürdüğü simit parçasını bulmak için o yolu geri yürümüştü. Oradan geçen o genç de onlara fırsat bırakmadan bunu yapmıştı.

"Bak bak bak!" dedim kendi kendime. "Gördün mü? Yaşayan önemli bir değer var burada. İkinci bir göze hiç gerek yok. Buradaki her bir vatandaş birer gönüllü gözetmen."

Beni etkileyen bu olay üzerinde oldukça düşündüm ve eğitimlerimde kullanmak üzere bir uygulama geliştirdim. Birkaç ay sonra bir şirketin kuruluş aşamasında verdiğim eğitimde de bu uygulamayı hayata geçirdim.

Eğitime aralarında genel müdürün de ustabaşının da bulunduğu on dokuz kişi katılmıştı. Şirketin çekirdeğine yönelik "biz" kültürünün oluşmasını sağlamak için yapılan dört günlük bir eğitimdi. Üçüncü günün öğleden sonraki bölümüne gelmiştik. Öğle arası yemekhaneden bir dilim ekmeği kâğıt peçeteye sarıp yanıma aldım.

Kültürümüzde çuvalla para versen nimete basılmaz. Değerin parasal karşılığı yoktur ve yaşayan değerler toplumsal sağlığın bağışıklık sistemini oluşturur. Yaşayan değerler bir toplumun gizil gücüdür. Nasıl ki insanın bağışıklık sistemi güçlü ise hastalığa yakalansa dahi yatağa düşmeden atlatır; bir toplumda yaşayan evrensel değerler varsa, o toplum da belki sarsılır ama hasta olup yatağa düşmez.

"Arkadaşlar bir uygulama yapacağız." Herkes hilal şeklinde oturuyordu ve yüzleri bana dönüktü. Kâğıt peçeteyi yere serdim. Üzerine de ekmek dilimini koydum. "Kaç gündür bu kadar ders anlattık. Bir ilişkimiz oldu. Beni tanıdınız, artık herhâlde ricamı kırmazsınız; rica edeceğim, aranızdan biri gelip şu yere koyduğum ekmek diliminin üstüne bassın."

Derin bir sessizlik oldu. Herkes ne yapacağını bilemez hâlde birbirine baktı. Bir ustabaşı var ortada, köyünden Almanya'ya gitmiş ve oradan emekli olup geri dönmüş; ismi Rasim Usta ama yaşına hürmeten ona "Rasim Baba" diyorlardı. Bakışları gözüme çarptı. Bana, "Hocam sana yakıştıramadım," der gibi şaşkınlık ve biraz öfkeyle baktığını fark ettim. Neticede kimse kalkıp ekmeğe basmadı. Biraz bekledikten sonra devam ettim.

"Rica etmek yetmedi demek, o zaman teşvik koymak lazım." Cebimden bir miktar para çıkarıp yere, ekmeğin yanına koydum. "Arkadaşlar biri ekmeğe basıp bu parayı alsın."

Yine bir sessizlik ve gerginlik oldu. Rasim Baba'ya dikkat kesildim ya; nefes alışını hissediyorum, sinirli sinirli burnundan soluyor.

"Arkadaşlar," dedim tekrar. "Besbelli ki teşvik yetersiz kaldı." Cebimden bir miktar daha para çıkarıp yerdekinin yanına koydum. "Biri gelsin, ekmeğe basıp yerdeki parayı alsın."

Ben daha lafımı bitirmeden Rasim Baba daha fazla dayanamayıp patladı.

"Hoca hoca! Çuvalla para koysan nimete basılmaz. Al o paranı!"

Öyle öfkelenmişti ki, tir tir titriyordu.

Değer bu demek değil mi hocam? Tam da bu...

Evet Deniz, işte değerin anlamı bu. Çuvalla para koysan nimete basılmaz. Değerin parasal karşılığı yoktur. Söz konusu yaşayan değerler toplumsal sağlığın bağışıklık sistemini oluşturur. Bir başka deyişle yaşayan değerler bir toplumun gizil gücüdür. Nasıl ki insanın bağışıklık sistemi güçlü ise hastalığa yakalansa dahi biraz ateşlenip yatağa düşmeden atlatır; bir toplumda yaşayan evrensel değerler varsa, o toplum da belki sarsılır ama hasta olup yatağa düşmez.

Eğitim verdiğim grupta yaşayan değer o uygulamam ile kendini gösterdi. Peki her eğitim ortamında aynısı oldu mu? Hayır! Bunu uygulamaya devam ettim ve bir gün bir insan kaynakları müdürü daha ben ilave parayı koymadan kalkıp ekmeğin üzerine bastı ve parayı aldı.

"Her gün tonlarca ekmek çöpe atılıyor zaten, ne var!" dedi. "Bu eski âdete mi bakacaksın!"

Bu, yönetim kurulunun katıldığı üst düzey bir toplantıydı. İnsan kaynakları müdürünün bu davranışı üzerine yönetim kurulundaki diğer isimlerden biri gayet ağır sözlerle, hatta galiz küfürler ve aşağılamalarla, "Ekmeğe basılır mı lan!" dedi. Daha sonra o kişinin o şirkette barınamadığını duydum.

Şimdi konuştuğumuz bu alanın bilimsel bir gözle sosyolojik olarak araştırılıp incelenmesini gerçekten isterim. Halkımızın "günah" dediği şeylerin bir listesini çıkarıp incelersek bazılarının safsata ama bazılarının da üzerinde düşünülecek, yaşayan önemli değerlerimizi korumaya çalıştığını bulacağımızı düşünüyorum. Acaba gizil olarak yaşayan bazı değerlerimize bu yolla ulaşıp farkına varabilir miyiz? Günah deyip geçiyoruz ama bunlar toplumu sağlıklı bir şekilde ayakta tutan birçok değeri de koruyor olabilir mi? Peki Deniz, biz neden ekmeğe basmayız biliyor musun?

Esas soru orada gibi geldi şimdi.

İçimizde yaşattığımız değerler var. "Günah da ondan basmıyoruz," deniyor ama ben ekmeğe basmama davranışının altında yatan gizil değerleri görebiliyorum. Nedir gördüğüm yaşayan gizil değerler:

Doğanın üreticiliğine saygımız var. Ona saygısızlık yapmak istemiyoruz.

Tarlayı süreceksin, ekeceksin, hasat zamanı toplayacaksın. Emek vereceksin. Ekmeğe basmayız, çünkü *emeğe* saygımız var.

Bu ekmek işbirliğinin ürünüdür, biz *işbirliğine* saygı duyarız.

Sabır olmadan bu ekmeği elde edemezsin, üretmek *sabır* gerektirir.

Ekmeği yerde görürsek yerden alır, öper başımıza kor, sonra onu bel hizasında yükseklikte bir yere koruz; üzerine basılmayacak ve aç olan birinin görebileceği bir yerde olacak. İşte bunun adı empati, yani *hâlden anlamak*tır.

Beş önemli değer saydım. Yüzyıllar içinde biz bütün bu değerleri geliştirmişiz ve ekmek bütün bunların temsilcisidir. Neden basmadığımızı, neden "günah" dediğimizi bilmeyiz belki ama yine de bu davranıştan geri dururuz.

Ne zaman bu toplumun gençleri fütursuzca ekmeğe basmaya başlar, işte o zaman ben yas tutarım. Ülkemin çocukları saygısızca ekmeğe basmaya başlarsa ve kimse bunu umursamazsa işte ben o zaman umudumu kaybeder, ağıtlar yakarım. İşte o zaman bu toplumun değerlerini kanser sarmış demektir. Çabamız bunun hiçbir zaman olmaması için.

Gerçek otoritenin en nihayetinde hakikat olduğunun farkında olmalıyız. Hakikat "biz"in temelidir. O hakikat neyse biz de oyuz.

Bu değerleri ailede ve eğitimde anaokulundan itibaren anlatmamız gerek. İzah edip anlatacağız. Sadece "günah" deyip bırakmak korku kültürünün yöntemi. Gelişim niyetli sevgi kültürü bu beş değeri, günah derken neden günah olduğunu korkutmadan, gerçekçi öyküler içinde anlatır. Bu değerleri çocukların öyküler yoluyla içine sindirmesi o kadar kolay ve o kadar önemli ki... Bunu bir kez başarırsak artık sınav ortamlarında dışarıdan bir gözetmene ihtiyaç kalmayacak. İnsanlar kendileriyle ahenk içinde olacak.

Gerçek otoritenin en nihayetinde hakikat olduğunun farkında olmalıyız. Hakikat "biz"in temelidir. O hakikat neyse biz de oyuz.

* * *

İş yaşamımızı nasıl değerlendiriyorsunuz? Organize miyiz, hırslı mıyız, çalışkan mıyız, tembel miyiz? Çalışma disiplinimiz, çalışma ahlakımız açısından toplumumuzu nasıl görüyorsunuz?

İnsanımızı, insanlığın geri kalanı gibi, içinde bulunduğu ortamın gereklerine uyum sağlayan kişiler olarak görüyorum. Eğer içinde yaşadığı ortamda "adamına göre muamele" varsa adamını bulmaya çalışıyor. Liyakate önem veriliyorsa, emeğe ve üretime önem veriliyorsa, o zaman da kolları sıvayıp ona göre işini hak eden biri olmaya çalışıyor.

Bu ikinci durumda liyakati olanlar yavaş yavaş ustabaşı oluyor, yükseliyor ve ortamda ona göre bir gelenek gelişiyor. Akademik hayattan biliyorum; Türkiye'de üniversitede araştırma yapmayan ya da yapamayan, makale yazmayan, üretken olmayan bir akademisyen ABD'de çalışmaya başladıktan sonra birkaç yıl içerisinde araştırma yapmaya, yazmaya ve bunun sonucunda da yükselmeye başlıyor. Çünkü ortamın dinamikleri, kriterleri değiştiği için o da bu yeni kriterlere uyum sağlıyor. O bakımdan Türklerin tembel olduğu söylenemez. Kimse tembel değil aslında. Ben kültür ortamının değerlendirme sistemine ve kişinin hangi ilke ve değer dinamikleri içerisinde çalıştığı sorusuna önem veriyorum.

Nedir o dinamikler?

İş hayatında bu epey önemli bir mesele... Aslında kendi başına büyük bir önem teşkil ediyor. Mesele Türkiye, ABD ya da Almanya meselesi değil. Bir şirketi ele alalım. Şirketin bir hedefinin olup olmadığı ve bu hedefin şirkette çalışanlar tarafından paylaşılıp paylaşılmadığı önemlidir. Hedef sadece patronun değil; bütün çalışanların, "biz"in hedefi olmalıdır. Liderler ve yöneticiler insanları değil; kültürü, değerleri, iklimi yönetmeye önem vermelidir.

Çalışanlar iş yerinde kendilerini ekibin bir parçası hissediyor mu? Bu işi yapıyor olmanın para kazanmanın ötesinde kendileri, aileleri, toplum ve insanlık için bir anlamı var mı?

Birçok şirketin çalışanlarına, aileleriyle birlikte katıldıkları "ailede iletişim" seminerleri verdim. Katılım yüksekti; şirketin

kurucuları ve üst düzey yöneticileri de bu eğitimlere isteyerek katıldılar. Çalışanın morali yüksekse ve şevkle çalışıyorsa, şirket tatmin edici bir sonuca muhakkak varır. Çalıştığı şirketten memnun bir gence, bu şirketten neden memnun olduğunu sorduğumda özetle şöyle dedi:

"Bir kere her şeyi geçtim sadece çalışan olarak değil, insan olarak değer görüyoruz. Bizim boş zaman ihtiyaçlarımızın, kendimize, ailemize vakit ayırma gereksinimimizin, saat olarak çalışma kapasitemizin farkındalar ve saygı duyuyorlar. Tüm yapı bu ihtiyaçlarımızın farkında olarak programlanmış vaziyette. Dolayısıyla yorulmuyoruz, yorulsak bile rahatlıkla dinlenme fırsatı yaratabiliyoruz. Mağaza içinde satış bölümünde çalışanlara 'tezgâhtar' yerine 'satış danışmanı' denmesi bile çalışan birçok kişiye motivasyon sağlıyor, kendini değerli hissettiriyor.

Liderler ve yöneticiler kültürü, değerleri, iklimi yönetmeye önem vermelidir. Çalışanın morali yüksekse ve şevkle çalışıyorsa, şirket tatmin edici bir sonuca muhakkak varır.

Maddi olarak da yaptığımız işin karşılığını alıyor; bir de üzerine sıklıkla düzenlenen eğitim, seminer ve etkinliklere katılma fırsatı yakalıyoruz. Kişisel gelişim, yoga, meditasyon gibi bizi besleyecek alanlarda çalışmalara katılma fırsatımız oluyor. Bunun yanı sıra, burada çalışan herkes gerçekten ekip olmayı öğreniyor ve markaya inanıyor. Bu şirkette çalışmadan önce bu markaya karşı özel bir duygum yoktu ama çalışma deneyimimden sonra bu markanın neden bu kadar başarılı olduğunu, neden marka olarak ön plana çıktığını anladım."

Korku kültürü içinde çalışan iş yerinde yönetici, çalışanlarıyla ilgili, "Korkutmazsan çalışmazlar, acırsan acınacak hâle gelirsin," düşüncesi içinde hareket eder. Oradaki hedef çalışanların ortak hedefi değil, sadece şirket sahibinin hedefidir. Bir karikatür var; müdür aniden odaya giriyor, masasının başında

aylak aylak oturan elemanına, "Niye çalışmıyorsunuz?" diye soruyor. Eleman bütün saflığıyla sakin, doğal bir cevap veriyor; "Geldiğinizi görmedim Müdür Bey!" Korku kültüründe doğal bir ifade bu aslında. "Ben kendim için, kendi sorumluluğumdan ötürü değil; patron için çalışırım," demenin bir başka biçimi. Eğer bir iç disiplininiz yoksa, dahası şirket de bu ortak hedefi yaratamamışsa; "Kimse görmüyor ki, niye çalışayım?" diyen bir ahlak anlayışı yerleşmeye başlar.

Bizdeki iş ortamında bu ortak kültür ruhunun yaşatıldığını gözlüyor musunuz?

Türkiye'de şöyle bir durum görüyorum; iş hayatına atılan esnaf başlarda önce kendi yöresinden bir ekip oluşturuyor. Başaranlar, sivrilip esnaflıktan tüccarlığa geçiyor; sonra yine aile ve yakın tanıdıklardan bir ekiple çalışıyor ve işleri aksamadan götürebiliyor. Tüccar büyüyerek sanayi kuruluşuna dönüştüğü zaman artık kurumsallaşma dönemi başlıyor ve işte o zaman çoğunlukla otoriter bir tavır içinde denetim odaklı korku kültürü oluşmaya başlıyor. Birçok kuruma eğitim verdim; bir şirketin yönetim binasına girmemle birlikte, o şirketin korku kültürü ile yönetilip yönetilmediğini hemen anlıyorum.

Esnaf ve tüccar baştan bu anlayışa niye sahip değiller peki?

Başka bildiği yok ki! İçinde yetiştiği ailede ve kültürde çoğunlukla hâkim olan korku kültürü olmuş. Ailede değerler kültürü anlamında bilinçli olarak kendisini besleme şansı olmamış. Şimdi diyeceksin ki, ne demek, "bilinçli olarak kendisini besleme şansı olmamış?" Anlattım ya, "Ekmeğe basma, günah!" der ama bu anlayışın altında yaşayan değerlerin farkında değil, o nedenle onlardan söz etmez. Neden söz etmez, çünkü kendisi de bilincinde değil!

Aynı şekilde toplumsal yaşamın temelinin birey olduğu öğretilmediği için ona kendine değer vermesi gerektiği öğretilmemiş. Bu yüzden korku kültüründen saygı/sevgi kültürüne geçiş iyi yönetilmeli ve doğru bir yere gitmesi sağlanmalı. Yani sen karşındaki kişiye, "Sen önemlisin," dediğin vakit bu lafının karşılığının ne olacağını bilmek lazım. Söylediğinin önemini anlayıp ona göre mi davranacak, yani kendi öz disiplinini mi oluşturacak; yoksa "Bu adam da yumuşak yüzlü," deyip seni suistimal mi edecek? Bunlar önemli ve gerçekçi sorular...

Onun için "ben merkezli" korku kültüründen "biz merkezli" değerler kültürüne geçiş nesiller boyu sürecek bir değişim ve dönüşümdür. Sağlıklı olması için de ailenin, okulun, iş hayatının, devletin bilinçli koordinasyonu ile ahenkli bir işbirliği içine girmesi gerekiyor.

Siz insana dair umutlusunuz. Hatta gözlemlediğim kadarıyla umudunuz hiç bitmiyor. O umut sayesinde de karşınızdakine, "İçi biliyor, bir gün bilinç düzeyinde de hakikate erişecek ve eninde sonunda benim söylediğimi anlayacak," diye bakıyorsunuz. İnsandan bu kadar emin misiniz?

Evet. Sen de emin ol, insanlığın geleceği ve bizim geleceğimiz iyi olacak. Demokrasiye, sorumluluk temelli özgürlüğe, bireyin yaşamın temel taşı olduğunu kavramaya doğru, evrensel değerlerle oluşmuş insani bir kültüre doğru gıdım gıdım da olsa bir gelişme var ve bu hep devam edecek. Neden devam edecek? Çünkü temelinde insan doğası var. Yine söylüyorum; insanın içi aklının bildiğinden daha fazlasını biliyor. Bunu ben uydurarak söylemiyorum, tanınmış nörobilimci David Eagleman söylüyor. Yıllarını verdiği araştırmalardan sonra beynimizin işleyiş tarzıyla ilgili iki kitap yazdı.[44]

44 Bkz. David Eagleman, *Incognito: Beynin Gizli Hayatı*, Domingo Yayınları; David Eagleman, *Beyin: Senin Hikâyen*, Domingo Yayınları.

Eagleman, Montaigne'in şu görüşünü önemsediğini söylüyor; "Kendimizle aramızdaki fark, bir başkasıyla aramızdaki fark kadar büyüktür." Kitabından hoşuma giden sorduğu şu soruları paylaşmak isterim:

"Siz daha tehlikeyi algılamadan, ayağınızı fren pedalının üstüne götüren kimdir? Neden sır saklamakta böylesine başarısız, nedenini bilmeden birini çekici bulmakta bu kadar başarılıyız? Eğer bilinçli zihin, yani sabah uyandığınızda sizinle uyanan ben, buzdağının yalnızca görünen kısmıysa, zihninizin geri kalanı tüm bir ömür neyle iştigal etmekte?"

David Eagleman, yaptığımız, düşündüğümüz ya da hissettiklerimizin daha büyük bir kısmının bizden başka biri tarafından yönetildiğini kitaplarında ürkütücü bir berraklıkla ortaya koyuyor; beynimizin işleyişi ve çelişkileri hakkında olağanüstü bir keşif yolculuğu sunuyor.

Yani Deniz, içimiz nasıl bir gelecek istediğimizi biliyor. Tek tek her bir birey aynı zamanda aynı şeyi aynı şekilde istemiyor ama uzun vadede "ben" ile "biz" arasındaki farkı görüyor, anlıyor ve birinde savaş, öbüründe barış potansiyelini seziyor. Kendisi ve çocukları için anlamlı, coşkulu ve kendini güçlü hissettiği bir gelecek istiyor. İçimiz büyük bir ekibin parçası olduğumuzu ve başkalarıyla da bir ekibin parçası olarak ilişki kurduğumuz zaman hayatımızın daha anlamlı ve coşkulu olacağını biliyor.

Şimdi sen şöyle bir soru sorabilirsin: Hocam hümanist bir yaklaşım içinde dediklerinizi anlıyorum. Ancak merak ediyorum insanın içi doğruları biliyorsa nasıl oluyor da örneğin Naziler bir ırkı yok etmek üzere harekete geçiyorlar ve koca bir toplum buna göz yumuyor? Bu tür girişimler her çağda ve günümüzde de devam ediyor üstelik.

Böyle bir soru muhtemelen birçok okurun aklına geliyor. Burada kısaca hatırlatmak isterim ki, insan dediğimiz bu muhteşem gizil güç "ben" bilinci içinde en azılı canavardan

daha canavar olabildiği gibi, "biz" bilinci içinde meleklerden daha sevecen ve yardımsever olabiliyor. Hangi kültür yapısı içinde; hangi aile, hangi eğitim ve ilişkiler ağı içinde yaşadığımızın bilincinde olmamız gerekiyor. Tehlikenin farkında olduğum için sürekli sevgi zeminli gelişim kültüründen ısrarla söz ediyorum. İşte bundan ötürü yegâne gücüm insan doğasından kaynaklanıyor ve inan şimdiye kadar da hep bunun doğruluğunu gördüm. Önemli olan insandaki öze ulaşmaktır.

İnsan dediğimiz bu muhteşem varlık "ben" bilinci içinde en azılı canavardan daha canavar olabildiği gibi, "biz" bilinci içinde meleklerden daha sevecen ve yardımsever olabiliyor.

İnsanlara ulaşmak... Değişim için temel mesele bu gibi geliyor bana. Nasıl ulaşacağız başkalarına?

Önce şunu belirteyim, sonra konuşayım: Başkalarına ulaşmanın en kestirme yolu önce kendine ulaşmaktır. İnsan olarak hayatta hep sonuçlar görüyoruz. Hâlbuki bu sonuca neden olan bir davranış var. Bu davranışın arkasında bir bilgi var. Bilginin arkasında bir niyet var. O niyetin arkasında da bir meta niyet var. Yani bir insana ulaşmak istiyorsan sonuçla, davranışla, bilgiyle değil; niyetle ilgileneceksin.

Karşındakiyle niyet düzeyinde bir ortaklık sağlarsan -ki ülkemde bu kolay oluyor- o zaman ona ulaşabiliyorsun. Örneğin seminerlerimde karşımdaki kitleye önce, "Çocuğunun hayatının anlamlı, coşkulu olmasını ister misin? Çocuğunun güçlü olmasını ister misin?" diye soruyorum. Çünkü herkes bunu ister. Zaten yanıtlar da hep çok güçlü, "İsterim!" yanıtları oluyor. Bu şekilde onlarla niyet bazında bir ortaklık kuruyorum. Bu ortaklıktan sonra da bunu sağlamak için nasıl bir bilgi ve davranış gerektiğini öğrenme konusunda hazır hâle geliyorlar.

Bir toplumu değiştirmek açısından yasalar, kanunlar önemli... Ama toplumun yasa ve yönetmelik çıkararak değişeceğini beklemek saflıktır. Değişim için her bir anne babanın, her bir öğretmenin, her bir üniversite öğrencisinin, yani her bir vatandaşın önce kendisiyle sohbet edebilecek bir gelişmişliğe ulaşması lazım.

Kendini terbiye edemeyen çocuğunu terbiye edemez. Önce kendimi terbiye edeceğim. Ondan sonra sohbet içerisine gireceğim. Anne babalara diyeceğim ki; "Siz de benim gibi önce kendinizi terbiye edin, sonra çocuğunuzu terbiye etmeye kalkın." Öğretmenlere diyeceğim ki; "Sadece öğretmenlik yapmak olmaz, önce öğrenci olun; yani kendinizi eğitin, ondan sonra öğrencilerin karşısına çıkın." Bu belki uzun zaman alacak fakat bir virüs gibi düşünebilirsiniz. Nasıl ki bir tek virüs tüm dünyaya bulaşıp ayağa kaldırıyorsa, bir tek insan da şayet doğru yolda emek verirse tüm dünyayı etkileyebilir; azimle emek veriyorsa gerisi sadece zaman meselesi. Doğru olan yöntem de bu. Dışarıdan empoze etmek sağlıklı değişim, gelişimin yolu yöntemi değil.

Bir toplumu değiştirmek açısından yasalar, kanunlar önemli... Ama toplumun yasa ve yönetmelik çıkararak değişeceğini beklemek saflıktır. Değişim için her bir anne babanın, her bir öğretmenin, her bir üniversite öğrencisinin, yani her bir vatandaşın önce kendisiyle sohbet edebilecek bir gelişmişliğe ulaşması lazım.

2020'de çok zor zamanlar geçirdik. Neredeyse tüm toplumları perişan eden bir virüsle baş etmeye çalışıyoruz. Ne dersiniz, bu süreçte neleri öğreniyoruz, nelerin farkına varıyoruz?

Covid-19 yaşamın bir bütün olduğu gerçeğini gözler önüne serdi. Yaşam yüzlerce, binlerce, milyonlarca etkileşimin sonucu

oluşan ve her an oluşmakta olan gizemli bir bütün. Fakat bu gerçeğin farkına varmak ve ne anlama geldiğini çözmek sanıldığı kadar kolay değil. Kolay değil; çünkü bireylerin, ailelerin, toplumların kendilerine özgü anlam verme sistemleri, kültürleri, inançları ve değerleri içinde büyük resim sürekli renk ve biçim değiştirebiliyor. Burada kendime göre bir değerlendirme yaptığımın altını çizerek devam ediyorum.

Bir olayın kendi başına anlamı yoktur. Olay anlamını ilişkiler içinde kazanır.

Daha önce söylediğim gibi bir olayın kendi başına anlamı yoktur, olay anlamını içinde yer aldığı büyük resim içinde kazanır. Resim ne kadar büyürse, resim içinde yer alan olayın anlamı o derecede derin ve kapsamlı olur.

Şimdi bu dediğimizi Covid-19 için uygulayalım. Covid-19'a sadece bedensel sağlık yönünden bakalım. İnsan sağlığı bedensel sağlık olarak tanımlanıp çerçevelendiği zaman o çerçeve içinde bir anlam kazanır ve bu anlam içinde aşı, ilaç, beslenme ve sosyal mesafe konuları dikkatle takip edilmeye başlanır. O konunun uzmanları dikkatle dinlenir ve takip edilir. Covid-19 ekonomik zeminde tanımlanıp çerçevelendiği zaman ise başka bir anlam kazanır ve bu anlam içinde üretim, finans, yönetim ve dağıtım konuları başka bir gözle yeniden değerlendirilmeye başlanır. Covid-19 akıl ve ruh sağlığı yönünden tanımlanıp çerçevelendiği zaman başka bir anlam kazanır ve bu anlam içinde evlilikler, iş yönetimi, eğitim mekânı ve türü üzerinde konuşulmaya başlanır. Büyük resim aşkınlık boyutunda sadece inananların hayatını değil, doğanın tümünü içine alacak şekilde tanımlanıp çerçevelendiği zaman başka bir anlam kazanır ve bu anlam içinde insanın yeri yeni bir gözle yeniden değerlendirilip konuşulur.

Bireyin, annenin, babanın, ailenin, kurumların, toplumun, devletlerin, insanlığın büyük resmi ne kadar kapsamlı? İşte bence ana sorun bu. Birey olarak kendi büyük resminin farkında olmayan bir insan, ailesi ya da yönettiği şirket için kapsamlı bir büyük resim oluşturamaz. Oluşturamadığı için de hayatının anlamıyla ilgili berrak bir fikre sahip olamaz.

Covid-19 böyle büyük bir resmin farkına varıp onu ailemizde, okullarımızda, kurumlarımızda ve devletimizde, uluslararası ilişkilerde inşa etmemize hizmet edebilecek mi? Bu sorunun cevabını henüz bilemesem de bu konuda konuşma ortamı oluşturacağına inanıyorum.

ON ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

NASIL OKUMALI, GEZMELİ VE NE DİNLEMELİYİZ?

"HER KÜLTÜRÜN ON KLASİĞİNİ OKUMAK GEREKİR"

İnsan seyahate çıktığında hayat başka türlü akar. Yeni bir ortama girdiğin zaman algılar çok hızlı çalışmaya başlar, bir çocuğun içinde bulunduğu belirsizlikleri yaşamaya başlarsın. Kaygılısındır ama aynı zamanda keşif heyecanı ve keyif de vardır.

Bu bölümde hayatın tadı tuzu olan eylemlerimizden bahsedelim istiyorum; kitap okumak, film seyretmek, müzik dinlemek, gezmek... Bu alanlarda sizin bakış açınızı ve önerilerinizi merak ediyorum. Okumayla başlarsak... Geçenlerde bir makalede denk geldim; "Bir sürü kitap okuyoruz ama okuduklarımızın hepsi aklımızda kalmıyor, o hâlde niye okuyoruz?" diye soruluyordu. Şöyle bir cevap verilmişti orada; "Çünkü bir kitap, bir roman, bir hikâye, bir şiir okuduktan sonra okuduklarımız aklımızda kalmasa bile asla aynı insan olmayız." Peki size göre insan neden okur ya da okumalıdır?

Büyüklerimiz, "Gelin size bir masal anlatayım," dediği zaman bunu istemediğini söyleyen çocuk olabilir mi? "Bir varmış, bir yokmuş," diye başladığında hayatımızda yepyeni bir kapı açılır, bir macera başlar.

Okuma eyleminden önce anlatma eyleminden bahsedelim. Şöyle düşünebiliriz: Daha yazı keşfedilmeden önce öyküler vardı. Mitolojiyi ele alalım. İnsanlık tarihi kadar eski hikâyeler bunlar. Elimizdeki örneklere baktığımızda görüyoruz ki hangi kültürden gelirse gelsin bu hikâyeler, tüm bu mitolojik öykülerle benzerlikler gösterir. Yani kral kimdi, iyi-kötü karakterler kimdi; ejderhanın esir aldığı, ejderha ile mücadele eden kahraman kimdi; nasıl bir tavır içerisinde mücadele etmişti? Dostlar, düşmanlar, gerginlikler, arayışlar… Kabaca baktığımızda bile görüyoruz ki, mitolojilerin ortak bir yapısı vardır. Nitekim dinî hikâyelerin o mitolojilerin yapısıyla benzerlik gösterdiği saptanmıştır.

Öykü insan doğasıyla ilgili bir şey söylüyor. Hayata anlam verme beynin bir öykü oluşturmasıyla başlar. Doğası gereği insanın hayatında olayları anlamlı bir öykü biçimine sokma ihtiyacı vardır. Öyküleştiremediği bir hayat insanı sıkmaya başlar ve zamanla insan hayattan kopar. İşte okumak yaşama anlam vermenin yollarından biri; tek yolu değil ama uygarlığın keşfettiği en güçlü yollardan biri.

Şöyle düşünün. Büyükanne, "Gelin size bir masal anlatayım," dediği zaman bunu istemediğini söyleyen çocuk olabilir mi? Hepimiz büyükannemizin dizinin dibine civciv gibi dizilip, "Hadi anlat, hadi anlat!" diye ısrar etmez miydik? "Bir varmış, bir yokmuş," diye başladığında hayatımızda yepyeni bir kapı açılır, bir macera başlardı.

Hikâye dinlemeyi ve anlatmayı severiz; hikâye edilmiş bir bilgiyi daha iyi öğreniriz, beynimiz zaten bir şey öğreniyorsa

dediğim gibi onu öyküleştirerek öğrenir. Aslında özünden koparılmamış insanların içten gelen doğal bir ihtiyacıdır okumak.

Üstelik sadece edebiyattan bahsetmiyorum. İyi bir bilim insanının gücü de olayları yeni bir algoritma, yeni bir hikâye içerisinde verebilmesinden doğar. Fikirlerin doğması, gelişip olgunlaşması ve tam anlamını bulup öyküleşmesi onlarca yıl alır. Yoksa her keşif öyle kolay kolay gerçekleşen bir hadise değildir. Filozof, bilim insanı henüz öyküsünü bulamamış, oturmamış fikirleri inceler, sindirir ve öyküyü hissedip ifade edebilecek hâle getirir. O bakımdan filozof, bilim insanı, tiyatro yazarı, senaryo yazarı; hepsi aynı işi yapar aslında: Yaşamın algoritmalarını öyküleştirirler.

Sizin okuma serüveniniz nasıl gelişti?

Diyebilirim ki kitapları kırklı yaşlarıma kadar önce öğrenciliğimin, sonra mesleğimin bir gereği olarak okudum. Ne zaman ki çocuklarımdan dört yıl ayrı kalıp hayatımda dibe vurdum, ondan sonra kitap okumaya dönük bakışım değişti.

Öyküler sadece edebiyatta var olmaz. İyi bir bilim insanının gücü de olayları yeni bir algoritma, yeni bir hikâye içerisinde verebilmesinden doğar.

Üniversite malumat veriyor ve sınavlarda başarılı olursan sana diploma veriyor. Bende malumat vardı ama o malumatın ne anlama geldiğini tam anlamamıştım. Çocuklarımdan ayrı kaldığım o dört yıl içinde malumat yavaş yavaş bilgiye ve oradan da hayatıma anlam verirken kullandığım farkındalıklara dönüştü.

Dikkat edersen malumat, bilgi ve farkındalığı ayırt ettim. "Malumat" bir olay, nesne ya da sistem hakkında verilen enformasyondur. Enformasyon parçalarının kendi aralarında ilişki kurarak anlamlı bir bütüne dönüşmesiyle "bilgi" oluşur. "Farkındalık" da bilginin yaşamla ilişki kurulup anlamlandırılmasıyla oluşur.

Bir örnek verebilir misiniz?

Mesela kırk yaşından önceki hocalığımla kırk yaşından sonraki hocalığım arasında büyük bir fark var. Dışarıdan aynı şeyi söylüyormuş gibi görünsem de artık bilginin öyküsünü biliyorum. O artık duygularımla, özlemlerimle, acılarımla, mutluluğumla iç içe geçmiş; varoluşumun parçası hâline gelmiş. Karşımdaki kişi konuları ele alış tarzımdan bunun farkına varıyor.

Bunu fark ettikten sonra kitap okuma anlayışım değişti. İyi bir psikolog olmak istiyorsam psikoloji teorilerini bilmenin yanı sıra güçlü yazarların romanlarını da okumam gerektiğini idrak ettim. Her kültürden önemli klasikleri okuyup karakterlerin içine girmeliydim. O zaman şimdiki teorilerin sağlayamayacağı şekilde insanı daha yakından tanımaya başlayacağımı fark ettim.

Sınava hazırlanmak için değil; varlığımın bir parçasına katmak üzere, anlamak üzere, özümsemek üzere okumaya başladım. Okurken sayfa kenarlarına notlar alırım. Öyle notlar alırım ki bazen okuduğum paragraftan daha uzun olur. Ama böylece okuduklarımı sindiriyorum. Böylelikle sezgilerim de gelişiyor. Mesela biri gelip bir derdini anlatıyor ve ben şu ya da bu teoriden yola çıkarak değil, sezgisel olarak o kişinin anlattıklarını anlayabiliyorum ve acısını sonuna kadar hissediyorum. Yargılamamayı doğamın bir parçası hâline getirdim. İşte o zaman dinleyiş tarzım, bakış tarzım değişti.

1996'da ABD'de emekli olup Türkiye'ye geldim. Okumam yoğun olarak devam etti. Şimdi okuduğum kitapların özetini bilgisayara aktarıyorum. Aklıma bir kavram takıldığı zaman dönüp notlarıma bakıyor ve okuduğum kitabı kısa sürede tümden gözden geçirebilecek hâle geliyorum. Bu, üretim sürecimde bana ciddi bir destek oluyor. Tabii okuduğum her kitap bir diğerine benzemiyor, ayrıca hepsi de yepyeni şeylerden bahsetmiyor. Aynı konuları farklı bakış tarzlarıyla ele alan kitaplar okuyorum, bu beni zenginleştiriyor.

"Mavi gök altında anlatılmamış hikâye yoktur," denir. Ama yine de can kulağıyla eski-yeni tüm hikâyeleri dinleriz. Tüm bu hikâyeler aslında bizi bize anlattıkları için mi bu kadar kıymetlidir?

Evet, aynen öyle; hikâyeler bizi bize anlatır. Bir toplumun kültüründe öykülerin birikmesi hem sözlü hem de yazılı şekilde olur. Bizde yazıya dökme yaygınlaşmamış. O nedenle okurumuza seslenmek ve şu noktanın altını çizmek istiyorum: Bulunduğu cemiyette öne çıkan isimler, hani akıl danıştığımız, fikir sorduğumuz esnaf, öğretmen, büyüklerimiz anlattıklarını mutlaka yazıya da geçirmelidir. Birikenler damla damla zenginleşerek gelecek nesillere aktarılırsa bu kültür güçlü bir şekilde yaşamaya devam eder. Bu yapılmazsa yavaş yavaş kaybolmak da kültürümüzün kaderi olur.

İnsan kendini tanımak için okur. Bunu da ancak olgunluğa erişmiş bir insan idrak edebilir.

İnsanla ilgili ne varsa hepsi gözümüzün gördüğü kadardır ama bir o kadar da derindir. Yani aşk acısı her zaman aşk acısıdır belki ama her bir insandaki hikâyesi başka başkadır. Dolayısıyla anlatılan şey insana dair olduğu için biz onu okuduğumuzda, aslında kendi hayatımızda belki asla tecrübe edemeyeceğimiz ama sırf insan olduğumuz için bir o kadar da tecrübe etme ihtimalimiz olan bir meseleyi görme, anlama ve özümseme imkânına sahip oluruz. Yani bir hayat tecrübesini, insana dair bakış açısını görür; insanı daha iyi tanırız. En çok da aslında kendimizi tanırız. "İnsan neden okur?" sorusunun bendeki yanıtı bu. İnsan *kendini tanımak için* okur. Bunu da ancak olgunluğa erişmiş bir insan idrak edebilir.

Okuma eyleminin kendisi kadar kritik olan ve okurlarımızın çok merak ettiğine emin olduğum bir diğer konuyu soracağım size: Neler okumalıyız?

Psikoloji öğrencileri bana, "İyi bir psikolog olmak istiyorum, neler önerirsiniz?" dediği zaman onlara iki şey söylüyorum. Bir; İngilizceyi iyi öğrenin, böylelikle o dilde çıkan çalışmaları takip edebilecek hâle gelirsiniz. İki; kendi kültürümüz başta olmak üzere her kültür grubundan en temel, en azından beş, yapabilirseniz on klasiği okuyun.

Yol göstermemi isteyen psikoloji öğrencilerine iki şey söylüyorum; İngilizceyi iyi öğrenin, böylelikle o dilde çıkan çalışmaları takip edebilecek hâle gelirsiniz. İki; kendi kültürümüz başta olmak üzere her kültür grubundan en azından beş, yapabilirseniz on en temel klasiği okuyun.

Mesela yerli edebiyatımızda roman alanında Yaşar Kemal'i, Yakup Kadri'yi, Halit Ziya'yı, Kemal Tahir'i, Sabahattin Ali'yi; öyküde Sait Faik'i; şiirde Cahit Sıtkı'yı, Orhan Veli'yi mutlaka okuyun. Dünya edebiyatında örneğin İspanyol kültüründen Cervantes'in *Don Kişot*'unu, Yunan yazar Kazancakis'in *Zorba*'sını, Fransız yazar Victor Hugo'nun *Sefiller*'ini, Avusturyalı yazar Kafka'nın *Dava*'sını, İngiliz yazar George Orwell'in *Burma Günleri*'ni, Amerikalı yazar Mark Twain'in *Tom Sawyer'ın Maceraları*'nı... Ayrıca Rus klasiklerini de önemsiyorum, özellikle psikoloji öğrencileri için Tolstoy ve Dostoyevski'yi öneririm.

Böyle konuşunca hayretle bakarlar bana. "Ama hocam ben psikolog olmak istiyorum, edebiyatçı değil ki," diyenler çıkar. Bence edebiyat dünyasında muhteşem bir insan laboratuvarı var ve biz henüz tam anlamıyla keşfedemedik. Bu deryadan kişinin ne anlam çıkaracağı ise tamamen kendi bilincinin gelişmişlik seviyesine bağlı...

Görsel öyküler için ne dersiniz? Sinemayla aranız nasıl?

Filmler, "Neden okuruz?" sorusuna verdiğimiz yanıtları kısmen kapsar ve üzerine birkaç madde daha ekler. Ses vardır

bir kere, başka bir zenginlik getirir. Görsellik ise algılama biçimini ve hızını dramatik bir şekilde etkiler. Bu saydığımız iki öğe ile öykünün ana temalarının, kahramanların vurgulanması, öne çıkarılması ve zenginleştirilmesi mümkün hâle gelir. Bağlamı daha açık hâle getirirler, bu sebeple de öykünün daha çabuk ve güçlü bir şekilde kavranmasına yardımcı olurlar.

Bir insanın ne kadar acı çektiğini ya da ne denli mutsuz olduğunu isterseniz yüzlerce sayfa ile anlatabilirsiniz. Bir kitabı başlı başına sadece o mutsuzluk ânı üzerine de kurabilirsiniz. Ama yere çömelmiş, dirseklerini dizlerine dayamış, kafasını ellerinin arasına almış, sırtı eğik boynu bükük bir insanı gördüğünüzde o yüzlerce sayfayı okumuş kadar olursunuz. Sinemanın gücü yüz ifadelerini, hareketleri, ortamı gösterebilmesinde ve sesleri duyurabilmesindedir. Belki de bizim en kolay, en hızlı algılama yöntemlerimizden biri olan görmeye ve duymaya aynı anda hitap edebildiği için bu kadar güçlüdür.

Edebiyat dünyasında muhteşem bir insan laboratuvarı var ve biz psikologlar henüz tam anlamıyla keşfedemedik. Bu deryadan kişinin ne anlam çıkaracağı tamamen kendi bilincinin gelişmişlik düzeyine bağlı...

Belki diyeceksin ki, o hâlde kitap okuma yerine sinemaya gitmek daha yararlı, eğitici ve geliştirici oluyor. Ama ikisi tamamen farklı alanlar, farklı zihin dünyaları. Her şeyden önce kitapta okuduklarımızı kendi algılama sistemimiz, hayal gücümüz dâhilinde öyküleştirerek beynimizde konuyla alakalı görseller oluştururuz. Benzer konularda birçok farklı kitap okuyarak her kitapta farklı görseller yaratır, farklı öykülere yolculuk yaparız.

Altını çizmek istediğim bir şey daha var; kitap okuyarak kelime haznemizi geliştirebiliriz. Özellikle gençler için bu önemli bir avantajdır. Kelime dağarcığı zengin birey iletişimde

güçlüdür ve iletişimde güçlü kişi hayatta daha etkilidir. Sinemada görseller bize hazır olarak sunulur, gücü de buradan gelir ama kelime haznemizi geliştirmez. Yine de hiç şüphesiz kitap okuma ve film seyretme birey olarak gelişimimize birbirini tamamlayıcı etmenler olarak katkıda bulunur. Birinden birini tercih etmek değil, ikisine de aynı bilinçle yaklaşıp değerlendirmek önemlidir.

Memleket açısından bakacak olursak… Türkiye'nin realitesiyle ilgili dinamikleri önemsiyorsanız, anlamaya çalışıyorsanız, Türk insanını tanımak istiyorsanız… Okurlara bir önerim var. Hele de öğretmenseniz bunu muhakkak yapın. Özellikle ortaokuldan itibaren lütfen öğrencilerinizle hiç olmazsa ayda bir kere birlikte bir film izleyin. Bir film izleme kulübü oluşturun. Anne baba iseniz çocuğunuz ergenliğe doğru giderken ayda en az bir kere beraber film seyretme, ondan sonra da sohbet etme imkânı yaratın. O kadar güzel kaynaklar var ki, sizin nasihat etmenize gerek yok. Tabii öğretmenin ya da anne babanın önceden filmi seyredip içinde ne olduğunu bilmesi gerek.

Bu; çocuğu anlamada, dertlerini keşfetmede ve nerelere dokunmak, nasıl mentorluk yapmak gerektiği hususunda güzel ipuçları verir. Büyük bir nimet ve bunu kaçırmamak lazım diye düşünüyorum.

Müzik sizin için ne anlama gelir hocam? İyi müzik insana ne katar?

Müzik benim için gönül dilidir. Yaşamdaki "yüz" ve "can" ayrımını yaptığım teorimi sanata da uyarlayabilirim. Edebiyatta da böyle, müzikte de, resimde de, mimaride de. Müzikte bunu daha aşikâr görebiliyorum. Yani bazı müzikler var ki, ustası dâhiyane cambazlıklar yapmış. Kesinlikle matematiksel bir zekâ söz konusu. O sesi oraya koymuş, ritmi değiştirmiş; etkilenmemek elde değil. Böyle yetenekli ellerdeki tek bir basit

enstrüman bile beni alıp uzaklara götürmeye yetiyor. Ama kimi de var ki müziğinin cambazlığı çok ama ruhu yok, o da bana bir şey ifade etmiyor.

Bu çerçevede baktığım zaman canıma dokunan, içime işleyen müziği hiçbir analiz yapmadan hemen biliyorum. Hangi millete ait olursa olsun halk müziğinin böyle bir tarafı olduğunu görüyorum. Ninniler olabilir, özlem dolu ayrılık türküleri olabilir. Halk müziğimize baktığım zaman böyle bir malzememiz, kültürümüzün böyle bir tarafı olduğu için kendimi şanslı hissediyorum. Nitekim ne zaman bunalsam ve ara vermek istesem hemen enstrümantal Türk halk müziği açıp içinde kaybolurum.

Türk halk müziğinin, müziğin ötesinde, sözlerinde de bir derinlik var. Bu sözlerde o kadar çok kendimi buluyorum ki, mayam onlarla öylesine yoğrulmuş ki!

Dedim ya başka milletlerin müziğini de dinlerim. Sanırım bu biraz yetiştiğimiz kültürel ortamla da alakalı; mesela Japon ve Çin müziği bana pek hitap etmezken Hint, Azerbaycan ve İran müziğinde kendimden çok şey buluyorum. Ama Akdeniz'e doğru geldikçe dinlediğim her şeyi daha bir bizden hissediyorum. İnsanın yalnızlığı ve çaresizliği güçlü bir şekilde dile getiriliyor. Korku, çaresizlik, yalnızlık deyince aklıma hep şu türkü geliyor; "*Kadir Mevlam senden bir dilegim var.*" Bakın "dileğim" değil, "dilegim" var.

"...Beni muhannete muhtaç eyleme. Eğer muhannete muhtaç eylersen, kara topraklara sar beni beni."

Türk halk müziğinin, müziğin ötesinde, sözlerinde de bir derinlik var. Bu sözlerde o kadar çok kendimi buluyorum ki, mayam onlarla öylesine yoğrulmuş ki! Bu çocukluğum içinde mi oluştu, yoksa ben acaba bir zamanlar bir halk ozanı mıydım

diye aklıma gelmiyor değil. Öylesine derinden gelen hisler ki bunlar, insan hayret ediyor; âdeta iliklerime işlemiş.

Peki hocam çocukluğunuzda müzikle bir alakanız oldu mu?

Babamın evvelden ud, tambur, bağlama çaldığı söylenir ama ben görmedim. Ağabeylerim bilirdi. Babam mahalleye gelen Topal Hoca'nın etkisiyle sonradan Nakşibendi tarikatına girdi. Ben sanırım o zaman beş-altı yaşlarındaydım. Sakal bıraktı, şalvar giymeye başladı. Rakıyı, müziği, eski âdetlerini bıraktı. Enstrüman çalmayı da. Ama ağabeylerim gizliden gizliye çalmaya devam etti. Hasan Ağabeyim tambur, Emin Ağabeyim de keman ve akordeon çalardı. Ben de onlara katılır ve dümbelek çalardım. Babam, anladığım kadarıyla, böyle ud ile harmandalı çalarken ağabeylerimi çağırırmış; onlar da oynarmış. İşte ne zaman bir harmandalı zeybeği duysam içim bir tuhaf olur; deli dolu coşkulu Sami Efendi'nin gençliğini, babamı düşünür, hiç görmediğim hâlini özlerim.

Hatırlıyorum, bağlama çalmayı öğrenmeye başlamıştım. Bir keresinde, "Kadir Mevlam senden bir dilegim var" çalıyordum. Babamdan gizli tabii. O zamanlar enstrümanları babamın olduğu yerde çalmaz, saklardık. Günlerden bir gün yazın gittiğimiz yazlık evde herkes dışarıda otururken ben içeri geçmiş, gizlice bağlama çalıyordum. Kendimi kaptırmışım, babam duymuş ama farkında değilim. Biraz dinledikten sonra kimin çaldığını sorup öğrenmiş. İçeri bir hışımla geldi, onu görür görmez hemen bağlamayı bıraktım. Ona vermemi istedi. Eminim ki yıllarca eline almamıştı. Şöyle bir durup, "Allah'ım affet," dedi ve çalmaya başladı. Bir yandan çalıyor ama nasıl çalıyor, bir taraftan da hüngür hüngür ağlıyor. Böyle bakakaldım. Bir süre sonra da, "Beni günaha sokma çocuk," deyip geri verdi bağlamayı.

Güzel günlerdi. Hasan Ağabeyimin tambur çaldığını söylemiştim. Keman da çalardı ama kemanı omuzda değil, kemençe gibi dize dayayarak çalardı. Şarkıları da sesini incelterek söylerdi.

Yazları gittiğimiz yere "çökme dam" derdik biz. Silifke'ye beş-altı kilometre uzaklıkta bir bahçe. İncir, limon, nar ağaçlarımız var; patlıcan, domates, biber... İçinden su çektiğimiz bir kuyu da vardı. Topraktan yapılmış bir dam vardı, cibinlik kurulup üzerinde yatılırdı. Elektrik yok. Akşam olmuş. Hasan Ağabeyim kemanını alıp dama çıkmış, biz de etrafını sarmışız. Akşamın belki sekizi, belki dokuzu. Ay çıkmış, Torosların silüetini görüyorsun uzaklarda. Göksu uzaklarda akıyor, üzerinde yerfıstığını sulayan dolaplar dönüyor, o dolapların inim inim inleyen sesi var. Dağlardan uzaklardan çakal sesleri geliyor. Ara sıra bir ineğin böğürtüsüne köpek havlamaları karışıyor. Tüm bu seslerin arasında Hasan Ağabeyimin sesi yükseliyor:

Hafız mektepten gelir
Eda ilen naz ilen
Ömrüm ömrüm oy

Ben Allah'tan istemem çok.
Geçinirim azınan
Ömrüm ömrüm oy.

O sırada bir eşek anırıyor. O su dolabının iniltisi... Ve diyorum ki bu ne büyük bir zenginlikmiş! Rahmetli babam ve ağabeylerim ne güzel hediyeler bırakmış bize farkında olmadan.

Türkü de söyler miydiniz peki?

Söylenmez mi! Ne zaman bir fırsat bulsam hemen bir yerlerde ritim tutarak çocuklarım Ayşen, Elif ve Timur'a Silifke türküleri söylemeye başlarım.

Silifke'nin yoğurdu,
Ah seni kimler doğurdu.
Seni doğuran ana,
Balınan mı yoğurdu.

Oy beşiği şamdan,
Yuvarlandı damdan.
Anası pilav pişirir,
Timur durmaz aşırır.

Uzun havaları da epey öğrenmiştim. Amerika'ya gittiğim zaman bazen kızım Ayşen, "Bana bağlama çalıyordun baba. Bir türkü söylesene," der. Düşünün ki ben Amerika'ya bile Silifke'den davul getirtmiştim! Ama zaman içerisinde yavaş yavaş o tarafım söndü, müzikten uzaklaştım. Şu an evimde bir davul yok; bir darbukam, bir bağlamam var ama yıllar yılı elime almadım. Gel gör ki elime almak ve her gün yirmi dakika üzerinde çalışmak içimden geçmiyor değil.

İşte böyle müzikle iç içe geçmiş güzel anılarım var. O melodi yıllara karşı savaş veriyor; seneler sonra bambaşka bir yerde bambaşka kişilerle olsanız da bir ezgi duyduğunuzda o müziği ilk dinlediğiniz, ilk etkilendiğiniz âna dönüyorsunuz.

Çok keyif veren bir başka konuya, seyahate geçelim. Son yıllarda zorunlu Covid-19 arası dışında insanların seyahate çıkma grafiği giderek yükseliyor. Öncelikle bir insan niye gezmeli? Kısaca bunu bir konuşalım. Gezmek kişiye ne katar?

Çocuğunun gelişimine, bilinçlenmesine, hayata hazırlanmasına önem veren bir ailenin yapması gerekenlerden biri de ona mümkün mertebe farklı coğrafyaları, farklı kültürleri göstermektir. Yani çocuğun farklı kültürlerle tanıştırılması

akıllıca bir yatırımdır. Çocukluğunda ailesinde bu fırsatı bulamamış her genç, kendi çabasıyla fırsatlar yaratarak ulaşabileceği farklı coğrafya ve kültürlerle tanışabilir. Kişi başka yerleri gezerken en çok kendi kültürünü tanır, içinde yetiştiği o kültüre karşı bir gözlemleyen bilinç geliştirir. Çünkü muhtemelen başka kültürleri tanıyan biri, içine doğduğu ortama dışarıdan bakmaya başladığı için, pek çok konuda daha az dayatmacı, daha hoşgörülü, daha çok yönlü biri hâline dönüşüyor. Bu bir zenginliktir ve o gencin hem meslek hem de bireysel yaşamında olumlu sonuçları olacaktır.

Başka kültürleri tanıyan biri, içine doğduğu ortama dışarıdan bakmaya başladığı için, pek çok konuda daha az dayatmacı, daha hoşgörülü, daha çok yönlü biri hâline dönüşüyor.

Kişi bunu bilinçli olarak da yapabilir, yani gitmeden önce gezeceği bölgeyle ilgili araştırmalar yapabilir ya da farkına varmaz ama gezerken bir bakar ki çok şey öğrenmiş. Niye, nasıl oldu bu? Gezerek kazandığı bakış açısından, farklı coğrafya ve kültürlerden beslenmesinden…

Bu söylediklerinizi sadece çocuklar ya da gençler için değil; yetişkinler, hatta ileri yaşlar için de geçerli. Eğer maksadımız öğrenmek, görgümüzü artırmak ve ufkumuzu genişletmekse her yaş için aynı derecede önemli ve aynı güçlü sonuçları verebilecek bir eylemden bahsediyoruz. Ne dersiniz?

Kesinlikle! Üniversitedeki *sabbatical* yaklaşımının temelinde yatan felsefe de budur. *Sabbatical* dediğim şey şu: Üniversite her yedi yılda bir öğretim üyesine bir yıllık ara ve başka bir ülkeye gitme imkânı verir. Bütün Amerikan üniversitelerinin mutlaka *international programs* dedikleri bir uluslararası

bölümü vardır. Burada dünyanın çeşitli ülkeleriyle ilişki içerisinde bir altyapı oluşturulmuştur. Öğretim üyesi o programlardan birine katılır. Farklı bölümlerin derslerini takip eder; kurslara, atölyelere katılır. Bu onun akademik puanına eklenir. Böylece bir hak kaybı da olmaz. Bu yaklaşım akademisyenlerin farklı kültürlerle tanışmasına, hem bilgi hem de görgü açısından gelişmesine imkân sağlar.

Amerikan üniversitelerinin bunu önemsemesi boşuna değildir. İnsan seyahate çıktığında hayat başka türlü akar. Hem bilişsel hem de duygusal olarak yeni bir ortama girdiğin zaman algılar hızlı çalışmaya başlar. Dilini bilmediğin bir havaalanında karşındaki bir şeyler söyler, anlam vermeye çalışırsın. Bir yandan da uçağı yakalamalısın. Özetle bir çocuğun içinde bulunduğu belirsizlikleri yaşamaya başlarsın: Algoritmalar geliştireceksin, bu algoritmalar bulunduğun yerin gerçeğine uyacak ve böylelikle hedefin neyse oraya gideceksin. Giderken biraz kaygılısındır ama aynı zamanda keşif heyecanı ve keyif de vardır. Bu tanımadığın bir kentte, sokakta yürürken de böyledir. O nedenle kişinin donanımı ne, hangi tür haritalara başvuruyor, orada gerekli olan harita ne? Aradaki farkı görmeye ve birdenbire başka türlü düşünmeye başlar. Bir de paniğe kapılıp kapılmama meselesi önemli, kişi yeni kültürler tanımaya her zaman açık olabilmelidir.

Kişinin gündelik ihtiyaçlarından biri de bir şey başarmış olma hissi. Verdiğiniz havalimanı örneğinden yola çıkarsak; insanın dilini, kültürünü, geleneğini hiç bilmediği bir yere gidip o havalimanına ulaşıp istediği uçağa rahatlıkla vaktinde binebilmesi bile kişiye özgüven katacak bir unsurdur diyebiliriz sanırım.

Doğup büyüdüğüm küçük bir kasabada bildiğim bir rota takip ettiğimde, "başardım" duygusu aklımın ucuna gelmez.

Ama Rusya'ya gitmişsem, bir lokantada güzel yemek yiyip karnım doyduğu vakit "başardım" duygusu belirgin hâle gelir. O hakikaten orası için bir başarıdır. Doğru dürüst bir yemek seçtim, ısmarladım, ifade ettim, geldi, yedim, parasını da ödedim. Hiçbir aksaklık olmadı. Kişinin özgüveni açısından önemli bir adımdır bu.

Ama İstanbul'da yaşıyorsam durum farklı, İstanbul büyük bir metropol... Daha önce girmediğimiz görmediğimiz yerleri muhakkak ki var. Aynı zamanda çok fazla kültürü bir arada barındıran bir şehir olduğundan mahalleden mahalleye bile adapte olmanız gerekebiliyor, çünkü kültürün dinamikleri değişiyor. Yani aslında özellikle İstanbul'da yaşayan bir çocuk ya da bir genç için başlama noktası İstanbul'un farklı noktalarına gitmek bile olabilir. Hakeza Türkiye'nin farklı noktaları da öyledir. İstanbul'da yaşayan biri için Anadolu, Anadolu'da yaşayan biri için de İstanbul aynı etkiyi yaratır.

Bu anlamda İstanbul'da gerçekten şanslı bir coğrafyada yaşadığımızı düşünüyorum. Fatih'te oturan biri için Kadıköy, Üsküdar; Kadıköy'de oturan biri için Fatih, Balat yepyeni keşif alanları, yepyeni sohbet ortamları oluşturabilir. Yepyeni diyaloglara tanık olup, kendi konfor alanımızdan çıkarak oranın dinamiklerine uyum sağlamak üzere yeni algoritmalar geliştireceğimiz bir alana girebiliriz. Dolayısıyla yurtdışı tecrübesi önemli ama o bir yana; bence her gencin ilk adım olarak yaşadığı kentin farklı mahallelerinden, merkezlerinden başlaması ve ülkemizi tanıması şart.

Siz bir kente, yeni bir yere giderken nasıl hazırlanırsınız?

Mesleğimden dolayı mı, içinde yetiştiğim ortamdan mı bilmiyorum ama gideceğim yerin insan manzaraları beni daha çok çeker. Bu sebeple insan manzaralarının içine girebileceğim ve onları yakından gözlemleyebileceğim yerlere gitmeye özen gösteririm.

Seyahatten önce bir planlama yaptığımı söyleyebilirim. Gideceğim yerde ilgi alanlarıma veya o anki meraklarıma dönük uygun mekânlar nerelerdir bir araştırma yapar ve bir gezi planlaması çıkarırım. Ama bunu da sıkı sıkıya bir programla yapmak istemiyorum; oraya varınca gördüğüm, elde ettiğim bilgilerle rotam tamamen değişebiliyor. Biriyle karşılaşırım, bir hikâyeye şahit olurum… Yani bir şehri layığıyla hissedebilmek için algılarımı açık tutmak istiyorum.

İnsan manzaralarının içine girebileceğim ve onları yakından gözlemleyebileceğim yerlere gitmeye özen gösteririm. Bazen bir yüze bakıp orada durmak isterim. Çünkü bir insanın yüzünde gördüklerim benim için sürükleyici bir romanla eşdeğer...

Bir de en önem verdiğim şey, gitmeden önce orada organik ilişkiler oluşturma meselesi. Yani orada tanıyabileceğim bir öğretmen var mı; bir meslektaşım, bir ahbabımız var mı? Görmek istediğim toplumun organik taraflarını böyle elimiz cebimizde beraber gezebileceğimiz birileri var mı? Bir kültürün suni değil ama hayatın içinde akan organik taraflarına da şahit olabilmek için böyle tanıdıklara sahip olmak eşsiz bir nimettir. Kültürün yaşayan hâlini görmek beni hayatla temas içinde hissettiriyor. Gayet tabii o kültürün zaman içinde ürettiği eserleri de önemsiyorum ama hâlihazırda yaşayan, soluk alan şehir benim açımdan daha dikkate değer...

Mesela Anadolu'da bir yere gittiğim zaman insanların yürüdüğü, esnafın çok olduğu sokağa girmek ve halkın yüzünü görmek hoşuma gider; bu bana anlamlı gelir. Bazen bir yüze bakıp orada durmak isterim. Çünkü adamın yüzünde gördüklerim benim için sürükleyici bir romanla eşdeğer... Duruşu, oturuşu, bakışı, düşünüşü, biriyle konuşuşu, el kol hareketleriyle sanki yaşayan bir roman... Görkemli bir müzikal dinlermiş

gibi bakakalırım. Hele de Amerika'da yirmi beş yıl bulunduktan sonra şimdi Anadolu'da gezerken bunların daha çok farkındayım. Yani artık, "Zenginliklerimiz esas burada," diyebiliyorum.

Maalesef günümüzde metropol insanının yüzleri artık ifadesiz, hepsi birbirinin aynısı olmuş; programlanmış robotlar gibi... İşte bu yüzden Kayseri'de ya da Trabzon'da bir çarşıda gördüğüm zenginlik beni daha çok etkiliyor. Aynısı Tokat'ta da geçerli, Antep'te de... Anadolu'da herhangi bir çarşıda insanları izleyerek beş gün geçirebilirim. Sonra onlarla sohbet edebilmek isterim; nereden geliyorlar, müzikleri neymiş, şiirleri ne, insan ilişkileri nasıl, çocuk yetiştirme konusunda farkına varmadıkları ama uğruna ölebilecekleri değerler ne?

Gideceğiniz yerin AVM'sine değil de pazarına gitmeyi tercih ediyorsunuz.

Zaten gideceğim yere genellikle çeşitli özellikleriyle ilişkiler kurduktan, bende bir merak uyandırdıktan sonra gitmeye karar veriyorum. Yani bir şehri seçip ondan sonra bir ilişki, bir detay aramıyorum. Mesela biri bir şehirle ilgili ilginç bir hikâye anlatıyor, o an etkilenip ben de gitmeye karar veriyorum. Arkadaşıma orada beni tanıştırabileceği biri olup olmadığını soruyorum. Genellikle cevap da olumlu oluyor.

Bir de ben Amerika'da öğrenciyken ve ilk evliliğimin ilk yıllarında bu "gezme kültürü"nü kazandığımı söyleyebilirim; yani her yıl on beş-yirmi gün arabama atlayıp tüm Amerika'yı dolaşmışımdır. Pasifik kıyısını Meksika'dan başlayıp Kanada'ya kadar gezmişimdir. Orada coğrafyasıyla, sanatıyla, insan ilişkileriyle kendine özgü bir kültür yapısı oluşmuş ve bu korunuyor.

Hiç unutmam, iki günlüğüne Meksika'ya gitmiştim. Oraya varmak için arabayla San Diego'dan geçmen gerekiyor. San Diego'dan geçip Meksika'ya girerken sanki bizim Silifke'nin Abdallar

Mahallesi'nden geçiyor gibi oldum. Tijuana, ABD-Meksika sınırında bir kent... Aynı iklim ve aynı coğrafi özelliklere sahip ama farklar insanın yüzüne çarpacak kadar keskin... Kültür farkını büyük bir netlikle görüyorsun. Sokaklar toz toprak içinde, kaldırım diye bir şey yok. Erkeklerin hepsi berduş kılıklı ve pos bıyıklı... Sokaklarda kabadayı gibi maço tavırlarla geziyorlar. Kadınlar kucaklarında bir çocuk, diğerini elinden tutmuş, biri de karnında dolaşıyor; kir-pas içinde hepsi. Polisi bile farklı: ABD genelinde, "Beyefendi buraya gelir misin?" diyen polis orada, "Ne bakıyorsun ulan!" diyebilecek bir tavır içerisinde. Her tarafta eski kocaman Amerikan arabaları, insanlar içlerine oturmuş orada vakit geçiriyor. Ortalık çöpten geçilmiyor. Ama her yerde koca koca kiliseler! Kilise önemli... İçi dışı altın yaldızlarla bezenmiş... Herkes kiliselere ve din adamlarına saygılı...

İşte tüm bu karmaşa içinde bile, canlı bir müzenin içinde geziyor gibi kendine özgü o kültürü gözlemleme ve hissetme şansınız oluyor.

ON DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

NELERİ OKUMALI, DİNLEMELİ VE SEYRETMELİYİZ?

"YAŞAMA, KENDİME BAKIŞIMDA YENİ UFUKLAR AÇILDI"

İlk görünüşte birbirinden farklı görünseler de hepsinin insanın özünü ifade eden yönleri vardır. Bir aile, çocuklarının; bir toplum, vatandaşlarının "insan olarak gelişmelerini" önemsediği oranda bu evrensel dilden yararlanır.

Okuduğum kitapların gelişmemde önemli bir yeri vardır. Yaşama, kendime, ilişkilerime, topluma, doğaya, evrene bakışımda yeni ufuklar açan kitaplardan bazılarını burada paylaşmak istiyorum. Sohbetimizde daha önce de söylediğim gibi farklı kültürlere özgü klasiklerin okunmasını önemsiyorum. Burada etkilendiğim ve okuyuculara yararlı olacağını düşündüğüm kitapları grupladım. İnsanımızı, kültürümüzü daha yakından tanımama götüren ilk grupla başlayayım.

***Bir Dinozorun Anıları* / Mina Urgan**

Burada bir yaşam öyküsü açık yüreklilikle paylaşılıyor. Mina Urgan, döneminin ve bulunduğu ortamın kültürel zenginlikleriyle ilgili ipuçları veriyor. Öyle ki yazarın bulunduğu ortamda yaşıyormuşum gibi, kişiliğinin nasıl oluştuğunun,

zihinsel ve duygusal gelişiminin öyküsünü okuyabiliyorum. Kendisi Edebiyat Fakültesi'nde, ben Psikoloji Bölümü'nde öğrenciyken Mina Urgan'ı sık sık koridorlarda görürdüm. Kendini ve toplumu anlamaya meraklı okurlara, özellikle üniversite öğrencilerine öneririm.

***Kırk Yıl* / Halit Ziya Uşaklıgil**

Halit Ziya Uşaklıgil'in hayatının ilk kırk yılını anlattığı bir hatıra kitabı. 1865'te doğan yazar, İkinci Meşrutiyet'in (1908) ilanına kadar geçen sürede, çocukluk ve gençlik çağlarını, aile ve okul ilişkilerini, edebiyat ve memuriyet hayatını kendi penceresinden anlatıyor. Okurken kültür ve sosyal ilişkiler dinamiklerinin çeşitliliği dikkatimi çekti ve zenginleştim. Bugünkü toplumsal yaşamın kültürel kökleriyle ilgili yeni içgörüler kazandım. Gençlere öneririm.

***Tarihin Saklanan Yüzü - İdam Edilen 44 Vezir-i Azam'ın Dramı, Öldürülmüş Şehzadeler ve Devrilmiş Padişahlar* / Çetin Altan**

Sadece alkışlamamız beklenen tarih anlayışından farklı bir tutum içinde yazılmış bir kitap... Tarihin derinliklerine bakıldığında aksayan yönler ve insanın karanlık tarafının ortaya çıkıp hâkim olmasına çanak tutan hakkaniyet yoksunu bir saray kültürü. "Neden olmuş ve olanların arkasında neler var?" sorularının yanıtını bulmama yardımcı oldu. Tarihimize yönelik farklı bakış açılarına ilgi duyanlara öneririm.

***Bir Türk Ailesinin Öyküsü* / İrfan Orga**

İrfan Orga Türkiye'de doğup büyümüş, eğitim almış. Hava subayı iken İngiltere'ye yerleşmiş ve bir İngiliz'le evlenmiş. Eseri Cumhuriyet'in ilk yıllarında Türk aile yapısını o zamanki hâliyle, olduğu gibi yansıtıyor. Çok etkilenmiştim.

***Meral Çelen'in Anıları / Çocukluk ve İlk Gençlik Yıllarım / Aziz Nesin'li Yıllar* / Meral Çelen**

Meral Çelen, Ahmet ve Ali Nesin'in annesi. Açıkça her şeyi yazabilme cesareti beni etkiledi. O günün toplumu ve ilişkilerine mercek tutuyor, içgörü sunuyor. Aziz Nesin'in bilmediğimiz yönlerini görme imkânı söz konusu. Kitapta, aşina olduğumuz Nazım Hikmet gibi tanınmış karakterler de yer alıyor. Kültürümüzün zenginleşmesine katkıda bulunan bir çalışma, sosyal hayat ve edebiyatla ilgilenenlere öneriyorum.

***Birlikte Yaşadıklarım, Birlikte Öldüklerim* / Aziz Nesin**

"Başka türlüsünü yapamam, elimden gelmez," diyerek ölmüş ya da yaşayan tanıdıklarıyla anılarını anlatıyor. Yakın tarihimizin aydınlarını tanımak isteyenler için değerli bir kaynak niteliğinde. Tüm gençlere öneririm.

***Memleketimden İnsan Manzaraları* / Nazım Hikmet**

Ara sıra ziyaret ettiğim, zevkle okuduğum bir kitap... Düzyazı, şiir, senaryo tekniklerinin iç içe kullanıldığı bir eser... Evrensel insan doğası ve sorunlarıyla hemhâl olmak için bu kitapla buluşurum.

Haydarpaşa garında/1941 baharında/saat on beş.
Merdivenlerin üstünde güneş/yorgunluk/ve telaş.
Bir adam/merdivenlerde duruyor/bir şeyler düşünerek.
Zayıf/Korkak/Burnu sivri ve uzun yanaklarının üstü çopur.
Merdivenlerdeki adam/Galip Usta/
Tuhaf şeyler düşünmekle meşhurdur.

"Galip Usta" ile tanışınca Anadolu insanının hayatına girmeye başlıyorsun. İlginç bir yolculuk başlıyor kendi içinde. Kitabı okurken seyir hâlinde olma duygusunu yaşadım ve zevk aldım.

* * *

İkinci gruptaki kitaplar, insanı daha yakından, çok boyutlu ve derinlemesine tanımama imkân sağladı.

***The Observing Self: Mysticism and Psychotherapy* / (*Gözlemleyen Bilinç: Mistisizm ve Psikoterapi*) Arthur Deikman**

Maalesef Türkçe baskısı yok. Biyolojik temelli yaklaşımların aslında tedavi etmediğini, kalıcı iyileşmenin insanın aşkınlık düzeyinde yer aldığını, yaşamının anlamını keşfettiği zaman insanın iyileştiğini ve özgürleştiğini anlatıyor. Kendi gelişimini önemseyenlere, özellikle genç okurlarıma öneririm.

***Sevme Sanatı* / Erich Fromm**

İçgörüsü derin, felsefi, psikolojik ve manevi yaşam bakımından derli toplu, dört başı mamur bir kitap... Sevgi üzerine olgunlaşıp derinleşmek isteyen insanların okumasını öneririm. Özellikle anne babalara, öğretmenlere, sevgililere öneririm.

***Gerçek Mutluluk* / Martin Seligman**

Herkese bariz bir reçete gibi sunup, "İşte mutluluk budur," demek yerine, "Senin kendine ait, kendine has bir mutluluk ve bütünlük hâlin var ve o hâle ulaşma yolları da bunlardır," diyen bir kitap... "Mutlu insan kimdir, mutluluk nasıl inşa edilir?" sorularına yanıt buluyorsunuz. Kendisi pozitif psikolojinin kurucusudur. Mutluluğun dışarıdan ölçülmesinden ziyade kişinin içine baktığı zaman, "İyi hissediyorum, keyifliyim, mutlu hissediyorum," diyebilmesinin altında ne gibi faktörler yattığını incelemiştir. Çığır açan bir çalışma...

***Happiness: Lessons from a New Science* (Mutluluk: Yeni Bilimden Dersler) / Richard Layard**

Layard, bir İngiliz ekonomi profesörü ama mutluluk üzerine çalışmış. Kırk sekiz ülkeyi kapsayan mutluluk çalışmalarını

gözden geçirince yedi faktörün öne çıktığını görmüş. Önemli bir kitap... 2005'te yayımlanan bu çalışma henüz Türkçeye tercüme edilmedi. Mutluluk alanındaki çalışmalarla ilgilenenlere tavsiye ederim.

***Kişi Olmaya Dair* / Carl R. Rogers**

"Yaşamın amacı nedir?" sorusuna Rogers, "İnsanın kendisi olması," diye cevap verir. *Kişi Olmaya Dair* kitabında Rogers'ın başkalarını ve kendini duymaya çabalayan sıcak, coşkulu, güvenli, ilgi dolu sesiyle karşılaşırız. Sorunların çaresi insanların içindedir. İnsan potansiyeli hareketinin temelinde Rogers vardır. "İnsanı iyi dinlersen, onun kendi özüyle ilişki kurmasına fırsat verirsen -ki bunu da ancak onu dinleyerek yapabilirsin- o kendi seçimlerini bulur," der. Bu kitap bende, "İyi bir dinleyen olmak ne demektir?" sorusuna yanıt olacak bir bilinç oluşturdu. Yoğun insan ilişkilerinin yaşandığı öğretmen, danışan ve yöneticilerin işlerinde etkili olmaları için, gençlerin kendileriyle sohbet etmeyi öğrenmesi için önerdiğim temel bir kitap...

***Together* (*Birlikte*) / Vivek H. Murthy**

Dr. Murthy 2014-2017 arasında ABD Sağlık Bakanı olarak görev yapmış, bu süre içinde Amerika'daki sağlık sorunlarının temelinde yalnızlık olduğunu açık seçik görmüştür. Toplum modernleştikçe yalnızlığın nasıl bireyin hayatına yavaş yavaş sinsice girdiğini ve hem bedensel hem de ruhsal hastalıkların nasıl oluştuğunu anlatmaktadır. Kitap insan hayatında ilişkinin önemi üzerinde duruyor ve yaşamın ilişki yönü gözden kaçırılırsa nasıl bir sonuç beklendiğini gözler önüne seriyor. İngilizcesini okudum ve Kronik Kitap'tan Türkçeye çevirmelerini rica ettim. Türkçe baskısı yakında çıkacak. Özellikle gençlerin, anne babaların, öğretmenlerin ve sağlık yöneticilerinin okumasını isterim.

* * *

Üçüncü grupta yöneticilik, liderlik ve iş hayatıyla ilgili beni etkileyen birkaç kitaptan söz etmek istiyorum.

***Güven - Sosyal Erdemler ve Refahın Yaratılması* / Francis Fukuyama**

Fukuyama, Japon orijinli bir Amerikan sosyoloğu. Toplumsal değerlerin yaşama yansıyışıyla ilgili sosyolojik çalışmaları var. Yatırım danışmanlığı yaptığı için "sosyal sermaye" kavramı üzerinde önemle duruyor ve konuyu ülkeler arasında karşılaştırmalar yaparak anlatıyor. İş ve toplum yönetimi alanlarıyla ilgilenenlerin okumasını özellikle öneririm.

***Kalıcı Olmak - Geleceğin Güçlü Kurumlarını Yaratmak* / James C. Collins ve Jerry I. Porras**

Stanford Üniversitesi'nde öğretim üyesi olan iki yazar kolları sıvayıp Amerika'da son yüzyıldır ayakta olan şirketleri seçerek kuruluş tarihlerine ve şu anki yönetim kültürlerine bakmışlar. Çıkan sonuç şu; hiçbirinin "yazılı" değerleri yok ama "yaşayan" değerlerle yönetiliyorlar. Çünkü karakterlerini korumaya ve belirli bir hizmet anlayışı içinde para kazanmaya kendilerini adayan insanlar tarafından kurulmuşlar. Hepsinin bir hikâyesi var. Hiçbir zaman en kârlı şirket olmak birinci planda olmamış. Çalışanların kendilerini şirketin bir parçası olarak görmeleri önemsenmiş. Girişimciliğe soyunan ya da şirketlerde üst düzey yönetici olmayı planlayan gençlere kesinlikle öneririm.

***Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı* / Stephen R. Covey**

Yazar Stephen Covey, Utah Üniversitesi'nde profesör. Hayata, iş yönetimine, bireyin iş hayatındaki önemine bakış tarzı beni etkiledi. Kafamda kendimin keşfettiğini düşündüğüm

bazı yaklaşım ve kavramların bu kitapta açık seçik ifade edildiğini gördüğüm zaman irkilmiş, hayret etmiş ve de memnun olmuştum. İş, siyaset, eğitim yönetimi gibi alanlarda çalışmayı düşünenlerin ve kendini geliştirmek isteyen herkesin okumasını önerdiğim temel bir kaynak...

* * *

Dördüncü grupta insanda gelişim ve farkına varış yolculuğunu tetikleyen kitaplardan söz etmek istiyorum.

***Küçük Ağaç'ın Eğitimi* / Forrest Carter**

İnsanın özünü geliştirmeyi, yani onu değiştirmeyi değil; geliştirmeyi hedefleyen bir kültürü yaşatabilir miyiz? Şimdi Eğitim Fakültesi'nde çocuk gelişimi psikolojisi dersi veriyor olsam, bu kitap üzerinden bir ay boyunca tartışma yapar, sohbet ederdim. Carter'ın eserini anne babalar, öğretmenler ve özellikle Eğitim Fakültesi, rehberlik ve danışmanlık, sosyoloji ve siyaset bilimleri üniversite öğrencilerinin okumasını öneririm.

***Bizi Biz Yapan Seçimlerimiz* / Shad Helmstetter**

Bu kitabın Türkçeye çevrilmesini Amerika'dan yeni döndüğümde ben önermiştim. Türkiye'de kişisel gelişim alanındaki ilk kitaplardır bunlar. *Bizi Biz Yapan Seçimlerimiz* çok yönlü ve önemli kavramları tartışıyor. Bu seçimlerin farkında mıyız? Her an seçimler yapıyoruz. Ama kültür robotu olarak otomatik mi yapıyoruz; yoksa karakter sahibi, kendine hesap veren dürüst biri olarak mı? Her yaptığımız seçim ister istemez bir gelecek inşa ediyor. Eğitimde, psikolojide ve psikoterapide, özellikle de liderlik eğitimlerinde önemli bir kitap olduğunu düşünüyorum.

***Sahip Olmak ya da Olmak* / Erich Fromm**

Eğer insan yalnızca "sahip olduğu" şeylerden ibaretse, onları yitirdiğinde kendini de yitirecek, kim olduğunu bilemeyecektir. Yaşamı yanlış kurgulamanın sonucunda ortaya yenilmiş, moralsiz, yıkık ve acınacak bir insan çıkar. "Olmak" kavramında ise sahip olunan şeylerin kaybedileceğinden doğan endişe ve korku yoktur. Olduğum gibiysem ve kişiliğim "olmak" tarafından belirleniyorsa kimse benden bunu alamaz ve kişiliğimin yıkılması tehlikesi de doğmaz. Gençlere ve bu gençlere mentorluk yapacak ebeveynlere öneririm.

***Outliers (Çizginin Dışındakiler) - Bazı İnsanlar Neden Daha Başarılı Olur?* / Malcolm Gladwell**

Başarıyla ilgilenenlerin okuması gerektiğini düşünüyorum. Başarılı insanlar hakkında anlatılan bir hikâye vardır; onların zeki ve hırslı oldukları söylenir. *Outliers* (*Çizginin Dışındakiler*)'da Malcolm Gladwell başarının gerçek hikâyesinin bundan farklı olduğunu ve bazı insanların neden başarılı olduğunu anlamak için çevrelerine ve ne yaptıklarına daha dikkatli bakmamız gerektiğini iddia ediyor. "İnsanın potansiyeli ne demektir, nasıl yönlendirilir, kişinin ne yapması gerekir, sorumluluğu nedir?" sorularına açık seçik yanıt veren, ilham verici, yol gösterici bir çalışma... Gençlere öneririm.

***Hayat İçin Oyun Planı* / John Wooden**

Amerikalı basketbol antrenörü Wooden UCLA'de koçluk yapıyordu. Bugün onun adına UCLA'de Wooden Spor Salonu var. Bir efsanedir. Öyle ki Kerim Abdül Cabbar ve Bill Walton gibi, onun yanında yetişenlerin hepsi büyük isimler oldu. Wooden'ın başarı anlayışı, yaşam felsefesi, değerler bilinci ve liderlik anlayışı kendine özgü ve etkileyicidir. "Başarı bir duygudur," der. "Bu duygunun kaynağı nedir?" diye sorulduğunda

ise, "Yapabileceğinin en iyisini yapmaya gayret ettiğini bilmektir," diye açıklar. Bu sebeple hiçbir maçta oyuncularını ne alkışlamış ne de onlara öfkelenip bağırmıştır. Her maçtan sonra sorduğu tek bir soru vardır; "Arkadaşlar başarılı mıydık?" "Evet" cevabını aldığı zaman da, maçı ister kaybetmiş ister kazanmış olsunlar, "Tebrik ederim. Ben de sizi başarılı buldum," demiştir. Başarıya bu bakış tarzını babasından aldığını söylüyor. Kitapta bu ayrıntılı olarak anlatılıyor. Öğretmenlere, mentorlara, anne babalara ve yöneticilere öneririm.

***Film Kulübü* / David Gilmour**

Film Kulübü insanı derinden etkileyen bir kitap... Samimi, dobra ve dokunaklı; bir babanın oğluna kılavuzluk etme çabasının gerçek öyküsü. "Okul Yok. İş Yok. Sorumluluk Yok. Sadece Haftada Üç Film İzlenecek." Oğlunun okulu bırakmasına izin veren -birlikte haftada üç film seyretmek şartıyla- bir babanın gerçek hikâyesi. Baba-oğul haftalarca yan yana oturup *Çılgın Romantik*'ten *Rıhtımlar Üzerinde*'ye, *Temel İçgüdü*'den *Tatlı Hayat*'a, gelmiş geçmiş en iyi (ve bazen de en kötü) filmleri izlerler. Filmler sayesinde hayattan konuşurlar. Kızlardan, müzikten, kalp acısından, işten, uyuşturuculardan ve dostluktan bahsederler. Öyle ki oğul kaotik bir ergenden giderek özgüvenli genç bir yetişkine dönüşür. Tüm anne babaların ve eğitimcilerin okumasını isterim.

***Yaşamın Anlam ve Amacı* / Alfred Adler**

Yaşamın Anlam ve Amacı, Alfred Adler'ın, *İnsanı Tanıma Sanatı* ve *Yaşama Sanatı*'ndan sonra kendi kuramı olan "bireysel psikoloji" konusunda toplu bir bilgi sunduğu üçüncü önemli eseridir. 1931'de yayımlanan bu kitap, aradan geçen bunca yıla rağmen, bireysel ve toplumsal sorunların giderek daha da içinden çıkılamaz bir duruma geldiği günümüzde

hâlâ geçerliğini sürdürmekte. Çocukluktaki olayların yetişkinlikteki rolü, kompleksler, korkular, ailenin ve okulun çocuk üzerindeki etkileri, çocuğa ilk cinsel bilgilerin veriliş biçimi ve sonraki etkileri, evlilik ve kadın-erkek ilişkileri gibi konuların bireysel psikoloji kuramı açısından irdelendiği kitap, kendisiyle ve sevdikleriyle daha iyi ilişkiler kurmak isteyenler için önemli bir yol gösterici... Kendini, evliliğini, işini önemseyip anlamak isteyenlerin, özellikle üniversite gençlerinin okumasını istediğim temel bir kitap...

***İşim ve Ben* / Yıldız Hacıevliyagil**

İşinden ve eşinden memnunsan iyi bir yaşamın var demektir. Eş seçiminde eşlerin akıl ve gönül uyumu içinde birlikte yaşamaları hedeflenir. Onun için önce kendinizi tanımanız ve sonra eş adayını tanıyıp anlayarak onunla uyuşup uyuşmadığınıza bakmanız ve ondan sonra karar vermeniz beklenir. İş seçimi de benzer bir yaklaşımı gerektirir ama göründüğü ve söylendiği kadar basit değildir. Ergen yaşta kişinin kendini tanıması, değerlerini ve yeteneklerini keşfedip tanışması, iş, kariyer ve kazanç konusunda kendini konumlandırması zaman, emek ve bilinç gerektirir. Yirmi beş yıllık avukatlık kariyerinden sonra meslek değiştirmeye karar veren yazar kendi deneyiminden, felsefe, sosyoloji ve psikolojiden yararlanarak önemli önerilerde bulunmaktadır. Bu kitap gençlere ve onların ailelerine yol gösterici bir kılavuz niteliğindedir. Başta lise öğrencileri ve aileleri olmak üzere, meslek seçimi konusunda aklında soru işareti olan herkese öneririm. Kendisi eşim olur.

***Otuz Milyon Kelime & Çocuğunuzun Beynini Geliştirin* / Dana Suskind**

Ebeveynlerin ve öğretmenlerin okumasını istediğim bir kitap... ABD'de kırk yıldır devam eden bir araştırmanın sonuçlarını

derleyip toparlıyor. Özetle anne babaların ilk altı aydan itibaren çocuklarının yeni kelimeler öğrenmesine önem verdikleri takdirde, onların hayat başarısına temel bir katkı sağladıklarını gösteriyor. Çocuğun kelimeleri ilk olarak anne babasının sesinden duyması önemli... Ne kadar çok kelime duyarsa o kadar çok gelişiyor; bu, hem sosyal hem duygusal hem de akademik anlamda çocuğun gelişmesine net bir katkı sağlıyor. Sadece akademik değil; sağlık, evlilik başarısı gibi alanlarda da etkisi görülüyor. Anne babaların ve anaokulu öğretmenlerinin okumasını isterim.

***12 Rules For Life: An Antidote to Chaos* / Jordan Peterson**

Türkçeye henüz tercüme edilmedi, *Yaşam İçin 12 Kural* diyebiliriz. Gençlerimizin bu kitaptaki bakış tarzı üzerinden kendilerini tartmalarını isterim. Yazar, okurlara "yapmaya" değil de "olmaya" yönelmek istediklerinde, hayatlarını gözden geçirip nerede olduklarını sorguladıklarında kullanabilecekleri on iki bakış açısı sunuyor. Özellikle üniversite gençlerinin okumasını öneririm.

***Hayatımızı Şekillendiren On Yıl* / Meg Jay**

Bu kitap da, "Yirmili yaşlar neden önemlidir ve o yıllarımızı şimdiden nasıl değerlendirebiliriz?" gibi sorulara odaklanıyor. Yazar bir psikoterapist... Özellikle ergenlere danışmanlık yapmış ve kitabında yirmili yaşların neden bu kadar önemli olduğunu gözlemlerle, hikâyelerle anlatıyor. Bu yaşların nasıl geçirildiği sadece söz konusu dönemle kısıtlı kalmayıp insanın hemen hemen bütün diğer yıllarını şekillendiren bir güce sahip... Hayatlarında ve mesleklerinde başarılı olmak isteyen lise ve üniversite öğrencilerinin bu kitabı okumalarını öneriyorum.

* * *

Beşinci grupta insan ve evren anlayışımda gelişim ve farkına varış yolculuğu başlatan kitaplardan söz etmek istiyorum.

***Kozmos* / Carl Sagan**

Burada ve şu an, mesela şimdi sizlerle konuşurken anlattığım öykülerden daha üst düzeyde bir meta anlatı bu. 1996'da kaybettiğimiz Carl Sagan, zamanımızın en parlak bilim adamlarındandır. İçinde varlığımızı sürdürdüğümüz akıllara durgunluk veren Kozmos'un sonsuzluğunu dile getirirken bilimin geçmişine, şimdiki zamanına ve geleceğine ilişkin muhteşem bir eser yazmış. Evrenin gizemiyle ilgilenenlere okumalarını öneririm.

***Bir Yogi'nin Otobiyografisi* / Paramahansa Yogananda**

Bende derin izler bırakan bir kitap... Okurken, "Bu kadar da olmaz artık!" dediğim yerler oldu. Bilinçli okunmadığı takdirde "safsata" olarak değerlendirilmeye ya da aşırı uca gidip kendini fazla kaptırmaya açık gibi geliyor. Kitap benim ufkumu açtı. Mistik dünyaya karşı tavrım sağlam bir nörobiyolojik temel buldu. Yaşam dediğimiz karmaşık bütünün başka boyutları da olabileceğini düşündürdü ki, bu sağlıklı bir katkıydı. Bu kitabı okuduktan sonra kendimi sufiliğe daha yakın hissettim. Kitapta evrene, yaşama farklı bir bakış anlatılıyor. Yogi felsefesini merak edenler için okunası bir kitap...

***İç Özgürlük* / Jiddu Krishnamurti**

Krishnamurti çoğu kere rahatsız edicidir. O duyguyu aşabiliyorsanız, onda temel bir dünya görüşü ve değerler sistemi görürsünüz. Dünya çapında etkili olmuştur. "Tek istediğim insanların koşulsuz ve mutlak bir özgürlüğe ulaşmalarına

yardımcı olmaktır," der. Dünyanın dört bir yanında konuşmalar yaparak, okullar açarak bu isteğini gerçekleştirmeye çalıştı. Bir yüzyıla yaklaşan yaşamını insanların gözlerinin bağlarını, ayaklarının kösteklerini çözmeye adadı. Kendisini tanımak için temel bir kitaptır. Aydın bir insan olmayı hedefleyenlere öneririm.

***Mesnevi* / Mevlana (Şefik Can'ın tercümesi)**

Elimde birden altıya kadar olan ciltler var. *Mesnevi*, düşüncelerini kıssalar ve hikâyeler ile anlatan bir eserdir. Hikâyelerin kaynağı başta Kur'an olmak üzere tasavvufi menkıbeler ve geniş bir rivayet kültürüdür. Ayetler, hadisler, telmihler, hikâyeler, fıkralar, özdeyişlerle dolu bir eserdir. Hâlâ okumaya devam ediyorum ve okuyup notlar aldıkça zenginleştiğimi hissediyorum. Kafamda yeni bir kavram oluşmaya başladığı zaman "*Mesnevi*'de benzeri var mı?" diye bir tarama yaparım. Sürekli ufkumu açan bir kaynaktır.

* * *

Altıncı grupta kültür, din, toplum, değişim üstüne okuduğum ve etkilendiğim kitaplardan söz etmek istiyorum.

***Beyaz Zambaklar Ülkesinde* / Grigory Petrov**

Bataklıklar ve kayalıklar ülkesi olan, iki milyon nüfusa sahip Finlandiya'nın okumuşundan köylüsüne, askerinden din adamına ve öğretmenine kadar tüm halkın hep birlikte el ele vererek ülkelerini kalkındırma mücadeleleri anlatılıyor. Okuyunca bir öğretmenin gücünün ne kadar büyük olabileceğini anladım. "Kendin ve ülken için hayatta nasıl bir yol, nasıl bir strateji izlemek gerek?" sorusuna kafa yoranların okuması gereken bir kitap...

***İslam Tasavvufunun Meseleleri* / Erol Güngör**

Erol Güngör ve ben İstanbul Üniversitesi'nin Psikoloji Bölümü'nde Prof. Dr. Mümtaz Turhan'ın asistanıydık; aynı ofisi paylaştık. Maalesef genç yaşta rahmetli oldu. Tasavvuf ve İslam meselelerine ilgi duyardı. Dedesi müderrismiş ve torununa daha beş yaşından itibaren Osmanlıca ve eski yazıyı öğretmeye başlamış. Yani Güngör, Latin alfabesiyle beraber Osmanlı alfabesini de öğrenmiş. Kendisi sosyal psikolojinin kavramlarıyla tasavvuf yaklaşımını bir araya getirip bir analiz yapmıştır. Güngör'ün kendi başına bir kaynak olduğunu düşünüyorum. Tasavvuf konusunu ele aldığı bu eserinde; bir sosyal bilimci olarak tasavvufun tarih, felsefe ve sosyal psikolojinin ışığında nasıl teşekkül ettiğini ortaya koymuş ve İslamiyet'teki yeri konusunda değerlendirmeler yapmıştır. Sosyoloji, İlahiyat ve Eğitim Fakültesi öğrencilerine özellikle öneririm.

***Garplılaşmanın Neresindeyiz?* / Mümtaz Turhan**

Önemli bir eser... Turhan'ın *Kültür Değişmeleri*, *Maarifimizin Ana Dâvaları ve Bazı Hâl Çareleri* de okuduğum ve önem verdiğim kitaplar arasındadır. Mümtaz Hoca hayatımda çok önemli bir rol oynamış bir bilim insanıdır. Batılılaşma tutumunun temelinde bilimsel düşünceyi önemseyen ve bilim insanı yetiştirmeyi hedefleyen bir yaklaşımın olması gerektiğini açık seçik ifade etmiştir. Bugün ben de kendimi aynı konuyla ilgili yazan ve konuşan biri olarak görüyorum, Türk düşünce tarihi içinde *Garplılaşmanın Neresindeyiz?* kitabının önemli bir yeri olduğunu düşünüyorum. Türk siyasi tarihi ve toplumsal değişim süreçleriyle ilgilenenler okumalı.

***Bir Medeniyet Teorisi & Kültür ve Medeniyete Yeni Bir Bakış* / Yılmaz Özakpınar**

"Kültür" ve "medeniyet" sadece Türkiye'de değil, kullanılmaya başlandıkları zamandan itibaren bütün dünyada kafaları karıştıran belirsiz kavramlardır. Sosyal bilimlerin farklı dallarında eser veren pek çok bilim insanı bu iki kavramı tanımlamaya çalışmışlardır. Yılmaz Özakpınar bugüne kadar öne sürülen teorileri tahlil ediyor, sonra da kendi önerisini sürüyor ve toplumun yaşayan değerlerini o toplumun uygarlığının temellerine koyuyor. Ufkumu açan bir kitap... Türk toplumunun sosyal değişimiyle ilgilenen gençlere öneririm.

* * *

Atatürk'ün eseri *Nutuk*, kendi başına bir kategori; onu da burada ele almadan edemezdim.

***Nutuk* / Mustafa Kemal Atatürk**

Nutuk, Atatürk'ün Kurtuluş Savaşı dönemini birinci ağızdan aktardığı, Cumhuriyet tarihi açısından önemli bir eserdir. Bu kitap Atatürk'ün Samsun'a çıktığı tarih olan 19 Mayıs 1919'dan Cumhuriyet sonrası inkılap dönemine kadarki (1927) zaman diliminde gelişen olayları ayrıntılı olarak anlatmaktadır. 15-20 Ekim 1927 arasında Cumhuriyet Halk Fırkası Kongresi'nde bizzat Mustafa Kemal Paşa tarafından okunmuştur. Atatürk'ü gerçekten anlamak isteyen, felsefesini, dünya görüşünü tanımak isteyen her Türk vatandaşı için ideal bir kaynak... Özellikle ülke sorunlarıyla ilgilenen ve siyasi nitelikli bir kariyer düşünen gençlere ısrarla öneririm.

DOĞAN CÜCELOĞLU ÖNERİYOR:
Etkili ve Ufkumuzu Açan Kitaplar

Siddhartha / Hermann Hesse
Yüreğinin Götürdüğü Yere Git / Susanna Tamaro
İnce Memed 1-4 / Yaşar Kemal
Medeniyetler Çatışması / Samuel P. Huntington
Ermiş / Halil Cibran
Yüzyıllık Yalnızlık / Gabriel Garcia Marquez
Suç ve Ceza / Dostoyevski
Sünger Avcısı / Panait Istrati
İnsanın Anlam Arayışı / Victor E. Frankl
Hasta Toplumlar / Robert B. Edgerton
İçimizdeki Şeytan / Sabahattin Ali
Yabancı / Albert Camus
Nietzsche Ağladığında / Irvin Yalom
Fatih Harbiye / Peyami Safa
Satranç / Stefan Zweig
Bir İdam Mahkumunun Son Günü / Victor Hugo
Kiralık Konak / Yakup Kadri Karaosmanoğlu
Saatleri Ayarlama Enstitüsü / Ahmet Hamdi Tanpınar
Mutluluğun Kitabı / Dalai Lama – Desmond Tutu – Douglas Abrams
Esir Şehir Üçlemesi: Esir Şehrin İnsanları, Şehrin Mahpusu, Yol Ayrımı / Kemal Tahir
Çavdar Tarlasında Çocuklar / J. D. Salinger
Oblomov / İvan Aleksandroviç Gonçarov

NE DİNLEYELİM?

Müzik evrensel bir dildir. Doğal olarak her toplumun kültürü içinde, o dönemde yaşayan insanların gönüllerinde ve kafalarında oluşmuş ve kendilerine özgü ifadesini bulmuştur. İlk görünüşte birbirinden farklı görünseler de hepsinin insanın özünü ifade eden yönleri vardır. Bir aile, çocuklarının; bir toplum, vatandaşlarının "insan olarak gelişmelerini" önemsediği oranda bu evrensel dilden yararlanır. Böylece müzik yoluyla insan kardeşimiz Çin, Hindistan, Rusya, Afrika, Arabistan, Brezilya, Almanya, İtalya veya Anadolu'da, her nerede doğmuş olursa olsun, onun hüznünü, mutluluğunu, özlemini, coşkusunu, acısını ve kendini aşma özlem ve çabasını "duyabiliriz."

Klasik Batı müziğini sevdiğimi ve ondan derinden etkilendiğimi söylemeliyim. Ayrıca hem pop müziğine hem de sahne müziğine aşinalığım var ve derin anılara da sahibim. Meksika ve Amerika halk müziğine, Akdeniz kültürlerinin -Yunan, İtalyan, Fransız, İspanyol- müziklerine tutkunum. Ama şimdi bir Anadolu çocuğu olarak, Anadolu'nun gönül dilini duyduğum müzikten ve kişilerden söz etmek istiyorum. Yirmi beş yıl yurtdışında yaşamış ve içinde taşıdığı çocukta Anadolu kültürünü keşfetmiş biri olarak hüznümle, kederimle, melankolimle konuşayım.

Aşık Veysel

Felsefi yönünün incelenmesi gerektiğini düşündüğüm biri... "Aslında hakikat insanın içinde; kişi, bütün gürültüleri durdurup ona ulaşabilirse bu hakikati hisseder." Bu anlayış bana sanki Aşık Veysel'in bir parçası gibi geliyor.

"Dost dost diye nicesine sarıldım/Benim sadık yârim kara topraktır" diye başlayan dizeleri bir dünya görüşünü yansıttığı kadar onun yalnızlığını da anlatıyor. Batı ve Doğu filozoflarının asırlarca üzerinde konuştukları önemli konuyu kendi şivesiyle hepimizin anlayabileceği bir dile dökmüş:

Uzun ince bir yoldayım
Gidiyorum gündüz gece
Bilmiyorum ne hâldeyim
Gidiyorum gündüz gece

Dünyaya geldiğim anda
Yürüdüm aynı zamanda
İki kapılı bir handa
Gidiyorum gündüz gece

Okurlarımın affına sığınarak varoluşçu felsefenin kurucularından Edmund Husserl'in fenomenolojik yaklaşımını özetleyen şu dizeyi de eklemek istiyorum:

Anlatamam derdimi dertsiz insana
Dert çekmeyen dert kıymetin bilemez
Derdim bana derman imiş bilmedim
Hiçbir zaman gül dikensiz olamaz

Evde bu türküyü ergen çocuklarımla hiç konuşmadan öylece dinleyip üzerine sohbet etmek isterdim. Hiç nasihat etmeden, konuşarak yaşam üzerine sadece sohbet. Gençlerin "*Derdim bana derman imiş bilmedim*" sözünden ne anladığını

duymak isterdim. Ne anlıyorlar, "*Hiçbir zaman gül dikensiz olamaz*"dan? Bu tür sohbetlerle çocukların iç dünyasının zenginleşeceğinden eminim. Gel gör ki kültürümüzün bu zenginliklerini çocuklarımla oturup dinleyemedim; hüzünlüyüm. Bu yüzden ülkemde ebeveynler ve çocuklar birlikte bu türküleri dinlesinler, sonra sohbet etsinler isterim. Dahası kültürümüzün böyle bir zenginlikle onları kucakladığına ve bunun keyfini birlikte çıkardıklarına şükretsinler.

Özay Gönlüm

Ben Silifke yörüklerindenim. Özay Gönlüm de Denizli yörüklerinden. Yörük kültürünün dinamiği içinde ilişki kuruş ve söyleyişi yeni ve yaratıcı geliyor bana. Çince, Bengalce, Tayca olmak üzere on iki farklı dilde türkü söylemiş biri. Yerel şiveyi kullanışı o kadar doğal ve onu o kadar iyi özümsemiş ki, anlatılan insan öyküsünü yakından tanıdığımı hissediyorum. *Çöz de Al Mustafa Ali* türküsüne girişteki öyküyü herkesin dinlemesini öneririm. Kibarlık kaygısı diye bir şey yok, otantik özden ibaret... Dinlemeyi en sevdiğim *Umman Nine Mektupları* özellikle bir numaradır. Dikkatle dinlerseniz, Dostoyevski'nin *Karamazov Kardeşler*'inde anlattığı karakterleri orada duyarsınız.

Erkan Oğur

Ablamın oğlu Mehmet akıllı bir çocuktu. Türkiye'de fen lisesine seçilen ilk öğrencilerden ve yine ilk mezunlardan biridir. Doktor oldu, uzmanlık dalı olarak kardiyolojiyi seçti. Felsefe kitapları okumaya bayılırdı. İyi niyetli, temiz kalpli biriydi ama içinde sürekli taşıdığı bir hüzün vardı. Kısa süre önce beyin tümörü nedeniyle sevgili Mehmet'i altmış üç yaşında kaybettik. Son günlerinde kendisini hastanede ziyaret ettim. İkimiz de bunun son görüşmemiz olduğunu biliyorduk.

"Şimdi seninle bir türkü dinlemek istiyorum, neyi dinleyelim?" diye sordum.

Gülümsedi, yüzüme baktı, "Dayı ben de senden bunu beklerdim zaten," dedi. Kahkahalarla gülerken bir yandan da ağlamaya başladık. "Beraber," dedi, "Erkan Oğur'dan *Bir Derdim Var Bin Dermana Değişmem* dinleyelim."

Dinledik. Kendisiyle son anım da bu oldu. Ama o an ne büyük bir zenginlik kattı hayatıma anlatamam! *Bir derdim var bin dermana değişmem*. Kafamız anlamasa bile içimiz anlıyor, biliyor. Erkan Oğur kültürümüzün bir zenginliği. "Yüreğinin götürdüğü yere git," zamanlarımda Erkan Oğur dinlerim. Bir yanım bilir neden gözlerimden şıpır şıpır yaşlar döküldüğünü.

Sabahat Akkiraz

Sesi, ritmi, varoluşu beni derinden etkileyen bir sanatçı... Sevdiğim, dinlemekten ve seyretmekten zevk aldığım pek çok türküsü var; birkaçını şöyle sıralayabilirim: *Değme Felek, Tevhid, Ne Ağlarsın, Erenler Cemine, Beni Beni* ve *Geçti Dost Kervanı.*

İbrahim Tatlıses

Bazı okurlarıma tuhaf gelebilir ama İbrahim Tatlıses'in hayatımda ayrı bir yeri olduğunu söylemeliyim. Allah vergisi, kendine has muhteşem bir sesi ve söyleyişi var. Ayrıca tam bir kültürel mozaik; Arapçadan, Kürtçeden gelen bir Güneydoğu Anadolu tınısı var. Kişilik yapısı da hem yöresel hem de kendine özgü... Kendi yaşam felsefem ve saygı duyduğum insan modeli açısından baktığımda alkışlayacağım bir insan değil. Hangi aileye doğdu, nerede kimlerle yetişti, hayat deneyimleri ne oldu, kimler ona rehberlik yaptı? Bir sosyal bilimci olarak ilgilenirim. Fakat dinlerken onun, müziği kendi içinde derinlerde hissettiğini görüyorum.

Tatlıses'ten *Muradı Böyle*'yi dinlerken onu gerçekten duyuyorum. Uzun havanın hakkını veriyor. Hüzünlü, öfkeli, özlemli, coşkulu birçok anımın içinde onun sesi ve söyleyiş tınısı var. Aklıma gelen birkaçını söyleyeyim: *Ayağında Kundura, Bir Kulunu Çok Sevdim, Bebeğim, Kara Üzüm Habbesi, Mavi Mavi, Yalnızım* ve *Ben de İnsan Oğluyum.* Şunu da söylemeden geçemeyeceğim; Urfa Sıra Geceleri'nin tanınmış isimlerinden Kazancı Bedih adıyla tanınan Bedih Yoluk'u da zevkle dinlerim.

Orhan Gencebay

Orhan Gencebay hem söz hem de saz olarak güçlü bulduğum bir sanatçı... Şimdiki bilincimle üniversitede psikoloji ve iletişim dersleri veriyor olsaydım, mutlaka kendisini davet eder ve sınıfımda onunla sohbet eder, hayata bakış tarzını öğrencilerime anlatmasını isterdim. Benim gözümde kendine özgü bir filozof ve toplumumuzun bir zenginliğidir. Verdiği bir röportajda, "Şu bir gerçek, 70'li yıllar çok kötü yıllardı. Günde yüz-yüz elli kişi öldürülüyordu. 1975'te böyle bir Türkiye'de yaptım *Batsın Bu Dünya*'yı. O, Türkiye'nin ağıtıdır, ağlanacak parçasıdır," dediğini okumuştum. Şüphesiz bireysel, toplumsal sorunlardan kaynaklanan "dertleri, duyguları, özlemleri, acıları" dile getirmiştir. En sevdiğim ve etkilendiğim şarkıların arasında şunlar var: *Batsın Bu Dünya, Hatasız Kul Olmaz, Bırakın da Yaşayalım, Hor Görme Garibi, Dertler Benim Olsun, Beni Böyle Sev* ve *Yarabbim.*

Neşet Ertaş

Anadolu halk müziği ustalarının önde gelenlerindendir. Ertaş, "Babamla ben aynı ruhun insanlarıyız," diyerek etkilendiği tek kişinin babası Muharrem Ertaş olduğunu söylemiştir. Hayatında hastalıklar, inişler-çıkışlar yer almış; uzun süre Almanya'da kalmıştır. Beni en etkileyen, gönlümü saran türküleri

arasında şunları saymak isterim: *Neden Garip Garip Ötersin Bülbül, Ah Yalan Dünya, Gönül Dağı, Kendim Ettim Kendim Buldum, Zahidem, Dertli Yoldaş* ve *Tatlı Dile Güler Yüze.*

Silifke Türküleri ve Oyun Havaları

İçel yöresinin kendine özgü bir tınısı ve müzik anlayışı vardır. Konya, Karaman, Mut, Gülnar, Ermenek, Silifke yöresinin havalarında bunu duyarsınız. Çocukluğum hem ailemde hem de çevremde Silifke havalarını dinleyerek geçtiği için hoşuma giden ve anılarla dolu bazılarının isimlerini vermek istiyorum. Musa Eroğlu bağlamasıyla bu havaların çoğunu dile getirmiş bir halk ozanıdır. *Açıl Ey Ömrümün Varı, Anamur Yolları, Aşıp Aşıp Gider Yaylanın Yolu, Badı Saba Derler Erken Esene* ve *Hafız Mektepten Gelir* (bu ikisini rahmetli Hasan Ağabeyim içten söylerdi,) *Eski Sille* (oyun havası), *İndim Geldim Silifke'den Yanına, Portakal Zeybeği, Silifke'nin Yoğurdu, Tımbıllı, Sarı Yaylam* ve daha niceleri.

Hayallerimden biri de bir gün bir konferansımdan sonra, sahneden inmeden önce davulumu Silifke'de gördüğüm gibi kucağıma almak ve bir iki Silifke türküsü söylemektir. İnşallah nasip olur.

NE İZLEYELİM?

Sanırım seçtiğim filmler olayların türüne göre değil, anlamın derinliğine göre bana çekici gelen filmler. Beni etkisi altına alıp düşündüren filmlerden bir demet seçtim.

***Sürü* / Yönetmen: Zeki Ökten (1979)**

Yılmaz Güney hapisteyken senaryosunu yazdığı bu filmde çağ dışı kalmış bir toplumun, ezilen kişilerin ve doğan çatışmaların geniş bir panoramasını sergiler. Filmde, bir sürünün Anadolu'nun doğusundan batısına trenle taşınması ön plana alınarak, Anadolu'nun yoksulluğu, çaresizliği ve o günlerin siyasal çelişkileri ve çatışmaları perdeye yansıtılmaktadır. Türkiye'nin sosyal dinamikleri ve geleceğiyle ilgilenen gençlere öneririm.

***Babam ve Oğlum* / Çağan Irmak (2005)**

Bir toplumda neden sık sık askerî darbeler olur? Bir ailede neden baba-oğul birbirine küser, birbiriyle konuşmaz hâle gelir? Seven gençlerin büyük çoğunluğu neden acı ve hüzünle ilk aşklarını hatırlarlar? Çünkü... "Çünkü" kelimesinden sonra muhafazakâr, devrimci, sosyalist, feminist, nihilist farklı yorumlar getirilecektir. Hepsi de haklıdır; Alman filozofu Edmund Husserl, "Bilinç gelişmeden o bilince uygun niyet gelişemez," der.

Bu film pek çok tartışmaya neden oldu. Bana göre iki farklı kültürün nasıl çatıştığını, sonuçta "can"ın nasıl galip geldiğini anlatıyor. Türkiye'nin sosyal dinamikleri ve geleceğiyle ilgilenen gençlere öneririm.

***Bir Zamanlar Anadolu'da* / Nuri Bilge Ceylan (2011)**

Bu filmde kültürel, toplumsal ve psikolojik olgular iç içe geçmiş durumda; hem birbiriyle bağdaşan hem de tezatlıklar kuran, okunmaya açık durumlar yaratıyor. İzleyenin iç dünyası ne kadar zenginlik görmeye hazırsa, filmde o kadar zenginlik bulabilir. İzledikten hemen sonra değil ama bir gün sonra üzerinde konuşulacak, sohbet edilecek bir film...

***Kış Uykusu* / Nuri Bilge Ceylan (2014)**

Karakterler güçlü... Tiyatroculuktan emekli olduktan sonra, babasından kalan mülkü idare etmek üzere eşi ve ablasıyla birlikte Kapadokya'daki otele yerleşen orta yaşlı "entelektüel" bir erkek... Etrafında olup bitenlerle ilgili hiçbir sorumluluk taşıma gereği hissetmiyor. Gerçekle arasındaki mesafe açılacak mı, kapanacak mı? Film bu sorunun etrafında şekilleniyor. Hikâyedeki diğer karakterler "entelektüel"in durumunu netleştirme işlevini üstlenmiştir. İnsanı tanımaya önem verenler için önemli bir kaynak... Özellikle psikoloji, sosyoloji, iletişim okuyan gençlerin seyredip üzerine sohbet edecekleri bir film olarak görüyorum.

***Umut* / Yılmaz Güney, Şerif Gören (1970)**

Yine Yılmaz Güney'in güçlü bir filmi... Film boyunca kahramanın taşıdığı umut kimilerine biraz safça görünebilir. Ama ne yapsın? O umut hayatına anlam katıyor, yaşamına devam edebilmesi için buna ihtiyacı var. Seyrederken insanın içi gidiyor ve dışarı çıktığın zaman, "Etrafımda böyle insanlar var,

şimdi onlardan birini görebilirim," diyebileceğin bir konuma geliyorsun. Küçümsenmeyecek önemli bir kazanım... Özellikle üniversite gençlerine öneririm.

***Züğürt Ağa* / Nesli Çölgeçen (1985)**

Yeşilçam filmlerinde genelde ağanın baskısı altında ezilen köylünün öyküsü anlatılır. Bu film ise ağanın gözünden bir dünyayı anlatmaktadır. Sosyolojik olarak güçlü bir film; feodal sistemin çöküşünü, İstanbul'a göçü, göç edenleri, bireysel umutları, hayalleri, çabaları açık seçik bir şekilde seyrediyoruz. Bu filmde güçlü tipler ve zenginlikler var. "Bu kadar da olabilir mi?" denebilecek uçukluklar olsa da bunlar mümkün ve bu nedenle psikoloji alanı için de önemli bir film... Eğitim Fakültesi, psikoloji ve sosyoloji öğrencilerine önemle öneririm.

***Namuslu* / Ertem Eğilmez (1985)**

Çevresinde hor görülüp adam yerine konmayan karakter, bir ay başı çalıştığı dairenin maaşlarını almak için Merkez Bankası'na gidip çıkışta parayı iki soyguncuya kaptırınca herkes paranın onda olduğunu sanır. Böylece itibarı birden artar. Sonunda Ali Rıza hırsız damgası yiyerek itibar görmeye tahammül edemez ve çevresinden intikam almaya karar verir. Bu kitap boyunca sık sık dile getirdiğimiz dış tanıklık ve iç tanıklık olgularını bu filmde iş başında görüyoruz. Kendi kişisel gelişimiyle ve çocukların eğitimiyle ilgilenenlere öneririm.

***Bisiklet Hırsızları* / Vittorio De Sica (1948)**

Filmde Vittorio De Sica, İkinci Dünya Savaşı sonrası yoksul Roma atmosferi içerisinde, var olma mücadelesi veren sıradan bir işçi perspektifinden umut, utanç ve yitiriliş üçgeni ekseninde insanlık durumunu gözler önüne sermektedir. Hiçbir şeye sahip olmamanın, yokluğun içerisindeki mutluluk arayışı.

Küçük küçük şeylerle mutluluğa nasıl ulaşılabileceği işleniyor. İnsanın kendi öyküsünü oluştururken bunun farkında olmak ne kadar önemli... Gençlerin bu filmi seyrettikten sonra üzerine sohbet etmelerinin geliştirici olacağını düşünüyorum.

***Hayat Güzeldir* / Roberto Benigni (1997)**

Filmde Nazi toplama kampında tutulan bir baba ile çocuğunun hikâyesini izliyoruz. Hikâyede baba, çocuğu savaş ve toplama kampının dehşetinden uzak tutmak için oyunlar icat edip her şeyi oyunlaştırmaya çalışıyor. Seven bir babanın oğlunun psikolojik sağlığı için başvurduğu yaratıcılığı ve cesareti görüyoruz. "Kahraman kimdir?" sorusuna cevap arayanlar için farklı bir bakış... Bence gerçek kahraman burada işte. Yani çocuğuyla olan ilişkisindeki o baba. Hayata bakışında ve mücadelesinde... Edebiyat, psikoloji, sosyoloji ve felsefe öğrencilerinin seyredip üzerinde konuşabilecekleri bir film...

***On İki Öfkeli Adam* / Sidney Lumet (1957)**

On iki jüri üyesinin ABD'deki jüri sistemi gereğince bir karar vermeleri gerekir; aksi hâlde dava süreci bitmeyecektir. Hepsi davayı bitirme derdindeyken içlerinden biri mahkûmun suçlu olup olmadığı konusunda hâlâ kararsızdır. Peki niye bu adam tek başına bunu dert ediyor? Mahkûm tanıdığı biri değil ama ya idama gidecek ya da serbest bırakılacak. Bu kadar ciddi bir karar... Kendine gönül rahatlığıyla hesap verebilmek, rahat uyumak istiyor. Sonunda konuşa konuşa öyle bir noktaya geliniyor ki, adamın masumiyeti ispat ediliyor ve adam kurtuluyor. Bütün bu süreci anlatan güçlü bir film... Bu kitap boyunca ısrarla altını çizdiğimiz, kişinin kendi tanıklığını keşfetmesi ve yaşatmasının hem birey hem toplum hem de adil bir gelecek için ne kadar önemli olduğunu yeniden görüyoruz.

***Forrest Gump* / Robert Zemeckis (1994)**

Sıcak, sımsıcak filmlerden biri bana kalırsa. Öyle bir kahraman ki evet, entelektüel bir bozukluğu (*intellectual disability*) var ve iyi bir insan! Olayları görüyor ama anlam verişi kendi kapasitesine göre. Ayrıca kendi içinde tutarlı ve dürüst... Çok güçlü bir film... Filmi seyrederken insan doğasının muhteşemliğini, toplumsal dinamiklerin gücünü ve hayatın akışını gözlemliyorsunuz. Öğretmenlerin öğrencileriyle seyredip üzerinde sohbet edebileceği muhteşem bir film...

***Ölü Ozanlar Derneği* / Peter Weir (1989)**

1959'da geçen film başarılı ve bir o kadar da farklı olan edebiyat öğretmeninin disiplinli bir erkek okulu olan Welton Academy'de öğretmenlik yapmasıyla başlar. Bay Keating, çoğu baskı altında olan öğrencileri edebiyat ve şiirin bambaşka dünyasıyla tanıştırır. Onlara özgürlüğü, hayatı yeniden anlamayı, dünyaya farklı açılardan bakmayı öğretir. Bu öğretmenin, Welton Academy'nin gelişimci değil, kalıplayıcı felsefesiyle tam örtüşmeyen bir ders anlatımı vardır. Bu filmi, özellikle ebeveynlerin ve mesleğini önemseyen öğretmenlerin izlemesini isterim.

***The Pursuit of Happyness* (*Umudunu Kaybetme*) / Gabriele Muccino (2006)**

Bu, evliliğinde başarısız olan bir adamın oğluyla verdiği yaşam mücadelesini anlatan bir film... Gerçek bir hayat hikâyesini anlatan kült bir eserdir. Adamın şanssızlıkları oluyor, düştüğü zor durumdan dolayı eşi çekip gidiyor. Ev sahibi onları evden atıyor. Oğluyla birlikte sokakta yatıyorlar, bakımevlerinde kalıyorlar. Ama baba, oğlunu hiçbir zaman bırakmıyor ve karamsarlığa düşmeyip elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışıyor. Neticede yavaş yavaş yeni bir hayat inşa ediyorlar. Azimle ve umutla, ellerinden gelenin en iyisini

yapıp gayretlerinin sonuçlarını alıyorlar. Çok güçlü, gerçek bir hikâye... Özellikle Eğitim Fakültesi, psikoloji ve sosyoloji öğrencilerine öneririm.

***Into the Wild (Özgürlük Yolu)* / Sean Penn (2007)**

Şehrin kirliliğinden, keşmekeşinden bunalıp doğaya dönmüş, orada yavaş yavaş kendi özünü ve gücünü keşfetmiş, kendisini bulduktan sonra da şehirde de anlamlı bir hayat inşa edilebileceğini anlayıp geri dönmüş birinin hikâyesi... Yeniden altını çizmek ve öğretmenlere hatırlatmak istiyorum, özellikle ergenlerle beraber seyredilecek çok güçlü bir film bu.

***Baba Serisi* (*Godfather*) / Francis Ford Coppola (1972)**

New York'ta yaşayan güçlü bir İtalyan mafya ailesinin hikâyesini anlatan bu film serisinde bir kültür yapısının işleyişi, değerleri ve ilişkileri var. Filmde alttan alta çatışan değerlerle ilgili anlamlı ve güçlü gözlemler yapabiliyorsunuz. Kendi içinde bir tutarlılığı var. Müthiş güçlü karakterler barındırıyor. Aşiret ruhunu anlamak için dikkatle izlenecek ve üzerinde konuşulacak bir film...

İNDEKS

1960'lı yıllar 96

A
Aile başarısı 129, 130, 131
Aile ilişkileri 126
aile kurumu 196
Aile ortamı 29, 40, 139, 238
Akran tanıklığı 121
Algılama 91
Alvin Toffler 201
Amerika 71, 81, 95, 96, 99, 100, 101, 102, 103, 134, 173, 174, 216, 217, 218, 219, 230, 242, 249, 278, 283, 289, 290, 291, 301
Anadolu 41, 112, 281, 282, 283, 287, 301, 304, 305, 307, 308
Anadolu halk kültürü 41
Anaokulu 112, 113, 139, 257, 295
Ankara 4, 96, 97, 98
Ankara Atatürk Lisesi 4, 96
Anlam arayışı 91
Anlam verme sistemi 84, 85, 89, 97, 101, 108, 146
Asvan Barajı 83
Aşık Veysel 217, 218, 302
Aşkınlık 30, 31, 59, 127
Avrupa 21, 189, 217, 218, 233

B
Bağımlılık 189
Başarı 130, 131, 292
Batı dünyası 153, 218
Beden dili 28
Bedensel faaliyet 189
Beethoven 217
"ben" bilinci 60, 216, 262, 263
Ben merkezli 261
"ben" niyeti 241
Beyin gelişimi 146
Bilim insanı 85, 96, 97, 139, 140, 177, 208, 226, 245, 269, 298, 299
Bilişim teknolojisi 183
Bireyin kutsallığı 244
Bireyin potansiyeli 39, 247, 248
Birey olma bilinci 10, 55, 83, 196, 230
Biyolojik yapı 148
"biz" bilinci 34, 41, 217, 244, 263
Biz merkezli 261
"biz" niyeti 53, 241
"biz" sorumluluğu 33

C
Cahit Okurer 4, 96
Cahit Sıtkı Tarancı 272
California 97, 98, 100, 101, 190, 245
Canan Dila 220

"can"a odaklı kültür 41, 45, 166
"can"a ulaşmak 41, 45, 166
Carlos Castenada 33, 211
Charles Osgood 71, 97, 100
Cinsellik 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157
Covid-19 231, 233, 264, 265, 266, 278
Çocuk gelişimi 192, 291

D
Danimarka 189, 228, 229, 233
Dan Slobin 97
David Eagleman 261, 262
Değerler bilinci 215, 292
Demokrasi 261
Denetim odaklı korku kültürü 31, 157
Depresyon 47, 72, 99, 153, 154, 185
Dış tanıklığa önem veren kültür 32
Don Juan Matus 211
Duygular 30, 35, 45, 49, 54, 56, 62, 65, 68, 71, 91, 106, 120, 122, 123, 124, 130, 142, 146, 147, 148, 151, 152, 153, 158, 174, 175, 179, 184, 185, 187, 207, 208, 217, 218, 231, 240, 248, 270, 305
Dürüstlük 58, 155, 228, 235, 237, 253

E
Ebeveyn-çocuk ilişkisi 161, 193
Eğitimin niyeti 139, 140
Eğitim sistemi 22, 56, 64, 112, 113, 132, 189, 192, 193, 198, 235, 251
Ekip olma bilinci 10, 11, 192, 239, 244, 259
Ergenlik 147, 154
Erich Fromm 150, 220, 288, 292
Erkek insan 145
Eş seçimi 163, 195, 197, 199, 200, 294
Etki alanı 16
Evlilik 166

F
Fado 159
Farkındalıklar 9, 10, 39, 82, 110, 112, 113, 164, 173, 269
Franz Kafka 272
Fulbright Bursu 4, 97
Fullerton 4, 100, 101
Fyodor Dostoyevski 272, 300, 303

G
Geleneksel kültür 164, 198, 251
Gelişim odaklı değerler kültürü 15, 31, 141, 142, 191, 237, 252
Gelişim potansiyeli 38
George Orwell 272
Gerçeğe saygı 226, 245, 253
Gezme kültürü 283
Gönül dili 62
Gözlemleyen bilinç 53, 68
Güven ortamı 33

H
Hacettepe Üniversitesi 97
Hakkaniyet 244
Hedonizm 43, 154
Hiyerarşi 20, 32, 108, 113, 119, 132, 139, 159
Hüzün 49

İ
İç ana-baba 109
İç disiplin 260
İçimizdeki çocuk 47
İç tanıklığa önem veren kültür 31, 32, 33
İletişim bilinci 140
İlgi alanı 21
İlkokul 40, 94, 110, 142, 155
İnanç ve değerler 30, 58, 59, 127, 147, 148, 151, 164, 165, 188, 208, 217, 218

İnsan doğası 58, 219
İnsanın anlam arayışı 65, 300
İnsan varoluşu 151, 154, 188, 208
İstanbul 19, 94, 177, 186, 281, 298, 309
İstanbul Üniversitesi 4, 94, 177, 298
İşbirliği 237, 244
İş kurumları 234
İş seçimi 294

J
Jim Rohn 184
John Wooden 190, 292
Jordan B. Peterson 229, 230

K
Kadın-erkek ilişkisi 95, 147, 160, 165
Kadın insan 145
Karı-koca ilişkisi 159, 166, 167, 237
Kaygı 200
Kemal Tahir 272, 300
Kendini keşfetme yolculuğu 142, 207
Keşif ortamı 46
Kızılderili Don Juan 33
Korku kültürü 108, 234, 252, 259
Kul hakkı 27, 238
Kurumlar 45, 64, 205, 231, 233, 234, 235, 236, 266, 290
Kuzey Avrupa 189, 218, 233
Kültür 2, 127, 231, 235, 284, 298, 299
Kültürel dönüşüm 39
Kültürel etkileşim 58
Kültür robotu 231

L
Latin Amerika 217
Lev Tolstoy 272

M
Mahalle 79, 88, 147, 284
Manevi olgunluk 154
Mark Twain 272
Martin Seligman 208, 288
Meditasyon 68
Mentor 105
Mentorluk 105, 106, 108
Merak 70, 253
Mesleki başarı 208
Meslek seçimi 195, 208, 209, 210, 294
Millî eğitim politikası 138
Modern eğitim 191
Muazzez Aktolga 94
Mustafa Kemal Atatürk 188, 299
Mutluluk 125, 127, 288, 289
Mutluluk fetişizmi 43
Müfredat programı 191
Mümtaz Turhan 177, 298
Müzik 150, 192, 274, 301

N
Nihilizm 137, 153, 154
Niyetin saflığı 53, 56, 57, 58

O-Ö
Odaklanma 174, 175
Okul başarısı 128, 132
okul seçimi 195
Olgunlaşma 31, 112, 269
Ortaokul 4, 79, 94, 117, 155, 274
Otantik insan 76, 78
Otorite 56, 71, 132, 136, 141, 227, 257, 260
Öğrenme niyeti 173
Öğrenme süreci 19, 92, 172
Öğretmen 93, 141, 251
Ölüm 129, 147, 211
Öncelikler hiyerarşisi 19, 92, 172, 132
"öteki" 140, 191, 235, 236, 238, 242, 247, 248
Öze güven 136, 138
Özgüven 125, 136, 137, 280, 281, 293

P
Para yönetimi 212
Pareto ilkesi 133, 203
Portekiz 159
Psikoloji 4, 94, 97, 100, 177, 272, 286, 298

R
Refah seviyesi 220
Richard Layard 125, 288
Robert Edgerton 226

S-Ş
Sabahattin Ali 272, 300
Sağlıklı gelişim ortamı 190
Sağlıklı iletişim 160
Sait Faik Abasıyanık 272
Seçim yapabilme becerisi 184
Sevgi kültürü 41, 57, 108, 110, 127, 130, 136, 238, 251, 252, 257, 261
Sevgi temelli değerler kültürü 42
Seyahat 26, 229, 267, 278, 280, 282
Sınıf ortamı 92, 93, 139
Silifke 4, 79, 94, 228, 277, 278, 283, 303, 306
Sohbet ortamı 113, 118, 122
Sorumluluk bilinci 20
Sorumluluk temelli özgürlük 261
Sosyal ilişkiler 30
Sosyal kimlik 130
Sosyal kurumlar 234
Sosyal medya 183, 186
Steve Jobs 136, 187
Süreçleme 115, 250
Şiddet 137
Şirket kültürü 216

T
Tasarruf 179
Teknoloji 176
Tiyatro 110, 192
Toplum 63, 65, 66, 127, 132, 138, 176, 197, 229, 233, 234, 251, 289
Toplumsal değişim 165, 205, 230, 231, 298
Toplumsal sağlık 254, 255
Toplumsal sistem 108
Toplumun geleceği 156
Türk halkı 174
Türk halk müziği 275
Türkiye 2, 4, 14, 63, 66, 95, 96, 97, 98, 102, 122, 131, 142, 164, 193, 216, 217, 218, 219, 243, 246, 249, 253, 258, 260, 270, 274, 281, 286, 291, 299, 303, 305, 307, 308
Türküler 56

U-Ü
Umutsuzluk 64
University of California Berkeley 97
University of Illinois 71
Üniversite 71, 122, 269, 279

V
Vatandaş 235
Vicdan 33
Victor E. Frankl 65, 300
Victor Hugo 272, 300

Y
Yabancı dil 177, 178, 202
Yakup Kadri Karaosmanoğlu 300
Yaratıcılık 140
Yaşamın anlamı 10, 219
Yaşar Kemal 272, 300
Yaşayan değerler 254
Yetişkin çocuklar 46
Yetişme biçimi 55

Yılmazlık 136
Yılmaz Özakpınar 235, 299
Yönetici 4, 57, 69, 120, 121, 132, 197, 199, 240, 258, 259, 289, 290, 293
Yörük 303
Yunus Emre 62, 220
Yurtdışında eğitim 216
Yuval Noah Harari 139
"yüz"e odaklı kültür 25
Yüzleşme 42, 47

Z

Zaman yönetimi 179, 214
Zihin dili 62
Zihin gelişimi 146