www.psikeart.com

psikeart

mutluluk



Türsel mutluluk ortaklıkla mümkündür
MUSTAFA TATLI

Ustaca yaşamak ve mutluluk
CENGİZ GÜLEÇ

"Beyaz uykusuz uzakta"
AGÂH AYDIN

Bir fotoğraf karesi olarak mutluluk
AYŞE DEVRİM ÇINGI BAŞTERZİ

Aslanı beklemek...
ŞULE ÖNCÜ

İstihkak
MURAT KEMALOĞLU

Adam Phillips: "Söylemek ve yazmak istediğim şeyler var"
Söyleşi: PHİLİP ARDİTTİ

Mutluluk üzerine
FÜSUN AKATLI

Mutsuzluk penceresinden mutluluğa bakmak
MURAT ÖNDERMAN

Mutluluk feminizmi
HANDE ÖĞÜT

Biri mutluluk mu dedi?
ASLI AKTÜMEN BİLGİN

"Antalya'da mutlu bir Hollandalı!"
HAYDAR ERGÜLEN

Ve sonunda bir ömür mutlu olmaya çalıştılar...
SİBEL KOÇBIYIK

İçimden bir cız geçti!
TARHAN GÜRHAN

12.5 TL
EYLÜL - EKİM
ISSN 1306-70450-1
9 771308 704501
SAYI 41 / 2015

LIMART





8 SANATÇISI VE LIMART TASARIMLARI
İLE ERİŞİLEBİLİR SANAT YENİLENEN
WWW.LIMARTONLINE.COM ADRESİMİZDE!

MUSTAFA ATA
BEDRİ BAYKAM
MUSTAFA HORASAN
SELMA GÜRBÜZ
ALİ İBRAHİM ÖCAL
BAHAR OGANER
BURCU PERÇİN
EBRU UYGUN

ÖZGÜN SANAT ESERLERİNİN İMZALI, SINIRLI SAYIDA ÖZEL ÜRETİM BASKILARI İLE YAŞAM ALANLARINIZ DA ÖZGÜN OLSUN.



info@limartonline.com
0535 740 06 57
limartonline

Art work Ali Taptık, from the series "It's not fair!", artist commission for ARTINTERNATIONAL.

5,6 EYLÜL / SEPTEMBER 2015

ARTINTERNATIONAL

SANAT FUARI / ART FAIR

HALİÇ KONGRE MERKEZİ

WWW.ARTINTERNATIONAL-ISTANBUL.COM

ISTANBUL

EDYA SPONSORLARI:

HD BR · ALEM · DECOR · BİRGÜN · Bloomberg HT · Cumhuriyet · GQ · HABER TÜRK · HELLO! · House Beautiful

nbulArtNews · L'OFFICIEL · marie claire Maman · Milliyet · SANAT · SABAH 30 yıl · TEMPO · İSTANBUL · VATAN · VOGUE TÜRKİYE

fuar 5174 sayılı kanun gereğince Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği (TOBB) izni ile düzenlenmektedir.











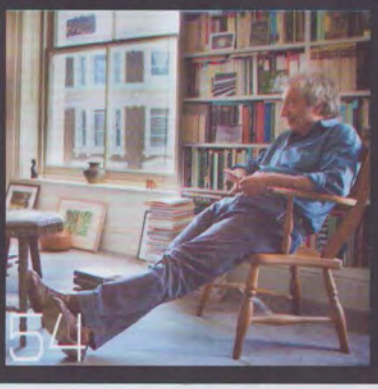










İÇİNDEKİLER

5 **Psikeart'tan**
M. EMİN ÖNDER

6 **Parayla saadet olmaz**
HAKAN ATALAY

12 **Türsel mutluluk ortaklıkla mümkündür**
MUSTAFA TATLI

16 **Ustaca yaşamak ve mutluluk**
CENGİZ GÜLEÇ

22 Mutluluk:
"Beyaz uykusuz uzakta"
AGÂH AYDIN

28 **Siz mutluluğunuzu nasıl alırdınız?**
EMİNE ZİNNUR KILIÇ

32 **İlgiye öyle muhtacız ki**
LEVENT METE

34 **Bir fotoğraf karesi olarak mutluluk**
AYŞE DEVRİM ÇINGI BAŞTERZİ

38 **Yaratıcıdır bazen mutsuzluk**
HİRA SELMA KALKAN

42 **Bildiğim kadarıyla mutluluk**
İLKER KÜÇÜKPARLAK

46 **Mutlu sondan sonra ne var?"**
KÜLTEGİN ÖGEL

48 **Aslanı beklemek...**
ŞULE ÖNCÜ

52 **İstihkak**
MURAT KEMALOĞLU

54 Psikanalist ve yazar Adam Phillips:
"Söylemek ve yazmak istediğim şeyler var"
Söyleşi: PHİLİP ARDİTTİ

62 **Mutluluk üzerine**
FÜSUN AKATLI

64 **Mutluluğu bilenin mektubu**
AHMET İNAM

68 **Beden güzelliği ve yapay mutluluk**
YASEMİN İNCEOĞLU

72 Bir mutluluk deneyimi olarak Diyabetli Çocuklar Kampı
Her insan bir ruhtur
ŞÜKRÜ HATUN

76 **Mutsuzluk penceresinden mutluluğa bakmak**
MURAT ÖNDERMAN

























82 **Mutluluk mu? Alırım bi dal...**
AHMET USTA

85 **Eğer mutluysan ellerini çırp**
TUBA AKYOL

86 **Gizli mesleği mutsuzluk olanların mutluluğu**
ŞEHMUS AY

90 **Mutluluk feminizmi**
HANDE ÖĞÜT

94 **Mutluluk yanılsaması üzerine...**
ZAHİT ATAM

98 **Biri mutluluk mu dedi?**
ASLI AKTÜMEN BİLGİN

102 **Mümkün mü mutlu olmak?**
GÜROL TONBUL

106 **"Düşünün Antalya'da mutlu bir Hollandalı!"**
Sonra da ona Cemal Süreya okutmalı!
HAYDAR ERGÜLEN

110 **Mutluluğun vahşi tarafları**
küçük İSKENDER

112 **Ve sonunda bir ömür mutlu olmaya çalıştılar...**
SİBEL KOÇBIYIK

114 **Yazmanın mutluluğu**
GAMZE ERİN

116 **Sıcakta**
TAMER YILMAZ

118 **Mutsuz mutluluk**
TARHAN GÜRHAN

120 **Mutlu olmak için mutsuz olmaya değer mi?**
MÜGE YONCA ÖZDOĞAN

122 **Işıklı çocuk gözleri**
ELİF ÖZEN ÖZDEMİR

124 **Bir bahtiyarın anatomisi**
FATMA SİBEL AĞLAMAZ

128 **Mutluluk rüzgârı**
DERİN DURUL SAN

132 **Bana mutluluğun hapını yapabilir misin Doktor?**
ASLI KAPROL

134 **Yaşasın yaşam!**
BÜKE OKYAY

psikeart

EYLÜL-EKİM 2015 Sayı 41

Art Psikiyatri Tedavi Eğitim Araştırma Yayın ve Kurumsal Danışmanlık Tic. Ltd. Şti. adına
Sahibi ve Genel Yayın Yönetmeni
Prof. Dr. M. Emin Önder

Yayın Koordinatörü ve
Yazı İşleri Müdürü
Ercan Yaşa
ercanyasa@psikeart.com

Sayfa Tasarımı
Tuna Yıldırım

Katkıda Bulunanlar
Tuba Akyol, Emine Zinnur Kılıç, Cengiz Güleç, Hakan Atalay, Çiğdem Gelegen, Ayhan Eğrilmez, Haydar Ergülen, Hande Öğüt, Ahmet İnam, İsmail Güzelsoy, Pınar Kesen Gibbon, Levent Mete, Tan Tolga Demirci, Cumhur Boratav, Hakan Kızıltan, Tuncay Gürhan, Yüksel Aksu, Zeynep Eylül Önder

Kapaktaki Eser
Xu Hongfei

Kapak Fotoğrafı
Deniz Çakmakkaya

Eğitim ve Proje Koordinatörü
Deniz Çakmakkaya
(0554) 879 08 70
denizcakmakkaya@psikeart.com

Reklam Müdürü
Faruk Pişkin
(0554) 541 47 46
farukpiskin@psikeart.com

Reklam ve Kurumsal Danışmanlık Sorumlusu
İrem Gür
(0554) 541 47 48

Abone
Semiha Başar - İstanbul
semihabasar@psikeart.com

Stratejik Pazarlama Danışmanlığı
Project Zones

Sorumlu
Günnur Altan – Kocaeli
gunnurdinc@psikeart.com

Yönetim Yeri
Karabaş Mah. Cumhuriyet Caddesi
Menekşe Apt. No: 172/1-2 Merkez/İzmit
Tel: (0262) 331 50 87 Faks: (0262) 331 50 88

İrtibat Bürosu
Rumeli Caddesi, No: 3/4 Nişantaşı/İstanbul
Tel: (0212) 296 93 00 Faks: (0212) 247 15 91
www.psikeart.com info@psikeart.com

Psikeart
Psikeart Dergisi
Psikeart

Baskı
Şan Ofset Matbaacılık San. Ltd. Şti.
Hamidiye Mah. Anadolu Cad. No: 50
Kağıthane/İstanbul
Tel: 0(212) 289 24 24 Pbx Faks: 0(212) 289 24 31
E-posta: info@sanofset.com

Yayın Türü
Yerel, süreli

Dağıtım
Yay-Sat

Her hakkı saklıdır. Yazıların sorumlulukları yazarlara aittir. İki ayda bir çıkar. Bu dergide yer alan yazı, fotoğraf ve çizimlerin elektronik ortamlar da dahil olmak üzere bir kısmının veya tamamının yayımlanması ve çoğaltılması yazılı izne tabidir. Bu dergi, Basın Meslek İlkeleri'ne uymaya söz vermiştir.

Ağustos 2015'te basılmıştır.





M. EMİN ÖNDER

Mutluluk... Felsefe ya da sanatın temel meselelerinden biri; hangi sorunsalı ele alırsa alsın, ilişkilendirmeden es geçemeyeceği bir insanlık hali. Olması istenen, olması için düşünsel ya da hayatın gündelik pratiğinde meşgul olunan, ne eylersek eyleyelim sonunda gerçekleşmesi arzulanan nokta. Nâzım Hikmet, "Saman Sarısı" adlı şiirinde şüphesiz bu insanlık durumunu felsefenin de sanatın da en yalın/derin haliyle dile getirdi.

Emile Zola, "İnsan, üzüntülerini anlatarak başkalarını mutlu etmemeli"; Ovidius, "İnsanın son gününü beklemeli her zaman, mutlu dememeli ona ölmeden, cenazesi kaldırılmadan"; Lermontov, "Hiçbir kitap mutlu olmayı öğretmez. Ah, mutluluk bir bilgi olsaydı! O zaman sorun kalmazdı"; Herakleitos, "Mutluluk maddi sevinçlerden oluşsaydı, çayıra kavuşan öküzleri mutlu saymamız gerekirdi" derken aslında bir mutluluk arayışını ifade etmiyorlar mı?

Ne diyor Füsun Akatlı mutluluk üzerine yazdığı yazıda:

"Mutluluk sorunu insan kadar eski olsa gerektir. Bir o kadar da yaygın ve ilgi toplayan bir sorun. Ne sözler söylenmiştir mutluluk üzerine, ne yazılar yazılmıştır! Ona kavuşma tutkusu nasıl coşkuyla dile getirilmiştir. Kimileri, 'Yakalayıp yakalayıp elimizden kaçırdığımız ey esatiri kuş! Seni ne zaman göğüskafesimize hapsedebileceğiz? İçimizde çırpınan kanatlarının sesini duyacağımız günler gelecek mi?' gibilerden adeta gizemci bir özlemi haykırırken, kimileri de 'İnsan için mutluluk yoktur, içimizi dolduran sadece acıdır ve bu acıdan kurtulma çabaları boşunadır. Çünkü çabaladıkça daha çok acı duyarız' diyerek çevrelerine kötümserlikten bir ağ örmüşlerdir"...

Kavramları doğru tanımlamak anlaşılır olmanın temeli. Huzurdan bahsetmiyoruz. Mutluluk kesintisiz bir süreç midir? Mutluluk psişik ya da gündelik hayat bağlamında bir çatışmasızlık haliyse kesintisiz çatışmasızlık mümkün müdür? Psikiyatri bağlamında mutluluğun huzurla ilişkisi var mıdır?

Belki de beklentilerin gerçekleştiğinde yaşanan duygudur.

Psikeart 41. sayısını mutluluğa ayırdı.

41 kere maşallah!

Hakan ATALAY



Parayla saadet olmaz

İyilik söz konusu olduğunda, yoksulluğun riskleri vardır, fakat zenginliğin yararı yoktur.

1) Mutluluk - genel bilgi (psike)

Mutluluk dar anlamda pozitif bir duygu durumu olarak tanımlanabilir ve psikolojide duygular genellikle evrensel ve biyolojik olarak belirlenmiş olarak görülmüştür. Temel ya da birincil duygular kavramı Charles Darwin'le başlamıştır (The Expressions of Emotion in Man and Animals, 1872). Darwin duygu gösterileri gibi bazı davranış örüntülerinin bireyin ve türün hayatta kalma gereksinimlerine hizmet etmek üzere evrilmiş olan genetik kökenli biyolojik mekanizmalar olduklarına inanıyordu. Daha sonraki çalışmalar bazı duygular için yüz ifadelerinin tüm kültürlerde evrensel olarak sergilendiğini ve tanındığını buldular. Demek ki duygular öğrenmenin sonucu değildi. Daha yeni gelişimsel çalışmalar insan yavrularının hayatlarının ilk yılında öfke, korku, mutluluk, üzüntü, şaşkınlık ve iğrenmeyle ilgili yüz ifadelerini gösterdiklerini açığa çıkarmaktadır. Bu gözlemler insanlarda bazı birincil duygular için ayrı bir nörolojik ağ var olabileceği varsayımını desteklemektedir (Lane et al, 1997).

Ancak, mutluluğu geniş anlamda iyi bir hayat yaşamak olarak alırsak, entelektüel tarihin en başından beri "iyi hayat"ı neyin oluşturduğu konusunda epey tartışma olmuştur. Araştırmacılar bu tartışmalara takılmadan çalışmalarını yürütebilmek için

mutluluğu ölçtüğü varsayılan öznel iyilik hali (ÖİH) kavramını geliştirmişlerdir. Öznel iyilik hali, kişinin hayatının niteliğine ilişkin toptan bilişsel değerlendirmesi olarak tanımlanır, mutluluk da bu değerlendirmeye eşlik eden duygudur. Böyle tanımlandığında, mutluluğun evrensel olması ve farklı kültürlerde az ya da çok değer verilmesi beklenir. Ancak, iyi ve değerli olanın ne olduğu konusunda kültürler arasında önemli farklar olduğuna göre, mutluluğun anlamı (yani, mutluluğu neyin oluşturduğu) kültürden kültüre değişecektir (Uchida et al, 2004).

Haz ve erdem

İyilik haliyle ilgili araştırmaların iki ana eksen etrafında döndüğü söylenebilir: 1) Hedonizm, iyiliğin haz ya da mutluluktan oluştuğu görüşünü yansıtır. 2) Yudemonizm'e (eudaimonism) göre, iyilik sadece mutluluktan daha fazlasıdır. Aslında iyilik hali, insanın potansiyelinin (demon'unun ya da hakiki doğasının) gerçekleşmesinde bulunur. Bu iki gelenek insan doğasına ve iyi bir toplumu neyin oluşturduğuna dair farklı görüşler üzerine kurulmuştur. Buna uygun olarak da gelişimsel ve toplumsal süreçlerin iyilikle nasıl bir ilişkisi olduğuna dair farklı sorular sorarlar ve açık ya da örtük olarak yaşam uğraşına farklı yaklaşımlar önerirler (Ryan and Deci, 2001).

Hedonik görüş

MÖ 4. yüzyılda yaşayan Yunan filozof Aristippos hayatın amacının azami miktarda haz yaşamak olduğunu ve mutluluğun hedonik anların toplamı olduğunu öğretiyordu. Hobbes mutluluğun insani iştihalarımızın peşine düşüp onları elde etmekte yattığını savunuyordu. Marquis De Sade duyumsama ve haz peşine düşmenin hayatın nihai amacı olduğuna inanıyordu. Bentham gibi faydacı filozoflar da iyi bir toplumun bireylerin hazlarını ve öz-çıkarlarını azamiye çıkarma çabası yoluyla inşa edileceğini savunuyordu (Ryan and Deci, 2001).

Yudemonik (eudaimonic) görüş

Gerek Doğu'dan, gerekse Batı'dan birçok filozof, mutasavvıf ve düşünür iyiliğin birincil ölçütü olarak tek başına mutluluğun alınmasını yetersiz bulmuşlardır. Örneğin Aristo, hedonik mutluluğun insanları arzularının kölece takipçisi yapan kaba bir ideal olduğunu düşünüyordu. Onun yerine hakiki mutluluğun erdemin dışavurumunda, yani yapmaya değer olan şeyin yapılmasında bulunduğunu ileri sürüyordu. Bu Aristocu görüşe dayanan Fromm, optimal iyiliğin "sadece öznel olarak hissedilen ve doyumları geçici hazlara götüren ihtiyaçlar (arzular) ile kökleri insan doğasında bulunan ve gerçekleşmesi insanı mutluluğu götüren ve yudemonya'ya neden olan ihtiyaçlar arasında, başka deyişle, salt öznel olarak hissedilen ihtiyaçlar ile nesnel olarak geçerli ihtiyaçlar arasında" ayrım yapmak gerektiğini savunuyordu. "İlkinin bir bölümü insanın gelişmesine zararlı olurken diğeri insan doğasının gerekleriyle uyum içinde"ydi (Ryan and Deci, 2001).

Kültürel etkiler: evrensellik ile görecilik ve iyilik hali

İyilik tanımları doğası itibarıyla kültürel kökenlidir ve iyiliğin değer içermeyen bir şekilde tasarlanması söz konusu olamaz. İyilikle ilgili tüm anlayışlar temelde moral bilgeliklerdir, bireylerin iyinin ne anlama geldiğine dair yargılarına dayanırlar.
(Ryan and Deci, 2001).
Buradan yola çıkarak, son zamanlarda duyguların şekillenmesinde kamusal anlamların (folk kuramların ve sağduyunun) ve pratiklerin (günlük rutinlerin ve senaryoların) kritik rolü üzerinde durulmaktadır.
Kültürel yönelimli kuramcılar duyguların fizyolojik ya da nörolojik mekanizmaların doğrudan sonucu olmadıklarını savunurlar. Daha çok, duygular her zaman özgül kültürel bağlamlarda yerleşmişlerdir. Buna uygun olarak tamamen kültürel anlamlarla doludurlar. Bu analiz, örneğin mutluluğun anlamının kültürler arasında epey değişebileceğini ima eder. Bu yüzden, farklı kültürlerdeki insanlar tümüyle farklı pozitif olay ve yaşantı türlerini mutluluk anları olarak kategorize edebilirler (Uchida et al, 2004).
Sözgelimi Amerikan orta sınıf kültürü gibi Avrupa ve Kuzey Amerika kültürlerinde kendiliğin bağımsızlığına ve özerkliğine güçlü bir inanç vardır. Kendiliğin düşünce, eylem ve güdülenmenin merkezi olduğuna inanılır. Toplumsal ilişkiler de önemlidir; ancak her bir kendiliğin bağımsızlığına dair temel varsayımlarla uyum içinde inşa edilirler. Bu modele göre, kendiliğin en merkezi yönü birtakım içsel atıflardır. Bu yüzden, bireyler bu atıfların pozitifliğini bulup olumlamaya son derece güdülenmişlerdir. Bu demektir ki Avrupa-Amerikan kültürlerinde mutluluk kendiliğin pozitif atıflarının olumlanmasına kritik ölçüde bağlıdır. Dahası, mutluluğun kendisi de genellikle kişisel uğraşlar yoluyla peşinden gidilip ulaşılacak olan bu içsel atıflardan biri olarak tasarlanır. Başka deyişle, mutluluk olasılıkla *kişisel başarım* olarak tasavvur edilir (Uchida et al, 2004).
Doğu Asya kültürlerindeyse, tersine, kendiliğin başkalarıyla bağlılığı ve karşılıklı bağımlılığına dayanan zıt bir varsayım vardır. Diğerleriyle-ilişki-içindeki-kendiliğin düşünce, eylem ve güdülenmenin yeri olduğuna inanılır. Kişisel kendilikler de önemlidir; ancak, ilgili kendiliklerin karşılıklı bağımlılığına dair temel varsayımla uyum içinde inşa edilir. Doğu Asya kültürel bağlamlarındaki bireyler, kendilerini geçerli toplumsal ilişkilere uyarlamaya ve uydurmaya son derece güdülenmişlerdir. Toplumsal rollere bağlanmalar, toplumsal yükümlülükler ve toplumsal beklentilere yanıt vermeye hazır olma; hepsi karşılıklı bağımlı kendiliği gerçekleştirmeye yönelik bu toplumsal yönelimli güdülenmenin görünümleridir. Bu demektir ki, Doğu Asya kültürlerinde mutluluk olasılıkla kendiliğin bir parçası olduğu pozitif toplumsal ilişkilerin gerçekleştirilmesine büyük ölçüde bağımlıdır. Kişisel mutluluk genellikle toplumsal ilişkiye zarar verir. Örneğin, bir kendiliğin başarısının vurgulanması, başkalarının kıskançlığına ve hasedine neden olabilir. Kişisel mutluluk biçimi bu yüzden genellikle eksiktir ve sonuç olarak toplumsal ahenk pahasına kişisel mutluluk peşinde koşmaya dönük güçlü bir arzu yoktur. Onun yerine, mutluluk karşılıklı sempati, merhamet ve desteğe dayanan öznelerarası bir durum olarak görülür. Kısaca, mutluluk toplumsal ahengin

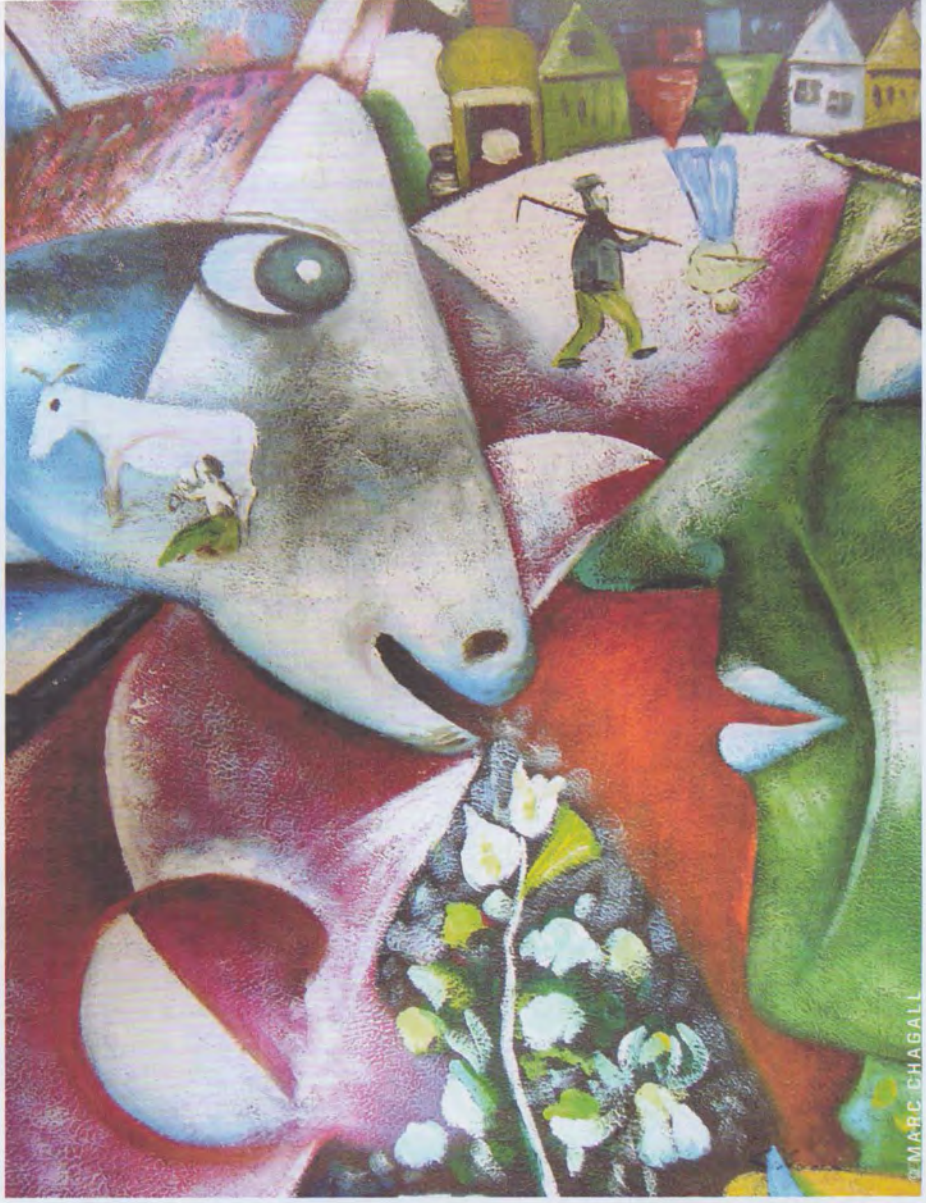
gerçekleşmesi olarak inşa edilir (Uchida et al, 2004).

Genetik mi, sosyopolitik mi?

Bireysel mutluluk düzeyinin büyük ölçüde genetik etmenlerce şekillendiğine dair giderek artan kanıtlar geniş bir ilgi alanı bulmuştur. Nörobilimciler mutluluk ile beyindeki dopamin ve serotonin düzeyleri arasında yakın bağlantılar olduğunu bildirmiş ve genlerin bu düzeylerin ayarlanmasında başlıca rolü oynadığını saptamışlardır. Dahası, bazıları birlikte, bazıları ayrı olarak büyütülen 3 bin tek ve çift yumurta ikiziyle yapılan bir çalışmada (1996) genetik olarak bağlantılı ikizlerin farklı hayat tecrübeleri olsa bile mutluluk düzeylerinin benzer olduğu bulunmuştur (Inglehart and Klingemann, 2000).

Bu bulgular özellikle önemlidir, çünkü daha önceki çalışmalar gelir, eğitim, meslek, medeni durum ve diğer demografik karakteristiklerin insanların öznel iyilik düzeylerindeki değişmelerin şaşırtıcı ölçüde az bir kısmını açıkladığını bulmuşlardı. Beklenebileceği gibi, yüksek gelire sahip olanlar düşük gelirleri olanlardan biraz daha fazla mutluluk ve yaşam memnuniyeti düzeyleri bildirirler, fakat farklılıklar çok küçüktür, genellikle farkın ancak yüzde 4'ünü açıklamaktadır. Eğitim, meslek, yaş, dindarlık ve cinsiyet için bu rakam daha da küçüktür. Bu istikrarlı bulgu "özlem uyarlanması" ve "ayar-noktası" modellerine göre açıklanmıştır: (1) Terfi alma ya da iş kaybı gibi yeni değişikliklerin bireyin iyiliğinde büyük bir etkisi olabilir, fakat kişinin özlemleri başarı düzeylerine uyarlanır. Bir yıl kadar sonra değişiklikten önce olduklarıyla aynı iyilik düzeyinde olduklarını bildirirler, bireyin normal "ayar-noktası"na geri dönerler. (2) Farklı bireylerin farklı ayar noktaları vardır. Yıllar sonra bazı insanlar diğerlerinden daha yüksek düzeylerde iyilik sergilerler (Inglehart and Klingemann, 2000).

İlk çalışmalar standart sosyal arka plan değişkenlerinin iyilik halinde ancak ılımlı bir bir değişme oluşturduğunu, fakat genetik etkilerin güçlü olduğunu bulmuştur. Buna göre bireylerin "ayar noktaları"ndaki farklılıklar genetik etkilenmeleri yansıtmaktadır. Örneğin,



sosyoekonomik durum, eğitim başarısı, aile geliri, medeni durum ya da dinsel bağlanmalar iyilik halindeki değişkenliğin ancak yüzde 3 kadarını açıklayabilmektedir, fakat bu değişkenliğin yüzde 44 ila 52'si genetik farklılıkla bağlantılıdır. Kişinin tek yumurta ikizinin ister şu anda, isterse 10 yıl önce bildirdiği iyilik düzeyi kendisinin bildirdiği mutluluğun eğitiminden, gelirinden ya da statüsünden çok daha iyi bir öngörücüsüdür (Inglehart and Klingemann, 2000).

Tüm bu bulgulara rağmen, öznel iyilik hali üzerine genetik etkilerle ilgili neredeyse tüm araştırmaların, öznel iyilik halinin görece dar bir aralıkta değiştiği tek tek ülkelerde yapıldığı gözden kaçırılmamalıdır. Örneğin Amerikalıların sadece küçük bir kısmı kendilerini mutsuz ya da yaşamlarından hoşnutsuz olarak betimlerler. Ancak bazı toplumlarda bu böyle değildir. ABD'de görece yüksek bir alt değer sabit olduğundan, tek başına ABD verilerine dayalı bir analizin bir değeri olmaz. Verili herhangi bir ülkede görece dar bir değişme aralığında genetik etmenler gerçekten de farkların çoğunu açıklayabilir. Fakat uluslararası değişkenliğin çok geniş olduğu bir aralıkta kültürel etmenler de bu farkların en az genetik etmenler kadarını açıklar gibi görünmektedir (Inglehart and Klingemann, 2000).

Avrupa Birliği ülkelerinde 1973'te anketlerle diğer konular yanında öznel iyilik hali de sorulmaya başlanmış ve sonraki yıllarda belli aralıklarla bu anketler tekrarlanmıştır. Bu anketlerin 1973 ile 1998 arasındaki 25 yıllık sonuçlarına göre, uluslar arasında iyilik düzeylerindeki farklılıklar verili kültürlerin istikrarlı karakteristikleridir; basitçe verili toplumların hayat memnuniyeti düzeylerini anlık olarak yükseltmiş

ya da çökertmiş olan geçici etkileri yansıtmazlar. Örneğin, Danimarkalılar bu anketleri kapsayan 25 yıl boyunca hayat memnuniyeti bakımından hemen her zaman en üst düzeyde sıralanmışlar; bu 25 yıl boyunca Danimarka halkının yüzde 50 ila 65'i kendilerini bir bütün olarak hayatlarından "çok memnun" olarak betimlemişlerdir. Portekizliler ise birliğe katıldıkları noktadan itibaren en düşük düzeyde öznel iyilik hali göstermiş; kendilerini "çok memnun" olarak betimleme yüzdesi asla yüzde 9'un üstüne çıkmamıştır. Fransa ve İtalya ise istikrarlı bir şekilde görece altlarda sıralanmışlardır. Danimarkalıların altında Hollandalılar, İrlandalılar, İngilizler gelmektedir. Almanlarınki Fransız ve İtalyanların üstündedir.
Bu toplumların mutluluk düzeyleri de benzer bir örüntü sergilemektedir (Inglehart and Klingemann, 2000).
Peki, kültürler arasındaki bu farklılıklar genetik etkileri yansıtıyor olabilir mi? Pek olası değil, çünkü örneğin, Belçika hayat memnuniyeti düzeyinde '70'lerden '80'lere 10-15 puanlık istikrarlı bir düşüş göstermiştir. Genetikle açıklansa, Belçikalıların genetik havuzunda 1970'lerin sonunda ani bir değişme olması gerekirdi. Oysa bu durum, o dönemde Belçika'da yaşanan etniler arası çatışmalarla bağlantılı yaygın rahatsızlık gibi tarihsel etmenlerle daha kolay açıklanabilir. Bu çatışma Belçika'nın 1993'te etnik hatlar boyunca bölünmesine yol açmıştır (Inglehart and Klingemann, 2000).
Dünya çapında (dünya nüfusunun yüzde 75'ini oluşturan 64 toplumda) yapılan bir çalışma (World Values Survey) da, mutluluk ve yaşam memnuniyeti düzeylerinin epey farklılaştığını göstermektedir. Hemen hemen tüm endüstrileşmiş ülkelerde yaşam memnuniyeti nüfusun en az 3/4'ü için 10 puanlık ölçeğin üst yarısındadır. Danimarka, İzlanda, Finlandiya, Hollanda ve İsviçre'de halkın yüzde 90'dan fazlası kendilerini mutlu ve bir bütün olarak yaşamlarından memnun olarak betimlemişlerdir (Inglehart and Klingemann, 2000).
Öznel iyilik halindeki uluslararası farklılık, toplumun ekonomik gelişme düzeyiyle kuvvetle bağlantılıdır. İyilik hali ile gayrı safi milli hasıla arasındaki global bağıntı .70'tir (p:.00000). Bu, ekonomik gelişmenin insan mutluluğu üzerinde önemli bir etkisi olduğunu düşündürmektedir. Genetik bir yorum, zengin ülkelerin halklarının yoksul ülkelerinkinden genetik olarak farklı olduklarını ve yeni zenginleşen Japonya, Güney Kore ve Tayvan gibi ülkelerin halklarının ani genetik değişiklikler geçirdiklerini varsaymamızı gerektirirdi. Aşırı yoksulluktan refaha geçmenin insan mutluluğu üzerine etkisi olduğu sonucuna varmak daha makuldür. Ancak, bu süreç doğrusal değildir. Ekonomik ölçekte yukarı çıktıkça bağıntı zayıflar. 1995'teki satın alma gücü paritesine göre 13 bin doların üstünde servet ile öznel iyilik hissi arasında anlamlı bir bağlantı yoktur. Geçimlik ekonomiden orta düzeyde ekonomik güvenliğe geçişin mutluluk ve yaşam memnuniyeti üzerine büyük bir etkisi vardır, fakat Portekiz ya da İspanya'nın üstüne çıkıldığında ekonomik büyüme herhangi bir etkide bulunmamaktadır. Bu, ekonomik gelişmeyle ilişkili değerlerin değişmesini yansıtıyor olabilir (Inglehart and Klingemann, 2000).

Özetlersek... Yoksulluğu önlemek, zengin bir ülkede yaşamak ve maddi servetten başka amaçlara odaklanmak mutluluğa ulaşmakla ilişkilidir. Mali durum yoksul ülkelerde zengin ülkelerden daha fazla hayat memnuniyetiyle bağıntılıdır.
Bir ülkede altyapının zayıf olması istikrarlı ilişkilere, kişisel dışavuruma ve üretkenliğe yönelik fırsatları sınırlar. Kişi ne kadar fazla mali ve maddi amaçlara odaklanırsa, iyiliği o kadar az olur.
İçsel amaçlara doğru yönelmek iyiliği artırırken dışsal amaçlara yönelmek de iyiliği azaltır ya da az etkiler. Özerkliği azaltır. Düşük toplumsal sınıfta olmanın negatif etkileri sosyal kıyaslama süreçlerinden kaynaklanır. O halde, iyilik söz konusu olduğunda, yoksulluğun riskleri vardır, fakat zenginliğin yararı yoktur (Ryan and Deci, 2001).

Bu dünya sana kalmaz

2) Mutluluk - özel bilgi (art)

Buraya kadar alıntıladığım bilgiler, mutluluk üzerine okuduğum literatürün bir kısmını oluşturuyor. O kadar emek harcadıktan sonra sizle paylaşmazlık edemedim. Fakat bana o kadar kuru geldiler ki hemen Freud'a dönme ihtiyacı duydum. Freud'un "...mutluluk çocukluk arzularının tatmin edilmesidir" sözü pek ünlüdür. O halde, mutluluk üzerine düşünürken çocukluk arzularını keşfetmeye çalışmaktan daha iyi bir yol olabilir mi? İşte bundan sonraki satırlar da, bu içe bakış sırasında gördüğüm küçük resimlerden ibaret. Her ne kadar parça parça olsalar da, bütün resme dair bir fikir veriyor, beni mutlu eden (ve bunu tamamlamak üzere, acı veren) şeylere dair ipuçları bulmama yardım ediyorlar. Buradan itibaren yazdıklarım, hatırladıklarım ve bunlara dayalı çağrışımlarımdır. Dolayısıyla, gerçek olaylar değil, hatırlanan her şeyde olduğu gibi, gerçekliği tartışmalı anılar ve bunların aklıma getirdiği bölük pörçük yaşantılar olarak alınmalıdırlar:
En çok, nar ağaçlarını hatırlıyorum: Allahım, ne çok nar! Ne çok narçiçeği! Ne çok kırmızı! Ne çok pembe! Yeşiller içinde kırmızılar! Portakal bahçelerini, hayatım boyunca aynı tadı bulmak için uğraştığım şeftalileri, hatta yerfıstıklarını da hatırlıyorum, ama daha az. Narların sahibi yokmuş gibiydi ve o kadar yerdik ki, sonra dışarı çıkmak büyük sorun olurdu... Zaten biz "barajcı" olduğumuzdan, kendilerinden ayrı tutar ve pek dalaşmazlardı, hatta bir tür saygı duyduklarını söyleyebilirim. Köye baraj yapmak için gelen bir şirkette çalışıyordu babam. Bu yüzden Adana'nın ücra bir köyünde geçti çocukluğum. "Adana'nın ücra yeri neresi olacak, Allah aşkına!" demeyin, köy "uygarlık"tan o kadar uzaktı ki, çalışacakları yere kendi iş makineleriyle yol açarak gelebilmişlerdi. Öyle anlatırlar... Köyde yalınayak gezilir, çocuklar alt giymezlerdi. "Aboo" derlerdi, "Bre"li konuşurlardı...
Şirketin üst düzey yöneticileri köyden sekiz-on kilometre uzakta, baraj şantiyesine yakın bir yerde lojmanlar yapmışlar, orada kalıyorlardı. Biz köyün içindeydik, köylülerle yaşıyorduk.
İlk oturduğumuz ev, köyün en iyi evlerinden biriydi, şimdi düşününce bu kanıya varıyorum: İki katlı, çatısı çinko kaplamalı, salonu veranda gibi dışarı açılan, geniş ve hoş bir evdi:
O. Ağa'nın bize kiraya verdiği ev.

Evin hemen kenarından, alçak tarafından, küçük bir ark geçerdi, yerle hemzemin olan öbür yandansa köyün anayolu. Annemin o arkta çamaşır yıkadığı bir sırada suya kapıldığımı, arkın "alt başından" beni tuttuklarını da anlatırlar. İlk boğulma, ölmeye yaklaşma deneyimimdir. Evin önündeki bahçede ilk "kötü" kelimeyi nasıl öğrendiğimi de hatırlıyorum. Köy çocuklarından birinin küfür ettiğini duymuştum. Anlamını bilmediğim için akşam evde sormuş olabilirim, çünkü sonra o çocuklarla pek görüşmediğimi hatırlıyorum. Belki "engellenmiş"tim! Bir de doğanın ürkütücü yüzüyle bilinçli olarak belki ilk kez o evde karşılaştığımı: Günlerce uzun gibi gelen bir dolu yağışı; kocaman kocaman yağan dolunun çinko tavanda hiç bitmeyen, her an evi yıkacakmış gibi gelen çarpma sesleri, yağışın şiddetinden gözün gözü görmez oluşu, evdekilerin telaşı, tam o sırada mı, daha sonra mı geldiğini tam hatırlamadığım, yağış sırasında bir kişinin öldüğü haberi...

Sonra köyün iki bakkalından biri olan Dursun'un evi. Birinci katta, küçük bir bahçesi ve -evet, bahçenin içinde- bir tuvaleti vardı. Önünde, hayatımın sanki en neşeli oyunlarını oynadığım, demirleri kalmış bir eski at arabası parçası duruyordu. Ve elbette bahçedeki nar ağaçları... Okula orada başlamış olabilirim. Oturduğumuz evin arka taraflarındaki bir başka köy evine eşiyle birlikte genç bir mühendisin taşındığını, köy çocuklarının hep seviştiklerini söyledikleri bu çifti görebilmek için çalılardan, ağaçlardan, duvarlardan ve pencerelerden oluşan gölgeleri taradığını, ama herkes neye bakıyor diye ben de denediğimde bir şey göremediğimi hatırlıyorum. O sırada çocukların kullandıkları kelime bu değildi büyük olasılıkla; yani, sevişmek. O evdeyken hatırladıklarım arasında, çay kenarına gidişlerimiz büyük yer tutar. Balık tutmayı ve -denebilirse- yüzmeyi orada öğrendim. İkinci boğulmaya ramak kalma olayım o sıralardadır.

Ve okul: Elbette yürüyerek gittiğimiz, şimdi de hayranlık ve heyecanla hatırladığım öğretmenlerin bulunduğu yer... Anlattıklarına göre, okul başladıktan epey sonra, muhtemelen ikinci dönemde, ben de bir hevesle okula gitmeye başlamışım, kendi kendime. Yoksa yaşım küçükmüş, ama gerçekten mi küçükmüş, dedem öyle yazdırdığı için mi öyleymiş, benim için hâlâ bir muammadır. Birçoğumuz için klasik hikâyedir: Bu gidiş gelişlerde öğretmen benim sınıfta otururken okuma yazmayı söktüğümü görünce, bizimkileri de bilgilendirerek benim kaydımı yapmış. Okula bardak ve şeker götürdüğümüzü, okula koşarak gittiğim bir gün şekeri önlüğümün cebinden düşürdüğümü, verilen süttozunu şekersiz içmek zorunda kaldığımı, ondan sonra uzun bir süre sütten tiksindiğimi hatırlıyorum. Çok güzel sahneler de var, şimdi aklıma gelen: Top oynadığımız bir sırada oradan geçen kadın öğretmenlerin beni "çöp bacak" diyerek kucaklarına aldıklarını; ikinci sınıftayken dördüncü sınıfın öğretmeni, Müdür Bey'in eşi H. Öğretmen'in beni alıp sınıfına götürdüğünü, dört işlemlerden birini yaptırdığını ve sınıfa dönüp bu kadar basit bir işlemi yapamadıkları için fırça attığını; resim dersinde -ve bazen diğer derslerde- okulun hemen karşısındaki değirmene bakan bahçeye ya da çay kıyısına gittiğimizi, açık havada oynayıp resimler yaptığımızı; H.'yi; öğretmenimizin yanımdan ayrılmayan ve hep beni savunan H.'ye "Sen Hakan'ın avukatı mısın?" dediğini...

Okulu, köyün doğallığını ve karşısındaki değirmeni düşününce, Alphonse Daudet'nin "Değirmenimden Mektuplar"ı geliyor aklıma. Milli Eğitim basımı, üçüncü hamura, eski, tırtıllı sayfalı bu kitabı neden o kadar heyecanla okuduğumu bugün daha iyi anlıyorum. Kitap ve köy deyince hemen "İnce Memed"i de hatırlıyorum, çünkü o sıralarda "İnce Memed" Cumhuriyet'te tefrika ediliyordu ve abim gazeteyi yere sererek anneme okurdu. "İnce Memed" başka anıları çağrıştırıyor: Oturduğumuz köye yakın, portakal bahçeleri dolu Sıtır Köyü; kartal yuvası gibi, yanımızdan uçakların geçtiğini hatırladığım Yılan Kalesi; ve Anavarza... Yaşar Kemal'in benim için neden sadece büyük bir yazar değil, aynı zamanda kendi çocukluğuma çocukluk yıllarımı anlatan bir masalcı da olduğunu -yeniden- görüyorum.

Okulumuzun müdürü, benim ilk öğretmenim de Cumhuriyet kuşağı öğretmenlerindendi; eşiyle birlikte kuş uçmaz kervan geçmez o Anadolu köyünde ellerinden gelenin en iyisini yapmaya çalışıyorlardı. Çok sonraları bunun bedelini ödediğini, ilçede vurularak öldürüldüğünü de öğrendim.

Ankara'yı sorduğumda köyün yukarısındaki dağları gösterir, o dağların ötesinde olduğunu söylerlerdi. Ben de hep o renkleri, yükseklikleri ve uzaklıkları değişip duran dağlara doğru yürümeyi, onları aşmayı, Ankara neresiyse görmeyi hayal ederdim. Bir kış otobüsle Ankara'ya gittiğimizi, gece yarısı sersem sepelek bir haldeyken insanların "Kar! Kar!" diye seslendiklerini, ama bakınca -bu kez de- hiçbir şey göremediğimi hatırlıyorum.. Sanırım ben ta en başından beri -nedenini bilmiyorum ama belli ki- gözlerimi içe çevirmiş olduğumdan, etrafımda nelerin olup bittiğini göremiyor(d)um.

Son yıl, baraj biterken biz de lojmanlara taşındık. Orada da "deve" dediğimiz koca araçların sürekli oradan oraya hafriyat toprağı taşıyışlarını, koca tepelerin giderek yarılmasını ve yollara bölünmesini, suyun önünün kesilmesini, "dolusavak"ın ne olduğunu, sudan nasıl enerji elde edildiğini, tamirhaneye girdiğimde hissettiğim kutsal yağ, benzin, ter kokan havayı.. hatırlıyorum. Adana macerası bitip yıldızların yeryüzüne indiğini hissettiğim o mistik Ankara gecelerine kavuştuğumda içimde doğaya ve doğayı değiştiren insan aklına, emek ve tekniğe, uzaklara/dağlara doğru gitmeye, dereye, meyvelere, sıcağa, yazıya ve okumaya, Yaşar Kemal'e, Yılmaz Güney'e, Orhan Kemal'e, "Bereketli Topraklar"a,... dair birçok anıyla şekillenmiştim bile. O yıl Ankara'da Deniz Gezmiş'leri asacaklar, abimden Türkçe öğretmenlerinin sınıfta nasıl ağladığını dinleyecek, niye ağladığınıysa yıllar sonra anlayabilecektim. Burdurlu Köy Enstitülü Fakir Baykurt'u, şiiri ve devrimi ve başka birçok şeyi tanımamsa, kimliğimin şekillendiği Antalya yıllarına rastlar. Ama bunlar başka yazıların konusu.

Kaynakça

1. Uchida Y, Norasakkunkit V, Kitayama S. Cultural constructs of happiness: Theory and empirical evidence. Journal of Happiness Studies 2004; 5: 223-239
2. Easterlin RA. Explaining Happiness. PNAS 2003; 19: 11176-11183
3. Inglehart R, Klingemann H-D. Genes, Culture, Democracy, and Happiness. Culture and Subjective Well-Being içinde. Ed Diener, Eunkook M. Sulh (eds). MIT Press, 2000.
4. Lane RD, Reiman EM, Ahern GL, Schwartz GE, Davidson RJ. Neuroanatomical Correlates of Happiness, Sadness, and Disgust. Am J Psychiatry 1997; 154: 926-933
5. Ryan RM, Deci EL. On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. Annu Rev Psychol 2001; 52: 141-166

ZERO

GELECEĞE GERİ SAYIM

2 EYLÜL - 10 OCAK

ZERO SERGİSİ SAKIP SABANCI MÜZESİ'NDE

AKBANK SANAT

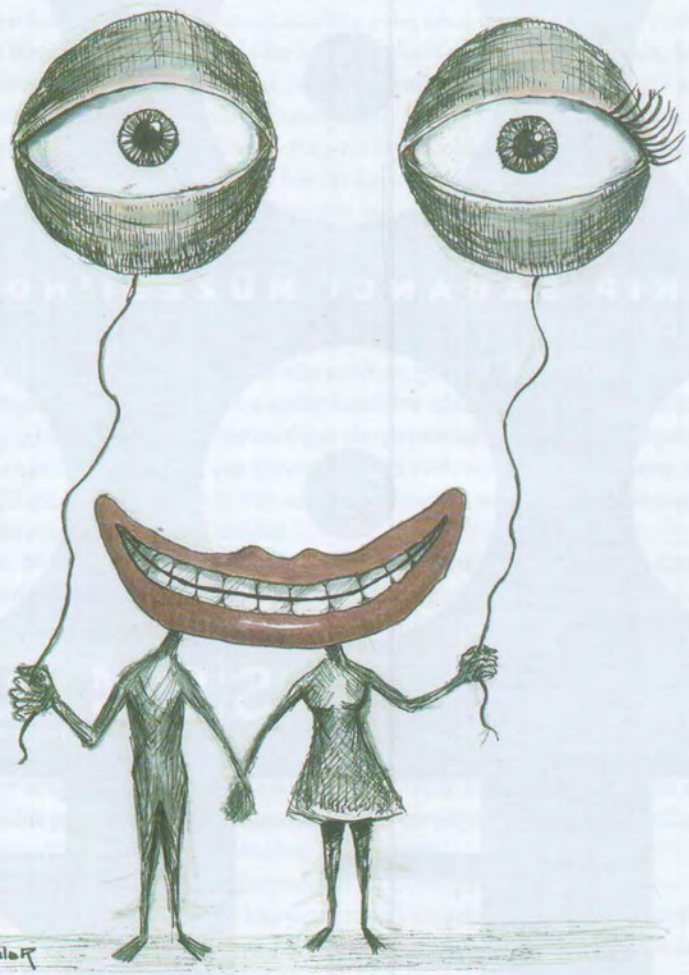
SSM SABANCI ÜNİVERSİTESİ SAKIP SABANCI MÜZESİ

ZERO

Mustafa TATLI

Türsel mutluluk ortaklıkla mümkündür

Metroda ya da otobüste giderken ya da bir sokakta dolaşırken insanların yüzlerine baktığınızda ne görüyorsunuz? Mutlu yüzler mi? Yoksa birbirinden kopuk binlerce mutsuz dünya mı?



© KADİR NAKİPLER

Bilinç

Bilinç kişinin kendisine, yaşantılarına, çevresine, öteki kişilere ve bir bütün olarak içinde yaşadığı evrene ilişkin farkındalığıdır. Peki bizler "bilinci açık" bireyler olarak kendimizin, çevremizin ve yaşadığımız evrenin gerçekten farkında mıyız?

Eğer Güneşimiz, bir kitaptaki "i" harfinin tepesindeki nokta büyüklüğünde olsaydı, Samanyolu Galaksisi, Amerika Birleşik Devletleri'nin yüzölçümü büyüklüğünde olurdu. Evrende toplam 200 milyar galaksi olduğunu düşündüğümüzde, 200 milyar ABD büyüklüğünde bir evrende "i" harfinin noktasının yörüngesinde dönen bir gezegende yaşadığımızın farkında mıyız?

Peki, tahayyül sınırlarımızı aşan bu büyüklükte bir evrende, bir toz zerresinin üzerinde yaşayan biz insanoğlu, kendimizin, çevremizin ve öteki kişilerin gerçekten farkında mıyız?

Sağlıklı bir insan beyni, milyarlarca sinir hücresi ve trilyonlarca sinaps adı verilen, sinir hücreleri arasındaki, bağlarla örülmüş, saniyede yaklaşık 20 katrilyon işlem kapasitesine ve 200 terabayt hafıza kapasitesine sahip

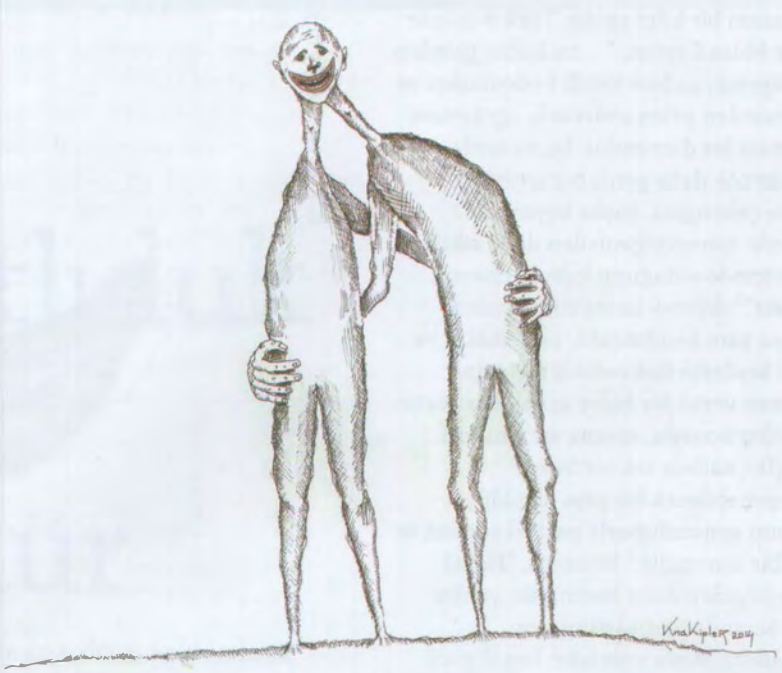
muazzam bir bilgi ağıdır. Türk düşünür Tahir Musa Ceylan, "... bu kadar gelişkin bir yapının, sadece kendi bedeninden ve çevresinden gelen uyarılarla uğraşması verimsiz bir durumdur, bu nedenle beynin çok daha geniş bir sistemin içinde çalıştığını, başka beyinlerle, kişilerle zannettiğimizden daha sıkı bir ilişki içinde olduğunu kabul etmemiz gerekir"[1] diyerek başta sorduğumuz soruya yani kendimizin, çevremizin ve öteki kişilerin farkındalık düzeyine heyecan verici bir bakış açısı getirmiştir. Bu bakış açısıyla, insana ait zihinsel süreçler, sadece tek bir beyne indirgenebilecek bir yapı değildir, evrenin sonsuzluğuyla paralel sonsuz ve açık bir sistemdir.[1] Einstein, "Hayal gücü bilgiden daha önemlidir, çünkü bilgi şu anda bildiklerimiz ve anladıklarımızla sınırlıdır, hayal gücü ise bütün dünyayı kucaklar" sözüyle, zihinlerimizde kayıtlı, insanlığın ortak bilgi havuzundan bahsetmiş olabilir mi? Ya da Nietzsche, "Uyurken ve rüya görürken, bizden önceki insanlığın tüm düşüncelerinin içinden geçeriz" sözüyle insanlığın ortak bilgi mirasının, hepimizin zihninde bulunan fakat bilinçli çabayla ulaşamadığımız, bilinçdışı bir alanda saklı olduğunu mu işaret etmektedir?

İnsan zihninin, türsel bir havuzdan beslendiğine yönelik düşünceler, sadece psikiyatrist ya da psikologların değil nörobilimcilerin de ilgisini çekmiş ve araştırmalarına konu olmuştur. Nörobilimci Prof. C. Keysers, insan zihninde, toplumsal bilişle ilgili birçok önemli işlemin gerçekleştiği, bilinçli aklın dışında bir alan olduğunu, "Sanki beynimiz bizi toplumsal hayvanlara dönüştürmek için gizli tellerle örülüdür, insanlar, zihinleri aracılığıyla, birbirine güçlü bir şekilde bağlanmış toplumsal hayvanlardır" sözleriyle dile getirir.[2] Ünlü hayvanbilimci Richard Dawkins, guguk kuşlarıyla yaptığı çalışmalarda, guguk kuşu yavrusunun yumurtadan çıkar çıkmaz, yuvada bulunan kendisine rakip olarak gördüğü diğer yumurtaları sırtında taşıyarak yuvadan aşağıya attığını belirtir.[3] Guguk kuşu yavrusu, doğar doğmaz ne yapması gerektiğini programlayan bütün bilgiye sahip olarak



dünyaya gelmiş gibidir. Bu durumu, Dawkins'in "Bir beden, gerçekte bencil genleri tarafından programlanmış bir makinedir" sözünden daha iyi ne açıklayabilir? Dawkins yaptığı çalışmalar ışığında "mem" teorisini ortaya atar ve "mem" adını verdiği bir nevi sosyolojik genlerin varlığından bahseder. "Mem" sözcüğü, Yunanca "mimeme" Türkçe anlamıyla "taklit edilen şey" kelimesinden türetilmiştir. Caddis böceklerinin yuvalarını yapma biçimlerini inceleyen Dawkins, bu böceklerin hangi şekilde hatta hangi yumuşaklıkta taşları kullanması gerektiği bilgisinin genler aracılığıyla kodlandığı düşüncesini dile getirirken, ezgiler, sloganlar ve fikirlerden eşya yapımına kadar insan hayatını şekillendiren davranışlara ait bilgilerin, "memler" aracılığıyla nesilden nesile aktarıldığını iddia eder. Bu aktarımı tıpkı genlerin, eşey hücreleri aracılığıyla bedenlerarası geçip gen havuzunda kendilerini çoğaltmalarına benzetir, fakat memlerin, çağdaş genlerin düzgünce eşleşmiş, kromozomsal düzenleri yerine, ilksel çorbada düzensiz bir özgürlük içinde yüzdüklerini dile getiren Dawkins, "Bir fikir memi, bir beyinden diğerine iletilebilme kapasitesine sahip bir varlık olarak tanımlanabilir, öldüğümüzde ardımızda bırakabileceğimiz iki şey var; genler ve

memler. Bizler genlerimizi sonraki kuşaklara aktarmak için yapılmış gen makineleriyiz" der.[3] Kültürel özelliklerin nesiller arası geçişine ve evrilmesine aracılık ettiği iddia olunan "mem" teorisinin kendisinde yarattığı şaşkınlığı Dawkins, "Biz biyologlar genetik evrim düşüncesini öylesine benimsedik ki, bunun olası evrim türlerinden yalnızca bir tanesi olduğunu unutmaya meylediyoruz" sözleriyle dile getirir.[3] Tahir Musa Ceylan, beyinlerimizin bir kişinin değil toplumun organı olduğunu ve topluluk tarafından yaratıldığını iddia ederken, "Bugün yaşayan herhangi bir insanın başlangıcı doğum anı değil, türün başlangıç zamanıdır" sözlerini dile getirir.[1] Daha önce bahsettiğimiz Einstein ve Nietzsche'nin konuyla ilişkili sözlerini düşündüğümüzde, Ceylan'ın bu düşüncesi pek de temelsiz değildir. Nietzsche'nin, uykunun bizleri, bizden önceki tüm insanlığa bağlayan bir araç olduğunu ifade ettiği düşüncesine paralel olarak Ceylan, "Rüyalar sadece, uyanıkken nesne dünyası içinde yaşanan tecrübelerin tekrar oynatılmasından ibaret değildir, rüyalar ortak benliğin sahip olduğu kayıtlarla nesne dünyasından taşınan bilginin harmanlanması durumudur" diyerek nesiller arası bir bilgi bağına dikkat çeker.[4]


© KADİR NAKİPLER

"Keşfedilmemiş" bilinçdışı

Zihinsel süreçlerin ortak türsel kayıtlarla ilişkili olabileceğine yönelik düşünceler, İsviçreli psikiyatrist Carl Gustav Jung'un "kolektif bilinçdışı" kavramı ile psikiyatri dünyasında dile getirilmeye başlanmıştır. Jung, "Bilinç gelişimi ne olursa olsun, her uygar insan, ruhunun derinliklerinde arkaik (en eski,orijinal) bir insan olmaya devam eder, insan vücudu bizi nasıl memelilere bağlıyorsa ve sürüngenler çağına kadar uzanan evrimsel sürecin hatıralarını taşıyorsa, insan ruhu da başlangıcına kadar izlerini takip ettiğimizde, sayısız arkaik özellikler gösteren bir gelişimin ürünüdür" diyerek zihinsel süreçlerin ortak türsel kayıtlarla ilişkisine atıfta bulunur.[5] Tahmin edileceği gibi bu kavram, ilk ortaya çıktığı dönemde bilimsel camiadan sert ve alaycı eleştirilere maruz kalmıştır; fakat artık Jung'un fikirlerinin, daha önce açıklamaya çalıştığımız gibi, günümüz biliminde saygın bilim insanları tarafından olabilirliği tartışılmaktadır.

Türsel ortaklık

İnsanoğlu, bütün fiziksel kısıtlılıklarına ve zayıflıklarına rağmen besin zincirinin en tepesinde yer alan, yaşadığı gezegeni ve gezegende yaşayan diğer türleri kontrol eden, bununla yetinmeyip gezegenin dışına gözünü dikmiş, şu ana kadar bildiğimiz kadarıyla evrendeki en gelişmiş türdür. Peki bizler, fiziksel gücümüzün ve sınırlarının, gezegenimizdeki diğer pek çok türle kıyaslanamayacak derecede zayıf olmasına rağmen bunu nasıl başardık? İnsanoğlunu gezegendeki d+++iğer türlerden ayıran ve üstün kılan tek şey yalnızca, bilinçli olduğunun bilincinde olması mıdır? Bu soruya, cevabımız "kısmen evet"tir. Bilinçli olduğunun bilincinde olmak insanlığa, kendisinin ve diğer insanların hatta diğer türlerin duygu, düşünce ve davranışlarını izleme, tahminler yürütme ve önlemler alabilme kabiliyetini kazandırmıştır. Fakat bir tür olarak fiziksel zayıflığımız göz önüne alındığında, insanlığın besin zincirinin en tepesine tırmanabilmesi için bu kabiliyete ek olarak bir bütün halinde hareket edebilme özelliği de gereklidir. İnsanoğlunu bir bütün halinde gelişkin bir yapı olarak örgütleyen bir ortaklık içgüdüsü fiziksel zayıflığı türsel avantaja dönüştürebilir. Bir ceylan yavrusu doğar doğmaz birkaç denemeden sonra rahatlıkla yürüyebilir hatta koşabilir fakat bir insan yavrusunun yürüyebilmesi için ortalama en az bir yıl gerekmektedir. İşte bu noktada, Tahir Musa'ya göre, insanoğlundaki ortaklık içgüdüsünün kökeni, insan yavrusunun hayatta kalabilmesi ve bakımı için sürdürülen ortak çabada ve kuşaklar boyu süren bu çabanın içgüdüsel bir karakter kazanıp ortaklık içgüdüsüne evrilmesinde yatmaktadır.[4] Tahir Musa, "Ortak Benlik" isimli kitabında, insanoğlunu, su yüzeyinde ayrı ayrı kafaları görünen fakat su altında el ele tutuşup bir bütün halinde hareket eden bir yapı olarak niteler ve insanların birbirlerinden farkının, ancak, bir masa taşırken yükü önden ya da arkadan tutmakla oluşan, birinin sırtında diğerinin göğsünde oluşmuş, nasırlar kadar olduğunu vurgular.[1]

Jung'a göre, birey yaşlanırken, içinden çıktığı kolektif psişenin içine damla damla erir, kendi kuyruğunu ısıran Uroboros gibi, insan yaşamında başlangıç ve son birbiriyle kesişir; bu düşünceye göre, ölüm bir son değildir, sadece bir geçiş durağıdır, "ebedi akıntıya" bir geri dönüştür. Bu anlayış insan yaşamının anlamının sadece bireysel

çıkarlarının elinde olamayacağı düşüncesini doğurur ki ancak bu fikir sayesinde, fiziksel zayıflıklarımıza rağmen, türsel bir gelişim gösterebiliriz.[6]

Şu ana kadar açıkladığımız türsel ortaklık düşüncesinin somut, elle tutulur kanıtlarını, kendi bedenimizde bulabiliriz. Bir insan bir duygu yaşadığında ya da bir eylemde bulunduğunda beyninde sinirsel bir ateşleme olur, bununla birlikte beynimizde öyle özelleşmiş hücreler vardır ki; gözlemlediğimiz bir başkası, bir duygu yaşadığında ya da bir eylemde bulunduğunda sanki kendi bedenimiz o duyguyu ya da eylemi gerçekleştiriyormuş gibi elektriksel aktivite gösterir. Bu hücrelere ayna nöronlar denir; bu hücreler, bizi çevreleyen kişilerin davranış ve duygularına, o kişiler sanki bizim fiziksel bir parçamızmış gibi ayna tutarlar, bir nevi bizi toplumsallaştırırlar.[2] Dünyaca ünlü Hindu nörolog Ramachandran, "Tahmin ediyorum ki DNA'nın keşfinin biyolojide yaptığı devrimi, ayna nöronları psikolojide yapacaktır" sözleriyle bu sinir hücrelerinin önemini dile getirmiştir. Tahir Musa, ayna nöronları, hepimizin ortak bir ritim tutturmamıza ve tek canlının uzuvları gibi davranmamıza neden olan ana biyolojik yapı olarak tanımlar.[1] Ayna nöronların başkalarının duygularını içselleştirme üzerine işlevleri, ahlaki değerlerin varlığını anlamamıza yardım eder. Bu konuda Keysers, "Empatik Beyin" isimli kitabında şöyle der: "Ayna nöronlar aracılığıyla başkalarına yardım, kendimize yardım anlamına gelir ve paylaşılan bir sevinçten dolayı kendimizi iyi hissederiz. Buna karşılık; başkalarına zarar vermek, paylaşılan bir acıdan dolayı kendimize zarar vermek anlamını taşır."[2]

Ortak benlik

Daha önceki nesillerin yaşam tecrübelerinden edindikleri bilgi, tıpkı bir göz rengi, saç rengi kalıtımı gibi nesilden nesile aktarım göstermektedir. Bunu, yenidoğan bir bebeğin reflekslerini inceleyerek görebiliriz. Örneğin arama-emme refleksini ele alalım, yenidoğan bir bebeğin yanağına hafifçe dokunduğunuzda, ağzını açar ve dokunulan tarafa ağzını çevirir. Bu, bebeğin beslenmesi için gerekli bir reflekstir, bebeğin memeyi bulmasını sağlar; sanki bebek doğduğu andan itibaren bir meme tarafından besleneceği bilgisine sahiptir. Tahir Musa bunu "İnsan, boş bir masanın (tabula-rasa) üzerine nesnelerin çizdiği bir resim değildir, aksine onun içinde yeryüzünün bir resmi vardır" şeklinde açıklamaktadır.[4] Peki bebeğin içine bu resmi çizen nedir? Bu soruya kavramın sahibi Tahir Musa'nın sözleriyle cevap verelim: "Bunun cevabı ortak benliktir. Ortak benlik, insan türünün geçmişinde yaşamış milyarlarca üyesinin, yeryüzüne ilişkin aktardığı derin ve geniş bir bilgi birikimidir, bebek yeryüzüne gelirken bu bilginin tamamına sahiptir."[4] Daha önce de açıkladığımız gibi, insan, nesnelerden aldığı bilgiyi epigenetik mekanizmalarıyla genlerine aktarır, dolayısıyla genetik yapı olağanüstü bir bilgi yükü olarak tek ve ilk yapıdır. Dawkins bunu "evrenin herhangi bir yerinde yaşamın ortaya çıkması için gerekli tek tür varlık ölümsüz eşleyicilerdir (kalıtım materyalleri)" sözleriyle dile getirir.[3] İnsanlık tarihi boyunca yaşam tecrübelerinden doğan bu muazzam bilgi nesilden nesile kalıtım zincirine katılarak ortak benliği zenginleştirir. Tahir Musa, ortak benliğin oluşumunu değerlendirirken, "Bin yıllardır akan ve insanlığın tecrübelerinden zenginleşen bu muazzam bilginin, kendisi hakkındaki kanaati ortak benliktir, ortak benlik, bu güne kadar yaşamış insan türüne ait her bireyin kendisiyle ilgili intibaların (bir anlamıyla benliklerinin) bütünleyici toplamıdır" fikrini savunur.[1] Ortak benlik, her insanda daha cenin aşamasında bulunan, insanlık tarihinin ortak bilgisinin bütünüdür. Jung'a göre, birey, kendi psişesinde bu bilgi alanını açabilirse ya da bu bilginin farkındalığına ulaşabilirse, soyutlanmışlıktan kurtulur ve sonsuz kozmik süreçle bütünleşir.[6]

Türsel mutluluk

İnsanoğlunun, cevabını en çok merak ettiği sorulardan biri "Evrende yalnız mıyız?" sorusudur. Bu sorunun cevabını bulabilmek için, gelişmiş Batı ülkeleri her yıl milyarlarca dolarlık yatırımlarla yeni araştırmalar yapmaktadırlar. 200 milyar ABD büyüklüğünde bir evrende "i" harfinin noktasının yörüngesinde dönen bir gezegende yaşayan yapayalnız insanoğlu, kozmik yalnızlığına çare ararken, kendi kişisel yalnızlığının farkında mıdır? Metroda ya da otobüste giderken ya da bir sokakta dolaşırken insanların yüzlerine baktığınızda ne görüyorsunuz? Mutlu yüzler mi? Yoksa birbirinden kopuk binlerce mutsuz dünya mı? Bizler, kendi somut dünyamızı arkasına sakladığımız, sanal gerçekliğin pençesinde çaresizce debelenirken, tuşlara her bastığımızda ortaklıktan daha da uzaklaştığımızın farkında mıyız? Mutluluk ortaklıktadır çünkü ancak bir tür olarak insanoğlunun bir parçası olduğumuzu fark ettiğimiz anda, birbirinden kopmuş, yere düşmüş, sararmış yapraklar gibi savrulmak yerine, aynı ağacın gövdesinde yeşeren birer dala dönüşeceğiz. İşte o zaman, bir tür olarak hareket edip, açlığı, fakirliği ve savaşları ortadan kaldırabileceğiz, bir bardak su için sıra bekleyen Afrikalı küçük bedenler yerine Kara Kıta'nın mutlu çocuklarının gülümseyen yüzlerini göreceğiz fotoğraflarda ya da hiçbir baba, düğününde mutluluğu paylaşmak yerine, oğlunu gömmek zorunda kalmayacak Ortadoğu'da.

Sonuç

Bu yazının yazarının şahsi düşüncesi odur ki; türsel ortaklıkla ilgili bu araştırmalar, sadece nöropsikiyatri ya da genetik biliminde çığır açıcı buluşlar saptanmasına yol açmakla kalmayacak, bir tür olarak tüm insanlığın hayatta kalabilmesi, daha gelişmişe doğru evrilebilmesi ve türsel mutluluğun kapısını aralayabilmesi için bir rehber olacaktır.

Kaynakça

[1] *Ceylan, T. M., "Ortak Benlik Nörofelsefi Temellendirme", İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2012.*
[2] *Keysers, C., "Empatik Beyin", çev. A. Eper, İstanbul: Alfa Yayın, 2011.*
[3] *Dawkins, R., "Gen Bencildir", çev. E. Karaarslan, İstanbul: Kuzey Yayınları, 2014.*
[4] *Ceylan, T. M., "Nesne Benliği Psikofelsefi Bütünleştirme", İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2013.*
[5] *Jung, C. G., "Keşfedilmemiş Benlik". çev. B. İlhan, C. E. Silay, İstanbul: Barış İlhan Yayınevi, 2010.*
[6] *Jacobi, J. "C.G.Jung Psikolojisi". çev. M. Arab, İstanbul: İlhan Yayınevi, 2002.*

Cengiz GÜLEÇ

Ustaca yaşamak ve mutluluk

Sevdiğimizi hoşnut etmek için katlanmayacağımız özveri yoktur. Kendimizi mutlu etmek için nasıl da cimri davranırız anlamak mümkün değil.



"Ustaca yaşamak" deyimi bağrında bir paradoks taşımaktadır. Hayat konusunda ustalık, başka bir deyişle hayata onurlu bir şekilde katılmak bir bakıma hayata karşı acemi bir çırak duruşunu gerektirmektedir. Hayat, acemiliklere, her dem yeniliklere, yaratıcılıklara olduğu kadar kaçınılmaz acılara açık ve hazır durumdadır. Mesleğinin "ustası" bir insan, hayat karşısında "çırak" kalabilir. Paradoks, işte tam da bu noktada gizlidir.

Bireysel özgüllüklerini yaşam deneyimlerine vura vura geliştirmek, ter dökerek olgunlaşmak yerine, başkalarından ödünç alınmış anlam haritalarına, otoritelerin vaaz ettiği ahlak kodeksine, siyasi liderlerin rehberliğine sığınarak güvenlik arayanlara, mutluluk da "haram"dır.

Bize bir kez olmak üzere armağan edilmiş hayatı sahici bir sanatçı duyarlılığıyla karşılamak, dinamik bir yaratıcılık arzusuyla kendisini gerçekleştirmek, gücü yettiği kadar çevresini "hak ve özgürlükler" yolunda geliştirmek için çaba göstermek, yaşam ustalarının işidir.

Karşılaştığımız sorunlarla etkili bir biçimde baş etme, hayatta kalma açısından bizleri başarılı kılabilir ama "yaşam ustalığı"nı garantilemez. Büyük usta Sokrates'in diliyle söylemek istersek, "Sorgulanmamış hayat, yaşanmaya değmez". Ustalıktan beklenen, acısız-sıkıntısız, özürsüz-eksiksiz yaşamak ve her dem "mutlu" olmak değildir. Tersine, yaşantılarını ve ilişkilerini olduğu kadar özbenliğini (self) sürekli olarak açık yüreklilikle sorgulamaya tabi tutmanın gerginliğini yaşamaya istekli olmak demektir.

Ustalar, kişisel hayatları ile bitmez tükenmez bir hesaplaşma içinde yaşarlarken, bunu, başka hayatları hesaba katarak yaparlar. Ötekinin acısına duyarlıdırlar. Merhamet duygusu gelişmiş, değerlerini paylaşmaya açık, eşduyum (empati) yetileri gelişkin ve tolerans sınırları bir hayli geniştir.

Romalı ünlü filozof Terentius'un ifade ettiği gibi, "Ben bir insanım, insana dair ne varsa bana yabancı değildir" ilkesine bağlı bir insancıllık, yaşam ustalığı için temel ilkedir.

Kendi yaşamlarını başka "ustaların" eleştirilerine açık tutan yaşam çırağı ustalar, ötekilerle "insan onurunun" korunması uğruna ortak değerlerde buluşmaya hazırdırlar.







Hayatın eşsiz "nimetlerinden" insanca yararlanmaktan vazgeçmeden başka gönüllerde çoğalmak, yetenek gerektiren bir iştir. Her ne kadar ustalık, konu hayat da olsa bir birikim, özel bir beceri hatta daha ileri gidersek marifet ve basiret gerektiriyorsa da hayat konusunda ustalaşmak her zaman "yaşlı" olmayı gerektirmez. Kadim uygarlıkların yeşerdiği coğrafyalarda (Anadolu da buna dahil) efsanelere ve menkıbelere konu olmuş ulu erenlerin ve bilgelerin hayatlarından, yaşam ustalığı bağlamında öğrenecek çok şey bulabiliriz. Anadolu'da yeşerip gelişmiş ortodoks ya da heterodoks sufilerin olgun ve yetkin insan (insan-ı kâmil) olmayı hedefleyen öğretileri bizlere rehber olabilir. Hayat ustalarının ille de gerçek anlamda mistik olmaları tabii ki şart değildir. Ancak varlık konusunda duyarsız bir yaşam ustasını tahayyül etmekte zorlandığımı da itiraf etmeliyim. Ustalık, dünyadan el etek çekmek anlamında bir züht meselesi değildir. Ancak ne pahasına olursa olsun acıdan kaçınmak ve bedeli neye mal olursa olsun haz peşinde koşmak bir insan için temel yaşam ilkesi ise, buradan yaşam ustalığı da üretilemez. Anlam tedavisi olarak tercüme edebileceğimiz "logoterapi"nin kurucusu Victor Frankl, Nazi toplama kamplarında tüm yakınlarının ölümüne tanık olacak şekilde yıllarca eziyet ve işkenceye katlanırken, geliştirdiği "terapi"nin ana fikrini oluşturan "acıya katlanma ancak hayatınızda güçlü bir anlam ve amaç varsa mümkündür" ilkesine sıkı sıkıya bağlı bir yaşam ustasıdır.

Yaşam ustalarının, kendi bedenlerini, duygularını ve düşüncelerini olduğu kadar öteki insanlarla paylaştıkları ortak dünyayı ve aşkın varlıkla ilgili kutsallıkları içsel bir tutarlılık ve bütünsellik içinde kavradıkları kolayca görülebilir. Bu nedenle ustalar, muazzam bir iç barışı ve alabildiğine geniş bir hoşgörü içinde yaşarlarken, sahip oldukları hikmetin sanki hiç farkında değillermiş gibi olağanüstü bir sadelik içinde yaşarlar. Stoacı filozof Epiküros'un, özetlediği gibi:

"ARZULADIĞIMIZ ŞEYLERDEN BAZILARI DOĞAL VE GEREKLİDİR (dostluk, özgürlük, tefekkür, barınak, yiyecek ve giyecek). BAZILARI DA DOĞAL AMA GEREKSİZ (büyük bir ev, büyük lüks banyolar, hizmetçiler, balık ve et). BAZILARI DA NE DOĞAL NE DE GEREKLİDİR (şan, şöhret, güç ve iktidar)."

Bu tespitlerimizden hareketle, yaşam ustalığına yalnızca tarihte yaşayıp yaşamadıkları bile kesin olarak bilinmeyen bazı mistiklerin erişebildiklerini sanmak büyük yanılgı olur. Kuşkusuz her toplumun değişik tarihsel dönemlerde kendilerince ulu ve kutsal saydıkları "aziz"leri olmuştur. Modern çağlarda böylesi bir mistik ululuk derecesine erişmek pek mümkün ve gerekli görülmese de, yaşam konusunda ustalaşmak sanırım çağımızın mutsuz, bezgin ve anlam yoksunu milyonlarca insan için yine de rol modeli olmaları açısından değerli olsa gerek.

Hayatın anlamı, otantisite ve varoluş

İnsanoğlunun ve kızının varoluş sorununa ilgisinin kökleri yüzyıllar öncesine dayanır. Ölümün yaşayan tüm canlılar için kaçınılmaz bir gerçek olduğunun fark edilmesiyle bu ilgi değişik biçimlerde ortaya çıkmıştır.

Uygarlık tarihinde iz bırakmış, çığır açmış ne kadar değerli düşünür ve sanatçı varsa, hemen hepsinin varoluş sorununu kişisel meşreplerine uygun bir biçimde ele alıp işlediklerini görebiliriz. 19. yüzyılda varlık ve varoluş konuları ile ilgili tartışmalar artık akademik çevrelerin de ilgisini çekmeye başlamış ve bu sayede değişik yönelimleri olan ancak ortak konusu varoluşun değeri ve anlamı üzerinde odaklanan felsefi okullar "Varoluşçu" olarak adlandırılmıştır. İnsan ruhsallığıyla ilgilenen psikoloji ve psikoterapi otoritelerinin önemli bir kesimi de varoluşçu düşünürlerden etkilenerek kendi özel varoluşçu terapi ve varoluşçu psikoloji okullarını kurmuşlardır.

Varoluşçular, yaşama karşı en uygun cevabın ve onunla tutarlı olan bir tutumun adına "otantisite" derler. Otantik bir varoluş; doğaya, ötekilere ve kendisine açık bir yaşam tarzını ima eder. Otantik bireyler, tüm bu ilişki düzeylerine açık olmaları nedeniyle, kendilerinden herhangi bir şey gizlemeden yaşamın önlerine serdiği olanakları ve nimetleri, nevrotikler ve ortalama insanlara göre çok daha iyi ve derinden farkında olarak yaşayan kişilerdir. Otantik bir varoluş, göstermek istemediğim yönlerim açığa çıkar kaygısı gütmeden yürüttükleri insan ilişkilerinde daha fazla kendiliğindenlik (spontanite) içinde gerçekleşir.

Otantik ilişkilerde insanlar, birbirleriyle gerçekten bizzat kişiler neyseler "o" oldukları için ilgilenmektedirler ve bu ilişkilerde işitilmek istenene değil de hakikat olanın söylenmesine ağırlık verildiği için, ortaya çıkan güven de sahici bir güven olacaktır.

Hayatın anlamı

Bu soruyu hayatının hiç değilse bir döneminde kendine sormamış bir insan bulmak mümkün değildir. Meşrebimize uyan cevabı, şu ya da bu yolla bulmuş olabileceğine inandığımız ünlü bilgin, filozof, sanatçı ya da politikacıların söz ve eylemlerine ya da yaşamöykülerine bakarak bulmaya çalışırız. Kimileri de bu kadar zahmetli ve ciddi entelektüel birikim ve kavrayış gerektiren bir çabayı göze alamaz, çevresindeki etkin "otorite" konumunda bulunan yakınlarından etkilenerek karineden bir "klişe anlam formülü" üretir.

Doğası gereği öznel ve kişisel bir konu olan hayatın anlamı da kişiye bağlı olmak zorundadır. Hayatın anlamı nedir diye sormak yerine, "Benim hayatımın amacı ne olmalı?" ya da "Benim için hayatın anlamı nedir?" diye sormak daha doğru olacaktır. Soyut ve genel bir tartışma düzleminden çıkıp soruyu somut ve özel bir bağlamda ele almak ve kişiselleştirmek, arayacağımız cevaplara ulaşabilmek açısından daha elverişli bir tutum olacaktır. Bu sayede her birimiz ancak kendi ruhsallığımız için değerli ve anlamlı olan temel konulara öncelik verebiliriz.

Varoluşçu filozofların eserlerinde ve varoluşçu terapi metinlerinde dolaşmak, bizi bilgili (malumat anlamında) kılabilir ama bize hayatın "gizli" anlamını veremez. Bu kaynaklar ve çevremizdeki "bilge" insanlar ki günümüzde





fazla oldukları söylenemez, olsa olsa bize rehberlik edebilirler. Onların rehberliğinde bireysel ve içsel anlam dünyamızdan kendimize özgü cevaplar demetini bulup çıkarmak bize düşer.
Yaşam ustaları anlam arayışımızda gerçekten de bize yol gösterebilirler. Ustaların yapıp etmelerinden ve eserlerinden yola çıkarak alternatif yaşam perspektiflerinin farkına varabiliriz. Buna rağmen, kişisel hayatımızın anlamını sadece kendimiz yaratabiliriz ya da bulabiliriz.
Öz benliğimizin bilincimize kapalı katmanlarını aydınlatmak, ruhsallığımızı derinden etkileyen bilinçdışı arzu ve eğilimlerimizi keşfetmek ve sahip olduğumuza inandığımız yaşam potansiyellerimizi gerçekleştirmeye çalışmak, hayatımıza anlam katmanın en güvenilir yoludur.
Kim olduğumuzu, nereden gelip nereye doğru gitmekte olduğumuzu keşfetme tutkusunun bizzat kendisi, yaşamımızın en sağlam anlam çerçevesi olabilir.
Anlam arayışımız hemen her zaman zordur ve acılarla doludur. Cesaret ister. Kadim bilgelerin buyurduğu gibi "kendini bilmek" sadece arzu ve niyetle gerçekleşmez. Başka birine bakar gibi kendine nesnel bir gözle bakabilmek, anlam arayışımızın ilk adımıdır.
Kişisel acılarımızla baş etmek üzere geliştirdiğimiz ego savunmalarımızı, özsaygımızı besleyen sözde başarılarımızı, hayata tutunmamıza destek olan gelecek hayallerimizi, düşük engellenme eşiğimizi, yüklü narsisistik emellerimizi, ne olduğu belirsiz ve başkalarından ödünç alınmış "mutluluk" reçetelerimizi, bencilce tutkularımızı gerçekten tanır ve onları olabildiğince terk edebilirsek, hayatın anlamı ve değeri de kendiliğinden açığa çıkacaktır. Bilinmeyen ama varlığı sezilen coğrafyaları keşfetmek nasıl cesaret, kararlılık ve güçlü bir ego gücü gerektiriyorsa, hayatımıza vereceğimiz anlamı keşfetme serüveni de aynı kişilik değerlerini gerektirir.
Yaşamına anlam verebilmiş gerçek bilgelerin, buldukları ya da inşa ettikleri anlam dünyasını bir başkasına aktarma konusunda gönülsüz hatta "beceriksiz" olduklarını görmek şaşırtıcı gelebilir. Oysa bilgelerin bakış açısından bakıldığında şaşacak bir şey yoktur: Öyle ya benim kendimle ve evrenle uyumlu bir birlik içinde olmamı sağlayan "temel anlamı" hiçbir zahmete katlanmayan bir başkasına nasıl aktarabilirim? Ayrıca, "bunu yapmaya ne kadar hakkım var?" diye düşünürler.
Yaşamına anlam katmış, hayatının amaç ve hedeflerini belirlemiş kişilerde görmeye alışık olduğumuz "şimdi ve burada" yaşama ilkesi, gözünü geleceğe dikmiş, bugünü gelecek tasarımları uğruna bozuk para gibi harcayan ya da geçmişte kalması gereken takıntılara saplanıp kalmış kişilerin, yaşanan şimdiki zamana ve içinde halihazırda bulundukları mekâna odaklanmaları mümkün değildir.
Freud'un altını çizerek vurguladığı gibi mutluluğun reçetesi, başka bir deyişle hayatın anlamı, "sevmek, çalışmak ve gülmek" olabilir mi? Kuşkusuz cevabım evettir ama, bu temel hasletlere ek olarak yaşam paradoksları ile baş etmeye çalışmak da eklenmelidir.

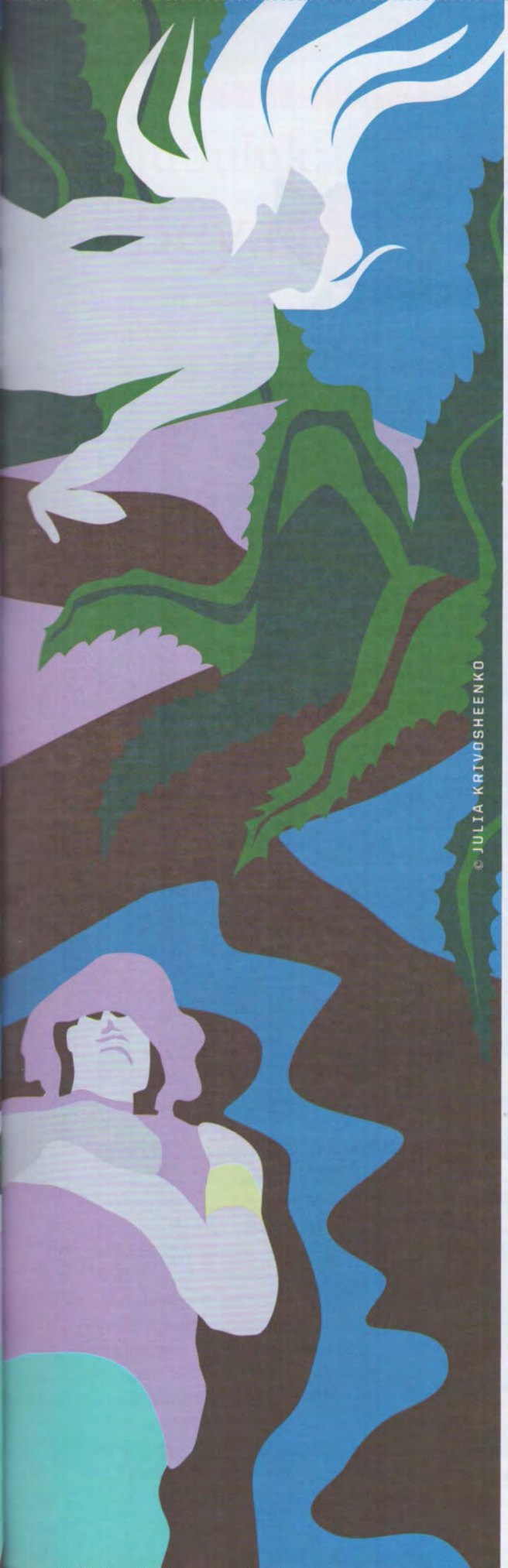
Mutluluğun anahtarı olarak öz sevgi ve özsaygı

Kendisini sevmek ve saymak sağlıklı bir ruhsallığın temel göstergeleridir. Çağımızda var olan "modern eğitim" kurumları, özsaygı ve sevgi üzerinde önemle durmaktadırlar. Fakat baskıcı ve ezberci uygulamalarıyla, çocuklarda ve gençlerde bu duyguların gelişmesine bu eğitim kurumlarının bizzat kendileri ciddi olarak engel teşkil etmektedirler. Eğer kişi şans eseri erken çocukluk dönemlerinde sağlıklı bir aile ortamında büyümüş ise okul çağına gelene kadar kişiliğinin temel taşlarını özsaygı ve öz değerlilik bakımından döşemiş olacaktır. Özgüven, özerklik ve girişim ruhunun yaşamın ilk altı yılı içinde kurulduğunu, başta Erikson olmak üzere tüm psikolojik gelişim

kuramcıları açık olarak kanıtlamışlardır.
Kendini sevmek ya da başka bir deyişle kendisine muhabbet duymak, bizlere öğretilenlerin tersini izlemekle sağlanabilir. Benlik değerimizi sahip olduklarımıza ve bize ne kadar değer verildiğine bakarak geliştirmek üzere eğitiliyoruz. İç dünyamızdan çok dış dünyaya odaklanarak benlik değerimizi ölçmeye koşullandırılıyoruz.
Kendini sevmek ve saymak eğer başkalarının bizi sayması ve sevmesine dayanıyorsa, bu durumda benlik saygımız dışa bağımlıdır. Dış gerçeklik ise denetimimizin büyük ölçüde dışındadır. Kendimize muhabbet beslemek için iyi bir iş ve meslek sahibi olmak, yeterince para kazanmak, başkalarının gözünde saygın olmak zorundayız. Kısacası başarı, benlik saygımız için gereklidir ama yeterli değildir.
Özsaygı, kendimize öncelik tanımak ve benlik ihtiyaçlarımıza ilgi göstermekle başlar. Başkalarının ihtiyaçlarına ne kadar duyarlı isek, en azından kendimize karşı da aynı duyarlılığı göstermek, özsaygı kazanmak için gereklidir. Çok sevdiğimiz bir dostla muhabbet etmenin lezzeti nasıl değerliyse, kendimizle sohbetten benzer tadı almak da o kadar önemlidir.
Sevdiğimizi hoşnut etmek için katlanmayacağımız özveri yoktur. Kendimizi







mutlu etmek için nasıl da cimri davranırız anlamak mümkün değildir. Önem verdiğimiz kişilerin gözünde değerli olabilmek için başvurmadığımız yol yoktur. Göze girmek, onaylanmak, beğenilmek uğruna ne çilelere katlanırız, kendi gözümüzde ne olduğumuzu unuturcasına.

Dış kaynaklara dayanan benlik saygısı geçici olmaya mahkûmdur. Değerlilik duygumuzu besleyen dış odaklar yitirildiğinde ya da özsaygı besinleri tükendiğinde, kısacası kendimizle baş başa kaldığımızda, karalar bağlar, hüzün ve keder içine gömülürüz.

Denetleyemediğimiz dış kaynaklara dayandırılan özsaygı, en küçük düş kırıklığında düşmeye başlar ve hayattan soğuma ile çevreye küskünlük ardından çıkagelir.

Benlik saygılarını ayakta tutabilmek adına kimseye "hayır" diyemeyenlerin nasıl kolayca tükendiklerini ve içine düştükleri çökkünlükten başkalarını suçladıklarını iyi biliriz.

Birçok şeyin kötü gittiği zor günlerde, baskıların ve yoksunlukların zirve yaptığı koşullarda, değer verdiğimiz şeyleri koruyabiliyor ve yaşama bağlanmaktan caymıyorsak, bunun sahici bir özsaygı ve öz değerlilik duygularımız sayesinde mümkün olduğunu kabullenmeliyiz.

Kendisine özsaygısı olan ebeveynler ancak çocuklarında özsaygının yeşermesini sağlayabilirler. Modern yaşamın hızlı temposu içinde bin bir güçlükle boğuşan, yeterli ebeveynlik yapmakta olup olmadıklarından sürekli kuşku duyan ana babalardan, şefkatsiz ve merhametsiz bakıcılarımızdan, yaptığı işi angarya gibi gören öğretmenlerimizden, dayanışma yerine acımasız rekabete giren arkadaşlarımızdan nasıl olur da hâlâ özsaygı ve öz değerlilik duyguları devşirebiliriz?

Başarı, denetim ve gücün kutsandığı, bireyciliğin alabildiğine beslendiği günümüzün "narsisizm vebası" salgınında insanın kendisiyle barışık olması neredeyse bir mucize olarak kabul edilmelidir.

Başkalarının hakkımızda ne düşündüğüyle bu kadar meşgulken nasıl olur da içimizden gelen sesleri dinleyebiliriz? Başkalarını memnun etmek ön planda olduğunda kendimizi hoşnut tutmak nasıl sağlanabilir? Başkalarını sevmenin onların ihtiyaçlarını karşılamak demek olduğunu görüp işitiyorsak, kendi benlik ihtiyaçlarımızı nasıl algılayabiliriz?

Kendini önemsemek, kendini ciddiye almak, kendini sevmek egoizm ve narsisizm olarak adlandırılırken, bu tür "sapkın" eğilimler içinde olmayı nasıl kabul edebiliriz? "Kendini seven hiç kimse tarafından sevilmez" türünden sözde veciz sözler duyarken, kendimizi nasıl sevebiliriz? "Başkalarını kendinden daha fazla sevmelisin ki sevilebilesin" türünden açıkça iki yüzlülük içeren önerilere ne kadar itibar etmeliyiz? Ola ki özen ve ilgi gösterdiğimiz "öteki", bize beklediğimiz sevgiyi sunmadığında kendimizi haksızlığa uğramış gibi hissetmekten nasıl alıkoyabiliriz? Sürekli kendisine haksızlık yapıldığı ya da kullanıldığı inancında olan kişi ile kim gerçek bir dostluk kurabilir?

Başkalarını bizi sevmek zorunda bırakma tutumu, ancak biz kendimizi sevmiyorsak devreye girer. Öz sevgi ve öz değerlilik ihtiyaçlarımızı ötekiler karşılamak zorunda değillerdir. Kimsenin omuzlarına bu yükü bindirmeye hakkımız yoktur. Kendimizden başka hiç kimse bizi istediğimiz şekilde sevemez ve değerli bulamaz. Kendimiz için yapabileceklerimizi bizim aklımıza kimse düşüremez.

Kendimizi sevmek kişisel potansiyellerimizi ve kusurlarımızı, yetersizliklerimizi doğru tanımakla mümkündür. Bedensel ve ruhsal güçlerimizi tanımak üzere kendi benliğimiz üzerine odaklanmak zorunludur. Bu tutum da kesinlikle benmerkezcil ve bencil olmak demek değildir.

Mutlu olmayı istemek anlaşılır bir arzudur ancak mutluluk yaşantısı olarak her ne anlıyorsak, bunun gerçekleşmesi için, az evvel sıraladığım minik aforizmalar çerçevesinde ihsas etmeye çalıştığım hususlar göz önünde tutulmalıdır diye düşünüyorum. Baki muhabbetle.



©MERVE TURAN

Mutluluk:
"Beyaz uykusuz uzakta"

Kendine bakmaktan korkmayanların yaşayabileceği bir mutsuzluktur mutluluk.



"Benim yüreğime üç mesele kor
Biri hasret biri vuslat biri deri"
M. Şerif

Âşık Nuri'nin, hiç duymadığım sesi ve hiç görmediğim yüzüne rağmen üzerimde yarattığı tuhaf ve bazen de acı veren yanı, benimle aynı köyde doğması, aynı çayırlarda oynayıp, donmuş Çıldır Gölü'nün üzerinden Arap atlarının çektiği kızaklarla geçerken çocukluk anıları biriktirmemiz ya da kendisinin ve karısının adlarının belirsiz çağrışımlarıyla ilgiliydi belki de, kim bilir!

Âşık Nuri'nin serencamı yenilir yutulur, unutulabilir cinsten bir acı değildir.

Bu hikâye, atlıların günümüzden daha çok olduğu, ama savaşçı oldukları zamanlardan ise yakın, sadece telefon olmayan memleketlerde haberci olduklan, bazen de kızak çekip yük taşımak için kullanıldıkları bir dönemde geçiyor. Yani öyle bir zamandı ki, bu atların/atlıların gelip gittiğini rüyanızda değil gerçek yaşamın içinde görürseniz muradınız olur ya da olmazdı.

Nuri, Âşık Kasım'ın büyük oğlu, Âşık Şenlik'in ise torunudur. Küçük yaşta âşıklığa başlamış büyük bir kabiliyettir. İrtical kuvveti ve türkü söylemeye yeteneği ile tanınmış, güzel makam sahibi, makamların anası olarak bilinen yetenekli bir saz şairidir. Daha on beş yaşındayken, düğmelerini çözerse yanarım dediği Terlan'a âşık olmuş, yanarsam da yanayım diyerek ömrünün sonuna kadar onun için yelkensiz pervane olma sözünü vermiştir. Adı Zeycan bir kızları, adı Asuman bir oğulları olmuştur...

Terlan'la evlenmeden bir yıl önce peydah olmuş, öksürünce tavuk kanı kadar kan akıttığı bir de hastalığı vardır. Ali Bülbül doktor, iyileşmesi için Nuri'ye, saz çalıp türkü söylemeyi bırakmasını ve asla limon yememesini, bir de akciğerdeki mikropları öldürsün diye içebildiği kadar tütün içmesini tembihlemiştir. Çokbilmiş meraklılar için şunu ekleyeyim; o günlerde modern tıp erbabı tütün dumanının akciğerdeki havayollarını temizleyerek apse oluşumunu engellediğini ve hatta olanı da iyileştirdiğini bilimsel çalışmalara ve hekimlerin tecrübe ettikleri tedavilere dayanarak anlamış, -daha sonra aksini iddia eden kendini bilmez boş kafalar çıksa da- bu bilgi ile çok kişinin dünyaya düşürdüğü gölgenin süresini uzatmışlardır.

Nuri'nin yolu, Ali Bülbül ile görüştükten beş yıl sonra yine Ankara'ya düşer. Bu defa iş başkadır. Ankara, uluslararası bir temaşa için Kars'ı, halkın zengin kültürünü anlatabilecek, tanıtabilecek, türküler icra edecek, bölgeyi temsilen Avrupalıların ağzını açık bırakacak bir ozan göndermelerini istemiştir valilikten. Ozanlar diyarı Kars'ta böyle bir seçim yapmak zor olsa da Kuzey Kafkasya'nın gelmiş geçmiş en büyük ozanının torunu olması, yeteneği ve makam bilmesi hasebiyle daha on dokuz yaşında olmasına rağmen Nuri gönderilmiştir Ankara'ya. Durumun gereği ve gelecek olan kişi yıldırım telgrafla Ankara'ya bildirilmiş, tren istasyonundaki manyetolu telefonla da iş sağlama alınmıştır. Nuri, dört gün süren tren yolculuğunun ardından şehirde geçirdiği ikinci günde istemeden de olsa tesadüfen Ali Bülbül'le karşılaşmış, ancak utana sıkıla saz çalıp türkü söylediğini ondan gizlemeye çalışmıştır. Ne var ki tereciye tere satmak olmaz, Âşık Nuri'nin koyduğu yasağa uymadığını ilim irfan sahibi doktor şak diye anlamıştır... Ankara'da kaldığı süre içinde bol bol saz çalıp türkü söylediğinden midir bilinmez hastalığı giderek ağırlaşmıştır. Ali Bülbül bu duruma daha fazla izin vermez, derhal hastaneye yatması için emir verir ve tedavisine başlar. Hastanede yattığı günler uzadıkça uzar ve o günlerde yetmiş altı yaşında olan babasından bir mektup gelir. Gelen mektupla gözlerine, yattığı yatağı göle çevirecek gözyaşları; aklına, on sekiz yaşında

bir karısı, iki çocuğu ve eğer bu hastalıktan ölürse onlara bakamayacak kadar küçük yaşta olan kardeşi ve artık babasının iyice yaşlanmış olduğu gelir... Kalkmaya çalışır kalkamaz, yatmaya çalışır yatamaz... Oldu olacak Terlan'a mektup yazmak ister ama ona da takati kalmamıştır. Dört günlük tren yolculuğuna dayanabileceği günden ve Kars'a dönecek gücü bulabileceğinden habersiz, kilometrelerce uzakta çaresiz, bitap bir haldeyken hastane odasındakilere Terlan'a iletilmek üzere şu şiiri okur:

Belki Mevlam kura bizim binayı
Yitirmişem ala gözlü sonayı
Bayram gelsin ağ ellere kınayı
Ezip gözyaşımnan sürem sevdiğim

Ağ alnıma gara yazı yazıldı
Terlan diye diye bağrım ezildi
Yad el değdi zülüflerin bozuldu
Getir dane dane düzem sevdiğim

Her nefeste ben Mevla'yı anaram
Yelkensiz pervane oldum yanaram
Çözsen düğmelerin oda yanaram
Yanarsamsa yana(yı)m çözem sevdiğim

Ali yok ki bölük bölük böldüre
Hamza yok ki yâri buraya aldıra
Nuri Ankara'da yarı Çıldır'da
Elim yetmiş name yazam sevdiğim.*

***

Rivayet edilir ki şiiri okuduktan sonra, sabah viziti için Ali Bülbül gelene kadar uyumuştur.

Nuri'yi beklerken!

Kars'ın Çıldır ilçesinin Suhara Köyü'ndeyiz. Yıl 1950.

Vade yetmezse kul ölmezmiş! Yara sızlar, yel vurur yara sızlar...

El çek tabip Nuri'nin bağrından, içindeki sancı sızlar!

Âşık Nuri doktoru ikna etmiş ve "Sebep senden olsun, ilaç Allah'tan!" diyerek dört gün önce içindeki sancının zoruyla "Terlan! ..." diye diye yola çıkmıştı... Köy halkı kahvenin camına yığılmış, Nuri'yi getirecek kızağı bekliyordu.

Onlar bekleyedursun, ben size biraz da bu köyde Nuri'yi beklemenin ne demek olduğunu anlatayım. Bu defa yıl 1983. Yine kış-boran, yine tipi, yine iki metreye ulaşan kar ve okullar tatil değil... Evet yine Nuri'yi bekliyoruz, günlerden perşembe. Bu başka Nuri, namı diğer Alyonçu Nuri. Âşık Nuri ile o da benim gibi bir defa bile karşılaşmamış, adını bile bilmez, bu köyden değildir zaten. Çocukların ve kadınların kimisinde yağ, kimisinde peynir... Benim gibi memur çocuklarından kiminin elinde beş lira, kiminin elinde iki buçuk lira... Yağı, peyniri, parası olmayanlar da edecekleri borcu kaç ay sonra ödeyebileceklerinin hesabını getirirlerdi kafalarında Alyonçu Nuri'ye sunmak üzere... Bilenler bilir, bu karşılaşma köydeki kadınlar ve çocuklar için en heyecan verici anlardan biridir. Elimizdekilerin ederi karşılığında Alyonçu Nuri'nin bize getireceği plastikten dökme oyuncakları, yanarlı dönerli bilyeleri, çamaşır leğenleri ve seleleri, ayakkabıları, bazen kalem, defter, renkli renkli silgileri, bazen de elbiseleri,



* Âşık Nuri, "Nuri Ankara'da yarı Çıldır'da" şiiri.
Dinlemek isteyenler için: https://www.youtube.com/watch?v=6lDkt2uTc50



© MERVE TURAN

battaniyeleri, yatak örtülerini almanın verdiği zevkin yanında, o gün köyde yaşanacak olan hareketliliği de severdik. Bekliyoruz işte, şansımıza ne çıkarsa! Alyonçu Nuri yazları, atların çektiği lastik tekerlekli bir römorkla her hafta, kışları ise yine aynı atların çektiği bir kızakla arada bir, yollar açıksa her ayın son perşembe günü gelirdi.

Bir gün işim düşerse diye arada bir arayanları, gelenleri bana iki iş birden çıkardıkları için sevmem, kızarım öylelerine! Oysa yalnızca işi düştüğünde arayanları severim, boş yere yormazlar çünkü beni. Bir engel yoksa her akıllarına düştüğümde arayanları ise çok severim. İşte gerçek dost onlardır!
Alyonçu Nuri gerçek bir dosttu, dedim ya, yollar açıksa o hep gelir, gelemese de yollar açılır açılmaz geleceğim diye haber salardı köye.

Bu ayki gelişinin anlamı benim için bambaşka! O güne kadar tekerleği olmayan ama tekerlek görünümü verilmiş dökme plastikten oyuncak arabalar getirmişti hep. Maalesef yere sürttüğünüzde tekerleğin döndüğünü hayal etmek zorundaydınız, yoksa arabanın kayarak gittiğini kabul etmek zorunda kalırdınız ki bu da işin tadını kaçırırdı. İki ay önce teknoloji harikası yeni bir oyuncak araba göstermişti bize, üstünde markası yazan, tekerlekleri ana kaideden bağımsız, arkadan ittirdiğinizde verdiğiniz kuvvetle orantılı olarak sizden uzaklaşabilen...
Nihayet uzaklardan sesi duyulmaya başladı...
-Alyonçuuuu!
-Alyonçu! Alyonçu Nuru geldiiii!
-Alyonçuuuu!
Arabama kavuşmuştum, gıcır gıcır nefti yeşil bir "Anadol"! Anadol yazısı arabanın üzerine sonradan yapıştırıldığını anladığım bir etiketteydi ve daha Alyonçu Nuri gitmeden arabadan ayrılıp düştü. Bir daha da ne yaptıysam yapışmadı. Olsun!
Oynamaya başladıktan üç saat sonra, akşam dokuz gibi daha korkunç bir sorunla baş başa kaldım; iki tekerleği birbirine birleştiren metal çubuk, plastik arabamı peynir gibi yırtmıştı. Sivri akıllılar için söylemeliyim ki durdurulamayan bu yırtık ne sakız yapıştırarak ne de plastiği çakmakla eriterek engellenemedi. Annemin, aile üyeleri için klasikleşmiş saydığım -elindekilerin kıymetini bilmelisin- sözlerini duymak istemediğim için kimseye bir şey söylemeden tekerleksiz arabama geri döndüm. Mutsuz değildim.
Peki mutlu muydum?
Bilmiyorum!
"İnsan yavrusu ne zaman bir hayal kursa, önünde sonunda ölüm alıp götürüyor onu!"*

***

Âşık Nuri hayal ettiği gibi sevdiklerine kavuşmuştu. Köye akşam sekizde ulaşmış, komşularının sevgi ve saygılarını, geçmiş olsun dileklerini sunup evlerine çekilmelerinden hemen sonra, genç karısı Terlan'a ve iki çocuğuna kavuşmanın mutluluğu, onlara bir defa bile sarılıp hasret giderecek zamanı bulamamanın mutsuzluğu içinde gözkapaklarını sonsuza kadar kapatmış, geride bir gazel kalmıştı.

* Yalan dünya, Hasan Musa Uygun.

***

Mutsuzluğun bir tek tanımı vardır, o da kavuşamamaktır! Peki ya mutluluk nedir? O mesele biraz daha karmaşık...
Mutluluk arzuladığın şeye kavuşmaktır, o şeyin ne olduğunu bildiğinden eminsen! Mutluluğu yaşamak değil de yalnızca görmek istersen en hasından, çocukları sevindir, gösterecektir sana kendini...

Ne mutlu size Suhara'nın Nuri'leri, ne mutlu size!

***

Mutluluk bir yetimin güldüğü, bir bebeğin süt emdiğinde yaşadığıdır!
Abidin Dino yapabilirdi bu çocukların resmini...
Şairler yazmaya yanaşabilir, yaklaşabilirlerdi hatta mutluluğun şiirine!
Benim için sanat ve edebiyat hakikate en yakın olandır, ikincilik ise her zaman ve herkesten çok psikanalizindir! Freud'a göre insan, imkânsız bir hedefe, mutlak mutluluğa, ensest sırasında duyulan hipotetik bir mutlak cinsel hazzın farklı figürlere bürünen mutluluğuna ulaşma şeklinde daima sabit ve asla gerçekleşmeyen özlemin etkisi altındadır. Bir başka deyişle, mutlak mutluluk imkânsızdır ve ensest yasağının ardına gizlenmiştir. Lacan ise "İnsanoğlunun en yüksek iyinin özlemini çektiği konusunda hemfikiriz; fakat idealin peşinde koşmaya koyulur koyulmaz, bu idealin çok kısıtlı bir tatminin gerçeğine dönüştüğünü kabul etmek koşuluyla. Mutlak mutluluk serabının göreli bir mutluluğa yer vermek için hızla dağıldığını kabul etsek bile bir mutlak kurgusunun hep ardından koşulacak bir hedef olarak kaldığı doğrudur!" diyerek, mutlak mutluluğun ötekinin zevki olduğunu ve bu nedenle de imkânsız olduğunu savunur.*
"Ahlaksız" bir arzunun kabuk değiştirmiş halinden daha başka bir şey değildir "mutlak mutluluk"... "Mutlak mutluluk" yalnızca kaybettiği bir şey olduğunu bilen ama neyi kaybettiğini bilmeyen bir bebeğin, bir yerine geçen olarak "meme" ile yaşayabileceği, daha doğrusu yaşayabileceğini sandığı bir


© MERVE TURAN

arzudur! Nesnesine ulaşıldığında içinde hep bir kırıklık, kırgınlık barındıran, gerçek bir nesnesi olmayan bir arzudur "mutlak mutluluk"! Göreli bir mutluluğun sürekliliği ise, işte yalnızca bu kırıklığa, kırgınlıklara katlanabilenlerin sahip olabileceği bir hazinedir.
Kendi yetersizliğini kabullenip eksiğini sahiplenmeye cesareti olanların, bir başka deyişle, kendine bakmaktan korkmayanların yaşayabileceği bir mutsuzluktur mutluluk. Sizin de gördüğünüz gibi psikoloji/kuramlar insan yavrusunun yaşadığı mutsuzluğa kattığı derinlikle yalnızca yeni bir bakış açısı sunabilir, daha fazlasını değil. İşte, tam da bu yüzden daha çok kulak vermeli ıstırabın, acının, mutluluğun ne olduğunu, ne yaşadığını, yaşayabileceği şeylerin sınırlarını anlamak isteyen insan; "ıstırap, insan psikolojisine, psikoloji biliminden çok daha derinlemesine nüfuz eder"** diyen Proust'a, edebiyata, müziğe, sinemaya, velhasıl sanata...
Söz bilgiyi hep yeniden ürettiğinden, her seferinde hakikatten bir kez daha uzaklaşır. Belki de sözün hiç olmamasıdır hakiki selamet! Şiir ise mümkün olan en az sözcükle kurulduğundan, sözden uzaklaşıp gerçeğe yaklaşır, hatta, dokunabilirse gerçeğe yürekleri titretir.
İnsanın gerçeği (özü) tıpkı âşıkken çıkmak için çırpınan duyguları gibi geldiğinde de unutulan, şaşırılan, utanılan yani söze düşmeyendir. Göre göre oluyor, tekrarlaya tekrarlaya kuruyoruz kendimizi... Alışa alışa alışkanlıkla yapıyoruz her şeyi! Yoksa kim nereden bilecekti, kimden öğrenecekti nasıl ölüneceğini, bizden öncekiler ölmeseydi!
İnsan unuttuğunu hatırladığını unutarak geçmişi, bugün yeniden kuran bir varlıktır. Bir başka deyişle bugün yaşadıklarımız etimize işlenmiş o eski acıların, belleğimize kazınmış o eski resimlerin yeniden yorumlanmasıdır.

Öyle güzel ki ölürüm artık
Beyaz uykusuz uzakta
Kars çocukların da Kars'ı
Ölüleri yağan karda
Donmuş gözlerimin arası***

Bir insan doğduğu yere tekrar dönemeyecekse, oradan ayrılmasının bir anlamı yoktur.

Not:
Âşık Nuri 1931'de Suhara Köyü'nde doğmuş ve daha 19 yaşındayken, 1950'de aynı köyde ölmüştür.

© MERVE TURAN



* Cem Kaptanoğlu, Destekleyici Psikoterapi Ders Notları.
** "Kayıp Zamanın İzinde", M. Proust, çev. Roza Hakmen.
*** "Kars" şiiri, Cemal Sureya.

5. PSİKEART GÜNLERİ
PSİKESİNEMA
FİLM
FESTİVALİ

AŞKIN GERÇEK YÜZÜ

MART
2016
İSTANBUL

5. PSYCHEART DAYS
PSYCHECINEMA
FILM
FESTIVAL

THE TRUE FACE OF LOVE

MARCH
2016
İSTANBUL



psikesinema

© ALİ ALIŞIR

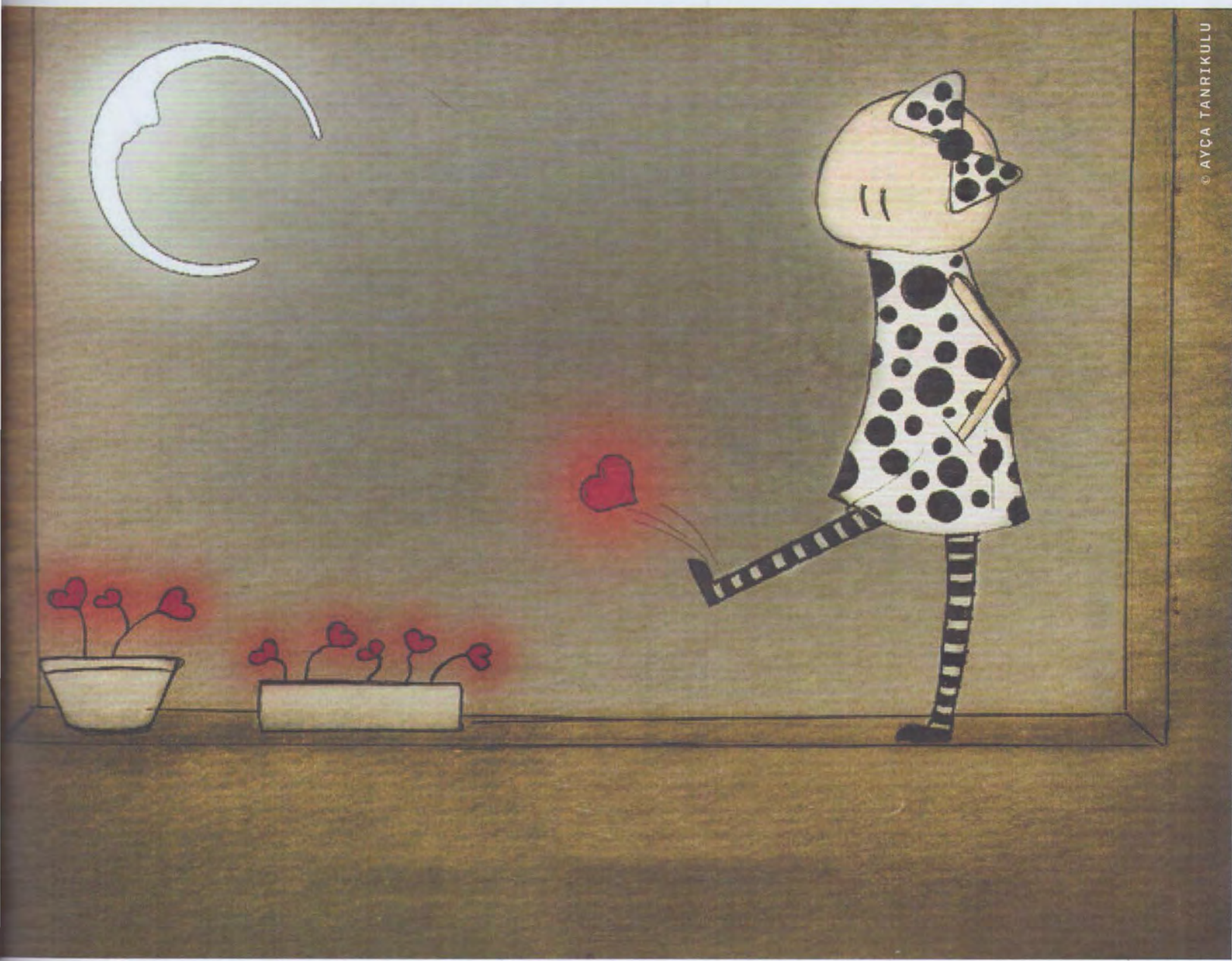
Emine ZİNNUR KILIÇ

Siz mutluluğunuzu nasıl alırdınız?

İnsan bir başkasını mutsuz edebilir tabii ki ama mutlu edemez. Herkesin kendi mutluluğunu kendisinin oluşturması gerekir.

Mutluluk günümüzün en iyi satan kavramlarından birisi şüphesiz... Hatta içinde yaşadığımız kapitalist toplum düzeninin başarı kriterlerinden biri de diyebiliriz. Mutlu olamıyorsanız bir şeyleri yanlış ya da eksik yapıyor olmalısınız. Bu durumda da mutluluk reçetelerine ihtiyacınız var. Mutlu olmak için çaba göstermeniz gerekiyor, bu konuda kitaplar okumanız gerekiyor. Reklamlara bakın, mutlu insanlar mutlu aileler neler yapıyor, neler kullanıyorsa siz de onlardan alın. Evinizi temizlerken mutlu değil misiniz? Öyleyse reklamdaki kadının yaptığı gibi evinizi mutlu mutlu temizlemenizi sağlayacak deterjanı kullanın! Hazır giyim, hazır yemek gibi hazır mutluluk arayışları içindeyiz. Öyle ya, kimse hayatta başarısız olmak istemez! Yaşamın amacının mutluluk olduğunu düşünmek insanlar için çıkmaz bir yoldur. Neden çıkmaz: çünkü mutlu olmaya çalışmak başlı başına bir mutsuzluk kaynağı haline gelir de ondan! Halbuki çoğu zaman insan ne mutlu ne de mutsuzdur. Normaldir yani! Fakat eğer mutlu olunmayan her an mutlu olmadığınızı düşünerek mutsuz olursanız, mutlu olunan anlar dışında kalan bütün o normal zamanları mutsuzlukla doldurabilirsiniz.

Peki, her "normal" anı mutluluğa çevirmek mümkün müdür? Bunu becerebilmek için, en azından kendimiz için, mutluluğun ne anlama geldiğini bilmek gerekir. Buradaki sorun "mutluluk" denilen kavramın her insan için çok farklı anlamlar ifade etmesi ve tarih boyunca da çok farklı anlamlar ifade edecek biçimde kullanılmasıdır. Mesela vakti zamanında Aristo'nun (İÖ 384-322) en önemli fikirlerinden biri "hayatın amacının mutluluk olması gerektiği" olmuştur. Ancak Aristo'nun mutluluktan ne kastettiğiyle de felsefeciler dışında kimse pek ilgilenmemiştir. Oysa Aristo "insanın tüm arayışlarının asıl amacının mutluluğa ulaşmak" olduğu fikrini ileri sürerken aslında günümüzde kullanılan "mutluluk" teriminden çok farklı bir terim kullanmıştır. "Eudaimonia" yani "gerçek ruh" ya da "kutsal ruh" anlamına gelen bu terim diğer dünya dillerine "mutluluk" olarak çevrilmiştir. Aristo'dan esinlenen düşünürler, mutluluğun (tanımı ne olursa olsun) gelip geçici bir şey değil, sürekli bir yaşam biçimi olması gerektiği fikrini dünya felsefesine yerleştirmiştir. Sonra Diderot "yalnızca tek bir tutku vardır, o da mutluluk tutkusudur" derken erdemli bir yaşamı amaçlamaktan söz etmiştir



ama eğer mutluluğu "yaşamdan haz almak" olarak yorumlarsanız söylenen sözlerin anlamı tümüyle değişir. Ancak mutluluğu "hayattan haz almak" olarak tanımlayan hedonistlerin söylemini Aristo'nun pek de gerçekçi olmayan mükemmeliyetçi söylemiyle birleştirince "hayatın amacı haz almaktır" gibi bir söylem ortaya çıkar ki bu da günümüzün mutluluk çıkmazını oluşturan en önemli meseledir.

Aristo insanın en önemli özelliğinin mantıksal düşünce olduğunu ve kendi bahsettiği "mutluluğa" bu özelliğini kullandıkça yaklaştığını, kendisini mükemmelleştirdiğini ileri sürmüştür. Aristo'nun yazılarına rağmen, günümüzde pek çok insanın mutluluk arayışı "erdemli, dengeli ve düşünceli bir yaşama" yönelik değildir. Herhangi bir tür arayışın onları tatmin edeceği de garantili değildir, ancak kesin olan tek şey, arananın sürekli bir mutluluk olduğudur. Arayışın amacının ne olduğu, arayışın sürekli olmasının gerekliliğine karşı önem kaybetmiştir. Hele günümüzün tüketim dünyasında, arayışın amacı "mutlu ol yeter" mesajları içerisinde kaybolur. Anlamını bile bilmediğimiz bir duruma ulaşmaya çalışırken kendimizi yıpratırız. Paradoksik bir arayış içinde her şeyi elde etmesi gerektiğini düşünerek ve bir şeyleri eksik bırakma korkusu içinde yaşar çağımızın tedirgin insanı!

Dolayısıyla belki de "mutluluk" kelimesi artık zorlu ve sürekli bir arayış ile eşanlamlı hale gelmiştir; belki de alternatif olarak "İnsanı iyi hissettiren durumlar nelerdir?" diye sormamız, bu durumların sürekli olamayacağı, "normal" hayata ek olarak bulunabileceklerinin farkına varmamız iyi olur.

"İnsanı iyi hissettiren durumlar nelerdir?" sorusu ise şaşırtıcı bir sonuç ortaya çıkarıyor: insanoğlu sanıldığı gibi televizyon karşısında yayılmış otururken kendini iyi hissetmiyor. Fazlaca para-pula sahip olmak da (ki herhangi bir şeye "sahip olursam mutlu olacağım" düşüncesi sürekli bir mutluluk hali arayışına işaret

eder) sık sık iyi hislere yol açmıyor. Öğreniyoruz ki insanın iyi hissettiği zamanlar, kendi zihnini ve bedenini tam kapasite çalıştırdığı durumlarmış. "Mutluluk" konusunda pek çok araştırma yapmış olan Mihaly Csikszentmihalyi'nin "Flow: The Psychology of Optimal Experience" kitabında anlattığı bir araştırma buna işaret ediyor: Araştırmacılar tam zamanlı çalışan yüzden fazla kadın ve erkeğe bir hafta süreyle tesadüfi zamanlarda çalan bir elektronik hatırlatıcı taktırıyorlar. Deneklerden de hatırlatıcı çaldığında "o anda ne yaptıklarını, kendilerini nasıl hissettiklerini" anlattıkları bir ölçek doldurmalarını istiyorlar. Yanıtlar incelendiğinde insanların kendilerini daha aktif, daha yaratıcı ve yaptıkları işe konsantre oldukları anlarda daha mutlu, güçlü, doyumlu hissettikleri; boş durdukları zamanlarda ise daha boş, duygusuz ve zayıf hissettikleri görülüyor. Csikszentmihalyi'nin ABD ve birçok başka kültürde de mutluluk konusunda yaptığı çalışmaların sonuçları gösteriyor ki insanlar en çok kendilerini belirli hedefe doğru yol aldıklarını hissettikleri zamanlarda iyi hissediyorlar. Bu duruma da Csikszentmihalyi "Flow" (Akış) adını veriyor. Kendimizi kaderimizin efendisi gibi hissettiğimiz bu anların sanıldığının aksine pasif, alıcı, gevşek bir durumda olduğumuz zamanlar olmadığını; kişinin bedeninin ve zihninin kendisi için zor ama ulaşılabilir bir hedefe yönelik limitlerini zorlarcasına çalıştığı, kendini tümüyle bu çab aya kaptırmış olduğu, geri kalan her şeyin önemsizleştiği anların mutluluk anları olduğunu söylüyor. Bu tür deneyimlerin özellikleri ise şöyle sıralanıyor: Bu yaşantılar genellikle gerçekleştirebileceğimiz hedeflerle karşılaştığımızda ortaya çıkar. Yaptığımız işe konsantre olmuş olmamız gerekir. Hedeflerimiz nettir ve sonuçlandığında geribildirim alırız. Bu sırada kişi kendini bu işe kaptırmış, gündelik hayatın dertleri ve tasalarından kopmuş hisseder. Kendi eylemlerini kontrol ettiği duygusunu yaşar. Bu yaşantının sonunda kendini daha güçlü hissedecektir ama yaşantı içindeyken kendini unutmuş gibidir. Son olarak da zaman algısı değişmiştir. Saatler dakikalar gibi geçer.

Bu yaklaşım çerçevesinde insanın gündelik yaşamındaki tüm eylemleri bir akışa dönüştürülebilir. Yaptığımız işi de ilişkilerimizi de, hatta yemek yeme eylemini (gurmeler gibi) bile bir akış durumuna dönüştürmek mümkündür. Bunu sağlamanın yolu ise dikkati tümüyle bu eyleme vermekle ve hedeflerimizi netleştirmekle gerçekleşecektir. Bir hedefe yönelmiş olmak kişinin dikkatini kendisinden çok elindeki işe yöneltmesini sağlayacak ve geri kalan her şeyi unutturacaktır. Bu şekilde kendi zihinsel ve fiziksel enerjisi üzerinde kontrol sağlayan birey kendini aşar ve bir bütünlük duygusuna ulaşır. Sonuçta baktığımızda, aradaki 2300 yıllık farka rağmen Csikszentmihalyi ile Aristo'nun benzer noktalara geldiğini görüyoruz. İkisi de diyorlar ki "kişiyi mutlu eden şey, kendi zihinsel ve fiziksel kaynaklarını tümüyle bir amaca ulaşmak için bilinçli bir şekilde yönlendirebilmesidir". Bu süreç pasif değil aktif bir eylem olmalıdır ve insan kendisini bu eyleme öylesine kaptırmış olmalıdır ki sanki kendinden ve tüm dünyadan kopmuş hissetmelidir. Önemli bir fark ise Csikszentmihalyi'nin mutluluğu Aristo gibi bir hayat-boyu süreç tanımlamamış olması, iyi hislerin insanın kendini verdiği, kısa süreli deneyimlerden geldiğini savunmasıdır. Bu tür bir tanımlama günümüzde insanların pek çok şeye sahipken bile kendilerini neden mutsuz hissettiklerini ve hayatın anlamını Uzakdoğu felsefelerinde aramaya başladıklarını oldukça iyi bir şekilde açıklıyor. Bu felsefelerin en önemli özelliği bireye kendi zihnini kontrol edebilme, yani kendini gündelik yaşamın sorunlarıyla ya da kendisiyle uğraşmaktan kurtarıp odaklanmayı öğretmektir. Burada söz edilen mücadele insanın kendisine karşı verdiği bir mücadele değildir. Daha çok kendi dikkatini yönetme mücadelesidir. Akış durumunu yaşamış olan her insan bu durumun yarattığı hoşnutluk halinin disiplinli bir konsantrasyon gerektirdiğini söyler. Kendinin farkındalık durumundan kurtuluş kendini kaybetmek anlamına gelmez ama kim olduğumuzu kısa süreyle unutmak özgürleştirici olabilir. Ancak kendimizle dolu olmadığımız zamanlarda kendimizi geliştirebiliriz ve kendimizi aşabiliriz. Bu yüzden insanın sürekli kendisini düşünmesi, mutlu olup olmadığını sorgulaması başlı başına bir mutsuzluk nedeni haline gelebilir. Öyle görünüyor ki dikkatimizi kendimizden uzaklaştırıp hedeflerimize odaklandığımız ve bu kayboluş içinde akıp gittiğimiz zamanlarda mutlu olabiliyoruz. İçinde bulunduğumuz yaşantının gelecekteki beklentilerimizle bütünleşmesi gerekiyor. Zorlayıcı olsa bile bu anlar daha sonra bize daha güçlü bir benlik duygusu ve kendine güven olarak geri dönüyor.

Bu yüzdendir, mutluluk dışardan enjekte edilebilen bir durum değildir. İnsan bir başkasını mutsuz edebilir tabii ki ama mutlu edemez. Herkesin kendi mutluluğunu kendisinin oluşturması gerekir ve bunun için de çaba ve dikkat gerekir. Oysa günümüzde her şey gibi mutluluk da satın alınabilir ya da dışardan sağlanabilir bir tüketim ürünü gibi algılanıyor. Mutlu olmayan çocukların ana babalarını suçlaması ya da çocukları mutlu değil diye ana babaların (özellikle de annelerin) kendini suçlaması o kadar yaygın bir durum ki! Çocuk merkezli toplumlara baktığımızda ebeveynlerin çocuklarını mutlu etme sorumluluğunu tümüyle üstlenmiş olduklarını görüyoruz. Çok iyi niyetli olan bu çabanın kendi mutluluğu için ne yapacağını öğrenememiş ergenler ve gençler yetişmesine neden olduğunu görüyorum. Çocuklara bir yandan anne babalarının bu çabasına karşı mutlu olmaları gerektiği mesajı veriliyor, bir yandan da bu durum gerçekleşmediğinde kendini değil başkalarını sorumlu tutma alışkanlığı gelişiyor. Mutlu olması beklentisinin çocuğa bir yük haline gelmesinin çocukta yarattığı yetersizlik duygusu ise cabası... Böyle durumlarda yirminci yüzyılda çocuklarımıza değer vermeyi öğrenirken kendimizi yanlış kavramlara kaptırdığımızı düşünüyorum. Çocuklarımızın bizim sevgimize, ilgimize bakımımıza gereksinimi var tamam; ama mutlu olmayı kendisi keşfetmek zorunda çünkü mutluluk oyuncakta değil oyunda gizlidir.

5.PSİKEART GÜNLERİ PSİKESİNEMA FİLM YARIŞMASI

5.PSYCHEART DAYS PSYCHECINEMA FILM COMPETITION

AŞKIN GERÇEK YÜZÜ

THE TRUE FACE OF LOVE

SON KATILIM TARİHİ
31 OCAK 2016

SUBMISSION DEADLINE
31 JANUARY 2016

ÖDÜL
6.000 TL

AWARD
6.000 TL





psikesinema

Levent METE

İlgiye öyle muhtacız ki

Eğer mutluysak, bunun değeri bile birilerine gösterildiğinde artıyor; başarımızın, huzurumuzun, ne kadar iyi durumda olduğumuzun görülüp bilinmesini, takdir edilmesini, kıskanılmasını, bir şekilde dikkat çekmesini istiyoruz.



O, yakınlık istiyor, her şeyden önce dehasından emin olmak istiyor, sonra da insanların arasına karışmak, okşanmak, yatıştırılmak, kendine getirilmek istiyordu. (...)
"Karısı, 'Charles Tansley senin için bugünün en büyük metafizikçisi diyor' dedi. Ama bu onun için yeterli değildi. Yakınlık görmeliydi. Kendisinin de yaşamın ta içinde olduğuna inandırmalıydılar onu, kendisine ihtiyaçları olduğunu göstermeliydiler, sade ev halkı değil, tüm dünya. (...)
"Mr. Ramsay yineledi. Nafile adamın biriydi, hiçbir şey yapacağı yoktu. Bak öyleyse, duy öyleyse. Mrs. Ramsay elindeki şişleri şak şak işleterek, odanın içine, pencereden dışarıya, James'e bakarak, gülüşü, tavırları ve bu konudaki yetkisiyle (tıpkı karanlık bir odada elinde ışıkla dolaşarak endişeli bir çocuğu yatıştıran bir bakıcı gibi) ona düşündüğünün gerçekleşmiş olduğunu söylüyordu; işte ev dolup taşıyordu; bahçede baharlar açıyordu; bundan hiç kuşkusu olmamalıydı. Eğer ona tüm varlığıyla inanırsa, kendisine hiçbir şeyden zarar gelmezdi; ne kadar derinlere inerse insin, ne kadar yükseklere tırmanırsa tırmansın bir an bile yalnız kalmayacak, karısını hep yanında bulacaktı. (...)
"Karısının sözleri içini rahatlatmıştı; başı eğik, minnetle karısına baktı; kendine gelmiş, yeniden canlanmıştı; sonunda tıpkı inandıktan sonra çekip giden bir çocuk gibi, 'Şöyle bir dolaşayım' dedi; çocukların kriket oynayışını izleyecekti. Çekilip gitti."

Virginia Woolf "Deniz Feneri"nde James Ramsay'in ilgi ve yakınlık ihtiyacının karısı tarafından karşılanışını böyle anlatıyor. Mr. Ramsay tıpkı okşanmak isteyen bir kedi gibi karısına sürtünüyor. Beğenilmek, onaylanmak, sevilmek istiyor.
Bu noktada durup, "Kim istemiyor ki?" diye sorabiliriz. Hepimiz aynı ihtiyaçla dolup taşmıyor muyuz? "Sen yolunda yürü ve bırak ne derlerse desinler" sözü, çok güçlü adamlar için söylenmiş olmalı. Biz sıradan faniler, başkalarının ne diyeceğiyle her zaman fazlasıyla ilgiliyiz. Mutlu olmak için önce ilgiye ihtiyaç duyuyoruz. Eğer mutluysak, bunun değeri bile birilerine gösterildiğinde artıyor; başarımızın, huzurumuzun, ne kadar iyi durumda olduğumuzun görülüp bilinmesini, takdir edilmesini, kıskanılmasını, bir şekilde dikkat çekmesini istiyoruz.
İlgi ihtiyacı, doyurulmadığı zaman iyice görünür hale geliyor. Yuva çocukları üzerinde yapılan incelemeler, düzenli ilgiden yoksun kalan çocuklarda birçok bedensel ve ruhsal bozukluğun ortaya çıktığını gösteriyor. Benzer sorunlar uzun süre hastanede yatan ve yalnız bırakılan çocuklarda, toplumsal desteği düşük erişkinlerde, bakımevlerinde yalnız yaşlanan kişilerde de görülüyor. Psikanalist Eric Berne, insanın uyaran ihtiyacını vurgularken, fiziksel acılar karşısında nasırlaşmış tutsakların bile, en çok korktukları ceza biçiminin uyaransız bir ortamda yalnız bırakılmak olduğunu hatırlatıyor. Uyaran yokluğunun kişinin gerçekle bağlantısının kopmasına yol açan ağır ruhsal bozukluklara neden olduğu deneysel olarak gösterilmiş. Berne, olaya organik açıdan bakıldığında,



DENİZ SAĞDIÇ

duyusal ve duygusal yoksunluğun sinir sisteminde bazı değişikliklere yol açtığını ileri sürüyor. Berne'e göre, omuriliğin ağ biçimindeki uyarı sistemi yeterince uyarılmadığı zaman sinir hücrelerinde bazı değişiklikler oluşuyor. Dolayısıyla, insan organizmasının yaşamını sürdürebilmesi için uyaran açlığının doyurulması yiyecek açlığının giderilmesi kadar önemli.

Bebek için ilgi; okşanma, dokunulma, sıcaklık ve sevgi sesleriyle kuşatılma anlamına geliyor. Söz konusu ilgi alma tarzı yıllar içinde ağırlığını yitiriyor. Bunun yerini simgesel okşanma biçimleri almaya başlıyor. Kişinin tanındığını ve onaylandığını gösteren davranışlar temel doyum etkinliği haline geliyor. Ancak, bebeklikteki doyum biçimleri için duyulan açlık hiçbir zaman tümüyle ortadan kalkmıyor. Yaşamımız boyunca değişen oranlarda doğrudan ve dolaylı okşanma ihtiyacı duymaya devam ediyoruz.

Okşanma algısı daha karmaşık ve simgesel biçimler aldıkça kişisel tarzlar belirginleşiyor. Berne'in sözleriyle söylersek, "Bir sinema oyuncusu omuriliğinin kurumaması için hemen her gün kim olduklarını bilmediği yüzlerce hayranı tarafından okşanmaya ihtiyaç duyarken, bir bilim adamı beden ve ruh sağlığını sürdürebilmek için yılda bir kez saygın bir bilgin tarafından okşanmayı yeterli görebiliyor."

Yazının mantığını sürdürerek bir adım daha atabilir, yalnızlığı yeterince okşanmama hali olarak tanımlayabiliriz. Bu belki de yalnızlığın en anlaşılır tanımıdır. "Yalnızlık paylaşılmaz", çünkü paylaşma bir tür karşılıklı okşama etkinliğidir. Paylaşılan yalnızlık eriyip dağılır, yalnızlık olmaktan çıkar. "Kalabalıklar içinde yalnız olmak" kavramı da aynı yaklaşımla yorumlanabilir. Eğer o kalabalıkta kimse sizinle ilgilenmiyor, sizi okşamıyorsa kalabalık içinde yalnızsınız demektir.

İlgi görmeme, sevilmeme, değer bulmama algısı dayanılmaz boyutlara ulaştığında, kişinin önünde tehlikeli kapılar açılmaya başlar. Akıl ve ruh sağlığı sarsılıp bozulur. Kimisi yalnızlıktan bunalıp canına kıyar. Bazıları umutsuz bir çabayla telefon sapıklığına sarılır, kendisiyle ilgilenmeyen topluma bu yolla ulaşmayı dener. Kimileri de, Engin Geçtan'ın deyişiyle, "kendini var hissedebilmek için Boğaziçi Köprüsü'nde ölümle kumar oynayarak seyirci edinmeye çalışır". Görünmez Adam gerçekten yaşamış olsaydı, ne yapıp edip kendisini hissettirmeye çalışır, varlığını kimseye göstermeyi başaramazsa mutsuzluktan ölürdü.

Fareler üzerinde yapılan çalışmalar, uyaransızlıkla karşılaştırıldığında, acı verici elektrik şoklarının bile hayvanların gelişiminde olumlu etkilere yol açtığını gösteriyor. Bir başka deyişle, kötü uyaran bile uyaransızlıktan iyi. Özellikle yaşamın ilk yıllarındaki ilgi yetersizliğinin yarattığı boşluk sonradan doldurulamıyor. Bu yüzden çocukluklarında yeterli ve düzenli ilgi görmeyenlerin büyük bölümü genellikle yaşam boyu yoğun ilgi açlığı çekiyor, yarasını yalayıp duran bir hayvan gibi, sürekli kendileriyle, kendi ihtiyaçlarıyla, sevinçleriyle, acılarıyla, ilgileniyorlar. Diğer bireyler onlar için yalnızca yaptıkları gösteriyi izledikleri, ilgi gösterip hayran oldukları sürece anlam taşıyor. Dolayısıyla başkalarının ihtiyaçlarını göremiyor, başka hayatların seyircisi olamıyorlar.

Ruhbilimciler, yoğun ilgi ihtiyacıyla kıvranan birey sayısının giderek arttığını söylüyor. İlgi beklentisi yükselirken, başkalarına ilgi gösterme yetisi köreliyor. Bu durumun nedenleri konusunda değişik açıklamalar var. Kimileri ağırlaşan rekabet ortamını sorumlu tutuyor. İş hayatlarında bir varlık-yokluk mücadelesine dönüşen yarışı sürdüren bireylerin gözünde insanlar ilginçliklerini yitiriyor, geçilmesi gereken birer rakibe, gözüne girilmesi gereken bir otoriteye, kazanç hanesine eklenecek bir rakama ya da kendilerini görmek için kullandıkları aynalara dönüşüyorlar. Yakın ve uzak çevremizdeki insanlara bakıp yarıştaki yerimizi belirlemeye çalışıyor, başarılarımızı ve sahip olduklarımızı onlara göstererek, hayranlıklarıyla ve kıskançlıklarıyla besleniyoruz. Gelişen teknolojiyi kullanma tarzımız da söz konusu yalnızlığı besliyor. İlgimizi yanı başımızdaki gerçek yaşamlardan çok, kitle iletişim araçlarının sunduğu eğlenceliklere yöneltiyoruz.

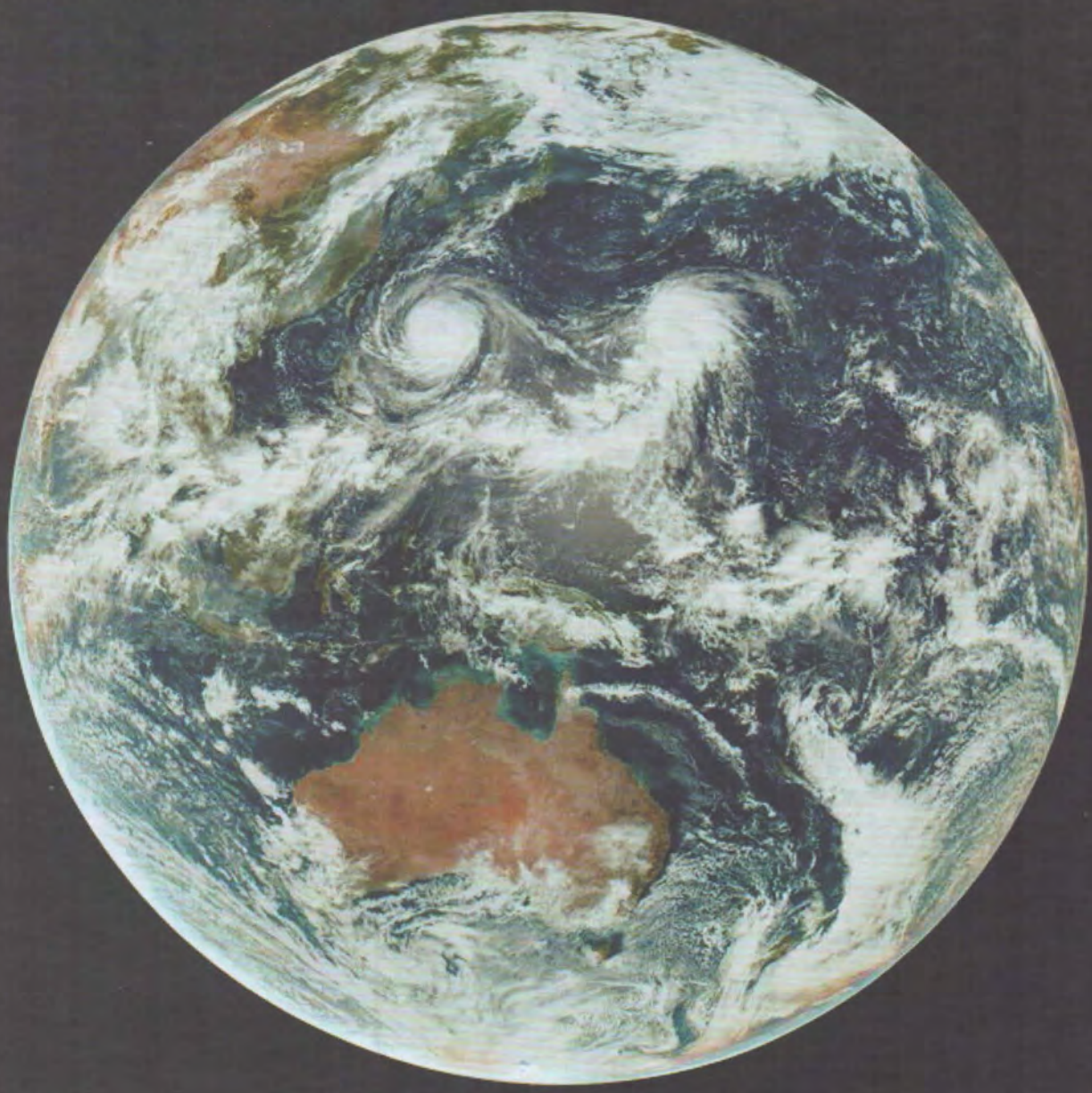
Toplumun toplam ilgi görme ihtiyacıyla toplam ilgi gösterme kapasitesi arasındaki açık giderek artıyor. Mutluluk söz konusu olduğunda bu açık, bütçe açığı, cari açık vb. makroekonomik göstergelerin ekonomide taşıdıklarına benzer bir önem taşıyor.

Çözüm için yapılan önerilerin bir bölümü geride bırakmakta olduğumuz romantik dönemin izlerini taşıyor. Bunlar bireysel ve toplumsal odaklı olmak üzere iki gruba ayrılabilir. Belki Sait Faik'in dediği gibi, her şey bir insanı sevmekle başlayacak; ya da Güney Amerikalı ölümsüz kumandanı örnek alıp dünyanın öbür ucunda kesilen parmağın acısını duyacak kadar topluma dönük bir yaşamı benimseyeceğiz. Ama olmuyorsa, bireysel ve toplumsal aşk erişilmeyecek kadar uzaktaysa, o zaman hiç olmazsa Mrs. Ramsay gibi davranıp yakın çevreye dönük bir miktar ilgiyi korumalı, ihtiyacın yoğunlaştığı anları sezme ve gerektiği biçimde yardım etme becerimizi geliştirmeliyiz. Yoksa pek yakın bir gelecekte hiçbirimiz seyirci bulamayacağız. Dünya herkesin birbirinin sorunlarına kayıtsız, alkış bekleyerek rol yaptığı seyircisiz bir tiyatroya dönüşürken, toplam ilgi açığı mutluluk imkânlarımızı daraltarak her geçen gün biraz daha büyümeye devam edecek.

Ayşe Devrim ÇINGI BAŞTERZİ

Dikey ve yatay düzlemde gam, saadet, bahtiyarlık, keder, esenlik, hüzün, mutluluk ve mutsuzluk üzerine...

Bir fotoğraf karesi olarak mutluluk



Bu dünya belki de her gün bedenlerimizi, zihnimizi pazarladığımız büyücek bir genelev...

Yandaki fotoğraf, 6 Ağustos 2015 günü sabah erken saatlerde uzaydan, Japonların yeni Himawari uydusuyla çekilmiş; Hiroşima felaketinin 70. yılının sabahında... Bu güzelim dünyaya sığmadı, sığışamadı, savaşmadan duramadı, hayatı birbirine dar etti insanoğlu. Şimdi adım adım savaşırken bu hayatta mutluluk nedir? Nerede bulunur? Nasıl mutlu olunur?

Aristoteles insan yaşamının yegâne ereğinin mutlu olmak olduğunu söyleyerek mutluluğu iki temele dayandırmış; hazların doyumu (hedonizm) ve iyi hissedilen (ruhu iyi hissettiren) günlük yaşam (eudaimonia, well-being, erdemli mutluluk). Tektanrılı dinler, dünyevi işlerden/hazdan elini çekip dini kurallara göre yaşamı sürmenin erdemli mutluluğunu insanlara sunmuşlar. 20. yüzyılda Freud'dan başlayarak yaşama duyulan sorumluluk ve bunun gereği olarak çalışarak üretme de mutluluk verenler arasına katılmış. Yani mutlu olmak için iyi hissedilen bir yaşam, hazların doyumu, çalışıp üretmek gerekir; ancak bu gerçek anlamda mümkün müdür? Mutluluk hissedilen bir şeydir ve o anda belirli bir duyguyu hissetmemize yol açan, o anda olan bitene verdiğimiz kişisel anlamdır. İç dünyamızda kendimizin ne zaman iyi bir hayat sürdüğünü düşünürüz? Ne zaman hazlarımız doyuma ulaşmıştır ve ne zaman ürettiğimiz şeyden de haz aldığımızı hissederiz?

Çağlar boyu ve toplumdan topluma, kültürden kültüre ve kişiden kişiye mutluluğa müsebbip olaylar değişebilir. Pascal Bruckner "Mutluluk; derin düşüncelerle olduğu gibi eylemle, duyularla ilgili olduğu gibi ruhla, yoksunlukla ilgili olduğu gibi refahla, günahla ilgili olduğu gibi erdemle de ilgilidir" der. Oysa Turgut Uyar "Söyle saadetini, çekinme" diyerek devam eder:

"Bir ekmek, bir kadın, birkaç çocuk.
Tatlı gerinmelerin peşi sıra sabahleyin
Evinle işin arasında bir tatlı yolculuk.."

***

Ekmek getiren bir iş, bir kadın, çocuklar gibi iyi bir yaşamı ve haz almayı ima eden sözlerle donatır şiirini. Mutluluğun anlamı düzenli bir ev yaşantısından, iyi bir yaşam sürdürecek gelirden, sevilebilecek, sevişilebilecek bir kadın ya da adamdan, birkaç çocuk ve bir işten ibaret midir?

Belki de mutluluğu böyle düşünmemizi isteyerek bizi bu yeni dünyanın sonsuz çeşitlikteki tuhaf haz kaynaklarından ve durmaksızın aranan mutluluktan yani mutluluk hastalığından uzakta tutmaya çalışır Turgut Uyar. Oysaki çoktan beri bildiğimiz gibi, tektanrılı dinler her ne kadar yetinmekten, şükretmekten söz etse de ev, çoluk çocuk, ortalama bir yaşam bugünlerde mutlu olmaya pek yetmemektedir. Mutluluk isteği gözünü karartmıştır, üretmenin ve tüketmenin maddi ve ölçülebilir olarak nitelendirildiği bir dünyada yaşamını sürdüren insan evladının. Gözlerini karartınca da her an mutlu olmak için yeni doygunluklara, hazlara, eylemlere, hislere ihtiyaç duymaktadır insanlar. Bu yeni ve zalim dünyanın kapitalist düzeni içinde her şey satın alınabilir; tabii ki "mutluluk" da... Hatta satın alınan her şeyi satın almanın amacı da "mutlu olmak"tır pek tabii. Yeni dünya sonsuz bir mutluluk vaat eder ve bu vaadin peşinden koşulmasını emreder. Evinde ayakkabılarını koyacak yeri olmayan kadınlar, her yeni aldıkları ayakkabıda mutlu olurlar mesela, eski ayakkabılarını felaketzede insanlara gönderdikleri zaman da bir başka şekilde mutlu olurlar ayrıca. Paranız arttıkça dünyanın hazlarının başka başka halleriyle tanışarak da mutlu olunur; çeşit çeşit peynirler, yıllanmış şaraplar, aromatik masajlar, yumuşacık/ferah hisli kumaşlarla bedeninizi, duyu organlarınızı fethettikçe haz doruğa ulaşır, mutluluk kapısı bir anlığına aralanır.

Ülkemizde insanların yüzde 13'ü, yaz tatilinde yaşadıkları şehrin dışına çıkabiliyormuş, yakınlardaki bir TV haberine göre ve çıkabilenlerin çoğunluğu da akrabalarının yanına gidiyormuş. Bir kez tatile çıkabilenler, aslında senede birkaç kısa tatil yapmayı tercih ediyorlarmış. Tahmin edilebilir tabii, yüksek gelirli bir işiniz varsa, modern yaşamda nerede öyle bir aylığına pinekleyerek oturma lüksü; hafta sonuyla birleştirilen kısa kaçamaklar sistemin en beğendiği tatil biçimi... Tam da yazın bu sıcak günlerinde, çalışan insanlarca yazlıklar, sayfiyeler, ruhu serinletecek yerler hayallenirken, bazı evlerde dünyanın başka başka keyifli yerlerine gidiş-dönüşlerin ayrıntılı planları yapılıyor. Hangi müze, hangi restoran, hangi park diye detaylı tasarlanmış ya da hiç plan yapılmamış gibi çıkılan tatilleri üç-beş gün içinde tüketip orada çekilen fotoğraflarla yıl boyu mutlu olunuyor; o sırada çekilen fotoğrafların yanına yenilerini eklemeyi hayal ederek geçiyor bazı insanların zamanı.

Fotoğraf tuhaf bir aldatmaca şeklinde mutlu anların belgesi muamelesi görüyor. Facebook'la başlayan selfie ya da diğer adıyla özçekim karmaşası durmaksızın yeni alanlarda devam ediyor; Instagram, Snapchat, Tumblr. Yaşı biraz yüksek olanlar yazılar da eklerken, teknolojinin hızıyla yetişen kuşak her şeyi imajlarla aktarıyor arkadaşlarına. Deniz kıyısında günbatımını izleyen insan neredeyse kalmadı, herkes elindeki akıllı makinesiyle bu anı ölümsüzleştirdiğini düşünüyor ve sonra hızla sosyal medyadaki ağıyla paylaşıyor. Paylaşılan fotoğrafa bakan binlerce kilometredeki alana dağılmış tanıdıklar, arkadaşlar "like ediyor" ve fotoğrafı paylaşan da kimlerin o fotoğrafı beğendiğini takip ediyor. "Çok ayıp benim yaşımdaki birisi için" diye söze başlayıp "Her bir 'like', mutlu ediyor beni, Instagram'da kaç takipçim oldu tahmin edemezsin" diyor bir arkadaşım. Her gün ne kadar mutlu olduğunuzu, nelere sahip olduğunuzu, kahvaltı masanızda, öğle yemeğinde kimle ne yapıp, ne yediğinizi çevrenizdekilere duyurup, gösterip, onların size bakması ve beğenmesi ile de mutlu olarak yaşamınıza devam edebilirsiniz.

Mutluluk, ona yüklediğimiz anlam dışında ne ki bu dünyada?

Birileri tarafından onaylanmak, takdir edilmek, beğenilmek ve görülmek mutluluk verici ama bu hızlanan alanda beğeniler geldikleri kadar kolay tükeniyorlar, ilişkiler gibi. Yeni çıkan sosyal medya alanlarından söz ediyor bir arkadaşım, o gün yaptıklarınızı belgeliyor arkadaşlarınızla paylaşıyormuşsunuz ve ertesi günler onlar yok olup yeni bir sayfa ile başlıyormuşsunuz. Eski zamanlarda sık kullanılan "yeni bir beyaz sayfa açalım hayatımıza, ilişkimize" replikleri aklıma geliyor, bu yeni sayfa her gün karşımızda artık ama "bana kalbin kadar temiz bu sayfayı ayırdığın için" diye başlayan hatıra defterleri tedavülden kalkmış durumda ve her gece 12'yi vurunca Sinderella gibi ortadan kaybolan sayfalar karşısında ancak "bana kalbin kadar boş bu sayfayı ayırdığın için.." denilebilir zaten.

Oysa bugünlerde, bu ülkede yaşayan her

kişi eli yüreğinde, yüreği ağzında bekliyor akşam ajansını. Yeni yeni ölüm haberleri, gencecik çocukların cenaze törenleri, sınırdan içeri alınmayan cenazeler, kimileri gece yarısı sessiz sedasız gömülürken kimilerinin ardından devlet protokolünün katıldığı ciddi törenler düzenlenen uzun esmer delikanlı bedenleri... Mutlu olmanız için gereken çerçeveyi hane içinden ya da kendinizi merkez alan 1 metrelik bir alandan geçirip, tüm gözeneklerini hava almayacak şekilde sıkı sıkıya kapamadıkça, bu olan biten karşısında mutluluğun ismini anmak bile azıcık vicdan sahibi her insanı huzursuz etmez mi acaba bugünlerde diye düşünürken, Facebook'a rakı masasında, deniz kenarında fotoğraflar düşüyor.
İnsan her zaman mutlu olacaktır elbette, mutlu olmaya çalışacaktır; bir tarafta savaş varken, belki hatta ona inat rakı masalarında buluşacaktır canlar; ancak bir tarafta ölümler kesintisizken diğer tarafta saadeti paylaşmak hangi ahlaka göre hoş görülebilir?
12 Temmuz 1937'de yayımlanan Life mecmuasında, Robert Capa'nın İspanya'daki Cumhuriyetçi askerin ölüm resmi yer alır, başlığında şunlar yazar: "İspanya'da ölüm; Sivil savaş bir yılda 510.000 can aldı" . Yan sayfada ise "güneş ve deniz sizin için yararlıdır, ancak saçlarınız için değil! Saçlarınızı Vitalis ile koruyun!" yazar. Sayfanın altında "Vitalis 60 saniyede etkisini göstererek saçlarını sağlıklı ve yakışıklı tutar" yazmaktadır. Güler yüzlü, neşeli, yakışıklı, parlak saçlı mutlu adam karesi, balıklama suya atlayan bir pozda da yer alır. Aslında bugünlerin mutluluk anlayışı tam da bu sayfada gizli olabilir. Mahler, kendilik ile ötekinin yeniden yakınlaşma müzakeresini, çocukluk döneminin merkezi krizi ve insan yaşamının ana ikilemi olarak tanımlar: "Az çok normal yetişkinler için, dışarıdaki dünyanın hem bütünüyle 'içinde' hem de ondan bütünüyle 'ayrı olma' deneyimi, yaşamın getirdiği verili bir şeymiş gibi doğal karşılanır" derken, şu andaki yazılı durumu da işaret etmektedir belki Mahler. Birilerinin durmaksızın öldüğü bu dünyada, birileri saçlarına bakarak mutlu olmaktadır tam şu anda ve kimileri kara toprağa, kimileri iskeleden denize düşmektedir Ağustos'un sıcağında.

***



Hayatımızın anlamlı ötekileriyle bile yakınlığın daraldığı bir zaman içinde yol alıyoruz bugünlerde. Aynı hanede yaşadığımız kişilerle bile temasımız azalıyor ve kırılganlaşıyor. Aşklar üç ay, evlilikler "bir süre" devam edebiliyor. Devam eden ilişkilerde eşler birbirleriyle nadiren ruhi teması açık tutuyor. "Durmaksızın çalışıyorum. Gece sekiz-dokuz gibi eve ulaşıyorum; yemek, televizyon, yatıyoruz. Cumartesi akşamları arkadaşlarımızla çıkıyor, pazar günü ailecek kahvaltı yapıyoruz" diyor bankada çalışan bir danışan, çocuklarıyla ancak hafta sonu kursa taşırken sohbet ediyor. Eşiyle en önemli bağını "çocukların büyümesi karşısında hissettikleri mutluluğun paylaşımı" olarak tanımlıyor. Adorno, Wedekind'in bir oyunundan söz eder. Genelev sahibesi yeni gelen genç kadınlara şu öğüdü vermektedir: "Bu dünyada mutlu olmanın tek yolu vardır. Başkalarını mutlu kılmaya çalışmak.." Bu dünya belki de her gün bedenlerimizi, zihnimizi pazarladığımız büyücek bir genelev...
Akşam çekirdek ailelerin evlerinde, bazen her odada bir televizyon açık, bazen evin içinde yaşayan her kişinin elinde ayrı bir elektronik cihaz, dışarıda yemek yerken bile aynı masada oturan 10 kişi ellerindeki akıllı telefonlarla haberleşebiliyor birbiriyle. Sadece fotoğraf çekilme anlarında herkes elindeki telefonu masaya bırakıp birbirine ya da aynı ortak noktaya bakabiliyor bazen sanki.. Seksenlerin aile yarışmalarında "Eşinizin en sevdiği şarkı?" diye sorulurdu, şimdilerde sorsak çeşitli çiftlere, kim kimin neyi, neden tutkuyla sevdiğini biliyor mudur acaba?
Susan Sontag, "Başkalarının Acısına Bakmak" kitabında, fotografik görüntünün, bir kopya olduğu ölçüde bile, olmuş olan şeyin sabit bir yansımasını veremediğini söyler ve devam eder: "O, her zaman için birinin seçtiği bir görüntüdür; fotoğraf çekmek bir çerçeve çizmek, çerçeve çizmek de bazı şeyleri dışarıda bırakmaktır." Mutluluk için de ana sorun çerçeveyi nereden çizeceğinizdir. Magnum'un kurucularından, -üstteki fotoğrafı çeken ve- bir mayına basarak yaşamını yitiren Robert Capa, "Bir fotoğraf yeterince iyi değilse, yeterince yakın olmadığınızdandır" der. Mutluluk da bir fotoğraf karesidir; sadece belli sınırları çizdiğiniz, görülmesi, hissedilmesi tehlikeli olanları görüş alanının dışında bıraktığınız ve yeterince yakın olduğunuz zamanlarda ortaya çıkar.

***

Susan Sontag, göz alıcı savaş haberlerini fotoğraflamayı başlatan ve 1855'te Kırım Savaşı'nı fotoğraflayan Roger Fenton'ın öyküsünü aktarır. İngiliz Savaş Bakanlığı binlerce insanın öldüğü bu savaşı fotoğraflamaya giden Fenton'ın, ölü,

sakat ya da hasta askerlerin fotoğraflarını çekmemesini ister. Fenton, savaşı "erkeklerin vakarlı bir serüven"i olarak gösterme niyetiyle çeker karelerini. Cephede haritalar ellerinde birbirlerine ciddi şekilde bir şeyler anlatan erkekler; cesur bakışlarla üç-beş kişi; ufka ve kameraya bakarak gülümseyen, yüzlerinde ölüme, korkuya ve kana dair hiçbir iz olmayan erkek fotoğrafları ile döner savaş alanından. Bu karelerin çekildiği anda, çekildiği alanda tarihin en kanlı, en vahşi savaşlarından birisi vardır aslında. Öyle bir savaştır ki Kırım Savaşı, insanoğlu savaş alanında bile vahşetin, zulmün bir sınırı olması gerektiğini düşünür ve bu savaştan sonra, savaş meydanının bir kuralı, bir kanunu olsun diye uğraşır vicdan sahipleri ve uluslararası hukukla düzenlenir savaşırken insanların birbirlerine verebileceği acı ve hasarın sınırı; Cenevre Sözleşmesi ortaya çıkar.

Fenton'ın cephe gerisinde gülümseyerek poz veren cesur asker portrelerinin dışına çıkan tek fotoğrafı, ismi ile konuşur; "Ölümün Gölgesi Vadisi". Ancak bu fotoğraf karesinde de ölümün ismi vardır, cismi yoktur. Vadinin zemini güllelerle kaplıdır, içinde insana rastlanmaz. O güllelerle yaşamını yitiren yüzlerce genç adamın, acı çeken, acı çekmiş bedenleri toprağın üzerinde yatıp durmamaktadır bu fotoğraf çekildiğinde; ancak fotoğrafa baktıkça, bir süre sonra zihnimize düşer olan biten. O boz topraklarda yerdeki her bir gülle, ne olduğunu usulca anlatır ve anımsatır. Yaşamın kötü zamanları, mutsuz anları, acıları, kayıpları ve hüzünleri vardır. Yaşam boyu vizörünüzü kendinizin merkez olduğu bir noktanın etrafındaki iki metrelik alana çevreler, mutluluğu da bu alandakileri mutlu etmeye, güzel evler, konforlu arabalar, neşeli sofralar, haz veren yiyecekler, modaya uygun giyecekler, elektronik donanımlar, tutkulu hobiler etrafına konumlandırıp mutlu olmak mümkündür. Bu vicdanını yitirmiş dünyanın vicdansız ama mutlu gözüken hallerine ortak olmak ve "her anı mutluymuş" gibi herkese sunulan bir gösteri olarak konumlandırmak da elbette mümkündür. Ama belki de selfie çubuğundan vazgeçip kamerayı geniş açılı tutmak gerekir şu hayatta.. Kendimizi çevreleyen büyülü ve sınırlı halenin gözümüzü kamaştıran aydınlığından birazcık uzaklaşıp, Life dergisinde ışıltıyla parlayan saçlara değil, kara toprağa düşen gencecik adama bakmak gerekir bazen. Belki bu sosyal medyanın, elektronik ortamın, aslında olmayan sanal temasların bizi mutluymuş gibi hissettirdiğini ama ne bu dünyanın ne de içimizin dip köşelerinin gam yükünü azaltmadığını ve hatta çoğalttığını görmemiz gerekmektedir bu günlerde... Belki de her mutsuzluk, kendimizinki kadar başkalarının acılarını da yüklenmektir. Belki de mutsuzluğu fark edip, herkes için çekilebilir, daha sevecen, daha eşit, daha adaletli, daha huzurlu ve vicdanı olan bir dünya hayal etmenin zamanı şiddetle gelmiştir.

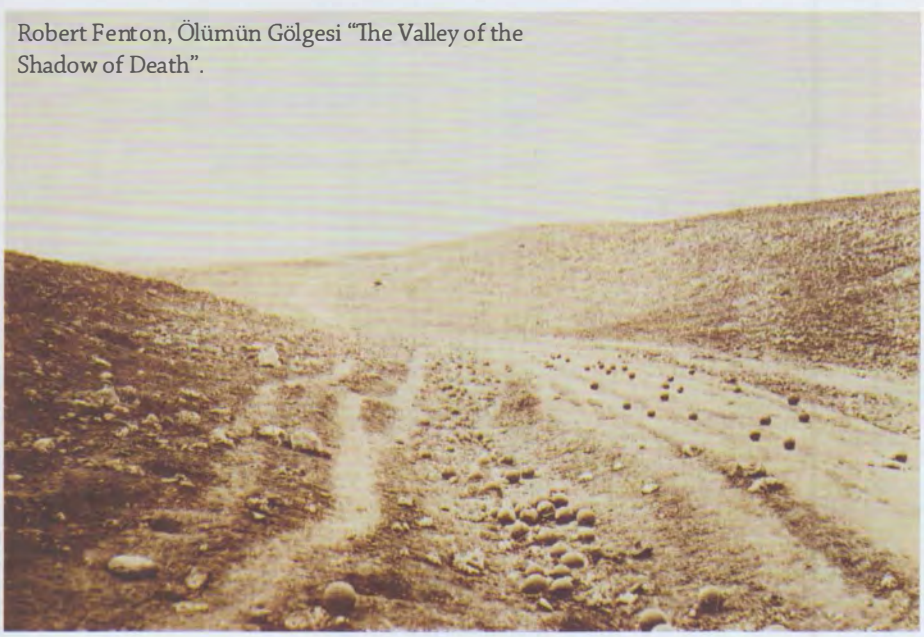
Elbette ki mutluluk sadece toplumsal mutluluğa bağlı değildir; bir tarafta savaş vardır, bir tarafta âşık olursunuz, oğlunuz üniversiteye başlar, saksınızdaki çiçek açar, bağları buğulu üzümler sarar. Ancak mutluluk kısa bir andır, olan bitene baktıkça ve bekledikçe geçer. Belki evrensel ahlak bize başkalarının kötülüğü üzerinden iyilik ve mutluluk inşa edilemeyeceğini söyler ve tek tek yaşamlarımız içinde mutluluğu hayal etmek, mutlu olmak için uğraşmak ama her anın mutlulukla geçmeyeceğini bilip başkalarına zarar vermemeyi yaşamın göbeğine yerleştirmek esenliğe, bahtiyarlığa eriştirebilir insanı. Zambia'da açlıktan ölenler için mutsuz olamayız elbette ancak yanı başımızda patlayan bombalar, yaşamını yitiren gencecik insanlar için üzülmeden, acı çekmeden insanca ve bir arada yaşayamayız.

Pascal Bruckner, "Ömür Boyu Esenlik" kitabının son cümlelerinde şöyle der: "Belki de iyi bir yaşamın sırrının mutlulukla alay etmek olduğunu, asla peşinden koşmamak ama hak edildiğinde ya da insan türünün gelişimine katkıda bulunacağında, sorgusuz sualsiz kabul edilmesi olduğunu söyleme zamanıdır. Mutluluğa tutunmamak, kaybedildiğinde üzülmemek gerekir... Kısacası, ancak başka bir şey ararken karşımıza çıktığına göre her zaman ve her yerde ikinci planda tutulmalıdır."

Bu zalim, vicdansız dünyada ara ara mutluluk ışıltıları içimize yayılsa da, *'insansoyunun dikey ve yatay mutsuzluğunu'* yüklenmek, öncelikle başkalarına zarar vermemeyi temel alan bir ahlaki anlayışla kendimizin sınırsız taleplerine mesafelenmek, bazen sevdiğinizin hüzünlü sözlerinin size verdiği kıymetten olduğunu anlayıp eldekiyle yetinmek, bazen acı ve keder ile yüklü gam gemisini üstlenmek, yanımızdaki Cemal Süreya'mız ise mutsuzluğa da var olmak, sonrasında da mutlu olmasak da bahtiyar olmaya çalışmak gerekir.

"Ben seninle sevgilim
Mutsuz ama bahtiyardım"

Birhan Keskin



Robert Fenton, Ölümün Gölgesi "The Valley of the Shadow of Death".


© AYLİN ARGUN

Yaratıcıdır bazen mutsuzluk

Evet, bu coğrafyada mutlu olmak yasaktı. "Çok gülme ağlarsın" diye büyütülen bir toplum, biraz sonra ağlayacağını düşünerek gülmeye doyamıyordu. (...) Nasıl bir suçlulukla yaşatılıyorduk. Mutlu olmaktan nasıl korkuyorduk. Kem göz diyorduk, ardından ağlarsın diyorduk, mutluluğu yasaklıyorduk.



Yoğun, yapışkan bir yaz günü poliklinikte elli hasta bakmış, bir şey yapamamış olmaktan, aynı döngüyü tekrarlamaktan umutsuzluğa sürükleniyordum. Beynim kazan olmuştu, yorgundum. Kendimi klozet gibi hissediyordum. Son hasta içeri girdi. Otuz beş yaşlarında, başındaki eşarbı çene altından bağlanmış, renkli bir entari giymiş, güleç yüzlü, çakır gözleri pırıl pırıl, ufak tefek bir kadın. "Arkadaşım da girebilir mi?" diye sordu çekingence. "Buyurun" dedim.

Nerden başlayacağını bilemediğini söyledi mahcup bir ifadeyle. "Baştan anlat" dedi arkadaşı. "Doktor anlayacaktır."

Arkadaşından yardım umar gibi baktı. Arkadaşı "Ben çıkayım en iyisi, sen anlat" diyerek odadan çıktı.

"Tek arkadaşım o, hatta buraya gelmemi o önerdi" dedi. Yutkundu. "Doktor hanım ben kocamdan ayrıldım yedi yıl önce, üç çocuğum var." Durdu bana baktı. Başımı sallayıp gülümsedim.

"Adam hem içer hem döverdi, hem de iş güç bilmezdi. Ayrılmak istedim, ailem destek vermedi. 'Kocandır, katlanacaksın' dedi. İyi de ne kocalığını ne babalığını gördüm, niye taşıyayım bu adamı. Karşı apartmanın merdivenlerini silmeye başladım ilkin. Biraz para biriktirip bir göz oda tuttum. En küçük çocuğum bir yaşındaydı. Sırtıma sarıp temizliğe giderdim. Ayrıldım kocadan, bir göz odada duruyordum ama çocuklarımla huzurluydum. Başımı kaldırıp kimsenin gözüne bakmadım. Buralarda yalnız, boşanmış bir kadının işi zordur. Kimse destek olmaz, bir de eksik arar, üstüne çullanmak için zaman kollar. Kadınlığımı unuttum zati, çalışıp çocukları büyütmekti tek derdim."

Buraya kadar hikâye çok güzeldi. Güneydoğu'nun bu kasabasında üç çocuklu bir kadının kendi ayakları üzerinde durma mücadelesi beni heyecanlandırdı. Bir çok hasta, kocadan benzer sorunları dile getirip nasıl adam ederiz diye danışırken ayrılmanın "a"sı bile akıllarından geçmezken, yahut başka bir seçenek düşünmezken, bu kadın yedi yıldır mücadele veriyordu. Off, hep aynı hikâye deyip çaresizlik hissettiren ve bir türlü kendi başlarına yol bulamayan kadınlardan mutsuzluk hikâyesi dinleyip bir adım yol alamazken, bu kadın ne güzel şeyler söylüyordu. Çalışmanın değil de çaresizliğin, umutsuzluğun öyküsünü anlatanların bıraktığı yorgunluktu üzerimdeki. Günün son hastası başka bir yol çizerek yorgunluğumu aldı. Rahat rahat dinledim onu uzun uzun. O da anlattıkça anlattı. Önce çekingendi, onaylanmayacağı endişesi yaşıyordu; zira kendisini kimse onaylamamıştı, yalnız hissediyordu. Yargısız ve dinlemeye açık birini bulunca rahatladı ve ayrıntıları anlatmaya başladı. Bu hikâyeden güzel bir şey çıkacağını sanıyordum.

"Yedi yıl böyle yalnız başıma çalıştım, şimdi

lokantada düzenli bir işim ve maaşım var. Gördüğünüz arkadaşım dışında kimseyle doğru düzgün görüşmedim. Sonra onunla tanıştım."

Aha! Hikâye şimdi başlıyordu...

"Benimle konuşmak için çok uğraştı, ilk defa onun gözüne baktım. Bir yandan suçlu hissediyordum kendimi, bir yandan da ona bakmaktan, onu görmekten kendimi alamıyordum. Sen annesin, çocuklarından başkasını düşünemezsin diyordum, oysa onunla ilk defa kendimi güzel hissettim, ilk defa kendimi kadın hissettim, ilk defa âşık oldum."

Yüzündeki kocaman gülümseme benim gülümsememle buluştu. Gözlerimin içine içine bakarak konuşuyordu artık. Aşkı anlatıyordu, çok mutlu olduğunu söylüyordu. Mutluluk bulaşıcıydı, poliklinik odasına yayıldı. Yorgunluğumu aldı. Hastane boşaldı nerdeyse, bizse konuşmaya devam ettik. Sırf mutsuz olunca değil mutlu olunca da psikiyatriste gelen varmış demek. Hâlâ niye geldiğini anlamamıştım. Merakla öykünün devamını bekliyordum. Suçlu hissedecek bir şey olmadığını, bu duyguların ne güzel olduğunu ona söyledikçe, o da rahatça anlattı durdu. Onay bekliyordu ve onay almıştı. Onaylanmanın rahatlığıyla daha derinleşti konuşma.

"Mutlu olmaktan huzursuzluk duyulur mu Doktor Hanım? Ben mutlu olduğum için huzursuz oldum. Mutlu olmak yasakmış gibi..."

Evet, bu coğrafyada mutlu olmak yasaktı. "Çok gülme ağlarsın" diye büyütülen bir toplum, biraz sonra ağlayacağını düşünerek gülmeye doyamıyordu.

Oysa boş verseydi biraz sonrayı... Acı, mutsuzluk, huzursuzluk olacaktı zaten de o anın mutluluğuna, huzuruna niye bırakamıyorduk kendimizi? Nasıl bir suçlulukla yaşatılıyorduk. Mutlu olmaktan nasıl korkuyorduk. Kem göz diyorduk, ardından ağlarsın diyorduk, mutluluğu yasaklıyorduk. Türkülere, halaylara, kilimlere acı dokuyorduk... Biz hak etmiyorduk değil mi mutlu olmayı? Ancak acı çekebilirdik. Belki bazen biraz huzura izin vardı; o da mesela kadınsan, analık üzerinden bir huzur olabilirdi. Katlanman gerekiyordu oluşagelen çirkinliğe; değiştirmek tercihini kullandığında, bunun için mücadele ettiğinde yalnızlaştırılıyordun, suçlu hissediyordun.



"Sonra korkmaya başladım."

Aşka korkunun gölgesi düştü mü geceler gündüze kavuşmaz.

"Aşktan mutluydum, gizli saklı görüşüyordum. O da ayrılmıştı eşinden. Bir süre hapiste kalmıştı siyasi nedenlerden. Bir çocuğu vardı. Çocuğuyla nasıl ilgilendiğine baktım, iyi bir adam bu diye düşündüm, çocuğuna kol kanat geren iyi bir baba. Mutluluğun şifresi başkasında değil ki. Yazık benim çocuklarım babadan bu şefkati görmemişlerdi. O benim çocuklarımla da ilgileniyordu. Sonra evlenmek istedi benimle. İşte o zaman düştü korku içime. Kalbim aşkın heyecanıyla çarparken şimdi korkuyla çarpıyordu... Ya aynısı olursa, ben yedi yıldır uğraşmış didinmiştim bir başıma, güçlü durmaya çalışmıştım ama şimdi bir yanım sızlıyordu. Eskisi gibi ayakta duramazsam diye korkuyordum. Bu da öbür koca gibi olursa, aynı şeyleri nasıl göze alabilirdim. Kabul etmedim, daha doğrusu emin olmadığımı söyledim, küstü bana, konuşmadı. Duygularını anlatmıyordu, bu da beni rahatsız ediyordu; küsüyordu çocuk gibi. Diyordu ki üzülünce-öfkelenince konuşmazmış. Ben ona derdimi anlatmaya çalıştım ama o anlamadı. 'Beni sevmiyorsun o zaman' dedi. Oysa onu çok seviyordum ama korkuyordum işte."

Her ilişki başkadır oysa, hepsinin dinamiği farklıdır, dedim ona da. Üstelik daha önce bir başına çıkmışsın, şimdi niye yapmayasın dedim. "Şimdi âşığım ama" dedi. "Kolum kanadım kırık."

Sonra...

"Sonra görüşmeye devam ettik, 'Ya evlenelim ya ayrılalım' dedi bana. İkisine de cevabım yoktu. Benim kararsızlığımla daha fazla durmadı ve gitti. Şimdi çok mutsuzum... Onun gitmesini istemiyorum ama kal da diyemiyorum. Ben kendimi cesur bilirdim, şimdi ne korkağım diyorum. Bir daha arayamıyorum da gurur yapıyorum zaar."

Oysa böyle durumlarda ve aşkta taşınacak silah değildir gurur diyordu şair.

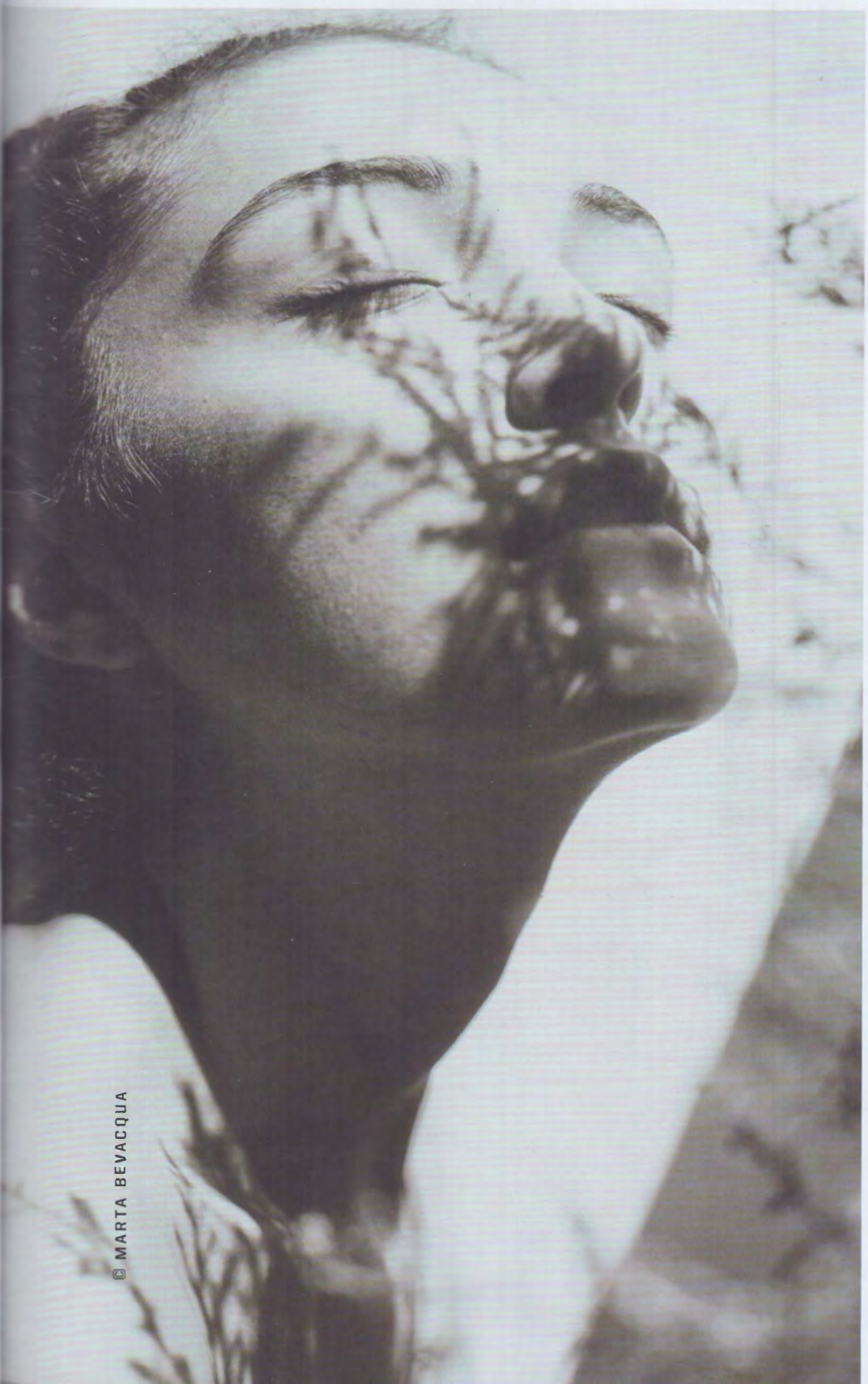
Korkuydu, gururdu derken güzellikleri nasıl da yok ediyorduk. Sevgiye nasıl da bırakamıyorduk kendimizi. İki yudum mutluluk zehir oluyordu sonrasını hesaba katınca. Hesaplar girince içine, beklentiler artınca nasıl da sis çöküyordu aşkın üstüne.

"Size nasıl yardım edebilirim?"

"Bilmiyorum. Şimdi ben ne yapmalıyım?"

İşte en çok sorulan soru... Şimdi ben ne yapmalıyım? Kararı ben vermeyeyim ki sonucuna da ben katlanmayayım yakarışı. En çok ilişki sorunlarıyla geliyor insanlar ve en çok bu soruyu soruyorlar. Cevap bendeymiş gibi. Buraya kadar dayanıklılık

örneği sergileyen, mücadeleci kadın da yine aynı soruyla geliyor. Mutluluğun şifresi başkasında değil ki. Korku olacak ama korkuyla birlikte yapılacak ne yapılacaksa. Cesurlar hiç korkmayanlar mı? Yok hayır, korka korka korktuğunu yapanlar. Mutluluk bir ömür değil ki; anların arasına sıkıştırılmış dilimler. Neyi ne için göze aldığın. Yahut mutsuzluk niye illa da kaçılacak bir şey olsun? Yaratıcıdır bazen mutsuzluk... Örneğin kocasıyla sürdürdüğü hayatta mutsuzdu ve mutsuzluk yeni yollar buldurdu kadına. Yedi yıl çok mu mutlu geçmişti?



© MARTA BEVACQUA

Eskisi kadar mutsuz değildi belki. Hepsi bu. Mutluluk mutsuzluğun karşıtı değil ki. Bazen mutsuz da olmazsın mutlu da olmazsın, sadece olursun. Mutsuzken çare ararsın. Mutluysan da o ana bırakırsın. Ama olmaz, illa deşmeli, mutluluğu illa hırpalamalı. Ya sonra ... olursa; ... kim bilir? O zaman hiç yaşamayalım, nasılsa sonrasında öleceğiz. Kuş ölümlüdür, sen uçuşa bak. Bırak uçuşa kendini, kanatlarına değsin rüzgâr, yüzüne değsin, doldursun içini... Orda dur biraz... Sonra? ... Sonrası iyilik güzellik...

Bizim kadar hayatını baltalayan canlı var mıdır acep? Bazen bilerek, bazen bilmeyerek. Kurallardı, toplumun bakışıydı, gelecek güvenliğiydi derken kendimizi çevresi belirlenmiş, hem de bizim dışımızdakiler tarafından belirlenmiş gölete hapsedip duruyoruz. Derelere bırakamıyoruz... Oysa ne güzeldir dere... Bazen sessiz sessiz akar, bazen coşar, bazen berraklaşır, bazen bulanır. Denize kavuşmaktır muradı lakin yolda kurumak da vardır... Ya dere coşarsa! Ya su başka yana taşarsa! Ya ıslanırsam! Ya kirlenirsem! Ya düşersem! Düşeceksin dostum, korksan da düşmekten vazgeçmeyeceksin, düşeceksin ki bir daha kalkıp koşasın.

Bunların hepsini söyleyemedim tabii. Bu minvalde biraz cesaret verici konuştum. Sonra da durumun olumlu ve olumsuz yanlarını irdelemesini sağladım. Kaybedeceği şeyler üzerine konuşturdum. Kendi bulacaktı elbet yolunu, kimse kimsenin aklıyla, duygusuyla yol bulamayacağına göre, o da kendisi bulacaktı elbet. Poliklinikten çıkarken şükran doluydu. "Sevgime sahip çıkacağım" dedi, "yolumu çizeceğim." Anladım ki gururu, korkuyu bir cebine koyınuş, ağırlığını hissetse de gidecekti sevdiğinin elinden tutmaya. Ya da ben öyle umdum.

Sonra gelmedi bir daha... Aylar sonra çalıştığı lokantaya gittim ve onu sordum. Dediler ki çocuklarını alıp gitti buradan. Niye, nasıl? Kimse bilmiyordu. Gelmiş bir gün, "İşi bırakıyorum" demiş ve kasabayı terk etmiş. "Beni burada bırakmazlar ki onunla" demişti. "Eski kocam, ailem rahat vermez." O gördüğüm çakır gözler kararlıydı yanımdan ayrılırken. Gittiğine göre yalnız değildi diye umdum. Bu kasabadan bir kadının kendi rızasıyla ve çabasıyla gidebilmiş olmasından mutlu oldum.



©LEE PRICE

Bildiğim kadarıyla mutluluk

İnsan bu, bir elma uğruna cennetten kovulmuş, elbette rahat durmayacak ve fabrika ayarlarını kurcalamak pahasına mutlulukla olan ilişkisini de eşeleyecekti.



©LEE PRICE

Tıp eğitiminin pek bilinmeyen taraflarından biri de tamamlanana kadar öğrencilerin bol sayıda sözlü sınava girmeleridir. Ağır bir eğitimin bolca sözlü sınava dayalı test ediliyor olması da kanaatimce hekimliğin en ciddi mesleki deformasyonlarından birinin kaynağı: Sorulara bildiği yerden yanıt verme geleneği. Ben de şimdi mutluluğu bildiğim yerden açıklayacağım çünkü hekim olmak bunu gerektirir.

Mutluluk ile ilgili çalışmalara -anlamı tam olarak karşılanmasa da- Öznel İyi Oluş (Subjective Well Being) başlığı altında rastlanmakta. Öznel İyi Oluş da pek çok ayrı başlık altında incelense de pratik olarak iki başlığa indirgemeyi tercih edeceğim: hedonizm ve eudaimonia. Yunancaları görünce hemen kaçma sevgili okur, anlaşılmayacak tarafı yok. Hedonizm hazza yönelmeye gönderme yapar. En temel fizyolojik ihtiyaçların karşılanması hedonistik mutluluk sağlar. Gıda, seks, eğlence vs. Savaş meydanında olmadığı ve yapacak önemli işleri olmadığında bir kralın günlük rutini gibi yani. Eudaimonia ise kişinin yaşam amaçlarına ulaşması, kendini görmek istediği yerde olması ile ilgili memnuniyet halidir. (Kral sefere çıkmak istiyor bir süre sonra.) Hemen örneklerle berraklaşalım:

"Takva" filminde Erkan Can'ın oynadığı Muharrem karakterini ele alalım. Dergâhta münzevi hayatı yaşayan, sadece çok basit ihtiyaçları karşılanan ve durumundan son derece memnun olan bekâr bir erkek. Hedonistik mutluluk sıfır, eudaimonik mutluluk tavan. Sonradan Muharrem hedonistik mutluluğa erişimi daha kolay olduğunda zor zamanlar yaşayacaktır...

Erkan Can'dan devam edelim. "Gemide" filminde canlandırdığı İdris Kaptan'ı hatırlayalım. Evet, bazen aç kalsa da yemek bulunca abartan, cigarasını ağzından düşürmeyen, cinsel hazza erişemediğinde bile önceki deneyimlerini ritüelistik biçimde tekrar tekrar anlatarak imajinasyon yoluyla doyum sağlayan bir erkek. Hedonistik mutluluk peşinde, erişme şansı olunca kaçırmıyor. Hayattaki gayesi dört tayfa ile kör karanlık limanlarda ömrünü geçirmek midir ya da bu şekilde var olmaktan ne kadar memnundur bilemeyiz ama olmadığını varsayarsak eudaimonik mutluluk kaynağının olmadığını söyleyebiliriz.

Aslında biliyoruz ki hedonistik mutluluğun nörobiyolojik olarak ödül değerliliği daha yüksektir. Sorun şu ki hedonistik mutluluk sürdürülebilir bir yaşam biçimi değildir. Hedonistik mutluluk beyinde bugün iyi tanımlanmış olan ödül sisteminin bir işlevidir. Olds ve Milner bu sistemin sıçanlarda Lateral Hipotlamus'a yerleştirilen bir elektrot yardımıyla dışarıdan uyarılabilmesi halinde neler olduğunu incelemişler ve ödül sistemi dışarıdan uyarılabilen bir sıçanın yemeden içmeden kesilircesine bu sistemi aktive etmek için uğraştığını ve hatta bu sistemi aktive etmek için çok ağrılı uyaranlara bile katlanabildiğini belgelemişlerdir. Ve evet, bu patern madde bağımlılarının haz verici maddeler ile ilişkisini andırmakta. Mutluluk hedonistik kısmından ibaret olsaydı dünya nüfusunun hepsinin bağımlı olması beklenirdi. Öyle olsa bile çok önemli bir konu daha var, bu durum sürdürülebilir değil. Belki bağımlılıkla ilgili ayrı bir yazıda bu sürdürülebilirlik kısmını da tartışabiliriz.

Aslında her insan hayatına -doğal olarak- sadece hedonistik mutluluk motivasyonu barındırarak başlar. Bildiğiniz üzere her şeyi ağzına atar, açlığının ve diğer bütün ihtiyaçlarının anında karşılanmasını talep eder. Bu halleri Freud'un da gözünden kaçmaz ki bebeğe "Majesteleri" yakıştırması yapar. Zaman içerisinde nesne tasarımları gelişir, kendilik nesnesi oluşur ve artık çocuk eudaimonik mutluluk için yeterli donanıma sahiptir. Yeterli ama acaba ne kadar? Elbette bu durum bir günde değil, kademeli olarak gerçekleşecektir.

Bebeklikten çıkan çocuğumuz yaşı ilerledikçe "doyumu erteleme" (Delay of Gratification) yeteneğini artıracaktır. Meşhur Marshmallow Deneyi işte bu yeteneği test eder: "Şimdi sana bir lokum vereceğim ve gideceğim; geri gelene kadar bu lokumu yemezsen bir tane daha vereceğim ve iki lokumun olacak." Marsmallow Deneyi'nin enteresan tarafı, okul öncesi doyumu erteleme yeteneği daha iyi olan çocukların erişkinlik yaşamlarında eğitim düzeylerinin daha yüksek, Beden Kitle Endekslerinin daha düşük, kokain kullanımının daha nadir, özdeğerliliklerinin daha yüksek olduğunun saptanmış oluşu.[1] Hedonistik doyumu erteleme yeteneğini kazanmadan eudaimonik doyumu sürdürmek mümkün olmuyor gibi. En azından toplumsal bir canlı olarak bunu yapmak gerekiyor diyebiliriz.

Peki kültür mutluluğa etki ediyor olabilir mi? Elbette edecektir. Sosyolojide sıkça müracaat edilen bir dikotomiye başvuralım: Doğulu Kolektivist toplumlar ve Batılı Bireyselci toplumlar. (Doğu-Batı şart değil elbette, biraz daha anlaşılır olması umuduyla indirgeme yaptım.) Adı üzerinde, kolektivist kültürel yapı ancak -sosyal bütünleşme ve yardımseverlik gibi- toplumsal değerlerin benimsenmesi halinde bireye mutluluk şansı tanıyor gibi gözükmekte.[2]

Evet, kolektivist topluluklar bireye obsesif kişiliğin kendisine davrandığı gibi davranırlar: duygular sıkı denetim altına alınır. Çünkü duygu bireyde öngörülemez davranışlara neden olabilir. O yüzden bir organizasyon ne kadar obsesif yapılandıysa üyelerinin duygularını ifade etmesi de o kadar baskılanacaktır. Bu durumun en uç örneği militer yapılanmalar olacaktır sanırım.

Bir organizasyondan değil bütünüyle bir toplumdan bahsediyorsak, duyguların bütünüyle baskılanması pek olanaklı değildir. O zaman kolektivist kültür duyguları tanımlar ve adeta ifade edilebilecekleri durumlara ilişkin net yönergeler dayatır. Örneğin kolektivist kültürlerde duygular cinsiyetler arasında katı biçimde paylaştırılmıştır. Neredeyse bütün kültürlerde erkeklerin ağlaması ve kadınların öfkelenmesi hoş görülmez ama kolektivist kültürlerde bu durumun daha da belirgin olduğunu biliyoruz.

Başka bir görüş de "Hocam para varsa mutluluk var" şeklinde özetlenebilir fakat bu önermenin de gerçeği bütünüyle yansıttığını söyleyemeyiz. Gelir düzeyi çok düşük olduğunda gelir artışı mutluluk getiriyor fakat yaşamsal ihtiyaçlar zaten karşılanıyorsa artan gelirin fazladan mutluluk getirdiğini söyleyemeyiz[3] ki bir ülkede gelir düzeyinin artmasına karşın mutluluk düzeyinin sabit kalışına



Easterlin Paradoksu denmektedir.
Bu sapmadan sonra kültür konusuna geri dönelim. Öncelikle ülkemizde kültür ve mutluluk ilişkisi yakın tarihimizde nasıl seyretmiş olabilir, buna ilişkin bazı çıkarsamalarım olacak.
Evet, Doğu'ya doğru giden bir geminin güvertesinde Batı'ya doğru koşan bir toplumdan bahsedebiliriz. Toplumun mutlulukla ilişkisi de bu rota boyunca seyretmiş gibi duruyor. Türkiye'nin nispeten kapalı bir toplum olduğu 1980'lere kadar kolektivist kültürel yapının daha baskın olduğunu söyleyebiliriz:
İnsanlar iyi yemek yediklerini saklama mecburiyeti hissederlerdi, söylemek icap ettiğinde ise "Ayıptır söylemesi" ifadesinin arkasına sığınılırdı.
Hızlıca varsıllaşmak utanç kaynağıydı. Esnafın işleri hep yağmasa da damlar durumundaydı, aksi ifade edilmezdi.
Ailelerin gelir düzeyleri "Karnı tok, sırtı pek" seviyesini aşmazdı.
Filmlerde zenginler hep kötü adam olurdu. Zenginden nefret ortak paydaydı, birleştirici unsurdu adeta.
Mutluluk ifadeleri de hep ölçülüydü dolayısıyla. Hep hamdolsundu.
Benzer biçimde yoğun mutsuzluk ifadelerine de pek rastlanmazdı. Yoğun mutsuzluk ifadeleri de muhteris olarak algılanmaya neden olabilirdi.
Bütün bunların önemli bir nedeni kuşkusuz ülke kültürüne işlemiş haset kaygısıdır. Haset bu coğrafyada öyle korkulan bir unsurdur ki geleneksel olarak aslında haset edilecek bir şeylerin olmadığı ispatlanmaya çalışılır. Elbette ülke tarihi boyunca komşuların birbirlerinin kanını akıtmış olması bu hasedin varlığı için yeter sebeptir. Aslında haset edilecek vasıflara sahip olunmak bir yandan istenir -çünkü herkes beğenilmek ister-, bir yandan da çekinilir -çünkü tekinsizdir. Bu yüzden sebebi belirgin olmayan her türlü fiziksel yakınmanın ilk açıklaması "Üzerinde göz var" olur. Artık haset daha majik ve dolayısıyla sembolik alana çekilmiştir. "Komşun mallarına konmak için seni gırtlaklayabilir" ya da "Yalnız dolaşırsan muhtemelen sana tecavüze yeltenecekler" cümlelerinden daha kabul edilebilir, sindirilebilir bir biçimidir bu haset gerçeğinin. Kültür, kaygı uyandıran her durum için bir ritüel üretebilme yeteneğindedir; gelsin tahtaya vurmalar, dilini ısırmalar ve nazar boncukları...
Derken 1980'lerle birlikte zaten değişmekte olan dünyayı yeni görmeye başlayan Türkiye, muazzam bir dönüşümün adımlarını atmaya başladı. Artık Batı'ya doğru giden gemide Batı'ya doğru koşan insanlardık, kültürde belirgin bir bireyselci dönüşüm yaşandı ve:
"Benim memurum işini bilir" ile ahlaksızlık, olabilecek en yüksek makamdan onaylanmıştı. Otoritenin onayı sadece onaydan ibaret değildir, toplumu şekillendirir.
Tiranlar, Cem Uzan'lar türedi.
Zenginlemenin her yolu makbul olmuştu bir anda.
Kemal Sunal veya Şener Şen'in dönem komedileri ağırlıklı olarak bu ahlaki erozyon üzerine kurulmuştur.
Artık yenilen güzel bir yemeğin "Ayıptır söylemesi" tümcesinin arkasına saklanmasını bırakın, derhal fotoğrafı çekilip Instagram'a yüklenmekteydi.
Yağmasa da damlamıyor, güldür güldür akıyordu artık. Araba anahtarlıkları insanın gözüne gözüne sokulmaktaydı.
İtibardan tasarruf olmuyordu, o eski öğretiler eskide kalmıştı.
Bütün bu başarı tablosunu taçlandıran unsur ise mutluluktu. Mutluluk diğerlerinin gözüne gözüne sokulmaktaydı artık.
Zaten pek popüler olan Pozitif Psikoloji, bireyin mutsuzluğuna ilişkin sisteme herhangi bir gönderme yapmayı reddediyor, birey mutsuzsa bireyde bir yanlışlık olduğunda ısrar ediyordu. Mutsuzluk başarısızlık alametiydi artık, kimsenin tahammülü kalmamıştı. Gerekirse bilinçdışı formatlanmalıydı -hem de yedek falan almadan- ve bu mutsuzluk utancından kurtulunmalıydı. Hiçbir şekilde mutluluk ifadesinde bulunamayacak olan azınlık için de başka bir kapı vardı: "Bir popülarite kaynağı olarak mutsuzluk." Nasıl olsa herkes 15 dakikalığına meşhur olmayacak mıydı, varsın bu şöhret mutsuzluktan gelsindi o zaman. Bari bir işe yarasındı şu lanet olasıca mutsuzluk... "Acun Abi, babam iş kazasında ölüp anneme de yıldırım düşüp kötürüm kaldıkdan sonra, üç yaşından beri sokaklardayım abi. Seni çok seviyorum Sergen Abi, şimdi size bitbaks yapacam..."
Böylece daha kolektivist özellikler barındıran '80 öncesi dönemde toplum mutluluk ifadesi açısından hem aşırı mutluluğun hem de aşırı mutsuzluğun törpülenmesi nedeniyle varyansı düşük (sivri bir çan eğrisi) bir dağılım göstermekteyken; histeri çağı olan '80 sonrasında genel olarak olduğundan daha mutlu görünme, bunu yapamayacak olanların ise mutsuzluğunu abartılı ifade etme eğilimi ile varyansı yüksek (basık bir çan eğrisi) bir dağılım göstermeye başladı sanki. Facebook'ta olumlu emosyonel ifadelerin ruhsal iyilik hali ile ilişkisi saptanamıyorken olumsuz emosyonel ifadelerin son aylardaki olumsuz ruhsal durumla ilişkili bulunması[4] da buradan anlaşılabilir.
Özetle mutluluk, aslında evrimsel açıdan sağkalımı artıran davranışlara güdülenme amacıyla gelişmiş bir ruhsal durum. Bu haliyle sadece kendisini taşıyan birey için bir ehemmiyeti olacakken, zamanın ruhu ile görülür ve gösterilir bir "meziyet" olarak algılanıyor oluşu, insanın mutlulukla olan münasebetini bambaşka bir merhaleye sokmuş gibi görünüyor. İnsan bu, bir elma uğruna cennetten kovulmuş, elbette rahat durmayacak ve fabrika ayarlarını kurcalamak pahasına mutlulukla olan ilişkisini de eşeleyecekti. Bunun bir bedelinin olup olmayacağını henüz tam olarak görmemiş de olabiliriz. İnsana dair şikâyetlenebileceğimiz pek çok vasıf bulunuyor ama sıkıcılık bunlardan biri değil sanırım. Bu da bir şey...

Kaynaklar

[1] *Mischel, W., Ayduk, O., Berman, M. G., Casey, B. J., Gotlib, I. H., Jonides, J., ... & Shoda, Y. (2010). 'Willpower'over the life span: decomposing self-regulation. Social Cognitive and Affective Neuroscience, nsq081.*

[2] *Lu, L., Gilmour, R., & Kao, S. F. (2001). Cultural values and happiness: An East-West dialogue. The Journal of Social Psychology, 141(4), 477-493.*

[3] *http://www.pewglobal.org/2014/10/30/people-in-emerging-markets-catch-up-to-advanced-economies-in-life-satisfaction/*

[4] *Liu, P., Tov, W., Kosinski, M., Stillwell, D. J., & Qiu, L. (2015). Do Facebook Status Updates Reflect Subjective Well-Being? Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 18(7), 373-379.*

Kültegin ÖGEL

Mutlu sondan sonra ne var?

Mutluluğa ulaştığımızda, mutlu sona geldiğimizde, hep orada kalmak mümkün müdür?

Mutluluk istisna mı?
Mutlu sonları irdelemeden yanıtlanmaz bu soru.
Mutluluk, mutlu sona ulaştığımızda olur.
Hep peşinden koştuğumuz aslında mutluluk değil, mutlu sonlardır.
Tüm umutların ve çabaların nihayetinde bir mutlu son bulduğumuzda, mutluluk oradadır.
Hep mutluluk beklentisi aslında mutluluğu yakalamaktır ama mutluluk aslında anlık bir kareden ibarettir.
Mutluluklardan ziyade mutlu sonlar vardır ama mutlu sonlardan sonra ne vardır?
Mutluluğa ulaştığımızda, mutlu sona geldiğimizde, hep orada kalmak mümkün müdür?
Mutlu sondan sonra mutluluk kalmaz ve insan yeni mutluluklar peşinde koşmaya başlar.
Mutlu son, otobüs son durağı gibidir; otobüs orada kalmaz, yine yola çıkar.
Mutlu sonun hazzı, geçicidir.
Büyük aşk filmlerinin sonunda bazen mutlu sonlar vardır ama hiçbir zaman filmin devamını bilemeyiz, filmin kahramanları hep mutlu mu olmuşlardır yoksa yeni aşklar peşinde mi koşmaya başlamışlardır?
Hep sonsuz aşktan söz ederiz ama hiç sonsuz aşk görmemişizdir.
Çoğunlukla mutsuz aşklar, sonsuz aşk olurlar (bakınız Leyla ve Mecnun).
Mutluluk hep sürseydi, artık o mutluluk olmazdı zaten, o "norm" olurdu.
Normların içinden bir mutluluk yakalamaya çaba sarf ederdik...
Hal böyle olunca, mutluluğun peşinde koşmak da acaba mutluluğun kendisi mi?
Mutlu sona ulaşanlar, mutluluğu yakalayanlar hep ellerinden kaçırmaktan veya mutluluğun bozulmasından korkarlar ama korkmak anlamsızdır



çünkü mutluluk doğası gereği orada durmayacaktır.
Mutluluğun bozulmasından korkarak mutluluğu yaşamak imkânsız hale gelir.
En basit haliyle anın kendisi mutluluktur, bir önceki veya sonraki anlamsızdır.
Yarın işe gideceğim diye deniz kenarında güneşin batışını seyrederken hayıflanan insan, mutlu olamaz.
Olsa olsa mutluluğun peşindeki maratoncu olur.
Mutluluğun bir durak olması onu değersiz kılmaz, aksine değerini artırır ve biliriz ki bir mutlu son daha var.
Mutsuzluğun vardığı yol mutluluk olacaktır ama sadece mutlu olduğunu fark edebilenlere...
Mutluluk istisnadır...


Her
Pazar
BRUNCH
KEYFİ
#OlmasadaOlur
AMA EĞİTİM OLMAZSA OLMAZ.
Darüşşafaka'ya destek olun,
annesi ya da babası hayatta olmayan çocuklarımızın
geleceğini aydınlatın.
Düzenli destekte bulunmak için 0850 222 1863'ü arayabilirsiniz.
www.darussafaka.org
Darüssafaka
1863
CEMİYET

Şule ÖNCÜ

Aslanı beklemek...

Haklı mı olmak istiyorsunuz, mutlu mu?

Bütün mutlu aileler birbirine benzer; her mutsuz aileninse kendine özgü bir mutsuzluğu vardır..." Dünya edebiyatının köşe taşlarından "Anna Karenina"da Tolstoy metne böyle başlar. Anna'nın yaşamına yakından baktığımızda ise mutsuzluğunun irili ufaklı bileşenleri hep çok yakın, çok tanıdık gelir. Mutsuzluklar, kendine özgü kombinasyonlar olsa da belli başlı ortak paydaları vardır. Bu paydaları incelediğimizde karşımıza hemen her zaman iletişim ve etkileşim sorunları çıkar. Mutsuzluk içsel olduğu kadar interaksiyoneldir. Öznelerarası alandaki kara delik, tarafların yaşam enerjilerini, duygularını, doğal bağ kurma yeteneklerini, dolayısıyla mutlu olma ihtimallerini içine çeker, yutar, soğurur. Peki bu kara delik nasıl oluşur?
Uzun bir süredir ailelere doğup ailelerde yetişiyoruz. Ve özellikle izole çekirdek aile, yalıtkan ve yozlaşmaya yatkın doğasıyla hem bireydeki olası patolojinin dallanıp budaklanmasına, hem de mutsuzluğun kök salmasına elverişli ortamı sunuyor. İnsan mutsuz olmayı, mutsuzlukta soluklanmayı, mutsuzluktan beslenmeyi (mecbur kalıp çöplükten beslenir gibi) ailede öğreniyor.


"Beginners"

Haklı mı, mutlu mu?
Seans odasında çiftlerle çalışırken sık sorduğum sorulardan biridir: "Haklı mı olmak istiyorsunuz, mutlu mu?" Verilen karşılık genellikle "Mutlu olmak istiyorum" dur. Ve çiftler bu cevabı verirken aslında başlangıçta mutlu olmak için bir araya geldiklerini anımsarlar. Mutlu olmak için başlayan bir ilişki ne olur, nasıl olur da mutsuzluk veren bir tırmanışa, yoran, yıldıran, hayattan bezdiren bir yarışa döner?
Çiftler kadın ve erkek olarak ya da hayatı ve yatağı paylaşan iki yetişkin olarak değil, iki rakip ya da birbirini kıskanan iki kardeş gibi ilişki kurmaya başladıklarında; iletişim, duygu ve düşünce aktarımı olmaktan çıkar ve bir müsabakaya dönüşür. Bu noktada bütün dinamikleri güç ve haklılık yarışı belirler. İki taraf da öteki üzerinde iktidar kurmanın, haklı olmanın, haklılığını ispatlamanın, hatta çoğu zaman sadece karşı tarafın haksızlığını ispatlamanın peşindedir.
Özellikle aynı çatı altında yaşamak, bölgesel/mülki (territorial) meseleleri ön plana çıkarır. Taraflar kendi hareket alanlarını korumanın ve bireysel ülke sınırlarında tek başına hüküm sürmenin derdine düşerler.
Günlük hayattaki işlerin nasıl yapılacağına ilişkin en ufak detaylar


"Beginners"

bile birer çatışma konusuna dönüşür ve mutsuzluk kaynağı haline gelir. Ötekini değiştirme ve yönetme çabası, ötekinin (dolayısıyla kendinin) duygusal ihtiyaçlarını görmezden gelmek, ilişkideki tavırlarına, tutumuna ve birlikte yaşanan mekâna gerekli özeni göstermemek, ilişkideki mutluluğu önemli ölçüde azaltır. "Sevgi yetmez" denen noktada çıkan komplikasyonların temel sebeplerinden bazılarıdır bunlar. Kirli çorapların çamaşır sepeti yerine salondaki sehpanın altına atılmasından tutun, huzur ve güven veren sevgi dolu bir kucaklaşmanın eksikliğine kadar, çatışma ya da yoksunluk yaratacak, mutsuzluk kaynağı olacak yüzlerce sorun bekler uzun süreli ilişkileri. Bazen bir tarafın ihmali öteki tarafın dikkat çekme ve durumu değiştirme çabasını tetikler. İhmal eden, değiştirmeye çalışanın çabasını hareket alanının kısıtlanması ve hatta özlük haklarına yapılmış bir işgal harekâtı gibi algılar. Böyle algıladıkça savunmaya/saldırıya geçer ya da ilişkiye ve ötekine kepenk kapatmaya başlar. Karşı tarafın kabuğuna çekildiğini gören çabalayan, kabuğu kırmak ve içeri sızmak için basıncı arttırırsa çatışmalar artar, ilişkiden geri sekişler olur, ortalık ihmal-işgal döngüsünde bir savaş alanına döner.

Bazen ötekinin kabuğuna çarpa çarpa yorulan çabalayan da kendine bir kabuk örer ve içine kapanır. O vakit ilişki kopar ya da temassızlık hali başlar. Çiftler, aynı evde yaşayan, aynı sofrada yiyen, aynı yatağa giren ama gerçek anlamda etkileşime giremeyen, koridorda göz göze gelmemeye çalışarak paralel hatlarda yürüyüp karşılaşmadan geçen yabancılara dönüşürler. Bu durum çatışmaları minimuma indirir belki ama taraflar ilişkiye yerleşemez (yersiz-yurtsuz hisseder), ilişkiden beslenemez (ilişki içinde serpilip gelişemez), en yakınındakiyle bağ kuramaz (güvensiz, hoşnutsuz, tatminsiz kalır) ve derin bir mutsuzluğa gömülürler.

Yoğun çatışmalı ilişkilerin mutsuzluğu ikide bir patlamakta olan bir volkanın lavları gibi yaşamın yüzeyine dökülüp saçılmıştır. Temassız ilişkilerin mutsuzluğu ise daha dipte ve derinde seyreder, içten içe sessizce kaynar. Hangi paternde olursa olsun çiftlerin mutsuzluğu çocuklara yansır, onları da mizaçlarına göre değişen oranlarda mutsuz eder. Mutsuzluğu çocuğa belli etmemek pek de mümkün değildir.

Aile mirası olarak mutsuzluk...

Mike Mills'in yazıp yönettiği "Beginners", çok sevdiğim ve sinemateraپi seminerlerimde sık sık ele aldığım bir film. Ebeveynden gelen mutsuzluk mirasıyla baş etmeye çalışan Oliver ve Anna'nın ilişkiye yerleşme çabalarını; Oliver'ın babası Hal'ın ise yetmişinden sonra yaşamayı ve mutluluğu öğrenme sürecini konu alır. Oliver'ın çocukluğuna geri dönüşlerle ve babanın hastalık sürecinden Oliver-Anna ilişkisine kesmelerle üç ayrı hatta ilerleyen film, ebeveynden çocuğa geçen duygu hali ve mesajların çocuğun yetişkinlik hayatındaki izdüşümünü gerçekçi, akıcı ve son derece estetik bir dille betimler.

Hal neredeyse bütün yaşamını olmadığı biri gibi yaşamış, ancak karısı ölünce eşcinsel olduğunu çevresine açıklayabilmiş ve kendi seçimi olan bir yaşamı sürdürmeye cesaret edebilmiştir. Yazık ki eşzamanlı olarak kansere yakalandığını öğrenir. Karısı Georgia, Hal'ın eşcinsel olduğunu baştan beri bilir ama gönlünde yatan aslanı bulmuştur bir kere, bırakmaya yanaşmaz. Evliliğin ilk yıllarında Hal'ı değiştirmeye, "iyileştirmeye" çalıştıysa da zamanla yakın olmaktan, sevinci, kederi ve yatağı paylaşmaktan ümidini kesmiştir.

Georgia, mutsuzluğunun fazlasıyla farkında ve etkisinde olan oğlu Oliver'a doğrudan ve dolaylı mesajlarla hep şunu söyler: "Mutsuzluk kaderdir ve bunu değiştirmek mümkün değildir. Yapacağımız en iyi şey, delirmeden durabilmek." Mutsuzluğa dayanamayacak gibi olduğunda bir odaya girip avazı çıktığı kadar bağırmasını önerir Oliver'a. Bir sonraki hayatında kendi gibi sıcakkanlı bir Musevi'yle evleneceğini söyler. Çünkü kocası Hal Musevi (sıcakkanlı) değildir. (Mesajın tercümesi; babanla olan ilişkim duygusal ihtiyaçlarımı karşılamıyor, bu yüzden çok yalnız ve mutsuzum. Ama artık bu hayatta yapacak bir şey yok, kısmetse bir sonraki hayata...)

Georgia bununla da kalmaz, oğlunun nispeten az da olsa kendi sıcak kanından taşıdığını söyler ve ondan kendisi için tepenin ardına kadar şoförlük yapmasını ister. O sırada 9-10 yaşlarında olan Oliver, heyecanla şoför koltuğuna geçip annesini gezdirir. Ama bir yere kadar. Boyunun

yetmediği yerdir orası. Her ne kadar annesi ona kocasının rolünü verdiyse de ikisi de bilirler Oliver'ın annesine koca olamayacağını, babasının açığını kapatamayacağını, annesini bir başına mutlu etmeye gücünün yetmeyeceğini. Yetişkinliğinde kurduğu bütün ilişkilerde de aynı yetersizliği, çaresizliği yaşar Oliver. Yalnız ve mutsuz ana-oğulun gölgesi Oliver'ın başlayıp devamını getiremediği bütün ilişkilerine düşer. Yakından baktığı her kadında, henüz sadece bir ihtimal de olsa, annesinin ve annesine denk olamayan çocuk Oliver'ın mutsuzluğunu, çaresizliğini görür. Ve yaklaşmakta olan ilişkinin altında kalmamak için kenara çekilir. Vaktiyle annesiyle olan yakın ilişkisinin altında kalmış ve canı çok yanmıştır çünkü. Hâlâ da yanmaktadır. Çocuklar annelerinin mutsuzluğuyla baş edecek güçte ve donanımda değildir. Bu yüzden kronik depresyon da, genellikle anneden çocuğa geçer.

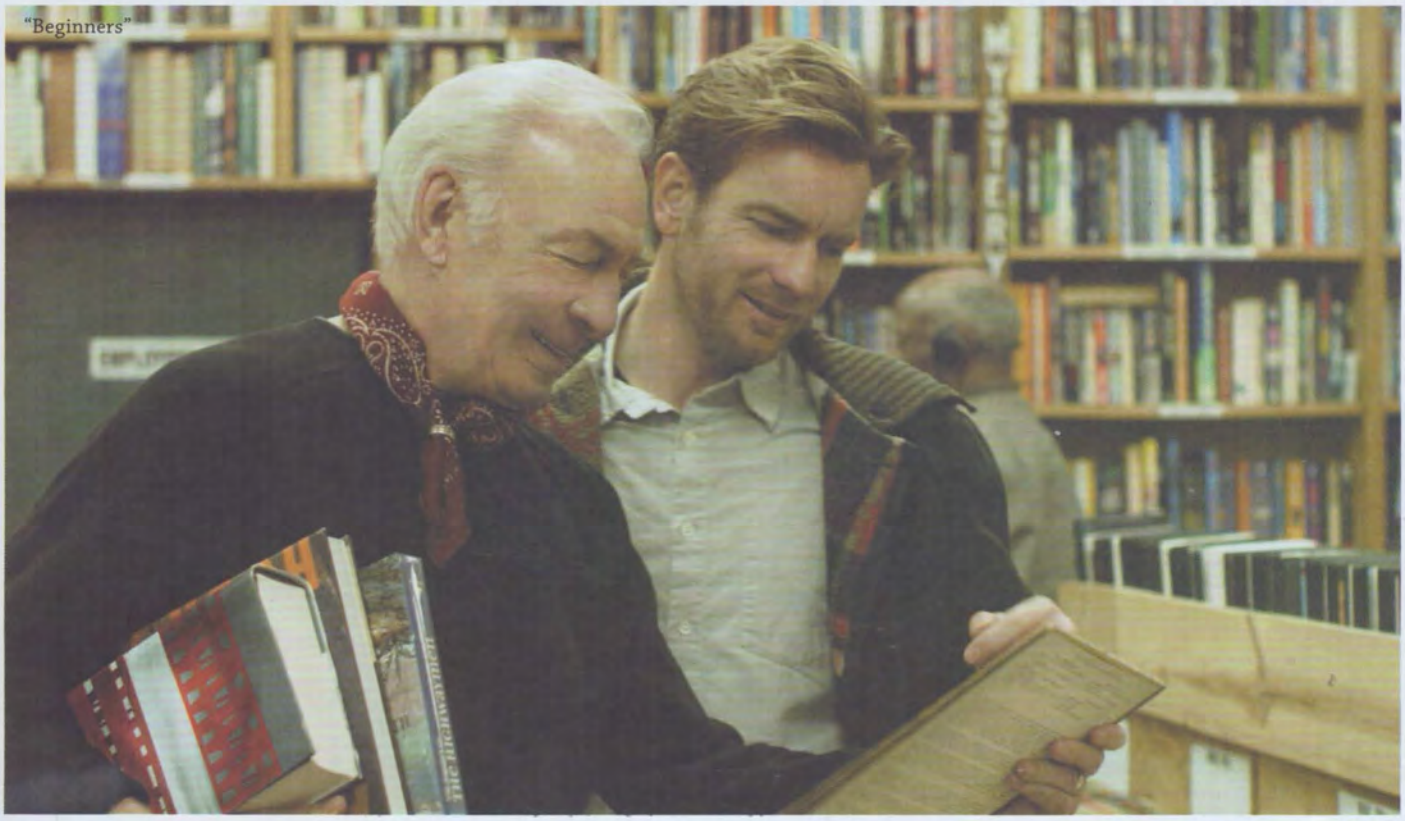
Mutluluk ve beklentiler

Georgia'nın aksine Hal, hastalığın son evresinde olmasına rağmen mutlu olmayı seçer. Bilinçli bir çabayla inkârda kalmaya ve isteyip de yaşayamadığı ne varsa kalan sayılı günlerine sığdırmaya çalışır. Olmadığı birinin rolünü oynadığı neredeyse bütün hayatı bir yas süreci gibi geçtiğinden "yas"a olan borcunu ödediğini düşünür belki de. Bu yüzden inkârdan sonra yaşanması beklenen öfke, pazarlık, depresyon ve kabul evrelerinde fazla oyalanmaz. Kalan günlerini ölmeyecekmiş gibi yaşar. Baba oğula birlikte baktığımızda ise sanki ölmekte olanın Hal değil Oliver olduğunu düşünürüz. Hal, yaşanan ana ve hazza, Oliver ise geçmişe ve geleceğe, dolayısıyla acıya ve kaygıya odaklanmıştır. Hal'ın en büyük endişesi kırkına yaklaşmakta olan Oliver'ın yalnızlığı ve mutsuzluğudur. Oğlunun yaşadığı kederin ve etkileşimsel tıkanmanın, olumlu veya olumsuz beklentilerden kaynaklandığını sezer. Baba oğul arasında geçen bir diyalog, mutluluğun hayattan beklentilerle olan ilişkisini güzel özetliyor:
Hal oğluna sorar: "Diyelim ki küçüklüğünden beri bir aslanın hayalini kurdun. Bekliyorsun bekliyorsun, aslan gelmiyor. Onun yerine zürafa geliyor. Yalnız olabilirsin ya da zürafayla olabilirsin."
Oliver hiç tereddüt etmeden cevap verir: "Aslanı beklerim."
Babanın cevabı: "İşte ben de senin için bu yüzden endişeliyim."
Ya beklenen aslan hiç gelmezse? Farz edilen aslan (beyaz atlı prens/güzel ve masum prenses...) yeryüzü şartlarında mümkün değilse? Ya zürafalardan sakınmak için farz edilen aslanın gölgesinde yaşıyorsak? Ya biz de zürafaysak ve türdeşlerimize tahammülümüz yoksa? Ya beklediğimizi sandığımız aslan, olmak istediğimiz kişiyse...
Beklediğimiz sürece, askıya aldığımız varoluşumuz (sırf askıda olduğu için belki de) bunu bilemeyecek. Rollerimiz, dolayısıyla benliğimiz ancak eylem içinde gerçeklik kazanıyor çünkü. "Eylem her zaman mutluluk getirmez ama eylemsiz mutluluk yoktur" diyen William James'e göre, mutluluk da aynı bizler gibi varoluyor. Anda ve akışta...

Mutluluk öğrenilebilir mi?

Aile, mutluluk üzerinde son derece belirleyici bir faktör. Ama şunu da unutmamak gerek; âlim de zalim de ailede yetişir. Ve ikisi de aynı aileden çıkabilir. Zalim, her şeyden önce kendine zalim ve sonuç olarak mutsuzdur. Âlimse çoğu zaman zulmün/mutsuzluğun üstesinden gelebilmek için âlim olur. Ve bazen çocuklar, ebeveynlerinin mutsuzluğuna karşı kendilerini savunurken güçlenir, hem kendileri hem de başkaları için mutsuzlukla baş etmenin özgün yollarını keşfederler. Birçok sanatçı, bilim adamı ve psikoterapist, insan canlısının bu dönüştürücü ve iyileştirici özelliğine örnektir.
Özellikle derin katmanda kurulan bağlar, karşılıklı anlayış ve dayanışma zemininde yapılanabilen ilişkiler, köken aileden gelen mutsuzluğa direnişin en güçlü desteğidir. (Oliver ve Anna'nın ilişkisinde olduğu gibi.)
Hayatını alacaklı gibi yaşamak garantili mutsuzluktur. Ebeveynden tahsil edilemeyen ve vazgeçilemeyen alacakları yanlış kişilerden yanlış yöntemlerle tahsil etmeye çalışmak, kabul ve onayı yanlış yerde aramak ve bir türlü bulamamak, önemli bir mutsuzluk sebebidir. Aileden kalan mutsuzluk mirasını reddin yanı sıra, geçmişe dönük muhasebe defterlerini fark etmek ve uygun şekilde kapatmak, mutluluk için yeni bir sayfa açabilmek adına kilit faktördür.


"Beginners"


"Beginners"

Mutluluğu sadeleştirmek

Mutluluk temel itibarı ile idrak, kabul ve tercih meselesidir. Sorunların farkındalığı, değişmezlerin kabulü, değişebilirleri değiştirme kararı ve bütün bunları yapmak için adım atma cesareti... Mutsuzluk-mutluluk hattında bizi mutluluğa yaklaştırabilecek olan faktörler. Tabii, değer-inanç ekseninde mutluluğu nereye koyduğumuz da önemli. Mutluluk salaklıkla ya da cehaletle tanımlıysa onu seçmek ve görünce tanımak haliyle çok daha güç olacaktır. Mutluluğu değersizleştirip mutluları aşağılamak, depresyonu da idealize eden dolayısıyla kronikleştiren tutumlardır. Bu bakımdan mutluluğa yapılan atıflar üzerinde durmak ve düşünmek gerek.

Atıflar konusunda mutluluk da sevgi gibi sakin ve sade tutulması gereken bir olgu. Sevgiye ne kadar çok soyutlama atfediyorsak, sevdiğimizin her dikkatsizliğinden "beni sevmiyor"u çıkarma ihtimalimiz artar. Benzer şekilde, mutluluğa ne kadar çok anlam yüklüyor, atıfta bulunuyor ve onu karmaşıklaştırıyorsak kendimizi mutlu addetmek de o kadar zorlaşır.

Atıflarımızı gerçekçi sınırlar dahilinde tutup mutluluğun bize özgü tanımını sadeleştirdiğimizde onu görünce tanımak da kolaylaşır. Yaşarken mutsuz geçtiği düşünülen dönemlere yıllar sonra dönüp baktığında, o zamanlar aslında mutlu olduğunu fark eden çoktur. Mutluluğu mutluyken algılamak (görünce tanımak) olgunlaşmanın bir göstergesi olsa gerek.

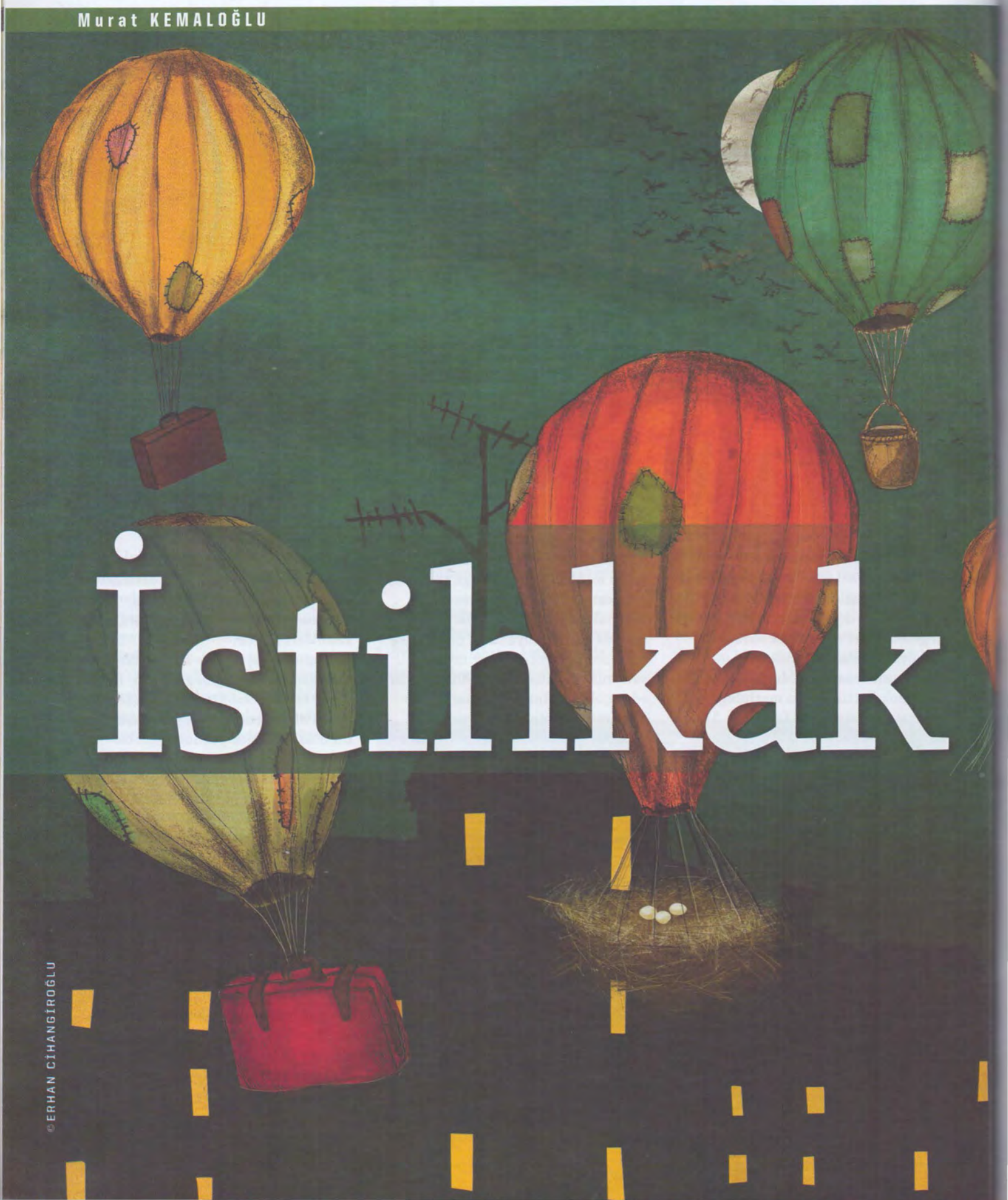
Bana göre mutluluk...

Mutsuzluk mutluluğa göre daha somut gelir bana. Neredeyse elle tutulup gözle görülen, evrilip çevrilebilen, rengi, kokusu, tensel bir hissi olan ve hatta parçalara ayrılıp tekrar birleştirilebilen bir nesne gibi. Belki de psikoterapi pratiğinde temelde mutsuzlukla ilgilendiğimiz ve sürekli olarak mutsuzluğu anlamaya, anlatmaya ve dönüştürmeye çalıştığımız için öyle algılıyorum. Ama duygusal olarak da daha kesif, daha yoğun, daha oluşmuş, meydana gelmiş bir yapısı, içinden geçilirken hissedilen daha yüksek bir atmosfer basıncı olduğu söylenebilir mutsuzluğun. Mutsuzluğu neredeyse birinin kucağına koyabilirsiniz ve o biri gerçekten de fiziksel olarak hisseder ağırlığını. İnsanın eline, koluna, bağrına çöker mutsuzluk, kasları, kemikleri ağrıtır.

Mutluluksa hiç kucağa alınabilecek, yük olacak bir şey gibi gelmiyor. Hatta o bizi taşıyor olabilir. Bir evrenden başka bir evrene, bir oluştan başka bir oluşa... İçinde yüzdüğümüz bir nehir gibi... İnsanı bazen kucaklayan, bazen arkasından iten, bazen coşturan bazen dinlendiren ama hemen her zaman arıtan, tazeleyen, yenileyen, güç veren bir duygu. Gerçek olduğu kadar metafizik, somut olduğu kadar metaforik. İçindeyken yakaladığımız ya da sonradan farkına vardığımız kısa ve güzel anların toplamı...

Mutluluk, bireyin andaki varoluşunda ve öznelerarası alanda saklı bir ihtimal, bir potansiyeldir. Mutsuzlukla baş etmeyi öğrendiğimizde mutluluk kendiliğinden var olur ve bizi hazırlıksız yakalar. Dolayısıyla mutluluğu öğrenmek için hazırlıksız olmayı da öğrenmek durumundayız. Belirsizliğe karşı cesaretimiz (hazırlıksızlığımız) arttıkça mutlu olma ihtimalimiz de artar.

Murat KEMALOĞLU



İstihkak

©ERHAN CİHANGİROĞLU

Kafa nakli olsanız mutlu olur muydunuz?

Bir hevesle sahiplendiği sevimli Blue Point cinsi kediden kurtulmak isteyen sahibi bir arkadaşıma haber verdi. Eğer birileri almazsa sokağa salacağını söylüyordu. Hemen sahiplendim. Eve getirdiğimde Zuzu biraz gergindi. Yemini, suyunu verip hiç ilişmedim. Evin yeni sahibi olarak evi keşfetmek için her tarafı müşkülpesent bir edayla dolaştı. Uzun süren bu incelemenin sonunda yanıma geldi ve göz teması kurduk. O an aramızda sıkı bir bağ oluştu. Evliya Çelebi'nin 'kedi sevgisi imandandır' sözünü hatırlayarak onun ev sahipliğini kabullendim. Ona o gece şiirler okudum, istenmediği bir yerden gelmiş olmasının burukluğunu gidermek için bütün sevecenliğimi ayaklandırdım. Sabah karın ağrısıyla uyandım, sindirim sistemimdeki hastalık zaman zaman böyle zalim mesajlar veriyor. Yatakta uzanıyorken Zuzu usulca geldi ve sevimli, zarif patileriyle karnıma, özellikle ağrıyan bölgeye masaj yapmaya başladı. Şaşkınlıkla onu izliyordum. Dakikalar boyunca sanki transa geçmiş gibi masaj yaptı. Sonraki günlerde de ben ona şiirler okudum, müzikler dinlettim o da benim karnıma masaj yaparak beni iyileştirdi."

Hayırlı bir amel, iş, çalışma, hizmet sonucu gelen hak edişe mutluluk denir. Yukarıdaki otobiyografik satırların yazarı Şehmus Ay mutluluktan sarhoş olmuş gibiydi. "O benim kedim değil, ben onun insanıyım" diyordu. Bir kediye hizmet vermiş ve istihkakını almıştı. Ağrılarını masaj yaparak iyileştiren Zuzu'nun uyandırdığı duygular onun hak edişiydi.

Birçok yabancı dili bilen bir hastam Türkçe mutluluk kelimesinin bir çeşit kekelemeye benzediğini söylediğinde, ona "Elbette, çünkü dünya tam mutlu oldum derken yıktın bütün dünyamı" diye haykıran insanlarla dolu dedim.

Bir hak edişin bu kadar kısa ömürlü olması yapılan çalışmanın samimiyeti, dürüstlüğü ve gerçek değeri hakkında ipucu verir. Zahmetsiz, ruhsatsız, kaçak, uyduruk karton kuleler hemen yıkılıverir. Her kelime adeta bir küfürdür, rahatça ve akıcı bir şekilde söylenemez. Mumumumutututlulululuk...

Oğlu ve kızıyla Ankara'dan psikoterapiye gelen kadın, işyerimde Abdülkadir Geylani kitaplarıyla karşılaşınca çok şaşırdı. "Kocam Balyoz Davası'ndan iki yıldır hapiste. İki yıldır Abdülkadir Geylani'ye kocamı hapisten çıkarması için yalvarıyorum ve kocam hâlâ hapisten çıkmadığı için Geylani'ye çok kızgınım" diye ağlamaya başladı. Beş gün boyunca yaptığımız yoğun çalışma onu çok sarstı. İçindeki bütün hiddeti, nefreti ve öfkeyi bana kustu, bir daha gelmemek üzere çekti gitti. Birkaç gün sonra gazetelerden kocasının tahliye edilmiş olduğunu öğrendim. Hak edişi için yapması gereken çalışmaya, Abdülkadir Geylani Çalıştayı'nın yapıldığı noktaya gönderilmişti.

Pamuk Prenses'in üvey annesinin aynadan dünyanın en güzeli olmadığını, üvey kızının kendisinden daha güzel olduğunu öğrendiğinde nasıl mutsuz bir caniye dönüştüğünü bilirsiniz. Bu narsisistik öfkenin transformasyonu için her insanın yapması gereken çok çalışma olduğu anlaşılmaktadır. "Ben senden daha güçlüyüm, seni tükürüğümde boğarım" diye haykıran insanlar kendilerini ve çevrelerini ne kadar mutlu edebilirler?

Angelman sendromlu hastalarımın suda oynarken yaşadıkları mutluluk hep çok ilgimi çekmiştir. Suya hayran olan, su karşısında adeta büyülenen, saatlerce suyun içinde gülen ve kahkahalar atan angelman sendromlulara pediatrik genetikçilerin ve nörologların "gülen kukla" diye etiket koymaları hiç hoşuma gitmemiştir. Çocuk nörologlarının "Bu çocuk geri zekâlı, yapılacak bir şey yok, boşu boşuna para harcamayın" diyerek aileleri depresyona itmekten vazgeçip çocukta motor, dil ve sosyal becerilerin gelişeceği zahmetli çalışmalara dikkati çekmeleri gerekmektedir. Çocuğun bir nesneyi arayıp bulmayı, mum üflemeyi, kendisine verilen nesneyi geri vermeyi, tuvaletinin geldiğini bildirmeyi öğrenmesi anne babaları çok mutlu etmektedir.

Kültür, ırk ve sosyoekonomik farklar insanları birbirine benzemezmiş gibi gösterirken ufak bir kromozom kırılmasıyla oluşan bir sendrom bütün ırklardan ve sosyoekonomik yapılardan gelen insanları ikiz kardeş kadar birbirine benzer kılar. Bedenle zihin arasındaki köprüyü fark eden ve bu köprüyü maharetle kullanabilme iradesini, istencini geliştirmek için çalışanlar her zaman daha mutlu olur. Nörologlar beynin diğer dokularda olduğu gibi meningeal lenfatik damarlarla periferik bağışıklık sistemine bağlı olduğunu daha yeni keşfetmişlerdir (good morning after supper). Bu keşfin alzheimer, multiple skleroz, otizm gibi hastalıkların tedavisini kolaylaştıracağı anlaşılmaktadır. Aktif imajinasyon gibi, kolektif bilinç dışındaki tesirler mekanizmasını harekete geçiren psikoterapi tekniklerinin bu tür otoimmün hastalıklarda hastaların kendilerini daha iyi ve mutlu hissetmesini artırdığı bazı psikoterapistlerce uzun zamandan beri bilinmektedir.

Önümüzdeki yıllarda doğan her üç bebekten birinin 100 yaşına kadar yaşayacağı, 21. yüzyıl sonunda yaklaşık 18 milyon kişinin 100 yaş ve üzeri olacağı tahmin ediliyor. Birçok ülkede 100 yaşına ulaşan insanlara devlet tarafından doğum günlerinde tebrik kartı, hediye ve para ödülü gönderiliyor. Yakında kasları, sinirleri harap olmuş, organları kansere yakalanmış insanların yaşam sürelerini uzatmak amacıyla kafa nakli ameliyatları yapılmaya başlanacak. Kafa nakli olsanız mutlu olur muydunuz? Yokken şükreden, varken paylaşan insan mutlu insandır. Mutlu azınlık asıl bunlardır. Kapitale ve üretim araçlarına sahip sınıfı mutlu azınlık zannedip onların mallarını mülklerini ve kapitallerini gasp ederek mutlu olunacağını zanneden materyalist diktatörler mutsuz alkolikler olarak öldüler. Yokken öfkeli, varken de pinti ve niye daha çoğu yok diye şikâyetçi mutsuz çoğunluktan biri olmamanız dileğiyle...

Mutlu olmak için, demlediğiniz çaya taze nane, fesleğen, rezene, kekik, biberiye, zerdeçal, karahindiba ve mercanköşk gibi bitkiler ilave ediniz...

Söyleşi: PHİLİP ARDİTTİ



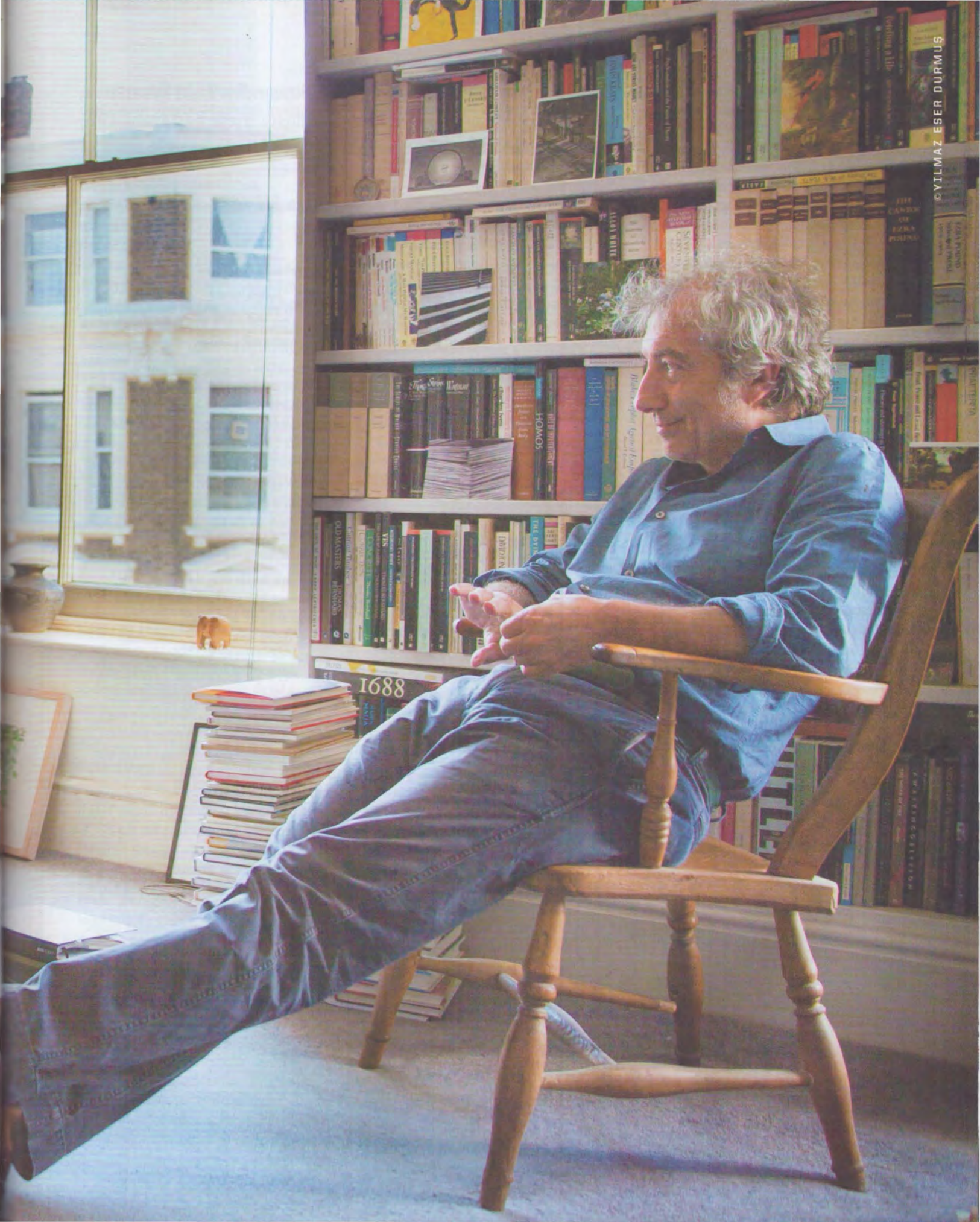
Psikanalist ve yazar Adam Phillips:

"Söylemek ve yazmak istediğim şeyler var"

"Yaptığım şeylerden biri, insanların gerçek mutluluklarının nerede olabileceğini bulmalarına yardımcı olmak. (...) Mutluluk konusunda bir endişe var; ya da bir engel var; ya da bir dikkat dağılması; ya da başka bir şey."

Bir çarşamba öğleden sonra Hyde Park'a yakın Notting Hill Mahallesi'ne gidiyorum ve tipik küçük bir Londra evinin dar merdivenlerinden ikinci kata çıkıp meşhur psikanalist ve yazar Adam Phillips'in ofisine giriyorum. Odanın dört bir köşesi kitap dolu. Bildiğim kadarıyla haftanın dört günü psikanalist, bir günü (çarşamba!) kitap yazıyor. İnternet, cep telefonu kullanmıyor ama sık sık radyoda ya da edebiyat dergilerinde kendisine rastlamak mümkün. Ben de birkaç sene evvel psikanalize olan ilgim arttıkça bu şekilde varlığından haberdar olup yazılarına ilgi duydum. Yerlere sıra sıra dizilmiş kitapların arasından sıyrılıp koltuğa oturdum.
Psikanaliz, sanat ve mutluluktan -oyuncu olduğum için- tiyatroya uzanan, yaklaşık 50 dakika süren bir sohbetimiz oldu. Belli ki ikimizin de içine işlemiş bir süre dilimi.

Bu röportaji psikoloji ve sanatın etkileşimlerini irdeleyen Psikeart dergisi için yapıyoruz. Sen de ikisiyle haliyle yakından ilgileniyorsun. Bu kesişim sende nasıl başladı?
Psikanalize ilgim edebiyattan başladı. Ergenlik yaşlarında özellikle doğa, spor ve müziğe çok ilgi duyardım. Daha sonra 13 yaşlarında İngilizce öğretmenimin etkisi altında edebiyata ve okumaya ilgi duymaya başladım. Ailem kitap okumayı severdi... akademisyen değillerdi, yani işleri okumak değildi ama okurlardı. Daha sonra üniversitede tamamıyla tesadüfen psikanalizi keşfettim. Jung'un 1870'lerde yazdığı otobiyografisi "Anılar, Düşler, Düşünceler"i okudum ve çok etkilendim diyebilirim. Heyecan verici, romantik denilebilecek bir hayatı olduğunu düşünmüştüm ve o zamanki aklımla kitabın "varoluşun derinlikleri"ni anlattığını düşünmüştüm ve bu ilgimi çekmişti. Daha sonra yayımlandığı zaman, Winnicott'ın "Oyun ve Gerçeklik" kitabını okudum ve sanki benim için yazılmış olduğunu hissetim. Ne düşündüğümü tam olarak


1688
HOMOS
©YILMAZ ESER DURMUŞ

hatırlayamıyorum ama kitabın ne anlattığını çok net olarak anladığımı anımsıyorum. Bu karşılaşmadan sonra çocuk terapisti olmaya karar verdim. Benim için kesin bir karar oldu. Önce akademi dünyasına girmeyi düşündüm ama daha sonra vazgeçtim, çünkü kitap okumak istiyordum; evet ama belli bir konuya bağlı olmadan, önüme geldiği gibi okumak istiyordum. Çocuk terapisti olmak için eğitim aldım ve iş dışındaki zamanımı kitap okuyarak geçirdim.

O iki kitabı sanki psikanaliz üzerine değil de edebi kitaplarmış gibi okumaktan bahsediyorsun galiba?
Kesinlikle. O kitaplar iyi yazıldıkları için ilgimi çektiler. Aynen edebiyat okur gibi okudum o kitapları; gerçek edebiyatta olduğu gibi yazarın sesinden etkilenerek. Tabii bu vesileyle yapmak istediğim, yapabileceğim bir iş de bulmuş oldum.

O iş psikanaliz herhalde... Peki yazarlık?
Yazar olmak hiçbir zaman amacım olmadı aslında. Öyle hikâye yazan bir çocuk da değildim. Üniversitede ödev yazdım tabii ama kendi yazdıklarımdan çok başkalarının yazdıklarına ilgi duymuşumdur hep. Tesadüfen biri benden kitap yazmamı isteyip de yazmaya başlayıncaya kadar sadece çocuk psikanalistliği ve kitap okumakla ilgilendim. Ayrıca kötüleyerek söylemiyorum ama sanatçı olma konsepti beni çeken bir şey olmadı hiçbir zaman. İlgim ağırlıklı olarak sanata yönelikti, sanatçılığa değil. Kendimi de zaten hiçbir zaman bir sanatçı olarak algılamadım, halen de algılamıyorum. Yazmakla ya da yazılmışla ilgileniyordum ama büyüdüğüm dünyanın bir parçası değildi o kadar. Biliyor musun, çocukken hiç kitap yazmış biriyle tanışacağımı düşünemezdim mesela. İnanılmaz bir şeymiş gibi gelirdi bana kitap yazmak. Kendimi içinde görmediğim bir yetenek dünyası.

Bu arada 20 kadar kitap yazdın.
Evet. Yazmaya başladıktan sonra bir hız kazandı hayatımda bu aktivite ve de gittikçe daha çok sevdim. Kendimi bir yazar olarak algılamadım hiç, halen de algılamıyorum aslında ama herhalde bütün bu kitapları yazdığıma göre yazar olmak artık hayatımın bir parçasıdır. Ayrıca gerçekten yazma sürecinden çok zevk alıyorum. Bir şekilde cümleler kendilerini oluşturuyor, yazı kendini yazıyor ve ben ise kendimi unutuyorum.

> "İnsanlar benimle yazar olduğum noktasından ilişki kurarlarsa, bu sefer ben de onlar ne istiyor diye düşünmeye başlayabilirim; halbuki ben sadece içimden geleni yazmak istiyorum."

Analiz yaparken de benzer bir şey yaşıyor musun peki?
Öyle gibi. Biraz farklı tabii çünkü analiz karşılıklı bir konuşma, bir sohbet. Tabii ki analiz yaparken aklıma birçok şey geliyor ama esasen başka bir insan ile uğraşıyorum ki bu yazmaktan çok farklı. Yazarken neyle uğraştığımı tam olarak bilmiyorum. Bir bağlantı var, haklısın, ama ne olduğunu ben de bilmiyorum.

Analizde ses başkasının herhalde...
Kesinlikle başkasının sesi ve ben cevap veriyorum, duyduğum bir şeye tepki veriyorum ve karşıdan da bir cevap geliyor... Yazarken cevap veren biri yok.

Yazında, kelimeleri kullanış şeklin; bir cümleyi hani bir yerden alıp apayrı bir yere bırakman; bunlar prova salonunda olan tartışmaları andırıyor. Sanki yazının içinde bir sohbet var.
Eminim haklısın, ben okurun perspektifinden algılayamıyorum tabii; bir şekilde kendimle konuşuyorum. Prova fikri çok ilginç ama; sürekli devam eden bir prova, kesin bir sonuca bağlanmayan bir süreç. Evet bir prömiyer olmaması hoşuma gidiyor.

Yazılarında bazen altını çizecek böyle bir.. hedef cümle bulmakta zorlandım. Sanki her cümle bir sonrakine ve bir öncekine yakından bağlanıyor ve bir tanesini alıp çıkarmak yanlış olurmuş gibi, zincirleme bir yazı...
Bunu duyduğuma sevindim çünkü okurun yazdıklarımdan bir anafikirle ayrılmasını istemiyorum, gerçi ne istediğimin pek önemi yok ama... Okumaktan zevk almalarını ve belki okuduklarından hiçbir şey hatırlamamalarını istiyorum. Özellikle hatırlanacak bir bilgi ya da altı çizilecek kilit bir cümle yokmuş gibi. Daha çok bir düşünce şeklini yazmaya çalışıyorum. Sanki kâğıtta bir şeyi oynuyormuşum gibi. Zaten direkt olarak anlatmaya çalıştığım ya da savunduğum bir fikir, konsept ya da anlayış da yok.

Ama çok belli bir, nasıl desem, oyunbaz bir psikanaliz şeklini savunmuyor musun?
Tabii, daha açık, elitist olmayan, olağan ve sıradan bir sohbete örnek olabilecek bir psikanaliz... Daha ulaşılabilir, hem maddi olarak hem başka şekillerde. Dünyadaki en olağan şeyler hakkında olursa eğer analiz, herhangi bir şeyle ilgilenen bir insan bununla da ilgilenebilir. Bence herkes eşit derecede naiftir... Tabii hepimizin hayat tecrübesi, büyüdüğü ortam farklı ama beni heyecanlandıran bu naiflik, bu saflık. Zeki, akıllı ya da başarılı olmakla hiçbir alakası yok bunun. Tamamen düşündüğün, hissettiğin, söylediğinle alakalı ve bu düşündüklerine, hissettiklerine ve söylediklerine engel olanlarla alakalı. Duraksamalar nerede? Sessizlikler nerede? Nerede kendini tutuyorsun, yasaklıyorsun? Ve neden?

Senin rolün nedir burada?
Yaptığım şeylerden biri, insanların gerçek mutluluklarının nerede olabileceğini bulmalarına yardımcı olmak. Büyürken nelerin bizi mutlu edip etmediği ya da neleri sevip sevmediğimiz bize söyleniyor ve bunun sonucunda

gerçek mutluluğu bulmak şaşırtıcı bir şekilde zor oluyor. Mutluluk konusunda bir endişe var; ya da bir engel var; ya da bir dikkat dağılması; ya da başka bir şey.

Böyle bakınca mutsuzluk mutluluktan daha kolay ulaşılabilir gibi gözüküyor.
Bence de öyle.

Biraz naif bir soru olacak ama yazıların ve kullandığın dil bazen bende daha az zor olan bir analizin hayalini kurduruyor... Bu süreç illa zor mu olmalı?
Ağır olmak psikanalizin kasıtlı olarak amaçlarından biri değil. Hayatta birçok şey zor ama bu zorlukların içerisinde mazoşizm de olabiliyor ve bundan zevk alınabiliyor. Freud ve psikanaliz konusunda ilginç olan şeylerden biri de insanların acılardan ne derecede haz aldıklarıdır. Tabii ki bu acılar yok demek değil, hayatta acı var ama zevk arayışı da var. Öyle ki bu acı içerisinde mutluluk da aynı zamanda var olabiliyor.

Bu zorlukları aşmak için gidiyor sanırım insanlar analize...
Zorluklara da odaklanabilirsin, çünkü hayat zor. Hayat sadece ve sadece zorluklardan ibaret değil ama gerçeklerden birisi de hayatın zor olduğu. Birçok engel var ve bu hüsrana yol açıyor ve mesele -eğer mutluluktan bahsediyorsak- senin bu engellerle ve hüsranla nasıl ilişki kurduğun. Çünkü büyürken herkes bir ya da başka bir şekilde engel ve hüsranla karşı karşıya kalıyor.

Eğer hüsran ve engelle farklı bir ilişki kurarsak, bu iyileşme yoluyla mutluluğa giden yolu açar mı?
Aslında iyiye gitmek analizdeki tek amaç değil, amacın sadece bir parçası. Mesele iyiye gitmenin insan için ne anlama gelebileceğini ortaya çıkarmaktır. Ayrıca analizde seçilebilecek daha ilginç yollar da var. Araştırmak mesela ya da insanın duygu ve istek repertuvarını kabullenmesi ve genişletmesi; analistle olan ilişki aracılığıyla bu tecrübeyi dünyaya taşımak; ki insanın dünyayla olan ilişkisine yardımcı olunsun.

Peki psikanaliz bunun için geçerli tek yol mudur? Psikanalist şeklindeki otorite figürü şart mı?
Psikanaliz kültürümüzün bize önerdiği yollardan sadece bir tanesi, başka bir sürü yol var. Âşık olmak ya da güzel bir dostluk da insanı böyle meseleleri çözümlemeye duyarlı hale getirebilir. Otorite meselesine gelinirse, bu ilişki eşit değildir. Burada bir çelişki var... Hem eşit değil hem de fazla hiyerarşik olmaması gerekir. Çünkü analizde olan başka bir şey de insanın neden başkalarını otoriteleştirmeye eğilimli olduğunu çözmek. Neden başkalarının söylediklerine inanıyor insan? Bu süreçte insanın otoriteyle olan ilişkisi de sorgulanmış oluyor. Benim bu işi yapmak için bir eğitim almış olduğum gerçeği var. Dolayısıyla senin bilmediğin bazı şeyleri bildiğim hissiyatı oluşuyor ama aynı zamanda senin kendini bildiğin gibi benim seni bilmem imkânsız. Dolayısıyla sunduğum fikirler dogmatik değil deneme niteliğinde, tartışılabilir fikirler.

Ama o ilişki içerisinde bu fikirler karışıklıktan netliğe doğru gitmemizi sağlıyor bazen...
Rüyadaki gibi, en önemsiz ve gereksiz gibi gözüken ayrıntı en açıklayıcı olabiliyor. Diyelim ki bana analize geldin ve bir hikâye anlattın ve ben senin hiçbir şekilde önem vermediğin bir ayrıntıyı alıp sana tekrar sundum. Bu detayın bir anlamı olmayabilir ama birçok çağrışım da uyandırabilir. Buradaki varsayım insanın kendinden birçok şeyi saklıyor olması ve bazen bunu önemsizleştirerek ya da değersizleştirerek yapıyor olması.

Bu bir sorun değil mi; sorunları hikâyeleştirmek?
Eğer hikâye değişmez ise ya da hikâyeye tapınılırsa bu bir sorun olur ama hikaye sürekli değişir de başka hikâyelere yol açarsa bir sorun yok... Hikâye başka açılımları önlüyorsa biraz otoriter bir şeyler oluyor demektir.

Bir tiyatro kumpanyasına benzer sanki. İçeride kaotik ama dışarıdan bakıldığında farklı ve sürekli değişen oyunlar, öyküler sunuluyor.
Bir insan için iyi bir portre... Bir sürü karışıklık, bir sürü bilinmezlik, bir kaos var ama zamanla birtakım şeyler yine de oluyor.

Bir an için yönümüzü bulmamız. Sanat da bunun için galiba. Sen de tiyatroya gidince buna benzer bir arayış içerisinde misin?
Aynı nedenler için değil belki ama buna benzer bir şey yapıyorum tabii. Vurulmak istiyorum, anlamlandıramadığım bir şekilde duygulanmak istiyorum,



hesaplayamadığım bir şekilde üzerimde bir etkisi olmasını istiyorum tiyatronun. Diyelim ki "Hamlet"i izlemeye gittim, "Hamlet"i birçok kez okudum, dolayısıyla zaten bildiğim bir şeyi tasdik etmeye gitmiyorum, öngöremediğim bir tecrübe yaşamak için gidiyorum.

Önemsiz bir detayın seni vurması için belki.
Freud'un rüya çalışması için söyledikleri gibi... Mesela bugünü ele alalım; bugün Freud'un tanımıyla rüya günü... Şimdi sen ve ben muhabbet ediyoruz, bilinçli olarak birçok şey bizi etkiliyor... Sonra rüyamda, mesela senin saatini görüyorum ve analize gidip bunu anlattığımda, çağrışım yaparak birçok kapı açılıyor... Demek istediğim, sen ve ben burada oturuyoruz ama sürekli başka şeylerle ilgilenen bir iç dünyamız var... Bu sohbet gerçek tabii ama aynı zamanda başka unsurları da rastgele buluyoruz ve bu bulduğumuz unsurlarla ne yapacağımızı bilmiyoruz. Bu muhabbet hem dergide bir makale olacak hem de ikimiz için de ne olduğunu bilmediğimiz kapılar açacaktır.

Benim için performans hali, bu çağrışımlara ve vurulmaya insanın kendini hazır etmesi. Oyuncunun kendini buna açık olacak ruh haline getirmesi, en önemli şeylerden biri. Anında psikanaliz gibi bir şey.
Çok ilginç çünkü bir metni ezberliyorsun, yapacağın hareketler az çok belirleniyor ama yine de bir şeyin seni şaşırtmasını istiyorsun... Sanki metin sadece bir bahane.

Nadiren olan bir sihir. Peki senin analist olarak zorlandığın günler oluyor mu?
Oyunculukta olduğu gibi birçok boyutu var tabii ama senelerin tecrübesi de var ve bir beceri gelişmiş durumda. Ne yaptığımı bildiğimi söylemiyorum ama bir fikrim var ve tabii herkes gibi günlük hayatımda olanlar beni etkiliyor falan; ama kendimde güvendiğim bir dikkat seviyesi var, ayrıca bir iştah var, sevgi var... Sabah gözlerimi açınca "Hay Allah, ne yapıyorum?" diye sitem etmiyorum. Bir heves var ve yaptığım iş beni gerçekten heyecanlandırıyor; ve gördüğüm insanları seviyorum.

Onlara yardımcı olmak önemli senin için değil mi?
Ve birlikte, onlara yardımcı olacak şeyin ne olabileceğini keşfetmek. Öbür kişiye yardım etmenin ne demek olduğunu ben bilmiyorum. Beraber araştıracağımız şeylerden biri, yardımla olan ilişkileri. Yardım almak ne anlama geliyor? Bu konuda apayrı fikirlerimiz olabilir çünkü.

Bu sonsuz bir arayış olabilir ama. Bittiğini nasıl bileceğiz?
İnsanların bir son duygusu oluyor. Yaptık, bitti diyebiliyorlar. Bu semptomların yok olduğu ya da iyileştiği anlamına gelmiyor ama şöyle bir his oluşuyor... Bir şey vardı ve artık yok; ve insanlar zaman ve paralarını başka şeylere harcamak istiyorlar. Bazen de sonsuza dek devam ediyor. Ne olduğunu bilmiyorlar belki ama bir şey onlar için yararlı oldu veya yararlı olmadı ve şimdi başka bir şey yapmak istiyorlar.

Psikanaliz kimin içindir peki? Herkes gidebilir mi?
Sadece bundan hoşlanan insanlar içindir. Çalışma hayatımın ilk 18 yılını NHS'te (Ulusal Sağlık Hizmetleri) çocuklarla çalışarak geçirdim ve benim tecrübemde sınıf, yaş ya da cinsel kimlikten bağımsız bir şekilde psikanaliz, potansiyel olarak

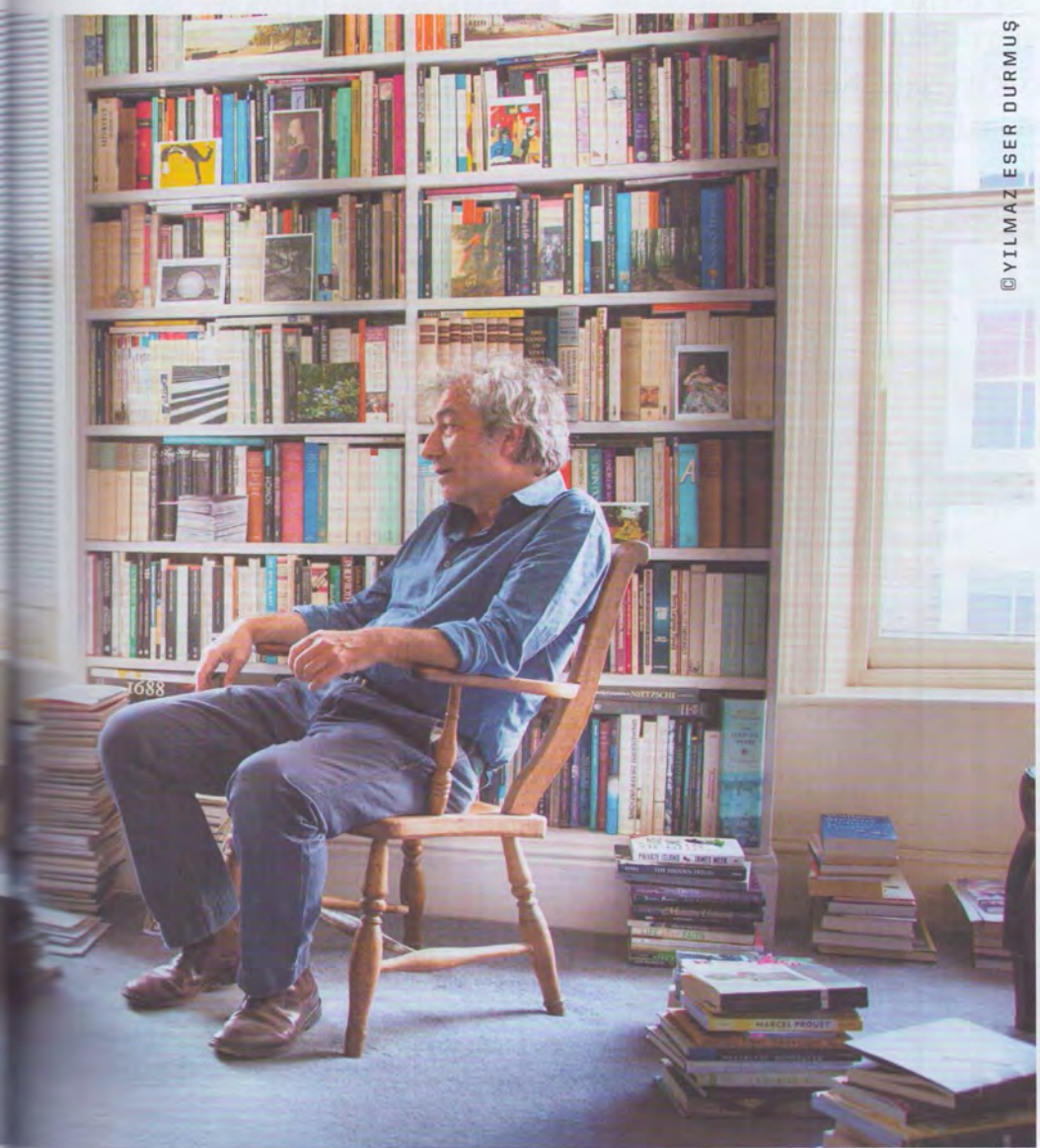


ulaşılabilirdir, geçerlidir ve faydalıdır.

Bundan hoşlanmak ne anlama geliyor peki? Buna inanmaktan mı bahsediyorsun?
Birçok insan aile fertlerinin birbiriyle konuşmadığı ortamlarda büyüyor. Terapiye geliyorlar ya da terapiye gönderiliyorlar ve tanımadıkları birine kendilerini anlatmak onlara tuhaf geliyor. Ama benim fark etiğim, bazı insanlar bundan hoşlanıyor; onları angaje ediyor konuşmak, şaşırıyorlar. Alışık olmadıkları bir aktivite olmasına rağmen angaje oluyorlar ve devam etmek istiyorlar. Belli bir eğitimleri olması gerekmiyor, orta sınıf olmak ya da analistlerin olduğu bir dünyada büyümek kesinlikle şart değil. Tek yapman gereken konuşmak ve dinlemek ki birçok insan bunu yapabiliyor; ve dinlenmek ve düşünülmeye dair bir iştah geliştirmek.

Duyulma ihtimali gerçekten inanılmaz.
Oyuncu için sahnede olan da bu herhalde. Ama başkalarının cümlelerini konuşuyor olduğun gerçeğiyle nasıl başa çıkıyorsun?

Benim için bir sorun tabii. Kendim yazarak biraz denge oluşturmaya çalışıyorum. Ama benim için oyunculuk sadece başkalarının cümlelerini konuşmak değildir. Yazılmış olanı bir prodüksiyon, kostüm ve dekor çerçevesinde anlamlandırabilmektir. Kolektif bir yazım. Bu süreçte yazarın yazdığından ileri gitmek ve onun hesaplamadığı, düşünmediği yerlere götürmek sayfada olan kelimeleri.
Evet, yazılmış olan yazardan daha akıllı oluyor.



©YILMAZ ESER DURMUŞ

Bu arada sen de sahneye konuşmacı olarak sık sık çıkıyorsun. Seni birçok yerde dinledim. Biz oyuncu olarak çok özel şeyleri, duyguları kamusal alana taşırız. Sen de analiz konusunda konuştuğun için benzer bir şey hissediyor musun?
Evet haklısın, tamamen özel bir süreç, o yüzden insanın bu kadar özel alanında mahrem bir şey yapıp sonra da çıkıp bu özel ilişki üzerine bu kadar konuşmak... Gerçekten tuhaf! Öte taraftan kamusal konuşmaları ve seyirciyle oluşan soru cevap bölümlerini de seviyorum; gerçekten merakımı kamçılıyor üstelik... Ama şunu söylemek zorundayım, bu ikisi (kamusal konuşmalar ve terapi) birbirinden çok farklı!

Ama daha doğrusu şunu demek istiyorum: sence sen özel bir şeyleri satışa sunmuş olmuyor musun? Yani analizanlarına hainlik etmiyor musun?
Hayır, hayır, neden öyle hissedebileceğini görüyorum ama... Belki şöyle açıklayabilirim: Ben işim tarafından sınırlanmak ve hoşuma giden şeyleri yapamaz hale gelmek istemiyorum; izleyiciyle buluşmak, sesimle onlara ulaşmak, onları dinlemek istiyorum; neden böyle istiyorum bilmiyorum ama bunu yapmak istiyorum... O zaman şöyle bir durum ortaya çıkıyor: benim işim, profesyonel hayatım, rolüm son derece özel hayatla ilgili, şahsi... Ama öte taraftan yapmak istediklerimi yapmak da istiyorum, işimin beni durdurmasını istemiyorum ve ahlaki tutarlılığın içinde bunun mümkün olduğunu düşünüyorum. Söylemek ve yazmak istediğim şeyler var...

Enteresan! Yani sen bu ikisinin arasında ince bir çizgi bulunabileceğine inanıyorsun?
Evet...

Böyle kamusalken, dürüst ve açık

olup -danışanınla da- özel bir bağ kurmak mümkün diyorsun?
Evet, tamamen; ayrıca, şu da var: Benim eşim ilişkimizin başlarında bana dedi ki, benim cümlelerim sesimde ve sesim de cümlelerimde... Daha önce hiç böyle düşünmemiştim. O bunu söyleyince bana çok doğru göründü. Bu düşünce beni özgürleştirdi, bana çok iyi geldi. Kendi sesimle kamuda var olabilirim diye düşündüm. Lawrence Olivier gibi olmasa da kendi sesimle konuşabilirim...

Tabii ben de bunu doğrulayabilirim. Seni okumadan önce seni dinlemiştim. Senin yazdıklarını okuyunca da sesini duyabiliyorum...
Evet, böyle düşününce kendimi özgürleşmiş hissediyorum; yazarken de aynı şey geçerli.

Bana sanki sesli bir kitap okuyormuşum gibi geliyor bazen... Tabii birçok yazarla bu duyguyu yaşayamıyor insan...
Evet, bazı yazarların kitaplarını dinlemeye gidince, seslerini duyunca, yazdıkları gibi olmadığını görüyor insan.

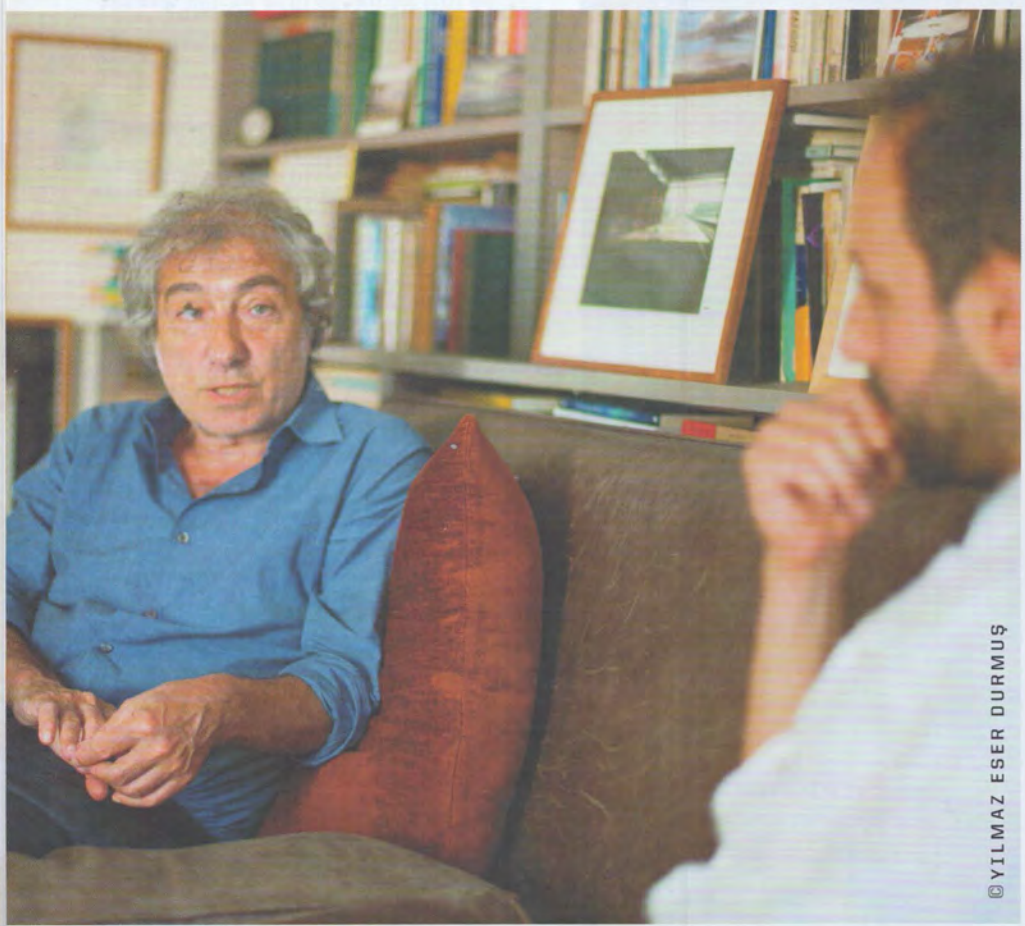
Evet, gerçekten sen bunu başarmış gibi görünüyorsun. Kamusal alanda kendi sesinle özel bir mekân yaratmış gibisin. Bütün bu özel şeylerin yaşanabildiği sağlıklı bir performans ya da sadece "yeter kadar" performans seviyesinde kalabiliyorsun.
Tabii bir yandan çekingenlik de var...

Neden?
Tam bilmiyorum neden; yani mesela ben sosyal medyayı kullanmıyorum. Bunun nedeni, tam olarak belli olmayan bu özel hayat meselesi. Kendimi başkalarının taleplerine çok da açmak istemiyorum; rahatsız edilmek istemiyorum; kendi deliryumumla baş başa kalabilmek istiyorum...

Kamusal hayatında patron sen olmak istiyorsun diyebilir miyiz?
Yok yok ben patron olmak istemiyorum ama ötekiler de patron olsun istemiyorum...

Böylesi daha mı eşit geliyor?
Eşitlikten ziyade kendi deliryumumda kalabilmek istiyorum, öteki insanların istekleri tarafından çok fazla rahatsız edilmek istemiyorum. Örnek vermek gerekirse, insanlar benimle yazar olduğum noktasından ilişki kurarlarsa, bu sefer ben de onlar ne istiyor diye düşünmeye başlayabilirim; halbuki ben sadece içimden geleni yazmak istiyorum...

"Benim cümlelerim sesimde ve sesim de cümlelerimde... Bu düşünce beni özgürleştirdi, bana çok iyi geldi. Kendi sesimle kamuda var olabilirim diye düşündüm."


©YILMAZ ESER DURMUŞ

Anlıyorum, aktörlükle çok benzerlik var. Bir yandan kendini açman, insanların senin dünyanla ilişki kurmasına izin vermen lazım, herkesin gözü önünde bir şeyleri hissettiğini gösterebilmen lazım...
Tabii yani insanlarda değişik hissiyatlar uyandıran bir nesne olmak zorundasın. İnsanların senden hoşlanmasına izin vermen hatta onları buna davet etmen lazım; sahnedeki nesnesin...

Yani sen de böyle hissediyor musun?
Bir derecede evet; her zaman kitaplarımın üzerinde bir etkisi olduğunu söyleyen biriyle karşılaştığımda böyle hissediyorum... Aslında bir bakıma ben arkadaşlarım için yazıyorum ama tanımadığım biri (senin gibi) karşıma çıkıp yazdıklarımı beğendiğini söyleyince, heyecanlanıyorum. Öte yandan kamusal alana katkı yönünde bir arzu var, hepimizin ortak hayatımıza bir katkı...

Ve bu katkı kelimelerle yarattığın oyunlarla oluyor...

Peki o zaman şöyle sorayım: senin için başarı nedir? Kendi anladığın anlamda çok başarılı olduğunu düşün, bunun ne olmasını isterdin?

Az önce bunu konuştuk biliyor musun; sahnede başarı benim için beklenmedik bir şey tarafından vurulduğum an. Diğer oyuncularla bir birliktelik içinde hissetmek... Ortaklık?

Evet ortaklık diyebiliriz; sahnede bir şeyler olur ve bu beklenmedik bir duygu geliştirir ve bu seyircide bir karşılık bulursa harika bir şeydir, evet. Dediğin gibi, ayrıca seyirci de bu arayış içerisinde, zaten tanıdığı bir ritüel diyebiliriz... Eskiden beri yapılan bir şey tiyatro; bence insanların, tiyatroya gelince cep telefonlarının ve arabalarının, bu nesnelerin ötesinde gerçek bir an yaşama arzusu var gibi geliyor ve bu ortaya çıkabilir...
Analiz de buna çok benzeyen bir "ritüel". Analiz insanın inzivaya çekildiği korunaklı bir alan ve cep telefonu yok orda, eğer demek istediğimi anlatabiliyorsam... Hiçbir şey rahatsız etmiyor, bu sadece iki insanın birbiriyle konuştuğu bir alan. Bu bir bebek olmaktan konuşabilen bir çocuk olmaya dönüştüğün ana geri gitmek gibidir. Senin konuşmanı, kelimelerini dinlemeyi seven ebeveynlerinin olduğu o döneme bir dönüş gibi. Senin fikirlerine açık, kelimelerine açık o ilişkiye dönüş anı gibi... Kendi kendine bir aktör olamayacağın gibi kendi kendine bir analist de olamazsın; kendi kendine, tek başına bir çocuk da olamazsın!

Sen kendini analizde neye bağlıyorsun? Neyle temas ediyorsun?
Tam bilmiyorum ama galiba kendimi bana benzeyenlerle temas içinde hissediyorum... Böyle şeyleri ilginç bulanlarla temas edebildiğimi, bağlandığımı hissediyorum...

Aslında tarihsel olarak demek istedim?
Ha evet, ilginç olan soru da bu, tarihsel olarak... Ebeveynlerime öncelikle... Bir şekilde -tam değil ama- dini bir bağlantı da diyebiliriz galiba... Freud'un kuşaklar boyunca uzanan hahamlardan gelmesi ve bir hahamın kızıyla evlenmesi de tesadüf değildi. Bu tarihsel bağ anlamında bir de böyle bir şey var... Dini pastoral bir şey diyebiliriz buna. Ama temelde dünyadaki en basit şeye bağlanıyor bu, insanların nasıl beraber yaşayacaklarını çözmeleri için birbiriyle konuşmalarına... Bunun tarihsel olarak hep yaptığımız bir şey olduğunu düşünüyorum.

Öykü yok o zaman...
Aynen, bir anlamda yok. Öyküler kullanılıyor ama öykü ya da anlatım üzerine değil. Hatta öykülerin ne şekilde defansif oldukları, sakladıkları şeyleri irdeliyor. Tabii öykü çok önemli ve öyküsel yapı bizi bir arada tutar. Psikoanaliz hem öyküyü onaylar hem de irdeler. Eğer psikoanaliz tiyatro ise bu Brechtyen bir tiyatrodur, kendi kendine bakabilen bir tiyatral performans. Konuşur konuşur, sonra da bir dakika, burada ne oluyor aslında, diye kendimize sorarız!

Öte yandan senin Brechtyen, kendi üstüne düşünen analiz süreci tanımlamanda bir sorun olduğunu da düşünüyorum, o da şu: Bir şekilde hikâyeden çıktığını düşündüğün anlarda da bir hikâye yazmış oluyorsun. O durumda, yani analiz sürecinde, içinde kendi üstüne rasyonel olarak düşünen aktörlerin olduğu başka bir hikâyenin içinde olmuyor musun, bir nevi kendini kandırmak değil mi bu?
Evet evet, bu doğru! Yazdığım kitabı önermek gibi olmasın ama "Iskalamak" (Missing Out) diye bir kitabım var; onun sonunda "Deliliği Oynamak" (Acting Madness) diye bir deneme var ve bu konuştuğumuz konuya değiniyor... Aslında tiyatro bence gerçek anlamda antipsikiyatri hareketidir. Tiyatroda insanlar gerçekten psikoanalizin konuştuğu şeyler üzerine düşünebilirler ve tabii tiyatroda bu dramatize ediliyor, dışa vuruluyor... Halbuki psikoanaliz dışa vurmamak üzerine kuruludur. Koltukta yatarsın ve hareket yoktur ya da çok az hareket vardır. Orada sadece konuşmak ve hatırlamak vardır; ve tabii psikonaliz hikâyesinde teknik bir terim de vardır, dışa vurmak, hatırlanamayan şeyler için.

Son olarak tiyatro formundan bahsetmişken şunu da vurgulamamız gerekir, sen deneme şeklinde yazıyorsun hep.
Yazdığım kitaplardan alıntı yapmak alışkanlığım değil yanlış anlama ama deneme konusuna değinen bir denememem var. Hem edebiyat olarak deneme şeklini ilginç buluyorum hem de psikanaliz açısından bakıldığında benzerlikler var... Aynı bir psikanaliz seansında olduğu gibi bir şeyi deneme fırsatın oluyor. Kısa bir yolculuk denilebilir, başı, ortası ve sonu olan.

Adam Phillips
Freud'un editörü!

Adam Phillips 1954'te Cardiff'te doğdu. Oxford Üniversitesi'nde İngiliz edebiyatı okuduktan sonra psikanaliz eğitimi aldı ve Winnicott'ın analizanı olan Masud Khan tarafından analize edildi. Daha sonra Çocuk Psikoloji Kliniği (Institute of Child Psychology), Hampstead ve Tavistock kliniklerinde ve Middlesex Hastanesi'nin çocuk psikiyatri bölümünde çalıştı ve Charing Cross Hastanesi'nde baş terapistlik yaptı. Ofisinde yetişkin hasta görmeye devam eden Phillips, 2003'ten beri Penguin Yayınları (Modern Klasikler) Freud serisinin yayın yönetmeni. Phillips'in psikanaliz ve edebiyat üzerine 20'den fazla kitabı bulunuyor.

Füsun AKATLI

Mutluluk üzerine

Mutluluk bir yaşama biçimi midir, bir tavır alış mıdır? Anlık mıdır, sürekli midir? Durgun mudur, atılımlı mıdır, yoksa araç mıdır?



Mutluluk sorunu insan kadar eski olsa gerektir. Bir o kadar da yaygın ve ilgi toplayan bir sorun. Ne sözler söylenmiştir mutluluk üzerine, ne yazılar yazılmıştır! Ona kavuşma tutkusu nasıl coşkuyla dile getirilmiştir. Kimileri, "Yakalayıp yakalayıp elimizden kaçırdığımız ey esatiri kuş! Seni ne zaman göğüskafesimize hapsedebileceğiz? İçimizde çırpınan kanatlarının sesini duyabileceğimiz günler gelecek mi?" gibilerden adeta gizemci bir özlemi haykırırken, kimileri de "İnsan için mutluluk yoktur, içimizi dolduran sadece acıdır ve bu acıdan kurtulma çabaları boşunadır. Çünkü çabaladıkça daha çok acı duyarız" diyerek çevrelerine kötümserlikten bir ağ örmüşlerdir.

Mutluluk türlü felsefelerin olduğu kadar, gündelik yaşamın da sorunu olagelmiştir hep. Mutluluk üzerine söylenenler, yazılanlar, verilen formüller, reçeteler öyle çok ve çeşitlidir ki bunları şöyle bir toparlayıp üzerlerinde düşünmek insana neredeyse olanaksız gelir. Oysa bir çırpıda sıralanabilecek birkaç öze değin sorunun cevabını ararken bu karmaşık ve karanlık durumdan sıyrılabilir kişi. Örneğin; mutluluk bir yaşama biçimi midir, bir tavır alış mıdır? Anlık mıdır, sürekli midir? Durgun mudur, atılımlı mıdır, yoksa araç mıdır? Bunlara bir

cevap ararken düşüncemizi daldan dala konmaya bırakmaz da bir yönteme sokarsak ilkin şunu söyleyebiliriz: İki türlü mutluluk vardır. Daha doğrusu birbirine hiç benzemeyen iki durum vardır ki, her ikisine de mutluluk adı verilmektedir. İşte sözünü ettiğimiz bu iki mutluluğun sahte olanı; gerek kişilerin, gerekse kitlelerin önüne amaç olarak yerleştirilen bir aldatıcı ve uyuşturucu balondur. Bu balon; tuzu kuru olmayı, gününü gün etmeyi, sorumsuzca gevşemeyi, bana dokunmayan yılan bin yaşasın düsturunu şiar edinmeyi ve bu türden erdemsizlikleri kapsar. İnsana insanlığını yadsıtacak böylesine yoz bir mutluluğun üstünü çizelim bir kez. İçi hepten boşalmamış, kafası ve yüreği yozlaşmamış bir insan için değildir bütün bunlar. İnsanın özüne aykırı bir hazıra konuculuk veya orada duruculuktur. Mutluluk üzerine en kolay bir yana atılacak, bununla birlikte çok da yaygın olan bu anlayışı, ya da anlayışsızlığı geçelim hele. Öbürüne gelelim. Bu da ana çizgileriyle, insanın içinde bulunduğu bütün çelişkileri, çatışmaları aşıp bir uyuma varması, kendisini tedirgin edip duran sorunlara birer çözüm ya da en azından birer çözüm yolu bulması durumudur. Şimdi biraz daha içine girelim bu tanımın. İnsanın çelişkileri, çatışmaları nelerdir? Bunları saptayalım önce. İnsanın doğayla çatışması vardır, olagelmiştir bir kez. Sonra toplumsal çelişkileri vardır, sınıfsal çelişkileri vardır. Nihayet kendi kendisiyle çelişir kişi, iç çatışması vardır. Öyleyse insanın yaşamı birkaç yönlü bir mücadele, bir savaştır. Hem de öyle bir savaş ki, alanların sınırları kesin çizgilerle çizilmemiş, karşılaşılan bu çelişkiler birbirinden bağımsızca birer çerçeveye alınmamıştır. Yani kişi, "Dur hele, önce doğayla çatışmamı bir halledeyim, sonra sınıf mücadelemi vereyim, onu da bir iyice sonuca bağlayayım, sonra toplumsal kurumlarla ilişkilerimi düzenleyeyim, ondan sonra kendi iç çatışmamı çözümler, sonunda da derin bir oh çekerim" diyemez. Bu alanlar birbirleri içine girmiş, aralarında zorunlu bağıntılar ve etkileşmeler olan bir bütündürler ve kısa bunların hepsi kül olarak yaşamdır.

İnsan tekinin kendi önünde zaman süresi, bu mücadelen adımlarından oluştuğu gibi, insanlık tarihi de aynı mücadelelerin aşamalarında oluşur. Nasıl tozpembe bir tarih yoksa, tozpembe bir yaşam da olmayacaktır. Olmamalıdır da. Çelişkilerin çatışmaların olmadığı bir durum, bir ileri adımın atılamayacağı bir durumdur. Durağan bir durumdur, yapay bir durumdur. Akla da, olgulara da aykırıdır.

Yine tanımımıza dönelim; mutluluk kişinin her türlü çelişkisini aşması, çatıştığı şeylerle (bu ister doğa, ister toplum, ister kendi benliği olsun) bir uyuma varması ise, demek ki sonsal (nihai) ve sürekli bir durum değildi Bir aşama, deyim yerindeys bir uğrak noktasıdır. Sonra nokta bir başlangıç olacak, atılım, yeni bir mücadele doğacak ve bu böyle sürecektir. İşte insanın vazgeçilmez değeri olan yaratıcılık, bu sürecin ürünüdür. Bilimde olsun, sanatta olsun, eylemde olsun ne yapılmışsa, bu sürecin itici gücü ve yaratıcı atılımıyla yapılmıştır. Bilimsel kuramların, sanat yapıtlarının ve her türlü devrimin oluş yasası budur. Bu, akılla kurulmuş, gerçeğe izdüşümü olmayan, kavramsal bir kurgu da değildir. Yaşanan olayların, tarihsel akışın izlenmesinden çıkarılan ve hep tekrarlandığı saptanan düzenli bir yasalılığın iskeletidir. Başlangıç, onun yadsınması, sonra bir atılımla bunların bir biçimde birleştirilmesi, sonra varılan sonucun yeniden başlangıç olması!

İşte bu süreç, yaratıcı ve devrimci bir süreçtir. Mutluluk dar anlamda; atılımların sonunda bir yere varıldığında duyuluyorsa, geniş anlamda; insan, özüne uyan işlevini yürüttüğü sürece, yani bütün mücadelesi boyunca mutludur. Çünkü her adımda kendini gerçekleştirmekte, aşmakta, yeniden yaratmakta, yabancılaşmalarından biraz daha, biraz daha sıyrılmaktadır.



Bütün bunlardan sonra başlangıçtaki sorularımıza cevaplar getirmenin sırası gelmiştir sanırım. Mutluluk, dinamizmini kendi içinde taşıyan, atılımlı, yaratıcı bir süreci yaşayan kişinin, somut gerçeklerle ve yaşamla bağını koparmaksızın özünü gerçekleştiren, kendini yeniden ve tekrar tekrar yaratan kişinin etkinliğidir. Böyle bir yöntemle bakıldığında, artık bir "Zümrüdüanka" olmaktan çıkmış, somut bir yaşama biçimi, yaşama karşı elle tutulur bir tavır ve sağlıklı, erdemli bir amaç olarak tanımlanmıştır.

Ahmet İNAM

Mutluluğu bilenin mektubu



©JEAN-HONORE FRAGONARD

Mutlu; yaşama serüveniyle yüklü, coşkulu, ateşli, hamarat biridir. Erotiktir. Şevk sahibidir. Yaşam doludur çünkü. Canlı olanı sever, derin olanı düşünür.

Amedabi,

"Mutsuzluk ahlaksızlıktır" diye yazmışsın. Bütün insanları ahlaksız yaptın be hocam. Sana yakışmadı. Bir arkadaş okumuş. Okuyunca demiş ki:

"Bu adamın tuzu kuru. Yatları, katları, hizmetçileri vardır. Resmini de gördüm, maşallah ense kulak yerinde, parası da boldur. Oturmuş insanları mutsuzlukla suçluyor. Bu dünyada ancak mutsuzlar ahlaklıdır. Onlar acı çekiyor, eziliyorlar. Üç kuruş paraya çalışarak tükenip gidiyor kısacık ömürleri. Bu dünyaya gelen kim mutlu olabilir ki? Dünya denilen cehennem insanları tüketip yok ediyor. Herkesin derdi var. Hayat onlara bir veriyorsa on alıyor. Bu insanlar nasıl mutlu olabilir ki? Mutluluk bir aldatmacadır. O kadar aç, sakat, hasta insan varken dünya nasıl bir mutlulukistan olabilir ki? Mutsuz olmak için ne çok sebebimiz var. Mutluluk içinse ne sebebimiz var? Diyelim ki mutlu olduk,



ya kaybedersek? İnsan mutluyken bile mutlu olamıyor, mutluluğu kaybedeceğim korkusuyla. İnsan mısın, demek ki mutsuzsun.

"Nasıl mutsuz olmayasın ki? Günbegün ölüme yaklaşıyorsun. Ömrün kısalıyor her gün. Her gün yapabileceklerin biraz daha azalıyor.

"Nasıl mutsuz olmayasın ki, hıyarlar mutlu oluyor hep. Hakkımı yiyor hayat. Sahip olman gereken yere bir türlü gelemiyorsun.

"Nasıl mutsuz olmayasın ki, ruhunun efendisi değil insan. Bilinçdışında müthiş bir güç var, seninle oynuyor. İçine düştüğün toplum seni eziyor. Doğa iflahını kesiyor. Seni kudurtuyor, sürekli. Kudurup kudurup ulaşamıyorsun. Arzuların imkânlarından büyük. Ha bire istiyorsun. Çok azı gerçekleşiyor. Gerçekleşse de doyamıyorsun bir türlü.

"Aklın eriyorsa mutsuz oluyorsun. Dünyadaki sıkıntıyı görüyorsun çünkü. Adalet yok. Ne çok insan var. Sömürülen. Acı çeken. Kimileri analarından zengin doğuyor. Akıllı, zeki, gürbüz, yakışıklı, güzel, becerikli oluyorlar doğar doğmaz. Uygun tohumlar, uygun topraklarda büyüyor ama çok az sayıda. Arada bir de olsa kendilerini gerçekleştirebiliyorlar. Yeteneklerini yaşıyorlar. Beğeniliyorlar. Yaratmak zor, acı verici ama yaratabiliyorlar. Kısa da olsa mutlu oluyorlar. Ya yetenekleri olup da gerçekleştirebilecekleri çevre ve ortamı bulamayanların suçu ne? Günahı ne? Bu mu dünyanın adaleti?

"Bilmek istiyorsun. Yeteneklisin. Öğrenebileceğin okullara gidemiyorsun. Gitsen de öğretmenlerin yetersiz ya da paran yok, destekleyenin.

"Kısaca mutsuz olmak için o kadar çok sebebin var ki, mutluluk bir şans oluyor. Arada bir oluyoruz şükür; karnımız doyduğunda, yârimize kavuştuğumuzda, amacımıza ulaşıp da kendimizi başarılı bulduğumuzda.

"Çok kısa sürüyor. Bitiveriyor mutluluk. Örneğin uzaktan sevgili gülümsüyor, varıyorsun yanına suratını asıveriyor. Dünyayı dolaşıyorsun. Güzel. Ülkeler, insanlar tanıyorsun. İyi de, dolaş dolaş sıkılıyorsun. Sevişmek istiyorsun. Seviş seviş sıkılıyorsun. Mutlu oluyorsun. Sıkılıyorsun. Bu sıkıntı varken nasıl mutlu olabilirsin.

"Şimdi önünde bir yazı, bir de kitap adı: 'Mutsuzluk ahlaksızlıktır'. Asıl bunu böyle demek ahlaksızlıktır. Milyarlarca mutsuzu ahlaksız ilan etmek de neyin nesi? Mutsuzlar bu dünyada ezici bir çoğunluk oluşturuyor, içlerinde ahlaklısı da var ahlaksızı da. Sen kim oluyorsun da insanın temel bir özelliği olan mutsuzluğa ahlaksızlık diyorsun? Hadi ahlaklı biri isen tut bana bir mutlu, dolayısıyla ahlaklı birini göster. 'Mutsuzluk ahlaksızlıktır' demek, 'insan olmak ahlaksızlıktır' demektir. Bu anlamsız bir sözdür. Ahlaklı olunamayan bir dünyada ahlaksızlık anlamsızdır."

***

İşte böyle demiş Amed abi. Sana böyle sesleniyorum çünkü "âmed" Farsçada geldi demektir. Sen geldin abim. Abi diyorum çünkü seninle aynı mahallede oturmuş birinden duydum: Görünüşün hiç hocaya benzemiyormuş; ne konuşman ne görünüşün. Seni mahalle muhtarının yardımcısı sanıyorlarmış. Bazıları da öbür mahallelerden birinde bir kahve işlettiğini söylüyormuş. Çıplak kafana kasketini takınca tam abi oluyormuşsun.

Bu lafları eden biri olarak ben kimim peki? Sana saygısızlık etmek istemeyen biriyim anladığın gibi. Senin pek sık kullandığın deyimle hıyar değilim. Adapazarı dolaylarında bahçelerim var, meyvecilik yapıyorum. Açık öğretimden diplomam var, işletme okudum. Çok para kazanıyorum. Yıllarca kendimi mutlu biri olarak gördüm. Bir defa çok güçlüyüm. Bir yumrukta bir öküzü devirebilirim. Yakışıklıyım. Sevgililerim var. Ama gün geldi mutluluk sandığım şeyin boş olduğunu anladım. Müthiş bir boşluk duygusuyla kıvrandım. Aklımı kaçırmaktan korktum. Her şey yitirdi anlamını. Uzun bir süre çıkamadım insanların arasına. Bana ne olmaktaydı anlamıyordum. Sevgililerim aldı beni hekimlere götürdüler. İlaçlar. Kusmalar. Baş ağrıları. Kâbuslar. Ölüyordum Amed abi. Sonra inanmayacaksın, elma bahçemde, ağaçlardan birinden kafama elma düştü. Anlam yolculuğum, mana seyrim başlayıverdi. Nice yazar, düşünür, teorisyen, bilge insan bana yoldaşlık etti. Geldiler ve beni boşluktan çıkardılar. İşte sen de geldin abi. Amed olarak. Geldin ve dedin ki "Mutsuzluk ahlaksızlıktır". Peki, dedim. Mutluluk nedir? Ahlaksızlık nedir?

Şimdi giderek mutlu olmaya çalışan bir insanım. Çok çalışıyorum. Ancak emekle mutlu olunuyor. Günde kaç saat mutluluk çalışmalı Amed abi? Biliyorum mutluluğun kitabı yok diyeceksin. "On derste mutluluk" kitapları okuma diyeceksin. Vaazlara boş ver. Ara ve bul. Hiç mürşit olmadan mürit olur mu abi? Mürşitliğe soyunan sahtekârları sevmediğini de bilirim. Hep kızarsın. Söylenirsin her biri birer karga olan kılavuzlara. Bilirim mutluluk zor. Ama imkânsız değil be Amed abi.

Şimdi sana bu mektubu neden yazdığımı anlatayım.

Diyorsun ki mutluluk bir karakter özelliğidir. Dürüst olmak gibi, örneğin. Ancak erdemli insanlar mutlu olabilirmiş. Mutluluk bir karakter özelliği ise nasıl bir karakter özelliğidir? Mutlu insanlar başlarına büyük belalar gelse bile mutlu olurlarmış. Elbette üzülürler, kahrolurlar, acı çekerler ama mutluluklarını devam ettirirlermiş. "Miş"li yazıyorum, bu sözler galiba sana ait. Eski Yunan kültüründe de böyle bir anlayış olduğunu bir yerlerde

okumuştum.

***

Soru şu Amed abi: Mutlu insan nasıl bir insandır? Cevabını hemen söyleyeyim mi? Diyeceksin ki, mutlu insan hıyar değildir. Densizden, kendini bilmez, ikiyüzlü yalancıdan mutlu olmaz. Olsa olsa haz budalası olur. "Kuru fasulye yedim, mutluyum." "Sınıfımı geçtim, mutluyum." Böyle mutluluk olmaz. Mutluluk geçici bir ruh hali değildir. Bir karakterdir. "İnsan sevinçlidir, mutludur, üzüntülüdür, mutsuzdur" demiyoruz. Mutlu insan, değişen ruh halleri içinde onları bir mutlu insan olarak yaşayabilir. Bunları biliyorum. Bilmekte zorlandığım şu sorunun yanıtı: Mutlu insan nasıl yaşar? Başına gelen felaketlere karşı nasıl oluyor da hâlâ "mutlu" olmaya devam ediyor? Acı çeken, bir organını ya da sevdiğini yitiren nasıl oluyor da hâlâ mutlu olmaya devam ediyor? Sen düşünedur, ben görüşlerimi biraz senin yazdıklarından, biraz da benim katkılarımla ortaya koyayım. Sonra da sen kendi düşüncelerini yazarsın. Senin anlayacağın sayın abim, benim mutluluk hakkında bir resmim var. Belki de mutluluğu senden daha iyi biliyorum. Sen teoride kalmış bir adamsın. Mutluluk hakkında nutuk atan bir mutsuzsun. Yine senin sözlerinle ahlaksızın birisin. Bense mutluluğu keşfettim. Yaşadım. Yaşıyorum. Bu anlattıklarımı kendi adınla yayınlayabilirsin, istersen. Adımı sanımı yazmıyorum sana, bunun hiç önemi yok. Benim yazıyla çiziyle ilgim olmadı hiç. Okurum yalnızca. Elbette yaşarım. Yaşayamayan yazar senin gibi.

***

Mutluluk bir başkasıyla mutluluktur. Birlikte yaşadığımız insanlara bakıp, ne salak insanlar bunlar, hepsi mutsuz; oysa ben ne denli mutluyum. Sevgilim mutsuz, bense çok mutluyum, olmaz. Mutluluk paylaşmakla olur. Paylaşabilmekle. Tek başına yalıtılmış, yapayalnız bir insan olmadığını anladığında. Mutluluk, paylaşınca mutluluktur. Bir başına bir insan olsan da, başkalarının mutluluğunu gözeten, hedefleyen tavrın varsa mutlusun. Başkan var mı? Başka olanın? İçinde, iç dünyanda senin bencilliğini, aç gözlülüğünü, kibrini, densizliğini sarsacak, senden başka, bambaşka olan insanın yeri var mı? Varsa mutlusun. Yoksa mutsuz.

Mutluluk kendi kendine düşünerek, kendi kendine duygulanarak gerçekleşmez. Mutluluk ilişkide ortaya çıkar. Kendini yitirmediğin, bir başkasının egemenliği altına girmediğin, bir başkasını egemenlik altına almadığın, insan insana, insan dünya, insan evren ilişkileriyle gerçekleşir. Kendini kendine, kendini hayata, kendini başkaya, karşında olana açmakla ortaya çıkar. Sen açacaksın, o açacak, *açışacaksınız*. Yüzlerinizdeki mana açılacak. Kendini karşısındakine, hayata, kendine açabilecek yürekliliği olanlar, mutluluk yolculuğunda yol alabilirler.

İnsanları karşılayabilirler, karşısında durup da hayatı karşılayabilirler; karşısı olanlar, ancak onlar mutluluğu karşılayabilirler. Bilirler ki mutluluk, yaşama katkıdır. İnsan ancak mutluyken hayata borcunu ödeyebilir. Mutluluk, insanın en etkin, en yaratıcı biçimde yaşama borcunun ödenmesinin adıdır. İçinde kaygı, sıkıntı, korku, düş kırıklığı, umutsuzluk olabilir. Mutluluk, yalnızca sevinç, yalnızca huzur, yalnızca doyum, başarı, memnuniyet değildir. Mutluluk bir bütündür. Olumsuzluklara dirençtir. Tahammüldür. Sebattır.

Direnme, mücadele, arama, araştırma, gerçekliğe doğru atılım, dünyayı kabulle başlıyor. Hem bulunduğumuz konumu güçlendiriyor hem de atılımı gerçekleştiriyoruz. Hem dünyayı olduğu gibi kabul ediyor hem de değiştirmeye çalışıyoruz. Görünüşte bu iki zıt tavır harmanlanabildiğinde mutluluğa kapı açılabiliyor.

Açıklık demiştik; açık oluş; insana, dünyaya, başka, farklı hatta düşman olana bile açık olabilmek. Açık verdiğimiz yanları açabilmek, saklamamak; elbette geleceğe açık olmak. Geçmişten beslenerek geleceğe, geleceğin sunabileceği olanaklara, yaşadığımız şu ana sahip çıkabilmek. Bu amaçla iç dünyamızı açık ufuklar, açık fikirler, açık düşler, yaratıcı ürünlere dönüşecek düşünsel, duygusal yatkınlıklarla donatarak kendimizi mutlu bir insan olarak hayata sunabilmek. Sunarak mutlu insan olabilmek.

Hangi mutlu başkasının gölgesi, egemenliği altında mutludur? Hangi sürü insanı, hangi aymaz, hangi kendinin farkında olmayan mutludur? Kendine özgü dünyası olmayana, düşünmek duymak için başkalarının



düşünce dünyalarının ağırlığı altında kalana mutlu diyebilir miyiz? Ruhu istila altında olana, bellediği düşüncelerinin dışına çıkamayan, kendini aşamayan, yenileyemeyen, tazeleyemeyene mutlu diyebilir miyiz? Ruhu kafes içinde, baskı altında olan nasıl mutlu olabilir ki? Kendisi olamayan nasıl mutluyum diyebilir?

Hesabi ve kitabi, ikiyüzlü uzman taslakları ancak çöküntüler yaşayabilir



© JEAN-HONORE FRAGONARO

kitapların yarattığı körlük içinde. Hesabi, insanlarla stratejik ilişkiler kuran, onları kullanmaya, sömürmeye çalışandır. İnsanlarla olan her ilişkiyi tecimsel bir ilişki olarak görür. Kitabi ise kitaplardan öğrendiğini satmaya çalışır. Üzerinden akıp giden, kendisiyle bütünleşmemiş "bilgilerini" karşı tarafa dayatmaya çabalar.
İçten, "olduğu gibi olabilen" insanlar, has hasbi, halis insanlar, mutluluk bahçesinin kapısından girebilir.
Mutlu; yaşama serüveniyle yüklü, coşkulu, ateşli, hamarat biridir. Erotiktir. Şevk sahibidir. Yaşam doludur çünkü. Canlı olanı sever, derin olanı düşünür.
Kültürünün, yerelliğinin insanıdır. Dünyanın belli bir bölgesinde doğmuştur, yaşamaktadır. Biricikliğini kökleriyle beslendiği bir toprağa, bir hayat biçimine, bir inanç düzenine bağlar. Bu yerelliği içinde evrenseldir. Kendindeki insanın hep farkındadır. Bunun için farklı kültürler ve inançlarla kucaklaşabilir.
Mutlu, edeplidir. Edepsizden mutlu olamaz.
Amed abi,
Mektubu gece dörtte yazıyorum. Şimdi telefonum çalıyor. Sevgilim arıyor. Sana olan tıraşımı burada kesiyorum. Sevgilim daha önemli. Onunla birlikte varlığımızın serpilmesini yaşayacağız. Birlikte yaratacağız.
Ben, anladın ya, çok mutluyum. Üzülme, bir gün sen de olursun.

Yasemin İNCEOĞLU



©ANIA WYPYCH (Annawypych.pl)

Beden güzelliği ve yapay mutluluk

Kadınların mutsuzluğu kendi ideal beden ölçüsünden uzaklaşmaya paralel şekilde artmaktadır.

Beden medya ve popüler kültürün etkisiyle her gün yeniden biçimlenmektedir. Bir yandan, güzellik endüstrisinin yarattığı ideal beden ölçüsüne sahip ikonlar kadınların ilgisini çekmek için etrafta dolaşırken, diğer yandan, kadın dergilerinde güzellik ve beden hakkında yayımlanan makaleler, sosyal hayat ile beden nesnelliğinin belirleyicilerini ve ilişkilerini tehlikeli bir ikili olarak göstermektedirler. Bedenlerini yeniden keşfetme umuduyla kendilerini parfümerilere, masajlara ve diyetlere adayan kadınlara, vücut ve nesnenin teorik denklikleri "satın al kendinle barışık ol" sihirli formülü dayatılmaktadır. Bu formül kendi ekonomik ve ideolojik anlamını kazandığı noktadır; vücut satar, güzellik satar, erotizm satar. Üretim gerekçesiyle rasyonel olarak vücudu kullanmak için beden özgürleştirilmelidir.

Bedenin özgürleştirilmesi vücudun ilgi odağı olmasına neden olur. Beden ve bedenle ilişkili olan herhangi bir şey olarak bu ilgi iki zıt anlamlı bileşenden oluşmaktadır; bu ilgi sadece olumlu değildir, eşzamanlı olarak olumsuzdur da. Beden genellikle eşzamanlı olarak bu çift ilgiden özgürleştirilmiştir. Beden en sonunda ödülü hak etmek için acı çekmeye razıdır. Burada bir tür makul ekonomik mantık akla gelmektedir. Kadınların mutsuzluğu kendi ideal beden ölçüsünden uzaklaşmaya paralel şekilde artmaktadır. Bu nedenle dilediği beden ölçüsüne ulaşmak için acı çekmeyi, gerekli para ve zamanı harcamayı kabul etmektedir.

Batı tüketici kültüründe beden bir yandan normal hale getirilirken, diğer taraftan ideal olandan farklı olması için diyet, kozmetik ürünler, bakım ve plastik (estetik) cerrahi vs. gibi yollarla içtenlikle yarışılan sosyal bir fenomene dönüşmüştür. Araştırmalar kadının istediği bedenin her zaman mevcut olandan daha ince bir beden olduğunu ortaya çıkarmıştır. Kadınlar "kendi beden ölçülerini beğenmediklerini", "vücutlarını giysilerle örttüklerini", "kendi ölçülerinden tatmin olmadıklarını" ve "daha ince olsalar kendilerini daha iyi hissedeceklerini" söylemişlerdir. Bu ifadeler idealleştirilmiş "diğer beden" kavramına dikkat çekmektedir. "Diğer beden" kendilerinin olmayan ama ulaşılması arzulanan "bedendir, "ince bel, normal göğüs ölçüsü", "kemikli yüz", "güzel bacaklar" ve "uzun boy" gibi özelliklere sahiptir. Tanımlanan beden medya ve sosyal ifadelerin etkisiyle meydana getirilen "istenilen değer"dir. Kadınlar medyada gördükleri imgelerin bir yanılsama olduğunu bilirler; ancak, olağanüstü görünüşlü, uzun boylu, uzun bacaklı, büyük göğüslü, bağımsız, başarılı, gizemli kadınlarla dolu olan görsel arena kadınların arzularını yeniden üretmektedir. Popüler ifadelerin sürekli canlı tutulduğu bu ortamda medya, kadınları ikonvari bir imaj ve dar bir güzellik çerçevesine hapsetmektedir. Lacan parçalanmış beden (corps morcele) kavramına dikkat çekerek, bölümlere ayrılmış vücudun ve o anda meydana gelen endişelerin gizli fiziksel egoya sahip olma konusunda bireyin isteklerini uyandırdığına dikkat çekmiştir. Parçalanmış beden (corps morcele) anlamına gelen nesnenin tek düşündüğü şey kendisinin inşasıdır. Annesinden ayrıldığı andan başlayarak bireyin



© ANIA WYPYCH (Annawypych.pl)

tamamlanmaya yönelik gereksinimleri hayatı boyunca tekrarlanır; aslında bu tamamlanma her defasında vücudun yeniden inşası anlamındadır. Çoğu kadın görünüşünde dayanılmaz bir mükemmellik aramaktadır ve güzellik bir semptom haline gelir. Bu mükemmel beden imgeleri kadını güzellik ve jimnastik salonlarına ve üzücü bir biçimde depresyona, nevroza, psikoza veya ölüme kadar sürüklemektedir. Çoğu kadın anoreksiya nervosa ve blumia gibi yeme bozuklukları geliştirir. Kendi dismorfik vücutlarını aynada tanıyamazlar. Erkeklerin arzu ve gereksinimleri için yaşama peşinde koştuklarından kaderleri gerçek kendilerinden daimi olarak uzaklaşacaktır.

Freud'a göre, ideal beden ölçülerine ulaşmada yaşanılan acı bir kerede bitememektedir. Beden bölüm halinde ele alınarak irdelenmelidir. Bu nedenle birçok kez ağrı çekmek, ameliyat sonunda mükemmeliyet elde edilemezse, aynı bölge için birden fazla kez acı çekmek kabul edilmektedir. Yaptığımız mülakatlar, kişilerin yüzde 60 gibi bir oranının mükemmeliyete ulaşana dek başka plastik cerrahi operasyonlar da geçirebileceklerini göstermektedir. "İdeal ölçü"ye ulaşmak için duyulan arzu zaman zaman vücuda yönelen bir tür şiddete dönüşmekte ve kişi üzerinde yıkıcı etkiler bırakabilmektedir. Freud'a göre bedene yönelik bu tür duygular, kadınların güzellik idealleri uğruna mazoşistlik ve hatta sadistlik sınırında dolaşabildiklerinin göstergesidir. Meslektaşım Doç. Dr. Altan Kar ile birlikte derlediğimiz "Dişillik,•Güzellik ve Şiddet Sarmalında Kadın ve Bedeni" adlı kitaba hazırladığımız "Yeni Güzellik İkonları: İnsan bedeninin Özgürlüğü mü, Mahkûmiyeti mi?" adlı çalışmada mülakat yaptığımız kadınlar, estetik operasyonları "kendilerini daha güzel hissetmek ve kendileriyle daha barışık ve mutlu olmak için yaptırdıklarını belirtmişlerdir. Ancak "Hayatta mutluluğun temel kaynağı nedir?" sorusuna verilen cevaplar oldukça ironiktir. Mutluluğun "insanın iç dünyasıyla ilgili olduğu ve insanın sahip olduklarıyla yetinmesini bilmek"le mümkün olabileceği belirtilmiştir. Daha çarpıcı başka ifadeler de şunlardır: "İnsanın sahip olmadıklarının peşinde koşmaktansa, sahip olduklarının farkına varıp memnun olmasıdır", "İçinde bulunduğumuz durumu sorgulamadan, ne iseniz o olarak ve onu her haliyle severek iç huzuru ile yaşamak" vb. Bu ifadeler çeşitli estetik operasyonlarla fiziksel değişikliğin "ruhsal mutluluğu" da sağladığını dile getiren, "dünyaya yeniden gelmiş gibi olan" ve en önemlisi "kendisiyle barıştığını" söyleyen katılımcıların, mutluluk tarifleri ile yaşamlarına dair eylemleri arasındaki paradoksu ortaya çıkarmaktadır. Estetik operasyonun sağladığı belirtilen mutluluk duygusunun, gerçek mutluluk olarak tarif edilen "iç mutluluğa" yol açmadığı, operasyonla gelen yenilenmenin geçici bir mutluluk sağladığı anlaşılmaktadır. Ayrıca, katılımcıların memnuniyet ile mutluluk kavramını da tam olarak ayırt edemediği anlaşılmaktadır.





Zira Gilman, birçok psikolojik araştırma, yaklaşık hastaların yüzde 85'inin müdahaleden üç yıl sonra bile sonuçtan memnun olduğunu gösterirken, burada özellikle, mutluluktan değil, memnuniyetten söz edildiğinin unutulmaması gerektiğini vurgulamaktadır.

Çalışmamız güzel görünmeye yönelik baskının kadınlar için değişmez bir kader olduğunu göstermiştir. Güzellik, kadınlara farklı ölçüler ve farklı yöntemlerle, egemen bir dış baskı şeklinde dayatılmaktadır. Kadınlar diğerlerinin bakışıyla gıpta edilmeye koşullandığından genellikle en radikal uygulamalara rıza göstermektedirler. Bir yandan güzellik endüstrisi ideal beden ölçülerine sahip ikonlar yaratırken, diğer taraftan yeni teknoloji ve yöntemlerle kadınlara güzel olma "hakkı"nı tanımaktadır. Bütün bu faktörler karşısında, güzel olma içgüdüsü ve popüler kültür endüstrisinin talepleriyle kadınlar geçici ve yapay mutluluk oyununa gönüllü olarak katılmaktadır.

Not: Bu yazı, Doç. Dr. Altan Kar ile birlikte 4-6 Mayıs 2009 tarihinde Hong Kong Üniversitesi'nde düzenlenen Uluslararası Medya ve Sağlık Konferansı için birlikte hazırladığımız, "New Beauty Icons: Freedom or Conviction to the Human Body" adıyla sunduğum makalenin sonuç bölümüdür.

Şükrü HATUN



Bir mutluluk deneyimi olarak Diyabetli Çocuklar Kampı

Her insan bir ruhtur

İznik'te yaşadığımız bir hafta boyunca kelimelerle anlatılamayacak kadar güzel olan mutluluk duygusunun, orada oluşan büyünün esas nedeni çocuklardan yansıyan o gür ışıktır.



Biz, 1997'den beri her yıl, 90 dolayında diyabetli çocuk/genç ve onlara eşlik eden hekimler, hemşireler, diyetisyenler, psikologlar, tıp öğrencileri yani 120 dolayında insan/ruh İznik Gölü kenarında Diyabetli Çocuklar Kampı'nda toplanırız. Bu yıl da 26 Temmuz-1 Ağustos 2015 tarihleri arasında kimselerin bilemeyeceği kadar mutlu bir zaman geçirerek evlerimize döndük. Aslında dönemedik demek daha doğru; çünkü çocuklardan ve birbirimizden ayrıldığımız andan itibaren giderek koyulaşan bir hüzün ve özlemle dolu olarak geçirdik sonraki saatleri. Bu satırları kulaklarımda çocukların sesleri, içimde ruhlarına yakın olduğum yüzlerce çocuk ve arkadaş yüzü, gülümsemesi ile dolu, biraz da bu duygularla ne yapacağımı bilemeden yazıyorum. Yani bu kez, 19 kezdir kamp yapan ve orada oluşan duygulara ve ayrılık hüzünlerine alıştığını sanan benden de eser yok. Yalnızca ben değil, kamp boyunca aklındaki, yüreğindeki, ruhundaki her şeyi çocuklara vermekten bitkin düşen çalışma arkadaşım Dr. Gülcan Seymen Karabulut da "*Ruh gibi olduğunu, o kadar güzel ve içten bir zaman geçirdikten sonra güzel bir rüyadan uyanmış gibi olduğunu*" yazdı biraz önce bana. Sanırım herkes, kamptan sonraki ilk sabah ruhu orada olarak uyanmıştır; zaten bu kırık dökük cümleler de sanki çocuklarla konuşuyor olma hali ile yazılmaktadır.

Arkadaşlıklar

Çocuklarda görülen Tip 1 diyabet, diyabetin özel bir türüdür ve bu çocuklar tanı konduğu andan itibaren kendilerine günde en az dört kez insülin yaparak, kan şekerlerini düzenli bir şekilde izleyerek ve sağlıklı beslenerek yaşamlarını sürdürebilir. Biz çocuklarda görülen diyabete hastalık demekten kaçınırız, çünkü



açev







özellikle insülin tedavisinin gereklerini yerine getirdiklerinde onların tamamen normal bir yaşam süreceklerini biliriz. Kampımızın amacı, işte diyabetli çocukların normal bir yaşam sürmelerine destek olmak, bunun için onları eğitmek, özgüvenlerini güçlendirmek ve bir hafta mutlu bir zaman geçirmelerini sağlamaktır. Kampımızın adı "Arkadaşım Diyabet Kampı"dır ve bu isimden de anlaşılacağı gibi esas amacımız onların diyabetle barışık bir yaşam sürmelerine yardım etmek, yani diyabetle arkadaş olmalarını sağlamaktır.

Kampa uzaklardan katılan ve çocuklar için bir başlangıç eğitim kitabı yazmayı planladığımız tıbbi çizimci Dr. Levent Efe bir ara yanıma gelip *"Şükrü bu diyabetle arkadaş olma kavramı tuttu mu sence?"* diye sorunca ona hemen *"Evet tuttu, çünkü kampta şahit olduğun üzere, çocukların kendi aralarındaki arkadaşlıkla, diyabetle arkadaşlık arasında bir bağ kurduklarını görüyorum onların"* dedim. Aslında uzun süredir, diyabet tedavisinde bir felsefeyi anlatan "Arkadaşım Diyabet" kavramı üzerinde düşünürüm ve bazen bu şekilde diyabeti romantize mi ediyoruz sorusu aklıma takılır. İşte tam kamp zamanı, ama arkadaşım Tanıl Bora'nın bizi düşünerek değil, "30 Temmuz Dünya Arkadaşlık Günü"ne basımını yetiştirdiği "Arkadaşlıktaki Saadete Dair" isimli kitap "Diyabetle Arkadaş" olma konusunda tam bir aydınlanma sağladı. Kamptaki çocuklara da okumalarını önerdiğim kitabın önsözünde *"Herkes bütün hesapların uzağındaki hakiki arkadaşlığın düşünü görür; başkaları ruhuma dokunsun, ben de başkalarının ruhuna dokunayım ister... Son olarak, arkadaşlığın bir başka türünden daha söz etmeliyiz, yaşamdaki birçok*

şeyin temelidir o: insanın kendi kendisiyle arkadaşlığı. *Aristoteles de, kendi kendisiyle barışık olmayan bir insanın arkadaşlık sürdürmesine, dahası başkalarıyla herhangi bir ilişki kurmasına imkân olmadığına dikkat çekmişti; her şeyden önce başkalarına yönelecek kuvveti bulamayacağı için böyleydi bu"* yazıyor.

Bu satırlardan yola çıkarak söyleyebilirim ki biz aslında çocuklar ve erişkinler olarak kampta hakiki arkadaşlık hisleri ile doluyoruz. Bu sayede biraz sonra anlatacağım kamp büyüsünü yaratarak, hepimizin ruhunu etkisi altına alan arkadaşlık bulutu içinde yaşayarak hem birbirimizle hem de diyabetle arkadaş olmayı sağlıyoruz. Çocukların hepsi diyabetli oldukları için ve diyabet onların bir parçası olduğu için kamp boyunca sanki birbirleriyle arkadaş olurken, diyabetleri ile de arkadaş olma duygusu yaşıyor. Ben onları, kol kola gezerken, yüzerken, oyunlar oynarken, coşkuyla dans ederken izlerim ve onlardan yayılan bu arkadaşlık bulutunu gözlerimle görürüm ve bazen kendimi bu bulutun içine atarım; ruhum onlarla tam olarak kaynaşsın isterim. Oluşan duygular o kadar yoğundur ki bazılarımız içimizde tutsak da aşka yakın duygular oluşur ve bazı çocuklar ilk aşklarını kampta yaşarlar.

Felsefeyi bir kenara bırakır ve lise çağlarından beri Tip 1 diyabetli olarak yaşamını sürdüren Prof. Dr. Oğuzhan Deyneli'nin sözleriyle söylersek *"Diyabet, ona yüzünüzü dönerseniz, onunla arkadaş olursanız size iyi davranır ama ona arkanızı dönerseniz canavarlaşır"*. Diyabetle arkadaş olmanın özü budur ve biz işte bunun için çalışırız.

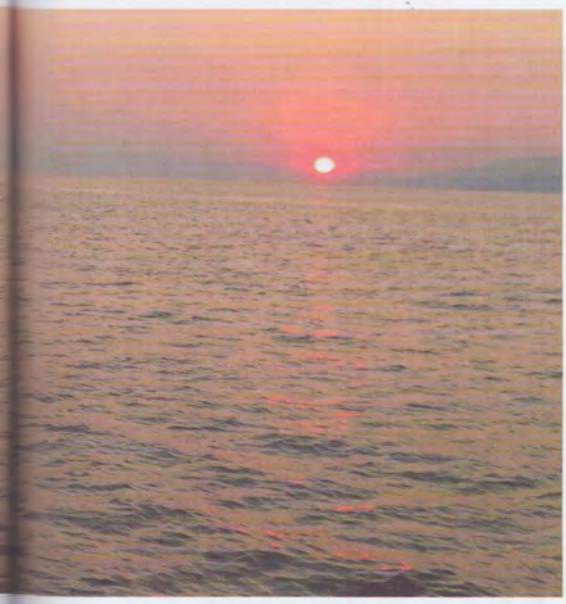




Mutluluklar ya da çocuklardan yayılan ışık

Yazının başlığına, yani kampta oluşan mutluluğa dönecek olursak, bunu ancak bir tür Montaigne gibi yazarak, yani bilgi ve düşünme yoluyla ilerleyerek anlatabiliriz. Gerçekten de kamp boyunca çocuklar dahil hepimizde bir tür iç salgı gibi düşünceler oluşur ve bunları başta ben olmak üzere birbirimize söyleriz. Çocuklar da cümle tamamlama testlerinde "Çocuklar özgürdür", "Çocuklar kısıtlanmadan, özgür bir şekilde kontrollü büyütülmeli", "Bazen düşünüyorum da hayat iniş çıkışlardan ibaret", "Bazen düşünüyorum da bu dünya nasıl oluştu, bunca şey nasıl oluştu?" gibi sözlerle düşüncelerini dile getirir ve aslında bu cümleler benim bir tür iç salgı dediğim şeye örnektir.

Hiç kuşku yok ki İznik'te yaşadığımız bir hafta boyunca kelimelerle anlatılamayacak kadar güzel olan mutluluk duygusunun, orada oluşan büyünün esas nedeni çocuklardan yansıyan o gür ışıktır. Engin Geçtan'ın "Rastgele Ben" kitabında anlattığı gibi, çocuk varoluşu masumiyete dayanır ve onun sözleriyle *"masumiyetini ve çocuk varoluşunu koruyabildiğin zaman hep düz çizgi üzerinde gitmek yerine her yöne doğru hareket edebilirsin"*. Bir tür çocuk bilgeliği diye bir şey vardır ve bizler 75 çocuğun yüzünde ayrı ayrı bunu görürüz ve belki bu bilgeliğin eşlik ettiği o şen olma durumundan oluşan ışık bizi sarıp sarmalar ve ağlayacak kadar mutlu yapar. Bunun yanında gölü ve arkada dağların yamaçlarını dolduran zeytin ağaçları ile içinde yaşadığımız İznik'in doğası, bazılarına göre



dünyadaki "çakra merkezleri"nden birisi olarak bizim için bir fanus görevi görür. Bu fanus içinde doğadan ve insanlardan yansıyan ışık birbirine karışır ve çoğalır. Bir yerde okumuştum "İnsan alarak yaşar, vererek mutlu olur". Kamp, vererek mutlu olma, bundan bitkin düşme yeridir ve orada tam olarak Peter Handke'nin "Yorgunluk Üzerine Denemeler" kitabında anlattığı iyi yorgunlukları yaşarız: *"Harman dövme işlemi için gerçek bir yamaklar zincirine gerek duyulurdu ki, bu yamaklardan biri demeti, dışarıda duran ambara oranla çok büyük olan ve yükü de* çok yüksek olan arabadan *aşağıya, sıradakine atardı... Demet burada çevrilir ve başak uçlarından dikkatlice dişli silindirlerin arasına sürülürdü... Ama harman dövümü bir kez başarıyla tamamlanmış, gürültüsüyle her şeyi bastıran makine durdurulmuşsa: O nasıl bir sessizlikti öyle, yalnızca ambarda değil, tüm ülkede; nasıl bir ışıktı, gözleri kamaştırmadan kucaklayan... Bir yorgunluk bulutu, uçucu bir yorgunluk bizi birleştirirdi o zamanlar (bir sonraki demet yükü gelene dek). Köyde geçen çocukluğumdan bende, böylesi biz-yorgunluklarına ilişkin daha çok resim vardır."*

"Her insan bir ruhtur"

Kamptaki mutluluk ve iyilik büyüsünün oluşmasında çocuklar ve doğadan sonra en büyük pay yaşamlarını özveri üzerine kuran kamp ekibindeki arkadaşlarımızdır. Kampın yıllar içinde oluşan, başta diyabetli abi ve ablalar olmak üzere değişmez bir ekibi vardır ama her yıl aramıza katılan yeni hekimler, hemşireler, diyetisyenler, öğrenciler olur ve onlarla zenginleşiriz. İki yıldır kampımızı ziyaret eden Tip 1 diyabetli basketbolcu Alper Saruhan hem çocuklarla büyülü bir ilişki kurar, onları hiç kimsenin yapamayacağı kadar güçlendirir hem de bizle hayat üzerine konuşur. Onla konuşurken, sporcu deyince aşkları ve yüzeysellikleriyle akla gelen futbolcuların dışında da başka tür sporcular olduğunu görür ve sevinirim. Alper Saruhan bir konuşmasında *"Ben insanlara baktığım zaman, çocuk, kadın, erkek görmem; bir ruh görürüm"* deyince bu sözün kamptaki insanları tam olarak anlattığını düşündüm. Belki herkes kampa böyle gelmez ama saatler, hatta dakikalar ilerledikçe herkesin kampa gelmeden önceki bütün giysilerinden soyunup bir "ruh" haline dönüştüğünü ve böylece inanılmayacak kadar büyük bir temas yüzeyi oluştuğunu, bir süre sonra ruhlarımızın birbirine karıştığını, iki-üç saat birbirimizi görmesek özler hale geldiğimizi görürüz.

Bu yılki kampta da Uludağ Tıp Fakültesi'nin çiçeği burnundaki çocuk asistanları, diyabetli abilerin tümü ve özellikle de Abdullah, diyetisyenler gibi birçok kahraman vardı ama onlardan birisi Marmara Tıp Fakültesi Çocuk Endokrin'de gözlemci olarak çalışan Azerbaycanlı hekim Dr. Azad Akberzade, açık ara çocukların kahramanı oldu. Dr. Azad, sanki iyilik ve mutluluk dolu masalsı bir film kahramanı gibiydi; başta sorumlu olduğu çocuklar olmak üzere bütün çocuklara kendini tümüyle vererek, onlarla beraber nefes alarak, zor durumlarda onları kucağında taşıyarak ve kamptaki her şey için kendini "paralarcasına" çalışarak ama bunlar kadar Tar ile söylediği, biraz taş plak tadında şarkılarla tek başına kampın en önemli enerji ve mutluluk kaynağı oldu. Zaten böyle yaşadığı için kamptaki büyüyü anlatan en güzel cümleleri de o yazdı: *"Meğer ne kadar ihtiyacımız varmış birbirimizi tanımaya... Meğer ne kadar çok söylenecek şey varmış kendimize... Ne kadar da duyarsızmışız güneşin batışına... Yıllarca ne kadar içimize atmışız resim boyaları ile sevdiklerimizin yüzlerine mutluluğun resmini çizmeyi... Saklı duygularımızı notalara sarmayı yadırgamışız meğer... Evet hiç bu denli unutmamıştık yaşamayı... Bizler dağların ardındaki güzel günlerin hayalini gördük... Her şey o kadar güzel ve içtendi ki... İyi ki varsınız, iyi ki tanıdım sizleri... Sevgi ve özlemle."*

Akşam güneşi ve mucizeler

Kampta oluşan bütün duyguları, düşünceleri anlatmak imkânsız ama ben bazen kampın bir anında bir mucize olacağını düşünürüm. Bazen orada yaşadıklarımızın, aşk veya yoğun acı zamanlarında olduğu gibi çocukların ve bizim hayatımızı değiştiren bir güce dönüştüğünü hissederim ve doğruyu söylemek gerekirse biraz da bunun için uğraşırım. İsterim ki uyanmalar, insülinlerin yapılması, kahvaltı, dersler, şarkılar, danslar, yüzmek, gölden esen serin rüzgâr ve en çok da akşam güneşi hücrelerimize birlikte ulaşsın ve çocukları iyileştirsin. En çok da günbatımı saatlerinden bir şeyler beklerim ve bu nedenle ilk yaptığım şey akşam yemeği saatini günbatımını izleyecek şekilde ayarlamaktır. Akşam saat beş buçuk gibi kan şekerleri ölçülüp insülinler yapılır, yemekten hemen sonra iskeleye günbatımını izlemeye gideriz. O anlarda her şey koyulaşır, tam güneşin batma anında dua eder gibi oluruz ve içimizden birisi "Akşam güneşi kan şekerlerine vurur" deyiverir. Akşam güneşinden mi bilinmez ama kamp boyunca birçok çocuğun insülin ihtiyacı yarı yarıya azalır ve her defasında 8-10 çocuk hiç insülin almadan hayatlarını sürdürebilir hale gelir, "balayı" dediğimiz geçici iyileşme dönemine girerler. Ben bunların niçin olduğunu bilsem de kampın mucizelerinden birisi sayarım ve çocuklara söylerim.

Biz kampa bir yürekle geliriz; sonra çocuk sayısı kadar yürekle döneriz. Gelecek yıl sizi de bekleriz. ●

Okuma ve izleme önerileri

Diyabetten Güzellik Yaratmak: Kamp Yazıları
http://www.arkadasimdiyabet.com/uploads/uyFile/02bbf8a826bf5d2c53769e4dd10b280708b8afc2.pdf

Arkadaşım Diyabet: Diyabetli çocuk kamplarını ve diyabetle barışık yaşamayı anlatan bir belgesel.
https://www.youtube.com/watch?v=GY_z18GHHog

Arkadaşlıktaki Saadete Dair
http://www.iletisim.com.tr/kitap/arkadasliktaki-saadete-dair/9121#.Vb3wMJPtmko

Diyabetli Çocuklar, Gençler ve Aileleri İçin Eğitim ve İletişim Sitesi
http://www.arkadasimdiyabet.com/

Murat ÖNDERMAN

Mutsuzluk penceresinden mutluluğa bakmak

Anlamlı bir mutsuzluk, anlamsız bir mutluluktan iyidir.



Bu sayının dosya konusunun mutsuzluk olduğunu sanıp sevinmiştim önce. Öyle duydum gibi gelmişti. Belki de öyle anlamayı istemiştim. Çünkü asıl istediğim ve uzun süredir amaçladığım mutsuzluk üzerine bir yazı yazmaktı. Gerçeği öğrenince hayal kırıklığına uğramış, mutsuz olmuştum. Belki de mutluluğa mutsuzluğun penceresinden bakarak yazmayı tercih etmem bu hayal kırıklığımı azaltmak içindir; kim bilir!

Bu kişisel öyküyü niye mi yazdım? Yazının amaçladığım gibi olmayacağını fark ettiğimde hissettiğim mutsuzluğun bir anlamı vardı.* Mutsuzluğumuza anlam atfetmek olanağı verir bize kişisel

* Anlam ve mutluluk ayrımına dikkatimi çeken Baumeister ve arkadaşlarının şu makalesidir: Roy F. Baumeister, Kathleen D. Vohs, Jennifer L. Aaker ve Emily N. Garbinsky (2013) "Some Key Differences Between a Happy Life and a Meaningful Life", The journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice, 8:6, 505-516. Yazarlara göre, amaç anlamlılığın önemli bir öğesidir. Kişilerin ihtiyaç ve isteklerini karşılamaları (tatmin) mutluluğu artırırken, anlamla çok az ilişkilidir. Mutluluk şimdi yönelimliyken, anlamlılık geçmişi, şimdiyi ve geleceği bütünleştirmekle ilgilidir. Mutluluk vermekten çok almakla, anlamlılık almaktan çok vermekle ilişkilidir. Yüksek düzeyde üzüntülü, stresli ve kaygılı olmak yüksek düzeyde anlamlılıkla fakat düşük mutlulukla bağlantılıdır. Kişisel kimlik ve kendini ifade etmek mutluluğa değil fakat anlamlılığa katkıda bulunmaktadır.

amaçlarımızın bulunması. Amaçlarımıza ulaşmak için göze alabileceğimiz mutsuzluğun sınırları çok geniştir. *Kendimizi en çok anlamsız mutsuzluklarda kötü hissederiz. Depresyondayken yaşadığımız anlamsız bir mutsuzluktur.* Narsisistin başının belası boşluk hissi de anlamsız bir mutsuzluktur. Birçok kişiyi intihara götüren dayanılmaz gelen mutsuzlukları değil hayatlarında artık bir anlam bulamamalarıdır. *Anlamlı mutsuzluklar yeterdi yaşamalarına.* Hem zaten birçoğumuz öyle yaşamıyor muyuz! Depresyon, hayat öykümüzün biz ölmeden sonlandığı hissidir. Yani yaşadığımızın bizim hayatımız olmadığı çünkü bir hayat olmadığı ve bir hayatı yaşamak için gereken bizin de mevcut olmadığı hissi. O zaman öyküden anlam gelir diyebiliriz. Bu hayat öyküsü mutsuz olabilir ama hem de anlamlı olabilir. Oysa depresifin hayat öyküsünü yazamamasıyla ikisi de yok olur: mutlu da değildir onun hayatı anlamlı da. Hayat öykümüzü tercihlerimizle yazarız. *Kendimize yetemediğimiz için tercihler yaparız.* Kendimize yetemiyor olmamız tercihlerimizin sahici olmasına imkân sağlar. Bizim için fark etmeyecekse yapmayız ve işte bu depresifin kaybettiği anlamdır. Ona ne yapsa fark etmeyecekmiş gibi gelir. Onu atıl kılan yapabileceklerinin ona anlamlı gelmemesidir. Yapamayacağını düşünmez o, anlamsız geleni yapmak istemez. Canı bir şey yapmak istemiyordur. Ne yapsa fark etmeyecekse niye bir şey yapsın ki! Eskilerin bunalım kelimesi bu hali depresyondan daha iyi anlatıyordu. Peki anlamsız mutluluk mevcut mudur? Evet, mevcuttur! Madde bağımlısı geçici mutluluğunun anlamsız olduğunu hisseder. Doping yapmış atlet gibidir o. Hissettiği mutluluk onu kendinden daha da uzaklaştırır. Bu da bir kısırdöngüye yol açar. O hissettiği mutluluğu sahiplenemez, mutluluk hissi onu sahiplenir. İstediklerinin o istediği için karşılandığını sanan ayrışma öncesi bebeğin saadet hissini aramaktadır. Etkin değil edilgendir. Kendini sanki bir zevk makinesiymiş gibi hissetmektedir. Demek ki, *anlamlı bir mutsuzluk, anlamsız bir mutluluktan iyidir.* Anlamlı mutsuzluk en azından bizim mutsuzluğumuzdur.* Edilgen bir şekilde aktif ve etkin bir şekilde pasif olabileceğimiz için Freudyen psikanalizin aktif-pasif ikiliğinin yeterli olmadığını düşünüyorum. Kleptoman biri aktif ama edilgendir mesela. Buna karşılık, amaçlarını gerçekleştirmeye çalışırken başına gelenlerden ötürü hapse düşüp prangalara vurulmuş bir insanın kendini etkin hissetmesi mümkündür. Mutluluk konusu etkin/edilgin ve aktif/pasif ikilikleri üzerinden ele alınmayı bekliyor! *Suçluluk duygusu ise anlamlı bir mutsuzluktur.* Oysa liberal psikolojide artık kendi kendimizi bağışlayamayacağımız bir eylemimiz kalmadı; yeter ki dersimizi çıkartalım! Ne de olsa, mükemmeliyetçilikle mükemmele ulaşma isteğini birbirinden ayırmadan, ikincisinin her türlü görünümünü patolojikleştiren bir entelektüel atmosferde yaşıyoruz. *Yas ise en anlamlı mutsuzluktur.* Açık arayla! Yas depresyonla akraba görülüyor çok kez; oysa, yas depresyonun bir tarafında yer aldığı bir çizginin öbür ucunda yerini bulur bence. Mutluluk değil belki ama anlam boyutunda, *yas depresyona en uzak yaşantıdır.* Zira, *anlamsız bir mutsuzluk olan depresyonun tersine, yas, mutsuz bir anlamlılıktır.* Belirli diğerinin ona özgü yerinin boş kalmasıyla hissedilen mutsuzluktur yas. Sevdiğimiz herkesi farklı severiz ve sevdiğimizi kaybetmemiz ona özgü sevişimizin artık bir ilişki veya etkileşim içinde beslenemeyeceği anlamına gelir. Ne kaybettiğimiz insanın ne de ona özgü olan sevişimizin bir ikamesi yoktur.



* Kişisel kimlik ve kendini ifade etmenin mutluluğa değil ama anlamlılığa olumlu katkısı için bkz. Baumeister vd.

Yas onun boş kalan çünkü biricik olan yerine bir saygıyı da içinde barındırır. Artık hayat artık hep farklı olacaktır. Yas temasına özel bir ilgi göstermiş olan filozof J. Derrida, kaybedilenle "özdeşleş, kurtul" yastan şeklinde özetlenebilecek klasik psikanalitik model için, bu diğerinin yerini gasp etmektir itirazında bulunur ve sürekli yası önerir.

Bizi en çok niye yas mutsuz eder? Çünkü diğerinin olması gereken yerde olmamasıyla veya ona ait bir yer bulunmamasıyla mutsuz oluruz. Diğerine ait olmak da, ona yer olmaması kadar mutsuz eder. Peki diğerine niye bu kadar ihtiyaç duyarız? Konumuzun dışına fazla çıkmadan şunu söyleyebilirim: kendimizi ifade etmeden kendimiz olamayız biz. Kendimizi ifade etmemiz, hazır, zaten bitmiş (tamamlanmış ve kendine yeten) bir benliğin kendini dışavurumu, bir deklarasyon değildir. Kendimizi ifade etmeden kendimiz olamamamız, onay veya beğeni kazanmak için çalışıp çabaladığımız anlamına gelmez. Kendimiz için yapmıyorsak eğer, yaptığımızın beğenilmesinin de bir anlamı olmaz. Onayımızı beklemeden yapıp edebilenlerin beğenimizi kazanması da bu yüzdendir: onayımızı kazanmak için çalışmayanı beğeniriz! Beğenilmek özerksek anlamlı gelir bize. Kendimizi ifade etmemiz için bir muhataba ihtiyacımız vardır. Böylece, insani mutluluğun çünkü varoluşun ilişkisel doğasına geliyoruz. İnsan ne yapıyorsa bir muhataba ifade etmek için yapar. Bu muhatap fiili (aktüel), muhayyel, beklenen, ölmüş (ölümün nihai son olduğunu düşünmüyorsak mesela), dilsel vs. olabilir. Muhatap sadece bir tanıdık veya iletişim içinde olduğumuz belirli biri değildir. Bizi kendimizi yazarak, çizerek, düşünerek, iç konuşmayla, koşarak, giyerek, bakarak vb. yollarla ifade etmeye sevk eden itici/çekici bir güçtür muhatabımız. Konuşabilen insan hep az çok umutludur bu yüzden. Hatta dilin kendisi umut verir. Adı bile bir şey vaat ediyormuş gibi gelir insana. Bir adınızın olmadığını düşünün; kendinizi epeyce eksik hissederdiniz muhtemelen! İnsanın bu yönünü en iyi Jacques Lacan anlatmıştır psikanalitik dünyada kanımca. Muhatapsız kendimiz olamayız biz. Psikotik ya muhatabın yerini bulamaz ve kendine gömüldüğü için kendini ifade edemez ya da o kadar muhataba gömülmüştür ki kendini bulamaz ve kendi adına konuşamaz. Bunların ikisi de aynı kapıya çıkar. Benlik diyalojik ve ilişkiseldir. *Kendimizi tanıyamamanın kendimizi en iyi tanıma yolu olması da bundandır.* Her sevdiğimizi farklı seviyorsak, her sevgimizde kendimizi tanıyamadan yeniden tanımıyor muyuz? Başka bir sevgide veya ilişkide neler yapabileceğimizi tam olarak bilemeyiz. Nitekim terapiler diyaloğun bu değiştirici gücünü kullanırlar. Bu güç diyaloğa içkindir.

Yüksek özbilinçlilik bizi mutsuz eder, oysa anlamsız değildir. Bu kendimizi kıyasıya sorgulamamız, hissetmemiz (kendimizi dinlememiz) ve düşünmemizdir (öz-düşünüm). Bu mutsuzluktan kaçmak için çok kez, kedi besler, kurgu izler (film seyreder) ve/veya okur, geziye çıkar ve sohbet ederiz. Bunlar bizi kendimizi "dinlemekten" alıkoyar ve bu yüzden mutlu eder (yani mutsuzluğumuzu azaltır). Zira *kendi sesimiz bize ekodur.* Bilim ve felsefe gibi kurgusal olmayan faaliyetler ise bize mutluluktan çok anlam veya anlamsızlık getirir. Eksenleri budur. Mutluluk için değildirler.

Kaygıyı tekrarlayan bir davranışla kontrol etmek mutsuzluğu anlamla yatıştırmaktır. Türkiye'de özellikle genç erkeklerde çok yaygın olan dikiş makinesi bacak alışkanlığı mesela. Taşınamayan kaygıyı kontrol etmek için bacaklarını hoplatmak/titretmek yani. Geleneksel toplumsal kesimlerdeki erkeklerin tespih çekme alışkanlıkları buna da yarardı. Daha modern genç erkekler ise dikiş makinesi bacak alışkanlığını kaptılar. Demek ki ritüelde anlam var!

Mutluluk ve mutsuzluk, popüler muhayyilede birbirlerini dışlayan karşıt yaşantılar olarak görülür dersem, yanlış mı söylemiş olurum! Bana mutlu musun diye sorulduğunda zorlanırım yanıtlamakta oysa. Ya mutlu ya mutsuz mu olur ki insan! Hem mutlu hem de mutsuz olamaz mı! Mutluluk literatüründe, mutluluk olumlu mutsuzluksa olumsuz denilen duygulara bağlanıyor sık sık. Bunların arasındaki denge veya oran genel mutluluğumuzu veya mutsuzluğumuzu belirliyor. Nasıl ki bir duygu ya olumlu ya da olumsuz oluyor, biz de neticede ya mutlu ya da mutsuz oluyoruz buna göre. Bir taraf ağır basıyor. Ne var ki, duygular homojen yapılı değil ki her zaman. Çoğu kez "olumlu" duygularda "olumsuz", "olumsuz" duygularda "olumlu" öğeler buluyorum ben. En yıkıcı/kötücül olumsuz duygulardan biri kabul edilen hasette gıptayı da buluyorum mesela. İnsan gıpta ettiğine değer verdiğine göre de, bir değer(lilik) atfını. Suçlulukta sevgiyi (ve öfke veya kızgınlığı); saldırganlıkta bazen ben de varım beni dışlayamazsınız bilincinin bir dışavurumunu, bazen kendini "gaza getirmeyi" (agresyonun etimolojik kökeni ad-gradior yani ...'e doğru hareket etmekmiş); insanı kendi dünyasına savuran yasta kaybettiğimi kendime indirgemeyeceğimin kafama dank etmesinden (ölümü kontrol edememem mesela) ileri gelen saygıyı vs. Kısacası aynı duygu bende hem olumlu hem olumsuz yaşantılara yol açıyor.

Aynı anda üstelik! Duyguların mantığı rasyonel değil o zaman. Tutarlılık ilkesi duygular için geçerli değil. Ayrıca, aynı insana veya olaya yönelik olarak birçok duygu hissedebiliyoruz ve bunlar uyumsuz da olabiliyor. Louis Aragon "Mutlu aşk yoktur" derken iyi bilinen dizesinde, mutsuzluğa özendirmiş olmuyor muydu okuyucularını! Kim sırf mutsuz olacak diye aşktan kaçar ki! İşte size olumlunun olumsuzdan ayrılamayacağı bir örnek. Öyleyse, saf mutluluk ve saf mutsuzluk yoktur demeye yakınım burada. Daha çok olumlu duyguları hisseden insan mutluysa, daha çok olumsuz duygularının anlamlarını kabul eden ve onları taşıyabilen insan da güçlüdür. Tıpkı mutluluktan kaçan insanın da güçsüz olması gibi. Eksilmeden verebilecek kadar güçlüyseniz, mutluluk için değil, anlam için veriyorsunuzdur; çünkü o zaman vermek sizi mutsuz etmiyordur.

Bazı duyguların psişik etki alanı tüm benliktir. Mesela sevgi. İnsanlar benlikleriyle severler. Sevgi bundan ötürü diğerini kabul etmemizi gerektirir. Utanç, yas, aşk, korku ve nefret de tüm benliğimizi etkiler. Suçluluk böyle değildir ama. Suçluluk yaşantısında tutunacağı bir dalı vardır insanın kendi içinde.

Bu onun tüm benliğinin bu duygudan etkilenmediği anlamına gelir. Ama utanan insanın tutunacak bir dalı da yoktur. Onun için başını eğer o; yerin dibine geçmek, görünmez olmak ister. *Utanç kişinin* şu ya da bu fiilin*in değil bizatihi benliğinin*



bir suç olduğu, öyle olmasının bir suç olduğu duygusudur ve kimlikle direkt olarak ilgilidir. Duygu benliği tutmuştur. Kaçacak bir delik yoktur. O zaman yüzü kızarır insanın; kendini gizlemek ister. Çaresizdir çünkü. Eğer tüm benliğimizle hissettiğimiz duygularımızla ilgili yaşantılarımızda işler kötü giderse bundan tüm benliğimiz etkilenir. Bu duyguları hissetmek cesaret işidir bu yüzden. Çok kişi uzak durmak ister bu duygulardan. Sevme duygusunu hissetmemiz birine karşı o yaşantıyı ve o insanı unutamamamız demektir. Seven sevdiği müddetçe unutmaz ve unutmadığı sürece de affeder. Zira sevişini unutmamak affetmek demektir. Unutmak ise sevmemek. Eğer unutmak cezalandırmaksa affetmek de unutmamaktır. Sevenler birbirlerinin pekâlâ da farkındadırlar (gözleri kör değildir) ama gördükleri kusurlar önemsiz gelir onlara. Sevişlerini unutamazlar çünkü. Aragon "bir tek aşk yoktur iz bırakmasın insanda" der bir dizesinde. Ama bu mutluluktan kaçışın da sebebidir. Hayatımızda attığımız adımlar genellikle bizi hem mutlu hem mutsuz edecek sonuçlara yol açar. Cesaret gelecekte mutlu olma isteğinden çok, ne getireceği belli olmayan hayatta içine düşülebilecek mutsuzluğu taşıyabilmekle ilişkilidir. Acıyı azaltmak zevki çoğaltmaktan daha önemli birçok insan için. Freud mutluluk ilkesine haz-acı ilkesi de der. Freud'un mutluluğu olumlu değil olumsuz (acıyı azaltma) terimlerle ele alması onu Nirvana, diğer bir deyişle psişik denge ilkesine götürmüştü. Freud hem uyarımların hem de dürtüsel gerginliğin acı verici olduğunu yazar. Nirvana en az mutsuz olunacak denge noktasıdır. Freud'un belirttiği üzere, uyarımlar mutsuzluğa yol açıyorsa, en güzel açmaz olan mutluluğun ancak mutsuzlukla iç içe yaşanabileceği ortaya çıkar. Şairin (Louis Aragon) "Mutlu aşk yoktur" dizesi böylece psikanalitik karşılığını bulur: aşk sürekli hissedilemeyecek kadar keskindir; bir uğrakta kendini sınırlamalıdır. Mutluluğun liberal psikolojide "öznel iyi oluş" şeklinde tanımlanmasının karşılaştığı zorluk, şu probleminkiyle aynıdır: hayatında tek kişiyi sevmiş olan kişi, onu ne kadar sevdiğini bilemeyecektir. Birisini ne kadar sevdiğimizi başka birisini de sevmeden anlayamayız. Ama bu hayatımıza yayılan bir süreçtir; ne kadar sevdiğimiz sorusunun yanıtı hep görelidir: ya ondan da çok seversek başka birisini! Önceden nasıl bilebiliriz ki? O zaman birisine "Seni çok seviyorum" demenin anlamı nedir ki! Üstelik, ne kadar da çok söylenir bu söz! Ne kadar mutlu olduğumuzu da tam olarak bilemeyiz. Yelpazenin neresinde olduğumuzu bilemeyiz çünkü. Böylece bir insanın kendini mutlu sanmasına rağmen aslında (göreceli olarak) mutsuz olması pekâlâ mümkündür. Bir yerdeyiz ama nerede? Bence bu cehalet harikadır ve bizi adım atmaya sevk edebilir. Ümit biraz cehaleti de içinde barındırır. Şöyle dememize ne engel var ki: "Ben de kendimi mutlu sanıyordum, meğerse mutluluk hakkında ne kadar az şey biliyormuşum". Elbette, bu sorunun aynısı mutsuzluk için de geçerlidir. Kanser hastalığına yakalanıp da kurtulan birçok insan eski "büyük" mutsuzluklarının gözlerine artık "küçücük" göründüğünü söylemez mi! İnsanın kendini tanıyamayarak tanıdığı bu önemli deneyimin ardından gelen bu yeni bakış açısını bu kadar az dikkate almamız pek akıllıca değildir ama anlaşılabilir: biz yaşamadık o deneyimi! Öyleyse, mutlu veya mutsuz olduğumuzu söylememizin ancak gelip geçici veya hayat öykümüzün bir kesimini nasıl değerlendirdiğimizi ve algıladığımızı gösteren bir anlamı vardır. Kendi hayat öykümüzün tamamı için konuşamayız; onu henüz noktalamadık ki.

İntihar eden kişi geleceğine ilişkin olarak öngörülemez olanı öngördüğünü sanarak yanılır. İntihar edenlerin bir yıl önce kaçı biliyordu ki kendi hayatına kendisinin son vereceğini. Bir yıl sonra hissedeceklerini nasıl bilebilirler ki. Belki de o bir yıl içinde hayatlarının aşkını yaşayacaklardı ve terk edilip mutsuzluklarına katlanamayacaklarını düşünüp o zaman intihar edeceklerdi!

Aragon'a öykünerek, mesut özne yoktur diyebiliriz. Daha doğru bir deyişle, özne, özneliğini aradığı tam ve zahmetsiz, verili mutluluğu (saadeti) kaybetmesine borçlu olmasının açmazıyla yaşar. Bu açmaz, tanımı gereği, onun bir çaresizliğidir. Klasik psikanalitik öyküde, bebeğin dünyanın onun uzantısı olmadığını anlamasının duygusal yolu hayal kırıklığı istasyonundan geçer. Pek de çok olmayan ihtiyaçları karşılandığı sürece dünyanın kendi uzantısı olmadığını fark etmeyecek olan bebek, ona direnenin kendisi olamayacağını anladığında dünyadan ayrışarak özneleşir. İsteklerinin karşılanması (eninde sonunda az çok) geciken bebek, böylece aynı anda hem ayrılığını hem zamanı (çünkü isteklerinin karşılanmasındaki, daha doğru karşılanmadığında hissettiği rahatsızlığın sona ermesindeki *gecikmeyi*) hem de ertelemeyi yani kendine (o dönemdeki kapasitesi içinde) egemen olmayı öğrenir (yoksa nasıl söz verebilen yani sosyal bir canlı olabilirdik ki). Bu üçü (ayrışma, öz-kontrol ve zaman bilinci) ise öznelliğimizin başlıca kategorileridir. Fakat bunların hiçbiri, kayda değer bir hayal kırıklığı yaşamaksızın olmaz. Tüm isteklerimiz "otomatik" olarak karşılansaydı bir egomuz nasıl olabilirdi ki! Bu yazılanlar mutsuz öznenin kuruluş öyküsünün sinopsisidir. Diyaloglar senaryoda araya eklenir. Ama kaygıya da pek kötü gözle bakmam ben! *Kaygısız olsaydık huzurlu ama şefkatsiz olacağımızı düşünürüm.* Nasıl ki koruyuculuk saldırganlığı içerir ve onu aşar; şefkat de kaygıya karşı bir tepkidir. Böylece, tam ve kalıcı mutluluk hali (saadet) tasavvuru, bana tümgüçlülük yanılsamasıyla, isteklerimizin biz öyle istediğimiz için yerine geldiğini sandığımız veya isteklerimiz yerine gelmeyince hissettiğimiz rahatsızlığın sona ermesini, istememize atfettiğimiz saadet dönemiyle ilişkili geliyor. Saadeti yeniden elde etme ümidini yaşatıyor, tam ve kalıcı mutluluk hali tasavvuru. Bu kaybedilmiş cennetten (buna mutluluktan ayırıp saadet diyebiliriz) çıkan özneyi, hayatındaki en derin ve anlamlı çünkü en büyük farkı yaratan düşüş bekler: isteklerim istediğim için oluyor tümgüçlülüğünden, annem (veya eşdeğeri) istediklerimi fark edip karşılamazsa bu acizliğimle nasıl yaşarım dediği sembiyotik hayatına doğru bir yolculuk! Sembiyozda artık asgari düzeyde bir ayrışma vardır. Öznenin yolculuğu baş aşağı düşüşle başlamıştır! Düştüğü yere bir daha çıkabilecek midir? Sözü burada Heinz Kohut'a bırakabilirdik eğer yer olsaydı. Bize saadete kavuşmak isteğiyle yanıp tutuşan narsisistik öznelerin farklı hayatlarını anlatırdı!

Sadece ayrışırken mutsuz olmaz özne, bütünleşirken de olur. Zira bütünleşme yekpareleşme değil 1+1+ formundadır. Bu boyutlar her zaman uyumlu olmadıklarından çatışmaya ve birlikte kabul edilmeleri ise ikircikliliğe yol açar. Yıkıcılığını ve sevgisini birlikte ve aynı nesneye (insana) yönelik olarak kabul edebilmek psişik öznenin en güç ve önemli işidir. Fakat iki tarafta da pek mutluluk yoktur. Bu işi başaramazsa cezalandırılma kaygısına, başarırsa suçluluk duygusuna kapılır. Huzur ona sanki yasaklanmış gibidir. Huzur yani kaygısızlık. Ama zaten kaygı şefkate de yol açmıyor muydu! Duygusal ikircikliliğini (çift değerlilik) aşmayı birçok kişi başaramaz veya aşsa da sürekli olarak koruyamaz ve zaten bunu yapabildiğinde de bu, K. Marx'ın ibaresini ödünç alarak ve başka bir bağlama taşıyarak ifade edecek olursak, bir "içererek aşma"dır.

Sosyal hayat bir mutluluk hırsızı mıdır? Elbette bu başlı başına bir yazı konusu. Önemli bulduğum birkaç temaya değinecek olursam şunları yazabilirim. Eski zamanların, kadınların siyah giysilere büründükleri matemleri çoktan tarihe karıştı; yas da bitti bitecek. Bunların iç dünyamızı çok etkilemediğini düşünüyorsak eğer, kendine yeten bir benlik modelinden yani liberal bir psikolojiden yola çıkıyoruz demektir. Bu yazı benliğe ve insana böyle bakmıyor. DSM-5'te yas çekmek için öngörülen süre iki hafta! Yakınlarını kaybeden çalışanlara özel bir yas izni verilmiyor. Sevdiklerini kaybedenleri definden sonra, yeni hayatlarının daha ilk gününde çalışmaya zorlamak kötü muamele veya duruma göre işkence ve çalışanlara yas izni de insan haklarından sayılmalı bence. Ama insan hakları çağında bu konuları tartışmaktan bile ne kadar uzağız! Definden sonra hayatın kaybedilenle ilgili kısmı dışında eskisi gibi süreceği varsayılıyor ve hayatın bazen tümüyle değişeceği düşünülmüyor. Öyle mi ama! Sevdiklerini kaybedenler bilirler ki böyle bir kayıp yeni bir hayatın başlangıcıdır. İnsanın başına gelenin ne olduğunu anlaması bile epeyce zaman alır. Yas sıcakta eriyen dondurmadan çok sönmemiş bir volkana benzer; zaman zaman, doğum gürlerinde, evlilik günü gibi beraberce yaşanmış önemli tarihlerde patlar. Özlem de iç basıncı azalan bir balon gibi zamanla sönmez. Benliği tümüyle etkileyen yas gibi duygularda zamana direnen ve kafa tutan bir güç vardır.

En anlamlı mutsuzluk olan yas hayat boyu sürebilir. Yeni bir hayatın içinde kendi özel çünkü biricik yerini tutarak. Yasın patolojikleştirilmesi biraz onun depresyonla akraba görülmesindense (mesela Elisabeth Kübler-Ross'un evreli yas sürecindeki 4. evre) biraz da özümüzde kendimize yettiğimizi belirten liberal varsayımının gücünden. Bu varsayımla en bağdaşmayacak olgu da ölüm olduğu için ölümü hatırlatan her şey ve bu arada yas da sıkı bir şekilde bastırılıyor modern hayatta. Kübler-Ross'un iyi bilinen evreli yas süreci modelinde kaybın kabul edilmesi sürecin son evresidir. Kabul yası bitirir anlamına gelir bu. Oysa yas kaybı kabulle başlamaz mı? Yas zaten ölümün kabul edilmesiyle mümkündür. Daha önceki kaybın kabul edilmesi sürecidir; yas süreci değil. Yası ölümü kabulün önüne alarak onu patolojikleştirmenin yolunu açmıştır Kübler-Ross.

Modernitenin psişik serüveni mutluluk uğrağından geç modernitede anlam arayışına doğru seyretti. Artık kimsenin pek ciddiye almadığı nevroz iç çatışmayla, öyleyse mutsuzlukla ilişkiliydi. Günümüzün gözde patolojileriyse benlik sorunları. Benlik sorunlarının anlamla çünkü kimlikle daha çok ilişkili olduklarını söylesem, günümüzde anlam(sızlığ)ın mutsuzluktan daha önemli hale

geldiğini de söylemiş olurum; öyle değil mi! Bir yandan ilk modernitenin genel mutluluğun artmasını gözeten ahlaki faydacılığını düşünün bir yandan da günümüzün kimlik politikalarını!
David Lean'ın yönettiği "Kwai Köprüsü" filmini izlemiş miydiniz? Bir İngiliz istihkâm birliği Japonlara esir düşer. Japonlar bu birliği geniş ve güzel Kwai Nehri üzerinde bir köprü yapmaya zorlar. İngilizler başta işi ağırdan alsalar hatta sabote etseler de, zaman ilerledikçe ilkin çalışarak moral kazanma ve daha sonra da mükemmel bir köprü yaparak inşaatçılıktaki üstünlüklerini Japonlara gösterme istekleri ağır basar ve sonuçta ortaya harika bir köprü çıkar. Ne var ki başka bir İngiliz birliği de köprüyü havaya uçurmakla görevlendirilmiştir! Köprüsünün korkuluklarına yaslanarak mutlu bir yorgunlukla Kwai Nehri'ni izleyen birlik komutanı Yarbay Nicholson, kıyıdaki çalılıkların arkasındaki İngiliz askerlerini fark ettiğinde, aklından ilk geçen Japonlara haber vermek olursa da, filmin sonunda köprüsünü kendi elleriyle havaya uçurur. Kendi mükemmelliklerinin bir sembolü olarak gördükleri dayanıklı köprüleri havaya uçarken İngilizlerin mutsuz olmadıklarını söyleyebilir miyiz! Bu öykü mutluluktan çok anlam üzerinedir ve bize en olumsuz şartlarda (sonu belirsiz esaret hayatı ve zorla çalıştırılma) bile anlamlı bir hayatın pekâlâ mümkün olduğunu gösterir. Yeter ki insanın gerçekleştirme olanağına sahip olacağı bir amacı olsun**. Burada başka türlü birbirinin neredeyse aynısı gibi gelecek olan sıkıcı ve zor günleri anlamlı kılan, onları veya gündelik hedefleri birbirine bağlayan bu nihai ortak amaçtır işte. Başrolünü Burt Lancester'ın oynadığı "Alkatraz Kuşçusu" filmindeki, tek kişilik odasında kuş besleyen ve giderek ülke çapında tanınan bir kuş yetiştirme uzmanına dönüşen mahkûmun öyküsü de bir amacının olmasının insanın hayatına en zor koşullardayken bile anlam katmasına iyi bir örnektir. İstediğimiz için seçtiğimiz ("Sophie'nin Seçimi" filminde, Nazilerce iki çocuğundan birini ölüme göndermek üzere seçmeye zorlanan Sophie'nin seçimi ise istemeden yapılan seçime bir örnektir) bir amaca yönelik olarak çalışmamız hayatımıza kayda değer bir anlam katarsa da, en anlamlısı yaptığımızı sonuçları için değil kendisi için yapmamızdır. Yoksa sonuca ulaşınca dururuz. Türkiye'de birçok insanın diploma aldıktan sonra kitap okumamasındaki gibi! Mezun olmak için okursanız mezun olduktan sonra kitap almazsınız! Ama bu araçsal fiillerimiz anlamsızdır demek değildir. Hiç öyle olur mu! Yoksa evde temizlik yapmak tümüyle anlamsız olurdu! Araçsal akılla niteledikleri moderniteyi kıyasıya eleştiren Frankfurt Okulu yazarlarını ve benzer görüştekileri tümüyle haklı göremiyorum bu bağlamda. Araçsallık hayatımıza kayda değer bir anlam katar, yeter ki sonucu isteyelim.
Şimdi de yukarıdaki kadar etkileyici ama bu kez gerçek bir öyküye bakalım. İkinci Dünya Savaşı yıllarında Almanlar oldukça tuhaf bir "uygulama"ya başvururlar. Bu "uygulama" o kadar tuhaftır ki, amacının ne olduğunu, Almanların ne yapmaya çalıştıklarını kestirmek bile çok zordur. Almanlar bir toplama kampındaki esirleri bir sabah toplama kampının büyük arazisinin bir köşesine toplarlar ve onlardan araziyi kazarak çıkan toprağı kovalara doldurmalarını isterler. Yüzlerce esirin çabasıyla dev bir çukur açılır. Esirleri bekleyen sonraki iş, toprak dolu ağır kovaları arazinin diğer köşesine kadar taşımaktır. Yol uzun ve zorludur; bazıları yolda kaybedilir. Saatler sonra arazinin diğer ucuna varan esirler kovalarını boşaltırlar. Orada, bu kez bir tepe yükselir. Ertesi sabahki işleri, tepedeki toprağı kovalara koymak ve çukura kadar yürüyüp onu aynı toprakla doldurmaktır. Ertesi gün yine aynı yere gelinir ve yine bir çukur kazılıp aynı toprak kovalara doldurulur. Çok kişi ölene kadar bu tekdüze "işi" yapar. Almanlar burada ne yapmaya çalışmışlardı? Benim tahminim şu: Almanların kötülük ufku bir insana sadece araç olarak davranmanın kötülüğünden bahseden Kant'ın çok ötesindeydi. Aslında bir araç gibi görülmenin bile bir anlamı vardı. İnsan kendini bir araç olarak gördüğünde yani ortaya bir ürün çıkardığında veya kalıcı bir nesne yaptığında, yaptıklarına bir anlam atfedebiliyordu. Hannah Arendt "İnsanlık Durumu" adlı başyapıtında çok güzel anlatır kalıcı nesneler üretmenin insan için taşıdığı anlamı. Oysa Almanlar esirlerin elinden bu imkânı da alıyorlardı. *Esirler hiçbir işe yaramayan bir iş yapıyorlardı.* Sonuçta ortaya bir şeyin çıkmayacağı belli olan ağır bir çalışma. Şimdi de bu öyküyü yıllar önce okuduğumdaki kadar etkileniyorum. Kan dondurucu!
Odip öncesi evreler (ya) mutsuzluk/(ya) mutlulukla nitelenir. Narsisistlerin niye saadet peşinde olduklarını da açıklar bu; odip öncesi evreler narsisistiktir. Kutupları bir arada göremez odip öncesindeki insan. Ya birine batar ya öbürüne. Ama hep tek bir şeyi görür. Ya ... ya ...'dır dünyasına hâkim olan. Hem ... hem de ...'ye geçilmemiştir. Bunu yapmak, birindeyken diğerini unutmamak, soyuta girmek ve nötrleştirmektir: o anda mevcut değilmiş gibi görünenin de mevcut olduğuna ikna olarak davranmak, düşünmek ve hayal etmek. İyi yani bebeğin isteklerini karşılayıp onu rahat ettiren anne varsa saadet, kötü anne yani bebeğin rahatsızlığını sona erdirmeyen anne varsa tam mutsuzluk. *Odipe geçmek hem mutlu hem de mutsuz olabilmektir.*
Yazıma yine Louis Aragon'un bir dizesiyle noktayı koyayım: "İnsan her şeyi elinde tutamaz hiçbir zaman." Ki bu, tamlığın mümkün olmadığı anlamına gelir. Bu da insanın aynı anda bile hem mutlu hem mutsuz olmasını açıklar. *Depresif hiçbir şeyini elinde tutamadığını hisseder (ve yanılır zira nihayetinde her duygu bir yorumdur), manik her şeye sahip olduğunu (ve o da yanılır).*
O zaman, sözü şaire bırakalım:

İnsan her şeyi elinde tutamaz hiçbir zaman
Ne gücünü ne güçsüzlüğünü ne de yüreğini
Ve açtım derken kollarını bir haç olur gölgesi
Ve sarıldım derken mutluluğuna parçalar o şeyi
Hayatı garip ve acı dolu bir ayrılıktır her an
Mutlu aşk yoktur.

Louis Aragon

(Türkçesi: Gertrude Durusoy ve Ahmet Necdet) ●

* Kişisel kimlikle anlamlılığın ilişkisi için bkz. Baumeister vd.
** Amacın anlamlılığın önemli bir öğesi olduğu hakkında bkz. Baumeister vd.

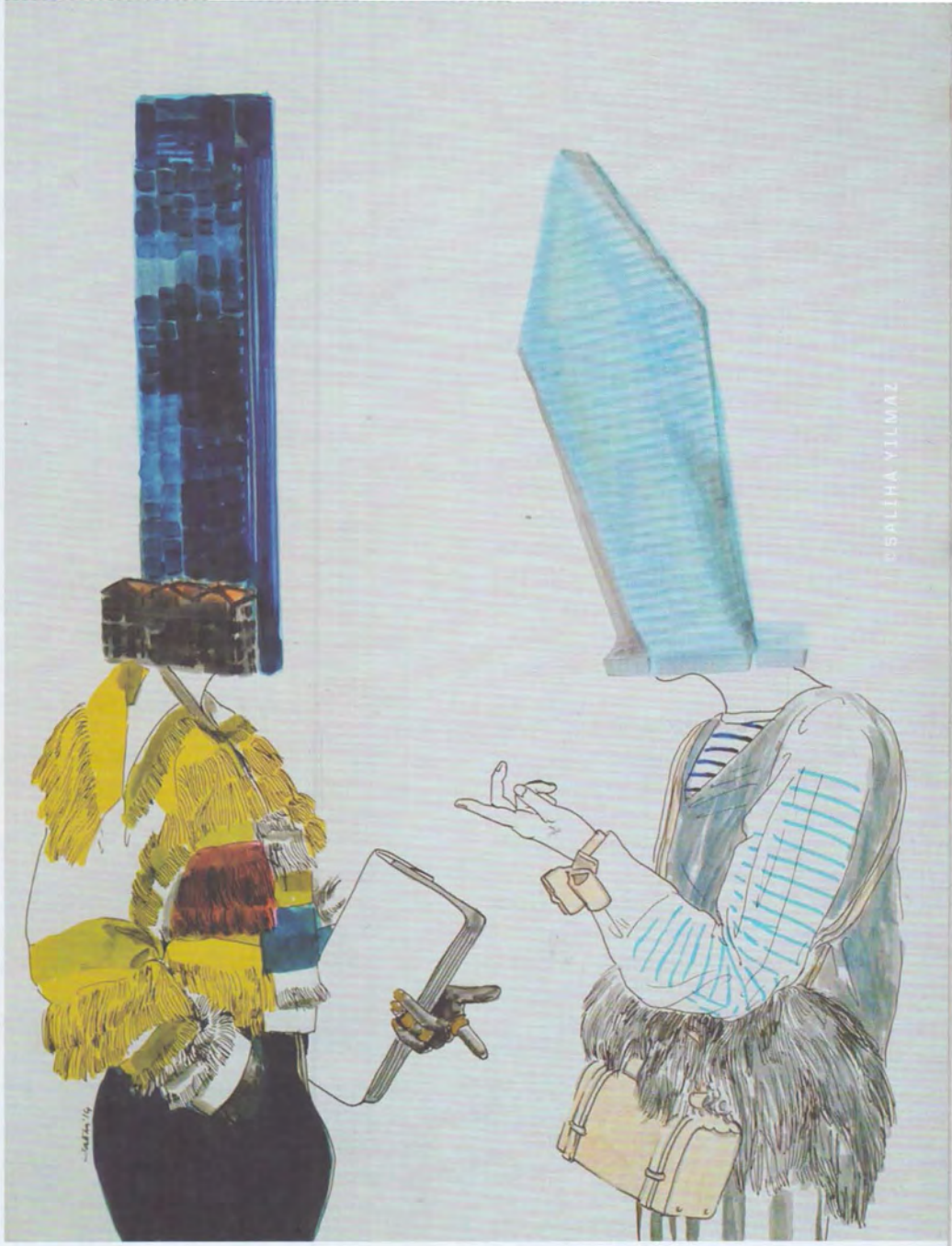
Ahmet USTA

Mutluluk mu? Alırım bi dal...

İnsanın, ölümlülüğüne
ve mutlak hiçliğe
rıza göstermesi mi mutluluk?



©SALİHA YILMAZ



Mutlak varlığın bir veçhesine ulaşma isteği veya yanılgısı mı? Babalardan, dedelerden devralınmış kaderin yükü altında, kaderin cilvesini bireyin yazgıya dönüştürme isteği mi? Kişi, statü, sınıf gözetmeden hepimizi kapsayan ekonominin zorunlu eğitim tezgâhından tedarik edilmiş keyif verici maddelerin içinde çeşitli arayışlar mı? İnsanın heveslerini ertelemesiyle -nedense hep Parisyen- oluşan boşluğu kapatmaya çalışması mı? Vuslat mı mutluluk? Bildiğimiz ve kabul etmemek için bin dereden su getirdiğimiz hayat; insana verdiği tüm istikametlere ve enkazlara rağmen, "para, çokomel eğrisi" Cem Yılmaz'ın dediği gibi. Paranın tahakkümü karşısında insan arzularımızdan hayvan isteklerimize doğru akıntıya kapılıyor ve kendi ederimizi de bilemiyorken; mutluluk üreten teknik araç olarak para dışında bir şey olmamasına rağmen varmışçasına konuşanların olması -muhafazakâr veya liberal konuşmacılar, beyin iğfal şebekeleri- ve aç olanın kendini bırakıp tokun halinden anlamaya zorlanması ve de anlaması; en sonunda çaresizlere, parasızlara "hayırlısı olsun" diye biten cümlelerle kanlarına zerk edilen imkânsızlık halleri. "Parayı veren düdüğü çalar" ilkesiyle dönen koca dünyada, düdüksüz kalanların güdük kalması ve güdüklerin hasretleriyle yeşerttiği sosyal hayat.

Daş eksikliği de vahim. Vatandaş, arkadaş ve yoldaş olamamak; olmuşların da yetmemesi. Ortaklıkları olmayanların, cemaat olmadan yaşayanların habitatları içinde yaptığı sondaj faaliyetleri. Vatandaşlık bilinci ile bireyliği arasında ortak payda kurmayanların, kurmak istemeyenlerin; pay peşinde yalan, dolan ve kurgu eko-politik işlikleri. Yoldaş olamamışların, kurgular içinde hareket etmek zorunda kalmasının ortaya çıkardığı demirden leblebi: libidinal ekonomi.

"Paşa torunundan ne eksiğim var, ben güzellikler istiyorum" misali sonlu zamanında, sonsuz hazlarını gerçekleştirme isteğinin belli bir muhasebesi, artı haneye yazıldığında oluşan duygu-durum mu? Aydınların, yersiz yurtsuzların yorgun bedenlerindeki nikotinli nefeslerinden çıkan cılız ve mahcup iki üç kelam mı mutluluk?

Sıradan bir Hollywood filminin sonu gibi: Happy End. Görülmemiş ama duyulmuş; ele avuca geleceği ümidi ile gece yastıklar ıslatılıp, sabaha güneşin doğuşuna ve mavisine hayırlısı olsun, çok şükür, Allah büyüktür, diyenlerin aradığı gürbüz hayal-et... Sokakta yürürken kulak misafiri olduğum iki kız arasındaki sohbette şöyle demişti daha dekolte giyimli ve tiki olan, arkadaşına: "Ekstra mutlu olmak, şimdiden daha çok mutlu olmak istiyorum."... Masaj salonu adı altında çalışan bazı işletmelerdeki bayan seks işçilerinin aldıkları ücret karşılığında hak ediş garantisi olarak kullandıkları ifade: Masaj + Mutlu Son. Eski bir kelime: Becayiş, gündelik doyum ve yeniden dolum ekonomisi içinde yaşamamızı yeterli ve mümkün kılacak iletişim biçimi olabilir mi? Beklentilerini birbirlerine sunan kişilerin, nesne-duygu-hal olarak verdikleri ne olursa olsun, farklılıklarını koruyaraktan yarattıkları özdeşlik hali ve bu bütünleşmenin asgari de olsa yıkıcı değil, yapıcı süregitmesi



durumunda oluşacak hal, ahbaplık ilişkisi; mutluluk olabilir mi?
Mutluluk üzerine düşünmek ile konuşmak arasında iletişim nedeniyle farklılık var. Farkı yaratan iletişim içindeki kişinin hem kendiliği hakkında tam bilince sahip olamaması, hem de en az iki kişi arasında geçen iletişimin uyuma ve indirgemeye tabi olması. Sonrasında söylenen söz ile düşünce uyuşmuyor, belki de daha öncesinde hislerimizi kendimize ifade ederken bile mutluluk, Alice'in Harikalar Diyarı'na kaçıyor... "Seni doğurduğum güne lanet olsun" diyen bazı annelerin bazı mutsuz çocuklarının yaşadıkları biçarelik karşısında, hep dönmeyi arzu ettikleri geçmişlerindeki rahim günlerine, okyanusa özlem mi mutluluk? Alice diyor ki: Mutlaka.
Altı yaşındaki yeğenimin hoplamalı zıplamalı oyunlaşmadan sonra bana söylediği "mutluluk krizi yaşadım" ifadesi; mutluluk ve kriz bir arada. Çocuk olmanın hâlâ berrak ve henüz eğitim tezgâhında yoğrulmamış bilincinde oluşan manidar ifade, haz veren oyunların azlığı kadar fazlası da kriz yaratabilir mi? Tarih, hayırları az biçimde evet diyor... Tabi olduğumuz, müptelası kaldığımız şeylerden, kişilerden veya hepsinden anlık, kısa süreli kopabilme isteği; sarhoşluk anları. Kendinden biraz kurtulmanın, kendini sıhhatli kaybetmenin, bilincini ve belleğini bir süre yitirmenin huzuru ve hatta gudubetliği mi mutluluk?
"Varoluşun özü, sonsuzluk özlemiyle yanan insanın sonluluk çırpınışıdır." Kierkegaard'ın sözü dır eki ile bitiyor. Sonlu insanın, sonsuz dır eki içindeki mücadelesi ve "imkânsız" olarak beliren mutluluk. Dır cümledeki özneyi, nesne kılıyor... Kişinin yaşanmış zamanın ürünü olan hafızasının, hatıralar, hatırlamalar ile yeniden dile, düşünceye getirmeye çalıştığı ve de yeniden üretmek istediği geçmişin izlerinden oluşan kolajlar bütünü mü mutluluk?
Mutluluk üzerine söylenen sözün veya eylemin, çoğunlukla onu bizden uzaklaştırdığı hatta uzaklık mesafesini koruduğu düşünüldüğünde, tıpkı hakikat arayışımız gibi ulaşılması arzulanan bir erişim noktası iken, varlığının koşulu -bu yazıda olduğu gibi- bilinmezliğinden neşet ediyorken, onu gelecekte mi arıyoruz? Hep bir gelecek kipi var; şimdi ve burada olanın dışında, olumsuzlamasında; böylelikle insansı ama tezahürleri belirsiz. Muğlaklığı ile baki mutluluk ve şarkıdaki gibi "Yokluğunda çok kitap okudum, aradım neredesin nerede".
Anlama yetisi ile dünyayı ve kendini yorumlayan aklın, zihin formları ile varmak istediği somut olmayan, doğaüstü estetik yargı hatası mı? Görme ve görünüş deneyiminin bellek üzerinde yarattığı ontolojik proje mi? Olayların içinde ve şekillendirmesinde ruhsal birikiminin somutlaşma arayışı mı? İnsanın, ölümlülüğüne ve mutlak hiçliğe rıza göstermesi mi mutluluk?
Düş gücü olabilir mi? Hayal kurma yetisi ile insanı, ne ise o olmamak üzerine hülyalara, amellere yönelten imge mi? Gece rüyalarda ortaya çıkan iştahların makullerini gündüz düşlerinde aramak mı? Terk edilme ve zorunlulukla bir gün kendimizi de terk edecek olmanın kaygısında, korkularımızı yatıştıracak, yatıştırıcı binlerce şey istemek mi mutluluk?
Mutluluk, hep bir eksik. Eksik olan, şeylerin eksikliğinde hissedilen eksiklerin en güzeli: Bir. Gerçekliğin simgesel düzleminde -dil ve ekonomi işliğinde- henüz olagelmemiş, boşluğu ile yer kaplayan varlık alanının işareti. Hakikat ve arzu gibi mutluluğu da tam olarak bilmiyoruz ve üçünü bilen ya da öğretecek biri olmadığı için -bildiğini iddia edenler hakkındaki şüphelerimiz bitmediği için- el yordamıyla, akıl yürütmeyle arıyoruz. Bilmediğimizi bilmek istiyoruz ve bunun mutluluk olduğunu öğrenmişiz.
Başta yazmam gerekeni, sona bıraktım. Bunları, kırk yıldır çoğunlukla mutsuz olan biri olarak yazdım. Peki, o zaman "ölümlü dünyasında istemekten vazgeçmeyen varlığa, insan denir" deyip, bitirelim.

Tuba AKYOL

Eğer mutluysan ellerini çırp

Bir çocuk şarkısı "Eğer mutluysan ve bunu biliyorsan ve bunu gerçekten göstermek istiyorsan ellerini çırp" der. Ellerimi çırpıyorum.

Neşeli bir hal var üzerimde. Annemi makyaj yaparken izliyormuşum gibi. Tuvalet masasının kenarına kaykılmışım, annem ruj sürüyor, ben pür dikkat onu izliyorum, babam kravatını bağlarken ıslık çalıyor, annem ruju yaymak için dudaklarını birbirine bastırıyor, en geç dokuz buçukta yatakta olmamı söylüyor, babam kapıyı kilitledikten sonra anahtarı yemek masasının üstüne koy diyor, annem dolaptaki meyveleri tek tek söylüyor, babam önemli bir şey olursa arayacağım numarayı telefonun yanına bıraktığını hatırlatıyor, annem nasıl görünüyorum diye soruyor...

***

Neşeli bir hal var üzerimde.
Yasak bir şey yapıyormuşum gibi.
Ciltli Hayat mecmualarının içinden üstü açık bir arabada Grace Kelly geçiyor, eşarba rağmen saçları uçuşuyor, kelebek gözlüklerinin arkasından gülümsüyor, Ayşegül tavan arasındaki sandıkta türlü çeşit kıyafet buluyor, sayfa sayfa onları giyiyor, Şebnem'e süslü bir tuvalet giydiriyorum, onu baloya gönderiyorum, mutfakta sandalyenin üstüne çıkıp üst dolaptaki çikolataları buluyorum, yanında kola içiyorum, sonra annemin gardırobundaki kıyafetleri giyip giyip çıkarıyorum, ruj sürüp annem gibi dudaklarımı birbirine bastırıyorum, kapıdaki anahtarın sesiyle yatağa dalıyorum, annem babama mışıl mışıl uyuyor diye seslenirken ben yorganın altında gözlerimi sımsıkı kapatıyorum.

***

Neşeli bir hal var üzerimde.
Rüzgâra karşı bisiklet sürüyormuşum gibi. Hava sıcak, rüzgâr ılık, hızlı hızlı pedal çevirip sonra bırakıyorum, bakkalın çırağına el sallıyorum, tekrar pedala asılıyorum, bir şarkı mırıldanıyorum: "If you're happy and you know it, clap your hands / Eğer mutluysan ve bunu biliyorsan ellerini çırp." Bisikletin gidonunu bırakıp ellerimi çırpıyorum, sonra şarkı parmaklarını şıklat diyor, şıklatıyorum ve sonra geçen seferkinden daha uzun süre ellerimi iki yana açıp gidiyorum.

***

Neşeli bir hal var üzerimde.
Büyüdüğümü sanıyormuşum gibi.
Plajda boylu boyunca yatan kumdan kadın heykeline yosunlardan bikini altı yapıp göğüs uçlarına deniz kabukları yerleştirdikten sonra koşarak denize dalıyoruz, kim çalıyor "Big in Japan"ı, biz "All right!" diye bağırıyoruz, kayığa kadar yüzüp çapanın ipine basarak bale yapıyoruz, kıyıdan seçilemeyecek kadar kürek çekip yine de sigaralarımızı kayığın içine çömelip içiyoruz, sonra sona kalan kayığı getirir diye bağırıp yüzerek dönüyoruz.

***

Neşeli bir hal var üzerimde.
Bilgisayar tuşları üzerinde seksek oynuyormuşum gibi.
Ekrandaki yazı dosyasının kenarında, soldan iki parmak içeride, ilkokul defterimdekinin aynısından, dikine bir kırmızı çizgi varmış gibi.
Ödevimi bitirmişim de Anne Shirley'le Avonlea'da dolaşmaya devam edebilecekmişim gibi.
Mutluluk, bir çocuk şarkısı.



© MARTA BEVACQUA

Şehmus AY



Gizli mesleği mutsuzluk olanların mutluluğu

İnsan kendini kandırmadan mutlu olabilir mi?

©UĞUR ATİK



Mutluluk sözcüğünü çoğu zaman gizli bir suçluluk duygusuyla birlikte kullandığımın farkındayım. Gördüğüm ve tanıdığım pek çok insanda da benzer tepkiler görüyorum. Sanki "hayatın gerçekleri" mutsuzluk üzerine kurgulanmış. Bu "gerçekleri" yok sayan, onlarla bağdaşmayan her duygu ve düşünce hayata ihanet ediyormuş hissi yaratıyor. Nedir bu "hayatın gerçekleri": Acı, keder, korku, savaş, kaza, yoksulluk, tatminsizlik, hastalık, koşturmaca, ayrılık, ölüm... Dilin çürük bir dişi sürekli yoklaması gibi "hayatın gerçekleri" de neredeyse Tanrı gibi her an her yerdedir. Dünya sanki mutluluğu ebediyen yitirmiş insanların gizli ortaklığıyla ayakta duruyor.

Hayatımıza zaman zaman giren sevinç, neşe, eğlence ve mutluluğun kapsama alanında sayılan diğer şeyler küçük birer soluklanma anı, geçici bir durak, kısacık mola zamanları gibi. Acı, bellekte derin bir kesik, dağlanmış bir yara gibi iz bırakırken, mutluluk hatırlanmayacak kadar uzak, çoğu zaman gerçekliğinden bile şüpheye düşürecek bir varsayım, bir yapıntı*, uçucu ve solgun bir anı kırıntısı gibi. Mutluluğun hafifliği, acının ve mutsuzluğun aksine, onun an'ı ele geçiren, kuşatan, hapseden değil, an'dan, zamandan kurtulan, içine gömüldüğümüz "gerçekliğin" ötesine taşıyan yapısındandır. Bu yüzden de bellek mutluluk için, sonradan geriye pek az iz bulduğumuz geçici bir konaklama yeri gibidir. Oscar Wilde gibi söylersek, "hiçbir şey eskimez mutluluk kadar".

Acı ve mutsuzluk kültürü

İnsanlığın tarihi bir bakıma insanın mutsuzluğunun da tarihidir. Kurduğumuz uygarlıklar bizi doğaya karşı nispeten güçlü kılsa da, bizi bir arada tutan toplumsal düzenlerin ve sınıfsal farklılıkların/çatışmaların mutluluk arayışımıza beklediğimiz karşılığı verdiği söylenemez. Uygarlık, doğayla uyumumuzu tahrip ederken bizi içgüdülerimizi bastırmaya da zorladı. Bu bakımdan uygarlık tarihi insan türünün de kendi iç doğasını yaratma sürecidir. Bu "iç doğa" bireyi ve kültürü ortaya çıkardı; sanatı, estetiği, insan aklının erişebileceği sınırları zorlayan teknikleri ve teknolojiyi geliştirdi. Ama uygarlık insana aradığı huzuru ve mutluluğu vermedi, veremedi. Uygarlığımızı hatta gezegenimizi zorlayan bugünkü derin krizlere bakıldığında nereden nereye geldiğimiz kolaylıkla anlaşılacaktır.

Batı uygarlığının birbirlerini yok etmek isteyen temsilcilerinin savaşlarla dünyayı bir cehenneme çevirdiği ve yeniden savaşmak için güç biriktirdiği zamanlarda (1930) Freud'un yazdığı "Uygarlığın Huzursuzluğu"** bugün de içinde büyük mutsuzluklarla yaşadığımız uygarlığı ve insanını anlamamız için değerinden çok şey kaybetmemiş bir eser olarak önümüzde

* TDK sözlüğünde yapıntı şöyle tanımlanıyor: 1. Gerçekle çeliştiğini, gerçekliğe uymadığını bile bile tasarlanan şey, hayal gücüyle yaratılmış olan şey, tasnı. 2. Bilgi kuramında ve ontolojide gerçeğe uymayan ancak belirli bir kuramsal veya pratik amaç için kullanılması sakıncasız olan tasarım, tasnı.

** Sigmund Freud, "Uygarlığın Huzursuzluğu", çev. Haluk Barışcan, Metis Yayınları, 1999-İstanbul.

duruyor. Freud, bu eserinde insanların uygarlıktan bazı beklentilerinin olduğunu yazar. Bu beklentilerin arasında en önemlileri ise güvenlik ve adalettir. Ancak uygarlığımız bunu tam olarak sağlayamaz. Bize kısmi bir güvenlik ve yetersiz de olsa bir adalet sunan uygarlık, insanın elinden "en önemli" şeyleri almıştır: İçgüdülerin tatmini. Çünkü toplumun diğer kesimleriyle bir arada yaşayabilmek için "acı ilacı" içmek, dürtülerinden, içgüdülerinin tatmininden vazgeçmeyi göze almak gerekir. Peki, içgüdülerin tatmini ya da uygarlık öncesi insan mutlu muydu? Freud, bu konuda elimizde sağlam bilgiler olmadığını söyler. Toplum, hedeflerine ulaşmak ve bir arada olmayı sürdürmek için bireye bazı dayatmalarda bulunur ve bireye bazı sınırlar çizer. Bireyin nevrotik hale gelmesinin, yaşadığı sancıların ve mutsuzlukların temelinde de bu yatar. "Dar anlamda mutluluk dediğimiz şey, iyice birikmiş gereksinmelerimizin daha çok ani bir tatmini olup doğası gereği yalnızca kısa bir görüngü olarak mümkündür" diyen Freud'a göre insan her zaman mutluluğun peşindedir ve bunun için çaba gösterir. "Bu çabanın iki yönü, bir olumlu bir de olumsuz hedefi vardır. Bir yandan acı ve keyifsizliğin yokluğunu, öte yandan da yoğun haz duygularını yaşamayı ister."

Uygarlık, insanın tatminsizliğini önlemek, acılarını hafifletmek için çeşitli mekanizmalar yaratmıştır. Ancak bütün bunlar insanın yaşamını sürdürebilmesi için bir vasat yaratsa da insana aradığı mutluluğu vermez. İnsan uygarlıktan koparak uygarlık öncesi ilkel koşullara dönerek mutlu olabilir mi? Elbette ki hayır! Uygarlık, yetersiz ve sorunlu da bulsak, doğanın baş edilemeyen güçlerine karşı insanlara bir güvenli alan yaratmıştır ve yine uygarlık insanın içgüdülerinin tatminini kısmen de olsa mümkün kılacak "kaçış alanları" oluşturmuştur.

Yanı sıra insanın Freud'a göre ilginç sayılabilecek bir başka beklentisi daha vardır uygarlıktan: Güzellik. Freud şöyle yazar: "Sanki ilk dile getirdiğimiz talebimizi yadsımak istercesine, insanların hiç de yararlı olmayan, hatta gereksiz görünen şeylere, örneğin şehirlerde oyun ve hava alma alanı olarak gereken parklarda çiçek tarhlarının da bulunmasına ya da evlerin pencerelerinin çiçek saksıları ile süslü olmasına özen göstermesini de 'uygarca' bularak takdir ederiz. Uygarlığın takdir etmesini beklediğimiz gereksizliğin güzellik olduğunu hemen fark ederiz." (s. 51)

Uygarlığın insana verdikleri ve insandan götürdükleri arasında bir kıyaslama yaparsak ne tür bir tabloyla karşılaşırız? Açıkçası bu tablo pek mutluluğa giden bir yol çizmiyor. Freud'un kısmen de olsa sağlamış dediği güvenlik açısından baktığımızda, savaşların, içsavaşların, ekonomik ve sosyal eşitsizliklerden doğan çatışmaların neredeyse insan ve uygarlık tarihinin bir yasası olduğunu görüyoruz. Bugün de manzara pek farklı sayılmaz.

Sınıfsal, etnik ve dini çatışmalar neredeyse tüm dünyayı güven içinde yaşayacak çok az yerin bulunduğu bir gezegen haline getirmiş. Buna biyolojik, kimyasal ve nükleer silahların yarattığı tehdidi de eklemeliyiz. Yine doğaya karşı verdiğimiz hâkimiyet savaşında insan galip gibi görünse de ekolojik yıkım ve tahribat nedeniyle dünyanın adım adım yaşanmaz hale gelmekte olduğunu söyleyebiliriz. Küresel ısınma, sera gazlarının atmosfere verdiği zarar, sanayileşmenin doğada yarattığı yıkım, fosil yakıtlar, nükleer santraller vb. bu liste uzayıp gider. Bütün bunların bedelini de tuhaf ve alabildiğine yıkıcı doğa olayları, depremler, asit yağmurları, birçok canlı türünün yok olması, önü alınamayan hastalık ve salgınlar olarak ödüyoruz.

Peki ya adalet? Uygarlığımızın sicili bu konuda diğer pek çok şeye göre daha karanlıktır. Uluslar ve sınıflar arası eşitsizlik, cinslerarası eşitsizlik, ekonomik ve sosyal adaletsizlik, gücün hükmünü sürdüğü dünya siyaseti vs.

Mutluluk pazarlamacılığı

İnsana mutluluğu en çok pazarlayan sistem, kapitalizmdir. Neredeyse bütün reklam sektörü ve görsel teknolojiler insanı sahip olduğu şeylerle mutlu olacağına inandırmak için çalışıyor. Kapitalizm, bildiğimiz kaba hedonizmi mutluluk diye yutturmak için elindeki devasa pazarlama aygıtlarını ustaca kullanarak bir mutluluk yanılsaması yaratmayı çok iyi becerir. Giydiğimiz elbiselerin markalarından tutun da kahvaltıda kullandığımız margarine kadar, bize "mutlu olmanın yolu"nu gösteren bu aldatmaca, tüketimi kamçılamaktan ve insanlararası eşitsizliğin üzerini tüketim nesnelerinin eşitliğiyle kapatmaya çalışmaktan başka bir sonuç yaratmaz. Birer tüketim canavarına dönüştürülen insanlar yaşadıkları ruhsal yoksulluğun farkında olmazlar. Oysa tüketim döngüsünün gayya kuyusu insanları daha da mutsuz eder. İnsanlar daha fazla satın almak, sahip olmak, ihtiyacı olmadığı halde edinmek, mağazalardan eli boş dönmemek, markaların moda ürünlerini almak için yarış halindedir. Sanki içlerindeki boşluğu bu nesneler dolduracak gibidir. Bu bir fetişizm halini alır. Bize yararı olduğu düşünülen bu nesneler bizim için özel bir varlık/kimlik kazanmaya, hayatımızda gerektiğinden fazla yer kaplamaya ve çoğunlukla da hayatımızı yönetmeye başlar. Yapay ihtiyaçlar, gerçek ihtiyaçlarmış gibi algılanmaya başlanır ve tüketim nesneleri kimliğimizin, prestijimizin, itibarımızın bir parçası haline gelir. İnsanlar bunları elde etmek için daha fazla çalışmaya, daha çok borç altında boğulmaya başlar. Günün sonunda mutlu olmak da söz konusu değil.

Baudrillard, "Tüketim Toplumu"nda* bu durumu şöyle açıklar: "Bu sistemde ihtiyaç ve hazların olumsal dünyasının, doğal ve biyolojik düzenin yerini, bir toplumsal değerler ve sınıflandırmalar düzeni almıştır. Gerçek ihtiyaçlar ile sahte ihtiyaçlar arasındaki ayrımın ortadan kalktığı tüketim toplumunda birey tüketim mallarını satın almanın ve bunları sergilemenin toplumsal bir ayrıcalık ve prestij getirdiğine inanır. Böylece tüm bir toplumsal farklılaşma mantığı ortaya çıkar. İhtiyaç artık tikel bir nesneye duyulan ihtiyaçtan çok, bir farklılaşma ihtiyacıdır. Toplumsal olarak üretilmiş rasyonel ve hiyerarşik ihtiyaçlar sisteminde tüketici tek tek nesnelere değil, tüm bir mal ve hizmetler sistemini satın almaya yönlendirilir; bu süreçte bir yandan kendini toplumsal olarak diğerlerinden ayırt ettiğine inanırken, bir yandan da tüketim toplumuyla bütünleşir. Dolayısıyla tüketmek birey için bir zorunluğa dönüşür."

Mutluluk vaat eden hatta pazarlayan başka gruplar da var. Günümüzün postmodern guruları, çeşitli spritüal akımlar ve kişisel gelişim uzmanları, insanlığa mutluluk yolu olarak bu dünyanın gerçekleriyle aralarına mesafe koymayı öğütlüyorlar. Bunlar

* Jean Baudrillard, "Tüketim Toplumu", 1997-İstanbul; Ayrıntı Yayınları.

bir açıdan insanları rahatlatan, insanları dünyanın bunaltıcı ikliminden uzaklaştıran pratikler sunuyorlar. Ancak sonunda mutluluk sağladığını söylemek öyle kolay değil. Çağımızın insanını tüketen stres, anksiyete, panik atak, depresyon vb. ruhsal sorunları hafifleten uygulamalar (yoga, meditasyon vb.) sağlık açısından yararlı olsa da, dünyanın ve hayatın gerçekleri karşısında mutluluğa giden yolu döşediği söylenemez.

Mevcut sistem sadece mutsuzluk üretmiyor, hastalık, savaş ve rekabetin getirdiği düşmanlıklar da üretiyor. Bu sistemi aşmaya dönük ütopyalar insanlığın ufkunda parıldasa da henüz radikal bir dönüşüm yapabilecek koşullar oluşmuş değildir. Sınıflı toplumlar tarihi aynı zamanda sosyal mücadeleler tarihidir de. Yani başka bir dünya, başka bir hayat mümkündür. Bu açıdan bakıldığında, "gelecek uzun sürer."* İnsan, tarih boyunca, dinler yoluyla, başka bir dünyadaki/hayattaki mutluluğun bu dünyadan vazgeçerek olacağına inanmış. Bu dünyadan vazgeçenler bir parça huzur bulsa da mutluluğu bulduğu söylenemez. Hatta çoğu zaman bu dünyadan ve bu dünyanın güzelliklerinden vazgeçmiş olmanın bedelini başka insanlara ve toplumlara feci bir şekilde ödeterek hayatı cehenneme çevirirler: Bakınız her türden köktendincilik.

Mutluluk ütopyası

Her sene açıklanan mutluluk indeksi dünya genelinde ülkelere göre mutluluk düzeyini belirliyor. 2015 raporu şöyle: "New York'ta açıklanan 'World Happiness Report 2015' raporuna göre, dünyanın en mutlu insanlarının yaşadığı ilk 10 ülke İsviçre, İzlanda, Danimarka, Norveç, Kanada, Finlandiya, Hollanda, İsveç, Yeni Zelanda, Avustralya olarak sıralandı. Sıralamaya göre en mutlu 10 ülkenin yedisi Avrupa'da bulunuyor." Birleşmiş Milletler adına hazırlanan bu indeks, 158 ülke arasında gelir, yaşam beklentisi, sosyal ağ ve algılanan özgürlük gibi kriterlere bakılarak Kolombiya Üniversitesi tarafından hazırlanıyor.

Bu listeye göre Türkiye 76. sırada yer almaktadır. Bu raporu esas alırsak, dünyada mutlu bir azınlık var ve geriye kalanlar mutsuzluk içinde. Peki, sahiden de mutluluk nedir ve mutluluk ölçülebilen bir şey midir? Mutlulukla ilgili en yaygın ve kabul gören tanım, kovaladıkça kaçan, farkında olunmayan, farkına varıldığında kaybolan bir şey olduğudur. Bu tanıma göre mutluluk anlardan oluşuyor. Orgazm sadmeleri gibi. İstikrarlı ve uzun süreli bir ruhsal durum değil de kimi zaman nedeni belirsiz bir coşku, kimi zaman da keyif veren bazı durumların yarattığı neşe hali. Sevinçle mutluluğu birbirine karıştıranlar da yok değil. Neşe de öyle. Oysa sorulacak soru şu olmalı: Mutluluk gelip geçici bir ruh hali mi yoksa ruhsal, bedensel ve kişilik olarak sevinci de neşeyi ve heyecanı da kapsayan bir içsel durum mudur? Mutluluğu ruh haline indirgediğiniz zaman, haberleri seyreder seyretmez bütün dünyanız yıkılır, sevinçleriniz kursağınızda kalır, "mutluluğunuz" zehre dönüşür. Sözgelimi bu metin yazılırken Suruç'ta gençlere yönelik bir bombalı saldırı gerçekleşmiş ve 32 gencecik insan paramparça edilerek hunharca öldürülmüştü. Bilgisayar ekranında mutluluk ile ilgili cümleler akarken, sosyal medyadan da insanın yüreğinin kaldıramayacağı fotoğraflar paylaşılıyordu.

Mutluluk sadece günün olaylarının akışına emanet edilmiş bir ruh hali değilse nedir öyleyse? Erişilmesi imkânsız bir ütopya mı? İnsan kendini kandırmadan mutlu olabilir mi? Daha da önemlisi mutlu olmak mümkün mü?

Belki de hazların peşinden koşmak, hazza doymaktır mutluluk. Hazların tatmini insanları gerçekten mutlu ediyorsa, dünya üzerindeki hemen hemen her hazzı deneyen, tadan insanların da pek mutlu olduğunu söyleyemiyoruz; etrafımızda böyle pek çok örnek mevcut. Zira haz da tüketim toplumunun abur cuburu içe alma anlayışının bir parçası haline gelmiştir. Hazzı da tıpkı fast food bir yemek gibi, içinde boğulduğumuz dünyanın sıkıntılarını daha katlanılır hale getirmek için tüketiyoruz. Çünkü haz da alınıp satılan, tüketilen bir şey halini almıştır. Zamanla tıpkı alkol, tütün ya da diğer keyif veren maddeler gibi haz da bağımlılık yaratır ve artık haz keyif verdiği için değil bedensel ve ruhsal gereksinim haline geldiği için hazzın peşinden koşulmaya başlanıyor. Acıdan kaçış ya da hazza yöneliş de tek başına dünya hayatını anlamlı bir mutlulukla taçlandıramıyor demek ki.

Akademik literatürde mutluluk sözcüğü genellikle "öznel iyi oluş" olarak tarif edilmektedir. Mutluluk ya da öznel iyi oluş hali, "kişinin hissettiği olumlu duyguların olumsuz duygulardan çok olması ve genel olarak yaşamdan alınan doyum" olarak tanımlanmaktadır. Bunun içine başarı, özsaygı, sevgi, güvenlik, ekonomik refah, özgürlük, aile ilişkileri vb. gibi etkenler de girer. Bu tanıma göre mutlu insanlar dünyanın ve hayatın gerçeklerine, yaşanan olaylara mutsuz insanlardan farklı tepkiler vermektedir. Bu da bireyi yaratıcılığa, keşfetmeye, dünyayı daha iyi anlamaya ve psikolojik sorunların üstesinden gelmekte daha becerikli olmaya sevk etmektedir.

Erich Fromm şöyle yazıyor: "Mutluluk ve mutsuzluk tüm organizmanın, tüm kişiliğin içerisinde bulunduğu durumun ifadesidir. Mutluluk canlılığın artması, duygu ve düşüncelerin keskinliği ve yaratıcılıkla birlikte gider; mutsuzluk ise bu yeteneklerin ve fonksiyonların zayıflamış olmasıyla ilgilidir. Mutluluk ve mutsuzluk, tüm kişiliğimizin durumuna öylesine bağlıdır ki, bedenimizin tepkileri çoğu zaman onları bilinçli duygularımızdan daha iyi dile getirmektedir. Bir insanın gergin yüzü, kayıtsızlığı, yorgunluğu ya da baş ağrıları gibi fizik rahatsızlıklar, hatta daha ciddi hastalıklar mutsuzluğun sık sık karşımıza çıkan belirtileri olduğu gibi, bedensel bir rahatlık duygusu da mutluluğun 'belirtilerinden' biri olabilir."**

Sahici mutluluk gerçekleşmesi mümkün bir "ütopya"dır. İpten kazıktan kurtulmuşların ütopyası. Hayatın gerçeklerini yok sayan, görmezden gelen bir tür körlükle değil onlarla mücadele içinde gerçekleşebilir.

Bu yüzden mutluluk kaçışta değil, hayatın içinde olmakla olanaklı olabilir. Aklın merdivenleriyle değil, düş gücünün büyüsüyle mutluluğa ulaşılabilir. Bu dünyanın tozuna kirine ne kadar az bulaşırsa o kadar mutluluğa yakın olabilir insan. Hazzın, sevincin, neşenin, acının, kederin harmonisidir mutluluk. Çünkü bütün bunlar hayata derinliğini veren şeylerdir. Konfüçyus gibi söylersek: Mutluluk ne göklerdedir ne de yerde; mutluluk insanın boyunun hizasındadır.

* Louis Althusser.

** Erich Fromm, Erdem ve Mutluluk, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1994-İstanbul

Hande ÖĞÜT

Mutluluk Feminizmi

Öyle mutlu, öyle kusursuz, öyle kurgulandıkları gibiler! Olabilirler mi? (...) Bu mutlu kadınların, kendilerini daha iyi hissetmek için yaptıkları en iyi şey, alışveriş ve güzellik işleriyle uğraşmaktır.



"Marcella, ne kadar şanslı olduğunu düşünüyordu. Tüm istekleri yerine gelmişti. Tom Feather gibi, her genç kızın hayalini süsleyen yakışıklı ve sevecen bir erkeğe sahipti. Bundan başka iki de defileye katılmıştı: Biri, örgü giysilerin tanıtımını yapmak, diğeri ise bir yardım derneği yararına para toplamak üzere yapılan iki defilede amatör mankenlerle podyuma çıkmış, bol bol resim çektirmişti."
(Maeve Binchy, "Aşk Mutfakta Pişer")

'90'lardan bu yana ortaya çıkan çok mutlu, neşeli, enerjik her şeyi yapmaya muktedir bir kadın modeli var ki popüler anlatıların, senaryoların, başarı hikâyelerinin başrolündeler; dergilerde, dizilerde, filmlerde, romanlarda kahraman onlar... Sadece son moda saç, giyim, makyaj, kozmetik, estetik cerrahi, konuşma, tonlama, bakma biçimleri değil, amaçları, araçları, izledikleri, okudukları, bayıldıkları filmler, diziler, kitaplar da aynı! Hepsi ekonomik özgürlüğüne kavuşmuş, ipleri eline almış, hayattan ne istediğini bilen kadınlar. Güçlü, güzel, zarif, beyaz, bakımlı, başarılı, şık, mutlu, hem kariyer hem aile sahibi... Ve tüm bu özellikleri dolayısıyla istemeseler de "feminist"ler!

Feminizmi tercih etmemiş olsa da faydalarını gören Beyonce, erkeklere dair şansının bugüne kadar yaver gitmesini bir tek "şey"e bağlıyor: Feminizm! En yakışıklı, en zengin, en popüler erkeği elde etmek; iş hayatında en güçlü erkeği geçmek; evlilik

ve annelik, varlıklarının biricik nedeni yeni Viktoryenlerin! İdeolojik feminizm gerilerken, kadınların iyi anne, harika eş, başarılı işkadını, güzel, bakımlı ve dirençli olmalarını sağlayan bir program olarak işleyen popüler feminizm, ya da mutluluk feminizmi yapısal bir analizden, hakiki bir öfkeden, müşterek taleplerden yoksun, postmodern iktidar yapısına eklemlenerek yükseliyor, yayılıyor.

"Tek Boyutlu Kadın"da, 19. yüzyılın liberal feminizminden bugüne gelinen süreçte, feminizmin yarattığı kadın olgusunu sorgulayarak feminist hareketin gittikçe küçülmesinin nedenlerini araştıran İngiliz felsefeci Nina Power, özellikle liberal feminist hareketin kazanımlarıyla modern şehirli kadının "başarılı" imajıyla iş dünyasının önemli sembollerinden biri haline geldiğini vurguluyor. Bunda içi boşaltılmış feminizmin etkili olduğunu belirten Power'ın önemli tespitlerden biri, kapitalizmin feminizmle uzlaşma noktası. "Özgürleştirici feminizm", bire bir "özgürleştirici kapitalizm"in ağlarıyla örülüyor, ana örüntünün içinde yuvalanıyor. Kadının kurtuluş isteği, kendini gerçekleştirmekten değil, tüketimden, daha iyi görünmekten, harikulade hissetmekten geçiyor.

Tarihsel ve politik boyutundan soyulup bir kişisel gelişim retoriğine dönüştürülen; sınıfsal, cinsel, ırksal, ekonomik ve toplumsal farklılıkları yok sayan bu homojen feminizm anlayışının tüm müritleri şaşırtıcı biçimde aynılar; sanki robot, sanki başka bir dünyalılar!

Öyle mutlu, öyle kusursuz, öyle kurgulandıkları gibiler!

Olabilirler mi?

Bu çabanın en uç noktasını "Stepford Wives" (Stepford Kadınları) adlı kült film, harikulade yansıtır. Ira Levin'in aynı adlı 1972 tarihli romanından sinemaya uyarlandığı zaman dikkat çeken ve popülerleşen hikâye, erkeğin kusursuz kadını yaratma arzusunun ürünüdür. Filmin baş kadın karakteri Joanna işten çıkarılıp, sinir krizi geçirdikten sonra ailesiyle birlikte Stepford'a taşınır; büyük şehir hayatından, 1950'lerin güzel elbiseler, kırmalı etekler, şapkalar, incecik beller ve ev hanımlığı dünyasına ani bir geçiş yapar. Çevresine alışmaya çalışan Joanna, kasabadaki tüm kadınların yemek yapmaktan, ev temizliğinden ve kocalarını memnun etmekten tutku derecesinde hoşlanan, mutluluk duyan kadınlar olduğunu fark edince bu durumun nedenini araştırmaya değer bulur ve çok geçmeden de gerçeğin farkına varır. Bu kasabanın erkekleri, eşlerini, itaatkâr cyborg kopyalarıyla değiştirmişlerdir. Kopya Stepford kadınları, aşırı derecede güzel, hizmette kusur etmeyen, cinsel anlamda tatmin edici, mutlu ve sorunsuzdurlar.

Ira Levin'in romanında, eşit haklar isteyen, onlardan daha çok kazanan, başarılı olan karılarını robotlarla ikame ediyordu erkekler. 1975'te Bryan Forbes tarafından beyazperdeye aktarılan ilk versiyonda, kadınları öldürüp yerlerine robotları geçiren erkeklerdi. '80'de Frank Oz tarafından çekilen ikinci filmdeyse kadınları robotlaştıran teknolojiyi geliştirenin, kocası tarafından aldatıldığını öğrenince "deliren" bir bilim kadını olduğunu görüyorduk.

Bilim alanına zaten çok geç giren kadının bir de delirerek diğer kadınlara zarar vermesi, tam da patriarkal sistemin arzuladığı bir sonuçtur. "Kadın duygusaldır, histeriktir, deliliğe yatkındır, bilimde yeri yoktur" türden eril tasavvurları onayladığı gibi, patriarkanın kadını kadına düşman kılma mekanizmasını da yeniden üretmektedir.

Yaşam tarzı feminizmi = pembe feminizm

Kadınların yanında gibi görünerek, patriarkal söylem ve sistemi besleyen, kadınlık ideallerini, eril erkin anlam örüntülerinde temsil eden popüler feminizmin, kuramsal/politik bir perspektiften bağımsız, politik duruşu ne olursa olsun bütün kadınların feminizmi, kendi yaşam tarzı içinde bir yerlere yerleştirebileceğini savlayarak, '80'ler itibarıyla postfeminizmin içinden ayrışarak ortaya çıktı.

İkinci dalganın, kadını ortak paydada birleştiren "kimlik politikası" üzerinden varoluşunu eleştirerek karşı kuramlarını oluşturan postfeminizm özcülüğü, ikili karşıtlıkları ve "toplumsal cinsiyet" kategorisini reddederek deneysel ve yanılabilirci olmayı, çoğulculuğu, yerelliği, özgüllüğü ve görececiliği ve kimi akımları da pornografiyi ve kadın çıplaklığını savundu.

Postmodern feministler, cinsiyet kimliği ile ilgili tanımlanma ve sınırlamaların, biyolojinin bir sonucu olmayıp toplumsal olarak üretildiğini düşünüyordu, bir kısmı da işi popülarize etmeyi başarmıştı. Kadınlığın negatif temsillerini sahiplenerek çıplak gösteriler yapan, bedenini cinsel olarak metalaştırmaktan yana tercih kullanan, pornografiyi savunan ekollerin hemen ardına yaşam tarzı feminizmi, pembe feminizm, mutluluk feminizmi diye adlandırabileceğimiz ve hayli de yaygınlaşan yeni bir akım ilişiverdi. Ve böylelikle zaten marjinal olan feminizmi tamamen marjinalliğe mahkûm ederek, bir eylemlilik, eleştirel bir bilinçlilik, kuramlar zinciri, aktivizm ve cinsiyetçiliği, cinsiyetçi sömürü, baskıyı sona erdirmeyi amaçlayan bir ideoloji olan feminizmin içini kendi arzularına göre tamamen boşalttılar.

Güçlü kadınlar erkekleşerek kapitalist piyasa ilişkileri içinde yerini aldı ama aynı zamanda âşık da olunmaları gerekliydi, güzel ve anne de olmalıydılar. Böylece ABD popüler kültürü, bu güçlü ve güzel kadını tanımlayan yeni simgeler yarattı ve hızla dünyanın pek çok ülkesine kitaplar, filmler, reklamlar, popüler medya aracılığıyla yayıldı.

Gloria Steinem, Susan Faludi gibi yazarlar, "Çocuk da yaparım, kariyer de" söylemine imza attı. Tam da bu dönemde, TV muhabiri Murphy Brown tiplemesi çıktı ortaya ("Sex and the City" kadınının öncülüydü). Derken güzel, bakımlı, başarılı, hem iş kadını hem anne ve âşık olunan kadın modeli popüler edebiyat ve film dünyasını sardı.

Kadınların iyi anne, harika eş, başarılı işkadını, güzel ve dirençli olmalarını sağlayan, tarihsel ve politik boyutundan soyulup bir kişisel gelişim retoriğine dönüştürülen bu homojen feminizm anlayışında, kadın olmaktan çok, doğrudan kadınlıkla ilgili daha bireysel sorunlar öne çıkmaktadır. Bu kadınları birbirine yaklaştıran, tarihsel ve toplumsal bir bilince sahip olmaları değil, ışıltılı bireysel yaşamları, gündelik olandaki ortaklıklarıdır. Tarih, kültür, ideoloji, siyaset gibi sorgulanması mümkün olmayan kavramların arasında kendilerine ancak gündelik hayatın sığınağında mutluluk bulabilirler!

Eğitimli, kentli, orta sınıf, her yaştan kadının okuduğu, izlediği, öykündüğü bu kadınlar, kendi ayakları üzerinde durabilen,

ekonomik özgürlüğünü kazanmış, evliliğini, işini, anneliği bir arada yürüten çağdaş Batılı kadınlar; evliliği düşleyen, düğün hazırlıklarındaki genç kızlar ve mutlu, sorunsuz, güzel, güçlü "feminist"lerdir. Erkekler, sevgililer, aldatan kocalar, güzellik, genç ve formda kalmak, yemekler, mutfak, çocuklar, alışveriş ile ilgili konularda şikâyet edebilmeyi özgürleşmek sanan, gündelik rutini, bütünsel gerçekliğin ta kendisiymiş gibi gören, sadece kendileri yararına meşgul ve aktif kadınlardır. Candace Bushnell, Maeve Binchy, Debbie Macomber, Monica Mc Inerney, Cathy Kelly, Sarah Webb, Barbara Taylor Bradford, Judith O'reily gibi kimi ülkemizde de çok okunan ve satan romanların dikte ettiği, özendirdiği bu kadın modelinin en büyük başarısı, her sosyokültürel kesimden kadının kendisini bu kurmaca kişileriyle, bu simgelerle özdeşleştirebilmesidir. Kitapları, popüler aşk romanları, pembe diziler ve melodramlarla pek çok yapısal, ideolojik, tematik benzerlik taşısa bile Maeve Binchy'yi, türün öncüleri Barbara Cartland, Danielle Steel, Jackie Collins'ten ve ardılı pek çok kadın yazardan ayıran en önemli özelliği feminist oluşudur; o, kitaplarında gururla etiketlediği gibi "İrlanda feminist hareketinin ilk kadın editörü"dür!

Ancak Binchy'yi içinden çıkaran feminist geleneğe baktığımızda kadınların kurtuluşu için özgürlükçü bir perspektif göremeyiz. Nitekim İrlanda'da 1980'lerde yeni dalga feminizminin "lider kadrosu" işçi sınıfından kadınları büyük ölçüde ihmal edince, işçi kadınlar kendi aralarında örgütlenerek, Protestan ve Katolik bölgelerdeki yerel kadın merkezleri etrafında birleştiler. Yerel cemaat temelindeki kadın merkezleri, lider kadroya meydan okudu ancak zamanla kadının tarihselliği, sınıfsallık, politik ve cinsel kimlik meselelerinden uzakta yerel ve gündelik olana hizmet eden bir yapıya dönüştü. Siyaseti önemsemeyen, gündelik hayatın sıkıntılarıyla (erkekler, çocuklar, kocalar, aşk, güzellik, diyet, sağlık) yorulan kadınlara hitap eden merkezlerin kadınların kendilerini geliştirmelerine yönelik açtığı meslek kursları ve zanaat atölyeleri, genç anneleri, genç kızları, yemek pişirme ve dengeli beslenme meraklılarını, emekli kadınları bünyesinde topladı. Faaliyetlerinin bu kadar etkin olmasının nedeni günlük hayatların, ihtiyaçların, ortak ilgilerin yarattığı sağlam


"Stepford Kadınları" (2004)

zemindir. Cynthia Cockburn'un belirttiğine göre -kendini "kadınların kolektif feminist sesi" olarak adlandıran Kadın Destek Ağı hariç- yerel kadın merkezlerinde, erkek nefreti ve cazgırlık ya da orta sınıf küstahlığı olarak görüldüğü için "feminizm" kavramından pek hoşlanılmaz. Aile feministleri, bu gruplardan biridir. Maeve Binchy, daha da fazlasıdır.

Feminist iyilik meleği

Ekonomik özgürlüğünü kazanan ancak sekreter, aşçı, pansiyoncu, resepsiyon görevlisi, metres, aşçı, hemşire, kuaför, manikürcü, manken, ev kadını, terzi, çocuk bakıcısı, anne olmaktan öte gidemeyen, kermesler, hayır davetleri düzenlemek, yemek yapmak, alışveriş etmek, hep güzel ve bakımlı kalmak, tapılacak kadın ve hanımefendi olmaktan kendilerini gerçekleştirmeye zaman bulamayan kadın kahramanlarıyla Binchy, kapitalist etiğin liberal bireyciliğini de sahiplenerek, kadın özgürlük mücadelesinin kazanımlarını buharlaştırmak, feminizmi araçsallaştırmak ve ehlileştirmekle kalmayıp içini tümden boşaltır.

Aşk acısı çekse de sonunda "başaran", hayatı yeniden tozpembe kılan, "kafayı yemekten" şikâyet etse de özgürce deliremeyen, tek hayali dünyanın en yakışıklı, zengin erkeğiyle, lüks bir düğünle evlenip onu elde tutmak olan ve böyle mutlu olan kadınlardır anlattıkları...

Kendini erkeğe beğendirmesi, elde etmesi, onu belli koşullarda geçmesi gereken kadınlar! Liberal demokrasi ve tüketicilik taahhüt eden bir dünyanın içine boğazına kadar batmış tek boyutlu kadınlar ve onların sürekli pazarlanan, dolaşıma sokulan, mistifike edilen imgesi...

"Her Durakta Aşk" adlı kitabında yer alan "Feminist İyilik Meleği" adlı öykü, yazarın "femme-capital" söyleminin doruk noktasıdır! Kadınlara iş dünyasında rehberlik ederek onları birbirleriyle ve erkeklerle rekabetçi kapitalizme adapte eden, oyunu kuralınca oynayan bir feministtir "genç ve güzel" Eve...

"Eve, Süperman ya da Zorro gibidir biraz, gelip bir sorunu çözer, sonra bir şekilde ortadan kaybolur. Gerçekten inanılmaz bir kadındır."

Eve sayesinde süper kadına dönüşen Sara ilk başta onun neden feminist olduğunu bir türlü anlayamaz; zira feminist olmak için gençliği, diriliği, güzelliği yitirmek gerekir. "Feminist düdükler"in arasına girebilmek için ancak bir kaza geçirmiş olmak gerekir! Oysa Eve, keskin değil aksine çok yapıcı olduğunu tekrarlar:

"Bunu hak eden bazı güçlü, iyi kadınlar için biraz adalet sağlamaya çalışıyorum sadece."

Tüm bunlara parası yetebilecek güçte ve yettiği için "iyi" olan kadınlara "adalet" satan, melek feminist, cilt ve saç bakımı seansları, golf turnuvaları, yeni giysiler ve pahalı kozmetikler yardımıyla "bunu" (neyi?) hak eden kadınları, piyasanın patronlarına dönüştürür.

Erkeklerin kurallarıyla mücadele ettiğinin de bilincindedir Eve, ama başka bir yol varsa bile o bulamamaktadır:

"Bunun içeriden mücadeleden daha iyi bir yolunu bilmiyorum. Sistemi kullanmak gerekiyor."

Yani feminizmin tarihsel süreç içinde önerdiği hiçbir çözüm, getirdiği yaklaşımlar, değiştirdiği dinamikler, kuramsal olsun, pratik olsun gerçekleştirdiği hiçbir devrimci eylem, teori vb. yokmuşçasına Eve, kadınların eşitsizlikten ancak fallusa sahip olmaya çalışarak, yani oğlanlar kulübüne girerek kurtulabileceklerini düşünmektedir. Dişiyi yeniden anlamlandırmaya çalışan bir feminizm anlayışı, söz konusu bile edilemez. İki cinsiyet arasında ahlaki bir eşitlik yerine, rekabetin hegemonik söylemini kural haline getiren bu liberal kavrayışın sloganı -"Kadın isterse yapar"-, kadınların önünde özgül engeller bulunmadığını da varsayar. Sanki tüm kadınlar aynı ekonomik, sınıfsal, kültürel, etnik ayrımların, toplumsal cinsiyete ait pratiklerin içinde varoluyorlarmışçasına, sanki farklı ezilme biçimleri yokmuşçasına...

Yanı sıra tıpkı postfeminizmin kimi savunucuları gibi Binchy hikâyelerinin kadınları, cinsel özgürlüğe kavuşmuş gibi gösteriliyor, ama varlıkları yalnızca bağımlı oldukları erkekle anlamlı, cinsel arzuları, erkeğin arzu ve beklentileri üzerinden/üzerine kuruludur. Tüm çaba en iyi, en harika ve yakışıklı erkeği bulmak, onunla "yatağa girerek" romantik hedefe ulaşmaktır. Tabi durumdaki konumlarını ve bu durumu yaratan pratikleri, kendi bedenlerini ve özvarlıklarını hiçe sayarak fedakârca onaylarlar; çünkü erkekleri çok kıymetlidir!

Yaşam tarzı feministleri bedenlerinin kendine ait olduğundan ve cinsel seçimlerini özgürce yapabildiklerinden dem vururlar. Oysa patriarkal kapitalizm kadınların cinselliğini bir yandan bastırırken, bir yandan da kadınları erkeklerin haz nesneleri olarak seferber eder.

Binchy'nin romanlarında cinselliğin birleşme, bütünleşme olarak tanımlandığı, sevgiyle, erotik aşkla, duyguyla örüldüğü cümlelere rastlamak imkânsızdır; tarifi, "o iş, bu iş, düzüşmek, yatağa girmek" olan bu eylemin, kocalar için zorunluluğu, kadınların güvencesidir. Kadın, uyumluluğuna, işbirlikçiliğine, sadakatine, özdeşleşmesine karşılık, tüm romantik kaderin yüce doruğunda duran adam tarafından okşanıp arzulanır. Bir kadının hayatta başına gelebilecek en iyi şeylerle (düğün, evlilik, balayı, annelik) ödüllendirilir. Aksi takdirde "aldatılan kadın" olur.

Değerini ve anlamını erkek egemenliğine dayalı beğeni temellerinden alan, söylemini ataerkil söylem içinde eriten Binchy kurmacalarında, erkeği elde tutmak için meleklerin meleği, dünyanın en anlayışlı, en güzel, en affedici kadını olmak da yetmez; "yüz bakımı yaptırmak", "etlerinin sarkmasına izin vermemek", "düzenli olarak iyi bir kuaföre gitmek" gerekir.

Bu mutlu kadınların, kendilerini daha iyi hissetmek için yaptıkları en iyi şey, alışveriş ve güzellik işleriyle uğraşmaktır. Kozmetikler, iç çamaşırları, kürkler, mücevherler, yemekler, çikolata ve şaraplarla, lüks düğünler, davetlerle örülü bu evrende, mutluluklarının bire bir tüketicilikle örtüşmesinden, küresel eşitsizlikten hiç rahatsız olmazlar.

Mitleştirilen güzellik kavramı, erkek egemen toplumu yeniden tesis ederken tüketimle iç içe bir yaşam tarzı dayatır, kadınlar arasındaki sınıfsallığı derinleştirir. Eril tahakkümün sürdürülmesinde kurumlar tek ve mutlak belirleyiciler değildir. Moda, güzellik, kozmetik ve estetik sektörü de kadınların hem kendi bedenlerine hem de birbirlerine karşı duydukları kaygı üzerine oynar.

Tüm bu çaba ne içindir? Aşk mı, sevgi, özgürlük, kendini gerçekleştirmek mi?

Bu bayağı romantizmin, pahalı tutkunun, özverinin, bağımlılığın, tüketimci güzellik tapınmasının, rekabetin, hesap kitabın aşkla, özgürlükle, mutlulukla ilgisi yoktur. Zira bu hikâyelerin sonunda evlilik, annelik ve aile yoksa aşk bir kayıptır!

Kadını "yanlış bilinçliliğe" sürüklerken iktidar ilişkilerini yeniden üreten bu sözde romantik mekanizmanın -heteroseksüel aşk- üzeri kazındığında altından mülkiyet ilişkilerine sıkı sıkıya bağlı ekonomik evlilik modeli çıkar ortaya. Binchy'nin aileye ve ona giden yolu açan romantik aşka bu kadar ağırlık vermesi kaçınılmazdır, çünkü egemen olan sınıfsal ve cinsiyetçi ideolojilerin kendilerini gizleyerek en rahat işleyeceği, meşrulaştırılıp yeniden üretileceği ortam ailedir. Binchy'nin kadınları, evliliklerini kurtarmak için her şeyi göze alırlar. Tüm arzuları, o aynı erkek tarafından hayatları boyunca onaylanmak, sevilmek, vazgeçilmez olmaktır. Böylece mutlu olurlar!

Ancak bu pembe dünya bir yalan, mutluluk bir simülasyon! Bugün bir yandan patriarka tüm mekanizmalarıyla kadını kıskıvrak kuşatırken, kadınların ezilmişliği piyasanın mekanizmalarıyla iç içe geçmiş durumda. Feminizm elbette bir acı kültürü ya da kadınları acıda ortaklaştıran, birleştiren bir alan, yapı, ideoloji üzerine kurulu değil. Feminist olmaktan daima mutluluk duydum; heteroseksüel patriarkayı, kapitalist patriarkayı yerle bir eden bir feminist devrim gerçekleştiğinde asıl mutluluğa o zaman erişeceğim.


"Stepford Kadınları" (1975)

Zahit ATAM

©JOSEPHINE CARDIN

Mutluluk yanılsaması üzerine...

Acımasız olan hayatın kuralları ya da şartları değil, acımasız olan bizim yanılsamalarımız.

zamanın hiçleri
insanın yolunu ve fikir babasını kaybetmişleri
gezginin piçleri,
sözün anlamsızlığında kaybolanları
yorgunluk düşleri...
sessizlikte boğulmuş aşklar
kifayet bulmayan özlemler
dile gelmemiş güzelliğe yakılmış ağıtlar
yaşanmamış tutkulu sevişmeler
kendinden geçilmiş güzellik hasretleri
haykırılmamış isyanlar
sessiz isyankârın kendini arayışları
yordunuz beni

sessizliğin insanı içine çeken gücü
insanların bezdiriciliğinden içine düşülen düşler
bir sığınak gibi,
sessizce haykırıyor
ait olunmayan dünyaya isyan türkülerini
hayat yorunca, sevda eksik olunca
düşler dünyasında, pasajlar arasında,
geçitsiz yıkıntılar üzerinde
sevda türküleri yoldaşa dönüşür,
anlaşılmayan geçişler, dünyanın bin bir işi
sevdanın eksikliği belki de yitmişliği
şimdi özgürlük vazediyor düşler
düşlerde kaybolalı beri
sevdaların eksikliğinin acısı daha az batıyor
yorgunum sevmekten düşlerimde
düşlerimin güzelliği
sadece yalnızlığımın hakikatini fısıldıyor kulaklarıma
yaşam düş değil, yaşam düş değil
sakının sakının!
düşlerden ve düşlerde sevmekten...

özgürlük sevdayı
yaratmakla yaşatmakla
kendini bulur
sevda aç kollarını
düşlerimden kaçarken
sana sığınmak değil mi amacım ey yaşam!

Hayatın kendisi belirli yanılsamalar üzerine kuruludur. Sistemik olarak kendimizi aldatarak ya da ikna ederek devreyi tamamlarız. Devrenin dışındakileri görmeden ya da onlar üzerine kaygılanmadan hayatla ve kendimizle barışmaya çalışırız.

Bu anlamda hayatın içinde pek çok insan tanıdım ki normalde çok saygı duyduğu, hatta içten içe yeteneğine, yaratıcılığına ve sanatına büyük saygı duyduğu, belki de bu yüzden haset duyduğu bir insana; bu kadar ruhen çok şey öğrendiği az sayıda insan olmasına rağmen, yalnız ve yalnız "kendine dair sahte tasarımına ilişkin bir tehdit" olarak gördüğü için o insanlara kötülük edebilir, nice masum insanlara düşmanlık ederler.

Dolayısıyla bu işin özü şudur: mutluluk, mutsuzluk ve aşk gibi duyguların kendisi özünde belirli bir yanılsamaya dayanır ve dönemsel karakterlidir.

Şimdi pek çok ünlü şebeğin söylediğinin aksine, "evlilik aşkı bitirmez".

Aşkı bitiren kendinize ve karşınızdaki kişiye ilişkin ürettiğiniz hayali varsayımlardan beslenen duygularınızın altını oyan ve artık aynı yanılsamayı devam ettirebilmenizi imkânsız kılan gerçekliğin kemirici eleştirisidir.

Dolayısıyla şöyle bir denkleme ulaşabiliriz: yanılsamanın büyüklüğü, aşkın ya da mutluluğun şiddetini artırır, aynı nedenle bu duyguların yitirilmesi de şiddetli olur ve kişioğlu/kızı aynı oranda bir boşluk yaşar, mutluluk ile mutsuzluğun birbirini izlemesinin nedeni özellikle budur.

Pek çok insanda mutlu olma korkusu vardır, çünkü deneyimlemiştir ki mutlu dönemin ardından şiddetli bir mutsuzluk gelecektir, giderek bu korkuya dönüşür.

Genelde bilimsel tıbbın kuralı bellidir: Müddeti artırmak için şiddeti azaltmak gerekir...

Peki, insanı neler mutlu eder?

Bu çok çetrefilli bir soru, hayatım boyunca nice içi boş şeylerin insanları mutlu ettiğini ve nasıl kişioğlu/kızında tamlık hissi

yaratarak onu budalaca davranışlara ittiğini görmüşümdür.

Mesela en kırgın anlarımda bile beni içten bir kahkahaya götüren bir anımı anlatayım: Birkaç yıl önce Antalya'dayız, film festivali var, "Güzelliğin On Par' Etmez" yarışıyor, iddialı filmlerden birisi. Yönetmen Hüseyin Tabak'ın babası-anası Maraşlı; Hamburg'da doğmuş, eğitimini orada tamamlamış. Türkçeyi aile içi muhabbetten biliyor, daha sonraları ise epeyce öğrendi, hatta Türkiye'deki pek çok insandan daha fazla. Nedeni ise Yılmaz Güney'di, ondan çok etkilenmişti, onun üzerine belgesel yapmaya karar vermişti, çok okudu ve öğrendi.

Bu daha yeni filmini bitirmiş, festivale katılıyor, Türkçesi ise yolda, henüz öğrenme aşamasında.

Festival parkında buluştuk. Ben de o sıralarda "Türkiye'nin Ruhu, Direnmenin Trajedisi" romanımı yazıyorum, ilk iki cilt bitmiş, buna vermişim, Hüseyin okuyor, ama çok yavaş.

Buluştuğumuzda, espri niyetine dedim ki: "Nasılsın Zeus?"

Bir baktım bunun yüzünde bir ekşime oldu, anladım dediğimi anlamadığını.

Dedim "Zeus nedir?"

Bilmiyorum.

Peki, sana neyi anımsatıyor?

Öyle bir şey bilmiyorum, en çok ona benzeyen bildiğim deyyus!

Dedim ki sen hiç mitoloji okumadın mı? Antik Yunan hakkında bir şeyler bilir misin?

Dedi, bize derste okutuyorlar zaten, epeyce biliyorum.

Tanrıların tanrısı, şimşek çakan, yıldırım atan Zeus'u biliyor musun?

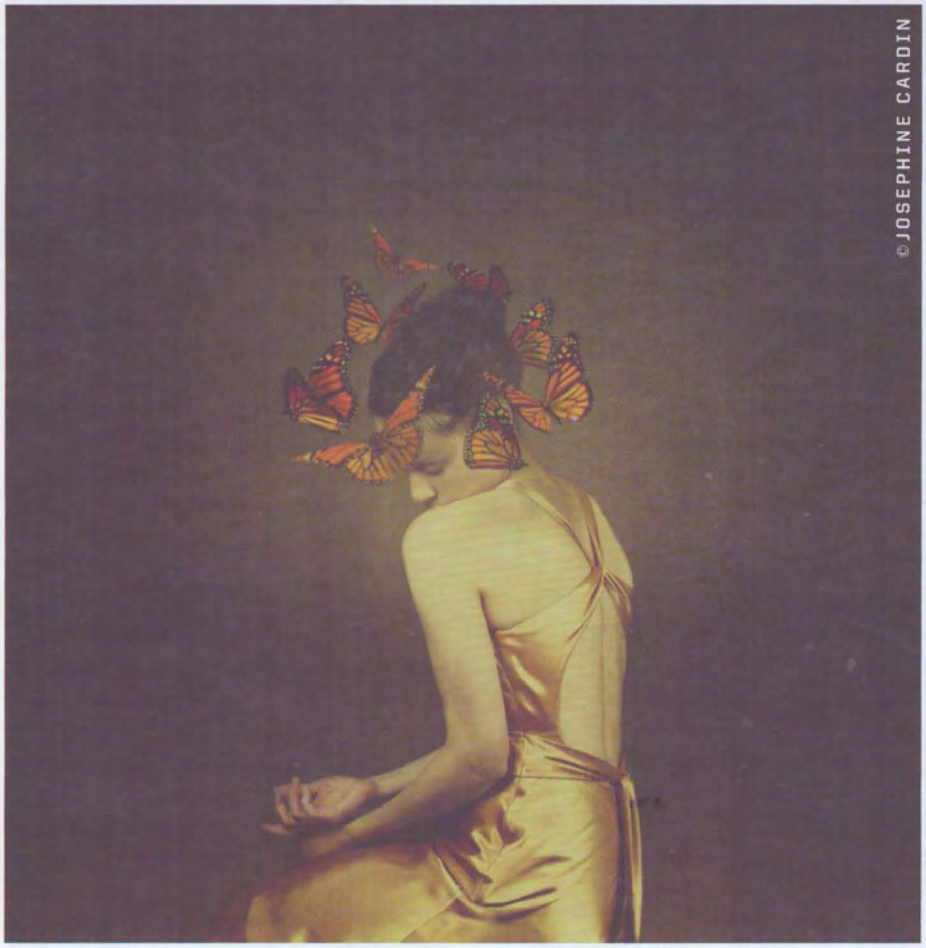
O zaman anladı, benim ona Yunan Tanrısı Zeus'u dediğimi.

Bu çok çok hoşuna gitti, sıcak bir muhabbete başladık. Sordum, Almancası nasıl yazılıyor? Aynen, dedi. Nasıl okunuyor? Bir şeyler söyledi, onu burada yazamam. Bizde olmayan bir sesmiş.

Bu anımı her hatırlayınca, tuhaf bir şekilde gülüyorum ve çoğu kere elimde olmadan kahkaha atıyorum.

Garip bir mutluluk hissi, ama kendisi nedense çok sıkıldığım zamanlarda aklıma geliyor; ama iyi biliyorum ki bu anın ya da anının özel bir değeri yok, hissim ise tuhaf bir yanılsama üzerine kurulmuş.

Tuhaf bir örnek daha: '80'li yıllar. Hali vakti yerinde bir dolandırıcının oğluna



Almanya'dan eşofman takımı gelmiş. Bu da arkadaşlarıyla okulun bahçesinde futbol oynuyor. Kaleye geçmiş, gelen topların hiçbirine müdahale etmiyor, her gelen kaleye giriyor.

Ne olacak, sonuçta bir arkadaşı, gelen topa ayağını niye uzatmadığını soruyor. Kaleci, ya düşersem, eşofmanım yırtılırsa, diyor. Eşofmanı onda eşsizlik benzersizlik hissi yarattığı için, kalede rezil olmasının ve takım arkadaşlarının "Bu ne saçmalık" demesinin zeminini yaratmış!

Ya da bir başka Boğaziçi Üniversitesi'nden arkadaşı düşünelim. Arkadaş âşık, hem de siyasi, döneminin tartışmalı partisi TBKP'li; ama gelin görün ki sevgilisiyle tuhaf bir tartışma yaşıyor, derin bir mutsuzluk yaşıyor.

Sendromun adı: "Bana bunu nasıl yapar?" Sonuçta arkadaşlarının bütün ikna etme çabalarına, birlikte oturma ve acısıyla baş etme önerilerine kulak tıkıyor, evine gidiyor ve "ver elini öbür dünya".

Gencecik bir insan ve belki de hayat dolu; oysa birkaç gün önce sevgisi ve sevgilisi ona yaşam direnci veriyordu.

İnsan hayatı bu kadar tuhaftır. Buna acımasızlık demenin anlamsız olduğunu düşünüyorum. Acımasız olan hayatın kuralları ya da şartları değil, acımasız olan bizim yanılsamalarımız.

Mesela Adnan Menderes'i ele alalım; gerçek tarih çok daha öğretici olduğu için, kulak verelim ona: Zatıalileri aslında CHP yetiştirmesiydi, normalde lise mezunu bile değildi.

Birinci Dünya Savaşı'nda ve İstiklal Savaşı'nda ise nal toplamıştır, yani hiçbir şey yapmamıştır "bu vatan için".

Kaynaklara bakarsanız, aslında hukuk fakültesini bitirmiştir; ne zaman mı? Bizzat Atatürk'ün listeye koyduğu CHP'den milletvekili seçildikten sonra. Meclise geldiği ilk yıllarda şaşkınlık yaşamış, ne yapacağını bilemeyen, olup bitenlere aklı ermeyen bir toprak ağası kurnazından başka bir şey değildi.

Partili abilerinin zoruyla hukuk fakültesine girmiş ve oradan mezun olmuştu,

Daha sonrasında, siyasette adı sanı bilinir

hale gelmesinin vesilesi "toprak reformu" yasa tasarısı olmuştu, Osmanlı'dan sonra toprak düzeni bir türlü yerine oturtulmamıştı.
Osmanlı'da "hazine" olmadığı için toprak padişahın ve sarayın mülkü sayılıyordu. 17. yüzyıldan itibaren merkezi kontrolü yapabilecek saltanat ve onun ordusu gerilediği için bu işi toprak ağaları biçiminde âyanlar üstleniyordu.
Cumhuriyet devrinde, 1922 yılında, bizzat İngilizlerin diplomatik bir ayak oyunu olarak Lozan görüşmelerine hem saltanatı temsilen İstanbul, hem de Ankara Meclisi davet edildiğinde, İstanbullu avanelerin ortalığı yıkıp dökmesine izin vermemek için, Meclis'te bile ciddi hiçbir tartışma olmadan ve sonradan aklını oynattı denilen Dr. Rıza Nur'un takririyle saltanat kaldırılmıştı.
Hal böyle olunca toprak da geçmişin toprakları da hazineye devredildi.
Osmanlı'da toprak düzeni pek belirsizdi, düzenli bir tapu kadastro yoktu, daha da önemlisi bu belirsizlik Anadolu'da çok daha fazla artıyordu. Dikkat edilirse, Osmanlı'nın kuruluşundan itibaren ilk kez Anadolu'nun siyasi ayak oyunlarında merkez haline gelişi Cumhuriyet sonrasında olmuştur,
Osmanlı Söğüt'te kurulduktan sonra, Anadolu'da dirlik düzenliğin sağlanması hedefini taşımamış, yaklaşık 150 yıl içinde, beyliğin topraklarını yaklaşık 150 kat büyütecek denli batıya seferler düzenlemişlerdi, ancak bir imparatorluk haline geldikten sonra Anadolu'da hâkimiyetini tesis etti.
Aslında hâkimiyet dediğimiz, orada merkezi iktidara vergi vermeyi kabul eden, ihtiyaç duyulduğunda asker veren, merkezi iktidara alternatif bir örgütlenmeye girişmeyen adem-i merkeziyetçi kıraç ve başsız topraklar demekti, bu anlamda Osmanlı Anadolu'da hâkimiyet kurmaya da çalışmamıştır,
Ne zaman ki Osmanlı Balkanlar'ı kaybetmeye başladı, o zaman giderek Anadolu önem kazandı. Çünkü Balkanlar'da Ortodoksların milliyetçilik akımları, Anadolu'nun güneyinde ise Arap milliyetçiliği büyüyordu. Sonuçta Misak-ı Milli gerçekçi bir şekilde, sürdürülebilir bir iktidar alanı olarak o koşullarda filizlenmişti. Dolayısıyla Cumhuriyet'i kuranların aklında, Anadolu köylüsünü kazanmak, üretimi artırmak, yoksullukla mücadele etmek için toprak reformu tasarısı daha ilk başlardan beri vardı.
Peki, o zaman Menderes niye buna karşı çıkıyordu? Çünkü kendisi de toprak ağasıydı, bu bir, ikinci olarak asıl söylenmesi gereken ise meclisteki milletvekillerinin büyük bölümü de toprak ağasıydı, şeyhti ve bunun gibi vatandaş ile onu sömürmek ve onu zorla çalıştırmaktan başka hiçbir vasfı olmayan insanlardı.
Bizim meclisimizin halka yabancılaşması daha ilk başlardan beri vardı.
Osmanlı'dan kalan bir durumdur, bir mirastır bu.
"Sopalı seçimler" (1913) diye tarihe geçen ve halkı işe karıştırmadan zorla-baskıyla yapılan seçimle ancak İttihatçılar iktidara gelebilmişlerdi. Bu bir gelenektir, siyasete halkı karıştırmamak Osmanlı'dan Cumhuriyet'e geçen bir siyasi gelenektir.
Dolayısıyla şimdi CHP içinde bazı milletvekillerinin toprak reformunu gündeme getirmesi bir oyunbozanlık gibi algılandı ve CHP içinden çatladı. Zaten istenilen ve aranılan şey, mecliste en az iki partinin olması, muhalefetin ise yabancıya gitmemesi. Bu da önemli bir sendrom, CHP muhalefetin kurulmasını da istiyordu, muhalefetin yabancıya gitmemesini de, bu anlamda burjuva siyasetimiz köken olarak "danışıklı dövüşle" şekillenmiş, aykırı sesler ise yasaklanmıştır.
Muhalefetin ıslah edilmiş ve güvenilir ellerde toplanması, "yok aslında birbirimizden farkımız, ama biz Osmanlı Bankası'yız" babında nur topu gibi ciddi oranda halk düşmanı, halkla ilişkisi onu iyi yönlendirmekten başka bir şey olmayan bir partinin kurulması yeni dönemin alametifarikasıydı.
Buradan yola çıkan demokratların başına, koruyucu kollayıcı olarak Celal Bayar getirildi, o da muhalefetin içindeki en köylü kurnazı, en şark kurnazı, halka nabza göre şerbet vermeyi en iyi bilen isim olarak Adnan Menderes'i seçti.
Ama iktidara geldikten sonra 10 yıl içinde, Ankara'da toplumun ileri gelen 100 bin genci eyleme geçtiğinde, Cumhurbaşkanlığı Köşkü'nde durum değerlendirilirken, Menderes kendini hizmete susamış ama katledilmiş Osmanlı şehzadelerine benzetirken, Bayar toplanan gençlerin "tenkil" edilmesini savunuyordu; yani parçalanmasını, yıkılmasını ve şiddetle ezilmesini... Ne kadar demokratça, ne kadar modern ve medeni öneri, sadece 10 yıllık kâbusun gerçek bir anekdotu bu... Kısa, veciz ama gerçek bir anekdot...
O zaman kendini muktedir hissediyordu, güçlü, haşmetli, başbakan şu bu, ama daha birkaç ay sonrasında bedbaht olacaktı, korkuya kapılmıştı, "eğer darbeciler kendisini asmazsa, Aydın'a döneceğini, topraklarından bir daha hiç çıkmayacağını" söylüyordu ziyaretçilerine.
Bir süre sonra tedavisi için verilen ilaçları biriktirdi, toplu olarak bir kerede alarak intihara kalkıştı, oysa mecliste kükrerken ali kıran baş kesen gibiydi.
Nitekim böyle örnekleri drama tarihinde en iyi Shakespeare anlatır, ruhun güçlülük, mutluluk, sevgi dolu anları ile her şeyin bir yanılsama olarak görüleceği bedbahtlığın bunu izleyeceği anlar birbirini izler.
Dolayısıyla yaşam içinde bir yanılsamadan öbürüne geçmek, insanın kader denilen alandaki deneyim egzersizleri gibidir, ötekinin sesinin kesildiği yer muktedirlik, ötekinin sözüne tabi olunan yer ise ezilmişlik gösterir.
Ama drama her ikisinin de mutsuzluk getirdiğini gösterir, dolayısıyla muktedir olma halinin nasıl bir yanılsamaya dayandığını da tarih boyunca itinayla sergiler, bu işin başlangıcı antik Yunan tragedyalarına kadar gider: "Oedipus" hikâyesine can veren, kuşaklar boyunca lanetlenmiş bir kral ailesinin tanrılarca cezalandırılma hikâyesidir.
Tamlık, bütünlük, ait olma: sahiplenme ve sahiplenilme, bütün bunlar aşk ve mutluluk için kritik öğeler, ama mutluluğun kendisi özünde "bir tamlık" hissidir, oysa insanın madden ve manen tamamlanması imkânsızdır, hele manen tamamlanmak!
"Özgün ve oldukça tuhaf bir şairin, yarattığı kahramanına, kendi seçimi olan ölümü karşısında teselli etmek için söylediği 'Bu dünyadan düşemeyiz!'; yani dış dünyanın bütünü ile aramızda koparılamaz bir bağlılık, birbirine aitlik duygusu bulunduğu. ...
"Normalde kendiliğimiz, kendi benimiz'in duygusundan daha güvenilir hiçbir şey yoktur bizim için. Bu ben, bize bağımsız, birlik, bütünlük halinde, diğer her şey karşısında onlardan iyice ayrı, kendi başına var olabilen bir şey gibi görünür.
Bunun aldatıcı bir görünüm olduğundan, ben'in, kendini yalıtan keskin sınırlar olmaksızın içe doğru, ben'in ona aynı zamanda bir dış cephe görünümü sunan

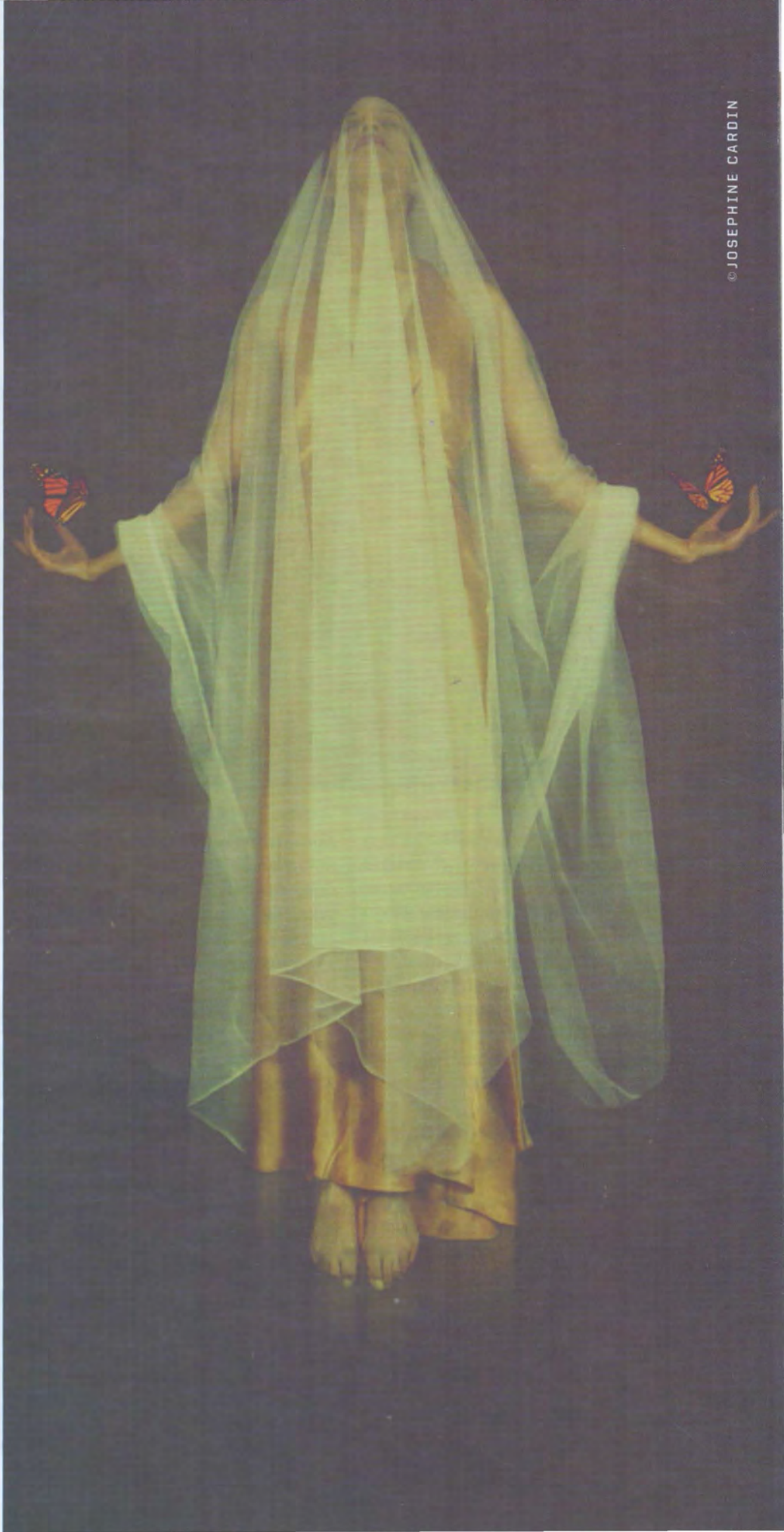
id (das es) dediğimiz, bilinç-ötesi ruhsal bir varlığa doğru genişlediğini, görevini yaptığını, bize ben ile 'es' arasındaki ilişki hakkındaki bilgimiz, daha nice şeyler öğretmekle yükümlü olan psikanalitik araştırmalar sayesinde ortaya çıkmıştır. Ancak 'ben', (içteki bir genişlemenin iç içe geçmenin aksine) kendini dış'tan ayıran net ve kesin sınır çizgilerine sahip gibi görünmektedir. Gelgelelim, belli başlı, hem de olağandışı, ancak yine de hastalıklı diyemeyeceğimiz bir durumda iş değişir. "Sevmenin (âşık olmanın) doruğunda, ben ile dışındaki nesne arasından geçen sınır bulanıklaşıp silinme tehlikesi gösterir. Duyuların aksi yöndeki bütün tanıklığına rağmen, seven kişi (âşık), ben ve sen'in bir olduğu iddiasındadır ve bu durum gerçekten de böyleymişçesine davranmaya yatkındır. Fizyolojik bir işlevin etkisiyle geçici olarak ortadan kaldırılabilen bir şey (ben-sen ayırımı) elbette patojen (psikolojik) süreçler sonucunda da aynen oradaki gibi arızaya uğrayabilecektir.

"Patoloji bilimi bizleri, ben ile dış dünya arasındaki sınır ayırımlarından emin olamayacağımız ya da sınırların gerçekten de yanlış çekildiği pek çok durum ile tanıştırmıştır; örneğin kendi vücudumuzun bölümlerinin ve hatta ruhsal hayatımızın parçalarının.

"Algıların, düşüncelerin, duyguların yabancı ve ben'e ait değilmiş gibi göründüğü ya da açıkça ben'in içinde oluşup ortaya çıkmış ve onun tarafından kabullenilmesi gereken şeylerin dış dünyaya atfedildiği vakalar gibi. Yani ben duygusu da bozulma, arıza gösterme ihtimaline açık olduğu gibi, ben'in sınırları da daimi ve dayanıklı, istikrarlı değildir." (Freud, "Uygarlığın Huzursuzluğu")

"Yetişkinlerdeki bu ben duygusu, başından beri böyle varolagelmiş olamaz. Bu duygu, elbette anlaşılır nedenlerle kanıtlanması mümkün olmayan, ancak isabetli olması çok muhtemel bir şekilde kurgulanabilen bir gelişim sürecinden geçerek meydana gelmiş olmalıdır." (Ferenczi)

Dolayısıyla mutluluk, kendi içinde ruhunu bir başkasına açıp onunla tamamlanma ve bu tamlık içinde dünyanın pek çok şeyini, ilişkisini, değerini, yücesini yok sayma-sayabilme yetisine bağlıdır; bu anlamda mutluluk, kişinin kendine dair hissidir ve dışsal dünyanın belirli bir bölümünü kaale almasıyla ilişkilidir.



Aslı AKTÜMEN BİLGİN



Biri mutluluk mu dedi?

Hayatın renkli, cazip, mutluluk veren, şamatacı ve eğlenceli yüzü nerede? Biz ne zaman kaybettik onu?

Nedir Mutluluk? İnsan ruhu mutlu olmaya ne kadar izin verir? Dostoyevski'nin "Yeraltından Notlar" kitabından esinlenilerek senaryolaştırılan Zeki Demirkubuz'un filmi "Yeraltı"; utanç, suçluluk, itiraf, günah, özsevi, yalakalık, kibir, rekabet ve haset ile çekiyor bizi yeraltına doğru... İnsan ruhunun mutluluğuna izin vermeyen yeraltı dehlizlerinde geziniyor. İnsanı insan yapan, topluma uygun hale getiren ya da insan ruhunu ehlileştiren diyebileceğimiz tüm kehanetler, Muharrem karakterinin üzerinden beyazperdeye, oradan da tam olarak içimize akıveriyor. Ruhumuzu sıkıyor, sıkıştırıyor, durduruyor ve tam orada bırakıveriyor sizi, ey seyirci... Bakalım, siz de kendi kötülüğünüze bakacak cesareti bulabilecek misiniz diye?

Film Ankara'da, sıradan bir memur olan Muharrem'in gözlerinin açılmasıyla başlar. Muharrem gözlerini, itiraf ve arayış arasında gidip gelecek bir döneme açtığında, biz de onun karanlık akşamlarına katılırız. Ürkek, tedirgin duran bir hali vardır aslında. Herkesi dışarıdan izleyen, camın ardında kalmış, yalnız bırakılmış/kendisi yalnızlığı seçmiş sıradan bir şehirli. Bir dönem yazar olmayı denemiş -iyi yazsa da beceremeyiş-, akşamları avlanma ve çiftleşme belgeselleri izleyen, mide bulandıracak derecede yumurta yiyen, öfkeli ve yalnız bir adam profilidir Muharrem... Tek iletişim kurduğu/kurabildiği insan, eve temizliğe gelen, tek derdi alt kattaki yatalak komşu olan üç çocuklu Türkan'dır. Ama biz küçük erkek çocuğunu çok daha fazla görürüz filmde. Zeki Demirkubuz filmlerinin sessiz TV izleyen çocukları diyorum ben onlara, konuşmayan, bakışları ile anlatan kendini...

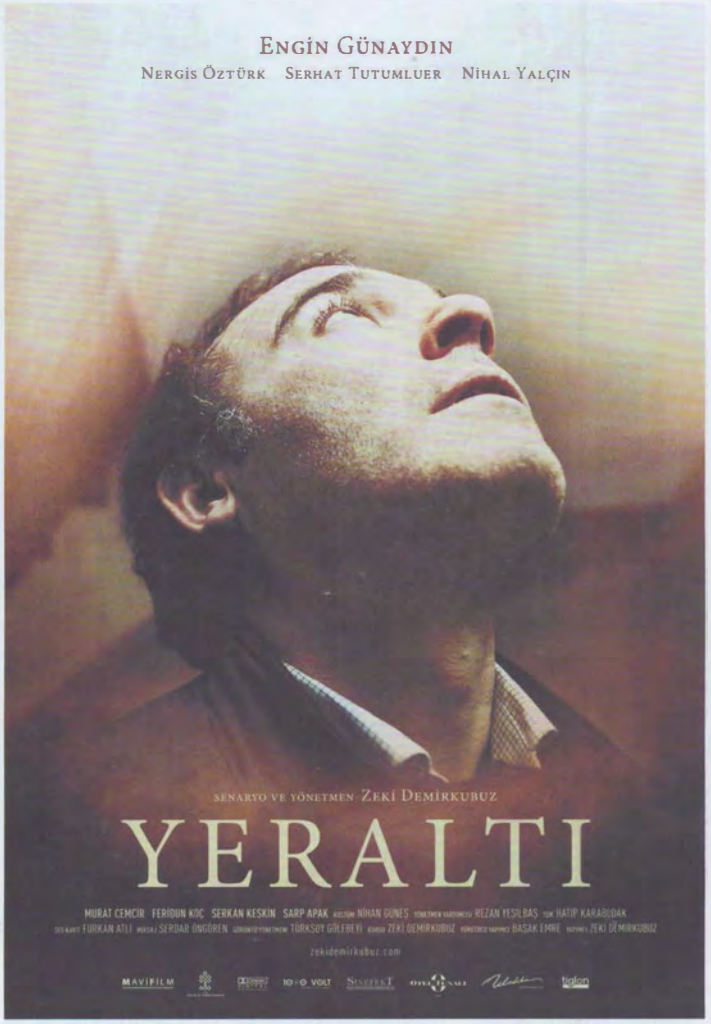
Sınırsız gururu yüzünden kendini aşağılayan Muharrem, toplumdan onay görme itkisinin üzerinde yarattığı düzelme baskısından kurtulup, kötü kalabilmeyi ve kötülüğüyle yaşayabilmeyi itiraf eder. Muharrem, eşitlik ve çoğunluğun iyiliği gibi ideallerinize hizmet edecek biçimde yontulamayacak hırçın ve kaotik bir öze sahiptir. Bu durumu Muharrem'den çıkarıp tüm insanlığa yayarsak, insana dair kötü diyebileceğiniz ne varsa hepsi birden ayaklanır ve düşündürür; bende yok mu bu? Kıskançlık, haset, üstünlük kurma ihtiyacı, mevkilere ve etiketlere düşkünlük, gururu doyurmaya yönelik aşırı bir iştah, yalakalık, güçlünün yanında konumlanarak kendini koruma, gösterişçilik vs.

Çok da istemeden yaptığı bir ziyaret sonrasında zorla kendisini davet ettirmeyi başardığı eski arkadaşları -rakipleri- ya da sadece tek rekabet ettiği kişi/hasetlendiği Cevat ile yüzleşmeye doğru giderken, obsesif özellikleri, anal dönem belirtileri de olduğunu düşündüğüm Muharrem'in bedensel takıntıları da artar. Kendini tiksinti duyarak/ya da duyurmak istercesine koklar. Filmde biz de onunla beraber gerçekten bu algımızı kullanır gibi oluruz, tıpkı evin leş gibi yumurta kokması gibi -filmin gerçekliği görsel ve duysal algımızdan koku algımıza da bulaşmıştır sanki, biz de karakterlerle beraber ortamı



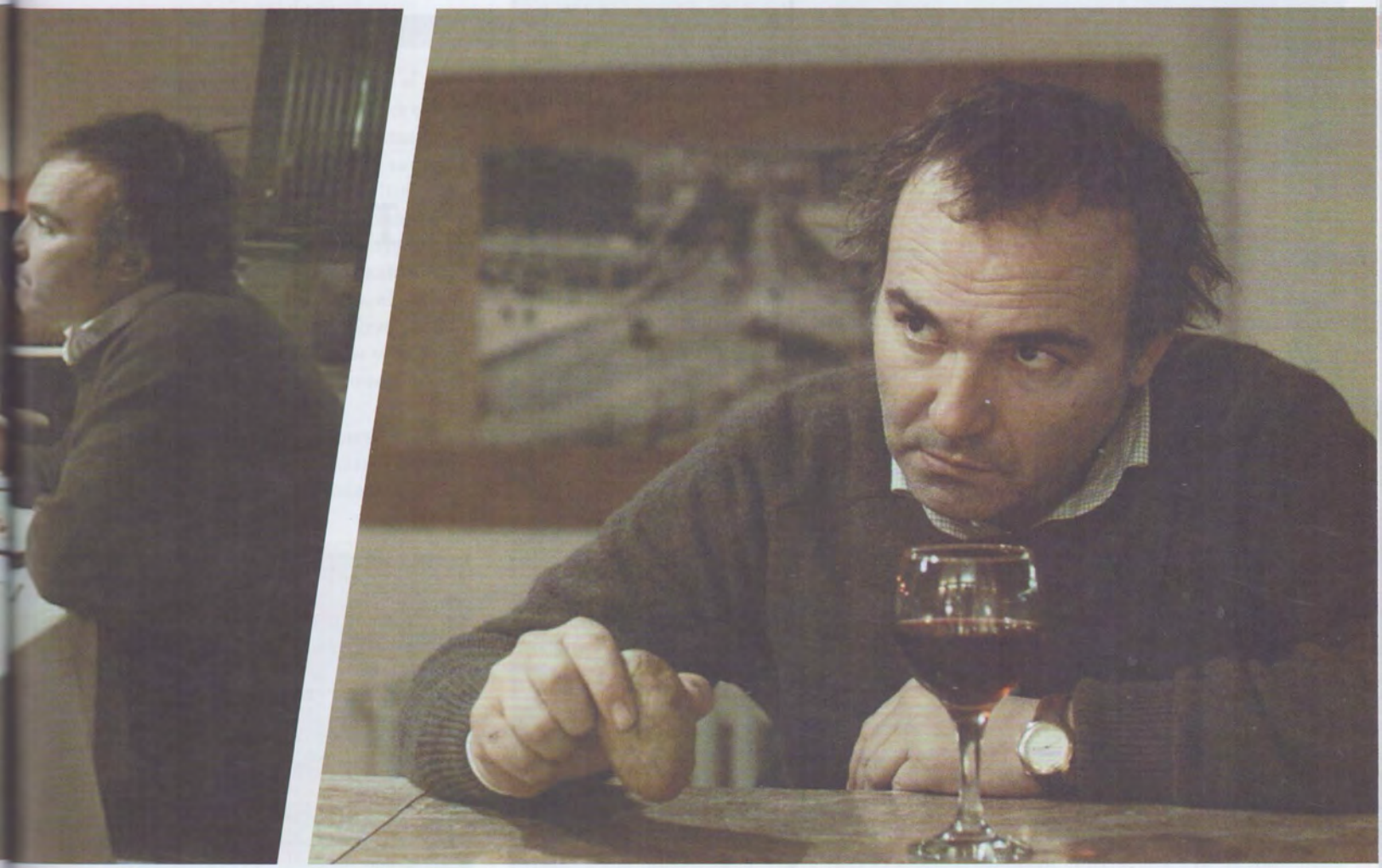
ya da teni koklarız...
Çok gürültü çıkardıkları için rahatsız olduğu karşı komşusunda önce yumurta denemesi, ardından patates zaferi ile sabah kahvaltı da çok keyiflidir. Türkan'a durumu dışarıdan izlemiş gibi anlatarak, biraz gururlanmak istese de Türkan onunla ilgilenmez. Masada duran zafer silahı, film boyunca yanında gezdirdiği patates -aslında onun yenilmezlik simgesi-, kazandığı tek zaferin biricik güç göstergesidir. Kazandığını hissettiği zaman, itiraf eder; her şey ile aramda gizli bir kavga başlamıştı... Yumuşak seksten tutkulu ve yakıcı olana doğru geçerken, film bizi barlara, karanlık altgeçitlere, açılıp kapanan bir tuvalet kapısının sesinde, kendi karanlığımıza doğru çeker... Türkan için, onun yerine kurtuluş planı yapar; biraz üzgün, biraz şaşkın, azıcık da korkmuş ol. Öyle acıma numaraları falan yok. "O kıl adamla görüşmeyeceksin" dediğinde, hiç üzerine alınmaz. Muharrem için dışarıdan nasıl gözüktüğü, nasıl algılandığı, iş arkadaşlarının hakkında ne düşündüğü çok da önemli değildir. Minibüste giderken yaptığı uluma denemeleri gibi. Muharrem kendinden kurtulamayan, dışarıya bakamayan, artık başkalarını görmeyen bir adamdır. Kendisiyle ve kendilik haliyle o kadar meşguldür ki, bu davranış şekli basit, daha doğrusu benlik ile uyumludur. Muharremin kişilik örgütlenmesi, aslında tamamen benlik ile uyumludur. Yani kendisi tarafından onaylanmış ve sorgulanmamaktadır -özellikle bunu filmin sonunda çok daha net hissederiz.
Belki burada benlik ve kendilik kavramlarından bahsedebiliriz. Benlik; ciddiye alma, nesnelerle ilişkilerin ve gerçeğin kabullenilmesi, savunma düzeneklerinin kullanılması, iç ve dış dünyadaki uyum ve düzenin sağlanması, başa çıkma, yaşananları ayrımlaştırabilme ve bütünleştirebilme olarak tanımlanabilir. Kendilik tasarımı ise örgütlenmiş, düzenli ruhsal bir yapıdır ve kişinin bilinçli ve bilinçdışı düzlemde, bedensel ve ruhsal bakış açısından ki bu algı gerçekçi veya bozuk olabilir, nasıl algılandığını aynalamaktadır. Kendilik aslında, bireyin gerçeklikteki tüm kişiliğini yansıtan bir kavramdır. Narsisizm üzerine bugünkü düşünceler, kendiliğin libidinal yatırımlarını elde tutmakla birlikte özsevisel fenomenler de saldırgan bazı ögeleri de tanımlamaktadırlar. Narsisizmin tanımı, kişinin yaşamla daha kolay başa çıkabilmek için, kendini ölçüyü kaçırmadan sevebilmesi, yeterli bir kendilik değeri duygusunu sürdürebilmesidir. Ancak filmde yeterli ve gerekli narsisizm dışında, patolojik narsisizm/özsevi çok belirgindir -hem Muharrem hem Cevat için. Aç kendilik ve büyüklenmiş kendilik olarak iki temel öğe barındıran narsisizm de Muharrem'in







aç kendiliği, narsisistik mazoşistik karakteri (ki otelden kovuluş sahnesinde çok net hissettiğimiz bir durumdur) çok çabuk gelen hayal kırıklıkları ve değersizlikler, aşağılanmaları biriktirme ve bu durumdan neredeyse bir çeşit zevk alma haline dönüşmüştür.
Filmin en güzel bölümü olarak düşündüğüm yemek yedikleri gün; aslında psikoz sınırına yaklaşan anksiyetesi, tuvalette kendi kendine konuşan, kendi öfkesini büyütüp diğerlerini değersizleştiren Muharrem, hiç gitmek istemediği yemeğe herkesten önce gider. Elinde güç simgesi patatesi, iki kadeh şarap içip uyuyakalır. İştah ile yenilen yemek; farklı açılardan çekilen masada yemek yeme sahnesi... Benim bu sahnede çok net hissettiğim duygu öfke olmuştu; Cevat'a ve onun -komedi dizilerinin oyuncuları- yandaş yalakalarına. Önce Muharrem'i provoke edip, sonra alıngansın diyerek, ortamdaki öfkeyi artıran, Madrid-Barcelona oteller arasında gidip gelen, devrim şarkıları.
Cevat'tan bahsedecek olursak, o etrafındaki diğer kişileri, önemli olduğu duygusunu beslemek ve büyüklüğünün onaylanması için kullanmaktadır. Narsisist olan Cevat'ın ortamdaki değersiz Muharrem ile karşılaştırılması, ona üstünlük duyguları sağlar. Muharrem'in değersizliğinden-aşağılanmasından beslenir, taraftarları coşkulanır. Muharrem'in narsisizmi içinse, düşmanlarının ondan daha erdemli ya da daha başarılı olduğunu yadsıyamadığında (ki aslında kazanılmış bir ödül vardır) paranoid yorumları, öfkesi ve onları değersizleştirmesi artar. Şiddetlenir, öfkesini çaresizliğinden kendisine yöneltir; trajikomik bir şekilde, masada uyuyakalır, kendi kendine oynayarak şarkı söyler. Kendine gelmeye çalışırken, mahvolmuş, yok olmuş, hayatın tüm anlamı o karşılık verilemeyen, içe atılan sahnede kalakalmıştır. Nefret ediyorum diyerek kısılmış sesiyle bağırırken, gerçekten kimden nefret etmektedir acaba? Onlardan mı? Kendinden mi? Yalakalardan o kadar nefret etmesinin sebebi, Cevat'ın yerinde olamadığı için, yenildiği ya da başarılı olamadığı için olabilir mi? Tercih edilmemiş olmak, grubun lideri olamamak... Hırsız bile olsa üretkenliğin devam ettiği yerde normal veya sıradan kalmak, işte Muharrem'i gerçekten yaralayan budur.
Zeki Demirkubuz'un "Kıskanmak" filminde muhteşem bir performans sergileyen Nergis Öztürk'ün az ama öz rolü, Muharrem'in sevgi, yakınlık ihtiyacının olabileceğini ama yakınlaşma tehlikesinin olduğu her yerde agresyon, ölüm ve değersizlik hissinin çabucak geldiğini gösterir bize. Bunu da yine kendi üslubu ile sert ve ifadesiz yapmayı başarır.
Ulumalar, hırlamalar gibi filmde bolca tanık olduğumuz hayvanlaşma -regresyon-,



insanın vahşi doğasına, ide doğru bir çekilme görevi görüyor. Özellikle fahişe ile ölüm hakkında konuştuktan sonra, yani biraz empatik bir yaklaşım, normalize olmaya, yakınlaşmaya doğru küçücük bir adım, onu tekrar hırlamasına ve ide döndürüyor. Yani bireysellikten toplumsallığa/ sosyalleşmeye geçiş orada yarım kalıyor ve yönetmen duvardaki harika bir gölge oyunuyla, sadece mum ışığının aydınlığında yakalıyor. Muharrem için, hırlamaları yapabileceği tek insan, kendinden daha değersiz/ aşağılık gördüğü bir fahişe oluyor. İdin vazgeçilmez doğası olan cinselliği ve şiddeti beraber yakalıyor.

Film finale doğru akarken, Türkan'ın önceden hiç konuşmamış gibi yatalak komşu ile nikâhlanma süreci, dönek tavrı ve güçlünün yanına hemen kayıveren tutarsızlığı, Muharrem'i çıldırtır. Türkan da diğerleri gibi, Muharrem'i terk etmiştir. Artık öfkesini tutmasına gerek yoktur. Fiziksel agresyonlar, kırılan camlar, fotoğraflardaki resimler, duvarda bir anne memesi ya da yargılayan bir baba bakışının gizlendiği bir poster. Dönüp dönüp baktığım her şeyi kırıp döken bir öfke. Muharrem artık değişmeyeceğini bilir... Belki de yine yenilir... Bu kez daha iyi yenilir.

İtirafı en zor olan şeyler, gülünç ve ayıp olan şeylerdir -yoksa cinayetler değil-, der Rousseau. Demirkubuz sinemasının gücü büyük oranda burada saklıdır. Zahit Atam'ın "Yeraltı"yla ilgili yazısındaki "yaşamın en ölü olduğu anlar" ifadesi bunu çok iyi yakalıyor. Demirkubuz'un filmlerinde, gelişmelerden çok, o gelişmelerin arasında kalan öykünün akamaz olduğu, sıkıştığı anların ağırlığı hissedilir...

Peki Dostoyevski'nin yalınlığı, çıplaklığı ve gerçekliği nereden gelir? Sarhoş, orduda cerrah bir baba ile hasta bir annenin (ki annesini 15 yaşında kaybetmiştir) oğlu olan Dostoyevski, önce mühendislik okumuş, ardından orduya girmiş, sonrasında da edebiyata yönelmiştir. Devlet aleyhinde eylemlerde bulunduğu için hapishanede kalmış, sara nöbetleri ve kumar alışkanlığı hayatının önemli bir kısmını kaplamıştır. Ama bazıları peygamber, bazıları tanrı der Dostoyevski için. Kurduğu dünya ve gerçekliği tektir. Ya ona inanır ve kabullenir ya da onu reddedersiniz.

Her cümlesi tek tek evrenin son anına kadar yaşayabilir; ki 1864 yılında yazdığı "Yeraltından Notlar"ı şu an burada anımsamamız gibi.

Peki bu sinemasal düzlemde Zeki Demirkubuz'un gerçekliğini nerede tutacağız. Hayatın renkli, cazip, mutluluk veren, şamatacı ve eğlenceli yüzü nerede? Biz ne zaman kaybettik onu? Ya da sadece bir örtü müydü, insanın saf kötülüğünün ve kendi egolarının üzerinde... İşte burada sorabiliriz yeniden seyirciye; sizin örtünüzün altındakiler ne âlemde?

Gürol TONBUL

Mümkün mü mutlu olmak?

"Toprak, güneş ve ben...
Bahtiyarım..."

İnsan umut ettiği sürece yaşarmış, öyle derler.
Belki bu nedenle ya da mutluluğun görece bir kavram olmasından kaynaklanan bir dürtüyle yolculuklarını, mutlu olduğu, umutlu olduğu anları fotoğraflamak, o kısa anları ölümsüz kılmak istiyor insan. Pikapta cızırtılı bir plak dönerken, ben de fotoğraf albümlerini serdim önüme. Mutlu olduğum anları bulacağım derken Melike Demirağ'ın "Ağlamak Ayıp Değil" şarkısının sözlerine takıldım kaldım. *"Mümkün mü mutlu olmak, milyonlar umutsuzken..."*
Ne zamandır dinlememişim bu plağı. Şanar Yurdatapan'ın sözleri duvar tenisi gibi çarpıp dönüyor beynimin labirentlerinde. Ben de daldım yıllarımın denizine ve labirentlerdeki görüntülerin fotoğrafını çektim.

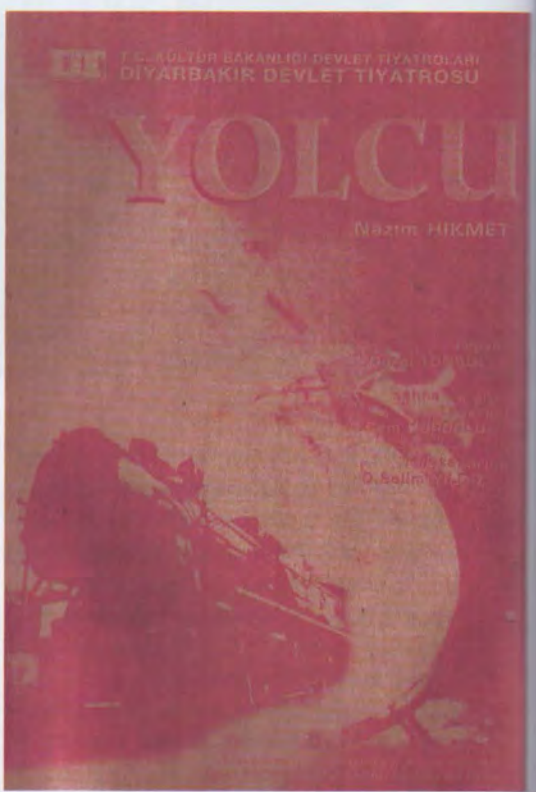
***

Birinci fotoğraf

Bir duvarın önünde durmuşum, sırtımı dayamışım duvarın ılık göğsüne. Gri, kirli duvara bir sinema afişi yapıştırmışlar kocaman. Afişin üstünde "Arkadaş" yazısı. Yanında Çirkin Kral lakaplı Yılmaz Güney'in beyaz pantolonlu, beyaz kareli gömlekli fotoğrafı.
Belli ki günlerden pazar. Hava, filmdeki gibi sıcak mı sıcak. Çünkü güneş tutkalla yapıştırmış bedenime sıcaklığını; gömleğim terli. Havada çiçek kokusu, ter kokusu birbirine karışmış; yüzüme de mutlu bir tebessüm yayılmış.
Tam o anda Nâzım'ın dizeleri gelmiş oturmuş yüreğime...
"Bugün Pazar.
Bugün beni ilk defa güneşe çıkardılar.
Ve ben ömrümde ilk defa gökyüzünün bu kadar benden uzak
bu kadar mavi
bu kadar geniş olduğuna şaşarak
kımıldamadan durdum.
Sonra saygıyla toprağa oturdum,
dayadım sırtımı duvara.
Bu anda ne düşmek dalgalara
bu anda ne kavga ne hürriyet, ne karım.
Toprak, güneş ve ben...
Bahtiyarım..."
Farsça sıfattır bahtiyar sözcüğü. Mutlu demek sözün özü. Türk dilinin nakış işçisi Nâzım 1938 yılında Ankara Merkez Komutanlığı Cezaevi'nde, demir parmaklıklar arkasında yazmış bu dizeleri küçücük bir not defterine.

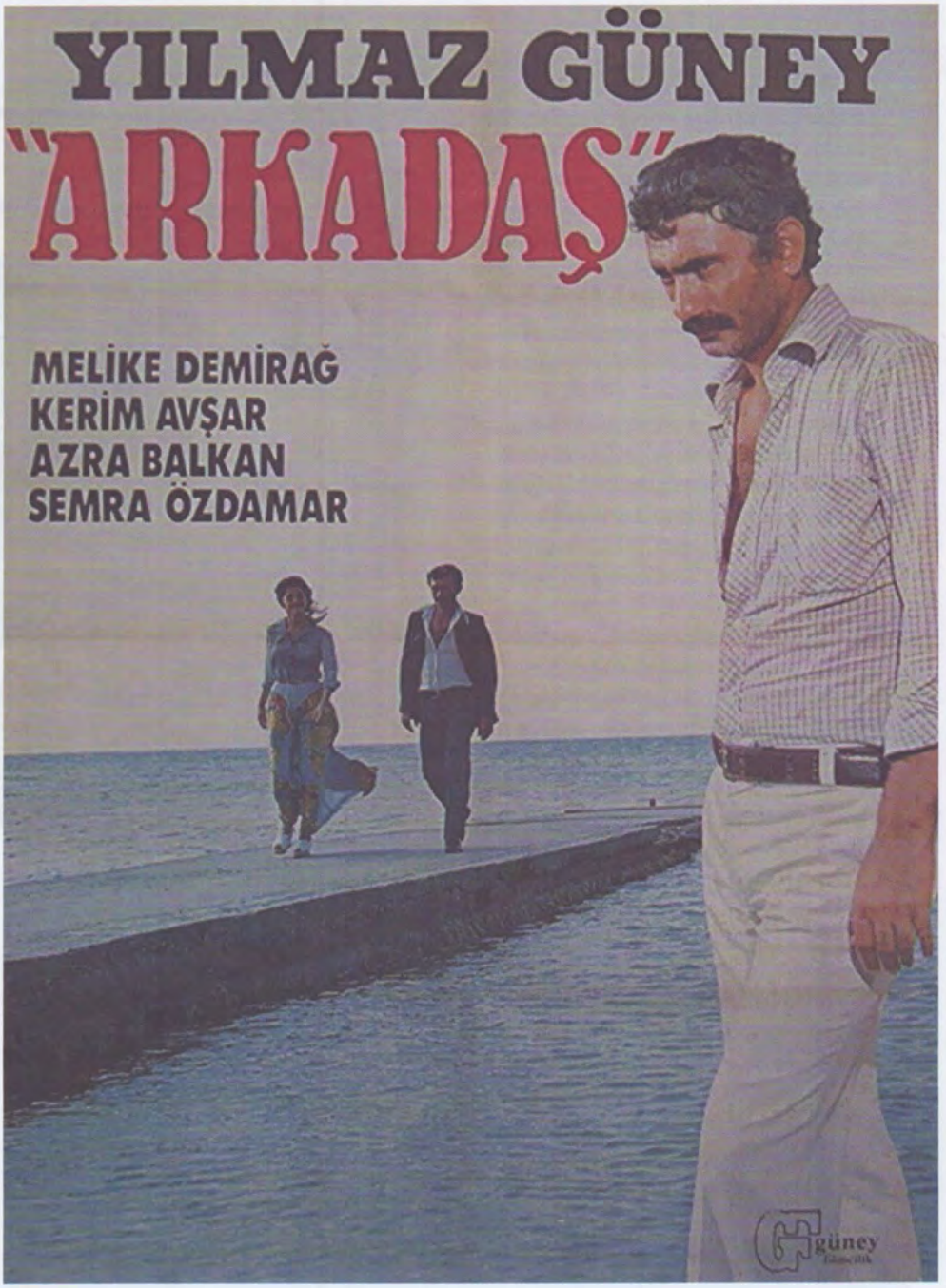
***

"Arkadaş" filminin her şeyi Yılmaz Güney. Küçük not defterine yazdığı anların oyuncusu, senaristi, yönetmeni ve yapımcısı. Film, iki arkadaşın Cemil ile Âzem'in öyküsü. Mutluluğun sorgusunu sert ve acımasız bir dille yapıyor Güney.
Yılmaz Güney'in, "devrimcilere yardım ve yataklık" suçundan girdiği cezaevinden 1974 affıyla çıkar çıkmaz çektiği filmin açılışı, modern ve zengin bir yaşamdan görüntülerle



başlıyor. Yazlık hayatın izdüşümleri bunlar. Deniz, kum ve plaj görüntüleri arasında yarı çıplak, zengin ama mutsuz kişilerin ve yozlaşmış ailelerin, yozlaşmış değerlerin görüntüleridir seyrettiğimiz. Güney, sınıfsal bir kodlama ile zengin ama mutsuz Cemil ile hayatını topluma adadığı için mutlu Âzem'in öyküsünü çarpıcı bir dille ve unutulmaz şarkısıyla hafızalarımıza kazır.
"Ortak olmak her sevince, her derde

kedere
Ve yürümek ömür boyu beraberce el ele...”
Karayollarında mühendis olarak çalışan devrimci Âzem, halk için yapılması gerekenlerin içki masalarında sarhoş olup tartışmak olmadığının altını çizer film boyunca. Âzem için mutluluk saç uzatmak, piercing takmak, kaygısız yaşamak ve süslenip boyanmakla elde edilmez. İnsan özgür olursa, el ele birlikte yürümeyi başarabilirse mutlu olabilecektir. Mutluluk sade yaşamak, emekçiler gibi alın teri dökmek ve onlar gibi olabilmektir.
Güney'in gelenekleri yok saymayan, kapitalist sistemin aşınmasına ilişkin görüşlerini Çiçek Pasajı'nda dostu dile getirecektir:
“-Her şey tadını yitirdi Âzemciğim. İstanbul eski İstanbul değil. Her şey bozuldu. Sen bilirsin bu işleri Âzemciğim. Söylesene neden bozuldu her şey?
-Niye bozuldu?
-Sen söyle.
-Bilirsin sen. Eskiden bir arkadaşımız vardı. Sık gelirdiniz. İçince kavga ederdi hani. Cemil... Mektepliydiniz o zamanlar. Müfettiş derdi o sana. Çünkü sen her şeyi teftiş ederdin. (Sözü edilen Cemil çıkagelir.) Yaa, işte böyle. Her şey gibi biz de bozulduk. Bakın etrafınıza. Var mı eski güzellik? Yok. Ben size eski havalar çaldırayım da...”
Güney, 12 Mart 1971 darbesiyle yitirilen değerlerin, bireyin örgütsel mutluluğunun nasıl elinden alındığının farkındadır. Âzem karakteri, bu açıdan kendisiyle de paralellik taşır. Arkadaşı Cemil'in para ile gelen, burjuva değerleriyle bezeli mutluluğunun geçici, aldatıcı olduğunu anlatmaya çalıştığı sahneler çok etkileyicidir. Özellikle özgürlüğün edebiyatla, sanatla geleceğinin, şiirle bezeli olacağının altının çizer Güney. Onun bu bakış açısı, sosyalist mutluluk kavramının, 1980 öncesi toplumsal hareketlerin zirvede olduğu dönemlerin öncüsü olacaktır.
“**Kız:** *Cemil sahte mutluluğun, çürümenin, yozlaşmanın en yoğun biçimini yaşıyor. Bence kurtuluşu mümkün değildir. Boşuna çaba harcıyorsun Âzem.*
Âzem: *Cemil benim arkadaşım, onu, o bataklığın içinde bırakmak işime gelmiyor.*



Kız: *Bakalım onun içindeki bataklık neresi? O, yaşadığı hayattan mutlu. Niye değişsin Cemil? Niçin değişsin? Adamı kendi haline bıraksan daha iyi edersin. Çünkü bir adamı şartlarından soyutlayıp düşünemezsin. Onun şartları yaratmıştır bugünkü Cemil'i ve ancak şartlarının değişimiyle Cemil'in değişimi mümkündür: Senin anladığın gibi bir değişimi Cemil'den beklemek yanlış olur. Cemil ile uğraşmak bizim işimiz de değildir. Kimdir Cemil? Bozulmuş, çürümüş bir adam. Gerçekçi ol! Eski alışkanlıklarından kurtul. Sınıf açısından bak olaylara.*
Âzem: *O da özünde bir köylü değil mi?*
Kız: *Şimdi değil. Biz kimlerle uğraşmamız gerektiğini iyi saptamazsak yanılgı ve yenilgi bizim için kaçınılmaz olur. Mutsuz olmak istemiyorsak, her adamı doğru yola getirmekten vazgeçmeliyiz arkadaş.*
Âzem: *Ya Melike?*
Kız: *Güzel kız o kadar. Dünyadan habersiz bir bülbül kuşu. Başka türlü de olamaz zaten. Olabilir mi?”* (“Arkadaş” filminden)
Güney, Âzem karakterinin öğreticilik (didaktizm) ve ahlakçılık açısından sert görünümünü, Cemil'in yeğeni Melike'ye

(Melike Demirağ) ve çevresindeki emekçilere verdiği Ahmed Arif'in yasaklı yayını "Hasretinden Prangalar Eskittim" kitabı ve şiirleriyle kırar. Ahmed Arif'in "halkın türküleriyle, ağıtlarıyla, masallarıyla bezeli" dille yarattığı şiirleriyle "Arkadaş" filminde tanışmak, o yıllar yeni yetme bir birey olan benim için, az mutluluk mudur?

"**Âzem:** *Nasılsın arkadaş? Uyumadın mı sen?*

Melike: *Şiirleri okudum. Ne kadar güzel! 'Terk etmedi sevdan beni, / Aç kaldım, susuz kaldım, / Hayın, karanlıktı gece, / Can garip, can suskun, can paramparça... / Ve ellerim, kelepçede, / Tütünsüz, uykusuz kaldım / Terk etmedi sevdan beni...'*

Âzem: *'Haberin var mı taş duvar? / Demir kapı, kör pencere, / Yastığım, ranzam, zincirim, / Uğruna ölümlere gidip geldiğim, / Zulamdaki mahzun resim, / Haberin var mı? / Görüşmecim, yeşil soğan göndermiş, / Karanfil kokuyor cıgaram / Dağlarına bahar gelmiş memleketimin.'*

Melike: *İyi geceler!* " ("Arkadaş" filminden)

"Her zaman halkıma sığındım. Şiirimi günün moda etkilerine kapadım. Göbeğimi kendim kestim ve kasaba minnet etmedim" diyen Diyarbakırlı şair Ahmed Arif'in şiiri, Nâzım Hikmet çizgisinde yürür. Ama Nâzım Hikmet şehirlerin şairidir. Ovadan seslenir insanlara; düzlüklerden. Ahmed Arif ise dağlardan. Asi dağlardan gelen bir ağıttır Ahmed Arif şiiri. *"Dostuna yarasını gösterir gibidir"* her dizesi.

***

Güney'in yılları da tıpkı Nâzım gibi, cezaevinde, parmaklıklar arkasında geçer. Hırçın, deli dolu hayatının içinde şiir de yazar Güney. Güney'in şair yanı, dizeleri çok bilinmez ama, Nâzım'ın imgeleriyle örtüşür alttan alta.

"Bu duvarlar yetmiyor bizi ayırmaya bilesin...
Bu parmaklıklar, bu demir kapılar, bu hava, inan...
Bazen bir yumrukta yıkacak kadar güçlü.
Bazen bir serçe kadar güçsüzsem, bir nedeni vardır...



Hangi zorluğu yenmemiş insanoğlu.
Hele taşıyorsa içinde bu insanca sevgiyi.
Güzel günler zorlu duraklardan geçer sevdiğim.
Damla damla birikiyor insan.
Damla damla sevgili...
Bir gün akıp gideceğiz hayata...
Duvarlar yıkılacak, açılacak bütün kapılar bilesin.
Benim yüreğim sensin şimdi, seni vurur durur...
Ve yine damla damla çoğalıyorsun içimde."

***

İkinci fotoğraf

Diyarbakır'da Geyik Tren İstasyonu'nda duvarın önünde durmuşum. Sarı duvarda Geyik yazısı. "Yolcu" oyununu sahnelemek üzere Diyarbakır'a gittiğim an. Hava sıcak, raylar şekil değiştirmiş sıcaktan...

Ulusal Kurtuluş Savaşı sırasında ıssız bir tren istasyonunda bir arada yaşamanın, çaresizliğin, korkunun ne demek olduğunu anlatacağım oyunculara. 1997 yılında ıssızlıkta bir yaprak hışırtısının nasıl büyüdüğünü, gölgelerin nasıl gulyabaniye dönüştüğünü ve uzaklardaki köyden gelen kurt ulumalarının ürpertisini fotoğrafladık karanlık odalarımızda. Belli ki günlerden yine pazar. Hava sıcak. *"Çok yara, çok ölüm gördüm, bilirim* " diyen İstasyon Şefi'nin, dostuna (Makasçı) yarasını göstermesi, İstasyon Şefinin Karısı'nın çaresizliği ve Makasçı'nın, İstasyon Şefi'nin Bakkal Mehmet'in silahından çıkan kurşunla vurulması üzerine *"Bir şeyin yok Kaptan* " sözcükleriyle çırpınışı beynimin sahnesinde bir oraya bir buraya koşturuyor. Yanımda Geyik İstasyonu'nun şefi ve makasçısı...

Yine Nâzım'ın dizeleri, "Yolcu" oyununun atmosferinde gelmiş oturmuş yüreğime...

"Lambayı yakma, bırak,
Sarı bir insan başı
Düşmesin pencereden kara.
Kar yağıyor
Karanlıklara.
Kar yağıyor
Ve ben hatırlıyorum."
("21-1-924" şiirinden)

***

Yıl 1921. Kar, kış kıyamet...

Nâzım Hikmet, "Ulusal Kurtuluş Hareketi"ne katılmak üzere Anadolu'ya geçmek ister. "Yolcu" oyununun ilk

gözlemlerini küçük defterine burada not alır. Harekete katılmak üzere, Almanya'dan gelen Spartakistler ile karşılaşınca Nâzım'ın mutluluğuna diyecek yoktur. Birinci Dünya Savaşı sırasında Almanya'nın solcuları tarafından kurulan siyasi örgüt olan Spartakistlerle İnebolu ve Kastamonu üzerinden Ankara'ya dokuz günlük yürüyüş yapar. Yokluk ve mahrumiyet içinde direnen, savaşan köylüleri görür Nâzım ve içindeki mutsuzluğu umuda, mutluluğa çevirecek "Yolcu" oyununu kaleme alır.

"Yolcu", 1921 yılının ilk günlerinde, Anadolu'nun ücra bir tren istasyonunda yaşayan üç kişinin (İstasyon Şefi, İstasyon Şefinin Karısı ve Makasçı) mutsuz yaşamlarına tanık kılar bizi. Bu üç insan kendi kısır ilişkileri içinde, dünyayı anlamlandırmaktan uzak yaşamaktadırlar. Koşullar zorlu, hayat bir o kadar kaynayan kazandır. Dışarıda savaş sürmekte, dağ köylerini çeteler basmaktadır. Bu metruk cezaevinden lambanın sarısıyla süslü insan başları düşmektedir bembeyaz karın üstüne. Tren istasyonu bir cezaevidir adeta.

"**Makasçı:** *Şu karların altındaki Allah'ın belası çöl, deniz, bizim istasyonda bir gemi. Ama bizim gemi, şu İstanbul'da Haliç'te işleyen başı kıçı bir örnek dilenci vapurlarından daha küçük, daha mendebur. Çünkü onlar, hiç olmazsa, iskele iskele dolaşıp dünyayı görürler. Halbuki bizim gemi olduğu yere demirli. İçinde de üç kişi: İstasyon Şefi Kaptan, Çarkçı ben... Tek müşteri de...*

Şefin Karısı: *Ben*

Makasçı: *Yalan mı?*

İstasyon Şefi: *Doğru... Geminin bundan lanetlisi... Denizin bundan ölüsü... Kaptanın, çarkçının, müşterinin bundan...*" (Nâzım Hikmet, "Yolcu", s. 18)

Nâzım Hikmet'in "*Bir yolun ıssızlığı, o yoldaki yolcunun yalnızlığı kadar büyük olamaz*" bakış açısıyla kaleme aldığı oyundaki üç kişi, başka bir hayatın oluşumu için çaba sarf etmeyen kişilerdir. Onlar için hayat varsa yoksa kendileri ve bencil istekleridir.

"**Şefin Karısı:** *Raylara bak, karla örtülüverdiler. Artık, iki üç gün posta treni geçmez buradan. Rayları kaybettik. Bir başımıza kaldık çölün ortasında.*

İstasyon Şefi: Rayları değil, biz üçümüz dünya ile bağımızı kaybettik.

Makasçı: *Tipi yüzünden mi?*

İstasyon Şefi: *Tipiden önce... Buraya ilk geldiğimiz günden beri. Bu duvarlar içinde birbirimize düşman olduğumuzdan beri. Birbirimizden başka hiçbir şeyle bağlı olmadığımızdan, dünya yalnız üçümüzden ibaret ve üçümüzün her biri yalnız kendi kıskançlığı, kendi ihtirası, kendi iştihası olalıdan beri. Anlıyorsunuz değil mi?*" (Nâzım Hikmet, "Yolcu", s. 25)

İşte, tam bu anda Cemil'in hayatını kurtarmaya gelen Âzem gibi, Kurtuluş Savaşı'na katılan, cephede savaşan Yolcu çıkagelir karların içinden. Onun gelişi istasyonun bencil ve mutluluğu küçük çıkarları peşinde koşarak elde etmeye çalışan insanların hayatını değiştirecek, üç kişi insanları mutlu kılmak için toplumsal bir mücadelenin içine girmeye karar verecektir. Artık, onlar için "*daha doğru, daha güzel, daha iyi*" bir dünya olasılığı belirecektir.

"**Atlı:** *Anlatacak ne var ki? Muharebe işte... Bu harbin sonu bayramdır inşallah. Neden derseniz, bu sefer, çoluk çocuk, kadın erkek, fakir fukara, millet toptan inandı, kaptı nacağı. Seferberlikteki gibi Çete Bakkal Mehmet değirmen çevirsin, dümenini sürdürsün diye değil. Şu Bakkal Mehmet ile kıyak dalaşacağız. Köy halkını kurtaracağım şerrinden.*

İstasyon Şefi: *(...) Muhakkak olan bir şey varsa, bir ışık görür gibi oluyorum. Tuhaf bir değişiklik. Birdenbire... Bunun gelişinden, konuşmasından beri. Artık ne senden, ne ötekinden, ne de kendimden eskisi kadar nefret etmiyorum.*

Makasçı: *Ben gidiyorum Kaptan.*

İstasyon Şefi: *Gidiyor musun? Nereye?*

Makasçı: *Ankara'ya. Anlaşılan orada bir imalat fabrikası varmış. Atlı'dan öğrendim. Kalabalığa, arkadaşların arasına, işe yaramaya gidiyorum. Ben demiri vira ettim Kaptan. Yolcudur Abbas, bağlasan durmaz.*

İstasyon Şefi: *(...) Demek yolcudur Abbas, bağlasan durmaz...(...) Ankara'ya, kalabalığa gidiyorsun demek... Bataklıktan kurtuluyorsun. Vira demir! Yolcudur Abbas. Ben de yolcuyum. Yolcu!*" (Nâzım Hikmet, "Yolcu", s. 57)

***

Mutluluk insanın kendisiyle ve çevresiyle uyum içinde olması, sevgiye dayanan bir ilişki kurabilmesi ve topluma yararlı olan eğilimlerini, yeteneklerini gerek kendi hayatı, gerekse başkalarının hayatını daha iyi, daha doğru ve daha güzele yöneltmesiyle elde ettiği sevinç ve iç huzuru ise Yılmaz Güney'in ve Nâzım Hikmet'in her eylemi, her sözü, daha değerlidir hayatımızda.

Ülkede genç ölümleri kanıksayıp, mutluluğun hâlâ bencil bir duygu olduğunu düşünüyorsanız, yani sadece kendi istek ve arzularının tatmini olarak görüyorsanız bu duyguyu, o zaman sözüm yok size. Ama bunun tam tersini düşünüyorsanız, Nâzım'ın dizelerini sormalıyız kendimize:

"Mutluluğun resmini yapabilir misin?"



Altan Gördüm, Altan Erkekli, "Oyun"

"Düşünün Antalya'da mutlu bir Hollandalı!"

(Sonra da ona Cemal Süreya okutmalı!)

Mutluluk biraz aptallığa benziyor. Aptalın kendini akıllı sanmasına benziyor. Mutsuz da kendini mutlu sanıyor. Bunun bir tek şairler farkında diyeceğim ama pek öyle olmadığını da bildiğim için nedense kendimin iki arasında kalıyorum. Yani mutlu muyum yoksa aptal mıyım?



Mutluluk üzerine konuşmak için de yazmak için de her zaman erkendir. Bu cümleye kolayca gelmediğimi de kolayca yazmadığımı da tahmin edebilirsiniz. Daha yazının başında şiire başvurmamı ise biraz kolaycılık olarak görebilirsiniz, ama bu kez öyle değil. Yazının ruhunu tam olarak yansıtan, ele veren, hatta benim niyetimi de baştan açık eden bir şiir bu. Varoluşla, demek ki mutluluk ve mutsuzlukla en çok uğraşmış bir şairin, Edip Cansever'in "Gelmiş Bulundum" şiiri. Öyleyse tamam dediğinizi duyar gibiyim. Ne diyordu Edip Bey?

"Şiirler yazdım, kitaplar okudum
Elime bir bardak aldım, onu yeniden oydum
Derinlerde kaldım böyle bir zaman
Kim bulmuş ki yerini, kim ne anlamış sanki mutluluktan
Ey yağmur sonraları, loş bahçeler, akşam sefaları
Söyleşin benimle biraz bir kere gelmiş bulundum."

Mutluluğu bilmiyorum ama şiiri keşfetmek için hiçbir zaman geç değildir. Genellikle de önce şairi keşfedersiniz sonra şiiri. Edip Cansever'i gençliğimden beri okurum, neredeyse 50 yıldır ve kim bilir daha keşfedemediğim, keşfedemeden gideceğim kaç şiiri

vardır? "Gelmiş Bulundum" şiiri de bunlardan biridir ve aslında hakikatin, arayışın kendisi olduğunu sezdiysek, bu şiirin de "sezmiş" bir şiir olduğunu görebiliriz.

Mutluluk aptalca bir şey mi?

Tam da şiir demişken uzatmayalım. Bilmem ki böyle demekle bir şiir tanımı mı yapmış oluyoruz?

"Şiiri tadında bırakmak" gibi sözgelimi. Ve şunu söyleyelim: İnsanın mutsuzluğunun kaynağı insandır, ama mutluluğunun kaynağı insan değildir. İnsan insanı mutsuz eder ve insanlar mutluluğu gidip insanın dışındaki varlıklarda, canlılarda, nesnelerde ararlar. Bunu öğrenmek çok mu vaktimi aldı? Hayır, sadece fark etmek ve adlandırmak biraz uzun sürüyor. Sonunda da şuraya geliyorsunuz: Mutsuzluğun nedeni de mutsuzluk aslında.

Mutluluk biraz aptallığa benziyor. Aptalın kendini akıllı sanmasına benziyor, mutsuz da kendini mutlu sanıyor. Bunun bir tek şairler farkında diyeceğim ama pek öyle olmadığını da bildiğim için nedense kendimin iki arasında kalıyorum. Yani mutlu muyum yoksa aptal mıyım? Her ikisi de olmayacağına ve mutluluk imkânsız olduğuna göre, geriye diğeri kalıyor. Şairlerin farkında olduğunu söyleyeceğim yine de. Bu "farkındalığa" da kuşkusuz ünlü Fransız şairi Aragon'un "Mutlu Aşk Yoktur" şiirini tanık göstereceğim. Gerçi insan âşık olunca bu şiiri de bir "mutluluk şarkısı" gibi terennüm ediyor ya, neyse. Mutlu aşk yoktur, çünkü mutluluk yoktur. Nâzım Hikmet'in "*Mutluluğun resmini yapabilir misin?*" diye kışkırttığı Abidin Dino nasıl yapsaydı mutluluğun resmini? Sahi kim yapabilir? Mutluluk da hakikat gibi bir şey. Belki de öyledir, hakikat mutluluktur ve "in vino veritas", yani "gerçek şaraptadır" dedikleri gibi hakikat da mutluluktadır belki. Arayıp bulamayışımız da bundandır, öyle ya, bulunabilecek bir şey olsa hiç aranır mıydı, demek ki aranan bulunmaz, hakikate ulaşılmaz, giden gelmez, ağlayan gülmez, mutluluk herkesin payına düşmez. Velhasıl...



Evet yazı böyle de bitebilirdi, bitebilir. Lakin bulanlar arayanlardır ya da aramaktan vazgeçmeyenlerdir denildiğini de bilirsiniz. Sanırım umut niyetine. İnsanın sonuna dek umutlu olması, direnmesi için söylenen ve söylenmesinde de zannımca bir kötülük olmayan sözlerden. Tersini, yani gerçeği söylesek daha mı iyiydi? Hiç olmazsa böylece insan geçici bir süre için de olsa kendini sahiden iyi, huzurlu, mutlu ve biraz daha çabalarsa, bulacak biri gibi de hissedebilir.

Bir mutsuzluk kaynağı: Şiir

Mutluluk aslında şiir gibi bir şey. Şiir çoğu zaman uykusuz, yani mutsuz, hemen her zaman da yarı uykulu yani dalgalı bulutlu, dalgalı mutlu bir şey. Mutluluk da öyle, çoğu zaman dalgalı bulutlu bir hal. İkisinin buluştuğu yer, kavram, sıfat ya da tanımsa, bir olanaksızlığı göstermek üzere olanak olma hali. Biri şiirin imkânsızlığını, diğeri mutluluğun imkânsızlığını gösteren birer olanak. Böylece aslında gösterdikleri şeylerden daha çok bilinen, yaşanan, paylaşılan ve benimsenen iki durum. Demek ki şiir gibi mutsuzluğun da işe yaradığı haller oluyormuş. Birbirleriyle olan ilişkileri ise zaten çok eskiden beri çok sık telaffuz edilen ve herkesin bildiği bir ilişki, üstelik de karşılıklı, şiirin kaynağının mutsuzluk

olması gibi, şiirin de mutsuzluk kaynağı olması.

Kahvaltının mutlulukla bir ilgisi olup olmadığını geçelim ama önce belki de kahvaltıyla mutluluk kavramını eşleştirenin de, bir şiirden beklenmez ama Cemal Süreya'nın bir dizesi olduğunu da bilelim: *"Kahvaltının mutlulukla bir ilgisi olmalı."* Eskiden var mıydı, ne kadar vardı bilemem ama bu dizeden sonra neredeyse kahvaltı eşittir mutluluk kıvamına geldiğimizi düşünüyorum. Domates, yeşillik, peynir, zeytin ve reçelin yanında mutluluk da kahvaltı sofrasının olmazsa olmazlarından artık. Serme kahvaltı, serpme mutluluk. Peki kahvaltıdan sonra? Cemal Süreya bunun da yanıtını veriyor bir bakıma, "Mut(suz)" başlıklı şiirinde:

"Kim istemez mutlu olmayı
Ama mutsuzluğa da var mısın?"

Mutlulukla, tabii mutsuzlukla da yalnızca şairler uğraşmıyor. Ama çoğu şair, evet şiirde felsefe yapmasa da, felsefi hatta ondan da çok ontolojik bir sorunla uğraşıyor şiir yazarken. Ya da şöyle diyelim, şiiri ontolojik bir sorun ve bunun yanıtı olarak görüyor ve yazıyor. Niye böyle düşündüğüme gelince, Erkin Koray'ın dediği gibi *"Bir ben miyim perişan yalnızlar rıhtımında?"*. Yalnızca benim düşüncem değil. En çok sevilen şairlere ve şiirlere baktığımızda, Edip Cansever'den İsmet Özel'e, Nilgün Marmara'dan Didem Madak'a, tümünde de şiirin varlıkbilimsel bir sorun ve sorgulama olduğunu görürüz. Özellikle Didem Madak şiirinde bu sorun adlı adınca da yazılır. "Mutsuza Kim Bakacak?" şiirinde:

"İki kendim varmış maviş anne
Biri benmişim biri mutsuz
Ben ölürsem maviş anne, mutsuz için
Dünyanın bütün sabahlarına bir bilet al

Ben ölürsem mutsuza iyi bak."

Mutlu olmak değildir istediği, mutsuza da iyi bakılmasıdır.



Mutsuzlar, "Mutluluk diktatörlüğü"nün tahakkümüne karşı ileri!

Yakınlarda okuduğum bir kitabın adı Didem Madak'ın dizeleriyle yakınlık kurmuş gibi: "Mutsuz Olmak-Bir Yüreklendirme" (çev. Tanıl Bora, İletişim, 2014). Yazarı kitabın arka kapağındaki tanımla, "mutluluk araştırmacısı" Wilhelm Schmid. Kitabın önsözünde alışılmadık şeyler söylüyor, "mutluluk diktatörlüğü"ne karşı çıkıyor. Mutluluğun kendisinin ödev haline gelmiş olduğunu ve mutsuzluğun başarısızlıkla aynı anlama "getirildiği"ni belirtiyor. Üstelik felsefeci Schmid, 2007'de "Mutluluk" üzerine de bir kitap yazmış! Ama mutluluğun hayattaki en önemli şey olmadığı notunu da düşmüş. Şöyle sürdürüyor: "Mutluluk üzerine çok fazla konuşmak, hiçbir zayiatı, hiç gölgeli yanı olmayan başarılı bir hayatın, başarılı bir ilişkinin mümkün olabileceği illüzyonunu besler." (agy. s.12). Ve insanların üstünde önemli bir stres kaynağı olarak gördüğü mutluluğa gereğinden fazla anlam yüklendiği görüşünü dile getiriyor: "İnsan hayatındaki esas meydan okuma, mutlu olmak değildir. Biraz bilgi ve denemeyle herkes bunu başarabilir, sınırlı bir süreliğine de olsa. Mutsuz olmakla baş etmek, onu sindirmek ve ona dayanmak çok daha zordur; kahramanca olan böyle bir hayattır."(s.13). Kitabını da "her toplumun küçük bir azınlığından daha fazlasını oluşturan" mutsuzların "varlığını tanımaya, onların onurunu kurtarmaya ve onları yüreklendirmeye" adıyor. Kitabın "Mutluluk her zaman mutlu eder mi?" başlığını taşıyan ikinci bölümünde de filozofların

mutluluğa dair görüşleri aracılığıyla bir sorgulamaya girişiyor. Sözgelimi Kant, 1764'te "Güzellik ve Yücelik Duygusu Üzerine Gözlemler"inde "hayatın saadetleri ve insanların mükemmelliğe erişmesiyle ilgili fazla yüksek taleplerde bulunmama" öğüdünü verir. Nietzsche de "Böyle Buyurdu Zerdüşt"te "son insan"ın küçük mutluluğuyla dalga geçen, "gündüz için küçük hazları, gece için küçük hazları vardır" gibi cümleler kurar.

Her şey dahil mutluluk!

Mutluluğun imkânsızlığı; ya da olmayan bir şeyi varmış gibi yapmanın, yaşamanın, ona ulaşmaya çalışmanın dayanılmaz kederi. Galiba böyle bir şey benim söylemek istediğim, mutsuzluk değildir insanı kederli kılan, mutsuzluk mutsuz olmaktan başka hiçbir şey olmamaktır, oysa mutluluk kederdir, kederli olma halidir. Kimin kederidir? Arayıp bulduğumuz, peşine düştüğümüz, ardından koştuğumuz kederin ta kendisidir. Zayıftır, korunaksızdır, kırılgandır, küskün, bencil ve yalnızdır. Bir de çok dayanıksızdır. Tetikte olma halidir. Ezcümle tekinsiz bir şeydir mutluluk. İnsan mutluluk uğruna mutsuzluğu derinleştirebileceği gibi, 18. yüzyılda keşfedilen bu stres kaynağı da sürekli beslenmek, yenilenmek ve elbette tıpkı ticarette olduğu gibi büyümek, artmak, kârlı bir hale geçerek sürdürülebilir olmak ister. İnsanın mutsuzlukla değil ama mutlulukla kolay kolay başa çıkabileceğini sanmıyorum. Mutsuzluk bir direnmeyse, mutluluk bir saldırıdır. Mutluluk arayışının neredeyse bir hakikat arayışı gibi olması da biraz tuhaf değil mi sizce? Üstelik tam buldum dediğiniz yerde, içinizde beliren "ya değilse?" kuşkusu da cabası. Sahiden de öyle, sonunda bulduğunuzu sandığınız şey ya mutluluk değilse? Diyeceğim, mutluluk sanki sistemin dışlilerinden biri olmuş gibi. "Gibi mutluluk." Öyle değilse de öyleymiş gibi görünmek gereksinimi ve zorunluluğu. Bir tür saadet zinciri, parsayı yine tiranların topladığı. Hayır, muhalifim ama "münafık" tabiatlı biri değilim, karşıdakiler de iyi bir şey yaptığında hakkını teslim etmek isterim, lakin bu mutluluk mevzuunda hepimizi mutsuz eden bir şey var. Bizim melankolimiz bize yetiyorken, fazladan mutsuz olmanın da âlemi yok!

Mutluluk da artık çağın icaplarından olan "proje" gibi bir şey. Cumhuriyet'in ilk yıllarında, 1930'larda çıkan kimi yasalardan söz edilir, şimdi hepsi tabii çocuksu gelen, açık hava sinemaları, yazlık çay bahçeleri, ay mehtabı, çekirdek gibi, eh biraz da "nostalcik" kaçan. "Ömercik", "Ayşecik" tadında oldu bu sözcük de artık, ağzında dişi kalmamış eski gençlerin akide şekeri tadında telaffuz ve hatta bana kalırsa terennüm ettikleri bir sözcük nerden bakarsan! O yasalarda şehrin, ilçenin en büyük mülki amirinin sabah tüm halkı toplayıp, eşofmanları çekip, başlarına da geçip "jimnastik" yaptırma yetkisi varmış ve tabii yaptıran kaymakamlar da varmış, sepya fotoğraflarla sabit! O genç kaymakamlar mutluluk hareketleri de yaptırabilirlerdi elbette! Mutlu olunacak, ol!

Proje dedik, nostaljiye geldik, gerçi o da başka bir proje ya, neyse. Evet, mutluluk endüstriyel bir şey gibi sanki. Hem endüstriyel hem de önemli günler ve haftalar takviminde bu yıl "Ramazan"a mı, "Kurban"a mı, "Yılbaşı"na mı, "1 Mayıs"a mı, "Cumhuriyet Bayramı"na mı yoksa "23 Nisan"a mı rastlayacağı merak edilen ve hangisi olursa olsun sonunda mutlaka (ve mutlaka) "Çıktık açık alınla" güzellemesiyle, "Yüce Rabbim seneye de nasip etsin işşallah!" dileği ve duasıyla uğurlanan güzel bir haftamız. Bana kalırsa da böyle bir hafta ilan edilmeli ve senede bir gün de olsa mutlu mesut olunmalı, mutluluk içinde de kutlanmalı!

TOKİ gibi bir şey desem "şehrin içinde, doğanın kalbinde" villalarına mı haksızlık olur bilmiyorum ama, formülünden reçetesine, hapından çubuğuna kadar yan endüstrileri de olan bir "işlenmiş mamul"e dönüşmüş durumda mutluluk. Hele kitaplar! Çoğuna "kitap" demeye bin şahit ister desem de onlar yüz bin kişi tarafından okunduğu için, şahide de ihtiyaçları yok doğrusu! Kişisel gelişim. İşte aslında yeniçağın mutluluk tanımı. Sosyolojisi, psikolojisi, ekonomisi, edebiyatı, şiiri, öyküsü, aforizması ve daha nesi nesi, hepsi ama hepsi işte bu kavramda gizli. Gizli deyişim, cümle iç uyaklı bitsin diye. Gizli mizli değil, apaçık! Hemen ardından da kendi yorumumu ekleyeyim: Apaçık ve apacı!

Bir kişisel gelişim öyküsü olarak mutluluk. Yani bir başarı öyküsü. Ne var bunda diyeceksiniz? İnsan mutlu oluyorsa, topluma yararlı biri oluyorsa, öyle ya herkesin yüzü gülerse evin de suratı asılmaz değil mi? Değil işte. Bu olsa olsa konfeksiyon mutluluk olur ve ne alırsan 1 liraya Çin pazarlarında bol bol bulunur! Buyurun alın. Evlerin tek tip olduğu gibi, sevinçler de mutluluklar da tek tip oldu bile. Alın size her şey dahil mutluluk! Bu arada mutluluk sözcüğüne gerçekten şükran borçluyum, başlık olacak öyle çok deyim ve kavram sundu ki bana, daha fazla üzerine gitmesem iyi olacak galiba!

Paradoks Diyalektika falı: Mutluyum, mutsuzum, mutluyum...

Gençliğimin mutluluk özlemiyle dopdolu komik şarkılarını hatırlıyorum bir yandan da: "Mutluluk, haydi kalkın hep beraber gidiyoruz/nereye, sevmeye ve sevilmeye, mutluluk..."tan tutun, "Düşünün Antalya'da mutlu bir Hollandalı"ya kadar! Ve yazının sonunda bir itirafta bulunmaktan da kendimi alamayacağım sevgili okur! Yazmak sorun değil, yazarım, hatta sen sevgili okuru mutlu edecek cümleler de kurabilir, gerekirse öyküler de anlatabilirim, ama bunlar, nasıl desem, pek sahici olmaz. Korkarım ki mutlulukta beni aşan bir şey var. Kendimi münasip görmediğimden de değil, ama işin doğrusu sanırım pek bilmediğim bir şey mutluluk. Ben mutluluk yerine daha sıradan ama bana kalırsa, birey ve toplum olarak, büyük insanlık için, sevinç ve iyilik önermek istiyorum. Işıl Özgentürk'ün "Küçük Sevinçler Bulmalıyım" dediği türden şeyler, göğe bakıp sevinmek gibi ya da içinde elbette mutsuzluğun da olacağı ve ikisinin hem karşıtlığının hem bir aradalığının da diyalektik olacağı iyilikte buluşmak. Paradoks Diyalektika, büyük harflerle değil küçük harflerle yazılan sevinçlerin ve iyiliklerin, dünya için küçük, insanlık için büyük bir şey olacağına inanıyor!

Mutluluğun vahşi tarafları

Mutluluk, herkesin evinin önündeki çöpü komşu evin önüne doğru süpürmesinde gizlidir!

Mutluluk simülasyonunun başlaması için kola için! Mutluluk kredisi notunuzun yükselmesi için tarihinize sahip çıkın, sakal bırakın!

2014 yılının Aralık ayında güney illerinden birinde şehir merkezine inmek için otostop çeken üniversite öğrencisi, yağ ticaretiyle uğraşan şoförle kısa sürede yüz göz olur. İkisi de yılbaşına birlikte girmeye karar verirler. Plan şudur: Şoför, karısını ve küçük çocuğunu köye yollayacaktır, üniversite öğrencisi de bir yakın erkek arkadaşını yanına alarak eve gelecektir. Şoför ayrıca iki bin lira verir gence; eskort iki kız getirmesi için. Yılbaşı gecesi ev kalabalıktır: Şoför, on altı yaşındaki oğlu, kendi yaşlarında başka bir adam, iki delikanlı ve iki eskort. Gecenin rengi yavaş yavaş değişir; alkol, ot derken kızlar anal seksi reddeder ve evden ayrılırlar. Buna çok kızan yağ taciri oğlunu bir odaya yollayıp otostopçu çocuğa tecavüz eder. Okul arkadaşı da banyoda çırılçıplak soyulup oral seks yaptırılarak saf dışı bırakılır. Olay böyle de kapanmaz; parasını geri isteyen yağ taciri ertesi gün gençlerin telefonlarını sattırır ve parasının bir kısmını alır. Bu da yetmez: Otostopçu genci kendisine bir kız bulması şartıyla serbest bırakacağını söyler. Delikanlı, okulundaki oyuncu olmak isteyen bir kızı bir proje için seçmelerin yapıldığı iddiasıyla ikna eder ve o eve gitmesini sağlar. Saf kız meşhur olma rüyalarıyla gittiği evden oral seks sonrası kurtulur ve polise koşar. Bir avuç insanın mutluluğun ne olduğunu bilmeden çıktıkları bu tuhaf mutluluk avcılığı adliyeye sevk edilir.

Mutluluk kontratınızda devlete ödeyeceğiniz komisyon önemlidir! Mutluluk, herkesin evinin önündeki çöpü komşu evin önüne doğru süpürmesinde gizlidir!

Bunu Freud'a sorsanız, *"Kesin artık şu zırvayı"* yanıtıyla muhatap olursunuz. Oysa bunu sormaz, Freud'u rahat konuşmaya davet ederseniz şöyle der: *"Libido kaydırmaları acıyı önleyebilir, mutlu olma olanakları sunabilir. Burada amaç, içgüdülerin hedeflerini, dış dünya tarafından engellenmeyecekleri bir alana aktarmaktır. Buna içgüdülerin yüceltilmesi yardımcı olur. En büyük kazanç, ruhsal ve entelektüel çabadan kaynaklanan haz edimlerini yeterince artırmayı başarmakla sağlanır. Bu durumda kader insana pek bir zarar veremez."*

Yazının başındaki gerçek olaydaki insan portrelerine bakarsak; toplam 10 kişi var hikâyede. Sizce mutluluk arayışı olsun olmasın en az zararla ayrılan kim ya da kimlerdir? Size bir hesap payı, aritmetik zamanı bırakayım.

Mutluluk özelleştirilmelidir! Mutluluğunuzu katlamak için tırtıklı prezervatif, su bazlı kayganlaştırıcı kullanın!

Bir bebek bakıcısı mutluluğu şu şekilde tarif edebilir: Erken doğum sonrası ölmüş bebeklerin toplandığı morgda çalışırken kendimi daha iyi hissediyorum.

Bir polis mutluluğu şu şekilde tarif edebilir: Sokaklarda gün boyu vurup öldürdüğümüz insanlardan sonra eve yorgun döndüğüm için aile içi şiddet bitti. Şimdi çok mutluyuz.

Bir cumhurbaşkanı mutluluğu şu şekilde



tarif edebilir: Ben ne düşünüyorsam, nelerden nefret ediyorsam herkesi kendime benzettim. Düşünce kısmı harika da nefret edecek şeylerin imhası yüzünden gitgide azalmaları can sıkıcı. Bu nedenle dünyaya açılmalı ve yeni nefret alanları, yeni nefret odakları, yeni nefret defineleri keşfetmeliyiz. Mutluluk katsayımız ancak böyle artacaktır.

Bir edebiyatçı mutluluğu şu şekilde tarif edebilir: Mutluluk kelimesini yazarken mutlaka hata yapıyorum. Mutlluk oluyor bazen, bazen daha hızlı yazarsam Mutllk filan da. Mutluluğu yazamayıp hep aradığım için aslında mutlu sayılmam lazım.

Gelelim hikâyedeki hesaba: Büyük olasılık bu kaostan en mutlu ayrılanlar eskort kızlardır. Hem hayatlarını kurtarmışlardır, hem işlerini yapmadan paraya konmuşlar/yiyip içmişlerdir, hem de ortadan toz olmuşlardır.

Bir başka insanın üzerinden, bir başka insanın aracılığıyla, bir başka insanın varlığıyla tertiplenen mutluluk oyunları Haneke'nin "Funny Games"inin ötesine geçememeye mahkûm gibi görünüyor.

Başkaları aracılığıyla kitap gönderen birinin okur-yazar olup olmadığı hususunda endişelendiği için fikrimi soran karaltıya şunu dedim sonra:

-Teşebbüs ettiğin neyse osun. Bir zamanlar fısıldadığım gibi; *Çok ayıp bir şey mutluluk!*

Sibel KOÇBIYIK



© MERAL ERDOĞAN

Ve sonunda bir ömür mutlu olmaya çalıştılar...

Mutluluk bin bir çeşit, bir reçetesi yok. Sor, sorgula ama her söylenene inanma.

Saate baktı Leyla, yolculuk zamanı gelmişti. Yaşadığı gezegenden ilk kez ayrılacaktı. Gezegenine tekrar bir baktı. Biraz canı yandı ama dönemezdi artık, orası çok dardı. İçi kıpır, kıpır, küçük bir tırtıldı sanki. Şimdi kozasından çıkacak, özgürce uçmaya başlayacaktı.

Yıllarca dinlediği masallardan "ve sonunda bir ömür mutlu yaşadılar" cümlesi aklından çıkmıyordu. O da herkes gibi mutlu olmak istiyordu. Mutluluk tüccarı diye biri olduğunu duymuştu. İlk iş onu bulmaya karar verdi. Yola çıktı. Az gitti, uz gitti, dere tepe düz gitti, nice masallardan geçti. Sonunda tüccarı buldu. Yanına yaklaştı, konuşmaya başladı.

L: Mutluluk istiyorum.
T: Ne kadar?
L: Çok, bir ömür yetecek kadar.
T: İnkârlı mı, inkârsız mı?
L: Hangisi daha kârlı?
T: Bu ne istediğine bağlı.
L: İnkârlısından olsun. Ne yapmalıyım?
T: 9999999 havuç toplamalısın.
L: Nerde bu havuçlar?
T: Zafer sandığın aferinlerde.
L: Nasıl bulacağım onları?
T: Resmi mutluluk yönetmeliğini okumalısın önce, zaten istemesen de okuturlar.
L: Okumam yeter mi?
T: Hayır ezberleyeceksin.
L: Ezberleyince n'olucak?
T: Kendi şiirini unutacaksın.
L: Ya sonra?
T: Çok inanacaksın.
L: İnanmak ne işime yarayacak?
T: Koşarken yorulmayacaksın.
L: Havuç zengini mi olacağım ?
T: Hayır havuç bağımlısı.
L: Bağımlı olursam n'olur?
T: Havuçsuz yaşayamazsın.
L: Ya zengin olursam?
T: Kaybetmekten çok korkarsın.
L: Korkarsam n'olur?
T: Düşmansız yaşayamazsın.
L: İnkârsız olanı anlatır mısın?
T: Yine havuç toplayacaksın.
L: Bu havuçlar nerde?
T: Derinlerde, kazıyıp bulacaksın.
L: Nasıl bulacağım peki?
T: Yine yönetmeliği okuyacaksın.
L: E, okumuştum ya!
T: Bu sefer okuduklarını unutacaksın.
L: O zaman nasıl bulacağım?

T: Kendi şiirini duyacak, sadece ona inanacaksın.
L: İnanınca n'olacak?
T: Kendini tanıyacaksın.
L: Kendimi nasıl tanırım?
T: Kendini başkalarıyla tanırsın.
L: Başkaları bana ne yapar?
T: Karanlığını aydınlatır.
L: Zarar vermezler mi?
T: Verebilirler, yaralanırsın.
L: Ya çok canım yanarsa?
T: Nerde duracağını anlarsın.
L: İyileşmez mi bu yaralar?
T: Yaranı kendin yalarsın ya da yardım alırsın.
L: Ya ben de yaralarsam?
T: Pişman hissedersen eğer, onarmaya çabalarsın.
L: Peki inkâr bunun neresinde?
T: İnkâr ayrıntılarda.
L: Ayrıntılarda ne var?
T: Acı ve bilinmezlik.
L: Bunu kim ister ki?
T: İşte o yüzden inkâr edersin.
L: İyi, bu sefer düşman yok.
T: Olmaz olur mu? Yönetmelikleri yazanlar, en büyük havuçları ister. Hayali düşmanlar yaratır, kutsal havuçlarla seni savaşa inandırır. Ayrıntıları görmezsen sen savaşırsın, onlar saklanır.
L: Havuç mücadelesiyle mi geçecek ömrüm; düşmanlar, savaşlar; mutluluk bu kadar zor mu?
T: Yooo, nohutlu pilavla da mutlu olabilirsin.
L: Nohutsuz pilav olmaz mı?
T: Saçmalamaya başladın. Mutluluk bin bir çeşit, bir reçetesi yok. Sor, sorgula ama her söylenene inanma; bana bile. Kendi şiirini duy, dinle; sakın şaşırabilme yeteneğini kaybetme. Hadi şimdi git, biraz yürüyüşe çıkacağım, yollar beni bekler...
L: Tamam, gidiyorum.
T: Hey, dur!
L: Ne var?
T: Saatini ayarla, arada bakmayı unutma.
L: Tamam.
T: İyi yolculuklar.
L: Size de...

Kapıyı kapatırken düşündü Leyla; "ve sonsuza kadar mutlu yaşadılar" cümlesi hakikaten masaldı. Sonsuz olan zaman değil önündeki yollardı. Keyifler, yaralar, havuçlar arasında herkes kendi yolculuğunu yaşar, aslında kendi masalını yazardı.







Gamze ERZİN



©KYLE MCQUEEN

Yazmanın mutluluğu

Yazarlar ve şairler yazdıkları şeylerin bir sonraki nesle aktarılması umuduyla yazan kişilerdir.

Yazmak, insanı dinç tutan ve mutlu eden bir eylem olsa da kimi yazarlara göre yazmak, hayatın getirdiği mutsuzluğu ve huzursuzluğu kabul edip ondan kaçmanın yollarını bulmaya çalışmaktır. Bu bağlamda, George Orwell, "Neden yazıyorum?" sorusuna en güzel cevabı bulan insanlardan biridir. Orwell, oldukça erken bir yaşta yazar olmaya karar verir. Yazar, onun için yazmanın anlamını şu cümleleriyle anlatır: "*Sözcüklerle aramın iyi olduğunu ve tatsız gerçeklerle yüzleşme yetisine sahip olduğumu biliyor ve bunun günlük yaşamdaki başarısızlığımdan kendimi koruyabileceğim bir çeşit kişisel alan yarattığını hissediyordum.*" Diğer bir deyişle yazma eylemi ile yazar, bir yandan karşılaşmak istemediği gerçeklerle tek başına kalabilirken, bir yandan da günlük yaşamın sıradanlığından ve gerçekliğinden kurtulabileceği bir sığınak yaratır. Böylece yazar, gerçeklerle yüzleşmeme ya da gerçeklerle doğrudan baş başa kalma gibi yazmanın iki zıt kutbundan faydalanır ve bu nedenle de ölene kadar yazmaya devam eder. Orwell, daha ergenlik çağlarındayken bile mutsuz sonları olan; ayrıntılı tasvirler, çarpıcı benzetmelerin olduğu romanlar yazmanın hayalini kurar ve yazarların paraya daha az düşkün, kibirli ve benmerkezci olduklarını düşünür. Yazarlar ve şairler yazdıkları şeylerin bir sonraki nesle aktarılması umuduyla yazan kişilerdir. George Orwell da mutluyken o ana odaklanmayı değil, o anı yazmayı seçer. Bilir ki yaşadığı yoğun duygulanımlar eserleri aracılığıyla nesilden nesile aktarılacak ve mutluluk gibi anlık duygular bile ölümsüzleşecektir. Bir şiirinde:

"Mutlu bir papaz olabilirdim
İki yüz yıl önce
Tanrı'nın hükmü hakkında vaaz vermek
Ve cevizlerin büyümesini izlemek üzere

Ama yazık ki doğdum şeytani bir çağda,
Kaçırdım o hoş sığınağı,
Zira üst dudağımın üstünde tüy bitti
Ve tüm ruhban sinekkaydı."

diyen yazar, yazar olmayı seçmesini mutlu bir papaz olarak dünyaya gelmemesine bağlar. Yanlış bir çağda doğarak şeytani bir dürtü tarafından yazmaya itildiğini söyler. George Orwell'a göre yazmak mutluluk getirmez fakat hangi dürtüsünün peşinden gitmesi gerektiğini öğretir.
Şair İsmet Özel ise bambaşka açıdan bakar yazmaya, ona göre yaşamayı bilmeyenlerin işidir yazmak:

"Yaşamayı bileydim yazar mıydım hiç şiir?
Yaşamayabileydim yazar mıydım hiç şiir?
-Yaşama!
-Ya bileydim?
Yazar: Mıydım
Hiç: Şiir."

İsmet Özel, hayatı ve mutlu olma halini sorgular. Bunu yaparken bir yandan da şiiri ve yazarlığı sorgular, aslında bunların hiçliğinden bahseder. Hiç olduğunu düşündüğü şiirlerinin her kelimesine ayrı bir özenle sarılır. Yine hiçlikle bir tuttuğu mutluluğu ise şiirden ve yazıdan başka bir yere koyar. Bir yandan "Akla Karşı Tezler" şiirinde:

"En mutlu insanlar belki de baca temizleyicileridir
öyle dar, öyle kara karanlık bir yerdedirler ki
yüreklerini geniş, dayanıklı, aydınlık tutmak zorundadırlar
buna yükümlü sayarlar kendilerini.
Baca temizleyicileri başkalarını sevmekle kalmaz
başkalarınca sevilirler aynı zamanda
çünkü herkesi düşünmeyecek kadar mutlu
herkes tarafından düşünülmeyecek kadar mutludurlar."

der ve şiirinde mutlu olduklarını düşlediği baca temizleyicilerine özenir ve mutluluğun kolay ulaşılır bir şey olmadığını söyler. Diğer bir yandan ise bir konuşmasında, mutluluğun ineklere mahsus olduğundan bahseder. Mutsuz bir insan olduğunu söyleyen İsmet Özel, mutluluğa da mutsuzluğa da çok önem vermese dahi, insanın kendine, *"mutlu olmak iyi bir şey mi?"* diye sorması gerektiğini vurgular. Sağlıklı olmanın mutlulukla paralel olduğunu düşünen şair: *"Sağlıklı kabul edilen insanlar aslında dinamizmi terk etmiş ve dünyada olup bitenler konusunda bir razı oluş içine düşmüş insanlardır; ancak hastalık konusunda birtakım kaygılarımız ve endişelerimiz varsa o zaman insan olmamızla alakalı bir duruma daha çok yaklaşırız"* der. Onun için insan olmak razı olmaktan çok hareket etmeye, devinime devam etmeye, sorgulamaya ve endişelenmeye eşdeğerdir. Bu yüzden şair mutluluk kavramını sürekli kendi içinde yoğurur ve her defasında farklı bir değerle karşımıza çıkarır. Belki de mutlu olmak üstüne düşünülemeyecek kadar kısa bir andır. Kim bilir?



Kaynakça
1. "Neden Yazıyorum", George Orwell, Sel Yayıncılık, Türkçesi: Levent Konca.
2. "Erbain", İsmet Özel, Şule Yayınları.
3. "Cinayetler Kitabı", İsmet Özel, Oğlak Yayınları.
4. "İsmet Özel: 'İnsan Geç Kalmış Yaratıktır'",

Taner YILMAZ

Sıcakta

Belki mutluluk erişilen bir şey değildir. Belki mutluluk bize erişiyor hatta bizi taşıyordur.



Havanın sıcak olmasının yanında ışık o kadar parlaktı ki gökyüzünde bir değil üç tane güneş olduğuna yemin edebilirdim. Sadece sıcağa değil aynı zamanda yeni geldiğim bu şehre alışmaya çalışıyordum. Önce insanların sıcakla nasıl baş ettiklerini gözlemleyerek öğrenmeye karar verdim. Ancak kısa bir süre sonra bundan vazgeçtim. Çünkü gördüğüm kadarıyla kimsenin baş etmeye çalıştığı falan yoktu. Farklı yerlerde farklı insanlara "Sıcak değil mi? Çok sıcak değil mi?" diye sorup duruyordum. Bu sorularıma çok da üzerinde durmadan kısa ve duygusuz bir "Sıcak" yanıtı veriyorlardı. Hepsi buydu... Bense öfkeleniyor, sıcağa küfrediyordum. Sıcakla olan kavgamda amaç neydi, sıcağın geri çekilmesini mi bekliyordum, bilemiyorum. Ancak insanların umursamazlığı sinirime dokunuyordu.

Dostlarımdan biri sıcak konusunda hayat kurtarıcı iki kelimeyi söylediğinde en azından sarılacak bir şey bulduğuma pek sevinmiştim: "Teslim olacaksın." Verdiği bu öğüdü tutmaktan başka çarem yoktu. Ama insan bir tercih yaptığına inanmak ister. Sanki pek çok seçenekten biriymişçesine sıcağa teslim olma seçeneğine sarılmıştım. Tavsiye işe yaramış, sıcakla aramızdaki mesele kişisel olmaktan çıkmıştı. Sıcakla giriştiğim kavgayı ise

© VINCENT VAN GOGH



kaybetmiştim. Sıcak geri çekilmeyecekti. Ancak kaybettiğim bu kavga beni daha az mutsuz yapmıştı. Artık ben de sıcak konusunda ne yaptığımı soranlara bir özlü söz gibi "Teslim olacaksın" diyordum. Hatta bu durumdan enikonu mutlu olduğum bile söylenebilir.
Sıcakla bir şekilde baş edebilmiştim. Böylece sıcaktan kafamı kaldırıp etrafıma bakma şansı yakalıyordum. Tarlalar ve boş araziler arasından geçen şehirlerarası yolu aşarak işime gidip gelirken doğayı izliyordum. Her gün aynı yolu gidip gelirken yaz da geçip gitti. Güneşlerin sayısı önce ikiye, sonra bire indi. Kısa süren bir sonbaharın ardından kışa girdik. Kışın yolu neredeyse tamamen kapatan karın üzerinde zıplayarak dolaşan kar kuşları da, baharda nergis zamanı geldiğinde nergis toplayıp yol kenarında satan çocukların heyecanı da bir çeşit bulaşıcı mutluluk gibiydi. Bahar aylarında göç eden leylekler geri gelmiş aynı yuvalarına yerleşiyorlardı. Kırlangıçlar yuvalarını kuruyorlardı. Bir yandan da keskin manevralarla uçarak kur danslarını yapıyorlardı. Aradan geçen bir yıla yakın sürede aynı yolu her gün kat etmeye devam etmiştim. Mevsimler değişirken yol boyunca doğanın akışını gözlemenin heyecanıyla, artık aynı yolu tepmekten iyice sıkılmak arasında değişen ruh halleri arasında gidip geliyordum. Başaklar önce yeşerdi sonra sarardı. Ekinlerin biçildiği günlerde gökyüzü yine bir yıl önceki parlaklığına kavuşmuştu.
Hasat mevsiminde yol boyunca en baskın renk Van Gogh sarısıydı. Üç güneşin sıcağında kuruyup sararmış otların ve tarlalarda hasat sonrası kalmış ekin saplarının sarısı göz alabildiğine uzanıyordu. Bu sarının arasında bir köy veya tek bir ağaç aynı derecede küçük kalabiliyordu. Tekdüze sarıyı bozan nadir şeylerden biri yol kenarındaki telefon direkleriydi. Ağaçtan yapılma bu tel direkleri tüm yol boyunca biz yolculara eşlik ediyordu. Bu direkler adeta ellerini yukarı uzatıp telefon tellerini mutlulukla taşıyan yan yana dizilmiş çocuklar gibiydiler. Bana oldukça sempatik geliyorlardı. Ancak bu direklerde anlamadığım bir şey vardı. Pek çoğu şöyle hafiften kenarlara kaykılmıştı. Adeta ayakta dururken sırtını duvara yaslamış gibi duruyorlardı. Bir kısmının durumu ise daha da kötüydü. Sanki yürürken ayakları taşa takılmış da tökezlermiş gibi eğik duruyorlardı. Bu hallerini hem komik buluyor, hem de direk dikmek ne kadar zor olabilir ki diye düşünüp duruyordum. Anlayamadığım birçok şeyin listesine bunu da eklemiştim. Çevredeki tarlalardan her gün yeni bir tanesi sarıdan siyaha doğru renk değiştiriyordu. Ekinler biçilince tarlalarda kalan anızlardan kurtulma yolu onları yakmaktı. Nihayet bir gün telefon direklerinin olduğu taraftaki tarlalardan birkaçı yakıldı. Tarlaların yanı sıra ilerlerken önce havada artık dağılmakta olan dumanı gördük. Ardından kapkara olmuş tarlalar ve nihayet yaklaştıkça hâlâ için için yanmakta olan alanlar görünür oldu. Alevler arasında kalan telefon direklerinden şanslı olanlar dumandan kapkara olmuş ve dışları biraz yanmıştı. Birkaç tanesi ise devrilmiş ve ellerindeki telefon tellerini alevlere teslim etmişti. Şen çocuklar gibi duran telefon direkleri şimdi mutsuz ve ölü yatıyorlardı. Tüm bunlar, içinde bulunduğum aracın hızıyla önümden akıp geçiyordu. Akan manzara içinde hiç beklemediğim bir şey gördüm. Telefon direklerinden biri yerden alev almış ve alt kısmı tamamen yanmıştı. Yanan kısım dökülünce üstten tele bağlı yarısı havada asılı kalmıştı. Yanındaki iki direk telefon telini tutuyor, onu da boşluğa asıyorlardı. Bu direkten geriye kalan, asılı duran parçanın alevleri sönmüş ama dumanı hâlâ biraz tütüyordu.
Sadece saniyeler süren bu görüntü karşısında karışık hislerle dolmuştum. İnsan her zaman direklerin telleri taşıdığını düşünüyor. Tıpkı mutluluğun bizim ellerimizde tutup yükseltmeye çalıştığımız ve şanslıysak yükselttiğimiz bir şey olduğunu düşündüğümüz gibi... Ama gördüm ki diğer direklerin desteği ile teller de direkleri taşıyabiliyormuş. Eğer öyleyse mutlulukla kurduğumuz ilişkiyi tekrar düşünmek gerekmez mi? Belki mutluluk erişilen bir şey değildir. Belki bu çeşit bir mutluluk bize erişiyor hatta bizi taşıyordur.
Depresyonu olan hastalarım aklıma geldi. Özellikle bu depresif durum -ya da hayatla baş edememe hali, hangisini derseniz- bir olayın ardından gelmişse ilk sorduğum şeylerden biri de hastanın hayatındaki destekleridir. Dostu, ailesi, kimi kimsesi var mı; problemlerini çözecek kimse olmasa bile dert ortağı var mı diye hep sorarım. Aslında onun için tutunabileceği teli destekleyip yükselten dostlarının bulunup bulunmadığını sorduğumun farkına vardım.
Şu yamuk yumuk, düşecek gibi duran direkler de aslında birer yangından mı çıkmışlardı? Yahut taşıdıkları tele binen ağırlık onları bir tarafa mı eğmişti?
Sıcakla baş etme konusunda umursamaz tavırları olan insanlar gözümün önüne geldi. Tıpkı şu direkler gibi bir şekilde ayaktaydılar ve yan yana duruyorlardı. Onlarla konuşurken beklediğim tepkileri alamadığımı düşünmüştüm. Aslında onların yaptığı da "teslim olmak" değil miydi? Ancak bunu söze dökemiyorlardı. Bazen söze dökememenin verdiği bir ortaklaşma olur. Bazen yanında duran dostlardan çıt bile çıkmaz. Sessiz sedasız duran insanların yanında mutlu hissediyorsan, senin için teli yukarda tutuyorlardır.
Bunları düşünürken tarlalar da direkler de ardımda kalmıştı. Kavurucu sıcağın altında her günkü gibi şehre doğru yol alıyordum. Bir tebessümle üç güneşten biri mutlu parlıyor mu diye gökyüzüne baktım. ●

Tarhan GÜRHAN

İçimden bir cız geçti!

-Mutsuz mutluluk-

"Mutluluk çok defa mutlu tesadüfün eseridir."

Wilhelm Schmid

"Mutluluğu yakalamak" diye kullanılır genellikle. Demek ki mutluluk "kaçan" bir şey.

Sayın abonemiz, bu bir bant kaydıdır. Unuttuğunuz kişiler sizi kendi ücret tarifeniz üzerinden aramaktadırlar. "Özlediyseniz" 1'i, "üzgünseniz" 2'yi, "bana ne diyorsanız" 3'ü, "mutluysanız" 4'ü tuşlayınız. Bu sizi son arayışları olabilir, unutmayınız.

Öyle mutsuzum ki Psikeart'ın "Mutluluk" sayısına yazıyorum. Gerisini siz düşünün artık. Mutsuzluğa kilit vurup mutluluğa yelken açılamaz, biliyorum. Bu yazı, "Mutsuzluktan önce son çıkış" olsun diye yazıldı. Mutsuzluğu da sahiplenmekten başka nereye sığdıracağız? Beni mutsuz eden yine benim. Mutsuz olmaktan geliyorum. Öyle düşünmek mutlu ediyor. Eldeki mutluluk, eldeki mutluluktan iyidir diyorum. Son tahlilde mutsuzluk mızrağı, çuvalı deler.

Hayat nereden çıkar? Elbette insanın içinden. İnsansız bir hayat neye benzerdi? Yaşam kimine gülümser, kimine karamsar, kimine sıradan, kimine ürkütücü, kimine neşeli, kimine umutsuz... Fakat hâlâ yaşanası... İster mutlu ister mutsuz.

"Mutluluğu yakalamak" diye kullanılır genellikle. Demek ki mutluluk "kaçan" bir şey. Yakaladığında bile tekrar kaçırma tehlikesi var. Mutluluğa tersinden baksak, belki mutsuzluğu kavrayabiliriz. Mutlu olmak yerine mutsuz olmak, bu bir tercih mi?

Nâzım, Abidin'e geçen yüzyılın en kazık sorularından birini sorar: "Mutluluğun resmini yapabilir misin?" Sanki kendisi mutluluğun şiirini yazmış gibi!? Topu Abidin'e atmış. Mutluluk o kadar kısa ki resmi bile yapılamıyor o anlarda.

Geçmişten alacaklı ve geleceğe borçlu olarak daha ne kadar yaşayabiliriz? Geleceğimiz sürekli ipotek altında kalıyor. Yani geleceksiz yaşamak imkânsızdır. Çünkü umut hep gelecekte, beklentiler hep geleceğe endeksli. Bu geçmiş, mutsuzluktan başka ne doğurabilirdi ki! Doğum gerçekleşti. Mutsuz bir kadın, doğasında mutluluk olan bir bebek dünyaya getirdi yine. O çocuk da mutsuzluğu öğrenecek zamanla.

"Mutlu aşk yoktur" diyor Aragon, muhtemelen Elsa'ya yazdığı şiirinde. "Mutlu aşk" yoktur belki, ama mutlu eden şiir vardır. O da bize yetmeli. Yetmese de ne gam, biz de mutsuz oluruz!

Sıkı bir mutsuzluk, isabet ederse öldürebilir. Buradan başlamalı, çünkü mutsuzluk kronikleştikçe ölüme götürebilir. A. Camus'nün "Mutlu Ölüm"ündeki gibi. Kısacık mutlu anlar, koskoca mutsuzluğu avutamaz. Mutsuzluk sigara üstüne sigara içmekse, mutluluk pamuk şekeridir. Mutsuzluk yekpare bir mermerse, mutluluk toz olup uçan gelincik. Mutsuzluk uzun sürer, mutluluk anlıktır. Mutluluk otoban hiç değildir, olsa olsa patikadır. Mutluluk, huzurlu bir arka bahçe, mutsuzluk, loş ve kirli bir apartman boşluğu. Mutluluğun gölgesi mutsuzluğu saklayamaz. Yekpare bir bütün değildir mutluluk, ara sıra gider gelir. Mutsuzluk tekil, mutluluk çoğuldur. Bu hep böyle olagelmiştir. Tıka basa aforizmik cümlelerle mutsuzluğun etrafını çevirmek istedim. Fakat olmuyor. İkisi karşılıklı olarak birbirini tamamlıyor.

"Mutluluğun trajedisi, modern mutluluk kavramının insanları sistematik olarak mutsuzluğa sürüklemesindedir"* diyor Wilhelm Schmid. Marka şeyler alıp "tarz" sahibi olmaya çalışan milyonlar yaşıyor bu dünyada. Alarak mutlu oluyorlar, eve getirir getirmez bıkıyorlar. Anlık mutluluklarla hayatı yakalamaya çalışıyorlar. Ne çaresiz bir çaba.

Sabır, hayatta kalan için çıkmaz bir sokak. Zaman adlı ilaç ancak "Sabır Eczanesi"nde satılıyor. Her daim de bulunmuyor.

Mutluluk sürekli değildir, mutsuzlukların arasına girer. "İnsanların hayatlarına dair huzursuzluk duymaları için bir şeyin onları acıtması gerekir: İşte bunu mutsuzluğa borçluyuzdur."** Sonunda mutsuzluk bir işe yaradı!

İnsan kendi yalnızlığını icat etmeli ve bununla mutlu olmalı. Yalnızlar bu dediğimi hemen anlayacaklardır. Mutluluklar mukayese edilmemeli. Müzmin mutsuzluğun çaresi de yok gibi. İnsan mutsuzluğuyla da barışık olmalı. Hem mutsuz hem küskün olmak yıpratıcı derecede sert. Bu ikisinin dozu aşarsa, serum bağlarlar. Yalnızlıkla mutsuzluk birbirine düşkün iki kardeştir. Yalnızlığın önü açıktır, mutsuz eder. Yalnızlık insanın künyesidir, mutsuzluk da... "Yalnızlığı nerelerden anlarsın?", sorusunun bir cevabı da mutsuzluğundandır. Mutlu görünmeye çalışan mutsuzlar hariç.


© BURAK ŞENBAK

Mutsuzluk direkten dönen top. Mutsuzluk hızla geçen trenin altında kalır. Mutluluk aynı treni seyre dalar. Mutsuzluktan korkarsanız hep mutsuz kalırsınız. Mutsuzluk inatçıdır. Fazla mutluluk mutsuzluğa yol açabilir. Mutsuzluğu pek takmayacaksın kafana, çünkü o da geçer. Neler geçmedi ki!?

Mutsuzluk envai çeşittir tıpkı mutluluk gibi. İçine sinen bir mutsuzluğu olmalı insanın. Mutsuzluk uzun sürerse mutluluk unutulabilir. "Genellikle mutsuzluk hayatın yanlış yorumundan doğar" diyor Henri de Montherlant. Bugün çektiğim mutsuzluğu 10-15 yıl sonra yaşamayacağım. Yani her şey kılık değiştiriyor. Yorumlar da...

Mutluluğun tercihi biraz da "tv o r not tv"ye kalıyor. Televizyona bakıp öfkelenen ve küfreden kuşaklar bitmiyor. Şu yaşadığımız dünyada haber bültenlerini seyretmek bile mutsuz ediyor. Bu ülkenin gazetecilerinin yüzünden hüzün okunmalı, oysa öfke ve kızgınlık okunuyor. Üzgünüm, başka bir şey olunmuyor.

Bir devlet savunmasız vatandaşına öldürene kadar işkence ediyorsa, faşizm vardır. Normal koşullar altında devlet işkence ettirecek polis bulamamalıdır. İlanla işkenceci aramalıdır. Eğer savunmasız bir vatandaşa beş-altı kişi işkence yapabiliyorsa o devlet faşist bir devlettir. Ve biz bunları bile bile mutlu olamayız. İnsan tutuklandığına sevinir mi? Ben sevindim. Ölmedim diye mutlu olmuştum!

Demokrat Eğitimciler Sendikası'nın yayınladığı "Türkiye'nin okuma alışkanlığı raporu"na göre Türk halkı okumaya yılda altı saat zaman arıyor. Yani okumak bizi mutlu etmiyor. Ne mutlu edecek!? Eğitime, kültür sanata, bilime ihtiyacı olmadığını düşünen bir neslin arasında biz okuyanlar, vaha bile değiliz.

"Unutma Beni"de Esmeray resmen beddua ediyor ve biz de çok seviyoruz o şarkıyı. Çünkü hepimizin kalbi bir yerinden kırık ve bizim yerimize onun sevgiliye beddua etmesi hoşumuza gidiyor. Resmen taşeron kullanıp kendi yerimize beddua ettiriyoruz. Bu şarkı mutsuzluğumuzu tescilleyip, ondan bir nebze olsun uzaklaştırıyor bizi. "Ben nasıl ki unutmadım/Sen de unutma beni."

"Başarı öyküsü" deyimini sevmiyorum. Çünkü "başarısız"lara tahakküm uyguluyor. Başarısızlar mutsuz, başarılılar mutlu. Başarı deyip göklere çıkardıkları şey, sistemi devam ettirecek kölelere ödül. Ödülü alanlar kibirlerinden önlerini göremiyorlar. Alamayanlar ise sokaklarda yaşayan evsizlerin arasına karışıyor. Yok öyle bir dünya! "Duman" uçtu gitti... Güzel günleriniz, anılarınız bakidir bu kubbede.

Mutluluk mekânları vardır, gidilince "mutlu olma garantisi" veren yerler. Yatlar, katlar, gezip tozmalar, güzel yemekler... Yine de bütün bunlara rağmen mutsuz olunabiliyor. Bu içinde yaşadığımız çirkin şehirleri, iğrenç apartmanları ve bir sürü başka çirkinliği görmezden gelip kâğıda ve kaleme dökmek çok zor. Başka bir dil ve kurgu arayışı olmasa çekilmez. Mutsuzluk da öyle, mutluluk olmadan çekilmez. Mutluluk şarj edilmeli, mutsuzluğun buna ihtiyacı yok. Farkındalık belki kısa süreli mutluluk yaratabilir. Mutsuzluk artık kimseyle savaşamamaktır. Bırakmaktır hayatı, diğerlerine... Mutsuzluk başlarda gidip gelir. Sonunda yerleşir, kalır. Bir daha da gitmez, kronikleşir. Mutsuzluğun üstü örtülemez, örtülürse mutsuzluk olmaz. Mutsuzluk uluortadır, göz önünde.

"Auschwitz'den sonra şiir yazılabilir mi" demişti Adorno. Yazılır, yazıldı ama hüzne gömülü yazıldı. İntiharı düşünmemiş edebiyatçı var mıdır? İnsan içinden kendine tuzak kurar mı? Mutluluk bunun neresinde!? İnsan kendi mutsuzluğunu uzaktan seyretti durdu.

Mutlu bir insan olamıyorum bir türlü. Ancak denkliyorum günü geceye. Gece oldu mu biraz rahatlıyorum. Neyse ki dostluklardan emekli olunmuyor. Çocukken o kadar çok iz bıraktılar ki üzerimde, ömrüm onları temizlemekle, silmekle geçti. Mutsuzluğum oradan. İçimden çekilen hayat geri gelecek mi? Bazen mutlu, genellikle mutsuz, tıngırıfistan yaşıyoruz işte. Aklımdaki hayat, elimdeki hayattan çok uzak. Bu da beni mutsuz ediyor. Yarın olunca bugün dün oluyor. Herkes günü yaşarken ben dünde kalıyorum. Bu da mutsuz ediyor.

İnsan sürekli mutluluk peşinde koşuyor. "Hayatta esas mesele sahiden mutluluk mudur?"*** Sıkıntı varsa geçmiştesin demek. Coşku varsa gelecektesin. Mutsuzsan geçmiştesin, mutluysan gelecekte. Pisi pisine mutlu olunmaz mesela, mutlaka vardır bir sebebi. Belki de sebepsiz bir mutluluk anı bize yetmeli. Kim bilir?

"İnsanlık için "mutluluk vakti". Çünkü içimden bir cız geçti! Sayın abonemiz, hâlâ mutsuzum diyorsanız, tekrar dördü tıklayınız.

* Wilhelm Schmid, Mutsuz Olmak-Bir Yüreklendirme, İletişim Yay. çev. Tanıl Bora, s. 29
** a.g.e., s. 30
*** a.g.e., s. 34

Müge Yonca ÖZDOĞAN

Mutlu olmak için mutsuz olmaya değer mi?



© ÖZGE EKMEKÇİOĞLU

Mutlu olmak için âşık olunmaz. Âşık olunca çoğunlukla mutsuz olursunuz.

Mutluluk için bir kendin olma çalışması denilebilir. Kendi yaşamınızı bir yapboz gibi değerlendirmeliyiz. Kuşkusuz boşluklarınızı huzursuzlukla doldurmadan.

Mutluluk bulduğu her boşluğu dolduran bir duygu değildir, mutluluk uyum ve dengeyle beslenir.

Yaşamı mutlu sürdürmek duygu durum dengesini sağlamakla ilgilidir. Mutlu olduğumuz sürece ömrümüz uzuyor yani. Sırf daha uzun yaşamak için mutluluğu yakalamak ve mutlu hissettiğin için de daha uzun yaşamak olasıymış. Bu mudur peşinden gitmemiz gereken acaba?

Kendi değerlerine göre yaşadığın her an senin için çok önemli olmalı, aksi durumda başkalarının beklentisinin dipsiz kuyusuna düşersin. Ruhumuza ve yaşamımıza biçtiğimiz değerle yürürsek, varlık enerjisiyle dolu, modern insanın tuzağına düşmeden, yoğun bir içsel barışla yolculuğumuzu sürdürebiliriz. Mutlu olmak ve tatmin olmak hangi konuda istersek isteyelim başarılı olmayı getirir. Buna karşın başarılı olmak, bazı toplumlarda sadece hayatta kalabilmekten ibarettir. Mutluluksa, onlara göre talihli bir rastlantıdır.

Yaşam amacınıza ulaşmak için yaptığımız şey bizim seçimimizse mutluyuz. Duygusal ve zihinsel doyum adına heyecan ve merak içinde olmalıyız. Öğrenmek ve merakını gidermek bir çeşit yaşam bağı ve bu insanı çok mutlu kılabilir. Bilginin peşinde koşarken yaşadıkların, kimileri için ulaştığında onu paylaşma dürtüsü, insana muhteşem bir doygunluk verir.

Sevdiğin işi yapmak, sağlığının yerinde olması, boşluksuz bir ruh hali yaşaman, zaman zaman açılan yaraları sarmasını bilmek ve bunları keşfetmiş olmak mutluyum demek için yeterli olmalı.

Başımıza gelen kötü olayların yalnızca bizim başımıza gelmediğini ve de kişisel algılamamamız gerektiğini hatırladım. Zaman zaman bu ne talihsizlik diye kedere gömüldüğüm durumlar olur.

Tek başına mutsuz kaldığımızda, yalnız olmadığımızı düşünerek rahatlayabiliriz. Ne tuhaftır ki başkalarının acısı ve kederi yalnız olmadığımızı anımsatıp bizi daha iyi hissettirirken, onların mutlu ve keyifli durumları bize mutluluk bulaştırmıyor. Mutlu insanların yanında daha da yalnız hissedebiliyoruz.

Kendini mutlu hissetme hali nedir o zaman, bir amaç mı? Hayır, bence bu bir amaç olmamalı, olsa olsa daha iyi hissetmek bir amaç olmalıdır. İyi hissetmek ise olan şeylere nasıl tepki verdiğine bağlıdır. Önemli olan yaşamın içinde verdiğin tepkinin sende oluşturduğu duygunun ne olduğudur. Olumlu mu olumsuz mu?

Hayat sırf zevk almak için mi yaşanmalıdır? Yani mutluluk bizim için mümkün olan en büyük zevk midir? Sürekli bir zevk şeklinde mutluluğu aramak mutsuz olmayı kesinlikle garantiler deniyor.

Aşka gelince, mutlu olmak için âşık olunmaz. Âşık olunca çoğunlukla mutsuz olursunuz. Çünkü aşk bir duygu durum dengesizliği ve kontrol kaybıdır. Mutlu hissettiğimiz gerçek anlarda kontrolü kaybetmiş olmamalıyız.

Mutluluğu doğuştan hak ettiğimizi iddia edenler de var. Bence bu bir hak değildir. Hak etmek denince benim aklıma ilk gelen sözcük çaba oluyor. Çabasız hiçbir şeye ulaşmak mümkün değil. Bütün gün meditasyon



© ÖZGE EKMEKÇİOĞLU

yaparak, doğru nefes alıp vererek kendini mutlu hisseden yogiler dahi bu yöntemi uygulayabilmek için çaba harcıyorlar.
Mutluluğumuzu oluşturan kimya eğer fazla zorlanırsa insanı mutsuz kılar. Çabuk tükenen, bu nedenle yenilenmesi gereken durumlar, ilişkiler söz konusudur. Bunların yenilenmeleri şarttır, yoksa bıkkınlık yaratır. Onlara tekrar kavuşma beklentisi ya da çabası düş kırıklığı, tatminsizlik ve umutsuzluk doğurur.
Keyif ve ruhsal doyum açısından her şeye erişen, sadelikten uzaklaşan insanın, haz ve konforun artışıyla onu kaybetme korkusu da artar. Güvensizlik, hoşnutsuzluk ve endişe hali baş gösterir.
Mutluluğun trajedisi, modern insanın mutlu olma unsurlarının onu adım adım mutsuzluğa sürüklemesidir. Mutsuz insan acılıdır, çaresizlik hisseder. Yönümüzü, mutlu hissetmek adına tekrar değiştiren bu huzursuzluk ve çaresizliktir. İşte bu mutsuzluk molaları esasen bizim ihtiyacımız olan anlardır. Bizi acıtan bir şey olmadığı sürece yol alamıyoruz. Modern insan acı ve keyifle örülü bu tezat deneylere maruz kalır. Denek olmak belki de vazgeçilemez bir haldir. Belki tanrıların mutluluk deneylerinde başroldeyizdir. Asıl acı veren şey varoluşun vazgeçilemez yalnızlığıdır.
Kimine göre meydan okumadır hayatın anlamı, kimine göre kabulleniş, tevekkül. "Yaşamı mutluluğa indirgeyenler de ruhsal açıdan yoksun kimselerdir. Ruh zenginliği kazanmış olanlar, yaşamı acısıyla, mutluluğuyla, ihanetiyle, çirkinliğiyle kabul edenlerdir. Onlar ki kaybetme sanatını öğrenmişlerdir, bu yüzden yaşama katlanabilme yeteneği geliştirmişlerdir." der Ahmet Ümit bir romanında.
Bazen geçmişte yaşanan mutluluklar hatırlandığında ruhumuz acır, çünkü bir daha asla o anı yaşayamayacağımızı hissederiz. Mutsuz olduğumuz anlarsa, şu an bize farklı bir huzur verebilir, şöyle ki, artık o olumsuz anlardan kurtulmuşuzdur.
Yaşadığın an mutlu olduğunu fark edemiyorsun... İnsanı insan yapan belleğidir ki bu da mutluluğu hatırlanan bir durum yapar.
Anlamın kaynağını kurutan şey, modern insanın parasal kaygıları ve tüketici mutsuzluğudur. Bu durum insanı her daim bir mutluluk arayışına itmektedir. Paranın anlam boşluğunu dolduramadığı her durumda karşımızda doyumsuz insanı buluruz. Anlamı bulamayan insan felsefede, inançta, sanatta arayışlarını sürdürür.
Evrende yalnızca bir yaprak kadar anlamlı ya da bir hazine kadar anlamsız olduğunu bilemez.
Ruh, içinde insanı yaşatan enerjiyi barındıran ölümsüz bir uzam olarak tanımlanabilir.
Anlam arayışı bu sonsuzlukta kendine yer arar. Ruh insan bedenine şöyle seslenir: ne yaparsan yap beni mutsuz etmeden mutlu ol...
Peki ya mutsuzluğu kendi yararımıza çeviremez miyiz? Mutsuz insanlar bir tehlikeyi, bir adaletsizliği mutlu bir insandan daha çabuk fark edermiş. Yolunu değiştirme kararını daha çabuk alırlarmış. Aslında mutsuzlukla boğuşmak, ona dayanmak çok daha zor ve kahramanca. Sonuçta kaybedecek bir şeyi olmamak insana cesaret veriyor. Buna "mutsuz cesareti" diyebiliriz sanırım. Bu durumda mutlu kişinin hesapsızlığı "mutsuz cesaretinden" daha yetersiz olabiliyor.
Tekrar söylemek istiyorum, mutlu olmak önemlidir. Ancak hayatı ve kendi varlığını anlamlandırmak, bir şekilde kutsal bir misyon yüklenmek insanı daha yapıcı kılar. Anlam kaybı mutlulukla ikame edilemez. Tatmin olmak bu anlamı keşfetmektir. Mutluluğun, mutlu olmanın sınırları vardır. Tam da bunun aksine anlam sonsuzdur, keşfettikçe yeni açılımlara dönüşür.
Sırf mutlu olmak zorunda olduğu için mutsuz olan insanlar o "anlamı" bulamamış olanlardır.
Doğal yaşamda tüketim ve var oluş dengededir. Uyumsa hayatın temelini oluşturur. "Yeterince" huzur, doyum ve sağlık temel formüldür. Her şeyin "yeterli" olması, ne fazla ne de eksik olmaması gerekir. Yaşam, özünde paylaşım üzerine kurulur ve gelişir. Paylaşım, nimetler ve karın doyurma adına kendiliğinden oluşur. Bu var oluş ahlakı yazılı kurallar olmasa da her varlığın içgüdülerinde yer etmiştir.
Huzur, "insanoğlunun" keyif dediği mutlu olma halinden çok daha geçerlidir. Doğru olan yalnız ve yalnız var oluşunu sürdürebilmektir. Doğal yaşamdaki "olmak" dediğimiz şey bilinç geliştikçe gelişen, hayatı süslemek için oluşmuş bir anlama dönüşür. İnsanın daha fazlayı istemesi gelişimi ve rekabeti getirmiş, paylaşmak unutulmuş, gerginlik artmıştır.
Modern insanın tüketerek mutlu olma ütopyasını yıkıp, paylaşarak mutlu olmayı yeniden hatırlamalıyız. Düşünecek olursak, kendi değerimizi artırmak için dahi paylaşmamız gerekir.
Eğer bir insan yalnızca kendisi için yaşarsa, onun varlığının değeri yalnızca kendisi kadardır!..
J. F. Ducis der ki mutluluğumuz az çok avutulmuş bir mutsuzluktan ibarettir...
Ve mutluluk, belki de mutsuz zamanlarda her şey hakkında konuşabileceğimiz dostlar tanıyor olmaktır.
Mutlu olmak için mutsuz olmaya değer mi dostlar?●

Elif Esen ÖZDEMİR

Işıklı çocuk gözleri



© MARC CHAGALL

Mutluluk, talihin bize sunduğu bir çeşit ikramiye midir, yoksa dişimizi tırnağımıza takarak çabalamamızın karşılığı mı?

Psikeart dergisinin mutluluk temalı sayısı için bir yazı yazmak istiyorum. Mutluluğun tanımını yapmakta dahi zorlanırken nasıl olacak! Belki bir liste yaparak başlayabilirim işe, mutluluk sözcüğünün bende oluşturduğu çağrışımları sıralayarak. Sandalyeme oturup sırtımı küçük minderimle destekliyorum. Düzenli olarak yüzmeye başladığımdan beri ağrılarım geçmiş olsa da belime özen göstermeye devam! Derin bir nefes alıp listemin ilk maddesini yazıyorum:
"Sağlık: sağlığımı iyileştirmek ve korumak için aktif çaba harcamak."

Bu konuda satırlarca ahkâm kesmek istesem de kendimi durduruyor, kahvemden iri bir yudum aldıktan sonra devam ediyorum:

"Haz: gündelik hayatta hoşuma giden, zevk veren ufak deneyimler yaşamak."

Camın önündeki gardenyamı koklamak için kalkıyorum; oh, mis! Bir buçuk yıldır açmamıştı. Her gün gözünün içine bakıyordum, yağmur suları mı vermedim, kuş gübreleri mi... Geçen hafta tam da doğum günümde iki kocaman çiçek verdi. *"Şans"* diyorum gülümseyerek. Masama dönüp açıklamasını yazıyorum:

"Şans (talih veya kısmet) denilen bir gerçeğin olduğunu kabullenmek.(Kötü şans diye bir şey de var. Şans bazen yüzümüzü güldürürken, bazen bizi üzebilir.)

Bu maddeyi yazdıktan sonra soruyorum kendime: Mutluluk, talihin bize sunduğu bir çeşit ikramiye midir, yoksa dişimizi tırnağımıza takarak çabalamamızın karşılığı mı? Kesin bir yanıtı olmayan çetrefilli sorulardan biri bu. Fakat tıpkı kendini doğrulayan kehanetler gibi, hangisini seçersek o yanıtın daha doğru olduğunu görüyoruz galiba. Yazmayı sürdürüyorum:

"Emek: arzularım, isteklerim ve sevdiklerim için bedenimi ve zihnimi zorlayarak çabalamak, gayret etmek."
Listemdeki bu madde bana çok sevdiğim "Selvi Boylum Al Yazmalım" filminin klişe olmaya direnen unutulmaz repliğini hatırlatıyor. Güzel gözlerinde kararlı bir bakışla "Sevgi emektir" diyen Türkan Şoray'dan ilhamla *"Mutluluk emektir"* yazıyorum defterime.

Oğlumun minik adımlarının sesini duyuyorum o sırada. Koşarak dalıyor odama. "Hani anneanneme gidecektik, kalksana artık" diyor. Küçücük dudaklarını yanağıma dayayıp öpüyor beni. *"Evlat"* yazdıktan sonra kalemi bırakıp hazırlanmak için kalkıyorum. Babası giriyor içeriye, bir öpücük de ondan. Yeni tıraş olmuş, limon kolonyası kokuyor. *"Aşk"* diye fısıldıyorum. Liste artık zihnimde.

Arabada yol boyu neşeli şarkılar dinliyoruz, bazılarını ilk kez duyduğuma göre kreşte bu hafta öğrenmiş olmalı: *"Öğrenmek."* Oğlumun repertuvarına el çırparak eşlik ediyorum: *"Coşku."* Annemlerin evine yaklaşırken yolunu değiştirip farklı bir caddeye sapıyor kocam. Projesini çizdiği büyük inşaatlardan biri bitmiş; onu gösteriyor bize gururla: *"Üretmek."*

Annem kapıyı açar açmaz kokusunu alıyorum, etli biber dolması yapmış! Yaşasın! Biz teyzesiyle sofrayı kurarken oğlum dedesini at yapmış, sırtında geziniyor. *"Aile."*

Güle oynaya oturuyoruz masaya. Fakat daha çorbamızı bitirmeden kardeşimin telefonu çalıyor. Ameliyat için hastaneye çağırıyorlarmış.

"Bu gece beklemeyin beni" diyor.

"Ne ameliyatı yine, cumartesi akşamı!" diyorum, acil vakası olmayan bir branşın uzmanı olduğuma için için sevinerek. *"Dinlenme, uyku, tatil."*

"Haberleri izlemedin mi?" diyor evdekiler.

Şırnak'ta yine bomba patlamış. Çok yaralı varmış. Yaralı askerlerden durumu ağır olanları uçakla Ankara'ya nakledeceklermiş.

"Hayır, sevgili ailem, izlemedim haberleri. Bunca acının üst üste yaşandığı şu günlerde bile kendimle o kadar meşguldüm ki... Sabahtan beri mutluluğa dair çağrışımlarımın listesini yapmakla uğraştım" diyemiyorum. Susuyorum, başım öne eğik.

Annem yanıma gelip omzumu okşuyor. Yıllar önce emekli olmasına rağmen daima koruduğu öğretmen tavrıyla konuşuyor: "Hayat da, insanlar da bazen çok zalim olabiliyor kızım. Yapmamız gereken, her koşulda sağlam durup üstümüze düşen vazifeleri en iyi şekilde yapmak."

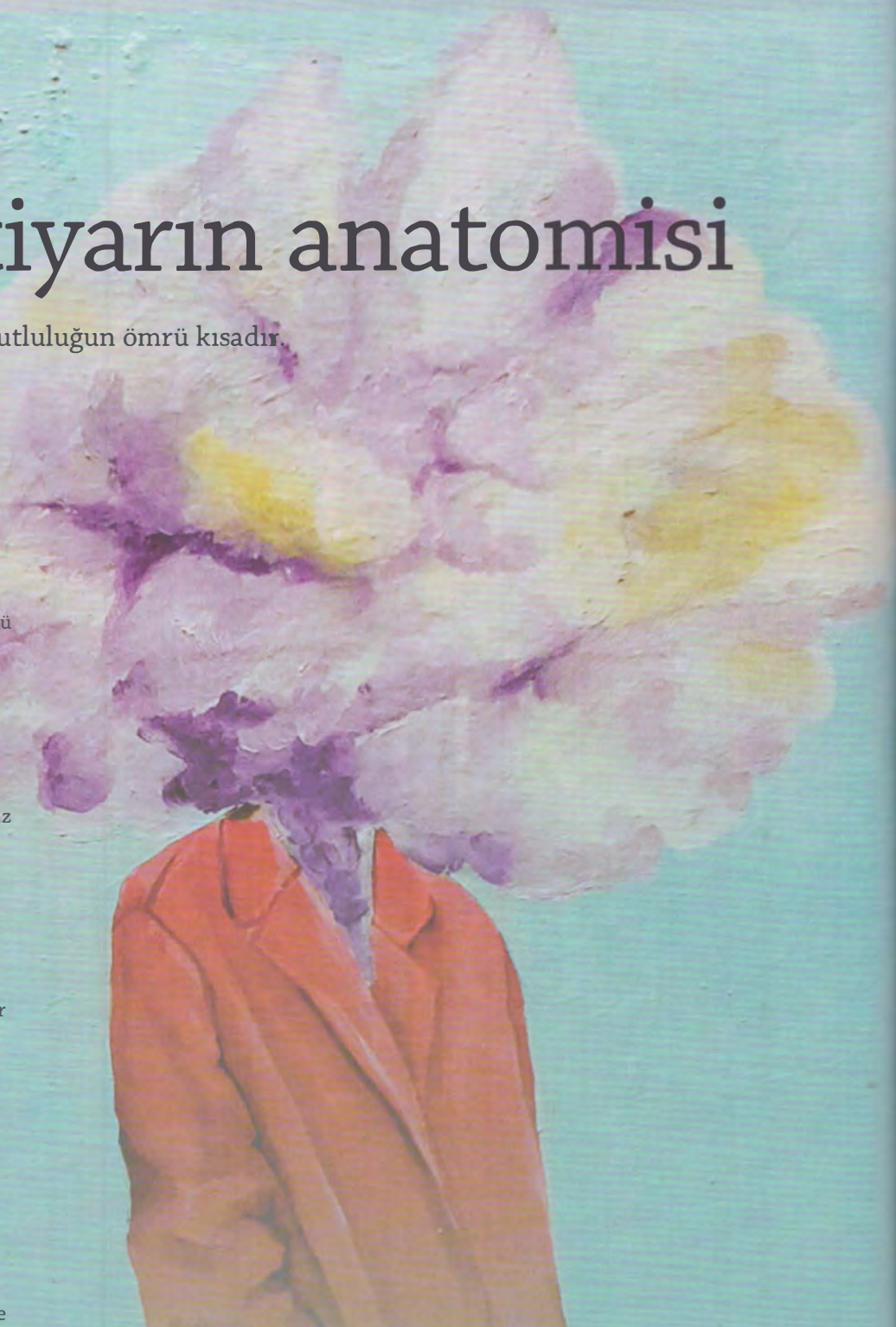
Çoktan kapıya çıkıp ayakkabılarını giymiş olan kardeşimi uğurlamaya yöneliyor sonra. Yanaklarından öperken "Sana ihtiyacı olan gencecik canlara yardıma gidiyorsun. Allah kuvvet versin yavrum" diyor. Kardeşimin merdivenleri inen ayak seslerini dinlerken tüm zorluğuna rağmen cerrah olmayı seçen ve işini severek yapan insanları anlamaya başlıyorum: *"Çalışmak, görev, yardım, vicdan."*

Sofraya dönüyoruz. Babam, kaşığındaki mercimek çorbasını üfleyerek uzatıyor torununa: *"Sevgi, şefkat, özen."* Oğlum, uslu uslu içiyor. Bakışlarım onun güvenle ışıldayan kara gözleriyle karşılaştığı anda, Psikeart'a yazacağım yazının ana izleğini buluyorum: *"Umut."* Mutluluğa dair yazacağım yazıda umuttan bahsedeceğim ve çocukların ışıklı gözlerinden. Eve döner dönmez başlayacağım yazmaya.

Fatma Sibel AĞLAMAZ

Bir bahtiyarın anatomisi

Vicdan azabıyla örtülmüş mutluluğun ömrü kısadır.



© SALİHA YILMAZ

Duman altı.

Tütünü kâğıdın üzerine koyuyor. Yıllanmış sanatçılar misali özenli. Bir yandan çenesiyle bir kitle geveler gibi, bir yandan da avucundaki tütünü düzeltiyor. Ne dikkat çekiyor, ne de silik. Yine de bir şekilde gecesine sis çökmüş yayla kasabası gibi gizemli. Elini montunun cebine sokuyor. Bir şey arıyor. Sanki o iç cepte ihtiyacı olan her şeyi taşır gibi. Sanki çatısız evler, isimsiz anneler, açık arttırmasız pazarlar, zamanlı zamansız yaşadığı aşklar bir şekilde o cebe sığıvermiş gibi. Ve bir an, kısa bir an, yüzü bir rahatlama ile gölgeleniyor. Aradığını buldu: Birkaç tutam ot, onu da ekliyor elindeki tütüne. Kaygısızca dürüyor kâğıdı. Kendisinden gayrı bir evren yokmuşçasına özgür ve yalnız; ve gülümsemesi an'a hapsolmuş gibi kırık ve parçalanmış. İşte bu biçimsiz tebessüm zamanı büküyor, yüzünde yıllanmış çizgilere anlamlar ekliyor. Tebessümle beliren bu çizgiler o denli canlı ki derin bir yara iziymişçesine içimi acıtıyor. Böylece gülümseyişin ardındakileri merak etmeye başlıyorum. Bu yaranın, bu biçimsizliğin, bu zamansızlığın içinde ne var? Eldeki tütün ve biçimsiz gülümseyişin hüzünlü birlikteliği ruhumu uyarıyor. İçim ılıyor, dışım ise sadece ondan gelenlerden ibaret. Onun içinden taşıp gelen mutluluk tarafından kuşatılıyorum. Kendi dışındaki her şeyi önemsizleştiren bir mutluluk bu. Öyle ki mekân da artık zaman gibi yitik. Neredeyiz?

Karavanımı dışarıda park ettiğim bir motel mi burası ya da kirli arka sokakların birinde fuhuş kırmızısına bulanmış isimsiz bir bar mı, yoksa yüksek desibelli evsel partilerde dönüşememiş sıkkın iki kişinin sığabildiği bir art köşe mi? Bilmiyorum.
Ama onu gülümsemesinden biliyorum, bir şekilde.

Tanıyorum, ama tanımlayamıyorum. Çünkü eksik, çünkü anlam ağırlığınca. Sonra gölgesini hayal meyal seçtiğim dudaklarına götürüyor sigarayı. Devasa ıslak bir sünger gibi varlığı, ben de içinde uyuyakalmış bir kedi gibi savunmasızım. Böylece vatansız bir yolcu gibi onda gezinmeye başlıyorum. İnsan neden gülümser, bazen göğsünden bir parça kopar gibi

hazla, bazen kanırta kanırta, acı dolu? Ciğerdeki kan öksürükle itiraf eder ya kendini, mutluluğun da bu hayat dolu hali tebessümle mi açığa çıkıyor? Ya o, kimseden habersiz, kimseye umursamaz neden gülümsüyor böyle yitik, böyle çığlık dolu? Kim duysun diye? Gülümsemesine bakıyorum. Tekrar. Tekrar. Biçimsizliğine takılıp kalıyor bakışlarım. Mutlu mu, öyleyse mutluluğu tekil mi çoğul mu? Kalabalığı karşısına almış öyle mi gülümsüyor, yoksa hepsi bir şekilde arkasındalar mı? Yoksa rüyada gülümsememiz gibi bilinçsiz bir mutluluk mu? Ya da daha derinlerde bir şeyler oldu. Mesela ansızın varlığının bilincine vardı. Tıpkı üzümün şaraplığını keşfedip sarhoş olması gibi. Bundan ötürü mü bu kekremsi çıplaklık, kibirsiz tebessüm. Mutlu, çünkü tüm bu savaşın farkında. Bilinç ile zamanı büküyor. Bilinç, acının biçimsiz halini ergitiyor ve geriye saf mutluluk kalıyor. Birden, sebepsizce kesiliyor cevaplar. Öylece kalıveriyorum boşlukta. Sessiz. Tüm bu bilinmezlik başımı döndürüyor. *Kimsin sen yabancı, neden bu gülümseyişin mutluluğunu kanıtlamıyor ve neden bu tebessümün mutsuzluğunu yadsımıyor?* Gördüğüm bilinmezliğe dayanamıyor, gözlerimi yumuyorum.

Belki de hiç bu kadar derinlerde değildir sebep, diyor içimden sakin bir ses. Belki de eylemi de eylemsizliği de bir olan eski bir düş gelmiştir aklına. Birçoğumuza olduğu gibi. Ve o, aynı anda eylemi yaşar, mutludur; aynı anda eylemsizlikte sessizdir, tebessüm eder. Bu ikilem de tebessümünü parçalara böler. Cevap bu olabilir mi? Tebessüm böylesine dengesiz bir iç dünyanın dengeyi bölünerek bulduğu bir an mı sadece? O halde hatırlamak mı mutluluk yoksa hiç unutamamak mı? Anımsı, ana sıkışıp kalmış bir düş, bir özlem, bir eylem mi mutluluk? Mutlu olmak, sağlıklı beyinlerin onaylanmış sanrıları olan anımsamalarla küçük mastürbe tatminler yaşamak. Şimdide olan ama zamana yayılamayan bir sanrı. Belki de tam şu an geçmişten güzel bir hatırayı yeniden izliyor ya da bir "keşke"yi yok edip şimdiyi eviriyor, belki de hayal



kuruyor. İnsani olduğuna ikna olduğu toplumsal arzuları var belki de. Bir vuslat, bir Cadillac, birkaç tomar para, çıplak ve sıcak bir ten. Düşlemek ile mutlu oluyor. Başını kuma gömüp ruh altından besleniyor. Yalın arzuların ivmesi bir sanrı, tıkanmış geçmişe tuz ruhu. Nam-ı diğer hayattan kaçmanın mutluluk hali: yetinmek. Benim "Mona Lisa"m bu tebessüm artık. Uzun uzadıya bakıyorum. O bir hayat kaçağı mı değil mi anlamaya çalışıyorum.

Ya da tüm bunlar da değil sebep. Kaçaklık yok. Aksine bir hayat arsızı o. Özünde bir "Hayalci" ve sırf bu yüzden, var oluşu gereği mutlu. Sebebe ya da hatıraya, kısacası bir düşe ihtiyacı yok. Muhtaç olmadan beslenmek ki "Hayalci"nin özü ve işte o da karşımda, zaman içinde oradan buraya gidiyor ve topladıklarına bakıp bakıp gülümsüyor, içten. Sonra öbürüne geçiyor ve gülümsemesi yoruluyor, biçimsizleşiyor. Bu ihtimal beni birden telaşlandırıyor, parçalanıp avucuma, yere, oraya, buraya düşen bu tebessüm kırıklarını tek tek toplamak istiyorum. Kesmeden bir yerini, onun dudaklarından geri içeri itelemek. Belki o zaman anlam, bütünü yakalar diyorum, belki o zaman eylem ve eylemsizlik bir olur, mutluluk uçarılığından cayar, katılaşır, dokunulabilir hale gelir. Ama saçmaladığımın farkındayım. "Hayalci"nin mutluluğunun parçalarla azalıp çoğalabileceğine inanacak kadar uzağım onu anlamaktan. Keza bir "Hayalci" için mutluluk bir şeyin neticesi olamayacağı gibi, dışarıda bir şeyle de sebeplenemez.

Önümdeki bardaktan bilinçsiz bir yudum daha alıyorum. İkna olmadım hâlâ. Tanımlayamadım. Bir şekilde mutluluk katı bir nesneye dönüşebilse neye benzerdi diye düşünüp/oyalanıp gülümsüyorum. Saklanabilir, değiştirilebilir, parçalanabilir bir nesne olarak mutluluk. İhtimaller boğazımda kahkaha boğumu yaratıyor. Kalbim küçücük yerinde kocaman bir nesne gibi içimi ısıtıyor. Bacaklarım giderek uyuşuyor. Ortam giderek flulaşıyor. Zor tutuyorum kahkahalarımı. Arka fondaki şarkılara çatallı kadın sesleri karışıyor. Dumanlar kendince dans ediyor, bazıları müziğe itaatkâr, eriyor; bazıları yerçekimine asi, yükseliyor. Mutluluğunun bilinmezliğine hasret kalıyor benliğim. Ses ve gri arasında bir yerde, kahkahayı yaşayasım geliyor, bulaşan bu çaresiz mutluluk virüsüne kapılmak istiyorum. *Sen, Yabancı! İster Hayalci, ister Hayaldeş,*

ister Hayalsavar ol. Artık biçimsiz tebessümün bir hastalık, bir katılık oldu bende. Dokunuyor. Ve şimdi mutluluk bir kanser, kendi gücünün farkına varan bilincin çoğalmasıyla öldüresiye mutlu. Kahkaha damarlarıma yayılıyor. Kalbimin atışlarını boynumda hissediyorum. Sıcak ve boğumlu. Mutluluk kanserinin bir hücresi de ben olmak istiyorum o an. Yaşam, bu küçük parçacıklarda sıkışıp kalmış zihnimiz için hüzünden öte bir şey değilmiş gibi geliyor. Ve hücrelerim bir kum gibi kayıp gidiyor varlığımdan onun varlığına değin; ve bir şeyleri içime doğru bastırıyor. Taşıp ölecek gibi sıkışmışlık bu; ama nasıl bir huzur, nasıl bir bütünlük, neredeyse adım bile mutlu. Bilincimi bireyselliğimde kaybettikçe daha da gerçek bir haz yaşıyorum. Uyuşturucu bir şey mutluluk, aşk gibi biçimsiz ama biçime sokan. Ölesiye bir tanışma arzusu duyuyorum onunla, ölümsavar bir ruhun mutluluk kanseriyle. *Seni tanımam lazım diyor içimden inatçı bir ses, ve buna ancak bu tebessümünü anlayarak başlayabilirim.*

Belki de onun bunlarla hiçbir alakası yok. Ne bilincin farkına varması, ne hayalci olması, ne de kanserli hücreler. Sadece o da bazıları gibi yalnızlığı ile bir imparatorluk kurdu ve sonrasında da, bazılarının çoğu gibi, iktidar sarhoşu oldu. Öyle ya, sarhoş ki mutlu. Mutlu ki sarhoşluğundan güç alır. Tam şu anda her şeyi yapmaya hakkı olduğunu düşünüyor. Patronu olamaz, sevgilisi varla yok arasında, ruhunun her bir yanında "ben, ben, ben" vezirleri görevli. Her şey kontrol altında, istediğini yapabilecek kadar yalnız ve dolayısıyla sanrısal ama Tanrısal bir mutluluk içinde. Ve şimdi, ağzında sigarası ve yüzünde asılı kalmış biçimsiz tebessümüyle, tacı burnunda günahlarını anımsıyor! Ayılıyor, buruklaşıyor mutluluğu. Gücünün kahkahasını günahının eli kapatıyor. O yüzden böyle sessiz sedasız köşelerde savmaya çabalıyor kahkahayı. Kulağına eğilip fısıldayasım geliyor: *Mutluluk bir an, kahkaha ile kırıklık arasında bir savaş. Ve sen, Yitik Kral! O anda susmasını bilecek kadar günahkârsın. İşte içinde bir iktidar ve içinde yozlaşmış bir halk. Sen ki özgürlüğün kadar yalnız, gücün kadar susamışsın kahkahaya. Ama yerine, ağzından boğuk, sessiz birkaç harf dökülebiliyor ancak, tebessüm kırıntıları. Tek tük. Ben bile anlayamıyorum seni. Belki de sendeki mutluluk yozlaşmış iktidarından beslenen bir asalak şimdi.*

Sanki fısıldamalarımı duymuş gibi kaşları çatılıyor. Bir şeylere alındı, içeride ya da dışarıda. Haliyle sigarayı yakma vakti geldi, dudaklarda bu kadar bekletmek yeter. Çakmağını çıkarıyor cebinden. Metalik tıkırtılar. Ateş. Turuncu ve sıcak. Sonra nefes, tek bir içim. Derin derin, tütünün yanma çıtırtıları. Gözlerimi açıyorum, usulca seyrediyorum ciğerlerinden çıkan sisi. Yo hayır, hayır. Tebessümü kırık diye mutsuz değil ama mutsuz olmamak-mutlu olmak da değil. Yüzü o denli dingin ve elleri o denli bilinçli ki, mutluluğun kalp atım hızıyla orantılı olduğu tanımından fersah uzakta. Elimi omzuna dolayıp, *zaten mutlu olmak için devinimin hızlı, zamanın ani, ruhun çılgın olmasına gerek yok* diyesim geliyor. Diyemiyorum, çünkü bunları o benden daha iyi biliyor. Ama bakışlarımı sakınmadan dikiyorum gözlerine. Sanki bakarak bir şeyler anlatabilecek, anlayabilecekmişim gibi. Sanki mutluluk görülebilecek bir şeymiş gibi dikkatliyim. Bakışlarım ucube bir devlet adamı gibi emrediyor saldırganca: *Hey sen, yabancı! Kimsin ve kimyasal olmayan bir mutluluğun neresinde(n)sin?*

İkinci nefesi çekiyor ciğerlerine. Daha uzun sürüyor bu seferki çekişi. Yanma çıtırtıları daha derinden geliyor, bir şeyleri yırtar gibi. Uzaklara dalıyor bakışları, sanki burada, uzak ve yakın denen bir şey kalmış gibi. Hâlâ mutlu ama tebessümü yitmeye başladı. Bir şeyler düşünüyor. Düşünce, girdiği her düşe nasıl tecavüz ederse, o da şimdiki zamanına öyle saldırıyor düşünerek. Yıllardır beklediğim bir filmi izler gibi izliyorum olan biteni. Öyle iştahlı, öyle heyecanlı, öyle kayıp. Neredeyse ben mutluyum ve o mutluluk diyeceğim. Neredeyse benim kalbim hızla atıyor, o ise kan gibi sıcak sadece. Düş ile düşüncesi ayrılıyor. Bakışları muzip ve hüzünlü artık. Bir peygamber mucizesi gibi sıcak ile soğuk denizin ayrılması misali ikilemli bakışların içindeki muziplik şüpheye düşürüyor beni. Ne kendi bilinci, ne iktidarı, ne hayaller bu mutluluğa sebep olabilir. Buradaki mutlulukta bir günah var! Haliyle şaşırmıyorum. Muhtemel ki vicdan azabının saf mutluluğu bu tebessüm. Hani bir günahın kalpte hırpaladığı yerde inatla yeşeren ve içeren lotuslar gibi. Taze ama mülteci bir mutluluk. Sanki buraya gelmeden evvel, arzuladığı bir şeyi yapmış, her zerresiyle tatmin. Az buçuk vicdan gelmiş ardından, üç beş toplum kuralıyla birlikte. Âşık olduğu için sevgilisini sevgilisiyle aldatmış ya da önünü göremediği bir promildeyken son hızda araba sürmüş. Zinaması bir arzu mutluluk, promilli bir kıkırdama. Sonrasında kendini buraya, neresi olduğunu bilemediğim yere atmış. Teninde hâlâ başka bir ten kokusu, ağzında buram buramlık. Kalbi sakinleşmiş, haliyle bir sigara yakmış, mutluluğu damarlarında akıyor, dinginleşmiş az biraz, yüzünde de işte bu vicdan azabı asılı. O yüzden biçimsiz, kırık bir tebessüm bu gördüğüm. Mutlu çünkü arzusunu yaşamış, tebessümü kırık çünkü vicdan azabı ekşidir.

Uzunca süre elinde asılı kalıyor sigara. Başka nefes yok, içmeyi bıraktı. Gözlerdeki muziplik ve hüzün de silindi. Vicdan azabıyla örtülmüş mutluluğun ömrü kısadır mı demek bu, bilmiyorum. Bir şeylerle bağı olmak zorunda mı bu tebessümün, kendi kendine gülene illa bir şey demek zorunda mıyız? Ama içim kıpır kıpır. Arsızca gözlerine bakmaya devam ediyorum. O biçimsiz gülümsemesi hâlâ yüzünde asılı.

Ne kadar süredir varlığına maruz kalıyorum bu tebessümün, bunca zaman hangi şekillere girdi muamma. Kendi kendine yanarak külü ucunda epey birikmiş sigarasını dudaklarına götürürken, göz göze geliyoruz. Bir anlığına. Gözleri öyle diri ki, yakıveriyor gözlerimi. Her şey zıddıyla var olur diyen materyalistlere tükürür gibi bakışları, *mutluluk zıddıyla değil, kendi eksikliği veya fazlalığı ile var olur diyor.* ●





Nikah Şekeri ve Davetiyelerinizin BİR ÇİFT MUTLULUĞA dönüşmesine ne dersiniz?

Gelin, birlikte Anadolu'daki köy okullarında okuyan dar gelirli ilkokul öğrencilerine 10.000 çift okul ayakkabısını kış kapıya dayanmadan ulaştıralım.

HEMEN ARAYIN : +90 554 586 39 40

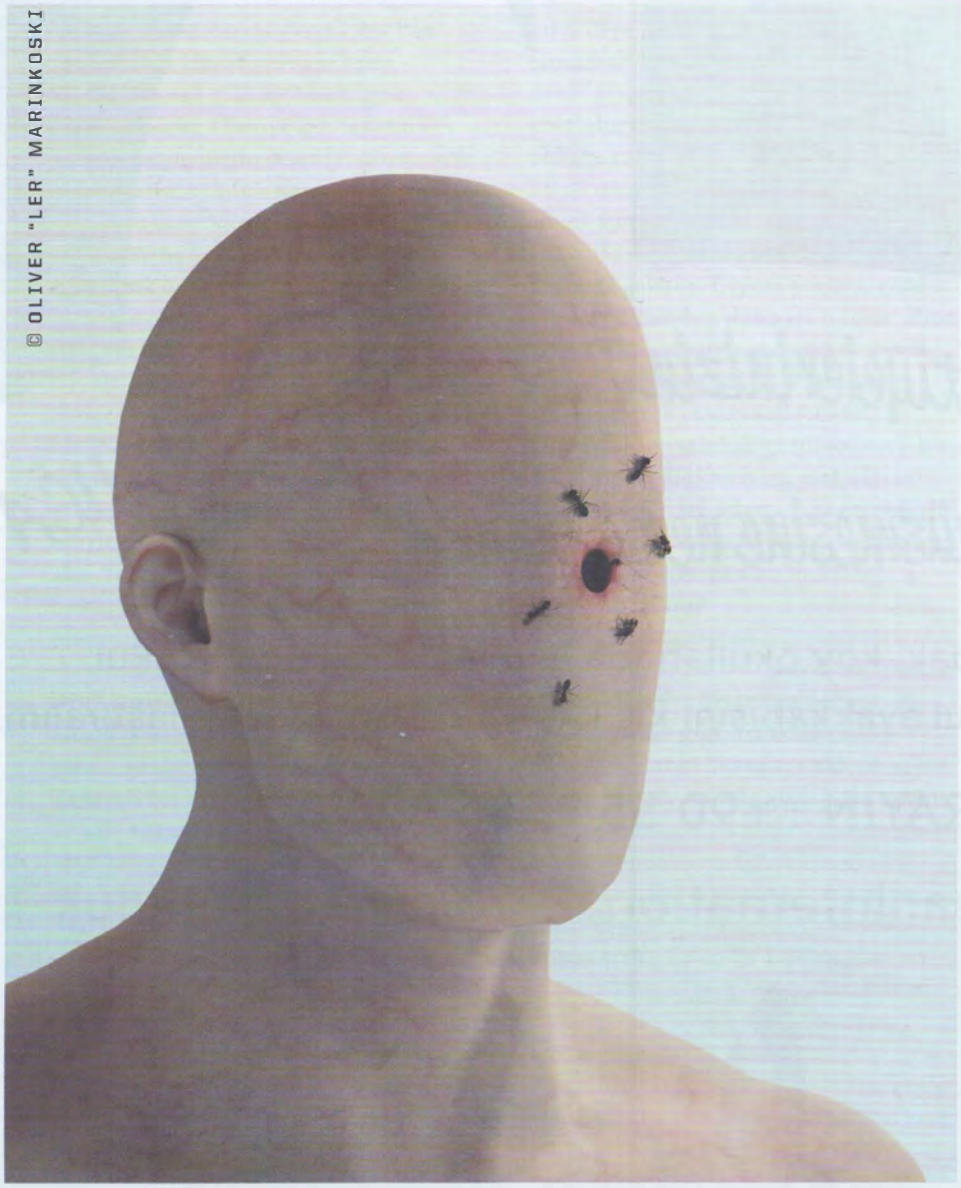
DETAYLI BİLGİ: www.insaninternational.org/birciftmutluluk

İNSAN

Derin Durul SAN

Mutluluk rüzgârı

Kollarımı vücudumun tam önüne doğru çember şeklinde uzattım. Sanki araya dolan havayı orada hapsedip sarabilecektim. Sanki o an rüzgârın direnci sarılabileceğim bir insana dönüşebilecekti. O kadar istedim ki...



© OLIVER "LER" MARINKOSKI

San Francisco ve Oakland'ı birbirine bağlayan hızlı tren Millbrae yönünden gelerek 7.42'de Embarcadero istasyonunda durur. Kapılar açılınca siyah, gri, lacivert giyimli insanların oluşturduğu sabah kalabalığı dışarı doğru taşar. Perona doğru akan bu selin seyrelmesiyle ters yönde bir akış başlar. Trene ilk binenler hızla boş yerlere doğru atılırlar. Biraz arkada kalıp son koltukların da kapılmak üzere olduğunu kestirenler, rahatça yaslanabilecekleri yerlere yönelirler. En son binenler ise oturanlar ve yaslananlar arasındaki uygun boşluklara serpişirler. Zil sesinden sonra otomatik kapılar gürültüyle kapanır. Son anda trene yetişebileceğini sanarak kapıya doğru koşmuş olanlar, beyhude gayretleri için biraz utanmış, tren kapısının önündekilerle göz göze gelmekten kaçınarak bir sonraki trenin saatine bakmak üzere başlarını mesaj panosuna kaldırırlar.

Trenin hareket etmesi yeni binenleri rahatlatır. Günün ilk zaferi kazanılmıştır. Kulaklıklarıyla müzik dinleyenlerin, kitap okuyanların, telefonuyla oyun oynayanların, uyuyanların, gözlerini yerde bir noktaya sabitleyenlerin trenin ritmine bırakılmış bedenleri ayindeymiş gibi bir uyumla sağa sola sallanmaya başlar. Sadece ben içlerinde bir ağırlık yokmuş gibi sallanan bu bedenleri izlerim. Çekinmeden istediğim herkesi baştan aşağı inceleyebilir, onlarla ilgili hikâyeler uydurabilirim. Kıyafetlerinden, duruşlarından, tiklerinden, yara izlerinden, dövmelerinden onların nelerle uğraştığını hayal edebilirim.

Her birini merak ediyorum. Bazen



biriyle sohbet ettiğimi düşünüyorum. Aramızda geçebilecek diyaloğu kafamda canlandırıyorum, sonra kendi kendime gülümsediğim oluyor. Bazen de filmlerdeki gibi bir kovalamaca sahnesinin yaşandığını, silahlı adamların tren içinde koşturduğunu düşünüyorum. Kimin nasıl davranabileceğiyle ilgili kendimle tartışıyorum. Bu oyunlar hoşuma gidiyor. Kırk dakika boyunca hayal gücüm tanımadığım insanları yoğuruyor ve onlardan kahramanlar yaratıyor. Aslında her sabah bir şey olsun diye bekliyorum. İki aydır kimseyle göz göze gelmedim.

Tren tünelden çıktığı zaman güneş ışığı içeriyi altın sarısı bir parlaklıkla dolduruyor. O zaman insanların yüzlerine daha dikkatli bakıyorum. Pek çoğunun yüzü aydınlanmıyor bile. Çoğunun gözleri karanlık, hareketsiz. Rutinlerine, alışkanlıklarına nasıl kapıldıklarını fark etmiyorlar. Aynı kapının önünde bekleyip aynı vagona biniyorlar. Yol boyunca yüzlerinde mimik taşımadan gidiyor, işyerlerine vardıklarında güler yüzlerini takıyorlar. Sanki tren yaşamlarına dahil değilmiş gibi, yolculuğa hayat katmadan vakit geçiriyorlar. İstasyondan çıktıktan sonra her gün aynı kaldırımdan gidecekleri yere kadar başları önde yürüyorlar.

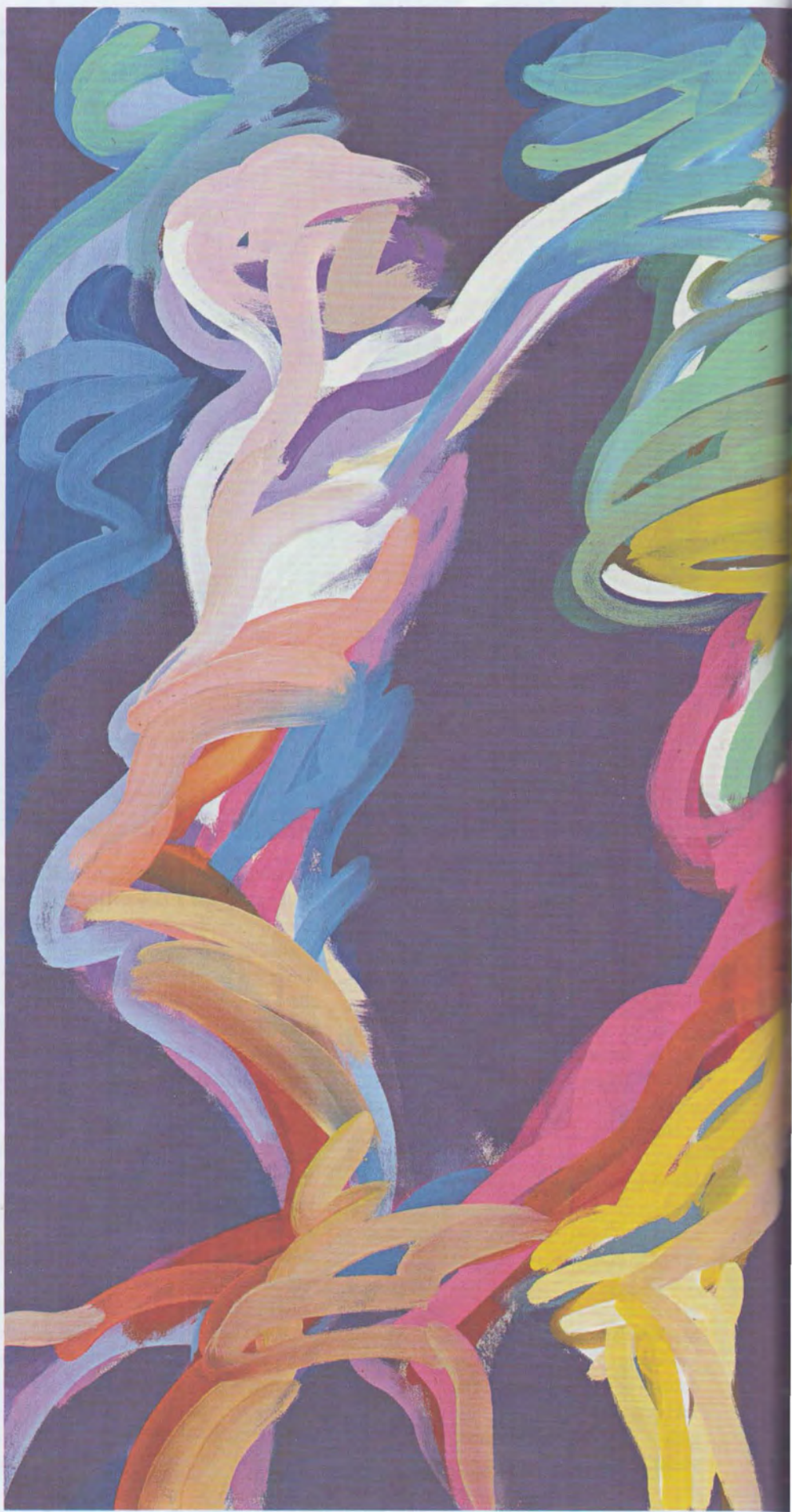
Benim için bazıları tanıdık yüzlere dönüştü bile. İçlerinden biri özellikle zihnimi meşgul ediyor. Bu hattı kullanmaya başladığım ilk hafta gördüm onu. Elleri dikkatimi çekmişti önce. Uzun, ince parmaklarıyla telefonunda tetrise benzer bir oyun oynadığını görebilmiştim. Bir anda onu boyalar ve tuvaller arasında bir atölyede resim yaparken düşledim. *Şöhler kâğıtlar üzerinde elleri hızlı hızlı hareket ederken gözleri modeli ve kâğıdı arasında tutkuyla gidip geliyor. Saatlerdir çalışmaktan saçları dağılmış, kuru pasteller çalışma önlüğünü rengârenk boyamış ama resmi istediği gibi oldukça yüzünde kendinden memnun bir parıltı beliriyor. Az sonra şövaleden birkaç adım uzaklaşacak, yorulan parmaklarını çıtlatacak ve belki hem sırtı ağrımış olduğu için hem de açıkça gülümsememek için esneme ve gülümseme arasında bir hareketle başını arkaya doğru atarak gerinecek.* Ona Artemisia adını verdim. Her sabah ilk iş diğerlerinin arasında onun yüzünü arıyorum.

İkimiz de aynı durakta iniyoruz. Üçüncü görüşümde kendime engel olamayarak onu takip ettim. Çalıştığım yere birkaç blok uzaklıkta bir mağazaya girdi. Vitrinden içeri bakmak istedim ama görülmekten korktuğum için geri dönüp yoluma devam ettim.

Bir fırsatını bulup konuşabilir miydim acaba? Birkaç kez öğle tatilinde mağazanın karşı kaldırımını arşınlayarak içeri girebilmek için bahaneler uydurmaya çalıştım. Sonra hiçbirine cesaret edemeden işime geri döndüm.

Ağustos'un dördüydü. Birkaç gündür süren bulutlu havaya şiddetli rüzgâr da eklenmişti. İstasyona doğru ağır adımlarla yürürken rüzgârı vücudumda hissedebilmek için rüzgârlığımın fermuarını açtım. Dört yol ağzında rüzgârın akımı şiddetlenmişti. Birkaç dakikalığına durdum, başımı gökyüzüne kaldırdım. Yüzümün bir kısmında rüzgârın değip geçişini hissedebildim.

Kollarımı vücudumun tam önüne doğru çember şeklinde uzattım. Sanki araya dolan havayı orada hapsedip sarabilecektim. Sanki o an rüzgârın direnci sarılabileceğim bir insana dönüşebilecekti. O kadar istedim ki...
Yavaşça kollarımı indirdim. Yürümeye devam ettim. Uzun zamandır ilk defa bir şeye kucak açabilmiştim. Rüzgâr dostum olabilirdi.
Peronda yine bir yerden bir yere koşuşan insanlar, yine trenin gürültüsü, yine zil sesleri... Başkalarının bana yer vermek zorunda kalmasını istemediğim için trene ilk binenlerden biri olmaya çalışıyorum.
Şanslı günüm! Hemen çaprazımda Artemisia'nın telefonuna eğilmiş dalgın yüzünü seçtim. Normalde o varken başka kimseye bakamıyorum ama bugün öyle değil. Bugün sanki trene hayat gelmiş gibi. Nedenini anlamam zor olmuyor. Biraz ilerde üç-dört yaşında iki küçük kız çocuğunun kahkahaları tüm treni dolduruyor. Onların enerjisine kayıtsız kalmak mümkün değil.
Kızlardan biri sarı saçları ve pembe-beyaz fırfırlı elbisesiyle minyatür bir prensese benziyor. Diğeri ise kızıl saçları, ekoseli gömleği ve kot tulumu ile tatlı bir kovboy gibi. Aradan yirmi sene geçmiş olsa, bu iki kız aynı tarzlarıyla yine tesadüfen yan yana gelmiş olsa, birbirlerini küçümseyip ilgilenmeyeceklerdi. Oysa şimdi kim bilir ne kadar zamandır onları bir araya getiren bu tesadüfün keyfini çıkarıyorlardı.
Birçok kişi gibi ben de gözlerimi bu küçük mutluluk yumaklarından alamıyordum. Konuşamıyor sanki kahkaha ile anlaşıyorlardı. Kim bilir tren onlar için ne kadar da heyecan vericiydi? Beklemedikleri her harekette dikkat kesiliyor, tren hızlandığında sevinip ellerini çırpıyorlardı. Gün ışığı treni doldurduğunda ikisi de aynı anda doğal bir refleksle cama doğru dönüp dışarıyı görmek istediler. Sahi biz ne zaman pencereden bile dışarı bakmaz hale gelmiştik? Dünyaya yeniden onların acemi gözleriyle bakabilir miydim? Bir an prensesin bakışları bana takıldı. Korkmadı ama gülümsemedi de. Birkaç saniye yeni bir şey gördüğünü bilerek yüzüme baktı. O kadar güzeldi ki gözümden yaşlar süzüldü. Yüz kaslarım elverdiğince ona gülümsemeye çalıştım. Tam o sırada minik kovboy, prensesin elindeki topu almak için uzandı. Prensesin dikkati dağılmış olduğu için topu düşürdü. Altın sarısı top trenin gri zemininde yuvarlanmaya başladı. Kızlar gözleriyle topu takip ediyorlardı. Bir anda, yüz kilo civarında olduğunu tahmin ettiğim bir kız kendisinden beklenmeyecek bir çeviklikle, koltukların





altında gözden kaybolmuş topu almak için yerinden fırladı. Kirli zeminde diz çökmeye aldırmadan koltukların altına doğru eğildi, topu sıkıştığı yerden kurtardı. Yine dizlerinin üzerinde prensese doğru dönerek avucunun içerisindeki altın topu kıza uzattı.

Nasıl bir tezahürat! Kızlar minik ellerini çırparak, zıplayarak ve kahkaha atarak toplarını kurtaran kahramana yapılabilecek en içten teşekkürü sundular. İşte ondan sonra şişman kızın yüzündeki aydınlanmayı gördüm. Sanki gurur, ağır bedenini kanatlandırıp yerden kolayca kalkmasını sağladı. Kendisi de bu refleksine şaşırmış gibiydi. Konuşamayacak kadar küçük bir çocuğun sizi kahraman gibi görüp hayranlıkla yüzünüze bakmasından daha onur verici ne olabilir ki?

Orda zaman kırıldı. İnsanlar topun yuvarlandığını gördü. Bir kızın iri cüssesiyle yere uzanıp topu alışını izledi. Küçük bir kızın mutlulukla topa uzanışını seyretti ve hep beraber bu ana güldüler. Şişman kız sevinçle yerine otururken ona bakanlara da hafif bir selam verdi. Küçük kızların mutluluğu diğer insanlara da yayılmıştı. Göz göze gelerek "Siz de gördünüz değil mi?" diye birbirlerine gülümsediler.

Ben de hemen Artemisia'ya döndüm. Bir anda gözlerimiz buluştu. İçimi bir ürperti aldı. Yüzümü çevirdim. Uzun zamandır beni izliyor gibiydi. Gözlerimi yere diktim. Bakışlarının ağırlığını üzerimde hissediyordum. Bedenimi trenin sallanışına bıraktım.

İstasyona geldiğimizde onun her zamanki gibi hızla trenden çıkacağını düşündüm. Bu sefer daha ağır davranıyordu. Başımı onun olduğu yöne çevirmeden çıkıp asansöre yöneldim. Kalbim o kadar heyecanla çarpıyordu ki adımlarım birbirine dolandı. Tökezledim. O an güçlü bir elin, öne doğru savrulan vücudumu kavradığını hissettim. "İyi misin?" diye sordu, yüzüme bakmaya çekinmediğini göstermek ister gibi. "Evet" dedim. "Teşekkür ederim."

"Seninle yürüyeceğim" dedi. Bu bir soru değildi. Reddedemezdim. Sessizce yanımda geliyordu. Asansöre bindiğimizde yeniden karşıma doğru geçerek "Seni tanıyorum" dedi. Şaşırmıştım. "Çalıştığım yerden gördüm seni" diye devam etti. "Düşünceli düşünceli yürüyordun. Sonra birkaç kez öğle tatilinde parkta gördüm. Kuşlarla konuşuyordun." Gülümsedi. Utanmıştım. "Beraber yemek yiyorduk" diye açıklamak istedim. Daha da saçma bir şey söylemiş olduğumu fark ederek sustum. Asansör çıkış katına gelince benimle yürümekten vazgeçeceğini düşünüp rahatladım. Yanımda yürümeye devam etti. "Buralarda çalışıyor olmalısın." Çalışmak derken sesinde bir tereddüt oluştu. Yanlış bir şey söyleyip söylemediğini kestirmek için gözlerimi aradı. "Evet" dedim onu rahatlatmak için. "ADT Güvenlik Şirketi'nde çalışıyorum. Kamera kayıtlarını izlemekten ibaret bir işim var. Tabii geçici bir iş... Daha uygun bir şey bulana kadar... Yani ne yapabileceğimi anlayana kadar... Tedavim daha bitmedi." Sustum. Artemisia'nın yüzünde ciddi bir ifade belirdi. Sorusundan emin olamayarak yine de samimi bir merakla: "Daha önce ne yapıyordun?" Bir yandan da şekli bozulmuş vücuduma hızlı bir bakış atıp cevabı tahmin etmeye çalışarak: "Yani... Şeyden önce?"

"Yangından" dedim. Biraz soluklanıp: "Ressamdım sanırım."

Yüzümü yol tarafına çevirip karşıdan karşıya geçen insanları izliyormuş gibi yaptım. Yanmış ellerime ve az sayıda kalmış parmaklarıma acımayla bakacağını biliyordum. Tekrar önüme baktığımda kendinden emin ses tonuyla konuşmaya devam etti. "Ben de stilist olmak istiyorum. Gündüzleri bir kadın giyim mağazasında çalışıyorum. Geceleri de çizim kursuna gidiyorum. Belki çizimlerime bakarsın..."

ADT'nin önündeki ışıklara gelmiştik. Artemisia'nın tuval önündeki imgesi içimi sevinçle doldurmuştu. Sadece "Tabii" diyebildim. Cevabım onu memnun etti. "Öğle yemeğini parkta mı yiyeceksin?" diye sordu, benimle karşı kaldırıma yürürken.

- Evet.
- 12.30'da mı?
- Evet.
- O zaman orada görüşürüz.

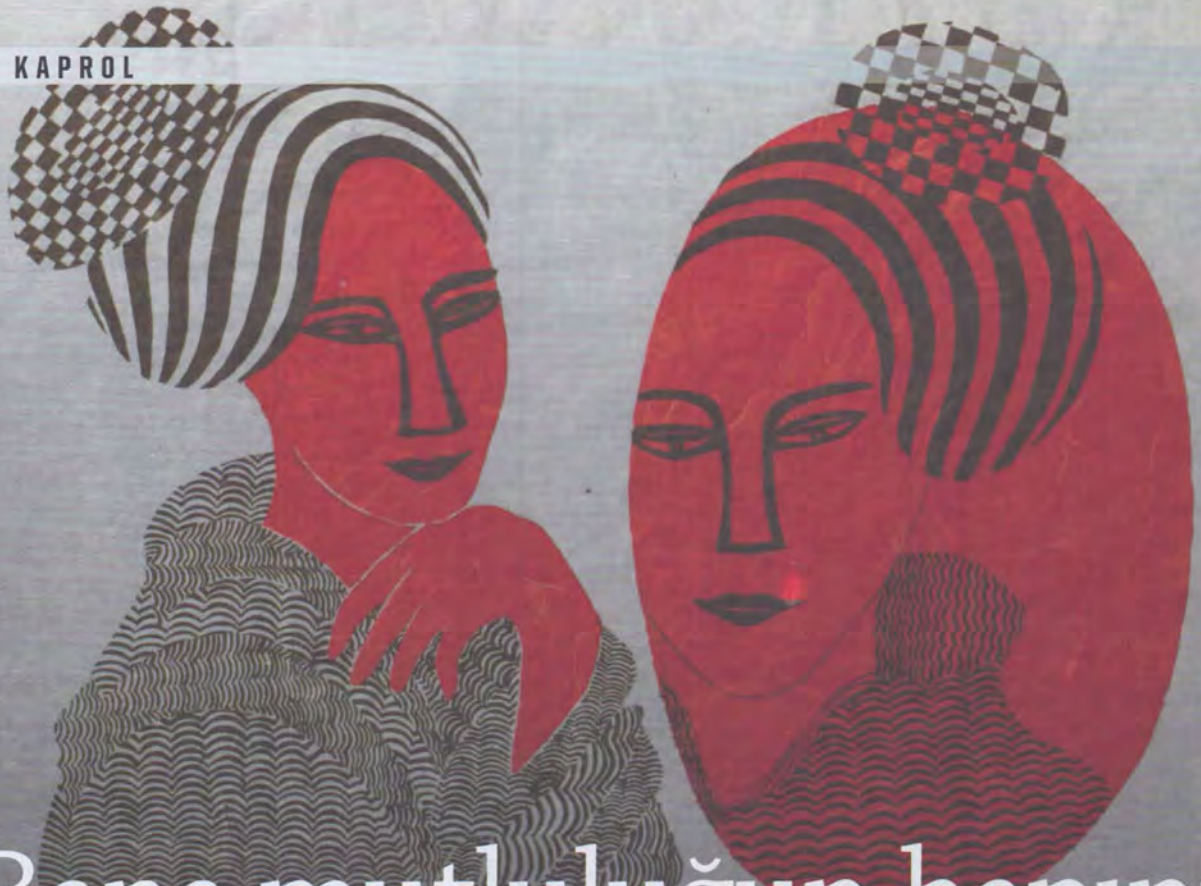
Yine bir soru değildi. Hayır diyemezdim. Birkaç adım uzaklaşmıştı ki aniden bir şey hatırlamış gibi geri döndü. Rüzgâr da onun dönüşüyle uzun kıvırcık saçlarını yüzüne doğru savurdu. Bir eliyle saçlarını başının arkasına doğru atarken "Adım Camille" diye seslendi.

"Camille... Elbette..."

-Robin.

El sallayarak döndü, rüzgâra karşı yürümeye devam etti. Birkaç dakika daha arkasından baktım. Ondan süzülüp geçen rüzgâr şimdi bana çarpıyordu. Bütün yaralarımı temizleyip beraberinde çok uzaklara götüreceğini hissettim.

Aslı KAPROL



Bana mutluluğun hapını yapabilir misin Doktor?

Mutlu olmak için ne kadar normal olmak gerekli?

Doz

Bana mutlu olmak için çabala diyorsun Doktor... Bak ben bunu hiç akıl edemedimdi. Oysa yağmurların kendini dolu sanarak tenimi taşladığı, algısı bozuk güneşin ısıtmak yerine yüzüme değdikçe tokatladığı karamsar bir dünyada olmayı ben istedim. Her şey benim düşüncelerimde kurgulanıyor. Bahçelerden kopardığım gülleri koklamak yerine kültürümüzde ayıp addedilen müstehcen el hareketine maruz bırakarak patlatıyorum onların yapraklarını ben Doktor. Yıllardır papatyaları falı tamamlamadan elimde pestil kıvamına gelene kadar ezip göremeyeceğim kadar uzağa fırlatıyorum. Çünkü kopardığım yapraklar henüz tükenmeden göz sayacımla hepsini tarayıp sonucu anlıyor ve asla sonuna kadar gitmiyorum. Ama içten içe o yaprağın haykırdığı gerçeği biliyor ve hüzünleniyorum. İnanıyorum ben o fala Doktor. Ve hiçbir zaman son yaprağa kadar koparmayış olmakla umudumu başka bir yaprak telefine kadar erteliyorum. Hayır, kendimi kandırmıyorum ben. Bu bekleyiş beni canlandırıyor. Bazen gözü pek davranıp risk alıyor ve sonuna kadar gidiyorum. Ama o heyecanı artık kaldıramaz oldu yüreğim. Artık papatya koparmayacağım ben Doktor. Papatyalara da bana da yazık di mi?

Bir tutam serotonin, bir parça dopamin

İnsanı çevresi ve geçmişi şekillendirirmiş. Geçmiş dediğiniz tüm o tantana bilinçaltına gömülüyor ve sonra da olmadık zamanlarda hortluyormuş. Siz sokaktaki bizlerin bilinçaltı dediğimiz ve halı altına kırıntı süpürür gibi farkında dahi olmadığımız anları, anıları hatta duyumları tıkıştırdığımız o yere bilinçdışı diyormuşsunuz. Bu konuda da çok hassas davranıyormuşsunuz. Freud dediğiniz ve tapılacak adam kıvamında yâd ettiğiniz o şahıs da iyi ki söylemiş, her şey içi seni dışı beni yakan bilinçaltında kilitli diye. Yoksa ne yaparmışsınız sizler Doktor. Sembollerle boğuşup rüyalarla kafayı bozmadan tedavi olunmadı ya uzun bir süre. Size gelip de rüyalarını anlatanın vay haline. Su desen kabahat, kanat desen dert. Fincan bile korkutur oldu bir ara. Acaba neyin alt metni, alameti olabilir diye. Sakıncalı bir imajsa cıs demeli, biber sürmeli dilime.

Mitlilik

Benim bir rüyam var doktor. Gece oldu mu başlıyor kafamda hazırlıklar.

© SELMA GÜRBÜZ (LIMART)

Her seferinde gücü oluşturmak için doğru kaynaklara koşuyorum. YYY üçlüsünün gerçek bir dönüşüm yaşayarak yenilmez olmak için ihtiyaç duyduğu dördüncü kuvveti bulmak uğruna paralanıyorum. Yastık, yorgan ve yatak triosunun uyumlu armonisini hep o telaş bozuyor. Dördüncü kuvveti bulmak zorunluluğu tatlı rüyalarımı kâbusa çeviriyor. Benim rüyalarımda Zeus, Thor ve Deli Dumrul karşı karşıya gelip öyle birbirlerine bakıyorlar. Bakıyorlar sadece öyle. Hangisi ne yapmalı diye ben tasalanıyorum. Fantastik film sahnelerinden etkileniyorum bazı geceler. Uçuyorlar az biraz. Bir gece taş, kâğıt, makas oynasınlar istiyorum Doktor. En çok Zeus yenilsin ama. Daha haşmetli gözükmek uğruna elini hep taş yapsın ve kâğıt yapan Thor da onu... Anladın işte sen Doktor.

YYY'nin gizemli arayışına gelince... Sıkıntı hiç gelemiyor oluşu ya zaten Doktor. Bir yere varmıyor o mücadele. Uyandığımda kendimi birinin üstünde yatar, biriyle örtünür, ötekine de başımı yaslar buluyorum. Bozuluyor büyü her sabah. Çok bozuluyorum. Külkedisi misali masalın sonu güzel olacak diye ümit ediyorum. Ümit sağlıklı bir duygu di mi Doktor. Doğru yapıyorum. Masallara inanmak normal insanlara has bir davranış mı? Normal ne demek Doktor? Mutlu olmak için ne kadar normal olmak gerekli? Bunu Freud'a mı soralım yoksa Doktor? Rüyada birbirlerine bakan Zeus, Thor ve Deli Dumrul aslında ne demekmiş? Freud meşhur kuramında bunu da açıklamış mı ki Doktor?

Çiçek

Çok sık kuşlardan bahsediyorum ben Doktor. Bu simgeyi üç yaşından büyük herkesin rahatlıkla özgürlükle bağdaştırabileceği konusunda hemfikir olacağımızı düşünüyorum. Ama çiçekler de epey meşgul ediyor altını ve dışını bilincimin. Kardelenler, gelincikler, nilüferler. Nilüfer çiçeğinin suda oluşu ayrı bir hoplatıyor yüreciğimi. O çiçek nasıl soluyor ve tekrar açıyor, döngüsünde acaba neler yaşanıyor derken, birden "Allah neler yaratmış" deyiveriyorum naftalin kok ulu teyze edasıyla. Çiçek görmek beni çok mutlu ediyor Doktor. Maşallah diyorum her gördüğüme sık sık... Hele ki ilk bebeğini doğurmuş annelerin yanında. İlk doğuran onlarmış gibi bebeklerine nazar değecek diye tuhaf gergin hallere bürünüyorlar ya. Çok garip bir duygu Doktor. O anneler bebeklerine bir şey olacak endişesiyle insanın suratına "Öyle o kadar tezahürat yapmayın" ifadesiyle bakarlarken, "Maşallah Maşallah, ah pek tatlı bir şey bu" demek bana sahtekârlık geliyor Doktor. Ama ben de yaşadım aynı gelgitli kuruntuları. İnsan en mutlu anlarını kendine nasıl zehir eder, bilir misiniz siz Doktor?

Çiçek mevzusuna gelince. Biraz önce bahsetmiştim değil mi bir şeylere gelememenin insan sabrı üzerine yaptığı baskıyı. Rüyamda tırım tırım aradığım dördüncü kuvvet konusunda bir bağlantı keşfediyorum çok eskilerden gelen. Ne büyük mutluluk ki ben değil o beni buluyor Doktor. Yine yardımıma bilincimin altı dışından koşuyor. Çocukluğuma döneceğim yüksek müsaadenizle Doktor. Bi koşu gidip gelicem... Terlemem, vallahi söz.

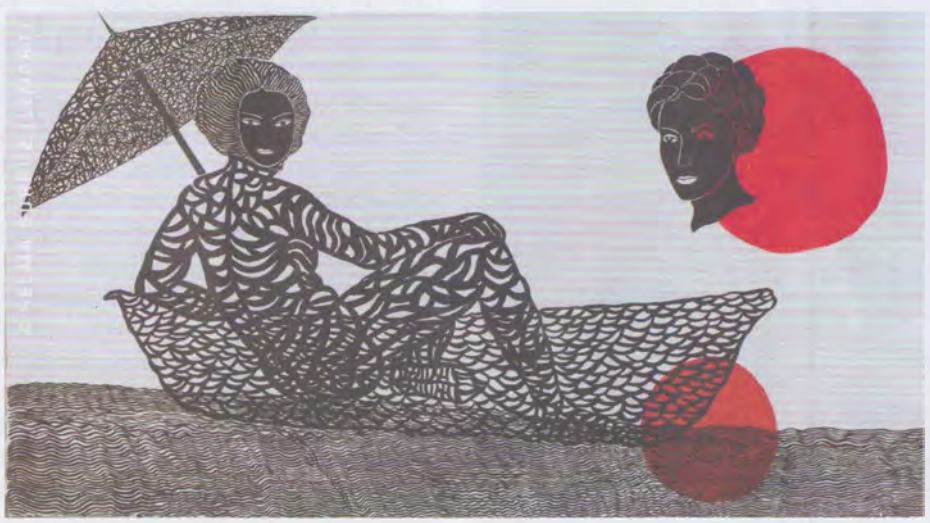
Bir çizgi film vardı. Her cumartesi sabahı benim gibi birçok çocuğu da ekrana mıknatıslı etkiyle çeken. Bir kız vardı Japonların çizdiği. Bu kız yedi renkli çiçek arıyordu dünyanın dört bir yanında. Ve aradığı yerlerde de tohumlar bırakıyordu. O tohumlardan rengârenk türlü türlü çiçekler açsın diye. Öyle başladı çiçeklere zaafım. Anlamlarını bilmezken de sevdim onları ben. Bir anlam yüklemeden. Papatya içten duyguların, sardunya birlik ve bareberliğin simgesi olmasaydı da sevilesiceydi. Hangi kötü şöhret zambağın güzelliğini lekeleyebilirdi. Yedi renkli çiçeği arayan kız da anladı ya sonunda; o çiçeği kendi bahçesinde bulunca...

Aşıksan vur saza, şoförsen bas gaza.
Sevene can feda, sevmeyene elveda.
Sen batan bir güneş, ben yollarda çilekeş.
Şoförün bahtı kara, muavinin gönlü yara.
Gaz fren şanzıman, halin duman.
Sev beni, seveyim seni.
Aşk bir otobüstür, binmesini bilmeli.
Son durağa gelmeden inmesini bilmeli.
Bana hava atma.
Havan kime yabancı?
Kapılma rüzgârıma, sen de aldanırsın.
Sollama beni, sollarım seni.
Geçme beni, ezerim seni.
Dünya dikenli bir hayat, sevenlerde mi kabahat?
Yaklaşma toz olursun, geçme pişman olursun.
Çilemse çekerim, kaderimse gülerim.
İstedim vermediler, sen şöforsün dediler.
Emeğimiz bilek zoru, Allah'ım sen bizi koru.
Aşk bir sudur, iç iç kudur.
Aşkı çekene, derdi bilene sor.
Aşk çekenin, yol gidenin.
Kabahat sende değil, seni sevende.
Nabeeerrrr.

"Çiçek Abbas"

İşte mutluluk...

Doktor... I see dead people...



Yaşasın yaşam!

Sylvia Plath'ın yaşadığı bipolar bozukluk ona daha çok hayatı katlanılmaz hale getirirken, adeta zıttıymışçasına hayatta dimdik durmaya çalışan başka bir kadın figürü çıkıyor ortaya: Frida Kahlo.

Kurguya inanır mısınız; yani bazen "olan" şeylerin adeta başka şeylere fikir vereceği şekilde trajik/acıklı ya da mutlu olaylara bağlanmasına veya sebebiyet vermesine? Kaderi öncelemek, illa ki din veya başka bir unsura inanıp akışa bırakmak ve akışta kalmak şeklinde de oluşabilir bu durum, çok tesadüfi bir şekilde de kendini gösterebilir.
Konunun "mutluluk" olduğunu öğrendiğimde kafamda adeta şimşekler çaktı. Çünkü mutluluk beraberinde çoğu şeyi getiren, bazen vazgeçmenizi, bu sayede doğası gereği bir şeyleri tercih etmenizi sağlayan, bazen de kocaman hedeflerin, planların, yapılacakların peşinden koşma sebebi. Aslında hayattaki duruşumuzu oturttuğumuz şablonun ana amacı.
Bütün bu düşünceler içinde savrulurken, beynimde çakan şimşeklerin gürültülerine kulak kabartırken, yakın bir günün sabahında acı bir haberle sarsıldık hepimiz. Ülkemiz için acı haberle sarsılma deyimi ne kadar doğru tartışılabilir çünkü toplumsal güvenliğimize zarar getiren olaylara göğüs gere gere adeta duyarsızlaşıyoruz.



Frida Kahlo'nun son tablosu: "Yaşasın Hayat"

Doğacak diğer durumlar da sadece sarsıyor bizi, vah vah'larla okuyoruz gazeteleri; gözlerimiz yaşarıyor bazen. Toplumsal anlamdaki haletiruhiyemiz özellikle son günlerde incelenmesi gereken bir düzeyde.
Tüm bu travmaların birine üzülüp onu atlatmaya çalışırken, bir yenisiyle uyandığımız sabahlardan birinde bir genç kızın intihar haberini okuduk sürmanşetten. 22 yaşındaki genç kız abisinin tecavüzüne uğramış ve bunu kaldıramayarak ardında bıraktığı iki satırlık notla ve kalbine dayadığı silahla intihar etmişti. Çakan şimşeklerimin bir tanesi acı acı ışıldadı gözümün önünde; aklımda beliren kavram ise "kadının bu ülkedeki yokluğu" idi. Kadın gündelik yaşamdan siyasete varana değin nesneleştirilip üzerinde yasalara karar kılınacak hale getirilip tek malzeme olarak sunuluyordu önümüze. Attığı her adım çimentoya saplanmaya çalışılırken, çoğumuz bunu görmezden gelip ya vicdandan uzak açıklamalarla ya da "Allah rahmet eylesin"lerle geçiriyorduk günümüzü. Ülkemizin iki temel düsturu "Bıçak kemiğe dayandı" ve "Allah rahmet eylesin" olmuştu. Ülkem kadınının mutluluğu nasıl duyumsadığını ya da ona mutluluğun nasıl duyumsatılmaya çalışıldığını düşünürken aklıma sayısız örnek geliyordu. İntihar etmek psikolojik anlamda yaşanan son noktayı tabir ederken yaşanılanlar, yaşatılanlar ve bu bağlamda kadının içinde oluşturulanlar ve oluşanlar dikiliverdi önüme; adeta kale

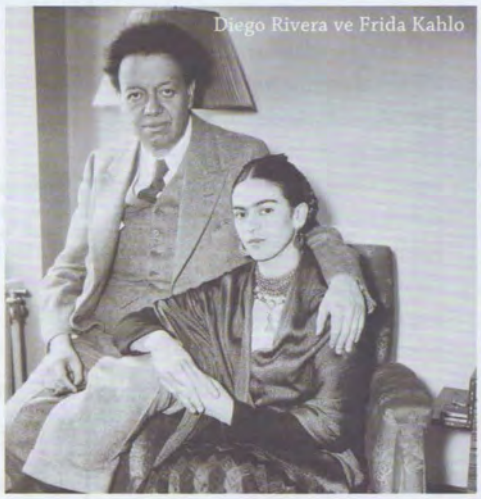
gibi.
Bu düşünceler ışığında zihnimde, birisinin intihar ettiği kesin olan, diğerinin ise ölümü rahatsızlığa bağlı olduğu söylenen yine de çok net verilerin olmadığı iki sanatçı kadın canlandı. İçinde bulundukları ruh hali, mutluluğu algılayışları, neden mutsuz oldukları bu iki farklı yaştaki kadını günümüze dek "neyin" getirdiği sorunsalını inceleme adına çakan şimşeklere burada ses vermek istiyorum.
Öncelikli olarak mutluluğun önce bünyesinde, sonrasında eserlerinde arada pırıldayıp bir anda yok oluşunun ve yerinin bir satır sonra mutsuzluğa bırakan şiir ve kitaplarıyla Sylvia Plath belirtiveriyor. Kaynaklardan alınan bilgilere göre Plath, hayatı boyunca ileri derecede bipolar (manik-depresif) bozuklukla boğuşmuş, 1950 yılında bursla girdiği Smith College'daki ikinci yılında ilk intihar girişimini gerçekleştirmiş ve bir akıl hastanesine yatırılmıştır. Bipolar bozukluğun mani döneminde, yani aşırı hareketli, konuşkan, enerjik ve umursamaz yaşadığı dönemde yazarın mutluluğu tanımlayışı, hayatına bakışı değişmiş; depresif dönemde yani siniri, agresifliği, kafa karışıklığını, öfkeyi ve bu bağlamda hissettiği haz alamama, kapana kısılma hissini yaşadığı zamanlarda ise eserleri bambaşka şekillenmiştir. En sık 20'li yaşların başında görülebilecek bu iki uçlu duygu durum bozukluğu Sylvia Plath'ın anılarında daha da geçmişe dayanan bir mutsuzluğa işaret ediyor adeta. Kendi ağzından yazdığı "*Sanırım 9 yaşına kadar gayet mutluydum, umursamazdım ve sihre inanırdım ki bunun üzerimde büyük bir etkisi vardı; daha sonra 9 yaşında çok büyük bir hayal kırıklığı yaşadım. Elflere, Noel Baba'ya ve sihirli güçlere inanmıyordum artık ve gittikçe daha depresif ve gerçekçi olmaya başladım; 16-17 yaşlarında daha dengeliydim fakat kesinlikle mutlu bir ergenlik de geçirmedim, belki bu yüzden yazıya, edebiyata yöneldim. Hikâyeler, şiirler, günlükler yazdım, o yıllarda denge sağlamayı gerçekten başarmıştım.*" satırları mutsuzluk ile mutluluk kavramlarında başrol oynayan farkındalık ve kendi yaşadığı psikolojik problemlerin süreçlerine de göndermede bulunuyor. Sonradan değineceğim Frida Kahlo'nun meşhur sözü adeta Sylvia Plath'ı destekler nitelikte belirtiveriyor gözümün önünde: "*İnsanın ifade edemediği şeyin gücü patlayıcı, hasar verici, kendi kendini yıkıcı bir güçtür. İfade etmek kurtulmanın başlangıcıdır.*" Hiç kuşkusuz ki bu açıdan bakıldığında Plath da ifade edişleri ile içindeki yıkıcı gücü yapıcı hale getirmiş ve en çok da ifade edebilmenin mutluluğunu yaşamıştır içten içe. Mutsuzluğu ifade edişin onu mutlu etmesi ise iki kavramın da aslında birbiriyle ne kadar iç içe olduğunun yansımalarından birisi...
Günümüz dünyasında hepimiz kendimizi tek tek incelediğimizde de benzer durum ortaya çıkabilir, insanlar başardıklarıyla, yaptıklarıyla, söylediklerileyle mutlu olurlar. Mutluluk başkası tarafından bize sağlanan, elimize-yüreğimize somut olarak verilmiş, yaratılmış bir gerçeklik olarak karşımıza çıkmıyorsa hayattaki duruşumuzu sürekli mutlu olmak adına kurgularız. Bunun içinde iyi bir işe sahip olmak, sonucunda kazanılan maddi güç, bu maddi güçle sağlanacaklar, yapılacak iyi bir evlilik, seçilecek iyi bir eş ve sağlık problemimiz yoksa doğacak sağlıklı çocuklar yer alabilir. Plath burada yine belirtiveriyor, bu sayılanların çoğunu gerçekleştirmiş fakat yaşadığı psikolojik rahatsızlığın da temel yaratmasından dolayı mutlu olamayanlar kervanı içinde. Var oluşa dair mutluluk sayılabilecekleri reddediyor ve bunu yanılgı olarak görüyor. Örneğin iyi denilebilecek bir evlilik yapıyor ve şair Ted Hughes'la evleniyor Sylvia. Lakin kocasının kendisini ihmal etmesiyle ve aldatmasıyla başlayan kıskançlık krizleri boşanmaya götürüyor harika birlikteliklerini; hem de Sylvia Plath ve kocası Ted Hughes iki çocuk sahibi olmuşken. Tam boşanma sürecinde, belki biraz öncesinde, belki de sonrasında "Sırça Fanus"u yazıyor Sylvia. "Sırça Fanus"u yazmasına neden olan ve kitabına bu başlığı koyduran düşünce ise evliliklerinin aşkla ve tozpembe bir mutlulukla başlamasının ardından bir anda kendisini kısıtlanmış hissetmesi ve evde çocuklarıyla beraber kocasının işten dönüşünü bekleyen bir kadın haline gelmesidir. Bu bağlamda hayatının çoğu alanında sahip olduklarını yine de elinin tersiyle itmemiş ve mutlu olmakla memnun olmak arasında bir ayrım yapmıştır kafasında. O her zaman kendini "mutlu olamayacak lakin memnun olabilecek" birisi olarak görmüştür. Evlilik ertesi sürecini ise eşine duyduğu hayranlık bitmeye başlamışken şöyle özetlemiştir: "*Ne yapıyorlar biliyor musunuz, sizi bir kafese koyup bırakıyorlar.*" Plath, mutluluğun salt kesin kural ve kaidelere bağlı olduğunu düşündüğü, hastalığını çok arkalara atacağını hayal ettiği dönemlerin ardından kocası tarafından aldatılması sorunu da hayatında belirince, üretkenliğinin de sınırlanmasıyla, mutluluğun başka birilerinin yarattığı yalan hayatlar içine saklanmayı tercih eden kişilerin içinde yaşanabileceğini iddia eder. Ağız dolusu tartışabileceği, sanatına hayran olduğu ve kendisini aynı frekansta hissettiği tek kişi olan kocasıyla da aynı ruhsal bunalıma sürüklendiğini anlayan Plath, üçüncü defa intihar eder ve bu kez daha garanti olacak şekilde. Yaşadığı psikolojik rahatsızlık gereği çoğu zaman ölmek istemediğini, lakin bir satır ardından intihar edebileceğini belirten düşünce kıvrımlarının içinde gidip gelen Sylvia Plath, kendisini hastalığından da uzaklaştıracak mutluluk tablosunu aslında yaşamadığını düşünerek ardında bıraktığı doktor numarası ve kızlarının odasına bıraktığı kurabiye-süt ile kafasını fırına sokar ve intihar eder. Psikolojik durumu içinde normal kalan hücreleri ölmek istemediğini ona hatırlatırken ve belki de bir önlem olarak ona doktorun numarasını bıraktırırken, içindeki depresif halin getirdiği çaresizlik ve mutsuzluk Plath'i 30 yaşındayken ölüme götürmüştür. Mavi gökyüzü, açan güneş, edebi yaratımları, yaşadığı ve/veya yaşadığını sandığı büyük aşk sonucu doğan çocukları yetmemiştir onu mutlu etmeye...

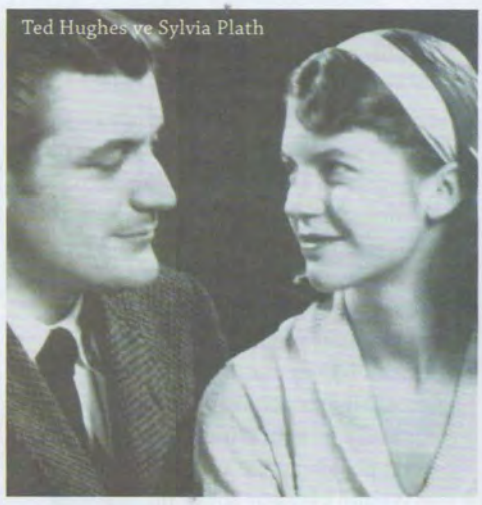
Sylvia Plath'ın yaşadığı bipolar bozukluk ona daha çok hayatı katlanılmaz hale getirirken, adeta zıttıymışçasına hayatta dimdik durmaya çalışan başka bir kadın figürü çıkıyor ortaya: Frida Kahlo. Özellikle son dönemin popüler kültürünün çantaya, bardaklara, objelere yansıtılan resimlerindeki güçlü

bakışlar gerçekten güçlü müydü? Yoksa mutsuzluğunu kapatmaya çalışan bir kadının çabalaması mıydı?

Plath gibi Frida Kahlo da hayatı boyunca edebiyat, sanat ve felsefeyle yoğurmuştur beynini, adeta altı yaşında geçirdiği çocuk felci sebebiyle kaybettiği bir bacağı ve bu yüzden kendisine takılan "Tahta Bacak Frida" lakabına inat. Kendi mutluluğunu kendisini düşünsel yönden destekleme üzerine oturtan Frida'nın hayatı, 18 yaşındayken geçirdiği trafik kazasında tramvayın demir çubuklarından birinin sol kalçasından girip leğen kemiğinden çıkması sonucu geçirdiği 32 acılı ameliyat, takmak zorunda olduğu demir korselerle değişmiştir. Yine de bu süreçte hayata tutunup, ailesinin de desteğiyle resimler yapmaya başlamıştır. Resim çalışmalarına yatağının tam üzerine, tavana astırdığı bir aynaya bakarak kendisini çizmekle başlamıştır Frida. Kendisini "üretirken" mutlu hisseden Frida onu başlıca eylemlerinden çekip alan kazayı dahi *"başıma gelen en iyi şey acı çekmeye alışmaya başlamam"* diyerek yaratıma dönüştürmüştür. Yaşama bağlılık, mutluluk- mutsuzluk arası denge bakımından bakıldığında Sylvia Plath'ın biraz daha zıttı sayılabilecek Frida Kahlo, sağ bacağının tamamen kesildiği ameliyatın ardından kullandığı ağır ağrı kesiciler ve ağrıyı dindirmek için başladığı aşırı alkol tüketimi sarmalında hem fiziksel hem de ruhsal oldukça ağır dönemler içinde bulunurken günlüğüne yazdığı yazıda şimdilerin de mottosu haline gelen şu cümle görülür: *"Ayaklar... Uçmamı sağlayan kanatlarım olduğuna göre, sahi, ayaklara hâlâ ihtiyacım var mı?"* Fiziksel anlamda çektiği acılar ve organından yoksunluk, bu bağlamda yatağa bağlanmış olma durumu tüm mutsuzluk temalarını ilk bakışta içinde barındırdığı düşünülebilecek bir hal iken, Frida üretkenliği ve hayata bağlılığı ile kendisini var etmiş, mutlu olmaya çalışmıştır son nefesine dek.

Hayatının en zor döneminde tanıştığı ünlü ressam Diego Rivera ile tutkulu bir aşk yaşadıktan sonra evlenmeye karar vermişlerdir. Lakin evliliğin getirdiği mutluluğu Diego'ya çocuk vererek taçlandırmak isteyen Frida, geçirdiği kaza sonucu oluşan sağlık sorunu sebebiyle bir


Diego Rivera ve Frida Kahlo


Ted Hughes ve Sylvia Plath

çocuğunu aldırmış, birkaç defa d a kürtaj olmuştur. Diego'nun üçüncü eşi olan Frida, bütün bu olumsuz yaşantılardan sonra eşinin sadakatsizlikleri de üzerine eklenince boşanmak durumunda kalmıştır. Plath'ın da sadakatsizlikle baş etmeye çalıştığı lakin hastalığının yarattığı yıkıcı güç ile üstesinden gelemediği düşünülürse, Frida'nın Plath'tan en farklı yönü, görülür bir psikolojik rahatsızlığa sahip olmaması ve bu bağlamda hayatında mutsuzluğu değil mutluluğu, ortaya bir eser koymakla, düşüncelerini kendi gözünden resmetmekle edinmeye çalışıyor olmasıdır. Frida Kahlo da evliliklerinin boşanmayla bittiği her sürecin ardından bunalıma girmiş, hatta bunu tablolarına da yansıtmıştır. Geçirdiği kazadan sonra da onu tutkuyla seven bir erkekle arasına onlarca kişi girmiş olsa da yaşadıkları fırtınalı aşk şöyle resmolunur Frida'nın kendi deyimiyle: *"Hayatta başıma iki korkunç kaza geldi, biri geçirdiğim otobüs kazası, diğeri de Diego..."* Babası dışında düğününe kimsenin gelmediği Frida, aynı anda hem en büyük mutluluğu hem de en büyük mutsuzluğu Diego ile yaşadığını vurgulayan söylemleriyle ön plana çıkmıştır. Ona çirkin diyenlere karşı duyduğu kızgınlık, bu kızgınlık sonucu yaşadığı mutsuzluk, lakin Diego'nun onunla evlenmesi (bir filin bir güvercinle evlenmesi) ile duyumsadığı mutluluk ve ona çocuk verememekten kaynaklı mutsuzluk hali. İki uç kavram arası sınırda gidip gelmiştir Frida ve yine de çektiği onca acıya rağmen dünyaya yine gelse yine Diego ile olmak istediğini belirtir. 1954'te, çoğu kaynakta akciğer embolisinden dolayı öldüğü söylenmekte, bazı kaynaklarda ise intihar etmiş olma olasılığına yer verilen Frida, son nefesine kadar yaptığı tabloyu da adeta trajik bir isimle taçlandırmıştır: "Yaşasın Yaşam".

İki sanatçı, iki kadın, iki ruh, iki beden... Tıpkı mutluluk ve mutsuzluk düalizmi gibi. Yaşadıkları olaylar, söyledikleri sözler, hayatlarına giren kişiler onları mutluluk-mutsuzluk ikileminde bazen bir uca bazen diğer uca savurmuş, bazen kendi fanuslarını yaratmışlar, bazen kendi fanuslarını yarattıklarını sanmışlar; başkalarının fanusunda yaşadıklarını hissetmişler... Olumlu beklentilerle başladıkları yollardan bazen zaferle bazen hayal kırıklıklarıyla çıkmışlar. Lakin iki kanatta da görülen ortak noktalardan biri hepimizin mutluluk eğrisinin ucunda, kıyısında var olan kavram; "üretkenlik"tir. Dalgalı okyanusta yalnızlık içinde hissetmek, dalgalı okyanusta yalnızlık içindeyken önlemler almayı düşünebilmek. Hayatı başkalarıyla anlamlı kılmadan önce kendimizle anlamlı kılabilmek mutluluk eğrisinin bir ucu. Yaşadığımız toplum dinamikleri bağlamında kendimizi korurken, güvende hissetmek isterken mutlu olma becerisi geliştirebilmek de bir diğer beceri. Beynimizde çakan şimşeklerin yıldırım olarak düşüp zarar vermemesi adına yapabileceklerimizi düşünmek, bu bağlamda mutluluk bileşenlerimizi temelden sağlıklı hale getirmek toplumsal bilinç ve destekte de yatmakta...

+1'İN SENİ BEKLER!

ÜCRETSİZ AL

GÜNCELLE

PUAN KAZAN

8 MENÜYE
1 ORTA MENÜ
HEDİYE!

8 BİLETE
1 BİLET
HEDİYE!



AVANTAJLARDAN YARARLAN!

*LOKASYONA GÖRE İÇECEKLER DEĞİŞİKLİK GÖSTEREBİLİR.

cinemaximum

cinemaximum.com.tr

cinemaximum
Gerçek Sinema

psikesinema



Eylül ayında gazete bayi ve kitabevlerinde.