www.psikeart.com

psikeart



150 TL
ISSN 1308-7045-01
SAYI 92 / 2024

kararsızlık

art Dergi
92
Mart-Nisan 2024

Psikeart ve Psikesinema
dergilerinden mahrum kalmayın!

www.psikeart.com



YAYINCILIK EFSANESİ
ÜLKELER VE KENTLER DERGİSİ
memlekent
dergisinin eski sayılarına da aynı adresten ulaşabilirsiniz.

psikeart
psikesinema
memlekent



BAZI ŞEYLER OLMASA DA OLUR

Ama Eğitim Olmazsa Olmaz

Siz de annesi ya da babası hayatta olmayan, maddi durumu yetersiz, yetenekli çocuklarımızın eğitimine destek olun.

0850 222 1863

darussafaka.org

155 YIL

Darüssafaka
1863
CEMİYET

MART-NİSAN 2024, Sayı 92

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
Derya İren Akbıyık, Yaşar Akdemir, Tamer Aker, Demet Aksu, Yüksel Aksu, Tuba Akyol, Cumhur Boratav, Deniz Ergenekon, Haydar Ergülen, Arzu Erkan, Ahmet İnam, Lara Kamhi, Hakan Karaş, Emine Zinnur Kılıç, Şengül Kıyak, Levent Mete, Deniz Nalbantoğlu, Haluk Nalbantoğlu, Pınar Aydın O'Dwyer, Hande Öğüt, Zeynep Eylül Önder, İshak Sayğılı, Alena Şar, Caner Şenyuva, Gürol Tonbul, Tuğba Kurt Ulucan, Pınar Üretmen, Bedirhan Üstün, Serpil Yandı Vargel, Tuna Yıldırım

Web Danışmanları
Ege Kaya
Zeynep Eylül Önder

Hukuk Danışmanı
Av. Nigar Mete

Reklam ve Kurumsal İletişim
Günnur Altan
(0555) 998 25 44
gunnurdinc@psikeart.com

Kapak
Hatice Mülazımoğlu

Abone Sorumlusu, Yayın Dağıtım ve İade Yetkilisi
Senihe Başar - İstanbul
semihabasar@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

Sorumlu
Günnur Altan
gunnurdinc@psikeart.com

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
Özgün Ofset Ticaret Ltd. Şti.
Yeşilce Mah. Aytekin Sok. No: 21 34418
4. Levent/İSTANBUL Tel: (0212) 280 00 09

Yayın Türü
Yerel, süreli

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.

ŞUBAT 2024'te basılmıştır.

psikeart

İÇİNDEKİLER

3 M. EMİN ÖNDER
Editörden

4 M. HAKAN TÜRKÇAPAR
Karar verememenin dayanılmaz hafifliği

8 MERAL AYDIN
Şizoid kişilik bozukluğunda bir kontrol mekanizması olarak kararsızlık

12 İSHAK SAYĞILI
Psikanalitik seans ve kararsızlık üzerine

16 ÖZLEM AKKEL
Kararda ve kararsızlıkta
Ölüm bizi ayırana dek

20 TUĞBA KURT ULUCAN
Yersiz yurtsuz bir yerden denizlere açılmak

24 SEVCAN KARAKOÇ
Kararsızlık sızısı

26 ŞENGÜL KIYAK
Olmak "ve de" olmamak

30 GÜLBALCA ÇAKIROĞLU
Kararsızlık
Sen mi büyüksün ben mi?

34 EFE ERSOY
Kararla mücadele üzerine

36 KÜLTEGİN ÖGEL
Ambivalans
Bir "fifti fifti" durumu

38 ŞEHNAZ TUNA
Ambivalans
Kararsızlığın anatomisi

42 AHMET NALBANT
ALİŞAN BURAK YAŞAR
Zor kararlar ve hayatımızın yolcuları

46 ASLI AKTÜMEN
Karar vermek neden bu kadar zor?

50 DENİZ DENİZ ÖZTURAN
Cinsiyetçilikte kararsızlık
Ambivalent sexism

54 ARZU ERKAN
Yeker ki kararsız kalmayalım

60 HALİL SÖZMEN
Benim muhteşem kararsızlıklarım

68 YAŞAR AKDEMİR
Ak pak olmuş saçlarımla bikarar oldum bugün

74 TUFAN GÖBEKÇİN
Sonunu hatırla...

76 HANDE ÖĞÜT
İktidarsız kararlılık
Kadınlar neden kararsız?

82 SERA ÇETİNGÖK
Findistanlı bir yönetmen: Aki Kaurismaki
Kararsızlık anında camı kırıp kanaat önderinize sarılınız

88 PINAR AYDIN O'DWYER
Dar zamanda önemli kararlar almak

92 GÜROL TONBUL
Kararsız bir buluşma...

95 HAYDAR ERGÜLEN
Yedi karar/sız

kararsızlık



M. EMİN ÖNDER

Kararsızlık özellikle obsesif kompulsif kişilik bozukluğunda karakteristik bir belirti olarak dikkat çeker. Birey önüne çıkan seçenekler karşısında yaşadığı kararsızlıkla eyleme geçemez, bu eylemsizlik ve devam eden kararsızlık stresin artmasına sebep olur. Bu zorlu karar sürecinde yaşanan stresin de etkisiyle bozukluğun iki ucu da uç verir, bir yandan bu zorlu karar sürecinde saplanıp kalınan takıntılar ve bu düşüncenin geçerliğiyle ilgili sorgulatıcı gerçeklik ya da rastlantılardan kaçış amacıyla tekrar eden davranışa saplanma (kompulsiyon).

Kararsızlık farklı patolojilerde de belirti olarak dikkkat çekebilir, örneğin histriyonik kişilik bozukluğunda, borderline kişilik bozukluğunda kararsızlık tipik belirtiler arasında sayılır.

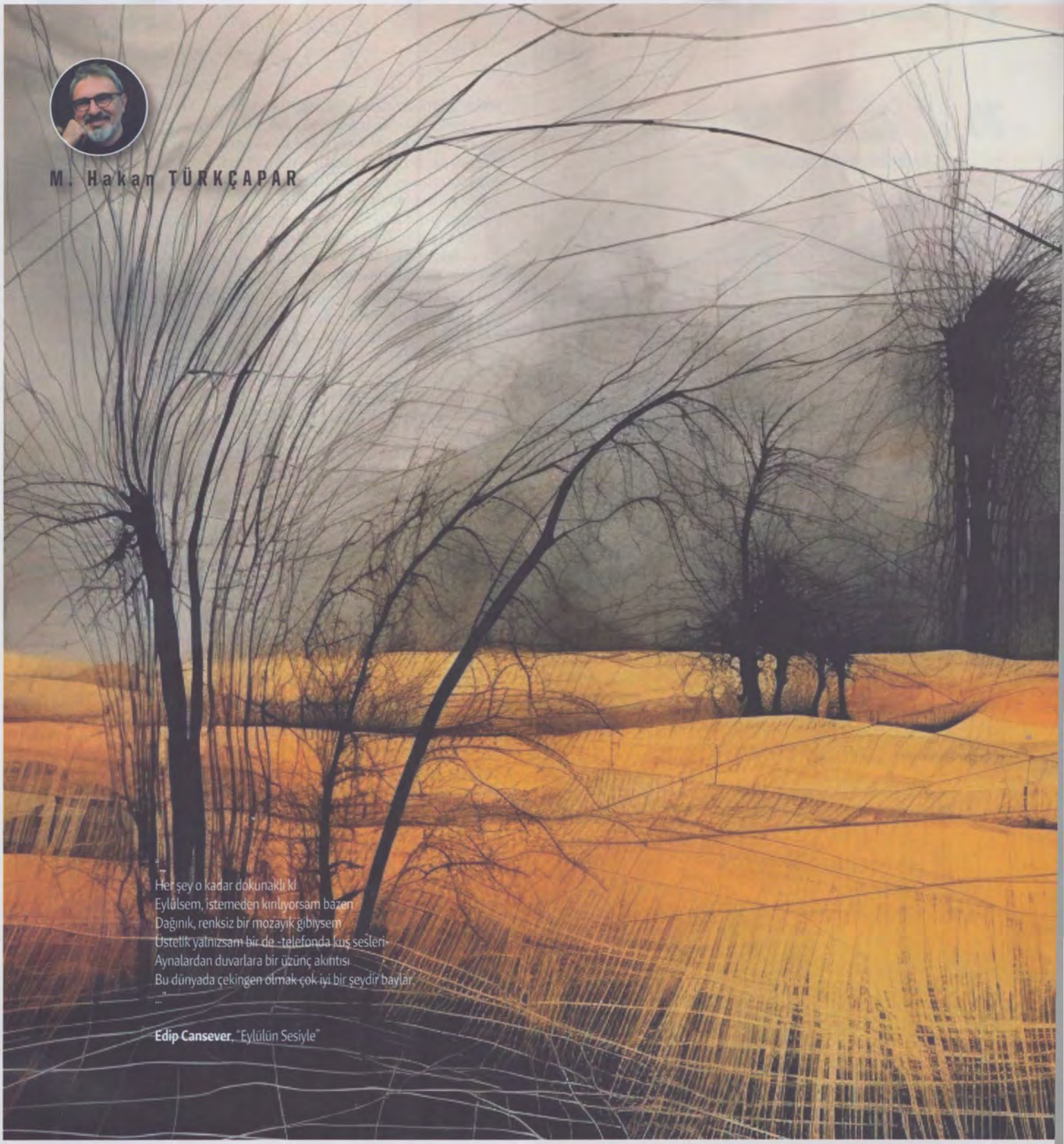
Kararsızlığın bir diğer yüzü ise bilinçsizce gelişen ertelemedir. Ertelemenin birey için kararsızlığın stresindense daha tercih edilebilir olduğunu söyleyebilmek mümkündür. Gerçekten de şizoid karakter yapısının belirtilerinden olan kararsızlığın bir belirti olmak yerine şizoid karakterin homoestazisini sağlayan önemli bir denge unsuru olduğunu da görüyoruz. Dış dünyayı ve iç dünyayı aynı anda deneyimleme ayrıcalığına sahip olan şizoid karakter yapısı, dış dünyaya karar bildirmenin, önceden düşünülmüş bir karara göre dış dünyada görünür olmanın korkusunu yaşamaktadır. Meral Aydın yazısında bu durumu şöyle tanımlıyor: "Şizoid birey için vereceği her bir karar, dış dünyaya kendini açık ettiği ve görünür olduğu alandır. Herhangi bir konuda fikrinizi söylemek, tercihinizi ya da isteğinizi söylemek, arzunuzu ve duygunuzu ifade etmek artık kendinizi dış dünyanın ve oradan gelebilecek tepki ve cevapların insafına bırakmak demektir. Dış dünyadan olumlu bir geri dönüş alma umudu olmayan şizoid birey için bu artık kontrolü kaybedip zayıf olmayı kabullenmek demektir ki en kaçındığı şey her ne olursa olsun zayıf görünmektir. Kontrol kaybı hissi, zayıf görünüp ötekilerin kontrolüne girme kaygısı yaratır. Çünkü şizoid birey için ilişkiselliğin yalnızca iki boyutu vardır: kontrol eden ya da kontrol edilen olmak."

Yaşadığımız çağ seçeneklerimizi artırdı, artık aynı işi yapmak için birden fazla değil bazen ondan fazla yol sunuluyor bizlere. Yaşadığımız çağ ayrıca karar anlarımızı üzerinde uzun uzadıya düşünemeyeceğimiz kısıtlı zamanlara hapsediyor.

Özetle eğer kendilik bilincimiz yeterince gelişmezse kararlarımızın örüntüsüyle kişilik örüntülerimiz arasındaki bağlantı özgürlüğümüzü iyice kısıtlayan içsel ve ikincil bir prangaya dönüşebilir. Psikiyatrinin insanı özgürleştiren sağaltım mekanizması da aslında kendilik bilinci kazanan bireye sunulan karar alma özgürlüğünden başka bir şey değildir.

Psikeart bu sayısında kararsızlık konusunu ele aldı. Umarım farkındalığa bir katkı sağlar.

Karar verememenin
dayanılmaz hafifliği



© ORÇUN BESLEN

M. Hakan TÜRKÇAPAR

"...
Her şey o kadar dokunaklı ki
Eylülsem, istemeden kırılıyorsam bazen
Dağınık, renksiz bir mozayik gibiysem
Üstelik yalnızsam bir de -telefonda kuş sesleri-
Aynalardan duvarlara bir üzünç akıntısı
Bu dünyada çekingen olmak çok iyi bir şeydir baylar
..."

Edip Cansever, "Eylülün Sesiyle"



Yanlış karar vermemek için hiçbir karar vermeyen kişi doğru kararları da veremez hale gelir. Yani yanlış karar vermemeye aşırı özen gösterdiğimizde giderek karar veremeyen ve hatta doğru kararları da veremeyen bir insan haline geliriz.

Kararsızlık bir duygu da değil bir düşünce de; bir hal, bir eylem, eylemsizlik eylemi.

Latince "decidere", belirlemek kökünden İngilizceye geçmiş bir sözcük, "decision", yani karar vermek. Kişinin belli bir eylem, belli bir tavır veya durumla ilgili bir karara varamaması ve sonucunda buna eşlik eden şüphe, kuşku, korku, endişe, kaygı, bazen de suçluluk gibi eşlik eden türlü türlü duygularının hepsini kapsayan bir durum.



© SUZAN ARMAĞAN

Yaşam ister istemez sürekli bir seçim yapma, tercih etme, önceleme durumuyla geçiyor. Öyle ki her seçimde seçtiğimize yakınlaşırken, seçmediğimizden de uzaklaşıyoruz. Bu anlamda seçmek, karar almak hem bir kazancı hem de bir kaybedişi içinde barındırıyor. Şairin tanımladığı gibi, "*bu dünyada çekingen olmak iyi bir şey*" midir acaba? Kararsızlığı eğer bir tür duygu, düşünce ve davranış-tutum karışımı bir durum olarak tanımlarsak, yerine göre olumlu ve yararlı, yerine göre de olumsuz ve zarar verici bir durum haline gelebiliyor.

Bazı durumlarda hiç karar bile almadan önümüze ilk gelen seçeneğe hemen sarılıveriyoruz: İstanbul'da yağmurlu bir günde taksiye bineceksek, önümüzde ilk duran taksiye hiç de seçim yapmadan, bir an bile kararsızlık yaşamadan hatta biraz da sevinerek atlayıveriyoruz. Kahvaltıda "yumurtayı nasıl yiyeceğimiz" ya da "evden saat kaçta çıkacağımız" gibi küçük kararlar bizler için genellikle bir sorun oluşturmazken, bazı kararlar ise çok daha zaman alıcı ve zorlayıcı olabiliyor. Örneğin, üniversitede "hangi bölümde okuyacağı" konusunda kararsız kalıp zamanın çoğunu bu kararsızlığı netleştirmeye ve karar vermeye harcayan bir genç ya da "sevgilisiyle ilişkisinde evlilik adımını atmak konusunda kararsız kalanlar" için "kararsızlık" bir sorun haline gelebiliyor. Bu şekilde hayata yön veren ya da bedeli ağır olabilecek kararları almak elbette ki herkes için zor ve üzerinde düşünmeyi, hatta biraz zaman harcamayı gerektiriyor. Asıl sorun ise bu kararsızlığın gündelik yaşamın hemen her alanına ve sıradan kararlara da uzanması ve karar alınmaksızın arada kalmanın bir yaşam şekline dönüştüğü,



© SUZAN ARMAĞAN

kişinin yaşamını olumsuz etkilemeye başladığı, sıkıntıya yol açtığı ve işlevselliğini bozduğunda başlıyor.

İstanbul'da yağmurlu bir günde taksi bulmak gibi seçeneğin çok azaldığı durumlarda karar vermek zor olmuyor. Benim gibi çocukluğu tüketim toplumu öncesi, '70'li-'80'li yıllarda geçmiş olan neslin en azından tüketim açısından çok fazla seçme şansımız ve dolayısıyla da kararsızlığımız yoktu. İzleyeceğimiz, dinleyeceğimiz radyo uzun yıllar bir tane, ardından TV kanalı bir tane, alabileceğimiz kot markası vb. hep tekti. Dolayısıyla kolaylıkla hiç düşünmeden seçimlerimizi rahatlıkla yapıp karar veriyorduk. Yani kararsız kalabilecek bir seçim ortamı bile yoktu önümüzde. O zamanlar okul seçimleri, üniversite tercihleri de görece daha kolaydı. Hatta özel hayattaki seçimlerde bile bir sadelik vardı. Benim ilkokul yıllarımda büyük çoğunlukla şehirliler şehirlerinde, köylüler köylerinde yaşıyordu ve Türkiye'nin yüzde 80'i köylerde, yüzde 20'si şehirlerdeydi ve çoğu kimsenin de olduğu yeri değiştirmeye niyeti yoktu. Yerleşik köylülerin ve yerleşik şehirlilerin hayatlarını nasıl geçirecekleri ise neredeyse baştan itibaren tamamıyla belliydi. Bu durağan ve seçme şansının az olduğu dünyada sıra dışı seçimler yapan insanlar hem küçük hem de büyük ölçekte dikkat çekmeyi göze almak zorundaydılar. Evlenmek normal, boşanmak istisna, olduğu kentte/köyde yaşamak kural, göç etmek zorunluluk, baba mesleğini sürdürmek doğal, başka bir iş seçmek sıra dışıydı. Oysa bugün, yaklaşık 50 yıl sonrası günümüz dünyasında hem tüketimde hem sosyal alanda o kadar fazla seçim ve o kadar çok verilmesi gereken karar var ki. Bugünkü dünya bizlere her konuda sayısız seçenek sunuyor. Bu bir ödül mü, yoksa bir ceza mı? Bu tür bir durumu ve ona bağlı gelen kararsızlığın yorgunluğunu hissedenler belki de seçeneklerini en aza indirgeyerek, yaşadıkları kararsızlığın yıpratıcı sonuçlarından kendilerini koruyabilirler; ama tabi ki ne karar almak ne de kararsızlığın çözümü bu kadar basit değil.

Tversky ve Kahneman, 1974 yılında yayımladıkları çalışmalarında, insanların kararlarını verirken sezgisel kısa yollar (heuristikler) kullandıklarını ve bu kısa yolların bir yandan hız sağlarken bir yandan da yanılgılar getirdiğinden bahsederler. Aslında bu, insanın karar verebilmek için yanılma gibi bedel ödemesinin zorunlu olduğunu gösterir. Bu bedeli ödememenin ilk yolu çok fazla düşünerek çok yavaş karar vermek, en kesin yolu ise hiç karar vermemektir ki bunun da bedeli belki de yanlış karar vermekten az değildir.

Karar verme sürecini inceleyen kuramlardan "rasyonel karar verme kuramı"na göre, kişinin hedefleri ve tercihleri doğrultusunda en iyi seçeneği belirleyip seçmesi beklenir. Rasyonel karar verme kuramı, kişinin bu karar alma sürecini sistemli adımlarla açıklar. Buna göre karar verme süreci, öncelikle bilgi toplama ve değerlendirmeyle başlar. Bu adımda kişi, karşılaştığı durumu değerlendirmesine yardımcı olacak bilgiyi toplar ve seçeneklerini değerlendirmeye başlar. Bu adımda elbette kişinin psikolojik durumu, bulunduğu ortam gibi birçok etken de seçenekleri değerlendirmesinde rol oynar. İkinci adım olarak kişi hedeflerini belirler. Özellikle kararın amacını belirlemek önemlidir. Bu sayede daha dikkatli bir seçim yapılabilir. Üçüncü adımda kişi seçenekleri analiz eder ve onları değerlendirir. Bu şekilde de kararını vermiş olur. Her ne kadar rasyonel karar verme kuramı meseleye rasyonel yaklaşıyor olsa da, günlük hayatta herkesin bu şekilde karar almadığını biliyoruz. Bu kuramın karar alma aşamalarına psikoloji penceresinden yaklaştığımızda, özellikle ikinci ve üçüncü adımlarda birçok kişinin dış etkenlerden fazlasıyla etkilendiğini gözlemleyebiliriz.

İnsanlar karar verirken aslında bu bağlamda iki tür veriye göre hareket ederler, rasyonel akılcı etkenler ve duygusal etkenler. Asıl ciddi kararsızlıkların arkasında ise rasyonel etkenlerden çok duygusal etkenler yatar.

İnsan, canlılar arasında, dünyaya geldikten sonra aciz ve zayıf olduğu dönem en uzun sürenlerdendir. Bu dönemde yani bebeklik-çocukluk sürecinde insanın, kendi türünden yetişkinlerden yani ebeveyninden ya da birincil bakıcılarından sürekli bir desteğe gereksinimi vardır. Bu bakım ve destek olmaksızın insan hayatta kalamaz. İnsan canlısı, dünyaya gelmesini izleyerek varlığını sürdürmeye ve acıdan uzak kalmaya, bedensel ve ruhsal olarak kendini iyi hissetmeye çabalar. İnsanı diğer canlılardan ayıran özel düşünce gücü sayesinde yaşadıklarından birtakım sonuçlar çıkarır ve buna bağlı yöntemler uygular. Bu yöntemler kişinin var kalma ve psikolojik iyilik halini sürdürme amacına hizmet etmesi beklenen duygusal, düşünsel ve davranışsal yöntemlerdir: tedbirlilik, güven-şüphecilik, saldırganlık-uysallık, dikkat-araştırıcılık, kaçma-yakınlaşma, dürüstlük-aldatma vb. gibi yüzlerce yöntem. Kararsızlık da kararlılık da bu yöntemlerden ikisidir. Kişi bu yöntemler içinden hangisi var kalma ve iyilik amacına hizmet ediyorsa onu kullanır. Bu anlamda da kişinin kullandığı bu yöntemler (şemalar) ne kadar zengin ve çeşitliyse, değişen ortam şartlarına göre uygun olanı bulma, seçme, kullanma şansı ve yaşama uyumu artar. Erken çevresinde kişinin öğrendiği yöntemler ortalama insanlara ve hayata ne kadar uygunsa, ileride yaşama katıldığında uyumlu ve mutlu olma şansı o oranda artar. Ama erken yaşam koşullarının belli oranda olumsuz yanlılık gösterdiği durumlarda kişilerin şemaları sağlıklı, dengeli ve uyumsal biçimde gelişmez. Örneğin yetiştiği çevre içinde verdiği kararların olumsuz sonuçlarını yaşamayan, kararlarından dolayı suçlanmayan ve cezalandırılmayan, hatta takdir edilip desteklenen birinde uygun yerde kararlılık, uygun yerde de kararsızlık bir yöntem olarak kullanılabilirken, tam tersi, verdiği kararlar yüzünden hep olumsuz sonuçlar yaşayan, kararlarından dolayı suçlanan, eleştirilen ve cezalandırılan birisinde kararlılık ve karar verebilme tutumu gelişmez, aksine kararsızlık tutumu çok egemendir. Bireyin sinir sisteminin biyolojik kapasitesiyle çevrenin karşılıklı etkileşimi sonucunda yavaş yavaş bu yöntemlerin birikmesi ve yerleşmesiyle kişilik dediğimiz bütünlük ortaya çıkmaya başlar. *"Her an yanlış yapabilirim", "Karar verme anlamında yetersizim", "Hayatta doğrular ve yanlışlar vardır", "Her işin bir doğrusu vardır", "Benim için doğru insanı bulmalıyım"* vb. İnsanın karar verme süreçlerini bozabilecek ve kararsızlığa yol açabilecek yüzlerce farklı inanç tanımlanabilir.

Bilişsel davranışçı kuram, bütün bu inançların arkasında üç temel inanç grubunun temel organizatör olarak yer aldığını söyler. Bu üç grup: sevilme-sevilmeme (duygusal alan-bağlanma alanı), yeterlilik-yetersizlik (güç-kuvvet, üretkenlik otonomi alanı) ve iyilik-kötülük (iyi veya kötü insan olma, moral ahlaki alan) şemalarımız; yani kişinin bu alanlarda olumsuz inançları güçlüyse, o zaman gerek duygusal alanda gerek bir iş yaparken verdiği kararın doğru olup olmadığı konusunda son derece büyük kaygı duyar ve bu kararsızlığa yol açar. Yani "Acaba gerçekten iyi ve uygun kişiyi eş olarak seçiyor muyum, seçmiyor muyum?", "Acaba işimi başarıyla yapıp yapamayacak mıyım?", "Aldığım karar iyi mi sonuç verecek, kötü mü sonuç verecek?", "Başarılı mı yoksa başarısız mı olacağım?", "Yaptığım şey ahlaken moral olarak iyi mi kötü mü?" gibi sıralayabileceğimiz pek çok alanda bu tür değerlendirmeler yaparken son derece büyük zorluklar yaşayıp karar vermekte çok zorlanılabilir.

Yaşanan zorlayıcı bir kararsızlık durumunda aslında o kararın kendisinden çok, o kararsızlığın altında ne yaptığı önemlidir. Örneğin olumsuz temel inançları çok güçlü olan kişiler için yanlış yapmamak-yanlış kararlar almamak son derece önemlidir ve böyle kişiler yanlış karar almamak adına uzun uzun düşünür, araştırma yapar, sorar, güvence arar ya da mümkün olduğunca kararı geciktirirler. Çünkü yaşamdaki odaklandıkları ana hedef "yanlış yapmamaktır" (ya da yanlış karar vermemektir). Bu da bu kişileri yaşamdaki önemli istek ve ideallerinden uzaklaştırır. İstek ve ideal dediğim şey o kişinin yaşamak istediği hayat ve olmak istediği insanın temel özellikleri ve ana eksenidir. Örneğin yanlış karar vermek istemeyen bir kişinin aslında istediği şey doğru kararlar vermektir. Ama bunun yerine, yani doğru kararlar vermeye çalışmak yerine bütün enerjilerini yanlış karar vermemeye odaklarlar. Bu da onları maalesef hiçbir zaman çıkamayacakları bir tuzağa sürükler. Çünkü yaşamımızdaki ve kendimizdeki istemediklerimizi (örneğin yanlışları) yok etmememiz mümkün değildir. Mümkün olan sadece doğru kararlar vermeye dönük yaşamaktır. Bir kişi doğru kararlar vermeye çalışmak yerine, yanlış karar vermemeye odaklandığında ise ilk yaptığı şey çok düşünmek, sormak, araştırmaktır. Bu ise daha fazla kararsızlığa, kafa karışıklığına, kararı geciktirmeye ve giderek yorgunluğa ve tükenmeye yol açar. Bu yorgunluğun ve zorlanmanın ise basit, mutlak ve çekici bir çözüm yolu vardır. Kaçınma. Kişi yanlış yapmamak için, yanlış yapma olasılığını yok etmek için bir tür garantili bir yol olan hiçbir şekilde karar vermemeyi seçer. Böylece de yaşamını istemediği şeyin başına gelmemesine dönük olarak düzenlemiş gibi olur. Oysaki bunun sonucu kişinin yaşamdaki istek ve ideallerinden uzaklaşmasıdır. Yanlış karar vermemek için hiçbir karar vermeyen kişi doğru kararları da veremez hale gelir. Yani yanlış karar vermemeye aşırı özen gösterdiğimizde giderek karar veremeyen ve hatta doğru kararları da veremeyen bir insan haline geliriz. Bunun yaşatacağı kayıp ise yanlış kararlar vererek yaşayacağımız kayıptan çok daha fazla olacaktır. O zaman yaşam pusulamızı imkânsız bir çaba olan yanlış kararlar vermemeye değil, yeterince doğru kararlar vermeye doğru yönlendirmek belki de mümkün olan tek yoldur.

Kaynakça

Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases. *Science, 185*(4157), 1124-1131.

Uzonwanne, F. C. (2016). Rational model of decision making.*Global encyclopedia of public administration, public policy, and governance. Springer International. https:/doi. org/10.1007/978-3-319-31816-5_2474-1.*

Beck, J. S. (2020). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. Guilford Publications.



© EDA ÇIĞIRLI



Şizoid kişilik bozukluğunda bir kontrol mekanizması olarak kararsızlık



Meral AYDIN





Şizoid bireyler neden bu denli kör bir labirenti sürekli olarak içe doğru derinleştirir ve giderek dışarı çıkılamaz bir hale getirirler? Şizoid birey için en kaçınılması gereken husus, kontrolü dışında kötü hissetme ihtimalidir. (...) Şizoid bireyin en ağır cezası kendi içindeki yargıcıdır.

Karar vermek ancak iradi varlıklara mahsus bir yetidir. Bir iradi varlık olarak insanın karar aşamaları öncelikle içsel süreçleri ve beynin işleyiş mekanizmalarına göre aksiyon alırken, karar verilecek unsurlarla ilgili bilgiler hem içsel bilgi ve gerçeklik hem de (çoğunlukla) dışsal bilgiler ve gerçeklik üzerinden değerlendirilir. Günümüzde az sayıda yapılan fMRI çalışmalarında dinlenme anında veya dışardan gelecek uyaran etkisine göre *Salience Network Ağlarındaki* aktivite (dış uyaranların iç referanslar üzerinden yeniden değerlendirilmesi) kişiyi ya *Varsayılan Mod Ağı* (*Default Mode Network* [kişinin dış uyaranlarla meşgul olmadığında aktif olan ağ]) ya da bilişsel işlemleme *gerektiren Merkezi Yürütücü Ağı* (*Central Executive Network* [daha çok dış uyaran ve dışşal gerçekliğe aktif verilecek cevaplar süreçleri işlemler]) aktive edecek şekilde hareket eder. Bu kısa











girişin ardından öncelikle *şizoid kişilik bozukluğu* yapısından bahsetmek istiyorum çünkü bu yazıda şizoid kişilik bozukluğu veya *şizoid kişilik organizasyonu* olan bireylerin iç dünyalarında oluşturdukları kocaman, sonsuz bir karadelik gibi işleyen ve kendi iç dünyalarına ve kafasının içine hapseden *kararsızlık* süreçlerini ve kararsızlığın bu yapılarda aslında nasıl bir kontrol mekanizması olarak kullanıldığını izah etmeye çalışacağım.

DSM-V'te tanımlandığı gibi, şizoid kişilik bozukluğu olan bireylerin *"yakın ilişki arzulamaz veya yalnızca birinci derece akrabalarıyla yakınlık kurdukları"* önermesini *Masterson yaklaşımı* farklı bir açıdan ele alır ve şöyle tanımlar: *"Şizoid birey, insanın varoluşsal olarak nesne (öteki kişi) arayışı içerisindedir ancak dış dünya ve oradaki insanlar ile bütünüyle yakın ve güvenli bir ilişki kurma arzusu ile dış dünyayla kullanılmadan veya zarar görmeden bir ilişki kurabilme deneyiminden yoksun olma ikilemi arasında sıkışmış bir haldedir."* Şizoid birey kendi iç dünyasında, dışarıda olası yakınlığı arzu ve hayal eder ancak; zarar görmeden kabul göreceği bir etkileşim ve zarar vermeden ya da yanlış anlaşılmaya yol açmadan kendini ifade edebileceği en ideal durumu oluşturabilmenin yollarını kendi zihninde aramakla meşguldür. Yani şizoid bireyler, dış uyaranlar ve etkileşimlere yönelik olarak aktif ve spontan tepki vermekten, dolayısıyla görünür olmaktan ürktüğü, daha çok kendi iç dünyasında (çoğunlukla Default Mode Network) yaşayan yani dış dünya ve iç dünyayı paralel iki evren gibi aynı anda deneyimleyen bireylerdir. Dış dünyada etkileşim içerisinde olduklarında bile yoğun bir şekilde ve hatta kendileri bile farkında olmaksızın daha aktif bir şekilde Default Mote Network alanları etkin olur. Bu durumu daha çok çift çekirdekli işlemci gibi tanımlarım. Şizoid bireylerin kendilerini tamamen dış dünyanın içine bırakmaları mümkün değildir

© EDA ÇIĞIRLI



çünkü kafalarının içindeki diğer işlemci sürekli olarak aktiftir. Dolayısıyla ne tam içte ne de tam olarak dışarda olabilirler; arada ve arafta olmanın boyutlarını deneyimlerler.

Şizoid birey için vereceği her bir karar, dış dünyaya kendini açık ettiği ve görünür olduğu alandır. Herhangi bir konuda fikrinizi söylemek, tercihinizi ya da isteğinizi söylemek, arzunuzu ve duygunuzu ifade etmek artık kendinizi dış dünyanın ve oradan gelebilecek tepki ve cevapların insafına bırakmak demektir. Dış dünyadan olumlu bir geri dönüş alma umudu olmayan şizoid birey için bu artık kontrolü kaybedip zayıf olmayı kabullenmek demektir ki en kaçındığı şey her ne olursa olsun zayıf görünmektir. Kontrol kaybı hissi, zayıf görünüp ötekilerin kontrolüne girme kaygısı yaratır. Çünkü şizoid birey için ilişkiselliğin yalnızca iki boyutu vardır: kontrol eden ya da kontrol edilen olmak.

Şizoid birey için aslında olumlu olabilecek geri dönüş, kendi kafasında oluşturduğu senaryolardan en çok tercih ettiği cevabı almaktır. Bu nedenle dış dünyada olagelen tek bir durum için bile kendi zihninde olası tüm senaryoları değerlendirip, kendi beklediği cevabı alabileceği mutlak bir yol bulmaya çalışır. Beklediği cevabı alamamak onu hazırlıksız yakalandığı ve kontrol edemeyeceği bir tartışma alanına düşürebilir. Şizoid bireyler için tartışma kaçınılması gereken bir şeydir çünkü bir uzlaşı ihtimalini öngöremezler.

Şizoid birey için zihinde öngörülmeye çalışılan, çoğunlukla en kötü olacak ihtimallerin önceden kestirilerek elimine edilme çabası olacaktır. Yani dış dünyayla ilgili herhangi bir konuda karar vermek demek binlerce negatif olgu ya da etkileşim matriksinin hesaplandığı devasa bir alana düşmek demektir. Vereceği herhangi bir karardan dolayı kötü hissetme olasılığına karşı, iç dünyasında olabilecek tüm kötü senaryoları süreçsel veya ilişkisel olarak canlandırıp kendi kontrolüne almaya çalışır. Dolayısıyla şizoid birey için kararsızlık, olası en kötü ve en iyi ihtimallerin değerlendirilme sürecinin mümkün olduğunca uzatılmasına kaynak sağlar. Şöyle ki; bir konu hakkında karar verene dek olası tüm seçeneklerle ilgili kontrol gücünüzü elinizde tutarsınız, ancak bir karar verdikten sonra o anda olası ve hatta daha sonra olma ihtimali olabilecek diğer tüm seçenekler üzerindeki kontrol hakkınızdan vazgeçersiniz. Karar vermek diğer seçenekler üzerindeki kontrol hakkınızdan vazgeçmektir.

Şizoid bireyler neden bu denli kör bir labirenti sürekli olarak içe doğru derinleştirir ve giderek dışarı çıkılamaz bir hale getirirler? Şizoid birey için en kaçınılması gereken husus, kontrolü dışında kötü hissetme ihtimalidir. Şizoid bireyler gelişimsel süreçlerinde duygusal olarak yeterli, varlıklarının görülüp duyulduğu, duygu ve bireysel varlıklarının merak edilip ifade edilmesine izin verildiği, duygularının kendisine tanıtıldığı, ailelerinin duygusal kapasitelerinin ve sosyal becerilerinin bir yaşam deneyimi olarak paylaşıldığı ortamlarda büyümemişlerdir. Fiziksel ve duygusal olarak ihmal edilmiş, çeşitli gelişimsel travma, ihmal ve hatta istismar deneyimi olabilen, yaşamda kendilerine rehberlik edecek, güven tesis edecek yetişkin dünyasından mahrumdurlar. Hem kendi iç dünyalarını ve duygularını hem de dış dünyayı ve oradaki deneyimleri korku ve kaygı ile tek başına deneyimleyerek hayatta var olmak zorunda kalmışlardır. Bu nedenle çoğu zaman kaybolmuş hisseder ve hatta gerçek yaşamda yön bulma sorunu yaşarlar. Hızlıca panik ve disosiye olma (dağılma) eğilimindelerdir; birçoğu anksiyetelerini sürekli hareket ederek veya konuşarak

bastırmaya çalıştıklarından hiperaktivite eşlik edebilir. Bu nedenle kendilerini çoğunlukla bir bulutun içinde ya da sis perdesinin ardında yaşadıklarını ifade eder, dış dünyadan gelen uyaranlara karşı aşırı hassas olurlar.

Kararsızlık şizoid bireyleri yoğun bir erteleme döngüsüne de sokar. Karar almak, inisiyatif kullanmak, kendini net olarak ortaya koymayı gerektirir. Ancak aldıkları ve uyguladıkları kararlar üzerinde bile analiz etmeye devam ederler. Şizoid bireyin en ağır cezası kendi içindeki yargıcıdır. Çünkü en iyi kararı almış olsa dahi diğer tüm kararlar gibi bu karar da analiz edilmeye devam eder ve kişi kendisine biteviye cezalar keser. Bu denli analitik düşünüyor olmaları birçok şizoid bireyi yaşamda oldukça kapasiteli ve işlevsel hale getirir ve birçoğu bu özellikleriyle yazar, bilim insanı, sanatçı, psikoterapist olabilirler. Ancak buna rağmen analiz-yargı döngüsünden kurtulamazlar. Bu nedenle de her şeyi mümkün olduğunca ertelerler. Ancak mecbur kaldıkları noktada, mecburen görev olarak yerine getirirler. Görev ve mecburiyet bağlamında yaptıkları eylemlerle bir yandan oldukça işlevsel ve sorumluluk sahibi olurken, öte yandan kendi bireysel duruş ve varoluşlarını saklarlar. Eğer bu kişilere bir görev verdiyseniz (şayet düşük düzey regresif bir şizoid yapı söz konusu değilse), bilin ki layıkıyla ve hatta fazlasıyla en iyi şekilde yerine getirilecektir.

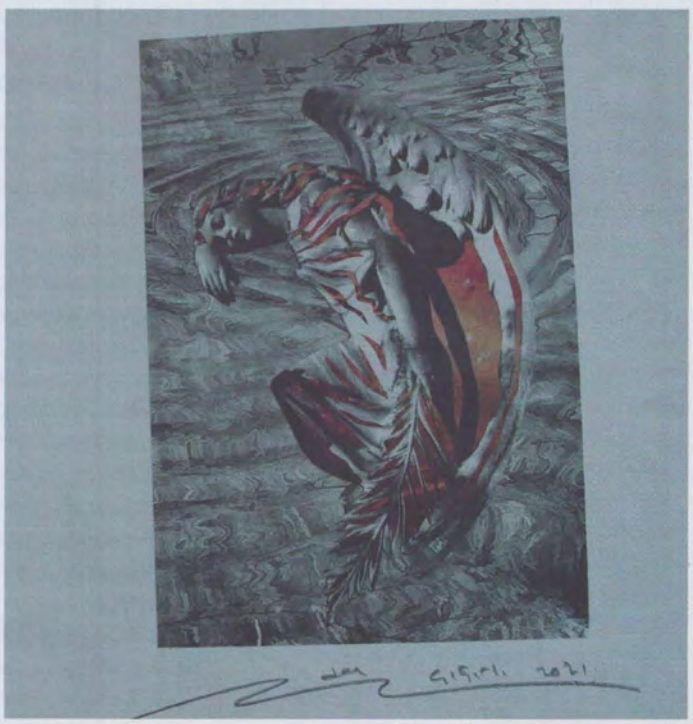
Şizoid bireyler, yakınlık ve yakın ilişkiler konusunda kararsızlık veya bir anda içine düşme gibi iki ayrı uç yaşarlar. Oldukça renkli fantezi dünyaları olan şizoid bireyler sevgiye ve yakınlığa duydukları yoğun özlem ve açlıkla kendilerini teslim edecekleri ötekinin arayışı içerisinde olurlar. Yakın hissettikleri en ufak yerde aşırı bağlanma, yaşanılan yakın deneyimlerin hiç tartışma ve uzaklaşma olmaksızın hep daha yakın ve ayrılmaz bir doğrultuda ilerleme hayali kurarlar. Sonsuz bir güven ihtiyacıyla her an güvensizlik duymak gibi iki uçta salınırlar. Şizoid bireylerin güveni güvensizlik hissi oluşturabilecek ilk hatta kadardır. Bundan sonra her şeyin detaylı analiz edildiği ve negatif ihtimallerin (günün sonunda ayrılığın) peşine düşüldüğü bir uzaklaşma ve kararsızlık süreci başlar. Tüm bu mekanizmalardan dolayı ayrılma kararı da veremedikleri için, ilişki içerisinde oldukları diğer kişinin ayrılmasını beklerve bu süreçteki tüm olumsuzlukları kabul etmek durumunda kalırlar.

Yazıyı yazarken bir yandan düşünüyorum da aslında şizoid bireylerin kararsızlık etrafında ödedikleri en ağır bedel, yaşamı kabul edememekle ilgili süreçleridir. Şizoid bireylerin çoğu kendini, duygularını ve canlılığını hayata katmakta kararsız olurlar. Hayatı, kendilerini, içinde bulundukları dünyayı, etrafındaki insanları, ilişkilerdeki bağları sahiplenemezler ve çoğunlukla köksüz ve bağsız hissederler. Yaşamı ve yaşamın içerisinde kendilerini canlı bir varlık olarak kabul etmek, günün sonunda her canlının kaçınılmaz sonu olan ölümü de kabul etmek demektir. Kontrolü dışında ölüm gerçeğini kabul etmektense, yaşamın kararsız kar taneleri gibi uçuşarak üzerinde eriyecekleri bir yerlere düşer, erir ve başka formlarda yokluğa karışırlar. Birçok Şizoid danışanım öldüklerinde bu dünyada isimlerinin kalmasını, mezarının bilinip ziyaret edilmesini istemediklerini ve hatta küllerinin yakılarak doğaya karışıp yok olmak istediklerini ifade ederler.

Şizoid bireyler, kararsızlık üzerinden varoluşsal bir karmaşa yaratarak sürekli bir gözlemci ve analiz alanında var olurlar.



© EDA ÇIĞIRLI



© EDA ÇIĞIRLI

© GÖKŞEN ERATA

Psikanalitik seans ve kararsızlık üzerine



İshak SAYĞILI

"...
İzledim onda ilk oluşumu sanki
Hafifçe kesilmiş gibi oldu dudağım bir yerinden.
İşledim payıma düşen her görüntüyü
Kamaştı gözlerim kıyıya varınca
Rüzgârın itişiyle kumlarda
Durmadan yer değiştiren
Sayısız siren iskeleti..."

Edip Cansever, "Ölü Sirenler", 1978

Bir yöntem genellikle ustalaşmış uygulayıcısına bir hareket yetkinliği kazandırır. Oysa psikanalitik yöntem klinisyene tam tersini dayatmaktadır; karar verme süreçleri içerisinde dilediğimiz gibi tekrar edilebilir bir algoritma sunmaz klinisyene.

Bu yazıya başlarken terapi sürecinde hastayı kuşatan kararsızlıklara odaklanmayı düşünmüştüm. Nihayetinde, daha seanslara başlama kararları bile ilginç süreçlerin sonrasında alınır ya da ertelenir, çevreden ulaşılan telefon numaraları bir süre saklanır ya da defalarca kaybedilir. Üstelik psikanalizin çağrısına kulak verenleri bekleyen belirsizlikler ve bu belirsizlikler karşısında ortaya her an çıkıveren çoklu karar ağaçları kararsızlığı ve kararlılığı sürekli iç içe geçirecektir. Ancak üzerine düşündükçe seansta bir terapist olarak beni (klinisyeni) kuşatan kararsızlıklar üzerine olan fikirlerim daha çok dikkatimi çekmeye başladı. Bir seansta yaşadığım kararsızlıklar konuşmak ya da susmakla, müdahalelerimi sınırlandırmakla ilgili değildi yalnızca. Anlama sürecimin kendisine de sıkı sıkıya eşlik eden bir süreç olarak kararsızlık seansta kendiliğinden işleyen bir araç gibiydi. Katıldığım grup çalışmalarında pek çok meslektaşımın da benzer deneyimleri aktardıklarına şahit oluyordum. Bu bağlamda psikanalitik çalışmayı ve düşünüşü kuşatan karar ve kararsızlık süreçlerini daha yakından irdelemeye karar verdim.

Bir yöntem genellikle ustalaşmış uygulayıcısına bir hareket yetkinliği kazandırır. Oysa psikanalitik yöntem klinisyene tam tersini dayatmaktadır; karar verme süreçleri içerisinde dilediğimiz gibi tekrar edilebilir bir algoritma sunmaz klinisyene. Esasında bu algoritmayı yalnızca klinisyenden değil, hastadan da esirger. Serbest çağrışım analitik seansın neredeyse değişmezlerindendir denilebilir. Roussullion (2016), günümüzde psikanalitik çalışmanın yaygınlığı ve çeşitliliği üzerine düşünürken bu kadar farklı psikanalitik yöntem ve klinik öneri arasında seans işleyişinden neyi dışlarsak çalışmanın psikanalitik hüviyetini kaybedeceğini düşünür ve psikanalitik çalışmanın olmazsa olmazının serbest çağrışım olduğunu öne sürer. Hasta serbest çağrışıma davet edildiğinde esasında gündelik karar verme algoritmalarının da dışına davet edilmiş olur. Ancak bu temel öneri klinisyeni de farklı bir dinleme usulüne taşıyacaktır. S. Freud, "Psikanaliz Uygulayan Hekimlere Tavsiyeler" (1912) metninde uygulayıcı klinisyenlere bu ikilemi şöyle aktarır:

"Bu usul herhangi bir özel yöntemin (not almak da dahil) kullanılmasını reddeder. Basitçe, kişinin dikkatini özellikle hiçbir şeye yöneltmemesinden ve duyduğu her şey karşısında aynı 'eşit şekilde askıya alınmış dikkati' (benim adlandırdığım gibi) sürdürmesinden ibarettir... Her şeye eşit dikkat gösterme kuralının, hastanın aklına gelebilecek her şeyi eleştirmeden ya da elemeden aktarması talebinin zorunlu karşılığı olduğu görülecektir. Eğer doktor aksi şekilde davranırsa, hastanın 'psikanalizin temel kuralına' uymasından kaynaklanan avantajın çoğunu çöpe atmış olur. Doktor için kural şöyle ifade edilebilir: Tüm bilinçli etkileri katılma kapasitesinden uzak tutmalı ve kendini tamamen 'bilinçdışı hafızasına' bırakmalıdır. Doktor kendisini, hastanın vazgeçtiği seçimin yerine kendi sansürünü koymadan, yorumlama ve gizlenmiş bilinçdışı

malzemeyi tanıma amacıyla kendisine söylenen her şeyi kullanabilecek bir konuma getirmelidir" (s. 111-112).

Bu alıntıda tarif edilen yönergede en ilginç tavsiyelerden birisi hekimin kendi sansür sistemini hastanınkiyle değiştokuş etmemesidir. Aynı yıl, yani 1912 yılı, Freud'un artık aktarım meselesini kuramın merkezine doğru taşıdığı yıldır; "Aktarım Dinamikleri Üzerine" metni bu yılda kaleme alınır. Bu ifade daha sonra "karşı aktarım" kavramının da gelişeceği temele işaret etmektedir. Freud esasında "Düşlerin Yorumu" (1900) metninden itibaren pek çok kez hastayı dinleme işinde terapistin/analistin bilinç sistemini değil, bilinçdışını kullanması gerektiğini öne sürer. Ancak bunun önünde ciddi bir zorluk vardır. Hastanın kendi bilinçdışı, kendi iradesi altında olmadığı gibi hekimin/analistin/terapistin kendi bilinçdışı da kendisinin iradi kontrolü altında değildir. Kendi sezgilerimize doğru kulak kabartmak iyi bir fikir olsa da "neden-sonuç" mantığıyla çalışan, zamansallığı gözeten algı-bilinç sisteminden farklı bir işleyişle karşı karşıya olduğumuz açıktır. Bu durumda klinisyenin iradi olarak kendi sansür/bastırma süreçlerinden kaçınması oldukça güçtür. Bu yönde dikkatin fazla arttırılması da yine paradoksal olarak bu sistemleri daha aktif hale getirecektir. Aşırı dikkat, dikkatsizliği garanti altına alacaktır.

Bunu Ortega y Gasset'in "avcı dikkati" ile birlikte düşünebiliriz. Gasset'e göre av sırasında pür dikkat kesilen, birazdan ateş edeceği çalılıklardan dikkatini bir an bile ayırmayan avcı, az sonra kuşlar havalandığında panikleyecek ve ateş edemeyecektir. Oysa, bir yandan ıslık çalan, rahat olan ve pek de çalılıklarla ilgilenmiyor gibi duran avcı, kuşlar havalandığında doğrudan hedefi vuracaktır. Bu tarif kaygı atağı yaşayan pek çok kişinin deneyimiyle de örtüşmektedir. Acemi bir şoför, her şeye dikkat etmeye çalıştığı için kaza yapacaktır. Dolayısıyla, seansta kendi bilinçdışının bozucu etkilerinden kaçınmak için dikkat kesilmek tam tersi bir etki yaratacaktır. Bu noktada en güvenilir araç, zamansal olarak seansta olan bitenler üzerine düşünülebilecek bir ardıl alanın varlığı olacaktır; yani daha yalın bir ifadeyle "sonraki seans". Türkiye'de psikanalizin gelişimine önemli katkılar sunmuş isimlerden birisi olan Yoram Hazan, bir çalışmanın psikanalitik olabilmesi için sonraki seansın gerekli olduğunu dile getirmiştir. Seansların sürüyor olduğu ve çalışmanın bu seansla kısıtlı olmadığı fikri esasında seansta olan biten her şeyin düşünülebileceği bir ardıl alan fikriyle, şimdi burada sürmekte olan seansın içindeki basıncı da azaltacak ve düşünmenin önündeki engelleri azaltacaktır. Dolayısıyla çalışmanın şimdiyle kısıtlı olmadığı fikri yalnızca bir erteleme sahası sunmayacak, şimdi çalışmayı mümkün kılacaktır.

Kararsızlıkla başa çıkabilmek için riskli (klinisyenin kendi sansürünü aktive edici) sistemlerden kaçınmanın bir diğer yolu ise yansızlık (nötralite), perhiz (abstinans) ve anonim kalmaktan oluşan, psikanalitik seansın çerçevesine ilişkin temellerin sağlam çatılması olabilir. Bu araçlar çalışmanın içerisinde gerçekleşen yoğun etkileşimlerde kaynağın kime ait olduğunu takip etmeyi kolaylaştıracaktır. Psikanalitik çerçeve pek çok farklı koşul ve gereksinime göre uyarlanabilir olsa da her çalışmanın içerisinde bu esasların yine de belirlenmesi gerekecektir. Hatta bu değişkenlik yalnızca farklı koşullar, farklı tanı grupları ya da farklı hastalar arasında değil, tek bir çalışmanın içerisinde bile değişken olabilir. Klinisyenin görevi böyle değişikliklerin ne oranda esneklik, ne oranda taviz olarak görüleceğin belirlemek ve bu temelleri hastanın yararını gözetecek biçimde çalışmanın içerisinde tutmak olacaktır. Belirtileri hızlıca ortadan kaldırarak, hastaya acil bir rahatlama sunma görevinden geriye doğru bir adım atan klinisyenin böylesi saptamalan yapabilme şansı artacaktır.

Ancak, psikanalitik düşünüşte "klinisyenin kendi sansürü" üzerine düşünüş meselesinde en önemli araç karşı aktarım kavramının hem kuramsal hem de klinik olarak değerinin artması olmuştur. Melanie Klein (1952), "Aktarımın Kökenleri" makalesiyle bu dönüşüme önemli bir katkı sağlamıştır. Seansta yalnızca söylenenleri



© GÖKŞEN ERATA



© GÖKŞEN ERATA

değil, olup biten her şeyi aktarım-karşı aktarım dinamikleri içinden düşünür ve seansta olanların tamamı anlamında "toplam durum (total sitiuation)" ifadesini kullanır. Hasta ve klinisyen artık iç içe düşünülecektir. Winnicott'un ünlü "bebek diye bir şey yoktur, yalnızca anne-bebek bir bütün olarak vardır" ifadesi analitik seanstaki çift için de sıklıkla kullanılmaktadır. Bu denli iç içe geçen bir çiftin düşünüşünde klinisyenin kendi bilinçdışını yalnızca bir irdeleme aracı gibi kullanamayacağı, seansta yaşanan pek çok deneyimin parçası da olacağı açıktır. Belki de bu yüzden Winnicott, analistin temel görevinin seansta sağ olmak olduğunu söylemektedir. Bu noktada karşı aktarım artık hastaya karşı bilinçdışında tetiklenen süreçler değil, doğrudan hastanın aktardıklarıyla manipüle olan bir yaşantı olarak ele alınacaktır. Heinmann ve Klein arasındaki görüş ayrılıkları burada önemli bir ayrıma getirir bizleri. Heinmann'a göre bu yaşantılar, doğrudan hastanın geçmiş figürlerini anlamak için bir araç olarak da kullanılabilir. Klinisyenin şu anda hissettiği güçlü edimler (acıma, öfke, sevgi vb.) bir zamanlar hastaya karşı birilerinin hissettiği bir duygunun da tekrarı olarak görülebilir. Bugün psikanalitik işleyişte karşı aktarım üzerine düşünüş özellikle *ana akım* psikanaliz içerisinde elzemdir. Ana akım ifadesini eklememin sebebi Lacancı psikanalizin karşı aktanmı çalışma süreçlerine dahil etmemesidir. Bunun doğru ya da yanlış bir tercih olduğu yorumunu yapmadan, klinik karar verme süreçleri üzerine etkisine dair birkaç şey söylenebilir. Lacancı tekniğin parçası olan "kesme", seansın vaktinden önce de bitirilebilmesi ya da uzatılabilmesini tarif etmektedir. Örneğin, on sekizinci dakikada, hastanın anlattığı bir rüya sonrasında, çağrışımlarının aldığı yön ile Lacancı klinisyenin tek taraflı kararı ile seans kesilebilir ya da bir saatten daha uzun bir zamana bile uzayabilir. Oysa, ana akım psikanalitik görüş içerisinde çalışan analist böyle bir kararı aklından geçirdiğinde bunu karşı aktarımsal yükü nedeniyle yapıp yapmadığından emin olamayacağı için 45 dakikayla hem hastayı hem kendisini değişmez biçimde sınırlayacak ve tüm sapmaları düşünmeye, yorumlamaya uğraşacaktır. Dediğim gibi, hangisinin daha iyi olduğunu tartışmaktan öte karşı aktarım kavramının karar verme süreçlerine etkisini göstermesi açısından iki pratik arasındaki fark oldukça iyi bir düşünme sahası sunmaktadır.

Analitik süreçte klinisyen her zaman bir belirsizliğe ve bilinmezliğe karşı çalışmaktadır. Hatta yalnızca tereddütle sustuğu, dinlediği zamanlarda değil, konuştuğu zamanlarda da bu oldukça hissedilir olmaktadır. Ruhsal dünyadaki bir görünüm birden fazla nedensel ağa bağlıdır. Tıpkı rüyada olduğu gibi, her ruhsal görünüm bir yoğunlaştırmaya tabidir ya da tabi kılınmalıdır da diyebiliriz. Örneğin, hasta ilkokulda öğretmeniyle yaşadığı bir sahneden söz ettiğinde aktarımsal bir yorum mümkün olduğu gibi, erken çocukluğunda ebeveynleriyle ilgili bir ruhsal yüke ilişkin "genetik" bir yorum da mümkündür. Hatta aynı anlatı hastanın bugün sürmekte olan kendi romantik ilişkisindeki bir görünüme doğru ya da seksüel bir sahneye doğru da yorumlanabilir. Üstelik bu yorumlardan birisinin diğerinden daha üstün, daha doğru olduğunu göstermenin kolay bir yolu da yoktur. Nancy McWilliams, Winnicott'a ilişkin ilginç bir anekdot aktarır: Winnicott, bir sohbet sırasında, seansta iki nedenle yorum yaptığını, uyumadığını ve hata yapabileceğini göstermek için konuştuğunu dile getirmiş. "Bir Nesnenin Kullanımı" (1969) makalesinde de benzer fikirleri sunmuştur. Bu noktada iki kazanım göze çarpmaktadır: Öncelikle hata yapma kaygısının düşünme süreçleri önündeki ketleyici rolü

azalmakta, ikinci olarak da görünümlerin çoğul nedenlerine doğru düşünme olasılığı artmaktadır. Aslında önerilen Freud'un düş yorumlama tekniğinden farklı değildir. Düş yorumlarken de düşte dikkat çeken bir nesne hastanın dikkatine sunulur ve hastanın çağrışımları takip edilir. Baranger ve Baranger (2008), bu kazanımın önemini şu sözlerle vurgularlar; "*Analitik süreç için alandaki her bir şeyin ya da olayın aynı zamanda bir başka şey de olabilmesi elzemdir. Eğer bu temel belirsizlik yitirilirse, analiz de yok olur*". Bu durumda seans içeriğindeki herhangi bir malzeme tıpkı düş içeriğinde olduğu gibi sonsuz çeşitlilikte bir yorumsal ihtimaller dizisine bağlanır. Freud (1938), bir rüya yorumunun ne zaman hakkıyla tamamlanabileceği üzerine düşünürken bunun asla mümkün olmadığını da dile getirir, dolayısıyla analiz de bu anlamıyla hiçbir zaman bitmeyecektir. Analitik çalışmayı sonlandıracak şey işin bitmiş olması değil, iki tarafın bitirme üzerinde uzlaşması olacaktır. Çoklu belirlenimlerin bu çeşitlenmesi, klinisyen daha bir yoruma başlarken zihninde de sürmeye devam eder ve konuşmayı da tuhaf bir prozodiye doğru şekillendirir. Yorum cümleleri "acaba" ile başlar, "belki de" ifadesiyle sonlanır ya da cümleler yarıda bitiyor gibi havada asılı kalır. Nihayetinde, kesinliği sağlayacak olan, cümlelere özlenen noktayı sağlayacak olan hastanın çağrışımlarıdır. Analitik klinisyen yorumlarında çok iddialı olursa eğer her zaman haklı olmak gibi bir hataya da düşecektir. Böylesine kendinden emin bir analiz tüm yazı tura oyunlarını kazanacaktır. Her yazı geldiğinde analist kazanırken, her tura hastanın kaybetmesi anlamına gelecektir. Ne de olsa kibir tuzağına düşüldüğünde hastanın tüm itirazları direnç olarak görülecektir.

Kararsızlıklar analitik çalışmalara bir başka hattan da dahil olacaktır. Hastalar sıklıkla kendi yaşam olaylarında bazı kavşaklarda sıkışacak ve klinisyenin yardımını isteyecektir. "Hatırlama, Tekrar ve Özümseme (1914)" makalesinde Freud, hastaların psikanalitik tedavileri süresince böylesi önemli kararlardan kaçınmalarının en doğrusu olduğunu öne sürer. Ne var ki günümüzde psikanalitik çalışmalar Freud'un kendi çalışmalarına oranla hayli uzundur ve bazı kararları analiz sonrasına ertelemek, doğru kararlar almaya nadiren yardım etmektedir. Bu durumlarda bugün en çok tercih edilen hastayı onun kararsızlığının çalışılmasının bir parçası haline getirmek yönündedir. Freud'un salık verdiği yöntemin diğer bir riski, çatışmalı bir karar sürecinin sonraya ertelenerek çalışma sahasının dışına itilmesidir. T. Reik (1949), kariyer ya da evlilik arasında seçim yapmakta zorlanan bir hastasından söz eder. Hastanın kararsızlığı Reik'a kendi gençlik yıllarındaki süreçlerini ve sonrasında zaman zaman mesleğiyle ilgili yaşadığı kararsızlıkları hatırlatır. Bu düşüncelerle çıktığı bir akşam yürüyüşünde, aynı zamanda bu kararsızlık yıllarındayken hocası da olan Freud'la karşılaşır. Freud'a hastasını anlatır. Freud, karar süreçlerine ilişkin kendi yaşam deneyiminden bir örnek verir:

"İkincil önemde bir karar almak söz konusu olduğu zaman, lehte ve aleyhte olanı tartmakta her zaman yarar gördüm. Ama eş ya da meslek seçimi gibi hayati sorunlarda, karar bilinçdışından, içimizdeki bir yerlerden gelmelidir."

Freud'un anekdotu ilginçtir, çünkü tam tersinin doğru olması, yaşamında kontrollü olmayı merkezi önemde gören biz insanlar için daha uygun olabilirdi. Ancak bu tarif Freud'un kendi determinizm anlayışına da uygundur. Psikanalitik literatürde, psikanalitik kavrayışın deterministik görüşe yakınlığı ya da uzaklığına ilişkin pek çok farklı görüş bulmak mümkündür. Olayları neden-sonuç hattı üzerinden kavramaya yatkın olan her kuram gibi psikanalitik kuram da determinist bir düşünme hattı sunar, ancak bu belirlenimler daha önce de belirtildiği üzere çoğuldur. Dolayısıyla, psikanalizin çoklu bir determinizme sahip olduğunu düşünmek gerekir. Bu yolla determinizm ve psikanalizin sunduğu belirsizlik durumu iç içe düşünülebilir. Psikanalize ilişkin düşünüşünün daha en başında bu izleri görmek mümkündür. "Günlük Yaşamın Psikopatolojisi" (1901) metninden uzun bir alıntıya yer vereceğim.

"Bilindiği üzere birçok kişi, bir özgür iradenin var olduğu yönündeki bir kanaat duygusunu öne sürerek, eksiksiz ruhsal gerekirciliğin var olduğu varsayımına karşı çıkarlar. Bu kanaat duygusu vardır; ve bir gerekircilik (determinizm) inancı karşısında boyun eğemez. Her normal duygu gibi, kendisini var edecek bir şeyinin olması gerekir. Ancak gözlemleyebildiğim kadarıyla, kendisini istencin büyük ve önemli kararlarında dışa vurmaz; böyle durumlarda duyduğumuz duygu, daha çok bir ruhsal zorlama türünden bir duygudur ve kendi adımıza bu duyguyu uyandırdığımıza seviniriz. ('Burada duruyorum: Başka bir şey yapamam.') Öte yanda, özellikle önemsiz, 'fark etmez' dediğimiz kararlarda başka türlü davranabileceğimizi öne sürmek isteriz: özgür -ve yönlendirilmemiş- irademizle hareket ettiğimizi söylemek isteriz. Bizim çözümlememize göre, özgür bir irademizin var olduğu yönünde bir kanaat duygusuna hakkımız olup olmadığını tartışmak gereksizdir. Bilinçli ve bilinçsiz yönlendirme arasındaki ayrım dikkate alınmazsa, kanaat duygumuz bize bilinçli yönlendirmenin (motivation) bütün devimsel kararlarımızı kapsamadığını söyleyecektir. De minimis non curat lex (yasa, önemsiz şeylerle uğraşmaz). Ama bir tarafın özgür bıraktığı, itici gücünü diğer taraftan, bilinçdışından alır; ve böylece ruhsal alandaki gerekircilik, gene de hiç boşluk bırakmaksızın gerçekleştirilmiş olur."[*]

Önemli kararlarda bilinçdışı süreçlerin daha aktif oluşu, bu süreçlere eşlik eden duygulanımsal yükün fazlalığıyla ilişkilidir. Yani neyin büyük karar, neyin küçük karar olduğunu bu süreçlerin bağlı olduğu duygulanımsal yük belirlemektedir. Bu yazıda, daha önce de belirtildiği üzere, nötralite ya da abstinans gibi klinisyenin yükünü dengeleyici araçların ne denli önemli olabileceğini bir kez daha farklı bir yoldan düşünebiliriz. Nihayetinde, psikanalitik klinisyenin belirsizliğe alan açmasının, karar verme süreçlerine olumlu katkı yapacağını da söylemiş oluyorum. Belirsizlikle başa çıkmanın kötü yolları bilgiye fazla bel bağlamak, belirsizliği inkâr etmek ve kendi bilinç süreçlerine fazla bel bağlamak olacaktır. Bu nedenle analitik klinisyenin hastayla geliştirdiği çalışma sahasında oyuna açık olması önemlidir; ancak, bu oyun alanına kazanma iddiasıyla giren bilge (bilgiç) bir klinisyen karikatürüne dönüşme riski asla azımsanmamalı, kararlı görünümlerden öte kararsızlığa, kuşkuya alan açılmalıdır.

[*] Freud, S. (1901), "Günlük Yaşamın Psikopatolojisi", çev. Kapkın, E., Üçüncü Basım, Payel, İstanbul, 2012, s. 282-283

Kararda ve kararsızlıkta

Ölüm bizi ayırana dek



Özlem AKKEL

Karar vermek yaşamak demektir; kararsızlık cansız yanımızla flörtleşmek. Karar vermek yeniden doğmaktır. Her seferinde yeniden atılmak seçtiğin dünyaya.

Dünyaya bir defa fırlatıldık. Nereden, ne ile, hangi amaçla, nasıl bir anlamla, hep sorguladığımız ve belirsizliğimizde, zaman zaman hiçliğimizle, çoğunlukla dünyevi bir yerlerden tutunarak kalmaya çalıştık. Bu kalmalar dalgalı. Bir dolu duygu yüklü. Anlamsız. Absürd. Diğer taraftan bize ait. Başka türlü var olmayı bilemediğimiz bir yerden. Her birimizinki şahsımıza münhasır. Tutunduğumuz dallar, ağaçlar, toprak, su bize ait. Diğerinden farklı belki. Ama tutunmak ortak. Seçim hakkı sunulmamış bir dünya. Kim karar verdi doğumumuza? Nasıl bir evde, mahallede, hangi kırsalda, şehirde büyüdüğümüze. Orası kader. Varoluşçu anlamda. Seçim hakkımızın olmadığı yer. Hangi anne baba, aile, değerler, öğretiler, kültür, dili seçtiğimize kimler karar verdi? Birilerinin seçimlerinin sonucuysak, peki ya onlar nerelerden geçtiler? Yüzyıllar boyu süren nasıl bir döngünün içinde kendimizi anlamaya ve sonra yeniden var etmeye çabalıyoruz? O döngüler içinden kendimize nasıl yeni döngüler yaratıyoruz? Nietzsche bengi dönüşten bahsediyor. Sanki umut vadeden bir ilerleyiş gibi. Oysa o döngüler, baştan sona aynı dönüşler tam da tutsaklığımız oluveriyor. Belki de seçiyoruz o tutsaklığı. Çünkü aynı kalan hep güvenli. Doğumumuzdan itibaren yaptığımız ilk seçimler, sunulan döngüleri devam ettirmek olabilir. Yeni olan hep belirsiz ve kaygılı bir yerde. Geleneği sürdürmek kolay. Atalarımdan aldığım meşalenin yandığını biliyorum. Peki ya ben yeni bir tanesini yakmak için elimdekini bıraksam? O döngüden çıksam? Orası hiçlik. Ve özgürlüğün başlangıcı olabilir. Tabii ki kaygının da. O ki katlanamadığımız en güç duygu. Varoluşsal kaygılar. Her birimizin ruhunda derin ateşler yakan. Uçsuz bucaksız bir kazan gibi, kaynamakta. Kaynayıp kaynayıp seçim yapmaya zorlamakta. Zorlantı ve sıkışmışlık öyle yoğun olabiliyor ki gitmek istiyorsun, kalmak istiyorsun, kalırken orada iyi olmak istiyorsun, kazan kaynamaya devam ediyor. Arzularına göre seçimler yapabilecekken artık arzulamadığın bir iyi oluş için bakman gerekebiliyor. Çünkü her seçtiğin seni iyi



© FİLİZ DENİZ

yapmaz, seçmediklerin de öyle. Odak noktası "iyi" olmak da değil belki. Yol uzun. Yaşam. Aradığın şeyi yaratman önemli.

Dilemek ve istemekle başlayıp seçim ve sorumlulukla devam eden bir süreç: karar vermek. Sonu ise canlılık ve özgürlük. Karar vermek, dilemek ve eyleme geçmek arasındaki köprü. Rollo May "sevgi" ve "istenç" kitabında, dilek, "geleceğin şöyle şöyle olmasını isteyişimizin kabulüdür, içimizin derinliklerine uzanıp kendimizi geleceği değiştirme özlemiyle meşgul etme kapasitesidir" demiş. May, dileğin istençten önce geldiğini, önceden bir dilek olmaksızın hiçbir anlamlı eylemin olamayacağını bize hatırlatmaktadır. Karar vermek, kendini bir eylemin akışına adamak demek.[1]

Kierkegaard'ın seslendiği bir yerden, yolun sonundakini bilmeden yola inanmak, iman etmek bizi canlı kılar. Akışta olmak, ona güvenmek, olanla kalmak, kabul etmek, seçimlerinin sorumluluğunu almak yetişkin olmanın ta kendisidir. Diledikten, isteyip seçim yaptıktan sonradır ki başlar kendine ait olan. Arzularını takip etmek her zaman çok kolay olmasa da çok doğru bir akışa götürür. Tüm zincirlerimizden kopsak nereye giderdik sorusunun cevabını bulmak önemli; varoluşçu açıdan tam da arzu dediğimiz şey budur diye geçer kendin olmanın dayanılmaz hafifliğinde. Ve şöyle devam eder: Arzumuzla temas halinde olduğumuzda, Kierkegaard'çı açıdan gerçekten iman edebileceğimiz, kendimizi adayabileceğimiz, Nietzsche'ci açıdan âşık olabileceğimiz, Heidegger'ci açıdan da sahip çıkabileceğimiz seçimler yapabiliriz. Seçimlerimiz sonuçlarıyla gelir.[2] Zaten o sonuçlara katlanmanın ta kendisidir kaçışlarımızın nedeni. Lakin, ne yazık ki öyle ya da böyle o sonuçlardan kaçınmanın bir yolu yoktur. Seçmediğimiz her an da bir sonuca maruz kalma ve sorumluluğunu almakla mükellefizdir.

Varoluşsal olarak seçim, alınan karan sahiplenmek demektir. Varoluşçu psikoterapide beceriler kitabında şöyle bahseder: Aslında varoluşsal olarak bir soru vardır; hayatı ve eylemlerimizin sonuçlarını sahiplenecek miyiz? Yoksa onlardan kaçınarak onları inkâr mı



edeceğiz? Sahiplenmek, hayatla daha çok ve daha tutkulu bir temasa yol açarken, inkâr etmek ise temasın azalmasına, eylemlerin, seçimlerin ve hayatın gerçekte yaşanmadığına dair bir kandırmacaya kendini inandırmaya ve kötü giden şeyler için başkalarını suçlamaya yol açar. İnkâr etmek aynı zamanda hayata dair her şeyin dışında kalmaya da yol açabilir.[3] Karar vermek sorumluluk almaktır. Ve bazen bu sorumluluğu üstlenmemek adına kararları hep başkalarına bırakırız. Kararın yapısında bulunan varoluş acısından kurtulmak için kararı kadere, hava durumuna, başka bir kişiye yükleyebiliriz. Başka etmenlerin, birilerinin verdiği kararlara maruz kalmak, hayatına almak mı, seçim yaparak kendi hayatının sorumluluğunu almak mı? Üzerine düşünmek kıymetli. Herkes kendi hesabına yaşar. Alınan her karar bir eylemdir. Samuel Beckett'in "Godot'yu Beklerken"i yarıda kesilen kararlar abidesidir. Karakterler düşünür, plan yapar, bunu kesinleştirir, fakat karar vermezler. Oyun şu konuşmayla sona erer:

"Vladimir: Gidelim mi?

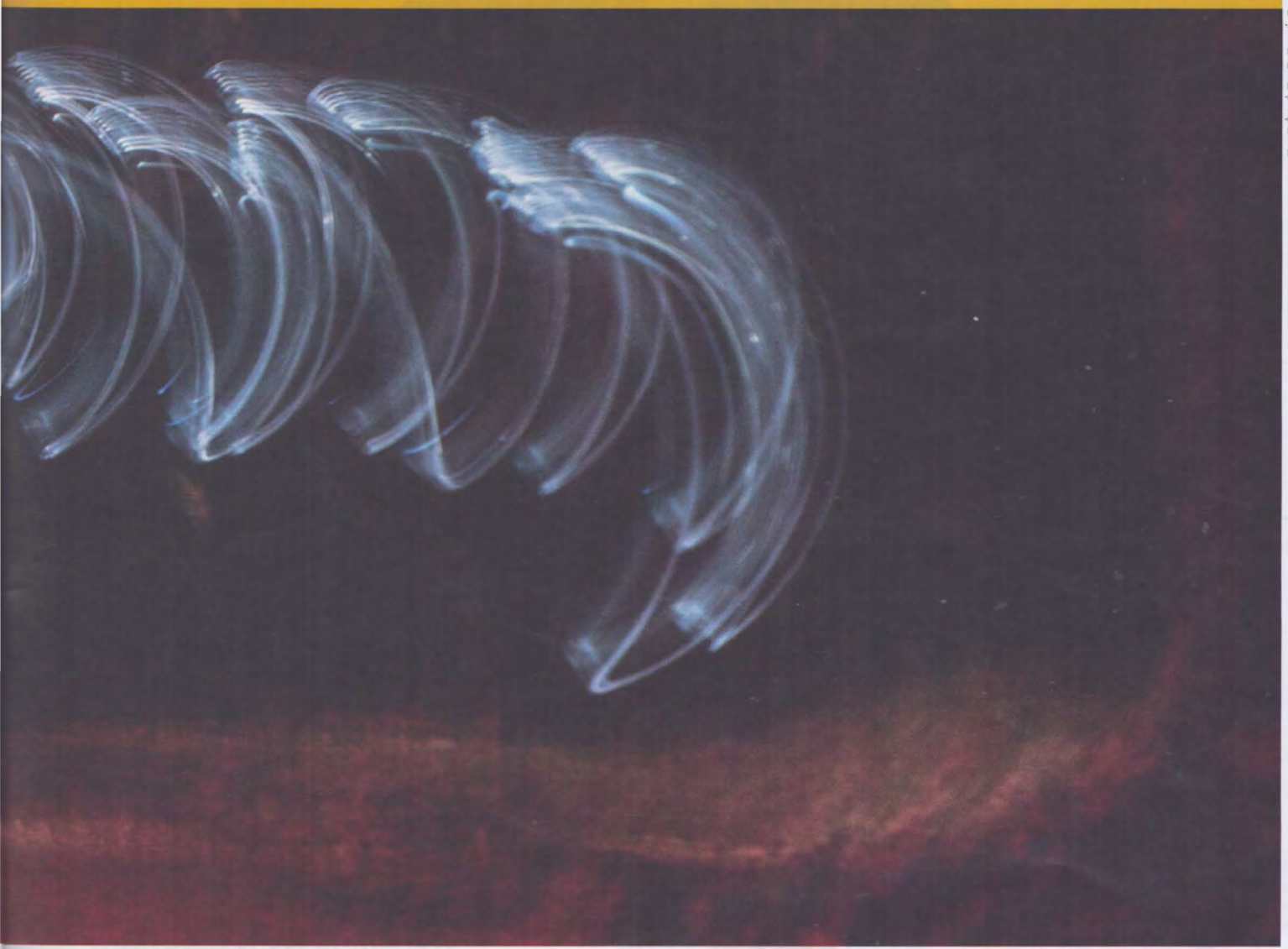
Estragon: Gidelim.

Sahneleme talimatı: Kimse kıpırdamaz."[1]

Yol ayrımına geldiğinde birini seçmek zorundasın. Aksi halde orada kalarak ilerleyemezsin. Bazen bu hayati bir seçim de olabilir. Her yeni kararla kendimizi ve yolumuzu yeniden yaratırız. Kendini yeniden yaratmak demek, canlı kalmak demektir. Yaşadığını hissetmek. Duyularının açık ve anda olması demek. Herkes kenarda köşede kişisel gelişim çılgınlıklarına kapılırken neyi arıyor sanıyoruz? Hep kendimizi bulmak tüm meselemiz. Oysa asıl olan kendimizi anbean yeniden yaratmamız.

Woody Allen'ın filmi "Suçlar ve Kabahatler"in sonunda filozof şöyle der:

"Hepimiz hayatımız boyunca acıveren kararlar ve seçimlerle yüzleşiriz. Bunlardan bazıları daha büyük ölçeklidir, bazıları ise daha küçük ama kendimizi yaptığımız seçimler üzerinden tanımlarız. Aslında bizler bu seçimlerin toplamıyız." Bunun anlamı, yaptığımız her şeyi bir şekilde seçmiş olduğumuzdur. Hatta bir seçim yapmamak bile bir seçimdir. Ve bunun bile bir sonucu vardır.[3]



© FİLİZ DENİZ

Bazen tüm o terapi seansları boyunca danışanların ne yapacağını bilmeme haliyle geldiğini biliyorum. Onca seçenek arasından birini alıp kendine çekmeme. Ne yapmalıyım sorusunun cevabını başka birilerinden duymaya bırakma. Tüm o karar veremeyişlerin, bilemeyişlerin, seçemeyişlerin arkasında duran dileyemeyişler. Kendinin nasıl olmasını istediği halini dileyemeyiş. Nasıl bir eşle, evle, işle, hayatla... Üzerine hayal kuramadığımız her şey uzakta bir boşlukta sallanmaya mahkûmdur. O hayal kuramayışların arkasında da bir dolu yaşantı, korku, umutsuzluk olabilir. Belki de her dileyemeyişimiz ve isteyemeyişimizin ardında hayal kırıklıklarına karşı da koruyoruzdur kendimizi. Ya da yeni alınan her karar belirsizliğe göz kırparken, düşmemek adına yaşadığı kaygıyla alamadığı her karar belirsizliğin dipsiz kuyularına savurur. O sebeple hayat absürddür. Belirsizlikten kaçarken oraya düşeriz. Boşluktan kaçtıkça kapılırız. Hiçlik burnumuzun ucundadır her daim. Sonra döner dünyamıza bir çocuğun başını okşarız. Dünya güvenlidir. Kendimizden çıkıp uzandığımız o hunharca kalabalıklar içimizden çok daha güvenlidir. Bize cesaret edemeyeceğimiz olasılıkları dayatarak güven verirler. Seçim haklarımızı elimizden alarak. Varsa bile kalbimizdekileri yontarak, eğip bükerek, kendine uydurarak güven sağlar bu dünya. Sonra kendimizi arar dururuz o kalabalıklarda.

Karar vermek yaşamak demektir; kararsızlık cansız yanımızla flörtleşmek. Karar vermek yeniden doğmaktır. Her seferinde yeniden atılmak seçtiğin dünyaya. Artık nihayetinde sen seçmişsindir yeniden doğmayı. Bu seni Tanrı yapmaz belki ama kudretli bir hükümdar yapabilir. Kendi hayatının hükümdarı.

Kaynakça

[1]Yalom, Irvin D., Varoluşçu Psikoterapi, İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 1999.

[2]İçöz, Ferhat J., Kendin Olmanın Dayanılmaz Hafifliği, İstanbul: Doğan Yayıncılık, 2020.

[3]Deurzen, E. V., Adams, M., Varoluşçu Danışmanlıkta ve Psikoterapide Beceriler, İstanbul: Aletheia Kitap, 2017.



Yersiz yurtsuz bir yerden denizlere açılmak



Tuğba KURT ULUCAN

Sahi siz yerleşebildiniz mi yerinize? Basit gibi gözüken, cevabı zor, zaman tahayyülü olmayan bir soru bu. Belki de insanın yaşamı boyunca bilinçli-bilinçsiz kendine sorduğu bir soru olarak hep başucunda duracak bir cevap arayışı da... En azından benim için öyle... Anne bedeninden sonra toprağa değen ayaklarımızın üzerine doğrulan bedenimizi nereye yerleştirsek diye düşünürken, cevap bulamayışlarımızla sürekli karşı karşıya kalmalarımız... Orası, burası, şurası derken, herhangi bir yerde "daha mutlu olma" ihtimali üzerinden kurulan düşlerimizin içine girip bir süre dinlenmelerimiz... Dinlenirken de yeni düşlere, yeni yerlere uyanmalarımız... Düş içinde düşler uzayıp giderken, düşleri tutmaya çalışıp, içine bakıp anlamaya çalışmalarımız. Ne çok şey çıkıyor düşlerden derken sıkılıp rafa kaldırmalarımız düşleri... Ve her birimiz tüm bunlarla "düşlerimizin"

"Dünyada her yere birileri başka bir yerlerden gelmiş durumda. Göçmenleri sadece yanlış savaşlar değil yanlış seçimler de yaratıyor artık. Yeni bir kavimler göçü. Vizigotlar, Ostrogotlar değil kuşkucular, tedirginler. Zamanla anlarlar, kimse kimseden çok farklı değil artık..."

Tuğba Doğan, "Nefaset Lokantası"

Nasıl ki bir embriyoya rahim gerekliyse, bedenleşen bizlere de doğrulmak için bir zemin/mekân gerekiyor. (...) Yerleşme, yerleşmeme, gitme, gidememe kararsızlığının ardında insanın kendine bir türlü yerleşememe meselesi var. Öyleyse insan ancak kendine yapacağı yolculukla kavuşabilecektir yerine/kendine.



içinden bambaşka şeyler çıkarıp yaşamaya devam ediyoruz. Ancak düşlerimizde bir ortaklık da söz konusu, işin özünde hepimiz hem "terra" yani toprağa hem de "territory" yani ait hissettiğimiz bir toprağa, bölgeye olan ihtiyacımızla zamanın bir yerinde baş başa kalıyoruz. Nasıl ki bir embriyoya rahim gerekliyse, bedenleşen bizlere de doğrulmak için bir zemin/mekân gerekiyor çünkü. Tabii doğrulmak deyince çoğumuzun aklına, yetmeyeceğini de sezerek hemencecik fiziksel yeterlilik geliyor. Ancak mekânın uygunluğu ve bu mekânda doğrulabileceğimize, ayakta kalabileceğimize olan inancımızın da tüm bu doğrulma sürecine olan etkisinin farkında değil miyiz? Farkındayız. Gözlemim o ki özellikle bu zamanlarda, bu inancı içimizde bulmaya veya başka yerden almaya yahut da bu inancın gökten zembille inmesine vs. oldukça ihtiyaç duyuyoruz. Peki, gökten inmesini bekleyenler bekleyedururken, biz beklemeyenler olarak el yordamıyla nasıl kavuşacağız bu inanca?

Yerleşme mevzusu söz konusu olunca ait olacağı "yeri" bulacağına dair insanın bir inanç geliştirmesi zor ve zahmetli bir iş olarak görülüyor. Muhtemelen de öyle. Çünkü illa ki bu inancı geliştirmek için köklere yani geçmişe dönmek, oradan çıkanları hatırlamak ve anlamak, bunlar üzerinden de kendiliği yeniden yapılandırmak gerekiyor. Yani bayağı uzun bir süreç. O nedenle de insanlar içlerinde böyle gitme, gidememe, yerleşme, yerleşememe gibi hisleri duymaya başladığında hemencecik "bir kaçış çizgisi" belirleyip gidiveriyorlar ya da iç kararsızlıklarıyla oldukları yerlere çakılı kalıyorlar. Tabii insan da düşünmeden edemiyor bu uçurup götüren, çakılıp bırakan meseleyi... Bir sürü sorular sormaya başlıyor zihin... Acaba yerleşecek yer olarak mekân ne demek oluyor insanlar için; ya da insanın var olacağı ve doğrulabileceği bir mekânının fiziksel tanımlamalarıyla birlikte bu mekânın insanlar üzerinde hissettirdiklerini nasıl anlayabiliriz? İnsanın doğduğu ülkesinin, şehrinin, kasabasının, dilinin, dininin vb. oluşturduğu hisleri nereye, nasıl yerleştirdiklerini ya da nasıl yerleştiremediklerini anlamaya çalışmak oldukça katmanlı bir serüven, bitemeyen uzun bir yol, içi basan karanlık bir mahzen gibi değil mi? Ve benzeri sorular...

İşte ben de tüm bu soruların cevaplarını düşünen, merak eden bir zihin olarak dolanırken tesadüfen aldığım bir kitapta, bir roman karakterinin hikâyesine dahil oldum. Ve Tuğba Doğan'ın "Nefaset Lokantası" adlı romanını açar açmaz da Gazeteci Salih ile tanıştım. Romanın ana karakteri Salih, yersiz yurtsuz hissinin öteden beri tanıdıklığıyla bir yerlere, bir şeylere yerleşmeye çalışan, bazen çakılan bazen kaçan bir insan olarak karşıladı beni. Kitabın açılışı da bir ay önce, on altı yıldır çalıştığı gazeteden kovulmasının ardından *Türkiye'yi terk edip Rio de Janeiro'ya yerleşme kararı alan* Salih'in yıllardır müdavimi olduğu Nefaset Lokantası'nda, neredeyse ailesi haline gelen lokanta sahiplerinin düzenlediği *"veda yemeğiyle"* oldu. Devamında da Salih'in gitme, gidememe, yerleşme, yerleşememe meseleleri üzerinden derinleşen birçok sosyolojik, psikolojik temaya değen bir romanın içine daldım. Yazar, Salih'in bilinç düzeyindeki fiziksel gitme isteğinin ardını,



© AGIM SULAJ

düşünsel anlamda azınlık gibi hissettiği ve aitlik sorunsalıyla iç içe geçtiği vatanından gitmek olarak ifade etti en başta. Ancak sayfalar ilerledikçe Salih'in asıl meselesinin "geçmişe gitme, kendini çözme ve yeniden kurma" arzusuyla geri dönüp onu bekleyen donmuş hikâyesini çözmek ve canlandırmak, canlandırdığı hikâye üzerinden de kendiliğini güvende hissedeceği bir zeminde doğrultmak ve ayakta tutmak olduğunu gösterdi bana. Bu sürecin başlangıcına da önemli bir öteki olarak Nihan (Salih'in sevgilisi), mekânsal ötekiler olarak birçok "yer" ve elbette geçmiş zaman eşlik etti. Ve birçok farklı yer üzerinde hem zihinsel hem de ruhsal olarak bolca gezinirken bulduk Salih'i... Bu kısımları okurken Salih'e vatanından uzakta olmak mı yoksa Nihan'la olmak mı iyi geliyor karar veremedim ama tam da bu temaslarda kendiyle olan karşılaşmalarına, yakınlaşmalarına tanıklık ettim. Dünyanın bambaşka yerlerinde bambaşka hislerle, farklı mekânların yarattığı duygulanımlarla, eşlik edici bir ilişkiyle dolanmak ne iyi geldi Salih'e. Romandaki bu dolanma ve dolaşma kısmının anlatımı ilgimi çekmişti, alıntıladım sizin için:

Salih ile Nihan:

"Prag'daki ilk günlerinde takip ettikleri adamın peşinden sinemaya girdiler.

Lizbon' da genç bir kadını takip ederken, kendilerini şehir kütüphanesinde buldular.

Roma'da bir ergenin peşinden atari salonuna gidip saatlerce oyun oynadılar, onunla birlikte sokak arasındaki bir büfede patatesli pizza yediler, metroya bindiler ve onun yaptığı gibi kulaklıkla müzik dinleyerek hiç inmeden saatlerce ileri geri gidip geldiler.

Barcelona'da bir adamın peşinden bitpazarına gittiler.

Viyana' da takip ettikleri adam onları bir müzeye götürdü; meğer burada güvenlik görevlisi olarak çalışıyormuş.

Başka zamanlarda da takip ettikleri insanların peşinden sayısız yere gittiler."

Bu fiziksel yolculuklar ve dolanmalar simgesel anlamıyla aslında bize çok şey söylüyor. Salih Nihan'ın eşliğinde hem başka bir ilişkiye hem de başka yerlere düşleminde yerleşirken kendi ruhsallığını izliyor diye düşündüm. Başka bir ifadeyle tüm bu ziyaretler Salih'in kendi içine doğru yaptığı, kendine yakınlaşma, kendinden kopma ve kendini yeniden bulma serüveni gibi. Yazar bu kısmı kitapta şöyle ifade etmişti:

"Her yolculuk mekânda değil asıl olarak zamanda yapılır. Salih'in arzusu geriye dönerek baştaki anı kalıcı yapmış, hatırlama, geçmişi değiştirerek geri dönmüştür."(Tuğba Doğan, "Nefaset Lokantası").

Ve belki de tüm bu serüvenin sonunda Salih, örselenmiş aidiyet duygusunu onaracağı, köksüzlüğüne çare bulacağı merhemi bulacaktı. Bulduklarıyla da ait olduğu yerden/topraktan/mekândan dışarı çıkarak, geçmişinden ayrışarak kendinden yeni bir Salih'i psikolojik olarak doğurmayı başaracaktı belki. Bilemiyorum... Ama bu meseleye ister psikolojik doğum ister felsefi olarak "deterritorialization" (yersizyurtsuzlaşma) hareketi olarak bakalım, sonuç bizi aynı yere götürür diye düşünüyorum. Doğumumuz itibarıyla içinde bulunduğumuz sistem, bizi yamuk farkındalıklarla, bize ait olmayan düşüncelerle yerliyurtlulaştırmış olsa da yerleşkemizin dışına hareket edip "yersizyurtsuz" olmayı göze alıp kendi varoluşumuzu özgünlüğümüzle beraber tekrar kurabiliriz. Ve bu sefer de kendimizi ait hissedeceğimiz "yere" varıp yeniden-yerliyurtlulaşmayı becerebiliriz

diye düşünüyorum. Dolayısıyla yerleşme, yerleşmeme, gitme, gidememe kararsızlığının ardında insanın kendine bir türlü yerleşememe meselesi vardır diyebilirim. Öyleyse insan ancak kendine yapacağı yolculukla kavuşabilecektir yerine/kendine. O nedenle de simgesel bir dolaşma olmadan fiziksel dolaşmalar istediğimizi tam olarak vermeyecektir bize... Ama çoğu insan da Salih gibi bekliyor olabilir hayatlarını bir gün değiştirecek yeri, şeyi, sevgiliyi, işi vs....

Tuğba Doğan bu mucizevi bekleme halini şöyle geçirmişti romanın satırlarında:

"Birazdan pılımı pırtımı toplayıp bir yere gidecekmişim de her şeyi orada halledecekmişim, yaşamaya orada başlayacakmışım gibi şimdi ve burada sadece bekledim. Sanki bir istasyonda bir durakta hep bekledim, bekliyorum. Otobüs gelecek, bineceğim, bir yere gideceğim, her şey orada başlayacak. Beni gerçek hayatımın başlayacağı yere götürecek bir araç, -tren, gemi, uçak ne olursa- mutlaka gelip beni alacak. Benim hayatım bu değil, olamaz. Bir gün bir şey olacak, bir şey kökten değişecek ve gerçek hayatım başlayacak, ben de onu yaşayacağım, yaşarken de diyeceğim ki hah işte buydu. O zaman bütün eylemsizliklerimin, tereddütlerimin, kelimelere dökülmemiş muhteşem görüşlerimin, içimde sır gibi tuttuğum heveslerimin, vermediğim müjdelerimin, dilemediğim özürlerimin, inmediğim yokuşların, edip de dönmediğim vaatlerin bir açıklaması olacak. O gün şimdiye kadar katılamadığım bütün davetlere en erken ben icabet edeceğim, tadına bile bakmam zannettiğim bütün yöresel yemekleri yiyeceğim, bu yeni hayatta ben daha az düşünen, daha çok yapan bir ben olacağım. Etraftakilerin ha Salih mi o şöyle şöyle biridir diye beni tariflemekte kullandıkları birçok fikirleri olacak, mesela Salih telefonlarını çalar çalmaz açmaz, müsait olduğunda geri arar, o şimdi meşguldür muhtemelen ya da telefonunun sesini hep kapalı tutar duymamıştır gibi ya da Salih böyledir işte randevularına en aşağı yarım saat geç gelir biz onunla buluşacağımız zaman bunu hesaba katarız diyecek beni çok tanıyan biri daha az tanıyan bir başkasına ve o kişi de bundan rahatsız olmayacak hatta böyle özellikleri'min olması hoşuna gidecek ya da Salih kahvesini sütlü ve iki şekerli içer çayına da süt koyar İngilizler gibi diyecek biri bu türden beni ben yapan ve herkesin malumu olan bazı hususiyetlerim olacak. Bana dair bu detaylar hem çok kesin ve hem de çeşitli olacak pek çoğu bir arada olacak ve bunlar birleştiklerinde beni ben yapacak beni yani Salih'i o gerçek hayatımdaki esas Salih'i bu özelliklerim kimseye de dokunmayacak çünkü bunlar beni ben yapan şeylerdir ve insanlar birini gerçekten sevdiklerinde onu olduğu haliyle kabul ederler." (age.).



Ne ilginç değil mi, şimdi her şeyi özetledi bu satırlar... Görülen o ki Salih'in beklediği araçlar onu bir yere götürdü ama bu yer, fiziksel değil zamanda yapılan yolculuğun kavuşturduğu simgesel bir yerdi. Bu simgesel yer her birimiz için var. Mühim olan gidip de bulamadıklarımıza kendimize varıp ulaşabilmek... Ancak o zaman başka bir fona ve forma geçebiliriz. Temennim gördüğümüz ışığı takip edip ruhsallığı okuyabilelim, yeni bir dil kurabilelim içimizde. İşte o zaman, belki yeniden yerleşebiliriz doğrulabileceğimiz mekâna/içimize...

"Luminus ışık demektir."

Kaynakça

Doğan, T. (2023), "Nefaset Lokantası", İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Kararsızlık SIZISI



Sevcan KARAKDÇ

Kararsızlık: Kararsız olma durumu, ikircik, ikirciklik, ikirciklilik, ikircim, ikircimlik, tereddüt; sürekli değişme eğiliminde olan, sık sık değişen şeyin niteliği (TDK).
Sızı: Hafif ve ince ağrı; ruhsal açıdan acı (TDK).

Kararsızlık acıdır, acıtır ama öte yandan da bir yaşama uğraşıdır. Yanlış seçimin hayal kırıklığını yaşamaktansa... (...) Doğum ile ölüm arasında sıkışmış, iradeli insanın güvenli bir istasyonudur kararsızlık.



© HATİCE MÜLAZIMOĞLU

En sona bırakmıştım. Tüm satırları tamamlayınca yazının başlığından bir türlü emin olamamış ve "karar verememenin dayanılmaz ağırlığı" diye başlık atacakken bir şüpheye düştüm, açtım internetten baktım. Eyvah o da ne! Daha önce bu başlıkta yazılmış pek çok yazı varmış! O zaman bu ilk cümleleri doğrusu yazı bitince yazdım: İşte böyle sayın okuyucu; siz karar verene kadar aslında iş içten geçmiş olur, ne yapmalı veya nasıl yapmalı diye düşünürken, karar verememe sancısı çekerken aslında tercihlerinizin çoktan elenmiş olduğunu görürsünüz; ya da karar verme sürecine girmeden önce yeterince bilgi edinmez ve araştırmazsanız, boşuna uzar sonuca varmanız. Karar vermenin anksiyeteyi tetiklediği, geleceğin belirsizliğinin kaygılandırdığı şüphesiz gerçekken, her zaman şüphede kalmak ise korkutucudur hatta delirticidir. Kararsızlık sızısıyla günler geçirir ve geceler boyu düşüncelerle savaşırken bir bakarsınız sizin yerinize birileri karar vermiştir veya artık gündem değişmiştir. "Hayat siz planlar yaparken başınıza gelenlerdir" der John Lennon. Oysa siz başka bir şarkıcıdasınızdır ve hâlâ Bülent Ortaçgil'den "Olmalı mı Olmamalı mı" dinlemektesinizdir... Sanki dünyayı derinden etkileyecekmiş gibi en basit günlük kararınızda bile zihin felci geçirebilirsiniz. Hatta bir felçmiş gibi ilk defa bir nörolog da "patolojik kararsızlık" diye hastalık tanımlar: aboulomania (irade yokluğu, bkz. Wikipedia).

Karar verme, olmazsa olmaz yaşam becerilerinden birisidir. İnsanı hayvanlardan ayıran temel bilişsel faaliyetlerdendir "irade". Ne istediğini bilmek ve varsa ona göre seçim yapmak ya da karar alıp değiştirmek gibi bazı mental açıdan kişiyi zorlayan özgürlükler ve beyinde bununla ilgili donanım -gelişmiş bir prefrontal korteks- var. Sadece mutlak doğru karar verme değil, doğru zaman, doğru yerde verilen kararlar hayatta kalmayı sağlar. Yaşamsaldır ancak ruhsal sıkıntılara da kaynaktır. İrade çıkmazı-kararsızlık herkesin başına gelse de, bunun sürekli olması ve bireyin işlevselliğini etkilemesi tek başına bir hastalık gibi tanımlanmasa da patolojik kararsızlık pek çok mental bozuklukta görülür. Örneğin sınırda (borderline) kişilik bozukluğunda daha kararsız duygudurum ve ilişkiler söz konusuyken ve kendi içinde de

kararlı bir kararsızlık emosyonel durumken, mükemmeliyeçilik, kaygı bozuklukları ve obsesif kompulsif bozukluk gibi durumlarda bilişsel anlamda yaşanan kararsızlık bireye acı verir. "En iyi" karara gitmeyi hedeflerken yerinde sayar birey. "Tam doğru" seçenek hangisidir bilemez. *"Çünkü bana en iyiler arasında olmak yetmiyordu, en iyi olmak ya da kimse olmamak istiyordum, böylece vazgeçtim"* ("Bitik Adam", Thomas Bernhard). Kendine güvenememe, her seçeneği ayrıntılı analiz etme, gereksiz uzun karar verme süreci, kararlarında başkalarına bağımlı olmak, karar sonrası işlevsiz davranışlar (örneğin yeniden sorgulama) anksiyöz ve obsesif kişilik özelliklerindendir.

Depresyon ise sürekli karar verememe ve erteleme ile gider ve tam tersi, süreğen kararsızlık da depresyona sebep olur. Öte yandan varoluşsal anlamda birçok seçenek arasında tercih yapma özgürlüğünün olması ve sorumluluk almaktan kaçınmanın doğasıdır kararsızlık. İstek ve ihtiyaçlarının ne olduğundan emin olamamadır. "Keşke irade olmasaydı" demeye kadar varabilir. Reşit olmadıkları için çocuklar, geçmişte/günümüzde köleler ve akıl hastalarının önemli karar verme hakları elinden alınmıştır. *"İnsanın olanaklarına, planlarına ve duygularına önce önyargılar, görenekler, güçlükler ve her türden kısıtlamalarla, tıpkı bir delinin sırtına deli gömleği geçirilmesi gibi, sınırlar konulması gerekir, belki ancak bundan sonradır ki insanın ortaya koyabilecekleri kök salabilir, değer ve süreklilik kazanabilir."* ("Niteliksiz Adam", Robert Musil).

Kapitalist düzenin de etkisiyle kararsızlık sızısı artar. Aslında küçük bir mahalle bakkalındaki alışveriş, geniş bir süpermarketteki alışverişten daha kolaydır. *"Yaşamın amacı alışkanlıktı, rahatlıktı. Çoğunluk çabadan, yenilikten korkuyordu. Ne kolaydı onlara uymak!"* ("Aylak Adam" Yusuf Atılgan). Belki ulaşım kolaylığını ve konforu dışlarsak, internette kısıtlı seçeneklerden ürün almak daha tercih edilebilir bu nedenle. Tüketicilerin karar verme sürecini düşünür pazarlayanlar. Hatta kararsızları bile tespit ederler: "Sepetinde bekleyen ürünler var" mesajı ile karar veremeyen ve daha önce alamayanları zaman zaman dürter. Akılcı, sezgisel, bağımlı, kaçıngan, spontan, dürtüsel, kaderci, boyun eğici, erteleyici, kendine eziyet edici, plan yaparak, sezgisel ve donup kalarak karar verme gibi gruplama yapmış araştırmacılar. Edebiyatçılar da irade ve karar vermeyi ele alırlar. *"İnsan biraz olsun düşünecek oldu mu, bir ölçüde de olsa her kafadan bir ses çıktığını görür... Hedefe hiçbir zaman düzenle, serinkanlı düşünmekle, karşılaştırmalarla ve sınamalarla varılamaz; çözüm, bir şimşek, bir ateş, bir sezgi, bir sentez olmalı!"* ("Niteliksiz Adam", Robert Musil).

Nörobiyolojik olarak elverişli de olsa insan sosyal olarak hazır değildir karar almaya. En temeli öyle bir evde yetişmişizdir... Adı günlerce konulamayan çocuklar vardır ya da aile karar veremez, üç isim birden verilir. Yıllardır bir türlü evlenemeyen çiftler veya ayrılamayan eskimiş ilişkiler vardır. Memnun olunmayan, şikâyet edilen ama değiştirilmeyen işleri vardır evdekilerin. Yeni bir karar almaktansa en güvenli liman mevcut düzendir. Emin olmamız istenir her şeyden. Yanlıştan korkarız, oysa üç yanlış bir doğruyu sınavlarda götürür. Gerçekte ise günahımızla sevabımızla bütün varoluşumuz sürer. Aşırı kontrolcü veya müdahaleci evlerden çıkar karar alamayanlar, bağımlı karar alanlar. Sorumluluktan korkup kararsız kalırlar. *"Kaçtınız demek. Kaçılır mı hep. Bu tedirginlik yaşanır mı boyna. Bilinmeyenin tedirginliği... Hepimiz korkağız. Korktuğumuz için severiz; korktuğumuz için yaşarız; korku yüzünden öldürürüz. En kötüsü kısa sıkıntılardan korkarız."* ("Aylak Adam", Yusuf Atılgan). "Mantıklı ol, yüreğini dinle, artıları ve eksikleri değerlendir" gibi popüler söylemler karar verme sürecini kolaylaştırmak için geliştirilen stratejilerdir. Kişi bazen neyin daha iyi olacağını bilse bile adım atıp karar veremez, "basireti bağlanır". Hatta öyle ki nasıl yaşayacağını düşünmekten, yaşamdan korkar ve kaçınır. Mental donakalır. İntihar nedenidir sızlatan kararsızlık, yaşamına son vererek artık bir karar verir.

Kararsızlık acıdır, acıtır ama öte yandan da bir yaşama uğraşıdır. Yanlış seçimin hayal kırıklığını yaşamaktansa, bir an önce sonuca varmaktansa hayallere tutunmak, donakalmak ve bekleyedurmak yani umutlanmaktır. Henüz seçemediğimiz tercihler, bir türlü yönüne karar veremediğimiz yollardır kararsızlıkla gelen. Güzel günlerin geleceğini bekleyerek günü geçirmektir. Doğum ile ölüm arasında sıkışmış, iradeli insanın güvenli bir istasyonudur kararsızlık. *"Düşüncesizce bir şey yapmadan önce iyi düşün... Mademki mutluyuz, beklemeye devam"* ("Godot'yu Beklerken", Samuel Beckett).



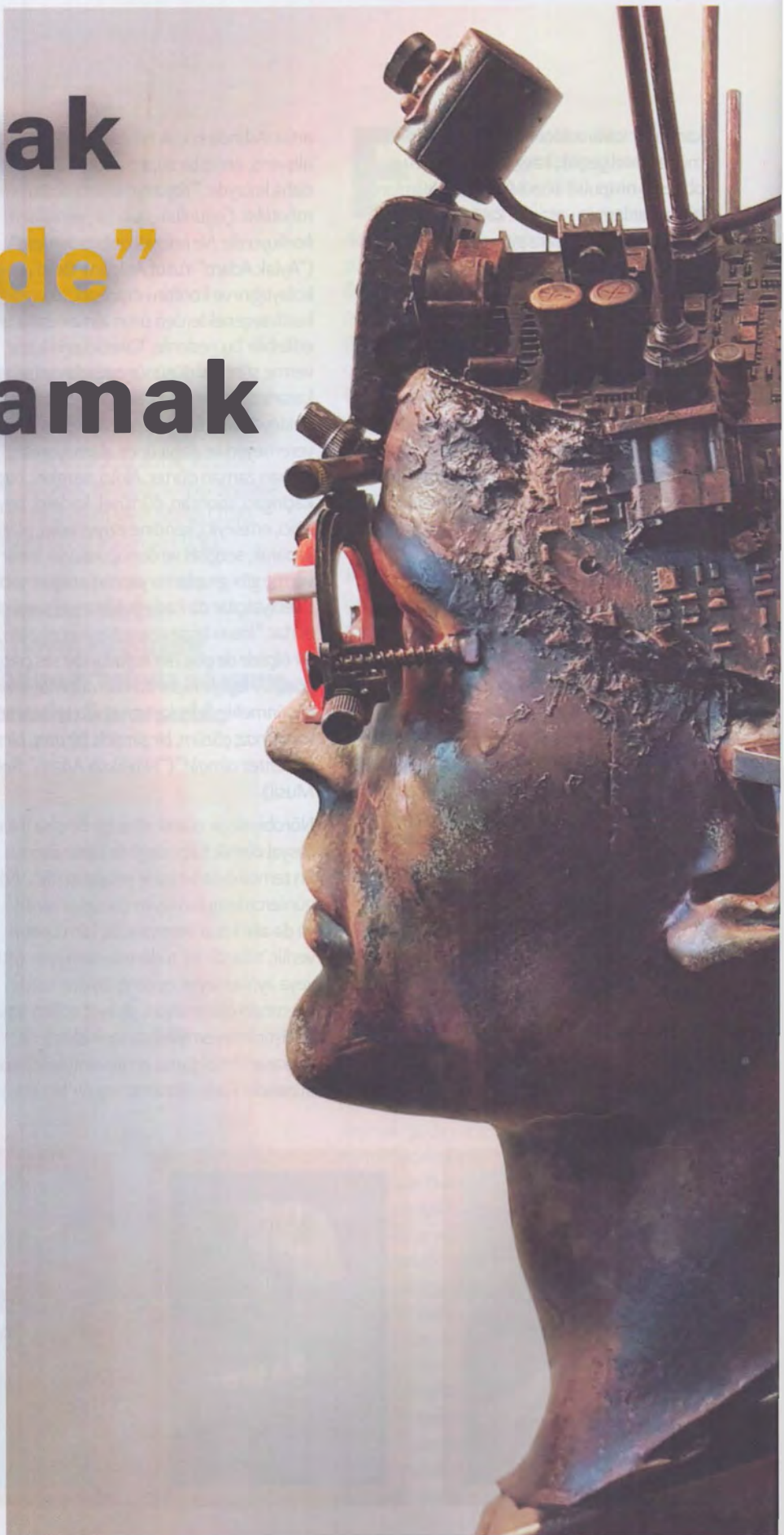



© HATİCE MÜLAZIMOĞLU

Olmak "ve de" olmamak



Şengül KIYAK

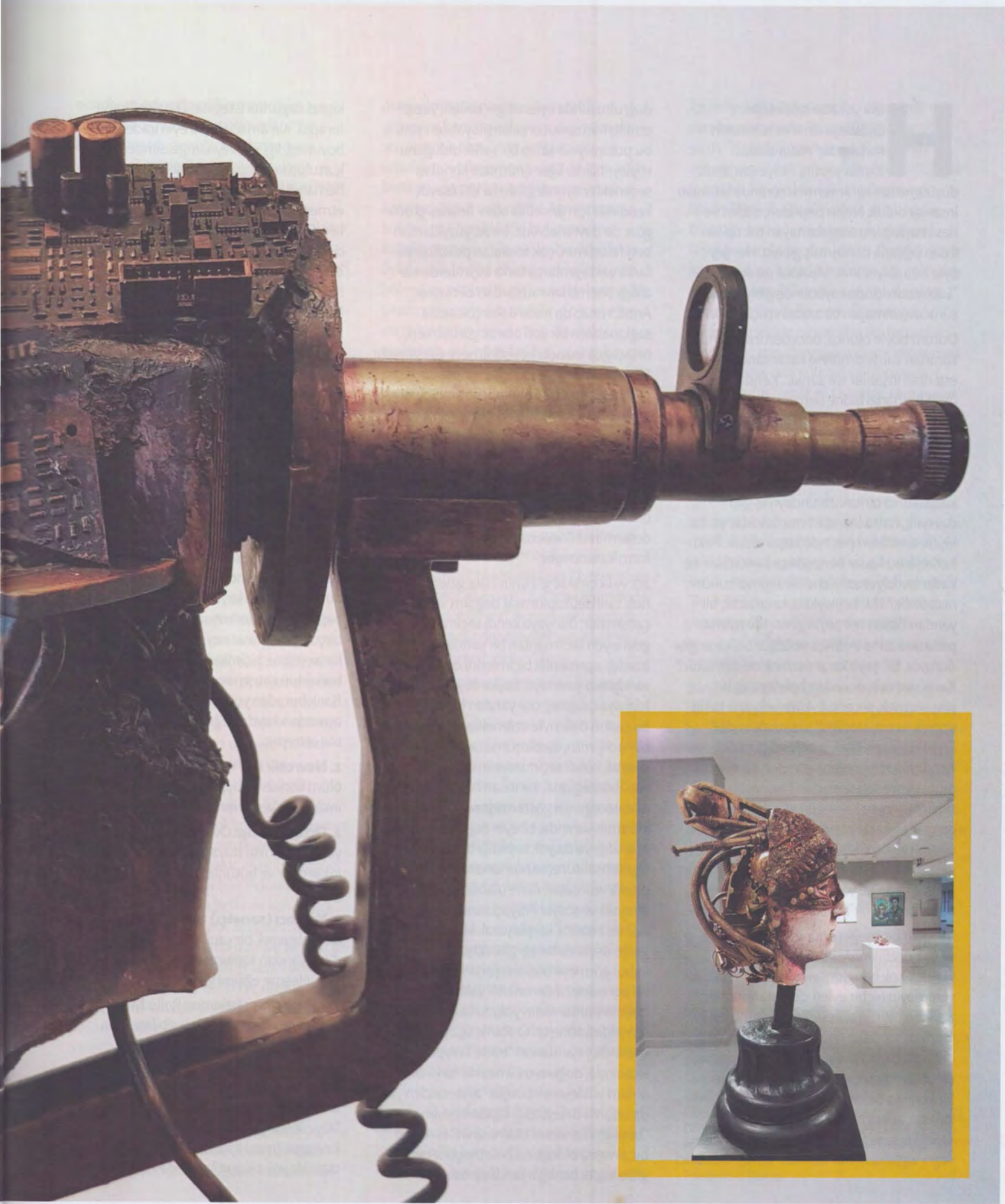


"Karar alma kabiliyetini her geçen gün azaltan yalnızca yapılan ve söylenen şeylerin ağırlığı değil, aynı zamanda yaptığımız ve söylediğimiz şeylerin başkaları tarafından kişiliğimizi inşa etmek üzere kullanılmasıdır."

J. P. Sartre

Önceden insanların kararları vardı, şimdiyse karar sandıklarına esir olan insanlar var. Kendimize değil herhangi birine benzemek, onun gibi görünmek, algılanmak, onun tarafından kabul görmek ya da sevilmek için karar veriyormuş gibi yaşar olduk. (...) Peki herkese bu kadar benzedikçe kendimize ne kadar benziyoruz?

© UĞUR ÇALIŞKAN



Hızla yol alan teknolojinin, dijitalleşmenin ve tüketimin karşısında, "Aldın aldın... Yaptın yaptın..." diye çarçabuk, düşünmeden karar vermek zorunda bırakılan insanlar olduk. Neyin peşinden, neden ve nasıl koştuğunu sorgulamayan tek tip bir insan yığınına dönüşmüş gibiyiz. Her şey öyle hızlı akıyor ki A. Maalouf'un dediği gibi: "Labirentin içinde kaybolmuş gibiyiz, adeta sürücüsü olmayan bir arabanın içindeyiz."

Durum böyle olunca, önceden insanların kararları vardı, şimdiyse karar sandıklarına esir olan insanlar var sanki... Kendimize değil herhangi birine benzemek, onun gibi görünmek, algılanmak, onun tarafından kabul görmek ya da sevilmek için karar veriyormuş gibi yaşar olduk. Standart beğenilerimiz, seçimlerimiz, iyilerimiz-kötülerimiz olmak zorundaymış gibi davranır, hatta standart mutluluklar ya da kişilik özellikleri peşinde koşar olduk. Peki herkese bu kadar benzedikçe kendimize ne kadar benziyoruz? Kendilik algımız bunun neresinde? Hal böyleyken, kararsızlık, bir yandan bizleri her şeyin gerisinde tutma pahasına daha insanca ve özgür bir karar gibi duruyor. Bir şeye karar vermek ne demektir? Karar vermek, önceden belirlenmiş bir şeyi seçmek, seçene öykünmek, onu taklit etmek, onun istediğini yaşamak mıdır? En yakınımızın bizden beklediği midir? Kendimize benzeyene yönelen bir eylemle onun getireceği sonuçları karşılayabilmek midir? Öyleyse karar gibi gözükenlerle gerçekten karar olanların ayrımına varmak önemli ve bu da felsefi bir sorgulamayı gerektiriyor. Tam burada filozof J. Buridan'ın "özgür irade"ye yönelik kullandığı "eşek metaforu"na bir bakalım:

"Aç olan bir eşeğin önüne eşit mesafede ve eşit özelliklerde iki balya yem konur. Eşek hangisini yiyeceğine karar veremeyip hiçbir eylemde bulunmaz ve açlıktan ölür." Yani eşeğin özgür iradesi yetmez, mutlaka onun için bir eylemde bulunması, harekete geçmesi gerekir. Bir anlamda seçim yapmamız gereken bir konuda beklemek veya eylemsiz kalmak adeta ölümle eşdeğerdir. Bu örneği insana uyarladığımızdaysa, insanın, özgürlüğünün farkında olan bilinçli ve bilinci doğrultusunda eyleme geçebilen, yapıp-ettiklerinin sonucunu karşılayabilen yani bu potansiyele sahip bir varlık olduğunu söyleyebiliriz. Eğer önümüze konulan seçenekler aynı değil de farklı olsaydı, kendimiz için öncelikli olanı belirleyip ona göre de davranabiliriz. İrade, yüzyıllardan beri felsefenin, çok sonraları psikolojinin farklı yaklaşımlarca farklı biçimlerde ele aldığı önemli kavramlardan olmuştur. Antik Yunan'da irade daha çok akılla sağlanabilen bir yeti olarak görülürken, ortaçağda inançla kesiştirilmeye çalışılmıştır. Elbette bu değişimde insanın insana egemen olma biçimlerinin ve araçlarının etkisi büyüktür. İradenin belirlenmiş ya da önceden belirlenmemiş, özgürlükle ilişkisi olup olmadığı konusunda pek çok felsefi görüş ortaya atılmış, modern çağın deneyci ve olgucu yaklaşımlarıyla birlikte bilim felsefesinin de etkisiyle daha çok determinist (nedenselci- belirlenimci) bir form kazanmıştır.

20. yy.la birlikte görünür hale gelen hızlı tarihsel/toplumsal değişim ve çatışmalar; dünyaya kendi seçimiyle gelmeyen biz insanları bir yandan istediği egemenlik biçimlerini dayatarak varlığımızı yutmaya, başka deyişle nesne kılmaya çalışmış, öte yandan bir şekilde bu çarkın dişleriyle ezilmek zorunda olmadığımızı, varoluşumuza sahip çıkarak kendi seçimlerimizi özgürce yapabileceğimizi, bir insan olarak özne olabileceğimizi göstermiştir. Birçok farklı kuramın yanında, bireyin özgürlüğünün atlandığı ya da yok sayıldığı böylesi bir toplumsal süreçte hümanizm, insan odaklı ve insanın özne olabildiği, insanın bireysel ve sosyal ihtiyaçlarını daha eşit, adil ve insanca karşılayarak kendini gerçekleştirebileceği gibi düşüncelerle kabul görmeye başlamıştır. Psikolojide de yer edinen hümanistik yaklaşım, insan iradesini anlamanın yolunu bu düşünsel temelden almıştır. O. Rank, 1929-1931 arasında yayımlanan "İrade Terapisi" adlı kitabında, doğum travmasına farklı bir anlam yükleyerek bireyin "annesinden ya da onunla özleştirdiği kişiden ayrılmasının", "benliğin kendisini bulmasının" evrensel bir simgesi olduğunu belirtmiştir. Rank'a göre irade, benliğin farklılaşması ve kişisel özgürlük isteğidir. O halde "irade terapisi"nin amacı da, bireyin iradesine boyun eğdiği ebeveyn imgelerinden kurtulup kendi eşsiz bireyselliğini herhangi bir suçluluk duymadan kabul etmesini sağlamaktır. Nitekim, insanın kendi seçimlerini yapabilmesi ancak diğerinden ayrışarak bağımsız bir özne olabilmesiyle mümkündür. Diğerine bağımlılık, muhtaçlık ya da modern kölelik, karşımızdaki kim ya da hangi sınıf olursa olsun, bizi seçim yapamayan edilgen ve kendine yabancı varlıklar haline getirmektedir. Seçim yapabilme özgürlüğümüz sayesinde herhangi bir konuda karar verebilir ya da vermeyebiliriz. Rank'ın ifade ettiği önemli ayrıntılardan biri de, insanın çoğu davranışının yaşam ve ölüm korkusu arasındaki bir çatışmanın sonucu olduğudur. Yaşam korkusu ayrılık, yalnızlık ve yabancılaşma korkusudur. Doğum travması da sıcak ve güvenli hissedilen anne rahminden ayrılmanın korkusudur aslında. Ölüm korkusu ise bir bütünün içinde kaybolma ve diğerlerine bağımlı olma korkusudur. Yaşadığımız birçok çatışma ve neyi nasıl yapacağımıza karar verme biçimlerimiz de bu iki korkunun çatışması gibi düşünülebilir. Rank buradan yola çıkarak, kararlarımız açısından kayda değer üç kişilik tipinden söz etmiştir:

1. Nevrotik tip: Yaşam korkusundan çok ölüm korkusu duyar, bireyleşme eğilimini inkâr eder ve ayrılma eğilimi gösterir.

2. Ortalama tip: Ölüm korkusundan çok yaşam korkusu duyar, bireyleşme eğilimini inkâr eder ve bütünle birleşme eğilimi gösterir.

3. Yaratıcı (sanatçı) tip: Bu iki korkuyu dengeleyerek bir yandan bireyleşme diğer yandan toplumun geri kalanıyla bütünleşme eğilimi gösterir.

Varoluşçu terapistlerden Rollo May, bir insanın "ben varım" diyebilmesinin dışında, "olmak ve de olmamak" ifadesindeki "ve de"nin, varlıksızlığın da varlığın bir parçası olduğunu anlayabilmesinin öneminden söz eder. "Kişinin var olmanın ne demek olduğunu kavrayabilmesi için, var olmayabileceği, olası bir yok oluşun kıyısında yürümekte

olduğu ve gelecekte bilinmeyen bir zamanda ölümün geleceğinden hiçbir kaçış olmadığı gerçeğini de kavraması gerekir." O halde, "varlık ve yokluğun birlikteliğiyle, hem kendi bireyselliğini hem de diğeriyle bütünleşebilmeyi yeterince dengeleyerek karar verebilme yetisi" olarak sentezleyebileceğim "irade" kavramının, bunu deneyimlemek için gereken eylemleri içeren "özgürlük", bu gerçekliğimizle geçerli olan "seçim" ve tabii ki sonucunda gösterilmesi gereken "sorumluluk" ekseninde varoluşsal bir süreci içerdiğini söyleyebiliriz. Seçemediğimiz durum, kişi ya da koşullar konusunda karar vermemiz söz konusu değildir elbette. Ailemiz, doğum yerimiz, kültürümüz, milliyetimiz vb. gibi... Öte yandan seçemediklerimiz ise, hele ki bizim gibi insana verilen değerin, anlamın, özellikle de özgür düşünce ve eylemin baskılandığı toplumlarda kader değil, keder gibidir.

İnsan canlısı olarak belli bir yaşa kadar diğerine bağımlı olmak zorundaysak da sonrasında ayrışabilir, bir birey olarak bağımsızlaşabiliriz. Seçimlerimizi özgürce yapabilir, bunun için harekete geçebilir ve kendimize özgü anlamlar oluşturabiliriz. Ondan sonra "Bunu yapmak zorundaydım istemesem de..." dediğimiz çoğu şey aslında o ayrışmayı, bağımsızlığımızı kazanabilme potansiyelimize rağmen onu yapmaktan çeşitli nedenlerle kaçınmaktır. Bu yürüyebilme ya da konuşabilme becerisine uygun bir gelişim döneminde, fizyolojik hiçbir engel olmadığı halde yürümemeye ya da konuşmamaya benzer. Bazen diğerinin kararı kendi kararımız olur. Hayal ettiğimiz şey, bizi kendi acılarına büründürenlerin karanlığı gibidir. Ve biz belki de kendimize ışık olanı, onların onayını, sevgisini alma pahasına karartırız. Hatta bizimle birlikte en yakınımızdakinin de... Adeta kendi seçimimiz sandığımızın altında ezilirken, diğerini de buna katma çabasına gireriz. Bir anlamda yapamadığımız seçimlerin, veremediğimiz kararların acısını en yakınımızdan çıkarırız. Elbette burada, birçok psikolojik, sosyolojik ve kültürel dinamiğin etkisi söz konusudur. Örneğin aşırı korunduğumuz, kontrol edildiğimiz, çok yargılandığımız, hata yapma hakkı tanınmayan bir ailede büyümekle taşıdığımız suçluluk duygusu, mükemmel olanı yapma zorlantısı oluşturabilir, yeterince kendimize güven duymamak sorumluluk almaktan korkutabilir, ne istediğimizi bilmememize ya da aynı anda birden fazla şey istememize neden olup kararsızlığımızı arttırabilir. Aynı nesnede birbirine zıt özelliklerin bulunmasını kabullenemeyişimiz, başka bir deyişle ya öyle ya böyle diye etiketlemelerimiz yani bölmelerimiz (splitting), onu bir batırıp bir çıkarmamıza neden olabilir. Çoğunluğun sorgulamadan kabul ettiği, itaatkâr bir toplumda onlardan farklı düşünerek seçim yapan biri olmak zor ve korkutucu gelebilir. Kararlarını bağlı bulunduğu kültürün değer ve geleneklerine göre vermezse dışlanma kaygısı taşıyabilir. Ancak yine de kararlarımızı anlayabilmenin yolu kişinin her şeye rağmen bunlarla ilişkili kendi varoluş biçimini, deneyimlerini sorgulayabilmesinden geçer. Örneğin nelerde kararsız kalıyorum; ne zaman, ne olunca? Bu kararsızlıklar nasıl ve neden kaynaklanıyor olabilir? Nasıl devam ediyor? Neleri etkiliyor? Neler olunca bundan çıkabiliyorum? Kararsız kalmak da bir seçim olabilir mi? Bunun sonuçlarıyla yaşamak ne tür deneyimler yaşatıyor ya da nasıl hissettiriyor, gibi.

Buraya kadar anlattıklarımdan, karar vermeye ilişkin yaşantılarımızın özgürlük, seçim, sorumluluk ve insanın kendine yabancılaşması ekseninde önemli bir felsefi bağlamı olduğunun anlaşılmış olduğunu umuyorum. Sartre, "İnsan özgürlüğe mahkûmdur" derken, insanın varoluş sürecinde hep bir seçim yapmak zorunda olduğunu, bu seçimlerin değişebileceğini ancak bunun sorumluluğunun alınması gerektiğini vurgular. İnsan özgürlüğünü kullanırken seçim yapmak, bunun için eyleme geçmek zorundadır. Seçimlerini nasıl, ne şekilde yaparsa yapsın bedelini kendisi yaşayacak, belki kendine yabancılaşacak, yine de varoluşunu devam ettirecektir. Tıpkı Herakles'in öyküsündeki Zeus'un zulmüne karşı ateşi çaldığı için cezalandırılan Prometheus'un parçalanmaya bırakılan ciğerlerinin her defasında yenilenmesi gibi, özgürlük kaçınılmaz olandır. O halde özgürlüğün "kararlılığı" ya da "kararsızlığı"ndan da söz edilebilir. Kararlılık gibi kararsızlık da bir seçimdir, ikisi de varoluşun önkoşulu olan özgürlüğe içkindir. Belki de insanın bu diyalektik varoluş sürecinde, "özgürlüğüyle kararlı" ya da "özgürlüğüyle kararsız" olmanın ayrımına varmak gerekebilir. "Özgürlüğüyle kararlılık, kişinin olanaklarını herhangi bir dış öğeye bağlı olmadan, yalnızlığı ve ölümlü olma bilincinin sorumluluğunu taşıdığı olumlu bir durumdur. Özgürlüğüyle kararsızlık ise kararlılığın olmadığı, yalnızlığı ve sonlu olma bilincinin sorumluluğunu taşıyamamayı ifade eder. Özgürlüğüyle kararsızlık içinde olmak ikircikli tutumlar, beklemek, koşullanmak ve içine kapanmak gibi davranış örüntülerini içermektedir. (Oğuz Atay'ın 'Tehlikeli Oyunlar' romanının baş karakteri Hikmet Benol, 'özgürlüğüyle kararsızlık' yaşamanın önemli bir prototipidir.)"

O zaman şapkamızı önümüze koyup "şimdi ve burada" diyerek, en azından şu sorulara cevap vermeye çalışalım: Ben varım diyebiliyor muyuz? Varlığımı ve yokluğumu, yaşam ve ölüm gibi zıtlıkları kendi yaşamımda nasıl deneyimliyorum? "Bireyselliğimi ve toplumsallığımı kendi yaşamımda nasıl gözlemliyorum? Ve ben 'özgürlüğüyle kararlı' olanlardan mı, 'özgürlüğüyle kararsız' olanlardan mıyım?

Bana kalırsa, varoluşun varlığı ve hiçliği ya da hem yaşamı hem ölümü içerdiğini içsel bir kabule dönüştürüp bütünleştirdiğimizde kendimiz olabileceğiz. Kararlı ve kararsız, her insanın potansiyelinde düşünmek, sorgulamak, anlamak, o anlamları bir yere koymak, özgür seçimlerini deneyimlemek ve yaşadıkça değişmek her daim olası... Tam da bu nedenle, olmak "ya da" olmamak değil bence tüm mesele, olmak "ve de" olmamak!

Kaynakça

Rank. O, "Yegâne Terapi Yaşamın Kendisidir", Yay. Haz: Tufan Göbekçin, s. 30-32, 2023, Destek Yayınları.

May. R, "Varoluşun Keşfi", çev. Aysun Babacan, s. 134, 2012, Okuyanus Yayınları.

Sartre, J. P. (2017), "Varlık ve Hiçlik: Fenomenolojik Ontoloji Denemesi", (8. Baskı, T. Ilgaz ve G. Çankaya Eksen, Çev.). İstanbul: İthaki.

Öcal, O., "Tehlikeli Oyunlar Romanında Özgürlüğüyle Kararsızlığın Tezahürleri",22,1(2018) 88-108. Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya fakültesi Türkoloji Dergisi, Doç. Dr. Kırıkkale Üniversitesi Fen-Edebiyat Fak. Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü.

© ORÇUN BESLEN

Kararsızlık sen mi büyüksün ben mi?



Gülbalca ÇAKIROĞLU



Belirsizliğe tahammül eden, belirsizliğe toleranslı olan bir kişi karar vermekte daha hızlı bir yanıt sergileyebilir ve risk alabilir. Sonucu öngöremese dahi, beğendiği kızın yanına gidip konuşma kararını verebilir. Ne olacağıyla ilgili aşırı korkma eğilimi olan biri ise kara kara düşünür. Kara kara düşünmekten kararsızlık mı doğar?



Kararsızlık: İkilemde kalma, birden fazla seçenek arasında seçim yapamama hali.

Karar verme: Herhangi bir durum karşısında düşünerek, nihayetinde kesin yargı koymak.

Her zaman dünya tarihine yön veren, insanların hayatlarını değiştiren, zamana farklı varyantlar ekleyen kararların ortaya çıkışlarını izlemek bana ilginç gelmiştir. Bazen işe giderken giyeceği kıyafeti bile zor seçebiliyor insan. Peki öyleyse büyük seçimlerin arkasındaki bu kişiler, bu nihai kararlara nasıl varıyor? Bu kararları verirken zihinleri nasıl çalışıyor? Karar verme süreci sadece basit bir risk alma davranışıyla açıklanabilir mi?

Geçenlerde "Oppenheimer"ın biyografik filmini izlerken düşündüm. Film, fizikçi J. Robert Oppenheimer'ın tarihi bir kararını, atom bombasının testini ve bu sırada yaşadıklarını konu alıyor. O an kendi ülkesi adına, 2. Dünya Savaşı'nı bitirmek uğruna aldığı bu kararın nasıl bir felaketle sonuçlandığını az çok biliyoruz. Tabii ki film, Oppenheimer'ın perspektifinden kendi içinde bu ikircikli hali nasıl yaşadığını oldukça güzel anlatıyor. Bir insan nasıl olur da böyle bir karar verebilir diye düşünüyorsunuz.

Şu bir gerçek ki bazı kararlar mikro ya da makro düzeyde hayatımızı değiştiriyor. Seçtiğimiz bir iş, bazen bir eş ya da bazen sadece felsefi bir hayat duruşu, yapacaklarımız ve başımıza geleceklerin kapısını aralar ya da öncüsü olur; ve çoğu zaman geriye dönük olarak düşünülen "Keşke oraya gitmeseydim", "Keşke onu söylemeseydim", "Keşke o an gereken adımı atsaydım" gibi düşünceler suçluluk, öfke, pişmanlık, üzüntü, hayal kırıklığı gibi negatif duyguları yoğunlukla hissetmemize neden olur. Hatta öyle ki bazen sırf pişman olmamak, acıdan kaçınmak, suçlu hissetmemek için karar almaktan kaçarız. Bu karar almaktan kaçınma durumu ya da kararsız hissettiğimiz her an kendimize olan inancımızı da sarsabilir. Bu kararsızlık hali bize iyi hissettirmez, sürekli ne yapmamız, neyi seçmemiz gerektiğini düşünmek bazen kör kuyularda dolaşmak gibidir. Derin düşündükçe, olasılıklar içinde kaybolmuş hissederiz ve bu hal bizi iyice eylemsiz bırakır. Belki "En kötü karar kararsızlıktan iyidir" lafı böyle ortaya çıkmıştır. Ne yapıyorsan yap, hadi artık harekete geç der gibi.

2005'te yapılan bir araştırmada, insanların karar verme mekanizmasının arkasındaki nedenleri anlamak ve hangi faktörlerin bu süreci etkilediğini göstermek için bir düzenek tasarlamışlar. Katılımcılara bu düzenekte hem kendileri hem de bir arkadaşları için karar verecekleri senaryolar verilmiş. Her senaryoda katılımcılara, güvenli bir durum ya da daha riskli ancak potansiyel olarak ödülle sonuçlanacak bir seçime karar vermeleri gereken bir durum sunulmuş.

Senaryo: Siz ve arkadaşlarınız yerel bir kafede ders çalışıyorsunuz. Birlikte ders çalışmak istediğiniz bir kızı ve arkadaşlarını yakındaki bir masada görüyorsunuz. Yanına gidip onunla konuşmak istiyorsunuz ama onu son gördüğünüzde doğum gününüzdü ve o gün kendinizi aptal yerine koymuş gibi hissediyorsunuz. O ve arkadaşları daha fazla kahve almak için sıraya giriyor ve siz de onunla konuşabilmek için aynı şeyi yapmayı düşünüyorsunuz. Şöyle yapmaya karar veriyorsunuz:

A- Yanına gidip onunla konuşmaya.

B- Ondan uzak durmaya.

Aşağıda aynı senaryonun diğer koşul (bir arkadaşınız) için karar verme durumu sunulur.

Siz ve arkadaşlarınız yerel bir kafede ders çalışıyorsunuz. Arkadaşınız birlikte ders çalışmak istediği bir kızı ve arkadaşlarını yakındaki bir masada görüyor. Yanına gidip onunla konuşmak istiyor ama onu son gördüğünde doğum günüydü ve kendini aptal yerine koymuş gibi hissediyor. Kız ve arkadaşları daha fazla kahve almak için sıraya girerler ve o da onunla konuşabilmek için aynı şeyi yapmayı düşünür. Ona ne yapması gerektiğini söylüyorsunuz:

A- Yanına git ve onunla konuş.

B- Ondan uzak dur.

Araştırma sonucunda, benlik saygısı ve kişinin sahip olduğu kaygı düzeyinin kişinin kendisiyle ilgili karar vermesi durumunda oldukça etkili olduğu gösterilmiş. Diğer yandan, benlik saygısı ve kaygı düzeyinin, başka bir kişi için karar verme durumunda ilişkisiz olduğu bulunmuş. Demek ki bir başkası için karar alırken, başarısızlık kaygısından bağımsız bir şekilde kolayca yönlendirme yapabiliyoruz. Bazen insanların sıklıkla şunu söylediğini duyarız: Bir başkasına fikir vermekte çok iyiyim ama iş kendime gelince öyle olmuyor!

Bu çalışma, bu durumu açıklıyor olabilir. Bir başkası için karar alırken, sonuca odaklı kaygı düzeyimiz görece daha düşük olduğundan kolaylıkla yönlendirme yapabiliyoruz. Kendimiz için karar alırken ise başarı beklentimiz ve olumsuz sonuca odaklı duyguların hesaba katılması karar verme mekanizmamızı etkiliyor (Wray & Stone, 2005).

Karar verirken özsaygının kararlarımıza nasıl bir etkisi oluyor?

Özsaygı

Benlik saygısı genellikle bir kişinin kendisini sevme, değer verme ve kabul etme derecesi olarak kabul edilir (Rogers, 1951).

Kişinin, özellikle olumsuz deneyimlerini algılayış ve kabulleniş hali, bir diğer anlamda kendinle bağ kurma şekli, kendisini sevme ve kabul etmesiyle doğru orantılıdır. Bir insan evrimsel olarak kabul görme, onaylanma temel güdüsüyle hayata gelir. Çünkü bu bir gruba ait olma ve işbirliği ile yaşama devam etmenin temel bir koşuludur. Bu yüzden insanlar reddedilmeye karşı aşırı duyarlıdır. Çünkü reddedilmek, gruptan dışlanmak ve tek başına kalıp ölmenin eşdeğeri gibi görülebilir. Bu yüzden kişinin bu kabul edilme ve reddedilme deneyimleri ve bu deneyimlerine ilişkin algılayış şekilleri oldukça önemlidir.

Bir bebek dünyaya geldiğinde, annesinin gözünde ve kendisini aynalamasında var olma, kabul görme ve sevilme deneyiminin adeta pratiğini yapar. Bir sebepten dolayı bebek ya da çocuğun bu pratiği sekteye uğradığında ve ihmalle sonuçlandığında, bu o kişi için temel güven inancının sarsılması anlamına gelir. Bir çocuğun zihinsel işleyişi bir yetişkin gibi değildir. Biyolojik olarak gelişimini tamamlamayan kişi, değerlendirme, analiz etme ve sorgulama işlevlerini hakkıyla yerine getiremez. Bu durum çocuklukta içe atma mekanizmasıyla kendini gösterir. Yani çocuk olumsuz giden, yolunda gitmeyen işleri kendinden ve kendi doğasından görmeye başlar. Olaylar karşısında kendisini suçlu ve kusurlu görme eğilimi vardır. Bakım verenleri tarafından kapsanmayan ve baş edemediği duygusal yüklerin ortasında savunmasız kalan kişi için ne dünya güvenli bir yerdir ne de insanlar. Kendi varlığının muhakemesini yapamayan bir çocuk, kendi varlığının değerini hep başkalarının gözünde tartmaya çalışır. Kendisinin ne olduğunu, başkalarıyla ilişkilerinde anlamaya çalışır. Tutarsız, özensiz bir ikili ilişki deneyiminde, kişinin öz değeri bozuk bir saat gibidir. Saati çalıştıran pil durduğunda, işleyen iç sistem de durur. Bu stabil olmayan kişilerarası ilişkilerde, kişinin kendisine olan sevgisi de stabil değildir, değişkenlik gösterir. Onay aldığında sevilebilir, onay almadığında sevilemez olduğunun ipucudur bu.

Az önceki senaryoyu böyle değerlendirdiğimizde, şunu görebiliriz: Kendisinin sevilebilir olma deneyimini sağlam temellendirmiş birinin (öz sevgiyi içselleştirmiş birinin), beğendiği kızın yanına gidip konuşma olasılığı oldukça yüksektir. Böyle biri, eylem olumsuz sonuçlansa dahi, böylesine bir reddedilmeyi kendisinin değerli olup olmamasıyla eşleştirmeyecektir. Diğer yandan, kişinin sevilebilir olduğuna dair çevreden bir ipucu aramaya çalıştığını düşünelim. Olumsuz bir sonuç, kişinin sevilemez ya da kusurlu olduğunun bir göstergesi olacağı için, kişi bu duruma karşı aşırı duyarlılık geliştir. Bu durumda hoşlandığı kızdan uzak durma ihtimali oldukça yüksektir. Aynı zamanda reddedilme düşüncesi kişinin kaygı seviyesini yükselteceğinden, kişi muhtemelen kendisini bu durumdan korumak isteyecek ve eyleme geçmekten kaçınacaktır.

Yapılan araştırmalarda, kendisini seven, değer veren ve kabul etme becerisi yüksek olan kişilerin başkaları tarafından da kendilerini kabul edilebilir gördükleri için kişilerarası ilişkilerde daha çok risk aldıkları ve kendilerini geliştirmeye daha yatkın oldukları görülmüş (Brockner, Wiesenfeld ve Raskas, 1993). Kendinizi sevdiğinizde ve olduğunuz haliyle kabul ettiğinizde, eylemlerinizin sonucu olumsuz dahi olsa, bu sizin için nihai bir değersizliği, kusursuzluğu ve başansızlığı ifade etmez. Örneğin az önceki senaryoda, kişinin konuşmaya karar verdiğini ve reddedildiğini düşünelim. Öz sevgisi içselleşmiş ve stabil olan biri, reddedilmenin duygusuyla muhtemelen daha kolay baş edecektir. Ne kadar kötü hissetse dahi, bunu kendi kapasitesi ve değeri ile ayırdığı sağlıklı bir sınırı vardır. Kişi bu olumsuz duygu deneyiminin, kendi öz değerine bulaşmasını engeller. Kişinin kendisini sevme derecesi, kendisini yeterli görmesiyle bağlantılıdır. Böyle bir zihin, kendisini farklı olasılıklar için her zaman daha açık ve esnek tutabilir, çünkü devam etme motivasyonu vardır; bu motivasyon işlerin yoluna gireceği, çözümler üretebileceği ve çaresiz olmadığı inancıdır. Çaresiz olmadığı inancı, kişinin dünyada kendisini konumlandırdığı ve varlığını anlamlandırdığı yerdir.

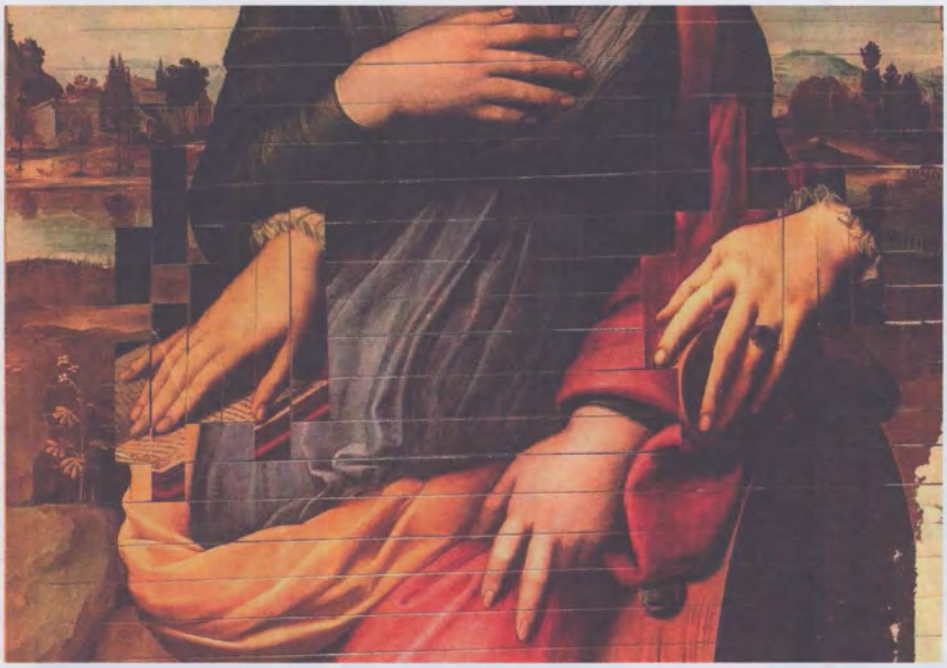
Tabii ki sadece kendi bilişsel değerlendirmemiz değil, duruma ait duygularımız da kararlarımızı oldukça etkiler. Kararımızın sonucunda, yaşayacağımızı düşündüğümüz hüsran, üzüntü, acı, suçluluk gibi negatif duyguları düşünmek kaygı düzeyimizi yükselterek, alacağımız kararlardan kaçınmamıza neden olabilir.

Kaygı düzeyi ve belirsizliğe tahammülsüzlük

İnsan yaşamsal olana otomatik olarak tutunan bir canlıdır. Hayatta kalmak her şeyden daha önemlidir. Bu yüzden kişinin kendisini korumaya çalışması çok doğal bir eğilimdir. Fakat bu doğallık bir dedektör gibi yaşantılardan sinyaller yakalamaya döndüğünde bozulur. Dünya ve insanlar güvensizdir algısında, insan kendisini korumak için tehditlere karşı aşırı duyarlı hale gelir. Bu durum kişinin kaygı seviyesini yükseltir. Benzer şekilde, benlik saygısı düşük olduğunda, bunun kolaylıkla kaygı düzeyini yükseltebileceğini rahatlıkla düşünebiliriz.

Araştırmalar şu görüşü desteklemektedir: Düşük özsaygıya sahip olanlar, daha yüksek kaygıya sahiptirler (Sommer & Baumeister, 2002). Kişinin kendisini sevme, kabul etme derecesi düşük olduğu zaman, başkaları tarafından da öyle görüldüğünü düşünme eğilimi vardır. Bu durum kişinin içinde olduğu durumu objektif değerlendirmesinin önüne geçerek, abartılı ve gerçekçi olmayan düşünceler üretmesine sebep olabileceği gibi kaygı seviyesini yükseltir. Kişi, kendisi hakkındaki olumsuz görüşleri düşünerek, görevlerde ya da etkinliklerde normalden daha çok pes etme ve geri çekilme tepkisi gösterir. Aslında bunu kendisini korumak için yaptığını bildiğimiz halde, bu durum kişinin arzularını gerçekleştirmesinin ve istediği hayatı yaşamasının önüne geçebilir. Çok sevme ve sevilme arzusu olduğu halde, kendisini sosyal olarak izole etmiş ve kişilerarası bağlarını koparmış insanlar görürüz. 2002'de yapılan araştırmada, romantik ilişkiler bağlamında, düşük özsaygıya sahip kişilerin, ilişkide hata bulduğu, daha az yakınlık bildirdikleri ve romantik partnerlerinden uzaklaştıkları

© ORÇUN BESLEN



gösterilmiş (Murray, Rose, Bellavia ve diğerleri, 2002).

Genelde kaygı düzeyi yüksek olan kişiler çevrelerini ve olabilecekleri kontrol etme isteği duyarlar. Çünkü ne kadar kontrol edebilirlerse, o kadar gelişecek tehditlerden kendilerini koruyabileceklerdir. Böyle bir kişi için karar almanın ne kadar zor olabileceğini görebiliriz. Beğendiği kızın yanına gidip konuşma kararını almak, sonucunda gelişecek belirsizlikle baş etme becerisi gerektirir. Belirsizlikle baş etmek, kişinin kendisini yeterli görmesi ve durumlar karşısında yaratıcı çözümler üretebileceği güveninden gelir. Kendisini yeterli görmeyen bir kişinin belirsiz durumlar karşısında kaygısı oldukça yükselir. Bilinmeyenden korkar ve gelecekte karışılacak olduğu potansiyel olumsuz sonuçlar üzerinde aşırı düşünme eğilimi gösterir.

Benlik saygısı ve yeterliliği gelişmiş olan kişiler, karmaşık veya tehdit edici olarak algılanan durumlar karşısında, negatif duygulan ile daha iyi baş edebildikleri için, bu koşullara daha iyi yanıtlar verirler. Dolayısıyla belirsizliğe tahammül eden, belirsizliğe toleranslı olan bir kişi karar vermekte daha hızlı bir yanıt sergileyebilir ve risk alabilir. Sonucu öngöremese dahi, beğendiği kızın yanına gidip konuşma karannı verebilir. Ne olacağıyla ilgili aşın korkma eğilimi olan biri ise kara kara düşünür.

Kara kara düşünmekten kararsızlık mı doğar?

Kara kara düşünme: ruminasyon

Ruh sağlığında, kara kara düşünme haline ruminasyon denir. Kara kara düşünme halini depresyon ve kaygıyla ilişkilendiren birçok çalışma vardır (Takano & Tanno, 2009). Zihinde dönen olumsuz tekrarlayıcı düşünceler, çözüm geliştirmekten ziyade kişinin o düşünceler içinde kaybolmasına yol açan bir tabloya dönüşür. Tekrar edici negatif düşünceler; mutluluk, hayattan keyif alma, neşe, umut gibi olumlu duygular deneyimlenmesinin önünde zihinsel bir set gibidir. Negatif düşünceleri ve negatif duygulan yoğun yaşayan kişilerin, karar alıp uygulama motivasyonları oldukça düşüktür. Bu eylemsiz kalma hali, çözümler geliştirme yeteneğini köreltir.

Tabii ki kararlar alırken kendi kendimize düşündüğümüz, değerlendirme, analiz ve hesaplamalar yaptığımız bir evre olur. Bu evrenin sonucunda bir yargıya vannz ve hedefimize yöneliriz. Fakat bu kendi kendine düşünme haline geçmişteki yanlışlar ve gelecekteki potansiyel negatif olasılıklar karıştığında, bu kişi için işlevsiz bir hale dönüşür. Yine toplum içinde sıkça duyduğumuz, hareket berekettir sözünü hatırlayalım. Kişinin derin düşünceler içinde kaybolma hali, eylemsizliğini besler. Kişi eylemsiz kaldıkça, kendine güveni zayıflar. Bu durumun, kişinin kendisine duyduğu öz sevgiyi, yeterlilik inancını ve kendini kabul etme derecesini de etkileyebileceğini söyleyebiliriz.

Kararlann kişisel ve dünya tarihimizi ne kadar etkilediğini görmekteyiz. Kendimize duyduğumuz saygı, yeterliliğimize olan inancımız, yapabileceklerimize olan güvenimiz, bakış açımız karar verme mekanizmasının sürücüleridir. Biyolojik ve fizyolojik olarak sınırlı olduğumuz bu bedenin ve zihnin içinde, büyük resmi bütün açıklığıyla görmemiz çok olası değil. Böyle baktığımızda, olumlu potansiyellere tutunmak da bir seçim ya da olumsuzluklardan kaçınmak için korunmaya çekildiğimiz dünyada kaygılı bekleyişlerimiz de bir seçim. Ve sanırım insanın bütün bu düzenin arasında neye karar vereceğini belirlemesi gerekiyor. "Bir Düşüşün Anatomisi" filminde duyduğum bir cümleyle yazımı bitirmek istiyorum. "Gerçek bilinemez olduğunda yapılacak tek şey gerçek hakkında bir karar vermek oluyor."

Kaynakça

Brockner, J., Wiesenfeld, B. M., & Raskas, D. F. (1993). Self-esteem and expectancy-value discrepancy: the effects of believing that you can (or can't) get what you want. In R. F. Baumeister (Ed.), Self-esteem: The puzzle of low self-regard (pp. 219 – 240). New York: Plenum Press.

Murray, S. L., Rose, P., Bellavia, G. M., Holmes, J. G., & Kusche, A. G. (2002). When rejection stings: how self-esteem constrains relationship-enhancement processes. Journal of Personality and Social Psychology, 83, 556 – 573.

Rogers, C. R. (1951). Client-centered therapy. New York: Houghton-Mifflin.

Sommer, K. L., & Baumeister, R. F. (2002). Self-evaluation, persistence, and performance following implicit rejection: the role of trait self-esteem. Personality and Social Psychology Bulletin, 28, 926 – 938.

Takano, K., & Tanno, Y. (2009). Self-rumination, self-reflection, and depression: Self-rumination counteracts the adaptive effect of self-reflection. Behaviour research and therapy, 47(3), 260-264.

Wray, L. D., & Stone, E. R. (2005). The role of self-esteem and anxiety in decision making for self versus others in relationships. Journal of Behavioral Decision Making, 18(2), 125-144.

© LCO NINA



"Yap ya da yapma, iki türlü de pişman olacaksın."
Søren Kierkegaard

Kararla mücadele üzerine



Biz fark etmesek de karar vermemek de bir karardır!

Efe ERSOY

Gündelik yaşamımızda büyük ya da küçük, önemli ya da önemsiz pek çok karar almak durumunda kalırız. Çaya şeker atıp atmamak gibi küçük detaylardan iş değiştirmek ya da evlenmek/boşanmak gibi önemli yaşam kararlarına kadar pek çok durum, bizi seçimlerle ve bu seçimleri yapmanın ya da yapmamanın zihnimizdeki olası sonuçlarıyla baş başa bırakır. Çünkü farkında olsak da olmasak da her karar, yaşamımızın sonraki aşamasına etki edecektir. Bu yüzden kimi kararları almak hiç de kolay değildir. Öyle ki, bu gibi durumlar bazen bizi içinden çıkılamaz bir karamsarlığa ve derin bir kaygıya sürükler. Acaba iyice düşünüp bütün ihtimalleri gözden geçirdik mi? Bu karar(sızlık)ların sorumluluğunu almaya hazır mıyız? Beklenmedik olaylar ya da tepkiler bizi tahmin ettiğimizden daha zor bir durumda bırakabilir mi? Bu yüzleşmelerle ve sonuçlarıyla başa çıkabilir miyiz?...

Bunlar kimi zaman kabul etmesi ya da katlanması oldukça güç durumlardır. Çünkü verdiğimiz -ya da vermediğimiz- kararların rasyonel olduğu kadar duygusal tarafları da vardır. Böyle durumlarda kendimizi bir karar vermekten kaçınırken veya bu kararı ertelerken buluruz. Ancak çoğunlukla gözden kaçan bir durum vardır ki o da eninde sonunda bir seçim yapmaktan kaçamıyor olduğumuz gerçeğidir. Zira biz fark etmesek de karar vermemek de bir karardır!

Jean Paul Sartre bu konuyla ilgili olarak *özgürlük-seçim-sorumluluk* üçgeninden bahseder. Yetişkin bireyler olarak, karşılaştığımız durumlarla ilgili nasıl bir yol izleyebileceğimize dair seçeneklerimiz olduğunu, bunlardan birini (veya birkaçını) seçmekte (veya seçmemekte) özgür olduğumuzu belirtir. Bu bize ne kadar alan tanıyan ve umut verici bir durum olsa da yaptığımız seçimlerin bizim sorumluluğumuzda olduğunu ve bundan sonraki yaşantımızı bu spesifik seçimi yapmış (veya yapmamış) olarak sürdüreceğimiz gerçeğini idrak ettiğimizde son derece

bunaltıcı ve kaygı uyandırıcı olabilmektedir. Tam da bu yüzden, yine Sartre'ın ifadesiyle, hepimiz "özgür olmaya mahkûmuzdur". Bu özgürlük ve kaçışsızlığın bir arada oluşu bizi ertelemeye, sorumluluğu başkasına yüklemeye ya da benzer kaçınma davranışlarına itebilir.

Karar ya da kararsızlığın bir sebebi de geçmiş yaşantılarımızdır. Çocuklukta evvela bakım verenlerimizden, daha sonra büyüdükçe genişleyen sosyal çevremizden temel yaşam becerilerini edindiğimiz gibi, onlarla girdiğimiz etkileşimler ve kurduğumuz bağlar sonucunda kendi karakterimiz de şekillenir. Yaşamımızın ilk yıllarında anne-babamızın davranışları, bilinçli veya bilinçdışı olarak yaptıklarımıza gösterdikleri tepkiler zamanla *iyi ve kötüyü* içselleştirmemize vesile olur. Ancak büyüdükçe ve -özellikle ergenlik döneminde- dış dünyaya açıldıkça daha çok insan ve durumla karşılaşırız. Bu yaşantılarımız bize, çocukken zihnimizde oluşan iki boyutlu mutlak iyi ve mutlak kötü (*"annem/babam onaylıyorsa iyidir, onaylamıyorsa kötüdür"*) algısının ötesine geçmemize, daha derinlikli ve bütüncül bir iyilik-kötülük nosyonunun gelişmesine vesile olur. Bu sayede üç boyutlu bir perspektife sahip olmaya başlarız. Düşünce ve değer yargılarımız ise anne-babamızdan görüp uyguladıklarımızın ötesine geçer. Böylece fiziksel, sosyal ve ruhsal dünyamız zenginleşirken vicdanımız, ahlakla ilgili inanç ve değer yargılarımız anne-babamızın oluşturduğu zemin üzerinde gelişir ve anonimleşir.

Ancak özellikle yetişkinlikte öyle bir noktaya geliriz ki geçmiş öğretilerimizle sınırlı kalmayıp kendi inanç ve değerlerimizi oluşturmamız, kendi yaşamımıza kendi imzamızı atabilmemiz, başka bir deyişle *otantik olmak* cesaretini gösterebilmemiz gerekir. Yetişkin insanın yaşaması için gerekli ihtiyaçlarını kendi başına karşılayabilmesi kadar, yaptıklarının ve yapmadıklarının sorumluluklarını alabilmesi de elzemdir. Karar almamız gereken her an da gerçek karakterimizi ortaya koyma fırsatı bulabileceğimiz bir fırsattır. Ancak böyle bir tavırla özgün olabilmek, kişinin kendi varoluşunun sorumluluğunu alabilmesiyle mümkündür.

Otantik bir yaşamdan söz etmişken, varoluşçuluğa ve bu alanda eserler vermiş filozof, yazar ve meslektaşlarımıza da kulak vermenin yol gösterici olabileceğini düşünüyorum. Sözgelimi Nietzsche, tarihte pek çok zaman -talihsiz bir şekilde- niyetinden çok farklı yorumlanan *Üstinsan (Übermensch)* kavramıyla, özünde kendi etik değerlerini -icabında içinde yaşadığı toplumun geneline ters düşmek pahasına- yaratabilmiş ve bunu yaşantısına adapte edebilmiş olan kişileri kastetmektedir. Elbette bunu ötekilerin hak ve özgürlüklerini sabote etmek ya da hiçe saymak bağlamında savunmamaktadır. Burada vurgulanmak istenen, kişilerin yaşamlarının direksiyonuna geçebilme cesaretini gösterebilmeleri; kendi etik ve ahlaki değerlerini oluşturup onların sorumluluğunu alıp bilfiil hayatlarına adapte edebilen insanların "kendi omuzlarına basıp yükselebileceği" (Yalom, 2016) ve bu sayede Üstinsan mertebesine erişebileceğidir. Nitekim Nietzsche'nin kendisi de, büyük bir kısmını talihsizlikler, bedensel ve ruhsal acılar çekerek yaşadığı ömrüne kendi felsefesini adapte ederek yaşamaya gayret etmiştir. "Böyle Buyurdu Zerdüşt" adlı eserinde, temeli Stoacılara dayanan *"bengi dönüş"* (ebedi tekerrür) kavramına değinerek zamanın döngüsel bir formda olduğu ve olayların bu döngüsellikte sonsuza dek aynı şekilde yinelenerek devam edeceği düşüncesini hatırlatmıştır. Bunun karşısında Nietzsche bizlere, sonsuza kadar içinde olmaktan rahatsızlık duymayacağımız döngüler oluşturmamızı ve bunu yapabilmek için gerekli mücadeleyi vermemiz gerektiğini öğütler: "Yaşamak için bir nedeni olan, her türlü nasıla dayanabilir."

Kendini öyle tanımlamamış olsa da sonraki nesil düşünürler tarafından varoluşçuluğun temellerini atan filozoflardan biri olduğu savunulan Søren Kierkegaard ise "insan sadece inançta var olmaya başlar" diyerek yaşamın akıl ve bilgiyle ulaşılabilecek taraflarının yetersiz olduğu, aynı zamanda irade ve inanç gerektiren tarafları da olduğunu savunur. Aynı zamanda bir teolog olan Kierkegaard, insanın ilahi olanla kişisel ve doğrudan bir yüzleşme içinde olması gerektiğini savunarak döneminde Hıristiyan hayatının gerçeklerinin isteksizce, sorgulamadan ve sadece alışkanlıkla yerine getirilmesinin gerçek Hıristiyanlıkla bağdaşmadığını ve bu sebeple az önce özetlenen *inanç sıçramasının* gerçekleşebilmesi gerektiğini savunmuştur.

Bu perspektiften değerlendirdiğimizde, kararlarımızın sonuçlarının ne olabileceği konusunda da akıl ve bilginin yetersiz kaldığı anlarda yapılabilecek en iyi şey, bu kararımızın olumlu ya da olumsuz bütün olası sonuçlarını kabullenmek ve nihai kararımıza *"iman etmek"* olduğu söylenebilir.

Son olarak, varoluştan ve varoluşçuluktan bahsetmişken, merhum Engin Geçtan'dan söz etmemenin uygun olmayacağını düşünüyorum. "İnsan Olmak" adlı eserinde Geçtan, kişinin sorumluluk deyince genelde ailesine ve çevresine karşı görevlerinin geldiğinden, ancak kendisine karşı görevi olan "iyi yaşama sorumluluğunun" göz ardı edildiğinden söz eder. Kişi çevresine karşı sorumlulukları olduğu kadar, kendini yaşamaktan da sorumludur. Geçtan -belki tıpkı Nietzsche ve Kierkegaard'ın da hem eserlerinde hem de kendi yaşamlarında tecrübe ettikleri gibi-, kendini yaşamak isteyen birinin mutlaka topluma karşıt davranışlar geliştirmesi gerekeceğine ve bu durumun kişinin toplumdan izole edilmesini gerektireceğine inanıldığını belirtir: "Oysa kendini yaşamak isteyen insan, süreci toplumdan değil kendisinden başlatır. Bu yürekliliği göze alabildiğinde, başlattığı sürecin sonuçları dolaylı olarak çevresini de etkileyeceğinden, soyutlanması söz konusu olamaz" (Geçtan, 2018, s. 160). Geçtan'a göre, yaşam dediğimiz bu özgürlük-seçim-sorumluluk serüveninde bu mücadele: "...sonu gelmeyecek bir satranç oyununu sabırla ve mat olmadan sürdürebilmeyi, bir başka deyişle, kendi varoluşunu ve dış dünya gerçeklerini karşılıklı etkileşim durumunda olan bir süreç olarak kabul edebilmiş olmayı gerektirir" (Geçtan, 2018, s. 161).

İyi yaşama sorumluluğunu aldığınız, içinde olmaktan mutlu olduğunuz döngülerde var olmanıza olanak sağlayacak, sağlıklı kararlar alabilmeniz dileğiyle!

Kaynakça

Armstrong, J., (2014). *Nietzsche'den Hayat Dersleri*. Sel Yayıncılık.

Bakewell, S., (2017) .*Varoluşçular Kahvesi*. Domingo – Bkz Yayıncılık.

Ferguson, R., (2014). *Kierkegaard'dan Hayat Dersleri*. Sel Yayıncılık.

Geçtan, E., (2018). İnsan Olmak. Metis Yayınları.

Nietzsche, F., (2007). İşte Böyle Dedi Zerdüşt. Kabalcı Yayınevi.

Sartre, J. P., (1997). *Varoluşçuluk*. Say Yayınları.

Yalom, I. D., (2018). *Varoluşçu Psikoterapi*. Pegasus Yayınları.

Yalom, I. D., (2016). *Nietzsche Ağladığında*. Ayrıntı Yayınları.

Yıldırım, Ö., (2019, 7 Ekim). Felsefe.gen.tr. https://www.felsefe.gen.tr/inanc-sicramasi-nedir/#google_vignette

Ambivalans

Bir "fifti fifti" durumu



Kültegin ÖGEL

Kararsızlığın üç boyutu vardır. Şimdiki durum, değişmek ve değişmemek. Şimdiki durum, değişmek ve değişmemekten daha kolaydır. Çünkü şimdiki durum hepsini içerir. Durmak da bir eylemdir.

Kararsızlığın temelinde ambivalans var. Yani ikilem veya ikili duygu. Yapmak veya yapmamak, ayrılmak veya ayrılmamak, durmak veya durmamak, bırakmak veya bırakmamak vb.

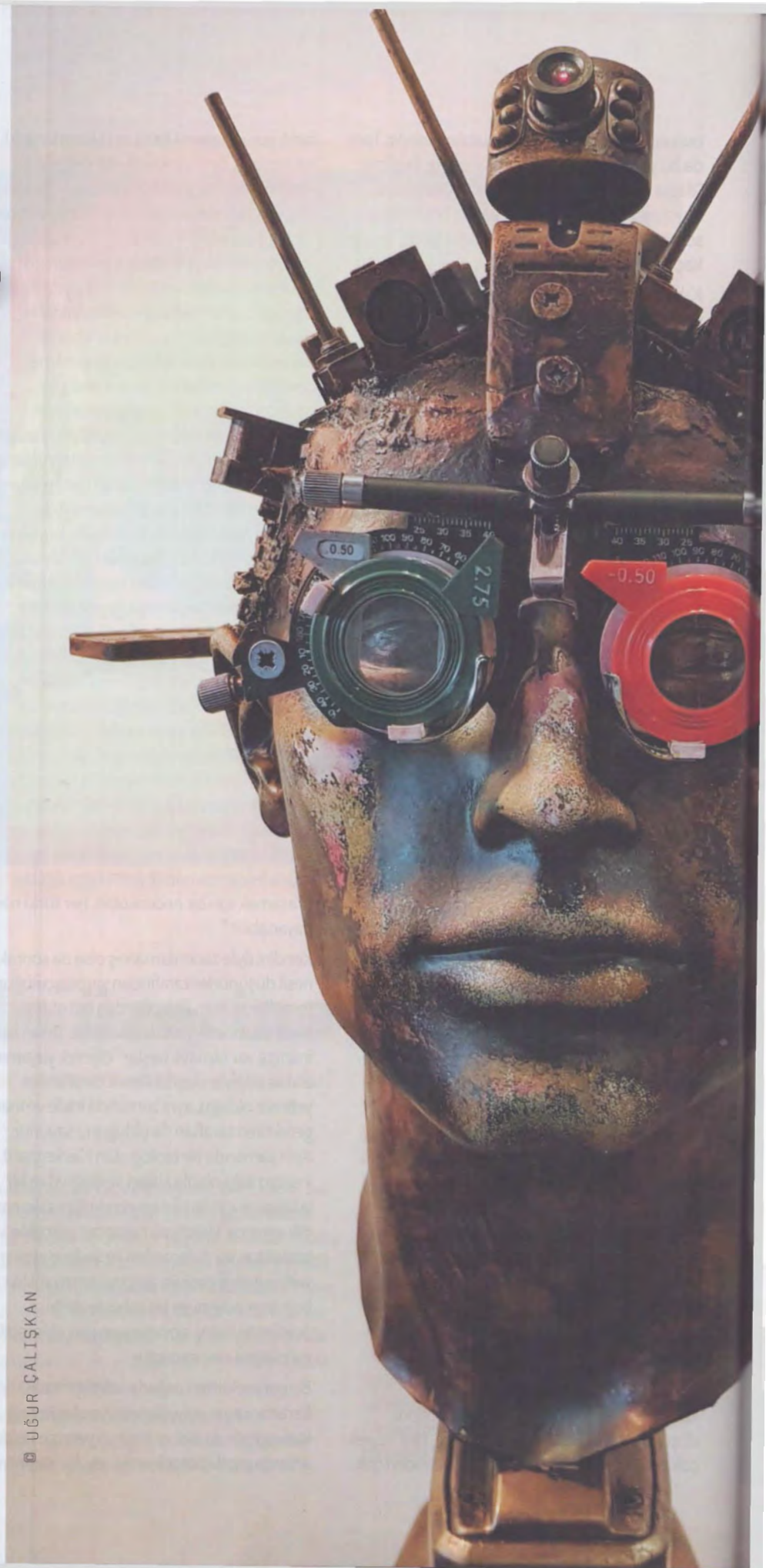
Kırmızı ve yeşilin aynı anda yandığı durumdur ambivalans. Sarı renk yoktur. Kırmızı veya yeşil peşi sıra yanmaz. İkisi aynı andadır.

Bir "Türk büyüğü" zamanında "fifti fifti" terimini toplum diline sokmuştu. İşte ambivalans bir "fifti fifti" durumudur.

Tam ortada olmasa insan, zaten bir karar verir. Ama her şey o kadar eşittir ki, seçeneklerden ikisi de çok geçerli ve değerlidir. Zaten trivalans olsa (yani üç seçenek olsa), bu kadar zor olmazdı.

Ambivalans, çoğunlukla mantığın tükendiği yerdir. Artılar ve eksiler birbirine eşittir. Avantajlar ve dezavantajlar tam bir dengedir.

Tam bir tahterevalli durumudur. Bir o yana, bir yana devrilir ama hep ortadadır. Sabit dursa neyse ama durmaz. Bir sarkaç gibi salınıp durur. Bir o yana, bir bu yana...



© UĞUR ÇALIŞKAN



Bu gidip gelişler insanı yorar. Bir taraftan diğer tarafa. Tam bir karar vermişken, diğer tarafın baskınlığıyla verilen kararların değersizleşmesi ve yeniden düşünmek. Yeniden ve yeniden...

Artılar bir yana, eksiler bir yana yazılır. Alt alta toplanır ama sonuç yine eşittir. Tekrar toplamanın ve analizin sonucu da aynıdır.

Buridan'ın eşeği bir paradoks olarak ambivalansı da çok iyi anlatır. Ambivalan kişiler, birer Buridan'ın eşeği örneğidir.

Aç ve susuz bir eşeğin önüne bir demet ot ve su konur. Eşek hangisini önce yiyeceğine karar veremez. Bu kararsızlık o kadar uzun sürer ki eşek sonunda ölür.

Tercihlerin her biri arzunun birer simgesidir. Tercihler eşitlendiğinde arzu sıfır olur. Arzunun sıfır olması enerjinin kaybolmasına değil, artmasına ama değer odaklı eylemin yönünü kaybetmesine yol açar.

Ambivalans, anlama ve eyleme geçme konusunda farklı olasılıkların olmasıyla ilgili doğal bir durumdur. Aslında açıklık ve bir fırsat halidir. Olanları bir yoldan daha fazla yolla görme ve anlama kapasitesidir.

Belirsizlik ve karmaşayı yaşama, anlama ve başa çıkma kapasitesidir. Farklı olası kendilikler ve farklı tercih edilen kendilikleri deneme ve zihinsel olarak keşfetme olasılığını barındıran yaratıcı bir durum ve yaratıcı bir haldir.

Ama insanın enerjisini emer...

Aslında kararsızlığın üç boyutu vardır. Şimdiki durum, değişmek ve değişmemek. Şimdiki durum, değişmek ve değişmemekten daha kolaydır. Çünkü şimdiki durum hepsini içerir. Durmak da bir eylemdir.

Ambivalans, değişim sürecinde, kişinin değişim olasılığını umutla düşünmeye, tasarlamaya ve keşfetmeye devam ettiği önemli bir durum ya da aşamadır. Karmaşık bir güvensizlikten çıkmak için "bir harita" oluşturma fikridir. Sorunun karmaşıklık içermesini engellemeyecek düzeyde bir sadeleştirme gerektirir.

Ambivalansı çözmek için bir adım geri atmak gerekir. Zıtlaşmadan doğan eylemsizliğin, büyük resmini görmek gerekir. Aslında bu eylemsizlik, içsel olarak bir eylem içermekle birlikte dışsal bir donuş halidir.

Kendine dışardan bakabilmek, kendini gözlemleme ile kendiyle yüzleşmenin her ikisinin de mümkün olduğu bir zihinsel duruma ulaşmak gerekir.

Ambivalansın uğultusu, bir patinajdır. İnsan aynı yerde döner durur. Her gün aynı şeyi düşünür ama bir yöne doğru değil, hep içe doğru bir eylem gerçekleşir. Ama ertesi gün yine büyük bir iştahla patinaja devam eder.

İşte bu durumda, beklemek, durmak veya ertelemek gerekir. Ambivalansın şehveti bu durmayı engeller. İnsan yine ve yeniden düşünmek ister. Ancak ertelemek, bir ateşkes yapmak perspektifi genişletir. Patinajı durdurur.

Sürekli düşünmenin şehvetini iptal etmek yerine ertelemek işe yarar. Zihnimize gidecek "Düşüneceğim ama şimdi değil, Pazar günü saat 21.00'de düşüneceğim" mesajı beyni rahatlatır. İşte o sırada düşünme tatilinden elde edilen dinginlik, yeni fırsatların doğmasına yol açar.

Ambivalansı çözmek, ormanda yol bulmaya benzer. Ormanda her yer ağaç, her yer patikadır. Eğer geldiğimiz yola benzer bir dönüş yolu bulamıyorsak, mantığımızı harekete geçiririz. Ama bazen mantık da işe yaramaz. İşte ambivalansın doğduğu yer burasıdır.

O zaman yapacak tek şey vardır. İçimizden gelen sese uyarız. Bu ses genelde doğruyu söyler. Bu sesin büyük çoğunluğu duygudur aslında. İçimizden gelen ses, aslında birçok veriden beslenir. Ancak bu veriler, bilincimizin farkında olduğu veriler değildir. Arkada bir yerlerde birikir ve sonunda doğru yolu gösterir.

Sınavlarda sık yaşanır. Sorunun yanıt seçeneklerini ikiye indiririz. Ama o ikili arasında karar veremeyiz. A'mı, B'mi? mantık karar vermez. Zaman ilerliyordur. İkisinden birisini işaretleriz. Tüm sorular bitince, tekrar o soruya döneriz. A'yı işaretlediysek, siler B'yi işaretleriz.

Ama doğru yanıt A'dır. İçimizdeki ses aslında doğruyu bulmuştur. "Fifti fifti" kalan mantık, ortalığı kirletmiş, mantıksız bir sonuca yol açmıştır.

Eğer durum "fifti fifti"yse, içinizdeki sese doğru gidin. En azından mantıksal bir hata yapmayacağınız kesindir...



Ambivalans
Kararsızlığın anatomisi



Şehnaz TUNA

Bireylerin kendilerini çatışan duygular arasında sıkışmış bulduklarında ortaya çıkan bir durum olan *kararsızlık* (*ambivalans*), "psikolojik olarak çelişkili tutumların bir arada bulunması ve duygusal çatışma hissi yaratması" olarak kavramsallaştırılır. Gündelik ifadede genellikle karşıt düşünceler, duygular veya davranışlar arasındaki çatışmayı ifade eden ve karşıt duyguların karmaşık bir dansına benzeyen bu olgu, insan varoluşunun dokusuna derin bir şekilde nüfuz eder. Leon Festinger'in (1962), bireylerin içsel tutarlılık için çabaladıklarını ve çelişkili bilgi veya duygularla karşılaşıldığında rahatsızlık durumunun ortaya çıktığını öne süren "bilişsel uyumsuzluk" (*cognitive dissonance*) kuramı kararsızlığın kökenlerine dair değerli bilgiler sağlar. Rahatsızlık, bireylerin tutarsızlığı çözmeleri ve bilişsel uyumu yeniden sağlamaları için bir motivasyon kaynağı görevi görür. Dolayısıyla kararsızlık, insan zihninin inanç ve tutumlarındaki sürekli tutarlılık arayışının bir tezahürü olarak görülebilir. Seçeneklerin bol olduğu bir dünyada kararsızlık, sıklıkla seçim paradoksuna bir yanıt olarak ortaya çıkar. Kariyer yollarından ilişkilere kadar hayatın çeşitli yönlerinde seçeneklerin çokluğu, yanlış karar verme korkusuna yol açabilir. Bu korku, bireyler keşfetme arzusu ve güvenlik ihtiyacıyla boğuştukça, çatışan duyguların ortaya çıkmasına neden olur. Seçim karşısında yaşanan kararsızlık felç edici olabilir, karar verme becerisini engelleyebilir ve seçilen yola ilişkin yaygın bir tatminsizlik duygusunu besleyebilir.

Eugen Bleuler "ambivalans" kelimesini ilk kez 1910'da verdiği bir konferansta kullandı ve kararsızlığın üç türünü birbirinden ayırdı. İlk olarak, *gönüllü kararsızlığı* "bir şeyi fazla yapmak ya da yapmamak" ya da "bir şeyi fazla yapmak yerine başka bir şeyi yapmak" olarak tanımladı. İkinci olarak Bleuler, "ikincil süreç düşünme ve akıl yürütmedeki kararsızlığı" ifade eden *entelektüel kararsızlığı* tanımladı. Entelektüel kararsızlık kendisini iki farklı yoldan biriyle gösterir: (a) dilbilimsel olarak, karşıtların tek bir kelimede yoğunlaşması olarak veya (b) bilişsel olarak, deneyimin hem olumlu hem de olumsuz şekillerde eşzamanlı yorumlanmasıyla ortaya çıkması olarak. Kardeşini "sween" -tatlı (*sweet*) ve kötünün (*mean*) birleşimi- olarak etiketleyen bir çocuk, bu nedenle entelektüel kararsızlığın sözel karışımını sergiliyor demektir. Hem gönüllü hem de entelektüel kararsızlık, tüm bireylerin her gün karşılaştığı bilinçli, nevrotik olmayan çatışmalara atıfta bulunur. Bleuler'in üçüncü tür kararsızlığı olan *duygusal kararsızlık* "aynı nesneye veya nesne temsiline yönelik sevgi ve nefret duyguları"nı ifade eder. Bleuler, bu üç ambivalans biçiminin iç içe geçmiş olduğunu vurgulasa da duygusal ambivalansın en patolojik biçim olduğunu da belirtmiş ve ambivalans terimini şizofreninin "dörtA" adını verdiği temel semptomlarından biri olarak dahil etmiştir (diğerleri otizm [*autism*], çağrışım [*association*] ve duygulanım [*affection*] bozukluklarıdır.) Sigmund Freud da kendi yazılarında duygusal kararsızlığa odaklanmıştır. "Kararsızlık" terimini ilk kez 1912'de kullanmış ve kararsız duyguların normatif bir deneyim olduğuna inanmasına rağmen, bu tür duyguların yüksek düzeyde olmasının özellikle nevrotik kişilerin karakteristik özelliği olduğunu belirtmiştir. Kararsızlığı "sevgi ve nefretin aynı nesneye yönelik eşzamanlı varoluşu" olarak tanımlayan Freud, Bleuler'in aksine kararsızlık tanımını öncelikle bilinçdışı duygularla sınırlamış, düşünceleri veya eylemleri dışarıda bırakmıştır. Ayrıca kararsızlık nesnesini deneyimleri veya fikirleri hariç tutarak insanlarla sınırlamıştır. Freud'a göre, duygusal kararsızlığın gelişimi ve sürdürülmesi, yaşam ve ölüm içgüdülerinin yetersiz





Seçeneklerin bol olduğu bir dünyada kararsızlık, sıklıkla seçim paradoksuna bir yanıt olarak ortaya çıkar. (...) Bireyler kararsızlığı bir engel olarak görmek yerine, kendini keşfetme ve dönüştürme potansiyelinden yararlanmayı öğrenebilir.



kaynaşmasından veya bütünleşmesinden kaynaklanmaktadır. Karşıt duygular bir arada ortaya çıkar ancak tek, bütünleşmiş bir duygusal durumda kaynaşmazlar. Bu bütünleşme eksikliği, eşzamanlı, karşıt duyguların salt varlığının kararsızlık için gerekli ancak yeterli olmayan bir koşul olduğunu öne süren Melanie Klein tarafından daha da güçlü bir şekilde vurgulanmıştır. Klein'a göre kararsızlık, karşıt duyguların parçalanması ve birleşmemesiyle ortaya çıkan hoşgörüsüzlüktür (Sincoff, 1990).

"Bir aşk nesnesinin kaybı, aşk ilişkileri ndeki kararsızlığın etkili olması ve açığa çıkması için mükemmel bir fırsattır" (Sigmund Freud, "Yas ve Melankoli").

Çoğu psikanalist, karar vermeye izin veren faktörlerden ziyade, karar vermeyi engelleyen kararsızlığı vurgulasa da farklı psikanaliz ekolleri, kararsızlığın ne ölçüde parçalanmayı gerektirdiği ve ne ölçüde çelişkinin doğası gereği patolojik olduğu konusunda fikir ayrılığına düşer. Kararsızlık meselesi Melanie Klein'ın gelişimsel teorilerinin merkezinde yer alır. Freud'un yaşam ve ölüm içgüdüsünü içeren ikili içgüdü teorisini ve Abraham'ın oral ve anal psikoseksüel gelişim evrelerinin agresif alt bölümlerini içeren libido teorisini genişletmesini birleştirir. Hayatın ilk yıllarında hem Eros'un (aşk) hem de Thanatos'un (nefret) anne nesnesine yönelik olduğunu öne süren bu teoride, bebek ilk başta anneyi "iyi" (mevcut ve besleyici) meme ile "kötü" (mevcut olmayan ve mahrum eden) memeden oluşan kısmi nesne olarak algılar. Klein bunu "paranoid-şizoid konumu" olarak adlandırır. Bebek, anneyi bir bütün olarak algılamaya başladıkça annenin hem iyi hem de kötü niteliklere sahip olması ikilemiyle yüzleşmek zorundadır (Corradi, 2013).



Genel olarak örtüşen "yaklaşma-kaçınma" eğilimleri olarak tanımlanan, davranışsal, bilişsel veya duygusal olarak ortaya çıkan ve belirli bir kişiye veya deneyime yönelik olan kararsızlık, birçok farklı psikolojik literatürde önemli bir rol üstlenmektedir. Psikopatolojinin psikanalitik teorilerinde olduğu kadar normal psikolojik işlevselliğe yönelik sosyolojik, bilişsel, gelişimsel ve psikometrik yaklaşımlarda da önemli bir rol oynar. Gerçek dünyada kararsızlıkla ilgili sosyolojik bakış açıları, insanların hayatları boyunca meydana gelen büyük olaylara ve toplumsal hareketlere karışık duygularla tepki verdiklerini varsayar. Kişiler bulundukları ortamdan önemli miktarda bilgi alabilir, bilgiyi aktif olarak kendileri üretir ve ararlar, ancak yine de bilgiyi bir çatışmayı veya ikilemi çözmelerine olanak sağlayacak şekilde bütünleştirmeyi başaramazlar. Janis ve Mann (1977) tarafından önerilen "kararsal çatışma çözümü" modeli, karar vermeye yönelik normatif bir yaklaşımı göstermektedir; ideal olarak rasyonel kararların nasıl alınması gerektiğini gösterir. Yazarlar karar çatışmasını "bireyin belirli bir eylem tarzını kabul etme ve reddetme konusundaki eşzamanlı karşıt eğilimleri" olarak tanımlamaktadır. O halde karar çatışması olası bir kararsızlık örneğini temsil eder (Sincoff, 1990).

Benedek (1997) ambivalans olgusunu, psikanalitik teorinin temel kavramlarından cinsiyetler arasındaki ilişkiyi içeren sosyo-kültürel süreçlerin epigenetik fenomenlerine kadar olan aralığı kapsayan bir çerçevede ele almıştır. Benedek içgüdüyü hayatın gizemi olarak tanımlar. "Bu, her organizmada doğuştan gelen yaşam dürtüsüdür. İçgüdü,

biyokimyasal ve psişik enerjinin birikmesiyle ortaya çıkar. Enerji, kutupluluğu ve kuvvetlerinin yönü ile karakterize edilir. İçgüdü, yaşam enerjisi anlamına geldiğinden ve tüm enerjilerin pozitif ve negatif kutupları olduğuna göre, içgüdülerin ikircikli güçler olduğunu söyleyebiliriz ve ikircikliliği, pozitif ve negatif katetik enerjinin salınımı olarak tanımlayabiliriz." Kararsızlık, içgüdüsel enerjinin iki kutbunun psişik temsili olarak tanımlanır: aktif = pozitif, pasif = negatif. Cinsel içgüdünün (*sexual instinct*) psişik temsili olan cinsel itki (*sexual drive*), potansiyel olarak ikircikliidir. İlkel erkeklerin yaşadığı ikircikli duygu durumunun içeriden tehlike anlamına geldiği, cinsel itkiye karşı savunmayı harekete geçirdiği varsayılır; dolayısıyla cinsel itkinin bastırılması çatışmanın gelişmesinden önce gelir. Birincil kararsızlığın psikolojik sonucu, itkinin nesnesine karşı kararsız tutumları içeren duygusal kararsızlıktır. Cinsel itkinin birincil kararsızlığı kavramı aktif, dışa dönük erkek cinsel itkisinden türetilmiştir. Kadınların birincil içgüdüsel kararsızlığı pasif cinsel itkiye atfedilemez; bunun kökleri kadın üreme psikobiyolojisine dayanmaktadır. Çocuk doğurma ve annelik konusundaki olumlu eğilim ve istek, hamilelik ve ölüm korkusuyla karşı karşıyadır. Birincil içgüdüsel kararsızlık, her cinsiyetin genetik bir özelliğidir. "Cinsiyetlerin kutuplaşması" birincil kararsızlığın kaynağından uzaktır. Cinsiyetin genetik yapısından kaynaklanan cinsiyet kutupluluğu, cinsellik ve kültürün karşılıklı etkisiyle şekillenen epigenetik bir olgudur. Kastrasyon korkusu ve penis kıskançlığı, kararsızlığı ifade eden odak çatışmalardır. Birincil kararsızlığı iyileştirme sürecinde gelişen kutupluluk, cinsel çekiciliği harekete geçirme ve cinsel gerilimi artırma işlevi görür.

Kararsızlığa yönelik bazı yaklaşımlar daha çok insanların inançlarına odaklanırken, diğerleri daha doğrudan tutumlarına odaklanır. *Ambivalance and Attitudes* (*Kararsızlık ve Tutumlar*) başlıklı çalışmanın yazarları Spark ve Conner'a göre (2002), tutumsal kararsızlığa son zamanlarda duyulan ilgi, kısmen tutum yapısının boyutlarına olan ilginin yeniden canlanmasına ve kararsızlığın bu yapıya olan uyumunun gücüne bağlıdır. Tutumsal kararsızlık, "...bir kişinin bazı psikolojik nesnelere karşı karışık duygulara (olumlu ve olumsuz) sahip olduğu" psikolojik bir durum olarak tanımlanabilir. Kararsızlığın farklı sonuçları üzerinde yapılan araştırmalarda elde edilen bulgular tutum araştırmasında yer alanlar için kararsızlığın önemli bir konu olduğu ve kararsızlığın tutum gücünün bir ölçüsünden beklenebilecek etkilerin çoğunu ürettiği görüşünü desteklemektedir. Ve en güçlü kanıtlardan birinin, kararsızlığın "tutum-niyet" ve "tutum-davranış" ilişkileri üzerindeki düzenleyici etkileriyle ilgili olduğu savunulmaktadır. Bu görüşe göre kararsız tutumlara sahip olanlar, tutumları ve niyetleri ya da tutumları ve davranışları arasında önemli ölçüde daha zayıf bağlantı sergilerler.

Klinik deneyimler, ambivalansın özellikle birden fazla nesneyi kapsadığı durumlarda sıklıkla (a) öznel sıkıntıya veya (b) karar verememeye neden olacak kadar şiddetli bir yoğunluğa ulaştığını göstermektedir. Sosyal ve kişilerarası faktörler, bireyin belirli nesnelere yönelik kararsızlığını etkileyebilir. Gerçekten de kararsızlık bazı bireylerde belirli durumlara bağlı olabilirken, diğer bireylerde eğilimsel bir durumu temsil ediyor olabilir (Sincoff, 1990).

İkilemin çözüldüğü ve bir karar verildiği durumlarda, eş veya kariyer seçimi gibi son derece önemli kararlardan duyulan pişmanlık, karar


© EDA ÇIĞIRLI

sonrası çatışmaya neden olabilmektedir. Kararı savunmacı bir şekilde yeniden onaylamanın yanı sıra, birey bu tür çatışmayı kararın uygulanmasını kısıtlayarak veya hatta kararı geri alarak veya tersine çevirerek çözebilir. Genel bir kural olarak, kararsız insanların birçok ikilem türü nedeniyle nispeten yüksek düzeyde pişmanlık ve karar sonrası çatışma yaşama eğiliminde olması, kararsız olmayan kişilerin ise ya genel olarak daha düşük düzeyde pişmanlıkya da yalnızca belirli, istisnai koşullar altında yüksek düzeyde pişmanlık yaşaması mümkündür.

Kararsız insanların bilişsel özelliklerini özetlemek gerekirse, kararsız kişilerin ikilemlerinin nüansları hakkında işleyip entegre edebileceklerinden daha fazla bilgi arayabildiklerini ve değerlendirebildiklerini söyleyebiliriz. Kararsız insanlar aynı zamanda ilgili veya ilgisiz çeşitli bilgilere atfedilecek değerlerden de emin olmayabilirler. Belli kişilik eğilimlerinin de bireyi ikilemde "sıkışmış" bırakarak kararsızlığı kolaylaştırması muhtemeldir. Potansiyel veya fiili kararlardan dolayı nispeten yüksek düzeyde pişmanlık yaşayabilecek kararsız kişilerin pişmanlık, suçluluk ve diğer türden öznel sıkıntılar, önceki kısmi kararların sürekli olarak geri alınmasını veya tersine çevrilmesini teşvik ederek kararsızlığı sürdürebilir. Obsesyonel ve depresif hastalar bu kalıba özellikle yatkın olabilirler.

Kararsızlık bireysel deneyimlerle sınırlı olmayıp aynı zamanda toplumsal dinamiklere de yansıyabilmektedir. Kolektif düzeyde, çatışan tutumlar ve



değerler toplumsal gerginliğe ve kutuplaşmaya yol açabilir. Siyasi ideolojiler, kültürel normlar ve etik ikilemler gibi konular sıklıkla topluluklarda kararsız tepkilere yol açarak toplumsal söylemin karmaşıklığına katkıda bulunur. Toplumsal düzeyde kararsızlığı anlamak ve ele almak, empatiyi, açık diyaloğu ve kolektif çatışmaların çözümünü geliştirmek için gereklidir. Kişilerarası ilişkiler alanında kararsızlık da bireyler arasındaki dinamiklerin şekillenmesinde önemli bir rol oynar. Çatışan duyguların itilmesi ve çekilmesi, sevgi ve kızgınlığın, bağlılık ve özgürlüğün bir arada var olduğu romantik ilişkilerde özellikle belirgin olabilir. Çözülmemiş çatışmalar iletişim kesintilerine, duygusal mesafeye ve genel ilişki tatminsizliğine yol açabileceğinden, kararsızlıkla başa çıkmak sağlıklı ilişkileri sürdürmek için çok önemlidir.

Kararsızlık başlangıçta korkutucu bir deneyim ya da bir rahatsızlık kaynağı olarak algılansa da bunu benimsemek kişisel gelişim için güçlü bir katalizör olabilir. Çatışan duyguları tanımak ve keşfetmek, bireylerin kendi içsel benliklerine dair içgörü kazanmalarına olanak tanıyarak kişisel farkındalığı ve duygusal zekâyı geliştirecektir. Bireyler kararsızlığı bir engel olarak görmek yerine olgunun kendini keşfetme ve dönüştürme potansiyelinden yararlanmayı öğrenebilirler. Çelişkili duygulardan oluşan karmaşık dokusuyla birlikte kararsızlık, insan doğasının kaçınılmaz bir yönüdür. Sevgi ve nefret dolu duyguların, olumlu ve olumsuz yorumların ve yaklaşma-kaçınma davranışlarının arasında yol almak zor olsa da bu olgu kişinin kendini keşfetmesi, büyümesi, zihninin ve kalbinin karmaşıklıklarını daha derinlemesine anlaması için bir fırsat sunar. Kararsızlığı benimseyip bunun duygusal yaşamlarımıza kattığı zenginliği kabul ederek dayanıklılığımızı geliştirebilir, çatışan duyguların gelgitleri arasında daha kolay yol alabilir ve kendimizi gerçekleştirmeye yönelik yolculuğumuzu zenginleştirebiliriz.

Kaynakça

- Benedek, T. (1977), Ambivalence, Passion, and Love, *Journal of American Psychoanalatic Association*, 25(1), http://doi.org/10.1177/000306517702500103
- Conner, M. & Sparks, P. (2002), Ambivalence and Attitudes, *European Review of Social Psychology*, 12:1, 37-70, http://dx.doi.org/10.1080/14792772143000012
- Corradi, R. B. (2013), Ambivalence: its development, mastery, and role in psychopathology, Bull Menninger Clin., 77(1):41-69., http://doi:10.1521/bumc.2013.77.1.41
- Festinger, L. (1962), Cognitive Dissonance. *Scientific American*, 207(4), 93–106.
- Sincoff, J. B. (1990), The psychological characteristics of ambivalent people. Clinical Psychology Review, Vol.10, 43-68, https://doi.org/10.1016/0272-7358(90)90106-K
- Türk Dil Kurumu, https://sozluk.gov.tr, (Erişim 31 Ocak 2024)



© EDA ÇIĞIRLI

Zor kararlar ve hayatımızın yolcuları

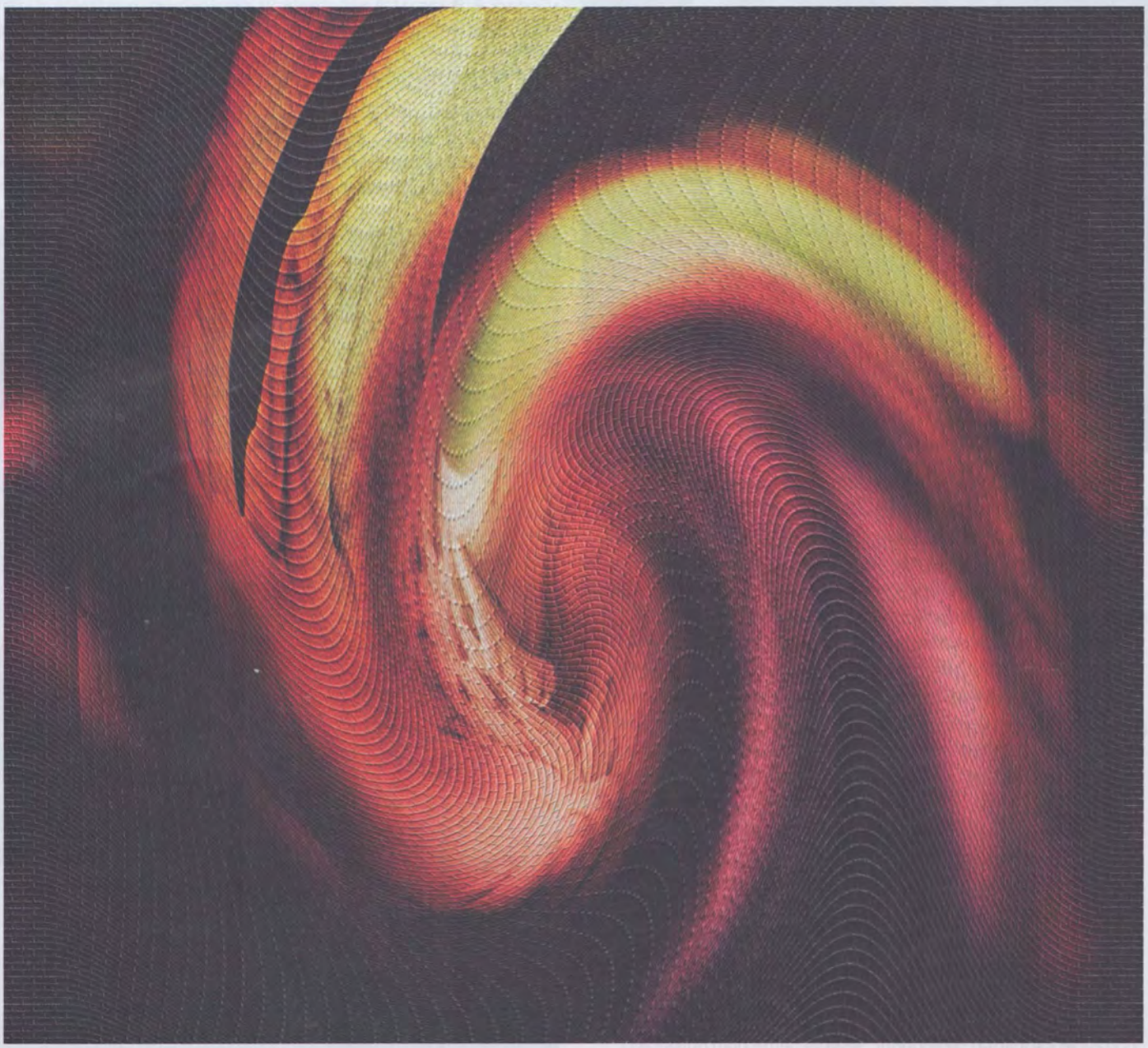


Ahmet NALBANT



Alişan Burak YAŞAR

Kararsızlık veya öyle gibi gözüken anlar bazen bir girdap gibidir. Bizi içine bir kez aldı mı çıkmak zorlaşır. Öyle ki, ne kadar süredir bu girdabın içinde olduğumuzu bile unuturuz. (...) Peki ne oluyor da bazen kendimizi bu girdabın içinde buluyoruz?



© TANJU AKLEMAN

Karar vermek hepimizin hemen her gün yapmak durumunda kaldığı bir eylem. Hemen her gün ve tüm hayatımız boyunca küçük ya da büyük, anlık ya da daha uzun vadeli konular için karar vermemiz gereken yol ayrımlarında buluruz kendimizi. Bugün ne yesem, bugün ne giysem, nasıl bir kariyer seçsem ya da bu hayatta kim olsam? Kendimizi bu yol ayrımlarında bulduğumuzda, bazen zihnimizde göz açıp kapayıncaya kadar bir karar belirir ve ona uyarız. Kimisinde karar verdiğimizin farkında oluruz, kimisinde olamayız. Ama hayat sıklıkla seçenekler ve yol ayrımlarından oluşur. Bazen de karar vermek günler hatta haftalar boyunca üzerinde durduğumuz bir konu olur. İşte böyle anlara, böyle anlarda yaşadığımız deneyime kararsızlık deriz.

Farklı görüşler olsa da, özellikle "Kabul ve Kararlılık Terapisi"nin teorik yaklaşımında kaslarımızla yaptığımız hareketler gibi bir konu hakkında düşünmek ve düşünmeye devam etmek de bir tür "davranış" olarak kabul edilir. Bunun doğrudan dışardan gözüküp gözükmemesi önemli değildir, gözükmüyor oluşu bunun bir davranış olmasını değiştirmez. Bazen dışardan bakan biri için kararsız görünürken, kendimiz farkında olsak da olmasak da aslında "düşünmeye devam etme" kararı almış olabiliriz.

Kararsızlık veya öyle gibi gözüken işte bu anlar bazen bir girdap gibidir. Bizi içine bir kez aldı mı çıkmak zorlaşır. Öyle ki, ne kadar süredir bu girdabın içinde olduğumuzu bile unuturuz. Hemen ardından aldığımız karar veya karar olduğunu fark etmeden karar vererek yaptığımız bir davranış, çok sonraları bakınca aslında bizim hayat amaçlarımıza göre çok da bizim yapacağımız bir şey değilmiş gibi bile gözükebilir. O an nasıl öyle bir karar verdim derken kendimizi bulabiliriz (veya kararsız kalacak şekilde davranmaya karar verdim).

Peki ne oluyor da bazen kendimizi bu girdabın içinde buluyoruz? Bu sorunun cevabı kişiden kişiye ve hatta aynı kişi için durumdan duruma farklı olabilir. Bu yazıda hayatın bizi sürüklediği ve zor kararlar vermemiz gereken yol ayrımlarında ortaya çıkan ve bizi girdaba sürükleyen duygularla olan ilişkilerimizden bahsedeceğiz.

Duyguların devreye girdiğini fark etmek

Zihnimizde herhangi bir durum için "Ne yapmalıyım?", "Hangi kararı vermeliyim?", "Hangisi en doğru karar?", "Ne yapacağımı bilmiyorum!", "Şimdi ne yapacağım?" gibi düşünceler belirmeye başladığında ve bu düşüncelerle fazlaca vakit geçirmeye başladığımızda, içinde bulunduğumuz yol ayrımında duygularımızın devreye girmeye başladığını fark edebiliriz. Bu duygular "Ya bu kararı verince pişman olursam?" durumundaki gibi pişmanlık, "Bu kararı verince insanlar benim hakkımda ne düşünür?" ifadesinde olduğu gibi suçluluk ya da "Ya hata yaparsam?" durumunda olduğu gibi korku olabilir. Hangi duygu olursa olsun, duygular devreye bir kez girdi mi karar vermek gittikçe güçleşir ve kendimizi kararsızlık girdabının içinde bulmaya başlayabiliriz. Hayatımızla ilgili "mantıksal olarak en doğru" kararın ne olduğunu bilsek bile duygular bu "en doğru" kararları almamızı zorlaştırır.

Zorlayıcı duygulardan uzaklaşmak

Canlı bir varlık olmanın en temel ve gerekli özelliklerinden biri, hoşumuza gitmeyen, bizi zorlayan hatta belki bize zarar verebilecek şeylerden uzakta durmaktır. Kötü kokan bir yiyeceği yemekten, bize zarar verebilecek ateşten ya da başka bir canlıdan mümkün olduğu ölçüde uzakta dururuz. Öyle ki, bu durumların ortaya çıkabileceği ortamları bile mümkün olduğunca engellemeye çalışırız. Bunlar çoğunlukla hayatımıza devam etmemiz için elzem şeylerdir.

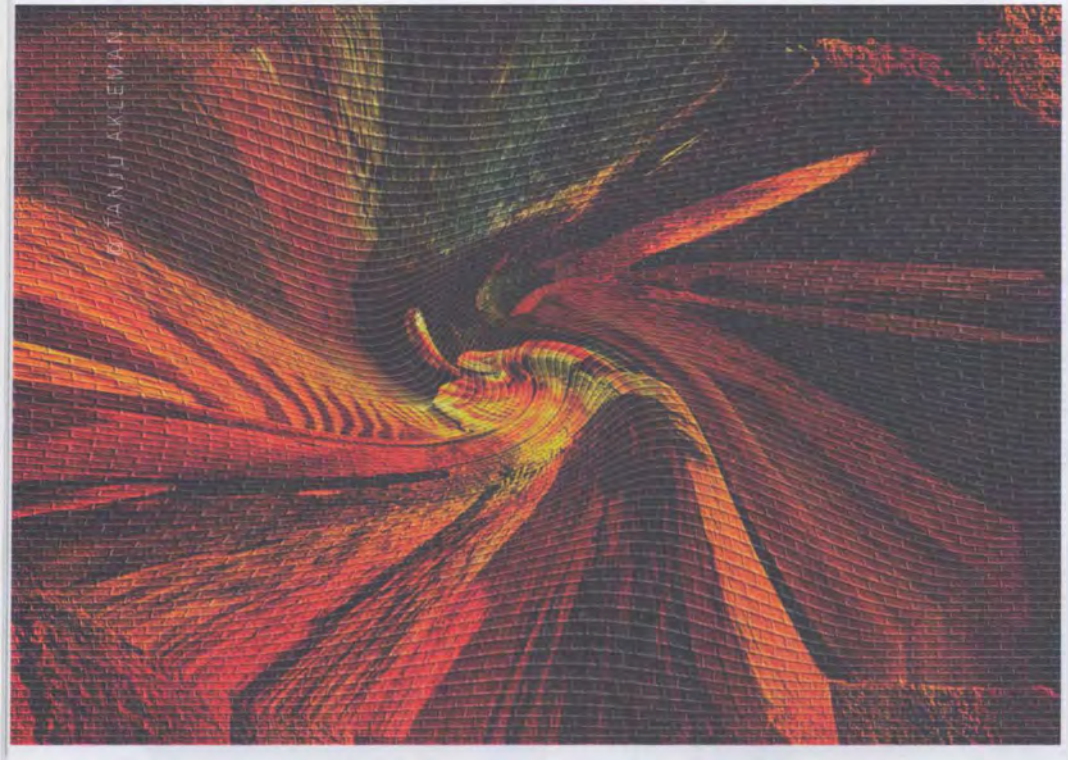
İnsanlar olarak hoşumuza gitmeyen şeylerden uzak durma davranışımızı aynı zamanda bedenimizin içindeki olaylar için de uygularız. Belli şeyleri düşünmemeye ya da hissetmemeye çalışırız; benzer şekilde, hoşumuza gitmeyecek düşünceleri ya da duyguları ortaya çıkartabilecek durumların oluşmasını mümkün olduğunca engellemeye çalışırız. Çevremizde olup biten ve hoşumuza gitmeyen olaylardan uzaklaşmak ne kadar gerekli ve faydalıysa, bedenimiz içinde gerçekleşen olaylardan uzaklaşmaya çalışmak bir o kadar faydasızdır. Bunun yanında gerekli de değildir... Bunun ötesinde anlamlı bir hayat yaşama yolunda zararlı bile olabilir...

Kendimden ne kadar uzaklaşabilirim?

Etrafımızda olup biten ve bize rahatsızlık veren şeylerden uzaklaşabiliriz ya da bunları değiştirebiliriz. Eğer sıcak bir odada oturuyorsam ve bundan rahatsız oluyorsam pencereyi açıp serinleyebilirim. Eğer bulunduğum ortam gürültülüyse ve bundan rahatsız oluyorsam o ortamı terk edebilirim. Ancak, belli bir durumda kaygı hissediyorsam ve bundan uzaklaşmaya çalışırsam, bu yöntem her ne kadar anlık olarak işe yarayabilecek olsa da bu, gideceğim yeni yere bu kaygımla birlikte gidiyor olacağım gerçeğini değiştirmez. Çünkü zorlayıcı duygular ve düşünceler tıpkı bedenimde yer alan kolum, bacağım, gözüm, kulağım gibi bana ait parçalardır. "Kabul Kararlılık Terapisi"nin adındaki "kabul" bazen yanlış anlaşılsa da işte esas kritik noktası buradır. Benim duygularım ve düşüncelerimden ibaret olmadığımı hatırlamak ve onların benim birer parçam olduğunu ama sadece parçalarımın bir kısmı olduğunu kabul etmek anlamlı hayat yaşamanın önemli koşuludur. Çünkü aksi zaten mümkün de değildir.

Herhangi bir konuda karar vermek bazen çok zordur çünkü "en iyi" kararı vermeye çalışırken bizi zorlayan birçok duyguyla karşı karşıya geliriz. İçinde bulunduğunuz bir ilişkiyi bitirme ya da bitirmeme konusunda karar vermeye çalıştığınızı bir düşünün. Eğer ilişkide kalmaya devam ederseniz zihniniz size zamanında gerekli adımları atmadığınız için pişmanlık hissedeceğinizi söylüyor. Diğer yandan aynı zihniniz eğer ilişkiyi sonlandırırsanız partnerinizi üzeceğiniz için suçluluk hissedeceğinizi belirtiyor.

İşte böyle yol ayrımlarında hemen hepimiz ne suçlu ne de pişman hissedeceğimiz bir senaryoyu arar dururuz. Belki günlerce, belki haftalarca ya da aylarca... Bu konu hakkında düşünmemeye çalışırız, bu konunun gündeme gelebileceği



durumları engellemeye çalışırız ve hatta dikkatimizi olabilecek en alakasız yerlere yönlendirmek için elimizden geleni yaparız. Fakat insan kendine ait olandan ne kadar uzaklaşabilir ki? Dışarıdaki bir aslandan kaçabilirsiniz ya da onla savaşabilirsiniz belki, ama hadi bakalım aslanmış zannettiğimiz içerdeki duygu ve düşüncelerden koşarak kaçın veya onlara bir yumruk sallayın; ne mümkün...

Kendimden uzaklaşmam gerekmediğinde

Sizi herhangi bir durum için karar vermek açısından zorlayan duygularınızın size bu hayat yolculuğunda eşlik eden birer yolcu olduğunu hayal edin; onlarla bir arabaya bindiğinizi ve yolculuğa çıktığınızı... Yol boyunca yolcular size nereye gitmeniz veya yavaş ya da hızlı gitmeniz gerektiğini söyler dururlar. Belli bir yöne doğru gittiğinizde başınıza neler gelebileceğini, hangi zararlara uğrayabileceğinizi, bazen kısık sesle bazen de bağıra çağıra ifade ederler. Kararsızlık dediğimiz o yol ayrımlarını bir düşünün: "Bunu seçersen pişman olacaksın!" (pişmanlık yolcusu); "Bu seçimin sana zarar verecek!" (korku yolcusu); "Hata yapıyorsun!" (suçluluk yolcusu).

Yolcular, hemen her zaman bizim geçmiş tecrübelerimiz, etrafımızdan duyduğumuz ya da öğrendiğimiz deneyimler doğrultusunda bizi yönlendirirler ve bu açıdan söyledikleri çoğu zaman oldukça akla yatkın ve makul söylemlerdir. Tam da bu yüzden onlara kulak tıkamak ya da onları göz ardı etmek bizim için kıymetli tecrübelere sırt çevirmek manasına gelir. Bunun yerine bu zorlayıcı duyguların birer "yolcu" olduğunu hatırlamak bizim kararsızlık girdabından çıkmamıza yardımcı olabilir.

Yolcular ne yöne ve nasıl gitmemiz gerektiğini söylerse söylesin, bu arabayı kontrol eden sadece bir kişi var. Bu araç bize ait ve direksiyonda biz varız. Hatta bu zorlayıcı duygular bu anda burada bizim için varlar. Aslında bugün yaygın kullanılan psikoterapi yöntemlerinin pek çoğu, gerçeklikle doğrudan teması mümkün olmadığı için hepsi bir yere kadar sanal olan geçmiş, bugün ve gelecek imgeleri, düşünce ve duygularından bağımsız davranacak şekilde davranış repertuvarımızı genişletmek, esnetmek ve sık sık direksiyona yeniden geçecek farkındalık ve güce kişinin geri dönmesini kolaylaştırmayı hedefler. Yolculuğa dönersek:

Hayat bizi kolay olmayan seçimler yapmaya zorladığında ve seçenekler arasında sıkıştığımızda yolcuları fark ederek işe başlayabiliriz.

- Şu an hangi yolcular benimle?
- Nereye gitmem gerektiğini söylüyorlar?
- Neden bu yolu tercih etmem gerektiğini söylüyorlar?

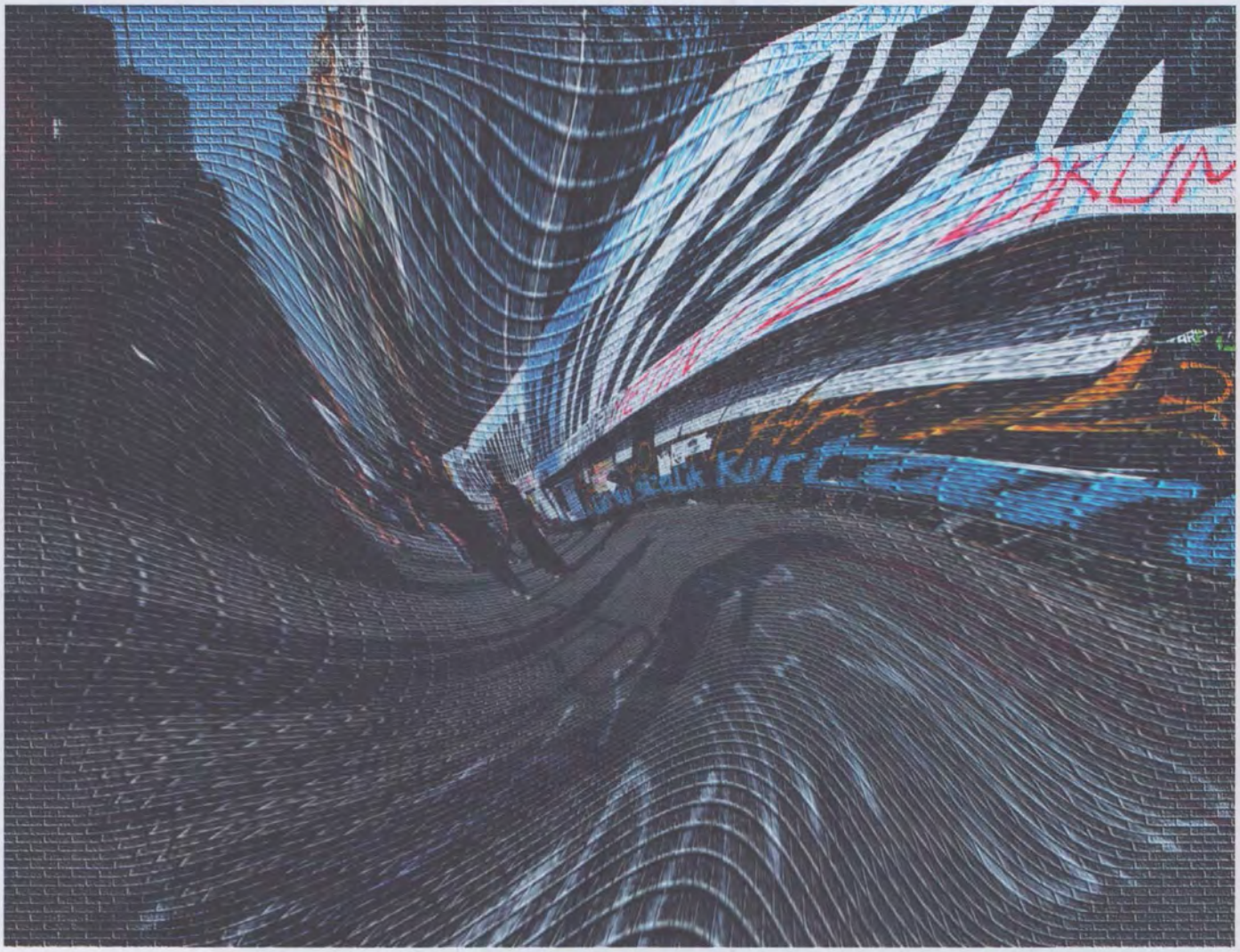
Tüm bunları fark ettikten sonra direksiyonda kimin olduğunu fark edin. Belli bir yöne doğru gitmeye yeltendiğinizde bunun kimin kararı olduğunu kendinize sorun: Yolcuların mı, benim mi?

Günün sonunda ideal ya da zor sonuçlar doğurmayan kararlar ne yazık ki yoktur. Eğer öyle olsaydı, karar vermek bu kadar zorlayıcı olmazdı. Hayatın bizi getirdiği bu yol ayrımında sadece tercihler ve bu tercihlerin getireceği yolcular var.

Yine de ideal olmayan kararı da verebileceğimizi, elimizden gelenin en iyisini yapabileceğimiz kabulü oldukça huzurludur. O an için elinizden gelenin en iyisini yapmaktan öte elinizden bir şey gelmez. Elimizden gelenin en iyisi olduğunu düşündüğümüz karar doğrultusunda davranabilmek, harekete geçmek için bazı önemli noktalar vardır. Az önce konuştuğumuz konular "değişim" için ya da başka bir tabirle "harekete geçmek" için kritik noktalardan "önemli bulma" noktasını vurgular. Bu aşamada hem kendimiz hem diğerleri için iki kritik nokta vardır. "Motivasyonel Görüşme" yöntemi bu iki kritik noktayı "önemlilik" ve "kolaylık" olarak tariflemiştir... Şimdi burayı biraz açalım.

Kararsızlık, bir diğer ifadeyle "ambivalans", hayatın her anında, her saniyesinde olağan ve beklendik bir durumdur. Şimdi böyle kararsızlık anlarında kişilerin kendi iç motivasyonlarını keşfetmesi ve değişim için gerekli adımları atacak şekilde ilerleyebilmesi için kritik olan önemlilik ve kolaylılığa göz atalım:

1) Önemlilik: Karar anında, genellikle "harekete geçmek" için yapacağımız şeyi yapmanın "anlamı", bir "önemi" olması anahtar bir faktördür. Bir birey, harekete geçmeyi yalnızca anlamlı bulduğunda, bu değişimi gerçekleştirmek için gerekli motivasyona sahip olabilir. Önemlilik,



© TANJU AKLEMAN

bireyin değerleri, hedefleri ve inançlarıyla yakından ilişkilidir. Kararsızlık anlarında kişinin bu değerlerini ve harekete geçmeye yönelik arzularını keşfetmesi harekete geçmesini kolaylaştırır. Buradaki "anlam" konusuna emek vermek bireyin karar vermeye yönelik içsel motivasyonunu artırır ve ona hangi yönde olursa olsun vereceği kararda dirayet edebilmesini sağlar. İşte Az önceki sorular, biraz da bu amacı gerçekleştirmek ve kolaylaştırmak içindir.

2) Kolaylık-Engelleri Aşmak: Karar sürecindeki bir diğer önemli faktör ise "kolaylık"tır. Bireyler, harekete geçme sürecinin kendileri için ulaşılabilir ve yönetilebilir olduğuna inandıklarında, adım atmaya daha istekli olurlar. Kişiler vereceği kararlarda karşılaşabileceği zorlukları ve engelleri uygun şekilde tanımlar ve bunların üstesinden gelmek için kolaydan zora ve aşama aşama stratejiler geliştirirse harekete geçme ihtimalleri artar. Böylece birey, harekete geçmenin gerçekleştirilebilir ve hareketin amacı olan sonucun ulaşılabilir olduğuna inanır. Böylece bu süreçte daha aktif bir rol almaya başlar, harekete geçmek için gereken enerjiyi kendinde bulur.

Dolayısıyla kararsızlık anları, kişinin hayat amaçlarını, kişisel değerlerini hatırlaması ve bu doğrultudaki amaçlara yönelmek için yapılabilir, uygulanabilir noktaları keşfetmesi için bir fırsat sunabilir. Bu süreçte en önemi araçlardan biri, bireyin kendi içsel motivasyonunu ve değerlerini "zihnindeki yolculardan" bağımsız olarak fark etmesi ve süreçteki olası tüm acılara da gönüllü olarak, tüm zorluklarıyla bu kararı tercih etmenin sorumluluğunu alma kararlılığıdır. "Önemli buluş" ve bununla ilgili olarak değerleri ile temas etmesi ve bu yoldaki sürecin adımlarını kolay hale getirecek yaklaşımlar, bireyin değişim yolculuğunda önemli rol oynarlar. Her bireyin içinde, yaşamını dönüştürebilecek şekilde, "elinden geleni yapacak" güç yatar. Bunun işe yarayıp yaramaması, amaçlarına ulaşıp ulaşmaması ayrı bir meseledir. Hayatımız için, "değerlerimize" göre "elimizden geleni yapmamız" ve yolculukta direksiyonda olduğumuzu sık sık hatırlayarak yaşam yolculuğunu tüm acılara rağmen sürdürmemiz anlamlı bir hayat sürmemiz için anahtardır. Hayat bize ne sunacak bilemeyiz ve kararsızlık anlarında da bunu bilmek imkânsızdır. Bu yaklaşımın kararsızlık anları sonrasında bize sunacağı en güzel hediye ise, kararsızlık anlarında öngörüp ön görmeyeceğimiz tüm risklere ve olası acılara rağmen, anlamlı bir hayat uğruna o günün koşullarında elimizden gelenin en iyisini yapmaya çalıştığımızı bilmenin huzurudur.



© EDA ÇİĞİRLI

Karar vermek neden bu kadar zor?

Aslı AKTÜMEN

Kararsızlık bir kişilik özelliği midir, neden bazı kişiler hayatlarını erteleme pahasına pek çok durumda karar veremez?

Karar vermek mi, kararsızlık girdabında sürüklenmek mi? "Mükemmeliyetçilik, başarısızlık ve hata yapmaktan korkmak" temelinde şekillenen kişilik yapısında, *erteleme ve kararsızlık* iki temel özelliktir. Karar veremeyen ve en mükemmelini yapmak isteyen kimse, bir türlü eyleme geçemez. Yani hareketsiz ve kendi çıkmazında, aynı kısırdöngünün esiri olarak kalır.

Kararsızlık, bir konuda karar verememe ya da seçim yapamama olarak tanımlanabilir. Kararsızlık halinin ruhsal bir hastalık mı olduğunu yoksa üşengeçlikten, önemsememeden ya da motivasyon eksikliğinden mi kaynaklandığını belirlemek, bu konu hakkında konuşmak için önemlidir.

Kararsızlık bazen kişinin hayatında o kadar yoğun bir kaygı ve endişe yaratır ki kişi bu kaygı yoğunluğunu yatıştıramayacağı için pek çok olayı ve davranışı ertelemek zorunda kalır. Karar verip alışveriş yapmaktan tutun da bir eş seçmeye kadar geniş bir alana yayılan, hata yapmaktan korkma durumu oluşur... Kısaca, yanlış karar vermek, verdiği karardan pişman olmak, aklının diğerinde (seçmediğinde) kalması bu karakter yapısı için olağandır. Karar verememenin yarattığı huzursuzluk, bu durumu yoğun yaşayan insanların hayatındaki sonuçlarına baktığımızda kişilik bozukluğundan farklı kişilik özelliklerine kadar geniş bir skalada yer alır ve her olgu birbirinden farklı değerlendirilir.

Peki karar vermek neden bu kadar zor bazılarımız için?

Kararsızlık bir kişilik özelliği midir, neden bazı kişiler hayatlarını erteleme pahasına pek çok durumda karar veremez? Kararsızlık daha çok, psikoseksüel gelişim kuramından yola çıkarsak, anal dönemle ilgili bir özelliktir. Anal dönem (makat dönemi) psikoseksüel gelişim evrelerinin ikincisidir. Oral dönemi izleyen evredir. Genellikle 12.-36. aylar arasında görülür. Süperego bu dönemde çok daha belirgin olur. Oral dönemin bitiminden sonra, dış dünyayla olan ilgi ve ilişki vücudunun başka bir bölgesiyle sürdürülür. Bebekler anal evrede dışkısını tutma yeteneği elde eder.



© EDA ÇIĞIRLI



© EDA ÇIĞIRLI



Dışkısını tutmak veya bırakmaktan haz duyar. Çocuğun yaşamının ilk üç yılını kapsayan bu iki dönem içinde, sevgi objesi kendi vücududur ve sevgisini kendisine yöneltir; sevgilisi kendisidir. Tüm hazlar ve onların yerine getirilmeleriyle tüm hiddet, kızgınlık ve saldırganlıkların ifadesi anüs (makat) yoluyla olur. Çocuğun altını kirletmesi, ıkınması, temizlenmesi onun temel gereksinimi olduğu gibi mutluluk ve kızgınlığını belirtmek için de kullandığı yöntemdir. İnsanın oluşacak kişiliği açısından yaşamın en önemli evrelerinden biridir. Bu dönemde anne-babanın verdiği aşırı baskıcı denetleyici tutumlar, katı tuvalet eğitimi; çocuğun anal dönemde saplanmasına (anal fiksasyon) ve gelecekte obsesif kompulsif bozukluk, cimrilik, *kararsızlık*, inatçılık, aşırı titizlik, erteleme, mükemmeliyetçilik gibi davranışlar görülmesine neden olabilir.

Psikoseksüel gelişim kuramı dışında farklı ebeveyn tutumlarına bakacak olursak, hangi ebeveyn tutumları bu kişilik özelliğinin gelişmesine neden olmuş olabilir? Ebeveyn tutumlarıyla ilgili yapılan deneysel, gözlemsel ve nörobiyolojik çalışmalar gösteriyor ki, erken çocukluk döneminde çocuk kendini, dünyayı, insanları, ilişkileri anlamaya ve deneyimlemeye çalışırken aşırı kapsayıcı, korumacı, çocuğun her yeni girişimini kaygıyla karşılayan, bu girişimlerde çocuğu yüreklendirmek yerine korkmasına ya da kaygılanmasına neden olan ebeveyn çocukta hata yapma kaygısını tetikler. Çocuk bütün bu engellenmelere rağmen bir girişimde bulunduğunda duygusal enerjisini çocuktan çeken, yani onu onaylamadığı duygusunu hissettiren ebeveynlerin bu davranışları kararsızlık ve erteleme davranışın temellerini oluşturabilir.

Çocuğun yaşam içerisinde davranışlarının şekillenmesi,

ebeveynin kaygı seviyesine bağlı olarak iki farklı yol bulabilir. Birincisi çocuk annesinin yüksek kaygısı nedeniyle potansiyelini hayata taşıyamaz, içinden gelen davranışı gerçekleştiremez, başına kötü bir şey geleceğinden korkar ve annesinin kaygısı ona bulaşmış olur. Bu çocuklar yetişkinlikte yeni hayat deneyimleri ve arzularını hayata geçirirken, yaşadıkları yoğun kararsızlığın ve kaygının sonucunda genelde vazgeçerler, yani hayatlarını hep ertelerler. Hata yapmaktan, yanlış karar vermekten korkarlar. Erteleme temel bir yaşam şekli olmuştur. Özellikle, *kendisinin seçim yapması* gereken bir konuysa bu durum, kaygısı daha da artar. Yani kendi kontrolünde yapılacak seçimlerde endişe belirgindir. O endişeden kaçış da erteleme davranışıyla olur.

İkinci ihtimal, ebeveynin tüm ısrarcı, korkulu ve kaygılı söylemlerine rağmen çocuk risk alarak eyleme geçebilir. Ancak tüm bu onay alma süreçlerini yaşamak zorunda kaldığı ve başına kötü bir şey gelmesinden endişelendiği için çoğu zaman belli etmemeye çalışsa da özünde o eylemle ilgili heyecanını yitirir. Bu çocuklar, hedeflerine varıp, amaçlarını gerçekleştirip, yeni hayat deneyimlerinin içine girerler ancak çocukluk dönemlerinden beri ilişki kurma biçimleri nedeniyle şekillenen bu deneyimlerin hepsinde yoğun kaygı hissederler. Heyecan ve mutluluğun üstü belli belirsiz bir kaygıyla kapandığından, onaylanma ihtiyacı belirgin olur. Aşk nesnesi seçip yaşarken bile, heyecanının üstünü, yanlış kişiyi seçmiş olma endişesi kaplar. Bağlanmak ve ilişki sürdürmekle ilgili ciddi sorunlar yaşar, hatta çoğu zaman bir bahane bularak o ilişkide devam edemezler. Bu durum sadece özel hayatta değil, iş, sosyal yaşam gibi yaşamın her alanını kaplayan bir patolojiye dönüşür. Hayatta daha çok yol alabilen bu kişiler, bu yolda yürürken kararsızlık ve endişeyle o kadar doludurlar ki yaşamın en güzel anlarını bile ele geçiren bir problem bulurlar her zaman... "Oh be!" diyerek rahat edemezler. Bir şeyden sınırsız keyif alamaz, coşkusu ve heyecanı daima mantıklı birkaç cümleyle gölgelidir!

"Keşke, böyle yapsaydım!", "Keşke bunu söylemeseydim", "Keşke diğer rengini alsaydım", "Keşke oraya gitmeseydim, "Ah keşke..."!

Tam da bu noktada, belki konuyu kararsızlığın temel bir patoloji haline geldiği obsesif kompulsif kişilik bozukluğuna (OKKB) çevirebiliriz. Bu bozukluğa sahip olanların temel özellikleri şöyle:

Kişinin bir aktiviteyi kaçırmasına neden olan düzen ve ayrıntılarla ilgili bir meşguliyet.

Görevlerin tamamlanmasını engelleyen mükemmeliyetçilik.

Ekonomik ihtiyaçlar tarafından açıklanmayan ve aşırı derecede fazla çalışma ve üretkenliğe bağlılık.

Ahlak veya değerlerle ilgili aşırı vicdan yapma ve esnek olamama.

Duygusal değere sahip olmasalar bile, yıpranmış veya değersiz nesnelerden kurtulamama; istifçilik.

Bir işi veya görevi yapamayınca başkalarına devretme veya başkalarıyla birlikte çalışma konusunda isteksizlik.

Kendine veya başkalarına para harcama konusunda isteksizlik ve acil durumlar için paranın biriktirilmesi gerektiği inancı.

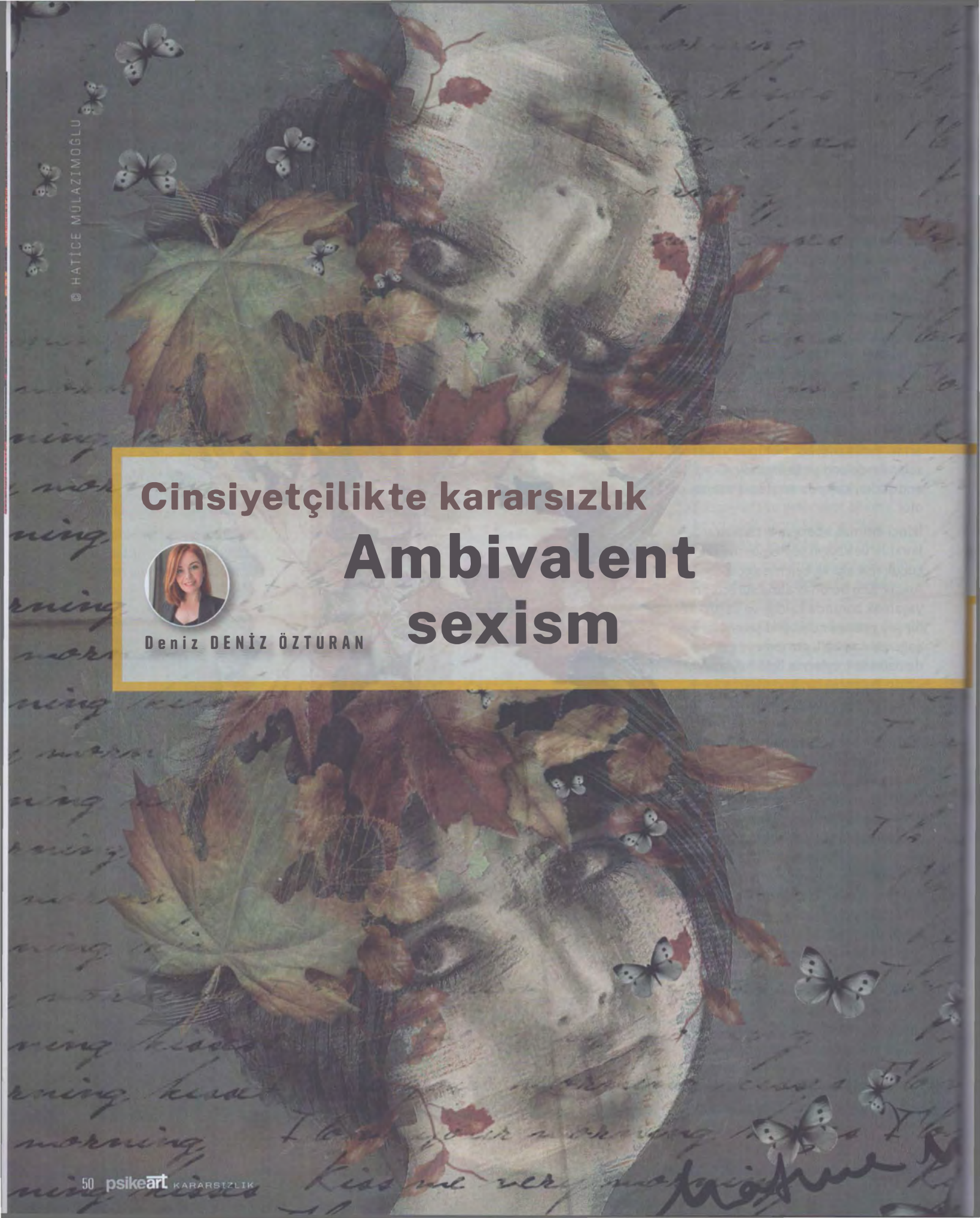
Esnek olamamak ve inatçılık.

OKKB'li kişiler işlerinde veya sosyal yaşamlarında bu semptomlarla ilgili zorluklarla karşılaşabilirler. Örneğin bir görevin başlamasını veya bitirilmesini geciktirebilirler çünkü görevi tamamlamayı "en iyi" veya "doğru" yolla yapmak isterler. Belirli durumlarda kontrol kaybı, hayal kırıklığına neden olabilir. OKKB'li kişiler genellikle sevgi duygularını ifade etmekte zorluk çekerler ve başkalarının duygularını ifade etmesinden rahatsız olabilirler.

Kararsızlık ve erteleme davranışının nedeni ne olursa olsun, kişinin hayatındaki olumsuz sonuçlarını fark edebilen ama bu durumu değiştirmekte zorlanan kişiler için çözüm, bu sorunun psikolojik temellerini araştırmak ve fikir sahibi olmakla başlayabilir. Bütün bir hayatı heyecan, rahatlık ve huzur içinde yaşamak yerine endişeyle yaşamak çok zordur. Günümüzde bilimsel odaklı son derece etkili psikoterapi yöntemleriyle hayatımızı olumsuz yönde etkileyen, kontrolümüz dışında davranışlarımıza etki edebilen bu zihinsel alışkanlıklar değiştirilebilir, farkındalık kazanılabilir ve hayat *kişinin kendisine rağmen* daha kolay yaşanabilir.



© EDA ÇIĞIRLI



© HATİCE MULAZIMOĞLU

Cinsiyetçilikte kararsızlık

Ambivalent sexism

Deniz DENİZ ÖZTURAN

"Yardımsever cinsiyetçiliğin kadife eldiveni kadınları yerinde tutmakta başarısız olduğunda, düşmanca cinsiyetçiliğin demir yumruğu ortaya çıkar."*

İlk kez 1968 yılında Robert Stoller tarafından yayımlanan "Sex and Gender" adlı eserde kullanılan "toplumsal cinsiyet" kavramı, kadın ve erkeğin sosyal olarak belirlenen rol ve sorumluluklarını tanımlanmaktadır. Doğduğu andan itibaren kadın ve erkek cinsiyetine toplum bir rol biçer ve bu roller zamanla, toplumdan topluma değişiklik gösterir. Örneğin Arkaik ve Klasik Dönem Yunan dünyasında (Sparta hariç) başta Atina kenti olmak üzere kadınlar, kamusal ve özel alanda erkeklerle aynı sosyal statüyü paylaşmıyorlardı, kadınlar için yurttaşlık hakkı yoktu ve kadınların miras, oy kullanma, toprak sahibi olma gibi bir yurttaşın sahip olması gereken hukuki ve siyasi hakları da bulunmuyordu.

İnsanın var oluşundan bu yana kadına karşı hissedilen duygular hep ikircikli olmuştur. Bazı kadınlar uzak durulması, cezalandırılması gereken kadınlarken, diğer kadınlar sevilmesi, korunması gereken kadınlar olarak değerlendirilmiştir.



© HATİCE MÜLAZIMOĞLU

Günümüzde de toplumsal cinsiyet eşitsizliği kadını erkeğin alt kümesi yapıyor, iki cinsiyet arasında fırsat eşitsizliğine neden oluyor. Yapılan bir çalışmada 2014 yılı itibarıyla; gelir, ekonomik katılım, mesleki ilerleme göz önüne alındığında, cinsiyetler arasındaki uçurum %60 olarak saptanmış ve toplumsal cinsiyet eşitliği alanındaki ilerlemelerin devamı halinde aradaki bu farkın kapanmasının 2095 yılını bulacağı öngörülmüştür.

İnsanın var oluşundan bu yana kadına karşı hissedilen duygular hep ikircikli olmuştur. Bazı kadınlar uzak durulması, cezalandırılması gereken kadınlarken, diğer kadınlar sevilmesi, korunması gereken kadınlar olarak değerlendirilmiştir. Antikçağda kadının hem toplumda zayıf ve güçsüz bir varlık olarak görüldüğü hem de tehlikeli ve kontrol altında tutulması gereken bir tehdit olduğu düşünülüyordu. Antik Yunan'da 16-18 yaşlarında evlendirilen genç kadınların yetkin ve özerk bireyler olarak görülmemeleri, evlenene kadar babalarının veya başka bir erkek vasinin (kyrios) himayesine, evlendikten sonra ise kocalarının koruması altına girmelerine neden olmuştur. Ortaçağda ise cadı kavramı ağır basıyordu ve bu cadılar hep kadındı. Bazen cadılar yaşlı, çirkin, kötü bir büyücüydü; bazen ise güzel, çekicilerdi. Amaçları erkekleri cinsellikleriyle baştan çıkarmak ve kontrol altına almaktı.

Yıllarca bizi uyutmak için anlatılan masallarda da hep böyle değil miydi?

"Uslu bir çocuk olursan belki şirinleri görebilirsin" sözleri yerine, "Uslu bir kız olursan prensi elde edebilirsin" masallarıyla uyutuldu kız çocukları.

Masallarda bir yanda duygusal, zayıf, masum ve kırılgan prensesler diğer yanda büyücü, kötü cadılar vardır. Prensesler erkeklerin kahraman olma arzusunu tetikler, erkeklere kendilerini güçlü hissettirirler. Kuledeki Rapunzel, üvey anne ve kız kardeşler tarafından dışlanan Sindirella, cadı tarafından zehirlenmek istenen Pamuk Prenses... Bu prenseslerin

* Connor, R. A., Glick, P., Fiske, S. T. (2017). Ambivalent sexism in the twenty-first century.

© HATİCE MÜLAZIMOĞLU



© HATİCE MÜLAZIMOĞLU

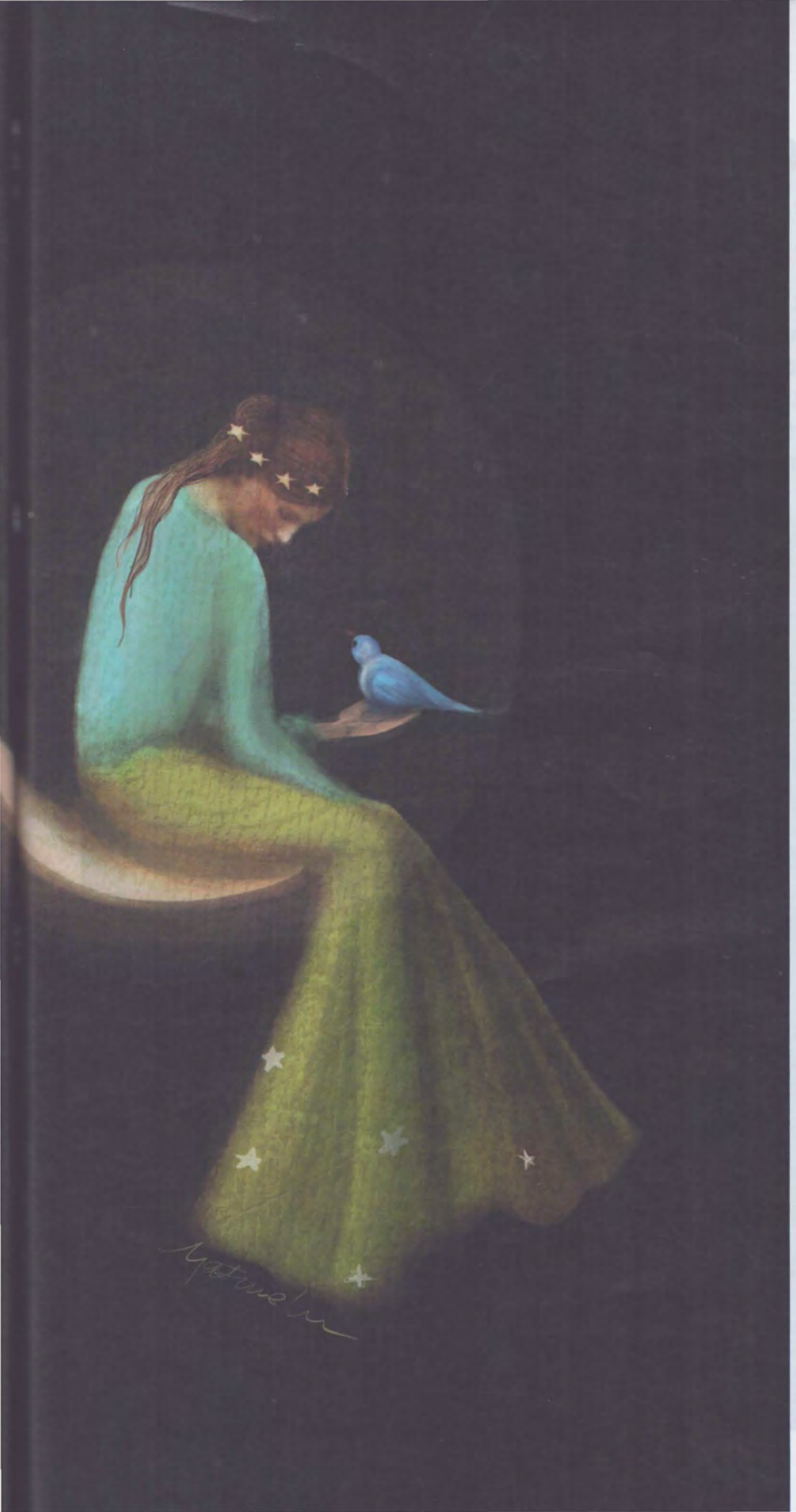
hepsi bir prensin varlığına ihtiyaç duyar, kadının zayıf ve tehlikelere açık olduğunu, korunması gereken bir varlık olduğunu vurgular. Cadılar ise tehlikelidir, erkekleri hâkimiyetleri altına almak isterler ve onlardan uzak durulması gerekir.

Bu kararsız tutumdan 1996 yılında Glick&Fiske bahsetmiş ve bu tutumu "ambivalent sexism" (çelişik duygulu cinsiyetçilik) olarak tanımlamışlardır. Ambivalent sexism iki alt başlık içeriyor: *"Düşmanca cinsiyetçilik" (Hostil sexism)* ve *"Yardımsever cinsiyetçilik" (Benevolent sexism).*

Düşmanca cinsiyetçilik kadının tehlikeliliği üzerinde durur. Feministler, kariyer sahibi kadınlar, düşmanca cinsiyetçiliğe daha çok maruz kalırlar. Kariyer basamaklarında merdivenleri çıkan kadın başını cam tavana çarparak eğmek zorunda bırakılır. Amaç kontrolden çıkan kadının iplerini ele almak, onu ataerkil düzene uyum sağlamaya zorlamaktır. Kadına karşı gösterilen şiddetin en önemli nedeni bu düşmanlıktır. Kadın zorla evlendirilir, namus cinayetleri işlenir, psikolojik/cinsel istismara uğrar; başına gelenleri hak etmiştir. Kadını nesneleştirir bu zihniyet. Çünkü *"Bir kadını nesneleştirmek şiddeti meşrulaştırmanın ilk adımıdır"* (Jean Kilbourne).

Yardımsever cinsiyetçilikte ise erkek, kurallara uyan, erkeğin gerisinde duran kadını ödüllendirir. Kadının kapılarını açar, poşetlerini taşır. Dışarıdan kibarlık gibi algılanan bu cinsiyetçilik daha masum gibi görünür, ancak aslında kadına erkekten eksik olduğunu hissettirir. Kadın erkek egemenliğini, erkeğin fiziksel gücü sayesinde kadından daha üstün olduğunu düşünmelidir. O zaman kadın erkek tarafından korunacak, maddi ve manevi (!) talepleri karşılanacaktır. Kadın böylece evlenilecek kadın mertebesine yükselecek, erkeğin çocuklarının annesi olabilecektir.

Gelgelelim ki erkek bir yandan himayesi altına giren bir kadın isterken, bir yandan güçlü kadını arzular. Güçlü olan kadını elde etmek ister, çünkü ona sahip olursa onun gücüne de sahip olacaktır. Boyunduruğu altına giren kadın artık ona



çekici gelmez *"Haydi koş, daha da koş, çünkü nefes aldığında zirvede olmalısın. Ki göz göze gelebilelim. Tepeden bakmaktan yoruldum"** der, kadın tepeye çıkana kadar. Kadın tepeden bakmaya başladığında onu indirecek olan da yine aynı erkektir. Ataerkil düzen kadının da kafasını karıştırır. Bir yandan yeteneklerini göstermek, başarılı olmak isteyen, haksızlığa uğradığında huzursuzlanan ve hakkını savunmaya çalışan kadın, "uyumsuz, dengesiz" olarak nitelendirileceğinden korkarak, becerilerini gizlemeye başlar; erkeğin huyuna suyuna gitmeye çalışır. Yardımsever şemsiyenin altına girerek, düşmanlıktan korunacağına inanır.

Kadından delicesine korkan bu düzen, yüzyıllardır kontrol edemediği, başını eğemediği kadını; özelliklerini, yeteneklerini görmezden gelerek değersizleştirmek için uğraşır. KoruyorMUŞ gibi yaparak kadının gücünü elinde tutmaya, ona sahip olmaya çalışır ama nafile. Gücünün ve yeteneğinin farkında olan kadını hiçbir güç durduramayacak; o önüne konan setleri aşacak ve eninde sonunda başının üstündeki cam tavanı kıracaktır; hem de hiç yara almadan...

"Ya olduğum gibi alın ya da bir kez daha vurup öldürün beni. Çünkü değişmeyeceğim."

Simone de Beauvoir

Kaynakça

Connor, R. A., Glick, P., Fiske, S. T. (2017). Ambivalent sexism in the twenty-first century.

Bardakçı, Ş., *Oğlak*, S. (2022). Toplumsal cinsiyet eşitsizliği endeksi ve *Türkiye*. Toplumsal Politika Dergisi, 3(1), 71-90.

Kaya, E. A. (2023). Antik Yunan Edebî Eserlerinde Toplumsal Cinsiyet Rolleri: Kadınlık Kimliği ve İdeal Kadın İmgesi. Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi, 13, 27-42.

Sezer, Ö. Y, Çelik, N. B. (2004). Masallarda toplumsal cinsiyetin işlenişi.

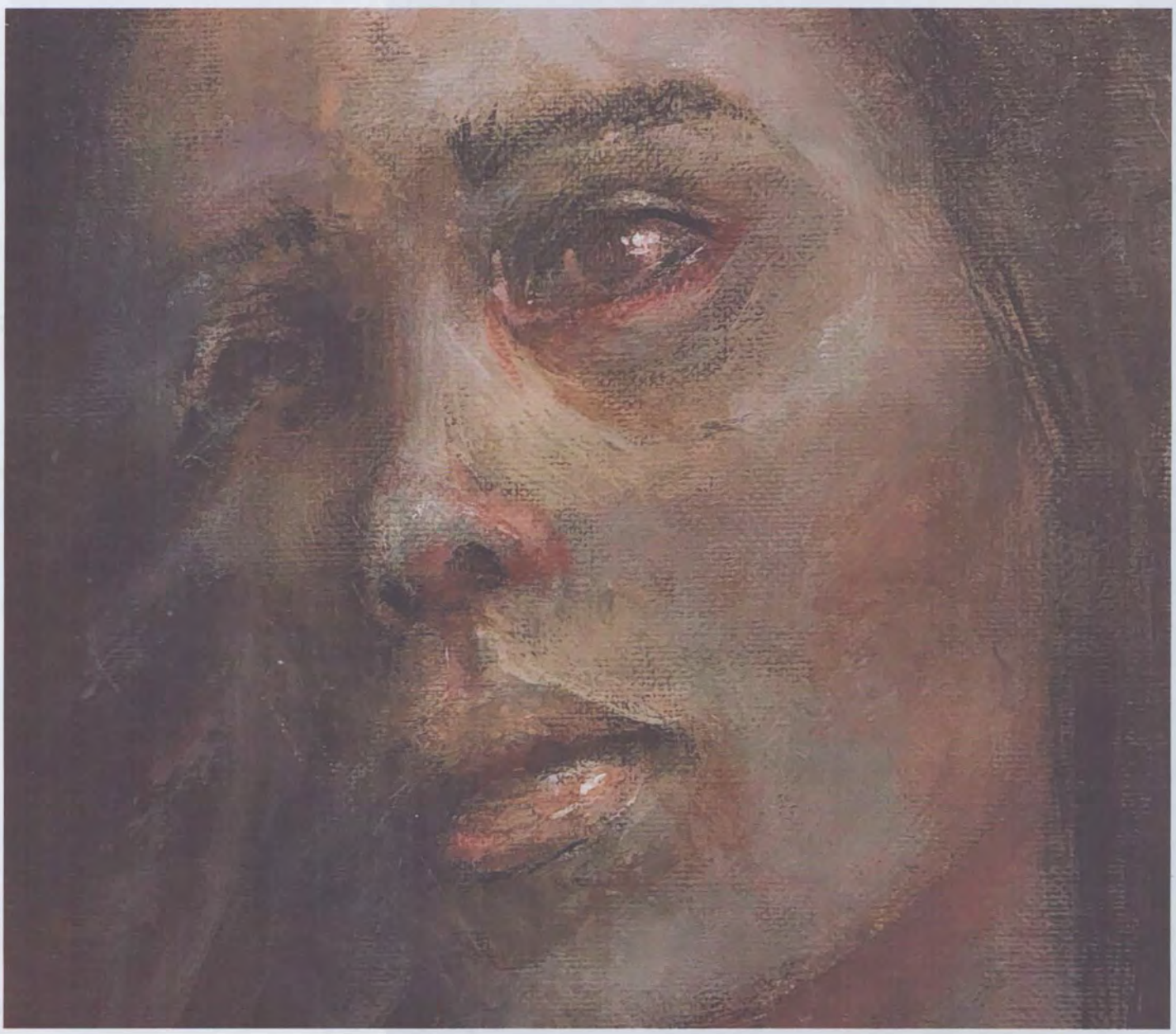
* Sezer, Ö. Y., Çelik, N. B. (2004). Masallarda toplumsal cinsiyetin işlenişi

Yeter ki kararsız kalmayalım



Arzu ERKAN

Şiddet önlenebilir bir halk sağlığı sorunu ve bir suçtur. Gücünü toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden alır. Maruz bırakılanların, farkındalık ve bilinçlenme için internet ortamından ücretsiz olarak erişebilecekleri kaynaklardan yararlanmaları, başlarına geleni adlandırmaktan ve dillendirmekten kaçınmamaları, yardım almaları çok önemli.

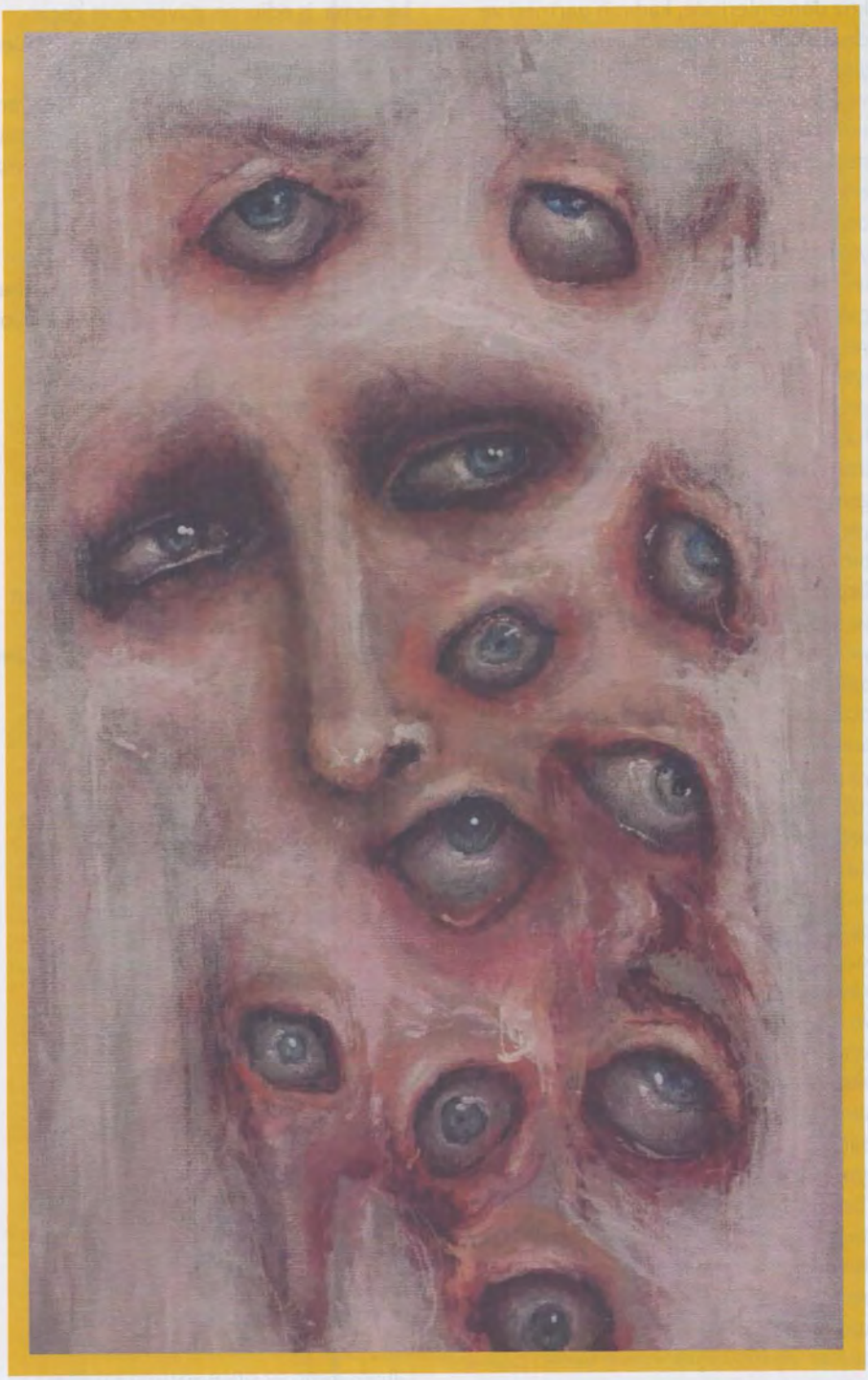


© CLAIRE MORRISEY

Şiddet; toplumsal cinsiyet rolleri ve patriarkal sistemin ürettiği ve teşvik ettiği, güçlü kılınanın (genelde heteronormatif erkekler) diğerleri (şiddete boyun eğmesi uygun görülen, genelde kadınlar ve heteronormatif düzene uygun bulunmayanlar) üzerinde egemenlik kurmak, denetlemek, yönetmek, sömürmek, kendine tabi kılmak ya da eziyet etmek için pek çok yöntem aracılığıyla uygulanan bir enstrüman. Toplumsal cinsiyete dayalı dünya düzeni ve politikalar yoluyla sistematik olarak uygulanagelenler dışında kişiler ayrıca bireysel ya da grup olarak da şiddete maruz bırakılmakta. Bu zeminde, şiddetin kökenlerini, kişilerin şiddete başvurma ve şiddete maruz bırakılma risklerini artıran ve önleyici etmenler pek çok bilimsel araştırmaya konu oluyor. Ne var ki, şiddet genelde kişilerin en yakınındakiler tarafından, kapalı kapılar ardında ve sinsi biçimde uygulandığından, ataerki tarafından normalleştirilerek sansürlendiğinden, konuşulması tabu olduğundan, gizlenmeye mecburiyetinden ve düşük farkındalık ve bilinç düzeyi, düşük yardım arama ve beyan oranları, yetersiz yasal/tıbbi destek ve veri kayıt sistemleri gibi nedenlerle toplumun genelini yansıtan, nedensellik bağlantıları kurabileceğimiz kişilere ve sağlıklı verilere ulaşmakta zorlanıyoruz.

Şiddet biçimlerini, fiziksel, cinsel, sözel, psikolojik, ekonomik, dijital gibi sınıflandırmak mümkün. Pek çok kişinin bu yaşadıklarını adlandıramadığını, maruz bırakıldığı (ataerkinin normalleştirdiği) muamelelerin şiddet olduğunu bilmediğini, kabullenmek ve uyum sağlamak zorunda kaldığını, fiziksel bir şiddete dönüşmedikçe şiddetten saymadığını, haklarını ve şiddetle nasıl mücadele edeceklerini bilmediğini, siyasi otoritenin ve yürürlükteki uygulamaların şiddetle mücadeleyi zorlaştırdığını görüyoruz. Her türden kriz ve afet dönemlerinde fiziksel ya da cinsel şiddetin yanı sıra aslında en az onlar kadar yaygın ve uzun dönemde yıkıcı etkileri olan ve önemsenmesi gereken ekonomik ve psikolojik şiddet de, boyutu da artıyor. Maruz bırakılanların sosyal, adli, psikolojik yardım arama ve dayanışma olanakları kriz dönemlerinde büsbütün ortadan kalkıyor, kişi faille ve katlanan şiddetle baş başa bırakılıyor. Ancak fiziksel olmadıkça (kimi zaman onu bile) şiddeti fark etmek de, adını koymak da, saptamak da, ispat etmek de, ne yapacağına karar vermek de zor.

Özellikle *flört/yakın partner şiddeti* denildiğinde de çoğu zaman birden fazla şiddet türünün iç içe geçmiş biçimde uygulandığını unutmamamız gerekiyor. Her türden



© CLAIRE MORRISEY

kriz dönemlerinde, kadının partneri ve de sistem tarafından maruz bırakıldığı şiddetin her biçiminin arttığını, psikolojik ve ekonomik olanınsa büsbütün göz ardı edildiğini görüyoruz. Bunlar, kadınların düşük ücretle çalıştırılması, işe alımlarda erkeklerin, işten çıkarmalarda kadınların öncelenmesi, bakım yükü kadına yüklendiği halde kreş, esnek mesai, izin vb. hak, olanak ve yasal eksiklikler, çalışmayan/sorumluluk almayan partner yerine fazla mesai yapmak, birden fazla işte birden çalışmak zorunda bırakılmak, gelirine eşi ya da partnerin el koyması, harcamalarının denetlenmesi, istek ve ihtiyaçlarından, kariyerinden, kişisel gelişiminden, hobilerinden, sosyal yaşantısından vazgeçmek zorunda bırakılmak, bakım veren görevini üstlenmek zorunda bırakılarak işinden ve sosyal güvencelerinden edilmek ya da ev içindeki görünmez emeğin daha fazla yüklenicisi haline gelmek olabiliyor. Şiddet yanlısı/ataerkil erkek işini kaybettiğinde, ev işlerinde ya da bakım verme işinde daha fazla rol üstlenmek gibi bir tavrı genelde sergilemiyor. Çökkünlüğe düşüyor ya da agresif davranışlar sergiliyor. Alkol-madde kullanımı ya da kolay yoldan para kazanma umuduyla, borsa, bahis, kumar gibi yollara başvururken ekonomik kayıpları ve ruhsal ve iletişim sorunları ve şiddete eğilimi artıyor. Kadın sıklıkla kendini *idare eden* konumunda bulurken; ekonomik dengeleri "erkeğinin iktidarını sarsmadan" sağlamak için ödünler verir, daha fazla çalışır, ev-bakım işlerinde görünmeyen ve ücretsiz emeğini artırır, "bozguna uğramış partnerini teselli" ya da "sorun çıkarmaması" için alttan alır, ihmal ve kötü muamelelere katlanır, evdeki ve sosyal ilişkilerdeki rutini korumaya çalışır; kimi zaman da erkeğin bunlar dışındaki şiddetinin hedefi haline gelir.

Günümüz ekonomik koşullarında özerk bir yaşam, bir ev, ortak bir gelecek kurmak pek çok kişi için uzak bir hayal. Çoğu orta yaşlı yalnız yaşayan, masraflarını azaltmak için ebeveyninin yanına geri taşınıyor. Özel alanlar gitgide azalıyor. Heteronormatif olmayanlar; barınma, iş edinme, güvence ve geçim sorunları, sosyal yaşam ve ilişki güçlükleri ve şiddet deneyimleri açısından toplumun genelinden çok daha fazla yara alıyor. Halihazırda ilişkide olanlar, özenli bir çaba, sağlıklı bir iletişim ve dayanışma içinde bir mücadele göstermezlerse, ekonomik zorluklar, popüler kültür ve mevcut düzenin tüketici yapısı, ilişkinin derinleşmesini, partnerler arasında daha güçlü bağlar kurulmasını engelleyebiliyor, çözümsüz çatışmaları ve kopuşları, şiddet davranışlarını doğurabiliyor. Ekonomik güçlükler ayrılmak istese de bazı partnerlerin ayrılamamasına/boşanamamasına neden olabiliyor. Bu durumlarda genelde erkeğin evdeki sorumlulukları üstlenmediği, başka partnerlerle ilişkisini sürdürdüğü, ancak ataerkil kodlardan dolayı kadının ilişki/evlilik içi sadakati ve ev düzenini sürdürmeye mecbur bırakıldığı bir yaşam biçiminin sürdürülmesi söz konusu olabiliyor.

Deprem, sel, salgın hastalıklar, savaş, yerinden etme, iklim krizi, ekonomik krizler gibi kriz dönemlerinde, kadın ve çocuklar başta; azınlıklara, ayrımcılığa uğrayan ve dezavantajlı gruplara yönelik tüm şiddet biçimlerinde artış görüldüğünden söz etmiştik. Peki, bunların ne kadarı fark edilebiliyor, adı konabiliyor, bildirilebiliyor?

Pandemi döneminde kadınların yakın ilişkide/ev içi şiddete maruz bırakılma oranlarının artıp artmadığını ve şiddet deneyimlerine dair pek çok özelliği araştırdığımız -yayın aşamasındaki- bir çalışmada, çevrimiçi olarak anket çalışmasına dahil olan *9447 kadın aracılığıyla* bazı çarpıcı bulgulara erişmiştik. Burada kısaca değineceğim bazı bulgular, hem şiddeti anlamanın, tanımlamanın hem de bu konudaki çalışmaların az önce sözünü ettiğim zorluklarını çarpıcı bir biçimde ortaya koyacak olması açısından önemli. Katılımcılara, pandemiden önce ve pandemi sırasında, eğer yaşadılarsa, şiddet deneyimlerine dair bilgiler edinmek için kapsamlı bir anket formu hazırladık. Formun bu kısmında tüm şiddet türlerini başlıklar halinde yazarak (fiziksel, cinsel, sözel, psikolojik, ekonomik) tek tek tanımladık. Her bir şiddet türünü belirterek, o şiddet türünün en sık uygulanan yöntemlerini alt alta sıraladık. Örneğin; "Pandemi döneminde aşağıdaki psikolojik şiddet türlerinden hangisini/hangilerini gördünüz?" sorusuna, katılımcının, başlarında birer işaretleme kutucuğu ile alt alta sıralanan: "Aşağılanma / Sorumluluklarını yerine getirmeme / Çevreyle iletişiminizin engellenmesi / Diğer (açıklayınız) / Görmedim" seçeneklerinden kendisine uyan kutu ya da kutucuklara tik atmasını istedik. Sorularımızın kapsamadığı ama belirtmek istedikleri başkaca bir durum/ifade varsa, "Diğer" seçeneğini -de- işaretleyerek *oraya dilediklerini yazabileceklerini* belirttik.

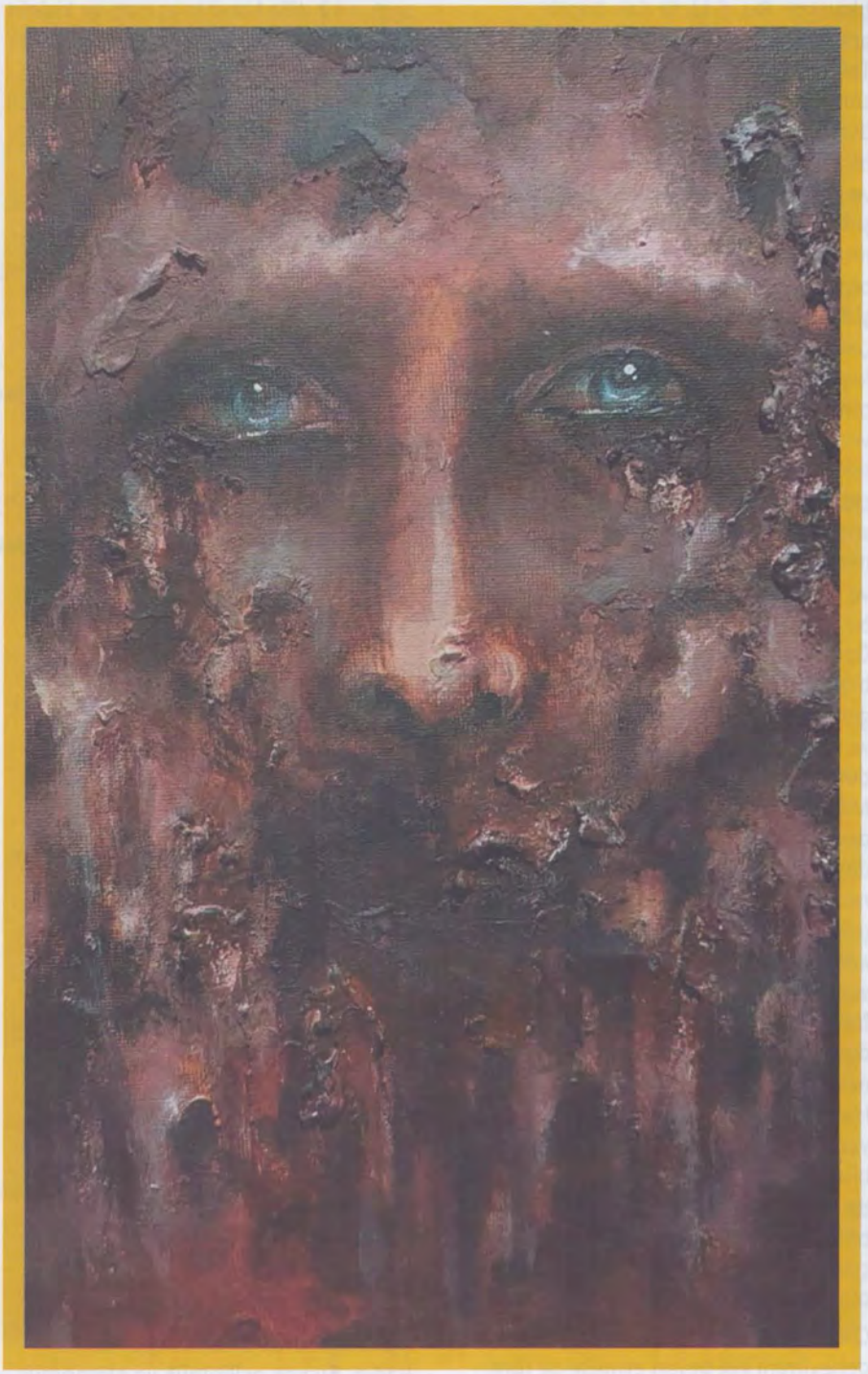
Bu kısmın sonuçları şu şekildeydi. Anketin ilk aşamasındaki şiddet yöntemlerini örnekleyen cümleleri tek tek okuyup, *yaşadıkları deneyime uyan cümlelerin kutucuklarına tik koyarak* yaptıkları işaretlemelerin istatistiksel analizinde, tüm katılımcıların yani toplam *9447 kadının yüzde 34,2'sinin (3232 kadın)* pandemi döneminde *en az bir şiddet türüne* maruz bırakıldığı saptandı. *Psikolojik şiddet gördüğünü belirtenlerin oranı %82,6 (2699 kişi) iken bunu ekonomik şiddet görenler (%33,4) (1077 kadın),* cinsel şiddet görenler (%13,3 [431 kadın]) ve fiziksel şiddet görenler (%12,1 [391]) izlemekteydi. *Bu kişilerin %47,8'i (1546 kadın) tek bir şiddet türüne, %46,1'i (1490 kadın) iki ya da üç türüne,* %6,1'i (196 kadın) ise dört ya da beş şiddet türüne maruz bırakıldığını belirten işaretlemeler yapmıştı.

Anketimizde bu aşamanın ardından, *şiddet gördüğüne dair işaretlemeler yapan katılımcılara,* şiddet deneyimlerini nasıl adlandırdıklarını anlayabilmek için: *Şiddet deneyiminizle ilgili aşağıdaki kutucuklardan size uyanları işaretler misiniz?* diyerek şu ve benzeri seçenekleri sunduk: "Şiddet görmüyorum / Eskiden de şiddet görüyordum, pandemi dönemde sıklığı ve ciddiyeti arttı / Eskiden de şiddet görüyordum pandemi dönemde bir değişiklik olmadı..."

İşte burası çok çarpıcıydı. Katılımcıların bir bölümü, anketimizi doldururken bir önceki

aşamada şiddet görüp görmediğini, gördü ise hangi tür şiddeti ve neler yaşadığını araştıran sorulara, örneğin; "Pandemi döneminde *aşağıdaki psikolojik şiddet türlerinden hangisini/ hangilerini gördünüz?*" sorusuna yanıt olarak seçebileceği, "Aşağılanma / Sorumluluklarını yerine getirmeme / Çevreyle iletişiminizin engellenmesi / Diğer (açıklayınız)" yazan kutulardan en az birini işaretlemiş, *"Şiddet görmedim" yazan kutuyu işaretlememişti.* Buraya kadar her şey olağan seyretmişti. Katılımcı gördüğü şiddeti tanımlayan kutuları işaretlemiş, bir sonraki soruya geçmiş. Fakat işler ikinci aşamada karışmış. Olağan koşullarda, *şiddet gördüğünü az önceki bölümde tek tek işaretleyerek bildiren* bir katılımcının, bir sonraki aşamada *"Şiddet deneyiminizle ilgili aşağıdaki kutucuklardan size uyanları işaretler misiniz?"* yönergesini takiben seçenekler arasından gidip de *"Şiddet görmüyorum (görmedim)"* kutusunu işaretlemesini beklemeyiz öyle değil mi? Gelin görün ki bazı katılımcılar için öyle olmuştu!

Peki, nasıl oluyor da kişi gördüğü şiddeti tarif eden kutulara arka arkaya tikler koyarken, sıra şiddet deneyimini doğrudan ifade etmesine olanak tanıyan soruya gelince yanıtı birdenbire tutarsızlaşıyordu? Kadınların kararını bir anda değiştiren neydi? Yanlış anlama olasılıkları, işaretleme hataları, çevrim içi anket uygulamalarının kısıtlılıkları, anketi dolduranın güvenilirliği ve benzeri birçok olasılık gelse de hemen akla, *11500* formu tek tek gözden geçirmiş ve *2053* katılımcıyı çalışma dışı bırakmış biri olarak bu olasılığın pek düşük olduğunu söylemeliyim. Bu soruyu yanıtlayanların oranlarına baktığımızda *şiddet gördüğünü* bir önceki aşamada *beyan eden toplam 3232* kadının *yalnızca yüzde 8,4'ünün* (273 katılımcı) "şiddet deneyimini adlandırmaya gelince" *"şiddet gördüğünü"* açıkça ifade eden ve detaylandıran seçeneklerden birini *işaretlediğini görüyoruz.* Geriye kalan *2979 kadın* ise *(şiddet görenlerin %91,6'sının)* "şiddet deneyimini adlandırmaya gelince" ya *"görmedim"* seçeneğinde karar kılmış ya da bir önceki aşamadaki yanıtları ile *"çelişkili/yetersiz/eksik/tutarsız"* bir ifadede bulunmuştur.



© CLAIRE MORRISEY

Bu sonuçları şöyle okumak mümkün; anketteki sorulara kutuları tek tek işaretlerken verdikleri cevaplarla şiddet gördüklerini bildirmişlerken, şiddet deneyimini adlandırma aşamasına geldiğinde şiddete maruz bırakılan bunun adını "şiddet olarak" koymakta, "ben şiddet gördüm/görüyorum, "partnerim/ eşim bana şiddet uyguluyor" demekte

tıkanıyor. Bu, şiddete dair önceki araştırmaların bulgularıyla uyumlu: Tek tek defalarca, ayrıntılı olarak sormadığınızda, sosyokültürel olarak üst düzeyde de olsa, feminist-aktivist bir kadın da olsa, bu konularda bilgili ve deneyimli de olsa, fiziksel ve cinsel şiddetteki gibi, haberlere konu olur nitelikte dramatik somut göstergeler olmadıkça, şiddete maruz bırakılanlar şiddet deneyimini idrak etmekte güçlük çekiyorlar. Dolayısıyla yaşadıklarının *kayda değer* bir şiddet deneyimi olup olmadığına ve ne yapacağına karar vermekte, şiddeti beyan etmekte, bildirmekte, haliyle mücadele etmekte ciddi zorluklar yaşıyorlar, çoğunlukla suskun kalıyorlar (Bu suskunluğun nedenlerini, sosyokültürel, yasal, politik ve nörobiyolojik pek çok açıdan ele alan bir yazı dizisinde kaleme almıştım*). Öznelerin şiddeti yasal mercilere bildirseler de sıklıkla şikâyetlerini geri çektiklerini, faili "affettiklerini" ve bu gelgitlerin yıllar boyunca defalarca tekrarladığını görüyoruz. Maruz bırakılanların sistematik olarak deneyimlediği bu travmatik şiddet döngüsünün karar verme süreçlerini ne kadar tahrip ettiği, zararına rağmen o ilişkiye geri dönme davranışlarından anlaşılabilir. Bu çoğu zaman, "mağdur suçlayıcılık" dediğimiz, şiddeti uygulayan faile değil de maruz bırakılana öfke duymaya, faili değil de onu suçlamaya neden olan bir talihsiz sonucu doğurur. Hatta maruz bırakılan bile kendini suçlar, yaşadıklarının gerçek olup olmadığından bile emin olamaz hale gelebilir. Bu da özellikle cinsel şiddete maruz bırakılanların ya da istismara uğrayan çocukların "tutarsız" beyanlarına neden olabilir.

O nedenle hep vurguluyoruz; şiddet deneyimini kişi beyan etmese de tüm ruh sağlığı çalışanlarının, sağlıkçılar ve hukukçuların bu konuyu konuşulabilir kılmak, şiddet hakkında sorular sormak, bilgi almak ve bilgi/danışmanlık vermek rutinlerinin bir parçası olmalı. Rehber öğretmenler ya da öğretmenlerin yaptıkları bire bir görüşmeler ya da kuşkulandıkları durumlarda da öğrenciye uygun bir dille konuyu açması ve kişinin bu konuda bir desteğe ihtiyacının olup olmadığının araştırılması, gerektiğinde bir uzmana yönlendirilmesi yerinde olur. Sorulmadıkça söylenmiyor.

Gördük ki sorunca bile söylenemeyebiliyor!

Bu alanda uzun zamandır çalışan biri olarak, anketi önce en yakın çevremize; ruh sağlığı çalışanlarına, bu konuda çalışan sivil toplum kuruluşları, kadın örgütleri, dernekler, aktivistler, akademisyenler, hukukçular, sağlıkçılar, sosyal medya takipçileri gibi belli ölçüde duyarlılığı olan kesime ve onların çevresine kartopu yöntemiyle yaygınlaştırdığımız düşünüldüğünde, katılımcılarımızın toplumun genelindeki kadını değil temsil etmek, aksine üst düzey eğitimli, ekonomik özgürlüğü olan, sosyal bir ağ, bilgi ve internet/teknoloji bilgi ve olanaklarına sahip, toplumsal cinsiyet eşitsizliği ve şiddet konularında toplumun genelinden daha bilinçli bir kitle olduğunu düşündüğümüzde, bulduğumuz sonuçlar daha bir dramatik geliyor. Bizim araştırmamızdaki katılımcıların ortalama yaşı *34* idi ve *%80,2'si* (7571 kadın) *üniversite ve üzeri* eğitime sahipti. Eğitim, refah ve bilinç düzeyi ve konuya duyarlılığı yüksek olan, kentsel yerleşimli *9447 kadının* bir kısmı pandemi öncesinde de şiddet görmekteyken, *yüzde 34,2'si sadece pandemi döneminde en az bir şiddet türüne* maruz bırakılmıştı *ve buna kayıtsız kalmıştı.* Oranları az önce belirtmiştik. Sorulmasa söylenmeyecek, kendilerinin bile farkında olmadığı, adını koymakta kararsız kaldığı, bu çalışma vesilesiyle haberdar olduğumuz (haberdar oldukları) şiddete maruz bırakılmış binlerce kadın. En çok psikolojik ve ekonomik şiddet. Psikolojik ve ekonomik şiddet çok daha yaygın olmasına rağmen yok hükmünde; maruz bırakılanda bile. Kadınların yarıdan fazlası en az iki ayrı şiddet türünden mustarip; ama demeye dili varmıyor.

Şiddetin kökenlerini, şiddeti önleme ve şiddetten korunmanın yollarını, faili ve maruz bırakılanın dinamiklerini anlama, yarattığı nesiller boyu travmaları anlama ve tedavisi, önleyici ve onarıcı adaletin tesisi, şiddetle mücadelenin etkin yollarının uygulanması; tüm bunlar çok katmanlı, multidisipliner araştırma ve çalışmalarla, köklü sosyokültürel ve politik değişikliklerle, küresel eşgüdümle başarabileceğimiz, ne var ki çok yavaş adımlarla yol kat edebileceğimiz meseleler.

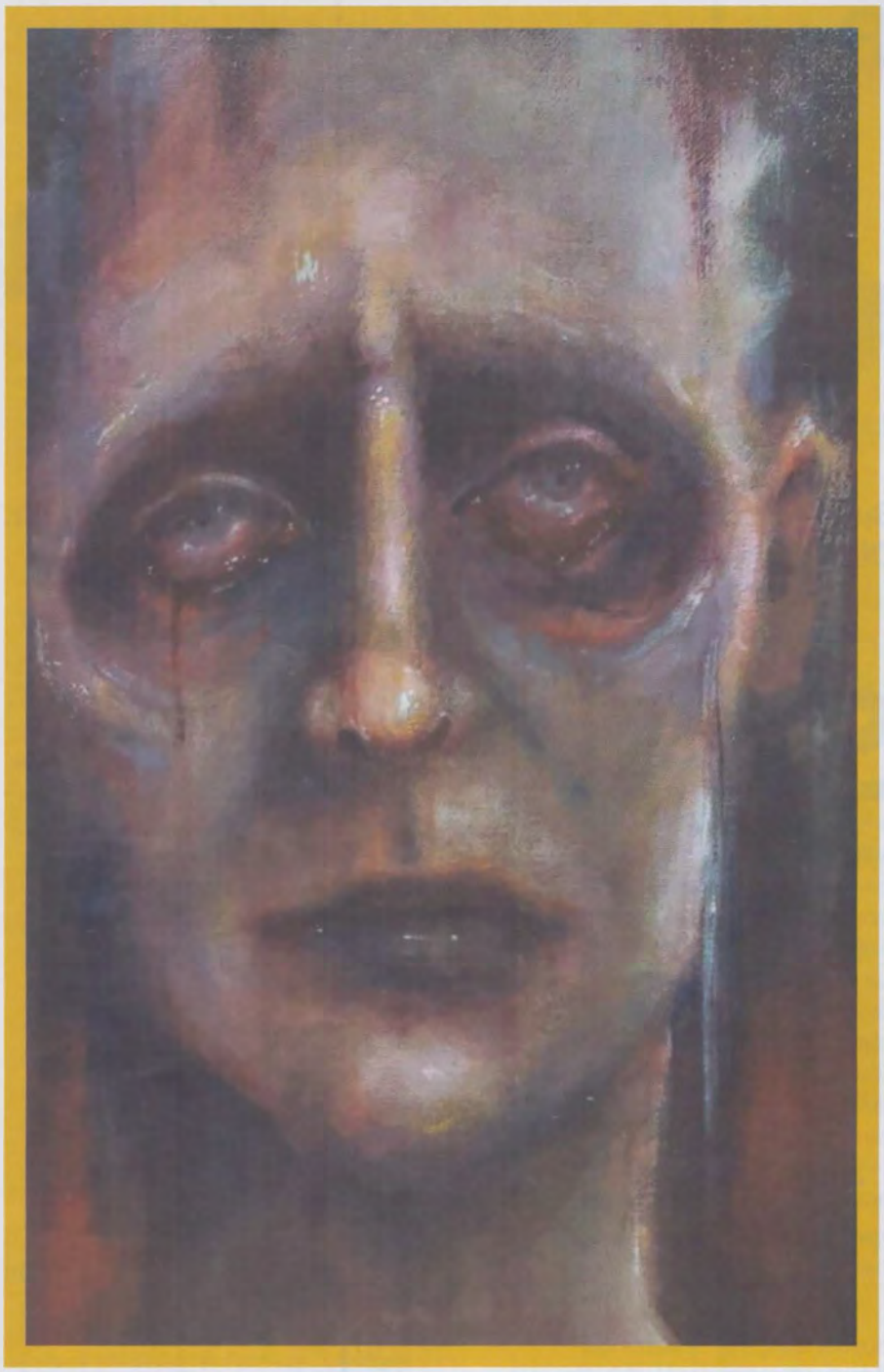
Şiddete dair yapılan bilimsel çalışmaların; halen savaş ve soykırımların, insan, kadın ve çocuk ticaretinin, köleliğin kol gezdiği dünyamızda, kapitalist sistem, ataerki ve tabuların bulandırdığı sularda göz gözü görmezken, güçlü araştırma desenlerine, uygun örneklem ve kontrol koşullarına, sağlıklı verilere, nesnel ölçümlere, uzun süreli izlem sonuçlarına erişmeye çalışırken, her zaman kısıtlılıklar ve eksikler barındıracağını kabul etmek gerekir. Araştırmalar çok zahmetli ve kıymetli ancak kimi zaman ancak bir sonraki araştırmanın öncülü olmaktan ya da zaten bilinen bir şeyi tekrarlamaktan, desteklemekten öteye gitmedikleri oluyor.

Yakın ilişkide şiddete zemin hazırlayan, başlatan, artıran, sürdüren, yineleyen etmenlerin nedensellik ilişkisini saptamak çok da kolay olmuyor. Şiddete zemin hazırlayan, şiddeti artıran, azaltan etmenleri saptamak genel olarak daha mümkün. Örneğin bizim araştırmamızda, acaba kadınların gördükleri şiddeti tutarlı/çelişkili beyan etmelerine neden olan etmenler nelerdi? Anlamak çok önemli. Elimizde ne var? Şiddet gördüğünü tutarlı bir biçimde ifade eden kadınlar, şiddet görmeyenlere ve gördükleri şiddeti çelişkili bildirenlere göre daha genç yaştaydılar ve bekâr ya da ayrı yaşama oranları diğerlerinden yüksek, boşanma ve dul olma oranları daha düşüktü. Şiddeti tutarlı biçimde ifade eden ve şiddet görmeyen kadınların üniversite mezunu olma oranları benzerdi ve oranlar gördüğü şiddeti tutarlı bir biçimde ifade edemeyenlerden anlamlı ölçüde düşüktü. Cinsel şiddete maruz bırakılanlara bakıldığında üniversite mezunu olma oranları, diğer şiddet türlerini yaşayanlara göre yüksekti. *Yani yaşça daha büyük (daha deneyimli/bilinçli!?), evli, boşanmış ya da*

eşi ölmüş olanların çoğunlukta olduğu ve şiddet görmeyenlerden ve görüp de tutarlı beyan eden azınlıktan daha üst düzey eğitimli olan grupta yer alan 2979 kadın, yaşadıkları şiddetin adını tam olarak koymakta kararsızdı. Bilgi, birikim, olgunlaşma ve eğitim düzeyindeki artış, okuma-anlama, deneyimlerini anlamlandırma ve kendini doğru ifade etme becerilerini beraberinde getirebilir diye beklenebilir örneğin. Burada beklenmedik bir şeyler var. Cinsel şiddet ve eğitim düzeyi arasındaki ilişki örneğin. Şiddet görenle görmeyenlerin arasındaki farklar, benzerlikler.... Bunlara kafa yormamız gerekiyor. Anlamlı sonuçlar bulundukça, bunlar güçlü kanıtlarla desteklendikçe etkin çözüm planlarına kapı aralayabilir. Böylece daha fazla kadın şiddetin adını erkenden koyabilir, dile getirebilir, yardım isteyebilir, şiddet gördüğü ortamdan uzaklaşabilir. Önleyici, koruyucu, rehabilite edici kaynaklara erişebilir. Hizmet ve politikalar ona göre düzenlenebilir. Yeterince güçlü ve anlamlı sonuçlara erişilemese bile, kısıtlılıkları dahi sonraki araştırmalara ışık tutacaktır.

Elimizde istatistiksel olarak anlamlı ancak kısıtlı birkaç veriyle de olsa elbette bilimsel tartışmalar ve çıkarsamalar, yayınlar yapmaya devam edeceğiz. Belki çoğu zaman cümlelerimizi, "bu konuda kesin yorumlar yapabilmek için, çok merkezli, temsiliyet gücü yüksek, kontrollü, ileri araştırmalara ihtiyaç vardır" diyerek bitireceğiz. Ama karanlığı aralama çabalarımızdan asla vazgeçmeyeceğiz.

Şiddet önlenebilir bir halk sağlığı sorunu ve bir suçtur. Gücünü toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden alır. Maruz bırakılanların, farkındalık ve bilinçlenme için internet ortamından ücretsiz olarak erişebilecekleri kaynaklardan yararlanmaları, başlarına geleni adlandırmaktan ve dillendirmekten kaçınmamaları, yardım almaları çok önemli. Sivil toplum kuruluşlarından destek ve danışmanlık alarak, barolardan ücretsiz hukuki destek alarak, yerel yönetimlerin sunduğu ücretsiz psikolojik danışmanlıklardan yararlanarak, sosyal destek ve dayanışmayı örerek, gitgide



© CLAIRE MORRISEY

güçlenerek, şiddetsiz ilişkiler ve yeni bir yaşamı kurmak mümkün. Yeter ki kararsız kalmayalım.

Kaynakça

*https://bianet.org/yazar/arzu-erkan-yuce-7336

Şiddet görüyorum ne yapabilirim? https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=sL-KWtgqVLI

Kendimle Karşılaşmalar, Karakarga Yayınları

https://open.spotify.com/show/3qPF8L2aQk52iGa6ubgib8

https://www.birgun.net/makale/artik-adini-koyalim-bu-siddet-498181

© SUZAN ARMAĞAN

Benim muhteşem kararsızlıklarım



Halil SÖZMEN

"İki dağın arasında kalmışam
Bülbül gibi daldan dala konmuşam"

Bu yazı önden sona kişisel "oblomovluğun" ifşa ve itirafıdır. Olmalı mı olmamalı mı?

Söylem biçimi insanı ele verir; gözler ruhun aynasıysa sözler eylemidir, her ne kadar kadim maharetiyle gizlemeye çalışsa da kendini ele verir. Müthiş, şahane, mükemmel, olağanüstü, korkunç, ürkünç, acayip, harikulade, fevkaladenin fevkinde, dehşetengiz gibi abartılı sıfatlarla anlatım sıklığının dağarcık zafiyetiyle ilgili olduğuna dair yaygın bir kanı vardır. Mutlakiyet hayatın içinde göreceliğe göre daha anlamsız sayılabilir, ancak alıcı-satıcı aynı olduğundan ve bu muhteşemlik öznel olarak ifade edildiğinden, mikro tarih olarak sıradan bir adamın minicik görünen çelişkilerinin muhteşem (!) saydığı kararsızlıklar olarak değerlendirilebilir.

"Aşırı ölçüde tekrarlanan kelimeler bitkin düşer ve ölürler" (Cioran).

"Büyülü Gerçeklik" kıvamında hikâyelerdir yaşanılan, hakikatin çoğunlukla masalsı öğelerin içinde yitip ayırt edilemediği... Angel Miguel Asturias beyefendi gibi birinin arzı endam edip el atmayışı, yazın konusunda güneyden esen "hard" çöl fırtınasının izin vermeyişindendir; görülür, bilinir, yaşanır, anlatılmaz. Damda yatan sıcak gecelerin çocuklarının, evlerinden görülen yazlık sinema perdesini sessiz izleyebildikleri ve ancak on altıda birinin görülebildiği filmlerin tamamını bir nefeste anlatarak böbürlendiği, dinleyenin de başkasına nakledebildiği günler; misafir bile çağrıldığı akla ziyan izleme seansları. Sinema her şeyimiz, memleketin dışına açılan özgür penceremiz kaçak okumalar dışında; evden okula, sokaktan mahalle hocasına ne bir tercih ne bir seçim. Cuma akşamları iki farklı yerde iki elektrik direğine şehrin sinemalarının reklam panoları asılırdı metal el çanı eşliğinde; son derste sınıf dar gelir, paydos ziliyle fırlar, ilkönce yakındakinden başlayarak korka korka afişlere bakar

(memleketin üç sert "deli" bilineni hep o bölgede olurdu, büyüklerimiz tarafından korkutulduğumuz ama kimsenin bir zararlarını görmediği), sonrasında bir koşu daha uzaktakine giderdim; kadroyu bir solukta ezberler, konuyu anlamaya çalışırdım. Hızlı adımlarla eve dönerken ertesi gün hangisini tercih etmek üzere özgür irademi kullanabilme hazzının tadını çıkarırken acım derinleşir, kararsızlığım artardı. Cumartesi yarım tedrisat, filmlerin başlama saatiyle okulun dağılması arasında on beş dakika vardı ve matine öğrencilere aitti; üst kat kız, salon erkek öğrencilere. Hep nefes nefeseydi yani, tırnaklı ekmeğe sürülmüş ve peynirle dürülmüş, oldukça acı memlekete has biber salçasını dişlemeye başladığımda bile hâlâ karar verememiş olurdum. İki film birdenin biri genellikle dedem tekir yıllarından kalma siyah beyaz, başı sonu belli olmayan hasarlı yabancı filmlerdi; gladyatör ve kovboyları görür, anlamakta zorlanırdık ne işledikleri hakkında; çok sıkıntılı bir "Baytekin" filmi hatırlıyorum hayal meyal... Kararsızlığın sebebi daha yeni Yeşilçam filmleriydi, "duygusal gelişimimizin" en önemli faktörlerinden birisi olduğunu çok sonraları anlayacaktım. Misalen birinde Türkan Şoray'lı "Beni Osman Öldürdü", diğerinde "Şakayla Karışık" oynuyor, seç seçebilirsen; o zamanlar kaçırdığım ofsayt kararsızlığıyla malul "Ofsayt Osman"ı hep hüzünle hatırladım ta ki internette denk gelip gol diyene kadar. Kararsızlık yaşamadığım yegâne anlar sinemaların birinde Nuri Sesigüzel, yani "bizim Nuru"nun filmleri oynadığı haftalardı. Şehir o sinemaya akar hatta birkaç hafta oynardı. Bu sürede tereddüt yaşamadan diğer sinemaya giderdim gönül rahatlığıyla, çünkü ben "bizim Nuru"nun filmlerini hiç sevmezdim.

"En çok özlediğim ve tamamıyla yok olduğunu gördüğüm şey mizah. Mizah

kayboldu. Politik doğruculuğa uymayan kirli şakalar yok." Performans sanatçısı Marina Abramović demiş; "body art" sanatçısı imiş, çok derinini bilmem ama ne güzel demiş. Vazgeçtim kahkahadan, birkaç saniye süren gülümsemeler bile unutulmuş, yaşamı misyon olarak görenlerden ya da gördürenlerden başka kimseler gözükmüyor ortalıkta; ey kiler, biz kiler havalarda uçuşuyor. Aslında ölümler açıklanmıştı, önce Nietzsche, sonra Foucault bağlamlı olarak "insanı öldürmüş", metafiziğin dublörünün de ruhuna okumuştur. Castillo'nun tekrarlanası sözü saf hakikattir günümüzle uyumlu; "öyle bir devirdi ki insanlar inandıklarından emin olmadıklarını başkasına dayatıyorlardı", kutsal münafıklık kardeşliğidir bu. Dört ayak üstüne düşen kedi tasvirinin infazıyla mizah da ölümünü ilan etmiştir bu "Philistinism" ikliminde. Yeni yeterken yüzmeye çalıştığımız "tatlı su" barınak ve korunağı oldukça destansı ve kutsi bahadırlar olarak yetişmemizi öngörüyordu, sınanmamışlık içeren bir safiyetle; aşk ve iştiyakla gereğini yerine getiriyordum okumalarımla; bilinmedik şeyler değildir işte A. Z. Kozanoğlu, N. F. K. vs. ve daha çok vs. Hüseyin Rahmi Bey amca öylesine elime geçti vaktin birinde; Heybeliadalı münzevi bir gey olduğunu çok sonraları öğrendim, kedi sevgisini de... "Kahramanlarının eksikliklerini, kusurlarını, hikâye anlatımından kaçarak, konuşma dilinin canlılığıyla (diyalog düzeninde), tanık olduğu olayları, dönemin İstanbul'unda yaşayan her "millet"ten ezilen, sömürülen, eğitimden yoksun kalmış insanları, bütün gerçeklikleriyle yansıtır." Felsefe ve bilimi de sokar mizahının içine Newton, Diderot, Voltaire girla gider; oldukça güzel, doyurucu kahkahalarımın müsebbibidir, halim şikâyetçidir. Bugün bile şey ister tarzdadır yazdıkları;

"Filozof oturduğu yerde dalgalanarak:

-İnsanı hayvandan ayrı gayrı bir şey mi sanıyorsunuz? Öteden bir ikinci ihtiyar haykırdı:

-Filozof, sen kendi hesabına hayvaniyeti kabul ediyorsan tebrik ederiz. Fakat biz kendi hakkımızda böyle bir isnadı şiddetle reddederiz.

Filozof:

-Bu hakikat ne benim kabulümle ve ne de sizin reddinizle değişemez bir mahiyettedir. Biz çiftleşme cürmile cennetten kovulan ilk adamın evladı değiliz.

-(...) Küfrettin. İstiğfar et! Hazreti Âdem'le Havva Anamız arasındaki fiile çiftleşme değil, zelle tabir ederler..." (Gürpınar, "Deli Filozof").

Ve takıntılardır anlatılan; "Cumartesiler uğursuzdur. Salı günü işe başlamaz. Ayın son Çarşambasını sayar. Muharremin onuna kadar az su içer... Kurban bayramlarında kesilen hayvanların kanlarına basar. Cinlerden, perilerden, alnının ortasına parmağını batırır, damga gibi karakoncoloslardan titrer." ("Efsuncu Baba").

Aşağı yukarı aynı zamanlarda İngilizce öğretmenimin elinde gördüğüm "Don Camillo'nun Küçük Dünyası"nı hıfzettim; komünist belediye başkanı Peppone ile kilisenin papazı Don Camillo çatışması; ancak perde arkasındaki çıkarsal işbirliğinin varoluşunun ironisinden mest olmuştum. Külliyatı çok kısa sürede edinip tadına vara vara günler tükenmişti, bir nevi kısmi aydınlanmaydı.

"Önce konuşup sonra düşünmektense, önce düşün sonra konuş. O zaman ettiğin aptalca laflar yüzünden pişmanlık duymazsın."

"Kimseye güvenip de bir şey söylemeye cesaret edemiyor insan. İnanır mısın, kendime bile güvenemiyorum." ("Don Camillo'nun Küçük Dünyası").

"Altın tabakta verilen bir soğanı yemektense, toprak kapta verilen bir bifteği yemek daha iyidir." (Giovanni Guareschi, "Don Camillo Moskova'da").

Günümüzün mizahsız karanlığında ve bu güneşsiz günde hangisini elime alıp, Şair Nedim'e öykünüp "Gülelim, oynayalım, kâm alalım dünyadan" diyeyim derken kafam karıştı, kararsızlığım kuruntulara gark etti, Hüseyin Rahmi mi, Giovanni Guareschi mi bilemedim.

Pedofilik kokular içeren romanlarının yanında "İki Şehrin Hikayesi" bir başkadır ağzının tadını bilenlere; Paris'teki karanlığın, Londra'daki aydınlığa kıyasıdır. Bir başka açıdan, o karanlık geçici bir aydınlanmanın da habercisidir (biraz da ha Ali ha Veli'dir; burjuva ve aristokrasi söz konusu iktidar olunca); okur kararsızlaşır, akla kara arasında umudun cazibesi, halin cerbezesi arasında kararsızlıkla bocalar, hangisi Mevla'nın evlasıdır. Kişisel mini mini tarihlerde de benzer gelişimler görülür genellikle. Ankara'dır şehrin birinin adı, diğeri İstanbul'dur; birincisi kedinin gözlerini açmaya çalıştığı görgülenme, bilgilenme, tutunmaya çalışma ve aşkın kaynağı, en azından etik iddialı monden bir hanımken, diğeri "belly dance" figürleri, kurnazlığı, kaypaklığı, pitoresk görünümlerine rağmen ürkütücü hedonist haz yolculuklarıdır benimkisinde. Biri sığınılacak liman, diğeri kâm alınıp kaçılacak olan; tercih her zaman "Bir Tereddüdün Romanı"dır. Nedim eydür:

"*Bu şehr-i Sitanbul ki bi misl ü behâdır*
Bir sengine yek pâre Acem mülkü fedâdır
Bir gevher-i yekpare iki bahr arasında
Hurşîd-i cihan-tâb ile tartılsa sezâdır."

Tarafını belirtmiştir, aması vardır şarkının, biri pek öyle dememektedir:

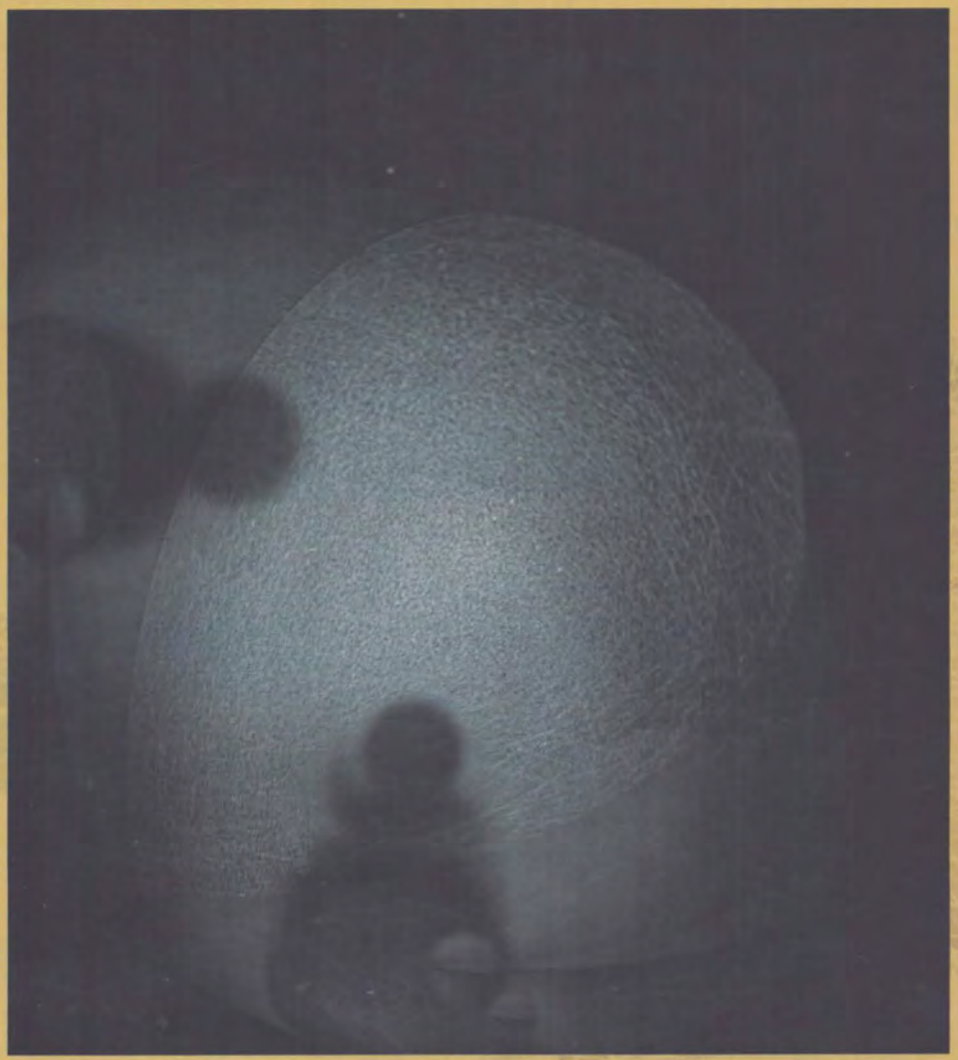
"İstanbul'u artık hiç sevmiyorum
Orda başladı aşkım, orda oldu ayrılık
Orda verdik el ele, yine orda bıraktık
İstanbulu *artık hiç sevmiyorum.*"

Ve...

"İstanbul'da, *Tevkifane avlusunda,*
güneşli bir kış günü,yağmurdan sonra,
bulutlar, kırmızı kiremitler, duvarlar ve benim yüzüm
yerde su birikintilerinde kımıldanırken,
ben, nefsimin ne kadar cesur, ne kadar alçak,
ne kadar kuvvetli, ne kadar zayıf şeyi varsa
hepsini taşıyarak;
dünyayı, memleketimi ve seni düşündüm..." demek de vardır işin içinde...

Cemal Süreya, parasız, yatılı ve Mülkiyelidir sıkı, Ankara'yı iyi bilir: "Bu

© SUZAN ARMAĞAN



şehri bu kadar yalın anlatan başka bir şey olamaz sanırım. Sorumluluklarını bilen, asla kötü davranmayan ama sonuçta bir üvey ana olan Ankara. Bu şehirde insanlar bekler. Emekliliği, askerliğin bitmesini, rüşvetin gelmesini, gönderdiğiniz evrakın cevaplanmasını, suskun devletin konuşmasını beklerler. Taşı çatlatacak bir sabırla bir şeyleri beklerler, kim bilir bekledikleri hayattır. Belki denizi görselerdi beklemezlerdi. Denizi su sanırlar. Suyu görmek için göllerin kıyısına gidersiniz ama su ufka uzanmaz. Bir suyu deniz yapan ufuk yoktur Ankara'nın göllerinde. Oysa ne önemlidir suyun hiç bitmemesi ve uysal bir sevgili gibi gökyüzüyle birleşmesi. O vaatkâr ufuk çizgisi, o nasıl güzeldir. Her zaman ötelerde bir şey olduğunu fısıldayan o şehvetli çizgi. İnsanlar Ankara›da beklerler, kim bilir bekledikleri hayattır."

Kişisel tarihte dahasıdır:

"Ankara'dan bir kuş uçtu güneye doğru
Kanatlarında sevdanın kar bulutları
Ankara'dan bir kuş uçtu güneye doğru
Kanatlarında sevdanın kar bulutları..."

"Haydar Ergülen'inki bana çok uyar:

"*Ankara: Benim* şiirim, İstanbul: *Herkesin* şiiri."

Ne benimkinden ne herkesinkinden, bir seçim söz konusu bile değil!.Tereddüt...

Sabah serinliği sıcakların çocuklarının dertlerine deva, hastalıklarına şifadır, hele bir de sessizliğin içinde "sessizliğin senfonisini" dinlerken; John Cage'in 4'33" deneyimi ilginçtir bu konuda. Doğal seslere sunilik katmak istemediğin, şiir çeker canın; kâh evrensel kâh yerel katmanlarıyla etkinlik yaratan... Rastgele gelir aklına içinde azıcık da kararsızlık içeren Nâzım'dan sonu iyi bağlanmış:

"Bulut mu olsam,
gemi mi yoksa?
Balık mı olsam,
yosun mu yoksa?..
Ne o, ne o, ne o.
Deniz olunmalı, oğlum"

Bu arada aklından da geçer, ne başının derdiydi bu paşa torunun başkasının derdiyle hemhalolup yanmak, hani çok bilinir, çok söylenir de unutulur gider:

"Ben diyorum ki ona
Kül olayım Kerem gibi yana yana
Ben yanmasam
Sen yanmasan
Biz yanmasak"

Bir ayağı Japonya'da:

"Kapıları çalan benim,
kapıları birer birer.
Gözünüze görünemem,
göze görünmez ölüler.
Hiroşima'da öleli,
oluyor bir on yıl kadar.
Yedi yaşında bir kızım,
büyümez ölü çocuklar..."

Ya da...

"Gebedir her sukut bir yükselişe.
Ne mümkün karşı koymak
bu köpürmüş gelişe..
Heraklit, Heraklit!.

akar suya kabil mi vurmak kilit?

...

Mevzubahs gencin
ismi: BENERCİ.
Kendisi aslen Hintli olup
maskatı re'si DELHİ'dir..
Dostlarının nazarında tam
adam,
düşmanlarının indinde azgın bir delidir
ve Britanya polisinde künyesi şüphelidir.."

Bir ayağı Delhi'de, aklı felsefede, aynı suda iki kez yıkanılmayacak yerde, baştan aşağı evrensel... Diğeri Kerküklü bir Türkmen çocuk, emekleyip yürüdüğü toprağın derdiyle mustarip; Harranlı, Siverekli, kaç dil bilir yerel.

Kürek tutan Urfalı Nazif'in çekisini sırtına yüklemiş Anadolu'yla beraber;

"Beşikler vermişim Nuh'a
Salıncaklar, hamaklar,
Havva Ana'n dünkü çocuk sayılır,
Anadoluyum ben,
Tanıyor musun?

...

Binlerce yıl sağılmışım,
Korkunç atlılarıyla parçalamışlar
Nazlı, seher-sabah uykularımı
Hükümdarlar, saldırganlar, haydutlar,
Haraç salmışlar üstüme.
Ne İskender takmışım,
Ne şah ne sultan"

(Ahmed Arif)

Göçüp gitmişler, gölgesiz! Biri "deniz olunmalı"yla evrensel, diğeri iki kadim nehirle yerel; vazgeçilmez iki meme ak süt fışkıran. Birini seç deseler "kararsızlık perdesinde" kalakalırım.

Kinik, derviş taifesinden oldukça kalender kalenderi; zennelikle "duun"lerde çalar "oynariken" meşhur ama fukara baba Muharrem Ertaş'ın bağlaması eşliğinde; isyanı tutar, yırtar zıbını çeker gider gelmemecesine "Bozkırın Tezenesi" olmak üzere ıraklara... Okuyup yazmayı sonraları asker ocağında öğrenecektir. "Kul Garip" olarak içkinleşmiş abdallık üzerinden şiirlerini havalandırarak, devrin anonim ikiyüzlülüğünde bestelerine adını bile yazamamıştır.

Habire kaptırdığı gönlünü sazına sözüne dökmüş:

"Gönül dağı yağmur yağmur boran olunca
Akar can özümde sel gizli gizli

...

Kalpten kalbe bir yol vardır görülmez
Gönülden gönüle gider yar oy
Yol gizli gizli yol gizli gizli..."

Geleneğinden ödünsüz, neredeyse sivil itaatsiz Babai tavrında, yoklukla yetinmemiş onu da olumsuzlayan bir hiçlik yolcusu olarak, ölümsüz havalar bırakarak:

"Nice sultanları tahttan indirir
Nicesinin gül benzini soldurur
Bir ayrılık bir 'yoksuzluk' biri de ölüm"

Bir de Musa edemiz var, okumuş yazmış, notist derecesinde müziğe vakıf, sözü gönlü tok, düz boğaz, bazen kazığın ucunu sivriltir. Eroğlu toplumsal hafızadan miras aldığı ezgileri bağlama çalgısı düzleminde yeniden üretime tabi tutmasına örnek teşkil eden türkülerin varlığı üstatlığının göstergesidir, binlerle ifade edilen derlemeleri yanında, sesiyle-sazıyla yürek derununa iner, bir yakalar pir yakalar. Arif Sağ'ın "Issız bir adaya düştüğümde yanıma Musa ve bağlamasını alırdım" dediği sahih tevatürlerdendir. Kibirden uzak, bütün kazancını ormana yatıran, ekonomiden, gelecek korkusundan habersiz, güler yüzlü tevazusuyla söyler de söyler:

"Yine karlar yağdı gönül dağıma
Kime ne söyleyim, kime ne deyim?
Yaz ayında gazel düştü bağıma
Kime ne söyleyim, kime ne deyim?"

Ya da

"Sabahın seheri günden ileri
Ben kimi sevmişim senden ileri
Ziyaret olmuşsun kurban istersin
Kurban bulamadım candan ileri"

Varsaydım keçe kepeneği çekmiş yaylıma çıkmış, sürünün başında çobanım, yanımda karabaş, elimde eski usul tek kulaklı zar zor çeken bir radyo, "standart marka", iki ayrı "istasyonda" iki ayrı türkü çalar, Neşet Baba'dan "Melamet Hırkası", Musa "Ede"den "Mihriban"; bunaldığım kararsızlık bir yerlere götürmedi, kalakaldım!

Vakitlerden "arancıman marancıman", hazırda olandan gına gelinmiş, çeşitlilik ve değişikliğin hoş halleri; dar sunum imkânlarından istifade ediliyor; film, kahvehane hoparlörleri, cızırtılı radyolar. Azıcık kulaktan dolma, ucundan kıyından Juanito "muanito", Salim Dündar, tanıdık geliyor; barak havaları, hoyratlar kadar yanık... "Derkene", masal (!) bu ya, aha da buldum oldum. Ada Müzik'ten ortama yayılan ses, Zafer Çarşısı'nda bir Ankara gününde. Gitar gel gel diyordu bütün albenisiyle, evde kasetçalara bir taktım, takış o takış, patladı gitti; Manitas de Plata'nın bir albümüydü, Ajda nın "Ti Lai lai Li"nin orijinalini içerir, kendileri Gipsy Kings'in bir taifesinin dayıları olur, Picasso ve Brigitte Bardot ile tanışıklığı rivayet edilir. Sıfır çekerek '83 Eurovision yarışmasında sonuncu olan çıplak ayaklı kontes, "Gitano" Remedios Amaya'dan sonra daha bir ilgi çekici hale geldi flamenko; karmaşık, tutkulu, Doğu-Batı bileşimi, makamları olan bu tür, sevenin yüreğine dokunur cante'siyle, toque'siyle, baila'sıyla ya da özelimizde öyle oldu diyelim. Bir de işin içinde Federico Garcia Lorca var ki, cante jondo'larıyla (ağır havalar) bulut bulut gezdirir.

"Guadalquivir nehri
Bordo sakalı var.
Granada'nın iki nehri,
bir çığlık ve bir başka kan."
"Dinle oğlum, sessizlik.
Dalgalı bir sessizlik bu, bir
sessizlik,
vadilerin ve yankıların kaydığı yer ve
bu alınları eğiyor yere."

Avrupalı kökleriyle Doğulu mültecilerin karması makamı da olan bir sentez çıkarmıştır.

Endülüs'te (vandalların ülkesi); büyük payı "Gitano"lara ait olmak üzere, "Moro" ve "Judio"ların da katkılarıyla bugünlere ermiş kulak akrabalığı olan herkese sunulmak üzere; zaman çeşitlilik zamanı, füzyon denen sihirle caz, pop, rock, "Arabe", "Turkish", nuevo türleri de çıkmış, takipçileri oldukça bunalmıştır, biz o ağır havalardan, hüzünlerden bahsediyoruz; göçebeliğin, sürgünün, köleliğin, fukaralığın, aşkın tutkulu keder ve endişelerinden söz ediyoruz. Aşk, melankoli ve üzüntüyü ilham alıp kullanarak hayattaki karşılaşmaların ve uyumsuzlukların şarkılarını söyler fado, komşu memleketin flamenkosuna karşılık, eşlik gitar zıt olarak neşesiyle yaşam kıvılcımı gösterir. Bir Amália Rodrigues tanışması peşine takılmak için vesile olmuştur hayırlara, acı acıyı söker diyerek, bu daha genç musiki nevi münhasırına. "Moro"lara atfedilen köküyle, kıyıda balıkçı eş veya sevgiliyi

bekleyen kadınların umut, endişe çığlıklarından oluşmuş türleriyle beraber, aristokratlara fahişe evlerinde söylenen havalar diye de rivayet edilir; gitar, ses ve içten bir duygu, basit tasvir, Portekiz müziğinin bir türü ve ülkenin tanınmış sembolü olan fadoyu tanımlayabilir. Ancak fadoyu anlatmak kolay bir iş değil, bir müzik türünden daha fazlasıdır. Daha ziyade beklenti, üzüntü, acı ve sevgi duygusudur. Bu bir varoluş biçimidir.

"Teknemde dans etmeye gidiyorum, merhametsiz denizin ötesine.

Senin güzelliğinden çaldığım eşsiz ışıkla birlikte.

Gel ve kalbimin dansını izle.

Eğer teknemde dans ediyorsam zalim denize açılmıyorum demektir..."

İnsan bu acısına ortak arar bir başka muzdarip sesten, aynı dilden olup da delip geçmesin, duygusuyla şöyle bir çiziktiriversin diye guruba karşı. Guadalqivir kıyısına oturmuş Camaron'dan bir flamenko solea mı, yoksa Rio Mondego kıyısında Mariza'dan fado mu trajik, "duende"ye yol açar tam tekmil; hal derin bir kararsızlık ve cevapsızlık!

"Dünyada ne var, kendine dert eyleyecek,

Bir gün gelecek ki can bedenden gidecek,

Zümrüt çayır üstünde sefa sür iki gün...

Zira senin üstünde *de otlar bitecek"* diyor Hayyam. Diyor da bu elin oğlu ne dolambaçlı yollara sürükler, ne cevr-ü cefa kapıları açar önüne insanın; sonuçlarını görüp anlamaya başladıkça ne kadar haklılar diyebilir, "Dertleri zevk edindim, bende neşe ne arar" dünyasında elemden başka şeyin olmadığının farkına vararak. İki mimli zatlardır sonuçta Kafka ve Proust; ilk başlarda "yeter, bırakın yakamı" diyesiniz gelir, ancak sonraları tiryakisi olursunuz. Bu sessiz ve totalitarizme karşı zihinsel pasif direnişçi saydığım (baba figüründen başlar budamaya) Kafka Dayı'yı (çok yakın bulduğumdan kendime) Milena'dan daha iyi kim anlatabilir?

"Çekingen, korkak, yumuşak ve iyi kalpliydi; ama yazdığı kitaplar zalim ve acılıdır. Onun gözünde dünya, savunmasız insanları parçalayıp yok eden görünmez iblislerle doluydu. Yaşayabilmek için fazla öngörülü, fazla bilge, savaşabilmek için fazla güçsüzdü; tıpkı içlerinde anlayışsızlığa, kötülüğe, entelektüel yalana karşı duydukları korku varken savaşamayan, çünkü çaresizliklerini daha baştan bilen ve yenilgileriyle yeneni utandıran asil, güzel insanlar gibi güçsüz. İnsanları, ancak büyük asabi duyarlılığa sahip bir insanın tanıyabileceği şekilde tanıyordu; neredeyse peygamber misali, ötekini gözlerin şimşek çakmasını andıran tek bir parlayışından teşhis eden biri gibi. Dünyayı alışılmadık ve derin bir biçimde tanıyordu, kendisi de alışılmadık ve derin bir dünyaydı."

Ve bir örnek verilebilir Kafka dünyasından:

"Öyle düşkün, akciğer hastası herhangi bir binici kadın manejde yalpalayan atın üstünde yorulmak bilmez bir seyirci topluluğunun karşısında kırbacını savurup duran, merhametsiz bir patron tarafından aylarca, kesintisiz, bir daire üstünde döndürülüp dursa, atın üstünde fırdolayı, öpücükler dağıtarak, belini kıvırarak ve bu oyun orkestranın ve vantilatörlerin durmak bilmeyen uğultusu altında sonsuza kadar açılıp duran geleceğin alacakaranlığı çökesiye devam etse, avuçların dinip dinip yeniden kabaran ve aslında buharlı şahmerdanlar olan alkışları eşliğinde — belki o zaman genç bir galeri seyircisi bir koşu, bütün sıraları geçip aşağı uzanan merdivenden gelir, maneje fırlar, 'Dur!' diye bağırırdı, her duruma uymasını bilen orkestranın fanfarları arasından."

Merhametsizlik, sömürü, itaat, çoğunluğun aymazlığı ve belki bir asi vicdanın ortaya çıkışı; hikâye bundan da ibaret olmayabilir o karanlığın katmanlı dünyasında. Proust denilince şeytanı rahat bırakmayan bir yaşamdır onunkisi, elli bir yıllık ömrünün on yıldan çok daha fazlasını, yatak odasından çıkmadan tek bir eserin tamamlanmasına adayarak geçirmiş bir ayrıntıcı hedonist (hep üzümün çöpü, armutun sapıdır). Bir yaz günü, 10 Temmuz 1871'de, bir Paris banliyösü olan Auteuil'de doğan Proust'un, onun hastalıklı yaşamına sanki yazgının sırf karşıtlık oluştursun diye sunduğu, klinik şefi olarak çalışan doktor bir babası vardır. Annesi ise Yahudi asıllı zengin bir borsacının kızıdır. Kahramanları aristokrat ve neredeyse kendine benzer yüksek burjuvazidir. Üşenmeden eline geçirdiği konunun ırığını çıkarır mükemmeliyet yolculuğunda hazların, elinde küçücük ayrıntılar evrenin en önemli meselesi haline gelir, kari farkına varmadan aynı düşüncenin peşine takılır gider.

"Proust'ta zevkçilikleri ve dünyayı fazla fazla tatmak telaşları yüzünden başlarından felaket ve entrikalar eksilmeyen soylular veya yüksek burjuvaların hedonist ahlakı var gibidir ancak hassas tabiatı, savurgan bir yaşam sürmesine el vermez." Derdi dünyadan büyüktür:

"Giyim konusunda, -Albertine'in- o sırada en hoşlandığı şeyler, Fortuny'nin yaptıklarıydı. Mme'de Guermantes'ın üzerinde bir örneğini görmüş olduğum Fortuny'nin bu elbiseleri, Elstir'in, bize Carpaccio ve Tiziano döneminin muhteşem giysilerini anlatırken, yakın bir gelecekte görkemli küllerinden tekrar doğup ortaya çıkacaklarını müjdelediği giysilerdi; çünkü San Marco'nun tonozlarında da yazılı olduğu ve Bizans sütun başlıklarında, mermer ve kurnalardan su içen, hem ölümü hem dirilişi simgeleyen kuşların ifade ettiği gibi, her şey tekrarlanmak zorundadır. Kadınlar Fortuny elbiseleri giymeye başladıklarında, Albertine derhal Elstir'in kehanetini hatırlamış, bu elbiselerden istemişti, birlikte gidip bir elbise seçecektik. Bu elbiseler, günümüz kadınları tarafından giyilince fazlasıyla kostüm izlenimi uyandıran, bir koleksiyon parçası olarak saklanmaları daha uygun, gerçek antikalar değillerdi (Albertine için ayrıca bu elbiselerden de arıyordum) ama sahte antikanın taklide özgü soğukluğundan da yoksundular. Daha ziyade, Sert, Bakst ve Benois'nın dekorları tarzındaydılar; bu üç sanatçı, o sıralar Rus Balesi'nde sanatın en sevilen dönemlerini canlandırıyorlar, bunu o çağın anlayışını barındıran ama yine

de özgün eserler aracılığıyla yapıyorlardı; aynı şekilde, Fortuny'nin eskiye sadık ama son derece özgün elbiseleri de, bir dekor gibi, bu tür elbiselerin giyildiği, Doğu'yla yüklü Venedik'i çağrıştırıyor, hatta dekor hayal edilmek zorunda olduğu için daha da güçlü bir biçimde canlandırıyor, güneşi ve etraftaki türbanları hatırlattıkları için, Venedik'in parçalı, esrarengiz ve tamamlayıcı rengini, San Marco Bazilikası'ndaki özel sandıkta saklanan bir kutsal kalıntıdan daha fazla yansıtıyorlardı. O döneme ait her şey yok olup gitmişti ama Venedik düşeslerine ait kumaşların parça parça bugüne dek gelerek ortaya çıkışıyla, hepsi yeniden doğuyor, Venedik manzarasının ihtişamı ve Venedik'in kıpır kıpır hayatı, hepsini birbirine bağlıyordu."

Ne kadar zorluklarla doluydu ikisinde de hayat, bu cefayı tekrar çekebilmek için cesaret toplamak lazım, kararsızlık çukurundan çıkabilmeye; herkesin derdinin kendini gerdiği ince hastalıktan muzdarip Kafka mı, astımlı haliyle haz okyanusunda kulaç atan Proust mu?



Burada düet ihtiyacı yok, kervan ki baştan ayağa kararsızlığın yola düzülüşüdür; kılavuz eğer tereddütle sultan olunacaksa kurgu-kurgu dışı varoluşların en liyakatlisidir, makama uygundur, onay büyük yerdendir. Rus ahalisinden olup emrazı tereddütten muzdariptir, serfliğin kalktığı dönemde aristokrat taifesinden bir zat olup çöküşün başladığı dönemde zuhur edişi de ayrı bir talih körlüğüdür. Sabah uyanması dahi makam olan bu arkadaşın yataktan kalkıp iskemleye geçebilişini onlarca sayfada anlatabilmiştir Gonçarov:

"Oblomov düşündü: 'Bir günde on yer, vah zavallı! Bu da hayat mı?' Omuzlarını silkti. 'Bütün bunlar arasında insanda hal mi kalır? Böyle bin parça olmanın anlamı var mı? Lidya'ya kur yapılır... Hoş kız. Onunla köyde çiçek toplamak, gezmek, hiç de fena değil! Ama bir günde on yere gitmek! Vah zavallı!' Oblomov bunları düşünerek sırtüstü yattı. Onun böyle boş düşünceleri, istekleri olmadığına, yok yere sokaklarda dolaşmadığına, odasında uzanıp insanlık onurunu ve rahatını kaybetmediğine şükrediyordu."

Yattığı, oturduğu yerden ürettiği ve kararsızlık ızdırabı içinde sürekli erteleyip durduğu projeleri düşünmekten yorgun, bıkkın ve bitkindir.

"Ben çiftlikle uğraşıyorum. Birçok yenilikler tasarladım; çiftliğe yeni bir düzen vereceğim. İşlerim bitip tükenmek bilmiyor... Neler çekiyorum. Ama sen başkaları için çalışıyorsun." Hayat yorgunu, kader vurgunudur, dünyayı sırtında taşımaktan yorulmuş bir Halet Rezaki'dir. Eylemsiz düşünceleri kararsızlığa, kararsızlığı kayıtsızlığa, kayıtsızlığı da zaman içinde bir kaybetmişliğe dönüşür. İçinde bulunduğu şartlarda neler yapacağını, bir şeyler yapılsa da nelerin değişmeyeceğini düşünür. Kafasında düşünceleri çevirip durur. Sonra en başa döner bir daha düşünür. "Beyni çamurda patinaj yapan tekerlek gibi hızla dönerken, vücudu bataklığa saplanmış otomobil gibi yerinde sallanır ama ileri gidemez." Rus toplumsal hayatına "oblomovluk" bir deyim olarak girmiş, yaygın kullanılırdır, Lenin hazretleri bile o kudretli haliyle, devrimi yaptık ama "oblomovluğa" yenildik, diye baya "ağlanmış", sızlanmıştır. Tolstoy'un tepkisi, "'Oblomov'u dehşet içerisinde, tekrar ve tekrar okuyorum" şeklindeki taaccüp ifadesidir. Yazarı Gonçarov'a göre, "Bir sanatçı, tüm dikkatini yaşamdaki değişikliğe uğramayan ve sosyal kapris rüzgârlarının esintilerine maruz kalmayan biçimlere odaklamalıdır. Gerçek bir yazarın göreviyse değişmeyen ve defalarca tekrarlanan veya üst üste yığılan olayların ve kişilerin oluşturduğu tiplemeleri betimlemesidir". Ruslara özgü diyenlere gülünüp geçilir, iğneyi batırsak neler gördük neler geçirdik, un elerken elekten develeri geçirdik, ne kararsızlık kararlısı mangalda kül bırakmaz ama yutmazlar gördük. Bu noktada kendini taşıyamayan yük hali sık görülen bir insanlık durumudur,

yabancılaşmanın daniskasıdır, bir tur dönülünce çepeçevre epeyce görülecektir kıraathane kovboylarından başlayarak. "Rahmetli", "oblomovotis" hastalığından kırk yaşında, nihayet sonsuza kadar uyuma dileğini yerine getirerek uykusunda ölür, mekânı cennet olsun. Bu yazı önden sona kişisel "oblomovluğun" ifşa ve itirafıdır. Olmalı mı olmamalı mı?

Leipzig şehri üç nehirle sulanır

Dört deha-i musiki içinde dolanır

Biri Wagner biri Mendelssohn biri Bach'tır

Schumann Clara'nın peşinde dolanır.

Meşhur DDR'nin kokusu sinmiş sokakları ve caddeleriyle klasik müziğin Kâbe'si dense yeridir, özellikle de Saint Thomas Kilisesi'yle; 18. yüzyılın ilk yıllarında Telemann ismiyle nam yapmış, notası kaim, bageti daim, üstadı azam Collegium Musicium'u kurdu. Birkaç tereddüt arka arkaya gelince, klasik musiki durdu durdu turnayı gözünden vurdu. Saint Thomas Kilisesi'nin kantoru Johann Kuhnau terki dünya eyledi ve yerini yerel yöneticiler kararsızlık nöbetleriyle danışa tartışa Telemann'a teklif ettiler, çağının popüler müzisyeniydi en; diğerleri hep sonradan gelirdi, mesela Handel, bir kararsızlık sürecini takiben reddetti teklifi. Sonrasında Bach'ın da dahil olduğu ona yakın adayın kararsızlıklarla dolu elemelerin sonucunda ve dahi yapılan beste yarışmaları neticesinde Christian Graupner seçilmişti yeni kantor olarak, ancak onun da tarihi değiştirecek kararsızlığıyla görevi reddetmesi, burada büyük Bach olacak kişinin önünü açacaktı; su yatağında akacak, klasik müzik buradan devrimini yaparak gelişimine devam edecekti, son olarak şart olan teoloji sınavından geçerek Saint Thomas kantorluğuna 13 mayıs 1723'te resmen atanacaktı. Bize kalan, birinci operacı diğeri daha çok enstrümantal beste üstadı arasında bir seçim yaparak, Leipzig müzik rotasını kulaklıktan dinleyerek dolaşmak; tercih Telemann'ın "Telemann: Orchestral suites: Alster; Burlesque de Don Quiotte; La Bourse"de olabilir, "Bach Brandenburg Concerto 1-2-3 Trevor Pinnock – CD" de olabilir; sorun çözümsüzdür, devreye muhteşem (!) kararsızlığım girer ve böyle bir sınanma reddedilir.

Maşuktur her anlatıda her dilde her harsta neredeyse, bir âşığı vardır her daim gülün. Gülümsemenin hemen yanı başındadır anlık hazlarda bile; "Sen nirede ki güler isen nev-bahar olur" (her yan gülle dolar taşar). "Gülen insan yüzünde gül rengi pembelikler olması, halk arasında gamze denilen yanak çukurlarının güller gibi neşelenmesi ve nihayet dudakların gül yaprağı gibi bükülerek bu neşeyi tamamlaması, bütün bunlar, pek haklı olarak eski edebiyatta gülün neşe, gülme alameti olmasını sağlamıştır." Renginin kırmızılığının kaynağı Afrodit'in ayağını kanatan dikenleri olmalı bülbülün başının belası. Yüz güler, yüzde güller açar, yar gül gibi kokar; çiçeklerle ilgili her meselenin başrol oyuncusu kararsızlıkları yok eden birinci seçenek. Hayatlı evlerin ortasında havuz kenarlarında dizili Muhammediye gülleri pembe kokulu, anneannemin obsesyonlarının elinden kurtulan; karanfil olduğunda bahçede, yığınla kötü olay vardır geçmişinde (!), "ona düşmez"di. Gülle ilgili hiçbir takıntısı olmadığından ya da görmez geldiğinden her yan gül açardı, anneannem gül kokardı.

"Eğilmiş arza, kanar, muttasıl kanar güller
Durur alev gibi dallarda kanlı bülbüller"

(Ahmet Haşim)

"- Bütün istediğim kırmızı bir gül, bir tanecik kırmızı gül! Elde etmemin hiçbir çaresi yok mu?

-Bir çare var fakat o kadar korkunç ki!

- Söyle ben korkmam.

- Kırmızı bir gül istiyorsan, kalbini bir dikene dayayıp bana şarkı okumalısın; diken kalbini delmeli, kanın da benim damarlarımdan içeri akıp benim olmalı.

- Bir kırmızı gül için ölüm çok fazla!"

(O. Wilde)

Babaannemin obsesyonsuz eline çabuk her türlü çiçeğe âşık, yine hayatlı bir evin havuzunun kenarı karanfillerle dolu rengârenk, eğretilemesi yarin dudağı olan.

"Sen karanfile eğilimlisin, alıp sana veriyorum işte
Sen de bir başkasına veriyorsun daha güzel
O başkası yok mu bir yanındakine veriyor
Derken karanfil elden ele."

(Edip Cansever)

Türküde "karanfil bedrenk olur" derken renginin diğer çiçeklere göre aykırı nüanslar içerdiği de anıştırılır. Birini duyduğumda muhteşem (!) kararsızlıklarım depreşir, zihnimde neler uçuşmaz ki, başta kokularını duyarım ikisinin, sevdiğim romanlar gelir aklıma; "Gülün Adı", "Karanfilli Kadın" filmleriyle beraber, tablolar Gogh'tan, Monet'den... Ve anneannem gelir pembe, babannem bedrengiyle, tereddütle seçime direnir, reddederim. Duraksamam...

"İnsanlar hızla insanlıklarını kaybederken kediler kediliklerinden asla vazgeçmezler" girizgâhıyla konuya dalma girişimimin hoş görüleceği umulur ve "Bu gezegende sizi kendinden daha çok seven tek canlı köpektir" diye devam edildiğinden, bir başka kararsızlığın ne olacağı kolaylıkla anlaşılacaktır. Ne serden ne yardan sebeplerinden birisi, yaşamı değerli kılan şeylerden aynı zamanda; mahlukatın ciddi bir çoğunluğu için fuzuli sayılan ilgi ve alaka kusurudur; herkesin hayvanı çok sevdiği ancak tüyden havdan nefret ettiğini beyan ettiği topraklardır burası.

"Kedi için hayındır derler. Yemek yerken gözlerini kapaması da, kendine edilen iyiliği bilmemek içinmiş. Hiç hazzetmem öyle sözlerden. İnsanoğlunun kendini gözünde ne kadar büyüttüğünü, kediye bir lokma yemek vermesini de büyük bir iyilik sayıp karşılık beklediğini gösterir. Biraz da karşılık beklemeden bir iş görmeye, ettiğiniz iyiliği iyilik saymamaya alışın. Kedi size bağlanacak, minnettar olacak da ne çıkacak? Oynamasını seyrediyorsunuz, siz de onunla oynayıp eğleniyorsunuz; okşuyorsunuz, yumuşacık tüyleri elinize zevk veriyor. Daha ne istersiniz? Bir de kediden ille bir fayda mı gelecek? Ben 'avcı' olmasını da pek istemem; fare, sıçan peşine düşmekten eğleniyorsa keyfi bilir; ama ta yanı başından geçen sıçana

da aldırmasın, gene kızmam. Hayın da değildir, kendini seven insana bağlanır. Bir tanesini söylerler: yavrulamış, yavruların gözleri açılınca ağzında birer birer getirip hanımının önüne koymuş. Sevgisini daha nasıl göstersin? Çok kıskançtır, üzerine ortak gelmesini istemez. Bu da hayın olmadığını, bir insana gerçekten bağlandığını göstermez mi? Biz, hayvanlar bizi ille büyük görsünler, biz onları sevsek de, sevmesek de, eziyet de etsek onlar bizi saysınlar istiyoruz. Hep insanın kendini beğenmesi. Kedinin de sizin gibi, kendi keyfini, kendi rahatını arar bir canlı varlık olduğunu, onun da kendisini hayvanların en üstünü sayabileceğini düşünün, artık ondan kulluk, kölelik beklemezsiniz."

Nurullah Ataç böyle diyor o güzel Türkçesi ve üslubuyla. Köpek için bir derleme yaptık değişiklik olsun diye:

Charles de Gaulle:

"İnsanları tanıdıkça kendimi köpekleri daha çok severken buluyorum."

Franz Kafka:

"Bütün soruların cevabı bir köpeğin bakışında gizlidir..."

Mark Twain:

"Köpekler centilmendir. Umarım onların cennetine giderim, insanların değil..."

Elayne Boosler:

"Moda felsefem, eğer köpek kılı ile kaplı değilseniz, hayatınız boştur."

Milan Kundera:

"Kötülük, kıskançlık veya hoşnutsuzluk bilmiyorlar. Muhteşem bir öğleden sonra bir yamaçta bir köpekle oturmak, hiçbir şey yapmamanın sıkıcı olmadığı, huzur olduğu cennete dönmektir."

Marilyn Monreo:

"Köpekler hiç beni ısırmadı ama aynısını insanlar için söyleyemeyeceğim..."

Andy Rooney:

"Ortalama bir köpek ortalama bir insandan iyidir..."

İlk kedim Kirif (dişi bir smokin) ve ilk köpeğim Fors'u (kırma etter) hatırladığım yaşlarım beş ya da altı denilebilir. Altmış yıldır zaman zaman ilişki kurulan sokak kolonileri hariç onlarca kedi, onlarca köpekle zaman geçirdim; hani bir adaya gitmek üzere seçmeye zorlasalar kararsızlığım had safhaya ulaşır, duraklarım; her biri gözümün önünden geçer kaybettiklerimi hatırlarım, boğazım düğümlenir, hayalinde bile hüzünlenir, seçim yapamam.

Baştan beri hikâye edilen kararsızlıkların hepsi muhteşem hayata (!) içkin mevzular; değerler açısından varoluş gerçekten o kadar önemli ve önemsenerek eşrefi mahlukat mertebesi önseliyle oluşturulan bakışa teslimiyetle aynı suda kırk defa yıkanarak "Ganj Nehri" hacısına dönüşmek midir murat?.. İyi-kötü, özgürlük-kölelik, endişe-huzur, sevgi-nefret, itaat-isyan vs. üzerinden "bir bakış baktın kalbimi yaktın" diye atılıp şöyle didik didik enine boyuna, düşüncelere yeni bir boyut getirilebilir ölüm kalım meselesi olarak; çok duyduğumuz "bak ağa, bu hayat memat meselesidir", hemen daima bir kararsızlık ifadesinden ziyade çaresizlikten gibi gelir. "Ben içmişem âb-ı hayât, ermez bana hergiz memât (Niyâzî-i Mısrî)"dir bir nevi... "Sadece bir hayat yaşadığımız için bu hayatı öncekilerle karşılaştıramaz ya da kusurlarımızı gelecekteki hayatlarımızda gideremeyiz; bu nedenle de ne istediğimizi bilemeyiz" derken Kundera, bu kaleyi belki de sarsmaya çalışmaktadır. İddia odur ki baskın olan yaşama istenci her türlü musibete karşın, sadece kişinin ölüm eşiğinde hayatta kalma çabasıyla veya sadece hayatına devam etmek için anlam bulmaya çalışan biri gibi algılanmasını gerektirebilir. "Bir an için yaptığın işi bırak ve kendine şu soruyu sor: Ölümden bu kadar korkmanın sebebi şu an yaptığım şeyleri bir daha yapamayacak olmam mı? Bir stoacı bakışıyla ölümü, yaşamın (hatta doğanın) bir parçası kabul etmenin bizi özgür kılacağının bilincinde olarak ve yaşadığımız her günün oldu bittiye gelmiş bir hediye olarak bilmemiz, erdemli hayat dışında çok da önemli olmadığımız mıdır doğrusu. Yaşamı olduğu gibi kabul edip ve daha fazlasını arzulamamak sorunun çözümüdür belki de. "Basitçe "suçsuz günahsız erdemli" bir insanın yok yere çektiği acıların yaşam ve ölüm arasındaki kılıçtan keskin, kıldan ince noktasıdır diyerek zihnini yoranlara "hasta" gözüyle bakmak da de facto'dur. Huzursuz bir insanın çırpınışıdır bu gitgeller muhteşem (!) kararsızlığıyla ki neredeyse muhteşem bir başka kararsızlığın adı olan agnostizm ölçüsünde. Leibniz'e kulak asarsak, "Tanrı tarafından meydana getirildiği için, bu dünya en dengeli ve en iyi ihtimaldir. Aslına bakılırsa, bu dünyadaki tanımlanabilir aşikâr kusurlar; ihtimal dahilindeki bütün dünyalarda var olmalıdır; çünkü aksi takdirde Tanrı bu kusurları içermeyen bir dünya yaratmayı yeğlerdi; durum bundan ibarettir ve kalabalıklarla uyumludur." Karşısına Schopenhauer'u yerleştirirsek "Tasarım olarak dünya bir yanılsamadır. Onun arkasında, mutlak, değişmez, sonsuz ve sınırsız isteme yatar. İnsanların bütün yaşamı daha fazlasını istemeyle; bu nedenle yaşanan mücadelelerle, çatışmalarla, doyumsuzluklarla ve düş kırıklıklarıyla geçer. Bizi biz yapan şey olan kör istencimiz, bütün acıların kaynağıdır", belayı buluruz! Varoluşun aşırı önemsenmesi ve sonuçta hermetik mesaj misyonuyla kutsanmanın dünyayı yaşanır kılmadığı gibi bir soru ortada gün gibi durmaktadır. Buradan çıkan kararsızlık yorucudur, bir üçüncü yol vardır ama imkânsız; doğmamış olmayı dilemek Halife Ömer'e atfedilen gibi.

"- Sabahtan akşama kadar ne yapıyorsunuz?

- Kendime katlanıyorum.

Doğmuş olmamı bağışlayamıyorum." (Cioran)

Alaimisema yazılardır, her dağdan bir kesek ölçüsünde; tek renk tüm tonlarını da içerse mademki "orada olmak" noktasındayız umarsız, her renk açılmalı rengârenk her birinin arasında kararsızca gezinerek; kırmızı olmadı sarı, siyah-beyaz en büyük Beşiktaş, eflatuna bürünmüş bir karabaş; haki olmayan yeşil en iyisi fıstıki, ya da mavisi göğün kanat çırpılası, lacivertinde kulaç atılası, ne ölçülesi ne tartılası, daldan dala uçulası... Uçulası...



© UĞUR ÇALIŞKAN

Ak pak olmuş saçlarımla bikarar oldum bugün*



YAŞAR AKDEMİR

"Ulaşılacak bir amaç vardır ama yol yoktur; kararsızlıklarımıza, duraksamalarımıza yol adını takarız."

Georges Perec, "Kayboluş"

"İnsan sokakta kararsız durursa ya ateş isterler ya da adres sorarlar."

Oğuz Atay, "Tutunamayanlar"

"Seçim yapan kişinin hayatı risklerle doludur. Kararsızlık, aslında oldukça lezzetli olan özgür seçim çorbasında yüzen mide bulandırıcı bir sinek olarak kalmaya mahkûmdur."

Zygmunt Bauman, "Akışkan Modernite"

Felsefe, kararsızlıkla başa çıkmanın sadece bireysel bir mesele olmadığını, aynı zamanda kolektif bir çaba gerektirdiğini de öğretir.

* Hüseyin Siret Özsever'in şiiri; hüseyni makamında bestelenmiştir.
"Geçti sevdalarla ömrüm ihtiyar oldum bugün
Ak pak olmuş saçlarımla bikarar oldum bugün
Bir muhabbet neşesiyle ilkbahar oldum bugün
Ben huzurunda yer öptüm tacidar oldum bugün"

Kararsızlık, herhangi bir konuda karar vermekte ya da seçenekler arasında seçim yapmakta net ve kesin bir tutum belirleyememek olarak tanımlanıyor. Kararsızlık, eski tabirle "tereddüt" kelimesiyle karşılanır. Arapça "redd" kökünden gelen tereddüt, "gidip gelme, gelgit, kararsız kalma" anlamına gelir. Tereddüt kelimesi, Arapça redd (="gidip gelme") fiilinin tefe|ul veznindeki mastarıdır. İsm-i faili de "müteredditir" (yani kararsız olan, karar vermekte arada kalıp gidip-gelen). Buradan da anlaşılacağı gibi, kararsızlık sürecinde neyin ya da hangi şeyin daha doğru olduğu hakkında kesin bir sonuca varamama durumu söz konusudur. Bu halin gerçek bir kararsızlık olup olmadığına karar vermek için öncelikle o halin üşenmek, önemsememek ya da motivasyonsuzluktan açığa çıkıp çıkmadığını bilmek gerekir. "En kötü karar, kararsızlıktan iyidir" sözü bu açıdan önemlidir.

Bu konunun psikolojik yönünü derginin diğer sayfalarında çok kıymetli hocalarım hakkıyla inceleyecekler. Ben bu konuya felsefe disiplini açısından yaklaşmaya çalışacağım.

Kararsızlık, felsefe tarihinde derinlemesine incelenmiş ve çeşitli felsefi akımlar ve düşünürler tarafından farklı açılardan ele alınmış bir konudur. Onlar, kararsızlığı felsefi açıdan, özellikle epistemoloji (bilgi teorisi), etik ve varoluşçuluk açısından incelemişlerdir. Bu üç boyut da, kararsızlığın bireysel ve toplumsal düzeyde nasıl anlaşıldığına ve ele alındığına dair çok önemli bakış açıları sunmaktadır.

Bunlardan ilki olan epistemoloji, kararsızlığı bilgi ve şüphe bağıntısıyla masaya yatırır. Epistemoloji, bilginin doğası ve sınırları hakkında sorular sorar. Bu bağlamda kararsızlık genellikle bilgi iddialarının güvenilirliği ve geçerliliği bağlamında incelenir. Antik Yunan filozofu Sokrates'in "Bildiğim bir şey varsa, o da hiçbir şey bilmediğimdir" sözü, epistemolojik kararsızlığın temel bir örneğidir. Bu, bilginin sınırlarını kabul etme ve bilgi iddialarına karşı sağlıklı bir şüpheciliğin önemini vurgular. Buna paralel olarak başka bir örnekte de, Rene Descartes'ın "Cogito, ergo sum" ("Düşünüyorum, o halde varım") ifadesiyse şüphe ve kararsızlığın, bilginin temellerini araştırırken kaçınılmaz olduğunu gösterir. Descartes, her türlü dışsal gerçekliği şüpheye düşürerek, şüphe edilemeyecek kesin bir bilgi noktası aramıştır.

İkinci olarak etik açısından kararsızlık, ahlaki seçimler ve belirsizlik bağıntısıyla incelenir. Etik, doğru ve yanlış, iyi ve kötü arasındaki ayrımı inceler. Kararsızlık, özellikle zorlu ahlaki kararlar ve ikilemler bağlamında etikte önemli bir yer tutar. Ahlaki kararsızlık, bireylerin veya toplumların, birden fazla ahlaki ilke veya değer arasında çatışma yaşadığı durumlarda ortaya çıkar. Aristoteles'in "Nikomakhos'a Etik" eseri, "insan için iyi"nin ne olduğunu soruşturduğu kitabıdır. Aristo bu kitabında bir insan için iyi olanla kent için iyi olanları kıyaslamış ve sonuçta kent için iyi olanın ne olduğunu soruşturmayı amaca daha uygun görmüştür. Bunun sebebi bireyin sıklıkla içine düştüğü kararsızlık durumlarıdır. Aynı eserde ahlaki erdemin orta yolu bulma sanatı olarak anlaşılabileceğini öne sürerek, karar verme sürecindeki belirsizlik ve denge arayışını vurgular. Modern etik teorileri, örneğin utilitaryanizm ve deontoloji, kararsızlıkla başa çıkmanın farklı yollarını sunar; ancak her biri, belirli durumlarda nasıl hareket edileceği konusunda net yanıtlar sunmakta zorlanır.

Üçüncü boyut olarak varoluşçuluk açısından kararsızlık; özgürlük, seçim ve anlam bağıntılarıyla incelenir. Varoluşçuluk, insan varoluşunun temel koşullarını ve bireyin dünyadaki yerini sorgular. Jean-Paul Sartre ve Friedrich Nietzsche gibi düşünürler, kararsızlığı, bireysel özgürlük ve sorumluluk bağlamında ele alır. Sartre'a göre, varoluş esastır; yani önce var oluruz ve sonra, karşılaştığımız sonsuz seçenekler arasından seçimler yaparak kim olduğumuzu belirleriz ("Varlık ve Hiçlik", s. 6). Bu bakış açısı, seçim yapmanın kaçınılmaz olduğunu ve kararsızlığın, bireyin özgürlüğünün bir tezahürü olduğunu öne sürer. Nietzsche ise "will to power" (güç iradesi) ve "Übermensch" (üst insan) kavramlarıyla, bireyin kendi değerlerini yaratma ve yaşamına anlam verme kapasitesini vurgular. Bu bağlamda, kararsızlık, bireyin kendi yaşam yolunu seçme ve kendi değerlerini belirleme sürecinde kaçınılmaz bir engel olarak değil, aksine bir fırsat olarak görülür. Kararsızlık anları, bireyin kendi özgünlüğünü ve özgürlüğünü ifade etme şansı sunar.

Nietzsche'nin "Tanrı öldü" ilanı ve bunun sonucunda ortaya çıkan "değerlerin ölümü" kavramı, modern dünyada karşılaşılan ahlaki ve ontolojik kararsızlıklara işaret eder. Buna göre, geleneksel değerlerin ve anlam sistemlerinin çöküşü, bireyi kendi varoluşsal temellerini yeniden değerlendirmeye ve kendi hayatının anlamını kendi şartlarında yaratmaya zorlar. Bu durum, varoluşsal bir kararsızlık yaratır fakat aynı zamanda bireysel özgürlüğün gerçekleştirilmesi için eşsiz bir alan açar.

Kararsızlık konusunun epistemoloji, etik ve varoluşçuluk açısından nasıl incelendiğini çok kısa olarak göstermeye çalıştım. Gerçekten de kararsızlık, felsefi düşüncenin çeşitli dallarında süregelen bir konudur. Platon'dan başlayarak, gerçek bilginin ne olduğu ve ona nasıl ulaşılabileceği sorusuyla ilgili epistemolojik kararsızlıklar; İmmanuel Kant, John Stuart Mill ve John Bordley Rawls gibi düşünürlerin ahlaki teorilerindeki etik kararsızlıklar; ve Soren Kierkegaard, Albert Camus ve Fyodor Dostoyevski gibi yazarların eserlerindeki varoluşsal kararsızlıklar, felsefenin zenginliğini ve insan deneyiminin karmaşıklığını yansıtır.

Şimdi antik felsefeden başlayarak felsefe tarihi içinde bu konunun nasıl işlendiğine kısa kısa değinelim. Antik felsefe, kararsızlıkla başa çıkma konusunda zengin bir kaynak

sunar ve bu konuda çeşitli yaklaşımlar geliştirmiştir. Stoacılık, Epikürcülük ve skeptisizm gibi okullar, insanların kararsızlıkla nasıl başa çıkabileceklerine dair farklı öneriler sunarlar.

Az önce epistemoloji açısından kısaca değindim ama, antik filozoflara bir örnek olarak tekrardan Sokrat'ın yaşam felsefesine ve öğretim yöntemine bir bakalım. Sokrat, bilgiye ulaşmanın önemini vurgularken, aynı zamanda bilgisiz olduğunu iddia ediyordu; bu durum onun "bilgelik, cehalet farkı" kavramıyla bağlantılıydı. Sokrat'ın yöntemi, diyaloglar aracılığıyla öğrencilerini düşünmeye ve kendi bilgi sınırları içinde kararsızlık yaşamaya yönlendirmeye odaklanıyordu. Ona göre, bir kişi kendi bilgisizliğini fark ettiğinde, öğrenme ve düşünme sürecine daha etkin bir şekilde dahil olabilirdi. Sokrat'ın bu yaklaşımı, kararsızlık durumunu bir öğrenme ve anlama aracı olarak ele aldığını gösterir.

Aristoteles'e de etik başlığında değindik ama şimdi bir kez daha bakalım. Aristo, ahlaki erdemleri ve orta yolu vurgulayan bir filozoftu. Onun etik felsefesine göre, erdemler bir denge noktasında bulunmalıydı ve aşırılıklardan kaçınılmalıydı. Örneğin cesaret erdemi, korkaklık ile körü körüne cesaret arasında bir denge noktasında yer almalıydı. Bir kişi, kararsızlık yaşayarak bu denge noktasını bulmaya çalışabilirdi, çünkü aşırılıklardan birine sapmaktan veya eksik kalmaktan kaçınmak zor olabilirdi. Aristoteles'in etik felsefesi, erdemler arasında denge kurarak kişinin ahlaki kararlarında sağlam bir temel oluşturmaya odaklanıyordu.

Bu iki büyük filozoftan sonra felsefi akımlara geçelim. Stoacı felsefe, kararsızlıkla başa çıkmanın bir yolunu, dış dünyanın olayları üzerinde kontrolümüz olmadığını kabul etmekle birlikte, kendi tutumlarımızı ve tepkilerimizi kontrol edebileceğimizi vurgulayarak sunar. Stoacılar için kararsızlık, genellikle dış dünyadaki belirsizliklerden kaynaklanır. Birey içsel huzuru ancak dış koşullara karşı kayıtsız kalarak ve kendi iç dünyasını düzenleyerek bulabilir. Stoacı düşünür Epiktetos'un «İnsanların bizi rahatsız etmesine izin vermemek bizim elimizdedir» sözü, bu fikri özetler. Bu yaklaşım, bireyi kararsızlık anlarında daha dirençli hale getirmeyi amaçlar, çünkü gerçek huzur ve mutluluğun dış koşullara bağlı olmadığını, bireyin kendi içsel tutumuna bağlı olduğunu öne sürer.

Epikürcülük taraftarları, yani Epiküros ve takipçileri, kararsızlığı ve genel olarak hayatın zorluklarını, basit yaşamın ve zevklerin peşinden gitmenin önemini vurgulayarak ele alır. Epikürcülük, zevkin (hedone) peşinden gitmeyi savunur, ancak bu, aşırılıkları ve lüksü kapsayan bir zevk anlayışı değil, aksine basit ve ılımlı zevklerdir. Epiküros'a göre kararsızlıkların ve yaşamın zorluklarının üstesinden gelmenin yolu, gereksiz arzulardan kurtulmak ve basit zevkleri takdir etmektir. Bu, bireyin hayatını karmaşıklaştıran unsurları azaltarak ve gerçek mutluluğun basit şeylerde bulunabileceğini kabul ederek kararsızlıkların üstesinden gelmesine yardımcı olur.

Skeptisizme (şüphecilik) bağlı skeptik filozoflar, bilgiye ve doğruluğa dair kesin iddialara derin bir şüphecilikle yaklaşır. Bu düşünürler, herhangi bir bilgi iddiasının mutlak olarak doğrulanamayacağını ve bu nedenle kararsızlığın kaçınılmaz olduğunu öne sürerler. Pyrrhon ve Sextus Empiricus gibi skeptik filozoflar, insanların dogmalardan ve kesin iddialardan kaçınarak zihinsel huzura ulaşabileceklerini savunur. Bu yaklaşım, kararsızlığı olumsuz bir durum olarak görmekten ziyade, onu kabul etmenin ve her türlü dogmatik inançtan uzak durmanın bir yolunu önerir.

Antik felsefe, kararsızlıkla başa çıkma konusunda çeşitli stratejiler sunar. Stoacılar, içsel tutum ve tepkilerimizi kontrol ederek kararsızlığın üstesinden gelmeyi önerirken, Epikürcüler basit zevklerin peşinden gitmenin ve gereksiz arzulardan kurtulmanın önemini vurgular. Skeptikler ise bilgiyi sorgulamayı ön şart olarak koyarken kararsızlığın faydalı olduğunu öne sürerler.

Ortaçağ felsefesi ise genellikle dini inançlar ve felsefi akıl yürütme arasındaki ilişkiyi keşfetmekle karakterize edildiği için, bu dönemde kararsızlık genellikle ilahi irade, kader ve özgür irade bağlamında ele alınmıştır. Ortaçağ felsefesinin önemli figürleri arasında Augustine, Aquinas ve İbn-i Rüşd (Averroes) gibi düşünürler bulunur ve bu düşünürler kararsızlık ve belirsizlikle başa çıkmanın yollarını dini ve teolojik perspektiflerle harmanlayarak sunarlar.

Augustine (Aziz Augustinus), Hıristiyan düşüncesinin en etkili figürlerinden biridir ve kendi içsel deneyimlerini ve dönüşümünü, özellikle "İtiraflar" ("Confessions") adlı eserinde, kararsızlık ve ruhsal arayış bağlamında anlatır. "Anlayabilmek için, inanıyorum" düşüncesiyle felsefeyi dine tabi kılan Augustine için kararsızlık, Tanrı›ya olan inancın derinleştirilmesi ve kişisel dönüşüm için bir fırsattır. O, insan iradesinin zayıflığına ve günahın neden olduğu kararsızlıklara dikkat çeker, ancak aynı zamanda Tanrı›nın lütfu ve aydınlanmanın bu zorlukların üstesinden gelmede kilit olduğunu vurgular. Augustine, "Soliloquia" ("İç Diyalog") adlı kitabında kararsızlığı, insanın Tanrı'ya ve içsel huzura yönelik yolculuğunda önemli bir adım olarak görür.

Thomas Aquinas, Aristotelesçi felsefeyi Hıristiyan teolojisiyle bütünleştirmesiyle tanınır. Aquinas için, akıl ve iman birbirini tamamlayan ve destekleyen unsurlardır. O, kararsızlık ve şüphe durumlarında, hem akli hem de dini bilgelikten yararlanmanın önemini vurgular. Aquinas, özgür iradeyi ve insanın Tanrı'nın yasalarına uygun hareket etme kapasitesini önemser, bu da bireyin ahlaki ve varoluşsal kararsızlıkları aşma yeteneğini



© UĞUR ÇALIŞKAN

güçlendirir. "Summa Theologica" adlı kitabında, akıl yürütme ve dini inanç arasında bir köprü kurar, böylece insanların kararsızlık anlarında daha sağlam bir rehberliğe sahip olmalarını sağlar.

İbn-i Rüşd, İslam dünyasında önemli bir filozof ve yorumcu olarak, Aristoteles'in eserlerini tercüme ve şerh etmesiyle tanınır. O, akıl ve vahyin çelişmediğini, ancak doğru anlaşıldığında birbirini tamamladığını savunur. İbn-i Rüşd, felsefi sorgulamanın ve akıl yürütmenin dini inançları derinleştirebileceğine inanır ve bu şekilde kararsızlık ve şüphe anlarında bireylere rehberlik edebilir. İbn-i Rüşd'ün eserlerl, özellikle "el-Hikme min'el-İttisal" ("Felsefe ve Din İlişkisi Üzerine") eseri, akıl ve inancın uyum içinde olabileceği ve birbirini destekleyebileceği fikrini vurgular, böylece kararsızlık anlarında daha sağlam bir zemin sunar.

Daha sonra gelen aydınlanma döneminde, akıl yürütme, bilim, bireysel özgürlük ve otoriteye sorgulayıcı bir yaklaşımın ön plana çıktığı görülür. Aydınlanma felsefesi, kararsızlık ve belirsizlikle başa çıkma konusunda, akıl ve eleştirel düşünceyi öne çıkarır. Bu dönemin önemli düşünürleri arasında John Locke, Immanuel Kant, Voltaire ve Jean-Jacques Rousseau gibi isimler bulunur.

John Locke, empirizmin öncülerindendir ve bilginin kaynağının deneyim olduğunu savunur. Ona göre, insan zihni doğuştan boş bir levha (tabula rasa) gibidir ve tüm bilgiler dış dünyadan gelen deneyimlerle kazanılır. Locke bu düşüncesiyle, kararsızlık anlarında bireylerin kendi deneyimlerine ve gözlemlerine güvenmeleri gerektiğini söylemektedir. Bu yaklaşımıyla, karar verme sürecinde dış dünyanın önemini vurgulayarak, bireylerin bilgi edinme konusunda daha aktif bir rol almasını teşvik etmektedir.

Immanuel Kant, aydınlanma felsefesinin merkezi figürlerinden biridir ve "Sapere aude! (Aklını kullanmaya cesaret et!)" çağrısıyla bilinir. Kant, "Saf Aklın Eleştirisi" kitabında, kararsızlıkla başa çıkmanın yolunun eleştirel akıl yürütme ve özgür düşünce olduğunu savunur. Ona göre, bireyler kendi aklını kullanarak, otoriteye körü körüne bağlı kalmadan, dünyayı ve yaşamın çeşitli yönlerini anlamalıdır. Kant'ın etik anlayışı, "ahlaki yasa" kavramı üzerine kuruludur. "Ahlak Metafiziği" adlı eserinde bireylerin eylemlerini evrensel ahlaki ilkelerle uyumlu olacak şekilde düzenlemeleri gerektiğini ve burada kararsızlığa yer olmadığını vurgular.

Voltaire, keskin zekâsı ve toplumsal eleştirel yazılarıyla tanınan ve aydınlanmanın babası sayılabilecek bir düşünürdür. O, dogmatizm, dini baskı ve toplumsal adaletsizliklere karşı mücadele etmiştir. Voltaire'in yaklaşımı, kararsızlık ve belirsizlik anlarında, mevcut toplumsal kurumları ve inançları sorgulamanın ve eleştirel düşünmenin önemini vurgular. "Candide" eserinde, bireylerin toplumda karşılaştıkları çeşitli kararsızlıklar karşısında adalet, hoşgörü ve bireysel özgürlük değerlerini savunmalarını teşvik eder.

Jean-Jacques Rousseau, toplumun birey üzerindeki etkilerini ve bireysel özgürlüğün önemini vurgulayan bir düşünürdür. Rousseau'ya göre, medeniyet ve toplumsal kurumlar, insanların doğal iyiliğini ve özgürlüğünü bozar. Bu bağlamda, kararsızlık ve belirsizlikle başa çıkma, toplumsal kuralların ve normların ötesine geçerek, bireyin içsel doğruluk ve özgürlük arayışına dönmesini gerektirir. Rousseau, bireyin toplumsal baskılardan dolayı sıklıkla kararsızlığa düşebileceğini, bu durumun sebebinin ise adil olmayan bir "toplumsal sözleşme" olduğunu belirtir.

Çağdaş felsefe, 20. yüzyıldan günümüze kadar olan dönemi kapsar ve felsefenin birçok alt dalında önemli gelişmeler ve çeşitlilik gösterir. Bu dönemde, analitik felsefe, fenomenoloji, varoluşçuluk, postmodernizm ve pragmatizm gibi çeşitli felsefi akımlar kararsızlık konusunu ele almış ve çeşitli okullar ve düşünürler aracılığıyla da çok boyutlu bir perspektif açığa çıkmıştır.

Bunlara verebileceğimiz ilk örnek, Ludwig Wittgenstein olacaktır. Wittgenstein, analitik felsefenin öncülerinden biridir ve çalışmaları, dil, anlam ve mantık üzerine yoğunlaşır. Wittgenstein'a göre, birçok felsefi problem ve kararsızlık, dilin yanlış kullanımından kaynaklanır. «Tractatus Logico-Philosophicus" adlı eserinde, dünyayı anlamanın sınırlarını ve dilin bu sınırlar içinde ne yapabileceğini araştırır. Wittgenstein, dilin sınırlarını anlamak ve dilin nasıl kullanıldığını dikkatle incelemek suretiyle, kararsızlık anlarında daha net düşünebilme ve iletişim kurabilme yolunu önerir.

Daha sonra anmamız gereken Martin Heidegger, fenomenoloji ve varoluşçuluk akımlarının önemli bir figürüdür. Heidegger, "Varlık ve Zaman" adlı eserinde, insan varoluşunun temel koşullarını ve varlığın anlamını sorgular. Kararsızlık, Heidegger'in düşüncesinde, insanın «Dasein" (varlık-burada) olarak varoluşunun temel bir yönüdür ve bireyin kendi varoluşunu ve dünyadaki yerini anlamlandırma sürecinde önemli bir rol oynar. Heidegger, kararsızlık anlarını, bireyin kendi varoluşsal seçimlerini ve özgürlüklerini kavrayıp kabullenmesi için bir fırsat olarak görür.

Bir diğeri Michel Foucault'dur. Postmodern felsefenin önde gelen isimlerinden biridir. İktidar, bilgi ve toplumsal kurumlar arasındaki ilişkileri incelemiştir. Foucault'ya göre, kararsızlık ve belirsizlik, iktidarın ve bilginin nasıl üretildiği ve kullanıldığıyla yakından ilgilidir. Çalışmalarında, bireylerin ve toplumların, bilgi ve iktidar yapılarını sorgulayarak ve alternatif bilgi formlarını keşfederek, kararsızlık anlarında daha bilinçli ve eleştirel bir tutum geliştirebileceklerini öne sürmüştür.

Çağdaş felsefe alanında münferit olarak göz atacağımız son isim olan John Bordley Rawls, çağdaş politik felsefenin en etkili düşünürlerinden biridir ve "Bir Adalet Kuramı" ("A

Theory of Justice") adlı eseriyle tanınır. Rawls, adaletin ne olduğu ve adil bir toplumun nasıl kurulabileceği konularını ele alır. Kararsızlık, Rawls'un düşüncesinde, toplumsal sözleşme teorisini ve adalet ilkelerini formüle ederken merkezi bir rol oynar. Rawls'un "bilgisizlik perdesi" kavramı, adil kararlar alırken bireylerin kendi öz çıkarlarından bağımsız bir perspektif kazanmalarını sağlayacak bir düşünce deneyidir. Bu, toplumsal ve etik kararsızlıkları ele alırken daha adil ve objektif bir yaklaşıma dayanmaktadır.

Çağdaş felsefenin kararsızlık konusuna yaklaşımını incelerken Frankfurt Okulu mensuplarının da düşüncelerini belirtmeden geçemeyiz. Frankfurt Okulu, 20. yüzyılın ortalarında Almanya'da ortaya çıkan ve daha sonra özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde etkili olan eleştirel teori akımının öncüleridir. Bu okul, toplum, kültür, sanat ve ekonomi üzerine kapsamlı eleştiriler geliştirmiştir ve bu eleştiriler genellikle kapitalizmin, modern toplumun ve kültür endüstrisinin eleştirisini içerir. Frankfurt Okulu düşünürleri arasında Theodor Adorno, Max Horkheimer, Herbert Marcuse, Erich Fromm, Walter Benjamin ve Jürgen Habermas gibi isimler bulunur. Bu düşünürlerin çalışmaları, kararsızlık ve belirsizlikle başa çıkma konusunda derinlemesine analizler ve eleştiriler sunar. Frankfurt Okulu'nun eleştirel teorisi, kararsızlık anlarını, mevcut toplumsal ve kültürel yapıları sorgulama ve alternatif düşünce ve yaşam biçimleri arayışı için bir fırsat olarak görür. Bu düşünürler, toplumun mekanik ve yabancılaşmış yapısının, bireyin özgürlüğünü ve özgünlüğünü kısıtladığını ve bu durumun kararsızlık ve belirsizliği derinleştirdiğini savunurlar. Bu okulun düşünürleri, bireylerin eleştirel farkındalık geliştirmesinin ve pasif kabullenişten aktif eleştirel eyleme geçiş yapmanın önemini vurgular. Bu, kararsızlık anlarında bireylerin sadece mevcut durumu değil, aynı zamanda bu durumu yaratan koşulları ve bu koşulların değiştirilme potansiyelini de sorgulamalarını gerektirir. Bu süreç, bireyin ve toplumun, daha adil, özgür ve kapsayıcı bir düzenin mümkün olduğuna dair umudu ve vizyonu korumasına ve geliştirmesine yardımcı olur.

Eleştirel teorinin ortaya çıktığı eserlerin ilki Theodor Adorno ve Max Horkheimer'ın birlikte yazdığı "Aydınlanmanın Diyalektiği" adlı kitaptır. Adorno ve Horkheimer, "Aydınlanmanın Diyalektiği» adlı eserlerinde, aydınlanma düşüncesinin nasıl bir baskı ve rasyonellik kültüne dönüşebileceğini ele alırlar. Bu çalışma, aydınlanmanın kendi içindeki çelişkileri ve nasıl totalitarizme yol açabileceğini inceler. Bu bağlamda, kararsızlık, modern toplumun ve kültür endüstrisinin birey üzerindeki etkileriyle ilişkilendirilir. Adorno ve Horkheimer'a göre, kültür endüstrisi bireylerin düşünme ve eleştirel akıl yürütme yeteneklerini körelterek, kararsızlık ve belirsizlik durumlarında pasif ve itaatkâr hale gelmelerine neden olur.

Yine aynı ekolden Herbert Marcuse, "Tek Boyutlu İnsan" adlı eserinde, gelişmiş kapitalist toplumların bireylerin düşünce ve davranışlarını nasıl tek boyutlu hale getirdiğini ve eleştirel düşünceyi nasıl baskıladığını tartışır. Marcuse, modern toplumun ve tüketim kültürünün, insanların gerçek ihtiyaçlarını ve arzularını anlamalarını ve eleştirel bir perspektif geliştirmelerini engellediğini savunur. Kararsızlık, Marcuse'un analizinde, bireyin özgür iradesini ve özgünlüğünü gerçekleştirme kapasitesini sınırlayan sosyal ve ekonomik yapılarla ilişkilendirilir.

Okulun bir diğer üyesi Jürgen Habermas, "İletişimsel Eylem Teorisi" ("Theory of Communicative Action") adlı başyapıt kitabıyla tanınır. Habermas, rasyonel iletişimin ve kamuoyu alanının, toplumsal değişim ve demokrasi için hayati öneme sahip olduğunu savunur. Habermas'a göre, açık ve önyargısız bir diyalog, kararsızlık ve belirsizlik anlarında toplumun daha adil ve kapsayıcı kararlar almasına olanak tanır. İletişimsel eylem teorisi, bireylerin ve toplumların, karşılıklı anlayış ve rasyonel konsensusa dayalı bir diyalog yoluyla, kararsızlıkları ve çatışmaları aşabilecekleri bir yol önerir.

Bu konuya devam edip örnekleri çoğaltabiliriz. Fakat derginin bize ayırdığı sayfalar ancak bu kadarına izin veriyor. Şu sözlerle kapatalım: Felsefe, kararsızlıkla başa çıkmanın sadece bireysel bir mesele olmadığını, aynı zamanda kolektif bir çaba gerektirdiğini de öğretir. Toplumsal karar alma süreçleri, politika yapımı ve demokratik katılım, kararsızlıkla dolu konuları içerir ve bu konulara çözüm bulmak için çeşitli perspektiflerin ve disiplinlerin bir araya gelmesini gerektirir. Felsefenin sunduğu çeşitli düşünme yolları, bu tür toplumsal meydan okumaların üstesinden gelmek için gereken diyalog ve işbirliğini teşvik eder.

Diğer taraftan da kararsızlık, felsefenin çeşitli alanlarında ele alınan karmaşık ve çok boyutlu bir konudur. Kararsızlığın felsefi incelemesi, bireylerin kendi düşüncelerini, inançlarını ve değerlerini sorgulamalarına, alternatif görüş açılarını değerlendirmelerine ve daha bilinçli, düşünceli ve sorumlu kararlar almalarına olanak tanır. Bu süreç, bireyin kendini gerçekleştirmesine ve toplumun daha adil ve anlayışlı bir hale gelmesine katkıda bulunur.

Kaynakça

Çağdaş Felsefe, Frank Thilly.
Büyük Felsefe Sözlüğü, Ahmet Cevizci.
Böyle Buyurdu Zerdüşt, Friedrich Wilhelm Nietzsche.
Tek Boyutlu İnsan, Herbert Marcuse.
Akışkan Modernite, Zygmund Bauman.
Tutunamayanlar, Oğuz Atay.
Kamus-ı Türki Osmanlıca Sözlük.
Nikomakhos'a Etik, Aristoteles.
Varlık ve Hiçlik, Jean-Paul Sartre.
İtiraflar, Augustinus.
Felsefe ve Din İlişkisi Üzerine, İbn Rüşd.
Saf Aklın Eleştirisi, Immanuel Kant.
Candide, Voltaire.
Tractatus Logico-Philosophicus, Ludwig Wittgenstein.
Varlık ve Zaman, Martin Heidegger.
Bir Adalet Kuramı, John Rawls.
Aydınlanmanın Diyalektiği, Theodor W. Adorno-Max Horkheimer.
İletişimsel Eylem Kuramı, Jürgen Habermas.

Sonunu hatırla...



Tufan GÖBEKÇİN



© FİLİZ DENİZ

Jung'un nevrotiklerin kararsızlığı ve tereddütleri hakkında söylediği gibi, süreklilik arz eden kararsızlık hali hiç şüphesiz hayattan kaçmak, hayatı kaçırmak anlamına gelir: "Hayatı deneyimleme şansından feragat eden kişi, kendi yaşama arzusunu bastırmak, başka bir deyişle kısmen intihar etmek durumunda kalır."

Kendi hayat hikâyemizi baştan sona bildiğimizi iddia edebilir miyiz? Hayatımızdaki dönüm noktalarının değerini sıcağı sıcağına kavrayabilir miyiz? Her zaman bilinçli kararlar verebilir miyiz ve her şeye hâkim olduğumuzu düşünüp kararlılıkla hareket edebilir miyiz? Kendi içimizdeki çatışmaların, kendi dışımızdaki belirsizliklerin kolaylıkla üstesinden gelebilir miyiz? Ne istediğimizi kesin olarak bilerek o istikamette hiç tereddütsüz ilerleyebilir miyiz? Bu sorulara verdiğimiz yanıtlar çoğunlukla "evet" ise kendi kaderimizin efendisi olmaktan ziyade kaderin kölesi olduğumuzdan şüphe duymanın vakti gelmiştir:

"Hayatını kendi başına bilinçli bir biçimde planladığını kim söyleyebilir? Aslına bakarsanız milyonlarca koşul bizim kontrolümüzün dışında. Kendi kaderlerinin efendisi olduğuna inanan bireyler, hiç istisnasız kaderin kölеleridir. Hitler veya Mussolini kendilerinin öyle dehalar olduğuna inanabildi. *Respice finem!* [Sonunu hatırla!] ... Ne istediğimi biliyorum ama o şeyin benimle aynı görüşe sahip olup olmadığı konusunda şüpheler ve tereddütlerim var." (Jung, "Mektuplar", II. Cilt, sayfa 521)

Kaderin kölesi olmaktan çıkmamızın ve kendi kaderimizi mümkün olabildiğince kendi ellerimize almamızın ilk adımı, her şeyi kendi başımıza bilinçli bir biçimde planlamayacağımızı kabul etmektir. Böylece belirsizliklere tahammül gösterebilir, kontrolümüz dışındaki koşullar karşısında daha esnek davranabilir, şüphelerimizi açık yüreklilikle dile getirebilir ve "kendi" kararlarımızı bilinçli veya bilinçdışı hangi faktörlerin etkisi altında aldığımızı sorgulamaya geçebiliriz.

Zamanın ruhu ve derinliklerin ruhu

Kararsızlık, modern insanın mümkün olabildiğince uzak durmaya çalıştığı bir varoluş halidir. Ne istediğini bilmek, o doğrultuda kararlılıkla hareket etmek takdir edilesidir. Zamanın ruhu bize kararlı olmayı öğütler. Kararlılık başarının anahtarıdır -en azından dış dünyada böyledir. Jung'un nevrotiklerin kararsızlığı ve tereddütleri hakkında söylediği gibi, süreklilik arz eden kararsızlık hali hiç şüphesiz hayattan kaçmak, hayatı kaçırmak anlamına gelir:

"Kader genellikle bilinmeyen tehlikelerin üzerini örter ve nevrotik kişinin hayata atılmakta sürekli tereddüt etmesi, tehlikeli varoluş mücadelesine dahil olmamak için bir kenarda durma arzusuyla kolayca açıklanabilir. Ancak hayatı deneyimleme şansından feragat eden kişi, kendi yaşama arzusunu bastırmak, başka bir deyişle kısmen intihar etmek durumunda kalır." ("Bilinçdışının Psikolojisi", s. 117)

Kararsızlık ve tereddütlerin insanı eylemsizliğe sürüklemesi kadar tehlikeli olan bir tuzak varsa, o da şüpheler ve tereddütlerden tamamen arınmış olmaktır. Aksi halde "Sonunu hatırla" diye örnek verilen kesin inançlıların uzayıp giden listesinde yerimizi almış oluruz. Hayattaki ciddi sorunların mahiyetini gözden kaçırırız. Halbuki "hayattaki ciddi sorunlar... hiçbir zaman tam olarak çözüme kavuşmaz. Çözüme kavuşmuş gibi görünüyorlarsa, bu bir şeylerin kaybedildiğinin şaşmaz bir işaretidir. Bir sorunun anlamı ve amacı, çözümünde değil bizim hiç durmadan onun üzerinde çalışmamızda yatar." ("Ruhun Yapısı ve Dinamikleri", s. 394)

Zamanın ruhunun aksine derinliklerin ruhu, bizi gerçekten neyi istediğimizi sorgulamaya çağırır. İstediğimiz şeyi gerçekten kendimiz mi istiyoruz? Neyi istediğimizi belirlerken hangi etkilere maruz kalıyoruz? Ve daha da önemlisi, Jung'un az önceki mektubunda belirttiği gibi istediğimiz şey de bizimle aynı görüşte mi? Yoksa kontrolümüzün dışındaki milyonlarca koşul bize farklı bir istikameti mi işaret ediyor?

Jung, hayatının kırkıncı yılına kadar zamanın ruhuna kulak vererek hareket etmişti. Kendi adına arzuladığı her

şeyi elde ettiğini söylüyordu: "saygınlık, güç, zenginlik, bilgi ve her türden insani mutluluk." Derinliklerin ruhunu hissettiğinde ama onu anlayamadığında o zamana kadarki kararlılığı yerini tereddütlere bıraktı, kendinden emin hali şüphelere teslim oldu.

Derinliklerin ruhu Jung'u karşı konulmaz bir içsel özleme sürükledi. Sonunda "Kara Kitaplar"da anlattığı gibi karanlıkta el yordamıyla ilerlemek zorunda kalacağı yolculuğu başladı. Bu o zamana kadar bildiği her şeyi unutmasını gerektiren bir yolculuktu:

"Önümde uzanan her şey karanlık. Şekil yok, aydınlık yok, karanlık yok. Karanlığa açılan bir kapı bu. O kapıdan giren, en yakın olanı el yordamıyla bulmak zorunda; taşlara tek tek dokunarak ilerlemek zorunda. Net bir düşünceye kavuşmayı beklememeli, hepsini tek tek denemeli, değerli ve değersiz olanı aynı tür sevgiyle kucaklamalı, çünkü bu karanlık dünyada değer yargılarımız askıda. Bir dağ en küçük hiçlik olabilir ve bir kum tanesi krallıklar içerebilir -veyahut içermeyebilir.

"Her değer yargısından sıyrılmalısın, aynı şekilde diğer tüm mantıksal yargılardan da; beğenilerini bile kapının önünde bırakmalısın. Tüm bilgilerinden kurtul ve her şeyden önce liyakate dayanıyor gibi görünse bile feda et kibrini. Bu kapıdan giren, zavallı ya da aptal olarak girer; çünkü bizim bilgi dediğimiz şey burada cehalettir, görme gücü körlüktür, işitme duyusu sağırlıktır, hissetme yetisi hissizliktir.

"Bu kapıdan tamamen fakir, zavallı, alçakgönüllü, cahil olarak gir. Ama yoksulluğunda, cehaletinde ve alçakgönüllülüğünde bile açgözlü ve küstah olma ve ne ekmek ne de taş bekle, arzu ve tutku olmadan bak. Tüm öfkeni kendine yönelt, çünkü kendini bakmaktan alıkoyabilecek bir tek kendinsin. Gizem oyunu hava ve ince duman kadar narin ve sen rahatsız edici derecede ağır olan acımasız bir maddesin.

"Yine de en büyük iyiliğin ve en yüksek yeteneğin olan umudunun, bu karanlık dünyada sana yol göstermesine ve sana hizmet etmesine izin ver, çünkü umut bu dünyanın yarattıklarıyla benzer bir öze sahiptir. İzin ver, umudun ona doğru, belirsizliğe doğru yayılsın. ("Kara Kitaplar", II. Cilt. sayfa 198)

Jung'un bir mektubunda kendisi hakkında söylediği "Sinir bozucu biriyim. Bilinçli veya bilinçdışı bir biçimde modern zihni şaşkına çeviren kuşkular ve görüşlerle uğraşıyorum. Okurların aşina olmadığı olguları ve fikirleri ima eden şeyler söylüyorum..." şeklindeki sözlerini fazlasıyla haklı çıkaran serüveni bu şekilde başlamıştı. Jung bu kapıdan girdikten sonra bilinçdışı süreçlerin ürünü olan sübjektif içerikleri araştırmaya yıllarını verdi ve bilinçdışının tezahürlerini keşfetmemize imkân tanıyacak veya hiç olmazsa yardımcı olabilecek yöntemleri bulmaya çalıştı.

Jung zamanın ruhunu, derinliklerin ruhuyla -her ikisini de dışlamadan, her ikisini de olabildiğince kucaklamaya çalışarak- uzlaştırmak istedi. Zira derinliklerin ruhuna kulak tıkandığında zamanın ruhunun sunabileceği hazlar sınırlıydı. Ama derinliklerin ruhuna kulak vermek için onun karanlığına ve belirsizliğine katlanmak, kararsızlığı ve çaresizliği hissetmek, kaygılar ve korkulara göğüs germek gerekliydi.

Belirsizlik ne kadar büyükse...

Milan Kundera, "Belirsizlik ne kadar büyükse, haz da o kadar büyük olur" der. Jung'un psikolojik veya ruhsal gelişim hakkında söyledikleri bunu tamamlar niteliktedir: "Psikolojik veya ruhsal gelişim her zaman daha büyük bir anksiyete ve belirsizlik kapasitesi gerektirir." Bir arada düşündüğümüzde, belirsizliğe ne kadar çok katlanabilirsek, ruhsal gelişimimiz ve sonunda ulaşacağımız haz da o kadar büyür; her ne kadar Jung'un kastettiği ruhsal gelişim, ateşten gömlek giymek gibi sancılı bir süreç olsa da...

"Kara Kitaplar"da Jung'un arketipler dünyasına ilk adımlarını attığında İlyas ve Salome karşısında ne yapacağını bilemeden durduğunu hatırlayalım:

"Önlerinde aptal bir çocuk gibi beceriksizce, kararsızlık içinde duruyorum.

'İşte yine buradayım' demek istiyorum. Kelimeler boğazımda düğümleniyor. Her şey korkunç derecede belirsiz ve muğlak.

Yaşlı adam beni araştıran gözlerle süzüyor.

'Ne arıyorsun burada?' diye soruyor sert bir ses tonuyla.

'Bağışlayın beni, buraya gelmeme neden olan şey rahatsız ediciliğim ya da küstahlığım değil. Bir ihtimal, ne istediğimi bilmeden buradayım. Ama itiraf etmeliyim ki beni buraya özlem duygusu getirdi...

Görüyorsun ya yorgunum, başım kurşun gibi ağır. Cehaletimin içinde kayboldum. Kendimle yeterince oynadım; kendimle ikiyüzlü oyunlar oynadım ve eğer insanların dünyasında başkalarının bizden beklediklerini yerine getirmek akıllıca olmasaydı, hepsi beni iğrendirirdi. Sanki burada daha gerçekmişim gibi geliyor bana. Yine de burada olmaktan hoşlanmıyorum; hatta bana direndiğine inanıyorum.'" ("Kara Kitaplar", II. Cilt, sayfa 198),

Gelişmek için kararlılık kadar "anksiyete ve belirsizlik kapasitesine" de ihtiyacımız var. Cehaletimizin içinde kaybolmamak ve kendimizle ikiyüzlü oyunlar oynamamak için kendi kişisel mitimizi keşfetme, aydınlatma ve geliştirme görevi bizi bekliyor. Nihayetinde önemli olan anlattıklarımızın doğru veya yanlış olması değil, kendi öykümüz olması. Kendi öykümüzü keşfedip onu anlatmaya başlayana kadar şüphelerle, tereddütlerle ve kararsızlıkla başa çıkmamız gerekiyor; ne kadar hoşlanmasak da ne kadar dirençle karşılaşsak da. Ta ki kendimizi daha gerçekmiş gibi hissedene kadar.

Kaynakça

C. G. Jung, *Kara Kitaplar.*

C. G. Jung, *Bilinçdışının Psikolojisi.*

C. G. Jung, *Ruhun Yapısı ve Dinamikleri.*

C. G. Jung, *Mektuplar*, II. Cilt.



© EDA ÇIĞIRLI

İktidarsız kararlılık

Kadınlar neden kararsız?



Hande ÖĞÜT

Kendi kararlarımızı kendimiz verebilmemiz için neye ihtiyacımız var; ya da Adrienne Rich'in çok daha yerinde sorduğu gibi: Bir kadın kendi bilincine ve kendi kararlarına sahip bir insan olabilmek için hangi bilgilere gereksinme duyar?

Genel geçer söylemlere göre erkekler daha kararlı, kadınlar ise kararsızdır; çünkü daha duygusaldırlar, beyinleri farklı, hormonları farklı çalışır vb. Erkek milletini en rahatsız eden şeylerden biri de budur. Hoş, erkeği akıl/kültür/siyaset, kadını beden/doğa/cinsellik olarak kurgulayan ataerkil hikâyeye göre "özne" olmayan kadının öznel bir eylemde bulunması da beklenemez, fıtratında yoktur, karar verme yetkisi erkeğe bahşedilmiştir.

Aklın ve rasyonalitenin icat edildiği ve mülkiyeti erkeğe devredildiği antikçağlardan itibaren tarih, siyaset, ideoloji, ekonomi, felsefe, bilim, dil, din, kültür gibi alanlarda hegemonyal erkekler bilgi, yetki, söz, fikir, karar ve kanaat sahibidir. Google araştırma sonuçlarına bakarsanız, "Karar verme yeteneği, objektif düşünme ve analiz becerisini gösteren bir liderlik özelliğidir". "Karar vermek bir enerji, cesaret, inisiyatif, sorumluluk, bilgi, vizyon, eğitim, sağlıklı bir kişilik meselesidir."[1]

Cinsiyet ayrımı üzerinden yapılan ve erkeğin objektif, kadının sübjektif olanı temsil ettiği bu kategorizasyon, toplumsal rol ve görev dağılımlarını, bedensel/tinsel/cinsel sınırları hiyerarşik ve katı biçimde belirlemiştir. Dini yargılara göre şeytani, şehvani, hilekâr, akıl ve iradeden yoksun olarak tanımlanan kadın, bilimin yükselişe geçtiği modern çağla birlikte yine erkek egemenin arzu ve yasalarına göre şekillendirilerek (histerik,

[1] https://www.kemalarikan.com/kararsizlik-ve-aci-sonuclari.html

duygusal, kırılgan, kararsız, tekinsiz, eksik) kendi imgesinden, arzusundan, öznelliğinden alıkonulmuş, mahrum bırakılmıştır. Havva'nın günahı, kadının şeytanla ortaklığı gibi dini, manevi eril mitlerle kadının iğdiş edilmişliği, karanlık kıta oluşu, üstben gelişiminin eksikliği, hormonlarının kurbanı olması gibi bilimsel, psikolojik kuramlar arasında, kadını ötekileştirmek, bedenselleştirmek, cinselleştirmek ve hizaya sokmak konusunda hiçbir fark yoktur. Kültürün kamusal dünyasıyla ve yüksek zihinsel süreçlerle özdeşleştirilen erkek, kültüre, düzene, güce, yetkiye, kontrole sahip, zihinsel, evrensel, kamusal olana denk ve hâkim iken kadın, doğası gereği zayıf ve hassastır, bedensel ve duygusaldır, eksik, edilgen, güçsüz, kaotik, düzensiz ve irrasyoneldir. Erkek karar, kadın kararsızlıktır! Ve bu norm haline gelmiş cinsiyetçi yargılar, siyasi, bilimsel, popüler, geleneksel, anaakım söylemler ve onların dolaşıma girdiği tüm alanlar ve ilişkiler tarafından desteklenir.

"Geçmişi eskilere dayanan kadın erkek ilişkilerinde de kadınların kararsız olan taraf olduğu düşünülür. Kadınların hormonal değişimleri, duygusal yoğunlukları göz önünde bulundurulduğunda bu doğru bir saptama olur. Kadını bu duruma sokan her ay yaşadığı düzenli veya düzensiz hormonal durumlar desek inanır mısınız? Evet, regl süreci bir kadının karar mekanizması üzerindeki en büyük etkenlerden biri."[2]

Sanki erkek hormonlarından, duygularından, bedensel/cinsel/ruhsal hassasiyet ve geçiş dönemlerinden azade, sabit ve somut bir güç/irade/karar abidesiymişçesine, tüm bedensel, ruhsal, hormonal süreçlerin patolojisini sadece kadına yükleyen bu patriarkal görüşler, en başta, kız ve erkek çocukların kadın ve erkek olmayı öğrendikleri psikolojik alanda işlemektedir. Libido erildir, kültürel bilinçdışı erildir, cinsiyet rejimi erildir, patriarka erildir. Bir kadın olarak cinsel kimliğine, cinselliğine, bedenine dair kararları sen değil onlar verir. Doğduğun andan itibaren toplumsal, dini ve milli bir görev için hazırlanırsın; cinsiyet rejiminin kararlaştırdığı usullere göre evlenip anne ve evinin kadını olmak, aileni sevip korumak ve bunu en ideal, en uygun, en istenilen biçimde yapmak.

Kadın için kararlaştırılmış bu hikâye, kimi modern/aydın/feminist çevre ve topluluklarda, postmodern kültürde değişmekle birlikte, ataerkil ve muhafazakâr toplumlarda neoliberal siyasetlerle, farklı biçimlerde yeniden üretilerek kuşaktan kuşağa aktarılmaya devam ediyor. Çünkü libido, dil, bilinç/bilinçdışı ve patriarka gibi sermaye de erildir. Ataerkinin temel değerleri -benmerkezcilik, pragmatizm, güç, rekabet, kararlılık, elde etme, fethetme, boyun eğdirme- kapitalist toplumun da temel değerleridir.

Kapitalizmin ve patriarkanın en temel birimi bugün hâlâ heteroseksist aile yapısıdır. Kadının bedeninin, cinselliğinin ve de emeğinin kontrol altına alındığı bu yapı içinde yaşayan, yaşamak zorunda kalan ya da normatif/geleneksel "kadın" kalıplarına göre heteroseksüel aile içinde yaşamak istemeyen milyonlarca kadın, trans ve queer, kimliklerine, yönelimlerine, eğitim ve mesleklerine, geleceklerine yani hayatlarına dair en önemli kararları kendisi alamıyor. Pek çok kadın özne olma özgürlüğünden mahrum, pek çoğu seçim yapma hakkından yoksun, pek çoğunun kararsızlık yaşamak gibi bir lüksü dahi yok, pek çoğu kendisine hak tanınmış, izin verilmiş konularda kısmi bir karar mercii ruhsatıyla yetinmek durumunda, pek çoğu verdiği kararlar yüzünden şiddete uğruyor, cezalandırılıp öldürülüyor; bu yüzden susuyor, kararsız değil, bastırılmış, iktidarsız bırakılmış. Yani uzmanların tanımladığı "kararsızlık nedenleri"ne yol açan etkenlerin tümüne maruz bırakılmış, hatta bu olumsuz veçheler, kadın kimliğine mündemiç kılınmış: Kimlik karmaşası, özgüven eksikliği, bağımlı kişilik yapısı, utangaçlık ve çekingenlik, bilgisizlik ya da yetersizlik hissi, başkalarından ve gelecekten korkmak, risk almaktan çekinmek, böyle yetişmiş olmak, öğrenmiş olmak.

Ama sorun değil, kadın olmak nasıl öğreniliyorsa, kararlı olmak da öğrenilir ve normlarca düzenlenir. Çünkü uzmanlara göre "Kararsızlık, başarının önündeki dev bir engel"dir.[3] Kişinin performansı, üretimi, işlevselliği üzerinde negatif etkilere sahiptir ki bu da kapitalizmin de patriarkanın da liberalizmin de işine gelmez. Dolayısıyla karar vermeyi kolaylaştıracak yöntemler, mekanizmalar, terapiler, kitaplar, yayınlar, öneriler, söylemlerle bir piyasa yaratılır.

Harvard Business Review editörü Suzy Welch'in iş hayatı ve aile arasındaki dengeyi kurabilmek için ortaya attığı 10/10/10 Kuralı[4], Edward De Bono'nun Altı Şapkalı Düşünme Tekniği, karar vermeyi hızlandırmak için önerilen/kullanılan düşünsel tekniklerin başında geliyor. Diğer önerilerse genellikle manevi, mistik ve liberal tahayyüller içinden yapılandırılmış: Kendinizle baş başa kalın, gözlerinizi kapatın ve derin bir nefes alın. Olumlu düşünün. Sorunları ve çözümleri, artıları ve eksileri listeleyin. Kâr-zarar, artı-eksi hesabı yapın. İhtiyaca bağlı olarak karar verme süresi koyun. Karar verdikten sonra beklemeye bırakın. Elinizden geleni yapın ve bırakın evren sizin yerinize halletsin!

Karar vermeyi hızlandıracak en önemli motivasyon ise ödül sistemi. Karar vermekte yol kat ettikçe kendinizi ödüllendirebilirsiniz. "Ödüller daha fazla çaba sarf etmenizi de sağlayacaktır. Ödül sistemi, başarı elde ettikçe kendinizi daha iyi hissetmenizde de size destek olacak. Ödülleriniz maddi, manevi veya davranışsal olabilir. Kendinize bir hediye alabilir, bir kahve ısmarlayabilir, kararsızlıkla kaybettiğiniz zamanı keyif alacağınız bir etkinlikle değiştirebilirsiniz."[5]

---

[2] https://www.kadindergisi.nl/index.php/yazi/haberler/9099/kararsiz-kadinlar

[3] https://abapsikoloji.com/kararsizlik-basarinin-onundeki-dev-bir-engel/

[4] Kişi bir karar vermesi gerektiğinde, kendisine üç soru sormalıdır: Bu karan verdikten 10 dakika sonra nasıl hissedeceğim? 10 ay sonra nasıl hissedeceğim? 10 yıl sonrasında nasıl hissedeceğim?

[5] https://abapsikoloji.com/kararsizlik-basarinin-onundeki-dev-bir-engel/

Çünkü başarınızı ve performansınızı arttırmak için vereceğiniz her olumlu karar, aileye ve sermayeye katkıdır. Pek çok kadın cinselliğini kiminle ve nasıl yaşayacağı, eş seçimi, hangi inancı, ideolojiyi benimseyeceği, nasıl giyinip nasıl yaşamak isteyeceği konusunda karar ve eylem hakkına sahip değil, ama bir anne, ev kadını ve tüketici olarak kimi kararları verebilir; alışveriş, yemek, temizlik, ev dekorasyonu ve ekonomisi, çocukların bakımı, eğitimi gibi konularda karar ve kararsızlık hakkını kullanabilir, çünkü ev kadını ve anneler statüko içinde kazanılmış haklara sahiptirler, erkeklere ve ailelerine hizmet için çalışırlarken, aynı zamanda tüketiciler olarak kapitalistlere de hizmet ederler.

"Hemen herkesin kadınların kararsız olduğunu sandığı bir dünyada, biz elbette farklı düşünüyoruz. Tam olarak aradıklarını sunan markalarla karşılaştıklarında da karar verme hızında ışık hızını geride bırakıyorlar."[6]

Kadınların tüketici olarak kararsızlığı, rekabetçi piyasayı hareketlendiriyor. Markalar, moda, reklamlar, ürünler, etkinlikler, uzmanlar, neyin alınmaya/yapılmaya değer, neyin alınmak/yapılmak zorunda olduğuna karar vermekte zorlanan kadınlara öneriler, fırsatlar, ödüller sunarken kadının kararlarını da arzusunu da biçimlendiriyorlar. Zayıflık, gençlik, güzellik idealleri gibi kendi evinin kadını olmak, modern bir evin annesi olmak tüm kadınların arzusu haline getirilmiş durumda. Oysa "yuvayı yapan dişi kuştur" söylemi, kadını ev içinde karar mercii bir birey haline getirmek şöyle dursun, ona iktidarsız bir sorumlulukla birlikte artı değer üretmeyen bir emek sarfiyatı ve fiziksel/psikolojik tükenmişlik yüklerken, kendisine biçilmiş bu görevleri sevgi ve fedakârlıkla yerine getirmesi gerektiğini anlatmaktadır.

Ev işlerinin, yemeğin, temizliğin, anneliğin, çocuk bakımının, kocaya karşı görevlerin vb. nasıl yapılacağını anlatanlar, büyükler, yakınlar, komşular, uzmanlardır. Bu bilgi/öneri bombardımanında hangisinin doğru ve kendisine uygun olduğu konusunda kafası karışan, kararsızlık yaşayan kadın, hem sürekli kaygı ve eksiklik duygusu hisseder hem de kendi deneyimlerini ve yöntemlerini belirleme otoritesinden yoksun bırakılmıştır. "Cennet annelerin ayaklarının altındadır" ama anneler kural koymaz, konulmuş kuralları yani babanın/ataerkin kurallarını uygular ve çocuklarını egemen kültürün beklentilerine göre yetiştirirler.

Tarihsel, kültürel, toplumsal olarak kararlaştırılmış ataerkil cinsiyet rejimi olsun, kadını düşük ücretli işgücü ve ücretsiz ev işiyle ezen kapitalist iktidar olsun, kadını ulusun annesi ve vatan toprağı olarak kutsal ve sembolik biçimde işlevlendiren milliyetçilik olsun, kadından kadınlığını gerçekleştirebilmesi için bu doğallaştırılmış ve idealleştirilmiş rollere uyum sağlaması, özdeşleşmesi, nesneleşmesi beklenmektedir. Ve bu açıkça kendi failliğini terk etmek anlamına gelmek tedir.

Hangi kadın bunu ister ki?

Peki, kendi kararlarımızı kendimiz verebilmemiz için neye ihtiyacımız var? Ya da Adrienne Rich'in çok daha yerinde sorduğu gibi "Bir kadın kendi bilincine ve kendi kararlarına sahip bir insan olabilmek için hangi bilgilere gereksinme duyar?"[7]

Feminizmin devrimci nüvesini kazandığı '70'lerin sonunda Rich tarafından sorulan bu soruyu, karar vermeyi bir bilinç meselesi olarak görürken bu bilincin oluşması için bilgiye ve sorgulamaya ihtiyacımız olduğunu vurguladığı ve bağlamını, cinsel kimliğin inşası ve düzenlenişi ile bu özdeşleşmelerin bizi nasıl kısıtladığı sorunsalına dayandırdığı için çok anlamlı buluyorum.

"Bir kadının kendi sansürsüz tarihini, bedeninin nasıl politik bir alan, cinsel nesne veya tüketim kodu haline geldiğini, neden her yerde kadın emeğinin ücretsiz/karşılıksız ya da aynı düzeydeki erkek emeğinden her zaman daha ucuz olduğunu, neden eşit vatandaşlık haklarına sahip olamadıklarını, neden devlet, bilim, hukuk, medya ve siyaset gibi büyük 'özne'lerin bu konularda sessiz kaldığını bilmesi gerekmez mi?"

Bu ve benzer soruların yanıtlarını araştıracak bir bilgi alanının ve bu tür bir eğitimin, aktivizmin oluşması kadınların kendi kararlarını kendilerinin almasının yolunu açmaz mı?

Kadının bilinçlenmesi için gereken bilginin alanı olarak feminizmi gösteren Adrienne Rich'e göre kadının kendini tanıma ve tanımlamasının önündeki engeller, erkek egemen sistem ve kurallar olduğu kadar yanlış bilinç, yabancılaşma, baskı ilişkilerinin ve idealize edilen rollerin içselleştirilmesi, cinsiyetçi kültürel formların ve suçluluk duygularının normalize edilmesidir. Bir radikal ve lezbiyen feminist olan Rich, kadının kendi benliğini oluşturması gerektiği fikri bağlamında varoluşçu ve psikanalitik feminizmden etkilenmiştir. En önemli temsilcisi Simone de Beauvoir olan bu akımlar, aşk, evlilik, annelik gibi rollerin kadının benliğini yok ettiğini ileri sürüp, kadınların kendilerini geliştirebilmek için akılcı özelliklerini ve eleştirel yetilerini güçlendirmeleri gerektiğini belirtmektedirler. Varoluşçu ve psikanalitik feministlerin çoğundan farklı olarak kadınlar arasındaki sınıfsal ve ırksal farklılıkları ve farklı ezilme biçimlerini de göz önünde bulunduran Rich, kadınlara boyun eğdiren bu ideolojik sahtelikleri kırabilmemiz için kendi hakkımızda doğruyu söylemeyi öğrenmemizin zorunlu olduğuna dikkat çeker. Bu hem kendine dürüstlük ve öznel duyguların derin bir kazısı demektir hem de ataerkil kültüre karşı bir alternatif kültür ve kadınların kendi doğrularının değerlendirileceği, yeni doğruların üretileceği karşı bir gelenek yaratmak demektir; ki ikinci dalganın ve lezbiyen feminizmin ruhani ve öfkeli kuramcısı, şair, yazar, aktivist Adrienne Rich, bunu özel hayatında da deneyimlemiş ve politize etmiştir.

Doktor bir baba ile bir aile kurmak için piyano kariyerinden vazgeçmiş bir annenin kızı olarak dünyaya gelen Rich, son derece iyi bir eğitim görerek, şair olarak ünlenmeye başladı ve tam o sırada iktisatçı Alfred Haskell Conrad'la evlendi. 30 yaşına geldiğinde,

[6] https://glieseistanbul.com/islerimiz/kararli_kadinlar_reklam_filmi

[7] Adrienne Rich, "What does a woman need to know?", Blood, Bread and Poetry: Selected Prose 1979-1985, Virago.



© FİLİZ DENİZ

üç çocuk annesi bir ev kadınına dönüşmüş, hayatı tümüyle değişmişti. Bu ne zaman olmuştu? Bunları gerçekten kendisi mi istemişti?

"Üçüncü çocuğum doğduğunda, bana ne olduğunu anlamak için kendimi ya başarısız bir kadın ya başarısız bir şair ya da bunların ikisinin bir sentezi olarak görmem gerektiğini düşünmeye başlamıştım. Öyle ki kim olduğumla olan ilişkimi kaybediyordum, bir zamanlar bir şehrin etrafında yürürken ya da bir öğrenci odasında yazarken neredeyse ekstazik düzeyde bir enerji ve istek duymuş olan o kızla bağımı."[8]

Kendi hayatı üzerine düşünür ve ne istediğini sorgularken, ailecek New York'a taşındılar. Yıl 1969'du ve Amerika özgürlük rüzgârlarıyla sarsılıyordu; ikinci dalga feminizm oluşuyordu. Bu anlamda Rich şanslıydı. Zaten sınıfsal ve ekonomik açıdan da avantajlıydı. Böylece ev kadınlığı kabuğundan ve annelik etme işinden sıyrılarak eylemlere katılmaya, feministlerle bir araya gelmeye, okumaya, yazmaya ve kadınlar için duyduğu arzuyu keşfetmeye başladı. 1976'da toplumun yerleşik kurallarını altüst ederek lezbiyenliğini açıkça yaşama kararı aldı. Aynı yıl "Of Woman Born: Motherhood as Experience and Institution" adlı kitabıyla kadına çizilen sınırlara meydan okuyarak normatif annelik ve aile kurumunu şöyle tanımladı:

"Ekonomik bağımlılık ve erkeklerin 'kendi' çocuklarının garantisi olarak evlilik, evlilik içi tecavüz, doğurmama ve kürtaj hakkının kadınların elinden alınması, nikâhsız doğan çocukların 'gayrimeşruluğu', tehlikeli doğum kontrol yöntemlerinin fütursuzca pazarlanması, kadınların evde yaptıkları işlerin 'üretim›den sayılmaması, kadınlar için sosyal güvencelerin yokluğu, ücret eşitsizliği ve erkeklere bağımlı hale gelmeye zorlanmaları, kadınların 'tam zamanlı annelik' adı altında münzevi bir ev içi yaşamına hapsedilmesi, aşk ve suçluluk duyguları ile zincirlenmesi..."

Rich'in dürüstlüğü, kimi kadınları ona bağladı ama kimilerini de hayli kızdırdı. Egemen annelik söylemi, kurallar ve standartlarla dolu ulaşılması mümkün olmayan bir ideal ortaya koymakta ve bu ideal, anneleri genellikle yetersiz, kararsız ve suçlu hissettirmekteyken pek çok kadın bunu kabullenmekte zorlandı. Oysa çocuklarını '50'lerin ve '60'ların Amerika'sının baskıcı ortamında yetiştirmiş bir anne olarak Rich, kendini her daim içinde bulduğu suçluluk duygusunu "annelik kurumunun görünmeyen şiddeti" olarak ifade ederken, kadınlar ve feminist politika açısından somut argümanlar ileri sürmüş, anneliğin feminist analizini yapmıştır. Ona göre annelik özsel olarak baskıcı değildir, ancak annelik deneyiminin özgürleştirici yanının annelik kurumunun hapsedici yanı tarafından sınırlandırılması, anneliği baskıcı ve eşitsizlik üreten bir deneyim haline getirmektedir.

Bir kurum olarak anneliğin baskıcı veçhelerinden ilki anneliğin kadınlara içkin olduğu iddiasıdır. Bu iddia aynı zamanda ikinci veçheyi de kapsar; çocuk büyütmeyi biyolojik annenin en temel sorumluluğu

[8] Adrienne Rich, Of Woman Born: Motherhood as Experience and Institution, Norton Pbl., 1976.



© ÇOKŞEN ERATA



© SUZAN ARMAĞAN

olarak görür ve annelerin çocuklarına karşı duyabilecekleri tek duygunun sevgi olduğunu varsayar. Ama bu iktidarsız bir sorumluluk, kadının kendi bilgi, arzu, tercih ve deneyimlerini içermez. Oysa Rich'in önerdiği "bir deneyim olarak annelik", annenin çocuklarıyla potansiyel ilişkisine, yaratıcılığa ve sevgiye işaret eder, annelere annelik kurumunun vermediği öznellik, yaratıcı güç ve otonomiyi verebilir.

Anneliğin değil, erkek egemenliğinin yok edilmesinden, değiştirilip dönüştürülmesinden söz eden Rich'in, bizzat kendini en özgür hissettiği durum, uzmanların ve ötekilerin bakışlarından ve o bakışların yarattığı "ideal anne" baskısından kurtulduğu andır. İşte o zaman boşanma kararını cesaretle vererek feminist harekette aktif rol alan, sosyal reformlar ve ırkçılığa karşı harekete geçen Rich, kendi kimliğini tanımlama kararı da almıştır. "Şair, anne, lezbiyen" olarak ölene dek yazar sevgilisi Michelle Cliff ile yaşamış, çokça üretmiş, şiirler yazmış, feminist eleştiriye, lezbiyen kuram ve edebiyata pek çok eser, kavram ve teknik kazandırmış, dildeki ayrımcılığa karşı, kadınlar tarafından ortaklaşa üretilecek/geliştirilecek bir dil ve dişil estetik önermiştir.

Bu kavramlardan biri olan "lezbiyen süreklilik" anlayışına göre kadınlara cinsel ilgi duymayan kadınlar da, patriarkaya karşı mücadele etmek, aralarındaki bağları güçlendirmek için kendilerini politik lezbiyenler olarak görebilir. Lezbiyenlik illa ki iki kadın arasındaki cinsel aşk değildir, iki kadının duygusal, enerjitik, fikirsel, zihinsel yakınlığı da olabilir. Kimi çevrelerde eleştirilen bu öneri bence hem lezbiyen kimliğini politik olarak (da) sahiplenmeyi ve kadınların birlikte mücadelesini teşvik ettiği için hem de eşcinselliğin sadece biyolojik, yönelimsel değil, tercihe bağlı bir karar (da) olabileceğini ortaya koyduğu için son derece kıymetlidir.

Kadınlar olarak kendi kararlarımızı verebilmek, kararsızlığa düştüğümüz meseleleri analiz edebilmek için ihtiyacımız olan bilinci oluşturmak konusunda bize gereken, öznel/fiziksel deneyimle sıkıca örülü feminist bilgi ve edebi gelenektir. Böyle bir bilgi, "Her şeyden önce nasıl yaşamakta olduğumuzu, nasıl yaşamış olduğumuzu, kendimizi hayal ederken nasıl yönlendirildiğimizi, dilimizin bizi nasıl hem hapsedip hem de özgürleştirdiğini, bizatihi adlandırma eyleminin şimdiye kadar nasıl bir erkek ayrıcalığı olduğunu, her şeyi yeniden görmeye ve adlandırmaya -dolayısıyla yeniden yaşamaya- nasıl başlayacağımızı gösteren bir ipucudur".[9]

[9] Adrienne Rich, "When We Dead Awaken: Writing as Revision", On Lies, Secrets and Silence, New York, 1979.

Bu ipucu ve rehber üzerinden düşünmeye ve sorgulamaya başlarsak sadece hetero-patriarkayı değil kapitalizmi, milliyetçilik, militarizm, faşizm ve cinsiyetçilikle kurdukları güç birliğini de çözümlemeye başlayabiliriz. Çünkü ataerkil toplum içinde bilincimizi oluşturmak ve kimliğimizi tanımlamak, hayatımıza kendimizin yön verebildiği anlamına gelmez, sınıfsal ve ekonomik farkların hayatımızı nasıl belirlediği göz ardı edilemez. Aynı cinsiyetçiliği ekonomi üzerinden kullanan kapitalizmi de iyi okumamız ve mücadele etmemiz gerekir. Kevin Floyd'un belirttiği gibi, toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsellik, kapitalist bir bütünlüğü oluşturan parçalardır ve üretim/yeniden üretim/tüketim başlangıcından beri toplumsal cinsiyet rolleriyle iç içe olmuştur.[10] Hatta sadece kadınlara özgü ev işi ve ücretli iş arasındaki ayrım yüzünden, cinsiyetçilik kapitalizmde daha tehlikeli ve sinsi bir hal almıştır.

Kadınlara ev dışında ücretli çalışma olanakları yaratan kapitalist sistem, sistem için ücretli işçilerin (biyolojik) ve yeni nesillerin yeniden üretimini, fizyolojik gereksinimlerini sağlamak amacıyla kadınların evde çalışmalarını da gerekli kılmıştır. Kadınlar "çifte çalışma" ile evde işgücünün yeniden üretimini sağlayarak dışarıda da ücretli işte çalışarak sermayeye ve erkeklere hizmet ederler. Çocuk ve yaşlı bakımı, temizlik, yemek, bulaşık, çamaşır, gibi son derece yorucu ve zaman alan işleri kadınlar yaparken erkekler daha fazla boş zamana sahip olur, daha iyi dinlenir, özel hayatına zaman ayırır, işinde ilerleyebilir, politikaya, sendikal, sportif, kültürel faaliyetlere katılabilir. Her başarılı erkeğin arkasında bir ev kadını bulunur!

Heidi Hartmann'ın belirttiği gibi: "Patriarkanın üzerinde durduğu maddi temel, erkeklerin kadınların işgücü üzerindeki kontrollerindedir. Tekeşli heteroseksüel evlilik, erkeklerin bu her iki alanı kontrol etmelerini sağlıyor görünen, göreceli olarak yeni ve etkili bir biçimdir. Kadınların olanaklara ve kendi cinselliklerine sahip olmalarını kontrol etmek, erkeklerin, hem pek çok kişisel ve cinsel alanda kendilerine hizmet edilmesi, hem de çocukların büyütülmesi amacıyla, kadınların işgücü üzerindeki kontrolü sağlamalarına olanak verir."[11]

Cinsiyete göre iş ayrımcılığı, ücret ve kariyer ayrımcılığına yol açar, kadınları sendika, sigorta ve kimi sosyal haklardan mahrum bırakırken, işyerlerinde cinsiyetçi tutumlar ve tacize, şiddete, mobbinge maruziyet giderek artarken, evdeki özel sorumluluk mutlaka kadını beklerken pek çok kadın çalışmayı



© TANJU AKLEMAN

bırakıp ev kadınlığına geri dönmeyi ve iyi bir eş olmayı bir kariyer olarak tercih ediyor. Ekonomik krizler, göçler, savaş, afet gibi durumlar da yine kadınları eve gönderiyor. Böylelikle kadınların erkeklere ekonomik bağımlılığı garanti altına alınıyor, hem de kadın ve erkekler için uygun alanlar nosyonu güçlendiriliyor.

Psikolojide karar verme, bir fikrin veya hareketin mümkün diğer seçenek(ler) arasından seçilmesiyle sonuçlanan zihinsel bir işlem olarak dikkate alınır, ama aynı zamanda son derece ekonomik ve sınıfsal, yani politik bir olgudur da. Kendi özerkliği ve özgürlüğü için kararlar alabilmek, görünen o ki her şeyden önce ekonomik bağımsızlığa, düzenli gelir, güvenilir çocuk bakımı, konut, sağlık, eğitim hizmetleri ile kürtaj da dahil üreme haklarının elde edilebilirliğine ve kadınların kendi ideolojileri ile mücadele vermelerine bağlıdır.

[10] Kevin Floyd, Queer Marksizme Doğru, çev. T. Onur Çimen, Pınar Büyüktaş, Nota Bene Yayınları, 2018.
[11] Heidi Hartmann, Marksizm ve Feminizmin Mutsuz Evliliği, Agora Kitaplığı, 2006. https://turuz.com/book/title/Marksizm+Ve+Feminizmin+Mutsuz+Evlilighi-Heidi+Harman-Aytu+Qantarchi-28

Findistanlı bir yönetmen: Aki Kaurismaki

Kararsızlık anında camı kırıp kanaat önderinize sarılınız



Sera ÇETİNGÖK

Acaba Yılmaz Erdoğan, Dilber karakterini yazarken toplumla vereceği kimyasal tepkimeyi ve tarla ilanlarının artık "Dilber'e ev almak için satıyorum" diye çıkacağını tahmin edebilmiş miydi? Ah şu karar vermelerimizi kolaylaştıran kanaat önderleri.

© DUYGU İÇER



Ben bugün de insanın "küçük" ruhsal dünyasına eğileceğim. Toplumsala dair birkaç söz söyleyip bu "konforlu" alana çekileceğim. Bunu al kucağına sev, Findistanlı yönetmen Aki Kaurismaki'nin patemleri üzerinden yapacağım. Bu adama Findistanlı diyebiliriz çünkü eğitim, ekonomik rekabet, sivil özgürlükler, yaşam kalitesi ve insani gelişme gibi birçok uluslararası değerlendirmede lider konumunda olan Finlandiya'da doğmuş olsa da ruhu Hindistanlı, Asyalı, Ortadoğulu. Gözü gönlü bizim sorunlanmızda adamın. Az sonraki birkaç paragrafa dayanın, sonra birlikte birçok tatlı karakterin karasızlıklanna ve onlan harekete geçiren şeylere bakacağız.

Kanaat önderleri

Acaba Yılmaz Erdoğan, Dilber karakterini yazarken toplumla vereceği kimyasal tepkimeyi ve tarla ilanlannın artık "Dilber'e ev almak için satıyorum" diye çıkacağını tahmin edebilmiş miydi? Ah şu karar vermelerimizi kolaylaştıran kanaat önderleri. Bir kanaat önderinin atmosfere ne bıraktığına dikkat etmesi gerekiyor, değil mi? Kanaat önderi olmak ne zordur, hey hak... Ne çok sorumluluk yüklenir bir kanaat önderinin sırtına. İhtiyar heyeti olmak, kocaman bir heyet olmak oysa daha çekici. Örneğin Müge Anlı izlemeyi seven bir büyüğünüz varsa sorabilirsiniz: "Ee, bugün ne cinayetler var?" Bu bir hal hatır, havadis alma cümlesi olabilir bu ülkede. E o zaman? O zaman, alarm zilleri. Toplumun bakışını ne yöne, kime çevirdiği ne önemli değil mi? Kanaat önderine bak toplumu al.

Bu ülkede uzun süredir toplumsal sorunlara duyarlı, farkındalığı yüksek kişiler etraflanndaki duyarsız insanlara güceniyor. Deprem bölgesinde kaç tane gönüllülük çalışmasına katıldın, Gazze'deki insanlık dramıyla ilgileniyor musun, Akbelen Ormanı imza kampanyasında imzan var mı, kendini ağaca bağladın mı, sıvasız evlerden çıkan şehitler için işin aslını merak ediyor musun? Öyle çok sorun, öyle çok sorumluluk var ki. Dünyanın yükü tek başına sırtlanmıyor. Tepki vermek sorumluluğu, farkındalık sorumluluğu da hep aynı kişinin olmasın. Instagram'dan "duyar kasmak" sorumluluğu paylaşılsın. Bu yeni tanımlar, TikTok'lar, X'ten (twitter) kendini paralamalar gülünç gelebilir ama içinde yaşadığımız zamana, zamanın ruhuna dair bir şey de söyler. Güleceksek de bakalım. Ülke ve dünyamızın türlü çeşit felaketlerinin fakında olup, anlayıp tutum geliştirip, bir tepki planlayıp, karar verip uygulamak gerekiyor. Karar verip. Karar..

Kararında bir karar

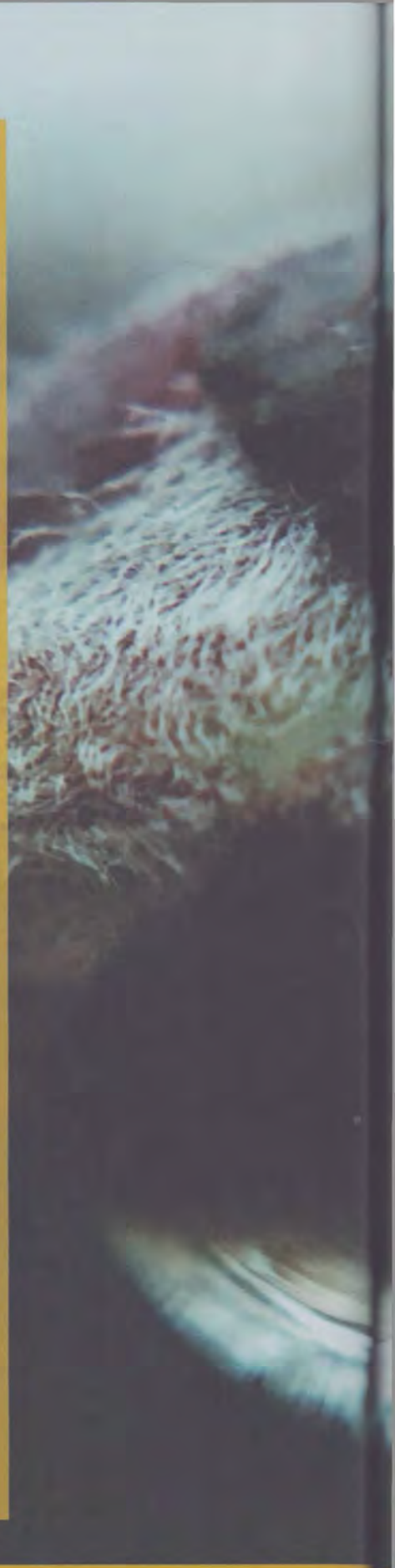
Orta yaşın sihirli cümlesi birkaç yıldır zihnimde panldıyor; ölçü. Herhalde bu kavrama en çok ölçüsüzler ilgi duyarlar. Ölçüsüz davranmaktan korkanlar, ölçüsüz davranma potansiyeli olanlar, böyle olduklannı için için bilenler. Burada da "en çok" demek ölçüsüz oldu. Bu ne iddia? Hangi kuramı arkama aldım acaba? Biliyor musunuz, şu "en" cümleleri, paragraflan, kararlan, ortamlan nasıl da kontamine eder? Oysa bilimsel çekinik dili öyle değil. Olabilir, yapabilir, kaynaklanabilir. Bu olasılık eki yanlışlanabilirliğe yer bıraktığından tıp gibi çoğunluğu ampirik olan alanlar tarafından kucaklanır. Bilim yine de elimizdeki en güvenilir şeydir. Henüz bilinmez olanı merak eden bir bilim.

Ama bazen de bir "son karar" gerekir. "En" az diyeceksiniz, "en" çok diyeceksiniz, "en" yararlı, "en" faydalıya işaret edeceksiniz. Kanaat bildireceksiniz. Kanaat önderi nedir Allah aşkına? Böyle bir öndere kimi zaman ihtiyaç duyabileceğimizi tümgüçlü bir tavırla reddetmek yerine bu ihtiyaca yogasal bir bakışla bakmaya ne dersiniz? Bugün bakın bakalım, o kasınızın ihtiyacı ne? Nereye dek esnetmeyi tercih edersiniz aşağı bakan köpeklerinizi? Bakın bakalım kararında bir kanaat önderi bulabilecek misiniz?

Finlandiyalıların verdiği kararlar

En son lise sonda, bir deneme sınavında "full çekmiştim". Bu yaşımdaysa Aki'nin filmlerini su gibi içsem de henüz full çekemedim, ama kararlıyım.

"Cen büyüdün de dünyanın en sorunsuz topraklannda, en saf yetişmiş bir halinle göç sorununa, savaşa falan mı heves ettin demek?"



"Umut Limanı"nda hepimizi can evimizden vururken "Sararmış Yapraklar"da acemice iliklenmiş olsa da Ukrayna-Rusya savaşına yaptığı bolca göndermeyle toplumsal duyarlılığı yine şapka çıkarttırıyor yönetmenin. Aki söz konusu olunca eliniz şapkanızda olsun yani. Sık sık çıkaracaksınız. Daha dokunaklı oluyor böyle yetişmiş birinin sorunlarımıza eğilebilmesi. Kuzey Avrupa ülkesinden gelme birinin gözlerinin içine bakın; sadistik, narsisistik bir ebeveyn tarafından büyütülmedikçe bir Ortadoğulunun, Lübnanlının, Arjantinlinin gözlerindeki derinliği göremezsiniz. Genel kural olarak bir refah ülkelinin gözlerinde Stanislaw Lem'in "Solaris"indeki gibi kayboluruz biz Ortadoğulular, aman dikkat.

Peki, ailesiyle birlikte Suriye'deki çatışmalardan kaçmak isterken Ege Denizi'nde boğularak hayatını kaybeden ve cesedi Bodrum kıyılarına vuran Aylan bebeğin heykelini (Until The Sea Shell Him Free) yapan Finlandiyalı heykeltraş Pekka Jylhä'ya bu kararı aldıran neydi? Bu saf, temiz ülke huzurunun diyetini böyle mi ödüyor? İnsan olmanın gereği, insan olmanın gereği, insan insanın engereği. Neydi Jylha'ya ya da Kaurismaki'ye bu duyarlılık zarfını giydiren? Aslında kararların altında yatan motivasyonu öğrenmek yorucu olabilir. Hayal kırıklığına da uğratır. O zaman ne az insana inancımız kalır. Çünkü libido bir yerden mutlaka ucunu gösterecek. Özdeşim, merhamet, hırs, libido; bir sürüsü kararlarımızın motivasyonu olabilir.

Yeltenmek ve ucuz psikoloji

Biz Aki'ye dönelim. Aah Aki. Şu diyaloğa bakar mısınız? Yavaş okuyun ama he. "E bunda ne var" dersiniz yoksa. Şimdi pencerenin önünde biri hafızasını yitirmiş iki preâşık (aşk öncesi mental durum) resmedin. Bir insanın ne kadar yeniden başlayabileceğinin, sıfırın altında kaçtan hayata yeniden tutunabileceğinin filmidir "Geçmişi Olmayan Adam". Findistanlı Aki'den gelen "Her kuyudan çıkabilirsiniz" umududur. Uzaya bile götürür insanı. Ama Solaris'e değil. O zaman bu ayın hem kitabı hem yönetmeni belli oldu; "Solaris"le Aki.

Sahne;

Kadın -Bezelye güzeldi..

Adam -Dün Ay'a gittim.

Kadın -Ya?! Nasıldı?

Adam -Huzur dolu.

Kadın -Kimseyle tanıştınız mı?

Adam -Pek sayılmaz, günlerden pazardı. (Burada gülünecek, evet size söylüyorum sayın okuyucu.)

Kadın -Bu yüzden mi geri döndünüz?

Adam -Evet. Başka gerekçelerim de vardı..

Yani "Ay'a gittim ama senin için döndüm"ü beklenmedik şekilde ortaya bırakıveriyor geçmişi olmayan adam (GOA). GOA'nın geçmişi yoksa da mizacı ve libidosu vardır. Ve Kaurismaki'nin bu filminde yeltenip de yeltenemeyen adamı belleğinden mahrum da olsa libidosunun aldırdığı kararlarla yeni bir yaşam inşa edebilecektir. Ve başlatıcı, bir kadına duyulan ilgidir.

Bu patern de tanıdık Kaurismaki filmlerinde. Mesela "Eşarbına İyi Bak, Tatiana!"da, birisi votka diğeri kahve bağımlısı iki adam, eski bir limuzinle çıktıkları yolculukta dil diş bilmeyen iki kadınla ilişkiye, neredeyse yolun sonuna kadar yeltenemezler. Oral bağımlılık (votka ile olan) psikoseksüel dönemlerden ödipale bir sıçramayla Tatiana'nın yanına yerleşmeye dönüşür. Fakat bırakılan kahve makinası (nesne) gerçek bir ilişki kararını belki de ketler ve anne memesine dönüşle sonuçlanır. Ben bu yaptığım çözümlemeye "ucuz psikoloji" diyorum. Mesela benim lisanslı bir edebiyatçı olmayarak yaptığım edebiyat "ucuz edebiyat", lisanslı bir sinemacı olmayarak yaptığım sinema (veya eleştirisi) "ucuz sinemacılık"tır. Herkesin okuduğu iki materyalle ya da meslek profesyoneli olsa dahi etraflarındaki insanlar için yaptıkları psikolojik çıkarımlar (ki bu meslek etiğine de aykırıdır) "ucuz psikoloji" olur. Kesitsel her ruhsal değerlendirme de "ucuz psikoloji" riski taşır. Bu görüşler tartışmaya açıktır. İnsan sağlığı ile doğrudan ilişkili olmayan sinema ve edebiyatı dar alana sıkıştırmak eleştirilebillir.

Libidinal dalga

Yani bazı karasızlıklarımızı libidomuz aştırır. Kaurismaki'nin filmlerinde hep bir kadına

© DUYGU İÇER

yeltenip de yeltenemeyen, kararsızlık yaşayan, kararını verince bir kötü alışkanlığını geride bırakan (bkz. "Sararmış Yapraklar") er kişi vardır. O zaman birinin peşine takılalım; hayatın çarkları öyle dönmeye başlasın. Hiç olmazsa tatlı bir tartışma çıkar, bir küsüşülür, bir barışılır. Bir devinim olur en azından. Bu yıpranmamış bir tuzu kurunun arzusu olabilir ancak. Neden yıprandı o tuzu çamurlaşanlar acaba? Doğuştan getirdikleri genetik yüklerinin yani mizaçlarının mı mağduru oldular? Erken ebeveynlik yaşantıları mı bozuk? Sıfır bir yaş arasında ne oldu, iki üç yaş arasında neler oldu? Çocukluk evi nasıldı? Erişkin olduklarında kendileri için doğru kararı alabildiler mi? Bir ruhsal sağaltım sürecine girebildiler mi? Bozuk ilişkiler girdabında hızlı savrulmalar, ötekiyle birlikte kendini hasarlamalar devam mı ediyor? Doğru ruhsal sağaltıcı ile karşılaşabildiler mi? Bu işe soyunanın eğitimi ne, lisansı ne, yüksek lisansı ne, doktorası ne? Süpervizyon alıyor mu? Ruh sağlığı yasası yetiş.

Lacanien mevzular

Peki aynı yönetmenin "Umut Limanı" filminde bohem ve hoşsohbet lostracı Marcel Max'e, Afrikalı mülteci Idrissa'ya sınırdışı edilmemesi için yardım etme kararı aldıran ne? Sınırsız iyimserliği ve insan sevgisi mi? Biricik eşinin ince hastalıktan hastaneye yatması olabilir mi, peki? Aynı filmde tehditkâr polis komiseri neden bir anda yardım etme kararı alıyor? Kararlarımızı ne belirliyor?

Bir biricik karar anı daha var bahsedebileceğim. Ama o başka yönetmen ve başka bir filmde, esin olsun diye buraya bırakıyorum: "Toni Erdmann". O güne dek babasının tuhaf mizahı ile hayatı çekilmez hale gelmiş her daim ciddi ve meşgul iş insanı İnes'in master olduğu bir cinsellik sonrası babasıyla ve babası gibi oyuna dahil olmaya başlaması bir psikanalitik oturuma malzeme verebilir. Bu kaskatı kadına bu kararı aldıran, mizahın babasına has olanını yaşamına dahil ettiren nedir? Fallus neden bu sahneden sonra olgun bir forma, mizaha dönüşüyor? Tabi burada sözü edilen olgunluğu su götüren, yapısökümü sertçe yapan bir mizahtır. Bundan önce de İnes pek çok domine ettiği cinsellik yaşamıştır kuvvetle olası. Kararlar, kararlar, bilinçdışı kararlar, testisli hatunlar. Lacanienler film oturumlarında tartışsın. Gençliğin deliliğinden sonra ufak bir sakinlik dönemi geçirdim. Şimdi de yaşlılığın şımarıklığına vuruyorum.

Aki'nin kararları

Yönetmen önce Dostoyevski, sonra Shakespeare taklitlemekle işe başlamıştır, sonra daha özgün işlerde karar kılmıştır. Başlangıç için iyi bir karar. Filmlerinde hep aynı oyuncularla çalışmıştır. Bana uyan bir karar. Uzun bir tiyatro izliyormuşsunuz hissi oluyor. Akrabalaşıyorsunuz. Kimler uzun ilişkiler kurabilir? Herhalde ruh sağlığı iyice olanlar. Aki mizah kullanmaya karar vermiş. "Eşarbına İyi Bak, Tatiana!"da saçları birbirinden briyantinli ve birbirlerini köylü olmakla itham eden iki adamdan biri diğerine "Beynin briyantinle kaplı, Rock dinliyorsun diye şehirli mi sandın?" diye hakaret ettiğinde gülmekten ölüveriyorsunuz. Hakaret biz içinde olmadığımızda gülünç. Aki'nin filmlerinde oyuncular konuşmaktan çok davranırlar-Bresson etkisi. Filmlerini izlemek kolaydır. Üç gecede uyuya uyana izlersiniz. İngilizce öğrenme çabasında karakterler vardır. Bir orkestra veya müzik kutusu mutlaka vardır. O aşka yeltenip de yeltenememe, nispeten iyicene bir şeye tutunup diğerini bırakma halleri vardır.

Bunlar Aki'nin kararları mıdır, bilinçdışı motivasyonları mıdır? Davranış ve edimlerimizin (dolayısıyla kararlarımızın) yüzde 90'ının bilinçdışı motivasyonlarla gerçekleştiğini söylüyor nöropsikanaliz.

Bu adamın dünya hakkında verdiği karar seviyesine ulaşabilir miyiz? Savaş halindeki bir ülkeye gitmek istemediği için ödül törenlerine katılmıyor mesela. En ünlü protestolarından biri İranlı yönetmen Abbas Kiyarüstemi›nin festivale katılmak için ABD vizesi alamaması üzerine 40. New York Film Festivali›ni boykot etmesi: "Öfkeyle değil (ki bu hiçbir zaman iyi bir sonuç doğurmaz), ama derin bir üzüntüyle, arkadaşım ve dünyanın en barışsever insanlarından biri olan Abbas Kiyarüstemi›nin bir İran vatandaşı

olarak kendisine ABD vizesi verilmemesi sebebiyle New York Film Festivali›ne katılmasının engellendiği haberini aldım. Ben de dünyanın en iyilerinden olan bu festivale davet edilmiştim. Bu şartlar altında, ben de katılımımı iptal etmeye zorlanmış oluyorum -şu anki ABD hükümeti bir İranlıyı istemiyorsa, bir Fin›i hiç istemez. Bizim petrolümüz bile yok. Öte yandan, beni daha çok ilgilendiren şey, Abbas Kiyarüstemi bile bu muameleye maruz bırakılıyorsa, isimsiz mahkûmların başına neler gelecek? Cenevre Sözleşmelerini insanlığın son umudu olarak görüyor ve bir Finlandiya vatandaşı olarak ABD hükümetini bunu ihlal etmekle suçluyorum.

Aki'nin Ortadoğululuğu, atalarının İsveç ve Rusya'nın Fin topraklarında yaptıkları savaşlardan etkilenmiş olmalarıyla açıklanabilir mi? Rusya Ukrayna'ya saldırınca hemencik NATO'ya girmediler mi? Kaç kuşakta yerleşir gözlerde Solaris izi?

Online psikanalitik çalışma kararı

Analizin bakırını yorumun altınına tercih etmemizi salık veren Freud da psikanalitik kuramda karar kılmıştır. Project'i bir noktada bırakıp dümeni psikanalize çeviren Freud acaba bugünkü nörogörüntüleme imkânlarıyla neye karar verirdi? Biz de varolan dijital olanaklar ve zamanın getirdiği teknolojik dayatma ile online psikanalitik çalışma yapılıp yapılmayacağına bir karar verelim. Ama önce durumu bir analiz edelim.

Hızlıca doğru reaksiyonu vermek gerektiğinde

Psikanalitik camiaya bazı kavramları Psikeart üzerinden dolaşıma sokmaktan memnunum. Son birkaç yıldır düşünüp konuşmaya başladığım şeyler panel, seminer, kongre başlıklarına dönüşüyor. Bu Psikeart'la başarımız. Bir meslek grubunun başını bir yöne çevirebilmek ne hoş. Mesela geçmiş sayılarda denk gelirsiniz; Bion'un İngiliz şair Keats'ten psikanalize devşirdiği, başarılı insanlarda ortak özellik olarak tanımlanan "negatif kapasite"sinin akıbeti böyle olmuştu. Küçük Hans'ı okurken dikkatimin çelindiği; "sapkınlık" yine. Sonra Lacanien jouissance, şimdi rêverie (gündüz düşleri). Kanaat önderi miyim? Estağfirullah, nefer diyelim. Hatta influencer diyerek hafifletelim. Tek başıma kaybolurum. Heyetlerde bir birim olarak iyiyim. İstanbul Yetişkin Psikanalitik Psikoterapi Derneği'nde bir öğrenciyim. Formasyon diyorlar. Bana anam, babam, analistim dışında forme edilmek bir tuhaf geliyor. Biz şeklimizi aldık. Kusurlarımızı yönetebilirsek ne âlâ. Veya ikinci analize dek elimizdekiyle yetineceğiz diyelim. Divanda ömür geçmez. Başı kesik tavukluk dönemi bitse de birkaç yıl daha başı yan kesik tavuk dönemi geçirme karan aldım.

Antidepresan kararsızlığı

Son olarak antidepresan kullanımında kararsızlık yaşayanlara, bir başka çok özel bulduğum zihin Greta Gerwig'in düşük bütçeli filmi "Hannah Takes the Stairs"ın 1:07. dakikasında başlayan sahneyi izlemelerini öneririm. Yeniden aynı şekilde gülmeye başladığınızda, diyor. O hissi tadan bilir. Tüm tıbbi çalışmaları ilaç şirketlerinin oyunu gibi yaftalamak, psikiyatrinin işe yaramazlığından dem vurmak ama konforlu ofislerimizde acil durumlarda hastalarımızı emanet edebileceğimiz bir psikiyatri kliniğinin var olduğunu bilmenin verdiği güvenle psikanalitik çalışmak ve başın ağrıyınca tınm tırım bir ağrı kesici aramak tutarsız geliyor. İyi bir psikiyatrist iyi de bir antipsikiyatristtir ama alet çantasında ne varsa, o anda, o hasta yaranna çıkarır. Ya da iyi bir psikanalitik psikoterapist gerektiğinde alet çantasında farmakolojik tedavi de bulunan bir psikiyatristle çalışmayı bilmelidir.

Küçüklerimi gözlerinden, büyüklerimi ellerinden öperim. Tabii hak eden eller ve gözlerin. Hayatta doğru kararlar almaya uğraşanların. Kendileri istemeseler ve yakın ilişkide nasıl insanlar olduklarını bilmesem de son dönemde iki kanaat önderim: Nilay Ömek ve Aki Kaurismaki. Evet benim ihtiyacım var doğru düzgün insanlara.

Kaynakça

Aylan Kurdi'den Sonra: Sanatta Göçün Kaydı. Yağmur Ö. ve ark. GSED, 2021; Cilt: 27, Sayı: 46: 249-257

© DUYGU İÇER

Dar zamanda önemli kararlar almak



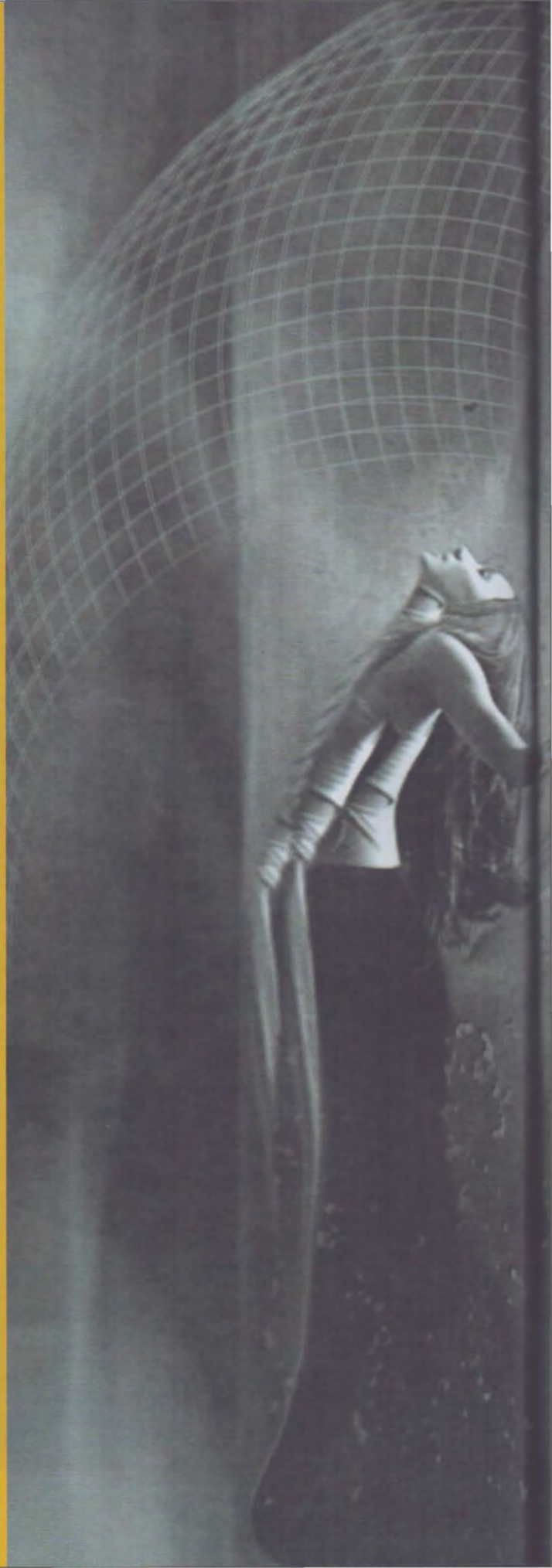
Pınar AYDIN O'DWYER

Dar zamanda karar almak, özgür iradeyi "zaman"a kaptırmak demektir.

Gérard'a...

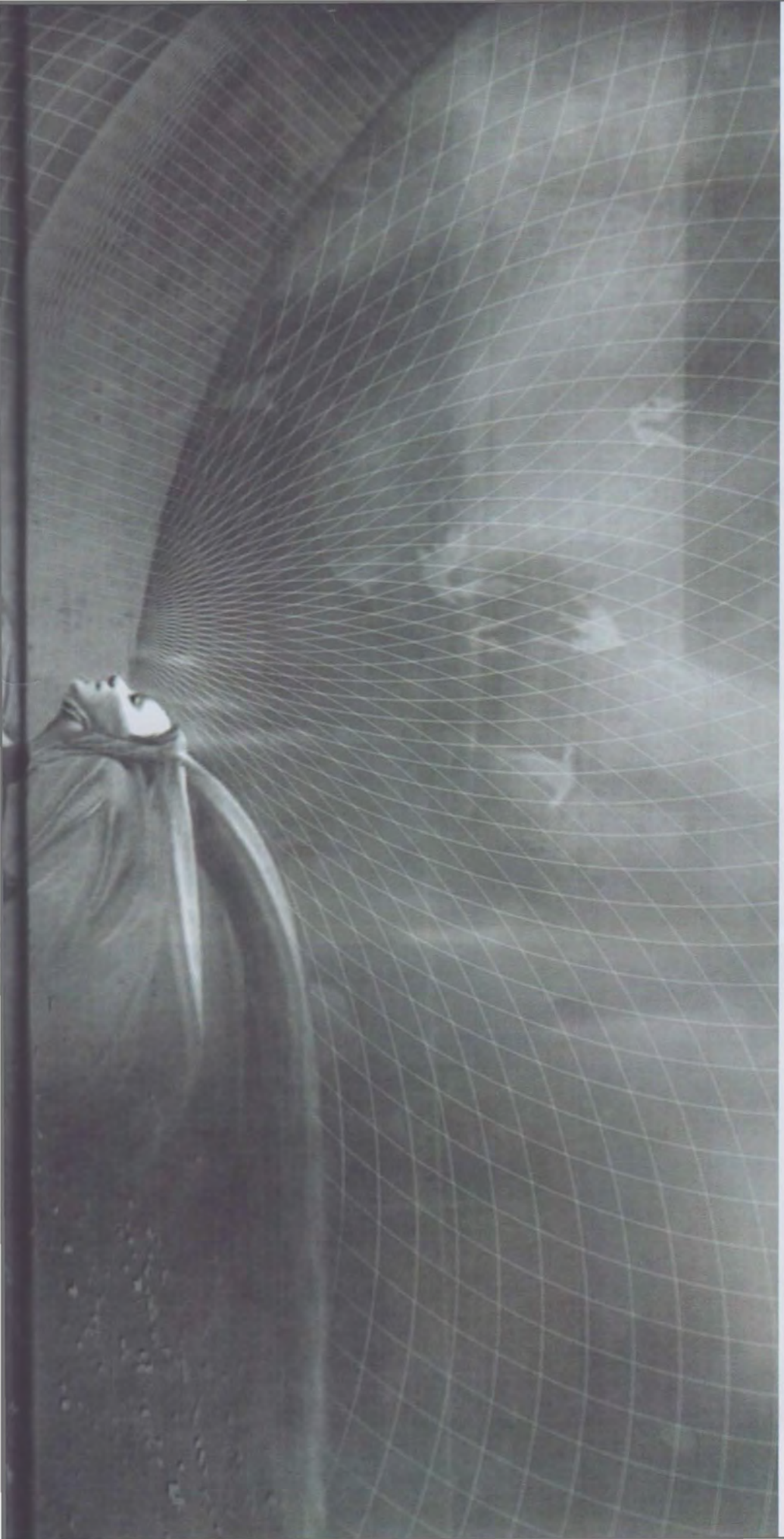
Yaşamak için karar vermek gerekmez, doğulur ve öyle devam edilir. Her ne kadar, nasılsa akıp gidiyor gibi görünse de yaşamın ilmek ilmek kararlarla dokunması gerekir ve ortaya çıkan "karar-bezemesi"ne geçmişin özeti denilir. Tabii ki bezemedeki kararlar her zaman basit olmayabilir. Kimi zaman iki ucu keskin bıçak gibi, kimi zaman birbirinden ayrı uçta konular arasında kararsızlık yaşanabilirken hemen her zaman esas sorun sonucun ne olacağını bilememektir. Günümüzün varlığı tartışmalı gündemi özgür irade; ortaya çıkacak sonucu bilmeden ne kadar özgür ve ne kadar irade olabilir ki? Oysa "karar vermek" edimi kategorik olarak özgür iradenin ürünüdür.

Size önce kararsız bir şairden söz edeyim. Şair Tannhäuser, fantastik dünyada uhrevi aşk ile dünyevi aşk arasında karar vermek zorundadır.* Söz konusu olan para, mal, mülk değil, bedensel aşk ile ulvi aşk arasında seçim



© SUZAN ARMAĞAN

* Tannhäuser, 2 perdelik opera. Beste ve Libretto: R. Wagner, 1845.



yapma zorunluluğudur. Bu pek de özgür iradeye bırakılabilecek bir karar değildir, ne de olsa mubah ile günah arasında kararsızlık hiçbir zaman kabul edilebilir bir durum olmamıştır. Üstelik Tannhäuser bir an önce karar vermezse şair arkadaşları onun aforoz ve hatta linç etmek üzeredir. Nitekim kararsızlığı uzayıp kararı gecikince aforoz edilir, linç edilmek üzereyken pişmanlığını ilan eder. Ama bu kararında da geç kaldığı için onu ancak inançlı sevgilisi Elisabeth'in kendisini kurban etmesi kurtarabilecektir. Elisabeth'in bir an bile düşünmeden verdiği kararı bir yanda kendi yaşamına mal olurken, diğer yanda Tannhäuser'i yalnızlığa mahkûm etmiş olur. Oysa Tannhäuser biraz daha hızlı karar verebilseydi, kolayca öngörebileceği üzere aforoz edilmeyecekti ya da dünyevi hayatta inzivaya çekilecekti. Yani öyle ya da böyle aklını başına daha tez toplayabilseydi Elisabeth'i yaşıyor olacaktı. Kararlarının olası sonuçlarını öngöremediği gibi kararsızlığının da olası sonuçlarını tahmin edememiş, zamanın gücüne yenik düşmüştü.

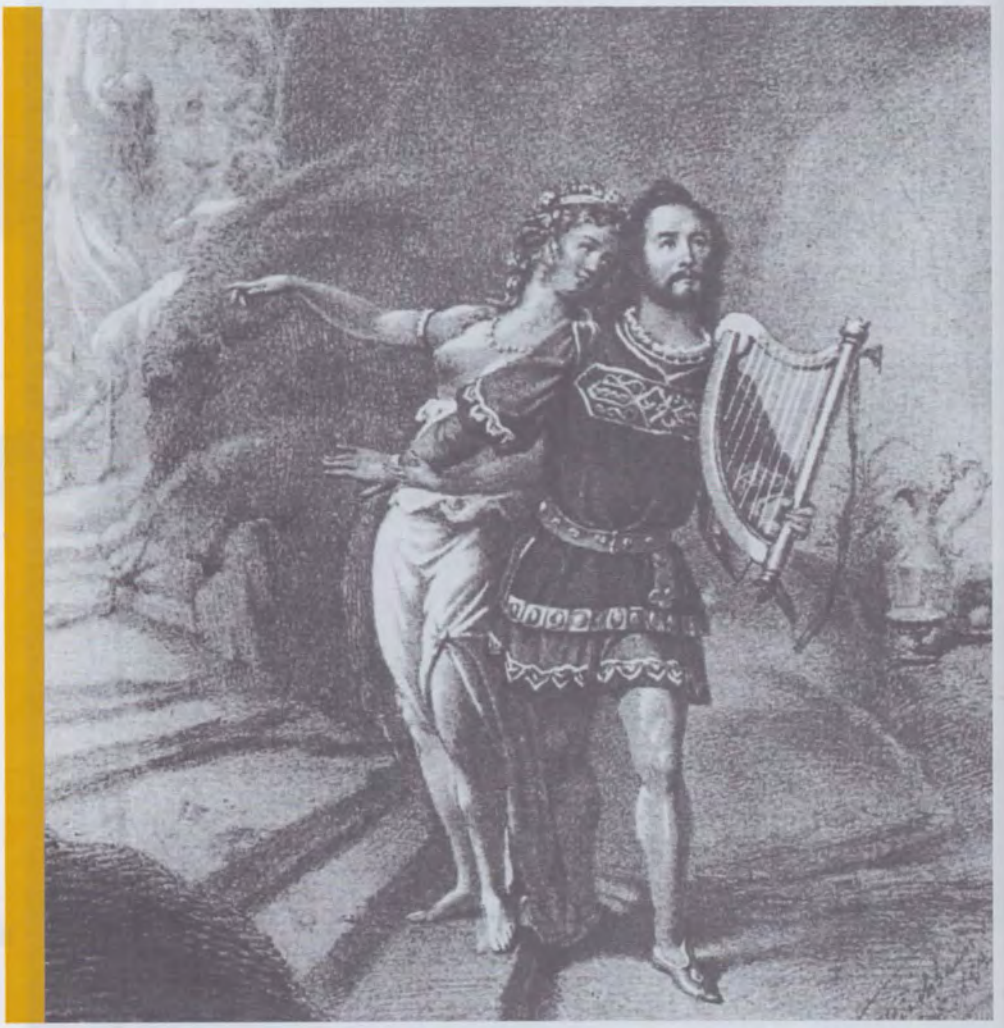
Bir diğer örnek pastoral yaşamdan. Okuma yazması olan akıllı köylü kızı Adina, teorik olarak varlıklı biriyle evlenmek istemektedir.* Köyün kanunu, mahallenin baskısı bu şekildedir; ne de olsa aşk karın doyurmaz. Öte yandan para ve güç de şefkat ve sevgiyi garanti etmez. Nispeten varlıklı ve güçlü çavuş Belcore ile parası pulu olmaması bir yana okuma yazması bile olmayan genç köylü Nemorino arasında kararsız kalmak kırsalda pek mantıklı gözükmese de gönül ağırlığını, özgür irade varlığını ortaya koyunca karar çıkar. Adina, nicedir gönlünü kazanmış olan yakışıklı Nemorino'yu tercih eder. Zaten de karar vermesi zorunludur çünkü zaman dardır, çavuş birliğine dönmek zorundadır; ya hemen ya hiç! Çavuşun acil durumu olmasaydı Adina bir karar verebilir miydi? Ya da "özgür irade kararı" bu yönde mi olurdu? Paranın, askerlik şan ve şöhretinin baskısı "özgür aşk" iradesine galebe çalmaz mıydı? Adina'nın kararının nedeni içerikten çok zaman baskısıydı.

Son olarak birbirinden tamamıyla farklı iki alanda, politika-aşk ikileminde kararsızlığın nelere mal olabileceğine göz atalım. Fransız İhtilali arifesinde, bir konağın uşağı Carlo

* Aşk İksiri, 2 perdelik opera. Beste: G. Donizetti, Libretto: F. Romani, 1832.

Gérard, kontesin kızı Maddalena'ya gönlünü kaptırmıştır. Maddalena ise şair Andrea Chénier'ye âşık olur. Gel zaman git zaman güçlü bir ihtilalci haline gelen Gérard'ın, tam anlamıyla ihtilale katılmayan ve bir de üstüne dehşetli kıskandığı Chénier'yi giyotine göndermekle onun canını kurtarmak arasında bir karar vermesi gerekir. Bir yanda kıskançlıkla öç almak, öte yanda haksızlık yapmamak arasında gider gelir. "Bir zamanlar aristokratlar efendim idi, şimdi ise efendim nefret, öç, yalan ve ölüm oldu" diyerek, karşısında sabırsızlıkla dikilen devrim muhafızlarından birinin acele ettirmesiyle hızla karar verir ve Chénier'nin ölüm fermanını imzalar. Az sonra gelen Maddalena ona Chénier'yi kurtarması için yalvarınca "özgür iradesiyle" ve acilen aksi yönde bir karar daha vermesi şart olur ama Chénier'yi mahkemede aklama girişimi de başarılı olmayınca bu sefer zaman baskısı altında son bir karar daha vermek zorunda kalır. Sevgilisi Chénier ile birlikte giyotinde ölmek isteyen Maddalena'ya bu kararında yardımcı olma kararı! Hızla verilmiş kararlar silsilesiyle, kendi eliyle sevdiği kadının ölümüne destek olmak, bir insanın verebileceği en zor kararlardan biridir mutlaka.

Dar zamanda karar almak demek, özgür iradeyi "zaman"a kaptırmak demektir.





Kaynakça

Aydın O'Dwyer, P., Tannhäuser ve Seçimi. Opus 4, 2012.

Aydın O'Dwyer, P., Her Derde Deva Aşk İksiri. http://www.sanattanyansimalar.com/yazarlar/pinar-aydin-o-dwyer/her-derde-deva-ask-iksiri/1608/ Erişim: 05.02.2018

Aydın O'Dwyer, P., Andrea Chénier: Daha Muhteşem Yılbaşı Hediyesi Olamaz! https://www.sanattanyansimalar.com/yazarlar/pinar-aydin-o-dwyer/andrea-chenier-daha-muhtesem-yilbasi-hediyesi-olamaz/2913/ Erişim: 02 Ocak 2023

NİHAN KAYA

Yazdığı ilk satırlardan bugüne çoksatan listelerini altüst eden; *İyi Aile Yoktur, İyi Toplum Yoktur* ve *Bütün Çocuklar İyidir*'in yazarı Nihan Kaya artık Okuyan Us'ta!



"Her neremizden sevilmediysek, onaylanmadıysak orası Aşil topuğumuz.

Hikâye bu kadar basit aslında."

okuyan us

Kararsız bir buluşma...



Gürol TONBUL

"Nereye gideceğinden habersizdi sözcükler
Bir o kadar kararsız..."

Oyun yazmak sorun değil ama oynanmazsa neye yarar? Tiyatro ancak sahnede yaşar.



Her zaman geldiğim kahve sessizdi. O, bir köşede kararsız bakışlarla oturuyordu. Ürkek bakışlarıyla buluştuğum anda, kararlı bir biçimde "Merhaba" dedim oyun yazarı Gogol'e... Belli belirsiz başını salladı ama merhaba demedi. Masanın üstündeki boş kâğıtlara baktı ve neden sonra bana döndü: "Arkadaşım Pogodin'e uzun zamandır mektup yazamıyorum. Aklım fikrim bir komedya yazmakta. Moskova'da, yolda, bu kafeteryada bu iş kafamdan çıkmıyor. Konu hazır, adını bile buldum. Ama yazıp yazmama konusunda kararsızım. Size bu nedenle merhaba bile diyemedim, bağışlayın."

-Rica ederim efendim. Konusu ne acaba?

-Çok güldürücü, çok alaycı bir konu ama kalemim kâğıdın üstünde yürümüyor bir türlü. Bazen farkında olmadan bir şeyler yazıyorum ama sansür aklıma geliyor, bırakıyorum.

-Aman efendim, sizde sansür mü var? Bizim böyle bir derdimiz olmadığı, fikir özgürlüğümüz olduğu için sizi hemen anlayamadım ama neyse...

-Öyle mi? Hangi ülkede yaşadığınızı merak ettim. Ama yine de öyle demeyin... Bir duyarlarsa... Oyun yazmak sorun değil ama oynanmazsa neye yarar? Tiyatro ancak sahnede yaşar.

Sessizce başımı salladım. Hangi ülkeden olduğumu söyleyecektim ama vazgeçtim. Belli ki inanmayacaktı!

-Şimdi artık suya sabuna dokunmayan bir metin yazmak istiyorum. Öyle bir konu bulmalıyım ki, mahalle polisi bile kuşkulanmasın.

-Aman efendim yapmayın, gerçeklerden uzak, ironisi olmayan bir komedi neye yarar ki?

-Bir seçim yapmalıyım, karar vermeliyim değil mi? Size neden anlatıyorum bunları. Oysa tanışmadık sizinle... Adım Gogol; gök rengi demek...

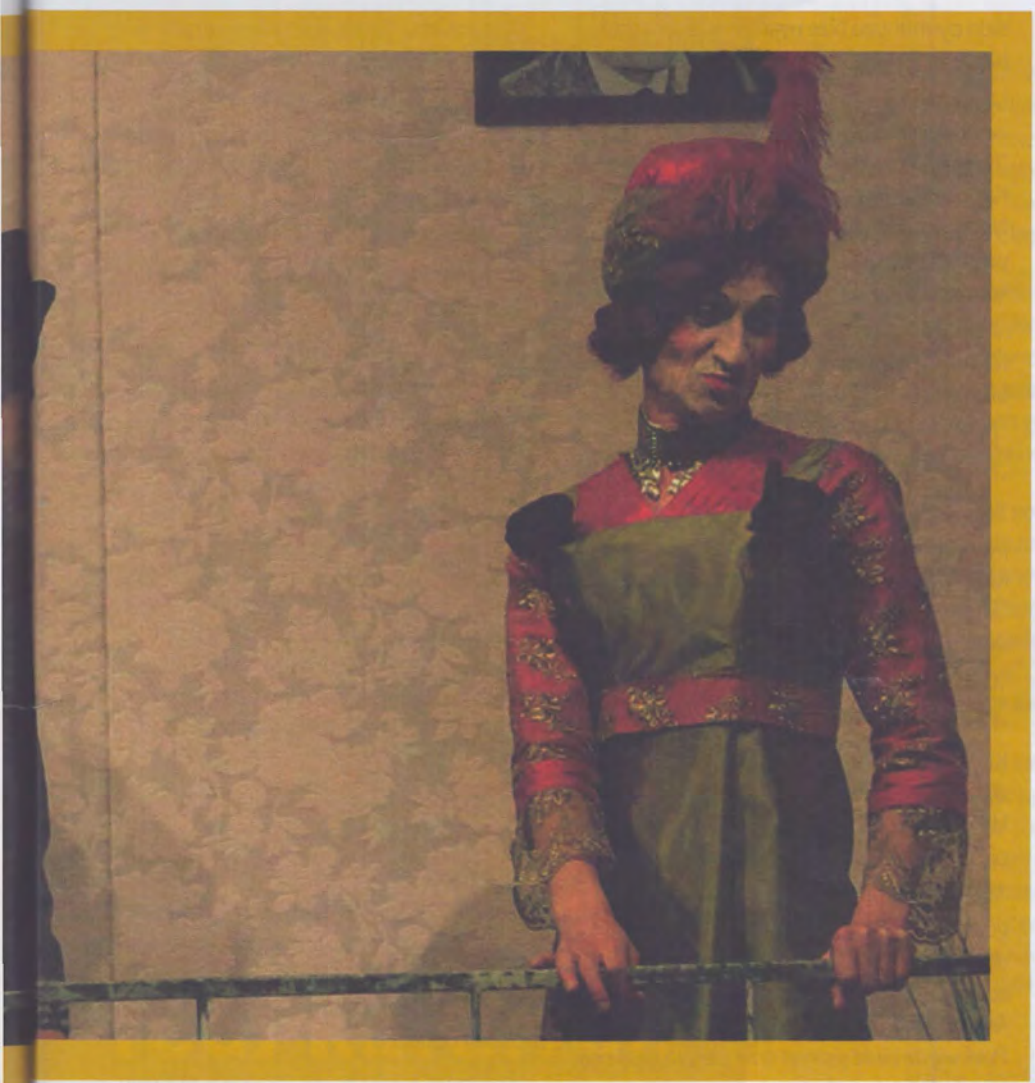
-Memnun oldum Bay Gogol. Ben de (...). Sizin satırlarınızın hayranıyım. Hele "Ölü Canlar" romanınıza...

Çok mutlu oldu... Bakışlarımızla anlaştık sanki... Önündeki kahvesinden bir yudum alarak, ayağa kalkıp hızla uzaklaştı yanımdan ve karlar içinde kayboldu...



***

Öyle ya, hayatta karar vermek, seçim yapmak önemliydi. Mutlaka siyasal anlamda olması gerekmiyordu. Tersine, günlük yaşamda özel tercihlerde bulunma, karar vermek de önemliydi. "*Akıllı seçim var, salakça seçim var, zor seçim var, kolay seçim var, sevinç veren seçim var, bıktıran seçim var, iyi seçim var, kötü seçim var, kılı kırk yararak seçmek var, aman bana ne, diyerek seçmek var. Seçmek karar vermektir*" diyen Yalçın Doğan'ın sözleri yankılandı beynimin kulvarlarında. Gogol de var olan konular arasından birini diğerlerinden üstün tutacak, yazacaktı. Seçmenin, büyük bir sorumluluk üstlenmek olduğunu düşünen ve derin düşüncelere dalan Gogol çoktan gözden yitmişti. Bağırdım ama geç kalmıştım; duymazdı.



-Yarın bir konuyu seçin ve yazmaya karar verin ama... Lütfen!

***

Ertesi gün yine kahvede, aynı masada buldum Gogol'ü... Uykusuzluktan kızaran gözlerini kaçırdı benden ve önüme bir dosya bıraktı.

-"Talipler" koymuştum adını ama sonra vazgeçtim. "Bir Evlenme" oldu adı. Rus âdetlerinin ve kişilerinin komedyası bu. Tüccar ve memur sınıfının aile yaşamını anlatmak istedim. Böylece aynı toplumun iki yüzünü göstermek istedim.

-Harika, diyebildim. Sustuk...

-Okumayacak mısın?

-Elbette okurum.

-Şeyy... Bu da oyunum hakkında çıkan ilk eleştiri. Lütfen bunu da okuyun, dedi ve yine karların üstünde ayak izlerine basarak kayboldu.

***

Masanın üstüne bıraktığı, özenle kesilen gazete parçasına takıldı gözüm. Rusya'nın en büyük eleştirmeni Belinski'nin imzasını taşıyordu.

"Gogol'ün yarattığı Patkolyosin, herkesin yönetebileceği zayıf ve kararsız bir adam değil. Onun kararsızlığı özellikle *evlenme sorununda kendini gösterir. O evlenmeye can atıyor ama bu işe girmeye cesareti yok. Evliliği gerçekleştirmeye sıra gelince de korkuyor."*

Merakla oyunu okumaya başladım. Gogol'ün iri ve kaygılı bakan gözleri geldi önüme... Gökyüzünden dökülen yıldız tozları sardı dört bir yanımı...

"Patkolyosin: İnsan yalnız başına, işsiz güçsüz kalıp da düşünmeye başladı mı, artık evlenmek gerektiği kanısına kapılıyor. Tanrı cezasını versin. Bu evlenme insanın başına ne işler açıyor? Yoo yoo sanıldığı gibi bu iş o kadar kolay değil.

Fekla (Çöpçatan)*: Üç aydır sizi evlendirmek için buraya gelip gidiyorum. Sizse piponuzu tüttürmekten başka bir şey yapmıyorsunuz.*

Patkolyosin: Ne sanıyorsun ya? Evlenmek bu. Getirin çizmelerimi deyip sokağa çıkmaya benzer mi? Biraz düşünmek, gidip görmek lazım.

Fekla: Peki, öyle olsun. Ama bir an önce karar verin.

Koçkarev: Ne oluyor burada? Bu, buradaysa ne işler döndüğünü herkes bilir. Ee söyle bakalım, kim bu kız? *Soylu mu, memur kızı mı, tüccar kızı mı? Adı ne? Bu evlilik işini bana bırakın. Söyleyin adı ne?*

Fekla: Agafya Tihonovna.

Patkolyosin: Herhalde kırklık ihtiyar biridir.

Fekla: Yoo, hiç de değil. Onunla bir evlenirse gece gündüz bana dua edecek...

Patkolyosin: Peki malı mülkü?

Fekla: Malı mülkü mü? Geliri çok iyi. Onu görünce, *insanın içi gidiyor, ağzının suyu akıyor.* Kız bir içim *su. Pembe beyaz... Öyle tatlı ki..."*

***

-İlginç bir evlilik hikâyesi bu Bay Gogol. Hele kararsızlık üzerine yazdığınız Agafya tiradına bayıldım.

-Evet evet. Sonra bakarız o tirada, dedi Bay Gogol. Her şey benim paltomdan çıktı aslında, diye ekledi ve güldü. Uzun uzun hayatından söz etti sonra.

-Orta halli bir ailede dünyaya geldim. Şiir ve edebiyata hep ilgi duydum. Petersburg önemliydi benim için çünkü orada memur oldum. Çok düşüktü maaşı, bir yıl çalıştım, sonra karar verdim ve ayrıldım. Öyküler, oyunlar yazdım. Günlük hayatı ve orada koşturan kişileri zaman zaman mizahi, zaman zaman öfkeli kaleme aldım. Puşkin'i hep sevdim, o da beni sevdi. Siz oyunumu sevdiniz mi?

-Evet, sevdim. Çöpçatan Fekla'nın Agafya

için adaylar bulması pek güzel, pek komik... Hele bu evlilik komedisi altında, çöken soylular sınıfı ile yükselen burjuva sınıfının çatışmasını pek eğlenceli anlatmışsınız.

"Fekla: Kaçırmayın derim. Tüccar kızı ama paşalara layık. Kocam olacak adam yakışıklı olmasın ama soylu olsun diyor. O kadar ince ruhlu...

Patkolyosin: Bu kadar soruyorum çünkü ben de müdürüm ne de olsa...

Fekla: Bence elini çabuk tut. Bak, saçına kırlar düşmeye başlamış. Müdürmüş... Amma da laf. Kıza kısmet çok... O vakit senin yüzüne mi bakacak..."

-Koçkarev karakterini nasıl buldunuz?

-Bence çok güzel. Çünkü çöpçatanlığa onun soyunması ilginç bir boyut katmış oyuna. Hele onun Patkolyosin için sarf ettiği, mendebur, çirkef herif lafları... *"Efendi, evlenmeye karar verdin. Akıllıca davrandın ama birdenbire, ortada bir neden yokken, aptalcasına, hıyarcasına, eşekçesine yaklaşımlarda bulunman..."*

-Ama Fekla, Koçkarev'e pabuç bırakmaz, bırakmamalı diye düşündüm ve Fekla'yı evlenecek kız Agafya'ya gönderdim.

-Evet, beş-altı talip yaratmışsınız Agafya'ya... Hepsi de soylu kişiler!

Gogol'ün kaşları çatıldı. Ne düşündüğümü görmek için bakışlarıyla beni süzdü. Başını öne eğdi, sanki benden görüşümü istiyordu. Kırışmış alın ve kederli bir ifadeyle tekrar baktı ve sabırsız bir puflama sesi çıkardı. Karar verdim, başladım konuşmaya:

-İnanın, Fekla'nın koca adaylarını saydığı o bölümü de beğendim. İlki Baltazar Baltazaroviç, donanmada çalışan kişiydi. İvan Pavloviç mümeyyiz ve cakalı olandı değil mi? Nikanor İvanoviç nazik adamdı, hatırladım; ve Fransızca biliyordu değil mi? Akinf Stepanoviç ise memurdu galiba...

Gogol, "galiba" sözcüğüme takıldı. Ayaklarını sürümeye başladı döşemede... Gacır gucur sesler çıkaran ayaklarına göz dikti ve yüzünü hafifçe buruşturarak başını iki yana salladı.

-Taliplerin birer birer Agafya'nın evine gelmesi güzel olmamış mı?

-Şeyyy... Güzel tabii. Hımmm... (Boğazımı temizler gibi öksürdüm) Bizim "Yedi Kocalı Hürmüz" oyununa benziyor bu durum ya da sizin oyununuzu bize uyarlamışlar gibi geldi bana...

Lafı dolandırmak, söze "Şeyyy" diye başlamak kararsızlığın en büyük belirtisiydi. Hele hele "hımmm" sesini çıkarıp boğazını temizlemek.. Kararsızlığımın en büyük işareti olabilirdi. Ne yapacağımı bilemedim.... Gogol, kendi yarattığı oyun karakteri Patkolyosin gibi konuştu:

-Açık açık konuşmam gerekirse bu durum hiç hoşuma gitmedi. Üstelik Fransızca da bilmiyorsunuz.

-Bu da nereden çıktı sayın Gogol?

-Neyse neyse, diye geçiştirdi beni.

Tekrar cesaretimi topladım. Bu arada parmaklarımı çıtlatmış, elimde tuttuğum kâğıda bir şeyler karalamaya başlamıştım. "Efendim, Agafya'nın tiradına gelebilir miyiz?" dedim kısık bir sesle.

-Oynamaya başla o zaman, dedi.

-Ben mi?

Kararlı bir biçimde başını salladı... Ben de olduğum yerde sallanmaya başladım. Sanırsın ki Karadeniz'de fırtınaya tutuldum. Heyecanla okumaya başladım:

"Agafya: Aman Tanrım... Karar vermek ne güç şeymiş... Bir kişi iki kişi olsa neyse... Tam dört kişi. Gel birini seç. Nikanor İvanoviç biraz zayıf ama hiç de fena değil. İvan Kuzmiç de fena değil. Açık konuşmak gerekirse, İvan Pavloviç de biraz şişman ama pekâlâ gösterişli bir erkek. Söyleyin bana ne yapayım? Baltazar Baltazaroviç de değerli bir adam. Ahh, ne zor şey karar vermek... Anlatamamm. Nikanor İvanoviç'in dudaklarını, İvan Kuzmiç'in burnunu alsak... Baltazar Baltazaroviç'in halini tavrını. Bunun üzerine de İvan Pavloviç'in gösterişini katsak, o zaman karar vermek ne kolay olurdu. Oysa şimdi düşün düşün... Vallahi başıma ağrılar girdi. Bence en iyisi ad çekmek... İşi kısmete bırakmalı... Kim çıkarsa o kocam olsun. Adlarını birer kâğıda yazarım, sonra kâğıtları kaparım. Kısmetim kimse belli olur. (Makasla kâğıtları keser, katlar, bunları yaparken konuşur) Ah bu ne talihsizlik! Hele âşık olan kızlar için. Aman ne olursa olsun. (Kâğıtları çantaya atar) Ahh, keşke Nikanor İvanoviç çıksa... Ama o ne diye olsun? İvan Kuzmiç de iyi. Ama ötekiler'in kusuru ne? Hayır, kim çıkarsa o olsun. (Eliyle karıştırır, çantadan hepsini çıkarır) Aaaa hepsi birden çıktı. Kalbim çarpıyor ama olmaz. Yalnız bir tane çekmem lazım. Ahh Baltazar çıksa... Yok canım... Nikanor İvanoviç çıksa... Hayır istemiyorum, kısmetim neyse o çıksın...

Koçkarev: Bence İvan Kuzmiç'te karar kılın. Hepsinden iyisi...

Agafya: Ahhh! (İki eliyle yüzünü kapatır)

Koçkarev: Ne var korkacak canım? İvan Kuzmiç ile evlenirseniz daha iyi olur.

Agafya: Ya Nikanor İvanoviç... O da pekâlâ iyi bir adam.

Koçkarev: Tövbe tövbe. O, İvan Kuzmiç'in tırnağı bile olamaz"

***

Gogol hafifçe geriye çekildi. Soru soracaktım durdurdu. Kalemini, not defterini çıkardı, final seçeneklerini yüksek sesle tekrarlayıp yazmaya başladı. Susmamı istedi. Göğüste nefes alıp verişi sıklaşmıştı. Karar verme durumunu bile geçiştirdi, yine hızla ayağa kalktı.

-Yürüyüşe çıkmam, kafamı toparlamam gerek. Başka bir buluşmada size finali ben okurum. Belki finali değiştiririm.

-Kısa zamanda bitirir misiniz?

Hızla masaya döndü, bir bardak votkayı çölde kalan biri gibi hızlıca içti. Kararlı adımlarla kardan bembeyaz olmuş yola attı kendini; ve birden döndü:

-Buluşmalarımızdan kimseye söz etmeyin, olur mu?

***

Durup düşündüm. Bütün bu olup bitenleri anlatsam, yazsam... Gogol'le buluştum desem... Kimse inanmazdı.

Kararsız kaldım...

Karar verecektim, olayı akışına bıraktım...

Kararlı bir açıklama

Oyun alıntıları "Gogol-Bir Evlenme Teklifi" oyunundan alınmıştır.

Beden tavırlarını tanımlayan cümlelere Angela Ackerman'ın "Duygular" kitabındaki kararsızlık bölümü yön vermiştir.

Bu yazıya Gogol'ün "Ahh, ne kadar iğrenç şu gerçeklik denilen şey; düşlere neden hiç uymuyordu sanki" cümlesi rehberlik etmiştir.



Yedi karar/sız



Haydar ERGÜLEN

1 kararsız kendini yukarıya mı atsın, aşağıya mı? Yukarıya atsa kaybolacak, aşağıya atsa parçalanacak. Bundan daha fazla ne olabilirim, nereye çıkabilirim ki diyor, haklı, ama bu saatten sonra, buradan aşağıya da inemem diyor, bence değil ama sanırım kendince haklı, keşke 2 olsaydım diye geçiriyor aklından, hiç olmazsa ulaşacak bir yerim olurdu...

2 kararlı görünse de bakmayın, kendisinin aldığı bir karar değil bu. Hatırlıyorum 1 olmaya gözünü dikmişken, olamadığı için teselli babından söylenen "asıl ikinciler birincidir" sözünü sanki kurucu liderin atasözüymüş gibi benimsemesiyle, *İkinci Adam* konumuna geçmesi bir oldu! İkincinin derdi de budur, niye birinci olamadığını düşünüp durur, olsa mı iyiydi yoksa şimdiki yeri mi?

3 kararsızlık konusunda en rahatı olabilir mi? Tanrı'nın hakkı 3'ten başlayıp birinci kararım, buna yanarım, ikinci kararım, olmadı dönerim, üçüncü kararım, bozuldu ayarım diye diye Mevlevi dervişi gibi, semazen diyorlar onlara, dönüp dururken âlemleri, Bektaşi ve Hurufi de kesilebilir bir anda, "gâh çıkarım gökyüzüne"... Sonrası zaten var "gâh inerim yeryüzüne"... Kararsızlık karar olmuş 3'te!

4 ilk bakışta karar, hep karar, tam karar, dört dörtlük karar hissini ziyadesiyle uyandırıyor. Bu kadar sağlam görününce de bizcileyin fanileri bir şüphedir kemiriyor! Nasıl kemirmesin çekirge, bu kadar kararlı olmak ancak "tek adam"lara özgü de ondan! Tamam dört çift sayı, kapı gibi kararlı görünüyor görünmesine de belki de en çok kararsızlar da böylelerinden çıkıyordur! Oysa tek adam tek sayı, felsefesi: "Söz bir, Allah bir!" Böyle diyor ama eliyle de dört işareti yapıyor ve onlar rabia diyor buna, biz bir şey demiyoruz!

5 galiba kararlılık-kararsızlık hususunda en çok başvurulan eserlerden biri. Sayı da bir eser değil midir? Seçici kurullar 3, 5, 7 üyeden oluşur, çoğunlukla da 5 üyeden, bir karara varılsın, çoğunluk sağlansın diye. 5 bu nedenle Yedi Kararsız bahsinde tam ortada ve çok iyi durur! 2-3 ya da 3-2 tam bir kararsızlık sonucu ama 1-4 öyle mi ya?

6 çocukken karar kıldığım bir sayı. İlkokul numaram ki beşi onunla bitirmiştim, hâlâ aklımda, 736, ortaokul numaram da öyle, isterseniz söyleyim, 388! Nerdeyse 50 yıl filan 6'yla gezdim, sonra yaşım kemale ermiş olmalı ki kararsızlık yoluna geçtim ve "kedidir kedi" şarkısından mülhem "yedidir yedi" demeyi seçtim! 6 fazla "konformist" geldi bana, baksanıza zaten koltuk gibi! İnsan bırakın kararsız olmayı bunca rahatlık içinde kararlı bile olamaz! Olabilir mi?

7 İşte benim kararsızlığım, ne zaman bir şeye, yazıya, konuya karar veremesem hemen bir 7 kondurur, 1, 2, 3 derken kapıyı aralar, yediyi yarılar, hepsini uğurlarım!

1, 2, 3, 4, 5, 6 hepinize uğurlar olsun, her türlü karar ve kararsızlığınızda 7 yardımcınız olsun!

PSİKİYATRİ ÖĞRETİMİ İLE İLGİLİ ULUSLARARASI DENEYİMLERİ BİR ARAYA GETİREN ÖNEMLİ YAPIT!

ART YAYINCILIK SUNAR.

www.psikeart.com



"Psikesinema ve Tiyatro"

26 Ocak 2024
Cuma, Saat
18.30-21.00
YER: Akbank Sanat
Taksim - İstanbul

psikeart psikesinema
akbank sanat
Taksim - İstanbul

FİLM HAKKINDA:
- Tamer Aker
- Nilay Erdönmez



GÖSTERİLECEK FİLM:
"Elephant Man" (1980)
Yönetmen
David Lynch



Etkinlik ücretsizdir.
Kayıt, Akbank Sanat web sitesinden yapılabilir.

"Psikesinema ve Tiyatro"

19 Ocak 2024
Cuma, Saat
18.30-21.00
YER: Akbank Sanat
Taksim - İstanbul

psikeart psikesinema
akbank sanat
Taksim - İstanbul

FİLM HAKKINDA:
- Hakan Karaş
- Haydar Ergülen



GÖSTERİLECEK FİLM:
"Amarcord" (1963)
Yönetmen
Federico Fellini



Etkinlik ücretsizdir.
Kayıt, Akbank Sanat web sitesinden yapılabilir.



"Psikesinema ve Tiyatro"

2 Şubat 2024
Cuma, Saat
18.30-21.00
YER: Akbank Sanat
Taksim - İstanbul

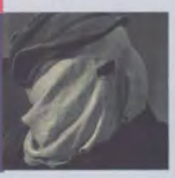
psikeart psikesinema
akbank sanat

PANEL:
"Oyuncunun Hikayesi"





Oturum Başkanı: Efe Ersoy
- To be or not to be (Olmak ya da Olmamak, 1942) Filmine Bakış / **Efe ERSOY**
- Charade (Öldüren Şüphe, 1963) Filmine Bakış / **Tunç ŞAHİN**
- Amarcord (1973) Filmine Bakış / **Emine Zinnur KILIÇ**
- Elephant Man / Fil Adam (1984) Filmine Bakış / **Taner Yılmaz**



Etkinlik ücretsizdir. Kayıt, Akbank Sanat web sitesinden yapılabilir.

DERGİ EDİNMEK İÇİN
ONLINE ADRESİMİZ



psikeart

www.psikeart.com