



VAROLUŞÇU PROJELER I

Editör: Şeyma Keçeli
Kasım 2024



İÇİNDEKİLER

1. Felsefi Bir Hayat Yaşamak; Deneyimlerini Ciddiye Almaktır
Gökçe Naz Kamar
2. Bir Odada İki Kişi
Ege Erim
3. Heidegger, Kierkegaard ve Sartre Felsefesinde Ölüm Kavramı
Ayşe Tuğrul
4. Varoluşçu Bir Bakış Açısından Pişmanlık
Alkım Göktaş
5. Varoluşçuluk ve Kuir: Cinsiyet Üzerine İmkansız (?) Sohbetler
Alp Kemaloğlu
6. Simone de Beauvoir’da Annelik ve Kadınlık: Mandarinler’in Varoluşçu Bir Okuması
Tuğçe Yasin
7. Dünyada Oluşun Temel Koşulu Bedeni Duymazsak
Sena Dönmez
8. Çocuk Psikoterapisini Fenomenolojik Bir Yaklaşımla Düşünmek
Senem Kara
9. İş Dünyasında “Var Olmak”: Varoluşçu Tutum Kazanma
Yeliz Bulut
10. Anlam Odaklı Proje Geliştirme
M. Mahir Namur
11. Varoluşçuluk ile Sinemanın Kesişim Alanları
Aslınur Sağsöz

FELSEFİ BİR HAYAT YAŞAMAK; DENEYİMLERİNİ CİDDİYE ALMAKTIR

GÖKÇE NAZ KAMAR

*Heidegger'e göre şu an dışında bir şey yoktur.
Geçmişe bakıp, "Bu benim" diyorsam, o da bu andadır.
Andan başka hiçbir şey yoktur elimizde.*

Fotoğrafçı Jitka Hanzlova "Geleceği görmek için geriye gidiyorum." demiş. Kierkegaard da "Hayat yalnızca geriye doğru anlaşılabilir ama ileriye doğru yaşanmalıdır." demiş. Heidegger, Hanzlova ve Kierkegaard bugün havalı bir üçüncü dalga kahvecide otursaydı ne konuşurdu merak ediyorum. Neler olurdu, bilmiyorum. Ama ben bugün üçünü zihnimde aynı masaya oturtup yazıyorum bu satırları. Geçmişimdeki her şey şu anda burada, geçmişte fotoğrafını çektiğim tüm anlar, bugün onları anlayıp geleceğe yeni rotalar çizmem için bu anın içinde. "O anda yaşadığımız her şey dasein.¹" demiştik eğitimde. Bugün burada, bu üç kişi ve daseinimleyiz. "Neden?" diye değil, "Nasıl?" diye soruyoruz.

Günlük hayatta varoluşçuluğa dair kendi bulduklarımı yazmaya karar verdiğimde aklımdan geçen cümleler şunlardı "Gerçekten mi?", "Daha havalı, ne bileyim şöyle faydalı olacak bir şeyler yazsaydın.", "Yani şimdi, kendi hikayen... O kadar da önemli mi gerçekten?" O yüzden de aylarca erteledim, son 1 aydır da debelendim yazmamak için. Yarım yamalak paragraflar, bitmemiş yazılar dağ gibi yığıldı. Sonra düşündüm, geriye baktım ve dedim ki "Kendi hikayemden başka neyi anlatabilirim ki?" Hayatta bir şeyleri hiçbir zaman okuyarak anlayamadım ben. O illa elime alıp bakacağım diyenler vardır ya, heh işte öyleydin ben. Okuduklarım bir şekilde ucundan kıyısından hayatımdaki deneyimlere bağlanmadıkça rahat etmedi, içime sinmedi bir şeyler. Ve varoluşçuluğa dair okuduklarımın deneyimlerimle bağlanmasına izin verdikçe taşlar yerine oturmaya başladı içimde. Bu projeyi günlük hayatta varoluşçulukla ilgili yazacağım dedim çünkü ben onu öyle anlayabildim. Okuyarak değil, yaşayarak öğrendim. O "günlük hayatta" diye ifade ettiğim şey benim günlük hayatımdı, bakkal Osman amcanınki değil. Temel Varoluşçu Analiz Eğitimi, tüm bu serüven, bütün bu felsefeciler benim deneyimimi, geçmişe, olaylara bakışımı etkiledi, ben bunları yaşadım ve hepsinin bana

¹ Dasein: Hayatımıza dair her şeyi kapsayan, bizi çevreleyen, her şeyiyle içinde yaşadığımız dünyanın tamamı.

dokunmasına, içime işlemesine izin verdim. Bunu olduğu gibi anlatmak için de kendime bir fırsat veriyorum bu yüzden. Burası, hikayemin önemli olduğunu kendime de anlattığım yer. Daha az yürünmüş yolu seçtiğim yer. Aklım hala seçmediğim o aşınmış yollarda. Ama seçim yapmak aklının hep biraz da seçmediklerinde kalacağını bilmek değil miydi zaten? Öyleydi.

Yaptığım işle her gün “Senin hikayen önemli.” diyorum ben birilerine. Hikayeleri rahat rahat yayılsın, nefes alsın, anlatılsın diye alan açıyorum onlara. Benim hikayem aman onlarınkine karışmasın, onlarınkini bölmesin diye, “Öfkeleniniz mi?” demek yerine “Siz ne yaşadınız?” diye sormak içimi rahatlattığı için fenomenolojiyi seviyorum. Yıllarca eksikliğini yaşadığım şeyi aradığım ve bulduğum için bunu böyle yapıyorum. O arayış kendi hikayemi sahiplenip onun değerini anlamaktan da geçiyor. Google’a yazıp bulmadım çünkü aradığım cevapları. Debelendim, zorlandım, yaşadım, içinden geçtim, baktım, bir daha baktım. Yıllar boyu kafamda benimle yaşayan seslere bir cevap veriyorum bu şekilde. “Ya o değil de bak, bana da bu olmuştu...” demiyorum başkasının hikayesine, benimkini anlatıyorum çünkü elimdeki bu. En iyi bildiğim, içinde yaşadığım, dokunduğum, hissettiğim, kokladığım, tadını damağımda hissettiğim hikaye bu. O yüzden bu hikaye önemli. Ve bu proje, bir proje ne kadar kişisel olabiliyorsa, o kadar kişisel.

“Üzerine düşünülmemiş hayat yaşamaya değer değildir.” demiş Sokrates. Yaşadığımız hiçbir şeyi boşuna yaşamıyoruz. Başımızın ağrısı, korktuğumuz şeylerin özellikleri, hepsi bize bir şeyler anlatıyor. Hepsi aslında bize bizi anlatıyor. İşte tam da bu yüzden, onların peşlerine düşüyoruz terapi odasında. Benim bu projede yazdıklarım da kendi hayatımda peşine düştüklerim, yolumda okuduğum işaretler, bana bir şeyler anlatmaya çalıştığını fark ettiğim şeyler üzerine. Bu yüzden değerliler.

Proje kelimesi; project’ten yani projekt etmekten, yansıtmaktan geliyor demiştik eğitimde. Geçmişten bugüne gönderdiklerimi ve orada bulduklarımı da yazıyorum. Bugün buradayım. Geçmişim ve ben oturmuş geleceğe bir şeyler fırlatıyoruz bugün.

1. Şey Pardon! Şöyle Pek de Var Olmadan, Kenardan Yaşayabiliyor Muyuz?

“Huuu huuu, sesim geliyor mu?”

İç sesim

Küçükken nasıl bir çocuktun diye sorsalar “utangaç” derdim. Net. İnsanlar ne istediğimi anlamak için zihnimi okusun isterdim. Anlamadıklarında, en ufak bir şeyde ağlardım. O kadar sık ağlardım ki, bazen neden bu kadar sık ağlıyorum diye kendime kızar, bir de ona ağlardım.

Üzldğmde de, kendimi anlatamadıgımı hissettiğimde de, zorlandıgımda da ağılardım. Yani ağlamam tek bir şeye işaret etmezdi. Bu yüzden ne ben kendimi anlayabilirdim, ne de insanlara anlatabilirdim. Zaman geçtikçe ailenin “Her şeye ağlayan, nazlı bebeğı” oluverdim. “Adını Naz koyduk, nazlı oldu.” dedikleri için Naz ismimi yıllarca kullanmak istemedim. Sınav kağıtlarımda dahi yazmadım. O ismimi yok saydım. Bana o isimle hitap etmeyi seçen insanlara hep sinir oldum. Sonra kelimeleri keşfettim. Öyle iletişim için kullandığımı varsayıyorsanız eğer, onu içine koymanız için şuradan bir parantez uzatayım size çünkü öyle olmadı. Kelimeleri yazmak için kullandım. Liseye gelene kadar yazdıklarımı kimseye okutmadım. Benden çıkan bir şeyi insanların bilmesine ne gerek vardı çünkü? Duygularım, düşüncelerim hep bende kalmalıydı. Çünkü, insanlar ne düşünürdü? Resim çizdim, boyadım, kestim, yapıştırdım. Bende kalacaklardı madem bütün o düşünceler, duygular, kağıda aktarayım dedim, nasıl olsa sadece ben anlarım dillerinden.

“Utangaç” kocaman bir kelime ama benimkinin içinde şunlar da vardı; Bir grup insanın içinde duygularımdan bahsetmek, gözlerimi “Acaba herkes kapattı mı?” diye düşünmeden kapatmak, dans etmek, şarkı söylemek, yazdığım bir şeyleri insanlarla paylaşmak, kısacası bana ait herhangi bir şeyi ortaya koymak hep çekindiğim şeylerdi. Olmaya dair ne varsa ben tam tersinde duruyordum. Ya da oluyordum ama gizli kapaklı diyelim işte. Bir şeyler vardı bana dair ama ben dışarıya yokmuş gibi gösteriyordum. Deneyimlerimi sahiplenmek falan şöyle dursun, orada olduklarını bile görmezden geliyordum. “Bakmıyorum bakmıyorum sen yaşa işte.” diyordum sanki kendime. Ben bir ismimi, bana ait bir parçayı bile açık açık görmezden geliyordum zaten, bunlar neydi ki?

Tüm bunlar olurken, hayatımdaki başka başka bir sürü şeyin suçlusu da tabii ki benden başka herkeşti. Benden çıkan kelimelere, duygulara bile “Bunlar benim” diyemiyordum ki ben, seçimlerimi nasıl sahiplenecektim? Ailem beni yanlış okula göndermişti mesela. Oysa geriye dönüp bütün katmanları kaldırdığınızda, en alttan benim tercihim parıl parıl parlıyordu aslında. Ama işte, kaldırmıyordum katmanları. Suçlusu onlardı, çünkü ben öyle diyordum. Sonra, aradan belki de milyonlarca göremeyip es geçtiğim ve onlarca da fark edip yakaladığım işaret geçti. Hayat bana anlatmaya çalıştı, ben hazır olunca gördüm, hazır hissedince bir adım attım. Her şey bir adımla başladı. Önce yazdıklarımı paylaştım, dedim ki “Hepimizin duyguları var.”. Sonra dedim ki “Benim bunları yaşamaya, anlatmaya ihtiyacım var.”. Paylaştım. Gruplarda, terapide, arkadaş sohbetlerinde. Benden çıkanla kalmayı öğrendim. Benden çıkanı anlamayı öğrendim. Sonrası kendiliğinden geldi. Kendimle temas ettikçe, içimde olanla rahat hissettikçe, öfke benim öfkem, sevinç benim sevincim dedikçe kalabalıklarda gözümü kapatmaktan korkmadım, çünkü içerde ben vardım. Çizdiklerime ses verdim, her bir resmime birer isim

verdim, hepsine imza attım. Çünkü onlar anonim değildi, onları ben yapmıştım. Hepsini sahiplendim. Sonra yavaş yavaş sesimi çıkartmaya başladım. Yirmili yaşlarımda, çok sesli bir koroda şarkı söylemeye başladım. Bu noktada zihninizde nasıl bir şey canlanır bilmem ama o utangaç kız çocuğunun aniden gökten inen bir özgüven bulutuyla kutsanıp sahneleri süslemediğini belirtmek isterim. Koroda şarkı söylüyordum, benimle birlikte bir sürü insanla. Nota okumayı bilmiyor, kayıtlardan çalışıyor, başkalarından ses alıyor, tamamen uyumlanarak şarkı söylüyordum ben. Birlikte söylerken her şey iyiydi de, şefimiz “Senden tek duyalım.” dediği an sesim içime kaçtı, aylarca ve defalarca. Kolluklarımdan kurtulmam zaman aldı. Solo bölümler söylemem gerekebileceği için yarışma korosu seçmelerine asla girmem dedim. Şefimiz “Adını yazdır.” dedi, yazdırdım. “Notalarını al.” dedi, aldım. Nota okumayı bilmeyişim yalnızca ufak bir detaydı. Fark ettim ki çevremdeki insanlar bir şeyleri yapabileceğime dair bana benden daha fazla inanıyordu. Madem öyle, ben de biraz şans vereyim kendime dedim. Upuzun olan şarkının -nasıl olsa hepsini söyletmez diye düşünerek- sadece ilk yarısına çalıştım. Sıra bana gelene kadar vazgeçmeyi düşündüm. Sıra bana geldi, içeri girdim, şefimiz heyecanlı olduğumu bildiğinden kısa bir muhabbet açtı “Şey ya, sen hangi ismini kullanıyordun?” diye sordu. “İkisini de ama hep Gökçe’yi kullanıyorum.” dedim. Bu sorunun cevabını 1 yıldır biliyordu aslında. “2. kısımdan alalım.” dedi. Zaten benden başka kime denk gelirdi bu değil mi! Koşarak çıktığımı hayal ettim o odadan. Ben koromdan memnundum, maceraya ne gerek vardı zaten. Çıkmadım. Onlar yapabileceğime inanıyorsa belki ben de biraz inanmalıydım kendime. Hala heyecandan bayılmadığımdan gaza gelmişim, dur bakalım neler olacak demiştim kendi kendime. 2. kısmı yarım yamalak söyledim. “Bir de 1’den alsak olur mu?” dedim. Aldık. Benden ses çıkmıyor derken bir de baktım ki benden ses çıkıyormuş. O gün o odadan, hiç tanımadığım bir “ben”le daha tanışarak çıktım. Bir hafta sonra seçilenler listesinde adımlı bulamadım. Listeyi tekrar kontrol ettiğimde Naz Kamar yazdığını gördüm. Ben bu ismimi tekrar sahiplenip sınav kağıtlarıma yazmaya başlayalı epey olmuştu ama ben, o bir zamanlar kendini anlatamayan, anlatamadığı için ağlayan nazlı bebek yanımı çoktan unutmuşum. O ismin bir hikayesi vardı, onu kucakladım o gün. Temas ettim, öğrendim, anladım, anlamaya çalıştım, artık gösteriyorum da dedim, ifade ediyorum. O öğrenme hiç bitmedi. İlk şan dersimde inanılmaz zorlandım. “O ses orada var, serbest bırak artık.” dedikçe sinir oldum şan hocama, “Sen operacısın tabii, söylemesi kolay!” diye geçirdim içimden. “Hiç sevmedim ben bu kadını, çok anlayışsız.” dedim şan hocam için de. O ilk dersten neredeyse ağlayarak çıktım. Sonraki derse, sanki ilk defa gidiyormuşum gibi düşünerek ve kendimi serbest bırakabileceğime inanarak gittim ve o gün şan dersinin dünyanın en şahane deşarj yolu olduğunu fark ettim. Kendimden çıkan seslere hayret ettim. Şan hocam anlayışsız değildi,

hoşuma gitmeyen şey; o, yapabileceğime benden daha çok inanırken benim kendime “Yapamıyorum.” deyip durmamdı. Tüm o “yaparsın”larıyla kendime güvenmeyişi gözüme gözüme sokmuştu. Bana benden çıkanı gösterip durmuştu. Bunu fark ettikten sonra “Ben yapamam.” dediğim her şey için bir fısıltı koydum zihnime “Acaba yapabilir misin?” diyen. Şeffaf bir baloncunun içindeydim sanki ve yavaş yavaş, el yordamıyla genişletiyordum sınırlarımı. Müzikle ilişkim her adımda kendimi bir öncekinden biraz daha ittirerek devam etti. Defalarca sahneye çıktım, hatalar yaptım, hata yapınca gülümseyerek devam etmeyi öğrendim, kendi sesimle barıştım.

Varoluşçu Analiz Eğitimi’nin ilk ayında, defterimin 5. satırında; Sartre, “Varoluş özden önce gelir demiş.” diye not almışım. “İnsan önce var olmalıdır ki sonra kendini, kendi özünü var etsin.” diye de eklemişim arkasından. Dış koşullar var ama onlarla ne yapacağımıza biz karar verirmişiz. Ben utangaç bir çocuk olduğumu düşünüyordum, öyleydin de ve etrafımdaki herkes de bunu onaylıyordu. “Bu masa kahverengi” der gibi söylüyorduk bunu hatta, sanki bir insan değil, bir nesneymişim gibi. Önce masa olmayabileceğimi fark ettim sonra da kahverengi olmak istemediğimi. Bir sürü renk ve bir sürü başka şey geçti aradan. Önceleri “Sen masa değilsin.” diyen, bunu ima eden her insana öfkelenirdim. “Masayım işte, ne zorluyorsun.” dedim. Şan hocam gıcık, öğretmenim anlayışsız, bu insanların derdi neydi böyle! Ben varım, duygularım var, bedenim var, sesim var mesela, bir masa değilim bugün. Ama bir zamanlar dolap olmaya da özenmişim. Belki de içimde bir marangoz saklıydı, bilmiyorum. Var olduğum sürece bir şeyleri değiştirme şansımı, Sartre’ın bana verdiği yetkiye dayanarak cebimde saklıyorum şimdilerde.

2. Kendini Ikea Dolabı Zanneden Bir Ergen

“İnsana dair hiçbir şey kesin olamaz. İnsan; olmakta olan ve ne olacağına karar verebileceği için sorumlu olan bir varlıktır.”

Lise yıllarımda şöyle bir şey düşünmüştüm: Her şeyle ilgili fikrimi, ne düşündüğümü bilirsem, kim olduğumu bilebilirdim. Neye inandığımı, siyasi fikrimi, neleri asla yapmayacağımı, nelerin benlik olmadığını falan bilirsem aşırı oturmuş bir kişiliğim (o ne demekse artık!) olacağına inanmıştım. Herkes de bunları bilmeliydi; “Gökçe şunu yapar, bunu yapmaz, aa asla buna inanmaz” falan denmeliydi. Türkan Şoray’ın kuralları vardı, e benim neden olmasını! Dedigimi yaptım. Kendimi özenle zihnimde yarattığım kutulara parça parça yerleştirdim. Artık besbelliydim işte oh! Sınırlarım belli, ne yapıp ne yapmayacağım belli,

yanıma bir de kılavuz verseler tamamdım işte. Bir Ikea dolabından farkım yoktu artık. Kendimi nesneleştirmede çığır açmıştım da haberim yoktu.

Bugün bakıyorum da, bir kere seçeyim de kenara koyayım der gibi bakmışım hayatıma. Çünkü seçmek meşakkatli iş. Bir de seçmediklerim var ki uff! Hiç sormayın. O yüzden plan belli; her kategoriden bir kere seçiyor, işi bitiriyoruz. Din, siyasi fikir, yapacaklarım, yapmayacaklarım, yapılması teklif dahi edilemeyeceklerim, hepsini yerli yerine yerleştirip diğer seçenekler yokmuş gibi yaşıyoruz. Bütün şahane planlarda olduğu gibi evdeki hesap çarşıya uymadı tabii. Yıllar geçtikçe o sınırlar beni boğmaya, ayağıma dolanmaya başladı. Yeni bir şeyler denemek istediğimde, bir konuyla ilgili fikrimi değiştirecek gibi olduğumda “Ama Gökçe bunları yapmaz.” diyordu iç sesim. Hem zaten bugün reddettiğin şey için yarın “Aslında olabilir ya” demek döneklilik değil miydi? Kişiliği aşırı oturmuş Gökçeler zinhar böyle şeyler yapmamalıydı. Nietzsche, insan toplumsal, ahlaki yargılardan sıyrılıp kendi değer sistemini bulmalı demişti ama ben onlardan sıyrılmak şöyle dursun bir de üstüne onlardan kendime bir kılavuz yazmıştım. “Sabit fikir sahibini hapseder.” de demişti o ve ben kendi kendimi hapsetmişim, tüm o sabit fikir fantezilerimle. Çünkü o zamanlar; sabit olan güvenliydi benim zihnimde. Sonra bir gün (çoook sonraları bir gün) dedim ki “Kime, neyi kanıtlamaya çalışıyorum?” “Değişmeyeceğim.”, “Fikirlerim değişmeyecek.” diye ısrarla kendimi kalıplar içine sokuşturarak koskoca Dünya’da kendi dünyamı neden daraltıyorum? Karısını Şapka Sanan Adam* diye bir kitap vardı, ben de kendini Ikea dolabı sanan bir ergendim. Yıllar geçti; okudum, yaşadım, öğrendim. Okuyorum, yaşıyorum, öğreniyorum. Esnedim, değiştim. Bazen fikrimi değiştirdim, bazen baktığım yönü. Burun kıvrıranlar oldu, yaptıklarına şaşırıanlar, desteklemeyenler... Bunlar artık eskisi kadar önemli gelmiyordu bana çünkü ben esnedikçe insanlara bakışım da esnedi, genişledi. Etrafımdaki insanlara da “O, onu yapmaz.”, “Bu, bunu yapmaz.”larla bakmamaya başladım. Meğer insan kendine dolap muamelesi yaptığında, etrafındakilere de öyle bakıyormuş. Kendime dolap muamelesi yapmayı bıraktığımda, nihayet başkalarına da aynı gözle bakmayı bıraktım. Çünkü ben insanım, dolap değilim. Ama kötü alışkanlıklar öyle hemen bırakılmıyor tabii. Bunları fark etmeden önce, bir süre daha insana dolap muamelesi yapıp sonra ona da isyan edecektim.

* Sacks, O. (2013). *Karısını Şapka Sanan Adam: Yaşantı*. (O. Düz, Trans.). YKY.

3. Bir “İnsan”a Bakıp Çıkacağım

Ben tek, siz hepiniz.

Yıllarca neden olduğunu bilmeden, “Neden Psikoloji bölümünü seçtin?” sorusuna “Başkalarına yardım etmek için”, “Arkadaşlarım iyi dert dinlediğimi söylediği için” gibi cevaplar verilmesinden rahatsız olmuşum. Benim çok daha havalı bir açıklamam vardı çünkü. Hmm nasıl çalışıyormuş bu insanın beyni acaba, duyguları, bütün o kararları, hareketleri nasıl şekilleniyormuş, onu öğrenecektim ben. Çünkü öylesi “Kendimi anlamak için” demekten daha kolay ve söylemesi daha fiyakalıydı. Kişisel değil, bilimseldi bir kere. Denize girecek ama ıslanmayacaktım ben. “Bir insanları, sistemi falan anlayıp çıkacağım ben” diye girmiştim bu bölüme. Aslında “insan” dediğim her cümlede kendimden bahsediyordum ben ama henüz bunun farkında değildim.

Yıllar geçtikçe, ben “insan”a (kendime) ve terapiye dair daha çok şey öğrendikçe bir şeyler hep eksik kaldı. İnsana (kendime) bu kadar bilimsel bakmak bana iyi gelmedi. Belki de aldığım eğitimin içeriğindendi bu fikrim ama terapiye bu kadar teorik bakmak içime sinmedi. Çünkü bu, o hep merak ettiğim insana da (kendime de) teorik bakmak demekti. Yani mesafeli. Bölüme başlarken araya koyduğum o mesafenin gittikçe beni rahatsız edeceğini kim tahmin edebilirdi ki? Danışan koltuğuna oturmadan anlayamayacağınız şeyler var denir hep. Doğru. Çünkü o koltukta oturmak, kendime de yaklaşmak demekti. Her hikayenin önemli olduğunu anlayabilmem için kendi hikayemin de önemli olduğunu fark etmem gerekiyordu. İşte her şey, bir şeyler bu kadar teorik ve mesafeli olacaksa, terapist koltuğunda oturmanın bana iyi gelmeyeceğini fark etmemle başladı. Denize girdiysem ıslanmalıyım. İnsanı anlayacaksam, kendime de bakmalıyım. Çünkü kendi yaşantıma ne kadar yabancı kalırsam, karşımda oturan insanın yaşantısına da o kadar yabancı kalacaktım. Bunu Bilişsel Davranışçı ekolle çalışan bir terapistle bir süre çalıştıktan sonra fark etmiştim mesela. Bana iyi geleceğini düşünerek bu yönelimi seçmiş ve yine tekniklerin peşinden gitmiştim. Ne bağlantılar öğrenecektim, uff. Şipşak çözecektik bir şeyleri. Çok da suya sabuna dokunmadan. Kağıt kalem, şemalar, çizelgeler vardı hep masada. Ama eksikti bir şeyler. Çünkü içim “Temas et” diyordu, ben hala anlamıyordum. Bu süreçte kendimle en çok temas ettiğim nokta “İhtiyacım olan şey bu değil.” deyip o süreci bitirmemdi. Ben artık “insan”a değil, kendime bakacaktım. Ama nasıl?

4. Sahip Çıkalım Deneyime!

Seninki sana, benimki bana.

Bir dost

Ben, hayatı büyüklerimin deneyimlerinden anlayabilen ya da kitapta okuduğum anda anlayabilen biri olmadım hiçbir zaman. Hep bağlantılara ihtiyaç duydum. Olaylarla, yaşadıklarımla... O bağlantılar kurulunca, kitapta yazan o cümleler dile geliyor sanki, derin bir nefesle canlanıyor, işte ben de o zaman anlıyorum ne demek istediklerini. Buna benzer olaylardan biri de lisans eğitimim sırasında başıma gelmişti. Berkin Elvan'ın cenazesinin olduğu gündü. Hocamız sabahki dersini bütün ısrarlara rağmen ertelememişti ve ben de ona yetişmek için yoldaydım. Okula 5 dakikalık mesafedeki sahil yolunda arabamla ilerliyordum. Mor renkli bir belediye otobüsü, alışlagelmişin dışında, anlam veremediğim bir manzarayla önümde ilerliyordu. En arkadaki koltuk sırasıyla, otobüsün arka camı arasına yerleştirilmiş onlarca polis kaskı duruyordu karşımda. Ben derse yetişmek için acele ettikçe evren “Şş olmaz öyle şey” dercesine yavaşlatıyordu beni. Aslında çift şerit olan yolun sağ şeridine arabalar park ettiği için sol şeritte, otobüsün tam arkasında gitmek zorunda kalmıştım. Otobüs ağır ağır ilerliyordu ve ben geç kalıyordum. Klasik kaplumbağa-tavşan yarışına yepyeni bir soluk getiriyorduk o sabah. Sabırsız tavşan ben, tek şeritlik yolda kaplumbağanın arkasına takılmış tin tin ilerliyordum. Otobüsle önlü arkalı yolculuğumuz dakikalarca devam etti. Sonra aniden yüksek bir ses duydum... Önümdeki otobüsün fren lambaları yandığı anda arka camı tuzla buz olup otobüsle aramdaki boşluğa ve arabamın üzerine düştü. Koltukla cam arasına dayanmış polis kaskları yere düşüp oradan buradan sekerek etrafa dağıldı. O andan itibaren etrafımdaki her şey yavaşladı. Otobüs durdu, ben arabayı durdurdum. Otobüsten inen onlarca polis bana doğru yürümeye başladı. Beynimde sürekli tekrar eden “Az önce ne oldu öyle?” sorusuyla dörtlüleri yakıp arabadan indim. O sırada polisler arabama ulaşmış, kimisi eğilip sağına soluna bakıyor, kimisi kaputun üzerindeki camları yere doğru elleriyle silkeliyordu. Ne yapıyor olurlarsa olsunlar o sırada hemfikir oldukları tek bir nokta vardı; hiçbir şey olmadığı. Her gelen, arabaya bir bakıp kafasını bana çeviriyor ve “Yok bir şey, yok. Bir şey olmamış.” diyordu. Manasızca suratlarına baktığımı hatırlıyorum. Beynim bu sahneyi anlamlandıramamıştı sanırım. Çünkü az önce bir şeyler olmuştu (ya da görünüşe göre ben öyle düşünüyordum) ve onlarca adam ısrarla beni bir şey olmadığına inandırmaya çalışıyordu. Onlara inanmadım. Önümdeki otobüsün arka camı patlayıp arabamın üzerine düşmüştü, onlarca kask havada uçuşup etrafa dağılmıştı, o sıralar gündemi karmakarışık olan güzel ülkemde bir sürü polis bir

anda arabadan inip bana doğru yürürken arabadan indiğimde ayağımın altında ezilen cam parçalarının çıkardığı sesler kulaklarımdaydı. Kesinlikle bir şeyler olmuştu. Nihayetinde ben de gidip arabamın önüne baktım. Cam parçalarından kaynaklanan bir sürü çizik dışında önemli bir şey yoktu. Polisler haklıydı, bir şey yoktu ama arabada. Peki bende var mıydı bir şeyler? Bilmiyoruz. Ya da en azından polisler ve arkamdaki arabalardan inip olaya bakmaya gelenlerden hiçbiri bunun cevabını bilmiyor. Çünkü hiçbiri sormadı nasıl olduğumu. Yukarıda anlattığım sahne sırasında orada olduğumdan beni bile şüphe ettirecek derecede orada değilmişim gibiydi her şey. Ben arabama binip okula gittim. Geç kaldığım için kapıdan doğru adeta süzülerek sınıftaki yerimi aldım ve haliyle ders bitene kadar da kimseye bir şey söyleyemedim. Ara verilince olanları arkadaşlarıma anlattım ve nihayet birileri nasıl olduğumu sordu. Bu soruyla birlikte ben de o anda hissettiklerimle, yaşadıklarımla, kanlı canlı bir şekilde kendimi o sahneye koyabildim. Bunlar oldu, korktum, şaşırdım, yaralanmadım, şimdi iyiyim diyebildim. “Yok bir şey” sesleri kesildiği için de zihnim nihayet her şeyi yerli yerine koyabildi.

O gün bunları yaşarken de, sonrasında da düşündüm. Böyle bir durumda birinin kolu, bacağı kopmadıkça onun iyi olduğunu varsaymamıza neden olan şey ne diye. Ya da bir şeye, birinin yaşadıklarına dışardan bakarken bile orada ne olup bittiğine dair her şeyi bildiğimizi düşündüren şey ne? Acılar, korkular görünür olmadığında/olamadığında var olmadıklarına inanmak rahatlatıcıydı belki de, bilmiyorum. Emin değildim. Ama bütün bunları sorgularken emin olduğum tek bir şey vardı; bunları yapmak istemediğim. Dışardan birinin gelip benim yaşadıklarına dair ahkam kesmesi sinir bozucu ve rahatsız ediciydi. Bedenim başka, karşımdaki başka söylerken hissettiklerime dair şüpheyi düşmek iyi gelmemişti bana. Oysa sorsalar söylerdim neler olup bittiğini, neler yaşadığımı. Olanların olduğu gibi görülmesiydi ihtiyacım olan. Görünmeyenleri dile getirebilmek için de bir fırsata, bir soruya ihtiyacım vardı. O sabah orada onlarca insandık ve hepimizin kurgusu başkaydı. Onlar beni kendilerinininkine inandırmaya çalışırken benim ihtiyacım olan kendi yaşadığıma, inandığıma, bana ait olana bakmak, onu anlamaya ve anlatmaya çalışmaktı.

Yetişmeye çalıştığım ders Kişilerarası İlişkiler dersiydi. Aslında ben o gün derse geç kalmamışım, benim o sabah öğrenmem gereken şey sınıfın dışındaymış. Bu hikayede dersini alan yine tavşan olmuştu anlayacağınız. Sabırsız tavşan olan ben, dersimi almıştım. Ben, başkaları “Yok bir şey” diye ısrar ederken kendi kurgusunu anlatmaya, hissettiklerini açık etmeye ihtiyacı olanlar için o soruyu soran, onlara alan açan kişi olmak istiyordum. Birkaç sene sonra, eğitimde buna bir isim koyabilecektim bir de; deneyimine sahip çıkmak. Bazen kimse “Nasılsın?” diye sormayabilirdi, işte orada ben kendime sormalıydım bu soruyu, ben anlamaya çalışmalıydım deneyimimi. Ben kendi deneyimlerime sahip çıkmak istiyordum ve böyle bir

bakışı benimsemek istiyordum artık, başkaları için de. O deneyim belki zor olur, kolay olur, hiç yaşamamış olmayı dilediğim bir şey ya da aksine daha çok kucaklamak istediğim bir şey olur ama bırakayım olsun diyebilmek istiyorum. Orada var çünkü, orada duruyor, biliyorum. Sen de biliyorsun. O yüzden sen seninkine sahip çık, ben benimkine. “Yok bir şey, yok bir şey” demeyelim birbirimize. Seninki sana, benimki bana.

5. Profesyonel Karınca İzleyicisi

“Bundan sonra geri dönüş yok. Mavi hapi alırsan; hikaye biter, yatağında uyanırsın ve neye inanmak istiyorsan ona inanmaya devam edersin. Kırmızı hapi alırsan; Harikalar Diyarı’nda kalırsın ve sana tavşan deliğinin ne kadar derine gittiğini gösteririm. Unutma, sana gerçeği öneriyorum. Hepsi bu.”

Morpheus, Matrix

Yollarımızın çok garip bir biçimde kesiştiği biri bana “Gözlemci ol, olaylara kapılıp gitme.” demişti. O zaman dünyanın en garip tavsiyesiydi. Nasıl gözlemci olunuyordu ki? İnsan kendi hayatına gözlemci olabilir miydi? İçinde yaşıyordum yahu! Ne gözlemcisi? Matrix’te mavi ve kırmızı hap arasında kalmış Neo gibiydim. Bir süre daha öyle kalacaktım.

Varoluşçu Analiz Eğitimi boyunca açıklamasını defalarca sorduğum ve bir türlü anlayamadığım bir cümle vardı; Kendimize karşı nesnel, diğerlerine karşı öznel olmalıyız. Haydaa! Kendime nasıl nesnel bakacaktım? Gözlemci de olamıyordum zaten. İçinde yaşıyorum ben bu hayatın, içinde! Morpheus’un önerdiği mavi haptan her gün alıyormuşum o dönem sanırım çünkü mümkün değil anlamıyordum kırmızı hapla önerdiği şeyi. Oysa seviyordum seni Kierkegaard, nereden çıkmıştı bu kendine nesnel bakma şeysi? Her seferinde daha da bir hevesle ve daha detaylı notlar alarak ve aslında sık sık da “Heee, şimdi anladım” deyip birkaç saniyeliğine de anlayarak sormaya devam ettim bu cümlelerin ne anlattığını. Ama sonra başka bir muhabbet sırasında geçen birkaç cümleyle –ki bu da ilk defa duyduğum bir şey değildi- çocukluğumda bir türlü anlam veremediğim bir olayla hikayeler birleşti. O cümle şuydu; Her şeyin yeri ve zamanı vardır. İnsanları bir şeyi görmeleri için zorlayamazsınız. Ancak hazır olduklarında görebilirler.

Küçükken evimizin balkonundaki karıncaların bir yerden bir yere yiyecek kırıntıları taşımasını izlerdim. Bütün karıncalar ip gibi dizilir, kırıntı yığınıyla, onları taşıdıkları yer arasında mekik dokurdu. Onların haldır haldır gidip geldiği yol, benim için taş çatlasa 30 santimlik bir mesafeydi. Sürekli bu kısacık mesafeyi gidip gelip duruyorlardı ve dakikalar

geçmesine rağmen, o kadar çabaya anca azıcık bir şey taşıyabiliyorlardı. Bunu fark edince üzüldüm (bir de bolca sabırsızlanıp) bir karar verdim; taşımak istedikleri şeyleri onlar için yuvalarına yakın bir yere ben taşıyacaktım! Yaptım da. Ama sonuç hiç beklediğim gibi olmadı. Taşımakta zorlandıkları şeyleri ben taşıyınca hoplayıp zıplayıp sevinmelerini beklerken onlar etrafta koşuşturmaya başladılar ve asla taşıdığım kırıntılara dokunmadılar. Çok saçmaydı. Bütün işi onlar için yapmıştım. Peki neden böyle olmuştu? Karıncalar çok zeki yaratıklar değillerdi sanırım. Hiç de kıymet bilmiyorlardı. Aman neyse canım, kendileri kaybederdi.

Bu olayın üzerinden yıllar geçtikten sonra o karıncaları yeniden düşündüğümde fark ettim. O mesafe, benim için 30 santimdi. Yaptığım şey, benim için 10 puanlık bir hareketti. Peki ya karıncalar için tüm bunlar nasıldı? Kendi düzenini tutturmuş, kırıntılarını taşıyan karıncalar için tepeden inme, devasa bir eldi bir kere benimki. Ne olduğunu, nereden geldiğini, neden geldiğini bilmedikleri bu devasa el, bulduklarına sevindikleri yiyeceklerini tek hareketle alıp yuvalarının yakınına bırakmıştı. Peki neden? Bu bir tuzak olabilir miydi? Yiyecekleri hala güvenli miydi? Onlar böyle bir şey yapılmasını istemiş miydi bir kere? Ayrıca onların bir rutini vardı, bu el de neyin nesiydi şimdi? Bütün düzeni yerle bir etmişti. Karıncalar aptal değildi, onlar sadece karıncaydı. Karınca gibi düşünüyor, karınca gibi sorguluyorlardı. Belki de aptal olan bendim. Onlara tepeden bakıp her şeyi bildiğimi sanarak ukalalık etmiştim. Ben bir karınca değildim, onların yaşantısına, düzenine dair en ufak bir fikrim yoktu. Küçükken anlayamadığım şey buydu. Böyle düşününce anladım ki her şeyin bir zamanı, kendi hızı, süreci ve işleyişi vardı. Bir varlığın o güne kadar kurduğu ve devam ettirdiği düzene dışardan bir müdahalede bulunmak, onlar için düşündüğümüzden daha riskli olabilirdi. Yalnızca bir seyirciyken sırf süreç kısalsın diye kestirmelere sapmak ya da hazır olmadıkları bir şeyi şak! diye ortaya koymak rahatsız edici hatta dehşet verici olabilirdi. Kendi durduğum yerden onlar adına karar vermek, harekete geçmek hiç de haddime değildi aslında. Sonra tüm bunlar üzerinden terapiyi düşündüm. Mesela birini terapi odasına getiren şey çoğunlukla bir günde olmamıştır ve o kişinin yaşadıkları bizim söylediğimiz bir cümlelik muhteşem bir tespitle ya da bir tanı ismiyle ortadan kaybolmayacaktır. Bugün terapi odasında karşıma oturan insanların benden yapmamı istedikleri şeyi bir anda yapabilme gücüm olsaydı (sıkça söylendiği gibi bir sihirli değneğim olsaydı mesela) yapmayı ister miydim, emin değilim. Çünkü sürecin öneminin farkındayım. Bunu yaşayarak öğrendim. Durup izlemek yerine sabırsızlanıp müdahale etmenin nelere mal olabileceğini biliyorum artık. Kendi sabırsızlığımın kurbanı olmadan, kolaylıkla tek harekette halledebileceğim (halledebileceğimi sandığım ya da karşımdakinin böyle inandığı) bir şeyi yapmadan durabilmek... İşte esas zor olan bu. Ben bir kez daha karıncaları korkutup kaçırıp o dev el olmak istemezdim, hayır.

Hikayesini tam anlamıyla bilmediğim, öğrenmeye çalışmadığım kimseye tepeden bakmak istemediğimi biliyorum artık. Merak ediyorum, sorular soruyorum ama “Bak bak sende bu var, nasıl görmezsin.” dememeye çalışıyorum. Görebilse görürdü zaten, bekle, kendi zamanında, hazır olduğunda gelir oraya diyorum. Çünkü kendimden biliyorum. İstemezse de asla senin ittirilenle gelmez zaten diyorum kendime. Hatta belki de benim gelmesi gerek diye düşündüğüm yer tamamen benim hüsnü kuruntumdur diyorum bazen. Kendimi durdurmaya, bunu içselleştirmeye çalışıyorum. Keşfetmeye, merak etmeye devam ediyorum. Gözlemci mi oluyorum ne?

Bir keresinde biri bana “Yaptığın işi tek bir cümleyle anlat.” dediğinde hiç tereddüt etmeden “eşlik etmek” demiştim. Mesela karıncaları düşünelim. Sabırlı bir şekilde izlemeye devam edebilseydim, doğal işleyişe bir şeyler sokuşturmaya çalışmasaydım er ya da geç o kırıntılar o yuvaya taşınacaktı. Ben farkında bile olmadan o taşıma sırasında olması gerekenler olacak, öğrenilmesi gerekenler öğrenilecekti. Karıncalar da bazen yorulup “Ya biri de gelip taşısa şunları, azcık oturup dinlensek.” diyordur belki de. Bilmiyorum. Henüz karınca dili bilmiyorum. Ama inanıyorum ki karıncalardan hiçbiri kafasını kaldırıp “Bir el atsana” anlamına gelecek işaretler falan yollamazdı bana. Bence onlar, sürecin önemini benden çok daha önce çözmüşlerdi. Bu yüzden de bir kenarda oturup onların işini yapmamı izlemek istemezlerdi.

Karıncalar kırıntıları bana taşıtıp yan gelip yatsaydı neler olurdu peki? Çaylak karıncalar yiyecekleri nasıl, hangi miktarda, nelere dikkat ederek taşımaları gerektiğini öğrenemezdi. Karıncalar için yiyecekleri taşımaya vaktim olmadığına, işleri yapılmadığı için bana öfkelenirlerdi. Hem de ne için? Aslında en başından beri onların yapması gereken işi yapmadığım için. Bir gün sıkılıp yapmayı bıraksam nasıl yapacağını bilmeyen karıncalar günlerce bu işi yaptıktan sonra birden bıraktığım için bana lanetler yağdırabilirdi, çünkü nasıl yapacaklarını öğrenmelerini engellemiş, bir de üstüne onları terk etmiş olurdum. İşte ben de “Galiba karıncalar pek zeki yaratıklar değiller.”den buralara kendi zamanımda geldim. Yolda beni varmam gereken yere ittirmek için duran herkesin sözleri ben ancak duymak ve görmek istediğimde birleşiverdi. Hmm demek ki kendi hayatına karşı gözlemci olunabiliyormuş dedim. Kendine öznel bakınca içinde boğuluyormuş insan, demek ki kendine nesnel bakmak gerekiyormuş. Karıncalara da “Bunlar aptal yahu!” demeyip öznel yani biraz karınca gibi bakmak gerekiyormuş. Bir de tam şu noktada hala “Acaba doğru anlamış mıyım ya?” diye bir şüphem var tabii. Olsun. En azından kırmızı hapın varlığından şüphe etmiyorum artık. Anlamadıysam da tekrar sorarım.

Bir de tüm bunları fark etmeden önce, yani hala karıncaların aptal olduğunu sandığım zamanlarda ilginç bir şey olmuştu. Lisans mezuniyetimin olduğu gün kuzenim bana –Karınca

ve Ağustos Böceği masalına atıfta bulunarak- tek bir yaprağın gölgesinde uzanmış yatan bir karınca biblosu hediye edip “Artık biraz dinlenmelisin karınca.” demişti. Yukarda anlattıklarımın hiçbirinden haberi yoktu. Ertesi gün yüksek lisans kabul haberim geldi. Sonra tüm bu yukarıdakileri yaşadım. Sanırım o gün resmiyet kazanmıştı, ben artık profesyonel bir karınca izleyicisi olacaktım.

6. Oh be! Dünya Varmış! Hem de Dört Tane!

*Merhaba,
varsa iyisinden bir kilo terapist alacaktım.*

İmza: The therapist

Kendini Ikea dolabı zanneden bir ergendim dedim ya, o fikir öyle hemen değişmedi tabii, yolda çok debelendim. Dört Dünya Kuramı^{*}’yla henüz tanışmadan önce, terapist olmaya dair de kafamda çok net bir tablo oluşturmaya uğraşıyordum. Bir terapist nasıl olmalıydı, neleri yapardı, neleri asla yapmazdı, nasıl görünürdü, ne kadar görünür olurdu... Kafamdaki liste uzayıp gidiyordu. Sanki terapist olmanın bir kalıbı vardı (ya da olmalıydı) ve ben onun içine uymak zorundaydım. Uymaya çalışırken kendime dair bir şeyleri değiştirmem, belki de bazılarından vazgeçmem gerekeceğini düşünüyordum. Yüksek lisansın ilk yılında bir kısmı mavi olan saçlarım için birileri staj yılında bana “Saçlarını boyatman gerek, mavi saçlı terapist olmaz.” diyecek mi diye bile düşünmüştüm. Etik kurallar, analitik duruş lafları ve hocalarımın terapistliklerine dair anlattıkları kafamda dönüp duruyordu. Bense aslında var olmayan bir en doğruyu bulma çabası içinde, kendilik dünyamı daraltmanın huzursuzluğunu yaşıyordum. Terapistliğe dair kendi zihnimde hali hazırda yarattığım ve yüksek lisans sırasında da doğruluğunu tasdik etmeye çalıştığım kalıplara bir de her gün yenileri ekleniyordu. Bir keresinde bir hocama “Danışanınız size o gün doğum günü olduğunu söylese, doğum gününü kutlar mıydınız?” diye sormuştum. Hayır demiş ve bana “Neden kutlamayarak danışanını frustre^{*} etmekten korkuyorsun?” diye sorup gitmişti. Bunun üzerine bir süre Aman Allahım! Ben danışanlarının doğum günlerini kutlamak isteyen bir terapist mi olacağım, onları frustre etmekten korkuyor muyum? Neden korkuyorum? sorularında boğulmuştum. “The therapist”

^{*} Dört Dünya Kuramı; Kişinin dünyasının bütününe fiziksel, ilişkisel (sosyal), kendilik ve tinsel boyutları üzerinden aydınlatmaya çalışır. Bu alanlar birbirlerinden keskin çizgilerle ayrılmazlar, her temanın diğer dünyayla uzantısı vardır.

^{*} Frustration: Hüsrana, düş kırıklığına uğratma.

neydi, daha onu çözemeden bir de korkuyor muydum size danışanımı frustre etmekten! Aslında o soruyu sorarken düşündüğüm tek şey, danışan birini kaybettiğini söylediğinde “Başınız sağ olsun.” diyorsak (bu meclisten onay almıştı çünkü) kutlanacak bir şey söylediğinde ne yapıyorduk, onu anlamaktı. Benim derdim danışanım bunu söylediğinde bunun havada asılı kalmamasıydı. Evet, belki de benim kararsız kalacağım yer burasıydı ve bu benimle ilgiliydi. Ama meselem danışanımı kutlayıp kutlamamak değildi, onu duyduğumu göstermek, kutlamamı bekleyen bir sessizlikle bana baktığında bunu konuşabilmektir. Olası bir durumda “Hmm neden kutlamak istiyorsun Gökçe, frustre mi oldun? Seninle ilgili ne oldu?” diye kendimi sorgulamak yerine, o gün içimden kutlamak geldiğinde “Ne oldu da bugün, burada danışanı kutlamak istiyorum/istedim acaba?” tonunda kendime sorabilmektir. Böyle de sorabileceğimi öğrenmektir.

Görünüşümle, öğrendiklerimle bir şekilde kendimi o terapistlik kalıbına sokabilirdim ama o zaman terapist olmayan ben ne olacaktı diyordum. Mesele odada kendimi ortaya koymak değildi ama bunca nötr durma çabası anlatılırken kimse bana ait olanları ne yapacağımdan bahsetmiyordu. Terapist olmak, kendime dair olabildiğince az şey göstermek ve nötr olmak olarak anlatılıyordu ama bu benim zihnimde kendimden, olduğum kişiden bir şeyler kaybetmeye hatta biraz da sahte olmaya, rol yapmaya denk geliyor gibiydi. Terapistliğin, mesleğim olarak benliğimin bir parçası olmasını istiyordum, tüm benliğim olmasını değil. Ofisimin benden izler taşıyabilmesini, duruşumun bana ait olmasını istiyordum. Ancak o zaman içinde bulunduğum durumda bunları görmem pek mümkün olmamıştı.

Varoluşçu yaklaşıma dair bir şeyler okudukça çelişkilerim olmasının, bir şeyleri nasıl yapmak istediğime karar vermeden önce farklı versiyonlarını deneyip hangisinin bana uygun olduğunu keşfetmek için kendime zaman tanımanın doğal olduğunu düşünmeye başladım. Yukarda bahsettiğim süreçte beni en çok rahatsız eden şeyi de bulmuştum: Başkalarına ait olan kuralları, doğruları bana uymayacağını bile bile bir parçam haline getirmeye çabalamam. Biri bir şeyi neden öyle yaptığımı sorsa sadece öyle dendiği için yapıyor olduğum cevabını verecek olma düşüncesi. Üzerime olmayacağını bildiğim bir kazağı bantla bedenime yapıştırmaya çalışmak gibiydi bu çaba. Saçmaydı. Ve onun yapıştırma olduğunu ben görebiliyorsam, herkes görebilirdi. Başkalarına ait olanları üzerime giymeye çalışmak ya da yapıştırmak yerine bana uyanı bulmak ve bunun bir süreç olduğunu fark etmek, kabul etmek benim için özgürleştiriciydi. Bir şeyleri neden yaptığımı ya da yapmadığımı bilmek beraberinde sorumluluğunu alabilmeyi ve sahiplenmeyi de getirebilirdi böylece. Hem öğrenmek böyle bir şey değil miydi zaten? Seninkini denedim, bana uymadı, artık böyle yapıyorum diyebilmek.

Hocama sorduğum o sorunun üzerinden yıllar geçti. Bu süreçte onlarca doğum günü mevzusu geçti seanslarda. Bazen laf aralarında, bazen seansın tam odağında... Ve ben bazen kutladım, bazen kutlamadım danışanlarımın doğum günlerini. Hepsinde kendime sordum acaba bugün neden kutladım ya da neden kutlamadım diye. Kural olsun diye yapmadım. Kutluyorsam onları sinirlendirmekten, hayal kırıklığına uğratmaktan (-ki bunlar bile kocaman varsayımlar) korktuğumdan, aman tatsızlık çıkmasın diye düşündüğümünden demedim kendime. Hocam “Kutlama” demişti diye kutlamamam lazım diye de düşünmedim. En temelde; benim danışanım, bizim sürecimiz, bana ait olanlar ve paranteze aldıklarımı düşünmüştük. Oh be! Dünya varmış dedim, hem de dört tane. Yayılısam ya bunlara şöyle güzelce.

7. Sen Neymişsin Be Freud!

“The therapist” olma fantezim dört dünyaya yayılıp özgürleştiği sırada bu özgürleşmeye (inanır mısınız!) Freud’un da katkısı olmuştu. Kendi ofisimi açmadan önceki yaz Londra’ya gitmiş ve Freud müzesine de uğramıştık. Bu tatile gitmeden önce, ofisimi ziyarete gelen arkadaşlarımdan bazıları şöyle yorumlar yapmıştı: “Aa bir duvarın yeşil mi, dikkat dağıtmasın?”, “Ne çok çiçek var, hepsi kalacak mı?” O sırada içinde bulunduğum dünya biraz acayıptı. Bölüm arkadaşlarımdan bazıları danışanlarıyla denk gelmemek ya da kendilerine dair renk vermemek için Facebook ve/ya Instagram hesaplarını kapatıyor ya da hesaplarındaki profil fotoğraflarını o gri beyaz John Doe kılıklı adam yapıyorlardı. Ben de yeşil duvarlı, içerisinde bir sürü bitkiler olan ve bitkileri sevdiğimi gün gibi açık eden bir oda yapıyor, sosyal medyada yazılar paylaşmaktan bahsediyordum. Sanki herkes hedefe kilitlenmiş, kendinden emin Mersin’e giderken, ben yaptıklarımla “Ben biraz dolanıp bakınayım.” diyordum ama içten içe de çok huzursuzdum. Kendimi öyle bir kafaya sokmuştum ki, bir yandan tüm bunları yaparken bir yandan da sanki bütün bölüm kafamın içinde bana kafa sallayıp senkronize cık cık diyor gibi hissediyordum. Londra’ya gittiğimde böyle bir ruh hali içindeydim.

Müzedeki her odada odayla ilgili bilgiler içeren kartlar vardı. Freud’un odasındaki divan için asılı olan kartı elime aldığımda şok oldum, Freud’un divanını, yıllardır ona analize gelen bir danışanı hediye etmişti! Kitap değil, defter değil, adama divan hediye edilmişti ve o da odasına koymuş orada terapi yapıyordu. Üstelik Freud’un odası, babasının ölümünden sonra biriktirdiği küçük heykelciklerle doluydu. Hatta biraz fazla onlarla doluydu. E hani hediye kabul etmiyorduk, hani kişisel eşya şey yaparsak danışanın yakıştırmalarına bir haller oluyordu, kişiliğimiz bulaşıyordu terapistliğimize? O odada dururken şunu düşündüm, belki de hocalarım ya da bu mesleği yapan bazı insanlar kraldan daha çok kralcı ve Freud’dan daha çok “the

therapist”çiydi. Aslında bu da onların kendileriyle, kendi terapistlik algıları ve tercihleriyle ilgiliydi. Sorun, bize de tek yol buymuş gibi göstermelerindeydi. Benim sorunumsa bunu hiç sorgulamadan, olduğu gibi almaya çalışmamdı. Aslında herkes kendinden emin Mersin’e giderken tersine gidiyormuş gibi hissetmem bile sadece benimle ilgiliydi, başkalarıyla değil. Zaten hep öyle olmuyor mu? Kendi durduğumuz yerden üretmiyor muyuz bütün hikayelerimizi? Kendi ürettiğim bu hikayeden de böyle özgürleştirdim ben o zaman. Çünkü ben gördüm, Freud esnek çıktı Rıza Baba! O gün gezi defterime tam olarak şunu yazmışım; *Freud’dan da icazet aldığına göre, yürü kızım Gökçe!* Yürüdüm. Kendi yolumda. Şu anda odamda bulunan her şey için düşündüğüm tek şey şu; konuşmaya mevzu çıkar işte. Çıkıyor da. Serbest çağrışım hep içten çağrışmalı olacak diye bir şey yoktu ya!

8. Var Mısın? Yok Musun?

Hepimiz eksiksek eğer,
belki bizimle ilgili bütün teoriler de eksiktir.
Ne dersin Kierkegaard?*

Bir keresinde bana ismi verilen ve gitmeyi düşündüğüm bir analistin erkek mi kadın mı olduğunu anlayamamıştım. Unisex bir ismi vardı ve şu devirde Google’da fotoğrafı olmayan sanırım sayılı insanlardandı. Vardı ama yok gibiydi. Aynı eski ben. Hala öyle olsaydım belki de şahane uyardık birbirimize. Ama değildim. O yüzden onu hiç aramadım.

Eskiden bir yönelim seçmeye de taraf tutmak gibi bakardım. Sanki tek bir doğru varmış gibi. Ötekiler hep eksik. Ne komik. İşte insan kendini dolap ve masa sanabiliyorsa, tek bir doğru olduğuna da inanabiliyor bazen. Oysa tüm o yönelimler eksik ve hepsi de bir şekilde tam. Eksikler ama doğru insanla karşılaştıklarında tamamlanıyorlar bir şekilde. Birbirlerine uyuyorlar çünkü. Artık buna inanıyorum. Benim de tek doğru olabileceğine inandığım ve belki de bir parça inandırıldığım bir dönemde “İşte buna gitmek lazım.” deyip kendime analist aradığım bir dönemdi yukarıda bahsettiğim de. Sonradan tesadüfen kadın olduğunu öğrendiğim unisex isimli hanımla yollarımız böyle kesişmişti işte. Aslında pek kesişmemişti, dediğim gibi, onu hiç aramadım. Bunun bana uygun olmadığına karar verdiğim ve kendimi iteleyerek analize

* Kierkegaard, içinde yaşadığımız sistem düşünüldüğünde, dışarıya bağımlı olma halimiz (acıma, susama, ilişkilene ihtiyacı vb.) açısından eksik olduğumuzu ancak bizden büyük olan sistemin böyle bir derdi olmadığını söyler.

gitmediğim için kendimi tebrik ediyorum bazen. Biz birbirimizi tamamlamanın yakınından bile geçmiyorduk çünkü. İhtiyacım olan o değildi.

Aylar sonra, şu anki terapistimle bir görüşmeden çıktığımda “Şükürler olsun, terapistim bir insan, mimikleri var falan, gülüyor yahu!” gibi bir şey düşünmüştüm. Ne komik. Bekleme odasında bir piyano ve viyolonsel, ortadaki masada da hep çikolata, lokum gibi şeyler ve kitaplar oluyordu. Bana anlatılanlardan çok farklıydı her şey. Bununla beraber hiçbir şey emanet durmuyor ya da “Öyle olması gerektiği için” öyle olduğu havası vermiyordu. O odaya eklenen her yeni objeyi ve yapılan en ufak bir değişikliği bile fark ediyordum ben. Fonda çalan şarkıları Shazamlıyor, bazen terapide tüm bunların mevzusunu yapıyor, bazen de hiç umursamıyordum. Aynı hayatta da olduğu gibi. O bekleme odasında ve o terapi odasında daha da esnedim. Böyle de oluyormuş ya, ben böylesinden olmak istiyorum dedim. Öncesinde aylarca terapistime o odadayken zihnimdeki terapist düğmesini kapatmak istediğimi söyledim. Bölmek istiyordum onları, öyle olması gerektiğini sanıyordum ve birini kapatmak istiyordum ki öbürü rahatça konuşabilsin. Oysa ikisi de bendim; onları birleştirmeye, iki farklı insan değil de bana ait farklı kimlikler oldukları fikrine alışmaya o odada başlamıştım. Terapistliğin bir düğmesi yok bende, artık aramıyorum da. Aynı; duyguların, düşüncelerin ve başka birçok şeyin de düğmesi olmadığı gibi. Çünkü bir sigorta kutusu değilim ben, düğmelerim yok.

Hayat seçimlerden ibaret diyoruz ya hep, bazılarını seçerken fark ediyoruz, bazılarını ise seçtikten çok sonra. Ben de bunları yazarken fark ettim yıllar içinde yaptığım bir seçimi. Terapist olmak, en temelde ötekine bakmakla ilgili bir şey. Ama bunu yapmanın yüzlerce hatta belki de daha fazla yolu var. Tüm bunları yazarken fark ettim ki aslında unisex ismimle, yıllarca öteleyip yok saydığım Naz ismimi yok saymaya devam ederek ve “Benden çıkanı kimse bilmesin, ne gerek var.” hallerimle kalmayı seçerek de terapist olabilirdim. Ve bunu bu şekilde yapmaktan da keyif alabilirdim. Bu yolu seçmek için de bütün gerekli malzemelere sahipmişim çünkü. Yukarıda bahsettiğim unisex hanım olabilirdim ben de. Böyle bir seçeneğim de varmış. Ailede unisex isme sahip tek insan benim. Bence bu bir tesadüf değil, bir seçenekmiş. Seçmediğim ve aklımın hiç kalmadığı seçeneklerden biri.

Kierkegaard’ın söylediği şekilde bakarsak, evet, eksikiz. Birçok yönden. Yapamadığımız, bilemediğimiz ve değiştiremediğimiz şeyler var. Biz eksikiz, dolayısıyla bizimle ilgili bütün teoriler de biraz eksik. Tek bir doğru yok bu yüzden de hiçbir zaman. Ama tamamlanıyoruz işte bazen, bazı yönlerden, bize uyan diğer eksik olanlarla karşılaştığımızda. Ben, kendimi ittirip gitmediğim o analistle olan sürecimle tamamlanmayacaktım mesela. Öyle hissetmiyordum artık. Onunla eksiklerimiz bağdaşmıyordu çünkü. Ben, artık tek doğruyu bulmaya çalışmıyordum. Kendi doğrumu bulsam yeterdi. Bunun bir seçenek olduğunu görsem,

yeterdi. Görmüştüm. Bir şeyleri bölerek, ayırarak, birbirinden sıyrarak bakmak yerine bağlantılar kurmayı seçiyorum artık. “Aa o teorenin o’suyla bunun bu’su ne kadar benziyor birbirine.” diyorum. Ve aramaktan vazgeçmediği sürece herkesin kendisi için doğru olanı bulabileceğine inanıyorum. Benim için doğru olmak zorunda değil, onun için öyleyse eğer, herkes olaysız dağılabilir gibi geliyor artık. Ve bugün, bazen de bazı zamanlarda eksik olabildiğimizi kabul ettiğimizde tastamam olduğumuzu biliyorum artık. İnsan, kendine ait olanlarla tanıştığında, eksik olan hiçbir şey kalmıyor.

Arkadaşımın “Dikkat dağıtmayacak mı?” dediği duvar hala yeşil, odamda hala çok çiçek var. Kapımın üzerinde “Life is an adventure*” yazıyor çünkü yaşamın bir macera olduğuna gönülden inanıyorum ben. Bu işi yaptığım bunca zamandır odamın kokusundan, kenarda duran kaktüse, kitaplığımdaki kitaplara ve diplomamın etrafındaki paspartunun rengine kadar hepsi seansların içinde bir yerlerde konuşuldu. Hiçbirini duyduğumda, kabahati yakalanmış bir çocuk gibi diken üstünde değildim. Artık kimse kafamın içinde bir köşeden cık cık demiyordu çünkü bana. Ben, kendimle ve olanla rahattım. Freud’dan aldığım gazla şuna karar vermiştim bir noktada; bildiğim ve en azından şu an içinde yaşadığım tek hayat buydu ve ben meslek seçimim dolayısıyla bunu daha az olarak ya da saklanarak sürdürmek istemiyordum. Kişisel dünyamı genişletip terapistliği içine yalnızca kimliklerimden biri olarak koymaya karar verdim o zaman. Ve şuna inandım, o odadaki her karşılaşma da bir sürü seçimin sonucu olacaktı. “Your vibe attracts your tribe*” diye bir söylem var ya, heh! dedim, bu. Bazı insanlar da buna ihtiyaç duyacak ve bunu arayacak, ben de o insanlarla karşılaşacak ve onlarla çalışacaktım. Öyle de oldu. Oluyor.

Bir keresinde bir danışanım “Mimikleriniz var, gülüyorsunuz filan ya! İnsan gibisiniz!” demişti. Buna da gülmüştüm sonra. İlk seans öncesinde kendimi tanıtırken elimi uzattığım için de şok olduğunu sonradan itiraf etmişti. Önceki terapistinin yaklaşımı birçok yönden ona iyi gelmemiştir. Onunki yanlış olduğu için değil, çok büyük ihtimalle o sırada ihtiyacı olan o olmadığı için. Sonraları da bu, “İnsan gibisiniz!” benzeri lafları defalarca duydum. Kendi içinde bile çok komik değil mi bu laf; *insan gibisiniz*. Demek ki bir yerlerde iki insan karşı karşıya oturduğunda bazen birinin karşısındaki için hissettiği şey “çok da insan olmadığı” olabiliyordu. Ben de bu yüzden “insan gibi” geliyordum birilerine. Oysa ilişkiden bahsediyorduk hep, ilişkilenecektik. Terapi, biz teoriler okurken aslında odada olan şeydi, ya da olamayan. Seanslarda güldüm, bazen sadece durdum, içimden gülmek gelen ama gülmemem gerektiğini

* Hayat bir macera.

* Senin enerjin kabileni çeker.

hissettiğim yerlerde yanağımı ısırđım, gözlerim doldu, zorlandım, hata yaptım, “bilmiyorum” dedim, bazen danışanlarımdan özür diledim. Terapi, dışarıdaki hayatın küçük bir versiyonu gibi diyoruz ya hep, öyleyse insan gibi davranmalıyız bence birçok açıdan da; masa gibi değil, dolap gibi değil, insan gibi. Gibisi bile fazla aslında, insan olarak orada olmalıyız demek daha doğru belki de, bir sürü kitap okumuş, terapi yapmayı bilen bir insan olarak.

Baştan beri soruyu yanlış sorduğumu fark etmem zaman almıştı. “Bir terapist nasıl olur?” değil “Ben nasıl bir terapist olacağım?”dı asıl soru. Eskiden “Kenardan, çok da şey yapmadan yaşayabiliyor muyuz?” derken, şimdi bazen kenardan bazen de ortadan ortadan yaşayıp daha da bir var olasımla var benim. Kapatmak istediğim düğmeler, saklamak istediğim şeyler ve ikiye böldüğüm bir benliğim yok. Var mısınız? Yok musun? diye sorduklarında artık “Varım” diyesim geliyor. Sartre’ın bana verdiği, var olduğum sürece değişebilme yetkisi hala cebimde, Nova Norda’nın şarkısını söylüyorum;

"Sen kimsin?" dedi

"Bilmem" dedim

Her gün değişiyorum

Bur'da dans ederken

Senle bende bi' ayrım göremiyorum

Kalıplara sığamıyorum

Dedim ki:

"Bak yıldızlar baki

Sınırlar hayali

Aramıyorum tanımlayan sözler

Aynı sözler tam da bu yüzden

Götürüyo' bizi bizden"

Geldim, gidicem hep de değişicem

Şu kısacık hayatı kana kana içicem

Rüzgar olup esicem

Gökte süzülücem

"Kimsin sen?" deseler

Ben sadece "Varım" diyicem

“Var mısınız?” dedim, “Varım”, dedi, “etiketleri çıkarıyorum”

Geldim, gidicem, hep de değişicem!

9. Heidegger? Sen Misin?

“Sora sora Bağdat bulunur.” derler.

Ben Heidegger’i buldum.

Ya da o beni buldu.

Bilmiyorum.

Geçtiğimiz bahar ofistekilerle birlikte Büyükkada’ya gidecektik. Herkes farklı rotalardan gelecekti ve Büyükkada limanda buluşacaktık. Ablamla ben aynı vapurla gidiyorduk. Vapura bindikten kısa bir süre sonra yaşlı bir kadın elinde kocaman bir buket çiçekle gelip yanıma oturdu. Yanıma dediysem çift kişilik banklarda değil, o vapurların açık kısımlarında ortalarda bulunan uzun banklarda oturuyorduk aslında. Ama o gelip benim yanıma oturdu. Oturduğu andan yolculuk bitene kadar şu soru zihnimin bir köşesinde asılı kaldı; “Neden o kadar yer varken bana bu kadar yakın oturuyor?” Kişisel alanıma girdi diyemeyeceğim kadar mesafeli ama bir yandan da oldukça yakın oturuyordu bana. Neyse dedim, daha da bir ablama döndüm muhabbet ederken. Bir ara gözüm kadına takıldı yine, elinde ufak bir not defteri vardı, ara sıra durup durup notlar alıyordu. “Aa” dedim “Bak benziyoruz aslında”. Neler not alıyor acaba diye düşündüm. Sonra vapur adaya yanaştı, herkes inmek için ayaklandı. Kadın omzuma dokundu, “Pardon biraz vaktiniz var mı?” diye sordu. Vardı. Adaya ilk biz varacaktık ve bu yüzden de bir süre diğerlerini bekleyecektik. “Neden?” diye sordum. “Biz adada toplanıp yoga yapıyoruz, size biraz ondan bahsedecektim.” dedi. “Peki” dedim. Ablam şaşkın gözlerle bakıyordu. Hislerimiz karşılıklıydı. O an içimde “Hayır” demek için hiçbir sebep bulamayışına ben de şaşıırıyordum çünkü. Düşündüklerim; Neler anlatacağı ve neden bize anlatmayı seçtiği idi. Bu merakı takip etmeye karar verdim çünkü böyle şeyleri pek yapmazdım. Bundandır ki bütün bunlar bittiğinde ablam bana “Peki diyeceğini asla düşünmedim, kadını direk başından savarsın diye düşünmüştüm. Sen böyle şeyleri sevmezsin.” demişti (bkz. çünkü ben eskiden bir dolaptım ve dolaplar macera sevmezlerdi). Haklıydı, zaten sırf normalde yapacağım la, o anki hissim uymadığından onu takip etmek istemiştım ben de (Vay be! Eski dolaplar maceraperest oldu). Sadece hissimi değil, teyzeyi de takip ettim, limandaki bir banka kadar. Bir banka yan yana oturduk, bize biraz kendinden bahsetti sonra hayattan, Kundalini enerjisinden, yogadan bahsetti. “Bir uygulama yapalım mı beraber?” dedi. “Yapalım” dedik. Gözlerimizi kapattık, bir şeyler anlattı, nefes almamız için komutlar verdi. Her adımda kendi rahatlığıma daha da bir şaşırdım. Bir yanımda o andaydı ama bir yanımda şüpheli. Aslında hep bildiğimiz şeylerden bahsetti. İlginç olansa dakikalarca orada oturmamıza rağmen ne ablamın ne de benim bunları

bildiğimizden ve terapist olduğumuzdan hatta ablamın yoga hocası da olduğundan bahsetmemiş olmamızdı. O anın içinde, olan bitene bırakmıştık kendimizi. Sonra bir yerde şöyle dedi teyze “Hayat aslında insanın neleri yapıp neleri yapamayacağını bilmesinden geçiyor. Kontrol edemeyeceğimiz şeyler için bazen o kadar çok çaba sarf ediyoruz ki sonra yoruluyoruz, bunalıyoruz, çaresiz hissedip hayattan bıkmıyoruz. Ben bunu çok geç öğrendim, şimdi de başkalarına anlatıyorum. Yoga yapıyorum.” dedi. “Hayat aslında değiştirebileceklerini bilmek, onları değiştirmek için çaba göstermek ve değiştiremeyeceklerini fark edip onları kabullenmeyi öğrenmek, kendini hırpalamamayı öğrenmekmiş.” dedi. O anda içimden şunu sordum; Heidegger? Sen misin?

15 dakikanın sonunda demin bir türlü ağzımızdan dökülmeyen o cümleleri söyledik. Kartlarımızı aldı, bir de selfie çekti kendisiyle. “Demek o kadar insanın olduğu vapurda iki psikologu buldum ben de.” dedi. İçimden, o kadar insanın olduğu vapurda belki de bunları duymaya ihtiyacı olanları buldum dedim ben de. Yoga dersinin saati geldiği için vedalaştık. Çiçeklerini alıp gitti Heidegger Teyze. Sonra ablama Heidegger’in azim ve akışından bahsettim. Hayatta azmetmemiz, peşine düşüp çaba göstermemiz gereken şeylerle; akışına bırakmamız gereken şeyleri doğru seçmekten bahsediyordu Heidegger. Mesela partnerimizin bir konuda değişmesini çok istemek ve sürekli buna dair bir şeyler yapmak, konuyu oraya getirmek, ısrarla anlatmak aslında yanlış şeye azmetmek oluyordu. Bunu yaparak başka bir bireyin değişmesi için aktif çaba harcadığımızı kendimizi inandırırken aslında bu bizi o değişmezken bununla ne yapacağımıza, onunla kalıp kalmayacağımıza dair karar vermekten alıkoyuyordu. Hayatta kontrolümüz dışındaki şeylere azmedip durdukça oyalanıyor, öfkeleniyor, kendimizi bir çukurun içine itinaayla ittiriyor sonra da hayata ve sisteme söylenip duruyorduk aslında. İlk duyduğumda çok sevmiştim bu anlatılanları. Yaşamda çektiğimiz (aslında kendimize çektiğimiz) acıların büyük bir kısmına açıklık getiriyordu çünkü. Birçok farklı yerde, birçok farklı insandan, farklı ifadelerle aynı şeyi duymuştum daha önce de. Ve aslında eğer öğrenmemiz gerekiyorsa aynı şey defalarca farklı formlarda çıkıyordu karşımıza. Lisans eğitimim sırasında bir hocam dersinin en başında şunu söylemişti mesela; “Hayattaki, ilişkilerdeki, bedenimizdeki ve ruhumuzdaki her şey tutmak ve bırakmakla ilgilidir.”. Tutmak, azimle sarılmak demekti mesela ve bazen bırakman gerekene sarılmak hatta inatla tutmaya devam etmektir. Çünkü bazı şeyleri bırakmak zordur. Ama mesele bırakman gerektiğini görmektir. Henüz Varoluşçu Analiz Eğitimi’ne gelmemiştim, Heidegger’den haberim bile yoktu. Önce yüksek lisanstaki bir seçmeli derste adını ve bütün bu azim ve akış meselesini duyacak sonra da eğitime gidecektim. Eğitime başladıktan sonra, yıllar önce arkadaşımın “Sen seversin bunu” diyerek bana gönderdiği bir alıntıyı buldum telefonumda. Çok beğenmiş bir de

yıldızlamışım çünkü. Alıntı şuydu; “Tanrım, bana değiştiremeyeceğim şeyleri kabul etme gücü, değiştirebileceğim şeyleri değiştirme cesareti ve bu ikisi arasındaki farkı anlayabilme sağduyusu ver.” Haklıydı. O zaman da sevmiştim. Aynı konsept farklı kılıklarda sürekli karşıma çıkıp duruyordu (Heidegger bile yaşlı teyze kılığında gelmişti) ve ben de kendisine bayılıyordum. Bayılıyordum bayılmasına da, acaba anlıyor muydum? Onun için Bâlâ Atabek’le karşılaşmam ve Frankl’la tanışmam gerekecekti.

10. Aradığınız Süper Kahraman Şu Anda Kendi İşine Bakıyor

“Kimse kimsenin kahramanı değil bu hayatta, o yüzden belki de kimsenin kahramanı olmakla uğraşarak zaman kaybetmemeliyiz.”

Bâlâ Atabek, İşte Güneş Geliyor, s.191

Bazı şeyleri anlamak için hayatın onları gözümüze gözümüze sokmasını bekleyebiliyoruz bazen (bkz. teyze kılığındaki Heidegger). Bu da biraz böyle bir hikaye. Ama ben daha çok ekmek kırıntılarını toplayan Hansel ve Gretel gibi düşünmek istiyorum kendimi. Yönümü bulmak için yolda biraz işaret toplayıcılığı yapmam gerekiyor.

İlk kırıntıyı yüksek lisanstaki Hümanistik ve Varoluşçu Psikoterapiler dersinde topladım. Ama yarım yamalak. Sürekli aynı tarz adamların ve ilişkilerin kendisini bulmasından şikayet eden bir kadına “Peki acaba siz neden bu adamları seçiyorsunuz, bu ilişkilerde kalıyorsunuz?” sorusunu sormamız dâhiceydi bence o zaman. Off, nasıl da şahane bakış açısı ama! Sahi neden o ilişkide duruyorsun tatlım? diye sordu, o sıralar kendi ilişkisinde debelenen ama bu bağlantıyı henüz asla kurmayan Gökçe. O soru bana gelmeliydi oysa. Yaklaşık bir hafta kadar sonra, daha da fazla şey öğrendikçe kendime sordum bu soruyu. Neden bu debelendiğim yerde duruyorum diye. Kendimce nedenlerim vardı. Sağlam nedenlerdi bunlar. Çok seviyordum bir kere, bundan sağlam neden mi olurdu? İnsan, sevdiğine destek olmaz mıydı hem? Şimdi baktığımda, karşımdakine destek olmak zannettiğim şey, aslında bir “debelenenle senkronize debelenme” haliymiş meğer, o zamanlar bunun farkında değildim. Çünkü o debelenirken ben iyi olamazdım, bir şeyler yapmalıydım. Hem bir de psikologtum ben, onu en iyi ben anlamalıydım, öyle değil mi? Bu işin okulunu okumuştum. 1,5 sene içerisinde defalarca psikolog, okul, bölüm, ev değiştiren ve oradan oraya savrulan birine ben yardım edecektim. Etmeliydim. Çünkü onu seviyordum. Zorlanıyordu işte ama, anlayabilirdim ben bunu.

İşaretlerin hiçbirini okuyacak gibi değildim o dönemde. Ama sorgulamaya başlamıştım bir kere. Duracak değildim o yüzden.

Tüm bunlar olurken bir gün trafikte gökyüzüne baktım ve uçuşan beyaz bir poşet gördüm. Hızla oradan oraya savruluyordu. Ey serbest çağrışım! Sen nelere kadirsin! “O poşet benim sevgilim işte, aynısı.” dedim o an. Oradan oraya uçuşup duruyor, rüzgar nereden eserse öbür yana savruluyor. Sonra ona ayak uydurmaya çalışırken kendimi düşündüm. Bunu yapmaya devam etmeli miydim gerçekten? Henüz ikna olmamıştım. Bir sonraki işaret sağlam gelecekti bu yüzden.

- Bu hayatta yapmak istediğim hiçbir şey yok. Hiçbir amacım yok benim. Her şey çok anlamsız.

Hayatta hiçbir amacı olmayan biri ne yapar peki?

- Bilmem. Sanırım intihar eder.

Havadan sudan konuşur gibi bunları konuştuğumuz o gün dehşete düşmüştüm. Artık asla bir yere gidemezdim işte. Öyle hissediyordum. Onun, gün geçtikçe kendisine iyi gelebilecek ilişkilerden, insanlardan ve şeylerden vazgeçmesini izlemiştim. Bu yüzden kilit nokta, bu yükün sadece bana yüklenmiş olmasıydı. Ve bütün mesele benim bu yükü taşıyıp taşımayacağımdı. Bunun beni aştığını, kendi sınırlarımı korumam gerektiğini ve kahramancılık oynamam gerektiğini öğrenmem gerekecekti. Kendime defalarca neden orada olduğumu sordum. Hep nedenlerim vardı. O ilişkide bana çok iyi gelen şeyler vardı, kendime dair keşfettiğim bir sürü şey o ilişkinin içindeyken olmuştu. Bu yüzden uzaklaşma fikri hep çok zordu. Ama en temelde ben kahraman olmak istiyordum sanırım. Bir şeyleri düzeltebileceğime inanıyordum. Onu düzeltebileceğime inanıyordum. Bir insanı, bozuk bir saatmiş gibi tamir edecektim ben. Bunu itiraf etmek çok zor ve nahoştu ama aslında yapamayacağım bir şeye soyunmuştum. Yapamadıkça da hayal kırıklığına uğruyor üstelik artık zarar görüyordum. 4 ay sonra bu ilişkiyi bitirdiğimde, geriye dönüp baktığımda kendimi gördüğüm yer şöyleydi; bataklıkta çırpınan birine bir ağaç dalı uzatıp tutsun diye ısrar ediyordum. Yakalayamıyor mu? Daha da çok eğiliyordum tutsun diye. Ama tutmuyordu. Bu detayı görmem gerekiyordu. Çünkü biraz daha eğilsem ben de düşecektim o bataklığa. İşte o zaman vazgeçmiştim. Nedenlerim vardı. Artık beni koruyan nedenlerim vardı.

Birkaç ay sonra Bâlâ Atabek’in ilk romanını yazdığını öğrendim: İşte Güneş Geliyor. Nasıl yazdığını, neler yazdığını hiç bilmiyordum ama haftalarca bu kitabı aradım. Sonunda buldum, önsözünün ilk cümlesi şuydu; *Ayrılığa inancım tam, birleşmek ayrılıktan geçiyor çünkü*. Gülümsedim, haklıydı. Kitabı aldım, ertesi gün bitirdim. O kitaptan almam gereken, altını çizdiğim ve yıllardır hiç unutmadığım bir cümle vardı: “*Kimse kimsenin kahramanı değil*

bu hayatta, o yüzden belki de kimsenin kahramanı olmaya çalışarak vakit kaybetmemeliyiz.” (Atabek, 2016, s. 191). Sinirim bozulmuş ama içim de rahatlamıştı. Benim sınırlarım nerede başlayıp nerede bitiyordu ve karşıdaki insanın sınırları nerede başlayıp nerede bitiyordu, bunu fark etmem gerektiğini öğrenmiştim artık. Nerede duracağını bilmek önemliydi. Ve bu kısmı yazarken kitabın önsözünü sesli kitaptan tekrar dinledim. Birleşmek ayrılıktan geçiyordu, evet ama kendimle birleşmek, parçalarımın birleşmesiydi bu. Taşların yerine oturması gibi. O zaman okurken belki de pek anlamadığım bir kısım bugün tam da yerine oturmuştu işte; *“Belki de bu yüzden özgürlük için hareket etmek gerekir çünkü kişi özgürleştikçe, kendisiyle mutlu olabiliyor. Ve bırakması gerekenleri bıraktığında, bir başkasını bir başkasıyla kıyaslamadığında. Herkesin bir cevher olduğunu kabul ettiğinde. Deneyimi kabullenmiş oluyorsunuz, kabullenmek huzuru getiriyor ve kabullendikçe gelen mutluluk deneyimiyle fark ediyorsunuz ki, Shirley MacLaine’in de dediği gibi “Dışarıda hiçbir şey var.” Çünkü olması gereken her şey içerde, “sizde”. ”* (Atabek, 2016, s. 13).

Yoldaki kırıntılardan bir diğeri de Varoluşçu Analiz Eğitimi’ydi. Tüm bunların olduğu yaz, bir gece saat 3’te başvuru formunu doldurmuştum. Frankl’ı tanımıyordum ama kitap listesinde adını gördüğüm için bir gün kitapçıda karşıma çıkınca İnsanın Anlam Arayışı kitabını alıp okumaya başlamıştım. O kitabı okurken altını çizdiğim cümleler ve üzerine yazdıklarımla başka bir deftere yeni bir kitap yazmıştım resmen. Frankl’ın, hayatta yaşamak için hiçbir sebebi kalmayan ve vazgeçen kamp sakinleri için kullandığı benzetmeyi okurken ağlamıştım. Bütün o kamp hikayesi ve diğer üzücü şeyler için değil, benim deneyimime ışık tuttuğunu hissettiğim için. *“Geleceğe -kendi geleceğine- inancını yitiren tutuklunun sonu geliyordu. Geleceğe olan inancını yitirince, tinsel (manevi) bağını da yitiriyordu; kendi çöküşüne, ruhsal ve fiziksel çöküşüne göz yumuyordu. Bu da genellikle, deneyimli kamp sakinlerinin belirtilerini bildirdiği bir kriz halinde, birdenbire ortaya çıkıyordu. O anda hepimiz –kendimiz için değil, çünkü bu anlamsız olurdu, arkadaşlarımız için- korkardık. Bu genellikle, tutuklunun bir sabah giyinip yıkanmayı ya da toplanma alanına gitmeyi reddetmesiyle başlardı. Ne yalvarıp yakarmalar ne dayak ne de tehditler işe yarıyordu. Öylece kımıldamadan yatıyordu. Krizi yaratan şey bir hastalıksa, revire götürülmeyi ya da kendi yararına bir şey yapmayı reddediyordu. Kısaca pes ediyordu. Olduğu yerde, kendi dışkısının üzerinde öylece uzanıp kalıyor, artık hiçbir şeye aldırış etmez oluyordu.”* (Frankl & Budak, 2016, s. 89-90).

Bunun yanı sıra bir de şöyle küçük bir detaydan bahsediyordu Frankl, kimse kimseye ihtiyacı olan o amacı dışarıdan veremiyordu. Yardım etmek ya da yol göstermek, eşlik etmek başkaydı; amacını ona vermeye çalışmak, bulsun diye ondan daha çok uğraşmak bambaşka. Bir

de Heidegger vardı tabii. Değiştirebileceklerim ve değiştiremeyeceklerim; azmedeceklerim ve akışına bırakacaklarım ve ne anlama geldikleri kabak gibi duruyordu artık ortada.

Aylar sonra bir gün, karşıma oturan biri ilişkisini şöyle anlatmıştı; “Sanki o bir bataklığın içinde ve ben de ona bir ağaç dalı uzatıyorum ama onu kurtaramıyorum.” Demek dışarıdan böyle görünüyor dedim. İyi ki paranteze almak diye bir şey var dedim, kendime hatırlattım. Aylar önce kendime sorduğum soruları ona da sordum. Neden orada durduğunu ve o dalı ısrarla uzattığını... Hoşuna gitmeyen cevapları bulurken oradaydım. Artık uzatılan ağaç dalının karşısında onu tutmaya gönüllü birinin olması gerektiğini biliyordum. Terapi odasında da, ilişkilerde de, hayatta da böyleydi. Böyle olmalıydı. Heidegger biliyordu, Frankl biliyordu, artık ben de biliyordum. Şükürler olsun ki, kimse kimsenin kahramanı değildi ve bu yüzden de kimsenin kahramanı olmaya uğraşarak zaman kaybetmeyecektim artık. Bunu unutmazsam hem yaşamım hem de iş hayatım daha kolay olabilirdi. Ben artık biraz kendi hikayemin kahramanı olsam kâfiydi.

11. Kendine Ait Bir Hayat

Biraz amor fati almaz mıydınız?*

Bazı şeylerin değişmeyeceğine inanmak çok kolay. “Böyle gelmiş böyle gider” demek “Zaten ne yaparsam yapayım olmaz.” demek çok kolay. Buna inanarak yaşarken etrafımızda olup bitenleri kaçırıp bütün o “Aslında değişir ya” işaretlerinin hepsine kendimizi kapatmak da çok kolay. Diğer aksiyon gerektiriyor çünkü. Denemeyi, direnmeyi, zorlanmayı, adını koyamadığımız bir sürü duygudan geçmeyi, bazen geçememeyi, isyanı içinde barındırıyor. Utangaç bir çocuk olduğumu zannetmemin ve buna inanmamın bir sürü nedeni vardı. Benimle ilgili olan, ailemle ilgili olan, çevremdekilerle ilgili olan. Kendimi kalıplara sokma isteğimin bir sürü sebebi olduğu gibi. Yetiştirilme tarzım, ailemin hayata bakışı, ailemdeki insanların endişesi, onların yapamadıkları, benim onlardan öğrendiklerim, öğrenemediklerim... Hepsi orada duruyordu. Hala duruyorlar. Peki onlarla ne yapıyorum?

Benim annem çok uzun yıllar epey endişeli bir kadındı. 18 yaşındayken heyecanla ilk kez kan bağışı yaptığımı söylediğimde böbreğimi bağışlamışım gibi tepki vermişti mesela telefonda. Yıllar içinde annem çok değişti ama o zamanlar onun endişesini kendimden sıyrıp bunun ona ait olduğunu öğrenmem epey zaman aldı. Babam, duygularıyla ne yapacağını

* Nietzsche’nin “kaderini sevmek” anlamına gelen, kontrolümüz dışında gelişen, başımıza gelen şeylere de sahip çıkmak anlamı da bulunan amor fati kavramı.

bilemeyen bir adamdı çünkü yetiştiği ailede de böyleydi. Babam bazen hala duygularıyla pek de ne yapacağını bilemeyen bir adam ama artık daha çok ifade ediyor. Eskiden kavgaya edip köşelerimize çekilirken şimdi konuşabiliyoruz. Yaptığım şeyleri sadece içinden değil, dışından da takdir edebiliyor artık. Ben, duygularını hareketlerinden okumayı reddedip sorular sordukça konuşmak zorunda kaldı da diyebiliriz belki, bilemiyorum. Varsayımlar hep parantezeydi, ben artık varsaymıyordum çünkü. Kelimelere ihtiyacım vardı. Anneannem ne olursa olsun ağlamamamı öğütleyen bir kadındı. Aslında hayattaki herhangi bir şeyin benim gözyaşlarıma değmediğini anlatmaya çalışıyordu hep ama ben ağlamak istiyordum. Her şeye ağlayan bir çocuk olduğumu söylemişim ya, istediğini yapmak çok zordu benim için. Belki de sırf o baskı yüzünden o kadar çok ağlıyordum, bilmiyorum. İçimden gelene “gelme” dememi istiyordu çünkü. Hayatımda uzun bir süre içimden gelen şeylere “gelme” diyecektim bu yüzden. Bedenimle pek bağ kurmayacak, onu pek serbest bırakmayacaktım, bunun tersini deneyimlemek için hazır olana ve tadını bir kez alana kadar tabii. Sonra ondan farklı yaptım bir şeyleri. Üzüldüğümde ağladım, sevindiğimde güldüm, dans ettim, “İçimden bu geliyor çünkü” dedim ona. Ve etrafımdaki diğer insanlara da.

Hepsinin hayatında bir sürü zor hikaye vardı. Hepsi, bunlarla baş edebilmek için kendi yollarını bulmuşlardı yıllar içinde. Kimileri için zor duygularla kalmak, kimileri içinse onları ifade etmek çok zor hatta imkansızdı. Bazıları için hala da öyle. Onlar, başkalarından ne öğrendilerse ve neler onlarda işe yaradıysa bana da onları öğretiyorlardı. Bunların bana iyi gelmediğini fark ettikten sonra bunun sorumluluğunu alıp hareket etmem ve istediğim yöne doğru ilerlemem gerekti her seferinde. Çünkü ısrarla yanlış durakta bekleyip de gelen otobüsün sizin gideceğiniz yerden geçmiyor olmasına kızamazsınız. Ayağa kalkıp doğru durağa yürümeniz gerekir. Böyle böyle bir sürü durak terk ettim ben de. Kimseye ders vermedim, “Bu böyle yapılır.” demedim. Yaptığım zamanlar olmuştu aslında ama hiçbir işe yaramamıştı çünkü yanlış şeye odaklanıyordum; onlara ve onların yapamadıklarına. Yukarıda anlattığım bütün hikayeler sırasında anlamıştım, değiştirebileceklerim benimle ilgili kısımlardı sadece. Bunu fark ettikten sonra kimseye dönüp “Bunu neden böyle yaptın?” diye hesap sormadım. Bunu yapabileceğim alanlarda bunu da yaptım ama. Kendime böyle alanlar yarattım. Terapi en önemlilerinden biriydi. Kızdım, bağırıp çağırdım, esip gürledim, ağladım, ifade ettim ve sonra da dönüştürdüm. O alan hala benim. Ailemdeki insanların hikayelerini sorup onlardan dinledim. Geniş ailemde hayat hikayelerini yazanlar vardı, o kitapları okudum. Benden öncekileri biliyordum artık, nereden geldiğime dair bir fikrim vardı. “Ben farklı yapacağım.” dedim. “Bunu böyle yaptın, bu bana iyi gelmedi ve ben artık farklı yapıyorum.” dedim onlara da. Birkaç sene önce anneannem, annesi öldüğünde arayıp “Siz hep içine atma anneanne,

duygunu yaşa diyorsunuz ya, ağladım annemin başında.” dedi. Ağlayacaktı tabii, annesi ölmüştü. Teyzem, kedisi öldüğünde içi çıkana kadar ağladığını da aynı şekilde söylemişti bana telefonda; “Siz içine atma diyorsunuz ya, atmadım ben de, ağladım ve sonra duruldu.” dedi. Durulacaktı tabii, duygular yaşanınca durulurdu çünkü. İnsan yaşadıkça öğreniyordu. Kendimden başladım farklı yapmaya. Ucu onlara da dokundu bir şekilde. “Bir çocuk değişir, dünya değişir.” diye bir söylem var ya, görüyor ve arttırıyorum ben, “Sen değişirsen, dünya da değişir.”.

Biri, ablamla meslektaş olduğumuzu öğrenince şunu sormuştu bir keresinde; “Size ne yaptılar da, ikiniz de psikolog oldunuz?” Kimse bana bir şey yapmadı. Yani kimsenin “Hadi bu da bu çocuğun travması olsun.” fikriyle yola çıkıp bir şeyler yaptığını düşünmüyorum bana. Kimse beni psikolog yapmadı. Ben kendim psikolog oldum. İkimizin de bu mesleği seçerkenki nedenleri bambaşkaydı. İkimizin hikayesi de birbirinden farklıydı. Bu işlerden çok uzakta, alakasız bir meslek seçip hayatıma devam edebilir ve bütün bunlara hiç bakmayabilirdim mesela. Ama öyle yapmadım. Değişim, aksiyon gerektiriyor demiştim ya, aksiyon aldım. Geçen sene bir yazımın sonuna şöyle bir şey yazmıştım;

“Yaşadıklarımız üzerimizde izler bırakır. Bedenimizde, zihnimizde, bakışımızda, duruşumuzda... Bu izler bizi değiştirir. Bazen bu izleri kimseye göstermeyiz. Bazen bakmak dahi istemeyiz onlara, yok saymayı seçeriz. Bu, orada olmadıkları anlamına gelmez. Biz bakmaya hazır olduğumuzda görülmek için oradadırlar. Birine göstermek istediğimizde oradadırlar. Var olan bir şeyi yok sayıp, bunu bilerek yaşamaya devam etmek de bize ait bir seçimdir, onu kabullenip gerçekten bir parçamız haline getirmek de. İstemezsek kimse bilmez, bizden başka. İstersek herkes bilir. Her halükarda biz hep biliriz. Derinde bir yerlerde zihnimiz bilir, bedenimiz bilir, ruhumuz bilir. Biz neyi seçersek hepsi ona uyum sağlamaya çalışır. Gizlemek istersek zihin unuttur, beden hissizleşir, ruh susar. Görmek için bir adım atarsak zihin hatırlar, beden hissettirir, ruh eşlik eder. Gizlemek de, göstermek de kolay değildir. Var olanı görmezden gelmek de, yok olsun istediğini görmeye, göstermeye cesaret etmek de büyük emek ister. Ama en temelinde yaşadıklarımız oradadır. Onlarla ne yapacağımızı seçebiliriz. Seçimlerimize ayak uyduracak esneklikte bir varoluşumuz vardır. “Dünyadaki hiçbir güç yaşadığın şeyi elinden alamaz.” demiş Frankl. Bu, orada olanın orada olduğunu söyleyen bir cümle aslında en nihayetinde. Ama bilgelik burada değil, çünkü asıl mesele bu değil. Asıl mesele orada olanla, yaşadıklarımızla ne yapacağımız. Yaşadıklarımızı kimse bizden alamazken bizim onlarla ne yapmayı seçeceğimiz. Neye tutunup neyi bırakmayı seçeceğimiz.”

Varoluşçu Analiz Eğitimi sırasında, ölüm döşeğinden kendimize bir mektup yazmamız istendiği gün, kendime şu mektubu yazmıştım ben;

“Sevgili Ben,

24 yaşındayken hayatının anlamını aramaya cesaret göstermeye başladın. Yaptıklarını neden yaptığını, verdiğin kararları neden verdiğini sorgulamaya başlamıştın. Bu, öyle aniden “Hadi yapayım!” diyerek verdiğin bir karar değildi, bir günde buraya gelmemiştin. Belki önüne fırsatlar çıkmıştı, sen hayatın seni bu yöne yönelttiğine inanmış, önüne çıkan her ipucunu buna yormuştun. Bugün, o çıktığın yolculukta iyi bir yerdesin. Yaptıkların boşuna değil. Sen, bu hayatı yaşadın. Seçmeye cesareti olan biri oldun, sorgulamaktan korkmadın ve sınırlılıklarına rağmen sahip olduğun özgürlük alanında dans etmekten kaçınmadın. Bunu öğrendin. Amaç bir sonuca varmak değildi, o arayışın kendisi senin yolculuğundu. Seni sen yapanlardı. Kendine, yaşadıklarına değmekten korkmadın. Bazen mesafe aldın, bazen kucakladın. Bütün bunları iyi ki yaptın. Kendi hayatına dokunmasaydın, insanlarınkine dokunamazdın.”

Bütün bu süreç boyunca süren bu esneklik arayışım, “Benim olanı ne yapacağım?”, “Ne kadar göstereceğim?” sorularım, kendine ait bir şeyleri göstermekten çekinmeyen, ifade eden bir terapist olmak istemem, sebep aramak için değil betimletmek için sorular sormayı benimsemem, bana iyi geleni bulmaya çalışmam, bunu insanlarla paylaşmak isteyip yazmam... Hepsi kendi hikayemle ilgiliydi. Bunların hiçbiri bir arkadaşın başına gelen şeyler değildi. Hepsi benimdi ve hala benimleler. Ve bu proje, bu hikayeyi sahiplenip bir elimle kendi omzuma destekleyici bir iki pat pat yapıp “Aferin Gökçe Naz” dediğim yer.

Kaynakça

Atabek, B. (2016). *İşte Güneş Geliyor*. İstanbul: Zeplin Kitap.

Frankl, V. E., & Budak, S. (2016). *İnsanın Anlam Arayışı*. İstanbul: Okuyan Us.

BİR ODADA İKİ KİŞİ

EGE ERİM

Varoluşçu bir danışanın
çağdaş sanata link atan perspektifinden
kendini anlama serüveni ve terapist-danışan ilişkisi

1. Ben Buraya Nereden Geldim: Oda ve Birinci Kişi

Kocam SXSW'ye gidecekti. SXSW her yıl Austin, Teksas'ta düzenlenen geniş kapsamlı bir yaratıcılık festivali. Ben de peşine takıldım. O, 1 hafta boyunca festivalin muhtelif konferanslarına girip çıkarken, ben de Austin'de girip çıkmadık sokak, müze, kafe, kitapçı bırakmadım. Hatta bir sabah bir budist tapınağında bedenimdeki bütün kemikleri zonklatıncaya kadar oturmak zorunda kaldığım ve birçok sakarlık yaptığım bir ayine bile katıldım. SXSW bittikten sonra da hızımı alamadım, ve kocamı Türkiye'ye uğurlayıp bu sıcak coğrafyada (Mart ayında olmamıza rağmen hava 25 C civarındaydı) biraz daha kalmaya karar verdim. Önce San Antonio'ya geçtim, 2 gün sonra da Houston'daydım. ABD'de nereye gittiysem, tarifsiz bir özgürlük duygusuyla dopdolu hissettiğimi buraya not düşeyim. Ama bu gezi yine de bir başkaydı benim için. Çünkü ilk defa hem ABD'de hem tek başımaydım. Şekerci dükkanında ipsiz sapsız kalmış bir çocuk gibi, ilgimi çeken her şeye istediğim kadar vakit ve dikkat harcadığım bir 1 hafta geçirdim. Adeta zamanda bir yarık açıp kendi varoluşumun leziz ihtimallerinin tadına doya doya baktığım bir tatildi benim için. Ve bu tatilin bir noktasında, Houston'da, Rothko Chapel'a yolum düştü.

Soyut ressam Mark Rothko'ya ait eserleri içeren bir minik koleksiyonla karşılaşacağımı düşünerek, sıradan bir müze ziyaretine gider gibi gittiğim bu küçük mekan, ana salonuyla bana küçük çaplı bir şok hazırlıyormuş meğerse. Elbette bilmiyordum. Burası her dinden ve inançtan insana açık bir meditasyon alanıydı aynı zamanda. Ana salonda Rothko'nun oldukça büyük ebatlı bir tablosunun karşısına, tabloyla birlikte bir kare oluşturacak şekilde dizilmiş 3 alçak bank vardı. Ortada ise elle tutulacak kadar derin bir sessizlik... Salona girer girmez koyu renk duvarların insanı sarıp sarmalayan tonunu, havada süzülen tozlu ve huzur veren kokuyu, etrafta tek tük insanları hatırlıyorum. O salonda, oturduğum o bankta, o tablonun karşısında ne kadar kaldığımı hatırlamıyorum. Belki 40 dakika, belki 1 saat, belki daha fazla. Soyut bir tablonun

karşısında geçirdiğim en uzun süre ve en içe dönük süreçti bu. Bir noktadan sonra, yeterince uzun bir süre aynı soyut imgeye bakmak, dönüp kendime bakmak gibi gelmeye başlamıştı. Tablo, karanlık, sessizlik, ahşap... Kendime baktıkça yeni ve başka şeyler gördüm ve hissettim. Gözyaşlarımın farkında bile olmadan yanaklarımdan süzüldüğünü hatırlıyorum. Sıradan bir gün için belki de çok fazla yüzleşmeydi o salonda yaşadığım. Tarifsiz bir hafiflik ve şükran duygusuyla birlikte. Üstelik düzenli bir meditasyon pratiğini denemeyi dahi aklımdan geçirmediğim bir dönemde.

Karşımda duran formu, ne tecrübe edebilirim ne de tarif; ancak onun varoluşunu gerçekleştirebilirim. Yüz yüze gelmenin ihtişamıyla parıldayan haliyle, tecrübe-dünyasının açıklığında, çok daha berrak görürüm. ‘Dahili’ şeyler arasında bir şey olarak değil, ‘muhayyile’ mahsulü bir uydurma hayal olarak değil, bir ‘mevcut’ olarak görürüm.

Geriye dönüp baktığımda, o salonda yaşadığım süreç, bana kendi kendimin huzuruna çıkmak gibi geliyor. Kendime mevcut olmak gibi. Bir şahit yoktu. Soru soran veya eşlik eden birisi de. Ben içerdeyken gelip banklara oturan başka biri oldu mu, hatırlamıyorum. Belki de olmuştur ama fark etmediğime göre, tekillik algımı bozmadıkları ortada. Tablonun, somut hiçbir anlam ifade etmeyen merkezi konumu, sanki bir meditasyon, içe bakış ve keşif aracıydı. Beni kendime götürmek üzere bir araçtı sadece. Ve elbette mekanın geneli tüm detaylarıyla, bu türden bir deneyim için muhakkak özenle ve dikkatle tasarlanmıştı. Ancak sanıyorum her ziyaretçinin bu türden bir deneyime hazır bulunuş düzeyi kendine göredir. O pırıl pırıl güneşli, neredeyse bunaltıcı derecede nemli ve sıcak Teksas gününde, şapelin serin ve loş salonunda, ben kendimi kendimle mevcut ve başbaşa buldum. Üstelik yapacak başka hiçbir işim, yani kaçacak hiçbir yerim yoktu. Orada ve o anda, kendimle kalmak dışında, hiçbir çarem olmadığını hissettiğimi hatırlıyorum. Acılarıma anlam vermeye çalışarak öylece oturduğumu. Her nefeste kendi içime çekilip biraz daha gömüldüğümü.

Ben kimdim? Kim olduğumu düşünüyordum? Bu bedende olmak nasıl bir histi? Hayatımla ne yapıyordum? Hayatıma kimleri alıyordum? Kendimden neler veriyordum? Varmaya çalıştığım yer neresiydi? Öyle bir yer var mıydı gerçekten? Sorular bu kadar net değildi mutlaka, ama o salona oturur oturmaz kendimi içinde bulduğum konular aşağı yukarı bunlardı. Üstelik hiçbirine net bir cevap alabildiğimi de hatırlamıyorum. Sadece yoğun bir aidiyet, o anla, o salonla, o tabloyla ve kendimle bir olma hissi.

Barışıklık. Kabul. Sonsuzluk.

*

Virgina Woolf'un meşhur eseri *Kendine Ait Bir Oda* şu cümleyle açılır:

Bir kadın eğer kurmaca yazacaksa, parası ve kendine ait bir odası olmalıdır.

Ancak ilerleyen sayfalarda düşünce zinciri şu noktaya gelir:

Kadının özgürlüğüne erkeklerin karşı çıkmasının hikayesi, belki de o özgürlüğün kendi hikayesinden daha ilginç.

Bu çalışmayı feminist bir çerçeveden yazmadığımı belirterek başlamalıyım. *Kendine Ait Bir Oda*, üniversite yıllarında çok sevdiğim ve birkaç kez okuduğum bir kitaptı. Ancak o dönemde dahi kendimi feminist olarak tanımlama ihtiyacı duymamıştım. Kadınların özgürleşmesinin, onlara yeni imkanlar, fırsatlar ve güçler verdiği bir gerçek. Ancak bu özgürleşmenin kadınları otantik şekilde kendileri olmaya sevk etmek yerine çoğu kez erkekleştirdiğini gözlemliyorum. Kadınlığa özgü olan (varoluşçular bu tanımına içerleyebilirler) içgüdüleriyle görme ve sezgileriyle bilme yetisiyle barışarak kadınsılığın doğal gücünü değil, erkek-egemen düzene has bir meydan okumanın eril gölgesini yaşamayı seçen çok kadın var. En azından kendi anlam setimi bu yönde doğrulayacak pek çok örnekle karşılaştığımı söyleyebilirim. Dolayısıyla alıntıyı seçme sebebim feminist bir duruş değil. Tam tersine, kişi kadın da erkek de olsa, hikayelerin ancak ikinci bir kişinin varlığıyla anlam ve boyut kazandığına olan inancım. Hiçbirimizin hikayesinin kendi başına, gerçekleştiği sosyal bağlamdan ve etrafını çeviren insanlardan bağımsız olarak anlaşılabileceğini düşünmüyorum. Kendi parasını kazanan ve kendine ait birkaç odası olan bir kadın olarak bile, şu an bir kurmaca yazmaya otursaydım, bu eninde sonunda ötekiyle bizzat yaşadığım, ötekinde şahit olduğum veya öteki hakkında kurgu olarak tükettiğim malzemenin bir sonucu olabilirdi. Bütün bu malzemeyle ilişki kuran ben, ilişkisel ben olarak nasıl bir şey anlar, nasıl bir şey yarattırdım? Bu sorudan yola çıktığımda, özellikle son yıllarda, varoluşu kendi üstüne ve içine kapanan bir süreç olarak değil, başkalarıyla anlam kazanan bir süreç olarak daha ilginç ve doyurucu bulmaya başladığımı fark ediyorum.

Elbette buraya gelmem epeyce vakit aldı. Son derece varoluşçu bir lise anımla başlamalıyım: Artık o gün fransızca dersinde yine hangi varoluşçu filozof konu edildiyse, eve

bitik bir ruh haliyle döndüğümü ve anneme mutfakta yardım ederken, bulaşık makinesinin başında “Hepimiz öleceğiz ve her şey bitecek, geride kalan hiçbir şeyin hiçbir anlamı olmayacak, farkında mısınız?” diye ağladığımı hatırlıyorum. Genellikle neşeli (bkz. sarkastik) bir ergen olduğum için annemi epeyce endişelendirmiş olmalıyım. O an bana ne demişti, nasıl teselli etmişti, veya teselli edebilmiş miydi, hatırlamıyorum. Zira içinde yüzdüğüm ölümlülük farkındalığı başka bir renge yer bırakmayacak kadar siyahtı. Onu hatırlıyorum. O an yapabildiğim tek şey muhtemelen o siyahın içinde kalmak, hala yaşayan bir beden olarak ölümü idrak etmenin yükünü sindirmektir. Ölümü elbette bir kelime ve bir gerçek olarak biliyordum, ancak o an yaşadığım şey belki de ilk defa ölümlülüğün bende uyandırdığı dehşet ve çaresizlikle yüzleşmek, Heidegger’in *ontolojik farkındalığını* bizzat yaşamaktı. Gerçi konuyu çok da uzatmadım diye hatırlıyorum, ertesi sabah *kronos*’un gereklilikleriyle uğraşmak üzere standart 06:30 kalkışımı yapıp okula gitmiş ve derslere girmişimdir. Ne var ki ölüm içimde bir yerlerde asla inkar edemeyeceğim siyah bir ayak izi bıraktı.

Woolf’un önemini anlatmak üzere koca bir kitap yazdığı o ‘kendine ait oda’ hayatımda daima var oldu. Hem çocukluğumda hem de ergenliğimde odamda çok fazla vakit geçirdiğimi, kitap okuduğumu, günlük yazdığımı, resim yaptığımı, özellikle sıcak yaz günlerinde iskambil falı açtığımı, bazen bolca sıkıldığımı, yatağa uzanıp hayaller kurduğumu, duvarlarıma desenler çizdiğimi hatırlıyorum. Tek başıma olmanın, bir odada bir kişi olmanın bana çok iyi gelen bir yanı vardı. Hayatı bu şekilde sindiriyor, kendi içimde bu şekilde dengeleniyordum. Oda ve yalnızlık birbirini dışlayan değil, olumlu yönde besleyen şeylerdi.

Öte yandan ilişkiler de dünyanın önemli bir parçasıydı. Yakın arkadaşlarımla sık sık onların veya benim odamda iki kişi olduğumuz ve her şeyden konuştuğumuz uzun saatleri hatırlıyorum. Üniversitede bu ikili sohbetlerin derinliği giderek arttı. O dönemde maruz kaldığımız onlarca fikrin ve kuramın da etkisiyle olsa gerek, insan olmanın çok çeşitli hallerine dair bolca kafa yorar ve çene çalar olduk. İlişkilerin beni ne kadar besleyip tatmin ettiğini ilk o zamanlar fark etmiş olmalıyım. Anladığımı ve anlaşıldığımı hissetmek büyük bir lükstü.

Üniversiteden sonra, iş hayatına atıldığımız dönemde, en yakın arkadaşım 5-6 yıl boyunca psikanalize devam etti. Terapi seanslarının akşamında onun evinde kaldığımı, çok sevdiğim kırmızı sandalyede elimde çay kupamla oturduğumu ve arkadaşımın seansın sona erdiğini duyduğumun, hissettiklerinin ve fark ettiklerinin üzerinden geçtiğimizi hatırlıyorum. Psikanalisti Tefrika Hanım, arkadaşımın da benim de çok sık yaşadığımız bir erkek arkadaş sorunuyla ilgili olarak “travma üstüne travma” yorumu yapmıştı - muhtemelen 50 seansta 1 defacık yaptığı yorumlardan biriydi. Bu yüzden ne arkadaşım ne de ben unutabildik. Bu yorum o dönemde aramızda bir şakaya dönüşmüştü. Gittiğimiz bir kafede bir terslik mi yaşadık,

girdiğimiz bir sınavdan kötü bir not mu aldık, hop “travma üstüne travma” diyerek şakalaşırdık. Hayatta son derece sıradan görmeye başladığımız bir durumun bir uzman tarafından travma olarak değerlendirilmesinde bize bu kadar kabul edilemez gelen şey neydi? Muhtemelen konforlu inkar alanımızdan çıkmak istemiyorduk. Çekmeye alışık olduğumuz acıları bırakmak zor geliyordu. Ya da bazı konularda çaresizliği o kadar kabullenmiştik ki, yok saymak daha korunaklıydı. Bugün dönüp baktığımda bir başka açıklama da, bünyemizin daha varoluşçu olan tarafının bu tanımdaki sınırlılığı sezmesi, ancak sözcüğün ve uzmanın otoritesine tam olarak itiraz edememesi olabilir elbette.

Bana gelince, o yıllarda sadece bir kez, bir ilişki problemi sebebiyle terapistte gittim. Ev arkadaşım, daha doğrusu ev arkadaşımın bana adeta yapışarak yaşamasıyla baş edemiyordum. Sınır çizmekte ve rahatsızlığımı sözlü olarak, sakince ve tane tane ifade etmekte müthiş zorlanıyordum. Konuyla ilgili çözümüm, yine yapışık bir ilişki formatına meyilli olan erkek arkadaşımı bahane ederek ev arkadaşımın kaçmaktı. (Haydi, hep birlikte: “Travma üstüne travma!”) İki yanlışın kesinlikle bir doğru etmediği bu ilişki denkleminde debelenmekten yorulduğum bir vakit, bir terapist buldum. Gidip karşısına oturdum, derdimi anlattım ve bolca ağladım. Bu tek seferlik seanstan sadece, terapistin “İnsanları siyah veya beyaz olarak görmemelisiniz.” yorumunu hatırlıyorum. Hmm... Peki. Ama nasıl? Terapiye devam etseydim, bu konuyu açmak ve derinleştirmek için eminim daha çok fırsatım olurdu. Ama o dönemde öğrenci bütçem bunu kaldıramayacaktı. Terapistin yorumunu ara sıra çıkarıp incelemek üzere cebime koydum, hayatıma devam ettim. Ve sonuç olarak beni son derece darlayan bu ilişki üçgeninden çıkmanın yolunu Paris’te master yapmaya gitmekte buldum. Elbette kalkıp o kadar yol gitmemin tek sebebi bu ilişkilerden kurtulmak değildi. Ama ayrılıklar bu gidişin bonusu olacağı için de mutluydum doğrusu. Bir taş iki kuş diye düşünüyordum, o taşın dönüp dolaşıp kafama çarpacağından bihaber...

Bir noktada ilişkilerimizi seçtiğimize ve seçtiğimiz kişilerin bizi tamamladığına dair bir algı oluşmaya başlar. Heidegger’in yaptığı gibi bu düşünceyi takip etmek demek, kendimizi diğer insanların seçimlerinin yalnızca alıcı tarafı olarak algılamak yerine, seçim yapmadan önce seçici olmanın ne olduğunu hayal etmek anlamına gelmektedir. (...) ...hayalgücünün etkisiyle kendimizi reaktörler olarak algılamayı bir kenara bırakıp aktör olarak düşünebiliriz.

Emmy’yi o dönemler okumuş olsaydım, zihnimde yeni kapılar açacağına eminim. Ama belli ki henüz kendisinin zamanı gelmemişti. Henüz benim için hala dev bir reaktör olma ve

debelenme vaktiydi. Aslında geriye bakıp düşündüğümde hayatımın hiçbir döneminde istediğim bir şeyi yapmaktan alıkonduğumu veya birinin beni bir şeylerden alıkoyabileceğine ihtimal verdiğimi hatırlamıyorum. Bu bakımdan kendimi hayatımın aktörü gibi hissetmemek için bir nedenim olduğunu düşünmemem anlaşılır geliyor bana. Yapmak, harekete geçmek, başlatmak, risk almak, bilinmeze kucak açmak gibi fiillerin hakkını vere vere yaşıyordum o yıllarda da. Zaman geçirmekten keyif aldığım ve yanında kendimi iyi hissettiğim insanları, kötü hissettirenlerden ayırmakta da bir sıkıntım yoktu. Ama bütün bunlar olurken güme giden şey, ilişkilerdeki sınır ihlallerine dair duygularıyla dürüstçe temas halinde olmak ve bu duyguları muhataplarına ifade edebilmektir. Bu cümlede ‘muhataplarına’ kısmı önemli, çünkü sevdiğim ve sonuna dek güvendiğim birçok dostumla her türden duygusal açmazı konuşabiliyordum sonuçta. Kitlenip kaldığım, her duyguyu yumuşatma ve seyreltme gereği duyduğum nokta, romantik muhataplarla iletişimdi. Ve sınırlarım zorlanıncaya kadar ilişkileri gayet de iyi(!) becerdiğimi düşünüyordum. Tek derdim takıntılı erkek arkadaşlardı.

Tabii ki sıkıntı erkek arkadaş cephesiyle sınırlı kalmadı. Geçenlerde Esther Perel’in iş hayatına yönelik tek seferlik terapi seanslarını kaydettiği *How’s Work* adlı podcast serisini dinlerken, Perel’in danışanlara sorduğu şu soru dikkatimi çekti:

Bağımsız olmak üzere mi yoksa sadık olmak üzere mi yetiştirildiniz?

Kesinlikle bağımsız olmak üzere, ancak bir yandan da bazı değerlere sadakatin çok önemli olduğu bilinciyle yetiştirildiğimi düşündüm. Bağımsız olmak üzere yetiştirilmek, maalesef yardım almayı bir güçsüzlük olarak görmekle aynı anlama geliyordu. Ailemin mesajı tam olarak bu şekilde olmuş olmayabilir. Nitekim ne zaman ve nasıl bir derdim olursa olsun bana mutlaka yardım edeceklerini biliyor ve onlara güveniyorum. Ancak bağımsızlık mesajının bedelinin yine de yardım almaya direnmek olduğunu hissediyorum. Sadece kendimde değil, birçok başka insanda da gözlemlediğim bir sorun bu. Öte yandan belirli değerlere (ailenin etik davranış kurallarına) sadık olmanın bedeli de bazen kendimi, kendi duygularımı çiğneyip geçmemle sonuçlandı ve sonuçlanabiliyor. Bir haftada anca yetişecek bir işi dört günde yapıp teslim etmeyi kabul etmek gibi sınırlarımı zorlayan durumlar, iş hayatında yıllar boyunca kendi topuğuma sıkıttığım kurşunlar oldu. Çünkü: Verdiğin sözü tutmak. Çünkü: Sorumluluğunu bilmek. Aileme buradan sevgi ve selamlarımı yolluyorum. İş hayatımda bolca yaşadığım ve içime ağıladığım sinir ve stres hallerinin sorumlusu da, yine nerede sınır çizeceğini bilemeyen ve kendini ifade edemeyen bendim.

Bütün bu dramayı kendi içimde yaşarken, en kolayca yaptığım işin metin/reklam yazarlığı olduğuna, yani sipariş edilen her duygunun kalıbına girip metin üreterek para kazandığıma, arada dergi yazıları ve kitaplar da yazdığımı dikkat çekmek isterim. Birisi çıkıp da kendimi ifade etmekle ilgili bir derdim olduğunu söylese muhtemelen anlam veremez ve gülerdim. Ama içten içe hayatımda tam da tatmin olamadığım bir şeyler hissetmiş olmalıyım ki, söküğü olduğunu sezen bir terzi misali, aynı dönemlerde büyük bir hevesle grup çalışmaları ve kolaylaştırıcılık yöntemleri hakkında eğitimler almaya başlamıştım.

Grup dinamikleriyle çalışmak, benim için güvenli bir alandı. Benzer kabızlıklardan mustarip diğer grup üyeleriyle olmak, nerelerde tıkanıldığını görmek açısından birçok fırsat sundu. Bu yöntemleri kullanarak başka grupları modere etmek daha da fazla fırsat sundu, ve hala sunuyor.

Özgürlüğü, güvenli bir topluluğu ve tutarlı ilişkileri yaratmanın bir bedeli vardır. Zaman alır ve farklılıkların ateşinde nasıl oturacağını öğrenme cesaretini gerektirir. (Worldwork yöntemi) insanların *nasıl davranması gerektiğine* dair bir reçete sunmaz. Bu türden reçeteler daima azınlıkların ve güçsüz konumdaki insanların görüşlerini bastırır. Çatışma çözümlemesi ve organizasyonel gelişimde, insanların *gerçekte* birbiriyle nasıl ilişkilendiğini temel alan yeni paradigma ise hızlı politik ve psikolojik değişimler yaratır.

Çatışmayı göze almak ve çatışma halinde ortaya çıkan kendi duygularımın sesini duyabilmek için, çatışan grupların ateşinde benim de epeyce vakit geçirmem gerekti. Sobanın sıcaklığına yavaş yavaş yanaşan bir çocuk gibi. Dokunmadığım sürece yanma riski yoktu. Zaten her şeyden önce grubun meselesi hiçbir zaman benim meselem değildi. Bu anlamda Derin Demokrasi (Worldwork) yönteminin iki meta-becерisinden biri olan nötrlüğü gruba taşımakta zorlanmadım. Ama diğer meta-beceri olan şefkati tam olarak idrak edebilmek için daha fazla zamana ve pratiğe ihtiyaç duydum. Bana öyle geliyor ki şefkat, kendimize yeterince beslemediğimiz takdirde başkalarına beslemenin zor olduğu bir duygu.

Çatışma veya anlaşmazlık yaşadığını bildiğim bir grupla yaptığım her çalışmada bedenimde hissettiğim ortak sinyaller var. Kalp çarpıntısı, sıcak basması, sanki kafatasımı saran ve sıkıştıran bir daralma, panik ve heyecan arasında ama heyecana çok daha yakın bir duygu. Grubun tansiyonunu, havadaki elektriği saçıma kadar hissettiğim ve birlikte nasıl biteceğini bilmediğimiz bir yolculuğa çıktığımız hissi. Sonucunu baştan öngöremeyeceğim(iz) veya dikte edemeyeceğim(iz) için çok değerli ve bana tam da bütün bunlar olurken ‘yaşadığım’ (feeling

alive, canlılık hali) hissini veren, beni kendime merkezlerken etrafa %100 açık hale getiren, adeta bağımlılık yaratıcı bir hal. Öyle ki, bu fırtınanın içindeyken açlığı, susuzluğu unuttuğum bir hal. Güçlü duygulara direnmemeyi öğrenme yolumda, daima minik ve güvenli adımlar atmak yerine cumburlop fırtınanın içine yuvarlanmayı seçmekte de tam kendime göre bir şeyler bulduğumu ve bu satırları yazarken kendi kendime gülümsediğimi itiraf etmeliyim.

Her grup kendi kendinin en iyi iyileştiricisidir. (...) Kendimizi ve topluluklarımızı (cemaatlerimizi? Orijinal metinde: communities) iyileştirmek bir iyileşme salonu, bir cemaat merkezi, bir ağlama duvarı gerektirir. Özellikle Batı dünyasının bu türden çokkültürlü forumlara ihtiyacı vardır ki duygular ifade edilebilsin, insanlar gözyaşı dökebilsin, öfkesini dışarı atabilsin ve birbirimiz için birer kanal olabilelim. Derinden hissedilen bir deneyimin sonucu olarak bir kişi değişirse, bundan herkes faydalanır. İnsanlar iyileşmeyi birlikte deneyimlemediğinde, bireysel ilerleme ketlenir.

Mindell'in bahsettiği grup deneyimini birçok kez gözlerimle gördüğüm ve bizzat yaşadığım için, kendime yaklaşma çabalarımın önce gruptan başlayıp sonra bireye doğru evrilmesini anlayabiliyorum. Beni karşı konulmaz bir merakla grup çalışmalarına ve çatışma çözümü yöntemlerine çeken hissin peşinden giderken içten içe kendim için doğru ve iyileştirici bir şey yaptığımı güveniyordum belki de.

Bu açıdan bakıldığında aslında son derece varoluşçu bir yerlerde gezinmeye başladığımı da iddia edebiliriz. Sonuçta hem Jean-Paul Sartre hem de Hannah Arendt eylemlerimizin, ahlaki ve politik açıdan, sadece bireysel değil toplumsal sonuçlar da yarattığını savunur. Birinci elden deneyimlediğim kolektif çatışma dinamikleri, benim için hayatımı neye harcadığımı daha yakından bakmamın ve anlam arayışında önemli bir damar yakalamamın bir sonucuydu: Her ne kadar güncel siyasetle ilgilenmesem de, temel insani değerlere dair bir şeyler yapmak, dünyaya ve topluma karşı sorumluluk almak, etki alanımın sınırlarına değil, etkileşimin gücüne odaklanmak. Kendi söküğümü dikebilmişim gibi, başkasının söküğüne iğne iplik tutmak da diyebiliriz elbette bu halime. Ama her şeyin bir yerden başlaması gerekiyor sonuçta.

2018 yılında, muhtelif tesadüfler sonucunda, aslında epeydir pek çok farklı kaynaktan duyduğum *İnsanın Anlam Arayışı* kitabını nihayet alıp okumaya başladım ve varoluşçuluğa yeniden ne kadar yakın hissettiğimi uzun bir aradan sonra ilk o zaman fark ettim. Eski bir dostla yeniden karşılaşmak gibiydi. Geriye dönüp baktığımda üniversite ve master eğitimim boyunca Psikanaliz ve Edebiyat konulu birçok ders almış olmakla birlikte, hiçbir zaman bu alanı kendime pek yakın görmediğimi itiraf etmeliyim. Psikanalizin bir şeylere anlam vermek için

bambaşka bir dil/anlam seti oluşturma ihtiyacının sırrına erememiş olmamandır belki. Benzer şekilde Saussure ve dilbilim dersleri, veya gündelik iletişim pratiklerinde siyaseten doğrucu bir dil kullanma endişesi/merakı da beni asla yakalayamadı. Olan biten ve adının konulması bağlamında, doğru eşleştirmelere olan bu merak, bana konudan uzaklaşmanın en basit yolu gibi geliyor. Elbette bu perspektifimi, kendimi hiçbir meselenin azınlığı gibi görmüyor ve hissetmiyor olmanın lüksüyle de açıklayabilirim. Ama sonuç olarak, Frankl ve Logoterapi'nin bunca başımı döndürmüş olmasında, hem kullandığı dilin sade ve anlaşılır olması, hem de önüme yeni bir eşleştirme seti çıkarmaması etkili oldu. Psikolojide böyle bir yöntem olduğunu ve varoluşçuluğun psikolojiyle harmanlanabildiğini ilk defa öğreniyordum. Ve kesinlikle daha fazla şey öğrenmek istediğimi fark ediyordum. Bu şevk ve heyecanla Varoluşçu Analiz Temel Eğitim Programı'nı buldum. İki sene sürececek ve beni gruplardan bireye (en çok da kendime) odaklayacak bir maceraya atıldım.

Aynı dönemde evliliğimin çatırdadığını hissetmek, şimdi dönüp baktığımda hiç de şaşırtıcı gelmiyor. Asıl bütün o okumaların ve tozunu aldığım fikirlerin bir değişime yol açmaması şaşırtıcı olurdu. Ancak yeni ve şaşırtıcı olan, ilk defa kendi terapime başlama ihtiyacı duymamdı. Kocamla aramızdaki son derece kavgasız gürültüsüz (çatışmasız!), dostane ve anlayış dolu ilişkinin aslında duygusal olarak ne kadar kurak ve sınırlı bir coğrafya sunduğunu görmek beni bir anda çarpan 1000 voltluk bir farkındalıktı. Üstelik maalesef suçu karşımdakine atamayacak kadar çok şey öğrenmişim grup dinamiklerinden. Dolayısıyla görüp de beğenmediğim, tahammül edemediğim veya artık içinde olmak istemediğim şeyin kendimin bir yüzü olduğunu biliyordum. Ayrılmak istediğimi söylediğimde kocam hemen bir ABD seyahatine çıkmayı önerdi. Seyahat etmek birlikte en çok keyif aldığımız şeydi, ve sanırım bu şekilde ilişkimizi tamir edebileceğimizi düşündü. Sonra beni terapiye gittiğim için hayatımı gereksiz yere sorgulamakla ve kuşkuya düşmekle suçladı. Son olarak da asla ama asla terapiye gitmeyeceğini birkaç kez söyledi. Gerçeğimizi görmeye cesaret etmektense kaçmayı tercih etmesi bana son derece tanıdık geldi. Sonuçta aynı madalyonun iki yüzüydük. Ve bizden bekleneceği üzere yine kavgasız gürültüsüz, dostane bir şekilde ayrıldık.

Bütün bunlar olurken, ben terapime hiç ara vermeden devam ettim. Konunun kocamdan daha iyisini bulmak değil, kendimin daha iyisi (daha sağlıklı?) olmak olduğunu fark ettiğimde bir jeton daha düştü kafamda. Geçtiğimiz yaz kaydolduğum Compassion Course ise pastanın üzerindeki şekerleme oldu. New York Non-Violent Communication Center'ın düzenlediği bu 1 yıllık eğitim kapsamında, kurduğum veya duyduğum herhangi bir cümlenin arkasında yatan duygulara ve ihtiyaçlara odaklanmayı öğreniyorum. Dışardan bakıldığında son derece doğal ve basit gelen bu pratiği 'öğrenmek' için para veriyor olmak beni bazen güldürse de, bu kursa her

dönem, her ülkeden ve her yaştan binlerce kişinin katıldığını bilmek, duygularımızı görmek, kabul etmek ve ifade etmek konusunda insanlık olarak epeyce eksikli olduğumuzu düşündürüyor bana. Yalnızlık hissetmiyorum. Daha ziyade hakikatimizle yüzleştığımızı ve nihayet hayatın yüzüne baktığımızı düşünüyorum.

Hayatın yüzüne bakmak, daima, hayatın gözünün içine bakmak ve onu neyse o olarak bilmek... nihayet neyse o olarak sevmek, ve sonra da bir kenara bırakmak...

Özetle, Temel Varoluşçu Analiz Eğitimi'ne başladığım ve bitirdiğim nokta arasındaki farklar o kadar dramatik ki, bu bitirme tezini yazarken adeta başka bir insan olduğumu düşündürüyor bana. Ve elbette daha gidecek çok yolum olduğunu da. Hayatımda kendimi bildim bileli var olan odalara, o odalardaki tekil varoluşuma ve ikili ilişkilerime bir yenisinin eklenmesi açısından (terapist-danışan) önemli bir dönüm noktasında olduğumu hissediyorum. Peki varoluşçu felsefe perspektifinden baktığımda, bu yeni ilişki modelinin özünü nasıl tanımlayabilirim?

Neredeyse bilinç akışıyla yazıp sonradan bir omurga kazandırmayı denediğim bu uzun denemede, çağdaş sanatın da kendine bir yer bulması plansız ve programsız bir şekilde, kendi doğasında gerçekleşiyor. Sanatçıların bu eserleri özellikle varoluşçu olarak tanımlayıp tanımlamadıklarını bilmiyorum. Ama bahsettiğim ve bahsedeceğim eserlerin üçü de bana son derece varoluşçu geliyor. Her türden sanat eserinin, yanımızda kaç kişi olursa olsun tek başımıza, kendi zihnimizde deneyimlediğimiz bir şey olduğunu düşünüyorum. Hem dünyaya bakışımızı ele veriyor hem de dünyaya bakışımızı şekillendiriyor. Bana, kendime ve varoluşa bakmanın en anlamlı yollarında biri gibi geliyor. Bu nedenle, en az varoluşçu filozoflar kadar, bu sanat eserleri de varoluşla bağımı yeniden sorgulatan araçlar olarak bu çalışmada yer buluyor.

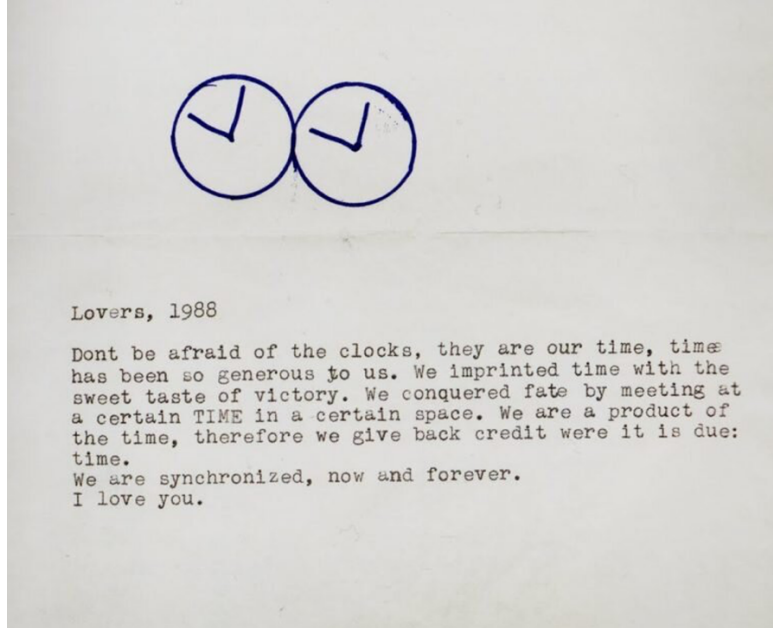
Öte yandan varoluşçu terapiye dair gözlemlerim halihazırda sadece danışan penceresinden gerçekleşiyor. Ancak Temel Seviye eğitiminden aldığım yetkiye dayanarak, en azından hayalimdeki varoluşçu terapistin olası yaklaşım tarzları hakkında bir şeyler söylemeden bu yazıyı bitirmek de içime sinmiyor. Dolayısıyla hem ideal bir varoluşçu terapist (tabii böyle bir şey ne kadar mümkünse) hem de sıradan bir danışan perspektifinden söyleyeceklerim var.

2. Varoluşçu Filozofların Gözünden Terapistin Görevi Ne Olabilir: Oda ve İkinci Kişi

İlişkilere dair atıp tutacağım bu bölüme, üzerine 5 dakikadan fazla düşünürsem beni gözyaşlarına boğacak kadar duygulandıran diğer 2 çağdaş sanat eserinden birincisiyle başlamak istiyorum: Felix Gonzalez-Torres'in *Untitled (Perfect Lovers)* adlı çalışması.



Bu çalışmanın arkasında yatan hikaye doğrudan Gonzalez-Torres'in hayatına dayansa da, hem bu iki senkronize duvar saatinin hem de çağrıştırdığı anlamların bütün insan ilişkileri için son derece varoluşçu bir şekilde geçerli olduğunu iddia edebilirim. Başlayan her şey zaman içinde değişime uğruyor. Başlayan her şey bir süre sonra bitiyor. İlişkinin sevgi boyutu bitmese bile ölümlülüğümüz bizi koparıp alıyor ilişki (ve varoluş) deneyiminden. Beni 16 yaşında hepimiz öleceğiz diye hüngür hüngür ağlatan bu gerçek, varoluşun ve varoluşçuluğun yadsıyamayacağımız bir numaralı kuralı. Bu açıdan, *Untitled (Perfect Lovers)*'ın içimde çok yoğun duygular uyandırmasını, hem eserin hem de benim varoluşçulukla en acılı ve çaresiz yerden, ölüm üzerinden bağ kurmamıza bağlıyorum.



Ve elbette buradan yönümü *kronos* ve *kairos*'a çeviriyorum, çünkü varoluşçuluğun bu ikili zaman tanımı ilişkiler söz konusu olduğunda daha da anlamlı geliyor. Hatta varoluşçuluğun bana verdiği en büyük derslerden birinin, gündelik hayatı çoğunlukla *kronos*'a bağlı bir şekilde yaşıyor olsam da her ilişkinin (kendimizle olan dahil) kendi zamanında ve kendi ritminde akıyor olduğunu anımsatmak olduğunu söyleyebilirim. Bu bilgiye ölümün kaçınılmazlığı da eklenince ilk gönül sohbetimiz için alkışlarla Heidegger'i davet ediyorum. Konumuz, *Untitled (Perfect Lovers)*'ın da işaret ettiği gibi, ikili ilişkileri sürdürmek için azimle çaba gösterirken bir yandan da değiştiremeyeceğimiz her konuda (en başta hayatın sonluluğunda) akışa teslimiyet.

Varoluşçu terapi sürecinin (tıpkı varoluşçu felsefenin kendisi gibi) bana en doğru hissettiren taraflarından biri, terapistin kendini kendi insanlığından muaf tutma zorunluluğunu hissetmeden, bir başka insanın insanlığına şahit olmaya cesaret edebilmesi. Uzmanlığın yukarıdan bakan ayrıcalıklı konumundan konuşmak yerine, açık ve eşitlikçi bir alan sunması. Danışanı kendi deneyimine yaklaştırmak için alan tutarken, terapistin kendi duygu, yargı ve sınırlarını da fark edebilmeye açık olması. Bütün bunlar olurken karşısındaki insandan, gerçeğini saklamamayı seçebilmesi ve indirgemelerde bulunmadan karşısındakinin zorluğunda kalabilmeye azmetmesi. Ve bir yandan da meşhur 'gözlemede kalmak'. Hiçbir konumun/eylemin sürekli olabileceği fikrine kapılmadan, duygularının neler anlatmaya çalıştığını dinlemeye açık olmak. Sırf terapist koltuğunda oturduğu için kaygıdan muaf olman gerektiği yanılgısına da kapılmamak. Bu açıdan Heidegger'in varoluşçuluğa dair bütün kavram ve tanımlarının terapist-danışan ilişkisi için de geçerli olduğu söylenebilir.

Ayrıca, danışanlar adına konuşursam, en azından terapinin başlarında, Heidegger'in *aletheia*'sına terapi odasından daha yakın olduğumuz çok az yer ve durum olabilir. Hatta Heidegger'ci bir yerden terapinin amacı, tam da kendi hakikatimize hayatımızda daha fazla yer açmaya cesaret etmeyi öğrenmektir. Gonzalez-Torres'in eserinin beni neden bu kadar derinden etkilediğine Heidegger üzerinden baktığımda ise, kendi olma özgürlüğünün bastırılmaz sesini duyuyorum. Yan yana duran bu iki saat bana ölüm kaygısından özgürleşmek için, öncelikle ölümü kabullenmemiz gerektiğini hatırlatıyor. Bu açıdan Gonzalez-Torres'in ölümle yüzleşmeyi bu kadar zarif, basit ve çarpıcı şekilde yapabilmesinde kendim için de bir umut buluyorum. İyi sanatın insanlığa en büyük hediyesinin, bizler görmeye ve duymaya hazır oldukça, varoluşumuzun en katı sınırlarını göstermek, ancak bunu yaparken bir yandan da hayata ve insanlara olan inancımızı köreltmemeyi başarabilmek olduğunu düşünüyorum.

Bu bağlamda ikinci olarak Nietzsche ile bir gönül sohbeti yaptığımızı hayal edebiliyorum. Hem terapi ilişkisinde hem de diğer ilişkilerde "Hayatı akıl ve mantıkla anlayıp çözebileceğine çok fazla bel bağlama." diyerek açabilirdi sohbetimizi.

Çünkü bilim insanının doğası... içinde gerçek bir çelişki barındırır: Bilim insanı, sanki varoluş korkunç ve tartışmaya açık bir şey değilmiş de sonsuza kadar süreceği garanti edilmiş sabit bir mülkmüş gibi, dünyadaki en gururlu, en varlıklı aylak gibi davranır. Hayatını, yanıtları aslında yalnızca sonsuzluktan emin biri için anlamlı olabilecek sorularla çarçur etme hakkı varmış gibi davranır.

Burası DSM'e saygılarımızı sunarak varoluşçu terapinin etiketlerden kaçan yapısına sığındığımız nokta olsa gerek. Bu türden bir rehberin belli açılardan gerekli olabileceğini reddetmemekle birlikte, insan gibi kompleks bir varoluşun sadece tespit ve tanımlara indirgenmesinde Buber'in tarif ettiği ben-o ilişkisini görmemek imkansız. Ancak Buber'e geçmeden önce son bir nokta daha var.

"We are synchronized. Now and forever." Bu kısımda Gonzalez-Torres'in bilmeden de olsa *Bengi Dönüş*'e bir selam çaktığını düşünüyorum. Birini sevmek eyleminin, birini olduğu gibi kabul edebilmek eyleminin varoluşçu bir açıdan bakıldığında, hayatımıza tekrar eden bir anlam atfetmek için harika bir seçenek olduğunu sadece ben değil Nietzsche de iddia edecektir. Taa ki saatlerden biri durana veya senkronizasyondan tamamen çıkana kadar. Terapist-danışan ilişkisi bağlamında bakıldığında, danışanın terapisti tarafından olduğu gibi kabul edilmesi, terapinin en büyük hediyelerinden biri olabilir. Varoluşçuluğun bu hediyeye ekstra katkısı ise,

danışanın sadece kendiyle değil dünyayla kurduğu ilişkiyi de daha hakiki, canlı ve etkileşimli hale getirmeye teşvik etmesidir.

Kişi, sadece kendi içinde kurtuluşa erdiği müddetçe, dünyaya iyilik veya kötülük yapamaz; dünyayı ilgilendirmez. Ancak dünyaya inanan kişi onunla temas kurar; eğer kendini teslim ederse tanrısız da kalamaz. Asla sonlanmayı istemeyen gerçek dünyayı sevelim, fakat onu bütün dehşeti içinde sevelim, onu ruhumuzun kollarıyla kucaklamaya kalkışalım -işte o zaman, bizim ellerimiz onu tutan ellerle karşılaşır.

Şimdi zamanda biraz ileri zıplayarak Buber’e geçmemizin tam vaktidir. Çünkü herhangi bir ilişkinin ve diyalogun mümkün olması için, içinde bir BEN bir de SEN olması gerekir. Bu açıdan varoluşçu terapi, hem danışanın hem de terapistin kaçınılmaz olarak meyledebileceği ben-o ilişkisini, her seansta ve her soruda, yeniden BEN-SEN ilişkisiyle değiştirme fırsatı sunar. Peki bu neden bu kadar önemlidir?

Ne terapistin ne de danışanın tamamen bağışık/muaf olduğu bir şey varsa o da şüphesiz ben-o ilişkisidir. Sonuçta dışımızdaki dünya da bu standart algı kalıbını desteklemek üzere elinden geleni yapar. Başkalarından konuşur, başkalarının başkalarından konuşma hallerine kulak misafiri oluruz. Takip ettiğimiz sosyal medya araçları, okuduğumuz gazeteler, kitaplar, en basit ve gündelik mesajlaşmalarımız başkalarına dair yargılarımızın resmi veya gayriresmi geçididir. Bu geçidin içinde neler yoktur ki? Hiyerarşi, güç ilişkileri, otorite, manipülasyon... Terapi odasının, içinde yaşadığımız toplumun ilişki modellerinden azade olmasını ummak çoğu senaryoda danışanın birinci gündem maddesi olmayabilir. Ancak terapistin kesinlikle olmalıdır. En azından varoluşçu bir terapistin bu açıdan kendine dürüst olması ve ne zaman BEN-SEN ilişkisinden uzaklaşıp ben-o ilişkisine meylettiğini fark etmesi süreci 2 yönlü etkileyebilir: Hiyerarşi ve otoritenin olmadığı, doğal bir paylaşım ve öğrenme ortamı yaratarak.

Danışan perspektifinden bakıldığında, terapistin daima bir zorlamayla özdeşleşme riski mevcuttur. “Kendimi zorlamalıyım, doğrusunu bulmalıyım, yoksa bu dertten kurtulamam.” diye düşünmek, derman aradığımız terapistten medet umma beklentimizin de en önemli sebebi olabilir. Terapiste gitse de gitmese de, yeni bir şeyler öğrenme arzusu insanın içinde doğal olarak vardır. Buradaki asıl mesele bunu edilgen bir nesne olarak mı, yoksa yaratıcı bir özne olarak mı yapacağıdır. Bu bakımdan, varoluşçuluğun terapiye getirdiği en büyük fırsatlardan birinin danışanın yaratıcılığını öldürmemek olduğunu düşünüyorum. Danışanın getirdiği malzeme her ne ise onunla çalışma prensibi (olanla kalabilmek), eldeki malzemeden yeni bir şeyler yaratmaya alan açmak, danışanı dış standartlara değil içsel doğrulara göre yaşamaya

teşvik etmek (*das man*'a göre yaşamak yerine otantik olabilmek)... Danışanı otantik varoluşuna yaklaştıran her pratik, onu doğal olarak BEN olmaya da yaklaştırır. Hepimiz BEN olamadan, sağlıklı bir BİZ olmak ne kadar mümkündür, tartışılır. Bu bakımdan bireysel terapinin grup terapileriyle aynı sorunun iki yüzünü ele alarak ortak bir amaca yöneldiği iddia edilebilir. Grup çalışmaları BEN'i kalabalık bir BİZ'in şahitliğiyle açar. Bireysel terapi ise beni SEN olmaya davet eden bir terapistin şahitliğiyle. İki yöntemde de, tanılar ve teşhislerle halihazırda deneyimlenen ilişkinin dışına kaçmak yerine, içindeki ihtimalleri araştırmak mümkün hale gelir. Ama bunu bazen 2 kişiyle yaparız, bazen 20 kişiyle. Bu durum bizi (danışanları) sorun her ne ise dışarıdan daha iyi bir çözüm bulmak yerine, içeride bir yerden kendimizin iyisi/doğrusu/hakiki versiyonu olma potansiyelini harekete geçirebilir. *Dasein*'ımızla daha yakından temas kurmaya teşvik eder.

Elbette terapi odasına varoluşçu prensiplerle giren veya fenomenolojik yöntemi kullanan yegane terapistler varoluşçular olmak zorunda değildir. Ancak varoluşçulukla içli dışlı olabilmiş bir terapistin, bu felsefede kendine yakın bir şeyler bulduysa bir daha tamamen geri dönebileceğine de pek ihtimal vermiyorum. Sevgili arkadaşım Alp Kemaloğlu'nun da dediği gibi "Once you go existentialist, you never go back!"

Ancak terapist her ne kadar varoluşçulukla aşk yaşasa da, terapist-danışan ilişkisi elbette bir aşk ilişkisinden ziyade görücü usulüdür. Taraflardan biri diğerine yönlendirilir, uygun görülür veya denk düşer. Ve iki kişi kendini tamamen hazırlıksız bir şekilde bir odada bulur.

3. Bir Odada İki Kişi: Karşılaşma

Bu bölümün açılışını, söz verdiğim üzere, yüreğimi dağılayan üçüncü modern sanat çalışmasıyla yapacağım. Marina Abramovic'in 2010 yılında MOMA'da gerçekleştirdiği *The Artist is Present* adlı performansıyla. Kayıtları izlerken yaşadığım müthiş duygusal yoğunluk düşünülürse, bizzat deneyimleyemediğim için hayıflandığım tek performans. Neredeyse 3 ay süren ve Abramovic'in her gün 8 saat boyunca MOMA'da bir sandalyede oturduğu bu performansta, sanatçı karşısına geçip oturan kişiyle hiç konuşmadan sadece bakışıyor. Karşılıklı bakışma bazısıyla birkaç dakika sürüyor, bir başkasıyla saatlerce. Bu deneyimde sırayla karşısına oturarak ona eşlik eden 1000 kadar kişinin çoğu sanatçıyla geçirdiği karşılaşmadan gözyaşlarıyla ayrılıyor. Yaşadıkları deneyime dair düşüncelerini paylaşıyorlar "Zamanın dışında olmak gibiydi.", "Orada oturdukça duygularım değişiyordu.", "Bana hiç de uzun gelmemişti ama 1 saat 45 dakika kadar oturmuşum." gibi yorumlarda bulunmuş. Bir tanesi ise özellikle ilgimi çekti:

“Hep insan olarak kim olduğumuzu açığa çıkaran performanslara yöneliyorum ve bu çok farklı bir tanesiydi. Bana o kadar zor geldi ki... Buraya gelirken hiç beklemediğim ve çok derin bir düzeyde açığa çıkan bir şeyler vardı o esnada. Bunu gördükten sonra neredeyse yorgun düştüm. (...) bir süre sonra kendimi entelektüel olarak analiz etmeyi beceremediğim, bilinçdışı bir yere giderken buldum. Şu an tanımlarken bile kelimelerimin yetersiz kaldığını hissediyorum.”

Sanırım terapistin danışanla karşılaşmasına daha yakından bakmak için işimize yarayabilecek bir çıkış noktası sunuyor bu örnek. Ama önce, bu performansın bana en çok dokunan anına götürmek isterim sizi.

Performansın ilk gününde, Abramovic’in karşısına oturan kişilerden biri de yıllar önce çok uzun bir birliktelik yaşadığı, birlikte sanatın sınırlarını defalarca zorlayan benzersiz performanslar tasarladığı, ancak nihayetinde üzücü bir şekilde ayrı yollara gittiği hayat arkadaşı Ulay’dır. Abramovic, bir önceki kişinin masadan kalkmasından sonra her zaman yaptığı gibi gözlerini yere eğer. Adeta bir sonraki SEN ile karşılaşmaya hazırlar kendini. Gözlerinde ve kalbinde temiz bir sayfa açar. O sırada Ulay gelir ve masaya, Abramovic’in tam karşısına oturur. Sanatçı yeni karşılaşmaya hazır olduğunda yavaşça başını kaldırır ve elbette Ulay’ı görür görmez tanır. Çoğunlukla sabit olan ilk bakış ve yüz ifadesi değişir, gözlerinde bir ışık ve bir gülümseme belirir. O anda Ulay’ı iyi veya kötünün ötesinde, bambaşka bir yerden gördüğünü hissedirim. Acı, tatlı bütün anılar, ihanet ve hayalkırıklıkları yerini o anda birlikte var olmaya, birbirinin karşısında ve bakışında sadece ‘olmaya’ bırakır. Ulay’ın bakışlarından ve mimiklerinden okunan kabul ve tevekkül, Abramovic’inkiyle birleşir. İkisi de gözyaşlarını tutamaz. Ama temizleyen bir ağlamadır bu. Bir noktada Abramovic uzanır ve Ulay’ın ellerini tutar. Ve kısa bir süre sonra geri çekilir. Yeniden gözlerini kendine, kucağına eğer. Karşılaşma burada son bulur.

The Artist is Present performansının varoluşçu terapi bağlamında bende uyandırdığı birkaç soru var: Terapistin görevi nedir? Terapist odada ne olarak var olur? Önemli olan mevcudiyet olarak orada var olması mıdır, yoksa karşı tarafın görülmesi ve duyulması için bir araç mıdır?

Varoluşçu terapinin beni kendine en çok çeken yönü, terapistin insani tarafını terapi odasına getirebilmesi olmuştu. Terapistin insan olma deneyimine sahip çıkması ve orada danışanla birlikte var olmasında çok etkileyici bulduğum bir ihtimaller zenginliği ve bir güç var. BEN’in karşısındaki bir SEN olmanın gücü. Terapistin muhakkak kendi bütünlüğü içinde,

ama danışandan bağımsız ve uzakta olmayan hali, acaba danışanlara da varoluşçuluğun tadına bakma fırsatı sunabilir mi? Adını tam olarak bu şekilde koymasalar bile, bunun mümkün olduğunu düşünüyorum.

Sizinle onun arasında, müteakıl bir veriş vardır: ona SEN dersiniz ve ona kendinizi verirsiniz; o size SEN der ve kendisini size verir. Başkalarıyla, onun hakkında ortak bir anlamaya varamazsınız: onunla yalnızsınızdır; fakat o size başkalarıyla karşılaşmayı ve bu karşılaşmalarda yerinizi korumayı öğretir; gelişlerindeki lütuf ve ayrılışlarındaki hüznle, o sizi, paralel olmalarına rağmen kesişen ilişki saflarındaki SEN'e doğru götürür. Hayatta kalmanıza yardımcı olmaz; sadece, sizin, ebediyet hakkında ipuçlarına sahip olmanıza yardım eder.

Buber'in de son derece şiirsel bir şekilde ifade ettiğı gibi, paraleller arasında bir kesişim ilişkisi kurabilmek belki de varoluşçu terapistin en temel görevidir. Ancak bu ilişkiyi her seansta yeniden ve yeniden kurabilmek, her türden ilişkide olduğu gibi terapist-danışan ilişkisinin de en zorlu taraflarından biri olabilir. Bu ilişkiyi canlı ve BEN-SEN ekseninde tutmanın önemli unsurlarından birinin merak olduğunu düşünüyorum. Ve buradan Heidegger'e geri dönüyorum.

“İnsan, varoluşun gardiyanıdır.” sözünde kastedilen dış dünyanın bizim içimizde yankı bulma halleri, öznel gerçekliğimizi oluşturuyor. Sonuçta hepimiz için dünya, tam da gördüğü, görmeyi bilinçli veya bilinçsiz olarak seçtiğı gibi bir yer. Ayrıca her deneyimin anlamını bulmasına zemin oluşturan bir de bağlamı var. Terapi odasında deneyime daha yakından bakmak, aslında bütün bu bağlamlara da daha yakından bakmak anlamına geliyor. Deneyime daha yakından bakmak içinse, hem umursama hem de varoluşçu bir merak gerekiyor. Danışanın deneyimini açıklamak veya yorumlamak yerine, daha fazla açmaya ve anlamaya çalışmak, danışanı da kendi deneyimine benzer bir şekilde yaklaşmaya davet ediyor.

Bilgi Üniversitesi'ndeki lisans eğitimimin son senesinde, Fatih Özgüven'in *Aspects of Modernism* diye bir dersini almıştım. Her derste modern hayatın çeşitli konularından/alanlarından bir konuk geliyor ve modernizmi kendi alanı açısından anlatıyordu. Modernizm ve Edebiyat temalı dersin konusu Orhan Pamuk'tu ve neredeyse 17 yıl önce verdiği tarihçi analogisi bugün bile aklımda: “Tarihçi tıka basa dolu bir odadan çekip çıkardığı 3-5 şeye bakıp geçmişini anlamaya çalışan kişidir. Mesela bir boş konserve kutusu, tek gözü kopmuş bir bez bebek veya dolu bir silah...”

Terapistin ve danışanın birlikte yapmaya çalıştığı şeyde bana Pamuk'un tarihçisini çağrıştıran bir hal var. Tıpkı tarihçi gibi varoluşçu bir terapistin de, danışanın tıka basa dolu odasına (*dasein*'ına) öncelikle umursama ve merakla yaklaşacağını varsayıyorum. Elimizdeki deneyime /malzemeye, her ne kadar kendini parça parça açsa bile, bir bütün olarak yaklaşmak da varoluşçulukla anlam kazanıyor. Zira anlam asla tek bir nedenden meydana gelmiyor ve kişinin parçalara verdiği şekilde yaratılıyor. Aslında kimsenin tam olarak ne yaşadığını bilemeyecek olmanın önkabulü ise, varoluşçu terapinin insan olma deneyimini en samimi şekilde kucakladığı ve kendi sınırlılığıyla yüzleştiği yerlerden biri gibi geliyor bana. Bazı soruların kesin bir cevabı yok ve hayat bitimli bir şey. Bu durum hem terapist hem de danışan için ortak bir hakikat. Peki terapinin bu sınırlara rağmen danışanın hayatına canlılık katabileceği en hayati alanlardan biri tinsel dünya olabilir mi?

Bizim için önemli olan şüphesiz ki, anlamlı bulduğumuz ya da anlamlı kıldığımız şeylerdir ve bu da tinsel boyutun merkezinde yer alır. Hayattaki görevimiz, anlamsız görünen dünyayı anlamlandırmak ve anlam yaratmaktır. Hayatın tarifi zor anlamını aramak yerine, bizler kişisel açıdan kendi hayatlarımız için önemli olanı aramalıyız. (...) Bu, elbette o kadar kolay olmayacaktır çünkü kontrolümüz dışında tesadüfen gerçekleşen, hem olumlu hem de yıkıcı sonuçları olabilecek birçok şey vardır. Ancak yaşadığımız acı bile, onu anlamlandırmamızla dönüştürülebilir.

Van Deurzen'in bahsettiği anlam arayışı, bana göre varoluşçu terapinin en temel meselelerinden bir diğeri. Hatta bir terapistte görünme ihtiyacı duysun veya duymasın, bunun, hayatı hakkında düşünme pratiği olan her insanın temel meselelerinden biri olduğu iddia edilebilir. Bu yazının ilk bölümünde özetlemeye çalıştığım kendi yolculuğum aslında benim için bir anlam bulma yolculuğudur. Yapmayı ve yapmamayı seçtiğim şeyler, gitmeyi veya dönmeyi seçtiğim yollar, aldığım veya almadığım her türden sorumluluk beni hayatımın şu an olduğum noktasına taşır ve anlam arayışımı dönüştürür. Bu, yeryüzündeki her insan için böyledir ve bu durum hepimizi birleştiren ortak bir temadır. Ancak hepimizin anlamlandırma süreci kendine özgüdür. Varoluşçu terapistin bütün duygusal tepkiler bağlamında kendine özgülüğe alan açması, danışanın geleceğe dair ihtimallerine de daha geniş bir alan açabilir.

Sanırım buraya kadar yazdıklarımın, terapistin görevine ve odada var olma sebebine dair birkaç temel önermeyi bir araya toplayabiliriz: Danışanı nesne değil özne olarak görmek ve deneyimlemek, umursama ve merak, danışanın anlam arayışına alan tutarken ihtimalleri desteklemek ve bütün bunlar olurken insan varoluşunun sınırlarını da kabul etmek. Marina

Abramovic, hiç tanımadığı ziyaretçilerle tek kelime konuşmadan bir masaya oturmaya ve gözlerinin içine bakmaya gönüllü olduğunda ortaya çıkan duygusal yoğunluğu da tıpkı yukarıda seçtiğim kelimelerle tanımlayacağımı fark ediyorum: Karşısındaki insanı nesne değil özne olarak görmek ve deneyimlemek, umursama ve merak, karşısındakinin anlam arayışına alan tutarken ihtimalleri desteklemek ve bütün bunlar olurken insan varoluşunun sınırlarını da kabul etmek. Bu açıdan *The Artist is Present* çağdaş sanatın ihtimalleriyle varoluşçu terapinin yöntemlerinin (iki paralel dünyanın?) kesiştiği sıradışı durumlardan biri olarak görülebilir. Bu yazıda kendine bunca detaylı bir yer bulmasının sebebi de bu kesişim hissi olsa gerek.

Buradan istikametle, diğer soruma geçebilirim: Önemli olan terapistin mevcudiyet olarak odada var olması mıdır, yoksa terapist karşı tarafın görülmesi ve duyulması için bir araç mıdır?

Emmy Van Deurzen, terapi desteği için gerekli unsurlar arasında *orada olmaktan* da bahseder. “*Orada olmak*, terapistin fiziksel, duygusal ve ruhsal olarak ortaya çıkan ve danışanla ilgilenen öznel varlığını ifade eder.” Yalom’a göre *orada olmak* ise danışanın terapist için önemli olmasını sağlar. Bu tanımlar bir yana, ben de ‘Bir odada iki kişi’ olarak başlıklandırdığım bu yazının hiçbir aşamasında, terapistin *orada olmaması* gibi bir seçeneği düşünemediğimi fark ediyorum. Tam tersine, terapi sürecinin en anlamlı parçası, bir odada bir değil iki kişi olma deneyimi değilse nedir?

Bazı farkındalıklar için dünyanın öbür ucundaki bir şapelde sessizce tek başına oturmak yetebilir. Bazı farkındalıklar için can dostlarımızın ve sevdiklerimizin sıcak, şefkatli ve kucaklayıcı varlığı yeterlidir. Ancak varoluşçu terapiyi varoluşçu terapi yapan ve benzerlerinden ayıran şey, günün sonunda terapistin varoluşçu bir şekilde *orada olma* halidir. Varoluşun bütün imkanları ve sınırlarıyla.

Hem varoluşçu terapistin hem de danışanın terapi odasında imkanlar ve sınırlar dahilindeki varoluşu, bana sosyal bilimci ve yazar Brene Brown’ın ait olma ve kendini bir ortama uydurma (belonging vs fitting in) ikilemini hatırlatıyor. (Ki pekala Heidegger’in *Eigenlichkeit* ve *Das Man*’ının başka kelimelerle ifade edilmesi şeklinde de yorumlanabilir!) Brown’ın araştırması gösteriyor ki aidiyet hissi en güçlü olan insanlar, tek başlarına bile kalsalar otantik olmaya cesaret edenler oluyor. Bu insanlar kendilerine karşı dürüstlüklerini korumak ve anlamlı buldukları şeyleri savunmak üzere başkalarından kopma riskini göze alıyorlar.

Terapi odasına girdiğimizde danışanın önce kendi otantik varoluşuna dair farkındalık ve deneyim kazanması, zaman içinde hayatına vereceği anlamı ve kendisi için değerli olan şeyleri de belirleme gücü taşır, ve böylelikle bir aidiyet hissi yaratabilir. Bu bazen belirli

kavramlara, bazen bir gruba veya kişiye, bazen de kişinin en temel hakikatine aidiyet olabilir. Terapist açısından bakıldığında ise, odadaki ikinci kişi olarak danışanla orada olma hali, soracağı sorular, vereceği tepkiler ve varoluş biçimleri, kendine dair bir aidiyet süreci olarak değerlendirilebilir. BEN ve SEN yavaş yavaş ortaya çıkar ve (ideal olarak) giderek daha fazla yer kaplar.

Konuyla ilgili çalışmaya başlamadan önce, insanların ait olmak istedikleri kişi ve grupları seçip, sonra içsel bir uzlaşma süreciyle aidiyet hissi geliştirdiğini varsayan Brown için araştırmasından elde ettiği sonuç epey şaşırtıcı oluyor. Araştırma sırasında görüştüğü ve gözlemlediği, aidiyet hissi geliştirebilen kişilerdeki ortak duruşu ise şu kelimelerle tarif ediyor: Aynı anda hem cesur hem de korku içinde.

Bu tanım (cesaret ve korku) bana insanın anlam arayışına eşlik eden *default* bir hal gibi geliyor. Bu bakımdan ne terapistin ne de danışanın cesaret ve korkudan muaf olamayacağını düşünüyorum. Ancak ikisinin de kendilerine özgü çeşitli korku ve endişelerine rağmen bir odada oturup konuşabilmesi Kierkegaard'un şüpheye rağmen iman etme kavramını ve bu türden bir imanın getirdiği canlılık hissini hatırlatıyor. Birini dinlerken herhangi bir garanti beklemeden veya belirli bir sonuç elde etmeye çalışmadan kalabilmek, sadece varoluşçu terapistin değil, her türden ikili ilişkinin en büyük sınavı değil midir?

Bu aşamada taze bir varoluşçu terapistin önündeki en büyük sınavlardan biri, danışanın karşısına çıkma ve orada olma ayrıcalığını bir ehliyet olarak kabul edip beceri açısından yeterli görmesi olabilir. Ancak ilişki dinamiğinde sürekli anda olma ve söze dökülenlerin dışında kalanları da takip edebilme becerisi zamanla kazanılan bir şey olsa gerek. Dolayısıyla Van Deurzen'in *orada olmaktan* kastettiği şeyin basitçe odada mevcut olabilmekten çok daha geniş bir yetenek setine işaret ettiğini düşünüyorum.

Öte yandan terapisti sadece bir araç, bir ses yansıtıcısı olarak görmek de hem biraz sınırlı hem biraz dışlayıcı geliyor kulağıma. Özellikle varoluşçu bir açıdan baktığımızda, terapistin bu kadar uzak ve izole bir rolde olamayacağını düşünüyorum. Evet, 'paranteze almak' varoluşçu terapistin önemli bir aracıdır. Ancak Rollo May'in "terbiye edilmiş tecrübesizlik"ini her seansa yeniden getirebilmek bana pasif bir araçtan ziyade canlı, dinamik ve yaratıcı bir katılımcıyı çağırıyor. Terapist ve danışanın sürece katılım süreleri eşit olmamakla birlikte, bu ilişkideki etkileşim paylarının diğer terapi türlerine kıyasla daha eşitlikçi olduğunu düşünüyorum.

Temel eğitim sürecinde okuduğum onca kitap arasında, teoriye odaklanan eserlerdense, terapi odasından direkt bildiren kitaplar beni en çok etkileyenler oldu. Varoluşçu ve eşitlikçi terapi sürecinin pratik uygulamalarında, terapinin danışanlarla nasıl insancıl bir yerden bağlantı

kurduğunu okumak beni her seferinde sarstı. Özellikle Stephen Grosz'un vakalarını ele alış tarzını çok ilham verici bulduğumu ve başka birçok kişiden / yazardan örnek verdiği kimi paragrafların altını hayranlıkla çizdiğimi hatırlıyorum.

Yazar Karen Blixen, "Bir öyküye yerleştirmek veya öyküsünü anlatmak bütün üzüntüleri katlanılabilir kılar" der. Peki ya kişi üzüntüsünün öyküsünü anlatamıyorsa? Aksine öyküsü onu anlatıyorsa?

Bazen değişmek için kendimizi düzeltmeye ya da yaşayanlarla ilişkilerimizi onarmaya karar vermemiz yeterli olmaz; bunun yerine kayıplarımızla, unuttuklarımızla, ölülerle ilişkilerimizi onardığımızda değişiriz.

Şu ya da bu şekilde hepimiz acı veren duygularımızı susturmaya çalışırız. Oysa hiçbir şey hissetmemeyi başardığımız zaman, canımızı yakanın ne olduğunu ve niçin acı çektiğimizi anlamanın tek yolunu yitirmiş oluruz.

Acil durumlarda bile -belki de özellikle acil durumlarda- bizi tam olarak nereye götüreceğini bilmediğimiz bir çıkışı istemeyiz.

Psikanalistler geçmişin şimdiki zamanda yaşadığını işaret etmekten hoşlanırlar. Ama gelecek de şimdiki zamanda yaşıyordur. Gelecek, gitmekte olduğumuz bir yer değil, şu an zihnimizde olan bir düşüncedir. Onu biz yaratıyoruzdur, karşılığında o da bizi yaratır. Gelecek, şimdiki zamanımızı şekillendiren bir fantezidir.

Bazen Alex gibi ben de hastalarımı geriye kalan işaretlerden yararlanarak başladıkları yere götürürüm. Görünmeyen fakat hissedilebilen bir dünyayı adım adım dolaşmalarına yardım ederim. Kimi zaman kendimi bir tur rehberi gibi hissederim - yarı dedektif, yarı çevirmen.

... yas tutuyorlar; ikisi de kendi yöntemiyle. Ortak noktaları şu ki: Konuyu halledip geride bırakmış olmaları gerektiği düşüncesine takıldıkları için daha fazla acı çekiyorlar.

Öyküye yerleştirmek, ölümle yüzleşmek, duygularımızla temas halinde kalabilmek, güvenlik ihtiyacı, geleceği nasıl kurguladığımız, danışanı ihtimallere açmak, olması gerekene takılıp olanı es geçmek... Dağınık bir şekilde altını çizdiğim bu alıntıları şimdi bir arada okuyunca fark ediyorum ki, burada çıkardığım bu kısa özet, varoluşçu terapinin bireysel olarak bende en çok yankı bulan kavramlarını bir araya getiriyor.

Grosz'un danışanlarıyla kurduğu ilişkinin bende bıraktığı izlenim, gerçek bir kabule eşlik eden *meydan okuma* yetisi oldu. Van Deurzen'in terapi desteği için gerekli gördüğü 5 unsurdan biri olan *meydan okumak*, varoluşçu terapinin önemli bir bileşeni. Van Deurzen'in tanımına göre "Terapistin danışana doğruları söyleme konusundaki taahhüdüne işaret eder. Meydan okumak, danışanın, terapi saatinde olduğunu düşündüğü kişiden daha fazlası haline, ihtimalleri dahilinde, gelebilmesi yönündeki becerisini destekler." *Orada olmak, tutmak, ilgilenmek ve doğrulamak* (diğer 4 kavram) bir yana, bir terapist adayı olarak değilse bile, bir danışan olarak terapiden en büyük beklentimin meydan okunma olduğunu, son dönemde kendi terapi sürecimde fark ediyorum. Bu da bizi bu yazının son bölümüne götürüyor.

*

Gelelim bütün bu olan bitenin danışan koltuğunda oturan bendeki yansımalarına...

O zaman sahneye alkışlarla terapistimi davet ediyorum. Zira kendisi bana bu süreçte 1,5 yıldan fazladır eşlik ediyor.

Danışan koltuğundan bakarak varoluşçu terapist ve danışan ilişkisini yorumlamak, danışanın varoluşçuluktan haberdar olması veya olmamasına göre değişecektir. Ben kendi terapime, varoluşçu analiz temel eğitiminden daha sonra başladığım için ister istemez 'haberdar' kategorisinde yer alıyordum.

Haberdar olmanın kuşkusuz kendine göre avantajları ve dezavantajları var. Benim de severek okuduğum filozofları okumuş, bu bakımdan varoluşa dair görüşlerini oluştururken benimle aynı yollardan geçmiş birinin karşısında olduğumu bilmek bende muhakkak bir güven ve ortaklık duygusu uyandırmıştır. Ama buradan yola çıkarak, varoluşçu olmayan bir terapist gitseydim bir güven ve ortaklık zemini bulamazdım gibi bir düşüncem de yok. Sanırım Ferhat Hoca'nın referans olması, terapist seçimimden beklentilerimi kaçınılmaz olarak etkiledi (bkz. yükseltti). İlk kez gerçek anlamda, düzenli şekilde terapist gitmeye başlayan biri olarak, beklentilerimi kıyaslayabileceğim başka bir referans noktası da bulamıyorum açıkçası. Hayatımın duygusal açıdan oldukça kaotik bir zamanında bir terapist ihtiyacı duymam bir yana,

bu süreci başlatmamın bir diğer (örtük?) nedeni olarak, elbette içine bunca daldığım varoluşçuluğun terapi halini birebir deneyimleme merakımı da pas geçmeyeyim.

Varoluşçu terapist, varoluşçuluktan haberdar olarak gitmenin en büyük dezavantajı, ders olarak okuduğum şeylerin uygulama halini deneyimlediğim bilgisini sık sık hatırlamak olabilir. Bu durum nadiren de olsa hala beni o andan çıkarıp kendi kafamda minik analiz ve çıkarımlara yöneltebiliyor. Terapistin hangi soruyu ne amaçla sormuş olabileceğine dair düşüncelere kaptırmak, haberdar olmakla birlikte gelen risklerden biri.

Bir podcast'te, yabancı dil bilenlerin beyin yapısının bilmeyenlerden tamamen farklı olduğunu dinlemiştim. Aynı kavramın birden fazla şekilde/sözcükle ifade edilmesine alışkın hale gelmek beyin elastisitesini geri dönülmez bir biçimde etkiliyordu. Aynı uzmana göre, benzer bir şekilde, kendimize ait olmayan başka bir kültürde yaşamak da entelektüel bir alçakgönüllülüğü besliyordu. Terapiye gitmenin bende bu örneklerdeki benzeyen bir beyin elastisitesi geliştirebileceğine inanıyorum. (Ya da inanmak istiyorum!) Bu inancımın / beklentimin kendi terapimde yeterince karşılanmadığını hissetmek, teoride olmasa da pratikte kendime uymayan bir süreci sürdürdüğüm şüphesini uyandırıyor.

Elbette bu inancın arka planını sorgulayabilir, beklentimin etrafında uzun uzun gezinebilirim. Zaten varoluşçu terapi seanslarımda en sık yapmaya teşvik edildiğim şeyin teşbihler ve tarifler olduğu düşünülürse, bu inancı / beklenti / ihtiyacı fenomenolojik bir şekilde incelemek de yerinde olabilir. Ne var ki bir ihtiyaç, yine de bir ihtiyaçtır. Meydan okunma ihtiyacımın kökenlerine, bende uyandırdığı hislere veya sonuçlarına ne kadar yakından bakarsam bakayım, dönüp dolaşıp meydan okunma ihtiyacının benim için acıdan ziyade canlılıkla ilgili bir kavram olduğuna geliyorum. Yemek yeme, dans etme veya kitap okuma ihtiyacı gibi. Konuya bu açıdan yaklaştığımda, varoluşçuluktan öğrendiğim tek bir şey varsa, o da kişinin otantikliğine sahip çıkmasının önemi. Bu bilgiye rağmen ve kendi ihtiyacımın karşılanmamasını yok sayarak terapi sürecime devam etmek *mauvaise foi*'nin uygulamalı örneği olmak gibi bir şey.

Compassion Course programımın pratik ayağında yakın zamanda üzerinde çalışıp tespit ettiğim kadarıyla, terapiden ihtiyaçlarım şunlar:

- Meydan okunma
- Katkı
- Perspektif
- Kendini ifade etme
- İlham

Ancak elbette bu farkındalığa bir seansta gelemedim. Terapi sürecimin muhtelif aşamalarına daha yakından bakarak süreci anlamlandırmayı deneyebilirim:

1- Kocamdan ayrılık kararım öncesi son derece karışık bir kafa ve sızlayan bir kalple terapistimin karşısına çıktığım, kendimi aklıma gelen ilk yerlerden anlatarak *dört dünya* oluşturmaya katkıda bulunduğum ilk seanslar.

2- Kocamla evleri ayırdığımız ve duygusal açıdan biraz daha stabilize olduğum ikinci faz.

3- Bir anda gelişen dramatik kariyer değişikliğim ve kendimi yepyeni bir işin içinde bulmamla gelen sevinçler, şaşkınlıklar, değişim ve adaptasyon süreci.

4- Tam bu sırada yanıma taşınan ev arkadaşımın son derece renkli geçen ev hayatımıza dair olaylar, duygu ve düşünceler, koronavirüsün asla endişe uyandıramadığı dünyama dair sohbetler.

5- Ara sıra ailemi ziyarete gittiğimde değindiğim darlanmalar, aile içi ilişki dinamikleri karşısındaki değişken his ve tepkilerim. Nihayetindeki kabullenme hallerim.

6- Bu esnada hayatıma giren erkeklerle ilişkilerime dair deneyimler, sorunlar, fark ettiğim şeyler. Bazen uzun süreli eski ilişkilerime daha yakından bakarak yas tutma seanslarım.

7- Anlamlandırmak ve bir odağa yerleştirmek için çok çok uzun bir dönem (neredeyse bütün bir Covid-19 ilk faz kapanması, artı yaz ayları) harcadığım iş ilişkilerim. Al-dedi-git-dedi-çocuklarını-dedi tipi, olaylara ve tepkilerime odaklanan, isyan ve hayalkırıklığı yüklü, gözü yaşlı seanslar.

7- Sorun yaşadığım iş arkadaşlarıma dair (bence) kaplumbağa hızıyla da olsa varabildiğim birtakım netlik halleri, iletişim tarzımdaki sorunların farkına varışım, bu sayede nihayet alabildiğim ve hayata geçirdiğim kararlar.

Tam burada bir yerde Ferhat Hoca'yla terapi sürecime dair konuşma fırsatı yakalamak bir dönüm noktası oldu. Terapistimin bana hiçbir konuda meydan okumuyor, hatta en ufak bir yorum yapmak için bile oldukça çekimser davranıyor olması gerçeğinin geçerliliğini şöyle bir masaya yatırınca, aslında terapistimde hiçbir hata veya eksik olmadığını ben de görebildim. Sonuçta o da kendi seçtiği türden bir varoluşçu terapistti. Üstelik varoluşçu terapinin tüm yöntemlerini de son derece sıkı bir şekilde takip ediyor ve uyguluyordu. Ferhat Hoca tarafından test edilip onaylanan bu durum, varoluşçu açıdan doğru bir terapistle çalıştığımı teyit etmekle birlikte, derdime hiçbir şekilde derman olmadı.

Ancak Ferhat Hoca'nın da önerisiyle, bu konuyu terapistimle konuşmaya karar verdim ve bir sonraki seansta hemen konuyu açtım. Terapistimin şaşırdığını hissettim, daha önceki

gündemlerimden tamamen alakasız bir taleple gelmiştim ne de olsa. Önce çok nadiren yorum yapmasından girdim ve benim göremediğim bazı bağlantıları kurduğu birkaç seferin ne kadar aydınlatıcı olduğundan örnekler verdim. Daha sonra konu, benim seansta sürekli ben konuşuyorum gibi hissettiğimi söylememe geldi. Bunun terapinin doğası gereği olduğunu bildiğimi, ancak yine de terapistimin sesini daha sık duymak istediğimi söyledim. Terapistim bana “bir ilişkide (terapi ilişkisi bile olsa) bu kadar yer kaplamanın bana nasıl hissettirdiğini” sorgulattı. Ama vardığım noktada fark ettiğim ve dile döktüğüm rahatsızlık, benim terapide çok fazla yer kaplamam değil, terapistimin çok az yer kaplamasıydı. Bütün bu konuşmaların bir yerinde sonuçta kendisinin nasıl isterse öyle olmasında benim açımdan bir sıkıntı olmadığını ve “Lütfen bana daha çok yorum yapın, düşüncelerinizi paylaşın.” talebimi (bu gidişatta 3. bir faz olarak meydan okumaya gelemedim, çünkü daha ilk 2 talebim anlaşılmamış gibi hissediyordum) reddetmekte elbette özgür olduğunu söylediğimi hatırlıyorum. Bu sefer de konu, benim taleplerimin arkasında yeterince durmuyor olma ihtimalime daha yakından bakmaya döndü. Bu ihtimal birçok ilişkimde masada duran bir ihtimal olmakla birlikte, burada, terapistimle terapi sürecimi bana daha çok hitap eden bir noktaya çekme isteğimin tek taraflı bir şey olmadığının bilinciyle konuştuğumu düşünüyorum. Bazen bazı ilişkiler umduğumuz veya istediğimiz gibi gitmediğinde, karşılıklı bir değişim ihtimali de mümkün görünmüyorsa, o ilişkiden çıkmakta nasıl bir sorun olabilir ki? Bütün bu konuşmanın sonucunda, kimseden olmak istemediği bir şey olmasını talep edemeyen tarafımla yüzleşmiş olabilirim en fazla. Ancak bu da, bu konuşmada karşılanmayan ihtiyacımı terapistime geçirmekte yine başarısız olduğumu fark ettiğim bir başka teşebbüs olmakla kaldı. Kendimi ifade etmek için epeyce çabaladığımı bu satırları yeniden hatırlar ve yazarken bile görebiliyorum. Seansın sonuna doğru terapistim “Mesela hangi konuda fikrimi, yorumumu merak ediyorsunuz?” diye sordu. Aklıma ilk gelen örnek (ki son 6 aydır bolca acı çekip hakkında konuştuğum iş arkadaşlarımdan biri olduğu için hiç zorlanmadım) “Mesela A hakkında” demekti.

Terapistimin cevabı (seansın sonuna gelmiştik) “Peki o zaman, bana bir ödev verdiğinizi düşünüyorum.” oldu. Oysa bu bir ödev değildi. Bunu ona da söyledim. Zaten aylardır bahsettiğim insanlardan biriydi bu insan. “Bunun bir ödev olarak kabul edip çalışmanız gereken bir şey olduğunu hiç düşünmedim.” dedim. “Ama konuya bu sorudan devam etmek istiyorum ve önümüzdeki seans siz unutsanız bile ben hatırlatırım.”

Bu seansın öncekilerden farkı, diyalogun çok daha hızlı ve akıcı bir şekilde ilerlemesiydi. Hatta ilk defa, belki en fazla 3-4 soruyla bölünen bir monolog yerine, bu kadar bariz şekilde bir diyalog sürdürmekti. Seansın bir yerinde, birlikte buna da dikkat ettiğimizi hatırlıyorum. Terapistim çok daha fazla ve sık soru sordu. Bu soru zinciri beni belki de ilk defa

bu kadar kapsamlı düşünmeye teşvik etti. Her seansın bu türden bir zihin maratonu olmasına ihtiyaç duymamakla birlikte bu değişiklik bana çok iyi geldi. Anlaşıldığımdan emin değildim, ama karşımdaki insanın en azından anlamayı daha büyük bir şevkle denediğini düşündüğümü hatırlıyorum.

Bana da sirayet eden bu şevkle bir sonraki seansa girdiğimde umut doluydum. Ama terapistim seansı “Bana bir ödev vermiştiniz.” diyerek açtı. Açıkçası cevap vereceğini bilsem, söylemek istediklerim şunlar olurdu: “Bunun bir ödev olmadığını söylememe rağmen siz ikidir bunu bir ödev olarak nitelendiriyorsunuz. Bu kelime tercihinize biraz daha yakından bakmak isterim sevgili G.”

Ama elbette böyle demedim! “Ödev olarak düşünmemiştim, zaten aylardır size A’yla yaşadığım sıkıntılardan bahsediyorum. Üstelik sadece sizinle değil birçok yakın arkadaşım da konuştuğum bir konu olduğunu biliyorsunuz. Bu süreçte konuya dair farklı yorumları duymak bana hiç düşünmediğim bakış açıları kazandırdı. Bu bakımdan sizin de fikirlerinizi duymayı önemsiyorum. Mutlaka bir fikriniz oluşmuştur.” gibi bir şeyler dedim.

Terapistim tam bir varoluşçu olarak “Aslında A’nın de içinde yer aldığı birçok konudan ve olaydan geçmişte bahsettiniz, ama ben aslında A’yı tanımadığımı fark ediyorum. Kimdir, nedir, neler yapar, hayatı nasıldır bilmiyorum. Bu yüzden de yorum yapamıyorum.” diye cevap verdi. Sonrası A’nın hayatına dair verdiğim 45 dakikalık dört dünya özeti... Ve elbette seansın sonunda terapistimden yine bir yorum çıkmadı. Daha doğrusu birkaç tespitte bulundu, ama A ile benim hayatımı kıyasladığımızda bana göre zaten besbelli olan şeylerdi bunlar. Herhangi bir fark yaratmadı.

Geldiğimiz noktada, bu seanstan sonra terapistimle 1 seans daha yaptık. Ama o gün kafamda başka şeyler vardı: Eski kocam korona olmuş, benden yaşça çok büyük bir erkek benimle flört etmeye çalışıyor ve bu arada ben de işim gereği şehir dışında bir fabrika ziyaretine hazırlanıyorken, A’yla ilgili yorum talebim önemini ve güncelliğini yitirmiş olabilir. Ancak terapistimden daha fazla ses duymak isteme konusunda içimi yokladığımda bir değişiklik göremiyorum. Sadece anlaşılmamış bir ihtiyaç görüyorum. Tabii bu yargıya varmak için erken davranıyor da olabilirim. Belki ilerideki seanslarda beklentimi daha çok karşılayacak türden diyaloglar kurabiliriz.

Ancak bu satırları yazarken bile, bir danışan olarak taşıdığım handikapların terapi sürecine olan yaklaşımımı ne kadar derinden etkileme gücü olduğunu net bir şekilde fark ediyorum. Kendi kendime bile tespit edebildiğim en büyük sıkıntım, arkadaşlarım ve ailem dışındaki kişilerle bir sorun yaşadığımda bunu %100 dürüstlikle veya doğrudan ifade etme, hatta muhatabımla direkt sohbetini açma konusundaki basiretsizliğim. Tam bu konuda

kendimce sağlam bir adım atıp terapistime bir talep / şikayetle gitmeyi başarmışken, hişbir somut karşılık bulamamak ve buna rağmen terapistimle devam etmek, Kierkegaard'un iman tanımına giriyor olsa gerek. Biliyorum ki "Hayata varoluşcu bir bakış aşısı, bizden kendimiz hakkında dűřünmemizi ve hızlıca sonuşlara atlamamamızı talep eder." Ancak terapistiden karşılanmasına ihtiyaş duyduğum en temel beklentimin ısrarla karşılanmıyor olduğu bir durumda, bu sadaketime bir iman gűzűyle bakmak yerine, bir noktada başka bir terapistle ęalıřmanın daha otantik bir seşim olacağını da hatırlatıyorum kendime.

Bir yandan elbette terapistimin ihtiyařlarımı karřılayamadıđı bir durumda bile kendi otantik duruřuyla bana birřok řey dűřűndűrttűđűnű ve űđrettiđini iddia edebilirim.

Bununla birlikte, terapistiden en bűyűk ihtiyaçımı terapistime anlatmaya ve terapistim tarafından anlařılmaya ęalıřmak konusunda sonsuz bir sabır gűsterebileceđime veya gűstermem gerektiđine de kani deđilim dođrusu.

Terapistimle yařadıđım bu ařmazın űzűnde bařka etkenler de rol oynuyor olabilir. Bunlardan ilk aklıma geleni, zaten hayatı hakkında dűřűnűp konuřmaya ve paylařmaya epeyce mesai harcayan birisi olmam. İlk bűlűmde de bahsettiđim gibi geniř bir řekilde alan tutan son derece gűvenilir dostlardan oluřan ve bana hayattaki en bűyűk zenginliđim hissi veren bir gűvenlik, iletiřim ve paylařım ađım var. Terapistime gűtűrdűđűm hiřbir konu ilk defa veya sadece terapistimle konuřtuđum bir řey olmuyor. Bir sűreliđine bazı konuları sadece terapistimle konuřmayı denemeyi aklımdan geřirdiđim zamanlar oldu, ancak aramızdaki iliřkinin tek taraflılıđı dűřűnűldűđűnde, bu fıkirden hemen vazgeçtiđimi hatırlıyorum. Terapistimi yegane ses yansıtıcısı yaparak onun tarafından anlařılmak ihtiyaçımın -belki- karřılanması uđruna, dođal konfor alanımdan ve gűvenlik zincirimın řefkatli kollarından ęıkmaq istemedim. Belki bu da űzerinde ęalıřmam gereken bir konudur.

űzetle, varoluřcu terapistinin danıřan gűzűyle tam olarak bana uygun bir terapi olduđuna inandıđımı -řimdilik- iddia edemem. Varoluřcu terapistinin, bir danıřan olarak bana uygunluđunu sorgulamak bir yana, ileride bir terapist olmayı bařarırsam kendi űzerimdeki en bűyűk tehlikesinin (evet, tehlike!) zaten bařkalarının varoluřuna ęok fazla odaklanarak kendimi unutmaya meyilli olan tarafıma son derece verimli bir fazla mesai fırřatı sunması olacađından řűpheleniyorum. Ne var ki bűyűk bir hevesle bu alana ęekildiđim iřin, bu řűpheye sahip ęıkarak yola devam etmekten bařka bir seřenek de gűremiyorum. İman mı dediniz? Tam űstűne bastınız.

4. Şimdi ve burada

Bu uzun denemenin başlarında bir yerde, özellikle son yıllarda, varoluşu kendi üstüne ve içine kapanan bir süreç olarak değil, başkalarıyla anlam kazanan bir süreç olarak daha ilginç ve doyurucu bulmaya başladığımdan bahsetmiştim. İşin içine çağdaş sanatı da katarak kendi yolculuğuma anlam vermeyi denediğim bu girişimde, hayatımda tekillikten ilişkiselliğe doğru bir gidişat varmış gibi görünebilir. Ancak bu çıkarım yanıltıcı olur. Sanat aracılığıyla kendimizin başka katmanlarına temas ettiğimiz anların değerini sorguluyor veya bu anlardaki üstü kapalı ilişkiselliği yetersiz buluyor da değilim kesinlikle. Aynı farkındalığa doğru yönelebilen farklı haller olarak, bir odada tek başına olmak, bir odada bir sanat eseriyle olmak, bir odada bir dostla olmak veya bir odada terapistle olmak arasında çok keskin sınırlar göremiyorum. Her birinde deneyimlenen kendilik, başka bir kaynakla diyalogun eseri olmakla birlikte (tek başınalık, sanat eseri, dost veya terapist), insan olarak hepsinden faydalanabileceğimize inanıyorum.

Bu noktada, bu her telden çalan denemeyi, belki de Levinas'ın Öteki'yle ilişkimize dair düşüncelerine değinerek bitirebilirim. Katıldığım ilk varoluşçuluk konferansından beri zihnime kazınan Levinas ve öteki felsefesi (Elis Şimşon'un sunumunu hala hatırlıyorum), bende bir şekilde varoluşçuluğun genel mesajlarıyla tam olarak uyuşmadı. Bir süre içimde demlenmeye bıraktığımda ise şunu fark ettim:

Onca varoluşçu arasında ilk kez Levinas'ın gündeme getirdiği Öteki'nin Etiği sorunu, bana varoluşçu felsefeden net bir kopuşu temsil ediyormuş gibi geliyor. İnançla ve tanrı fikriyle o kadar içli dışlı birçok varoluşçu filozof bir yana, Levinas bana göre varoluşçu felsefenin belki de metafizikle veya farklı türden bir aşkınlık duygusuyla yoğrulmadan tam olarak idrak veya kabul edilemeyecek bir sonraki aşamasını temsil ediyor. Tabii ki bu zıt duruşumun felsefe camiası tarafından dikkate alınacak kadar orijinal bir şey olmadığından eminim. Hatta Levinas'ın kendisi bile aramızda olsaydı gülüp geçerdi.

Ama zaten varoluşun birçok duvarına toslaya toslaya hayatta kalmaya baş koymuş bir akımın içine, bir de borçluluk ve suçluluk gibi iki ağır kavram yerleştirmesini, varoluşçulukta devasa bir U dönüşü olarak yorumluyorum ben. Öyle bir U dönüşü ki, çağımızın insanı için Kierkegaard'u veya Tillich'i anlamaktan bile daha zor olabilir. Öteki'ni varoluşun merkezine koyan bu derece radikal bir bakış açısını II. Dünya Savaşı'nın etkisiyle yeşeren son derece yüce, insancıl, şiirsel bir felsefe olarak görüyor, ancak terapi açısından kendi düşünce sistemimde nereye ve nasıl oturtacağımı tam olarak hala bilemiyorum. Sanırım şimdilik çizgiyi BEN-SEN ilişkisinden çekmeyi tercih ediyorum. Bir sonraki aşama olan Öteki'nin üstünlüğü, sabahlara

kadar huşu içinde dinleyebileceğim ve konuşabileceğim, ancak terapi seansına bir yöntem veya bir çerçeve olarak taşımayı (en azından bugün) tekinsiz bulduğum bir düşünce.

Öte yandan, yakın dostu Heidegger'in savaş süresince nazileri desteklediğini öğrenen Levinas'ın "Çoğu Almanı affedebiliriz ama Heidegger gibi Almanları affedebilmek çok güç, hatta imkansızdır." dediği noktada, kendi felsefesiyle derin bir çelişkiye düştüğünü de düşünüyorum. Maalesef duygularımızı devreye sokan yakın ilişkilerde güven kaybı söz konusu olduğunda Öteki'nin üstünlüğüne inanmak öyle pek kolay ve pürüzsüz olamıyor. İnsan ilişkilerinin kompleks doğası düşünüldüğünde, karşımdakini benden üstün bir yere koyarak yola çıkmanın, son derece iyi niyetlerle de olsa, deneyimimi başka bir uçtan sınırlayacağını da unutmamak gerekiyor.

Ama elbette hayat devam ettiği sürece yeni ve daha doyurucu bir yorumlama potansiyeline ulaşmak da mümkün, değil midir?

Kaynakça

- Brown, B. (2017). *Braving the Wilderness*. Random House.
- Buber, M. (2017). *Ben ve Sen*. İstanbul: Kopernik Yayınları.
- Grosz, S. (2019). *İncelenen Hayatlar*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Gülsever, A. (2018). *Sorumluluk: Jean Paul Sartre ve Hannah Arendt*. Düşünbil Portal.
- Mindell, A. *Sitting in the Fire*. California, USA: Deep Democracy Exchange.
- Nietzsche, F. (1873). *David Strauss: İtirafçı ve Yazar*.
- Perel, E. (2020). *How's Work*. Apple Podcasts.
- Özgen, L. (2010). *Levinas: Var olmaya hakkım var mı?* K Dergisi, Sayı 208.
- Van Deurzen, E. (2017). *İnsan Meselelerine Varoluşçu Bakışlar*. İstanbul: Aletheia Kitap.
- Woolf, V. (2015). *Kendine Ait Bir Oda*. İstanbul: Kırmızı Kedi Yayınları.

https://www.moma.org/learn/moma_learning/marina-abramovic-marina-abramovic-the-artist-is-present-2010/

https://www.moma.org/explore/inside_out/2010/03/29/visitor-viewpoint-marina-abramovic/

HEIDEGGER, KIERKEGAARD VE SARTRE FELSEFESİNDE ÖLÜM KAVRAMI

AYŞE TUĞRUL

1. Ölüm Kavramına Genel Bir Bakış

İnsanın yaşamsal temellerine en büyük vurgu yapan ölümü felsefeden bağımsız olarak ele almak mümkün değildir. Sokrates, “İnsan ölmeyi öğrenmelidir.” demiştir ve burada anlaşılıyor ki, insan yaşamı kadar ölümüyle de yaşamayı öğrenmelidir. Fakat bu kabullenilmesi veya öğrenilmesi gereken sıradan bir olgu değildir (Altunay, 2017). Çünkü diğer canlıların aksine, insan için ölüm, özel bir anlama sahiptir. İnsanın, bilen ve ne bildiğinin bilincinde varlık olma özelliğinden dolayı, insan için sonlu varoluş ya da ölüme dair bilinç en sarsıcı farkındalık halidir. Bu bilinçli farkındalık sebebiyle, felsefenin temel ilgisinin ölüm olduğuna, insanın ölümü anlaması ve kendini ona hazırlaması, ölümü öğrenmesi gerektiğine dikkat çeken klasik bir yaklaşım vardır. Fakat ölüm problemi, varoluşçu felsefe dışındaki felsefi tartışmalarda yerini alamamış ve çoğu kez yan konu olarak değerlendirilmiştir. Varoluşçu felsefenin odak noktası var olana ya da var olanın varoluşuna dönüktür (Koç, 2009).

Bir problem olarak ölüm, insanın doğadan kopuşuyla ortaya çıkmıştır. İnsanın kendisini doğadan ayrılan bir üst yapıya dahil etmesiyle, ölmek de biyolojik olarak yaşamak kadar doğal bir olgu olmaktan çıkmıştır. Bilinmez olanı bilmek isteyen ve bilgiye erişmek için uğraşan insan, doğaya değil de zihnin kendisine yönelmeye başladığı andan itibaren kendini doğadan ayırmaya başlamıştır. İnsanın doğadan kopması onu doğal olanı yadsımaya ya da üzerini örtmeye itmiştir ve yaşamak kadar doğal olan ölüm, insanın temel kaygısı haline gelmiştir. Bu kaygı varlığını her an hissettirir. Sürekli ölüm düşüncesiyle yaşayan insan hem ona ait hem de ona ait olmayan olarak sürekli ondan kaçış ya da onunla yüzleşme halindedir. Doğadan ayrı olarak insan kendi özerkliğini ilan etmiştir ama doğal ve kaçınılmaz olan ölüm karşısında ve onun ne zaman geleceğinin belirsizliği içinde dehşete kapılmıştır. Ölümün insana dert olmaya başlamasıyla birlikte, insan kendi doğasına yabancılaşmıştır. Epiküros’a göre ise ölüm korkusunu besleyen şey doğamız konusundaki bilgisizliğimizdir (Altunay, 2017).

Ölüm aynı zamanda, insanın olanaklarının en aşırı ve mutlağıdır. Diğer tüm olanakları kesip atması yönüyle aşırıdır; insanın sevdiklerinin ölümü de dahil diğer tüm kalp kırıklarının zaman içinde bir biçimde üstesinden gelebilmesi yönüyle ise mutlaktır. Oysa kendi ölümü onun yaşamının sonudur. Bu nedenledir ki ölümün önümüze serdiği çıkmaz yol sarsıcı ve

korkutucudur. Ölmenin zorunlu olduğu gerçeğine dair olan yoğun korku, endişe, umutsuzluk ve öfke duyguları kendi kişisel yaşam süremizin tamamlanmasından sonra da dünyada yaşamın devam etmesine yönelik olabileceği gibi, bizzat ölümün kendisine de yöneliktir. Çünkü nasıl öleceğimiz, ölüm acısı veya ölümden sonra ne olacağı gibi konular bizi endişeye sürüklemektedir. Fakat ölümü benimsemek korkutucu gelse de Heidegger'in ifade ettiği gibi otantik bir varoluş, ancak kendi ölümümüzü benimsemekle mümkün hale gelebilir ve ölüm, yaşamımızı tamamıyla bize ait kılabilen projeleri önümüze serebilir. Çünkü ölümlü olduğunun bilincinde olan insan, doğumu ile ölümü arasındaki kısa süre içerisinde kendini gerçekleştirme ve projelerini hayata geçirme durumunda olan bir varlıktır. Varlığın olumsuzluğu ve kişisel varoluşun bu temel bilmecesini en iyi dile getiren düşünürlerden olan Pascal şöyle söylemiştir: “Geçmiş ve gelecek sonsuzluk içinde yutulmuş kısacık yaşamımı düşündükçe, hatta benim bilmediğim ve beni bilmeyen uzayların sonsuz büyüklüğü içinde kaybolan, kapladığım küçücük uzayı gördükçe dehşete kapılıyorum ve orada olmaktan çok burada olmama şaşırıyorum.”. Diğer taraftan Heidegger, öleceğimizi bildiğimiz için zamanı gerçekten bildiğimizi söyler. Dasein'in varlığının ölüme-doğru-oluş olarak anlaşılması gereken bir varlık biçimi olmasıyla birlikte zamanı ölümle ilişkilendirerek kavramıyor olsaydık, zaman bizim için sadece saatin bir hareketi haline gelip, insani olmaktan yoksun olurdu. Oysa ki Dasein, ölüme doğru yol alırken zamanın ufkunda kendi ontolojik varoluşunu gerçekleştirebilmektedir. Diğer bir ifadeyle, ölümlü bir varlık olarak insan hem öncesi hem de sonrası itibarıyla zaman dışıdır. Bu doğrultuda, onun varoluşunu gerçekleştirme serüveni bir yöne “henüz-değil” ile “artık-değil” arasındadır. İnsan, geleceğe yönelik kendini gerçekleştirme yolunda projeleri olan bir varlıktır ve ölüm ise, gelecek ile planlarımız açısından özel bir öneme sahiptir. Çünkü kişinin kendi ölümü, tüm olanakların olduğu gibi en görkemli projelerin de sonu demektir.

Diğer yönüyle ölüm, insan aklının sınırlarını zorlayan bir olgudur ve aklın ölüm problemine herhangi bir yanıtı yoktur. Akıl, seçenekleri değerlendirmek konusunda bize yol gösterebilir ancak ölüm gerçeği bize seçim yapma şansı tanımamaktadır. Bu nedenle, ölüme ilişkin kavrayış aklın en büyük yenilgisidir. Diğer bir deyişle, zihinsel olarak ölümü anlamak mümkün değildir. Akıl, ölümü -ölümü nasıl bir şey olarak bildiğimizi değil- düşünemediği için ölüm düşüncesi terim bağlamında bir çelişkidir ve çelişki olarak kalmak durumundadır. Yani ölümü düşünmek, düşüncenin bir bakıma kendi kendisine karşı koymasındır. Düşüncenin kavrayamadığı tek şey kendi varoluşu olacaktır. Buradan hareketle ölümü anlamak, onu zihinsel olarak değil de varoluşsal olarak yaşanan ve bilinen bir ilişki olarak anlamak demektir. Diğer taraftan ölümü bizzat yaşayan bir varlık olarak insanın ise yaşadıklarını diğerlerine ulaştırma ve onlarla paylaşma imkânı hiçbir zaman olmayacaktır. Dolayısıyla, başkalarının

ölümüne dair gözlemlerimiz zihnimizde ölüm hakkında bir fikir oluştursa da kendi ölümümüzü zihnimizde canlandırmamız dahi mümkün değildir. Freud'un da altını çizdiği gibi, kendi ölümümüzü anlamaya ve kurgulamaya her kalkıştığımızda kendimizi aslında bir seyirci konumunda buluruz (Koç, 2009).

Tıpkı varoluş gibi ölüm de tarihsel ve kültürel koşullar içinde gerçekleşir. Ölüm yaşamın içinde olsa dahi onun algılanması, zihinde canlandırılması, özellikle de temsil edilmesi çok zordur. Zira ölümle öznenin ötesinde tanınmayan fakat bilinebilecek bir şeyin yakalanması vardır. Bu da neyle ve nasıl olacaktır? Bu durumda ölüm neyin algılanmasıdır? Ölüm neyin ölümüdür? Ayrıca ölüm bir varoluş tarzı mıdır? Bu tür sorulara pozitivist-ampirik yöntemle cevap vermek çok zordur. Çünkü pozitivism sebep-sonuç ilişkisinde ampirik yöntemle bilgiye ulaşmaya çalışır. Pozitivist metot bilimin sadece tek bir mantığı olduğunu ve fiziki varlık alanı ile kültürel varlık alanında aynı yasaların geçerli olduğunu iddia ederek varlığın, yaşamın, bilimsel ve felsefi önermelerin ampirik bakışla çözümlenmesini savunur. Bu amaçla yola çıkan pozitivist metot akıl, zihin, doğru, gerçek, hakikat, irade, özgürlük, ölüm gibi birçok kavramın eksistensiyal-ontolojik anlamını kavrayamamıştır. Akıl ve deneyin ölüm karşısında yaşadığı yenilgiyi o da yaşamıştır. Bu noktada hem aklın hem de deneyin ölüm karşısında yapabilecekleri pek bir şey yoktur. Nitekim Husserl fenomenolojisi yönünden yapılabilecek birçok şey vardır ve yukarıdaki sorular da bu yöntemden yola çıkarak yanıtlanabilecektir. Husserl'in fenomenolojisinde, *noesis* (düşünce edimi) ve *noema* (duyu verisi) bir ve aynı şeydir. Bu durumda ölüm *noesis* olmadan *noema*'nın ya da tersinin olması gibi bir şeydir. Husserl'e göre *noema* her zaman bir şeyin *noeması* olup *noesis* ve *noetik* kavram çiftleri aynı şeyi gösterirler. O halde hayat ve ölüm birbirinden farklı iki şeyden ziyade aynı gerçeğin, yaşamın iki farklı yüzüdür. Bu bir yönden de hem ölecekmiş hem de ölmeyecekmiş gibi yaşamaktır. Ölüm üzerine bu iki farklı yorum nasıl tartışılırsa tartışılın ölüm düşüncesi açısından olağanüstü bir başarıdır ve varoluşun akıl karşısındaki zaferidir (Aydoğdu, 2016).

Diğer taraftan ölümün kaçınılmazlığı ve dünya üzerinde gelip geçici oluşumuz rahatsız edici ve kaygı verici bir durum gibi görünse de Epiküros, ölümün tam bir kayıtsızlık sorunu olarak ele alınması gerektiğini vurgulamıştır. Çünkü ona göre, ölüm geldiğinde ben burada olmayacağım ve deneyimlemeyeceğim için, ölümden korkmak ve endişe etmek yersizdir. Epiküros'a göre, "Ben varken ölüm yoktur; ölüm olduğumda ise ben olmayacağıma göre, ölüm ne ölüyü ne de yaşayanı etkilemeyecek olan, kayıtsız kalınması gereken bir durumdur.". Benzer şekilde Wittgenstein da ölümün, insan yaşamındaki bir olay olmadığını ve ölümün yaşanmayacağını belirtir. Sartre'ın düşüncesine göre ise, ölüm her zaman öznelliğimin ötesinde olduğu için öznelliğim içinde yer bulamaz. Epiküros'un tersine, Kierkegaard, Heidegger,

Becker gibi bazı düşünürler ise ölümlülüğü en acı verici bir kaygı hali olarak nitelendirerek, insanın kendi ölümünü kabul edebilmesinin güçlüklerine değinmiş olsalar da ölümünü cesaretle kabullenmeyi bilen kişide gerçek manada bir dönüşümün olduğuna ışık tutmuşlardır. Antik çağın büyük filozoflarından biri olan Sokrates ise, alt düzeyde bir yaşam biçimini devam ettirmektense, savunulan ahlaki değerlerin adına ölümü tercih etmenin daha iyi olabileceğinin vurgusunu yaparak düşünce tarihinde adından söz ettirmiştir. Bununla birlikte, ölümü gelmiş geçmiş en yararsız ve kötü şey olarak nitelendiren ve ona olumlu bir anlam yüklenmesini eleştiren düşünürler de vardır. Canetti bunlardan biridir ve dünyadan ayrılmanın etkisini yumuşatan dinsel anlayışları olduğu kadar, ölüme özel bir anlam yükleyen bir “ölme sanatı” olanağını savunarak ölüme olumlu bir rol veren tüm felsefi anlayışları reddetmiştir. Canetti için ölüm, varoluşun başlıca belası, çözümsüz ve akıl ermez bir şey, her şeyin sonsuza dek bağlanıp içinde kısıtıldığı ve hiç kimsenin kesmeyi şimdiye dek göze alamadığı bir düğümdür. Ona göre ölüm, anlamlı olamaz ve olmamalıdır.

Ölüme yönelik farklı yaklaşım ve düşünceler ortaya dökülse de ölüm gerçeği ister istemez insanın dikkatini kendi üzerine yönelterek, “Yaşam ile ölüm arasındaki ilişki nasıl anlaşılmalıdır?”, “Ölümün etkisi yaşamı anlamdan yoksun bir serüven haline getirmesinden mi ibarettir yoksa ölüm bir anlamlılık kaynağı mıdır?” gibi varoluşsal tarzdaki sorularla kişiyi karşı karşıya getirmekte ve insan olmanın paradoksunu gözler önüne sermektedir: “Ölüm gerçeği” ile “ölüme karşı koyma” arzusu. Ölüme karşı koyma durumu, insana özgü tasar ve projeleri hayat geçirip bir tür ölümsüzleşebilme arzusu şeklinde olabilir. Eğer ortamlarda olmama, gözden kaybolma, unutulmuş olma gibi durumlar insana acı veriyorsa; ölmek ama unutulmamak, yaşarken kalıcı projeleri hayata geçirmekle, ölümsüz eserlere imza atmakla mümkün olabilecektir. Diğer taraftansa, ölüme karşı koyarak onu reddetme öncelikle onun kişinin başına gelebileceğine inanmaması şeklinde olur ve gündelik yaşamın sorunlarına odaklanarak ölümü bir başkası için kolayca kabullenirken, kendisi adına onu cesaretle kabullenme sorumluluğundan uzaklaşabilme eğiliminde olabilir. Hatta ölümden duyulan korku, ölmüş olanın bir başkası olmasından dolayı oluşan memnuniyete bile dönüşebilir. Oysa ki insan, kendi ölümünü kabullenme cesaretinden yoksun olsa da yaşam ile ölüm arasındaki bütünsel ilişkinin göz ardı edilmemesi, yaşam ile ölümün bağlaşık bir şekilde anlaşılması gerekir. Zira Heidegger’e göre, her daim mevcut olan bir olanak olarak ölümle ilgilenen kişi, yaşamında sahte ve aldatıcı anlayışlardan kolaylıkla uzaklaşacaktır (Koç, 2009).

2. Heidegger'in Düşüncesinde Ölüm

Martin Heidegger varoluşçu felsefenin önde gelen isimlerinden biridir ve ölümle ilgili düşüncelerini Varlık felsefesi ışığında ele almıştır (Karakaya, 2003). Heidegger'in ölümle ilgili düşünceleri insanın kendi iradesiyle yaşamına son vermesi olmayıp, insanın iradesi dışında kalan ve ontik hayatta ölmekten anladığımız şeydir. Ona göre ölmek zorunda olmak insanın kendi iradesiyle seçtiği bir Varlık biçimi olmaktan ziyade, insanın ölümlü olması onun özgürlüğüyle yakından ilgilidir. İnsan ölümü sayesinde kendi özgürlüğünün farkına varır (Topakkaya, 2004). Heidegger'in felsefesinde ölümden bahsederken doğal olarak Varlık'tan ve bunun da ötesinde Dasein'dan mutlaka söz etmek gerekecektir (Karakaya, 2003).

Heidegger temel olarak Varlık sorununu ele almıştır ve insanı var olanlardan Varlık'a geçmenin tek yolu olarak tanımlamıştır. İnsan, düşünebilme özelliğine sahip olduğu için Varlık'ı anlar (Başerer & Başerer, 2016) ve var olmanın en önemli özelliği kişisel ve herkes için özel olduğudur (Karakaya, 2003). Heidegger, Varlık'ı ve değişik anlamlarını sorgulamanın Varlık'a gerçek kimliğini kazandıracak düşüncesini ve Varlık'ın ne olduğu ve hakiki anlamının ne olması gerektiği hakkındaki görüşlerini ileri sürmüştür. Heidegger, Varlık'ın her türlü nesnelerden ayrılması gerektiğinin altını çizmiştir ve otantik olmanın *olmak* fiiliyle açıklanamayacağını, bunun yalnızca ontolojik boyutta ortaya koyulabileceğini savunmuştur. Diğer bir deyişle Varlık, bir şeyin ya da bir nesnenin bir parçası değildir veya ondan türememiştir. Ama buna rağmen Varlık, "Her türlü nesneyi kapsadığı gibi, her türlü nesnenin tüm özelliklerinin dışında ve ötesindedir.". Heidegger, felsefe dünyasında Varlık'ın anlamının ve ne olduğunun unutulduğunu, bunun başka kavramlarla açıklanmaya çalışıldığını, dolayısıyla da yanlış yorum ve açıklamalara yol açtığını söyler. Heidegger Varlık'ın ne Tanrısal ne de evrensel bir yapıya sahip olmadığını, dolayısıyla Tanrı ile de aynı kabul edilemeyeceğini söyler. Bu bağlamda, Heidegger, Varlık'ı kendi kapsamında üç boyutta ele almıştır: *Dasein*, *Zuhandensein* (elimizde-kullanıma-hazır-varlık) ve *Vorhandensein* (önümüzde-hazır-varlık). Gerek Varlık'ın anlamını gerekse Dasein'la olan ilişkisini belirlemede önceliği Varlık'ı anlamada en önemli kriter ve öge olan Dasein'a vermiştir (Karakaya, 2003).

Heidegger'in Dasein'a direkt olarak neden insan varlığı değil, *burada-olmak'tır* anlamını verdiğini ve bunu özellikle neden seçtiğini de unutmamak gerekir (Karakaya, 2003). Bu bağlamda, Dasein, Varlık'ın kendisi için ilgisi ya da konusu olup, aynı zamanda da ontolojinin temelini oluşturur. Dasein'ın Varlık'ı kendisi için yaşamın ne olduğunu kendine özgü sahip olmanın bilinciyle ortaya koyar. Var olan kendisini Varlık içinde çeşitli şekillerde gösterir ve çeşitli şekillerde olur, Dasein ise bu çeşitlilik içinde bir çeşit olduğunun farkına varır.

Diğer varlıkların aksine, Dasein'ın belirli bir özü yoktur ve Dasein'ın özünde kendini tanımlama ve yorumlama yeteneği olduğundan kendini yaratma özgürlüğüyle farklılaşır (Başerer & Başerer, 2016). Bu Dasein için varolmaktan başka bir şey olmayıp bununla birlikte kendi varlığına ilişkin bir anlayışı da ortaya koymak ve ifade etmektir. Aynı zamanda Dasein varoluşu aracılığıyla, kendisi olarak ve kendisi için kendisi olma ya da olmama olanaklarına giden bir varlıktır ve bu durum *dünya-içinde-varlık* olma özelliğini de beraberinde getirir (Karakaya, 2003). Heidegger'e göre dünya içinde olmak, belirli bir toplumda ve zamanda olmayı ifade eder. Bu durum, insan varoluşunun kendisini sürekli belirli, değişmeyen ve kendi isteğinin dışında bir yerde bulması anlamına gelir. O kendi buradalığına atılmıştır ve bu anlamda atılmışlık (Geworfenheit) da Dasein'ın ikinci varlık yapısı olarak karşımıza çıkar. Heidegger bu kavramla insanın doğduğu yeri, zamanı, ırkını, ailesini vs. seçememesini kast eder. Heidegger'e göre bu durumlar kendi elinde olmayı ve katlanılması gerekeni ifade eder. Ona göre, Dasein ilk olarak bir çevre (umwelt) içindedir ve bu durum onun dünya içine fırlatılmışlığının bir sonucudur. Dünya-içinde-olmak, Dasein'ın iki varlık yapısını daha ortaya koyar. Bunlar mevcut-olmaklık (Vorhanden) ve el-altında-olmaklık (Zuhanden). Dasein ilk önce mevcut olur, bu onun olgusalılığıdır yani o önce var olur sonra kendisini oluşturur. Kendisini belli bir çevrede bulan Dasein'ın nesnelere yönelmesi ise el-altında-olmaklıktır yani, Dasein için diğer nesneler el altındadır. Bu anlamda Heidegger'e göre, Dasein kendi dünyasından hareketle kendisini anlar. Heidegger'e göre, insanın dünya içindeki varoluşu, başkalarıyla birlikte paylaştığı dünyadır yani Dasein'ın dünyası birlikte-dünyadır (mitwelt). İçinde var olmak, birlikte var olmak anlamına gelirken; onların dünya-içindeki bizatihi varlığı ise birlikte-Dasein (mitsein) anlamına gelir. Bu anlamda Dasein dünya içinde sürekli başkalarıyla birlikte var olur hatta yalnızlığı bile dünya içinde birlikte olmadır. Çünkü yalnızlık dünya içinde kendini başkalarından soyutlama anlamına gelir. Diğer taraftan, Dasein'ın diğer Dasein'larla ilişkisi el altında olmaklığa dayanmamaktadır. Onun ilişkisi itina göstermekliktir. Bu anlamda başkası, "Öncelikle ilgilenilen itina-göstermeklik içinde açılmış olur.". Bu her iki yönelimsel durum bize Dasein'ın varlığını göstermektedir. Buradan çıkarılacak sonuç, Dasein'ın diğer nesnelere el altında olan olarak yönelmesi ile başkalarına itina göstermeklik bakımından yönelmesi "Dasein'ın varlığının kendini ilgi olarak göstermesidir."

Dasein dünya içinde hep başkalarıyla birlikte vardır ve bu onun hergünlüğüdür ve bu durumda Dasein her zaman ilgi halindedir. Bu hergünlüğü aracılığıyla kendisinin kim olduğu sorulduğunda cevap hiç kimsedir. Çünkü Dasein kendisini hergünlüğünde başkalarıyla birlikte var ettiğinden, yani Das Man alanından kurtulamadığından herkes gibidir. Aslında bu onun düşmüşlüğü (Verfallen) ifadesidir. Çünkü Dasein dünyaya fırlatılmışlığı kapsamında

başkalarıyla var olması yönünden her zaman Das Man alanındadır. Das Man onun özgün olamaması, kamusalılıkta yitip gitmesiyle, düşkünlükse Dasein'in bundan kurtulamamasıdır. Das Man alanında Dasein'in bulunma şekli, felsefi olmayan, boş lakırtı, gündelik olayları konu alan boş merak ve hep-birlikte olmaklığın getirmiş olduğu ve herkesin anladığını sandığı sahici olmayan anlama hali içindedir. Bu ise Dasein'in varoluşsal hareketini engelleyen ikinci bir durumdur. Dasein burada özgün olamayarak sorumluluğu başkalarının üzerine atmakta ve kendini gerçekleştirmeden uzaklaşmaktadır.

Dasein'in dünya içinde olmaklığı bakımından iki varlık olanağı daha vardır. Bunlar, anlama (Verstehen) ve bulunmadır (Befindlichkeit). Dasein bu olanaklar aracılığıyla özgünlüğü yakalayabilme şansına sahiptir. Heidegger'e göre, Dasein'in sürekli bir durum içinde bulunması her zaman bir ruhsal durum içinde olmasından kaynaklanır ve bir ruhsal durum içinde olması ise sürekli anlam kurma niteliği taşır. Dasein'in anlama karakteri onun kendi imkanlarını açığa çıkarabilmektedir ve Heidegger'e göre "Dasein öyle bir surette vardır ki şöyle ya da böyle olarak var olmayı ya anlamış ya da anlamamıştır." (Aşar, 2014). Fakat Dasein'in tüm bu özelliklerine ek olarak, tam olmasını engelleyen, tüm bu ve diğer özelliklerini elinden alan, bütünlüğünü parçalayan ve aynı zamanda yokluğunu ortaya koyan *ölüm fenomeniyle* karşı karşıya kalıyoruz.

Ölüm kavramı Heidegger'e göre Dasein'in en belirgin özelliği olup kendisi için *Burada-Varlık* olmasının sonucudur (Karakaya, 2003). Ölüm Dasein'in kendiliğinden üstlenmesi gereken bir varlık imkânıdır. Buna istinaden zaten ona göre, insan doğduğu andan itibaren ölüm yönünde yaşlanır ve bu yüzden imkanlarının sınırlı olduğunu bilerek, hem kendisini yeni baştan keşfeder ve sorumluluklarını üstlenir hem de her seçimle birlikte bir kez daha kendi ölümüyle yüzleşir. Bu doğrultuda ölüm, Dasein'i kendisine özel bir varlık imkânı ile karşı karşıya getirir ve bu imkân da onu dünya içinde var olma durumuyla olmama durumu arasında bırakır ki Dasein için ölüm de zaten artık Dasein olmama imkânıdır. Yani ölüm, Dasein'in imkânsız hale gelmesinin imkânıdır ve Dasein varlığını sürdürdüğü sürece bu imkânın içine atılmıştır. Ölümü dünya içinde var olmanın bir özelliği haline Dasein'in bu kendi ölümünün sorumluluğuna bırakılışı getirmiştir. "Ölüm için olmak" dediğimizde var olduğumuz andan itibaren varlığımızın ölüm karşısındaki durumunu daha en başından göstermiş oluruz ve bu varlığın kaçınılmaz orada olma durumudur. Heidegger'in felsefesinde ölüm-için-olmak ise Dasein'in varoluşun son imkânını üstlenmesidir. Bu diğer tüm imkânların mümkün kılınması demektir ve buna istinaden bir imkânı kavrama olgusunun ta kendisini, diğer bir deyişle etkinliğini ve özgürlüğünü ortaya çıkarır (Başerer & Başerer, 2016). Özgürlüklerini kabul edip benimsedikleri takdirde onlar için otantik var olma imkânı vardır. Özgürlüklerini

benimsemedikleri takdirde ise, Heidegger'in terimiyle "düşmüşlüğü" yaşarlar ve otantik olmaktan çıkarlar. Dasein var olduğu andan itibaren bu olanağa fırlatılmıştır ve Dasein'in kendi ölümüne teslim edildiği ve ölümün dünyadaki varlığa ait olduğu konusunda çoğunlukla hiçbir belirtik kuramsal bir bilgisi bile yoktur. Ölüme fırlatılmışlık kendini Dasein için daha vurucu bir yolda, kaygı durumunda ortaya serer. Bu kaygının duyulduğu şey dünyadaki varlığın ta kendisidir (Akçetin, 2010).

Ölüm, yaşamın temel parçasıdır ve değişmeyen tek olgudur. Bu nedenle ölüm varoluş kaygısını da içinde taşır. Öleceğini bilen tek varlık olması açısından insan, diğer canlılardan farklı olarak ölüm karşısında tek kaygı duyan canlı özelliğine sahiptir (Başerer & Başerer, 2016). Kaygı, Dasein'in dünya ile olan ilişkisidir. Çünkü Dasein ötekilerle birlikte vardır ve dünya benim ötekilerle paylaştığım dünyadır. Bu sebeple, Dasein'in başkalarıyla olan ilişkisi kaygı ilişkisidir. Diğer yandan, kaygı Dasein'in temel ruhsal durumudur, şundan ya da bundan duyulan kaygı değildir burada bahsedilen kaygı. Kaygı anında insana bütünlüğü ile bir şey olur ve bizzat biz bir kayıtsızlık içine batırız. Ancak bu batma bir kaybolma değildir (Akçetin, 2010). Dasein'in temel durumu kaygı olmasaydı ölümlülüğünü bilemeyecekti. Heidegger'in kendi sözleriyle ifade ettiği şekliyle: "Ben buyum, her an ölebilirim... ben kendimim, bu kesin olarak ve son derece kendimin daha fazla olamayacağı yani kendimin en son imkânlarıyım." Kaygının Dasein'in varoluşu ve dünyasallığı hakkındaki temel ruh durumu olma hali, Dasein için içteki bir hiçtir. Ama bu hiçlik onun olabileceği nihai imkanlar içerisinde olabileceği en büyük varoluştur. Dolayısıyla kaygı, öyle bir huzursuzluk ortaya çıkarır ki yaşamının çoğunu böyle bir köşeye sıkışmışlık durumundan korunmak için harcar. Çoğu zaman günlük aktiviteleri içerisinde kayb olduğu için Dasein, hayatın güvensizliğini fark edemez. Oysa kararlı-sebatkar bir biçimde varoluşsal kaygının açığa çıkaracaklarına teslim olan insan varoluşu otantik olarak yaşamaya başlayabilir, yaşamı ve ölümü için sorumluluk üstlenir. Kaygı tarafından "onlar" içerisindeki düşmüşlüğüne sağladığı rahat güvenlik illüzyonunun kırılması, kaçınılmaz ölüm imkânı karşısında "onlar"ın ne teselli ne de bir koruma sağlamadığını ortaya döker. Kaygı Dasein'i ölümlülüğüyle yüzleşmeye zorlar ve hiçliğin boşluğuna doğrudan gözlerini dikmiş bulur, bu şekilde yaşamının geçici doğasının bilincine kavuşur (Karabulut, 2014). Kaygı üzerine kurulan ölüm, Dasein'in varlığını ve varoluşunu ortadan kaldırır. Bu sebeple Dasein'a ölüm-için-varlık da denir. Çünkü Dasein'in ölümü insanın dışındaki diğer varlıkların ölümünden farklıdır. Bu yüzden Dasein biyolojik yapısıyla ve şuura sahip olma özelliği açısından kendi varlığını varoluşsal özelliklerle biçimlendirir. Heidegger felsefesine göre, kaygı olarak vurgulanmak istenen varlığın yanında olduğu gibi *bir-dünyada-daha-önceden-varlığın-içinde-kendinde-olmaktır*. Diğer bir deyişle Dasein'in düşüşü ve kaygılı olması

anlamına gelir. Ölüm kaygısı Dasein’da vefat korkusunu kapsamak zorunda değildir ve bu durum Dasein’ın zayıflığının ve acizliğinin bir göstergesi de değildir. Çünkü varoluşun temeli ve en önemli ögesi kaygıdır. Çünkü burada bahsedilen kaygı kendinden-önce-olmak, olanaklara atılmak ve dünyada olmaktır aynı zamanda. Kaygının genel anlamı acı, korku, şüphe gibi ifadelerle denk gelmesine karşın Heidegger’de çok daha özel anlam ifade ettiğini unutmamak gerekir. Dasein’ın varlığının bütünlüğünü ölüm ve ihtimaller yönünden değerlendirdiğimizde kaygının önemi daha da artmaktadır. Bu doğrultuda, Heidegger’e göre ölüm-için-varlık düşüncesi bizi bilinçlendirir, yönlendirir ve bunun da ötesinde bizi yeni bir hayata iter. Çünkü ölümlü-varlık veya ölümle yüzleşme düşüncesi ve kaygısı Dasein’ın dünya-içinde-varlık olmasına olanak sağlar. Varoluşsal imkanlar açısından ölüm kaygıda kendini bulur ve temellenir. Kendisi aşılamaz bir fenomen olarak ölüm, kendisiyle birlikte bütün olanakları bitirir. Bu sebeple Dasein’ın burada oluşunun her anı ölümle şekillenir. Çünkü ölüm sayesinde yaşam birlik ve bütünlük haline gelir, yaşama anlam veren etkinlik ve önem daha da pekişir. Dasein, ölüm korkusunu bir şekilde gündelik işler ve projeleriyle uzaklaştırmak istese de ondan uzaklaşamayacaktır. Bu yalnızca insanın kendi ölümü karşısında korkması ve kaçmasıdır. O ölümlü-varlık bilinciyle kendi varoluşuna ulaşır (Karakaya, 2003).

Heidegger’e göre ölüm hiçlik olarak da adlandırılmıştır. Ancak burada bahsedilen hiçlik yaşamın dışında olmayan, onun özüne ait olan, onu değerli ve anlamlı kılan bir hiçliktir. Dasein’ın kendisinin aslında varlıklar arasında Varlık olduğunu ve Dasein yani dünyada var olan olarak kendi ölümü ve kendi Varlık olmayanı da dahil olması ile daima hiçlik ile ilişkili olduğunu fark etmesi hiçlik ve ölümle karşılaşmasıyla meydana gelir. Onunla karşı karşıya gelmek herkesin yapabileceği bir şey değildir. İnsanı hiçlikle karşı karşıya getiren de kaygıdır. Dünyanın gündelikliğinden sıyrıldığı kaygı sırasında bütün var olanlar kayıp giderken, geriye kalan boşlukta yalnızca “hiç” olacaktır. Ölüm hep düşünülen bir şeydir ve bu bir hiçlik ve yok oluş olarak düşünüldüğünde daha da ürkütücü hale gelir. Oysa Heidegger korku ve kaygının en büyük özelliği olarak “hiç”i ortaya çıkarması, diğer bir deyişle “var olmanın hiç’in içerisine bırakılması” olarak ifade eder (Başerer & Başerer, 2016). Ölüm-için-varlık özel korkudur ve bu korku nedeniyle biz hiçle yüz yüze geliriz. Heidegger var olmak için sürekli korkuyla sarsılmak durumunda olmadığımızı da ifade eder. Korku hep vardır ve uyku halindedir, yalnızca var olma sesini duyduğunda uyanır. Fakat bizler hep bu korkudan yani ölümden kaçırız. Oysa ölüm kimsenin bir şey yapamayacağı bir realite ve asla inkâr edilemez bir fenomendir. Çünkü ölümle tek başına yüzleşmesi gerektiğini kavrayan insan, aslında kendi bireyselliğini deneyimlemiş olur ve onu açığa çıkarır. Diğer taraftan Heidegger ölümü dünyaya ait bir olgu olarak ele alır ve inceler. Çünkü ona göre ölüm, insanın bulunduğu yerde Varlık’ın

bir sığınağı olarak karşımıza çıkar yani ölüm hiçliğin kalesi ve aynı zamanda Dasein'in değişmez mekanıdır (Karakaya, 2003).

3. Kierkegaard'ın Düşüncesinde Ölüm

Teist bir filozof olan Kierkegaard, varoluşsal bir problem olarak, onun için öznel hakikatlerden biri olan ölüm problemine kendi düşüncel dünyasından yola çıkarak açıklık getirmeye çalışmıştır. Kierkegaard için tek anlamlı varlık var olan bireydir. Kierkegaard ölüm olgusuna dair düşüncelerini bireyin varoluş alanları açısından açıklamaya çalışırken üç varoluş alanı üzerine vurgu yapar. Kierkegaard'a göre kişi, bu varoluş alanlarından önce bireysel varoluşunun farkında olmalıdır. Bu farkındalığa sahip olmak ise ancak kişinin birey olarak varoluşunun farkına varmasıyla mümkün hale gelir ve Kierkegaard sadece çok az insanın buna kendi çabasıyla ulaşabildiğini düşünür. Bu tür bir yaşam biçimi kendilik bilinci ve ifade edilme tarzı bakımından farklılık gösteren üç aşamada kendini gösterir. Bunlar Kierkegaard'a göre varoluş alanlarıdır.

Kierkegaard bu üç varoluş alanını, kişinin yaşam yolundaki estetik, ahlaksal ve dinsel varoluş aşamaları olarak tanımlar. Bu üç varoluş alanı birbiri arasında hiyerarşik bir yapı gösterir ve var olan kişinin kendi yaşam yolunda geçmek zorunda olduğu bu aşamalar arasında zorunlu bir geçiş yoktur ve bir üst aşamaya geçişte alttakinin bir katkısı olmaz. Bir aşamadan diğerine geçiş ancak sıçramayla olur. Mesela, özden varoluşa geçiş bir sıçramadır ve Kierkegaard'a göre varoluş, nesnel bir şekilde değerlendirilemez ve varoluş sonlu bir kişinin sonsuz olanla kişisel (öznel) deneyimini ifade eder. Sonlu kişinin sonsuz olanla öznel deneyimi ise varoluşu gerçekleştirmenin değişik aşamalarına göre ortaya konulur. Kierkegaard'a göre bu üç varoluş alanı aynı zamanda üç yaşam biçimini ortaya koyar ve bu alanların kendi has özelliklerini hayatlarında taşıyan üç tip insan figürü vardır. Ona göre estetik aşamanın özelliklerine sahip kişiler estetikler; ahlaksal aşamanın özelliklerini taşıyanlar ahlaksal insanlar ya da trajik kahramanlar; dinsel aşamanınkiler ise iman şövalyeleridir. Kierkegaard kendi eserlerinde bu üç karakteri belirgin özellikleriyle ortaya koymuştur. Mesela, estetik insanları betimlemek için Don Juan, baştan çıkarıcı Johannes, Faust gibi yazınsal tipleri kullanırken; ahlaksal insanlar için Agamemnon ve Sokrates'i; dinsel insan için ise İbrahim'i örnek göstermiştir. Kierkegaard'ın örnek gösterdiği bu karakterler onun hem varoluşu gerçekleştirme düşüncesi için hem de insan görüşü için önemli tiplerdir. Kierkegaard'a göre bu üçü birbirini karşılıklı olarak dışlar ve başka olasılıklara yer vermez. Diğer bir deyişle, insanlar için bu üç tür varoluşun dışında başka bir yaşam biçimi yoktur. Kierkegaard her ne kadar bir süre için bu

alanlardan ikisine ya da üçüne dayanarak bir yaşam sürdürmek mümkün de olsa, er ya da geç kişinin bu alanlardan birini seçmek zorunda kalacağı bir zamanın geleceğini savunmuştur. Bu doğrultuda, bu üç alan birbirini karşılıklı bir şekilde dışlar ve kişi kendisini bu alanlardan birine adamaya zorlayacak kriz durumlarıyla karşı karşıya kalır. Bu sebeple Kierkegaard, bir kriz durumuyla karşı karşıya kalmadan önce hayali olarak da olsa bireyin kendisi için bu varoluş alanlarından hangisinin doğru olduğunu test etmesini önerir. Kierkegaard'ın düşüncesine göre bu üç alandan dinsel varoluş gerçek anlamda bir varoluş imkânı sağlar. Ancak burada dikkat edilmesi gereken husus, dini aşamanın yalnızca ahlaki alanın bir tezahürü olmamasıdır. Dinin gerekleri ve ahlakın talepleriyle bağdaşmayabilir. Tanrı'nın iradesi en derin ahlaki kanaatlerimize ters düşebilir. Kierkegaard buna örnek olarak İbrahim'in tek oğlu İshak'ı kurban etmesini gösterir. Diğer iki varoluş alanı olan estetik ve ahlaksal yaşam alanlarına göre bu durum hiçbir ahlaksal düşünce ile ilişkilendirilemez. Fakat Kierkegaard dönemin filozoflarının tersine, dinsel alanı özsel olarak akla aykırı bir şekilde tasvir eder. İmanın çelişikliğine rağmen kişi, hatta bu yüzden Tanrı'ya inanır. Her ne kadar bu durum aklın ilkelerine ters düşse de Kierkegaard'a göre dinsel inancın doğası budur. İnsan nasıl ki ahlaksal yaklaşımda başkalarının yararına olan şeyleri kendi yararına olanların önüne koyuyorsa, dini yaklaşımda da Tanrı'yı her şeyden önce tutmalıdır. Tanrı'nın inayeti kişinin bütün eylemlerinin merkez odağıdır ve gerekirse İbrahim peygamber örneğindeki gibi kişi en sevdiği varlığı Tanrı için feda edebilmelidir. İman olgusu, dinsel varoluşu diğer iki varoluştan ayıran en belirgin farktır.

Kierkegaard'a göre iman, ahlaksal ve dinsel alandaki uçurumu gösterir. Ve buna nazaran Kierkegaard, İbrahim örneğinde olduğu gibi iman söz konusu olduğunda artık ahlaksal alanda kalınamayacağını belirtir. Tanrı, İbrahim'in imanını test etmek adına ahlaksal yaklaşıma hiçte uygun olmayan bir şey yapmasını, en sevdiği varlığı, biricik oğlunu öldürmesini ister. Ahlaksal bakış açısına göre, oğlunu korumakla mükellef bir babanın bu yükümlülüğün aksini yaparak oğlunun canına kast etmesi cinayet olarak nitelendirilir. Bu örnek üzerinden Kierkegaard'a göre, ahlaksal alanda İbrahim'in yaptığı şey İshak'ı öldüreceğidir; ancak dinsel alanda ise İshak'ı tanrı adına kurban edeceğidir. İşte bu çelişkide adamı uykusuz bırakacak kaygı yatar ve bu kaygı olmasaydı İbrahim de iman şövalyesi olmazdı.

Kierkegaard'ın trajik kahraman olarak örnek gösterdiği Agamemnon da halkını ve ülkesini kurtarmak için kızını kurban etmeye zorlanmıştır. Agamemnon halkına ve ülkesine karşı olan yüksek ödev ahlakı ve kızına karşı olan düşük ödev ahlakı arasında bir tercih yapmak durumunda kalmış ve kızını ülkesi adına kurban etmeyi seçmiştir. Agamemnon'un bu eylemi her ne kadar İbrahim'inkine benzese de Agamemnon ahlaksal alanda kalırken, İbrahim bu alanı aşmış dinsel alana geçmiştir.

Trajik kahraman yapılması gerekeni yapmıştır ve bu yüzden değerlidir; diğer taraftan, iman şövalyesinin karar aşamasında yaşadığı korkuyu, kaygıyı, dehşeti ve titremeyi yaşamadığı için onun eriştiği yüceliğe erişemez (Akşit, III. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi-Bildiriler Kitabı II).

Ölüm korkusu ve ölüm kaygısı arasındaki ayrımı ilk yapan Kierkegaard'dır. Kierkegaard'ın korkuyu tanımlama şekline göre bir şeyden korkmak ve yoktan korkmak arasında fark vardır. Kierkegaard'a göre yokluk, insanın birlikte hiçbir şey yapamadığı bir hiçliktir. Ölümlü bir varlık olarak insan geleceği hakkında derin bir kaygı yaşar ve düşünsel olarak ölüm her şeyin sona ereceği anlamına gelir (Köseoğlu & Bilgin, 2019). Hayatın bir sonunun olması ve insanın ölümlü bir varlık olması insanı geleceği hakkında derin bir umutsuzluğa sürüklemiştir. Diğer açıdan, Tanrı'ya inanan kişi için ölümün varlığı mutlak bir karanlığa işaret etmez. Maddi yaşamın kendileri için yegâne yaşam olduğunu düşünen insanların dilinde ölüm her şeyin sonudur ve tüm yaşanabilirliklerin gerçekleşmeksizin sona ermesidir (Akşit, III. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi- Bildiriler Kitabı II). Fakat Kierkegaard ölümü var oluşun bir devamı olarak kabul eder ve ona göre ölüm, umuda anlam veren bir fenomen haline gelir (Köseoğlu & Bilgin, 2019).

Kierkegaard'a göre ölüm ve yaşam iç içe geçmiş fenomenlerdir. Dünyaya geldiği andan itibaren insan, ölüme de varım demiştir ve ölümün varlığını kabullenmiştir. Kierkegaard'a göre ölüm, yaşamı geride bırakmaktır ve ölümün yaşamı sona erdiren bir olgu olmasının verdiği ürperti ölümden sonra yaşamın olup olmadığı düşüncesiyle daha da artmaktadır. Başlangıcın ve sonun simgesi olan yaşam ve ölüm anlam olarak birlikte farklılaşmaktadır. Ölüm kavramının zamanla ciddi bir sorun haline gelmesine Kierkegaard şöyle bir yorum yapmıştır: "Yaşamımın her faktörü ile bağlantısı dahilinde ölümün kesinsizliğini düşünmek benim için giderek daha da önemli hale gelmektedir."

Kierkegaard yaşamı ve ölümü iki farklı fenomen olarak değerlendirmez. Yaşamın ölümü de barındırdığı görüşünü savunur ve her şeyin bir sonu olduğu gibi insanın da bir sonu olduğu düşüncesindedir. O, ölümü sübjektif ve objektif olarak iki şekilde değerlendirir. Sübjektif ölüm, bireyin kendisiyle alakalı olan, ölümün fiziksel bir sondan ziyade iradi bir son olmasıdır. Bu görüşe göre insanın nefsini terbiye etmesi ve ölmeden önce ölmeyi ilke edinmesi gerekir. Objektif ölüm ise, herkesin bir gün başına gelebileceği biyolojik yaşamın son bulması, özden var oluşa geçiştir. Kierkegaard'a göre ölüm hissedilmelidir ve insanın yaşamını değiştirecek boyutta, önceden yaşanılan bir fikir olarak kendisine bağlanılmalıdır. Yaşamın anlamı ölüm olgusuyla anlaşılrsa dahi insan yok olma düşüncesini her an zihninde taşımaktadır.

Bu sebeple Kierkegaard'a göre, insan ölüm korkusunu hafifletmek adına inanca sığınmalıdır (Köseoglu & Bilgin, 2019).

Kierkegaard'a göre sübjektif olarak algılanan ölüm, bir görev hali ya da "ahlaki ifadelere sokulan bir görev" olarak düşünülmelidir. Sübjektif ölüm anlayışına göre, ölüm hissedilmelidir ve insan yaşamını değiştirecek ölçüde, önceden yaşanan bir fikir olarak kendisine bağlanılmalıdır. Bu doğrultuda ölüme varoluşsal bir açıdan bakacak olursak, her karar ve seçim değer kazanır. Diğer bir deyişle, insanın sonlu bir varlık olduğu düşüncesi, yaşamımıza ve özellikle de seçimlerimize özel bir anlam yükleyerek yaşamımızı değiştirir. Çünkü Kierkegaard'a göre birey zaman ve ölümlle sınırlı bir varlık olduğunu keşfettiği anda seçim yaptığı her anında "ahlaki davranışı" sergilemesine imkân veren bir an olduğunun farkına varır. Bu yüzden sübjektif düşünür aynı zamanda ahlaki düşünürdür. Kierkegaard bu dünyada kurtuluş yolu olarak sübjektif ölümü görür ama bu ölüm bildiğimiz anlamdaki ruhun bedenden ayrılmasını ifade etmez. Kierkegaard'ın burada altını çizmek istediği ölüm, tasavvufi anlamdaki "Ölmeden önce nefsinizi öldürünüz." ilkesine benzer. Kişinin nefsini dizginlemesi onu terbiye etmesidir ve bir anlamda kişinin kendisini tedavi etmesi anlamına da gelir. Bu konuya dikkat çeken Kierkegaard, "bu dünyada sübjektif ölme yoluyla tedavi olanların sonsuz yaşama sıçradığı" düşüncesindedir. Varoluşu gereği sınırlı ve sonlu bir hayata sahip olan insan, ölüm yoluyla bu sınırlarını aşma çabası içerisindedir. İnsanın varoluşundaki eksiklik duygusu ölüm yoluyla son bulacaktır. Kierkegaard'a göre gerçek kurtuluş, kişinin birey olabilmesi ve yığınlarından kurtulup tek başına ayakta durabilmesiyle mümkün olur. Ancak bunun çok da kolay olmadığını iddia eder. Çünkü insan doğası gereği zor olandan ziyade kolay olanı yapma eğilimindedir ve Kierkegaard'ın bahsettiği bu yol ise zor olandır. Kişi asli varoluşunu bulmak için kendi isteklerini sınırlamalıdır. Bu şekilde kişi nefis terbiyesi diyeceğimiz bu yolla kurtuluşa erecektir. Kierkegaard'a göre bunun anlamı kendi nefsinin öldürülmesidir.

Kierkegaard'a göre inanan için bu anlamda ölüm, bitiş değil yeni bir başlangıç için bu dünya yaşamı çok önemlidir. Ölmeden önce nefsinin terbiye eden kişiler, son adımı atmadan ebediliğin tadına varacaklardır. Bu noktada, bireyin ve toplumun hayatı ölümün gerçekliği karşısında önem kazanır. Eğer ölüm ebediyete doğru bir yol alış ise ve kişi bu dünyada bir şeylerden fedakârlık ederek ulaşabilecekse buna, içkinlik, tamamen ölümden ibaret olup bir fedakârlık alemidir.

Diğer taraftan, Kierkegaard'a göre objektif olarak algılanan ölüm, genel ve evrensel bir olgudur. Bu ölüm, organizmanın işlevini yitirmesidir ve dünyevi yaşam süren her kişiye attığı her adımda sonluluğunu hatırlatmaktadır. Daha çok insanların yaşamdan beklentileriyle ilişkili

olan objektif ölüm büyük tehlike ve istenmeyen bir hadise olarak yorumlanır. Bu bir anlamda kişinin yaşama yüklediği değer ile ilişkilidir. Bir diğer deyişle, kişi yaşamdan ne kadar çok şey bekliyorsa, ölüm onun için o kadar korkutucudur. Kierkegaard'ın deyimiyle: "Ölüm en büyük tehlike olduğu sürece, yaşamdan bir şeyler bekleniyor demektir.". Hayatın en güzel zamanları bile ölüme yoldaştır bu sebeptir ki zevk, hayatın anlamı olamaz. Eğer insan kendi kaderini kontrol edemiyorsa ve dünya zevklerini sürekli kılıyorsa, yolun gidişatı ve tek sonu ölüm gibi görünmektedir. Fakat hayatın anlamı ölümdür demek çelişkili bir durumdur. Bu hayat her şey ise ölüm gerçeği altında var olmak ümitsizdir ve anlamsızdır; ama her şey değil ise bu insanların akıllarına ölümden kaçabilmeyi getirmektedir. Kierkegaard'ın ideolojisine göre objektif ölümden kaçmanın hiçbir anlamı yoktur, bu varoluşun görmezden gelinemeyecek bir gerçeğidir. İnsan ölümden kaçınılamayacağını anladığı an ölümün hayatla ilişkisini açıklamaya ihtiyaç duyacaktır. Ölümün nasıl görüldüğü -ya da görülmediği- kişinin tümünden hayat olan bakış açısıyla ilişkilidir.

İnsan belki de ölümden korktuğu için ona sırtını döner ama çoğunlukla ölüme sırt çevirmekle hayata da sırt çevirdiğinin farkına varmaz. Hayat ve ölüm birbirlerini tamamlayan çelişkilerdir ve her ikisi de zaman ve mekânın tek bir boyutuna saplanmış olan bizlerin ancak göz ucuyla görebileceği bir kürenin iki yarısı gibidir. Ölüm bizden öteye dönük olan, aydınlatmadığımız yaşamın yüzüdür. Kierkegaard subjektif ölüm anlayışıyla tedavi olanların sonsuz yaşama sıçradığını savunur. Sınırlı ve sonlu bir varlık olduğunu bilen insan, ölüm yoluyla bu sınırlarını aşma çabası içindedir. Her insanın varoluşunda eksiklik duygusu vardır ve insanlığın en keskin gerçekliği, objektif ölüm ile bu eksiklik duygusu son bulacaktır (Akşit, III. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi- Bildiriler Kitabı II).

4. Sartre'ın Düşüncesinde Ölüm

Jean Paul Sartre, yaşamı ve felsefesi arasında bir dengeye ve bir uyuma sahip olan varoluşçu düşünürlerden biridir. Çünkü onun felsefesi eylem planında ortaya çıkar ve kişinin nasıl yaşadığını doğrudan ilgilendirir. Bu noktada özgürlük problemi ve bunun beraberinde getirdiği sorumluluk düşüncesi Sartre'ın felsefesinde önemli bir yere sahiptir (Kayra, 2006). Bu bağlamda Sartre, ölüm olgusunu insan gerçekliğinin temeli olarak gördüğü özgürlük ile ilişkisinde ele almıştır (Polat & Aşkın, 2017).

Varlık ve Hiçlik adlı yapıtında bahsettiği gibi, insan hem kendi kaderini kendisi yazmasından ötürü özgürdür hem de bir duruma bağlı olan eylemlerine yön veren bir bilinç olarak da sorumluluk sahibidir (Kayra, 2006). Sartre'a göre, insan yaratılmış bir varlık değildir.

Onda varoluş özden önce gelir. Yani, insan tasarlandıktan sonra varlığa gelmez, tam tersi var olduktan sonra özünü oluşturur. Burada Sartre'ın vurgulamak istediği, insanın bir eşya gibi olamayacağıdır çünkü eşya belli bir taslağa göre bir zanaatçının elinden çıkar. Eşyada yapılma/yapış, varoluştan önce gelir. Ancak eşyanın yapısıyla insanın yapısı aynı değildir bu yüzden insan önce var olur ve daha sonra kendisini nasıl tasarımıyorsa özünü o şekilde oluşturur. Bu anlamda kendisini tasarlayan, yani bir tasarı olan insan kendisini tasarlamakla birlikte diğer insanların da nasıl olması gerektiğini tasarlamış olur. Dolayısıyla insan sadece kendisini seçmekle kalmayıp, o seçimiyle aynı zamanda diğer insanları da seçmiş olur. Buradan çıkan sonuç ise insanın sorumluluk sahibi bir varlık olduğudur. Çünkü insan tasarladığı şey ile aslında seçtiği şeyin iyi olduğunu böylelikle değerli olduğunu göstermek istemektedir. İnsanın iyi ve değerli olanı seçmesi demek bizi bütün insanların bu şekilde eylemelerinin değerli olduğu sonucuna ulaştırır. Çünkü hiçbir zaman kötüyü seçmeyiz biz, hep iyiyi –iyi sandığımızı– seçeriz. Bir şey herkes için iyi değilse bizim için de iyi olamaz. Örneğin, bir kişinin evlenmesi diğer insanları da etkiler çünkü kişi evlenirken evlenmeyi bütün insanlar için onaylamaktadır. Bu durum insana sorumluluk yükler çünkü o diğer insanlar adına da seçmiş olur. Sartre'a göre, insanın seçimlerinden sorumlu olması insanın bırakılmışlığını yani Tanrı'nın olmayışını gösterir. Gerçekten de Tanrı'nın olmaması, hiçbir şeyin yasak olmadığını, her şeyin mübah olduğunu yani insanın tek başına bırakıldığını gösterir. Bu durumda, insanın içinde ne dayanacak bir destek kalır ne de tutunacak bir dal ve insan yaptıklarına bir özür ve dayanak da bulamayacaktır. Bu da insana ne sığınacağı bir Tanrı'nın ne kötü eylemlerini gizleyebileceği genel ahlak kurallarının ne de kaderin var olduğunu gösterir. İnsanın elinde olan tek şeyi özgürlüğüdür ve insanın kaderi özgürlüğünden başka bir şey değildir.

Sartre'a göre bulantı da tam burada kendini ifşa eder. Çünkü Tanrı olmadığında insan tek başına bırakılmıştır yani dünyaya fırlatılmıştır. Dolayısıyla insan seçimiyle sadece kendisinin ne olacağını seçmez, o seçimleriyle bir yasa koyucu olarak bütün insanlığı seçer. Birey bu seçimleri yaparken tamamen yalnızdır ve bu ona derin bir sorumluluk yükler. Sartre'a göre bulantılarını yalanlarıyla gizleyen insanlar, sorumluluk duygusunun kişide yarattığı iç sıkıntının farkına varmazlar. Böylelikle Sartre, varlığın bize ancak bulantı, sıkıntı gibi doğrudan erişim yollarıyla görüneceğini savunur. Bu doğrultuda bulantı, varoluşu açığa çıkaran bir nitelik olarak kendini gösterir ve insan bu iç daralması içinde özgürlüğünün bilincine varır. Çünkü insan tam da davranışlarının yalnızca mümkün olabildikleri için içinin daraldığını ve buna istinaden o durumu uzaklaştırmanın gerekçelerini oluştururken aynı anda gerçeklerin yeterince etkili olmadıklarını kavrar. Yalnız Sartre bu iç daralmasını korkudan ayırır. Ona göre korku, dünyanın varlıklarından yani bir şey karşısında duyulan korkudur. Oysa kaygı ya da iç

daralması ise kişinin kendi olanakları karşısında ortaya çıkandır. Çünkü iç daralması insanın bu ya da şu olmama bilincinde ortaya çıkar.

Varlık ve Hiçlik adlı kitabında Sartre, kaygı kavramına yüklediği anlamı insan varlığının şimdiki hali arasındaki ilişkiye bakarak açıklamıştır. Bu eserin bir noktasında filozof, kişi ile kişinin olacağı kişinin ortasına bir hiçlik sızdığından bahseder. Burada hiçliği Sartre, varlıktan sızan bir solucan olarak betimlemiştir. Bu durumda hiçliğin kendi başına bir varlığı yoktur ve onu varlık dışında tasarlamak mümkün değildir. O, sadece insan varlığının mümkün olabilecek ama henüz var olmamış bir kipidir ve sadece kendisi için varlık olan insanda kendini gösterir. Dolayısıyla, bu anlamda hiçlik özgürlükle birlikte ortaya çıkar. Bu doğrultuda Sartre’da iki varlık durumundan söz edilebilir. Birincisi, varlığı bizim için konu olan nesneler, Sartre’ın deyimiyle kendinde-varlık’tır; ikincisiyse, kendisi-için-varlık’tır. Bunlardan ilki “şeylerin varlığı”nı temsil ederken, diğeriye insanları temsil eder. Şeyler basitçe vardır ve kendilerinde tamdır ancak insan varlıkları ise tam değildirler ve henüz gerçekleştirilmemiş bir geleceğe doğru açıktır. Bu geleceğin boşluğu, sorumluluk sahibi kişinin seçimleri tarafından doldurulmalıdır. Kendinde-varlık eksiksiz ve tam olandır, bütün halinde olup değişmez bir niteliğe sahiptir. Aynı zamanda oluşun dışındadır, oluş kendinde-varlığın yapısını etkilemez. Varlığının bir sebebi olmadığı gibi kendisiyle ve kendisi dışında herhangi bir şeyle de bağlantısı yoktur. Diğer taraftan, kendisi-için-varlık ise tam tersine bilinçtir. Bilinç her zaman bir şeyin bilincidir ve bilincin dışındaki bir dünyanın nesnel varoluşu, bilincin yönelimselliğinin bir sonucudur. Bu aşkınlık durumu bilincin kurucu yapısı olduğu, bilincin kendisi olmayan bir varlık tarafından desteklenerek oluşturulduğu anlamına gelir. Kendisi-için-varlık diğer anlamıyla bilinç, sorular soran, sorduğu sorulara olumlu ya da olumsuz yanıtlar alabilen ve kendi varlığının farkında olan insanın bir özelliğidir. Çünkü insan bilinçli bir varlık olarak kendisine dönebilmekte ve kendisini bilmektedir ve yine kendisi-için-varlık, kendinde-varlık’tan farklı bir oluş hali içindedir, yani ne değilse odur ne ise o değildir. Bu onun varoluşunun özünden önce geldiğini gösterir. Dolayısıyla bilincin bir özü yoktur ve bir şeyin bilinci olarak kendi nesnelliğini ortaya koyar. Bu sebeple, “Bilinç dünyadaki bir şey değildir, yani o hiçbir şeydir.”

Sözü geçen bu geleceğin bu boşluk ve hiçlik hali insanda kaygı, bunaltı ve iç daralması yaratır. Burada ortaya çıkan özgürlük, bulantı ve iç daralması sonucu iki tür insan ortaya çıkar. Bunlar; ya tüm bunlara rağmen sorumluluğu üstlenenelerdir ya da Sartre’ın kötü niyetli dediği insanlardır. Sartre’a göre, kötü niyet içinde olan kimseler hoş olmayan bir gerçeği saklamaya çalışırlar bu durumda kötü niyet yalan söylemekle aynı görünmektedir. Buradaki en önemli fark, kötü niyette gerçeği kişinin kendisinden saklamasıdır. Bu kötü niyetli kişiler yalanlarıyla

bulantılarından kaçmaya çalışırlar. Sartre bunu etik iç daralmasında şu şekilde açıklar: “Gündelik ahlak diye adlandırılabilir olan şey de etik iç daralmasını dışlar. Kendimi, değerlerle olan kökensel münasebetim içinde düşündüğüm zaman etik iç daralması vardır.” Oysa ki kendisi-için-varlık olan insan eksikliğinin ve fırlatılmışlığının farkında olup, hiçliği ve özgürlüğünün içinde korkmadan sorumluluk alabilendir (Aşar, 2014).

Sartre’ göre özgürlük, kendisi-için-varlık’ta temellenir ve dünya ile ilişkisinde seçme özgürlüğü olarak ortaya çıkar. Kendi başına nötr olan dünyadaki şeyler insan karşısında belli bir durum içinde görünür ve bu durum da temelini yine insanın özgür tasarısında bulur. Bu doğrultuda ölüm, insan gerçekliğinin bir sınırı olarak karşımıza çıkar. Ölümün varlığıyla birlikte kendisi-için’in geleceğe doğru açılan zamansal varoluşu kesintiye uğrar ve kendisiyle özdeş bir kendinde-varlık haline gelir. Bu sebeple ölüm, insan gerçekliğinin sınırındır. Fakat Sartre’ göre insanın olgusallığından kaynaklı bu sınır, özgürlüğün karşısında duran bir engel olarak görülmemelidir. Sartre’a göre, insan için insani olmayan hiçbir şey yoktur ve bu anlamda ölüm, mutlağa açılan bir kapı gibi düşünülemez. Sartre, öncelikli olarak ölümün sahip olduğu saçma (absürt) niteliğe vurgu yapmak gerektiğini savunur ve düşüncelerini şu sözlerle ifade eder: “Ölüm, tıpkı doğum gibi salt bir olgudur; bize dışarıdan gelir ve bizi dışarıda dönüştürür. Temelde, doğumdan hiçbir şekilde ayrılamaz olan ve olgusallık olarak adlandırılan şey de doğumun ve ölümün özdeşliğidir.” Tıpkı kendinde-varlık’ın nedensiz ve izah edilemez oluşu gibi ölüm de mantıken açıklanamayan dışsal bir olgudur ve bu nedenle absürttür.

Sartre’a göre, insanın ölümü keşfetmesi zorunlu olarak başkasının ölümü üzerinden gerçekleşir. Aksi takdirde ölüm, her şeyin eş zamanlı yok oluşu olacaktır. Bu haliyle ölümü, “benim ölümüm” olarak kavramam bir başkasının varoluşuna bağlıdır. Varlığı olumsal olan başkası ölümlü olduğu için bana ölümü keşfettirmektedir bu doğrultuda ölümde hem bir olgusallık hem de radikal bir olumsuzluk vardır. Başkasının, kendi varlığında ölümü bana açması aynı zamanda bana ölümünden sonraki “ölmüş yaşamım” hakkında da bilgi verir. Sartre’a göre kendi ölümünü anlamak isteyen bir kişi, kendisini başkalarının gelecekteki bir yemi olarak keşfetmek zorundadır. Sartre bunu söylerken, tüm yaşamı boyunca başkasının nesneleştirici bakışına direnen kendisi-için’in ölümle birlikte başkası karşısında savunmasız kalacağını belirtmektedir. Kendisi-için’in ölümünden sonra yaşamı, yaptığı seçimler, başkasının yorumlaması ve üzerinde değişiklikler yapması için nesneler haline gelmektedir. Bundan dolayı ölüm Sartre’a göre, başkalarının benim üzerimdeki zaferidir. Sartre, ben ve başkası arasındaki ilişkiyi her iki tarafın da mutlak özgürlük olmasından dolayı hiç bitmeyecek bir çatışma olarak öne sürer. Bu sonsuz çatışmayı taraflardan birinin lehine sonlandıracak olan olgu ise ölümdür (Polat & Aşkın, 2017).

5. Heidegger ve Kierkegaard'da Ölüm Fenomeninin Karşılaştırılması

Kierkegaard ölüm fenomenini varoluşçu çerçevede sistemli olarak yorumlayan ilk filozoftur. Ona göre yaşamın son eylemi olan ölüm tamamen ontolojik bir eylemdir. İnsanın ölümü düşünmesi tıpkı yemesi, içmesi, uyuması gibi bir eylemdir. İnsan varoluşu o kadar gerçek, kuşatıcı ve dayatıcı olduğundan ölümün yokluğunda tüm kavramlar boş ve anlamsızdır. Varoluş, ölüm dahil insanın bütün edimlerini kapsamaktadır ve bu varoluş apaçık olmasına rağmen insan, onu aklın aynasında yansımış olarak göremez, ancak hayat içinde karşılaşılarak görebilir. Varoluş zaman ve mekanın uzağında bir yerde olmayıp, insanın hayatındadır, dünyanın içindedir. Ölüm de öyledir. O da varoluş gibi hem hayattan zaman ve mekana hem de onlardan hayata doğru akmaktadır. Bu noktada hayat ölümün, ölüm de hayatın kendisidir. Hatta ölüm yalnızca hayatın kendisi değil aynı zamanda bizzat hayatın varlık koşuludur. Kierkegaard'da ölüm olgusu yalnızca biyolojik ya da sosyal bir kategori değildir. Aksine Kierkegaard'e göre ölüm, hem insanın bireyselliği ve varoluş gerçekliğiyle yüzleşmektir hem de önceden hissedilebilen ve hayatı değiştirebilen bir fenomendir.

Heidegger'in eksistensiyal-ontolojisinde de ölüm fenomeni Kierkegaard'da olduğu gibi önemli bir yer tutar. Felsefesinin her kademesinde ölüm olgusuna öncelik veren Heidegger'de ölüm, hem Varlık'ın anlamı üzerine ömrü boyunca süren araştırmasını tamamlamak hem de Varlık'ı anlamak için her zaman temel varoluşsal sorun olmuştur. Heidegger'de de ölüm tıpkı Kierkegaard'da olduğu gibi, yaşamın hayatla birlikte ikinci temel olgusudur ve bu anlamda dünyada ölümlü olan tek varlık insandır. Varoluşsal bir önceliğe sahip olan ölüm dinamik ve canlı bir olgudur. Ancak ölümün bu özellikleri tüm canlılarda ortak bir fenomen olduğu anlamına gelmez. Mesela hayvanlar da ölümlüdür ama hayvanların ölümle olan ilişkisi insanın ölümle olan ilişkisi gibi değildir. Hayvanların aksine, insan bilinçli ve varoluşsal bir varlık olduğundan ölümden korksa dahi yine onun varlığının farkındadır ve geçmişten geleceğe uzanan tüm deneyimlerini onun üzerine inşa eder. Heidegger'e göre, ölüm eksistensiyal bir gerçeklik olarak yalnızca Dasein'in varlığına aittir. Dasein için ölüm bir oluş biçimi olup, olanaksızlığın olanağıdır. Benzer şekilde Kierkegaard'da da insanın ölümü varoluşsaldır ve dünyanın gerçekliğine uygundur. Bireyin ölümü de kendi dünyasına ve zamana uygundur. Çünkü Kierkegaard'a göre yaşamın anlamı ölmektir. Fakat ölüm dünyanın sonu değildir yalnızca dünyadan el etek çekmektir. Heidegger'e göre de varoluş ve her şey bir birey olarak birbirine bağlıdır ve bu yüzden hayat ve ölüm hiçbir koşulda birbirinden ayrı düşünülemez. Dünyada hayat ile ölüm birbiriyle iç içe geçmiştir. Ölüm hayattan ayrı bir noktada ortaya

çıkılmamaktadır. Ölüm de insanın tüm yapıp etmeleri -hatta Hiç gibi- Var olma temelinde açığa çıkmaktadır. Heidegger özellikle Varlık ve Zaman adlı kitabında varoluşsal ölüm kavramını geliştirir ve insanı ölümlü ve birey olmasından hareketle tanımlar. Ona göre de dünyada ölümlü olan tek varlık insandır ve zaten insana ölümlü denmesinin sebebi de ölebilir olmasındandır. İnsan akıl edebilir bir varlık olmasına ek olarak ölüme yetenekli bir varlıktır. Bu noktada ölmek demek ölüme yetenekli olmak demektir. Nasıl ki dil varlığın evi ise; ölüm de mevcut-olan şeyin barınağıdır. Yokluğun barınağı olarak ölüm, Varlık'ın mevcut- olmasının barınağıdır, Varlık'ın sığınağıdır. Dilden sonra Varlık'ın ikinci evi olan ölüm, insan varoluşunun gereği olarak her şeyde olduğu gibi ölümden de kendini-önceler. Çünkü "Dasein hep kendi varlığı uğruna var olmaktır.". Var olduğu müddetçe de ölüm karşısında eli kolu bağlı duramaz, kendi tamlığına erişemez. Ölüm sayesinde Dasein tam-varlığa ulaşır ve dünyada kendisini anlaşılır kılar. Dasein tamlığa ulaştığında ise dünya-içinde-varlık olma özelliğini kaybeder. Heidegger'e göre, insanın üzerinde ölümün varoluşsal ağırlığı vardır ve kişi ne zaman değiştirilemez ölümlülüğü olan bu ağırlığı üzerinden atarsa o zaman dinginleşebilir. Ancak insanın bunu yapması kolay değildir, bu durum ondan çoğu zaman tiksintiye neden olur. Tiksinti insanı varoluştan uzaklaştırıp kendi dünyasına hapsedmez, tam tersine insanı özerk, asil, ve özgür bir varlık kılar. Dolayısıyla Heidegger'e göre varoluşun özü hem varoluşundadır hem de ölümdedir. İnsan ölümü, varoluşun özü olarak düşünmek zorundadır.

Kierkegaard'da ise, ölümün bireysel olarak gerçekleşmesinin nedeni ruhtur. Ruh ontik bir edim olarak dünyadan vazgeçmeye istekli bir yapıya sahiptir. Bu özelliğinden dolayı ruh bedeni terk eder. Ruhun bedeni hemen terk etme isteği aslında hakikatle yüzleşme isteğidir. Hem ruh hem de hayat en yüksek değeri ölümle kazanır. Ama dünyada insanın ölümü ne diğer ölümler gibidir ne de sıradan bir şeydir, tam tersine çok büyük bir olaydır. Zira dünyada yalnızca insan ölümlü olduğunun bilincindedir ve tüm ölümlüler öleceğine göre insan da ölümlüdür. Kierkegaard'a göre ölüm ve acı çekme insan varoluşunun temelidir ve ölümün temelinde acı olsa dahi aslında o, dünyada bir türlü gelmeyen huzurun başlangıcıdır, huzurlu bir uyku halidir. Kierkegaard'a göre ölüm, adeta bir doğum çılgılığıdır. Bu, varoluş içinde bir çılgınlıktır. O halde var olmak, ölümden yola çıkarak varoluş çılgılığı atmaktır. Kierkegaard'a göre ölümün habercisi olan bu çılgılık yaşamda herhangi bir zaman diliminde karşılaşılan olumsuz olaylardan sonra ölümü hissetme korkusuyla atılan çılgınlıkla değil, doğumdan hemen sonra atılan ilk çılgınlıkla başlar. İnsanın doğum esnasında hayatla kucaklaşma anında hissettiği acı hem ölümün acısını hem de ölümden kaçışın olamayacağının tüm hücrelerine kadar hissedilip yaşanıldığı andır. Bununla birlikte, Kierkegaard korku, endişe, kaygı ve umutsuzluk gibi kavramları da ölümden ayrı düşünemez ve onların her birini ölümle ilişki kurarak açıklar. Ona

göre ruhun tüm bu halleri yaşamın doğal gerçekliği içinde varlığa gelir. İnsanın ölüm karşısında yaşadığı korku aslında ben olmaya başlama korkusudur. İnsan neden korktuğunu bilmeden korkar, aslında korkunç olmayan bir şeyden korkar. Kierkegaard’a göre bu korkunun merkezinde de diğer bütün korkularda olduğu gibi ölüm korkusu vardır. Ölüm korkusu diğer korkuların önüne geçmektedir. Kierkegaard’a göre umutsuzluk da ölümle ilgili, kendisinden kurtulmak için ölmeyi istediğimiz halde ölemediğimiz bir hastalıktır. Umutsuzluk insanın kendinden kaçmaya çalıştığı, yüzleşmekten korktuğu duyguların başında gelir. Kierkegaard umutsuzluk durumunda tüm yaşama eşlik eden ve yön veren varoluşun gizemini ölümden yola çıkarak açınlar. Bu sebeple varoluşu umutsuzluk ve ölümden ayrı düşünemez. Ona göre, varoluşun özü sonsuzluk özlemiyle yanan insanın sonluluk çırpınısından doğan kıvılcımlardır. Bu çırpınış kendini zaman zaman umutsuzluğa bırakır ve Kierkegaard umutsuzluğu “ölümcül hastalık” olarak kavramsallaştırarak ölüme doğru giden bir hastalık olarak görür. Dolayısıyla, umutsuzluk insan varlığına dışarıdan eklenen bir durum değil, tersine insanın varoluş sürecinde iç dünyasında yaşadığı “çelişkili işkencedir, benliğin hastalığıdır”.

Heidegger de Kierkegaard gibi ölüme kaygı üzerinden de yaklaşmıştır. Heidegger’de kaygının diğer anlamı ölüme-doğru-varlık ya da ölüm-için-varlık’tır. Kaygı da ölüm gibi varoluşun temeli ve en önemli ögesidir. Ancak Dasein’in varlığı kaygıyı sadece ölümden dolayı yaşamaz. Ölüm fenomeni sayesinde, dünyada Dasein’in varlığı kendini kaygı olarak açığa vurduğundan bu durum onda belirgin bir duruma dönüşür, Dasein bu durumdan kaçamaz ve artık ölüm gibi kaygıyla da yüzleşmek zorundadır. Dasein’in endişe ve kaygıyla yüzleşmesi demek dünya-içinde-varlık olduğunu fark etmesi demektir. Bu durum ölüm kadar endişe ve kaygı fenomenlerinin de varoluşsal olduğunun bir göstergesidir.

Heidegger’e göre ölüm, tüm acıların üstünde, başkalarıyla paylaşılamayan, kişiye özgü ontolojik bir acıdır. Ölümü ve ölüm acısını kişi yalnızca yaşar ve hiç kimse bir başka kişinin yerine ölemez ya da onun ölüm acısını deneyimleyemez. Ölüm, her zaman ve her durumda kişiye aittir. Dasein kendi ölümünü deneyimleme olanağına sahip olmadığı için bir bütün olarak kendi varoluşunu kavrayamaz. Ancak başkalarının ölümü üzerinden Dasein ölümün varlığından haberdar olabilir. Heidegger’de ölmek acı çekmek olduğu kadar aynı zamanda Kierkegaard’da da olduğu gibi özgürleşmektir. Her an ölümü düşünmek özgürleştirir ve ölümü düşünmek ise ölüm beklentisiyle gerçekleşir. Ölüm beklentisi Dasein’ı başkalarından ayırarak “kendi olanaklarını görmesiyle onu ölüme-doğru-özgür kılar” (Aydoğdu, 2016).

Diğer taraftan Heidegger’de ölümün en yetkin hali kesinliktir ve ölümün bir a priorisi vardır. Dolayısıyla ölümün kesinlik olduğu da yok olma anlamı taşıdığı da kesin değildir. Yani Heidegger, “Ölüm en yetkin kesinlik derken aslında salt ölümü kesinlik olarak görmeyi

bırakın.” der. Zaten Dasein’in anlaşılması da bu durum üzerinedir. Varoluşçuların bir kısmında ise ölüm iki ucu keskin bir durumdur, tıpkı özgürlük gibi. Hem kesinliği hem de kesinsizliği yapısında barındırır. Heidegger’e göre ölümün kesin olması ise onun yaşamın nihai bir noktası olmasından kaynaklanır. Fakat kesinsizlikte ise işin içine zaman faktörü girmektedir. Yani ölümün ne zaman olacağı belli değildir, Heidegger’in deyimiyle “Ölüm her an mümkündür. Ölümün daha sonrası ya da şimdi değil yoktur.”. Kierkegaard ise ölümün kesinsizliğine objektif ölüm ve sübjektif ölüm kavramları üzerinden bir açıklamada bulunur ve kesinsizlik konusunu sübjektif ölüm olarak ele alır. Bu iki ölüm kavramı arasındaki ayırmda Kierkegaard, objektif ölümün daha çok herkes tarafından anlaşılan genel ve evrensel bir durumu içerdiğini, sübjektif ölümün ise dışarıdan bakıldığında anlaşılamayan, yalnızca deneyimleyene özgü olan ve her an başa gelebilecek bir kesinsizlik olduğunu ifade eder. Kierkegaard insanın sonlu bir varlık olduğu düşüncesiyle yaşama ve seçimlere dair durumlara özel bir anlam katarak nasıl yaşanması gerektiği konusunda önemli katkılarda bulunur. Kierkegaard’a göre ölümün kesinsizliğinin ciddi bir tarafı vardır ve yaşamın her faktörüyle bağlantı içinde olması nedeniyle ölümün kesinsizliğini düşünmek kişi için giderek daha önemli bir hale gelmiştir. Böyle bir kesinsizlik durumu ise bütün yaşamı etkilemektedir. Bu sebeple de ölümdeki bu kesinsizliği bilip ona göre yaşamak gerekir. Çünkü “Ölüm, hayatı değersizleştirmek yerine geliştirir ve yoğunlaştırır.” (Başerer & Başerer, 2016).

6. Heidegger ve Sartre’da Ölüm Fenomeninin Karşılaştırılması

Heidegger ve Sartre çağdaş felsefesinin ölüm üzerine yazan ve düşünen filozoflarındandır. Heidegger ölümle ilgili analizlerini *Varlık ve Zaman* adlı eserinde dile getirirken, Sartre da bazı düşünürler tarafından *Varlık ve Zaman*’ın devamı niteliğinde sayılan eseri *Varlık ve Hiçlik*’te dile getirmiştir.

Sartre, *Varlık ve Hiçlik*’te vurguladığı ölümle ilgili düşüncelerinde bazı noktalarda Heidegger’in etkisi altında kalmıştır hatta Heidegger’in ölüm analizine yönelik eleştirilerde bulunmuştur. Heideggerci tarafta varoluşun sorgulanmasında Sisifos’un kayası gibi yaşamın her anında sırtında taşıdığı iyimser hiçlik kaygısı, Sartreci yaklaşımda yerini ölüm karşısında duyulan olumsuzluğun yol açtığı saçmaya bırakır. Sartre’a göre ölümün saçmalığı karşısında yapabileceğimiz bir şey yoktur. Bu yüzden Sartre, Heidegger’in ölüme-doğru-varlık tespitini eleştirir. Ayrıca Sartre, Heidegger’in ölüme-doğru-varlık analizini yadsımanın varoluşumuzun anlamını sorgulamaktan bizi alıkoyamayacağını belirtir. Zaten Sartre’ın düşüncesine göre, insan tasarımsal varlık yapısı aracılığıyla ölümü kendiliğinden dışlar. Başkasının ölümü

üzerinden karşılaştığımız anlar dışında ölüm yokmuş gibi yaşayabilmemizin nedeni, Epiküros'un çağlar öncesinde söylediği gibi "Biz varken ölümün olmayışı; ölüm varken de bizim olmayışımızdır."

Her iki filozof arasındaki bu görüş karşıtlığı, ölüm konusunda farklı bakış açılarına sahip olmalarından kaynaklanmaktadır. Sartre, Heidegger'i ateist varoluşçular arasında değerlendirirken, Heidegger ise *Hümanizm Üzerine* adlı eserinde ısrarla kendisinin bir varoluşçu olmadığını vurgulamıştır. Heidegger'e göre Sartre varoluşçuluğun temel ilkesini "Varoluş özden önce gelir." şeklinde tanımlarken, metafiziğin kullandığı dili kullanmaktadır. Çünkü Heidegger'e göre bu, özün varoluştan önce geldiğini söyleyen metafizik düşünmenin ters çevrilmesinden başka bir şey değildir. Tam da bu bakış açısının Varlık'ı unutturduğunu ifade eden Heidegger, Varlık'ı herhangi bir var olana indirgmeden yalnızca Varlık olarak düşünmeliyiz der. Heidegger, *Varlık ve Zaman*'da belirttiği Dasein'ın özünün varoluşunda temellendiği düşüncesinin varoluşçuluğun temeli olan "Varoluş özden önce gelir." ifadesinden tamamıyla farklı bir anlama geldiğini savunur. Dasein'ın özünün varoluşunda olması Heidegger'e göre, "Kendi içinde insanın Varlık'a doğru mevcudiyetini sürdürdüğü tarz, Varlık'ın hakikati içinde ekstatik olarak durmaktır."dan başka hiçbir anlama gelmez. Bu doğrultuda Heidegger'e göre Sartre, varoluş ve öz arasında bir ayrım yapmaktadır. Oysa ki Heidegger'e göre Varlık'ın hakikatine açıklık olarak duran Dasein'ın varoluşu, özünü sürdürmek üzerine kuruludur. Heidegger'e göre, varoluş ile özü birbirinden ayıran her türlü düşünce metafiziktir ki bu düşünceye varoluşçuluk da dahildir.

Sartre'ın Varlık ve Hiçlik'i incelendiğinde filozofun üzerinde Heidegger'in etkisi açıkça görülür ki Sartre kullandığı birçok kavramı Heidegger'den ödünç alıp bunları bir varoluşçu olarak tekrar yorumlamıştır. Heidegger ölüm fenomenini "Varlık'ın anlamı nedir?" sorusu üzerinden ele alırken, Sartre ise belirlenmiş bir öze sahip olmayan yani varoluşunun özünü öncelediğini düşündüğü bu nedenle de özgürlüğe mahkum ettiği insanın fenomenolojik ontolojisinden hareketle analiz etmeye çalışmıştır. Buradan hareketle Sartre'a göre, var olan her şey bilince nasıl görünüyorsa öyledir. Fenomenler bilinçten bağımsız bir gerçekliğe sahip değildirler. İnsanın bilince sahip olarak, doğa yasalarına bağlı tüm nesnelerin karşısında kendi farkındalığına sahip olması ve diğer var olanların varlığına kayıtsız kalmaması bakımından ayrı bir yerde bulunur. Sartre'ın düşüncesine göre, insanın dünya karşısındaki tavrı sorgulayıcı bir tavidir ve Varlık hakkındaki tüm sorularımızı şartlayan ise, "varlık-olmayanın bizim içimizdeki ve dışımızdaki sürekli olabilirliğidir". Bu anlamda varlığın anlamı, insan ile dünya arasındaki ilişkide ortaya çıkmaktadır. Heidegger'in insanı dünya-içinde-varlık olarak değerlendiren ve Varlık'ın insan ile dünya arasındaki ilişkide açığa çıkacağını belirten düşüncesine ek olarak

Sartre, Varlık'a ilişkin fenomenolojik yoruma özneler arası ilişkiyi de dahil ederek genişletmiştir.

Sartre'ın felsefesinde varoluş, Heidegger'de olduğu gibi insanın tasarımsal varlığına karşılık gelmektedir. İnsan, bilince sahip olması bakımından kendisini varlığıyla ilişkilendirebilen ve kendisini geleceğe doğru açan tasarımsal bir varoluşa sahiptir. İnsanın bu olanaklılığı yaşamı boyunca bir potansiyel olarak onun varlığına içkindir. Bu doğrultuda Sartre'da ölüm, insanın kendi varoluşuyla kendisini ilişkilendirmesine karşılık gelen bu öznel olanakların kesintiye uğramasına karşılık gelmektedir. Böylelikle Heidegger'in bir olanak olarak kavradığı ölüm, Sartre'a göre insanın bir olanağı olmadığı gibi tüm öznel olanaklarının da hiçlenişinden başka bir şey değildir (Polat & Aşkın, 2017).

7. Sonuç

Ölüm problemi felsefede hangi şekilde tartışılırsa tartışılsın bu durum felsefenin gündelik hayattan kopmadığının, her zaman onunla iç içe olduğunun bir göstergesidir. Ölüm fenomeninin filozoflar arası birbirine karşıt düşüncelerle tartışılmasının temel nedeni ise onun deneyimlenebilir bir şey olmamasından kaynaklanır. Her ne kadar ölümü bir gün yaşayacağımızı bilsek de kendi varoluşumuz olduğunda onu kabullenmekte oldukça güçlük çekeriz. Çünkü ölümü kendi varoluşumuz üzerinden hissettiğimiz anda ölüm bizim üzerimizde vurucu bir etki yaratır. Ama her şeye rağmen ölüm ordadır ve insanın fiziki dünyada yaşayacağı son fenomendir. Bu sebeple Heidegger ve Kierkegaard fenomenolojik ontolojilerinde ölümü sıradan bir konu olarak değil de varoluşun nihai ve mutlak kriteri olarak değerlendirmişlerdir. Sartre ise ölüme farklı bir noktadan yaklaşp, onu insanın olanaklarını olanaksızlaştıran bir olgu olarak konumlandırmıştır. Heidegger'e ve Kierkegaard'a göre ölüm, varoluşun bütün olarak deneyimlenmesinin ve otantik varoluşun olanağı olarak hem ontolojik hem de egzistansiyal bir içerime sahipken, Sartre'a göre ise ölüm tümüyle saçma olan ve insanda yalnızca bunaltıya sebep olan dışsal bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Kaynakça

Akçetin, N.Ç. (2010). Heidegger'in Düşüncesinde "Ölüm". *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(4), 1-7.

Akşit, M. Varoluşsal Bir Problem Olarak Soren Kierkegaard'ın Felsefesinde Ölümün Anlamı. *III. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi- Bildiriler Kitabı II*. https://www.academia.edu/19622348/Varoluşsal_Bir_Problem_Olarak_Soren_Kierkegaard_1_n_Felsefesinde_Ölümün_Anlamı

Altunay, F. D. (2017). *Varoluşçu Felsefede Ölüm Kavramı*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe Anabilim Dalı, Muğla*.

Aşar, H. (2017). Heidegger ve Sartre Felsefesinde "Kaygı" ve "Bulantı" Kavramlarının Analizi. *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 17, 85-99.

Aydoğdu, H. (2016). Kierkegaard ve Heidegger'de Ölümün Eksistensiyal-Ontolojik Çözümlemesi. *Kaygı Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi*, 27, 128-150.

Başerer, D., & Başerer, Z. (2016). Ölüm Kavramına Martin Heidegger ve Emmanuel Levinas Açısından Felsefi Bir Bakış. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(45), 424-430.

Karabulut, D. (2014). *Heidegger Felsefesinde "Kaygı"nın Yeri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe Anabilim Dalı, Aydın.

Karakaya, T. (2003). Martin Heidegger Felsefesinde Ölüm Problemi. *U. Ü. Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(5), 23-35.

Kayra, B. (2006). *Jean Paul Sartre'in Özgürlük Anlayışı*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe Anabilim Dalı, İstanbul.

Koç, E. (2009). Varoluşsal Bir Problem Olarak Ölüm Üzerine Bir Değerlendirme: Tolstoy'un İvan İlyiç'in Ölümü Adlı Eseri. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(22), 245-259.

Köseoğlu, G., & Bilgin, Ö. (2019). Epiküros'un Hayat ve Ölüm Anlayışı. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(66), 1493-1497.

Polat, E., & Aşkın, Z. (2017). Ölüm Kavramının Heidegger ve Sartre Felsefesindeki Yeri. *Kilikya Felsefe Dergisi*, 1, 42-60.

Topakkaya, A. (2004). Heidegger’de Ölüm Kavramının Analizi. *Hukuk, Ekonomi ve Siyasal Bilimler Aylık İnternet Dergisi*, 29, 1-22.

VAROLUŞÇU BİR BAKIŞ AÇISINDAN PİŞMANLIK

ALKIM GÖKTAŞ

Pişmanlık tarif etmesi zor, çok katmanlı ve çok boyutlu bir kavram. Ancak en genel anlamda, insanın daha önce verdiği bir karar ya da yaptığı bir eylemden, söylediği bir sözden daha ilerleyen bir zamanda hoşnutsuzluk duymasıdır diyebiliriz. Belki kabaca “Keşke hiç yapmamış olsaydım.” sözüyle ifade edebiliriz. Gündelik hayatımızda hepimizin çokça kez yaşadığımız, aşına olduğumuz bir durumdur, insani bir deneyimdir. Ancak aslında ne olduğu, nasıl bir deneyim olduğu, içinde nasıl süreçler barındırdığı bir miktar karmaşıktır da. Ben bu yazıda en temelde varoluşçu bir yaklaşımla pişmanlığın dinamiklerini ve açmazlarını ele almaya çalışacağım; ve pişmanlıkların bize ne ifade ettiği, ne kadar otantik olabildiği ya da olamadığı, insani bir süreçte ne gibi tikanıklıklar ve imkanlar sağladığı üzerine kafa yoracağım.

Pişmanlık konusunu ele almakta beni heyecanlandıran temel nokta, otantik pişmanlığın mümkün olup olmadığı sorgulaması oldu. Pişmanlığa dair genel tartışmamı da bu soru üzerine inşa edeceğim. Pişmanlık otantik deneyimlenebilir mi? Pişmanlık aslında tam olarak nasıl bir deneyimdir, nelerden beslenir ve insanı nereye yöneltir? Bütün bu tartışmayı başlatırken, öncelikle en temelde varlığa nasıl yaklaştığımı, insanın varlığı ve doğasını nasıl ele aldığımı kısaca özetleyip pişmanlığın insani bir deneyim olarak ne olduğu üzerine tartışmamı da bunun üzerine oturtacağım.

1. Ontolojiye Dair Genel

İnsanın doğasını nasıl algıladığımı ortaya koyabilmek için öncelikle genel olarak varlığı nasıl algıladığımı, varlık algımızı kendimizden ayırıştırıp ayıştıramadığımızı, genel olarak varlığın ne olduğuna dair düşünmemizin algılamamızdan ayırtırılabilir olup olmadığını tartışmak istiyorum.

Sartre’ın Varlık ve Hiçlik’te tartıştığı ilk meselelerden birisi varlığın determinist bir yapısı olduğu iddiasıdır. Bu iddiayı farklı açılardan ele alır, ancak benim için şu an önemli olan noktalarından biri varlığın determinist bir yapısı olduğunu iddia ettiğimiz andan itibaren bunla ne yapacağımız meselesini ortaya koyuşudur². Sartre’a göre sorgulama insani bir durumdur ve sorgulamanın mümkün olması demek, varlığı kavrayışımızda determinist olmayan bir ilişkisellik ihtimali bulmamız demektir. Yani, sorgulayıcı, varlığı ancak “varlık” ve “varlık

² Sartre, Varlık Ve Hiçlik.

olmayan” arasında, ihtimallere gebe nötr bir pozisyona yerleştirip onu sorgulayabilir. Bir varlığı sorgulayabilmenin temel noktası, onu ilkin algıladığımız noktastan hiçleyebilmemiz ve ona varlık ve varlık olmamak, bir şey ya da o şey olmamak arasında ihtimallere gebe bir pozisyona yerleştirebilmemiz, yani ondan hiçleyici mesafe alabilmemizdir. Determinist bir ilişkide bir gerçek neden, bir gerçek sonuç üretir. Bu durumda sorgulayan, varlıktan hiçleyici bir mesafe alma imkânı bulamaz çünkü varlık bütünsel olarak kendi nedenine bağlıdır. Hakikatin determinist olup olmadığı bilgisine ulaşabilir miyiz sorusu bir kenarda dursun, bunu sorguluyor olmamızın kendisi başlı başına hiçleyici mesafe alma sürecidir ve kendimizi ihtimallere bırakmakla mümkündür. Bu sorgulamada neye ikna olduğumuz da bir bakıma önemini yitirebiliyor. Bir an için varlığın bütünüyle determinist olduğunu var sayalım. Sartre’a göre bu varsayım sonucunda ne karar almayı bırakırız ne de sorgulamayı. Şu hâlde, determinist bir ilişkiyi algılayabilmemiz de düşünebilmemiz de buna göre bir yöntem geliştirebilmemiz de çok mümkün gözüküyor. Biz varlığı da kendimizi de bunlar üzerine düşünme sürecimizi de determinist olmayan bir şekilde algılıyor, ilişkililiyor ve yaşıyoruz. Bu tartışmanın önemli olduğu birbiriyle bağlantılı iki nokta var; kendimizi ve genel olarak varlığı determinist olarak algılayamıyoruz, deneyimleyemiyoruz ve bunun sonucunda algıladığımızdan öte bir hakikat tartışması da bizi gerçekliğimize dair bir yere götürmüyor. Bir nevi, kendi gerçekliğimizle temas etmekten uzaklaştırıyor. Varlığın determinist ilişkiler bütünü olduğunu iddia etmemiz de olmadığını iddia etmemiz de bizim hükmümüzdür ve varlığın ne olduğunu belirlemez. Hükümlerimiz bir sorgulama sürecinin sonucunda ortaya çıkar ve hiçleyici mesafe alabilmemizin sonucu oldukları gibi, varlıkla tam manasıyla bütünleşmemizin de imkânsız olduğu bir durumu da bize gösterir. Varlığın temel prensipleri kesin olabilir veya olmayabilir, ancak bizim kesin hükümlere ulaşabilmemiz imkansızdır. Bu durumda, bizim algımızda ve dolayısıyla gerçekliğimizde her an, çok olasılıklı bir durumun sonucudur ve sonraki an’lara dair sonsuz ihtimal barındırır.

Gerçekte varlığın ne olduğuna dair algılarımız ile bir yargıya ulaşırız ve bu yargı, varlığı deneyimleyişimize etki eder. Varlığı kavrayışımız, bir ilişki ürünüdür ve mutlak bir mesafeyle mümkündür. Mearly-Ponty’nin dediği gibi, maddeleri kavrayışımız etten olmamızla, yani onlarla aynı temel taşlardan, aynı yapıdan oluşmamızla, diyalog kurabilecek yapıda olmamızla alakalıdır ve varlıkla sürekli bir iletişim halindeyizdir. Bu iletişim diyaloga açık yapıların bir teması sonucu olduğu gibi, algılamamız da bu çerçevede, bizim bir vücut, bir zihin olmamızdan kaynaklanır. Varlık bizi algılar mı, varlık bize dair bir iz düşün taşır mı, bilemeyiz. Ancak biz kendimizde varlıkla diyalogumuz sonucu oluşan bir iz düşün, bir algı, bir bilgi, fikir sahibi olduğumuzu biliriz. Bu durum, bütün varlıklar için geçerlidir. Cansız varlıklar, canlı varlıklar,

boşluk diye adlandırdığımız ve tam olarak nasıl bir yapısını olduğunu bilmediğimiz, yapısı olup olmadığını bile bilmediğimiz uzay ve ilişki halinde olduğumuz her şey için geçerlidir. İnsan dışındaki canlı varlıkların bize dair ne algıladıkları ne düşündükleri ne kadar düşünebildikleri ve fikir sahibi olup olamadıkları, bir nevi bilgimiz dışındadır. Ancak onları algılarız ve algılarımızın sonucu bir fikir sahibiyizdir. Onlarla, biz insanlar olarak birbirimizle kurabildiğimiz ilişkiyi, diyalogu kuramıyoruz. Bu eksik diyalog hali, kendimiz gibi olmayanla karşılaşma halinde, algıladığımız insan-dışı diğer tüm varlıklar için, insan olarak bizim yapabildiğimiz zihinsel fonksiyonları yapamadıklarıyla karşılaşırız. Bu noktada da söyleyebileceğimiz her şey, algıladıklarımızdır. Bu nedenle, bundan sonra kuracağım her cümle, varlığa dair gizil bir şekilde bu atfı içerecektir. Yani insan doğasına dair bir şey söylediğimde algıladığımız insan, hayvanlara dair bir şeyler söylediğimde algıladığımız hayvan, cansız varlıklara dair bir şey söylediğimde algıladığımız cansız varlıklar diyor olacağım. Belki en temel fark algıladığımız insan için geçerlidir çünkü insanlar olarak birbirimizle kurduğumuz diyalog, diğer tüm varlıklarla kurduğumuzdan öte bir ilişkisellik, ortak dilsel/sembolik ve deneyimsel bir alan içerir. İnsan doğasını da bu algılarımız çerçevesinde tarif ediyor olacağım.

2. İnsan Doğası

İnsan doğasını tartışırken, genel olarak diğer varlıklardan nasıl ayrıldığından bahsederek başlayabiliriz. En temelde insan, bir özne olabilmesiyle cansız varlıklardan, kendini bir özne olarak algılayabilmesiyle de diğer canlı varlıklardan ayırır diyebiliriz. Cansız varlıklar, Sartre’ın da dediği gibi, ne iseler odurlar ve öyle olmaya devam ederler. Yok olmazlar, fiziksel değişime uğrarlar, ancak; varlık halleri bir varoluşa, kendini bir şey olarak var etmeye dönüşmez. Mesela, “masa masadır” diyebiliriz. Aslında burada masayı oluşturan şeylerin bir masa olduğu, bizle ilgilidir. Orada sadece çeşitli biçimlerde madde vardır. Onun bir masa olmasını, insan tanımlar. Masa, yani masayı oluşturan maddi varlıkların bütünü, bu süreçte kendilerine dönük hiçbir şey ifade etmezler. Var olmaya ve kendilerini evrene oldukları gibi göstermeye (ifşa etmeye) devam ederler. Diğer canlı varlıklar da, algıladığımız kadarıyla, kendi üzerlerine böyle hükümler kuramazlar. En azından biliyoruz ki, insanlar olarak, bizler kendi varlığımıza dair hüküm veririz, karar veririz ve var oluşumuzu kurarız.

Biz, az önce dediğim gibi, bir takım madde kümesine masa diyoruz. Bir şeyler, belli formda bir arada duruyorlar. Bazı özsel nitelikler atfediyoruz masa olmaya ve bu nitelikleri karşılayan formdaki maddeler topluluğuna masa diyoruz. Aynı şeyi daha soyut şeyler için de

kullanabiliriz, daha karmaşık şeyler için de. Mesela mekânda belli bir karmaşıklığı şehir diye adlandırıyoruz. Şehir olarak nitelendirilmenin sınırları, nereden itibaren bir mekana şehir deneceği tartışmalı, ancak öyle veya böyle bazı fenomenlere şehir diyoruz, bazılarına demiyoruz. Uzlaşa içinde olsak da olmasak da insanların toplu halde ve belli bir organizasyon biçimiyle yaşadığı yerlere şehir diyoruz. Bu sınırların ne olduğu ve ne kadar net çizildiği konusu doğrudan bu yazıyla ilgili olmadığı için, detaylandırmayacağım. Ancak önemli olan, şehir olarak adlandırdığımız bir yerin, bazı özelliklerini yitirdiği anda, şehir olma özelliğini de kaybediyor olması veya tersi; daha önce o özelliğe sahip değilken, sonradan şehir olma özelliğini ediniyor olması. Sartre, aslında şehirler kurulmaz veya yıkılmaz, ortada kurulan veya yıkılan herhangi bir varlık yoktur, biz zihnimizde şehirleri kurar ve yıkarız diye ifade eder bu durumu.

Her şeyi zihnimizde kuruyor ve yıkıyor oluşumuz insan zihninin varlıkla ve hiçlikle karşılaşması açısından önemli bir ayrım noktasıdır. Varlıkla karşılaşırız, sonrasında ona bir öz atfederiz ve sonrasında o varlıkla ve hiçliğiyle karşılaşma deneyimleri yaşarız. Mearly-Ponty'nin dediği gibi, bir diyalog yaşarız şeylerle. Ancak, bu diyalog zihnimizde varlık ve hiçlikle karşılaşma yaşatır. Diyalog içinde varlığı anlarız, onunla karşılaşmamız ile ben olmayan olarak tanırız ve ona çeşitli özellikler atfederiz. Atıflarımız onunla diyalogumuzdan beslenir ancak zihnimizde şekillenir. Zihnimizde varlığa dair atfettiğimiz özellikler sayesinde bir nesnenin varlığını tanırız. Zihnimizdeki bu temsiller, bu atıfları dış gerçeklikte bulamadığımız zamanlarda ise hiçliği ile karşılaşırız. Bir varlıktan aldığımız her mesafe, zihnimizde o varlığa atıflarımızla uyuşmayan her karşılaşma, varlığın şu anda olduğundan başka türlü olabileceğine dair her türlü ima bizi o varlığın hiçliğiyle karşılaşmaya götürür. Varlığı bir yerde görürüz ve başka yerde görmeyiz örneğin. Ya da bir beklentimiz olur, cüzdanımızda 20 lira bulmayı bekleriz ancak cüzdana baktığımızda yoktur. Bu da bir hiçlik deneyimidir. Şeylerle diyalogumuz bizim zihnimizde onlara dair atıflar yaptırır ve aslında her şeyi zihnimizde kuruyor ve yıkıyor oluşumuz da bunun ürünüdür o nedenle. Diyalog karşılıklıdır, birbirinden etkilenmedir, varlıklarla etkileşimimizden payımıza düşendir, ancak; onların ne olduğu ne olmadığı, var oldukları ya da yok oldukları, onların hiçliğiyle karşılaşma gibi şeylerin hepsi, bu diyalogda ortaya çıkan etkileşimi zihinsel dünyamızda anlamlandırmamız, şekillendirmemizin bir sonucudur.

Aynı şeyi, kendimizle ilgili de yaparız. İnsan kendini kurar, kendiyi karşılaşır ve dolayısıyla, kendi hiçliğiyle de karşılaşır. Kendi hiçliğimizle karşılaşmak, insanın varoluşuyla ilgili yaşadığı en temel, en yoğun ve yüzleşmesi en zor ontolojik meselelerin başında gelir. Bu nedenle, bu konuda insanın kendine açık olması oldukça zordur. Farklı varoluşçu filozoflar bu

karşılaşmaya dair yorumlar getirmeye çalışmıştır. Nietzsche³ bu karşılaşmayla hiçliği arzuladığımızı ve bu arzumuzdan korktuğumuzu, Sartre⁴ ise bu karşılaşmaya ve hiçlikten gelip hiçliğe gidecek olmamızın acısına dayanamadığımız için kendimize yalanlar söylediğimizi, sanki hiçlikten gelmiyormuşçasına kendimizi kurgular içine gömdüğümüzü söyler. Her ikisinin hiçlikle karşılaşmaya dair söylediği noktalar, pişmanlık açısından da önemli bir yer tutmaktadır. Pişman olunan an, aslında varoluşun reddini, olmamayı arzulamayı da barındırırken içinde, aynı zamanda bazı kurgularımızın iflasının hissedilmesiyle birlikte hiçlikten gelmişliğimize dair yoğun bir deneyim yaşatır.

Her şeyin hiçlikten geldiği ve sonunda hiçliğe gideceğini kabul ettiğimiz noktada, özgürlüğümüzle yüzleşiriz Sartre’a göre. Ancak bu özgürlük konusunu daha detaylı ele almakta fayda var. Sartre bu noktada ontolojik olan ve negatif anlam içeren, aslında hiçbir şekilde kendisinden kaçamayacağımız, hatta bir nevi, kendisine mahkûm olduğumuz bir özgürlükten bahseder. Özgürlüğe mahkumuzdur ve üzerine karar vermek zorunda olmadığımız ve asla karar veremeyeceğimiz tek şey, karar verip vermememiz konusudur. Özgürüzdür ve bu özgürlüğümüz ne kendi tarafımızdan ne de başkaları tarafından elimizden alınabilir. Her zaman için, farklı bağlamlarda, farklı sınırlılıklarda, farklı seçenekleri içeren bir şekilde de olsa, sonsuz farklı şekilde var olabilir, sonsuz farklı karar verebiliriz.

İnsan, diğer tüm varlıklardan farklı olarak, kendini an be an, sürekli olarak, akışkan bir şekilde yeniden kurma potansiyeline sahiptir. Bu noktada farklı fenomenal düzlemlerden bahsedebiliriz. İnsan, zihinsel bir öznedir. Ancak insan, zihni olan bir bedendir diyemeyiz. Ya da zihin ve bedeni olan bir varlıktır ve zihin ve beden birbirini etkiler diyemeyiz. Merleau-Ponty’nin bu konuda önerdiği “yaşayan vücut” burada çok yerine oturan bir kavram oluyor. İnsan yaşayan bir varlıktır, diğer canlılar gibi, ancak buna ek olarak; sürekli bir vücut bulma (embodiment) halindedir. Sürekli olarak kendini yeniden kurar ve bu yinelenen hali herhangi bir fenomenal düzleme indirgenemez. Kendini kurmasını fiziksel, biyolojik bir altyapıyla açıklayamayız, bunu salt zihinsel bir süreç olarak ifade edemeyiz ve buna biyolojik ve zihinsel düzlemlerin birbiriyle etkileşiminden açığa çıkan bir süreç de diyemeyiz.

Bir insanın, bir insanlık hali olarak herhangi bir varoluşunu gerçekleştirdiği, vücut bul(dur)duğu bir anda hangi düzlemde ne yaşanıyor, hangisi diğerini nasıl etkiliyor tartışması birçok nedenden ötürü sonuçsuz kalacak bir tartışma diyebiliriz, ancak ben burada iki temel nedeni öne çıkarmak istiyorum.

³ Nietzsche, Zerdüş Böyle Buyurdu

⁴ Sartre, Varlık Ve Hiçlik.

Birincisi, kendi öznelliğimizi, öznelliğimizden ayırıştırarak nesnel olarak inceleyemeyiz. Bütün insanların ortak deneyimlerini incelemeye kalkarsak dahi, kolektif öznel bir deneyimi kolektif öznel bir perspektiften değerlendiririz ve en kolektif öznel inceleme dahi nesnel bir inceleme anlamına gelmez, en geniş anlamıyla özneler-arası bir öznellik demek olabilir en fazla. Başka deyişle, bütün öznellikleri içeren ortak öznel alan, bütün öznellikleri yok etmez ya da totalde bir nesnelliğe ulaştırmaz bizi.

İkincisi, aslında farklı fenomenal düzlemlerde tanımladığımız fiziksel dünya ve zihin için, birbirileriyle nasıl etkileştikleri sorusu doğru bir adres gösterme de değildir. Zihin, dünya ile kurduğumuz diyalogda, diyalogu mümkün kılan, ortak zemini var eden taraflardan biridir diyebiliriz. Hatta bu iddiayı daha da ileri götürebiliriz. Diyalogu mümkün kılan tek düzlem, tek zemindir demek daha yerinde olur. Fiziksel ve/veya biyolojik düzlemde gerçekleşen herhangi bir etkileşime anlamsal, ilişkisel boyut veren tek düzlem zihinsel düzlemdir. Eğer algılayan ve algıladığına bir anlam atfeden herhangi bir zihinden bahsedemsek, -ki bahsedebilmek başlı başına zihinsel bir kavramlaştırmadır- diyalogdan bahsedemeyiz.

Zihin için ise en başta birkaç temel özellikten bahsedebiliriz. Zihinsel gerçekliği, fenomenolojik olarak fiziksel ve biyolojik olana indirgeyemeyeceğimiz en temel ayrım belki de, anlamsal bir içeriğe sahip olmasıdır. İçerikliliği, başka deyişle yönelmişliği (intentionality), bir şeylere dairliği, onu en temelde diğer “şey”lerden ayırır. “Şey”ler kendileridirler ve kendileri, kendileri olarak vardır (ifşa ederler dememe sebebimi yukarıda ontoloji kısmında açıkladım). Şeyler ne kendilerine dairdirler ne de başka şeylere dairdirler. Ancak zihinsel gerçeklikler, şeylere dairdir, anlamsal içerikleri vardır ve bu içeriklilik halleri onları yönelmiş kılar. Zihne dair en temel ayrım ve kapasite olarak bundan bahsedebiliriz.

İnsan zihninin yönelmişliğini bir nevi Heidegger’in öznel deneyimi total olarak Dasein diye kavramlaştırması ve Brentano’nun ⁵ niyetlilik/yönelmişlik (intentionality) kavramlaştırması çerçevesinde düşünebiliriz. Şeyler vardır, o şeylere dair duygusal, düşünsel, duygusal birçok ton içeren, boyutlarına ayırıştırılamaz zihinsel bir içeriklilik, dairlik, yönelmişlik vardır. Zihni ve fiziksel fenomenleri inceleme yöntemlerimiz her ne olursa olsun, incelemenin kendisi zihinsel bir süreçtir ve incelenen nesneler fenomenolojik özellikleri üzerinden incelenip, zihinsel içeriğe dönüştürülürler. Bu birbirinden ayırıştırılamaz süreçlerle, nesneler ile aramızda nasıl bir diyalog olduğunu, kendi öznel deneyimimiz üzerinden algılayabiliriz. Yakaladığımız şey, şeyler ile kurduğumuz diyalogun bizdeki öznel deneyimidir ve

⁵ Ders notları, TVAE

ulaşabileceğimiz en derin nokta, kolektif öznel deneyimi ortak sembollerle, kavramlaştırmalarla ifade edebilmektir. Ancak zihnimizi zihnimizin bir nesnesi kılarak, onu parçalarına ayırıştırıp, kendini var ettiğini iddia ettiğimiz, kabul ettiğimiz ya da sınıadığımız, onu oluşturan şeylerle etkileşimini, dışına çıkıp inceleyebileceğimiz bir “dış süreç” mümkün değildir. Bu nedenlerden ötürü de, zihinsel düzlem ile fiziksel ve/veya biyolojik düzlemi birbirinden farklı fenomenolojik düzlemler olarak ifade etmekle yetinip, “birbiriyle ilişkisi” ifadesinin bile fenomenolojik olarak yanlış bir gösteren olduğunu not edip, insan varoluşunu bu çerçevede incelemeye devam edeceğim. Çeşitli fenomenolojik düzlemlerde incelemenin mümkün olduğunu düşünmekle birlikte zihinsel gerçekliği fenomenolojiyi temel alan bir ilişkisellik üzerinden inceleyeceğim.

Zihnin sahip olduğu temel özelliklerin başında yönelmişliği belirttikten sonra, düşünümsel kapasite/tefekkür kapasitesi* (reflective capacity) ve öz-düşünümsel kapasitenin zihnin, kendiliğinin diğer ayırıcı özellikleri olduğundan bahsedebiliriz.

Burada kendilik için ayrı bir parantez açmakta fayda var, ancak “kendilik” dediğimiz şeyin ne olduğunu tartışmak için bu iki kapasiteden bahsetmenin de önemli olduğunu düşünüyorum. Burada bahsedeceklerim, Sartre’ın hiçlikten bir kendiliğin nasıl oluştuğuna dair ifade ettiği 4 basamak ve bilincin bulunabileceği 3 farklı boyut/konumda ifade ettiklerinden çok farklı bir şey içeriyor olmayacak. En temelde, Sartre’ın çizdiği çerçeveyi baz alarak ilerleyebiliriz. Yani, Sartre’a göre özetle, insan olarak öncelikle kendi bilincimizin, arzularımızın, ihtiyaçlarımızın, nasıl varlıklar olduğumuzun bilincine varırız. Sonra, yönelmişliklerimizden bir ego yaratırız. İhtiyaçlarımızı, sevdiklerimizi, kaçındıklarımızı, türlü türlü yönelmişliklerimizi fark ettikçe, bunları kendilik tanımımıza ulaştırırız. Eylemlerimizin, kararlarımızın, yapıp ettiklerimizin altında bu yönelmişlikler yatar. Sonrasında bu oluşturduğumuz kendilik, incelenebilir ve üzerine konuşulabilir bir nesneye dönüşür. Kendimizden bir adım dışarı çıkıp kendimiz üzerine konuşabilir hale geliriz. Zamanla da bu kendilik karmaşasına hâkim oluruz, hem kendimizi nesne olarak incelerken hem de kendimizi sürekli olarak deneyimleyebiliriz. Biz kendimizi hem bir nesne olarak inceleriz, hem de deneyimimizin tam merkezindeyizdir, deneyimleyenizdir. Hem dışarı çıkıp kendimizi çeşitli şekillerde inceleriz hem de o incelediğimiz kendilik halimizi deneyimlemeye devam ederiz. Bütün bunları yaparken, herhangi bir anda, bilinç üç farklı konumda, boyutta bulunabilir Sartre’a göre; “non-reflective” bilinçlilik, yani kişinin kendini sadece diğerlerinin bir nesnesi olarak gördüğü, pasif bir konum; “reflective” bilinçlilik, yani kişinin bir özne olarak incelemesini yaptığı, kendisi dışındakileri incelemesinin nesnesi yapabildiği durum; ve self-reflective bilinçlilik, yani kendi üzerine düşünebilen, kendisini kendi incelemesinin nesnesi

yapabilen, şimdi-burada neler olduğunu ve bulunduğu durumda kendi konumunu, rolünü, sonrasına dair ihtimallilikleri ve bunlara yön vermeye dair özne olarak kendi potansiyelliliğini değerlendirebilen bir yerde olduğu durum.

Sartre'dan bir çerçeve çizdikten sonra, ben yine de, insan doğasına, potansiyelliliğine, zihnine ve özneliğine neler attettiğimi, bunları kendim nasıl algıladığımı biraz daha aktarabilmek için bu kavramların benim düşünce dünyamda nasıl bir ifade bulduğundan biraz daha bahsedeceğim.

Zihin, yönelmişliğe sahiptir, yani içeriklidir ve bu içeriğe dair düşünümsel* (bundan sonra sadece zihinsel diyeceğim) eylemlilik içindedir. Kendisi dahil her şeyi kendi içeriği yapar ve onları zihinsel süreçlerinde biçimlendirir. Temel olarak bu kapasiteye sahiptir. Bu temel kapasite, bir bakıma, zihni fenomenolojik olarak başka bir düzleme yerleştirir, insanı insan yapar ve insanı insan olarak diğer varlıklardan farklı bir var olma haline, zaman içinde sürekli yeniden ürettiği bir varoluşa sahip kılar. Zihin, sürekli içerik sahibidir ve bunu biçimlendirir, kendine dönük kılar ve kendi üzerine hükümler verir, kendi üzerine belirlemelerde bulunur. Bu kendine dönüklük, zihnin bir “kendilik” ve “öznelik” üretebilmesini sağlayan potansiyelin temelidir. Zihin kendine ve kendi vücut bulma haline dair bir algıya sahiptir. Zihnin kendini algılaması ile kendini deneyimlemesi aynı anda ve süreklilik halinde gerçekleşir ve aynı zamanda kendisini algılayanları da algılar.

Zihin, kendisini ayrıca kendisini algılayanların gözünden de tahayyül eder. Yani hem kendini algılayandır, kendisini algılayanları algılayandır ve kendisini algılayanların zihnindeki kendiliğine atıfta bulunarak tahayyülde bulunandır. Bunlarla beraber, tüm bunları kapsayan bir bütünlüklü bir deneyimi yaşıyandır. Bu noktada, zihinler birbirinden ne noktada nasıl ayrılır, gerçekten de ayrıldıkları sınırlar var mıdır, ne kadar kendimiz kendimizi belirleriz, ne kadar diğerleri bizi belirler soruları çok iç içe geçmiştir ve bunlar uzun bir tartışmanın konusudur. Yine de her türlü diyebiliriz ki, ötekinin bakışı, bizi güçlü bir şekilde biçimlendiren bir şeydir.

3. Öteki, Ötekinin Bakışı ve Özne

Kendimizi, kendimize dönük algımızı ve başkalarının bize dönük algılarını düşünebilen özne, bütün bunlardan bir kendilik çıkarır. “Kendi”ne dair ortaya çıkan karmaşık ve sayısız bilgiden, farklı zamanlara ait, tutarlı olması gerekmeyen ve biçimsiz bir sürü bilgiden göze çarpan, bir nevi beliren, daha tutarlı ve belli bir ritmi, sürekliliği olan bir bütünlük algılar zihin ve buna “kendilik” atfeder. Bu atıf, kişinin kendini kurduğu ve sürekli olarak yeniden kuracağı alandır, potansiyelliliktir, hayata dair kurgularının çerçevesini de belirleyendir. Sayısız

potansiyelliliğimiz içinden, kendiliğimize dair yaptığımız bu atfın çerçevesinde kendi varoluşumuzu kurarız ve bunun dışında varoluş ihtimallerine de kapalı olduğumuzu sanırız. Sartre'ın bahsettiği, hiçlikle yüzleşmemek için sahip olduğumuz kurgularımız ve kötü inançlılığımız, bir nevi bu çerçevede gerçekleşen kendimizi kandırma halidir. En temelde biçimsiz, karmaşık ve tutarsız bu bilgi yığınının verdiği anlamlı çerçeve, gerçekliğimizin ve potansiyelliliğimizin çerçevesidir ve bunlardan ortaya çıkan, beliren, benimsediğimiz kompozisyon da bizim kendimize atfettiğimiz kendiliktir. Tam da bu atıf ve bu atfın bir atıf olduğuna dair inanç, eylemlilik ve farkındalık hali, özneliğimizin kurulduğu yerdir.

Kendimizi, kendiliğimizi kuran olarak hisseder, deneyimler ve sürdürmeye devam ederiz. İşte bu noktada özne ve öznenin özgürlüğü, öznenin potansiyelleri ve öznenin krizi ortaya çıkar; öznenin zamansallığı öznenin kendilik algısında aynı zamanda süreksizlik ve tutarsızlık ihtimallerini doğurur, var eder ve bunu öznenin krizi haline getirir. Heidegger'e⁶ göre bu zamansallık zaten insana varoluş imkanını verir, onu ölüme yönelmiş seyir halindeki bir varoluş haline getirir. İnsanın kendini sürekli olarak yeniden kurabilmesi de bu öznellik, kendilik ve zamansallık içinde mümkündür. Zamansallık bizi donukluktan çıkarır, edilgenlikten çıkarır; özne, dinamik, sürekli ve değişken potansiyellilikler içinde akışkan bir varoluş yapar.

Bu noktada, Sartre'ın “o olmama kipinde bir şey olmak” olarak ifade ettiği insan varoluşundan bahsedebiliriz. İnsan, sözgelimi, ancak ve ancak samimi olmama kipinde samimidir. İnsan, samimi olmama ihtimalini her zaman içinde barındırır, hatta samimi olmamayı her zaman barındırır. Bir özne, kendi zihninde “samimi olmama”yı her zaman bulabilir, samimi olmamak zihinde erişilebilir haldedir. Hatta ve hatta, tam anlamıyla samimi olmak ya da tam anlamıyla hiç samimi olmamayı barındırmak, hiçbir anda tam olarak mümkün değildir. Zihnimizde, kendiliğimize dair atfımızda, herhangi bir anda kendi varoluşumuzu kurarken, “samimi olma” halimizi, tam da bu kipte kendiliğimize dahil ederiz, samimi olma'yı kendimize dair kılarız. Ancak, samimi olmamak, zaten bunun içinde bir içerik olarak da vardır, samimi olma halimizi de belirler ve o an da dahil olmak üzere, her an, kendiliğimize tutarlı veya tutarsız bir biçimde dahil olur. Yine de biz, “samimiyim” dediğimizde, bunun samimiyet yanını, samimi olma yanını ön plana çıkarırız, o anki kurgunun içinde, kendimizi o şekilde kurarız.

Bir masa her zaman için masa olma kipinde masadır diyebiliriz. Bir insan bir şey olmama kipinde o şeydir derken, masa örneğinden farklı olarak, aynı anda iki temel şeyden

⁶ Ders notları, TVAE

bahsetmiş oluyoruz. Hem her an kendini kuran insanın mutlak bir şekilde o şey olamayacağı, o olmamayı da varoluşunda barındırma, o olmama çerçevesinde o olmayı deneyimleyeceği gerçeğinden bahsetmiş oluyoruz, hem de her an varoluşunu yeniden kurarken o olmama potansiyelliliği ile ürettiğinden bahsediyoruz. Tam da bir şey iken aynı zamanda o şey olmamayı da, o şey olmama kipini de barındırdığı için varoluşumuz, o şey olduğumuzu iddia ediyoruz. Sözelimi, ahşap bir materyal, ahşap bir masa ise, o ahşap bir masadır. “Aynı zamanda ahşap olmayan bir masadır.” da diyemeyiz, “Varlığında ahşap olmamayı barındırır.” da diyemeyiz, “Zaman zaman ahşap, zaman zaman ahşap olmayan bir masadır.” da diyemeyiz. Bu masaların sahip olduğu özellikler için genel anlamda geçerlidir.

İnsanı varlıktan varoluşa götüren şey, her an, insani, varlığını, varoluşunu yeniden kuruyor olması ve bunu “bir şey olmama kipinde o olmak” olarak yaşayabiliyor olmasıdır. Bu noktada, insan kendini sürekli olarak kurarken, tam anlamıyla o olamaz ve her kurgusu bir sonraki kurgusuyla hiçliğe karışır, sürekli olarak varlığı ve hiçliği deneyimler. Şimdi-burada kurulan varoluş, daha önce kurulmuş, o zaman-oradaki (there-and-there) bir varoluşla çatışma üzerinden kendini var eder ve bu bir öznel krizi doğurur, yoğun bir hiçlik deneyimi yaşatır. Biz hangisiyizdir? Hiçliği deneyimlemeye karşı kişi çatışmaya odaklanıp, şimdi-burada ve o zaman-orada arasındaki gerilimde bir yerde takılıp kalmayı tercih edebilir. Kendisini geçmişteki bir varoluşuna indirgeyip, sonrasında yaşadığı her şeyin kaynağı olarak geçmişteki bazı şeyleri mutlak belirleyen olarak algılamayı seçebilir. Pişmanlık da böylesi bir deneyimdir, ilerde daha detaylı tartışacağım üzere.

4. Pişmanlık

Pişmanlık için daha önce iki farklı şeyden bahsettim. Pişman olan kişi hem şu andaki sorumluluğunu reddediyor hem de genel olarak, en azından bir kereliğine dahi olsa, özne olduğunu, karar verdiğini, hayatına yön verdiğini de görüyor, kabul ediyordur. Bu ikisini bir arada düşündüğümüzde, pişmanlık için değişim yönünde, kendi hayatında şimdi-burada yön verebilme potansiyeli bakımından bir sıçrama, bir kırılma ihtimali, kendi özneliğine sahip çıkma potansiyeli atfedebiliriz. Kişi o zaman-orada yaptığı bir eylem ya da aldığı bir kararın bugüne dair bir sonucu olduğunu açık şekilde kabul etmiş, ancak daha önce bahsettiğim üzere başka açmazlara düşmüş, o zaman ile bugün arasındaki ilişkiyi bu belirlenime indirgemıştır. Kişi herhangi bir zamanda etkin eylemde bulunmuş özneliğini kabul etmekle birlikte, eylemlerinin bir sonucu olduğunu ve geri dönüp kendini etkilediğini de görmüş, bunla yüzleşmiştir, başka eksikleriyle birlikte.

Pişmanlıkta deneyim olarak bir aksiyon çağrısı var. Kişi kendisine aksiyona geçmeyi buyuruyor, ancak bunu "keşke" ünlemi ile yapıyor. Yani şimdi-burada deneyimi olarak aksiyona geçme isteği, ihtiyacı, deneyimi varken, bu bir bakıma geçmiş bir zamana, o zaman-orada'ya gönderilerek kişi bunu şimdi-burada olarak yaşantılamıyor. Bu sayede şu andaki deneyiminin, ihtiyacının, huzursuzluğunun sorumluluğunu almıyor. Ancak burada bir aksiyon isteği, enerjisi ve aksiyona geçebilirliğe dair bir idrak mevcut. Kişi en temelde bugünkü ihtiyacını, deneyimini reddeden bir yerden şimdi-burada deneyimi ile ilişkilense de, bu sorumluluğu almaya açık olduğu zaman, kendi özneliğinin, etkililiğinin, yön verebilme, hayatının seyrini etkileyebilme potansiyelinin şimdi-burada için de geçerli olduğu bilgisini de kendine açık hale getirebilecek, kendini bugünkü deneyiminden uzaklaştıran kötü inançlarından arındırabilecektir. Bu sorumluluğunu ve özneliğini, özgürlüğünü kavrayabilmesi ve onlara sahip çıkabilmesi için, temel olarak yüzleşmesi, kabul etmesi ve barışık olması gereken birkaç temel nokta var.

Birincisi, kişinin kendi eksikliği ve sürekli olarak hata yapacağı gerçekliği ile yüzleşmesi gerek. Burada “hata” tuzak bir sözcük. Şöyle demek daha doğru olur; kişi bir zaman yaptığını başka bir zamanda hata olarak değerlendirecek ve bu hayatında sürekli olarak tekrarlayan bir deneyim olacaktır. Kişi, bir andaki varoluşunun daha önceki varoluşlarını her zaman onaylayan, her zaman doğrulayan bir yerde duramayacağını kabul etmeli; kendini o-zaman-orada da şimdi-burada da daima eksiklikleri olan, mükemmel olmayan ama etkili olan, hayatına yön veren eylemlerde bulunan bir özne olarak algılayabilmeli. Ancak kişinin esas olarak kendini buna açabilmesi için, şimdi-burada kötü deneyimler yaşamaya, huzursuzluğun ve memnuniyetsizliğin bu deneyimlerin az veya çok hayatı boyunca bir parçası olacağına ve bu deneyimlerde de kendinin başat sorumluluğunu kabul etmesine ihtiyacı vardır. Ne hayat bize adil olma sözü vermiştir, Frankl’in⁷ dediği gibi, ne de kişi hayatı boyunca bütün eylemlerini ve kararları sürekli olarak onaylayacağı bir tutarlılık içinde yürütebilecektir. Kişi öncelikle kendi eksikliğinin ve olumsuz deneyimlerinin sorumluluğunu üstlenmeli, onlara temas etmekten başka çaresi olmadığını, onları değiştirebilmesinin tek yolunun onlara temas etmekten geçtiğini görmelidir.

Pişmanlık, bir huzursuzluk deneyimidir. Belki de bir yerde, huzursuzluk deneyimine temas edilmesi, bu deneyimin bir iç yakması ve bu huzursuzlukta bulunmaya karşı duran bir histir pişmanlık. Şimdi-burada, bir şeylerin değişmesine dair isteklilik, niyetlilik. Yani kişinin

⁷Frankl, İnsanın Anlam Arayışı

zihni, başka bir varoluşa yönelmiş, kendini yeniden kurmaya, şimdide bulunduğu deneyimi değiştirmeye niyetlenmiştir.

Bu noktada en temel açmaz, sorunu bugünde değil geçmişte görmek ve çözümü de geçmişin donukluğunda kaybetmektir. Değişme/değiştirme isteğini, değişmez bir zamana, o-zaman-orada olan eylemliliğe yöneltince, değişmez bir şeyi değiştiremeyeceğini fark ederek kendisini bugüne dair değişme potansiyeline kapatmıştır. Değişme potansiyeline kapatmıştır diyorum çünkü pişmanlık, tam anlamıyla değişme potansiyeliyle dolmak, ancak bunu imkânsızlık olarak deneyimlemektir. Zaten insan her zaman kaçınılmaz olarak değişme potansiyeli ile varoluşunu sürdürdüğü halde, pişmanlık deneyimi tam anlamıyla bu potansiyeli deneyimleme hali ancak buna temas etmeme halidir. Yani pişmanlık deneyimi özetle, değişme potansiyeline, kişinin şimdi-burada deneyimini otantik olarak yaşayabilmesine çok yakınlaşma deneyimi iken, kendini bunun tam tersi yöne, temas etmemeye, akışa bırakma ve akışa yön verme gücüne sahip özneliğinin tersine yönelmeye sıkıştırmıştır. Pişmanlıkta yaşanan en temel kriz öznellik krizidir ve kişinin en temel ihtiyacı kendi özneliğini kısmen de olsa gördüğü bu pişmanlık deneyiminde, sadece değilse bile öncelikli olarak bu kendine dönük öznellik-farkındalığını şimdi-burada için de geçerli kılması; aslında kendisinin süreksiz bir özne değil, yaşadığı sürece tartışmasız ve sürekli, hatta kaçınılmaz bir özne olduğunu idrak etmesi gerekir.

5. Bir Proje Olarak Hayat ve Pişmanlık

Bir proje olarak hayat tanımlamasını, Sartre'ın *özgün proje* tanımından esinlenerek yapıyorum. Ana hatlarıyla Sartre'ın özgün projesinde ifade bulan şeylerle ortaklaşsa da, farklı ifade etmek istediğim ve pişmanlık tartışmamda da önemli bir yere oturduğunu düşündüğüm birkaç önemli ayrımı var. Bir proje olarak hayat tanımımın iskeletini Sartre'ın özgün proje tanımı ve öznenin sorumluluğunu tarifi üzerine, onlara bazı noktalarda itiraz ederek kurduğumu söyleyebilirim.

Sartre, özgün proje ifadesi ile bizim bugünkü varlığımızın, zihnimizin geleceğe doğru bir yönelmişliği, ileri dönük doldurduklarımızı içeren bir tanım yapıyor. Bilinçliliğimiz onun çeşitli boyutlarını, yönlerini kavrayabilir, onun içinden bir bakış açısı sunar; özgün proje ise bilinçte açığa çıkanın bütünüdür ve ileriye dönük imalar içerir. Sartre, kişinin kendinin neden böyle olduğu ve neden başka şekilde olmadığı, ne yaptığı ve ne yapmadığı ile ilgili sorulara, indirgenemez bir cevap verebileceğimize, bunu parçalarına ayırmak, analiz etmek, ve onun da nedenini aramak üzerine kurulu nerede biteceği bilinmeyen bir sürecin ise sonuçsuzluğuna işaret eder. Bütün bu soruların cevabı, kişinin aslen var etmek istediği kendiliğidir ve bu

herhangi bir neden-sonuç veya açıklama ilişkisi içinde değerlendirilemez. Buna Sartre özgün proje der. Herhangi bir andaki bilinçliliğimiz, zihnimiz, düşüncelerimiz, bu bütünlüğün kapsamında bir bakış açısı, bir parçası, ona dair bir içeriktir.

Sartre’ın özgün projesi, insanların kendilerini var etmek istedikleri kendilikleridir ve bir nevi hayatta yönümüzü bulmamızı sağlayan rota gibidir belki de. Neden nasıl olduğu araştırması, açıklaması olmayan bir şeydir, sadece bir “insanlık durumu”dur. Bu noktada Sartre’ın özneye yüklediği politik anlamları, sorumlulukları da tartışmaya dahil edebiliriz. Sartre’a göre, insan yaptığı her eylemden sorumludur ve her eyleminde insanlığa da o durumda o eylemi yapmayı öneriyordur. Yaptığı eylemin sonsuz sorumluluğuna sahiptir çünkü sonsuz özgür seçimler yapmaktadır. Her seçimimizin sonuçları, bizi belirler ve bu bizim sorumluluğumuzdadır. Ancak bu aynı zamanda, politik bir sorumluluğu da içinde barındırır, yaptığımız bir eylemi insanlığa da buyuruyoruzdur.

Hayatı bir proje olarak görmenin çeşitli açmazları var elbette. Yani hayatta bir projeye sahip olmaktan öte, hayatı bir proje olarak ele almaktan bahsediyorum. Burada Sartre’ın bahsettiği özgün projeden bir noktada, kısmen farklılaşan bir şeyden bahsedeceğim. Hayat bir proje ise, proje kapsamı nedir, onu kapsayan nedir, ya da onu kapsayan bir bağlam var mıdır? Bu noktaya dikkat çekmek istiyorum, çünkü hayatı nasıl algıladığımız meselesi de bu sorularla oldukça ilintili. Hayatın doğumla başlayan, bir nevi fırlatılmışlık ile başlayan, kısıtlılıklar, gerçeklik çerçevesinde, “-ile olmak” halinde, evrenle bir diyalog halinde, ancak varoluşsal bir yalnızlık ve varoluşsal kaygıyla, ölüme yönelerek ilerleyen ve ölümle sonuçlanan bir serüven olduğunu düşünebiliriz. Hatta ölümle sonuçlanana kadar serüven ifadesi de eksiklik barındırıyor, Sartre’ın Bulantı’da çok güzel bir kesit ile bize sunduğu üzere, bitmemiş bir şeyi serüven olarak adlandıramayız; serüven dediğimiz şey her zaman geriye dönük olarak bir bütünlük içinde serüven adını almış, bir hikayelendirmenin ürünüdür. Hayat gerçekten bir serüven midir, bir proje midir, başa gelen bir şey midir, yapılan bir şey midir? Bu sorular oldukça iç içe, kısmen kesişen, kısmen birbirini yadsıyan sorular. Hayat da zaten kısmen hepsini içeren, kısmen hepsini yadsıyabilen, karmaşık, girift bir yapıya sahip.

Hayat, bir şekilde başlayan/başladığımız, katılımımızla birlikte süren/akan, ve ne zaman nasıl olduğunu bilmediğimiz ama kesin olacağını bildiğimiz bir ölümle sonlanan/sonlandığımız bir süreç. Bir süreç diyoruz, ancak bir yerde de tüm sürecimiz, tüm varlığımız, tüm kapsamımız, tüm erişimimiz, aklımıza gelen her şey. Bizim hayatımız başlamadan önce ya da bittikten sonra var olan şeyler, dışında kalan şeyler olduğuna dair bir bilgimiz var ancak deneyimimiz ve tüm hissettiğimiz, aslında bir yerde bildiklerimiz de, hayatımıza dahil, hayatımıza dair sadece. Peki biz burada, eylemlilik ve etki sahibi bir özne olarak, nerede duruyoruz? Hayatımız bizim tüm

her şeyimiz ise, hayatımızın tamamı da biziz. Hayatımızı ne kadar belirlediğimiz bir tartışma konusu, ancak kendi hayatımızın tamamını bir tek bizim yaşadığımız, zamanda, mekânda ve - ile olma haliyle birlikte, bir yerde çok tartışma götürmeyen bir şey. Bu durumda, biz onu, tamamen kendini amaçlayan bir şekilde olsa dahi, ne şekilde, ne için, ne gibi bir içerikle yaşıyoruz sorusu ön plana çıkıyor. Yani, burada dile gelmesi zor bir süreç de olsa, yaşam bir şey için olsun veya olmasın, bir şekilde akıp gidiyor olsun veya olmasın, bir şekilde yaşamak ile başka şekilde yaşamak arasında fark var ve bu farkı şekillendiren en temel şeylerden birisi, bizim kararlarımız ve seçimlerimiz. Biz bir şekilde yaşadığımız hayatı deneyimliyoruz, algılıyoruz, kavriyoruz, anlamlandırıyoruz ve yön veriyoruz. Kavramak tarihsel olarak bugünü geçmiş ile bağlayan bir şey iken, yön vermek yine tarihsel olarak bugünü ileriye dönük bağlayan bir şey. Bunlar sadece, anlık, kendiliğinden, bağlamsız, salt deneyim ve akış olarak düşünmememiz gereken bir bütünlük içeriyor diyebiliriz. Belki de bir yerde, proje olarak adlandırdığım şey, “kavramak” ile “yön vermek” arasındaki bağı kuran temel ve hiçbir an kopmayan dinamik oluyor. Bir bakıma, her anımızda kavramamız ve yön vermemiz arasındaki bağlantı kopmaz bir şekilde, hayatı nasıl projelendirdiğimiz üzerinden kuruluyor. Pişmanlık tam da bu noktada, hayat projesinin geriye dönük kavraması ve ileriye dönük yön vermesi arasındaki ilişkisinde ortaya çıkıyor diyebiliriz. Özne, şimdi-burada ileriye dönük kendi yönünü tayin edeceği hayat projesinde kendi etkinliğine dair yaşadığı huzursuzluğu, tatminsizliği veya inançsızlığı, geçmiş kavrayışına yansıtarak, geçmiş kavrayışında kendini manipüle ederek kapatmaya çalışıyordur. Başka bir deyişle, daha temel olarak bahsedecek olursak, özne kendine yön verme ve geçmiş kavrama arasındaki bağı istediği gibi kuramamasındaki huzursuzluğu geçmişteki bir sorun olarak algılıyordu.

Bu durumda, hayatın temelde hepimiz için farklı bir proje olduğunu söyleyebiliriz. Öznellik vurgusunu yaparak, her birimiz hayatı birer özgün proje olarak yaşıyoruz diyebiliriz. Dinamik bir proje diyebiliriz. Her an yaşanan, kavranan, hissedilen ve yön verilen şeyler akıyor, değişiyor, tortulaşıyor, karmaşık şekillerde ilişkilileniliyor ve her an o proje, an’a özgü olarak kendini yeniden üretiyor. Sartre’ın özgün projesinden bir bakıma farklı olarak, her an yeniden üretilen dinamik bir proje ilişkisi içerir diyebiliriz. Her an ve her an proje yeniden üretilir. Bu noktada proje üretim ve tüketim ilişkisidir de diyebiliriz. Her an kendimizi üretiriz ve ürettiğimizle birlikte bir sonraki an’a akarak tüketiriz de. Gündelik anlamda bir üretim tüketimi de içerir, ama tam anlamıyla o değildir. Üretmek, Mearly-Ponty’nin vücut bulmak dediği anlamda bir üretmek ve her an, bir önceki vücut bulmanın sonlanması. Bu durumda, proje sürekli sonlanan ve yeniden başlayan, ancak bütün anların birbirini kesintisiz takip ettiği bir proje de oluyor.

Sartre, eylemlerimizin sonsuz bir sorumluluğuna sahip olduğumuzu, her bir anda aldığımız kararımızın, yaptığımız eylemin, tüm insanlığa da bu durumda, böyle yapmayı önermek olduğunu söyler. Sartre'ın bu önermesini çok önemli buluyorum, özellikle de eylemlerimizin sorumluluğu ve hem kendimize hem de politik duruşumuza dair verdiği evrensel mesajı vurgulamasını çok önemsiyorum. Ancak bu noktada önemli gördüğüm bir ayrıma işaret edeceğim ve ne noktada farklılaştığımı ifade edeceğim. Sartre'ın bir öznenin eylemleriyle bütün insanlığa aynı şeyi önerdiğini söylemesi, bir yanıla determinist bir ima barındırmaktadır. Eylemlerimizin ne ifade ettiğiyle ilgili sözü, *belli olaylar karşısında sergilenebilecek belli duruşlar vardır* gibi bir iddiayı içinde barındırmaktadır. *Ben bir şey yapıyorsam, diğer insanlar da bu durumda, böyle yapmalıdır diyorumdur* gibi bir önerme atfetmiştir eylemlere. *Bir nedenin bir sonucu vardır* önermesi gibi keskin bir ilişki olmasa da, *belirli durumlarda belirli eylemler sergilenir* hattında bir ilişki kurmaktadır. Bu tarz bir önerme de ister istemez eylemlerimizin diğer insanlarla kurduğu ilişkiyi bir monoloğa dönüştürmekte, insanların eylemlerinin o anda gerçekleşen bir diyalog olduğunu bir noktada göz ardı etmektedir. Sartre'ın şimdi-burada bir özne tarafından yapılan eylemin, diğer insanlara önerdiği şeyin aynı eylemlilik olduğunu söylemesiyle; eylemlerin barındırdığı ilişkisel boyutu, diğer insanlarla var olan ortak öznel alanı ve diyalogdaki karşılıklılığı ihmal ettiğini düşünüyorum.

Bu noktada, belirli koşullarda yaptığımız eylemlerimizle tüm insanlığa haykırdığımızı; bizim öznel koşullarımızda bunun yapılmasını buyurmamız olarak değil, bu özgün koşullarda, kendi öznelliğimizle, herkesin başka başka şeyleri yapma ihtimalini görerek, onu tanıyarak ve saygı duyarak, “*Ben bunu yapıyorum.*” diyor olmamız olarak görüyorum. Bu bir nevi tüm insanlığa, tüm varlığa haykırılan bir duruştur ancak herkesi aynı durumda bu duruşa bir çağrı değildir. Belki bu duruşun kendi çağrısı vardır, ancak bu özgün koşullarda böyle bir duruş göstermek, başka özgün koşullarda bu duruşla ilişki halinde olan insanları, bu ilişkilerini sorgulamaya ve onunla birlikte kendi duruşlarına biçim vermelerine bir çağrıdır. Herkesi, içinde bulunmadıkları bir koşulu ya da onunla paralelliklerini düşünmeye değil, içinde bulundukları öznellikte, onlarla ilişkili oldukları bir duruş ile ilişkilerini gözden geçirmeye, tam da var oldukları pozisyonu o anki ilişkiselliği içinde sorgulamaya ve yeniden üretmeye bir davettir. Kişinin özgün koşullarındaki özgün duruşu, o an'da gerçekleşen bir eylemdir ve kendi eylemliliğinden ibarettir, ancak eylemin, duruşun diğer tüm insanlarla kurduğu diyalog bir davettir. Belki eylemliliklerimizde, tutumlarımızda, duruşlarımızda ortaya çıkan bu daveti, hayat projemizin bir ifşası, tüm insanlıkla kurduğumuz diyalogdaki söylemidir diyebiliriz.

Her eylemimizin, tutumumuzun bir ifşa, bir söylem barındırması sadece kendi dışımızdaki insanlara yönelik değil, aynı zamanda kendimize de yöneliktir. Yani bir eylemde

bulunuyorsak, illa ki kendimize yönelik bir söylemle karşılaşyoruz, kendi hayat projemizi kendimize de ifşa ediyoruz demektir. Bu kendine yönelmişlik halinin önemi, öznenin zamansallığında anlam bulmaktadır. Eylemleriyle, söylemleriyle kendi hayat projesini kendine ifşa eden özne, ancak zamansal düzlemde bu ifşa ile karşılaşmaktadır ve dolayısıyla bu anlamdaki her karşılaşma geçmiş söylemle bir karşılaşma ve geleceğe yönelik bir söylem içerir. Hayatı dinamik bir proje olarak yaşamamız demek, her an'ın kendi söylemini üreten bir hayat projesi olması ve bu projenin söyleminin zamansal düzlemdeki her bir noktaya yönelik bir içerik barındırması demektir. Yani özne her an zihninde bir içerik olarak hayata dair projesini barındırmaktadır ve bu proje öznenin geçmiş, bugün ve geleceğe dair tüm anlarına atıflar, imalar içermektedir. Özneyi bütün bir özne yapan, zamansal düzlemdeki tüm anlara dair sürekli ve tutarlı bir içerik sunan projesidir ve her eylemi bunu ifşa eden bir söylem de içerir. Bir insanın bütün hayatını herhangi bir bağlamda tutarlı bir özne olarak geçirmesinin pek mümkün olmadığını söyleyebiliriz, ancak özne olmasının altında bütün hayatını en azından bir bağlamda tutarlı ve süreklilik sahibi bir bütünlük, bir proje olarak anlamlandırabiliyor olması yatıyordur diyebiliriz.

Bir insanlık deneyimi olarak pişman olma halinin ortaya çıkabilmesini sağlayan da, bu söylemlerin karşılaşmasıdır. Pişmanlık bir bakıma öznenin, bugünde yeniden üretilmiş, yeni bir söylem üretmiş hayat projesinin geçmişte söylemini ifşa etmiş hayat projesinin söylemiyle karşılaşması, çatışması durumudur. Şimdi-burada üretilen hayat projesinin bugünde anlam bulmasını sağlayan geçmişe dönük söylemi, pişman olunan andaki eylemliliğin ifşa ettiği söylemi kapsayamıyor, kendi tutarlı ve süreklilik sahibi anlamlandırmasına dahil edemiyordur. Öznenin pişman olduğu andaki deneyimini belki de şu şekilde ifade edebiliriz: *“Şimdi-burada sahip olunan hayat projesinin söylemini zayıflatan geçmiş eylemlilik, ‘keşke hiç olmasaydı’ da, bugün sahip olduğum proje daha güçlü bir söylemle kendi projesini haykırabilseydi.”*

Başka deyişle, şimdi-burada yaşamakta olduğumuz, var etmekte olduğumuz hayat projemiz, kendini geçmişin tortuları ve geleceğe yaptığı atıflar üzerine inşa eder ve bugününü kurar. Ancak birçok kez, sanki tüm insanlığa aynı projenin parçası olmayı ve aynı eylemi öneriyormuş gibi, tüm geçmişimize ve geleceğimize aynı projenin parçası olmayı, aynı eylemliliği devam ettiren sürekliliği öneriyor halde buluruz kendimizi, zamansallığa dair bir karmaşa yaşarız. Bugün sahip olduğumuz varoluşsal pozisyon, yaşadığımız, var ettiğimiz proje ve eylemliliğin sürekliliğini ve tutarlılığını sağlamak için hem geçmişe hem geleceğe dönük uyumlandırma isteği ve çabası taşırız. Pişman olan özne, şimdi-burada sahip olunan hayat projesinin geçmişe dönük söylemini, sanki geçmişe dönük değilmişçesine, sanki şimdi-burada kendi öznel konumunun şekillenmesinde etki sahibi başka bir özneye karşılaşmışçasına

kurmaktadır ve söyleminin içeriğinde ona “kendisi -ile olma” halindeki ilişkisine dair bir çağrı, bir davet barındırmaktadır. Özne kendi geçmişindeki bir eylemliliği ile, şimdi-burada bir özne ile karşılaşır gibi bir karşılaşma niyetiyle geçmişe dönük söylemini kurmaktadır. Belki de pişman olma halindeki öznenin kendine söylediği yalan, bir bakıma o an sahip olduğu kötü inancı, bugün sahip olduğu hayat projesinin söylemini daha güçlü ve tutarlı kılabilmek adına geçmişteki öznelliğini, geçmişte bir özne olarak sahip olduğu hayat projesini ve onun bugününü şekillendiren gerçekliğini reddetmek, geçmişte olan şeyi sanki bugünde sahip olduğu bir sınırlılık, bir kısıtlım gibi kendine sunmaktır. Şimdi-burada sahip olduğu gerçeklik ve sınırlılıkları içinde kendi hayat projesini şekillendirebileceği sonsuz ihtimal içinde güçlü bir proje üretebileceğine dair inancını ve bir özne olarak etkinliğini kendine kapatan özne, kendini görmez kıldığı bu potansiyelini yok sayabilmek için geçmişe dönük söylemini şimdi-buradaki deneyiminin merkezine alıyor, canlı kılıyor ve bir özne olarak etkililiğinin olanca gücünü geçmişin donukluğunda hareketsiz bırakmayı seçiyor.

Pişman olan özne, pişman olduğu anda kendiliğini var ettiği projeden yola çıkarak kendini tüm zaman ve mekanlarda bu projesine uydurma niyetine sahip olmuş ancak geçmişin donukluğundan gelen itirazı kabullenememiş bir öznedir. Bu nedenle pişmanlığın ortaya çıktığı durumu, öznenin zamansallığı ve bu zamansallık içindeki tutarlı, sürekli bir projeye sahip olma arayışı, çabasının bir ürünü olarak görebiliriz. Hayat her zaman için gerçeklikler ve bunun getirdiği sınırlılıklar çerçevesinde, kendi varoluşumuzu kurguladığımız ve deneyimlediğimiz bir akışken, bu akışa dair yaptığımız üst kurmacalar nedeniyle geçmişle bir mesele ediniriz ve bu kurmacayı bozan kırılma noktalarına dair pişmanlık duyarız. Bir nevi pişmanlık için, pişman olan öznenin kendi etkinliği ve etkililiğine dair inançsızlığını, kendi geçmişine dönük totaliter bir söylem üreterek perdeleme çabasıdır diyebiliriz.

6. Pişmanlık ve Otantiklik

Bir insan, herhangi bir anda kendi varoluşunu kurar ve her an bu yeniden kurma süreci devam eder. Hatta bunu an be an olan bir süreç olarak tarif etmekte anlamsal bir sıkıntıdan da bahsedebiliriz. İnsanın varoluşu, sürekli bir akış halinde yeniden yapılanır, kesitler halinde ve süreksiz olarak değil, insan sürekli değişen dönüşen bir varoluş halinde kendini yeniden kurar ve kurar. Bu durumda, insan her an kendi varoluşunu, bir önceki andaki varoluşunun reddi üzerine kurar diyebiliriz. Çeşitli kurgular içinde hareket edip, varoluşumuzda bir süreklilik barındırabiliriz, ancak; totalde olan şey, radikal bir değişim olması gerekmeksizin, varoluşumuzun sürekli yeni bir anda yeniden yapılanmasıdır. Bu durum çok boyutlu olarak

gerçekleşir. Hem zaman ve mekân düzleminde farklılaşırız, şimdi ve burada olan şey sürekli değişir. Heideggerci bir yerden söylersek, Dasein, yani kabaca varoluş deneyimimizin tüm kapsamı; eylemliliğimiz ve onun içerikliliği, alanı, yönelmişliği her an bir diğerinden farklılık içerir, hepsinin ölüme yönelmişliğinde ortaklaşması dışında.

Bizim kendiliğimizi kurduğumuz alan, bu sürekli yapım ve yıkım süreci olarak devam eden varoluş halinin sonsuz akışında, kendimizi ifade edebilecek ve buna “ben” diyebilecek şekilde bulduğumuz süreklilik, tutarlılıktır. Tutarlı değildir, sürekli de değildir aslında, ancak biz kendimizi belli bir süreklilik ve tutarlılık içinde ifade eder ve anlamlandırırız. İşte pişmanlık da, böyle bir sürekliliğin ve tutarlılığın kırılması anıdır diyebiliriz bir bakıma. Pişmanlık, hayatımızın belli bir anında, kendiliğimizi ortaya koymamızın bir aracı olarak aldığımız bir kararı, yaptığımız bir eylemi ya da kurduğumuz bir söylemi; daha sonraki bir anda reddetmek, onu kendiliğimizin, kimliğimizin dışında tutarak kendimizi yeniden kurmayı istemek; dolayısıyla kendimizi daha önceki bir kendiliğimizin reddi üzerine kurduğumuz bir an, bir deneyimdir.

Pişmanlıktan bu yazının geri kalan kısmında da bir deneyim olarak bahsedeceğim, çünkü bir his, bir duygu, bir karar olarak ifade etmenin pişmanlık deneyimini yeteri kadar karşılamadığını, bunun da, aşağıda açıklayacağım üzere çeşitli sıkıntılar yarattığını düşünüyorum. Ancak şimdi odaklanmak istediğim nokta, pişmanlığın varoluşumuzu yeniden kurmamızda yarattığı süreksizlik hali. Varoluşumuzu sürekli ve sürekli olarak yeniden kurmamıza bir “akış” demek oldukça yerinde iken, pişmanlık deneyimi için o akıntıya taş koymak diye ifade edebileceğimiz bir süreksizlik içeriyor diyebiliriz. Çünkü varoluşumuz, aslında kendi yönelmişliğiyle, kendi eylemliliğini sürekli olarak şimdi ve burada kurarken, bir önceki anı yıkar ve kendini onun üzerine inşa eder. Bir önceki varoluş ile yaşanan temel gerilim, öncekinin yerini sonrakine bırakmasıdır. Hatta bir miras devredilir, bir şeyler tortulaşır ve bir şeyler de aktif olarak sürdürülür, biçim değiştirir. Ancak pişmanlık anında oluşan şey, bir varoluşun yerini bir diğerine bırakmasındaki gibi bir yıkım ve yeniden yapım süreci değil, bir varoluşun kendisini daha önceki bir varoluş anının reddi üzerine kurması deneyimidir.

Şimdi ve burada gerçekleşen şey, daha o-zaman-orada olup bitmiş bir varoluşa takılıp kalan bir kendilik deneyimdir, kendini şimdi ve burada deneyimine getiren serüveni “*keşke hiç yaşanmamış olsaydı*” olarak ifade etmiştir. Tezat gözüксе de, pişman olunan şey, o anda yapılan şey olmadığı için, kişi o anda kendini önceki davranışının yadsıması üzerinden var edebilir. Sözgelimi, “*artık eskisi gibi düşünmüyorum*” dememiz de bir bakıma önceki düşüncelerimiz veya davranışlarımızın bir nevi yadsınmasıdır. Yani önceki tutumlarımızı reddederek, şimdiki davranışımızın sorumluluğunu alabiliriz. Yalnız pişmanlıkta farklı olan

temel şey, pişmanlıkta sadece önceki bir zaman yaptığımız seçim veya davranış reddedilmiyor, aynı zamanda onu seçen öznenin, yani o zamanki kendimizin seçme hali, özneliği/özneliği de reddediliyor.

Pişmanlıkta bir takılıp kalma hali var. Bir insan elbette yaptığı şeylerden rahatsız olup, bugünde kurduğu anlamı buna bir itiraz olarak var edebilir, bugünle kurduğu ilişkiyi kendisi için bu sayede daha sahici kılabilir. Elbette mümkün. Ancak pişmanlıkta sorun yine bugünle kurulan ilişkide. Bugün başka bir şey yapmayı seçmek yerine, pişman olan kişi bugünkü sahip olunan kötü duyguları o zaman yapılmış bir seçimle ilişkilendirmiştir. Pişman olduğum bir şeyden bahsederken, aslında şu anda, tam da şu anda kendime dair, kendimde tuttuğum bir duygunun, deneyimin sorumluluğunu almayı reddetmiş oluyorum. O halde şu andaki duygularımı tutmama hizmet etmiyor pişmanlık, aksine duygularımla ilişkiyi koparıyor, onları içimden alıp geçmiş zamana ait bir kararın sonucu, nesnesi haline getiriyor. Bugün deneyimlediğim şeyleri ben deneyimliyorumdur, ben hissediyorumdur ve ben bugünkü varoluşumu gerçekleştiriyor, süreklilik içinde yeniden kuruyorumdur. Her ne oluyorsa, iyi veya kötü hislerle, enerjik ya da yorgun bir şekilde, ya da sayısız başka ihtimal içinde bir şey deneyimliyorumdur ve bu deneyim şimdi-burada benim eylediğim ve tecrübe ettiğim tek, bütün bir deneyimdir. Her an tüm diğer zamanlardan farklı bir deneyim yaşıyoruz ve her deneyim yaşandığı anda kendi içinde bir sonsuzluk içerir. Bazen daha olumsuz tarafları deneyimimizde ağır basmaktadır, yorgun, üzgün ya da bunalmış hissetmemiz, acı çekmemiz, sıkışıklık deneyimlememiz gibi; bazense çok daha keyif veren, mutluluk verici tarafları ağır basan deneyimler yaşıyoruz. Ancak bütün deneyimlerimiz için diyebiliriz ki iyi ve kötü, olumlu ve olumsuz, acı veren veya keyif veren yanları vardır.

Pişman olan kişi, pişman olduğu anda, bugündeki deneyimini geçmişle dolduruyor, deneyiminin sadece güzel, iyi, olumlu katmanlarını bugüne ait kılmaya çalışıyordur. Bu nedenle, pişman olma deneyimindeki bu bölen, parçalayan, olumsuz duyguları geçmişe atfeden deneyimleme halinde dikkat çekici olan nokta sadece pişman olan kişinin olumsuz duygularını geçmişe atfediyor olması değil; şimdi-burada deneyimini genel bir durum olarak bölen-parçalayan bir yerden deneyimliyor olmasıdır. Olumsuz bir duyguyu bugünkü deneyimden ayırıştırıp geçmişin eylemlerinin bir sonucu, bir nesnesi haline getirebilmem için, sadece olumsuz duyguların baskın olduğu zamanlarda değil, şimdi-burada deneyimime her an “gözleyen bir mesafe”den yaklaşıyor olmam gerekir. Başka bir deyişle, şimdi-burada olumsuzluk ağırlıklı bir deneyimle pişman olan kişi, olumlu veya olumsuz bütün deneyimlerinde, olumsuz hissetmeye karşı tetiktedir ve zihninin bir yanı kendini geçmişe hapsetmiştir. Deneyiminin de bir yanını an be an geçmişin donukluğuna gönderme hazırlığıyla

kendine kapatma niyetindedir. Elbette hayatının herhangi bir anında pişman olan insanın, hayatının tamamını bu pişmanlık potansiyeliyle otantiklikten uzak deneyimlediğini iddia etmiyorum. Öyle olsaydı, kimse hiçbir an otantik olamazdı. Ancak dikkat çekmeye çalıştığım nokta, pişman olma deneyiminin varoluşun sürekliliği içinde pişman olunan süreksiz bir nokta olmadığı, aslında kişinin kendi deneyimindeki olumsuzluk ihtimallerine karşı tetikte olduğu bir duruş, kendi deneyiminden mesafe aldığı hayata karşı daha uzun ve daha genel bir tutumdan beslendiğidir.

Otantiklik için kısaca, insan potansiyelliliğine açıklık ve kendi şimdi-burada deneyimine temas edebiliyor, deneyimini kavrayabiliyor olmak çerçevesinde bir tarif yapabiliriz. Hepimiz insanız ve her an sayısız deneyim potansiyeline açığız. Bir gerçekliğimiz var, bunu deneyimliyoruz ve sürekli olarak kendimizi bu sınırlılıklarımız ve potansiyellerimiz içinde bir yerde kuruyoruz, kurguluyoruz ve varoluşumuzu üretiyor, ifşa ediyor ve sürdürüyoruz. İnsan deneyimi için iki sonsuzluktan/sayısızlıktan bahsedebiliriz. Biri, her bir an için varoluşumuzu kurgulayıp yeniden kurabileceğimiz sayısız ihtimal vardır, biz biçim veririz ona. İkincisi, her bir andaki varoluş kurgumuz ve deneyimimiz, o anda kendi içinde deneyimsel bir sonsuzluk barındırır. Deneyimdeki, andaki sonsuzluğa farklı açılardan yaklaşabiliriz. Heidegger’ci bir yerden Dasein’in eylemlilik halinin tüm kapsamından bahsedebiliriz ve hatta bu durumda sonsuzluk ifadesi kendi içinde problematik bir hal alır; Dasein’in bölünmez, parçalanamaz bütünlüğüne işaret etmek gerekir. Mearly-Ponty’ci bir yerden yaklaşabiliriz, deneyim kendi içinde sonsuzluk içerir ve biz bir kısmına spot ışığı çevirebilir, deneyimi kısmen ve çok az bir parçasıyla algılayabiliriz; deneyim algılandığı ve algılanmadığı haliyle tortulaşır.

Pişmanlık, çok boyutlu, karmaşık bir insan deneyimidir. Aslında pişmanlık, ilk etapta ne olduğu açık gündelik bir deneyim olarak düşünülebilir, ki doğrudur da. Ancak tam olarak ne olduğunu ifade etmek oldukça güç bir deneyimdir. Pişmanlık duymak dediğimizde, ilk etapta öne çıkan bir histen bahsedebiliriz. Bugünden, geçmişte yapılmış bir eyleme/verilmiş bir karara dair, “keşke öyle yapmasaydım” söylemiyle birlikte hissedilen olumsuz duygular, denilebilir. Bu noktada duygusal ya da düşünsel bir olumsuzluk atfının, şu anda geçmişe dair olumsuz bir deneyimin varlığına dair vurgunun önemli olduğunu ve pişmanlığın temelinde yattığını düşünüyorum. Pişmanlık deneyiminde, tam da deneyimlenme anında ve geçmiş bir andaki eyleme dair olumsuz duygu ve/veya düşünceler beslenmesi kaçınılmaz bir öğedir. Yani o zaman-orada olana dair, şimdi-burada deneyimlenen bir olumsuzluk. Her ne kadar olumlu sonuçları olabilse de, pişmanlık deneyiminin geçmişe dair olumsuzluk içermemesi pek düşünülebilir değil ve pişmanlığa dair açmazlardan bahsederken bunun önemine de değineceğim. Ek olarak, pişmanlığın duygu mu düşünce mi olduğu ya da duygusal ve düşünsel

boyutlarının ayrıştırılamazlığı üzerine bir noktaya değinerek, pişmanlığın otantik bir deneyim olmadığı, yapısı itibarıyla olamayacağı, ancak; otantiklik yolunda bir kapı araladığı ve kendi içinde ciddi bir değişme potansiyelini ateşleyen bir yönü olduğundan bahsedeceğim.

Pişmanlığa dair, 4 temel felsefi problemi burada tartışmaya açmak istiyorum.

1. Pişmanlık en temelde anakronizm içermektedir diyebiliriz. Yani karar verilen anda, sonuçlarına dair bilgi sahibi olmayan bir özneyi, tarihsel olarak kesinleşmiş bir sonuca dair bilgi sahibi olan bir kişi olarak yargılamayı barındırır pişmanlık. Burada yargılayan özne de yargılanan özne de aynı kişidir, ancak; farklı zamanlardaki varoluşlardır. Bugünde yaşadığımız bir pişmanlıkta, geçmişte bilinmeyen sonuçlara, sonsuz ihtimale dayalı bir kararımızı, sonuçları o zaman da biliyormuşçasına yargılamak vardır pişmanlıkta. Burada en temel sorun, kendimizi geçmişteki bir eylemden ya da karardan dolayı yargılıyor ve sorumlu tutuyor oluşumuzda değil, oradaki çok ihtimalliliği ısıkalıyor oluşumuz ve şu an oluşan ihtimalin mutlak olarak gerçekleşeceğine dair, doğruluğundan da tam emin olamayacağımız bir bilgiyi o zamanki zihnimize atfediyor oluşumuzdadır. Sartre'ın determinizmde işaret ettiği en temel sorunlardan birine denk düşen, bir nedenin bir sonucu olduğu prensibine benzer bir yasayı, geriye dönük olarak kendi kararımıza uygulamamız demektir. Ama burada ikinci bir sorun, mutlak bir “çok ihtimallilik” inancıyla da hareket ederken, çok ihtimalliliği ısıkalıyor oluşumuzdadır. Çünkü aslında pişman olurken başka türlü karar alma ihtimalimize inanıyoruz, oysaki kararımızın mutlak olarak bizi şimdiki memnun olmadığımız, olumsuz sonuca götüreceğini düşünürken çok ihtimalliliği ısıkalıyoruz. Sonuç olarak, geçmişteki söz konusu eylem veya kararımızda, bize o anda en makul gelen, ya da en “yöneldiğimiz” eylemi yapmışızdır. Sonradan edindiğimiz her bilgi, deneyim, duygu, eylem anında sahip olmadığımız ancak sahipmişiz gibi o zamanki zihnimize atfettiğimiz şeylerdir.

2. Çok ihtimallilikte, seçilen durumun olumsuzluğundan hareketle, diğer tüm “bilinmeyen” ihtimallere “görece” daha iyi, daha olumlu bir içerik atfetmek. Pişmanlığa dair en bariz göze çarpabilecek açmazın bu olduğunu iddia edebilirim. Birinci maddede belirttiğim gibi, bir anda, sonuçları belirsiz bir duruma dair, kendimizce makul bulduğumuz kararı, seçimi yapıyor ya da eylemde bulunuyoruz (seçim yapmak, karar vermek veya eylemde bulunmak çok da birbirinden farklı

şeylerdir diyemeyiz ama ben ilerde de böyle ifade etmeye devam edeceğim). O an, biz o veya bu şekilde, bir eylemde bulunuyoruz. Sayısız aksiyondan birini gerçekleştiriyoruz ve her aksiyonumuzun, başka bir çok şeyle bağlantılı, çok ihtimalli bir çok sonucu var. Belirli bir karar ya da eylem anına atfen “keşke böyle yapmasaydım” ya da “keşke şöyle yapsaydım” tarzı her türlü ifademizde, alt metin olarak hem yaptığımız seçimin hem de alternatif yapma ihtimalimiz olan seçimlerin tek bir olay örgüsünü takip edeceğine dair bir iddia da yer alıyor. Bu kararım beni buraya getirdi, başka bir kararım da daha iyi bir yere getirecekti. Sanki pişman olunan eylem anı bir süreksizlik noktası ve sonrasında hayatımızın seyrinin nasıl ilerleyeceğine dair patikayı o an belirliyor, sonrasında bugüne gelişimiz nasıl sonrasındaki bir sürü şeye bağlı değilmiş gibi deneyimleniyorsa, diğer tüm (ya da alternatif) ihtimaller de aynı şekilde seri çok ihtimalli durumların birbirini takip etmesi değil, o süreksizlik yaratan karar anının sürekli takipçileri olarak değerlendiriliyor.

3. Pişmanlık, bir özne krizini de beraberinde getiriyor. Şu anda pişman olmakta olan özne, pişmanlık duyduğu eylem ya da kararın sonucu ortaya çıkmış bir öznedir. Sahip olduğu bilinç ve farkındalık da, pişman olunan eylem ve sonrasındaki gelişmelerin bir ürünüdür. Pişman olma hali, kendini kuran bu gerçekliğin reddi, ıskalanması anlamına geliyor. Pişman olunan eylem her ne ise, o eylem yapılırken sonrasında pişmanlık uyandırmayacağı beklentisi içerdiği, ya da en azından kesinlikle pişmanlık uyandıracacağı gibi bir beklenti içermediğini iddia edebiliriz. Bir eylemde bulunurken, zihnimizde bu eyleme dair bir yönelmişlik, bir içerik vardır ve bu eylemi yapıyor olmayı kendimizle uyumsuz görmediğimiz, kendi varoluşumuzu bu eylemlilik üzerinden kurmayı seçtiğimiz için bu eylemi gerçekleştirmişizdir. Bu haliyle kendimizle uyumlu, bir nevi kendimiz olan bir eylemlilik vardır. Sonrasında pişman oluyor isek de, geçmişte eylemi yapan özne ile sonrasında pişman olan özne farklı bilinçler, farklı farkındalıklar, birbirinden farklılıklara sahip zihinlerdir diyebiliriz, en kaba haliyle. Birinci özne bir eylemliliği seçen özne, ikinci özne ise o eylemliliği seçen özneyi yadsıyan bir öznedir. Bir bakıma, pişman olunan karar sonrası geriye dönüp bakıp pişman olan aşkın özne, geçmişte pişman olunan kararı veren öznenin çeşitli dönüşümler geçirmiş hali, varoluşunun yeniden kurgulandığı, yeniden kurulduğu başka bir öznedir. Bu ayrımın net konulması önemli, burayı net açıklamak istiyorum çünkü bir bakıma bu denemede ortaya koymak istediğim

iddiaların çok merkezine oturuyor bu farklılık. Pişman olan şu andaki özne, pişman olunan eylemin bir sonucu var oldu ve o eylemde bulunulmasaydı var olmayacaktı. Yani aynı kişi, yine bir süreklilikle aynı kişi olmaya devam edecek, kendi varoluşunu sürekli yeniden üreterek, başka bir varoluş, başka bir bilinç ve farkındalık halinde hayatını sürdürüyor olacaktı ancak şu anda olduğu varoluş durumunda, bilincinde ve farkındalığında olmayacaktı. Bu noktada, bugün pişmanlık duyan özne, bir bakıma kendinden memnun olmalı ki, pişman olduğu eylemi yaparken sahip olmadığı bir farkındalığa sahip ve bu sayede bu eylemden pişmanlık duyabiliyor. Ancak, bir diğer noktadan ise, kendinden memnun olmamalı ki, geçmişteki bu eylemden pişmanlık duysun.

Pişmanlığın barındırdığı en temel noktalardan biri, pişman olunan geçmiş eyleme dair olan duygu ve düşünceler dışında, tam da pişman olan öznenin, bugünde, pişman olduğu anda memnun olmadığı bir şeyler olması gerekliliğidir. Şimdi-burada olan şey her ne ise, bugün, şu andaki öznenin zihninde bir şekilde geçmiş bir zamanda alınan karara dair düşünceler oluşuyor. Bu noktaya dair en azından şöyle bir varsayımda bulunabiliriz: şimdi-burada deneyimi yaşayan özne, bir şeylere dair şu anda bir olumsuzluk algılıyor ve bu olumsuzluğu geçmişte alınan bir karar ile ilişkilendiriyor. Yani bir bakıma, pişmanlık deneyiminin yaşanması, yaşanabilmesi için şu anda bir olumsuzluk, bir huzursuzluk ya da şu andan bir mutsuzluk deneyimi bir önkoşuldur diyebiliriz. Bu noktada, iki şeyden bahsedebiliriz ve her iki durum da pişmanlık deneyiminin otantik bir deneyim olmasını engelleyen nitelikler taşır; birinci olarak, bugün pişman olan özne, en azından pişman olduğu eylemliliğine dair farklı bir farkındalığa erişmiş olmaktan tatmin olmaktadır ancak kendisini bu farkındalığa taşıyan yegane zincirin bir noktasının bu pişman olunan eylem olduğu ve şu anda en azından kendinden, kendi farkındalıklarından tatmin olan öznenin hiç oluşamayacağı başka belirsiz, bilinmeyen bir şeyi arzuladığı gerçeğini yadsıdığı için otantik bir noktada değildir. Kendi farkındalığı ve huzursuzluğunun kaynağını yok edip, başka bilinmeyen bir farkındalık ve huzursuzluk peşinde gitmekte, belirsiz ve bilinmeyene görece daha iyi anlamlar atfederek kendini yadsımakta, kendi olmamayı arzulamaktadır. İkinci olarak, şu anki pişman olan özne aynı zamanda kendisini şu anki halinden memnun olarak tarif ediyor ama geçmiş zamandaki bir şeyden pişmanlık duyduğunu iddia ediyorsa, aslında pişmanlık duymasının tam da bugüne ait bir deneyim olduğu ve

geçmişteki bir şeye dair pişmanlık duymasının bugüne dair bir olumsuzluk, huzursuzluk atfı olduğu gerçekliğini reddediyordur ve bu nedenle otantik değildir. Bugünkü deneyiminin bir kısmına sahip çıkmıyor, onu bugünkü öznenen tamamen kopuk, başka bir zamanda, şu an tamamen terk ettiği bir özne(l)lik haline aitmiş gibi deneyimliyordur. Özetle, hem bugünkü özne olarak kendini var eden tarihselliğini yadsıyor, hem de geçmiş üzerinden bugün yaşadığı deneyimi bölüp parçalıyor, tümüyle sahip çıkmıyordur.

4. Pişman olunduğunda, pişman olan özne, pişman olduğu andaki memnuniyetsizliğinden, huzursuzluğundan pişmanlık duyduğu eylemini, kararını sorumlu tutmaktadır. Burada yapılan en ciddi hatalardan biri, farklı zamanlara ait iki deneyim, iki varoluş durumu arasında bir süreklilik -Merleau-Ponty'ci bir şekilde ifade edersek- sayısız vücut bulma (embodiment) gerçekleşmişken, bir deneyimin andaki sonsuzluğu ve iki farklı zamandaki iki deneyimin arasındaki sürekli yeniden üretilen sayısız varoluşu yok sayarak, bugünkü varoluş durumunu önceki bir deneyimin birebir sonucuna indirgemektir. O zaman-orada bir eylem gerçekleştirilmiştir ve bu eylemi tek boyuta indirgemıştır, o zengin deneyimi pişman olunan boyutuna indirgeyip ondan ibaret kılmıştır pişman olan özne. Sonrasında da, arada sayısız deneyim birbirini takip ettiği halde, bugünkü deneyimlenen varoluş durumunu doğrudan ve birebir olarak pişman olunan eylemin sonucuna indirgemiş ve yine şu andaki deneyimi zenginliğinden koparmıştır. Bir nevi, insan varoluşundaki tarihselliği bütün tortulaşmalarından sıyırmış, bütün çoklu belirlenimlerinden, çok ihtimalliliklerinden, çok boyutluluklarından sıyırmış, şimdi-burada hissedilen güçlü bir deneyim ile bu deneyimin atıfta bulunduğu o zaman-orada yapılmış bir eylemliliği zamansız ve süresiz bir şekilde bağlamıştır. O zaman-orada o eylem yapıldı ve şimdi-burada bu sonuç oldu, arada hiçbir akışkanlık, hiçbir ihtimallilik, hiçbir zamansallık yokmuşçasına, sanki eylem/arada olanlar/şu andaki pişmanlık bölünmez bir bütünmüşçesine birbirini takip ediyor, gerçekliğin ve her iki deneyimin önemli bir kısmı kaybedilerek zihinde kurulan bir ilişkiden ibaret kınıyor. Sanki evrende süresiz birçok ihtimallilik anı açıldığında o eylem yapılıyor, o karar veriliyor ve sonrasında her şey ona bağlı bir silsile olarak aksi mümkün olmaz bir şekilde bugünkü özneyi doğuruyor gibi. Bu noktada gerçekliğe dair iki temel zenginlik kaçırılıyor yani; deneyimin sonsuz zenginliği ve

varoluşun zaman içindeki akışında ortaya çıkan/çıkabilecek sonsuz potansiyellilik/zenginlik.

Pişmanlığa dair bu dört açmaz, pişman olan öznenin az veya çok düştüğü temel sıkışmalara işaret ediyor. Pişmanlık bu dört açmazı da başlı başına tamamen içeriyor demek, tam anlamıyla yerinde olmayabilir. Örneğin, belki pişman olan kişi, başka ihtimal kesinlikle daha iyi demiyordur ve çok ihtimalliliği daha gören bir yerden, kendisini zorlayan sonuçlardan rahatsızdır, görece çok ihtimalli de olsa bu zorlukların daha düşük ihtimalle gerçekleşeceğini düşünüyordur. Bir nevi, diğer tüm ihtimaller daha iyi demiyordur ama şu anki memnuniyetsizliğini üretme ihtimalini daha düşük görüyordur. Ancak bu sefer de aradaki süreklilik arz eden zinciri, bugüne geline yoldaki çok belirlenimliliği reddeden bir yerde durmuş oluyor. Belki 2. açmaza daha az düşüyor ancak 1. açmaza, yani anakronizme bütünüyle düşmeye devam ediyor. Belki diğer ihtimallere doğrudan bir daha iyilik atfetmiyor ama yine de verilen kararların kesin sonuç üretmeyen, her zaman için her ihtimale gebe olumsal (contingent) durumlar olduğunu, beklentinin doğrudan sonuç demek olmadığını yine de ıskalıyordu. Yani aslında bu dört açmazın her biri kendi başına bağımsız bir felsefi soruna işaret ediyor olmakla birlikte, kişinin otantik bir pişmanlık deneyimi yaşamasının mümkün olmaması bu açmazların bir bütün olarak, hepsinin aynı sürecin birbirinden ayrılamaz boyutları olduğunu düşünerek daha iyi anlaşılabilir bir durumdur. Pişman olan kişi, bu dört açmazı da deneyimliyordu, ancak birini daha az birini daha çok deneyimliyor da olabilir, yoğunluklu olarak birindeki tuzağa düşüyor da olabilir, hepsini belli bir oranda deneyimliyor da olabilir. Ancak her türlü, pişmanlık bu dört boyutu da içeriyordur ve totalde kişi bu açmazların yarattığı sıkışmışlığa, çatışmaya, takılıp kalmaya düştüğü için otantik bir deneyim yaşamıyordu. Pişman olan özne için otantiklik her zaman bir ihtimaldir, hatta az sonra tartışacağım üzere pişmanlık deneyimi buna zemin de hazırlar, ancak pişmanlık deneyimi barındırdığı temel açmazlardan ötürü otantik yaşanamaz, otantik bir pişmanlık mümkün değildir. Bundan sonrası için de, o halde, pişmanlık nedir, işlevi nedir, pişmanlığı aşan özne neler deneyimler üzerine tartışacağım.

7. Pişmanlığın Kişi için İşlevi ve Potansiyeli

Pişmanlık, bugünde yaşanan bir memnuniyetsizliği, huzursuzluğu, geçmiş bir karara, eyleme bağlama halidir. Bu açıdan baktığımızda, ilk etapta diyebiliriz ki, pişman olmak bir bakıma bugünün, şu anda deneyimlenenin sorumluluğunu almamaktır. Şu anda her ne oluyor ise, ona dair üç farklı zamanda da yapılmış temel bir hata, sorumluluktan kaçmaya çalışan temel

bir reddediş vardır. Pişmanlık kişinin bugündeki var oluşunu, geçmişin belirlediğine dair örtük bir iddiasında bulunduğu ve aynı zamanda geçmişteki seçim yapabilen özneliği öne çıkarırken bugünde seçim yapabilen özneliği reddettiği bir deneyimdir. Pişmanlık, “*Geçmişte ben bir şey seçtim, o nedenle böyle oldum.*” demektir. Bugünkü varoluşa dair bugünkü seçim ve geçmişten bugüne kendini sürekli olarak yeniden kurma ihtimali, reddedilmektedir. Her ne kadar geçmiş seçimlerimiz bugüne dair bir çerçeve belirlese de, o çerçevenin içinde bugün için kendimizi gerçekleştirebileceğimiz, otantik deneyim yaşayabileceğimiz ihtimalleri reddetme, onun arayışının ve aynı zamanda bugünkü memnuniyetsizliğin sorumluluğunu almama isteği vardır. Bütün bunlarla birlikte, şu anki memnuniyetsizliği gelecekte değiştirebilme ihtimalini de bir bakıma kendine kapatma, bugünkü yaşanan memnuniyetsizliği de bir bakıma geçmişe dair kılma vardır. Totalde, ne bugün yaşanan memnuniyetsizliğe otantik bir temas etme vardır, ne de gelecekte bunu değiştirebilme potansiyeli olan özneliğe sahip çıkma vardır. Hatta ve hatta, geçmişte pişman olunan eylem ya da karar sonrasında tüm öznelliklere, tüm seçimlere, tüm değişim potansiyellerine yapılmış total bir ret vardır. Sanki geçmişte bir karar verilmiş ve bu karar totaliter bir şekilde sonraki bütün deneyimi belirlemiş, hapsedmiştir. Yani pişmanlıkta, bugün deneyimlenen memnuniyetsizliğe ve bunu değiştirebilecek özneliğe sahip çıkmamak adına, kişi bütünüyle geçmişte pişman olduğu eylemi gerçekleştiren özneye sahip çıkmış, hatta tüm özneliğini o zamandan ibaret kılmış, sonrasını da o zamanki özneliğinin hapsettiği pasif deneyimleyen bir varlığa indirgemıştır.

Pişman insan, bir yerde kendini karar verebilen, yön verebilen, kendi hayatının gidişatını etkileyebilen insan olarak deneyimlemektedir. Bir eyleminden veya kararından pişman olması, kişinin en az bir kez de olsa, hayatına yön veren bir eylemde bulunabildiğine sahip çıkması ve bunu kendine dönük tartışmaya açması demektir. Pişman insan, farklı kararlar alma potansiyeli ile karşılaşmış, bir nevi yüzleşmiş insandır ancak bu potansiyelliliğini bugüne dönük değerlendiremeyip geçmiş üzerine tartışan insandır. Bir nevi, kendi kurguları ve kendine yalanları ile yüzleşmemiş ancak aktifleşmenin kıyısında bir potansiyel halindedir. Pişmanlık bu durumda, şimdi-burada deneyiminden dışlanarak sahiplenilen bir öznellik ile birlikte, dünde takılı kalıp, bugündeki sonsuz potansiyelliliği reddetme, kendini geçmiş üzerinden mahkum kılarak, özgürlüğünü reddetme hâli yaratan bir kötü inançtır da. Kişi kendini bir yön veren olarak algılar ancak bugündeki özneliğine sahip çıkamaz, bugünkü aksiyona geçme gerekliliğini reddeder, sorumluluğunu reddeder, tüm özneliği geçmişe atfederek bugünkü deneyimini bölüp parçalar. Kişi kendi özneliğini o veya bu şekilde kabul etmekle beraber, kendi özneliğini de hata yapabilirliliği üzerinden deneyimlemiştir. Bir nevi, daha önceki özneliği ile bugünkü varoluş deneyiminin çatışmasıyla karşı karşıya kalmış ve sürekli olarak şimdi-burada alacağı kararların

da, ilerde kendini mutsuz edebilme ihtimaliyle de yüzleşmiştir. Bir nevi, öznelik krizi, zamansallık içinde kendine ağır bir sorumluluk yüklemiştir; kişi sonsuz özgürdür ve bu özgürlüğü ile sayısız kez kendini mutsuz edeceği kararlar alabilecek potansiyeli vardır, dahası, buna mahkumdur. Her an, kendini mutsuz etme ihtimaline açık kararlar almak zorundadır. Kişi pişmanlığıyla, yani bu kötü inancıyla, kendini bugünde ve ilerde yapabileceği hatalardan, kendini mutsuz etme ihtimali olan kararlar alacak özneliğini kabul etmekten korumaktadır. Bugünkü deneyimine, mutsuzluğuna temas edip, şu anda gerçekleşenin sorumluluğunu tam da şu anda alsa, şimdi-burada bir özne olarak kendini yeniden kurabilme potansiyelini sahiplense, hiçbir an kesin, mutlak mükemmel karar alamayacağını, hiçbir zaman kendinin mutlak mutlu olamayacağı gerçekliğini kavrayıp, geçmişteki pişman olunan eyleminin öncesine dönse dahi mutlak mutluluğu var edemeyeceğini de görmek zorunda kalacaktır. Bir nevi, kendi eksikliği ve bunun yarattığı kırılganlıkla yüzleşmemek için, deneyimini parçalıyor, bugünkü deneyimine de, hislerine de, özneliğine de sahip çıkmamak için hepsini geçmiş bir anın mahkumları olarak belirliyor. Kişi her ne yaptıysa günahı boynunadır ve bunu hayatı boyunca sürekli olarak deneyimlemek zorundadır. Her zaman karar verecek, her zaman kendini kuracak ve sayısızca kez kendini mutsuz edecektir. Kendi eksikliğini ve kendine mutsuzluk verebilme ihtimali olan özneliğini kabul etmemek adına, kişi kendini geçmişteki bir deneyimin sonucu olarak algılıyor, kendini de geçmişteki atfettiği sonuçlanmış ve donuk kişiye mahkûm ediyordur.

Pişmanlık için daha önce iki farklı şeyden bahsettik; pişman olan kişi hem şu andaki sorumluluğunu reddediyordur hem de genel olarak, en azından bir kereliğine dahi olsa, özne olduğunu, karar verdiğini, hayatına yön verdiğini de görüyor, kabul ediyordur dedik. Bu ikisini bir arada düşündüğümüzde, pişmanlık için değişim yönünde, kendi hayatında şimdi-burada yön verebilme potansiyeli bakımından bir sıçrama, bir kırılma ihtimali, kendi özneliğine sahip çıkma potansiyeli atfedebiliriz. Kişi o zaman-orada yaptığı bir eylem ya da aldığı bir kararın bugüne dair bir sonucu olduğunu açık şekilde kabul etmiş, ancak daha önce bahsettiğim üzere başka açmazlara düşmüş, o zaman ile bugün arasındaki ilişkiyi bu belirlenime indirgemıştır. Kişi herhangi bir zamanda etkin eylemde bulunmuş özneliğini kabul etmekle birlikte, eylemlerinin bir sonucu olduğunu ve geri dönüp kendini etkilediğini de görmüş, başka eksikleriyle birlikte bununla yüzleşmiştir.

8. Son Söz Niyetine

Pişmanlık, başta da belirttiğim gibi, gündelik hayatımızın çok içinden ve hem çok aşına olduğumuz hem de kendimize yabancılaştığımız bir deneyim. İnsan olma halinin temelleri

diyebileceğimiz seçimler, kararlar ve eylemliliklerle birlikte, özne olmanın temel meselelerine dokunan, belki de kişinin bir insan olarak kendi potansiyeline hem çok açık olduğu hem de bir o kadar bu potansiyele kendini kapattığı, değişim arzulayan ancak değiştirebilir bir özne olduğu gerçeğini yadsıyan bir insanlık durumu, bir öznellik krizi. Pişmanlık hemen hepimizin hayatında çok temel bir yere oturuyordur çünkü hayat projemiz sürekli değişmekte ve biz de kendimizi bu yeni projede temsil etmeye çalışırken, ürettiğimiz eylemler ve söylemler çokça kez geçmişin donukluğuna çarpmaktadır. Pişmanlık için belki de yaşamının, özne olmanın, değişmenin dinamikliğine sahip çıkma ve reddetme arasında gidip gelen nadir insan deneyimlerindendir diyebiliriz. Pişmanlıkla ilgili bu denemeyi yazarken heyecan duyduğum nokta, pişmanlığın öznellik krizinin tam da merkezinde duran bir deneyim olması ve kişinin kendi özneliğine dair yaşadığı sınırlılıklara karşı huzursuzluğunu ve isyanını kendi özneliğinin zamansallığında bir nevi kaybolarak, yine kendi özneliğine karşı savaşılarak ortaya çıkarmasıdır.

Sonuç olarak, insan varoluşunun belki de en önemli ve kendine has yanlarından biri, kendi varoluşunu sürekli yeniden kurarken bir yandan sürekli bir eylemliliğe devam etmesi ve bunları anlam dünyasında tutarlı bir bütün haline getirme çabasını aynı anda sürdürmesidir diyebiliriz. Bu anlamda da insanın deneyimine temas etmesi, yön vermesi ve aynı zamanda kendini akışa bırakabilmesi ve deneyiminin bütünlüğüne sahip çıkabilmesi belki de insanın serüveninin en öne çıkan arayışı, sürekli kaybetse de tekrar tekrar bulmak ve kavramak istediği otantikliğidir. Pişmanlık bu nedenle, bu yazımda değindiğim temel felsefi açmazlarından ötürü otantikliği yadsıyan bir deneyim olmakla birlikte, özellikle “otantikliğin eşiğinde” bir değişim potansiyelini barındırdığı için de ilgi çekici ve varoluşsal bir yaklaşımdan dikkatle ele alınmayı hak eden bir konudur. Bu noktada bu yazıyı sonlandırırken, pişman kişinin bugüne dair reddettiği ancak geçmiş zamana atfettiği iradesi ve (kendi hayatını) değiştirme kapasitesine, pişmanlıktaki öznellik krizini ve kişi için barındırdığı potansiyelleri anlama adına varoluşçu bir yaklaşımla incelenmeyi hak eden temel bir boyut olarak işaret etmek anlamlı olacaktır.

Kaynakça

- Frankl, V. E. (2010). İnsanın Anlam Arayışı, çev. S. Budak, Okuyanüs Yayınları, İstanbul.
- Heidegger, M. (2008). Varlık ve Zaman, çev: Kaan H. Ökten, İstanbul: Agora.
- İçöz, Ferhat Jak. “Temel Varoluşçu Analiz Eğitimi.” TVAE. Varoluşçu Akademi, İstanbul. 2016-2018
- Merleau-Ponty, M. (2005). *Algılanan dünya*. Metis.
- Nietzsche, F. (1999). Zerdüşt Böyle Buyurdu. *Turkish Translation by Osman Derinsu, Varlık Yay., 8th edition, İstanbul.*
- Sartre, J. P. (1997). Varoluşçuluk bir hümanizmdir. *A. Bezirci (Çev.). İstanbul: Say Yayınları.*
- Sartre, J. P. (2009). Varlık ve hiçlik. *İthaki Yayınları: İstanbul.*
- Sartre, J. P. (2014). *Bulantı*. Can Yayınları.

VAROLUŞÇULUK VE KUIR: CİNSİYET ÜZERİNE İMKÂNSIZ (?) SOHBETLER

ALP KEMALOĞLU

Varoluşçu Akademi İstanbul'da Temel Varoluşçu Analiz Eğitimi almaya başladığım zamanlar aktif bir şekilde Sosyal Politika, Cinsiyet Kimliği ve Cinsel Yönelim Çalışmaları Derneği (SPoD) bünyesinde ilişkilenebilmeye başladığım zamanlara denk geliyor. LGBTİ+ ve kuir aktivizmin içerisinde bulunmak o alanının dışına çıktığınızda anbean sizi tokatlayan deneyimler yaşamanızla sonuçlanabiliyor. Bu tokatlar bazen ötekinin elinden geliyor, bazen de göremediğiniz bir ötekinin elinden. Bununla birlikte eğitim esnasında çok hızlı bir şekilde fark ettiğim üzere varoluşçuluktan böyle bir tokat yemiyoruz. Bu farkındalık, varoluşçuluğa adım attığım ilk aylardan itibaren kuir ile varoluşçuluğu bir şekilde bir araya getirme -ama sentezlemeye çalışmadan- arzusu doğurdu içimde. Bu metin (mi?) temelde bu arzunun ilk adımı gibi düşünülebilir.

İçimde oluşan arzunun formu olan bu yazının fikri ise geçmişimde daha geriden getirdiğim bir yanımın tınlarını taşıyor. Metropolitan Sanat Müzesi (The MET) bünyesinde 2012 yılında yer alan *Schiaparelli and Prada: Impossible Conversations* sergisinden arakladığım bu isim temelde müzenin sergiyi düzenlemesiyle aynı amacı güdüyor. Birbirlerinden zamansal olarak farklı bağlamlarda yaşamış iki tasarımcının üretimlerinde nasıl benzer temaları işlediği üzerine kurgulanan bu sergiyi maalesef ki şahsen ziyaret etme şansım olmadı. Fakat moda tasarımı eğitimi aldığım zamanlarda serginin kitabını incelemiştim ve bu birbirinden farklı iki tasarımcının işlerinin görsel bir ortam (*medium*) üzerinden konuşturulması fikri çok hoşuma gitmişti. Takip eden satırlarda ben de hayatıma çok derinden dokunan varoluşçuluk ve kuir için benzer bir sohbeti kendim üzerinden gerçekleştirmek istiyorum.

Burada yazdıklarım öncelikli olarak varoluşçulukla ilgilenenlere yönelik olduğu için kuir derken ne kastettiğimi kısaca açıklamak isterim. İsterim ama yapabilir miyim bundan pek emin değilim (*içsel gergin gülüşmeler*). Kuir yaygın olarak LGBT özneleri/hareketi/savunuculuğu/aktivizmi kapsayacak bir şemsiye olarak kullanılan bir terim olmakla beraber benim için cinsel kimlik (cinsiyet ve cinsel yönelimi içerecek şekilde) bağlamında var olabilmeye dair eylemleri, edimleri, söylemleri, işaretleri, mücadeleleri, bıkkınlıkları, heyecanları, neşeleri, kayıpları, yani, cinsel kimliğimle var olabilmeyi ifade

ediyor. Belki burada düşünceleri benden daha girift olan ve kelimelerini daha etkili kullanan kuir yazarlardan Eve Kosofsky Sedgwick (2013)'i alıntılatabilirim:

“‘Kuir’in işaret edebileceği şeylerden biri şudur: herhangi birinin cinsiyetinin, cinselliğinin kurucu elemanlarının bütünlüklü (*monolithic*) kılınmadığı (ya da *kılınmadığı*) sınırsız ihtimaller ağı, boşluklar, üst üste binmeler, uyumsuzluklar ve yankılar, anlam bitişleri ve aşırılıkları.”

Burada bütünlüklü diye adlandırılan yapı aslında öznelere dair varsayımlarımıza işaret ediyor. Örneğin, sakallı birinin erkek olduğunu düşündüğümüzde bu bütünlüklü yapının içinde hareket etmiş ve cinsel kimliğin “muntazam” ve “tek anlamlı” bir şekilde organize olduğunu varsaymış oluyoruz. Kısacası, bu varsayımların dışına çıkan herkes ve her şey benim için kuirdir.

Yazının devamında varoluşçuluğun bütün yönlerini konu etmeyeceğim gibi kuirin de tamamını buraya dahil etmeyeceğim (fakat, yaşamın diğer yönleriyle etkileştiği için dahil etmemek de pek mümkün değil). Temelde cinsiyet meselesini bana çağrıştırdığı şekliyle hem varoluşçulukla hem de kuirle konuşturmaya çalışacağım. Cinsiyet meselesini seçmekte temel motivasyonum ise varoluşçulukta bu konuya dair direkt bir sözün söylenmemiş olması.

Varoluşçulukta cinsellik, beden, seks gibi konular üzerine düşünceler olsa da cinsiyet meselesi üzerinden atlanıp geçilen bir varsayım gibi durmakta kanımca. Belki de bunun nedeni Meg Barker (2011)'in *De Beauvoir, Bridget Jones' Pants and Vaginismus*'ta ifade ettiği üzere “Varoluşçu felsefe ve terapide cinsiyet üzerine durulmamış olmasının sebebi varoluşçuların erkek ve kadın gibi insan grupları arasında doğal bir farklılık olmadığına inanmalarından olabilir.”. Her ne kadar bu düşünsel zeminde doğru bir tespit olsa da özellikle uygulama alanında -kişilerin cinsiyet meseleleriyle haşır neşir olabilmek adına- cinsiyet konusunun üzerinde fikir üretmeye değer olduğunu ileri sürüyorum. Ayrıca, konunun bu kadar “masum” olduğunu da düşünmüyorum. Barker'ın “doğal” derken doğuştan getirilen özelliklere atıfta bulunduğunu düşünsek ve her ne kadar bu ifadeye doğru denebilse bile cinsiyetli varoluşun doğuştan getirdiklerimizle sınırlı olmadığını sanırım hepimiz öyle ya da böyle deneyimliyoruz. Sosyallik içerisinde süregiden ikili cinsiyet sistemi üzerinden düşünüldüğünde kadın ve erkekler arasında, özellikle öteki ile varoluş noktasında, fenomenolojik farklar olduğu aşikâr. Bu nedenle varoluşçuların bilimum cinsiyet deneyimi arasında bir farklılık olmadığını söylemesi sistemli bir şekilde ayrımcılığa maruz kalan beyaz olmayan tüm kişilere dönüp “Ben renk ayırt etmiyorum.” (“I don't see colour”) demek kadar ayrıcalıklı ve cahil geliyor kulağa.

Bunu bir fırsat bilerek -yine Sedgwick (2013)’in dediği gibi- varoluşçuluğa kuiri “gizlice sokmak” istedim. Çünkü “görünmeyen ihtimalleri ve arzuları görünür kılmak, üstü kapalı şeyleri açık seçik ifade etmek” (Sedgwick, 2013) kuir herkesin kendisine verdiği bir sözdür sanırım.

Teknik bir mesele olarak cinsiyet derken ne kastettiğimi de ifade etmem gerekir. Türkçe’deki toplumsal cinsiyet (*gender*) ve cinsiyet (*sex*) ayrımını oldum olası yetersiz bulurum. Çünkü, toplumsallık içerisinde var olmayan bir cinsiyet henüz deneyimlemedim. Bu sebeple Türkçe’deki alışılmış çevirisine karşı çıkarak *gender* için *cinsiyet* diyeceğim. *Sex* ile kastedilen şeyleri ifade etmek için ise *atanmış cinsiyeti* kullanacağım. Zira sosyallığın içerisindeki cinsiyet bilimsel söyleme ait genital farklılığa dayalı cinsiyeti incelemelidir ve kavramlar da buna göre oluşturulmalıdır diye düşünüyorum.

Son olarak, bu yazıda kullanacağım üsluba dair bir şeyler söylemek isterim. Herhangi bir düşünce ifadesinin iyi düşünülmüş, argümanı olan ve bu argümanı savunan, içerisinde uyumlu bir dil içeren kurgusuna ne kadar aşına olduğumuzun ben de farkındayım ve açıkçası bu tarz yazıları okumak kolaylığı sebebiyle de işime gelir her zaman. Fakat, madem kuir bir gözlükle yazıyorum diyerek yazının bu formatını yapabildiğim ve (sınırlı) yaratıcılığım ölçüsünde zorlamaya, bozmaya, tersine çevirmeye çalışacağım. Temelde kullanacağım araç ise özneliğim olacak. Yukarıda bahsettiğim üzere bu sohbetin gerçekleştiği ortam “ben” olacağım. Dolayısıyla anbean rasyonel düşüncelerimi yazıya dökerken anbean sadece duygularımı, kafa karışıklıklarımı betimsel olarak ifade edeceğim. Temelde terapiye yönelik aldığım bir eğitimin son ürünü olarak tasarlanmış bu yazının bir diğer öznel boyutunu ise refleksivite oluşturacak. Yeri geldikçe neyi, niye öyle yazdığımı şahsi bir yerden izah etmeye çalışacağım. Ayrıyeten, bu yazıyla bir argümanı ya da argümanlarımı kabul ettirmeyi değil merak oluşturmaya amaçlıyorum. Elbette ki bir argümanım var ve o argümanı gönülden savunuyor olacağım fakat bu yazdıklarım okunduğunda başka argümanlar da oluşsun, karşı çıkılsın ve daha önemlisi normatif zamanlarda ve mekanlarda burada geçen kavramlar sohbet konusu edilsin isterim. Ben varoluşçuluğun rahatlıkla kuiri içerisinde barındırabileceğini düşünüyorum, yeter ki kuiri içeri sızdırabilelim.

1. İkilemler, İkili Bakışlar

Varoluşçulukta herkesin neredeyse ortaklaştığı bir hal belki de varoluşlarımızın ikilem(ler) içeriyor oluşudur. Varoluşçu anlamda ikilemle ne kastedildiğini izah etmeye çalışmadan önce Türkçe’de ikilemin nasıl tanımlandığına bakmak aradaki nüansı vurgulamak adına faydalı

olacaktır. İkilem TDK tarafından iki şekilde tanımlanmıştır. “İki önermesi bulunan ve her iki önermenin vargısı olan tasım, kıyasımukassem, dilemma.” olan ilki rasyonel düşüncenin alanına ait bir tanım gibidir. Bu tanım, spesifik bir alana işaret etmesi sebebiyle varoluşun bütünlüklü alanından uzak, rasyonel aklın ve akıl yürütmenin alanına ait bir tanımlama olarak varoluştaki cereyan eden ikilemi tarif etmek için yetersiz kalır. Her ne kadar varoluşçuluk da bir felsefi düşünme şekli olsa da varoluşu salt akla indirgemediği için bu tanım eksik kalmaktadır. Zira varoluştaki iki ucun kendini net bir şekilde ortaya koyduğu ikilemlerden bahsederken bile bu iki ucun arasında sayısız ihtimalin, kombinasyonun ve potansiyelin de bu ikilem halinin içinde olduğunu aklımızda tutarız. Öte yanda, TDK’nin diğer tanımı nispeten daha kapsayıcı olmaktadır: “İnsanı istenmeyen seçeneklerden birini, çoğunlukla iki seçenekten birini izlemeye zorlayan tartışma, sorun veya usa vurma durumu.” Bu tanım gerçekten ikilem halinde hepimizin hissettiği “iki seçenekten birini izlemek zorunda olma” halini tariflemesi açısından diğerinden farklılaşır. Öznel bir deneyim olarak bu *açmazda olma hali* varoluşçu anlamda ikilemin deneyimini tarif etmektedir. Usa vurulmuş olma hali ise iki ucun da aslında soyutlama olmasını anlatır. Fakat, birazdan açıklamaya çalışacağım üzere bu soyutlamalar yaşamın içerisinde o kadar da sınırları belirli ve bütünlüklü şekilde tezahür etmezler.

İkilemin en net görünen yönü olan iki uç, insan zihninde, bazen ikilemle “ikili düşünme” arasındaki nüansın kaybolmasıyla sonuçlanabilir. İkili düşünme bir “ya o ya bu” düşünme tarzıdır. Bir şeyin ancak bir halde var olabilmesine işaret eder. Bu aslında özne olan varoluştan çıkıp nesne olan varlığın alanına girmektir. İkili düşünme, varoluşun devam eden, zamana ve mekâna yayılmış halinden çıkarak zamanda ve mekânda bir sabitlenme ihtiyacı olarak düşünülebilir. Siyah-beyaz, iyi-kötü, doğru-yanlış gibi ikili düşünme belirli bir an ve yer için geçerli düşünme şekilleri olabilse de varoluşun devamlılığı içerisinde tekrar tekrar gerçekleştiriliyor olması kişiyi siyah ya da beyaz yapmaz, yalnızca siyahmış ya da beyazmış izlenimini verir. Kanımca, kendilik diye tariflediğimiz de genelde bu nispeten tutarlı tekrarlar bütünüdür ve bu numaradan tutarlılığa kendimiz de inanmaya başladığımızda varoluşun alanından varlığın alanına geçerek kendimizi sabitleriz. Öte yandan ikilem bir “hem o hem bu” şeklinde düşünmeyi gerektirir. Bu tarz düşünme illaki aynı anda olmak zorunda değildir. Kişinin siyah ve beyaz olabilme ihtimallerini görebilmesi yıllarını alabilir (hiç görmeyebilir de) ama en nihayetinde bu potansiyele sahiptir. Bir varlık ister istemez “ya odur ya da bu”. İnsan varoluşu ise “hem o hem bu” olabilmektedir ve bu sebeple açmazda hisseder kendini insan.

Bu yazının temel meselesi olan cinsiyete dönecek olursak, varoluşçuların söylediklerini cinsiyet meselesiyle diyaloga sokmadan önce, kuir yazının bize katkısına bir selam çakmak gerekir. Kuir yazın, çok uzun zamandır “ya o ya bu” (either/or) bakış açısından “hem o hem

bu” (both/and) bakış açısına geçmeyi savunmaktadır. Özcü bir netlikten uzak, kişilerin öznelliklerini ortaya koyan bu kuir duruş aslen varoluşçu bir duruştur. Keza, Sedgwick (2013)’in de işaret ettiği gibi “Gerçek bir kuir betimlemesi yapmak onu birincil tekilde kullanmaktır.”. “Varoluş özden önce gelir.” ile hem biyolojik hem de sosyal özcülüğe karşı çıkan varoluşçuluk kuir bakışa/eyleme ön ayak olmuştur.

Cinsiyet de -aynı varoluşçuluğun ve kuir kuramların söylediği üzere- ne salt biyolojik ne de salt sosyal bir meseledir. Kişinin kendiliğiyle ve varoluşuyla yakından ilişkilidir. Çoğumuz yaşam süremizce sarıh ya da zımnî şekilde cinsiyet beyanlarında bulunuruz. Bu beyan genelde az önce bahsettiğim kendilikten, yani görece tutarlı tekrarlar bütününden, kaynağını alır. Burada, bence, önemli olan o kendiliğin nasıl oluştuğudur. Doğumda bize atanan cinsiyeti kural olarak kabul edip sosyallik içerisinde bize öğretilen rollerin üzerine düşünmeden oluşturulmuş bir kendilik ile beden, bedenin arzuları, hayaller, ötekinin talepleri gibi meselelere temas ederek, bu temasların yarattığı açmazı deneyimleyerek oluşturulan bir kendilik arasında varoluşsal açıdan fark olacaktır. Bu fark daha iyi daha kötü gibi etik bir fark değil, sadece farktır. Öte yandan ilk kendilik tarifine kıyasla ikinci kendilik tasarımının hayatın “daha içinden” konuştuğunu söylemek mümkündür.

Cinsiyetin öze ait bir kavram olmadığı, kişinin kendisinin hayatın içinden ve onunla etkileşim içerisinde kurguladığı fikri -varoluşumuza ait diğer yanlarımız gibi- oldukça makuldür. Ek olarak, temelde cinsiyet meselesinin de bir ikilem gibi ele alınabileceğini düşünüyorum. Varoluşçuların çoğunun öyle ya da böyle değindiği ikilem halinin yarattığı açmazı en güzel tarifleyenlerden biri bence Nietzsche’dir. Böyle Buyurdu Zerdüş’teki (Nietzsche, 2003) gergin ip metaforu derinlemesine incelendiğinde ikilem halinin ve bu halin barındırdığı açmazın varoluşumuzda nasıl tezahür edebileceğini edebi bir dille anlatmaktadır. Aynı şekilde, bu ikilemi cinsiyet meselesi içinden de incelemek mümkündür.

2. Gerili Oluş ve Uçuruma Bakabilmek

Nietzsche denince akla gelen en bariz ikilem üstinsan (Übermensch) olmakla hayvan olmak arasındadır ve bu temel bir açmazdır. “İnsan, hayvanla üstinsan arasına gerilmiş bir iptir, -uçurum üstünde bir ip” der Nietzsche (2003) Böyle Buyurdu Zerdüş’tte. Bu ikilemin ve açmazın cinsiyet üzerinden nasıl incelenebileceğini tartışmadan önce gerilmiş bir ipten ne anladığımı ifade etmem daha doğru olur.

Gerilmiş bir ip, öncelikle, sınırlarına kadar zorlanmış bir iptir. Burada akılda tutulması gereken ipin gerilebilme *potansiyelinin* oluşudur. Yani ip gerilemeyecek olsaydı buna

direnebilirdi ya da kopabilirdi. Onun yerine ipin gergin bir şekilde kalabildiğinden bahsediyoruz. İpi geren kuvvetlere baktığımızda bir yanda hayvanı diğer yanda üstinsanı görüyoruz. Hayvan olmak ve üstinsan olmak, eğer ipin gergin kalmasını istiyorsak, soyut birer kavram değil yaşam içerisinde, bu dünyanın kurallarına tabi olan birer kuvvet olmak zorundadır ve bu kuvvetler sürekli olarak var olmalıdır ki ip gergin kalabilsin. Ek olarak, bir ipi gergin tutmak istiyorsak iki uçtan zıt yönde uygulanan kuvvetleri sürekli artırmak gerekebilir, çünkü çoğu ip bir yerden sonra esneyecek ve gerginlik durumu bozulacaktır. Bu doğrultuda hem hayvan tarafın ve hem üstinsan tarafın sabit değil değişen kuvvetler olduğunu çıkarsayabiliriz.

İpin gergin oluşu bir metafor olarak pekâlâ insanın diri, yani canlı, hayatta oluşuna (kişinin bu deneyimine) işaret ediyor olabilir. Böyle bir fikir zincirinin sonunda hayatta olma hali aslında bu iki kuvvet arasında varoluştur diyebiliriz. Bu akıl yürütmeyi tersinden okuyacak olursak bu iki kuvvetten birinin ya da ikisinin birden olmadığı bir durumda ip (insan) artık gergin, diri, canlı ve hayatta olmayacaktır. Burada, bence önemli olan şu ayrımı yapmak gerekir: Hayatta olmanın (yaşıyor olmak) olumsal olarak bu gerginliği barındırıyor oluşu bu gerginliğin olmadığıda kişinin hayatta olmadığı anlamına gelmeyecektir, en azından ölümle eş değer olmayacaktır. Nasıl ki yaşamın zıttı ölüm değilse, bu gerginliğin zıttı de varoluşun sonlanması değildir. Burada olan, kişi özelinde, varoluşun bir ya da birden fazla alanda adeta durması olabilir belki. Toplumun dayattığı normlara politik bir düzeyde karşı çıkarken yaşadığı duygusal çöküntüyü yok sayan bir kişide hayvan tarafın varoluşu saldırganı, üstinsan tarafın gemi azıya aldığını ve arada kişinin varoluşunun adeta salt bir politik eyleme indirgendiğini söyleyebiliriz. Bu indirgenmiş hal kişinin varoluşunun ortadan kalktığı anlamına gelmez, kişinin diri, canlı ve hayatta *hissetmediği* anlamına gelebilir ancak. Çünkü her ne kadar kendini bırakmış olsa da sürüklenen hayvan taraf anbean ufak gerginlikler yaratarak kendini hatırlatacaktır ve bu hatırlatmaların peşine düşen kişi yine o gerginliği sağlama şansına sahiptir. İpin gergin oluşunun bu öznel (özneye dair anlamında) okuması Nietzsche'nin neden varoluşçu addedildiğinin de bir cevabı olabilir belki. Son olarak ipin iki ucunda insana dair iki halin bulunması, bu iki halin bir iple birbiriyle bağlı olması çok manidardır. İki hali birbirinden ayrı düşünmek absürt olacaktır (en azından bu metafor özelinde) çünkü, bağlıdırlar. Kanımca bu bağ bize şunu söylemektedir: ne salt hayvan olmak ne da salt üstinsan olmak mümkündür. Mümkün olan yegâne şey gerginliğin kendisidir.

Cinsiyet meselesi ise hayvan ve üstinsan tarafımızın ikisine birden ait soyut kategorileri içerir (örneğin; erkek/kadın) ve bu sebeple de insan varoluşuyla yakından ilişkilidir. Erkek ve kadın cinsiyet kategorilerini incelediğimizde hayvan tarafa ait en temel öge olan beden

ikisinde de ortaklaştığını görürüz. Burada hem Nietzsche'nin bahsettiği anlamda bedeni hem de güncel bilimsel söylemdeki bedeni düşünmek faydalı olur diye düşünüyorum.

Bilimsel söylem içerisindeki kadın/erkek/interseks bedenler birincil ve ikincil cinsiyet özellikleriyle kategorik olarak ayrılmaktadır. Biyolojik/anatomik/genetik olarak kategorize etmenin yanında sosyal bilimlerde sıklıkla yapılan erkek-kadın kategorik ayrımı da aslında insana salt bedenmiş gibi bakmaya çalışmaktır. Bir çalışmadaki grubu kadın ve erkek olarak ayırarak incelemenin ya da elde edilen verileri kadın-erkek başlıklarıyla analiz etmenin altında yatan varsayım aslında varoluşun (bu örnekte cinsiyetin) sabit olduğu varsayımındandır ve açıkça eksiktir.

Nietzsche (2003)'nin bahsettiği anlamda bedene dönecek olursak, dünyanın fizikselliği içerisinde ön koşul olmanın ve bilimsel söylemin ötesinde beden kişinin tüm duygu, duygulanım, arzu, düşünce gibi eyleyen yanını tarif etmektedir. Bedensel olan her şey hayvan tarafımızla ilintilidir. Yani sadece bedeni temel alan bir varoluş hayal ettiğimizde bu sefer hayvan tarafın gemi aزیya aldığından bahsederiz. Bu hal, hedonist bir haldir fakat bu halin içerdiği arzular, hayaller ve düşünceler kişi için bir anlam taşımayacaktır. Kişi adeta bedenin kölesi olmuştur.

Hayvan tarafımız olan bedenimizin cinsiyetle olan ilişkisinde önemle üzerinde durulması gereken noktalardan biri duygulardır. Cinsiyetimiz bedenden bağımsız olamayacağı gibi duygudan da bağımsız olamayacaktır. Cinsiyetli bir varoluş olmak nasıl duyguları beraberinde getirmektedir? Cinsiyetim benim için bir gurur kaynağı mıdır? Cinsiyetime öfke mi duyuyorum? Yoksa cinsiyetimle var olmak utanç mı ortaya çıkarıyor bende? Kişiden kişiye değişen bu duygular öznel varoluşların kendilerini ortaya koymaktaki en doğrudan ifade kaynaklarıdır. Bu duygular sayesinde benim cinsiyetim ötekinin cinsiyetinden farklılaşabilir (öte yandan, duyguları olan cinsiyetli varoluşlar olarak baktığımızda birbirimizden hiç farklı değilizdir). Peki cinsiyetimin ortaya çıkardığı duyguları fark etmek neden önemlidir? Çünkü duygular o gergin ipi bizim için anlamlı bir bağlama oturtacaktır. Bundan kastettiğim şudur: X bağlamında gergin bir ip olmakla y bağlamında gergin bir ip olmak nasıl bir gergin ip olduğumuzu anlatmaktadır. Gergin bir ip oluşumuz ne olduğumuzla ilgiliyken içinde bulunduğumuz bağlam nasıl olduğumuzla alakalı olacaktır. Heidegger (2008)'in varlığın ne olduğu sorusunu bir yana bırakıp var olmanın anlamına bakmamız gerektiği yönündeki bilge yönlendirmesini burada hatırlamakta fayda var. Duygular gerçekten de nasıl bir varoluş olduğumuz sorusuna öznel olarak verilebilecek en faydalı cevapları bize verebilir. Adeta bir pusula gibi bizi yönlendirebilme yetisine sahiptirler, fakat burada koşul pusulaya bakmak olacaktır. Pusulaya bakmayı unuttuğumuzda (ya da reddettiğimizde) Nietzsche'nin ifadesiyle

bedenimizi görmezden gelmiş oluruz ve varoluşun canlılığının kaynaklarından biri olan hayvan tarafımızı boşlamış oluruz.

Elbette ki hayvan tarafımız yalnızca duygulardan ibaret değildir, fakat cinsiyet kavramı günlük hayatta o kadar soyutlanarak konuşulmaktadır ki bu soyutlamayı elle tutulur bir hale getirmek için duyguların yoğunluğunu kullanmak doğru bir yöntem olabilir. Örneğin aynaya bakıp kendimizi, bedenimizi beğendiğimizde, beğendiğimiz şeyin aslında ne kadar da cinsiyetimizle ilişkili olduğunu fark etmek mühimdir. Gördüğümüz bedenin bir “kadın bedeni” olması, benim cinsiyetimin bir kadın olması sıklıkla üzerinden atladığımız bir gerçekliktir. Kilo verdikçe belirginleşen bel oyuntumu beğenen bir kadın olarak ben aynada gördüğüm bedene yönelik bir mutluluk hissediyor olabilirim. Bu mutluluk hissinin kaynağı bedenimin estetik etkisinden ziyade bedenimin düşlediğim bir kadın bedeni formuna uyuyor olmasıdır ve bunu fark etmek direkt olarak bedeni ve hayvan tarafı fark etmektir. Çünkü düşleyen de bedendir. Bedenimin düşlediğinin bedenimin formunda karşılık bulmasının bedenimde ortaya çıkardığı duygu mutluluktur. Bunun farkına varabilmek bedenin farkına varabilmektir ve hayvan tarafla direkt bir bağlantıya sahip olmak demektir. Bu sebeple, cinsiyet hayvan tarafımızla temasımızı canlı tutabilecek bir üzerine düşünme, deneyimleme ve eyleme alanı olabilir.

Üstinsan ise tanımı gereği toplumun dayatmalarından bağımsız (özgür?) bir insandır. Kendi kurallarını oluşturmuştur ve bunlara riayet eder. Ben bu bağımsızlığın anarşik ya da nihilist bir tını taşıdığını düşünmemekteyim. Varoluşçu bir perspektiften baktığımda beden olan kişinin deneyimlerini anlamlandırmakta kullandığı tüm yolların farkında olması ve bu yollardan geçerken üzerine düşünmesi, kanımca, yüzünün üstinsan olmaya dönük olduğunu anlatmaktadır. Sonuçta hem hayvan yanımız hem de üstinsan yanımız birer potansiyel olarak bedende konuşlanmış şekildedir. İnsan varoluşunu bedenden, dolayısıyla hayvandan ve üstinsandan ayırmak mümkün değildir. O sebeple insan varoluşu açısından üstinsan olmaya doğru çeken kuvvetleri konuşmaktan bahsetmek daha doğru bir ifade olacaktır (aynı durum hayvan olan için de geçerlidir elbette).

Üstinsan kuvveti ve cinsiyetle olan ilişkisini incelerken nasıl bir cinsiyetle var olmak istediğimiz sorusu üzerine düşünmek değerli olacaktır. Bu sorunun betimsel bir şekilde cevaplanması kişiyi koşulsuz kabul ettiği bazı kavramların üzerine düşünmeye itecektir. Kişi olmak istediği cinsiyeti düşünürken “kimliğimde öyle yazıyor” diyebilir, bedensel işlevlerine atıfta bulunarak “çünkü çocuk doğurabiliyorum” diyebilir, alınmış bir şekilde “ne münasebet” bile diyebilir kendi kendine. Fakat bu cevaplar “neden” sorusuna verilmiş cevaplar olacaktır. Cinsiyet meselesi, belki de hayatımızda belirlenmişliklere duyduğumuz ihtiyaçtan ötürü, sıklıkla net bir cevapmışçasına tutunduğumuz bir şey haline gelir. “Nasıl” sorusunu ne şekilde

cevaplayacağımızı bulmaya çalışmak üstinsan kuvvetinin çekiştirilmesiyle olur. Bu çekiştirme sıklıkla sosyallik içerisinde meydana gelecektir, çünkü üstinsan olmaya giden yol sosyallikten geçmektedir. Toplum içerisinde kullanılan dil kadın ve erkekleri ayrı şekillerde çekiştirir örneğin. İlki “kızlıktan kadınlığa” geçerken ikinci ekip “erkek” doğar ve “erkek” olmaya devam eder.

Oğlan kelimesinin Türkçe’deki kuir yankıları köşeli bir erkekliğin içine hapsolmuş erkeklerin türemesini kolaylaştırır. Kullanılmayan oğlan kelimesi, anlam dünyasından baktığımızda, kendini sorgulamayan erkek varoluşlar fenomeniyle kanımca çok ilişkilidir. Hak verecek olursam, doğduğu andan itibaren net bir şekilde hazır sunulan erkekliğin sorgulanması oldukça zordur. Toplum içerisinde erkeklerin yolu da net olduğu için net bir görüntüyü sorgulamak çok az erkek varoluşun aklına gelir (bununla birlikte oğlan olma potansiyelleri de ellerinden alınır, kendileri oğlanlıklarına bir şekilde sahip çıkmadıkça). Geleneksel erkekliğin netliğinde boğulmak demek hayvan kuvvetinin gemi azıya alması demektir. Bu hayvan tarafa dönen varoluşun yüzü bedensel hallerin kölesi olur. Fakat bu kişinin salt haz doyumunu ile yaşamını sürdürebileceği anlamına gelmez, zira erkek oluşun varoluşun bir boyutu olduğunu ve bütün varoluşta diğer boyutlarla temas halinde olduğunu hatırlamak gerekir. Bu temas hali, toplum tarafından sınırlı sayıda ögeyle tarif edilmiş erkekliğin köşelerinin yağmurlu havalarda şemsiyelerin başkalarının gözüne batması gibi hem varoluşunun diğer boyutlarına batacaaktır hem de öteki varoluşlara. Göze batmalar arttıkça, işin ironik yanı, kişinin bedeni (fiziksel boyutta) tehlikeye girecektir. Uç bir örnek olarak, gördüğü şiddet sonucu canına tak eden bir çocuğun babasını öldürmesini hayal edebiliriz. En az bu örnek kadar trajik bir diğer örnek de “erkek” çocuklarının istismara uğradıklarında sessiz kalmayı “seçmeleri” ve tekrar istismara açık hale gelmeleridir. İçine doğdukları kalıpta tanımlanmayan haller bu tarz bir erkekliği savunmasız bırakacaktır. Bu denli bedensel bir yaşam sürmek varoluşu hem gerçek hem de mecazi anlamda sonlandırmakla sonuçlanabilmektedir. Diğer yandan erkekler şöyle bir ikili sınıflamanın içerisinde çok erken yaşlarda kendilerini bulurlar: Tariflenmiş geleneksel bir erkek olmak ya da kadınsı/gey/kırık olmak. Bu iki sınıftan birine girmeye çalışmak bedende farklı hallerin oluşmasına vesile olacaktır ve kişi bu hallere kulak verdiğinde şunun farkına varabilecektir: Bunlar soyut ve aslında biraz da keyfi kavramlardır ve bir insanın bu soyutluğu tamamıyla karşılayabilmesi mümkün değildir (Butler, 2006).

Detaylı bir şekilde incelendiğinde ne hayvan taraf ne de üstinsan tarafın tekil özelliklere sahip olmadığı görülebilir. Yani her iki taraf da kendi içinde ikilemler barındırabilmektedir. Toplum aynı konu üzerinde farklı dayatmalarla bizi sıkıştırdığı gibi bedenimizde de aynı durumla ilgili ikilem yaratan düşünce ve duyguları barındırabilmekteyiz. Bu katmanlı hali

görebilmek aslında varoluşa kuir bir yerden bakmaktır. Kuir bakış parçalı, ayrılmış ve bölünmüş olanla var olabilmeyi içerir sıklıkla. Bu gittikçe daha küçük parçalara ayrılan hal o gergin ipin bir uçurumun üzerinde olmasıdır aslında. Sonsuz bir uçuruma bakmak nasıl bir deneyimse içinde yaşadığımız dünyanın içerdiği katmanlı ikilemlerle karşılaşmak da öyle bir deneyimdir. Kuir özneler ve kuir yazın heterojen varoluşumuzu sıklıkla göz önüne getirerek bizi bu karşılaşmalara itekleyen bir güç gibidir adeta.

Kuirin hayatımıza dahil ettiği deneyimlerden olan non-binary öznelerin varoluşları cinsiyet kavramsallaştırmasının gökdelenler, metaller ve çimentolardan oluşan metropol şehrinin dört bir yanında peydahlanan parklar, bahçelerdir benim için. Bu kavram tam olarak bahsettiğim katmanlı ikilemlere işaret eder. Cinsiyetini ne erkek ne de kadın olarak tanımlayan, kadınlık ve erkeklik kavramlarıyla bir spektruma işaret eden bu özneler, kanımca, bizi ipin gerili olduğu o uçuruma bakmaya davet etmektedir. Spektrum derken bir uçta erkekliği bir uçta kadınlığın bulunduğu bir spektrum hayal etmemek gerekir. Erkekliğin ve kadınlığın ayrı ayrı spektrumlar olduğu düşünülürse non-binary bir kavram olarak daha iyi anlaşılabilir. Bu spektrumlar sınırsız sayıda ihtimali içerebilir, bu ihtimaller ise varoluş özelinde ikilemlere verdiğimiz cevaplarla şekilleneceklerdir. Yine altını çizmek gerekir ki bu şekillenme sonlu bir şekillenme değildir aslında, varoluşa birlikte devinim halindedir. Böyle bakıldığında aslında hepimiz non-binary oluruz, çünkü varoluş biten, net, belirli bir şey değildir. Fakat varoluş sadece cinsiyetten de ibaret değildir. Dolayısıyla, cinsiyetim belirliymiş gibi yaşamak hayatımın diğer alanlarına odaklanmamı sağlar. Önemli olan bu belirlilik beyanımın kararını benim vermiş olmamdır.

Cinsiyet üzerine Nietzsche'nin hayvan ve üstinsanı bağlamında kuir söz alışlarla yürüttüğüm bu hayali sohbeti son birkaç cümleyle bitirmek isterim. Öncelikle üzerinde durduğum noktalar, verdiğim örnekler tamamen konuyu açmak istememle alakalı. Girişte bahsettiğim üzere bu konuyu bütünüyle ele almak bir kişiyle başarılabilecek bir uğraşı değildir ki yine kuir bir yerden konuşmam gerekirse konuya son noktayı koymak gibi bir niyetim de yok. Nietzsche'nin kavramlarıyla ilgili son olarsa toplum ve sosyallik içerisinde var olmanın üstinsan olmaya yüzümüzü dönmek adına fırsatları ve bu yoldaki engelleri beraberinde getirdiğini düşündüğümü belirtmek isterim. Hem bu fırsatları görmek hem de bu engelleri aşmak ise hayvan tarafla temasın canlı tutulmasıyla mümkündür. Yaşanılan deneyimin bağlama oturtulması o deneyimin üzerine düşünme fırsatı verir. Hayvan ve üstinsan tarafın aynı iple bağlı olduğunu hep akılda tutmak varoluşumuza sahip çıkmak için önemli bir zihinsel not olabilir. Her ne kadar sürekli başaramasak da asıl mevzu ipi gergin tutmaktır, hayvana ya da üstinsana varmak değil.

3. Cinsiyeti Seçmek?

Heiddegger (2008) nasıl ki varoluşu düşünürken zamanı yanına koyduysa, Sartre (1993) da geri kalmamak için hiçlik kavramını ortaya atmış gibi gelir bana hep. Hiçlik nedir hakikaten? Türemiş bir isim olarak “hiç” kökünden geldiği aşikardır ama “hiç” nedir? Bir belirteç olarak hiç olumsuzluk, zamansal anlamda belirsizlik, umursamazlık, isteksizlik gibi şeyler nitelerken bir isim olarak hiç “boş, değersiz, önemsiz olan şey veya kimse” olarak kullanılmaktadır. Böyle baktığımda “hiç” kelimesinin belirteç halini, yani bir fiili belirli yönlerden niteleyen halini hiçlik kavramının kökü olarak düşünmek bana makul geliyor. Burada nitelenen fiil şüphesiz ki benim zihnimde “varoluş” oluyor. İşte bu fiili niteleyen zarfın isim hali olan “hiç olma durumu” anlamındaki hiçlik bence Sartre’ın kastettiği hiçlik kavramına denk düşüyor.

Sartre (1993) hiçlikten bahsederken özellikle rasyonel bir çıkarsama olan hiçlikle, hiçlik deneyimi ayrımının altını çiziyor ve kastettiğinin ikincisi olduğunu vurguluyor. Hatta hiçliğin insana dair, insana yönelik bir şey olduğunu söylüyor. Yani ben bilincimde bir kimsenin var olması beklentisine girmişken fiziksellik içerisinde o kimseyi orada bulamadığımda hiçlik deneyimini yaşamış oluyorum. Bu kimse öteki olabileceği gibi nesneleştirmek suretiyle kendim de olabilirim. Dolayısıyla bilincimdeki arzumun nesnesini fiziksel dünyada göremediğimde hiçlikle karşılaşmış olurum. Bu karşılaşmayı sanıyorum ki çoğu kuir özne deneyimlerinden yola çıkarak kolaylıkla kavrayabilir.

Sartre (1993) insanın bir yandan bilincinin nesnesi olabileceğini bir yandan da bilincin kendisi olabileceğini söyler. Ancak bilincin kendisi olabilmek, insanın fiziksel koşullarda yaşaması sebebiyle güçtür. Sıklıkla bilincimizi kendi üzerimize döndürerek kendimize bir nesne olarak bakarız. Öte yandan anbean bilincimiz olabilmemiz de mümkündür ama yine fiziksel koşullar bizi eylemeye ve seçimler yapmaya (yönelimselliğe) iter, o nedenle kendimizi nesne olarak “görmeye” geri döneriz. Seçimler ise bize şeylerin başka şeyler olma ihtimallerini kapatır, bir hali seçerek diğer halleri saf dışı bırakırız. Seçimler varoluşun koşulu iken seçim yapmamak, tüm ihtimalleri ortadan kaldırmak hiçliğin koşuludur. Fakat bilinç fiziksellik içerisinde seçim yapmaya yönelmiştir, ancak anlık olarak bunu yadsıyabilir. Bu deneyim hiçlik deneyimidir ve hiçliği deneyimleyebilecek bir bilincimizin olması özgürlüktür.

Seçim konusu özellikle cinsel ve romantik yönelimler üzerinden sıkça mevzubahis edilir. Kişi yönelimini seçebilir mi gerçekten? Burada Sartre’ın kastettiği anlamda seçimin doğası düşünüldüğünde işler biraz karmaşıklaşır. Seçim kelimesi, otomatik olarak bilinçli bir tercih fikrini aklımıza getirir. Öte yandan, yukarıda açıklamaya çalıştığım üzere “bilinç olmak” ve o halde seçim yapmak çok nadir başarabildiğimiz bir şeydir. Yaşam bizi sürekli olarak seçim

yapmaya iter ve bu sıralı, düzenli bir itekleme değildir. Fiziksellik içerisinde aynı anda sayısız seçimle karşılaşırız ve bu seçimlere verdiğimiz cevapların çoğu ne modern anlamda ne de Sartre’ın kastettiği şekilde bilinçli değildir. Hayatta kalmak için bazı seçimleri edimsel olarak yaparız, üzerine düşünecek vaktimiz ve fırsatımız olmaz. Hayatın yoğunluğu aynen devam ettiği için de bu seçimlere dönüp bakmamız çok nadir mümkün olur (belki de terapinin bize tanıdığı en büyük fırsat bunu mümkün kılmak için zaman ve mekân yaratmasıdır). Yönelimler de aynı şekilde seçimlerin “oldu bittiye getirdiği” bir şey olabilir. Fakat burada yönelimin davranışsal boyutuna takılıp kalmamak gerekir. Kişinin kendiliğinin bir parçası olarak yönelim gözlemlenmek zorunda değildir. Bir çekim hissetmemesine/hissetmesine rağmen farklı yönelimleri pratikleyen kişiler olduğu gibi açılma pratiklerinden takip edebildiğimiz üzere yönelimini farklı zamanlarda, farklı koşullarda davranışsal olarak ortaya koyan ya da cinsel ve/veya romantik edimlerde bulunmasına/bulunmamasına karşın kendini bu davranışları karşılayacak yönelim kategorisine koymayanlar da vardır. Yönelimlerin bu edimsel yönü (açılmak, cinsel ya da romantik davranışlarda bulunmak gibi) Sartre’ın tarifiyle seçim olabilir fakat yönelimin kendisi, daha doğrusu cinsel ya da romantik yönelimli kendiliğin tamamı bir seçimdir demek indirgemeci olması açısından doğru olmayacaktır. Yönelimli oluşumuzun hayatımızın farklı alanlarına dair bilinçli/bilinçli olmadan yaptığımız birçok seçimin sonucunda şekillendiğini söyleyebiliriz sadece.

Kendiliğin bir parçası olarak cinsiyetin de cinsel ve romantik yönelimlerde olduğu gibi seçimlerimiz tarafından şekillendiğini ileri sürebiliriz. Bu doğrultuda, örneğin, trans deneyimlerin bedenlerine yönelik hoşnutsuzlukları hiçlikle karşılaşmaya tekabül edebilir. Fiziksellik sınırları içerisinde yapmak zorunda oldukları tercihlerin (kimlikte cinsiyet ibaresi gibi) hapsettiği bedenleriyle her karşılaştıklarında orada olamayan ihtimalle (kendileri), yani hiçlikle, karşılaştıklarını söyleyebiliriz kanımca. Bu karşılaşmanın ne kadar büyük, tekinsiz, acı verici ve kaygı yüklü olabileceğini tahmin etmek için varoluşun koşulunun seçimler yapmak olduğunu hatırlamak yeterli olacaktır. Kendime ait olan, tercih ettiğim bir gerçekliğim olduğunu ve her baktığımda o gerçekliğin “orada olmadığını” görmek beni kahrederdi sanırım.

Non-binary varoluşlar için ise kendiliklerine herhangi bir cinsiyet atamayışlarıyla bu hiçlikle karşılaşmayla barışıktırlar diyebiliriz. Gerçekliklerinde olan cinsiyetsizlik öteki tarafından sürekli atanan, maruz bırakılan, seçmeye zorlanan ve orada olması istenen cinsiyetle karşılaştığında non-binary öznelere, translardan farklı olarak, bu durumda “cinsiyet sorusunu” ortadan kaldırdıklarını söyleyebiliriz. Cinsiyet sorusunu kendilerine yöneltmeyerek “o ya da bu” cevabı seçmekten kendilerini özgürleştirmiş olurlar. Hiçlikle sürekli karşılaşmanın yarattığı tekinsizlik özgürlük deneyimiyle dengelenmektedir adeta. Öte yandan, bir hasta formu

doldurmak gibi basit bir süreçte bile bu durum sorunsal olabilmektedir bu öznelere için. Almak istediği hizmet için kadın ya da erkek kutucuğundan birini seçmek zorunda olmak, alacağı sağlık hizmetiyle karşılaştırıldığında önemsiz bir ödün gibi görünebilir. Fakat kâğıt üzerinde işaretlenen bir kutucuktan fazlası olarak o formda ortaya konan cinsiyet beyanı non-binary bir özne için büyük bir suçluluk kaynağı olabilir: kendine ihanet eden bir öznenin suçluluğu. Bu tam olarak Sartre'ın tariflediği kötü inanca denk gelmektedir: Kişiler sosyal etmenler nedeniyle kendi özgürlüklerini bir yana bırakarak “orijinal projelerinden” vazgeçtiklerinde kötü inançtadırlar.

Kuir öznelere politik eylemlere yönelten şeyin sıklıkla kötü inançta olduklarını bir şekilde kavramalarıyla ilintili olduğunu düşünürüm. Burada, politik eylemleri siyasi eylemlerden ayırıyorum. Siyasi eylemler belirli bir zamanda süre giden siyasi düşünceler, pratikler, kurumları da kapsayarak sınırlı bir eylem alanını tariflerken politik eylemler daha geniş anlamda bu dünyada var olabilmeye dair eylemlerdir. Bu doğrultuda politik eylemler var olan siyasi düzeni her daim tehdit eder ve onu bozmaya kalkışır (aynı kuir eylemlerin yaptığı gibi). Kuir öznelere politik eylemlere yönelten kaynağın genelde cinsel ve romantik yönelimler olduğu tarihsel olarak vurgulansa da Stonewall Ayaklanmaları'nda olduğu üzere transların bu politik eylemler içerisinde en başından itibaren öncü konumda olması aslında cinsiyet meselesinin kuir/politik eylemin önemli bir ayağını oluşturduğunu söylemek mümkündür. Günümüz dünyasının sınırlarla çevrelenmiş oluşu sadece fizikseliği değil aynı zamanda hak, sosyal politika, düzenleme, kanunlar gibi çeşitli süreçleri, kurumları ve yaptırımları da içerdiği için bu eylemleri Sartre'ın kötü inancından çıkabilmek, otantik olabilmek adına ortaya konan eylemler olarak düşünmek mümkündür.

Görüldüğü üzere Sartre ve kuir oldukça samimi bir şekilde diyaloga girebiliyor. Bunun nedeni kısmen Sartre'ın tarihsel olarak günümüze daha yakın olması ve kendisinin de politik tutumları/davranışları olan bir insan olmasından kaynaklanıyor olabilir. Bununla birlikte, Sartre'a dair özellikle bilinç, seçim ve hiçlik kavramlarını kuirler özelinde tartışmanın cinsiyeti, cinsel ve romantik yönelimleri düşünmek açısından kıymetli olduğunu düşünüyorum.

4. Cinsiyetin Dört Dünyası

Varoluşçu düşüncede ve terapide Dört Dünya diye bir haritalandırma sisteminin olmasını en başlarda biraz garip bulduğumu söyleyerek başlamak istiyorum. İnsan varoluşunun bütünlüğünün altını çizen bir bakış açısında kişinin dünyasını dörde bölmek ne anlama geliyor?

Yine kendi yanlılığıma sahip çıkararak son tahlilde bu sistemin aslında kuir potansiyeller barındırdığını ve bu sebeple hoşuma gittiğini itiraf edebilirim.

Kuirin parçalı, uyumsuz ve bölen yapısı onun anarşikliğinden değil (ki böyle de yorumlanabilir pekâlâ) içinde yaşadığımız hayatın bizden sakladığı potansiyelleri ortaya çıkarma gayesinden olduğunu düşünüyorum. Hayatımız üzerine pek de düşünmediğimiz, üzerinden atlayıp geçtiğimiz, görmezden geldiğimiz, başkaları tarafından gizlenen birden çok ögeyi içinde barındırır. Bu haliyle hayat bize bir bütün gibi gelir ve bir yandan öyledir de. Ama hayata bir bütün olarak bakmanın sakıncası bizi o bütünün altında, arasında, köşesinde saklananları göremez hale getirmesidir. Kuir bize bu saklananları ortaya çıkarmamıza yardımcı olur. Amacı düzeni değiştirmekten ziyade bütünlüklü bir hayat yanılsamasını yıkmaktır.

Heteroseksizm örneğinde olduğu gibi bazen gözümüzün önünde olup biteni öyle değilmiş gibi yaşamaya devam ederiz, hele bu ayrımcılık bize yöneltilmiş değilse. Öte yandan, yöneltilen kişiler için hayat tamamen farklı bir şekilde görünür. Sonuçta hayat aynı hayattır ama insanların deneyimleri farklıdır. Varoluşçuluğun temel prensiplerinden biri olan öznel gerçeklik bu farkı bize rahatlıkla açıklar.

Dört Dünya'daki bu bölme meselesi, her ne kadar kuir gibi çeşitlilik içeren bir şekilde ve bu amaca yönelik olmasa da kişilerin öznel dünyaları bölerek bütünün ardındakileri görünür kılmaya çalışan bir sistemdir. Bu haliyle Dört Dünya her zaman bir edimdir, aynı kuir gibi. Yani, genel geçer bir Dört Dünya'dan bahsedemeyiz. Her Dört Dünya haritası öznel bir dünyayı anlatır ve öznel olan her zaman edimseldir. Tabii ki *umwelt* başlığı altında nelerin incelenebileceğini önceden düşünebiliriz ama önemli olan öznel bir varoluşun fiziksel dünyasında nelerin olduğudur. Elimizde bir kontrol listesiyle tüm *umwelt* meselelerini sorarak ilerleyemeyiz mesela. Fakat, kişinin bize gösterdiği dünyasının sınırları dahilinde *umwelt*'inde neler olduğunu araştırabiliriz, bu araştırma sonucunda fiziksel dünyada görünen bir şeyin ardında ne olduğunu keşfetme şansımız olabilir.

Uzatmadan, Dört Dünya üzerinden cinsiyeti konuşmaya önceliklendirdiğim konularla ve bunların daha çok hangi boyuta ait olabileceği üzerinden tartışmamla devam ediyorum.

Umwelt.

Cinsiyet ve fiziksel dünyadaki karşılığı üzerine düşündüğümüzde üzülerək kabul ediyorum ki aklımıza ilk gelen genitaller oluyor. Kişinin hangi kategoriye ait bir genitalinin olduğu sorusuna ek olarak genitalin şekli, formu, ebatı, "işlevi" gibi genitale ait özelliklere dair

sorular da otomatik olarak devreye giriyor. Bu soruların cevapları bize ne anlatıyor da biz cinsiyet dediğimizde direkt genitali düşünüyoruz? Bunun çok basit görünen ama üzerine yıllarca konuşulabilecek bir konu olmasını bir yana bırakarak şuraya odaklanmak istiyorum: Genitaller cinsiyete dair bize ne anlatıyor olabilir?

Metnin giriş kısmında vurguladığım biyolojik/anatomik/genetik özellikler ve cinsiyet (*gender*) ayrımını burada tekrar mercek altına alabiliriz diye düşünüyorum. Sanıyorum ki genitaller ve cinsiyet arasında çok hızlı, neredeyse otomatik ve kabul edilemez bir şekilde nedensel bir bağ kuruyoruz. “Penis eşittir erkek” önermesinin (doğrusu “penis eşittir penis”) zaman ve uzamdaki karşılığı (hızı) sebebiyle bize çok ikna edici görüldüğünün farkındayım. Fakat zamanın sağladığı nedensellik hissi ile uzamın sağladığı bağlama fenomenolojik olarak baktığımızda, bunların bize adeta algısal bir oyun oynadığını görürüz. İnsan bedeninin bir bölgesi olarak genitallerin genitalden fazlası oluşu *umwelt* sınırlarındaymış gibi görünüp aslında *mitwelt*, *eigenwelt* ve *uberwelt* ile gizli ittifaklar kurmuş olmasıyla ilintilidir.

Burada tek tek nasıl ittifaklar kurulacağına dair spekülasyonlar yapmanın bir yandan faydasız öte yandan sınırlandırıcı olacağını düşündüğüm için hızlıca neden genitaller üzerine konuştuğumu izah etmek istiyorum. Varoluşçu psikoterapi bağlamında Dört Dünya ile haritalandırdığımız bir kişinin varoluşunda genitallerin nasıl yer ettiğinin incelenmesi gerektiğini söylemek Amerika’yı adeta yeniden keşfetmek oluyor, zira kişilerin öznelliğini temel aldığımız bir yaklaşımda tabii ki ortaya çıkan her şeyi bütünüyle ilişkili olarak incelemek tekrar tekrar üzerinde durduğumuz bir öğreti. Benim vurgulamak istediğim nokta ise ne danışanın ne de psikoterapistin cinsiyet üzerine bir inceleme yürütürken genitalleri es geçme hatasına düşmemesi gerektiği. Genitaller terapi ortamında mevzu olduğunda ya da ısrarla etrafında dönüp dolaşıldığı halde asla dile gelmediğinde genitallerin özellikle günümüzde cinsiyete dair birçok şey anlatabilme potansiyeli olduğunu akılda tutmak, yani “penis eşittir erkek” diyerek gözleri kapamamak bence mühim.

Fiziksel boyuta ait üzerinde durmak istediğim diğer bir konu bedenimizin ne şekilde görüldüğüyle alakalı. Örneğin, kilo ve kas, yani belirli bir kiloda olmak ve belirli düzeyde ve formda kasa sahip olmak, cinsiyete dair pek çok şey anlatıyor olabilir. Cinsiyetli oluşumuzun fiziksel koşulu olarak bedenlerimiz ve bedenlerimizin görünür oluşu, bedenlerimiz nelerden, ne yoğunlukla oluştuğuyla da ilgili oluyor. İdeal bir beden algısı gibi tezahürlerini bir kenara bırakacak olursam bir kişinin ne şekilde cinsiyetli görüldüğü kilo ve kas ile yakından ilişkili. Örneğin, non-binary kişilerin aynı zamanda androjen bir görüntüye sahip olmaları gerektiğine

ilişkin yaygın kanı fiziksel boyut bağlamında kişi üzerinde bir stres kaynağı olarak algılanabilir pekâlâ. Maalesef ki non-binary bir halterci ya da Noel Baba (Noel Ebeveyn mi demek lazım acaba?) hayal etmekte zorlanıyoruz. Veya sakallı birinin ya da memelerini ya da göğüs kaslarını görünür kılan birinin ikili cinsiyet tariflemelerinin dışında olduğunu kabul etmekte güçlük çekiyoruz. *Elbette ki sakallı ve kaslı biri erkektir, memeleri olan kişiler de kadındır!* Maalesef ki "Erkeklerin de memeleri olabilir." ya da "Kadınlar da kaslı olabilir." minvalinden söylemler kurulu düzenin istisnalarını işaret ederek kişileri istatistiki sapmalara indirger ve aslında ötekileştirir. Bu ve benzer durumlarda bedenlerimizin simgesel olarak olduğundan daha farklı şeylere işaret ettiği tekrar görmüş oluruz ve bu işaret edilen şeylerden biri de cinsiyettir.

Metnin başında üzerinde kısaca durduğum gibi varoluşçuluğun işaret edilen bu dünyaya gözlerini kapaması ne kabul edilebilir ne de mantıklıdır. Zira ötekine koşullu olduğumuz sosyallik içerisinde ötekinin bize dayattığı talepler ile bu taleplere verdiğimiz cevaplar sürekli ve sürekli olarak bizi şekillendirmeye devam eder (Levinas, 1979). Ötekinin bedenimiz üzerindeki etkisini feminist ve kuir sözler beden politikaları başlığı altında sık sık görünür kılmaya çalışmıştır. Fakat çağdaş, kıyafet protokollü, sağlık söyleminin içine yedirilmiş bedenlerimiz hep bir şeylerin ardında gizlenir. Ardına gizlendiği en temel şey ise cinsiyettir. Halbuki bedenlerimiz dünyayla kurduğumuz ilişkinin ortamıdır (Merleu-Ponty, 2012). Kuir ve LGBTİ+ aktivistlerin "iyileşme" pratiklerinin sık sık dans, yoga, meditasyon, çigong gibi bedeni dahil eden, bedeni hatırlatan süreçleri içermesinin nedeni belki de heteronormatif ve cisnormatif çoğunluğun içerisinde dünyayla ilişki kurmak adına bedenlerimizi hatırlamaya çalışmamızla ilintilidir. Kabul edilmeyen bedenlerimizle var olmaya çalışmak *umwelt*'in LGBTİ+ ve kuirler için ne kadar önemli olduğuna dair çok şey söylemektedir.

Mitwelt.

Sosyal ilişkiler, LGBTİ+'lar ve kuirler ile varoluşçuluğu bir odaya koyduğumuzda sohbetin varacağı yer neredeyse kesindir: Öteki. Ötekiye mahkumluğumuz ile ötekileştirilme arasında var olan LGBTİ+ ve kuirler olarak sosyal ilişkilerimizin doğumdan itibaren öyle ya da böyle başımıza bela olduğunu söyleyebiliriz sanırım. Öteki her zaman başa beladır fakat LGBTİ+ ve kuirler özelinde bizlere değişmez bir "öteki rolü" biçilmiştir. Bu sebeple, ömrümüzün çoğunu hem diğer herkes kadar öteki olduğumuzu hem de kastedildiği gibi "öteki" olmadığımızı kendimize ve ötekine anlatmakla geçirebiliriz. Cinsiyet ise bu modası çoktan geçmiş tutum ve davranışların içine yedirilmiş bir şekilde karşımıza çıkmaktadır.

Toplar, ibneler, nonoşlar, erkek fatmalar, dönmeler ve bilimüm her dilde öyle ya da böyle var olan ve hakaret amaçlı kullanılan sözlerin altında yatan ötekileştirici unsurun cinsiyet olduğu aşikardır. Kişi bu sözleri kendine yöneltilmiş bir şekilde duymasa da kamusal alanın parçası olan bu “oral gelenek” kişinin bildiği bir şeydir. Feminen/maskülen ayrımı gey ve lezbiyenlerin hayatında ezelden beri vardır ve bu ayrımın başlangıç noktası “hetero” olarak topluma karışabilme becerisiyle ilintilidir. Doğal ve ideal kadınların/kızların/erkeklerin/oğlanların nasıl görünmesi gerektiği kamusal alanda belirlenen, dayatılan ve kamusal alanın paydaşları tarafından *şiddetle* korunan kurallar silsilesidir. “Erkek dediğin/kadın dediğin” şeklinde formüle edilen kurallar erken yaştan itibaren LGBTİ+ ve kuirlerin gelişiminde katı bir bağlam oluşturur. Erkekliğin/kadınlığın sınırları dışına atılan her adım iki türlü kişiyi sıkıştırır: Erkekliği/kadınlığı hem inkâr edilir hem de -içten ve dıştan- tehdit edilir. *Mitwelt*’in kuralları “sosyal” kelimesinin varlığı sebebiyle değiştirilebilir görünse de aslında *umwelt*’in doğal kuralları kadar katı olabilmektedir.

LGBTİ+ ve kuirlerin ikili cinsiyetle çeşnilendirilmiş kamusal alan bilgisiyle ne yaptığı ise *mitwelt*’in temel sorularından biridir. Kişi içine mi kapanmaktadır? Canını tehlikeye atacak düzeyde kendini ortaya mı koymaktadır? Kendisini aşırı izleyip “Emel Sayın ellerine” hâkim olmaya mı çalışmaktadır? Düğüne giderken bulabildiği en sade elbiseyi mi giymektedir? Süpermen gibi ikinci bir hayat mı yaşamaktadır? İntihar mı etmektedir? Partnerlerine baskı mı uygulamaktadır? Kendi gibi insanların olduğu bir topluluk mu oluşturmaktadır? Seçilmiş ailesiyle mi yaşamaktadır? Atanmış ailesiyle arasına sağlıklı sınırlar mı koymuştur? Barışçıl yollarla uzlaşmaya mı çalışmaktadır? Özne sayısı kadar farklı soru sorulabilir fakat cinsiyet açısından önemli olan kişinin bu sorulara verdiği cevapların ne kadarının sorumluluğunu alabildiğidir ki bu herkes için geçerlidir.

Emmy van Deurzen (2002)’in isabetli şekilde işaret ettiği üzere dilin kendisi de *mitwelt*’in konusudur. Dil hem bize ait hem de bizi aşan bir icattır. Bu icadı öyle ya da böyle aktif bir şekilde kullanırız ve kullandığımız dil bize dair çok şey söyler. *Umwelt* üzerine yürüttüğüm genitaller konusunun devamı olarak kişinin genitallerinden ya da genel olarak genitallerden nasıl bahsettiği *mitwelt*’e dair bir şeyler anlatabilir. Terapi alanında genitallerin sözle görünür hale geldiğini ve kullanılan dilin, seçilen sözcüklerin yine yukarıda bahsettiğim kurulan ittifaklara dair derin anlamlara işaret edebileceğini düşünüyorum. Örneğin, bir danışanın “am” derken kastettiği argo bir tınıyla nesneleştirici, aşağılayıcı olabilirken diğer bir danışanın dünyasında aynı ifade genitalin vajinaya indirgenmemesini, klitorisi, vulvayı, vajinal yolu kapsayacak şekilde bütünlüklü bir şekilde ifade etme çabasını, bu çabanın politik değerini

gösterebilir. Bu örnekte görüldüğü üzere danışan kendi genitalini aşarak politik bir anlama işaret etmektedir.

Mitwelt açık bir şekilde devletlerle, hukuk düzeniyle, regülasyonlarla ve otoritelerle nasıl ilişkiler kurduğumuzla ilintilidir aynı zamanda. Hukuk düzeni ve idareyle ilişkiler LGBTİ+ ve kuirlerin hayatına çaktırmadan sızma eğilimindedirler. Modern düzenin kuralları, bir adım öteye geçmek için 4 haftalık bir vize başvurusunun sonuçlanmasını beklemek şeklinde çeşitli, kadim argümanlarla desteklenen ve yakın zamanda değişmesini öngörmediğim kurallar içermektedir (en azından benim yaşadığım coğrafya için bu durum böyle). Aynı keyfiyet evlilik, evlat edinme gibi yine modern dünyanın öve öve bitiremediği çeşitli süreçlerde de gözlemlenebilir. Salt hukuk perspektifinden bakıldığında bu hakların tanınmasına hiçbir gerekçe karşı çıkamaz ama hukuk da aynı insan varoluşu gibi tekil bir öze sahip değildir. Çoğu çağdaş hukuk düzenlemesi düzenlediği toplumun kültürüne karşı hassasiyet gösterme kisvesi altında oldukça muhafazakardır ve gerekli değişimleri yapma konusunda ayak diredir. Buradan evlenme hakkında eşitlik gibi bir dava güttüğüm anlaşılmaz. Yalnızca, bilindik bir örnek olarak evlilik eşit(siz)liği LGBTİ+ ve kuirler için çok erken yaşlarda öğrendiğimiz, heteroseksüel ve cis kişilerin asla karşılaşmadığı bir sınır türüdür.

Yakın zamanda değişme ümidi taşıdığım bir kural ise cinsiyetli tuvaletlere dair pratikler. İkili cinsiyet sisteminin en kokuşmuş emir erlerinden olan cinsiyetli tuvaletler oldum olası LGBTİ+ ve kuirlerin hayatını güçleştirmiştir. Transların tüm varlıklarının tuvalete gitmek gibi gündelik bir deneyim üzerinden bile inkâr ediliyor oluşunun altını çizip bir yana koyarsak, ikili cinsiyetli tuvaletlerin sosyalleşmeye vurduğu ket de üzerine düşünülmesi gereken bir sonuç olabilir. Herhangi bir mekânda kız arkadaşının tuvaletten çıkmasını bekleyen oğlanın kapı önündeki o anlamsız konumunu nasıl bir mantık açıklayabilir? Neden beraber giremedikleri bir tuvalet vardır? Bilemiyorum. Ya da cinsiyetler arası arkadaşlıklar kurmuş kişilerin merdivenlerden indikten sonra fiziksel özellikleri sebebiyle farklı kapılardan geçip sohbetlerini kesmeleri bir tek bana gereksiz geliyor olamaz. Özetle anlatmaya çalıştığım, cinsiyetli tuvaletler kültürel düzenlemelerin kişilerin dünyasında -umwelt ve mitwelt'in garip bir kesişimi olarak- nasıl sınır koyucu olabileceği ve sınırlara tabi olduğumuzu her fırsatta yüzümüze vuran varoluşçuluğun LGBTİ+ ve kuirlerle yürüttüğü keşif yolcuğunda böyle detaylara dikkat etmesi gerektiğidir.

Aynı hatta gidecek olursak benzer örnekleri çalışma dünyası için de türetmek mümkündür. Çalışma ortamı dediğimizde sanırım birkaç on yıl önce daha homojen bir

atmosferi kastediyorduk ama şimdilerde çeşitli çalışma ortamları -kapitalist düzen içerisinde kişileri çalışır kılabilmek adına- türedi. “Kapsayıcılık” ve “çeşitlilik” gibi büyük başlıklarla geçirilen ve işin yürümesi adına farklılıkların göz ardı edilmesi olarak tezahür eden bu durum aslında LGBTİ+ ve kuirlerin sahneden silinmesiyle sonuçlanmakta kanımca. Çalışma ortamları farklılıkların asla konuşulmadığı kendi kültürlerini oluşturarak sadece LGBTİ+ ve kuirleri değil çoğunluk olmayan herkesi silmektedir ve cinsiyet de bu süreçte nasibini almaktadır tabii. Kadınların iş hayatında var olabilmek için “erkeksi” olmak zorunda bırakıldıkları geleneksel erkeklikten beslenen şirket kültürleri bir nebze kırılıyor olsa da çalışanların aldıkları ücretlerdeki ya da meslek seçimlerindeki ikili cinsiyet farkı hala aşıkardır. Tercih edilen bir cinsiyet olarak erkeklik, daha doğrusu erkeklik olarak adlandırılan ve bir ideal olan soyut kavram, herkesi anbean sınamaktadır. Öte yandan, öyle ya da böyle ikili cinsiyet şablonuna uyanlar çalışma dünyasında daha rahat etmektedir. Fakat, bu şablona uymak da tüm problemi çözmemekte, neden evli olmadığı, neden eşile hiç kimseyi tanıştırmadığı, bu yaşta neden bekar olduğu gibi sorular LGBTİ+ ve kuirleri tetikte kılan sorular olarak çalışma ortamının gündelik dilinde serbestçe dolaşmaktadır. Bu açıdan bakıldığında cinsiyet, ikili cinsiyetin dışında olanları sınamasının yanında öznelere hangi cinsiyete yöneldiği sorusu olarak sık sık LGBTİ+ ve kuirlerin karşısına çıkabilmektedir.

LGBTİ+ ve kuirlerin sosyalleşme ve ilişkilene pratikleri de heteroseksüel ve cis dünyanın öngöremediği konuları kişilerin hayatına dahil eder. Örneğin, dünyanın her yerinde romantik ve cinsel anlamda tanışılabilir kişiler havuzu LGBTİ+ ve kuirler için daha dardır. Bu da bir önceki partnerin eski sevgilisinin kişinin şimdiki partneri olması benzeri rastlantıları olağan kılar. Diğer yandan açık ilişki pratikleri ve çok eşlilik/çok aşkıllık LGBTİ+ ve kuirler arasında daha sık mevzu edilen konulardır. Bazıları tamamen politik bir tutumla açık ilişkide olduklarının beyanını verir ve tek eşli bir ilişki yürütür. Burada çelişki görenlerin şu örneği düşünmesini çok isterim: Bir kişinin kadın olduğunu söylemesi onun çocuk doğuracağı/doğurması gerektiği anlamına mı gelir? Kuir yazın sık sık potansiyellerden bahseder. Bu potansiyellere söylemde sahip çıkmak kuirlerin özgürlüklerine sahip çıkmasına dair bir yöntem olduğunu düşünürüm her zaman. Başkalarıyla da ilişkilene potansiyeline sahip çıkarak tek eşli bir yaşam sürdürmek -varsayımlarımızı paranteze alıp “bağlanma problemi” olarak etiketlemediğimizde- bana özgürlüğün sorumluluğunu alarak yaşamak gibi geliyor açıkçası.

Eigenwelt.

Kendi özel dünyamız diye tanımlamaya çalışabileceğimiz *eigenwelt* kendimizi evimizde hissetmemizle (van Deurzen, 2002) yakından ilişkilidir. Kendimizle kurduğumuz yakın ilişki ve aynı zamanda sosyal yaşamın ötesinde ötekiyle kurduğumuz ve gerçekten içimize aldığımız yakın ilişkiler *eigenwelt*'e ait başlıklardır. Kendilik dediğimiz bir kısmı bilinçli çoğu kısmı bilinçsiz parçalar bütünü oldukça kuir bir kavramsallaştırmadır. Çeşitli bilinmeyenleri, sürprizleri, potansiyelleri, anlamsızlıkları ve şaşırtmacaları bilinçli, rasyonel, işleyen, analitik süreçlerle bir arada düşünmek modernist kişilik düşüncesine “kuir bir çentik” atmak denebilir. Neyse ki hem varoluşçuluk hem de Dört Dünya bu bilgi işlem modelinden sapmalara müsaade etmektedir. Pekâlâ kişilerin kendilikleri ve kendileriyle kurdukları ilişkiler rasyonel, analitik, problem çözme odaklı olabilir. *Eigenwelt*'in konusu içerikten ziyade kişinin elindeki malzemelerle kendi yuvasında rahat hissedip hissedememesidir.

İşselleştirilmiş homofobide olduğu üzere toplumsal söylemlerin kişinin kendisi tarafından kendisine yönelik negatif bir şekilde döndürülmesi *mitwelt* ve *eigenwelt* arasında hatların nasıl karışabileceğine temel bir örnek oluşturabilir. *Mitwelt* sık sık *eigenwelt*'miş gibi dile gelmesiyle ünlüdür. Nasıl olduğumuz sorulduğunda içinde olduğumuz koşulları, sıklıkla da içinde bulunduğumuz ilişkileri anlatırız. “Patronum bana şöyle dedi, arkadaşım moralimi bozdu, annem beni çıldırttı” türevinden söylemler deneyimimizin bağlamına dair kıymetli veriler sağlıyor olsa da asıl soru cevaplanmamış kalmaktadır. İşselleştirilmiş homofobide de benzer bir durumun söz konusu olduğunu düşünmeye meyilliyim. Toplumun ürettiği homofobik söylemleri özel dünyama alarak onlarla kendimi yargılamam, kendi evimde kendimi dışlamam rasyonel hiçbir süreçle açıklanamaz elbette ki. Ben burada olanın “Eşcinsel olmak senin için nedir?” sorusuna yine içinde bulunulan bağlamı anlatarak, koşulları betimleyerek cevap vermeye benzetiyorum. Gerçekten, seninle aynı cinsiyetten birisine çekim duymak nasıl bir şeydir? Eşcinsellik senin sahip çıktığın bir etiket midir? Senin cinsiyetinin çekim duyduğun kişilerin cinsiyetiyle aynı olduğunda orada ne oluyor? Yönelimlerle ilgili yaşanan rahatsızlıkların, problemlerin ve huzursuzlukların temelinin ikili cinsiyet sistemine dayandığını daha önce de işaret etmiştim. Bu yüzden, *eigenwelt* açısından “cinsiyetli bir evde olmanın” nasıl bir deneyim olduğunun araştırılmaya değer bir alan olduğunu düşünüyorum.

Nietzsche üzerinden yürüttüğüm ikili cinsiyet tartışması ve cinsiyetli bir varoluşa sahip olmakla ilgili söylediklerimi tekerrüre düşmeden burada da özetlemeye çalışayım. Kadın, erkek ya da spektrumda herhangi bir cinsiyeti sahiplendiğimde bunu *mitwelt* üzerinden mi yapıyorum

yoksa *eigenwelt* üzerinden mi yapıyorum? Atanmış cinsiyetimin atanmış rollerine iştirak ediyor olmam aynı zamanda onlara icazet verdiğim anlamına mı gelir? “Erkek” gömleği giyen kadın “cool” oluyorken elbise giyen erkek neden en iyi ihtimalle drag queen en kötü ihtimalle sapkın oluyor? Kamusal alana ait soruları ve yargıları özel alanımıza işlemeden taşıdığımızda olan bir boş vermişlikten başka bir şey değildir.

Cinsiyetin sosyallik içerisinde ortaya çıktığını kabul etmekle beraber sosyalliğe koşulsuz boyun eğmeyi kesinlikle reddediyorum. Çünkü öyle olduğunda, Anadolu’da geceleri odalarında gizli saklı makyajlarını kuşanan halaları/ablaları görmemiş olduğumu hissediyorum. Özel alanındaki gibi cinsiyetli bir şekilde var olabilmek için İstanbul’a gelip evsiz, işsiz, güvensiz yaşamayı göz alan kişileri yok saymış oluyorum. Öte yandan cinsiyeti için bu kadar cesur bir adım atan kişileri cinsiyetlerine indirgemek de yine cinsiyetin sosyallik içerisinde dolaşımında olduğuna kanıt oluyor. Yoldan geçen kişilere görünüşleri kalıplara uymuyor diye gözümüzü dikip bakmak en çok da cinsiyet üzerinden işlettiğimiz bir sansür sistemi.

Emmy van Deurzen (2002) özel alan (*eigenwelt*) ve kamusal alandaki (*mitwelt*) ilişkileri kendimle ilişki-ötekiyle ilişki ikililiği üzerinden düşünmemek gerektiği konusunda çok kıymetli bulduğum bir uyarıyla geliyor bize. Kendimle ve ötekiyle ilişkilerin hem özel alanda hem de kamusal alanda var olabileceğini akılda tutmakta fayda var sanıyorum. LGBTİ+ ve kuirlerin Onur Yürüyüşleri aslında öznelerin kendileriyle ve diğer LGBTİ+ ve kuirlerle kurdukları ilişkileri kamusal alanda ifşa ettikleri, görünür kıldıkları bir gün olarak düşünülebilir. Kamusal alandaki ilişkiler hakimiyet altına alan/alınan ve geri çekilen şeklinde ilişkilerden oluşurken özel alan ilişkileri iş birliği ilişkileridir (van Deurzen, 2002). Bu açıdan bakıldığında kamusal alandaki herhangi bir görünürlük otomatik olarak bir çatışma yaratacak ve bir kazanan olması beklentisine girilecektir. Kamusal alanda da işbirlikçi ilişkiler kurmak mümkündür fakat bunlar sürdürülebilir olmamaktadır. Bu açıdan belirli tarihler ve mekanlar, o gün ve saat için özel alanlara dönüştürülür. İstanbul LGBTİ+ ve kuir toplumu için haziran ayının son pazar günü Taksim Meydanı ve İstiklal Caddesi genişletilmiş bir özel alan işlevi görmektedir. Bu sayede kişiler günün istedikleri saatinde istedikleri yerlerde kendi özel alanlarını yaratma lükslerine sahip olan heteroseksüel ve cis kişilerin ayrıcalıklı dünyasında bir günlüğüne adım atabilmektedir. Öte yandan, LGBTİ+ ve kuir toplumunun da homojen olmadığının altını çizmekte fayda var. Örneğin, Onur Yürüyüşlerindeki çıplaklıktan, gösterişli kostümlerden rahatsız olan LGBTİ+ ve kuir özneler de mevcut. Bu da aslında özel alandaki iş birliği ve yakınlık ilişkisinin kamusal alana taşımının ne kadar zor (belki de imkânsız)

olduğunu gösteriyor. Kendilik dünyasının kamusal alanda ortaya konulmasının güçlüğü belki de varoluşumuzun sınırlarından bir tanesidir.

Kendimize ait özel alanımıza ötekiyi iş birliği ve yakınlık ilişkisiyle dahil etmek hepimizin deneyimlediği bir süreçtir sanıyorum. Bu özel alana aldığımız kişilerin cinsiyetlerine göre seçiyor oluşumuz da aynı şekilde ortak bir deneyim olsa gerek. Ergenlikle beraber yakın arkadaşların aynı cinsiyetten kişilerden oluşması, geniş gruplar içerisinde aynı cinsiyetten kişilerle daha yakın olunması ve diğer cinsiyetten kişilere romantik/cinsel partner potansiyeliyle bakılması genellemesi tüm genellemeler gibi indirgemecedir. Buna paralel olarak ikili cinsiyet dayatmalarının ne kadar çok insanın birbirine değmesine engel olduğunu düşününce biraz öfkelenmiyor değilim. Öte yandan, gerçekten bu ikililiği aşır samimi bir yakınlıkla ilişki kurduğum erkekler, kadınlar ve spektrumda başka başka yerlerde olan kişiler de oldu. Bu deneyimlerden çıkardığım sonuç ise *eigenwelt* söz konusu olduğunda ötekinin içimizde bir yerlere dokunma ve kendiliğimize etki etme potansiyeline sahip olduğu. Bu yüzden kendimi yuvamda hissettiren ötekilere müteşekkirim, onları bulmak çok kolay olmamış olsa da.

Überwelt.

Çoğumuzun açıkça dile gelen bir yaşam felsefesi yoktur. Yaşam felsefesi derken felsefe tarihinden bakıp adını koyduğumuz bir felsefeyi değil bize ait olan bir felsefeyi kastediyorum. Tüm eylemlerimizin, düşüncelerimizin ve ilişkilerimizin oturduğu bir bağlam olarak *überwelt* dünyayı nasıl anlamlandırdığımızı bize söyler. Genellikle içinde bulunduğumuz toplulukların ya da en geniş düzlemde kültürün düşünce yapısını, ahlak kurallarını ve anlamlandırma pratiklerini farkında olmadan -genelde sorgulamadan- yaşamımıza dahil ederiz. Bu durum çoğunluk için yeteri kadar iyi bir yaşam felsefesi sunabilir fakat LGBTİ+ ve kuirler hayatı anlamlandırma noktasında kişisel bir araştırmaya girmeleri gerektiğini er ya da geç farkına varırlar. Kişisel bir yaşam felsefesinin araştırmasına girişmekteki potansiyel bir engel *eigenwelt*'in sağlam bir dayanak oluşturmadığı durumdur. Kişi kendisini evinde hissetmediğinde bu tarz bir araştırma bazen ezici ve çok yoğun gelebilir. Örneğin, bu ezici deneyimin o anda görünen tek çaresi intihar olduğunda ise bu araştırma sonsuza dek kapanacaktır.

Kişisel bir yaşam felsefesinin araştırmasına girmek tuzaklı bir yoldur. Tuzaklardan biri hayatı anlamlandırmamıza yardımcı olmayan “eski” felsefemizi bırakıp bir anda “yeni” bir felsefeye körü körüne bağlanmaktır. Kurumsal, beyaz yakalı çalışma hayatlarını bırakıp bir

anda Bali’de vipassana inzivalarına koşan kişilerin hevesleri ve umutları takdire şayan olsa da üzerine düşünülmemiş ve ödünç alınmış bir yaşam felsefesi en az kurtulmak istediğimiz işe yaramayan felsefemiz kadar anlamsız gelecektir. *Uberwelt*’in kapsadığı kişisel yaşam felsefesi her daim değişime açık olmayı gerektirir. Ancak hayatı sabitlemeden, yaşadıkça değişebilen ve dönüşebilen bir kişisel yaşam felsefesi hayatta anlam bulabilmemize yardımcı olacaktır. LGBTİ+ ve kuirlerin heteronormativiteden kaçarken hak savunuculuğu ve aktivizme tutunması da bu duruma benzerdir. Ne vipassana inzivasına gitmekte ne de aktivizmde bir sakınca yoktur ama bunları niye yaptığımızın cevabını kişisel bir yerden veremediğimizde yeni felsefemiz eğreti duracaktır ve hayatta yaratmak için çabaladığımız anlam tam tersi bir şekilde başımıza bela olacaktır. Politik düşünceleri uğruna yaşayan ve kendiliklerini, sosyalliklerini ve fiziksel dünyada oluşlarını adeta unutan kişilerin çaresizlikleri, öfke patlamaları, alkolle kendilerini regüle etmeye çalışmaları Dört Dünya’nın bütünlükçü perspektifinden oldukça net bir şekilde gözler önüne serilmektedir. *Uberwelt* hayatımıza kişisel bir bağlam sunar fakat o yaşamın kendisi bağlam değil, o bağlamda eyleyen kişidir. Kişiyi rafa kaldırıp bağlama yüzde yüz uyumlanmaya çalışmak, bir diğer deyişle bağlamda erimeye çalışmak, bana var olmaktan kaçınmak gibi gelir.

Olumlu bir taraftan bakacak olursak ani değişimler bazen gerekli olur. Fiilen bir topluluktan uzaklaşmak aynı zamanda bize zarar veren o yaşam felsefesiyle aramıza zamansal ve mekânsal bir mesafe koymamızı sağlar. Bu mesafe, eğer açık bir şekilde dünyayla etkileşmeye hazırsak, birçok potansiyele gebe olabilir. Bir hedef belirleyerek kişisel bir yaşam felsefesi bulmak sanmıyorum ki mümkün olsun. Onun yerine o yola girmek, spesifik bir şey aramadan arayabilmek, en azından benim deneyimimde *uberwelt*’i zenginleştiren bir deneyim oluyor. Esnek olmak için değil de vücudunu tanımak için yoga yapmak, stresi azaltmak için değil de duygu ve düşüncelerine daha samimi bir şekilde bakabilmek için meditasyon yapmak, evlilik eşitliğini Türkiye’ye getirmek için değil de LGBTİ+ ve kuir bir toplulukla karşılaşmak için bir oluşuma dahil olmak *uberwelt*’in kapsamında olur diye düşünüyorum. Bu açıklık elbette ki hayatımıza form veren çeşitli değerlerimizin, prensiplerimizin olmaması anlamına gelmiyor. Fakat niyetimiz bize artık o kadar da anlamlı gelmeyen dünyamıza dair bir araştırmaya girmekse sonucun ne olacağını kestirmeye çalışmadan olan bitene yakından bakmak derinlemesine bir incelemeye ancak imkân tanıyacaktır.

Uberwelt incelendikçe *mitwelt* ve *umwelt* de rahatlar, çünkü daha sağlam bir bağlama otururlar. Cinsiyet üzerine düşündüğümüzde de aynı şekilde cinsiyetli bir bedende olmak/olmamak, cinsiyetli bir sosyallik yaşamak/yaşamamak konularındaki tercihlerimiz

uberwelt ve *eigenwelt* ile senkronlanır. Kadın olmanın başörtüsü ile örtünmek gerektiğini samimi bir şekilde değerlendirmiş bir kişinin kadınlığıyla kadın olmanın doğuştan dışıl genitallere ve üreme sistemine sahip olduğunu samimi bir şekilde düşünen birinin kadınlığı ya da kadınlığın kişinin kendini ait hissettiği cinsiyet ve buna dair verdiği beyan olduğunu yine samimi bir şekilde düşünen birinin kadınlığı arasında *uberwelt* perspektifinden hiçbir fark yoktur. Bununla birlikte yine akılda tutulması gereken Dört Dünya kuramının ve *uberwelt*'in kişisel bir dünya haritalandırması olduğudur. Kendi dünyamızda vardığımız çoğu sonuç ötekinde ve dış dünyada karşılık bulmayabilir. Karşılık bulmaması ihtimalinin yüksek olduğunu hatırlayarak neleri hangi mekanlarda dile getirdiğimize dikkat etmek etik bir meseledir ve bu da *uberwelt*'in konusudur.

Genel geçer bir etik tartışmasına girmekten ziyade hayata dair çıkarımlarımızın, düşüncelerimizin ve inançlarımızın da etik bir boyutu olduğunu hatırlamanın faydalı olacağını düşünüyorum. Cinsiyet üzerinden gerçekleşen şiddetin, ötekileştirmenin, istismarların ve ihmallerin bazen açık ama çoğunlukla örtülü bir şekilde bizim seçimlerimiz ve eylemlerimizin öteki üzerindeki tahakkümü olduğunu, bunun da etik bir sorun olduğunu unutmamak gerekiyor. Bu soruna verdiğimiz cevap *uberwelt*'imize dair bir şey söyleyecektir elbet ama ne yazık ki konu öteki ve etik olduğunda soruyu ya görmüyoruz ya da görmezden geliyoruz. Bu noktada Levinas'ı anmak, etiğe ve varoluşa bakış açımızı ters yüz edişine bir selam vermek gerekir diye düşünüyorum. Ötekinin bir koşul olarak varoluşumuzu öncelediğini (Levinas, 1979) düşündüğümüzde “benim cinsiyetim” dediğimiz şey aslında ötekinin (hem öteki birinin hem de izleyen tüm insanlık anlamında) talebine bir cevap verebilme kabiliyetinin sonucu olduğunu görürüz. Benim olduğumdan çok emin olduğum her şey aslında engellenemez bir şekilde ötekinin bana dayatmasıdır. Bu dayatmanın, etiğin ve varoluşun adil olup olmadığı sorusuna, daha doğrusu ötekinin bu konudaki talebine, verdiğimiz cevap kişisel yaşam felsefemize dair bir cevap olacaktır. Unutmadan, göz önünde olanı bozması, tersine çevirmesi, karşı çıkması ve temelinden sarsması açısından Levinas varoluşçuluğu kuirleştirmiştir demek mümkün müdür? Sormadan geçmiş olmayayım.

Sartre (1993)'ın dediği gibi varoluş temelde anlamsız olabilir fakat varoluş yaşamla aynı şey değildir. İnsan yaşamının anlamdan, değerden ve inançtan bağımsız olması bana pek mümkün gelmiyor. Varoluşumuzun kendisinin bir amacı, nihai bir hedefi, her koşulda geçerli olan bir anlamı olmadığına ben de katılıyorum. Bununla birlikte kendimiz için anlamlı, kuralları olan, içimizde karşılık bulan bir yaşam kurgulamak bütünlüklü bir varoluş için gereklidir. Bu noktada kuirin parçalı, değişken, elle tutulamayan ve bozan yapısı bu bütünlükten uzakmış gibi

görünebilir. Fakat yakından bakıldığında, hele de kuirin bir ideoloji ya da düşünce sistemi değil de özneye dair bir şey anlattığı düşünülduğünde, aslında kişilerin yaşamlarını anlamlı bir şekilde yaşamalarının bir yolu olduğu ortaya çıkar. Bildiğimiz hiçbir düzenle tam olarak açıklayamıyor oluşumuz kuiri kişisel bir yaşam felsefesi olmaktan çıkarmamalı. Aksine *umwelt* nasıl fiziksel olan ve açıklanabilir olanla ilgiliyse *uberwelt* de bir o kadar açıklanamayan ve metafizik olanla ilgilidir. Bu açıdan bakabilirsek bir öznenin gerek kuir oluşu gerek hayatın diğer alanlarında kuir duruşu kendisine anlamlı geldiği ölçüde samimi bir yaşama işaret edecektir.

5. Çıkış Yapıyormuş Gibi Bir Kısım

Uberwelt ile aslında düşünsel olarak başta söylediklerimi biraz daha açarak çıkışa doğru yönelmiş oldum. *Uberwelt* kavramsallaştırmasını varoluşçu psikoterapilerin hedefini içermesi açısından kıymetli buluyorum. Hedef kelimesini mümkün olan en esnek haliyle kullandığımı da altını çizeyim. Zira, varoluşçu psikoterapilerde herkese uygulanabilecek bir hedef sistemi olabileceğini iddia etmek absürt olurdu. Bununla birlikte psikanaliz ve onun yolundan giden psikoterapilerin zihinsel süreçler ve/veya kişiler arası süreçlere odaklı yürüttüğü ya da çağdaş, kanıta dayalı psikoterapi pratiklerinin sırtını bilimsel ve “kesin” bilgiye dayalı şekilde yürüttüğü çalışmalardan farklı olarak varoluşçu psikoterapiler kişilerin kendilerine ait bir yaşam felsefesi oluşturabilmesini amaçlar. Amaçlanan ideal bir “insan” yoktur fakat varoluşçu bir psikoterapist sorumluluğunun kişiyi araştırmaya, üzerine düşünmeye sevk etmek olduğunun bilincindedir. Sevk edişin hedefi ise *uberwelt*’tir ama danışan bu sevk esnasında istediği yerde durma, mola verme, isterse geri dönme hakkına sahip olduğu için bu zorunlu bir sevk değildir. Zorunlu olmaması açısından varoluşçu psikoterapinin bir hedefi yoktur, evet. Bu olumsal hal - aynı varoluşun kendisi gibi- psikoterapide de ortaya çıkar ve benim için varoluşçu psikoterapileri kıymetli yapan da budur.

Cinsiyet konusu varoluşçulukta derinlemesine incelenmeyen konulardan sadece biridir. Çağdaş öznellikler aslında tarihin başından beri var olan çeşitli cinsiyetli varoluşları daha görünür kılmıştır. Bu görünürlük bir yandan “buradayım” demektir ama bir yandan da bir talep içerir. Çeşitlenmiş cinsiyetler bizden ne talep ediyor olabilir? Bu talebe biz nasıl karşılık veriyoruz? Ötekine mahkumluğumuzu “ego” işlevlerimize tutunup görmezden gelmek ne kadar adildir? Levinas’ın düşüncesinin ruhuyla sorduğum bu sorular temelde benim de sorularım olduğu için rahatlıkla dile getirebiliyorum. Cinsiyetin öteki, etik ve adaletle olan ilişkisi hem

genel bir çerçevede incelenebilecek hem de psikoterapi odasında kişilerin dünyaları özelinde incelenebilecek bir konu naçizane fikrimce.

Cinsiyeti ikili düşüncenin dışına esnetmek zor ama bu zorluğun kaynağı kavramsal bir tartışma olmasında yatıyor. Enteresan bir şekilde düşünceleri esnetmekte çok zorlansak da edimlerimiz oldukça esnek. Örneğin, yakın zamanda kaybettiğimiz Seyfi Dursunoğlu ve Huysuz Virjin bir edim olmasının yanı sıra düşünceyi esnetmeye yönelik bir çaba da içeriyordu. Hem Seyfi Dursunoğlu hem de Huysuz Virjin olarak var olmak isteyen bir özneyi eylemlerimizle tasvip edilen birini seçmeye, ikili sisteme geri dönüp bir uçta var olmaya zorladık. Cinsiyet düşüncesini sorgulayan, araştıran herhangi bir edime (gerek sözlü gerek davranışsal) tahammülümüz olmadığı için eski düşünce sistemine dönmeye zorlanıyoruz.

Yukarıda yürüttüğüm özel alan ve kamusal alan tartışması bence cinsiyete dair varoluşçu perspektiften devam ettirilmesi gereken en önemli tartışmalardan biri. Cinsiyet kamusal alanda performe edilen, kurallarını kamusal alandan alan, kamusal alan tarafından sınırlandırılan bir şeyken özel alana itilmesi, özel alana *aitmiş gibi* davranılması, özel alanda yaşamaya zorlanması pek de tutarlı bir durum değil. Kişilerin cinsiyetli varoluşlar olması otomatik olarak hem özel hem de kamusal alanı içeren bir özelliğe sahip olmaları anlamına geliyor. Bununla birlikte bazı cinsiyetleri eve, bazı cinsiyetleri mezara, bazı cinsiyetleri yurt dışına gönderiyor bazılarını da tepemize çıkarıyoruz. Fakat cinsiyet tartışmasını kadın-erkek ikililiğinden çıkarmak özellikle şu zamanda çok büyük önem arz ediyor. Tartışmayı Simone de Beauvoir (2009)'ın işaret ettiği cam tavanlardan daha ileriye taşıyıp, onları da geride bırakmadan, daha kapsayıcı, daha üzerine düşünülmüş, daha çeşitli felsefeler ve pratiklere ihtiyacımız olduğunu düşünüyorum. Özellikle ikililiğe kanmayıp ikililiğin ötesine bakarken varoluşçu anlamda kaygıya gark olmanın, sadece cinsiyet konusunda değil hayatın tüm alanlarında daha otantik bir varoluşa bizi sevk edebileceğini düşünüyorum.

Son sözlerim de varoluşçu psikoterapistlere yönelik olsun. Üzülerek söylemeliyim ki çoğu psikoloji ve psikiyatri eğitimi ve sonrasında alınan aylarca süren psikoterapi eğitimleri benim tartıştığım minvalde cinsiyet, cinsel ve romantik yönelim konularına değinmiyor. LGBTİ+ ve kuir özneler, ben de dahil olmak üzere, psikoterapistlere bu konularda istemsiz bir güvensizlik yaşıyoruz. Doğru soruları sorması açısından terapistinize güvenemediğinizi bir an olsun düşünün. Bu güvensizlik terapistin kim olduğundan ziyade terapistlik kurumuna yönelik aslında. Senelerdir patolojiyle yakından ilişkili tutulan cinsiyet ve yönelim gibi konuların danışanların zihninde terapistlere yönelik olumsuz bir imaja dönüşmesinin sorumluluğunu yine

bu alanda çalışan psikoterapistlerin aktif bir şekilde alması gerektiğini savunuyorum. Cinsiyet üzerine ikililiğin ötesine konuşmak ise yegâne çözüm gibi geliyor bana. Öte yandan, varoluşçu psikoterapinin terapistin kim olduğuyla çok yakından ilişkili olduğunu biliyoruz. Bir varoluşçu psikoterapistin kendini tanıması, kendi yaşam felsefesi üzerine düşünmüş olması gerekiyor. Bense zaten uygulamada olan bu uzun düşünme sürecine cinsiyet gibi bazı konuların bilinçli bir şekilde eklenmesi gerektiğini düşünüyorum.

Cinsiyete dair varoluşçu ve kuir bakışlarla nelerin konuşulabileceğine/konuşturulabileceğine dair önemli bulduğum çeşitli örnekler verdiğim bu metnin konuyu sınırlamak değil tam tersi konuyu daha da açmak için yazıldığını tekrar hatırlatıyor, herkesin kendisini evinde hissettiği cinsiyetiyle varoluşun tüm boyutlarında aktif ve özgür yaşadığı bir dünya dileğimle söyleyeceklerimi -şimdilik- sonlandırıyorum.

Kaynakça

- Barker, M. (2011). De Beauvoir, Bridget Jones' pants and vaginismus. *Existential Analysis*, 22(2).
- Butler, J. (2006). *Gender trouble*. New York: Routledge.
- de Beauvoir, S. (2009). *The second sex*. (C. Borde ve S. Malovany-Chevallier, Çev.). New York: Vintage Books. (Orijinal eserin yayın tarihi 1949).
- Heidegger, M. (2008). *Being and time*. (J. Macquarrie ve E. Robinson, Çev.). New York: harperCollins Publishers. (Orijinal eserin yayın tarihi 1927).
- Levinas, E. (1979). Totality and infinity. (A. Lingis, Çev.). The Hague: Martinus Nijhof Publishers. (Orijinal eserin yayın tarihi 1961).
- Merleau-Ponty, M. (2012). Phenomenology of perception. (D. A. Landes, Çev.). New York: Routledge. (Orijinal eserin yayın tarihi 1945).
- Nietzsche, F. (2003). *Thus spake Zarathustra: a book for all and none*. (T. Wayne, Çev.). New York: Algora Publishing. (Orijinal eserin yayın tarihi 1883).
- Sartre, J-P. (1993). Being and nothingness. (H. E. Barnes, Çev.). New York: Washington Square Press. (Orijinal eserin yayın tarihi 1943).
- Sedgwick, E. K. (2013). Queer and now. D. E. Hall, A. Jagose, A. Bebell ve S. Potter. (Ed.), *The Routledge queer studies reader* içinde (s. 3-17). New York: Routledge.
- van Deurzen, E. (2002). *Existential counselling & psychotherapy in practice* (2. bs). London: Sage.

SIMONE DE BEAUVOIR'DA ANNELİK VE KADINLIK: MANDARİNLER'İN VAROLUŞÇU BİR OKUMASI

ELİF TUĞÇE YASİN

Varoluşçuluk deyince hayat boyu partneri olan Jean-Paul Sartre'dan sonra ilk akla gelen isimdir Simone de Beauvoir. Hem varoluşçuluk ve fenomenolojinin gelişimine hem de feminizm ve feminist yazına yaptığı katkılarla yirminci yüzyılın en önemli felsefeci ve edebiyatçılarından. Yaptığı özgün katkılara rağmen genellikle Sartre'ın gölgesinde kalır. Oysa hem hayatı hem eserleriyle ikinci dalga feministlerin öncüsüdür. Beauvoir'ın hayatı adeta bir başkaldırı ve özgürleşme manifestosudur, fakat nedense çağdaşı olan erkeklerin gölgesinde kalır. Eserlerinde özellikle kadın olma hallerine kendi deneyimleri ve gözlemledikleri ile getirdiği yorumlar, bugün bile geçerliliğini korumaktadır. Felsefi eserleri haricinde romanlarında da hayatından izleri görürüz. Bunların haricinde kendi hayatını anlattığı otobiyografik eserleri *Bir Genç Kızın Anıları* (1958) ve *Olgunluk Çağı* (1960) da Simone de Beauvoir'ın özgün ve ilginç hayatını anlamamıza yardımcı olur. Bu makalede Simone de Beauvoir'ın hayatı ve eserleri ışığında ödüllü romanı *Mandarinler* (1954)'deki kadınlık ve annelik anlatılarını varoluşçu felsefe ve psikoterapi bakış açısından tartışacağız.

Simone de Beauvoir, 9 Ocak 1908 yılında Paris'te doğar. Çocukluğundan itibaren meraklı ve bağımsızlığına düşkün biridir. Okul yıllarında “örnek bir kız” olmak için dinle ilgilenir, bu onu kuralcı ve katı biri olan annesiyle yakınlaştırır. Büyürken annesi haricinde yakın olduğu kadınlar bakıcısı Louise, teyzesi ve anneannesidir. Hepsinde kadınlığın farklı bir boyutunu görerek büyür. Babasıyla küçüklüğünde iyi anlaştığını, oyunlar oynadığını söylese de onun hayatında çok da büyük bir yer kaplamadığını anlatır *Bir Genç Kızın Anıları*'nda. Cinsellik ve annelik ile kavramsal olarak tanışması, yine ailesindeki bir kadın aracılığıyla olur. Kuzeni Madeleine, anne babasının ona yasakladığı kitaplarda ne yazdığını soran Beauvoir'a okuduklarını anlatır. “Metres” ve “aşık” kelimelerinin ne anlama geldiğini; çocukların annenin karnında büyüdüğünü, annenin karnının nasıl genişlediğini; yakında kendisinin de “her ay kanayacağını” dinleyen çocuk Simone için bunlar şaşırtıcıdır. Şaşırmıştır çünkü bu denli gizlenen bu olayların o kadar da önemli olmadığını düşünür. Kendisinden bunlar mı saklanmıştı gerçekten? Kendisinden iki yaş küçük kız kardeşiyle bu konularla ilgili

konuşmaktan kendilerini alamazlar. Kardeşi sonrasında annelerine bununla ilgili bir soru sorduğunda, annesi önce kızıp sonra onları yanlış yönlendirir. Beauvoir, daha o zamanlardan evlenmek ve çocuk yapmanın istediği bir şey olmadığına karar verdiğinden bu konuya çok da kafa yormadığını söyler; fakat annesinin tavrı aklına takılır. Hayatı boyunca da o zaman kafasına takılan soruların cevaplarını eserlerinde okuruz.

Babası büyürken onun entelektüel gelişimine katkıda bulunmuştur. Onu kendi seviyesine çıkardığını anlatır Beauvoir anılarında. Annesi ise daha çok tinsel gelişiminde etkilidir. Anne ve babasının ilişkisi, annenin evle ve çocuklarla, babanın kamusal alanla ilgilendiği, toplumun minyatür bir modelidir. Babasının kadınların namusu konusunda da geleneksel bir görüşe sahip olduğunu belirtir. Günlük yaşamı içerisinde en önemli roller kadınlara aittir, fakat yine de erkeklerin daha üstün olduğuna dair bir his vardır içinde. Çocukken kardeşiyle oynadığı oyunları anlatırken daha o yaşlarda anneliğe nasıl yaklaştığını görebiliriz. Anneliğin bir kölelik olduğunu daha sekiz-dokuz yaşlarındayken düşünen Beauvoir, zihinleri eğitmenin onun için daha çekici olduğuna karar vermiştir; öğretmen olmaya da böyle karar verir. Genç kızlığında dindarlığının etkisiyle rahibe olmayı düşündüğü de olmuştur, fakat sonradan dini inancını terk eder ve ateist olur. Ömrü boyunca da ateist kalacaktır.

Beauvoir, henüz yirmi yaşındayken Fransa'daki okullar genelinde yapılan felsefe sınavında ikinci olur. Sorbonne'da felsefe eğitimini tamamlar. Çağdaşı olan filozof Maurice Merleau-Ponty ile de burada tanışır. Kısa süreliğine onunla sevgili olabileceğini düşünse de sonunda karakterlerinin uyuşmayacağına karar verir. Sonrasında Merleau-Ponty'nin, Beauvoir'ın en yakın arkadaşı Elisabeth Lacoïn'la (anılarında Zaza diye bahseder) bir ilişkisi olacak, Zaza'nın annesi yüzünden bozulan bu ilişki sonrası Zaza yirmi iki yaşındayken beyin iltihabı sebebiyle ölecektir. Beauvoir bu ölümü atlatamaz, Zaza'nın annesini ve Merleau-Ponty'yi suçlar (Bakewell 2016, s. 113-114). İlerleyen yıllarda Merleau-Ponty ve Beauvoir'ın hayat arkadaşı Jean-Paul Sartre arasında ideolojik sebeplerden çıkan anlaşmazlıklarda da Beauvoir Sartre'in tarafını tutacaktır.

Simone de Beauvoir'ın hayatının en önemli, yapıtlarını en çok etkileyen ilişkisi ise Jean-Paul Sartre ile onun ölümüne dek sürdürdüğü beraberliğidir. İkisinin yolları 1929 yılında, Beauvoir üniversite sınavlarını verip Paris'te bağımsız bir yaşam sürmeye başladığında kesişir. Bu tarihten sonra da bir daha ayrılmazlar. İkisinin de evlenmek ve çocuk sahibi olmak gibi istekleri yoktur. Bir arkadaş çevresinde tanıştığı Sartre için Beauvoir, felsefe tartışmaları yapabileceği, fikirlerini paylaşılabileceği birini bulduğunu düşünür. İlişkileri, tıpkı kendileri gibi

sıradan olmayacaktır. Toplumun kalıplarına sığmayan bu iki filozoftan Sartre, Beauvoir’a iki yıllık bir sözleşme yapma teklifinde bulunur. İki yıllık bu ilişkinin sonunda ne yapacaklarına karar vereceklerdir. Beauvoir, anılarında bu teklifin yapıldığı anı anlatırken ilginç bir ortamı aktarır: Parkta yürürken tırabzanların arasında sıkışmış bir kedinin sesini duyarlar. Beauvoir kedinin oraya nasıl girdiğini, nasıl çıkabileceğini düşünürken bir kadın gelip kediye et verir. Tam o esnada Sartre ona şöyle der: “İki yıllık bir sözleşme yapalım.”. Julie K. Ward, bu anektodu Beauvoir’ın eserlerinde görülen “öteki problemi” üzerinden inceler. Kedinin sıkışmışlığı, başka bir kadının ona yemek getirişi ve o anda yapılan sıra dışı teklif, Sartre’ın domine ettiği, Beauvoir’ın ise geri planda kaldığı bir andır. İkisinin hayatında önemli bir başlangıcı işaret eden bu anda Sartre’ın Beauvoir’ın düşüncelerini paylaşmaktansa kendi düşüncesini hakim kılmaya çalıştığını iddia eder. Bununla birlikte yapılan teklifte iki yıl boyunca sadece hayatlarında birbirleri olacaktır, sonrasında birkaç yıllığına ayrılacaklar, tekrar bir araya geleceklerdir. Beauvoir’ın çekinceli yaklaştığı bu teklifte Sartre onu iki yıllığına “rezerve” etmeyi teklif etmektedir aslında. Ward’a göre Beauvoir bu anektodu hatırlarken kendisini kediye yemek veren kadınla özdeşleştirir. Bir ihtiyaca cevap vermektedir kadın; Beauvoir’ın teklifi kabul ederken yaptığı da budur. Bu olayda Sartre ise sessiz bir görgü tanığıdır (1999, s. 37-39).

Beauvoir’ın hatırasındaki özdeşimi bu olsa da yaptıkları bu anlaşma iki taraf için de güzellikle işledi ve ömür boyu ayrılmayıp, açık ve eşitlikçi bir ilişki sürdüler. Sartre’ın 1980 yılındaki ölümüne dek, neredeyse elli yıldan fazla süren bu ilişkide ikisinin de uzun süreli sevgilileri oldu, fakat her zaman önceliği birbirlerine verdiler. Simone de Beauvoir’ın *Mandarinler*’de Lewis Brogan karakteri üzerinden anlattığı, Amerikalı yazar Nelson Algren ile yaklaşık üç yıl süren ilişkisi haricinde Claude Lanzmann ile de uzun yıllar süren bir ilişkisi olmuştur. Cinsel yönelimini biseksüel olarak beyan eden Beauvoir’ın kadınlarla da yaşadığı kısa ve uzun ilişkiler vardır. Öğrencisi olan Natalie Sorokine ile bir dönem sevgili oldukları iddia edilir. Bunun haricinde hakkında farklı söylentiler de vardır. Lisede felsefe öğretmenliği yaparken bazı kız öğrencilerini taciz ettiği iddiasıyla öğretmenlik lisansı elinden alınır.⁸

Beauvoir’ın basılan ilk kurmaca yayını, 1937’de yayınlanan *Quand prime le spirituel* (When Things of The Spirit Come First)’ dir. Beş kısa hikayeden oluşan bu kitap, Beauvoir’ın hayatından izler taşıyan ilk kitabıdır. Hikayelerden birinde Zaza’nın Merlau-Ponty ile olan

⁸ “The meaning of life according to Simone de Beauvoir – Iseult Gillespie”
<https://www.youtube.com/watch?v=Ws2Y2cWme8c>

aşkını anlatır. Beauvoir'ın ilk yayınlanan romanı, 1943 yılında *Konuk Kız* olmuştur. Bu roman da diğer romanları gibi gerçek hayatından esintiler taşır. Başkarakter Françoise'in sevgilisiyle yaşadığı açık ilişki, aralarına giren ikinci bir kadın ile karmaşıklaşır. Bu kitapta Françoise'in Beauvoir'ı, sevgilisinin Sartre'ı, ikinci kadının ise Sartre'ın ilişki yaşadığı Wanda ve Olga Kosakiewicz olduğu düşünülür. Bu romanın ardından 1944 yılında felsefi denemelerinden oluşan *Pyrrhus ve Cineas* yayınlanır. 1945 yılında Beauvoir, Sartre, Merlau-Ponty ve birkaç arkadaşıyla bir araya gelerek *Les temps modernes* adlı dergiyi kurarlar. Beauvoir'ın *İkinci Cinsiyet*'inin ilk bölümleri bu dergide tefrika halinde yayınlanır. Beauvoir, hayatının sonuna dek bu derginin editörlüğünü yapar. Dergi uzun süre yayın hayatına devam ettikten sonra 2019 yılında son baskısını yapmıştır. 1949 yılında yayınlanacak olan *İkinci Cinsiyet*'ten önce *Başkalarının Kanı* (1945) ve *Her Erkek Ölümlüdür* (1946) adlı iki romanı daha yayınlanmıştır.

İkinci Cinsiyet'i yazmaya, ne yazacağını bilemediği bir günde bir arkadaşının “Herhangi bir şey yaz.” demesiyle başlamıştır (Bakewell 2016, s. 208). Diğer tüm eserlerinde olduğu gibi bunu da ilk okuyan ve fikir veren Sartre'dır. Kitap 1949'da yayınlandığında Fransa'da olay yaratır. Öyle ki kitabın İngilizce'ye çevirisinde önemli kısımların bu sebeple eksik bırakıldığı söylenir. Türkçe'ye çevirisi ilk kez 1970'li yıllarda yapılan *İkinci Cinsiyet*'in çevirisinde de eksiklikler vardır; genişletilmiş, eksiksiz ve doğru çevrilmiş Türkçe bir baskısı ise ancak 2019 yılında yapılmıştır. Beauvoir'ın kadınlık deneyimini her açıdan ele alan kitabı, kendi arkadaşlarının bile tepkisini toplamıştır. Feminizmin en önemli eserlerinden biri olan *İkinci Cinsiyet*'i yazmış olmasına rağmen Beauvoir, uzunca bir süre kendini feminist olarak tanımlamaktan kaçınmıştır. Kadınların erkeklerle eşit ve insanca yaşamasının ancak sosyalizmle mümkün olacağını savunmuştur. Fakat yaşamının sonlarına yaklaşırken röportajlarında kendini feminist olarak tanımladığını ifade etmiştir.

Kurmaca eserlerinin yanında *Literature and the Metaphysical Essay* (1946), *Que Peut la Littérature?* (1965) ve *Mon Expérience d'écrivain* (1966) gibi başka felsefi makaleleri olsa da, Beauvoir'ın bir filozof olarak tanımlanması ancak ölümünden sonra olmuştur. Özellikle *Pyrrhus ve Cineas*'da varoluşçu felsefenin seçim, özgürlük ve ötekiyle olan ilişkimiz alanlarına yoğunlaşan Beauvoir'ın, Sartre'la olan ilişkisi düşünüldüğünde Sartre'ın orijinallliği konusunda bazı akademik çevrelerin şüpheleri oluşmuştur. Sartre'ın en önemli felsefi eseri *Varlık ve Hiçlik*'in (1943) bazı kısımlarının *Konuk Kız*'dan esinlenildiği düşünülür. (Bergoffen ve Burke, 2020). İşin doğrusu, iki yazarın edebi yaşamları birbirine o kadar geçmiştir ki hangi fikrin kime ait olduğu konusunda kesin bir çizgi çizmek mümkün değildir. Beauvoir bir röportajında *İkinci*

Cinsiyet'in yazılmasında *Varlık ve Hiçlik*'ten etkilendiğini söylese de yıllar sonra “Onların hepsini ben düşündüm, Sartre değil.” diyerek zihinleri karıştırmıştır (Bakewell 2016, s. 215).

Otobiyografik eserleri de Simone de Beauvoir'ın hayatını anlamamızda önem taşır. *Bir Genç Kızın Anıları*'nda çocukluk ve genç kızlık anılarını anlatır. *Sessiz Ölüm*'de annesinin ölümü ile ölüme bakışını anlarız. *Olgunluk Çağı*'nda da 1929'dan itibaren olan anılarını görürüz. Beauvoir'ın hayatı, savunduğu değerlerle iç içe geçmiştir. Değerlerine örnek teşkil eden bir hayat sürdüğünü söyleyebiliriz. Yaşadığı dönemde, hatta günümüzde bile aykırı sayılabilecek bir yaşam tarzını ve yazın hayatını el ele sürdürmüştür.

Simone de Beauvoir, 14 Nisan 1986 tarihinde, Sartre'dan yaklaşık altı yıl sonra sirozdan ötürü hayatını kaybetti. Sartre'ın 1980 yılında hayatını kaybetmesinden sonra yıkılsa da ölüme karşı olan varoluşçu tutumunu hiç değiştirmede. Ölümüne kadar *Les temps modernes*'in editörlüğünü devam ettirdi (Bakewell 2016, s. 313-14).

Beauvoir'ın ölümüne dek yazdığı eserlerden kurmaca olanların onun ve çevresinin hayatından izler taşıdığından bahsetmiştik. Aldığı ödüller ve anlattığı konu ile bunlardan en ilginç olanı *Mandarinler*'dir.

Mandarinler, Simone de Beauvoir'ın 1954 yılında yayınlanan romanıdır. Bu roman ile Fransa'nın en önemli edebiyat ödüllerinden olan Prix Goncourt'u kazanmıştır. Kitap, II. Dünya Savaşı'nın hemen ardından Paris'te geçer. Bir grup entelektüel arkadaşın hayatlarının savaş sonrası dönemden 1950'lere uzanan bir dönemde nasıl iç içe geçtiğine şahit oluruz.

Romanda yer alan karakterlerin, tıpkı bundan önceki kurmacalarında olduğu gibi, gerçek hayattan esinlenildiği söylenir. Henri Perron'un Albert Camus'den, Dubreuilh çiftinin Beauvoir ve hayat arkadaşı Jean-Paul Sartre'dan, Lewis Brogan karakterinin de Beauvoir'ın uzun süre aşk yaşadığı Amerikan yazar Nelson Algren'den esinlenilerek yaratıldığı düşünülmüştür. Daha sonra kendi otobiyografisinde Beauvoir bunu reddetmiş, bu romanın bir *roman à clef* (gerçek olayların kurgu gibi gösterildiği roman türü) olmadığını, kendisinin de bu türden hoşlanmadığını belirtmiştir. Fakat kitabın bazı bölümlerine baktığımızda, otobiyografisinin neredeyse kitabı kopyaladığı görülebilir. Özellikle Nadine karakterinin sevgilisi Diego'nun ölümüyle ilgili anlatılanlar, *Mandarinler*'in yayınlanmasından altı yıl sonra Beauvoir'ın *La Force de l'age* (Olgunluk Çağı) adlı otobiyografisinde çok ufak tefek değişikliklerle yer almıştır. Nadine'in karakterinin de Simone de Beauvoir'ın hem öğrencisi olan hem de bir süre ilişki yaşadığı söylenen Natalie Sorokine'den esinlenildiği düşünülür (Suleiman 2010, s. 11).

Mandarinler'i üzerine konuşmaya değer kılan özelliği, oturtulduğu tarihi çerçevenin okuyucuya çok fazla malzeme vermesidir. Dönemin politik iklimini yansıtan bir arka planda Beauvoir'ın yarattığı karakterlerin hem içsel hem dışsal etkenlerle varoluşsal anlamda nasıl bir dönüşüm geçirdiklerini görürüz. Beauvoir'ın anlatıcı karakterlerinden Anne üzerinden annelik ve kadınlık algılayışını da görme imkanı buluruz. Bölümlerini kendi ağzından okuduğumuz Anne'in kitap boyunca başından geçenler, Beauvoir'ın gerçek hayatıyla oldukça örtüşmektedir.

Kitaptaki hikayeye derinlemesine bakmadan önce, *Mandarinler*'de anlatılan anne-kız ilişkisinin Simone de Beauvoir'ın hayatında nereden yansıyarak okuyucuyla buluştuğu konusunda dikkati çeken birkaç ögeyi incelemek faydalı olacaktır. Beauvoir'ın *Mandarinler*'den beş yıl önce yayınlanan, feminist felsefenin en önemli eserlerinden sayılan *İkinci Cinsiyet*'te anneliğin kadının hayatındaki yerine yoğunlaşan bölümünde anne olmanın kadının hayatına getirdiği değişimlerden bahseder. Anne olmak, kadının “bedensel yazgı”sının tamamlanmasıdır (1949/1981, s. 111). *İkinci Cinsiyet*'in yayınlandığı 1949 yılında Fransa'da kürtaj hala yasaktır. Bölümün açılışında kürtaj yasağı ile erkeklerin kadın bedeni üzerinde kurduğu tahakkümün verdiği zararları tartışan Beauvoir, sonrasında ise anne olmanın zihinsel ve bedensel etkileri üzerine yoğunlaşır. Çocuklukta anne olmak, daha doğrusu çocuk bakımı, kız çocuklarına oyun olarak öğretilir. Bu evrede kız çocuğunun anneliği kutsal, ona mucizevi özellikler getirecek bir gelişme olarak görmesi olağandır. Genç kızlık evresinde ise bedensel bütünlüğü bozma tehdidinden ötürü korkutucudur anne olma fikri. Beauvoir, bazı kadınlarda hamilelik korkusunun bile tek başına hamile kalmayı engellediğini söyler. Anne olmak, kadının kendi annesine dönüşmesi demektir. Anneye karşı hissedilen duygular, kadının anne olduğunda çocuğuna nasıl davranacağını belirleyen bir rol oynar. Annesi kadının üzerinde nasıl bir etki bıraktıysa, o da çocuğuna öyle etki etmekten korkar (s. 125- 127). Anne olmanın getirdiği en önemli değişimlerden biri ise bedensel değişimdir. Kadının o zamana kadar kendine ait olan bedeni, artık başka biriyle paylaştığı bir “kuluçka makinesi” haline gelmiştir. Bir yandan bu bedenin topluma mal olmasıdır gebelik; bunu günümüzde bile hamile kadınlara sorulan sorularda ya da vücut sınırlarının ihlal edilerek karınlarına dokunulmasında görebiliyoruz. Bazı kadınlar, hamileliği bedenlerini kendi olmaktan çıkaran bir durumdan ziyade kendiliğe yaklaştıran bir olay olarak görürler. Bir erkeğin veremediği tamamlanmışlık hissi, karnındaki çocuktan devşirilir. Bu kadınlar bedenlerini ilk kez kendilerinin hissederler, çünkü bedenleri bebeklerine, bebekleriye kendilerine aittir (s. 128). Beauvoir bunun bir yanılğı olduğundan bahseder. Kadın yeni bir insanı var etmez; varoluş, kişinin kendisinin gerçekleştirdiği bir olgudur. O dünyaya ancak bir et parçası getirmiştir, bundan sonrasında ona ait olmayacaktır.

Aynı zamanda kadın hamileliğini tek başına yaşar. Doğurduğu canlının dünyaya gelir gelmez ona yakın olacağını varsaysa da esasen ortak bir geçmişleri yoktur. Hamilelik, aynı zamanda kadının ölümsüzlüğe ulaşmasının bir yoludur. Soyunu sürdürmek bir bakıma ölümsüzleşmek anlamına gelir. Bir yandan da bedeni hamileliğe tepki olarak hastalık belirtileri gösterir. Vücudu, içindeki yabancidan kurtulmak ister. Bu sebeple kadın, hamilelik boyunca iki uç arasında gidip gelir (s. 129-30).

Beauvoir’a göre çocuğun kendisini dünyaya getiren anne karşısında bir çaresizliği vardır. Ya annenin dünyaya, erkeklere ve hayata öfkesini çıkardığı bir araç, ya da kendi uzantısı gibi görüp gerçekleştiremediği hayallerini gerçekleştirecek bir kopyası gibi görülme tehlikesi taşır. Annenin “iyi” olması gerektiği düşünülür; “kötü” anne hep başka bir kadındır, üvey annedir (s. 149). Beauvoir bunun gerçeklikten uzak olduğunu savunmuştur. Annelik öyle bir mittir ki, her kadının koşulsuz şartsız tabi olacağı, muhteşem bir yaşam olayı gibi aktarılır. Halbuki kadınların ezici çoğunluğunun deneyimi bu yönde değildir. Bölümün başında kürtajdan bahsederken kürtaj yaptıran kadınların da anne olduğundan bahseder. Bu şeytanlaştırılan kadınlarla çocuklarının başını okşayan ‘melek anne’ figürü esasen aynı kadındır. Toplum kadını her anlamda tek boyutlu bir kalıba hapsetmiştir; annelik de kadının üzerine yapışan bir kimlik olmakla birlikte derinliği olmayan bir kimliktir.

Annelikle ilgili iki çıkarımı vardır Beauvoir’ın. Birincisi, annelerin çoğunun “mutsuz, doyumsuz, kezzap gibi” varlıklar olduğudur (s. 158). İkincisi ise çocuğun annede mutlak bir mutluluk bulamayacağıdır. Anneliğin içgüdüsel bir kavram değil, toplumsal bir inşa olduğunu savunan Beauvoir’a göre, anne olmak savunulduğu gibi kadını erkeğe eşit kılan ya da kadının varlığını doğrulayan bir fenomen değildir. *İkinci Cinsiyet*’in yayınlanmasından yaklaşık yirmi yıl sonra verdiği bir röportajda Beauvoir, anne olmadığı için kendisini “eksik” olarak tanımlayanlara cevaben, kadının doğuştan gelen bir özü olmadığını ve kadınlığı yaşamanın binlerce yolu olduğunu; anneliği seçmemenin bu yollardan sadece biri olduğunu söyler.⁹

Denemelerinden oluşan *Pyrrhus ile Cineas*’ta da yine “dünyaya getirilen çocuk” üzerinden argümanlar kurar Beauvoir, fakat bu kez denkleme babayı da dahil ederek ebeveynlikten girer. Çocuğun anne babanın malı değil, kendine münhasır bir insan olduğu düşüncesi oldukça yenidir. Aitlik-sahiplik ilişkisinde sahibin, yani babanın kendine sorduğu soruyla başlar: “Ne diye şu toprağı, şu kadını, şu çocukları *benim* saymalı?” (1944/1989, s. 15-

⁹ “Simone de Beauvoir – Feminizm Üzerine (1967)”

<https://www.youtube.com/watch?v=ANCU3ogzx2Y&t=1s>

16, vurgu orijinal). “Esirgemezlik” başlığında da bu ilişkiyi tam tersine çevirir. Çocuğundan hiçbir şeyi esirgemeyen babaya, çocuğun dünyaya gelmeyi istemediğini; ona her şeyi verdiyse vermek istediği için verdiğini söylemesi babayı yaralar. Burada çocuk haklıdır, baba bunu kendi seçimiyle yapmıştır. Çocuğun isteklerine köle olmak istediye bunda özgürdür; “Baş eğen köle eğilmeyi seçmiş demektir.” (s. 83).

Dönemin feminist söylemine baktığımızda Beauvoir’ın ikinci dalga adı verilen feminist akımı başlatan filozof olduğunu söyleyebiliriz. *İkinci Cinsiyet* ile başlayan yazın, Kate Millett, Luce Irigaray, Betty Friedan gibi radikal feministler için yol açıcı olmuştur. Yaşamının son yıllarında da Beauvoir bu genç feministlere destek vermiştir (Bakewell 2016, s. 314). Kadın olma deneyimi ve annelik ile ilgili yazdıklarının modasının geçeceğini düşünmüş ve ummuş olsa da, yaklaşık seksen yıl sonra yazdıkları hala geçerliliğini koruyor. Bunların ışığında *Mandarinler*’de annelik ve kadın olmanın nerede durduğuna baktığımızda, Beauvoir’ın kendiyle çelişmeden bize çok farklı kadınlık ve annelik perspektifleri sunduğunu görürüz.

Kadınlığın Farklı Yüzleri: Annelik, Cinsellik, Ölüm

Mandarinler’i bir Henri’nin, bir Anne’in bakış açılarından okuruz. Romandaki başkarakter Henri Perron’dur. Perron otuz beş yaşlarında bir yazardır. Uzun yıllardır Paule ile beraberdir; ona aşık değildir fakat ilişkiyi de bir türlü sonlandıramaz. Aynı zamanda *L’espoir* adlı bir sol gazetenin de editörlüğünü yapar. Perron’un akıl hocası ve onun yazar olarak çıkış yapmasını sağlayan Robert Dubreuilh ve ailesi, kitabın diğer ana karakterlerini oluşturur. Dubreuilh’ün eşi Anne bir psikanalisttir. On sekiz yaşlarındaki kızları Nadine üniversite öğrencisi, ne istediğini bilmeyen bir kızdır. Savaş sırasında da Yahudi olan sevgilisi Diego’yu toplama kamplarında kaybetmiştir. Nadine’in kitap boyunca gösterdiği davranışlarda bu olayın onun üzerinde yarattığı ağır tahribatı gözlemleriz.

Anne’in hikayesi kısaca şöyledir: Yirmi yılı aşkın bir süredir evlidir, doktor ve psikanalisttir. Kendini ailesine adamıştır, fakat kızı Nadine ile çekişmeli bir ilişkisi vardır. Hayatının anlamını sorguladığı, nerede durduğunu merak ettiği bir dönemde gelen bir kongre davetiyle Amerika’ya gider. Burada tanıştığı yazar Lewis Brogan ile uzak mesafeli bir ilişki yaşar. Yaklaşık üç yıl süren bu ilişkinin başında Lewis onu sevdiğini söyler, Chicago’ya taşınıp onunla yaşamasını, hatta evlenmelerini ister. Anne bu konuda bir ikilem yaşasa da Paris’teki hayatını bırakamayacağını düşünür. Son görüşmelerinde Lewis artık onu sevmediğini söyler. Anne’in anlam arayışında bu bardağı taşıran son damla olur ve intihar etmeye karar verir. Kitap, Anne’in ölümünün eşi ve kızı üzerinde bırakacağı etkiyi düşünüp vazgeçmesi ve umutsuzluk

içinde de olsa yaşama devam etmeye karar vermesiyle biter. Anne'in ağzından anlatılan bölümler, bize kadın olma ve annelik ile ilgili varoluşçu feminist bir bakış açısı sunar.

Anne, üniversite öğrencisiyken hocası olan, kendisinden yirmi yaş büyük Robert ile bir ilişki yaşamaya başlar. Hızlı bir biçimde de evlenirler. Tek çocukları Nadine de bu evlilikten kısa bir süre sonra doğar. Kitap boyunca yaşına, giyimine ve görüntüsüne vurgu yapılan Anne'in aslında sadece otuz sekiz yaşında olduğunu kitabın başlarında öğreniriz. Kendisinden sadece üç yaş küçük olan Henri'ye tanınan toplumsal haklar, sıra Anne'e gelince tersine döner gibidir. Henri'nin ilk bölümlerde neredeyse yarı yaşında olan Nadine ile bir ilişki yaşaması, Anne'in ise cinsellikten çok uzak tasvir edilmesi buna örnektir.

Anne sık sık kendini ve kızıyla olan ilişkisini sorgular. Kendini sorgulamaları özellikle başkalarının bakış açısının yarattığı sıkılganlık ile başlar:

“(...)Ben hiç kimseyim. Söylemesi ne kolay. Ben benim. Ama önce bu “ben”in kim olduğunu anlamak lazım. Kendimi nerede bulabilirim? Tüm kapıların ötesinde olmalıyım, ama kapıyı çalan ben olsam yanıt veren olmayacak. Birden yüzümün yanıp tutuştuğunu hissettim. Çekip çıkarabilmeyi isterdim bu çehreyi.”(s.45)

Anne'in bu düşünce akışı, Sartre'ın *Varlık ve Hiçlik*'te (1943) bahsettiği “başkasının bakışı”nın onu nasıl şekillendirdiğini belli eder. Kendini anlattığı pasajlarda da Anne, Robert'ın onu nasıl etkilediğinden sık sık bahseder:

“(...)İnsanın yirmi yaşında, sevdiği insanın elinden dünyayı armağan olarak alması ne büyük bir şans! Aynı şekilde, bu dünyada yerini tam olarak bulabilmek de büyük şans!(...) Yıllar var ki aramızdaki istek söndü; ama birbirimize öylesine bağlıyız ki bedenlerimizin birleşmesi artık fazla bir önem taşımıyor.” (s.58)

“(...)Tutunacak pek çok dalı olduğunu yineleyip duruyorum kendime. (...) geçmişimizden artık pek emin değilim. Hemen çocuk isteği de, herhâlde onun var oluşunu kanıtlamakta yetersiz kaldığım içindi. Belki de artık hakim olamadığı yarınlardan bir pay çıkarmak için...”(s.59)

Anne'in hayatta kendini ve yerini buluşu, Robert'ın sağladığı bir imkan gibidir. Hayatının diğer bir önemli ilişkisi olan kızıyla ilişkisi de esasen Robert'ın çocuk sahibi olma isteğiyle gerçekleşmiştir. Anne-kız ilişkileri bir çekişme, bir rekabet gibi ilerler. Çoğu konuda

aynı düşünmezler, özellikle cinselliği yaşama konusunda. Anne, kızını yeterince sevemediğini kendine itiraf eder. İçten içe Nadine’in de böyle hissettiğini sezer gibidir:

“Ona gösterdiğim özen ve cömertlik Nadine’i daima rahatsız ederdi. Bir türlü minnettarlık duyamadığı ve bundan dolayı da vicdan azabı çektiğinden olsa gerek. (...) Fedakarlığım ve cömertliğim yanlış ve kurnazca bir oyundu(...)oyşa istediğim vicdan azabımı dindirmektir (...) Ona sözümü geçiremememden ve onu yeterince sevmememden duyduğum o vicdan azabı!” (s.73).

Anne karakterinin roman boyunca yaşadığı değişimlere varoluşçuluğun dört dünya kavramı çerçevesinden baktığımızda, Anne’in karakterinin en zayıf kalan yönü, kuşkusuz kişisel boyutu yani *Eigenwelt*’idir. Yaşamımızın bazı alanlarının diğerleriyle iletişim halinde olması, hatta iç içe geçmesi beklenen ve olması gereken bir durumdur. Anne’de kişisel boyutun tamamen diğerlerine karıştığını ve onların içinde eridiğini görürüz; özellikle de sosyal boyutta. Kierkegaard’a göre kaygı bizim belirsizlikten ötürü hissettiğimiz bir duyguyken, umutsuzluk ise her şeyin çok keskin sınırlarla belirlenip bize hareket alanı bırakmamasından kaynaklanır. Kitap boyunca Anne’in bu iki duygu arasında gidip geldiğini görürüz. Savaşın sonraki hayatları belirsizlik içindedir. Artık her şey çok daha farklı olacaktır herkes için, fakat ne yönde olacağı bilinemez. Anne’in bu noktada aile ilişkilerine sarılarak dengede durmaya çalıştığından bahsetmiştik. Kaygının esas temeli, Tillich’e göre ölümden kaçamayacak olmamızdır. Cesareti ise bunun karşısına konumlandırır. Kaygıdan çıkışın yolu bu belirsizlikte cesaret etmektir. Anne’in Lewis ile yeni bir hayata başlamaya cesaret edemeyişinin sonucu, kendini umutsuzluğa mahkum edip çıkış yolunu intiharda aramasına sebep olmuştur. Roman boyunca Anne’i kendi hayatını sonlandırmaya iten başka pek çok olay gerçekleşse de, Lewis’in artık onu sevmemesi bardağı taşıran son damla gibidir. Robert ve Nadine’in bundan nasıl etkileneceğini düşünüp kendini öldürmekten vazgeçmesinin ardından yaşamını bundan sonra sürdüreceği anlamı dışarıdan bekler. Bu da kendi duygularına yabancılaşması ve otantik olmaktan uzaklaşmasıdır aslında. Lewis’le geçirdiği son yazda alkol tüketiminin de artması, depresyona meylini gösterirken bir bağımlılığın başlangıcını da işaret edebilir. Depresifliğinin sebebi cesaret edememesi ve hayatını değiştirme fırsatını kaçırmasıdır. Ölmekten vazgeçmesi, gerçekten ölmediği anlamına gelmez. Son sözlerinde “kayıtsızlığa kapılmadığını” (s. 741) ifade etse de geçip giden fırsatlar, yeni bir aşk ve yeni bir hayatın kaybı; mevcut hayatının aslında onu tatmin etmeyişi ile bundan sonrasının onun için bir yas süreci olacağını söyleyebiliriz. Anne’i bıraktığımız yerde o bundan sonrası için belki tekrar mutlu olma şansının olacağını

düşünmektedir. Fakat bunu yine şöyle ifade eder: “Mademki yüreğim çarpmaya devam ediyor, bir şeyler için, birileri için çarpmak zorunda.” (s. 741). Bu “birilerinin” içerisinde kendisinin olup olmadığını, bundan sonra sadece kendisi için yaşamayı deneyip denemeyeceğini ise bilemeyiz.

Anne, kızına olan duygularını zaman zaman netlikle ifade eder; ama sadece kendi içinde. Kitabın başlarında yine kendi entelektüel çevrelerinden olan Scriassine ile kısa bir ilişki yaşar. Onu buna itenin Nadine olduğunu düşündüğü için ona öfkelenir, fakat bunu asla Nadine’e ifade etmez (s. 95). Robert’a arada bir Nadine’in hayatını yaşayış biçimine laf etmediği için karşı çıktığını da görürüz. Robert için “Nadine’in bir erkek olmadığını bir türlü benimsememişti.” (s.82) demesi, Anne’in kadınlık ve kadın olmak hakkındaki düşüncelerini tanıtmaya başladığımız ilk noktalardan biridir. Anne aslında hep duygularının peşinden giden bir kadındır; fakat bunu kendine bile itiraf edemez. Scriassine’le yaşadığı macerayı, hiçbir duygusallık barındırmadığı için bitirir. Nadine’in seks ve aşkı birbirinden çok ayrı görüşünden rahatsızlık hissettiğini de kitap boyunca gözlemleriz.

Nadine’in Henri ile bir aylığına Portekiz’e gidişi, Anne’i rahatlatır. Kapıların gürültüsüyle çarpmamasını, kapısını tıklatan biri olmadan çalışabilmeyi, Robert ile bölünmeden sohbet edebilmeyi şöyle tarif eder:

“Hayatta kalabilmek, yaşamın öte yanında olabilmek; çok rahat bir duygudur bu. Hiçbir şey beklemezsiniz, hiçbir şeyden korkmazsınız; geçen tüm saatler bir anıdır artık!” (s.203)

Burada tarif edilen, aynı zamanda savaştan sonra hayatta kalmaktır. Nadine’in Yahudi sevgilisi Diego, toplama kampında öldürülür. Anne, bu felaketi kendi başına gelmiş olmasa bile hayatından asla silinmeyecek bir felaket olarak niteler (s. 85). Nadine’in henüz on yedi yaşındayken tecrübe ettiği bu olayla ilgili yaklaşımı, bir hastaya olan yaklaşımından çok da farklı değildir. Hatta yabancıların savaşta başına gelen olaylara daha bile sempatik yaklaştığı söylenebilir. Nadine’in başına gelen bu felaketse dolaylı yoldan kendisinin de başına gelmiştir; bu acı, Nadine’e biriktirdiği öfke ile birleşince, Nadine’in Anne’in gözünde adeta bir günah keçisi olduğunu söylemek uygun olabilir. Anne, çocuk sahibi olmayı istememiştir. Robert’ın isteğiyle yaptığı bu seçim, sonunda ona acı getirir.

Kitabın sonlarına doğru Nadine, Henri’den hamile kalır ve evlenir. Hamileliği Henri’yi evliliğe razı etmek için kullandığını sonradan itiraf eder, ama çocuk sahibi olmak istediğini de Anne’e hamile olduğunu söylediği konuşmada belirtir (s. 642). Nadine’in anne olmasıyla adeta

Çember tamamlanır. Savaş bitmiş, izleri silinmiştir; artık herkesin hayatında yeni bir sayfa açılacak, yeni seçimler yapılacaktır.

Nadine'in anneliğini Henri'nin gözünden görürüz. Nadine bebeğiyle ilgilenir ve iyi bir anne olmaya önem verir, fakat çocuğa yaklaşımında şefkatin eksik olduğunu hisseder Henri. Ona göre bu, Nadine'i sevmeyi zorlaştıran şeydir; çocuğuna bile bir kapalı kutu gibi durması (s.694). Burayı okurken okurun aklına düşen ilk düşünce, Anne'in bebekken Nadine'a yaklaşımıdır. Acaba o da mı Nadine'e bu şefkati vermekten geri kalmıştır?

Anne ve Nadine arasındaki ilişkiyi en güzel şekilde tanımlayan da Henri'dir. Burada Beauvoir'ın bunu Anne'in farkına vardığı bir durumdan ziyade dışarıdan biri, üstelik bir erkek olan Henri'nin gözünden aktarması da bir o kadar ilginçtir:

“(...) ‘Annenle olan ilişkilerin çok garip doğrusu.’

‘Neden garip olsun?(...) Ben onu severim! Ama zaman zaman beni sinirlendirir; eminim, o da aynı şeyleri hissediyordur. Bunda şaşılacak bir şey yok. Aile ilişkileri hep böyledir zaten!’

Henri stelemedi, ama hep fark etmişti: Bu iki kadın, hiç kuşku yok birbirleri için canlarını vermeye hazırdılar; ama yine de aralarında yolunda gitmeyen bir şey vardı.”(s. 703-704).

Anne-kız ilişkileri, kızın da anne olmasından sonra değişime hiç uğramamıştır. Bunun sebebi, Anne'in git gide tırmanan, kendi hayatının anlamını diğerlerinden ayırıştırdığında ne kaldığı üzerine düşünce yormalarıdır. Onun kendini bir anne olarak görmekten çok, kurduğu hayatı ayakta tutmaya çalışan bir görev insanı olarak gördüğünü söyleyebiliriz. Bu bir anlamda Robert'la olan ilişkisinde de böyledir. Anne'in kendilik dünyasının farkına varması da yine diğer insanlarla yaşadığı ilişkiler üzerinden gerçekleşir. Bu ilişkilerden en önemlisi Lewis'la yaşadığı romantik ilişki ve Paule ile olan dostluğudur.

Kitapta Anne haricinde gördüğümüz üç kadın karakter daha vardır: Nadine, Paule ve kısa da olsa Josette. Josette, Henri'nin piyesinde başrol oynayan genç bir kadındır. Henri, Paule'den tamamen ayrıldıktan sonra bir yıl kadar Josette ile ilişki yaşar. Onu sadece Henri'nin gözünden okuruz. Henri'ye göre sadece çok güzel bir kadın olan Josette, annesinin zorlamasıyla nl olmaya çalışmaktadır. Henri bu ilişkiyi çok da önemsemez görünmesine rağmen, Josette'in bir zamanlar bir Alman subayına aşık olduğunu duyduğunda kıskançlığına engel olamaz. Sonrasında onu ve annesini kurtarmak için yalancı şahitlik de yapar. Josette,

olabildiğince yüzeysel anlatılmıştır. Paule’yi ise hem Henri’nin hem Anne’in gözünden okuduğumuz için daha detaylı bilgiye sahip oluruz; fakat çizilen portre yine de yüzeysel kalır. Josette için nasıl ünlü olmak önemliyse, Paule için de Henri ile yaşadıkları aşk yaşamının tek gündemidir. Bir zamanlar şarkıcı olarak umut vadeden bir kariyeri olmasına rağmen Henri ile ilişkileri başladığında yavaş yavaş dış dünyadan çekilir. Paule’yi çoğunlukla evde umutsuz bir şekilde Henri’yi beklerken, onunla ilişkisini kurtarmaya çalışırken görürüz. Henri’nin onu artık sevmediğini ise kitabın başında öğreniriz. Ayrılıkları kesinleştikten sonra bir noktada sanrıları iyice artar, intihara kalkışır ve Anne’in girişimi ile hastaneye yatırılır. Çıktıktan sonra Henri’ye olan düşkünlüğünden sıyrılmıştır, fakat yine de derinleşemez. Josette karakteri de bir bakıma Paule’nin Henri ile uzun ilişkisine başlamadan önceki hali gibidir: genç, güzel, umut vadeden fakat tek boyutlu ve hep başkalarıyla olan ilişkileri üzerine şekillenmiş bir kadın. Anne’in kısımlarında Paule’ye acıyan, onunla ortak bir paydada buluşamayan üstenci bir tavır görürüz. Anne ne zaman uzun süreli bir uzak mesafe ilişkisine başlar, o zaman Paule ile benzerlikleri ortaya çıkar.

Amerika’da yapılan bir kongreye davet edilen Anne, daveti geri çevirmeyi çok düşünür, çünkü kocası ve kızının o olmadan idare edemeyecekleri düşüncesindedir. Robert’in cesaretlendirmesiyle teklifi kabul edip gider. Orada tanıştığı Lewis’e aşık olacak ve iki kez daha onu ziyaret edecektir. Anne aşık olduğunda, o zamana dek çizdiği kendini çocuğuna ve kocasına adanmış, başarılı iş kadını profilinden çok daha farklı yönlerini görmeye başlarız. Anne, Lewis ile üst üste üç yıl görüşür. İkinci görüşmelerinde Lewis, Paris’teki hayatını bırakıp kendisiyle yaşamasını ve Amerika’da kalmasını ister ama Anne eski hayatından vazgeçemeyeceğini düşünür.

“(…)’Çünkü aşk her şey demek değildir... Beni anlamanız gerekir. Sizin için de aynı şey geçerli.’(…)’Benim için başka şeylerin de değer taşıması, sizi az sevdiğim anlamına gelmemeli. Bana kızmayın bunun için! Hep böyle sevin beni.”(s.555-56).

Anne esasen Lewis ile özgür bir aşk yaşamak ister. Lewis ona göre daha tutucu bir adamdır. Scriassine’de de Lewis’te de Robert’tan çok daha farklı adamlar görürüz. Anne, kendisini özgür bırakan bir adamla hayatını birleştirmeyi seçmiştir. Fakat ona duyduğu derin bağlılık, romantik aşktan çok daha farklıdır; Nadine’den esirgediği şefkat dolu anneliği Robert’a verir adeta. Cinselliğini ise ancak karakter olarak Robert’tan çok daha uzak bir adamla yaşar. Lewis da Robert gibi yazardır ama Robert’la karşılaştırdınca ancak bir semi-entelektüeldir. Anne’a bir sıcak bir soğuk davranışları, arada onu “pataklamak istediğini”

söylemesi, genel olarak şiddete yatkın bir adam olması, okurun Anne gibi bir kadının onda ne bulduğunu sorgulamasına yol açar. Karakteri buna çok zıt olmasına rağmen onu sadece kendi için isteyen, hayatından vazgeçmesini teklif eden bu adama duyduğu aşk, ilk zamanlarında Robert’a duyduğu sevgiden çok daha farklıdır, çünkü içinde tutku barındırır. Robert’la aralarındaki ilişki, arzunun bir uzantısı olmaktan ziyade, dostluğun bir uzantısı gibidir. Arzunun bu denli eksik olduğu yerde önce cinsellik gitmiştir; Anne’in tarif ettiği “bağlılık” ise daha çok bir alışkanlığa dönüşmüştür.

Son gidişinde Lewis’in artık onu sevmediğini söylemesi Anne’i derinden yaralar. O yaz mevsimini gereğinden fazla alkol alarak ve ağlayarak geçirir. Lewis’in söylediği bir söz ya da bakışından veya ses tonundan dolayı gözyaşlarına boğulması, yapacak hiçbir şey bulamayıp sadece biten aşkı üzerine düşünmesi, sürekli içmesiyle Anne adeta bir zamanlar kınadığı Paule gibi olmuştur. Lewis’la geçirdiği son yazın ardından Paris’e döndüğünde Paule hastaneden çıkmış ve iyileşmiştir, beraber dışarı çıkarlar. Paule’nin değişimi, Anne’in kendini sorgulamasına yol açar. Robert’ın ona ihtiyaç duymaması ama Lewis’in duyması onu ikilemde bırakır (s. 636). Yaşadığı romantik ilişkide bile ona duyulan ihtiyaç üzerinden kendini konumlandırması, Anne’in de aslında eleştirdiği Nadine’den ve Paule’den çok da farklı olmadığını gösterir bize.

Anne’in yaşamının en çok sosyal boyutta, yani Heidegger’in deyimiyle *Mitwelt*’te genişlediğini görürüz. Anne’in *Mitwelt*’indeki en önemli kısım da ilişkileridir. Bu ilişkilere ailesi de dahildir. Anne’in Robert’la ilişkisi başlamadan önce nasıl ilişkileri olduğuna dair bir bilgiye rastlamayız. Onu kendinden yirmi yaş büyük bu adama iten şeyin daha çok entelektüel bir hayranlık olduğunu anlayabiliriz. Diğer cinsel ve romantik ilişkilerine baktığımızda, Scriassine’le yaşadığı ilişkinin Anne’in hayatında tuttuğu yerin Robert ve Nadine ile bağlantılı olduğunu söyleyebiliriz. Anne’de Nadine’e olan hınç, yaşanan bu kısa cinsel ilişkide vücut bulmuş gibidir. Anne, Scriassine’le buluşmaya gönülsüzce gider. Amacı, hayatında bir şeylerin olmasıdır. Buluştuklarında kendi kendine sorduğu soru da bunu işaret eder: “(...) Benim için artık hiçbir şey olmayacak mıydı?” (s.86). Onun kendi deyimiyle “kadınlık hayatı” biterken Nadine’inki yeni başlamaktadır. Nadine ona göre cinsellik konusunda da çok daha rahattır. Adeta kızıyla yarışır gibi Scriassine’le yaşadığı bu macera, hem cinsel ilişki esnasında gördüğü şiddet, hem de sonrasında ve esnasında Anne’e hissettirdikleri açısından oldukça zorlayıcıdır. Cinselliğini yaşamak, kadın olduğunu hissetmek için yine dışarıdan birine yönelir, fakat aradığını bulamaz. Onun için ancak duygusal anlamda ilişkilenecek, cinsel ilişkinin, kadınlığını yaşamasına giden yolu açabilmesini sağlar. Nitekim Lewis ile bir araya geldikleri gece ilk

tercihi o değil, Philipp'tir. Philipp planlarını iptal etmeye yanaşmadığı için Lewis'e gider ve ilişkileri başlar. Beraber geçirdikleri son yazda Philipp ile tekrar buluştuğunda, acaba o hafta sonunu onunla geçirmiş olsaydı neler olabileceğini düşünür. Lewis ile kurduğu duygusal bağ o kadar güçlüdür ki yaptığı seçimin doğru olduğuna kanaat getirir.

Nadine'le olan ilişkisinin başlangıcı bir bakıma Robert'ın girişimiyle olmuştur; anne olmak bilinçli bir seçimden ziyade hayatın onu götürdüğü, farkında olmadan seçtiği bir yoldur. Anne kendine bir aile kurmuştur, ancak hangi aileden geldiğini bilmeyiz. Sadece birkaç yerde, diyalogların arasında uzun süre Katolik olduğunu belirtir. Buradan kendisini yetiştiren ailenin Katolik olduğunu çıkarabiliyor olsak da yine de Anne'i otuzlu yaşlarının sonunda, yetişkin bir çocuk sahibi, evli ve çalışan bir kadın olarak tanımadan önce kim olduğuna dair net bir bilgi yoktur. Bu da Anne'in ilk başta okuyucu tarafından sadece ilişkisel boyutta algılanmasına sebep olur. Anne, kendini hep başkalarına sağladığı fayda üzerinden değerlendirir. Nadine'le olan diyaloglarında da kendini onun hayatında "imkan sağlayan" konumuna yerleştirdiğini görebiliriz. Kitabın sonlarında bu faydanın ortadan kalkmaya başlaması, onun sorgulamalarının artıp kendi hayatının amacının ne olduğunu daha sık düşünmeye iter.

Anne'in yaşamının ilişkisel boyutunun aslında tek taraflı olduğunu intihar etmeye hazırlandığı bölümde en rahat biçimde görürüz. Martin Buber'in tanımladığı Ben-Sen ilişkisinde varoluşumuz, öteki ile gelişir. Dünyaya gözümüzü açtığımız andan itibaren başka insanlarla beraber yaşarız. "Ben"i izole etmek bu ilişkilenenin sağlıklı olmasına yol açar. Karşıdakiyle her iletişime geçtiğimizde ona "Ben" olarak davranmak, onda bir "Sen" yansıması oluşmasını sağlar. Buber'e göre insanlar, bu "Sen" sayesinde gerçek "Sen" ile, yani Tanrı ile iletişime geçer. "Ben"in farkına ancak ilahi "Sen" ile varılabilir. Buber'in "topluluk" olarak tanımladığı durum, ancak herkes birbirine bu şekilde davranırsa oluşabilir (Van Deurzen ve Arnold-Baker'da Tantam ve Van Deurzen 2017, s. 196). Buradaki karşılıklılık, Anne'in hayatında yoktur; çünkü esasen ondan diğerlerine giden bir şey de yoktur. İlişkilerinin tek taraflı olmasının sebeplerinden biri de Anne'in görev bilinciyle hareket etmesidir. Nadine anne olduğunda Henri'nin onda eksik olduğunu düşündüğü şefkat, Anne'de de bulunamaz. Robert'ı terk edip Lewis ile yeni bir hayata başlama düşüncesi, Anne'in hayatının sorumluluğunu almaya en çok yaklaştığı andır, ama o bunu çoğunlukla görev bilinci ile reddeder. Mitwelt'te en yoğun gözlemlenen, Anne'in sorumluluk sahibi biri olduğudur. Duygusal açıdan bakıldığında reddedilmenin ve ihmal edilmenin verdiği öfke, Anne'de en çok öne çıkan duygulardır. Kierkegaard'a göre iki temel duygu olan kaygı ve umutsuzluğu da görürüz. Amerika'da yeni bir hayata başlamak, her şeyi belirsiz kılacağı için yaşadığı yoğun kaygı

sonunda Anne, Paris'e dönmeyi tercih eder. Bu kararını Lewis'le her görüştüğünde bir şekilde gözden geçirse de uygulamaz. Sonunda hayatındaki her şeyin onu ne kadar sıkıştırdığını, hareket alanının hiç kalmadığını gördüğünde de derin bir umutsuzluğa kapılarak hayatına son vermek ister. Bu kararından da vazgeçtiği halde, kitabın sonunda hakim olan duygunun umutsuzluk olduğunu görürüz. Yine diğerlerinden gelecek olan bir mutluluğun olabileceğini varsayar, ama buna pek de ihtimal vermez.

Arkadaşlık ilişkilerinde de karşısındakiyle eşit bir noktada duran bir Anne göremeyiz. En yakın ilişkide olduğu kişi Paule'dir, o da Robert'ın Henri ile olan yakınlığı sayesinde hayatına girmiştir. Robert'ın toplumdaki pozisyonu sebebiyle dahil oldukları sosyal çevrelerden ise genellikle kaçınan bir havası vardır. Davranış olarak Paule'ye yakınlaştığını okuyucu olarak biz görsek bile Anne bunun farkında olmaz. Henri ile olan dostluğu da yine Robert üzerindendir. Bir yazar olarak onu takdir eder; bazen de psikanalist kimliği ile onu ve Paule'yi, aralarındaki ilişkiyi tahlil eder. Hayatta en yakın olduğu insan yine Robert'tır fakat esasen onunla da kendiyle ilgili bir şey paylaşmaz. Herkesin hayatında destek olan ve gözlemci olarak bulunan Anne, kendi hayatına da sadece seyircidir. Lewis'la yaşadığı ilişkide her şey kendisiyle ilgilidir, fakat orada da bocalar. Lewis'in onu mutlu etmek için hep onun isteklerini yapması ama sonunda bununla ilgili kinlendiğini söylemesi Anne'i ikilemde bırakır. Hayatında sadece kendiyle ilgili olan konularda da reddedilir. Bu reddedilme onun kendiliğini reddetmesidir aslında. Kendine acısını hissetmek için bile imkan vermez. Herkese görev bilinciyle sunduğu şefkati kendinden esirger.

Yaşadığı aşkın sonlanması ile torununun doğumu hemen hemen aynı zamana gelir. Anne'in yavaş yavaş kendi hayatının sorumluluğunu alma zamanının geldiğini görürüz. Nadine kendi hayatını kurmuştur, Robert'ın ona ihtiyacı olmadığını da anlamıştır. O zaman hayatı ne anlama gelmektedir, ne için yaşamaktadır? Sorgulamalarının yoğunlaşmaya başlamasından bir yıl kadar önce, Paule hastaneye kaldırılacağı zaman şöyle düşünür Anne:

(...) Ne için iyileşecekti? İyileştikten sonra ne olacaktı? Aslında bunu tahmin etmek kolaydı: Benim gibi ya da milyonlarca kadın gibi olacaktı: Yani niçin yaşadığını bilemeden ölümü bekleyen bir kadın!" (s. 536)

Anne Paule'yi kurtarmak için çantasından aldığı zehri, kitabın son bölümünde kendi hayatına son vermek için kullanmaya karar verir. Yaşamak onun için gerçekten yaşamak değil, ölümü beklemek haline gelmiştir. Hayatını sürdürmek için bir çağrıya ihtiyaç duyar; kendisine

ihtiyaç duyulmasına ihtiyacı vardır. Bunun artık olmadığını gördüğünde içinde kimseye karşı bir sevgi kalmadığını söyler: artık her şey bomboş ve saçmadır.

“(…) Benim için tek önemli olan kendi yaşamım; o da artık önemini yitirdi. Bu dünyada yapacak hiçbir şey bulamıyorum (....) Nadine, Henri’yi seviyordu; onun gözünde tüm önemimi yitirmiştim. Robert benimle mutlu olmuştu; ama aynı mutluluğu başkasıyla ya da tek başına da yaşayabilirdi (...) Lewis’in bana ihtiyacı vardı ama ‘başlamak için, yeniden başlamak için zaman artık çok geç’ diye düşünmüş, kendime nedenler bulmuştum. Oysa tüm nedenlerim yok olup gitmişti; artık onun da bana ihtiyacı kalmamıştı(...)Maria’ya bakıyorum. Gözleri yumulu o minicik çehrede gördüğüm yine kendi ölümüm. Bir gün benim yaşıma gelecek, bense artık yaşamıyor olacağım. Uyuyor, nefes alıyor... Gerçek olan o!”(s. 737)

Yaşadığı bu buhran anından Anne, ancak ölümünün başkaları üzerinde yaratacağı etkiyi düşündüğü zaman çıkar. Ölü bedenini bulacak olan Nadine’in tepkisini, Robert’ın nasıl da üzüleceğini düşünür ve yaşadığına karar verir: “Ölüme mahkum olduğum kadar, yaşamaya da mahkumum.”(s.740). Anne tamamen kendini ilgilendiren hayatını sonlandırma kararını bile yine ilişkisel dünyasını oluşturan kişilere göre verir. “Beni ölümden koparacak kadar güçlü olduklarına göre, belki yaşamama da yardımcı olabilirler.” (s.741).

Umwelt’te Anne’in bedeni ve bedeni aracılığıyla fiziksel dünya ile kurduğu ilişki; ölüm, cinsellik ve yaş üçgeninde ilerler. Anne’in sesini ilk duyuşumuz, onun kendi ölümüyle ilgili düşüncelerini okumamızla olur. Nadine’in sevgilisi Diego’nun ölümü, onun olmadığı ilk Noel’in kutlanacak olması Anne’i düşüncelere salmaya başlamıştır. Savaşın sonraki ilk Noel, onun hayatta kalan olarak kutlayacağı ilk Noel’dir. Diego’nun henüz on sekiz yaşındayken öldürülmüş olması, başka dostlarının da Naziler tarafından onlardan koparılmış olmasıysa Anne’de suçluluğa yol açar. “Karşısına çıkan her şeyi onlardan çaldığını” (s.32) düşünür. İlerleyen bölümlerde Diego’nun ölümünün onun başına gelmemiş olsa bile hayatından silemeyeceği bir felaket olduğunu düşündüğünü söyleyecektir (s.85). Roman, savaş sonrasında geçtiği için ölüm hakim olan bir temadır; fakat bu ölümlerin ardından yas tutmak veya intikamını almaktan çok “Hayat devam ediyor.” düsturuyla devam eden bir temadır. Sondan bir önceki bölümde bir zamanlar Direniş üyesi olan Sezenac karakterinin Yahudileri sınırdan güvenli bölgeye kaçırdığını söyleyip aslında onları para karşılığı Almanlara teslim ettiği ortaya çıkar. Sezenac, kendisini öldürmek isteyen Vincent’tan kaçarak Dubreuilh’lere sığınır. Nadine, ölenlerin öcünün alınması gerektiğini savunurken Anne ile bir tartışmaları geçer:

“(…)’Ama unuttuk onları!’ dedi Anne sert bir sesle. ‘Suç belki bizim de değil, ama geçmişleri üzerinde hiçbir hakkımız kalmadı artık. (...) Hayır, unuttun. Kendine bir yaşam kurdun, bir çocuk sahibi oldun. Yani unuttun! Sezenac’ın cezalandırılmasını o kadar çok istiyorsan, bu, kendine tam aksini kanıtlamak için... Ve buna da kötü niyet derler!’” (s. 717)

Sezenac’ın ölümünün ardından, Anne’in intihar düşüncesini anlattığı son bölüm gelir. Yaşadığı iç hesaplaşma bittikten sonra intihar etmekten vazgeçer. Umutsuzluk içerisinde ama yine de yaşamayı seçer. Simone de Beauvoir, *Mandarinler*’i yazarken kendini hem Henri hem Anne ile özdeşleştirdiğini söylemiştir (Suleiman 2010, s. 14). Romanın sonlarına gelirken Henri’nin aklından geçirdiği şu sözler, hem Anne’in hem de çevresindekilerin bundan sonraki hayatları için geçerli sayılabilir: “(...) Savaş ölüm gibidir ve ona hazırlıklı olmanın hiçbir anlamı yoktur. Ama uçak baş aşağı gitmeye başlayınca, dehşete kapılmış bir yolcu olmaksızın, durumu kurtarmaya çalışan bir pilot olmayı yeğlerim.” (s. 730). Olan olmuş, onlar hayatta kalmıştır. Savaşa hazır değillerdi ve olamazlardı da; ölüme de aynı şekilde hazırlıklı olamayacaklardır. Bu durumda hayatının sorumluluğunu eline alıp, mevcut olanla ilerlemek ve geçmişi geride bırakmak gerekir. Anne’in intihar girişimini ise ölümüne hazırlanmak olarak okuyamayız, zira gerçekten hazır olmadığı için bundan vazgeçmiştir. Fakat buna girişmesi bile hayatının sonluluğuyla gerçek anlamda ilk kez yüzleşmesi anlamına gelir. Savaş esnasında tehlikede oldukları zamanlar olsa bile kendi ölümüyle burun buruna gelmesi ancak intiharını planlarken gerçekleşir.

Anne’in bedeniyle cinsellik üzerinden kurduğu ilişkinin sönük olduğunu görürüz. Kitabın başlangıcı 1944 Noel’idir, Anne bu tarihte otuz sekiz yaşındadır ve yaklaşık son beş yıldır Robert ile aralarında cinselliğe dair bir şey kalmadığını belirtir. Scraissine’le olan görüşmesinde hayatına fazla sayıda olmasa da başka erkeklerin de girdiğini söyler, fakat bunun gerçek mi yalan mı olduğunu bilemeyiz. Anne için cinsellikten uzak olmak, kadınlığından da uzak olmaktır aynı zamanda. Scraissine’le yaşadığı cinsellik, onu kadınlığına yaklaştırmaz. Lewis’le yaşadığı ilişkide ise yeniden doğmuş gibidir:

“(…) Bana duyduğu arzu, adeta bambaşka bir kadın yapmıştı beni. Kaç zamandır bir tadım, bir şeklim yok gibiydi. Oysa yeniden göğüslerimi, karnımı, tenimi hissederek olmuştum; ekmek kadar sıcak, toprak kadar bereketliydim sanki. Bu öylesine bir mucizeydi ki zaman kavramını yitirmiş, duyduğum hazzı ölçemez olmuştum.” (s. 405)

Burada Anne'in bahsettiği haz, sadece orgazmdan kaynaklanan bir haz olmaktan ziyade, onun bedeniyle temasa geçmesini ifade eder. Anne'in *Umwelt*'inde de yine *Mitwelt*'inin etkisini görürüz. Başkasının ona duyduğu arzu, onun kendini onaylamasında en büyük etkindir. Dünyada var olmamızın birincil koşulu bir bedenimiz olmasıdır. Her şeyi bedenimizle deneyimleriz. Cinsellik ise başkasının bedenini arzu yoluyla kendi deneyim alanımıza sokar. Aynı zamanda başkasının benimle olan deneyimi de yine bedenime bağlıdır. Simone de Beauvoir, *İkinci Cinsiyet*'te kadın ve erkeğin "bedensel yazgılarının" farklı olduğunu söyler (1981, s. 357). Toplumsal açıdan kadın ve erkeğin cinsellik üzerinden kurduğu ilişkiyi tasvir edişi, Hegel'in köle-efendi diyalektiğinin bir yansımasıdır. Erkek dölleyen, kadın döllendir; kadının arzusu bu yönde olsa bile bu onun erkekten daha aşağıda konumlanmasına yol açar. Kadının ilk kez cinselliği tanıyana kadar içinde hiçbir arzu olmadığı iddiasının da yine toplumsal bir koşullanma olduğunu ileri sürer; Beauvoir'a göre erkekler dışarıdan bir uyarılmayla harekete geçerken, kadınlar ergenliğe girdiklerinde arzu da peşinden gelir. Kadının dokunulmaya, okşanmaya ihtiyacı vardır. Cinselliği edilegendir; hatta "Bir erkeğin kollarında et haline gelmek ister." (s. 362). Henüz cinsel deneyim yaşamamış bir genç kızın cinselliği çift yönlüdür: bekaretini evlenmeden kaybetmesi onu zorlu bir duruma sokacağı için beklemesi gerekir ama arzu mevcuttur. Kendine vulvada yer bulamayan arzu ise tüm bedene yayılır. Sartre da *Varlık ve Hiçlik*'te cinselliğin sadece seksi temsil etmediğini, kişinin tüm hayatına yayılan ve diğerleriyle de ilişkisini belirleyen bir iskelet olduğunu savunmuştur (Van Deurzen ve Arnold Baker'da Smith-Pickard ve Swynnerton 2017, s. 95). Anne'in cinsellik deneyiminin Beauvoir'ın anlattıklarıyla uyumlu olduğunu söyleyemeyiz. Aksine, Anne'de bir erkekten gelen şefkat, önemseme gibi duygular olmadığı sürece arzu neredeyse yok gibidir. Kendi başına yaşadığı cinsellikle ilgili ise hiçbir bilginiz olmaz kitap boyunca. Cinsellik de onun için yine ötekine bağlı ve ötekiyle gelişen ya da sönen biçimdedir. Nadine ile olan cinselliğe dair konuşmalarında cinselliğin detaylarına girmenin Anne'i rahatsız ettiğini görürüz. Lambert ile olan cinsel yaşamından bahsederken nasıl korunduğunu anlatan Nadine, onun rahatsız olduğunu bile bile bundan bahsedip güler (s.445). Lambert'le Nadine ile cinsel hayatları hakkında konuşurken kızını "iki boyutlu" gördüğünü söyler; kendisinde olmayan cinsellik, uzantısı olan kızında da görmek istemediği bir boyuttur. Anne'in kendini kapatan, karşıdakine tam olarak veremeyen bir yapıda olduğu, kitap boyunca hem kendi ağzından hem Nadine tarafından ona söylenir. Kendiyle iletişime geçmede zayıf oluşunu da buna bağlayabiliriz.

Anne'in cinselliğinin bizi götürdüğü nihai nokta ise şüphesiz bir çocuk sahibi olmasıdır. Anne'in çocuk sahibi oluşunun Robert'in isteğiyle olduğunu biliriz. Robert çocukları olsun

istemiştir, fakat çocuğu dünyaya getirecek, arada geçen zamanda bedeninde taşıyacak olan Anne'dir. Hem fiziksel hem zihinsel anlamda hayatını tamamen değiştirecek olan bir tecrübeye atılırken kararı kendisi vermez. Üstelik Robert'a duyduğu aşkı kurtarıcı ve koruyucu olarak tanımlarken yaşı da oldukça gençtir. Burada verdiği kararın daha çok manipölasyon sonucu olduğunu bile söyleyebiliriz. Anne için en önemli şey ilişkileridir; Robert'la olan ilişkisini korumak için bir çocuk doğurmanın belki de en iyi seçim olduğunu düşünmüştür. Burada geri dönüp Beauvoir'ın İkinci Cinsiyet'te bahsettiği annelik kavramının Anne için ne kadar geçerli olduğuna bakarsak; onun anneliğin getirdiği bedensel değişimden ziyade çocuğun doğumundan sonra hayatında bıraktığı etki sebebiyle problem yaşadığını görürüz. Hiçbir yerde Nadine'in çocukluğuna dair bir anıdan bahsedilmez. Anne'in Nadine ile ilgili anlattığı en erken anı, Diego ile yaşadıkları ilişkinin başladığı zamandır. Bu da kitabın başlangıcından bir-iki yıl öncesine, Nadine'in yaklaşık on altı yaşında olduğu zamana denk gelir. Beauvoir'ın Stekel'den aktardığı bir örnekte, kızıyla yarışan bir anneden bahsedilir. Babasının gözdesi olan, çocuklarının en büyüğü olan bu kız çocuğu, kadınlığa doğru ilerledikçe annenin onunla yarışmak için elinde hiçbir şeyi olmadığını fark etmesi, ona düşmanlaşmasına yol açar. Kızına sürekli hayatın bir eğlence yeri olmadığını, hayatta her şeyin istediği gibi olmayacağını, hayatın acılarını hatırlatır. Geçen yıllar anneyi yaşlandırıp hayatının sonuna yaklaştıırken genç kız için hayat yeni başlamaktadır; bu da annenin git gide ondan daha çok nefret etmesine yol açar. Ancak kızın büyüyüp yetişkin bir insan olmasından sonra aralarında dostluğa benzer bir ilişki kurulur, ama kız bunun hıncını içinde ömür boyu taşır (1949/1981, s. 158). Nadine ile Anne'in ilişkisine oldukça benzeyen bir anne-kız ilişkisini tasvir etmiştir burada Beauvoir. Bu benzerliği Scriassine'le olan kısa ilişkisi süresince Nadine hakkında düşündüklerinde de görebiliriz. Anne'de bu saldırganlığı açıkça görmesek de pek çok noktada Nadine'i eleştirdiğini, Robert'ın ona bir erkekmiş gibi davrandığını düşündüğünü, ona yakın hissedemediğini pek çok yerde okuruz. Aralarında sonradan kurulan dostluğa benzer durum ise tıpkı Henri'nin ağzından tarif edildiği gibi gariptir (1954, s. 703).

Anne olmak, kadının varoluşunda hem bedensel hem zihinsel bir yarık açar. Kitabın yazıldığı dönemde henüz doğum kontrol hapı icat edilmemişti ve kadının birincil görevinin annelik olduğu görüşü hala çok yaygındı. Tıpkı bugün olduğu gibi, o zaman da dünyaya gelen pek çok çocuğun planlı ve bilinçli bir şekilde dünyaya geldiğini söyleyemeyiz. O zamanlar bunun daha yaygın olduğu çıkarımını yapabiliriz. Varoluşçu açıdan dünyaya fırlatıldığımızı söyleriz; bu fırlatılmanın öncesi, kişinin yaşamında fenomenolojik açıdan incelenebilir değildir. Fakat onu dünyaya getiren annesinin yaşamında varoluşunun her bir boyutunda delip geçici

etkiye sahip bir durumdur dünyaya gelişi/fırlatılışı. Bedenin hamileliğin başlangıcından doğuma kadar, hatta daha sonrasında devam eden değişimi, kadının varlığında ilk yarığı açar. Belki çok isteyerek hamile kalmış olsa bile bedeni en başta bu fetüsü yabancı bir madde saydığı için zehirlenme belirtileri gösterir ve onu dışarı atmaya çalışır. Fetüsün büyürken vücudun her yanını değiştirmesi, kimlik sorgulamalarına zemin hazırlar. Kadının karnı genişler, memeleri büyür, koku ve tat alma duyuları değişir. Bebeğe zarar verebileceği için günlük pek çok alışkanlığından vazgeçmesi gerekir; örneğin alkol almak, sigara içmek, hatta kahve ve çay içmek gibi günlük rutinlerini arkasında bırakmalıdır. Bir süreliğine bedeni ona değil, içinde yaşayan diğer canlıya ait gibidir. Bununla birlikte bedeni özel bir alandan çok kamusaldır; herkes hamileliği hakkında yorum yapma, sorulmadığı halde tavsiye verip öğütte bulunma, karnına dokunma hakkını kendinde bulur gibidir. Buna bir de yaşadığı toplumda anne olmanın kültürel bağlamını ve annelere gösterilen genel tavrı eklediğimizde, hamile kadının içinde bulunduğu zeminsizlik biraz daha netleşir. Türkiye’de birkaç yıl önce televizyonda “hamile kadınların sokağa ıkmması, eşi olmadan dışarıda olmaması, sesli glmemesi gerektiği”ni ifade eden bir yazar, sosyal medyada uzun süre tartışma konusu olmuştu. Toplumda bir kadının, üstelik anne olan bir kadının nasıl davranması gerektiği ile ilgili ortak görüş de hemen hemen buna yakındır. Biyolojik temelleri olsa da esasen annelik kavramının içinde olduğunu düşündüğümüz pek çok ögenin toplumsal bir inşa olduğunu tam da böyle toplum szclerinin beyanlarında yakalarız.

Kadının bedeninde açılan yarık, doğumla birlikte fiziksel bir boyut kazanır. Hangi tür doğum yaparsa yapsın, bedensel bütünlüğü bozulacak, sonucunda da içinden yeni bir varlığı çıkaracaktır. Kucağına aldığı bu yeni varlık, ona hem lmszlyę vadeder hem de ona sonluluğunu hatırlatır. lmszdr çünkü doğurduğu bu ocuk, onun genlerini gelecek kuşaklara aktaracak olan varisidir. Sonludur yani ölümlüdür, çünkü tıpkı bu ocuk gibi o da doğmuştur; tıpkı kendinden önce gelenler gibi o da ölecektir. Yakın bir geçmişe kadar bebek ölümlerinin çok daha yaygın olduğunu düşünürsek, doğurduğu çocuğun ölümü de en az kendi ölümü kadar yakın bir ihtimaldir yeni anne için. Bu hem kendi hayatının sorumluluğunu almak için bir işaret, hem de dünyaya yeni gelen bu yaşamın sorumluluğunu almak zorunda olduğuna dair bir uyarıdır. Birincil sorumluluk, bebeği hayatta tutmaktır. Pek de uzak olmayan bir geçmişe çocuğu sadece hayatta tutmak ebeveyn olmak için yeterli olabiliyordu. Hatta babalar açısından düşünürsek, bu görüş hala geçerlidir denebilir. Fakat anne için düşündüğümüzde, bu çocuğu yetiştirme görevi de ona aittir. Başkalarının bakışı, bebeğin yeterince “iyi” olmamasından neredeyse daima anneyi sorumlu tutar. Yaşamı sonludur; bu sonlu yaşama birini

daha getirmiştir. Şimdiye kadar yaptıkları, buna dünyaya bir çocuk getirme kararı da dahil, gerçekten isteyerek yaptığı seçimler midir? Peki bundan sonrası hem kendisi hem çocuğu için ne olacaktır? Bu ve buna benzer sorular, bedende açılan yarığı zihne taşıyıp derinleştirir. Doğum sonrası depresyon, farklı farklı isimlerle ve sebeplerle çok eski kültürlerde bile yer alır.

Anne'in üreme deneyimine bu çerçeveden baktığımızda, Nadine'le olan anne-kız ilişkisinin zihninde açtığı yarığı görürüz. Beauvoir özellikle *İkinci Cinsiyet*'te hamileliğin bedensel etkilerini oldukça grafik biçimde anlatmayı seçmiştir; fakat *Mandarinler*'de bunu göremeyiz. Nadine'in hamileliği ve doğumu da sadece okuyucuya açıklanır. Anne-çocuk ilişkisinin iki taraf için de fenomenolojik açıdan inceleyebildiğimiz kısmını ele almayı seçmiştir belki de Beauvoir. Artık iki yetişkin olarak iletişime geçen anne-kızın ilişkileri, birbirlerine olumsuz duygular beslemelerini daha kabul edilebilir hale getirir. Dünyaya gelmeyi seçmemiş bir bebeğe karşı hissedilen öfke ve nefrettense, onun kendi seçimlerini yapabilecek yaşa gelmiş versiyonuna hissedilen hınç ve öfke bir bakıma daha insancıldır.

Yaş mevzusu ise kitabın başından beri, özellikle kitabı günümüzde okuyanlar için ilginçtir. Anne bir doktordur, on sekiz yaşında bir kızı vardır, otuz sekiz yaşındadır ve yaşlandığına vurgu yapar. Günümüzde bu yaşta ve doktor olmuş, buna rağmen yetişkin sayılabilecek bir kadın profili oldukça dikkat çekici geliyor. Toplumun kadınların üzerinde kurduğu daima genç ve güzel görünme, bakımlı olma baskısını Anne'de açıkça görmesek de, hem onun kendini tasviri, hem de diğer kadınları tasvir ederken kullandığı kelimeler, içselleştirilmiş bir baskıyı gözler önüne serer. Örneğin Paule için zaman “bu görkemli ve değişik çehreye yavaş yavaş damgasını vurmamış, acımasızca yıpratmış”tır (s.433); tedaviden döndüğünde Paule artık “şişman” bir kadındır (s. 630). Claudie'nin davetine gittiğinde gördüğü, aktris olmak isteyen genç kadınların “değişik ama yapay kişilikleri” (s.436) vardır; erkek olsa onları tercih etmeyeceğini düşünür. Kendi görünümünün genelde sade, hatta neredeyse özensiz olduğunu genelde Nadine'in ağzından duyarız. Henri'nin bölümlerinden birinde Claudie, solcu olduğu için Anne'in giyimine özen göstermediğini söyleyip eleştirecektir. Anne için kadınlığı bitmiş, artık geçmişte kalmış olduğu için kendini yaşlı addeder. Yaşlanmak, hayatın sonlu olduğunu hatırlatır. Açılış bölümünün kendi ölümünü düşünmesiyle başlaması da yine yaşlanmasıyla ilintilidir. Ölümün kitapta sessiz bir tema olduğundan bahsetmiştik. Anne'in gelgitleri kendi sonluluğuna onu yakınlaştırırken, yaşarken yaşlı ve artık çevresine fayda sağlamayan, başkalarının ihtiyaç duymadığı, adeta bir kabuğa dönüşmüş biri olmak onu ölmekten daha çok korkutur gibidir. Burada yaşlanmak başkalarının gözünde çirkin olmaktan

çok işe yaramaz olmanın habercisidir. Anne için yaşlanmak, ölüme-doğru-olmaktır (*Sein zum Tode*); bu da ölümün kendisinden beterdur.

Anne'in ölüme-doğruluğu, onun tinsel boyutunda yani *Überwelt*'inde nerede olduğuna götürür okuyucuyu. Dünyada geçirdiği zamanı, hayatının anlamını sorgular. II. Dünya Savaşı yeni bitmiştir, politik dengelerin hassaslaşıp değiştiği bu dönemde Anne'in görüşü sol ideolojidir. Yaşanan olaylar inançların ve değerlerin de sorgulanmasına yol açar. Kitapta anlatılan dört-beş yıllık süreçte yaşananlarla beraber yaklaşık on yıllık bu sürecin sonu, Anne'in dönüşümüne de zemin hazırlayacaktır.

Anne'in hayatının anlamı ve amacını sorgulaması, onun ağzından okuduğumuz ilk bölümde başlar. Savaşta kaybedilenlerin anısı, onların olmadığı ilk Noel'i kutlamak onlardan çaldığı bir şeymiş gibi hissettirir. Hayatının hep aynı çemberde dönmesi tekdüzeliği işaret ederken, Avrupa'da şahit olduğu yıkım ve Nazilerin yarattığı dehşet bir zeminsizliğe yol açar. *Dasein*'in fırlatılmışlığı daha ilk paragraflarda dikkatimizi çeker. İnsanların birbirlerine bu denli kötülük edebildiği bir dünyada nasıl bir çıkış yolu bulunabilir? Hayat bir şekilde devam edecektir, ama nasıl? Tekinsizliğin hüküm sürdüğü bir dünyadadır, burada sarılacağı tek şey ise yine rutinleri olur. Lewis ile tanıştığı Amerika yolculuğunu reddetmeyi düşünürken zihnindeki esas endişe, dengede durmasını sağlayan dayanaklarını bırakmaktır. Anne'in bir zamanlar inançlı biri olduğunu da ilk bölümde okuruz. Tanrı fikri onu korku içinde bırakır; ne zaman ki Robert ile tanışır ona aşık olur, korkuları o zaman biter (s.31). Duyduğu bu aşkın tinsel bir anlamı olduğunu söyleyebiliriz. Ne var ki daha bu bölümde bile artık ihtiyaç duyduğu güven duygusunu sağlayamaz olduğunu da öğreniriz bu aşkın. Anne'in isteği, başkası aracılığıyla tamamlanmaktır. Ancak ötekinin ona ihtiyaç duyması yoluyla tamamlandığını hisseder. Varoluşçu bakış açısından "tam" olmak diye bir durum ise mümkün değildir. Sürekli değişim halindeyiz ve hiçbir zaman tamamlanmayacağız; ta ki ölünceye dek. Tamamlanmak bir anlamda hayatın da sona ermesidir. Anlam arayışında içeriye yönelmek yerine Anne hep dışarıya yönelir. Bu da onu eninde sonunda hayal kırıklığına uğratar.

Anne'in hayatında anne ve eş olmak harici pek çok sorumluluk vardır. Bir doktor ve psikanalisttir. Aynı zamanda eşinin aracılığıyla dahil olduğu entelektüel bir çevre vardır. Eşi gibi o da sol görüşlüdür. Onun anlam arayışında destek sağlayabilecek pek çok element varken Beauvoir'ın bu karakteri neden böyle yazmayı seçtiği merak uyandıran bir konudur. Kadınlığın pek çok farklı yüzü olabileceken, Beauvoir bu kitaptaki baş kadın karakterinin varoluşunun annelik, cinsellik ve ölüme doğruluk yönlerini göstermeyi tercih etmiştir.

Romanda hakim olan bir başka tema, savaştan sonra sahip oldukları ideolojiye göre kendilerini nerede konumlandıracaklarını bilememeleridir. Bu zamana kadar inandıkları düşüncelerin, yaptıkları eylemlerin sonuç getirmediğini tüm karakterler kendi hikayeleri içerisinde ayrı ayrı görürler. Beauvoir, politika ile ilgili kısımları Anne yerine Henri üzerinden vermeyi tercih etmiştir. Anne'in bu anlamda daha edilgen, Robert ve diğerlerinin fikrine uyan bir yapıda algılanması da buna bağlıdır. Nadine'i roman boyunca hem değerleri ve görüşleri hem de davranışları açısından sık sık eleştirse de esasen Nadine'in Anne'den çok daha geniş bir Überwelt'i olduğunu söyleyebiliriz.

Mandarinler, Beauvoir'ın kurmaca bir eseri olsa da kadınlık ve feminizm üzerine en az *İkinci Cinsiyet* veya *Pyrrhus ve Cineas* kadar felsefi bir altyapı sunar okuyucuya. Yayınlandığı dönemde çok ilgi çekmesine, hatta telifleri Beauvoir'ın Paris'te bir ev almasına yetecek kadar gelir getirmesine rağmen Beauvoir hakkında yapılan incelemelerde genellikle es geçilen bir eser olmuştur. Susan Rubin Suleiman, Mandarinler'i politik açıdan ölüm ve hafızayı es geçtiği için eleştirir. Romanda soykırımdan ve Fransa'nın buna nasıl göz yumduğundan şaşırtıcı derecede az bahsedilmiştir. Beauvoir'ın *Olgunluk Çağı*'nda aktardığı ve *Mandarinler*'deki olaylara neredeyse tamamen benzeyen olaylarda da zaman kaymaları mevcuttur. Dönemin Fransız aydınlarının kolektif olarak bu felaketi görmezden geldiklerini, kendi paylarına dair kayda değer bir eleştiri yapmadıklarını savunmuştur (2010, 4-17).

Romanın Beauvoir'ın hayatından izler taşıdığı, kendisi bazı kaynaklarda reddetse de görmezden gelinemeyecek kadar aşıkardır. *İkinci Cinsiyet*'i daha çok kendi hayatından yaptığı gözlemler sonucu yazmıştır. Burada tarif edilen kadınlık halleri ile Anne'in yaşamı oldukça benzerdir. Robert ile aralarındaki ilişki, Beauvoir ve Sartre arasındaki ilişkiye oldukça benzer. Pek çok açıdan kendisinin paralel evrendeki bir versiyonu gibidir Anne. Çocukken inançlı bir ailede büyüüp sonradan inançsız olması da kendi hayatıyla paralellik gösterir. Nadine karakterini yazarken ilham aldığı Natalie Sorokine'in Bourla adında İspanyol Yahudisi bir sevgilisi vardır ve aynı Diego gibi öldürülmüştür. Hatta kitapta Nadine ve Anne'in Diego'yu görmek için yaptıkları bisiklet yolculuğunun aynısını Beauvoir ve Natalie, Bourla'yı görmek için yapmışlardır (Suleiman 2010, s. 11-12) Natalie, Bourla ve Simone de Beauvoir arasındaki ilişki, Diego, Nadine ve Anne arasındaki ilişkiye oldukça benzerlik gösterir. Anne'in Lewis Brogan ile olan ilişkisi de Beauvoir'ın Nelson Algren ile yaşadığı ilişkiyle neredeyse tıpa tıp aynı şekilde aktarılmıştır. Zaten *Mandarinler* de Nelson Algren'e ithaf edilmiştir. Algren de tıpkı Lewis gibi, üç yıllık süren ilişkilerinde Sartre'ın gölgesinde kalmaktan bunaldığı için Beauvoir'a Amerika'ya taşınmasını teklif etmiş fakat reddedilmiştir (Bakewell 2016, s. 253).

Beauvoir, Anne ve Robert'ın ilişkisini Anne'in ağzından anlatırken cinselliğin ve arzusun olmadığı, adeta alışkanlığa dönüşmüş bir bağılıktan bahseder. Lewis ve Anne'in ilişkisinin Beauvoir ve Nelson Algren'in ilişkisini temel alarak yazıldığını düşündüğümüzde, Sartre ve Algren ile ilişkileriyle olan benzerlik aşıkardır. Algren'e yazdığı mektuplarda Sartre ile cinsel yaşamlarının bittiğinden bahseder. İkisinin arasındaki cinselliğin ise onu derinden etkilediği, mektuplardaki hitapları ve tasvirlerinden bellidir. Her şeye rağmen 1947'den 1964'e uzandığı söylenen uzun ilişkilerinde Sartre her zaman onun önceliği olmuştur; bir araya gelecekleri zamanları bile Beauvoir, Sartre'ın programına göre ayarlamıştır (Udovitch 1998, New York Times).

Mandarinler'in belki de en etkileyici kısmı, anneliğin içgüdüsel ve kutsal olmadığını bir annenin ağzından söylemesidir. Beauvoir'ın felsefi metinlerinde aktardığı kadınlık deneyimi, o zamanlar makbul edilen kadın profilinden çok daha uzak bir yaşamı olduğu için eleştirilerin hedefi olmuştur. Kurmaca bir metinde kendinden bir parça bulmak, bununla özdeşleşebilmenin kişiyi hissettiği yalnızlıktan kopardığını artık biliyoruz. Romanın yayınlandığı 1950'li yıllarda bu temsili bulabilmenin zorluğunu da düşünürsek, Beauvoir'ın Anne karakterinin pek çok eğitimli orta sınıf kadının hislerine tercüman olduğunu söyleyebiliriz. Eş olmak, anne olmak gibi toplumun sırtına yüklediği tüm yüklerden kaçıp kendi olabilmek ister Anne. Bunu yapabilmek için gereken cesareti gösteremediği, Kierkegaard'ın deyişiyle "iman sıçraması" nı gerçekleştiremediği için de elinde olana razı olmak zorunda kalır. Bugün bile pek çok kadının hayatının kısa özeti gibidir yaşananlar. Aradan geçen yetmiş yıla rağmen kadınların hayatında çoğu şeyin aynı kalmış olmasıysa en hafif tabiriyle üzücüdür.

Beauvoir kendisi anne olmamayı seçtiği halde yaşamının son yıllarında kendine bakan, on yedi yaşından beri tanıdığı Sylvie Le Bon'u evlat edinmiştir. Tıpkı Sartre gibi o da kendine bir varis bırakmak için evlat edinmeyi daha uygun bulmuştur. Anneliğe karşı tutumunu göz önünde bulundurduğumuzda buna çok da şaşırılmamak gerek. Beauvoir anneliğin getireceği yükleri bir kenara bırakıp, çoğu insanın ebeveyn olmasının arkasındaki sebebi direkt hayata geçirmeyi seçmiştir: kendine bir varis bırakmak. Otobiyografik eserlerini dikkate aldığımızda, Beauvoir'ın annelik fikrinden hiçbir zaman hoşlanmadığını görebiliyoruz. O her zaman zihinleri eğitmenin dünyaya bir çocuk getirmekten daha etkili olduğunu düşünmüştü. Ölümü birinci elden tecrübe etmeyeceğini, ölüm geldiğinde onun gideceğini ve artık yaşamının biteceğini düşünse de, arkada bıraktıklarının sahipsiz kalmaması önemli olmuştur belki de Beauvoir için. Yaşamının son yıllarında destek olduğu feministlerin de onun hayatında önem verdiği bu eğitimin bir diğer adımı olduğunu söyleyebiliriz. Kısaca Simone de Beauvoir, ömrü

boyunca inandığı gibi yaşayan, kendinden sonra gelen kuşaklar boyu kadınların hayatlarında da eserleriyle yepyeni sayfalar açan, çağımızın en önemli filozoflarından biridir. Bize sormayı öğrettiği sorular için ona müteşekkirimiz.

Kaynakça

- Bakewell, S. (2017). *Varoluşçular Kahvesi: Özgürlük, Varoluş ve Kayısı Kokteylleri*. İstanbul, Türkiye: Domingo Yayınları.
- Beauvoir, S. D. (1981). *Bir Genç Kızın Anıları*. İstanbul, Türkiye: Payel Yayınevi.
- Beauvoir, S. D. (1981). Evlilik Çağı. İkinci Cinsiyet (Kadın) çev. B. Onaran (s. 111-166). İstanbul, Türkiye: Payel Yayınları.
- Beauvoir, S. D. (1991). *Mandarinler*. İstanbul, Türkiye: Afa Yayınları.
- Suleiman, S. R. (2010). Memory Troubles: Remembering the Occupation in Simone de Beauvoir's *Les Mandarins*. *French Politics, Culture & Society*, 28(2).
doi:10.3167/fpcs.2010.280202
- Udovitch, M. (1998). Hot and Epistolary. *New York Times*. Erişim tarihi: 2020
https://archive.nytimes.com/www.nytimes.com/books/98/12/06/reviews/981206.06udovitt.html?_r=1
- Van Deurzen, E., & Arnold-Baker, C. (2017). *İnsan Meselelerine Varoluşçu Bakışlar*. İstanbul, Türkiye: Aletheia Kitap.
- Ward, J. K. (1999). Reciprocity and Friendship in Beauvoir's Thought. *Hypatia*, 14(4), 36-49.
doi:10.1353/hyp.2005.0039

DÜNYADA OLUŞUN TEMEL KOŞULU BEDENİ DUYMAZSAK

SENA DÖNMEZ

2020 yılının ilk aylarında dünyayı saran salgından sonra bugün hala dünyanın iyileşmesini, toparlanmasını, bizi yeniden kabul etmesini bekliyoruz. Aynı birçok hastalık gibi bu da hiç beklemediğimiz bir anda geldi ve tüm gerçekliğimiz oluverdi.

Bununla birlikte içinde bulunduğumuz gerçeklik zihin dünyalarımızda büyüklü küçüklü birçok sorgulamaya yol açtı. Dünyaya neler olduğunu, bize neler olduğunu, bu dış gerçekliğin bizi götürebileceği yerlerin ve anlamların üzerine düşünmeye başladık. Dış gerçeklik o kadar gözümüzün önünde ki kafamızı başka bir yöne çevirme, bütün bunları görmezden gelme şansımız yok artık.

Tüm vücudu sağlıklıyken sanki hep öyle olacakmış ve bedeni kendinden ayrı bir aygıtmış gibi bedenini hoyratça kullanan bir insan gibi; biz de dünyayı, ne yaparsak yapalım kaynakları tükenmeyecek, hastalanmayacak ve hep bizi içinde yaşatmaya devam edecek bir yer gibi görmeye meyilliydik. Öyle olsa ne hoş olurdu, orası ayrı tabii! Ancak insanı bir bütün olarak var eden zihin, beden ve ruhsallığı birbirinden bağımsız parçalar olarak düşünemeyeceğimiz gibi; insanı da ayaklarını bastığı topraktan, soluduğu havadan, birlikte yaşadığı canlılardan ve içinde var-olduğu dünyadan ayrı düşünemeyiz. Kendini parçalara ayırdığında ve bu parçalardan bazılarını görmezden geldiğinde, hoyratça kullandığında insan nasıl hastalanıyorsa; içinde yaşadığı dünyayı kendinden ayrı bir yer gibi düşünerek görmezden geldiğinde ve hoyratça kullandığında da hastalık kaçınılmaz hale geliyor.

Varoluşçu filozoflardan Merleau Ponty (1945) bazen iyileşebilmek için tek çarenin hastalanmak olduğunu söyler. Ortaya çıkan türlü semptomlar kendimize sağır olmamızın ve tortulaşmanın bir sonucudur. Bedensel semptomlar ise tortulaşmaların en büyüğüdür. Biz kendimizi duymaktan uzaklaştıkça, duygularımızı deneyimleyemedikçe, adlandıramadıkça bedensel semptomlar tabiri caizse bağırmağa başlar ve tek gerçekliğimiz hastalığımız olur. “İyileşmek” için tek çarenin hastalanmak olduğu bir noktada bakmadığımız, görmekten kaçtığımız, bastırdığımız şeyler çok daha şiddetli bir şekilde bize geri döner ve işte o zaman tek bakabildiğimiz, gözümüzün gördüğü tek yer bedenimiz ve hastalığımıza dönüşür.

Sanki şu an yaşadığımız süreç de kendimize, yaşadığımız dünyaya, hayatlarımıza dair böyle bir mesaj taşıyor. Biz ezbere, görmezden gelerek ve hoyratça yaşayıp tüketirken; dünyamıza,

çevremize ve bize ne olduğunu da pek fazla umursamazken aslında tortulaşmaların en büyüğünü meydana getirmişiz gibi. Kendi bedenlerinin çağrısını duymayan ve bir noktada hastalanıp durmak zorunda kalan herkes gibi, biz de yabancılaştığımız ve çağrısını duymadığımız dünyanın hastalanışıyla yüz yüzeyiz. Tıpkı hastalandığında yatak döşek yatmak zorunda kalan, kıpırdayamayan ve gözü hastalığından başka hiçbir şey görmeyen bir insan gibi kendi fiziksel dünyalarımıza hapsolarak hastalığın seyrini izliyoruz.

Salgın birçoğumuzu kendisiyle baş başa bıraktı, belki de daha önce hiç olmadığı kadar. Soluksuz ilerleyen, bir saniye dahi boşluğa yer olmayan hayatlarımız ölüm gibi korkunç bir gerçekle bölündü, durduruldu. Bu duraksama bir yanıyla oldukça endişe verici olsa da; Merleau Ponty’ci bir yerden baktığımızda belki de bizi otantik varoluşlarımıza kavuşturma ihtimaline gebe. Bu dönemde hayatında radikal kararlar alıp kendine daha iyi gelecek ihtimallere yelken açanlar, başka türlü bir çalışma hayatının herkese daha iyi gelebileceği ihtimalini keşfeden şirketler, yaşadığı dünya ve kendisiyle daha farklı bir bağ kurmaya niyetlenenler... Hastalık bizi de tortulaştığımız bir noktadan iyileşmeye, daha otantik ve kendimize daha yakın bir yere götürebilir mi acaba?

Tortulaşma çok büyük olduğunda aynı şimdi hastalıkla beraber herkesin biraz daha kendine yakınlaştığı ama eyleme geçebilmek için iyileşmeyi beklediği gibi, hastalıkla gelen değişim arzuları tam anlamıyla ancak iyileştikten sonra gerçekleşebilir. Elbette hastalıktan sonra gelen iyileşme kişiyi canlandırıcı bir sürece sokabilir, bir şeylerin doğmasına vesile olabilir. Yine de bu nihai son ve çözüm değildir. Varoluşçu düşünceye göre iyileşme sonrası için bizi iki yol bekler: kendimizi yeniden unutup tortulaşmaya bırakabiliriz ya da keşfetmeye devam edip bir denge bulabiliriz (Merleau-Ponty, 1945). Her şey eskiye döndüğünde ve hastalık kaybolduğunda, gerçekten otantikliğe doğru yola çıkmak bir seçenek olurken, olan biteni unutmak ve yeniden görmezden gelmek bir diğer yol olacak. Tabii tortulaşma kendini yeniden bir hastalık olarak ortaya çıkarana kadar.

Heidegger (1927) Dasein’in fiziksel varlığı (Leiblichkeit) aracılığıyla dünyada var olduğunu söyler. Bedenimiz bu dünyada var oluşumuzu temsil eden fiziksel gerçekliğimizdir ve onun aracılığı ile dünyayı algılar, deneyimleriz (Merleau-Ponty, 1945). Otantik varoluşlar olabilmek için onunla yakından temas etmeye; temasımızı kaybettiğimiz ve bu kayboluşun çok derinleştiği noktada ise “hastalanmaya” mecburuz. Fiziksel varlığımızla vücut bulduğumuz dünyada, varoluşumuzu bedenden ayrı düşünmek mümkün olmadığından; varoluşu tam anlamıyla kavramak, bedeni ve hastalıkları anlamadan eksik kalacak gibi. Hastalıklarla yakından temas ettiğimiz bu dönemde, ben de bu yazıda Varoluşçu bakış açısıyla beden, hastalıklar ve iyileşmeyi ele alacağım.

1. Beden

“Uyanmış, bilen kişi der ki: Bütününüyle bedenim ben, başka hiçbir şey değilim onun dışında; ve ruh da bedendeki bir şeye verilen addır yalnızca. Beden büyük bir akıldır, tek bir duygusu olan bir çoğulluktur, bir savaş ve bir barıştır, bir sürü ve bir çobandır. Senin küçük aklın da bedeninin aletidir, kardeşim, şu senin ‘tin’ dediğin, senin büyük aklının küçük bir aleti ve oyuncağıdır. ‘Ben’ diyorsun ve gurur duyuyorsun bu sözcükten. İnanmak istemeyeceksin ama senin bedenin ve onun büyük aklı daha büyüktür oysa; o Ben demez, ama Ben’i oluşturur.” (Nietzsche, 1961, s. 36)

17. yy. filozoflarından Rene Descartes’ın öncüsü olduğu Kartezyen Düalizmi insanın öznel deneyimini nesnel dünyadan, bedenlerimizden ve fiziksel dünyadan ayrı olarak görür (The Open University, 2019). Bu düşünce zihin-beden ikililiğini savunur ve nesnel gerçekliği bedenlerimiz yoluyla değil de derin bir düşünme yoluyla kavrayabileceğimizi söyler (Li, 2005). Bu haliyle Cogito yani özne olan zihin, nesne olan maddesel bedenden tamamen ayrılır. Yani maddesel olan beden nesneleştirilirken, düşünmenin aracı olan zihin ise özne olarak görülür.

Bununla birlikte fenomenologlar ve varoluşçu filozoflar zihin-beden düalizmine karşı çıkarlar ve bunun indirgemeci bir bakış açısı olduğunu öne sürerler. Kartezyen beden-nesne ikililiğinin zihin-özneye karşı nesne-bedeni ölü, maddi ve ilişkisel olmayan bir varlık olarak sınırladığını ve böylece kişinin içinde yaşadığı günlük bedensel deneyimi ihmal ettiğini savunurlar (Li, 2005). İnsanların yaşadığı deneyimleri, anlamları ve bilinci tanımlamak isteyen fenomenologlar, bedenin de öznel ve öznelararası düzeyde nasıl deneyimlendiğine odaklanırlar (The Open University, 2019). Varoluşçu filozoflar içinde yaşadığımız, hatta belki de tamamıyla o olduğumuz (Nietzsche, 1883, s.62) ve dünyayı onun aracılığı ile algıladığımız (Ponty, 1962, s. 82) bedeni bir özne olarak ele alıp deneyimimizi ayırtırmadan bir bütün olarak ele almamızı sağlarlar.

Bu düşünceye göre beden ve zihin bir ve aynıdır. Beden basitçe biyolojiyle değil, özümüzü temsil eden, kendiliğimizi sahneleyebildiğimiz ve “biz” olan şey olarak tanımlanır (The Open University, 2019). Bedenlerimizi günlük faaliyetlerimizde kullanarak dünyayı algılar, başkalarıyla ilişki kurar ve süreç içinde kendimizi öğreniriz. Fenomenolojik filozof Maurice Merleau-Ponty (1962 [1945], s. 82) “Beden dünyada olmanın aracıdır.” der. Beden,

algılarımızın ve insan deneyimi ile ilgili her türlü anlayışın ayrılmaz bir parçasıdır. Tüm deneyimlerimizin gizli ufku ve her belirleyici düşüncenin önünde yer alandır beden (s. 92). Bedenimiz bizi dünyaya bağlar ve eğer bedensel deneyimlerimizden faydalanırsak, bu deneyimler bize dünyayı anlamamız için bir yol sunar.

Varoluşçu düşüncede içinde yaşadığımız ve bu kadar görünür olmasına rağmen ihmal edilen, görmezden gelinen bedene tabiri caizse hak ettiği itibar geri verilir. Dolayısıyla birçok varoluşçu filozof bedene dair çeşitli şeyler söylemiş, bazen farklı, bazen benzer açılardan bedeni ele almışlardır. Bu bölümün geri kalan kısmında varoluşçu felsefecilerin beden hakkında neler söylediklerinden bahsedeceğim. Bunu yaparken Nietzsche, Heidegger, Sartre, Merleau-Ponty ve Simone de Beauvoir'in beden hakkındaki düşüncelerine yer vereceğim.

Friedrich Nietzsche

“Düşüncelerinizin ve hislerinizin arkasında kardeşim, güçlü bir hükümdar var, bilinmeyen bir bilge, adı kendi olan, vücudunuzda yaşayan; o sizin bedeniniz. Bedeninizde en iyi akıldan daha fazla hikmet vardır.” (Nietzsche, 1961 [1883], s. 62)

Nietzsche, felsefesinde bedene en çok yer veren filozoflardan biridir. Bunu yaparken öncelikle hayatın içinde bir değerler sisteminin neden var olduğunu sorgular ve sorgulaması sonucunda bütün bu değerlerin aslında “hayat” için olduğunu söyler (Nietzsche 1967, 148). Onun için tek gerçek ve nihai değer hayatın kendisidir (Singer, 2011). Değerlerin varlığının ancak “iyi bir hayat yaşamak için” var olduğunda anlamlı olduğunu söyler. Ancak yaşadığımız hayata baktığımızda, mevcut değerler ve dayandıkları tüm metafizik sistem “daha erdemli bir hayat yaşamak” adı altında aslında içgüdülerimizi saptırır, bizi hayata karşı çevirir ve deneyimimizi böler (Nietzsche, 1967).

Felsefesini “iyi bir hayat yaşamak” üzerine kuran Nietzsche, bu kavramı da sorgular. Felsefede iyi bir hayat yaşamaktan bahsederken hep insanın iyi yaşamasından bahsedildiğini ve bunun sonucundaysa insan ve insan olmayan canlılar arasında net bir ayırım oluşturulduğunu söyler. Bu sorgulamayla beraber, insan ve hayvan arasında yapılan bu net ve keskin ayrıma karşı çıkar. Karşı çıktığı şey temelde insanı hayvandan daha üstün gören ve insanın var olan hayvani taraflarını reddeden, aşağılık gören bakış açısıdır.

Dolayısıyla, Nietzsche insanın sadece zihinsel bir varlık olduğu fikrine şiddetle karşı çıkar. Nietzsche'ye göre insan olma hali iki ip arasında gerili durmak gibidir: bu ipin bir ucunda üst-

insan, diğer ucundaysa hayvan tarafımız vardır. Üst-insan her bir kişinin kendi için yarattığı, anlam bulduğu değerler sistemini temsil eder. Hayvani tarafımızı ise “bedensel olan her şey” dir. Nietzsche felsefesinde bedenin önceliğini savunur. Beden kendiliğin ta kendisidir ve ancak bedensel olana sadık kalırsak kendimizi duymaya başlayabiliriz. Ona göre hayvani olanı aşağılamak, görmezden gelmek bedeni aşağılamak ve görmezden gelmektir ve bu insanı kendinden uzaklaştırır.

Nietzsche için erdemi “insan” ile “hayvansallık” arasında belirli bir denge sağlamak olarak tanımlayabiliriz (Singer, 2011). Erdemli bir hayat yaşamak için insanlar ve insan olmayan hayvanlar arasındaki ontolojik muhalefeti reddetmemiz, varlığımızın “hayvan” koşullarını kabul etmemiz ve bunlarla uyumlu olarak yaşamalıyızdır. Gelişmek için hayvani yani bedensel olanı bastırmak yerine onunla yeniden bütünleşmemiz gerekir (Singer, 2011).

“Ve bu en dürüst varoluş ve bu Ben, beden üzerine konuşmakta ve ister derin ya da uçuk düşüncelere kapılsın, ister kırık kanatlarıyla çırpınsın, yine de hala bedeni istemekte. Bu Ben dürüst konuşmayı gittikçe daha çok öğrenmekte; ve öğrendikçe de beden ve yeryüzü için daha çok sözcükler ve onurlandırmalar bulmakta.” (Nietzsche, 1961 [1883], s. 37)

Nietzsche bedenin önceliğine vurgu yaparak, deneyimleri safsata ve gerçek deneyimler olarak ikiye ayırır ve gerçek deneyimlerin bedenle ilgili olduğunu söyler. Gerçek olan her deneyimi bedenimiz yoluyla deneyimleriz. Dolayısıyla bedenimize ne kadar yaklaşırsak deneyimize, deneyimize ne kadar yaklaşırsak da kendimize de o kadar yaklaşma şansımız olur. Fakat biz insanlar yüzümüzü daha çok üst-insana dönerek ve bedensel tarafımızı unutarak yaşarız, bu ise bizi kendimizi unutma tehdidi ile karşı karşıya bırakır.

Aslında Nietzsche’nin bedene bu kadar vurgu yapmasının ve bedeni öncelemesinin nedeni insanın bedeni unutmuş olmasıdır. O, her türlü kutuplu düşünceye karşıdır (Singer, 2011). Karşıtlıklar olmadan, bir akış içinde yaşamamız gerektiğini savunur. Çünkü iki kutuplu düşünme karmaşık olan deneyimimizi bastırır ve çarpıtır, ona hak ettiği yeri vermeye engel olur. Oysaki hayat akışkan, belirsiz ve çok katmanlıdır. Nietzsche’ye göre hayvan ve insan arasında elbette ki farklar vardır, ancak o bu farklılıkları karşıtlık olarak tanımlamaz (Singer, 2011). İki kavramın farklı olması birini diğerinden üstün kılmaz, ancak bizim modern yaşamda yaptığımız karşı karşıya koymak ve hiyerarşik bir düzleme oturtmaktır. Nietzsche’nin düşünce yapısı bu karşıtlığı ve hiyerarşik düzeni ortadan kaldırmaya yöneliktir. Yoksa tamamen

hayvana gerilememiz gerektiğini savunmaz ya da hayvanı yüceltmez. Yaptığı yalnızca insanı yeryüzüne indirmektir (Singer, 2011).

Toplumsal ve geçerli olan ahlak, insan iyiliğini şimdiye kadar hayvan olarak kabul edilen her şeyden soyutlamıştır. Bu ahlak düzeni iyiyi bu dünyanın, bedenlerimizin ve cinsel yaşamın ötesine yerleştirir. Ancak bu zaten yaşıyor olduğumuz şeyi değersizleştirmek ve bastırmaktan başka bir şey değildir. Nietzsche'nin erdem anlayışı olan insan ve hayvan taraflarımız arasındaki denge, aslında temelde içgüdü ve içe bakış arasındaki bir dengedir. Hayvanlara baktığımızda onların tamamen şu anda yaşadıklarını görürüz. Hiçbir gelecek ya da geçmiş kaygısı olmadan içinde bulundukları anın keyfini sürerler. İçe bakış ya da düşünmek gibi onların ritmini bozacak herhangi bir eylem yoktur. Dahası bu ritmi sürdürmek için de içe bakışa ya da düşünmeye ihtiyaç duymazlar. Bilinç yaşamın oluşuna hiçbir şekilde müdahale etmez, ne o anı ileri taşımakla ne de bastırmakla tehdit eder (Singer, 2011). Bilinç müdahale etmediğindeyse hayat bir andan diğerine kesintisiz, bir akış içinde, çaba sarf etmeden, düşünmeden ve hatırlamadan ortaya çıkar. Bir şeyler oluşunun farkına varmadan oluşuverir. Tek kelimeyle hayvan olmak unutmak demektir ve yaşamın engellenmeden devam edışıdır. Dolayısıyla yaşamak çoğu hayvan için bir problem değildir. Sadece “ben” diyen, geçmişi ve geleceği düşünen akıllı insanlar için problemidir.

Nietzsche, yaşam ve eylem için belirli bir unutkanlığın ya da tarih dışı hissetmek için belirli bir kapasitenin gerekli olduğunu ve hayvan yaşamının soru işareti olmadan mutlu bir şekilde ilerlemesinin nedeninin bu unutkanlık olduğunu söyler (Singer, 2011). İnsanlar ise bu unutkanlığı büyük ölçüde kaybetmiştir ve bu bizim büyümemizi durdurur, bizi yaşamın asli görevi olan özgürce düşünmek, özgürce arzulamak ve kendini aşmaktan uzaklaştırır. İnsan hayatının devam edebilmesi ve gelişebilmesi için insanın bir hatırlama ve unutma, düşünme ve kör tutku dengesini tutturması gerekir. Nietzsche'ye göre belli bir unutkanlık, uyanıklığa karşı değildir, ancak uyanık yaşama gerçekten karşı çıkan şey aşırı uyanık bir bilinçtir (Singer, 2011).

Modern insanın sorunu hayvan tarafından yani bedeninden uzaklaşmış olması, onu aşağılamasıdır der Nietzsche (Wallen, 2015). Bunu yaparken de modern insan düşünceye aşırı bir değer yüklemiştir. Oysa bedeni her an onunla beraber yaşayan ve her deneyimine ev sahipliği yapandır ve ancak bir denge hali ile gerçek erdeme erişilebilir. Dolayısıyla bedenimizin ve hayvan taraflarımızın varlığını kabul ederek, bedenimiz-içgüdümüz-unutkanlığımız ve düşüncemiz-içebakışımız-hatırlamamız arasında bir denge kurmanın yolunu bulmamız gerekir.

Martin Heidegger

Varoluşçu filozoflardan Husserl'in kurduğu ve daha sonra Heidegger'in geliştirdiği fenomenolojinin amacı insan deneyimine ve insanların dünyayı algılama biçimlerine odaklanarak; dünyayı insanlara birinci şahıs perspektifinden görüldüğü gibi tanımlamaktır (Koefoed, 2018). Bu perspektif ise daima algılayan kişinin bedeni aracılığıyla tanımlanır. Burada önemli olan algılayan kişinin yalnızca nesnel/bedensel olarak mevcut olması değil, aynı zamanda bedenin algıda veya eylemde “deneyimsel” olmasıdır (Gallagher & Zahavi, 2010, p. 14). Dünyaya erişimimiz ancak bedenimiz aracılığıyla kazanılır ve bedenimizi dünyayı aktif olarak keşfetmek ve deneyimlemek için kullanırız Dolayısıyla algısal eylemler günün sonunda daima bedenseldir. (Koefoed, 2018). Heidegger'in “Şeylerin kendilerine dönelim.” dediği ve “Şeylerin kendilerini gösterdikleri halleriyle” diye tanımladığı fenomenoloji bedenin varlığı ve deneyimselliği olmadan uygulanabilir değildir.

Varoluşçu antropoloji, varoluşçu ontoloji ile sıkı sıkıya bağlantılıdır (Britannica Online Ansiklopedi, 2019). Varoluşçu düşüncede zihin ve beden (veya ruh ve beden) arasındaki geleneksel ayırım tamamen ortadan kaldırılır. Beden, dünyanın onun aracılığıyla deneyimlendiği ve bu nedenle de insan varlığının dünya ile ilişkisinde ayrılmaz bir parça olarak kabul edilir.

Heidegger (1927) Varlık ve Zaman'da yeni bir kavram olan Dasein'ı ortaya koyar ve varlığın anlamı sorununa onun aracılığıyla yaklaşarak Kartezyen düalizminden tamamıyla kaçınır. Kabaca “orada-varlık” diye tanımlayabileceğimiz Dasein aslında dünyada var oluş halimizdir (being-in-the-world). Heidegger'in insan veya özne yerine Dasein kavramı kullanmasının nedeni var olmanın ne anlama geldiğini yeni bir şekilde tanımlamaktır. Bu kavram, insanlar olarak dünyaya gömüldüğümüzü, çevremizden bağımsız olamayacağımızı ve diğer insanlarla etkileşimlerimizle var olduğumuzu ifade eder. Yani varlığımız ve dünya arasındaki ilişkiden uzak durmamız imkansızdır (Langdridge, 2007).

Heidegger de Sartre ve Merleau-Ponty gibi varlığın özden önce geldiğini söyler. Başlangıç noktasını özne olarak kabul eder ve insanların eylemleriyle kendilerini var ettiklerine inanır (Marino, 2004). Husserl'den farklı olarak Heidegger, insanların yaşadıkları dünyadan ayrılmaz olduklarını iddia eder. Husserl şeylerin özünü tamamen tarafsız bir şekilde tanımlamamızın mümkün olduğunu söylerken, Heidegger dünyadan ayrılmaz olduğumuz için bunun mümkün olmadığını söyler. (Langbridge, 2007). Heidegger'e göre dünya algımız, içinde yaşadığımız çevreyle ilişkilidir ve bedenimize dayanmaktadır. Bu bakış açısıyla fenomenlerin evrensel özünü anlamayı değil, ortaya çıkan deneyimlerin anlamlarının yorumlanmasını

önemsemiştir (Langdridge, 2007). Husserl'i oluşturduğu yöntemi uygulamamakla eleştiren Heidegger kendi odağını daha deneyimsel/bedensel bir alana taşımıştır.

Varlık ve Zaman'da Dasein fiziksel olarak da vardır. Heidegger dünyada bedenimiz aracılığıyla var olduğumuzu ve dünyayı fiziksel varlığımız aracılığıyla algıladığımızı söyler. Heidegger Varlık ve Zaman'dan otuz yıl sonra ise Zollikon Seminerlerinde “yaşayan beden” kavramını ortaya atmıştır. Dasein'in bedensel doğasını açıklamak için, yaşayan bedeni (Leib) mekanik bedenden (Körper) ayırır. Başlangıçta Husserl'in ortaya koyduğu bu fikri Heidegger de desteklemiştir ve bedeni deneyimliyor olduğumuz hali (Leib) ve aynada gördüğümüz materyal hali olarak (Körper) ikiye ayırmıştır (De Sousa, 2018). Heidegger bedensel bedenimin (Körper) “ne” olduğu ile ilgili herhangi bir bilimsel açıklama ile ilgilenmeden önce, zaten hali hazırda bedenimi deneyimliyor (Leiben) olduğum gerçeğine vurgu yapar (Zollikon Seminerleri, 86). Dasein'in fiziksel doğası bir düşünce oluşturmak için bedene bağlı değildir, o zaten basitçe dünyada bulunan, yaşayan bir bedendir. Canlı beden deriyle durdurabilen bir şey değildir, çünkü zaten her zaman oradadır ve zihinsel durumlardan ziyade ruh hallerimizi belirleyen durumları oluşturur. Çünkü ruh halleri çevremizdeki dünyevi anlam bağlarıyla iç içe geçmiştir ve olayların zihinsel süreçlerden önce çeşitli durumlarda bizim için nasıl önemli olduğunu belirler. Canlı beden (Leib), fiziksel görüntüsünü oluşturan maddesel beden (Körper) ile sınırlı değildir, insan beden aracılığıyla dünyaya uzanır. Heidegger, bunu açıklamak için parmağımızla bir noktayı işaret etmek örneğini kullanır. İşaret ettiğimizde bedensellik hissimiz parmak ucumuzda durmaz, bunun yerine derimizin ötesine, bakışlarımızın yakaladığı nesneye doğru uzanır. Beden ve dünya birleşirken; algı, eylem ve etkileşim de en azından bir dereceye kadar birbirine bağlıdır. Vücudumuz, sadece derimizin içinde kalmaz; birçok şekilde dünyaya uzanır (The Open University, 2019).

Dasein'in beden temsili (Leiben) dünyanın merkezinde, kendi kendine yeten, insan merkezli bir temsil olmaktan ziyade, daima zaten “kendisinin dışında” bulunan “kendinden geçmiş bir varlıktır”. Bu kendiliğindenlik, canlı beden ile dünya arasındaki ayrılmazlığı gösterir: “Beden temsili, dünyadaki varlığa aittir, bu da esas olarak varlık anlayışıdır.” (Heidegger, Zollikon Seminerleri, 200). Başka bir deyişle, beden dünyevidir ve dünya Dasein'in bedenselliği açısından anlaşılmaktadır. Bedensellik insanın varoluşunun ve dünyada oluşunun bir koşuludur. Dolayısıyla fenomenolojik olarak insana ve içinde yaşadığı dünyaya bakmak bedene bakmadan pek mümkün değildir. Husserl ve Heidegger'in ortaya koyduğu bu yeni beden tanımlaması, Kartezyen düalizmine karşı çıksa da bu sefer de farklı bir ikililik/düalizm (Leib vs. Körper) doğurması açısından eleştirilmiştir (Li, 2015). Ancak Husserl'in ortaya attığı bu yeni “yaşayan beden” fikri ve sonrasında Heidegger'in yaşayan

bedeni deneyimleyen, canlı bir varlık olarak ele alarak fenomenolojiyi uygulamak için bedenın öneme vurgu yapması kendisinden sonraki fenomenologların beden çalışmalarına farklı bir ufuk kazandırmıştır.

Maurice Merleau-Ponty

“Organizmada kalp neyse dünyada da kişiye has beden odur: Görünür manzarayı devamlı hayatta tutar, canlandırır ve içsel olarak besler, onunla birlikte bir sistem oluşturur.” (Ponty, 1945, s.279).

Merleau Ponty, Heidegger’in felsefesindeki “Nasıl var oluruz?” sorusunun ontolojik hali olan “Nasıl algılarız?” sorusuyla ilgilenir. Heidegger’in kendime ait, öznel bir dünya kurabilirim ancak bunu dış dünya ile iletişimin olmadan yapamam diye ortaya attığı Dasein projesinin çok daha temeline inmiştir sorduğu soruyla. Heidegger henüz Daseinimizin parçası olmamış şeyleri yok olarak kabul ederken, Merleau-Ponty ben bilmesem de bir yerlerde var olan başka şeyler olabilir der. Merleau-Ponty’e göre algı, dünya ile alışverişimizdir. Etrafımızda bulunan ya da arayıp bulduğumuz o şeyleri nasıl algıladığımıza bakarken, bedeni de çok öncelikli bir konuma yerleştirir. Çünkü bedenimiz yaşayan, algılayan ve deneyimleyendir. Merleau-Ponty’nin felsefesinden bahsederken beden yerine, kökeni varoluştan gelen vücut kelimesini tercih etmek daha anlamlı olacaktır. Vücut, algıyı anlarken çok temel bir noktadadır çünkü o olmadan var olamayız ve dünya ile iletişime geçemeyiz.

Merleau-Ponty de Husserl ve Heidegger gibi bedeni tanımlarken “yaşayan beden” kavramını kullanır (De Sousa, 2018). Merleau-Ponty’nin yaşayan beden anlayışı, Algı’nın Fenomenolojisi’nde hem kişisel hem de kişisel öncesi varoluş olan bedenden (le corps), Göz ve Tin’de varoluşun anonim ve genel unsuru olan ete (la chair) dönüşür. Erken dönemlerinde Merleau-Ponty, yaşayan bedeni “sürekli orada olan” bir özne ve “dünyada olmanın bir aracı” olarak tanımlar. Sonra ise vücudu et olarak tanımlamaya başlar. Bunu da aslında dünyanın geri kalanından farklı bir materyalden oluşmadığımızı anlatmak için söyler.

Algının Fenomenolojisi’nde (1945) Merleau-Ponty yeni bir bilinç tanımı yapmaya çalışır. Bu tanımı ise vücut ile dünya ilişkisini algı yoluyla anlamaya çalışarak ve özneye içeriden bakarak yapar (San, 2015). Merleau-Ponty, özneliğin beyinde meydana gelen nesnel ya da üçüncü şahıs perspektifinden görülen süreçlere indirgenemeyeceğini düşünür. Aynı zamanda bizi dünyaya açmada bedenın yarı-aşkın rolünü vurgular. Yani bedenlerimizin, sadece maddi şeylermiş gibi algılanamayacağı, tamamen mekanik terimlerle açıklanamayacağı

gerçeğini ortaya koyar. Ona göre yaşayan beden bir anlam yaratır ve sergiler. Merleau-Ponty, bedenın bir özne ya da en azından bir proto-özne olduğunu düşünür. Farkındalığın en ilkel biçimi olarak yaşayan beden, varlık ve dünya ile en temel ilişkimizi kurar (De Sousa, 2018). Yaşayan beden, bizim onu tam anlamıyla kavrama çabamızdan sürekli kaçınır. Hiçbir zaman tamamiyle kavrayamadığımız yaşayan bedenın bu hali onu nesne pozisyonundan uzaklaştırıp, özneleştiren şeydir (Merleau-Ponty, 1945). Yaşayan beden tabii ki bir ölçüde kendinin farkındadır ve bazı açılardan kendi kendini kavrayabilir, aksi takdirde “yaşayan” olamazdı, ancak yine de benim bedenim benim için tam anlamıyla inceleyebildiğim bir nesne olamaz (De Sousa, 2018). Zaman zaman görünüp zaman zaman kaybolan objelerin aksine, yaşayan beden benim için her zaman oradadır ve Merleau-Ponty bu kalıcılığın neredeyse metafiziksel bir zorunluluk olduğunu söyler. Yaşayan bedenimin kalıcılığı ve her zaman aynı taraftan görünür olması sayesinde dışarıdaki nesneleri birçok açıdan inceleyebilirim. “Nesnelerin birçok yüzü olduğunu bilirim çünkü onların etrafında dönebilirim ve bu anlamda, dünyanın bilincine bedenim sayesinde varırım.” (Ponty, 1945, s.127). Dışarıdaki nesnelerin bir seferde ancak bir yüzünü inceleyebilirim ancak en azından hangi tarafını inceleyeceğimi seçebilirim, bedenim bundan farklı olarak asla gözümün önüne alıp inceleyebileceğim bir şey haline gelemmez, çünkü o daima benimle birlikte (Ponty, 1945).

Vücudumu dokunarak bir nesneye çevirmeye çalışsam bile, yaşayan beden buna engel olur. Merleau Ponty bu durumu, daha önce Husserl’in de adlandırdığı gibi, “çifte-his (double-sensation)” olarak adlandırır. Kendime dokunmak dışarıdaki bir objeye dokunmaktan farklıdır, çünkü sağ elim sol elime dokunduğunda sol elim de kendisine dokunulduğunu hisseder. Bedenimi tam anlamıyla gözlemleyebilmek için, sahip olduğum beden dışında bir de incelenecek ikinci bir bedene sahip olmam gerekir der. Dolayısıyla Merleau-Ponty’e göre (1945), dünyayı gördüğüm ve incelediğim haliyle bedenime dokunmak ve gözlemlemek mümkün değildir. Bunu engelleyen şey ise nesnelerin bedenim sayesinde var oluyor olmasıdır. Bedenin bu kalıcılığı ona nesne olarak bakmamızın önüne geçer ve vücudu dünyayla iletişim aracımız haline getirir. “Beden dünyada-var-olmanın aracıdır ve bir bedene sahip olmak, bir canlı için belirli bir ortama katılmak, kimi tasarımlarla iç içe geçmek ve sürekli olarak oraya bağlanmaktır.” (Ponty, 1945, s. 127). “Bir bilinç olmak ya da daha doğrusu bir deneyim olmak, dünyayla, bedenle ve başkalarıyla içsel bir iletişim kurmaktır, onların yanında olmaktan ziyade onlarla birlikte olmaktır.” (Ponty, 1945, s.145).

Merleau-Ponty (1945) bedeni fiziksel bir nesnedense bir sanat eserine benzetir. Nasıl ki bir romanın, bir şiirin, bir tablonun, bir müziğin anlamına onunla doğrudan temasla erişebilirsek, bedene de ancak böyle bir temasla erişebiliriz. Aynı zamanda sanat eserleri de

beden gibi ifadeyi ifade edilenden ayıramayacağımız şeylerdir. Bununla birlikte bedenin yönelimsel olduğunu söyler. Beden içine dönük ve kapalı değil, aksine açıktır ve kendini dünyada bulur. Yaşayan beden bir nesneye ya da direkt kendine yönelirken bilinç örtük olarak bunun farkındadır. Yani yaşayan beden bir nesneye yönelirken belirli bir niyet içerisinde yönelir.

Merleau-Ponty'e göre özne nesne diyalogu vücutta gerçekleşir. Ben bir şey hissedirim, ihtiyaç duyarım ve dışarıda onu ararım. Vücudum sayesinde ihtiyaçlarım ve dünyanın bana sundukları arasında bir diyalog kurarım. Nesneleri hiçbir zaman kendi vücudum dışında bir şeyle deneyimleyemem. Merleau-Ponty'nin felsefesinde beden, aynı zamanda cinsiyetli ve cinsel bir varlık olarak tanımlanır. Vücudun cinsel işlevinde dahi bir yönelimsellik vardır, arzu duyduğumuz başka bir nesneye/bedene yöneliriz. Vücut her şeyde olduğu gibi burada da özne ile nesne arasındaki üçüncü alandır.

Nesneler ve dünya özne için başlangıçta muğlaktır ancak deneyimlediğimizde artık ete kemiğe bürünür, bir parça kesinlik ve belirlilik kazanır. Fakat yine de hiçbir zaman tam anlamıyla muğlaklığını kaybetmez. Bu sebeple şeyi kesin olarak bildiğimizi söylemeyi Ponty “deneyim hatası” olarak tanımlar. Dünyayı kesin ve net olarak algılamaktır deneyim hatası, oysaki dünya her zaman muğlaktır ve onu çok katmanlı yapan bu muğlaklıktır. Merleau-Ponty bu muğlaklığın kendi vücudumuza karşı da olduğunu ve insanın kendini tanımasının yolunun vücudunu tanımaktan geçtiğini söyler.

“Bedenimizi duymayı yeniden öğrendik, bedenin nesnel ve mesafeli bilgisi altında ona dair sahip olduğumuz bu başka bilgiyi yeniden bulduk, çünkü o her zaman bizimledir ve biz bedenizdir. Aynı şekilde bedenimizle dünyada olduğumuz, dünyayı bedenimizle algıladığımız ölçüde, bize görünen dünyanın deneyimini de yeniden uyandırmamız gerekecektir. Ama bedenimizle ve dünyayla bu şekilde yeniden temas kurarak kendimizi de yeniden bulacağız. Çünkü ne de olsa kişi bedeniyle algılıyorsa, beden doğal bir bendir ve deyim yerindeyse, algının öznesidir.” (Merleau-Ponty, 1954, s. 283-284).

Jean-Paul Sartre

“Kendim için Öteki tarafından bilinen bir beden olarak varım.” (Sartre, 1943, s. 351)

Jean-Paul Sartre, bilincin yalnızca bedensel olanla var olabileceğini açıkça belirtmesine rağmen, geleneksel olarak bir beden filozofu olarak düşünülmemektedir (Doney, 2011). Buna Sartre'ın felsefesindeki özgürlük, sorumluluk, ötekiyle ilişkimiz gibi diğer kavramların daha göz önünde ve dikkat çekici olmasının sebep olduğu düşünülmektedir. Oysaki Varlık ve Hiçlik'te (1943) bedene dair geniş bir bölüm vardır ve Sartre'ın felsefesinde bedeni konumlandığı yer önemlidir. Hatta Sartre'ın özgürlük ve diğerleriyle olan ilişkilerimize dair anlayışı, beden anlayışıyla oldukça uyumludur. Dolayısıyla Sartre'ın bedene bakışını anlamamız, bütünüyle felsefesini anlamamız açısından önemlidir (Doney, 2011).

Sartre beden problemini ve bunun bilinçle olan ilişkisini araştırır (Morris, 2010). Bilincin bedensel bir bilinç olduğunu söyleyen Sartre, “Her bilinç, bir şeyin bilincidir.” der ve bununla ilgili olarak niyetlilik kavramını ortaya atar (Hatzimoysis, 2013). Her bilincin bir şeyin bilinci olduğu iddiası, tüm zihinsel durumların bir şeye yöneldiği niyetlilik doktrinini ifade eder: düşüncede, düşünülen şeye; algıda, algılanan şeye; arzuda, ne istendiğine doğru bir yönelim vardır. Niyet, zihinsel yaşamımızın merkezi bir özelliği olarak kabul edilir. Sartre bu yaklaşımıyla algısal deneyimi de açıklar. Yöneldiğimiz şeyi algılamamız yoluyla dünya bize açılır. Örneğin bir ağaca bakarken, baktığımız şey bir ağaç fikri ya da resmi değil, tüm gerçekliğiyle deneyimleyebileceğimiz bir ağaçtır (Hatzimoysis, 2013). Aslında bu yönüyle Merleau-Ponty'nin yaşayan bedeni ile Sartre'ın bilinç kavramı birbirine çok benzer (Sousa, 2018). İkisinde de bir niyetlilik ve yönelimsellik vardır. İkisinde de bu yönelimsellik sayesinde dünyayı algılar, deneyimleriz ve bunu yapmamızın aracı bedenlerimizdir (Sousa, 2018).

Sartre bedeni tanımlamaya Heidegger'in Daseininin yani “orada olmayı” referans alarak başlar. İnsan için bedensel olmak demek orada olmaktır; o sandalyede olmak, o masada olmak (Morris, 2010). Bedenimiz günlük meselelerle uğraşan ve algılayan olarak eylemimizin merkezidir. Sartre'a göre yaşayan bedende algılamak ve eylem birbirleriyle ilişkilidir. Algılarız, yöneliriz ve eyleme geçeriz. Çok daha temelde Sartre bedenin algılamak için kullandığımız bir araç olduğunu da reddeder. İnsanın dünyadaki varoluşunun merkezine bedeni yerleştirir. Beden kullanılan bir enstrüman değildir; çünkü biz bedeniz. Zaman zaman bizim için görünmez de olsa, aslında her eylemde oradadır ve o olmadan eylemin olması mümkün bile değildir (Morris, 2010).

Sartre'ın özgürlük anlayışı ve beden anlayışı arasında bir uyum olduğunu daha önce belirtmiştim. Peki beden gibi bir fiziksel kısıtlılığımız varken nasıl özgür olabiliriz ve bu iki kavram birbiriyle nasıl uyumlu olabilir? Sartre'ın özgürlük anlayışı temelde kısıtlılıklarla beraber bir özgürlüktür. Sınırlılıklarımızı kabul ederek ve sorumluluk alarak seçim yapma özgürlüğünden bahseder. Bedende tanımladığı özgürlük de bunun çok benzeridir. Bedenimizin

sınırlılıklarını reddetmemiz gerektiğini söylemez ya da bu dışsal koşulları önemsiz şeyler olarak görmez. Tam aksine özgür olabilmek için fiziksel kısıtlılıklara sahip olmamız gerektiğini ve bunları kabul edip, bedenimizin sınırlılıkları içinde seçimler yaparak otantik varoluşumuzu oluşturmamız gerektiğini söyler. Bunun mümkün olabilmesi için dünyada olmam, bir şeyi diğerinden ayırt edebilmem ve ayrıca sınırlılıklara sahip olmam gerekir ki bunun sonunda her şeye sahip olamayacağımı ya da her şeyi aynı anda yapamayacağımı anlayayım ve seçim yapabileyim. Böylece, aslında Sartre için kısıtlı bedenim özgürlüğümün temelini oluşturur. Aynı zamanda Sartre bedenimizin koşullarını geliştirebileceğimizi ve değiştirebileceğimizi savunur. Evet, bir bedene sahip olmanın getirdiği bazı kısıtlılıklar vardır ancak vücudumuzu şekillendirebiliriz ve istediğimiz bir forma sokma çabasında olabiliriz. Bu da bizim özgürlük sınırlarımızın içindedir. Bedenini değiştiremeyeceğini düşünen insanlardan bahsederken “kötü inanç” kavramından bahseder. Kötü inanç hayatta kendimiz için gidecek başka bir yolun olmadığını, seçeneksiz olduğumuzu düşündürür. Kötü inanca her düştüğümüzde kendimizi nesneleştirmiş oluruz ve bedenimizin bazı fiziksel koşullarına sonsuza kadar mahkum olduğumuzu düşünmek de, mesela çok kilolu bir bedene sahip olmak ve bunun değişmeyeceğini düşünmek, bir kötü inançtır. Ona göre bedenimizde kabul etmemiz gereken sınırlılıklar varken, aynı zamanda yeniden şekillendirebileceğimiz ve geliştirebileceğimiz birçok alan da mevcuttur.

Sartre varlığı bilinçli olma durumlarına göre iki şekilde tanımlamıştır. Bunlardan biri bilince sahip olan kendisi için varlık iken; diğeri bilincin olmadığı kendinde varlıktır. Bu ayrım özne-nesne ayrımını çağırır. Sartre kendimizin öznesi olmakla, kendimizi nesneleştirmek arasında gidip geldiğimizi söyler. Kendimizi bir kalıba sokmaya çalışarak nesneleştirirken, bir yandan da öznel gibi özgür olmak isteriz. Bu hayatın en büyük ikilemlerinden biridir. Sartre bedeni de varlığa benzer şekilde açıklar (Morris, 2010). Ona göre bedenin iki boyutu vardır. Bunlardan biri benim kendi bedenimi algılayışım (being for itself); diğeri ise başkalarının beni ya da benim başkalarını gördüğüm bedenselliktir (being for others). Bu ikisinin etkileşimi ile de üçüncü bir boyut ortaya çıkar; bu da bedenimin bir nesne olarak, başkalarının gözünden var oluşunun farkında oluşumdur (Morris, 2010).

Sartre’ın bedeni tanımlayışında ötekine vurgu çok fazladır. Heidegger’in ilişkisel Dasein’ı gibi, Sartre da başka bedenler sayesinde dünyayı ve kendimizi tanıyabileceğimizi söyler (Doney, 2011). Bu nedenle, Sartre için beden hem algılamamızı sağlayan hem de algılanmamıza izin veren vücuttur. Başka bir deyişle, vücudun hem bir özne, hem de bir nesne tarafı vardır. Varlık ve Hiçlik’te diğerleriyle ilişkiler ezici ve çatışmalı olarak tanımlanır. Bu çatışmanın büyük bir kısmı ise sadece ötekinin bakışının farkında olmamızla ortaya çıkar. Ezen

ezilen ilişkilerde ya ötekini nesneleştirdiğimizi ya da kendi varlığımızın sorumluluğundan kaçarak nesneleştirdiğimizi iddia eder (Doney, 2011). Tabii ki, bizi ötekine görünür kılan ve bu yüzden onun görüşüne karşı savunmasız kılan bedenlerimizdir. Beden öznelliği olan bir beden olmak ya da nesneleşen bir bedene dönüşmek bakımından ilişkilerde de özellikle önemlidir. Sartre ötekinin bakışının üzerimizdeki bu etkisini “Cehennem ötekidir.” diyerek ifade etmiştir (Doney, 2011).

Simone de Beauvoir

Simone de Beauvoir bedene odaklanmış ve cinsellik, cinsiyetli bir varlık olarak beden, kadın bedeni hakkındaki fikirlerini ortaya koymuş önemli bir filozoftur. Kendisi de bir kadın filozof olan Beauvoir sonrasında bazı eleştirilere maruz kalsa da, döneminde kadın bedenine ve kadınlığa dair yankı uyandıran bir felsefe oluşturmuştur.

Dönemin filozofları olan Sartre, Merleau Ponty ve Beauvoir ile birlikte, özne ve nesne ayrılığının altını çizen deneyim kavramı, daha çok özne ve nesne etkileşimini ifade edecek bir anlam değişikliğine uğrar (Tiukalo, 2012). Empirizm ve rasyonalizmin, kendi yöntemleriyle bölmeye çalıştığı “gerçeklik” kavramı, öznel ve nesnel unsurların etkileşim sürecini temsil eden bölünmez bir bütün olarak yeni bir imaj kazanır. Bu yeni imajla birlikte hem dış dünya hem de bilinç gerçek olarak kabul edilir ve en temelde hiçbirinin bir diğerine üstünlüğü yoktur artık (Tiukalo, 2012).

Simone de Beauvoir, *Algının Fenomenolojisi*’ni okuduktan sonra Merleau-Ponty’nin bedene dair fikirlerinden etkilenmiş ve fenomenolojinin insanlara bedenlerinin mülkiyetini geri verdiğini söylemiştir. Varoluşçu düşüncenin insan vücudu hakkındaki temel tezlerinden biri, bedenin hem öznellik hem nesnellik unsurunu içerdiği varsayımdır. İnsanın bedenselliği varoluş için kaçınılmaz bir koşuldur ve aynı anda hem nesne hem de öznedir. Böylelikle insan özne olarak sahip olmayı ve nesne olarak sahip olunmayı çift yönlü olarak deneyimler (Tiukalo, 2012).

Beauvoir insanın özne ve nesne konumunu diğer filozoflardan farklı olarak cinsiyet bağlamında ele almıştır. Bunu tanımlarken ise bedene çokça yer vermiştir. İkinci Cinsiyet (1949) kitabında Simone de Beauvoir cinsiyetler arasındaki asimetriye varoluşsal kırılma yaratması bağlamında dikkat çekmiştir. Ataerkil toplumun kadın bedenini nesnelleştirirken (la chair), erkek bedenini eylemde bulanan, “yaşayan” bir beden, bir özne (le corps) olarak tanımlamasını eleştirmiştir. Beauvoir erkeğin kadını “öteki” yaptığını, bu durumun ise ataerkil mitler olan “doğa ana” vb. kavramlardan beslendiğini, dolayısıyla kadının “kendisi için beden”

ve “başkası için beden” olarak bütünlüklü şekilde var olması gerekirken, tamamen “başkası için varlık/beden” haline gelerek varoluşunun bölündüğünü söyler. Kadın vücudunun bu kadar nesneleştirilmesi ve pasifleştirilmesi, erkek vücuduna da özne olduğu kadar aynı zamanda nesne olduğunu unutturmuş ve sanki erkek bedeni insan olmanın fiziksel koşullarından, kısıtlılıklarından azadeymiş gibi düşünölmeye başlanmıştır. Beauvoir ataerkil bir toplumda büyüyen kadının ne dünyaya karşı aktif bir duruş sergilemesine ne de bireyselliğini gerçekleştirebileceğı bir faaliyette bulunmasına izin verilmeyeceğine ve kadının kaderinin bu olduğuna inanılacağından bahseder. Sonuç olarak, kadın daima kendi bedeni, kendi arzuları ve bireyselliğı ile insanoğlunun çıkarları arasında bir çatışma nesnesi haline gelir (Tiukalo, 2012).

Kadının nesneleşmesinde toplumun rolünü sorguladıktan sonra Beauvoir (1949) İkinci Cinsiyet’te kadının bu pozisyonunda biyolojinin rolü olup olmadığını da merak eder. Kadın ve erkek cinselliğinin biyolojik açıdan farklı yanlarını aşağıdaki gibi anlatır (1949):

"Kadının cinsel organı kendisi için bile gizemlidir. Gizlidir, mukozalı ve nemlidir; her ay kanar, tehlikeli görülür. Kadın kendi içindekini tanımıyordur ve bu büyük ölçüde arzularını neden tanımadığını da açıklar. Kadın için bütün bunlar utanç verici şekilde ortaya çıkar. Erkek “sertleşir” ama kadın “ıslanır”. Erkek bir sıvı çıkarttığı için, idrar veya meni, aşağılamaz: çünkü bu aktif bir işlem olarak görülür; oysa kadında benzer bir sıvı pasif olarak akar ve bu aşağılayıcıdır. Bu durumda kadın vücudu artık kasları, sinirleri olan beynin kontrolünün olduğu, bilinçli bir öznenin ifadesine sahip bir organizma değildir. Daha ziyade bir kap, kendi halinde eylemsiz bir madde olarak görülür." (s. 386).

Beauvoir (1949), erkek ve kadın bedeni arasındaki asimetriyi sıkça vurgular. Erkek doğası gereğı ayrıcalıklıdır, fiziksel güce sahiptir ve bütün bunlar sayesinde kendini dünyaya özgürce açabilir. Kadın ise değişken bir bedenle donatılmış ve dünyaya kapalı bir durumda kalmıştır. Beauvoir’e göre biyolojik yapı, dünyanın algılanma şekli ve aynı zamanda dünya içinde var olma tarzı açısından çok büyük bir öneme sahiptir. En basitinden biyolojik bir gerçeklik olarak çocuk doğurabilen yalnızca kadınlardır ve bu bile başlı başına onları nesneleştirir. Başka bir deyişle Beauvoir kadın bedeninin edilgenliğinin sadece toplumun değil, aynı zamanda biyolojinin de bir ürünü olduğunu anlatmaya çalışmıştır.

Beauvoir’ın kadın bedenini değersizleştirdiğini ve kadını biyolojik gerçekliği kullanarak aşağıladığını düşünenler de vardır (Doney, 2011). Kadın bedeninin

nesneleştirilmesini eleştirirken, bizzat kendisinin bu nesneleştirmeyi yaptığını söylerler. Buna karşılık Beauvoir yalnızca toplumsal ve biyolojik bir gerçeği ortaya koyduğunu söyler. Ona göre kadının biyolojik koşulları toplum tarafından nesne haline getirilmiştir ve kadının bu duruma karşı çıkması gerekir. Kadının kendi bedeni planlarını ve arzularını gerçekleştirmeyi zorlaştırsa da; Beauvoir, kadının nesneleştirilmesine karşı kendi canlı bedenini ortaya koyarak harekete geçmesini ve kendini dünyaya açması gerektiğini söyler.

Simone de Beauvoir, bu sosyal bölünmenin siyah-beyaz taraflarını sivriltmeye çalışmamıştır. Erkeğin fiziksel aktifliğini yüceltirken, kadın vücudunun pasifliğinden şikayet etmez. Bedenselliğin kendi için beden ve diğerleri için beden olarak iki varoluşsal boyuta bölünmesinin ve cinsiyetler arasında paylaştırılmasının Sartre'ın kavramlarıyla bir kötü inanç belirtisi olduğunu söyler. Özellikle bu kötü inanç bir insanın özgür bir birey olması yönünde kaderine meydan okumaktadır: erkeklerin elinden nesnelliğini, kadınların elinden ise öznelliğini alarak.

Beauvoir'a göre bir kadın, vücudunun öznelliğini gösterme hakkına sahip özgür bir insandır. Her cinsiyetin bedeninin öznelliğini kendi seçtiği yolla ifade edebilmesi gerektiğini savunur. Erkek ve kadının fiziksel yapısından kaynaklanan nesnel farklılıklar, toplumda var olan hiyerarşik yapının bir açıklaması olamaz. Kadının fiziksel olarak daha zayıf olduğu gerçeği onu daha aşağı yapmaz. Yani biyoloji cinsiyeti açıklamaz.

"Biyolojik farklılıklar son derece önemlidir. Biyolojinin kadın tarihinde, kadının bulunduğu konum açısından çok belirleyici bir yeri vardır. Ancak cinsiyetler arası bir hiyerarşi oluşturmak için yetersizdirler; kadının "Öteki" olarak görülmesinin nedenini ve onu sonsuza dek bu alt rolde kalmaya mahkum edemezler." (Beauvoir, 1945, s.32-33)

Beauvoir için gerçek bir insan, vücudunun hem özne hem de nesnel öğelerini ifade eden bağımsız bir bireydir. Sartre, insanın özne olmak istediğini ve vücudunun nesnelleştirilmesine rıza göstermediğini açıkça iddia ederken; Beauvoir, aksine, insanların vücudunun hem özne aktivitesinden, hem de nesnel pasifliğinden keyif alabileceğini düşünür.

"Eğer her birey birbirini özgürce tanır, birbirine eşzamanlı ve karşılıklı olarak nesne ve özne olma imkanı tanırsa bu çatışmanın üstesinden gelmek mümkündür. Fakat gerçekte bu özgür varlıkların tanınmasına izin veren dostluk ve cömertlik, kolay erdemler değildir; bu erdemler insanlığın en

büyük başarısıdır ve bu başarı sayesinde insan gerçek doğasını bulur."
(Beauvoir, 1945, s.140)

2. Hastalanmak ve İyileşmek

“Kardeşlerim siz en iyisi sağlıklı bedene kulak verin: o daha temiz ve dürüst bir sestir. Daha dürüst ve daha temiz konuşur. Sağlıklı, kusursuz ve orantıları da doğru olan beden: yeryüzünün anlamlarından söz eder.” (Nietzsche, 1961, s. 38)

Varoluşçu filozofların beden tanımlarını ve bedene bakış açılarını inceledikten sonra, bu bölümde psikolojik kökenli bedensel hastalıklar hakkında varoluşçu düşüncenin söylediklerine kulak vereceğim. Varoluşçu filozofların bedene dair ortak görüşleri fiziksel varoluşun yani bedenin, dünyada olma halinden ayrılamayacağıdır. Zihin beden ikililiğine karşı çıkan ve bütün bir deneyimi savunan fenomenologlar, bilinci/zihni anlamının bedeni anlamadan mümkün olmadığını söylerler. Bedeni, bilincin eyleme dönmesinin tek yolu olarak tanımlarken, nesne (Körper) ve özne (Leib) olan iki bedensel durumdan söz ederler. Biri deneyimlerimize eşlik eden, yaşayan beden iken (Leib); diğeri ise fiziksel görünüşümüzü oluşturan, materyal bedendir (Körper). Bilincin ve bedenin tanımlanan bu yeni bütünlüğü bizi, kendimizi anlamak, kendimize yakınlaşmak ve otantik bir varoluşa sahip olabilmek için; zihnimize, düşüncelerimize, bilincimize yakın olduğumuz ve sahip çıktığımız kadar; bedenimize de yakın olmamız ve sahip çıkmamız gerektiği gerçeği ile yüz yüze getirir.

Friedrich Nietzsche

Bedensel tarafımızla barışmamız gerektiğini söyleyen Nietzsche, insanın erdemli bir hayata ancak bedeniyle bilinci arasında bir denge kurarak ulaşabileceğini söyler (Singer, 2011). Wallen (2015) “Doğal ve Orijinal Hastalığımız: Nietzsche ve Montaigne’de İnsan Hayvan Ayrımının İzini Sürmek” adlı makalesinde Nietzsche ve Montaigne’nin iyi-kötü olarak bölünmüş insan-hayvan ayrımını tamamen sarstığından ve insanlığı hiyerarşik bir düzenin tepesine yerleştirmeye değil, bir kardeşlik oluşturmaya istekli göründüklerinden bahseder.

Nietzsche’ye göre bizi hasta eden şey hayvani yani bedensel tarafımızı bastırmak, görmezden gelmektir. Nietzsche burada özellikle “bastırmak” kelimesini kullanır çünkü biz görmezden gelsek de bedensel tarafımız vardır. Yokmuş gibi davranmak, bedensel tarafımızı ortadan kaldırmadığı gibi bizim onu bastırmamıza ve tam da bu yüzden hasta olmamıza neden olur (Singer, 2011). Böylelikle insan konuşan hayvan veya politik hayvandan ziyade, doğal

olmayana çabalayan, “edilmiş iyilik”le dolu ve “yabancı arzu” ile şişen, hastalığı ise hayvan taraflarını inkar etmek olan, hasta bir hayvan haline gelir. (Wallen, 2015)

“İnsanlıktan söz edildiğinde, bunun insanı doğadan ayıran bir şey olduğu fikri temeldir. Ancak gerçekte böyle bir ayrım yoktur: “doğal” nitelikler ve gerçekten “insan” olarak adlandırılanlar ayrılmaz bir şekilde birlikte büyürler. İnsan, en yüksek ve en soylu kapasitesinde, tamamen doğadır ve esrarengiz, ikili karakterini bedenselleştirir.” (Nietzsche, 1961)

Nietzsche hayvan ve insan arasındaki farkın unutkanlık olduğunu sıkça vurgular (Singer, 2011). Hayvanlar ancak bu unutkanlık sayesinde hayatı keyifli bir şekilde yaşayabilirler. Burada mesele bilinç ya da hatırlamak değildir, yalnızca çok fazla bir bilinç düzeyinin ve hayvan tarafımızdaki unutabilme kapasitesini kaybetmek bizi hastalandırır. Dikkati çektiği nokta iyileşebilmek için ikisi arasında bir denge kurmamız gerektiğidir (Singer, 2011). Böylece, Nietzsche için insanın gelecekteki görevi, hayvanın neredeyse tamamen unutkanlığı ile modern insanın aşırı ve uykusuz bilinci arasında bir duruş oluşturmaktır. İnsanların sahip olduğu ve temelde hayvansal tarafına ait olan unutkanlık kapasitesine bir tür “hayvan bilgeliği” diyebiliriz.

“Bedenlerinden ve yeryüzünden uzaklaştıklarını sandılar bu nankörler. Oysa kime borçluydular uzaklaşacak gücü ve hazzı? Bedenlerine ve bu yeryüzüne.” (Nietzsche, 1961 [1883], s. 37)

Nietzsche, burada hayvansallığa bir tersine dönüş çağrısı yapmaz. Söylediği insanın sahip olduğu ve bastırarak hasta ettiği hayvan doğasının iyileşmesi gerektiğidir (Singer, 2011). İyileşmek için insanın ne yapması gerektiğine de çokça değinir.

“Yumuşak davranır Zerdüş hastalara. Gerçekten de kendilerini avutma biçimlerinden ve nankörlüklerinden dolayı onlara öfkelenmez. Yeter ki iyileşenler ve kendilerini aşabilenler olsunlar ve daha yüce bir beden yaratabilsinler kendilerine.” (Nietzsche, 1961 [1883], s. 37)

Nietzsche için, düşünme ve yaşama sanatı, düşünce ve otonominin belirli bir esnekliğini ve akışkanlığını içerir. Bu var olan akışının yeniden uyumlanması; nasıl hatırlanacağı ve nasıl unutulacağı, nasıl düşünüleceği ve doğru zamanda nasıl davranılacağını bilme sanatıdır (Singer,

2011). İnsanın düşüncenin götürdüğü yeri terk etmesi gerektiğini söyler; yani insan içgüdülerini bastırmak yerine bilmek ve takip etmek zorundadır. Düşünmek ve bilmek yaşama tabi olmalıdır; düşünme ve bilme yerine yaşamın kendisi yani deneyim yüceltilmelidir. Bir kuş metaforu kullanarak insan iyileşmek için ne zaman duracağını, ne zaman kanat çırpacağını, ne zaman hatırlayacağını ve ne zaman unutulacağını öğrenmelidir der (Singer, 2011).

Nietzsche insan yaşamının “geniş ufuklu” olması gerektiğini söyler: ne toplam unutkanlık ne de mutlak bilgi ekseninde bir hayattır bahsettiği (Singer, 2011). Tamamıyla geçmişte sıkışıp kalmış birisi için, yaratacağı bir benlik ve gelecek yoktur; tamamıyla şu anda sıkışmış biri için, geçmiş ve geleceği hisseden bir benlik yoktur ki bu aslında kendiliğin olmaması demektir. Burada da yine yapmamız gereken şey, toplam unutkanlık (bugün tarafından absorbe edilmek) ve aşırı tarihsel bilgi ve fazlaca düşünme (geçmiş tarafından absorbe edilme, kahr dolu, uğultulu bir varoluş) arasında müzakere etmektir (Singer, 2011).

Modern insanın bakış açısı ve değerler sistemi insanı hasta ve mutsuz hayvanlara dönüştürmüştür. Bedensel tarafımızı bastırmak onu ortadan kaldırmaz, bizi yalnızca hasta eder. O halde, iyi yaşama sanatı ve iyileşmenin yolu “bedenselliğimiz” ve “zihnimiz” arasında belirli bir dengenin geliştirilmesiyle mümkündür, birinin diğerinden üstün bir hale getirilmesiyle değil (Singer, 2011). Bu yapılan şey bedenseli zihnin üstüne çıkarmak değildir, sadece insanı olması gereken yere “yeryüzüne” indirmektir. Unutkanlık (bilginin ve tarihsel bilincin askıya alınması) ile yeterli bir tarihsel bilinç ve düşünme, insan olmanın ayrılmaz parçalarıdır. Görmezden geldiğimiz, bastırdığımız hayvan tarafımızdan çok fazla öğrenecek şeyimiz var. İşte tam da bu denge için daha çok bedensel ve biraz daha az zihinsel olmalıyız, çünkü gerçekten de “çok fazla insan/zihin” olduk (Singer, 2011).

Maurice Merleau-Ponty

“Ruhun ve bedenin birliği, biri nesne biri özne olan iki dışsal terim arasındaki keyfi bir kararname ile tasdik edilemez. Her an varoluşun hareketinde tamamına erer. Bedene ilk erişim yolundan, yani fizyolojiyle yaklaşıncı, bulduğumuz şey varoluştur. O halde, bu kez varoluşu başlı başına sorgulayarak, yani psikolojiye başvurarak bu ilk sonucu doğrulayabilir ve onu daha kesin hale getirebiliriz.” (Merleau-Ponty, 1945, s. 136).

Merleau-Ponty (1945) Algının Fenomenolojisi’nde bedeni ve bedensel hastalıkları kapsamlı bir şekilde ele almıştır. Fizyoloji ve psikik yapıyı ayrılmaz bir bütün olarak

değerlendirdiğinden, Varoluşçu düşüncenin psikolojik kökenli bedensel hastalıklara nasıl baktığını Merleau-Ponty'nin metinlerinden faydalanarak anlayabiliriz. Fizyoloji ve psikolojinin varoluş için nasıl ayrılmaz iki unsur olduğunu anlatmak için bir organını kaybeden kişilerde oluşan ve sanki hala o organa sahipmiş gibi hissettiren hayalet uzuvdan bahseder (Merleau-Ponty, 1945). Hayalet uzvun ortaya çıkması hastanın kişisel tarihi, hatıraları, hisleri ve istekleri gibi psişik koşullara çok bağlıdır. Bir his ya da yaralanmayı hatırlatan herhangi bir anı, hayalet organın oluşmasını tetikleyebilir. Bazense zaman içinde kişinin uzvunu kaybettiğini kabul etmesiyle birlikte hayalet uzuv küçülebilir ya da kaybolabilir. Burada önemli nokta uzvunu kaybeden kişinin kaybının farkına varıp varmaması ya da kaybını kabul edip etmemesidir. Dolayısıyla hayalet uzvu açıklarken psişik koşulları devre dışı bırakmak ve sadece fizyolojik koşulları göz önünde bulundurmak mümkün değildir. Kabul etmemiz gereken fizyolojik ve psişik koşulların iç içe geçmiş olduğu ve olanı anlamak için bunların ikisini de kapsayan üçüncü bir alan yaratmamız gerektiğidir (Merleau-Ponty, 1945).

Merleau-Ponty (1945) kaybın inkar edilmesi/kabul edilmemesi olarak tanımladığı bu durumu “bastırma” ile açıklar. Bastırmayı açıklarken ise sık sık psikanalize göndermelerde bulunur. Hayalet uzuv ve hafıza arasında sıkı bir ilişki olduğunu söyler. Hayalet uzuv tıpkı geçmişte çözümlenemeyen eski bir meselenin bastırılmış deneyimi gibi ortaya çıkar. Bir şeye tamamen sırtımızı dönmemiz ancak onun yerini çok iyi biliyor olmamızla mümkündür. Hayalet uzva sahip olarak da kaybettiğimiz uzvun hala orada olduğunu hissederiz ve böylece kaybımıza tamamen sırtımızı dönmüş oluruz. Bu aynı kaybettiğimiz bir arkadaşımızın yokluğunu hissetmemek için onu aramaktan kaçınmaya ve sanki hala oradaymış gibi davranmaya benzer. Kısacası görmek istemediğimiz yere bakmayız. Kaybettiğimiz bir arkadaşımızın varlığını canlı bir şekilde hissettiğimizde de, hayalet uzva sahip olduğumuzda da aslında kayba dair bilinçdışı bir bilgimiz vardır ve o tarafa bakmayarak, bastırarak bununla yüzleşmeyiz. İki durumda da yapılan kaybın inkarıdır ve iki durumda da bu bilinç düzeyinde gerçekleşmez.

Merleau-Ponty'nin (1945) Freud'un insana dair şeyleri mekanik koşullara bağlamaktansa, her yaptığının bir anlamı olduğunu söyleyerek bu anlamı araştırmasını oldukça fenomenolojik bulur. Alginin Fenomenoloji'sinde annesi tarafından sevdiği adam ile görüşmesi yasaklanan ve uykusuzluk çeken, iştahını kaybeden ve en sonunda da konuşma yetisini yitiren bir kadından bahseder. Oluşan semptomlar oldukça bedenseldir. Bu belirtiler genç kadının geçmişinde, çocukluk döneminde geçirdiği bir depremden sonra da oluşmuştur. Merleau-Ponty (1945) katı Freudcu bir yorumun bunu oral dönemle ilişkilendireceğini söyler. Buna bir miktar katılmakla birlikte kendisi bu durumun daha geniş bir perspektiften ele alınması gerektiğini düşünür. Oral dönem bu meselede etkili olabilir ancak ağız sadece cinsellikle ilgili değildir ve

başkalarıyla ilişkilenmenin çok temel bir koşuludur. Merleau-Ponty genç kadının yaşadığı durumu şu şekilde ifade eder:

“His kendini afoni yoluyla ifade etmeyi seçiyorsa, bunun sebebi sözün, bedenın tüm işlevleri içinde, müşterek varoluşa veya kendi sözlerimizle belirtecek olursak, birlikte-varoluşa en sıkı bağılı olan işlev olmasıdır. O halde afoni, birlikte-varoluşun reddedilmesini temsil eder, tıpkı başka öznelere, sinir krizinin durumdan kaçmanın aracı olması gibi. Hasta, aile ortamındaki ilişki yaşamından ayrılır. Daha genel olarak yaşamdan ayrılma eğilimi gösterir: Besinleri yutamamasının sebebi yutmanın, olayların kendisine nüfuz etmesine olanak tanıyan ve onları özümseyen varoluş hareketinin sembolü olmasıdır; hasta, kelimenin tam anlamıyla, kendisine koyulan yasağı ‘sindiremez’. Öznenin çocukluğunda iç sıkıntısı kendisini afoni olarak ifade etmiştir, çünkü ölümün yakınlığı, birlikte-varoluşu şiddetli biçimde kesintiye uğratmış ve özneyi kişisel kaderiyle baş başa bırakmıştır. Afoni yeniden belirir çünkü annenin koyduğu yasağı, mecazi anlamda aynı durumu geri getirir ve ayrıca, öznenin önündeki geleceği kapatarak, onu en sevdiği davranışlarına geri götürür.”

Merleau-Ponty’e göre burada olan şey bir “gösteri” yapmak veya içsel bir halin dışarıya yansıması değildir. Bilinçli olarak seçilmiş bir sessizlik yoktur. Yani burada genç kadın konuşmayı bırakmaz, aynı bir hatırayı kaybettiği gibi sesini kaybeder. Üstelik kaybedilen hatıra tesadüfi de değildir, hayatın reddedilen bölgesine aittir. Aynı görmek istemediğim bir yerin uzağına bakmak gibidir bu. Genç kadında oluşan bedensel semptomların sevdiği adam görmesine izin verildiğinde ortadan kaybolması bize bastırdığımız şeylere aslında bastırma halindeyken ve biz onları görmezken de sahip olduğumuzu ancak bu sahip olmanın o durumda yalnızca kendimizden uzak tutmaya yetecek kadar bir sahiplik olduğunu ortaya koyar.

Dorfman (2015) Saint-Exupery ve Nancy’nin anlatıları üzerinden bedeni tehdit eden iki sınır durum olan ölüm ve hastalığı Merleau-Ponty perspektifinden değerlendirir. Merleau-Ponty’nin bastırılmış beden kavramını ele alır ve ölüm/hastalık gibi sınır deneyimlerin bastırmayı nasıl kıldığını ifade eder. Saint-Exupery kendi deneyimi üzerinden ölüme yaklaşmanın bedeni nasıl dönüştürdüğünü anlatır. Bir savaş pilotu olarak ölüme yaklaşma deneyiminin bedenindeki etkilerini şu şekilde aktarır:

“Sanki geçen her saniyede yaşam benim için daha canlı hale geldi. Yaşıyorum. Hayattayım. Hala hayattayım. Hep yaşıyorum. Ben yaşamın kendisiyim. Yaşam sarhoşluğu beni heyecanlandırıyor. Sıcak savaş tanıdık bir tabir ama onun yerine sıcak yaşam demek daha doğru olacak. Ölüm tehlikesi endişeyi kışkırtmaktan çok sınırsız bir sevince ve zamanın doğrusal düzenini tersine çeviren bir jouissance'a sebep oluyor. Fakat bu anlarda vücuda ne oluyor? Kesinlikle tamamen yok olmuyor, aksine daha farklı bir biçimde yeniden ortaya çıkıyor. Günlük yaşamın bedeni değil artık deneyimlenen, o beden ölüm tehdidiyle yok edildi. Şu an deneyimlenen daha ziyade hayatın kendisiyle ilişkili bir beden.” (Saint Exupery, 1975, s. 112).

Merleau-Ponty, Saint Exupery'nin kendi deneyimini tasvir ettiği bu durumu bastırılmış beden kavramı üzerinden ele alır ve ölüm gibi çok önemli bir sınır durum karşısında bedenin nasıl değiştiğini anlatır. Bir diğer sınır durum örneği ise Nancy'nin geçirdiği kanser hastalığıdır ve Nancy hastalıkla beraber bedeni ilk defa bir “yabancı”, “kendi dışımızda bir varlık” olarak fark ettiğimizden bahseder (Aktaran Dorfman, 2015). Merleau-Ponty bu sınır durumlar dışında günlük yaşamda deneyimlediğimiz bedenimizin çok da farkında olmadığımızı, daha mekanik ve ezbere bir bedende yaşadığımızı, bedenimize daha çok nesne muamelesi yaptığımızı söyler (Aktaran Dorfman, 2015). Tehlike durumlarında ise unuttuğumuz bedene yeniden katılır ve bedenin özne haline geri döneriz. Hastalık ve ölüme yaklaşma deneyimleri bedenin otomatikleşmiş günlük yaşam deneyiminden çıkmamıza yardımcı olur. Ölüm yok olma tehdidi yaratır, hastalık ise bedeni yavaşlatır hatta bazen durdurur ve ikisi de bedenin her zaman benim için orada olmadığını fark etmemi sağlayarak beni çok büyük bir kısıtlılıkla yüz yüze getirir.

Burada hatırlamamız gereken şey, Merleau-Ponty'nin bedeni doğası gereği belirsiz, yani hem özne hem nesne, hem aktif hem pasif, hem içte hem dışta, hem kişisel hem de kişisel olmayan şeklinde tanımladığıdır. Alginın Fenomenolojisi'nde yapmaya çalıştığı, bedenin nesnelliğinin üstesinden gelmek ya da beden ve ruh arasındaki arkaik bir füzyon durumuna geri dönmek değil, daha ziyade bedenin farklı kutupları arasında sürekli bir hareket olduğunu göstermektir. Dolayısıyla nesnellik, kutuplardan sadece birine odaklanıldığında ve diğeri unutulup bastırıldığında bir sorundur ve bizi hasta eden budur (Aktaran Dorfman, 2015).

Sorunun ne zaman başladığını anlamak için bedende bastırmaya neyin sebep olduğunu anlamak önemlidir. Merleau-Ponty bastırmaya sebep olan şeyin deneyimi görmezden gelerek varlığa takıntılı bir hale gelmek olduğunu söyler. Çünkü bu şekilde kendi deneyimini, bedenimi ve bilincimi nesneleştirmiş olurum. Merleau-Ponty burada tekrar psikanalitik bir

terminoloji olan “takıntı” kelimesini kullanır. Burada söylenmek istenen bedenın organik yönünün bastırılması ve eksik olarak kabul edilememesinden kaynaklı bir takıntı olabilir. Merleau-Ponty bedenın eksikliğini inkarını hayalet uzuv üzerinden anlatmıştır ancak insan olarak aslında her an bir şeyin eksikliğini deneyimleriz: acıkırız, susarız, uykumuz gelir, hastalanırız. Bu eksiklikleri hissetmediğimiz nadir anlar ise tehlike durumları ve bir şeyden çok çok keyif aldığımız anlardır. Bu nadir anlar dışında insan olmak demek hep bir eksiklik, yoksunluk ve ihtiyaç duyma hali içerisinde olmak demektir ve bunları deneyimlemenin pek hoş olduğu söylenemez. Dolayısıyla devreye bastırma girer.

Aslında bütün bedenler belirli bir dereceye kadar amputedir ve her birimiz eksik olan kısımlarımızı bastırmaya çalışırız. Merleau-Ponty bir gerçek bedenimiz (actual body), bir de bedene dair bir şemamız (habitual body) olduğundan bahseder. Eksikliklerimizi ne kadar görmezden gelirsek beden şemamızı o kadar katılaştırmış oluruz. Bunu ne kadar çok yaparsak iki beden arasındaki boşluk o kadar artar ve bedenim gerçekte olduğu halinden gittikçe uzaklaşır. Böylece zamanla kendime yabancılaşır, nihayetinde harici bir nesne olan bedene dönüştürüm. Gerçek beden yapay ve nesnelleştirilmiş bir alışılmış bedene dayandığında, artık bedenim benim olmaktan çıkar. Dünyada özgür ve özerk bir birey olmak yerine, bedenim temelsiz bir hale gelir ve sürekli olarak kontrol etmem, üzerinde ustalaşmam gereken bir varlığa/nesneye dönüşür. Bunun sonucundaysa bastırma çok daha fazla derinleşir.

Eksik ve bu nedenle bastırılmış olan günlük beden talepkar, şımartılmış, evcil bir hayvana benzetilebilir ve bu haliyle kendim olmaktan uzak dışsal bir nesnedir (Dorfman, 2015). Buna karşın sınır durumlarda, beden üzerindeki baskı bozulur ve evcilleştirilmiş hayvan bir anda vahşi ve bedenın özüne itaat eder hale gelir. En ufak bir tereddüt ve ödül talebi olmaksızın tüm potansiyelini ve gücünü kullanır. Belli bir anlamda bu anlarda beden gerçek haline döner ve günlük yaşamın alışılmış bedeninden tamamen ayrılır. Burada yapılan hayvan benzetmesi ve bedenın kendine dönmesi, aynı zamanda nesne ve özne olan beden arasında kurulması gerektiği söylenen denge Nietzsche’nin bedene, hastalığa ve iyileşmeye dair fikirlerini aklı getirmektedir.

Merleau-Ponty (1945) hayalet uzvu dünyada-var-olma perspektifinden anlayabileceğimizi söyler. Sakatlanmayı ve eksikliğini inkar eden şey dünyada var-olan, eksiklik ve sakatlıklara rağmen kendisine yönelmeye devam eden fiziksel ve ilişkisel Ben’dir. “Eksikliğin reddi sadece bir dünyayla iç içe oluşumuzun diğer yüzüdür, bizi işlerimize, kaygılarımıza, durumumuza, tanıdık ufuklarımıza doğru fırlatan doğal hareketle çelişen şeyin üstü kapalı yadsınmasıdır.” (Ponty, 1945, s.127). Aslında kişi hayalet uzva sahip olarak, o uzva gerçekten sahip olduğu zamanlar yapabildiği her şeyi, o pratik alanı korumuş olur. Yani aslında

koruduğu şey dünyada olma ve dünyaya yönelme halidir. Fakat öte yandan, bedenimiz aracılığı ile dünyada var olduğumuz için bedenimiz eksikliğini saklarken bir yandan da açık eder. Örneğin eğer elim kesilmişse, ben ne kadar inkar etsem ve dünyaya uzanmaya çabalasam da artık uzanamam. Dünyada olduğum her an eksikliğim benimledir. Yani hasta “Görmezden geldiği ölçüde ne kaybettiğini bilir ve tam da bildiği ölçüde onu görmezden gelir.” (Ponty, 1945).

Merleau-Ponty hayalet uzvun bir “yeniden hatırlama” değil de bir “sanki şimdi” olduğunu söyler. Çünkü biz sakatlanan kolumuzu sakatlandığı haliyle değil, eski sağlıklı haliyle duyumsarız. “O halde hayalet kol, tıpkı bastırılmış deneyim gibi, geçmiş olmaya ikna olmayan eski bir şimdidir.” (Ponty, 1945). Bir hissin hayalet uzvu tetiklemesi dünyada-var-olmakla ilgilidir. “Hislenmek yüzleşmeyi başaramadığımız ama terk etmek de istemediğimiz bir duruma bağlanmış bulunmaktadır. Hatasını kabul etmek veya geri adım atmak yerine özne, bu varoluşsal çıkmazda, kendi yolunu tıkayan nesnel dünyayı parçalayıp dağıtır ve büyüdü edimlerde sembolik tatmin arar.” (Merleau-Ponty, 1945, s.133).

Merleau-Ponty’nin bedenle ve hastalıklarla alakalı bir diğer önemli kavramı tortulaşmadır. Bazı deneyimlerimizi algılar, fark eder ve söze dökeriz geri kalanlar ise tortulaşır. Fark edip söze döktüklerimiz işlenirken, tortulaşanlar işlenmeden birikir ve bilinçdışını oluşturur. Muhakkak her zaman anlamlandıramadığımız, üzerine düşünmediğimiz ve söze dökemediğimiz deneyimler olacaktır ancak bunların çok fazla olması hastalıkları meydana getirir. Çok fazla tortulaşma, çok fazla bastırma anlamına da gelebilir. Büyük tortulaşmalar uzun süre algılayamadığımız, tabu olan şeylerden çıkar. Dünyaya kapalı olmak, dünyayla ve kendimizle temas etmemek bir sürü şeyi düşünmeden yaşamamıza sebep olur ve bu da tortulaşmanın en önemli nedenidir. Tortulaşmanın varacağı en son aşama ise bedensel hastalıklardır. Merleau-Ponty örneği hayalet uzuv üzerinden vermiştir. Hayalet uzvun oluşmasının sebebini kişinin yaşadığı kaybı kabul edememesi, bastırması, bu kaybın tortulaşması olarak ele almıştır. Aslında bu bastırmanın ve tortulaşmanın yalnızca bir örneğidir. Yaşam deneyimlerini görmezden geldikçe, üzerine düşünmedikçe bizim için zor olan her mesele bastırma ve tortulaşma ile sonuçlanabilir ki bu da neticesinde sesini kaybeden genç kadın örneğindeki gibi başka hastalıkları ortaya çıkarır.

Merleau-Ponty bedenin tortulaşmasının ve bastırılmasının iki neticesi olduğundan bahseder: ya beden kazanır ya da beden tarafından kazanılırız (Aktaran Dorfman, 2015). Yani bastırma karşısında eninde sonunda bedenin galip gelmesi gerekir, yoksa beden hastalıklar ortaya çıkararak bize kendisini hatırlatır. Bastırma hastalık aracılığı ile kırılır çünkü hasta olduğumuzda mecburen bedeni dinlemek, onun hızına ayak uydurmak zorunda kalırız. Bunun

neticesinde ise iyileşmeyle beraber bir değişim gelir. Fakat bu değişimin kalıcı olup olmayacağı da belirsizdir. Yine burada da iki seçenek çıkar karşımıza: sınır durumlarımız aracılığı ile bedenimize ve kendimize yaklaşıp kendimizi duymayı öğreniriz ya da yeniden bastırarak illüzyona geri döneriz (Dorfman, 2015).

Dorfman (2015) yeniden bastırmamak için beden üzerine yazmanın öneminden bahseder. Yazarak kendimize yakın kalabilir, olan biteni anlayabiliriz. Beden üzerine yazmak, vücudun zayıflığını görmemizi sağlarken aynı zamanda vücudun sürekli olarak güç ve zayıflık, içsellik ve dışsallık, görüntü ve temsil arasında gidip gelen belirsiz pozisyonunu anlamamızı sağlar. Beden üzerine yazmak, geçmiş deneyimlerin yeniden canlandırılması yoluyla baskıyı kırmanın ancak aynı zamanda bu deneyimlere tam olarak ulaşmanın imkansızlığını fark etmenin yoludur. Bu nedenle yazmak, hem ortaya çıkarır hem de kapsayarak kapatır. Bir sınır durum olarak (aşırı) yazma, vücuda şekil ve içerik verebilir, ancak burada dikkat edilmesi gereken bu şekil ve içeriğin çok katı kavramlara kristalize edilmemesidir ki bastırmayı kırmak için çıkılan yol bastırmanın kendisine dönüşmesin.

Dorfman'ın yazmaya dair bu fikirleri benim aklıma da bilince getirmenin ve söze dökmenin bir aracı olan terapiyi getirdi. Kendimize ve bedenimize yakın olmanın, insan olmanın salınımlarını fark etmenin yolunu açan psikoterapi süreci bastırmaları kırmak ve tortulaşmaları kaldırmak için belki de en iyi yollardan biri. Merleau-Ponty (1945) hastalıkta ve iyileşmede söz, ifade ve ilişkiselliğin önemine vurgu yapar. Bazen bir hastanın kasılmasına son veren bir el teması olduğunu söyler. Psikoterapide kurulan ilişki ve bu ilişkiden doğan bir değişiklik olmadan iyileşmenin mümkün olmadığını belirtir. Bilince varmayan tamamen bilişsel kalır ve bir işe yaramaz der. “Beden yeniden başkaya ve geçmişe açıldığında, birlikte varoluşun kendini kat etmesine izin verdiğinde ve yeniden aktif anlamda kendi ötesini imlediğinde, kaybolan hatıra veya ses bulunur.” Söz görmezden geldiğimiz, bastırdığımız, tortulaşan şeyleri gözler önüne serer. Terapide de yapılan budur aslında: ilişkiyel bir alanda tortulaşanları söze dökerek tortuyu ortadan kaldırmaya çalışmak. Çünkü tortulaşma ve bastırma azaldıkça, hastalık da azalacaktır.

Jean Paul Sartre

Sartre psikolojik kökenli bedensel hastalıklar hakkında Nietzsche ve Merleau-Ponty kadar fikir ortaya koymamıştır ancak felsefesi üzerinden bazı varsayımlarda bulunmak mümkündür. Yine de bu varsayımlara geçmeden önce hastalığa dair söylemiş olduklarına değinmek isterim. Felsefesinde Öteki'ne oldukça yer veren Sartre için elbette hastalığın da

sosyal bir boyutu vardır (Morris & Macmillen, 2010). Sartre’a göre bedenin bu kadar göz önünde olması onu Öteki’nin nesnesi haline getirir ve bastırılmış bir bedene sahip olmamıza neden olur. Çünkü toplumun her konuda olduğu gibi bedene dair de bir normu vardır. Irkımız, cinsiyetimiz, engellerimiz ve tabii ki hastalıklarımız da normları oluşturan toplumun bakışına maruz kalır ve normal-anormal olarak kategorize edilir. Batılı, beyaz, sağlıklı, genç bir erkek olmak en “normal” olanıdır.

Sartre sakar bir bedende yaşamamanın ne demek olduğunu detaylıca inceler ve başkalarının bakışının bu sakarlığa dair olumsuz atıflarından bahseder. Morris (2010) ise aslında her insanın hayatının bir döneminde mutlaka sakarlığı deneyimlediğini söyler ve hastalık zamanlarından da sakarlığın deneyimlendiği bir evre olarak bahseder. Dolayısıyla hasta olmaya dair ötekinin negatif bir bakışı vardır. Hasta olmak bizi kısıtlar, sakarlaştırır, başkasının bakışından daha fazla utanç duymamıza neden olur.

Bununla birlikte sahip olduğumuz bedensel koşullarımızın kötü inanca sebep olabileceğinden bahseder. Siyahi olmak, kadın olmak, sakat ya da hasta olmak bizi kötü inanca sürükleyebilir ve bu sebeple batılı, beyaz, sağlıklı, genç bir erkek kadar geniş seçim hakkına sahip olmadığımızı düşünebiliriz. Burada yaşanan bastırma ve nesneleştirme insanı hasta hale getirebilir. Bu durumu tam tersinden düşünmek de mümkündür. Şöyle ki bizi kısıtlayan ve hasta eden şey sahip olduğumuz kötü inançlardır da aynı zamanda. Belki de bastırmaya sebep olan başkasının bakışında olduğu kadar kendi bakışımızdadır da.

Vücut yaşlanmasına, hastalanmasına ve elbette sonunda ölmesine rağmen, Sartre bu tür sorunları özgürlüğe engel olarak görmez, ancak kendisi için yaşamak zorunda olduğu deneyimin bir parçası olarak kendisini seçmesi gerekir. Sartre’ın bedeni, aklın boyun eğdiği bir beden değildir. Biyoloji, yaşadığımız varoluş durumunun bir parçasını oluşturur ve biyolojik olaylara bilinçle anlam verilmelidir. Dış koşullar, normlar ve Öteki her zaman oradadır ancak Sartre’a göre özgürlük zaten kısıtlılıklarımız var olduğunda anlamlıdır.

Hayatta birçok alanda kötü inanca sahip olmak ve kendimizi kısıtlamak, otantik bir varoluşa ve orijinal projeye sahip olmamızın önündeki en büyük engellerdir. Orijinal projemizden ve otantik varoluşumuzdan ne kadar uzaklaşırsak, kendimizi ve bedenimizi o kadar bastırmış oluruz. Orijinal projemizden uzaklaşma halimiz derinleştikçe önce depresyon, kaygı gibi ruhsal semptomlar ortaya çıkar (Van Deurzan&Arnold-Baker, 2005), bu durumun daha da derinleşmesi ise fiziksel semptomları ortaya çıkarır. Merleau-Ponty’nin bahsettiğinden yola çıkarak Sartre’da da bedensel semptomları bastırmanın (tortulaşmanın) çok yoğunlaşmasının bir neticesi olarak görebiliriz.

Simone de Beauvoir

Simone de Beauvoir bedeni cinsellik ve cinsiyet üzerinden ele alır. Söyledikleri arasında psikolojik kökenli bedensel rahatsızlıklar hakkında bir şeyler bulmak zor olsa da aslında felsefesi bu anlamda varsayımlarda bulunmaya çok uygundur. Birçok araştırma ve klinik bulgu kadınlarda psikolojik kökenli bedensel hastalıkların erkeklere göre daha yaygın olduğunu ortaya koymaktadır. Şüphesiz ki bu durum kadının bedenini hem kendisi, hem de toplum tarafından nasıl algılandığı ile çok ilgilidir.

Beauvoir de Nietzsche, Merleau-Ponty ve Sartre gibi bastırma kavramından bahseder. İlişkisel anlamda iki çeşit bastırma olduğunu söyler: birincisi kaynağının efendi-köle çatışmasından alır ve bir erkekle diğer bir erkek arasında gerçekleşir, ikincisi ise erkek tarafından baskılanan kadındır (Tiukalo, 2012). Beauvoir'ın efendi ve köle arasındaki çatışmadan bahsederken, köle rolünü kadına atfetmediği çok açık bir şekilde vurgulanmalıdır. Aksine, argümanını bu çatışmaya dayandırarak, kadının yaşadığı baskının özgüllüğünü ve benzersizliğini ortaya çıkarmak istemiştir.

Kadının erkek egemen toplum tarafından öteki olarak görüldüğünü söyleyen Beauvoir, öteki olmanın kadını nesneleştirdiğinden bahseder. Sürekli nesne pozisyonunda olmak demek ise kullanıma hazır olmak demektir ve bu durum hastalıkların sebebi olarak görülebilir. Beauvoir (1949, s.280) kadının erkekten farklı olarak çocukluk çağından itibaren nasıl nesneleştirildiğini şöyle ifade eder:

“Erkeğin yaşamı öğrenmesi dış dünyaya doğru serbest bir açılımla olur; diğer erkeklerle uyum ve bağımsızlık içinde yarışır, kızları puanlar. Ağaçlara tırmanır, arkadaşlarıyla kavga eder, sert oyunlar oynar, vücudu doğaya hükmetmenin bir aracı ve savaşmak için bir silahtır. Cinsiyetinden olduğu gibi kaslarından da gurur duyar; oyunlarda, sporlarda, dövüşlerde, meydan okumalarda, güç denemelerinde, gücünü dengeli bir şekilde deneyimler. Aynı zamanda şiddet içeren dersler de alır; küçük yaşlardan itibaren darbeler almayı, acı çekmeyi, gözyaşlarını tutmayı öğrenir. Taahhüt eder, icat eder, cüret eder. Kadınlar ise tam tersine, en başından beri, özerk deneyimi ile nesnel benliği yani ‘öteki olma’ hali arasında bir çatışma yaşar. Oyuncak bir bebek gibi muamele görür ve özgürlüğü reddedilir. Böylece bir kısır döngü oluşur; dünyayı anlama, kavrama ve keşfetme özgürlüğünü ne kadar az kullanırsa, kendi içinde ne kadar az kaynak bulursa, özne olarak kendini

onaylamaya da o kadar az cesaret eder. Eğer bir kız çocuğu cesaretlendirilseydi, bir erkek çocukla aynı canlı coşkuyu, aynı merakı, aynı inisiyatifi, aynı uyumu gösterebilirdi. Bu ancak kız çocuğu erkeksi bir yetiştirme tarzıyla yetiştirildiğinde mümkün olur ve ancak bu şekilde kız çocuğu birçok sorundan kurtulmuş olur.”

Pasif, itaatkar ve yumuşak olarak görülen kadının toplumda erkek gibi özerk bir özne olabilmesi için ekstra bir çaba harcaması gerekir. Algılandığı haliyle kendini ifade etmesi, ortaya koyması, arzularını özgürce dile getirmesi ve deneyimleyebilmesi bir erkeğe göre çok daha zordur. Her kadının kendi yaşam deneyimleri vardır, ancak toplumdaki baskı, dışlama ve "ötekilik" yine her kişinin kendi yaşam koşullarından etkilenmekle birlikte, her kadının deneyimlediği bir durumdur. Beauvoir (1949) böyle bir toplumda yetişmiş bir kadının kendi arzularının kendinin bile farkında olmadığını dile getirir. Hal böyleyken de bastırmalar çok daha yoğunlaşır ve sonucunda söze dökülemedikleri, bilince gelemelikleri ve deneyimlenemedikleri için bedensel semptomlar olarak kendilerini gösterirler.

Beauvoir (1949) insanın zaman zaman hem nesne hem özne pozisyonunda olabilmesi ve ikisinden de keyif alabilmesi gerektiğini söyler. Ancak burada olan erkeğin aşırı özneleştirilip, kadının da aşırı nesneleştirilmesidir ve nesneleşen kadın bedeninin sesinin yükselmesi hiç de garip değildir. Fakat bu demek değildir ki kadın bu pozisyonda kalmaya mahkumdur. Kadının kendisini bu pozisyonda kalmaya mahkum olarak görmesi ancak bir kötü inanç olabilir. Beauvoir’e göre iyileşmeye yol açacak olan şey kadının özgür ve özerk bir birey olarak toplumda var olmaya mücadele etmesi ve özne pozisyonunu geri kazanmasıdır.

3. Sonsöz

Yazıda adı geçen tüm varoluşçu filozoflar farklı kavramlarla da olsa temelde bedene dair benzer meseleleri ele almış ve benzer çıkış noktalarına işaret etmişlerdir. Fenomenoloji ve Varoluşçuluğun insana dair sunduğu en önemli şeylerden biri insanı parça parça olmaktan öte daha bütünlüklü bir şekilde ele almayı sağlamasıdır. İnsana bakışın zihnın egemenliğinde olduğu bir dönemde Varoluşçuluk insanı bütünlüklü bir şekilde ele alarak bizlere bedenlerimizin varlığını hatırlatmış ve bedeni unutmanın nelere mal olabileceğini göstermiştir. Yazıda adı geçen Heidegger, Nietzsche, Merleau-Ponty, Sartre ve Beauvoir’in söylediği belki de en önemli şey bedenimize sahip çıkmamız, ona kulak vermemiz, onunla haşır neşir olmamız

ve bedenimizi nesneleştirmememiz gerektiğidir. Tamamen nesne pozisyonuna yerleştirilen beden bastırılır ve sonucunda ise hastalanmaya mahkumdur.

Birçok filozofun vurguladığı gibi bedene bakışımızda salınımlarımızı, ikilemelerimizi görüp, sahip çıkıp bir denge tutturmak önemlidir. Beden hem nesnedir hem öznedir; hem içseldir hem dışsaldır; hem temsildir hem anlamdır. Bu ikilemlerin ve salınımların dengesinde bozulma olması, bir tarafa daha çok kaymak, bir tarafı bastırmak, unutmak bizi hasta eder. Bedenimizi unutmak bizi hasta eder. Eğer biz bedenimizi hatırlamazsak, o hastalanarak kendini bize hatırlatır ve yeniden var olmanın bir yolunu bulur. Beden dünyada var oluşumuzun ve dünyaya uzanmamızın en önemli aracıdır ve hatta bizzat biz bedenimiziz. Bedenimize yaklaşmak demek, kendimize yaklaşmak demek ve ancak kendimize yaklaşarak otantik varoluşlar olabiliriz.

Kaynakça

- Anthony Hatzimoysis, University of Athens. The Philosophy of Sartre. Publisher: Acumen Publishing DOI: <https://doi.org/10.1017/UPO9781844653713.003> pp 11-22
- Beauvoir de S. (1949). The Second Sex. Vintage Books, New York
- Dolezal, L. (2010). Review Article: Sartre on the Body edited by Katherine J. Morris Basingstoke: Palgrave Macmillan, 2010 Reviewed by Luna Dolezal. *Body & Society*, 16(4), 99-104. doi:10.1177/1357034x10383885
- Doney, T. (2011). Freedom And The Body: Sartre And Beauvoir On Embodied Consciousness.
- Dorfman, E. (2015). Overwriting the body: Saint-Exupéry, Merleau-Ponty, Nancy. *Continental Philosophy Review*, 49(3), 293-308. doi:10.1007/s11007-015-9344-2
- Gallagher, S. and Zahavi, D. (2010). Phenomenological Approaches to Self-Consciousness. The online Stanford Encyclopedia of Philosophy. (pp. 1-18).
- Heidegger, M. (1927) Being and Time. Trans. John Macquarrie and Edward Robinson. New York: Harper & Row. Print.
- Koefoed, H. (2018). Phenomenology and the significance of the body.
- Langdrige, D. (2007). Fundamentals of phenomenology. In Phenomenological Psychology. Pearson Education Ltd. (pp. 8-23).
- Langdrige, D. (2007). Existentialism and phenomenology. In Phenomenological Psychology. Pearson Education Ltd. (pp. 23-40).
- Li, M. (2015). "The Lived Body in Heidegger, Merleau-Ponty and Derrida". *LSU Master's Theses*. 11.
- Merleau-Ponty, M. (1945). Phenomenology of Perception. doi:10.4324/9780203981139
- Morris, K. J. (2010). Sartre on the Body. *Sartre on the Body*, 1-22. doi:10.1057/9780230248519_1

- Raffoul, François. "Dasein." *The Bloomsbury Companion to Heidegger*. Eds. François Raffoul & Eric S. Nelson. New York, London: Bloomsbury Publishing Plc, 2013. Print.
- Raffoul, François. "The Event of Space: Heidegger among the Sculptors by Andrew Mitchell." *Heidegger Circle*, 2010. Web. 2 March 2015.
- Sartre, P. (1969). *Being and Nothingness*. doi:10.4324/9780203827123
- Singer, J. D. (2011). All Too Human: "Animal Wisdom" in Nietzsches Account of the Good Life. *Between the Species: An Online Journal for the Study of Philosophy and Animals*, 14(1). doi:10.15368/bts.2011v14n1.5
- Sousa, L. A. (2018). The Lived Body as Pre-Reflective Consciousness: Merleau-Ponty on the Cogito. *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Philosophia*, 63(1), 7-20. doi:10.24193/subbphil.2018.1.01
- Şan, E. (2015). Merleau-Ponty Metinlerinin Özgünlüğü. *ResearchGate*
- The Open University (2019). The body: a phenomenological and psychological perspective.
- Tiukało, A. (2012). The Notion of the Body and Sex in Simone de Beauvoirs Philosophy. *Human Movement*, 13(1). doi:10.2478/v10038-012-0008-3
- Van Deurzen, E., Arnold-Baker, C. (2005) *İnsan Meselelerine Varoluşçu Bakışlar*. (Çev. Ed.İçöz, F.J.) İstanbul: Aletheia Kitap.
- Wallen. (2015). "Our Natural and Original Illness":. *Comparative Literature Studies*, 52(3), 449. doi:10.5325/complitstudies.52.3.0449
- Zollikon Seminars: Protocols-Conversations-Letters*. Trans. Franz Mayr and Richard Askay. Evanston: Northwestern University Press, 2001. Print.

ÇOCUK PSİKOTERAPİSİNİ FENOMENOLOJİK BİR YAKLAŞIMLA DÜŞÜNMEK

(Chris Scalzo'nun *Çocuklarla Psikoterapi: Varoluşçu Bir Yaklaşım*

Kitabından Esinle)

SENEM ŞAHLAR

Başlarken...

Çocuklarla varoluşçu psikoterapinin ilkeleriyle nasıl çalışmalar yürütülür? Bu proje metninin ilk fikri 2016 yılında bu sorgulamanın ardından başladı. Bu sorunun yarattığı merakın peşine düşünce karşılaştığım tablo oldukça şaşırtıcı oldu. Çocuk psikoterapileri belki de yetişkin alanından çok daha zengin, verimli bir literatür ve pratik uygulama alanı sunarken Google scholar'da “existential child therapy” ya da “varoluşçu çocuk terapisi” anahtar kelimeleriyle arama yapıldığında çıkan sonuç hayret verici oldu. Anahtar kelimenin İngilizcesi için 141 ilgili link çıkarken Türkçesi için çıkan sonuç sıfır! Aynı aramanın başından “existential” kelimesini çıkarttığımızda ilgili link “15.200” e yükselmekte! Bu çarpıcı tarama verilerinin ardından “neden varoluşçu çocuk terapisi hakkettiği ilgiyi göremediği ya da acaba neden henüz çocuklarla yapılan psikoterapi de varoluşçuluğun bir araç ya da merkez yönelim olarak kullanılmadığı” sorusu daha da merak uyandırır oldu. Bu bağlamda bu yazı ana ekseninde Chris Scalzo'nun 2010 yılında yazdığı “Therapy with Children, An Existential Perspective” kitabını temel alarak çocuklarla çalışırken nasıl varoluşçu bir tavır ile çalışma yürütülür sorusunun peşine düşüyor olacak. Bu konu da yazılan en kapsamlı çalışmalardan birisi olan Scalzo'nun kitabı “Çocuklarla varoluşçu perspektifle çalışmak” mefhumuna yanıtlar oluşturmayı deneyen alandaki ilk sistematik çalışmalardan birisi gibi duruyor. Bu kitap çocuklarla çalışmakta olan ruh sağlığı çalışanlarına oldukça verimli ve zihin açıcı teorik ve pratik öneriler sunuyor. Kitabı ana eksene alan bu proje metni başka bir yanıyla da alanda uzun zamandır farklı klinik ortamlarda farklı gelişen, kırılğan ya da sağlıklı gelişim gösteren yelpazesi içinde çeşitli çocuk gruplarıyla çalışmalar yürüten birisi olarak kendi deneyimlerimin de iz düşümlerini barındırıyor olacak.

Bir Vaka Örneği: Rhys

Rhys öğretmeni tarafından psikoterapiye yönlendirilmişti. Özel ihtiyaç sahibi çocuklar için olan bir okula devam ediyordu ve orta düzeyde öğrenme zorluğu teşhisi vardı. Rhys 12 yaşındaydı. Yönlendirme raporunda; Rhys'ın kendisini dışarıdan bakıldığında ilgi çekici ama iç dünyasında bir o kadar sıkıcı bir insan olarak tanımladığı yazmaktaydı. Öğretmenine henüz

iletmiş olduğu bir mektupta yazan şu cümle önemliydi: “Bu Dünya’ya daha fazla dayanamayacağım.”

Rhys psikoterapi seanslarına katılmak için oldukça hevesliydi. Çoğunlukla randevu saati gelmeden önce kapının önünde bekler ve seans saatinin gelip gelmediğini sorardı. Bir seansta, birtakım yüz ifadelerini taklit etme oyunu oynamak istedi ve benim de bu oyuna katılmam için oldukça ısrarcı oldu. Kendisinin bir deli ifadesi taklit edeceğini söyledi ve öyle yaptı. Bunun ardından deli olmakla ne kastettiğı ve delilik kavramı üzerine konuştuk. Sonunda Rhys çoğu zaman kendisini bir deli gibi hissettiğinden bahsetti. Deli ifadesi taklit ettiğinde, ev ve okul hayatı ile ilgili konuştuk. Benim kişisel hayatımla ilgili çok fazla soru sordu ve kendi hayatını benimkiyle kıyasladı. Benimle daha önce gitmiş olduğu okulda da karşılaştığından bahsetti. Aslında daha önce onun bahsettiğı okulda hiç bulunmamıştım.

Şu an bulunduğu okulda teneffüslerde hiç kimsenin onunla oynamadığından bahsetti. Onunla bir önceki okulu mükemmel ve ideal bir okul olarak değerlendiriyor olması üzerine epeyce konuştuk. Zira gelmiş olduğu okulda hem personel hem öğretmenler hem de öğrencilerin gözünde etiketlenmiş ve oldukça kötü ün edinmiş bir çocuktı. Hatta agresif ve şiddet içeren davranışları nedeniyle en sonunda okuldan uzaklaştırılmış ve şu an ki okuluna devam etmek durumunda kalmıştı. Sıklıkla “dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu” ile ilgili konuşmak istiyordu. Bu teşhisin ona ne zaman ne şekilde konduğunu hatırlamıyor süreci annesinin bildiğini söylüyordu. İlaç içmeden daha da hasta olacağını söylüyordu. Bir gün seansta üzerinde “DEHB” yazan bir bilgisayar ekranı çizdi. Bu bilgisayar da deliriyor ve birden her yerinden dumanlar çıkıyor ve kablolar fışkırıyordu. Bilgisayar da ilaçlarını aldığında yavaşça sakinliyor ancak yine de kendisine zarar veriyordu. Ardından Rhys ilk kez kısacık da olsa ilk kez babasından bahsetti. Bunun ardından hisleriyle ilgili soru yönelttiğimde fiziksel olarak bana arkasını döndü.

Ayrıca zaman zaman Rhys benimle beraber kaykayla kaymak istediğı ile ilgili arzusundan bahsediyordu. Her seferinde korkusuzca yokuşları nasıl tırmandığı, engellerden atladığı ve küçük numaralar yapıp şaşırtmayı sevdiğinden bahsediyordu. Bazen de bir tümseğı ya da hareketi başarıyla tamamladığında diğer kaykaycı arkadaşlarının kendi kaykaylarını bir alkış maiyetinde nasıl da büyük bir gürültüyle yere çarptıklarından söz ediyordu. Hayatta onu en çok mutlu eden ve iyi hissettiren şeyin futbol oynamak ve koşmaktan bile daha fazla bu başarı anlarında aldığı takdir olduğunu söyledi.

Rhys seansların çoğunda çizim yapmayı tercih ediyor ve oldukça başarılı çizimler yapıyordu. Ancak onun kendi yaptıklarına yaklaşımı oldukça negatifti ve çoğunu çöp olarak nitelendiriyordu. Hatta çizdiği resimler ya da kilden oluşturduğu modellerin çoğunu parçalıyor,

bozuyor ya da kesip çöpe atıyordu. Bir seansta oluşturmış olduğu bir deli modelini aldı. Seans süresince öfke krizi yaşadı ve bu deli yüzü yumruklarıyla ezip ardından yere attı ve yüzlerce minik parçaya ayrılana kadar ayağının altında ezdi. Ardından bana dönüp bu delinin tüm parçalarının pislikten ibaret olduğunu ve onun kurtarmamam gerektiğini söyledi. Seanslar ilerledikçe Rhys daha çok ajite olmaya başladı ve seansta kalmayı seçmekle beraber sık sık ayrılmak istediğini söyledi. Bir keresinde, tüm okulun yanıp kül olmasını istediğini ifade etti. Tüm okul çalışanlarının ve öğrencilerinin de okulla birlikte yanmasını istediğini ve hepsinin spastik olduğunu paylaştı. Ardından ekledi “Ben de bir spastığım.”

Psikoterapi seansları süresince Rhys’in ruhsal durumu uçlarda dalgalanmaktadır. Bazen oldukça şefkatli, bakım veren ve kendisinden daha güçsüz bulduğu çocuklara yardım etmeye çalışıp bir ebeveyn ilgisi göstermekteydi. Aynı zamanda, dış dünya ile baş etmeyi deniyor, bazı çocuklarla özdeşim kuruyor ardından onları ve tüm kurumun kendisini reddediyordu. Sadece kendi yarattığı çalışmalarına zarar vermiyor aynı zamanda yapıları da yıkıyordu. Kuklalarla oynarken daha zayıf ve kırılgan olan kuklayı sözel olarak aşağılıyordu. Rhys kendi kimlik hissiyatıyla mücadele ediyordu. 12 yaşındayken kendi varoluşsal kimliğinin yarattığı kocaman bir krizle karşı karşıya kalmıştı. Kendi otonomisi ile bir kimlik oluşturabilmek için mücadele ediyordu. Bu vesileyle dünya ve diğer tüm ötekilerle ilişkilenebildiğini hissedecekti. Normal, ana akım bir okul sistemine, onun kurallarının ve düzenlemelerinin içine bir türlü yerleşemiyordu. Ancak bir yandan da “özel ihtiyaçlılar” okulunun içerisinde de dışarıda bırakılmış hissediyordu. Rhys “DEHB” teşhisinin ona hem kontrol kaybı yaşattığını ancak aynı zamanda da bir kimlik verdiğini hissetti. Bu kimlik bir şekilde dünyada olma haliydi. Terapist ile olan yolculuğu boyunca ise (ilişkide) onun dünyada olma halinin yeniden inşa edişini deneme girişimleri vardı.

1. Varoluşçu Psikoterapi ve Çocuklar...

Varoluşçu psikoterapinin temel prensiplerinden birisi olan fenomenolojik yaklaşım danışanlarla yürütülen seansların merkezindedir. İnsan olma hallerinin tamamı fenomenolojik bir yaklaşımla araştırılırken terapi her bir bireyin kişisel yaşam öyküsünün biricikliğine odaklanır. Fenomenolojik bir araştırmayı temel alan terapötik ilişkinin inşasında çocuklar özellikle baş etmekte zorlandıkları yaşam olaylarına karşı yeni bir farkındalık kazanma imkânı bulurlar. Fenomenolojik bir araştırma ile kendine bakmaya başlayan çocuklar, çok erken yaşlarda hayatın duygusal yüklerinin üstesinden gelmek ve onlarla mücadele etmek için rengarenk, yepyeni patikalar ve seçimlerin varlığının gücünü hissetme imkânı bulabilirler.

Örneğin, şiddetli endişeleri ya da panik atak nöbetleri geçiren birisini düşünelim. Bu kişiye kaygının ya da nöbetlerin tıpkı grip olduğumuzda mücadele ettiğimiz virüslerle savaşır gibi savaşmayı telkin edebiliriz ama buna karşıt varoluşçu bir yerde konumlanıp kaygının virüs gibi geçirilebilecek ya da savaşılacak bir şey olmadığını geçmişte yaptığımız ya da gelecekte yapacağımız seçimlerin bir sonucu olduğunu da ifade etmeyi seçen bir çalışma izleği sunabiliriz. İşte bahsedilen ikinci yöntemde çocukların da mücadele ettikleri zorluk her neyse bunların onları hasta eden mikroplar ya da virüsler değil hayatta yapılan seçimlerle ilişkili olduğunu gösteren bir çocuk psikoterapisi anlayışı benimsenmektedir. Böylece terapist için de çalışma zemini çocuğun içinde bulunduğu bağlamın anlaşılması ve çocuğun “dünya görüşünün” keşfi olacaktır.

1.1.Varoluşçu Çocuk Terapinin Varsayımları ve Temel Sorgulamaları

Günümüzde çocuklarla psikoterapi çalışmaları yürütülürken yaygın olarak kullanılan ve popüler olan birçok yöntem nesnel gerçekliğe dayanmakta ve seanslar terapistin daha yönlendirici olduğu yapılandırılmış bir içerikten oluşmaktadır. Çocuklarla çalışılırken hâkim psikoterapi yöntemlerine alternatif olarak varoluşçu terapi aşağıda bahsedilen ilkeleri önermektedir.

- 1) Çoğu zaman çocuk, genç, yetişkin gibi kronolojik yaşa göre terapiye gelen kişiler kategorize edilmektedir. Varoluşçu bir tavır benimsiyorsak; danışanın çocuk olması onun da bir “oluş” içinde olduğu, dünyayla baş etmeye çalıştığı ve evrendeki yerini, yönünü bulma çabaları olduğu gerçeğini yadsımadığımız anlamına gelmektedir.
- 2) **Diyalog Geliştirmek:** Terapistin çocukla ilk kez buluşmasından itibaren aralarında her bir tarafın da kendi getirdiği özelliklerin ve bağlamın belirlediği bir “diyalog” başlar. Bu diyalogdan kasıt çocuğun “Dünya ile kurduğu ilişki kanallarının” keşfidir. Çocuk gündelik hayatında hangi deneyimleri yaşar? Farkındalıkları nedir? Seçimler ve sorumluluklar karşısında nasıl tavırlar geliştirmektedir? Çocuğun Dünya ile ilişkilene kanalının keşfi oyun, drama, hikâye oluşturma vb. birçok yöntemle yapılabilir. Önemli olan hangi aracın kullanıldığından çok diyalog zemininde kalmak olacaktır.
- 3) **Seçim Yapmak:** İnsan varoluşu itibariyle her an seçim yapmaktadır. İnsan olmanın kaçınılmazı seçim yapmak aynı zamanda her an bir şeyi seçmemiş olmayı da beraberinde getirir. Çoğu zaman farkında olmadan seçmemiş olduklarımızın suçluluğunu hissederiz. Bu suçluluk çalışmak zorunda olduğum bir sınava yeterince çalışmadığım için yaşadığım suçluluk gibi bir şey değildir. “Varoluşsal suçluluk” insan

olarak hiçbir zaman mükemmel bir varoluş olamayacağımızın, bunun için kalıtsal arazlarımızın olduğunun önemli hissiyatlarından. Çocuklar da her an seçim yapıyor olmaktan muaf değildir. Ancak çoğu zaman yaptıkları seçimleri yansıtmak, ifade etmek ve bunun konuşulabilir olmasına dair farkındalıkları yoktur. Çocuklarla varoluşçu bir terapi yürütmek öncelikle çocukların içlerinde bulundukları çevreye dair farkındalık, bunun ifadesi için onları cesaretlendirmek demektir. Böylece içlerinde bulundukları çevre ile beraber bazı seçimleri yapmak durumunda oldukları ve bunların sonuçları ile hissettikleri arasındaki bağlantıları kurabileceklerdir. Bu aynı zamanda onlara farkında olmadıkları başka seçimleri de yapabileceklerini işaret eder dolayısıyla farklı bir “oluş” olabilmeyi seçebileceklerine dair cesaret vermeyi de içerir.

- 4) Çocuklarla varoluşçu psikoterapi ile çalışırken amaç hiçbir zaman çocuğa teşhis koymak olmamalıdır. Varoluşçu psikoterapinin hangi ekolü olursa olsun kendine içkin bir tavırla çocuğu düzeltmeyi ya da belirlenimci bir sınıflandırma ile teşhis koymayı reddeder. Varoluşçu yaklaşım her bir çocuğun hayatın getirdiği bin bir çeşit deneyimle harmanlandığını kabul eder. Terapinin amacı çocuğu herhangi bir medikal, bağlanma modeli ya da bilişsel becerilerine göre kategorize edip bunun üzerinden bir terapi süreci yürütmek değildir.
- 5) Bir çocukla ilk karşılaştığımız anda nötr ya da herhangi bir şey hissetmeyen katılımcılar olma ihtimalimiz yoktur. Dünyayla ilişkilene biçimlerimiz insan varoluşunun temellerindendir ve bizleri belirler. Dolayısıyla çocukla çalışan varoluşçu bir terapist çocuğun ona ne varsa yansıttığı boş bir ekran değildir. Terapötik bağ birbirine bağlı ve karşılıklı bir ilişkiden ortaya çıkar.

1.2.Çocuk Terapisinin Süreci

Scalzo, kitabın tamamında olduğu gibi çocuk terapisinin süreçlerinden bahsederken de varoluşçu çocuk terapisi el kitapçığı hazırlamak gibi bir amacı olmadığını altını çiziyor. Bu bölüm, varoluşçu ilkelerin rehberliğinde çocuklarla farklı klinik ortamlarda yaptığı çalışmalara dair deneyim ve gözlemlerinden oluşan faydalı bir tartışma zemini sunuyor.

Öncelikle çocuklarla yapılan her bir terapi seansı kendi içinde biricik ve özel olup, o zaman dilimi içinde çocuğa dair bir şeyler göstermektedir. Çocukla farklı bir mekânda ve zamanda tekrar buluşulduğunda yani bir sonraki seanslarda çocuk niyetlilikleri ve amaçlarıyla aynı çocuk değildir. Her bir canlı gibi çocuklar da zamanın içinde donup kalmış statik var oluşlar

değillerdir. Dolayısıyla terapistle yaşanan her bir karşılaşmada kurulan o ilişki bir önceki karşılaşmadan ve bir sonra olacak olandan doğası gereği farklıdır ama aynı zamanda ikili bir ilişki sarmalında kurulmaya başlanan terapötik ilişkiyi de inşa etmektedir. Her bir seansın hem birbiriyle bağı olduğu hem de zamansal ve varoluşsal olarak her bir seansın farklı olduğu hakikatinin kabulü varoluşçu ilkelerle yapılacak çocuk terapisi için oldukça önemlidir. Varoluşçu bir dille ifade edecek olursak, her bir ilişki ve karşılaşma biriciktir. Terapi içerisinde geçen her bir deneyim yeni olup terapistin bu deneyime açık olması ve kendisini bırakması oldukça önemlidir. Bu nedenle popüler çocuk terapi akımlarının önerdiği gibi belirli yaş grupları ve “semptomlarla” objektif ve önceden belirlenmiş birtakım yöntem ve manuellere çalışmak pek de mümkün değildir. Varoluşçu bir çocuk psikoterapi çalışmasında terapist çocuğun yaşadığı problemleri anlamlandırırken neden-sonuç ilişkisi ile yapılan açıklamanın ötesine geçmek durumundadır.

1.3.Değerlendirme (Assessment) Görüşmesi

Terapötik bir değerlendirme görüşmesi geleneksel psikoterapi yöntemlerinde geleceğin planlanabilmesi için geçmişin analiz edildiği bir sürece dayanır. Bu da doğası gereği birtakım nedenler ve bunun sonucunda ortaya çıkmış etkilere dayanan bir bütünü içerir. Tüm değerlendirme görüşmelerinin ortak noktası tarihe olan güvendir. Terapist bu görüşmelerde çocuğun semptomlarının ya da davranış problemlerinin tarihini, duygusal ve fiziksel gelişimini öğrenmeyi hedeflerken aynı zamanda aile tarihi ve benzeri tarihsel bağlamı öğrenmeye çalışır. Ancak varoluşçu bir bakış açısı ile yukarıda bahsedildiği gibi her bir ilişki ve bir bağlamda çocuk bir öncekinden farklı olacaktır. Dünya’da yaşamakta olan bir canlı olarak çocuk her bir an seçimler yapmakta ve çevresiyle parçası olduğu dünyanın ona getirdikleriyle baş edebilmek için ilişkilenebilmektedir. Sürekli aktif olmanın gereği onu belirleyen aldığı aksiyonlar ve seçimleridir. Bu perspektiften değerlendirdiğimizde çocuğu daha iyi anlamamızı sağlayan dondurulmuş ve kurulu bir tarihin de olamayacağı açıktır.

Geleneksel ilk değerlendirme görüşmesinin önerdiğinin aksine varoluşçu bir pozisyonda çocuk her daim evrilen ve “olmakta olan” birisidir. Dolayısıyla sadece aile, okul ya da çocuğu çevreleyen birçok kişinin hatta terapistin yorumu ile çocuğun varoluşunu anlama çabası yetersiz kalır. Terapistin çocuk hakkında bir yargıya varması tabii ki kaçınılmazdır. Bunun farkında olmak ve tüm bu yargıları yok saymadan paranteze almak gerekir. Ancak terapötik ilk değerlendirme terapinin gidişatını belirleyen bir yol haritası olamayacaktır. Önerilen çocuğun var olan zamanlar, mekanlar içinde onun nasıl bir çocuk olduğunu dinlediğimiz gözlemcilerin

yorumlarını toplamak ve dikkate almak ancak her biri kendine özgü terapi seanslarını bu bilgilerin esaretinde devam ettirmemektir. Aşağıda bahsedilecek olan “Ön değerlendirme süreci” (pre-assessment) varoluşçu bir tavırla çalışan çocuk terapistleri için işe yarar bir kavramsallaştırma olabilir.

1.4.Ön-Değerlendirme Süreci (Pre-assessment) ve İlk Görüşme

Burada önerilen terapi süreci başlamadan net bir terapi planı oluşturmamak ya da terapötik ilişkiyi kurabilmek için yöntemi, araçları yapılandırılmış bir biçimde önden belirlememektedir. Ön-değerlendirme ile önerilen “Bu çocuğu terapiye getiren nedir?” sorusu üzerine düşünmeye başlamaktır. Burada kaçınılmaz olarak bir problem, olumsuz bir durum çocuğu terapiye getiriyor olacaktır. Çocuk gelirken de “Ben de bir sorun var.” hissiyatını net bir şekilde birinden duymamış olsa bile bunun üzerinden terapistle ilk karşılaşmayı yaşayacaktır. Örneğin bir sınıf öğretmeni çocuğun sınıf içinde problemlili davranışları olduğu ve bunun onun ruh sağlığındaki bir problemle ilişkisi olabileceğini var sayarak aileyi çocuklarını bir terapistle götürmeleri konusunda yönlendirmiş olabilir. Ancak bu örnek ve bunun gibi sayısız örnekte yetişkinlerin sorduğu ilk soru hiçbir zaman “Bu çocuğun bu davranışları sergiliyor olmasında benim ne kadar payım var?” olmaz. Eğer varoluşçu terapi kişilerin olaylar karşısında kendi sorumluluklarını fark etmeleri ve üzerine düşünüp kabullenmelerini teşvik eden bir süreç ise bu sorumluluktan çocuğu yönlendirenler, aile ve terapistin bizatihi kendisi de muaf değildir.

Çocuk terapi çalışmalarında çocukla çalışmak demek yaygın bir kabulle aynı zamanda aile ile çalışmak demektir. Danışan sadece çocuk değil ailenin kendisi olarak görülür. Bu yaklaşımlardaki problem çocuğun ailenin kendisini aşkın bir varoluş olabileceği ihtimalini göz ardı etmesidir. Çocuğu aile belirlemektedir. Ancak varoluşçu bir perspektifle yaklaşıldığında aile kendi içinde yekpare bir organizma değildir. Çocuğun kendi varoluşunun getirdiği potansiyel terapinin ana eksenini oluşturmaktadır. Dolayısıyla çocukla ilk görüşme yapılmadan önceki zaman diliminde mutlaka aile ile görüşme yapılmalıdır. Aileye hem terapi sürecinin kendisinin nasıl bir süreç olacağı aktarılmalı hem de kaygı yüklü ebeveynlere onların terapistten beklentilerinin ötesinde çocuğun kendi varoluşunu gerçekleştirebilecek değişimlerden bahsedilmelidir. Bu görüşme, ailenin rızasının alınmasını ve bu süreçteki beklentilerinin ötesinde ihtimallere dair haberdar edilmesini de içerir. Terapistin çocukla açık ve dürüst bir diyalog kurabilmesi için çocuğun ebeveynleriyle de son derece dikkatli ve aynı açıklıkta bir diyalog geliştirmesi gerekir. Yetişkin danışanın aksine çocuk danışan ilk görüşmeye hakkında hiçbir bilgi sahibi olmadığımız birisi olarak gelmez. İlişkide her zaman bir üçüncü vardır.

Varoluşçu bir terapist için bu durumun en büyük handikabı üçüncü partnerden gelen bilgileri bir kenara koyup hiçbir şey bilmiyormuş gibi ilişkilenebileceği fenomenolojik bir duruşta kalabilme noktasıdır. Burada yapılması gereken gelen tüm bu bilgilerin terapistin kendisinde nasıl bir etki yarattığı, duygularını ya da çocukla kurulan ilişkiyi hangi boyutlarıyla etkilediğine dair sorgulamayı hiç bırakmamasıdır. Örneğin çocuktan yorulduğu için cezalandırıcı bir tutum sergileyen öğretmene öfke mi besledi? Ya da dürtülerini kontrol edemeyen bir çocuğun ebeveynini dinlerken onunla empati mi kurdu?” tüm bunlara dair açık ve kabullenici olmak, kendi duygusal tepkileriyle temas edebilmek gerekmektedir. Tüm bu hissedilenler elbette terapistte dair birçok şey söyler ama asıl çocuğun dünyasını anlamak için oldukça önemli izleklerdir. Örneğin çocuğun sınıftaki davranışlarından ne kadar sıkıldığını ve cezalandırıcı bir tutumu olduğunu anladığımız bir öğretmen karşısında çocuk nasıl hissediyor? Zira terapistte uyanan öfke çocuğun bizimle paylaştığı hikayesinden ya da oyunuyla aktardığı kendi dünyasından bağımsız değildir. Varoluşçu terapistler olarak süreci devam ettirme gibi bir gayemiz varsa fenomenolojik olmak temel prensibimiz olmalıdır. Bu da tüm üçüncü partnerlerden gelen spekülasyonlara değil çocukla aramızda gelişen duygu geçiş ve paylaşımlarına yani çocuğun hikayesini bize aktarırken bizde ne gibi yansımalar ve yankılar oluştuğuna tutunmayı gerektirmektedir.

2. Oyun...

Oyunun çocuk psikoterapisinde temel bir araç olarak kullanımını sistematik bir çalışma sonucu psikoloji literatürüne kazandıran kişi Winnicott’tur. Bir çocuğun sağlıklı bir gelişim gösterebilmesi için oyun oynamasının şart olduğunu söyler. Winnicott’a göre bir çocuğun ruh sağlığını ve iyilik halini değerlendirirken “çocuğun yaratıcılığını kullanarak oyun oynama becerisinin olması” neredeyse diğer tüm sosyal uyumsuzluklarını askıya alabileceğimiz kadar önemli bir gelişimsel özelliktir. Burada vurgu oyunun ilişkileri şekillendirirken önemli bir katalizör ve köprü işlevi görmesidir. Oyun çocuğun ötekilerle kurduğu ilişkide sağlıklı bir iletişim kurma denemeleri için zemin sunmaktadır. Winnicott’a göre ise çocuk psikoterapisi çocuklara oyun aracılığıyla uygulanan özelleştirilmiş ve oldukça ileri düzeyde bir çeşit iletişim formudur. Kısacası oyun terapide iki taraf arasındaki iletişim aracıdır. Oyun içindeyken bize bir şekilde dış dünyaya görüldüğümüz halimizle biz olma gerçekliğine ara verebildiğimiz, bir şekilde kendimizi kaybettiğimiz bir zemin sunmaktadır. Terapötik ilişki içerisinde hem çocuğu gözlemleyebileceğimiz hem de ona eşlikçi olabileceğimiz ortak bir deneyim alanını terapistte açar. Bir iletişim aracı olan oyunu özelleştirilmiş bir dil olarak kullanırken yorum yapmak

zorunluluğu ortadan kalkar sadece ve sadece çocuğun ne dediğini duymaya imkân tanıyan bir zemin sunar. Terapötik ilişki için oyunun önemi terapistin çocuk için üçüncü kişilerden alınan yargılar, yorumlar, kategorizasyonları bir kenara bırakıp sadece ve sadece oyunu dinleyebileceği zengin bir ortam sunmasıdır. Eğer terapist çocuğun oyununa kuru bir ezberle değil kendi hakikatiyle dahil olmayı becerebilirse bizzat onun dünyasının aktif bir katılımcısı ve oyunun bir oyuncusu olabilir.

2.1.Oyun üzerine Varoluşçu bir Yaklaşım

Varoluşu itibarıyla oyun oynamak çocuktan ayrılan bir aktivite olarak düşünülmemelidir. Çocuğu ve dahil olduğu oyun aktivitelerini birbirinden bağımsız değerlendirmek uygun bir terapötik yaklaşım olmaz. Aslında çocuk ve terapist hayali oyuna girdiklerinde “gerçekte olan” kimliklerini askıya asıp başka bir varoluş olarak oyunda bulunmazlar. Canlandırdıkları rol bir şekilde onlara daırdır. O andadırlar ve canlandırılan karakter ya da kurgulanan dünya o anda var olmaktadır. Özetle ifade etmek gerekirse her birimiz yaşamımızın farklı bağlamlarında farklı biçimlerde roller alıp buna uygun davranırız. Farklı biçimlerde rolleri sürdürme ve diğerleriyle bu biçimde ilişkilene hallerimiz bir ortamdan diğerine değişir. Dünya’yla statik bir biz olma haliyle ilişki kurmayız. Tüm bu ilişkilene hallerinin tamamı kişinin dünya görüşü, oluşuna dair çok fazla şey söyler. Bunların toplamı “ben”i oluşturmaktadır. Çocuğun oyunu aracılığıyla dünya ile ilişkilene hallerine dair terapi odasında terapistlere neler söylediğinin izini sürmek varoluşçu bir çalışma modelinin başatlarından. Çocuğun oyunu onun hayatını anlamaya dair bize önemli bir anahtar sunmaktadır. Zira çocuk oyununa dünyaya karşı tavrını ve olma biçimlerini yansıtmaktadır.

2.2.İletişim olarak oyun

Oyun iki kişi arasında oldukça önemli bir iletişim aracı haline gelebilir. Kelimeler ilişkilene biçimlerimizi inşa ederken ve ötekilerle iletişim kurarken önemli aracı işlevleri görmektedir. Küçük bir çocuk gelişimsel olarak geniş ve zengin bir kelime dağarcığına henüz sahip değildir. Bu durum psikoterapi için iki temel nedenden ötürü önemlidir. İlki, duygusal deneyimlerimizin ifadesi terapi sürecine entegre ve terapinin temel elementlerinden birisini oluşturmaktadır. Bir diğeri ise çocuğun içine fırlatıldığı terapötik ilişki ancak diyalog temelinde gelişebilir. Oyun ve yaratıcılık sözel becerisi henüz kısıtlı çocuklar için bahsedilen iki temel nedenden ötürü oldukça önemli görünmektedir. Sözel olarak duygularını, dünyasını ifade

etmekte zorlanan çocuk oyunun diliyle kendini rahatça, olduğu gibi bırakabilir ve bu oldukça zengin bir terapi sürecinin kapılarını aralar.

2.3.Oyunun İçinde Kaybolmak

Hans-Georg Gadamer oyunun önemi hakkında yazmış ve şöyle demiştir: “... Muhtemelen oyuncu içine girdiği dünyanın amacın ciddiyeti ile belirlenmiş bir dünya olduğunun farkındadır.” Ancak oyuncu, oyun oynuyor olduğunun farkında olmakla beraber onun ne olduğunu bilmemektedir. Yani her şeyin ötesinde içinde bulunduğumuz ve kendimize ait kıldığımız dünya taahhülü oyun esnasında artık var olmamaktadır.” Gadamer’e göre önemli olan oyun deneyimi esnasında bir şekilde kendimizi kaybedebilmeyi becermektir. Oyun ile ilgili olduğumuzu bilmek ve onun etkisini ciddiye almak mecburiyetindeyizdir. Fakat Gadamer, Winnicott’un oyun için söylediğinin, yani oyunun iki kişi arasındaki bir iletişim aracı olmasının, çok ötesinde bir deneyim olduğunu savunur. Bu tezini sanat deneyiminin, oyun deneyimi ile olan bağı üzerinden açıklar. Gadamer, sanat uğraşısı sonucunda ortaya çıkan işin kendisinin yaratıcısıyla hem oldukça ilişkili hem de bir o kadar bağımsız olduğu örneğini verir. Sanatta bir oyun örneğı olabilir. Ortaya çıkan sanat işi somut bir gerçeklik taşımasa da bir temsil ve bir kendini ifşa etme gerçekliğı taşır. Fakat sanatta bizi etkileyen şeyin onun ne kadar gerçek olup olmadığı değil yaratıcısının tüm kalbiyle ortaya koyduğu şeyle kurduğu bağ ve tutkusudur. Dolayısıyla çok şey söyler. Oyun da sanat eseri gibidir. Dışarıdan bakılınca gerçek değil ve ciddiyet içermiyor gibidir ancak varoluşu bir çocuk terapisinde unutulmaması gereken tıpkı sanat işi gibi oyunun da içinde barındırdığı “örtük ciddiyetin” ta kendisidir.

Çocuklarla Varoluşçu Psikoterapi Üzerine Detaylarıyla Bir Vaka Örneği: Jack

Çocuklarla terapötik bir çalışma yürütülürken onlara yetişkin bir danışanla yapılan bir çalışma ya da kurulan ilişkide gösterilen benzer saygının gösteriliyor olması oldukça önemlidir. Birçok kişi tarafından elbette saygı gösterilmelidir denilerek anlamsız bir detay gibi görülen bu uyarı aslında sağlık, eğitim ya da sosyal hizmetler alanında çalışan birçok terapist tarafından zaman zaman unutulabilmektedir. Örneğin oyun çocukça bir iş, çok da ciddi bir detay aktarmıyor yaklaşımı ile ele alınıp sadece içeriğinden bir teşhis ya da yorum çıkarılacak bir kesit gözüyle bakılan bir örüntüye dönüşebilir. Bu noktada terapist çocukla tüm kalbiyle ilişkilenebilme becerisini yitirir. Oyun ikincil bir ilişkilene biçimi değildir. İlişki kurmanın, diyaloga girmenin birincil kanalıdır ve danışanın aktardığı her bir deneyim kadar önemlidir ve ciddidir.

Jack, 10 yaşında bulundukları şehirde devlet okuluna devam eden bir çocuktur. Terapiye yönlendirilmeden kısa bir süre önce disleksi teşhisi konmuştur. Annesi ve fiziksel engeli nedeniyle sık sık acı çeken kız kardeşi ile beraber yaşamaktadır. Annesi Jack'in kız kardeşinin acı nöbetlerine tanık olmanın onu derinden etkilediğini ve travmatize ettiğini düşünmektedir. Kız kardeşinin ne zaman olacağı belirsiz ve aniden oluşan acılarına Jack de her seferinde tanık olmaktadır. Varoluşçu bir psikoterapiste yönlendirilmeden birkaç ay öncesinde farklı bir psikoterapi merkezinde psikoterapi seanslarına katılmaya başlamıştır. Ancak sınıf öğretmeninin Jack'in ruhsal durumu ile ilgili duyduğu endişe nedeniyle farklı bir psikoterapiye tekrardan yönlendirilmesi yapılmıştır. Terapiye yönlendirilmesinin temel nedeni hayatının birçok alanında okulda, evde, insan ilişkilerinde onu zora sokan özgüven eksikliğidir. Annesinin terapi sonrası oğlundaki değişim ile ilgili umudu; kendisini biraz da olsun rahat ifade edebilmesidir. Jack ise bunu sesini kaybettiği ve bulmak istediği biçiminde ifade etmiştir. Jack ile kendi okulunda bulunan ancak dersliklerden ayrı bir yerde olan bir odada psikoterapi seanslarına başlanmıştır.

Jack dış görünüşünden hoşnutsuzdu ve görünüşü nedeniyle kendisini epeyce depresif hissediyordu. Çok kısık sesle konuşuyor. Başlarda o kadar kısık sesle konuşuyordu ki çoğu kez söylediklerini anlayamadığı için bir kez daha tekrar etmesi rica ediliyordu. Öğretmeni, yapılan grup aktivitelerinde Jack'in hep en dışta durduğunu, çok da dahil olmadığını, genelde takıldığı ve iyi arkadaş denebilecek hiçbir arkadaşının olmadığını aktardı. Psikoterapi seansları başladığında Jack hep üzgün görünüyordu ve olma hallerinden dolayı utanç duyuyor gibiydi. Kız kardeşinin her an hastaneye yatırılması ve tedavi altında olması durumu oldukça gerçektir ve süreç içerisinde hep devam etti. Her bir gün kız kardeşine göre kendisinin bedensel olarak zorluğu olmaması ve sağlıklı olması nedeniyle utanç duyuyor, bunun çatışmasını yaşıyor gibiydi. Birçok yolla, bu dünyadan kendisini çekmeyi ve kendi görünür olma halini saklamayı seçiyordu. Başlangıçta terapist Jack ile beraberken kendisini oldukça rahatsız hissetmekteydi. Bu belki de Jack'in de rahatsız hissetmesiyle ilişkiliydi. Terapistin öncelikli rolü Jack ile kabul edilebilir bir formda köprü kurmak ancak bunu onu çok boğulmuş ya da kendisini reddedilmiş hissetmeden ince bir çizgi üzerinde yapmak oldu. Ona herhangi bir yargıda bulunmadan dilediğince oynayabileceği kişisel bir alan tanımak gelişimi ve kendini kabul edebilmesi için oldukça önemli bir adım oldu. Yargılar, iyi ve kötü olan arasındaki keskin ayrımlar onun temalarının başında geliyordu. Varoluşçu terapist herhangi bir yargıda bulunmadan oyuna dahil olurken sık sık kendisine şunu hatırlatırken buldu: Jack oyun oynarken, özellikle fantastik konuşmalarının eşlik ettiği oyunlarında kendini kaybedip kaptırabilirken oldukça güvende hissediyordu.

18 psikoterapi seansı sonrası, yavaş yavaş terapi odası içerisinde kendisini daha güvenli ifade etmeye başlamıştı. Konuşması daha anlaşılır ve duyulabilirdi. An'a uygun gülümseyebiliyor ya da kahkaha atabiliyordu. Oyunları gitgide daha yaratıcı olmaya başlamıştı. Anlatımlarında ya da oynadığı oyunlarda temel tema sıklıkla ve tekrar eden bir biçimde iyi olanın kötü olanla mücadelesiydi. Aşağıda terapistin kendi gözlemlerinden yola çıkarak hazırladığı 19. seanstan bir seans kesiti bulunmaktadır. Kesit terapist ile Jack arasında geçen bir oyun naratifini içermektedir ve terapistin kendi ağzından aktarılacaktır:

Jack seans için odaya ilk geldiğinde oldukça canlı görünüyordu. Seans için sınıfından onu almaya gittiğimde koridorları kayarak yürüdü ve aynısını odaya girince de yapmaya devam etti. Odaya benden önce girdi ve ilk kez ısıtıcıyı benden önce gidip açtı. Birkaç dakikalığına yere oturdu. Ben de onun beni yönlendirmesi için bekledim. Ardından vazgeçip tekrar ayağa kalktı. 2 tane tahtadan çiftlik çit malzemesi ve bir poşet dolusu plastik hayvanı alıp geldi. Masanın üzerinde duran 2 farklı çiftlik çitini kurdu. Bir poşet dolusu hayvanı içine tepeleme döktü. Tüm hayvanları ayakta durmaları için dizmeye başladı. Tüm hayvanlar bir tanesi hariç oldukları yerde ayakta duruyorlardı. Dizmediği kırmızı gözlü ve bana göre epeyce korkutucu görünen bir köpekti. Köpeği masanın kenarına tek başına, diğer hayvanlardan uzağa konumlandırdı.

Terapist: Köpek yalnız görünüyor.

Jack : Evet, çünkü o kötü. (Jack bir süre durdu ve düşündü. Söylediği hakkında düşünmeye devam ediyor gibiydi.)

T: Onu kötü yapan nedir acaba?

J: Sadece... (Tüm hayvanları kendi içlerinde sınıflandırmaya başladı. Örneğin inekleri bir yere, domuzları bir yere, atları bir yere yine ayakta duracakları şekilde konumlandırdı. Bunu yaparken ben de ona eşlik ettim. İçlerinden bir tane de siyah boğa seçti ve onu da kırmızı gözlü köpeğin yanına masanın kenarına koydu.)

J: Şimdi sen kötüler olabilirsiniz. (Mimikleriyle kötü hayvanların taklidini yaptı ve kötüler masada benim tarafımda duruyorlardı.) ve benimkileri öldürmeyi deneyebilirsiniz.

T: (Jack bana bu rolü verdikten sonra 2 kötü hayvanı kalabalık hayvan grubuna doğru ilerlettim. Jack hayvanların çoğunu çiftlik evinin içine soktu. Dışarıda bir grup hayvan kalmıştı. İçlerinden diğerlerine göre büyük olan bir atı seçti. At, 2 kötü hayvanın üzerlerine doğru hamle yapıp çiftte atınca kötüler geri adım attılar.)

J: Şimdi hepiniz öldünüz!

T: Ölen hayvanlara ne oldu peki?

J: (Duraksadı) Her şey yolunda. Tekrardan canlanabilirler, hemen...

T: Hemen?

J: Evet, şu an iyiler... (Ardından dışarıda kalan 7-8 hayvan diğer 2 kötü hayvanın üzerine atlayıp onları geriye doğru itmeye devam ettiler. Bu sahneyi tekrar tekrar canlandırdı. Kötü hayvanlar ne zaman eve biraz yaklaşırsalar diğer çiftlik hayvanları hemen onları geri püskürtüyordu.)

T: Sanki burada çok fazla çatışma var gibi ve bazı hayvanlar bana oldukça kızgın görünüyorlar.

J: Evet, biliyorum... (Jack bu sözleri söylerken rafta duran bir goril ve iki aslan maketini de alıp iyi hayvanların yanına yerleştirdi. Bu yeni hayvanlar daha hızlı atlayıp saldırabiliyorlardı. Oyun gorilin etrafında döndü ve goril diğer 2 kötü hayvanı çiftlik hayvanlarına kıyasla kolayca yendi ve onları öldürdü.)

J: Şimdi çiftliğin sahibi geri döndü. Bebeğini okuldan almış. Bu bebeğin arabası ve işte bu da beşiği... (Bunları söylerken kendisi için bazı oyuncak figürler daha seçti ve masaya koydu. Ardından kötü hayvanları bu sefer çiftliğin sahibi kadınla beraber tekrardan öldürdü ve kendi kurduğu bariyerlerin dışına çiftlik evinin arkasına attı.)

J: Sizi yaramaz hayvanlar! Çiftlikteki bütün hayvanları takip edip rahatsızlık veriyorsunuz!!

(Bunu bağırarak söylerken kadın hayvanları öldürmeye devam ediyordu. Kurduğu çitlerden bir tanesini alıp hayvanların başına bununla vurmaya devam etti.)

T: Hayvanlara vurulurken sence ne hissetmiş olabilirler? Senin ne düşündüğünü merak ediyorum? Bu neye benziyor olabilir?

J: Bilmiyorum. (Omuzlarını silkti.)

T: Bu kadar çok vurulmayı hak ettiklerini düşünüyor musun?

J: Elbette, onlar kötüler. (Bu sırada minicik plastik bir ayıcık aldı. Bu odada fark edilir biçimde en küçük hayvandı. Onu diğer iyi hayvanların yanına doğru götürdü. Bu ayıcık boyutuna rağmen diğer tüm iyi hayvanları kolaylıkla alt edebiliyordu.)

J: O herkesi alt edebilir. En büyük o! (Bir süre sonra minik ayıcık büyük gorilin yanına doğru gitti.)

T: Onlar arkadaş mı? (Burada amacım Jack'e oyun içindeki hayvanların ilişkisinin doğasını yansıtmak için cesaret vermektir. Belki de ayının nasıl hissetmiş olabileceğini deneyimletmek, yalnız mı hissediyordu yoksa ötekilerle beraber gibi miydi? Umudum Jack'in oyun içinde kullandığı hayvanların birbirleriyle nasıl ilişkilendiklerine dair farkındalık geliştirmesiydi. Fakat Jack senaryoyu bambaşka bir yere taşıdı. Genel olarak duygularını sözel olarak ifade edemiyordu. Aynı şey tekrar etti. İfade edemedi. Bunun yerine beni geçiştiren bir yanıt verdi.)

J: Evet ayı ve goril şu an hayvanat bahçesinde buluştular ve artık arkadaşlar. (Birden ayıyı alıp çiftlik çitlerinin dışına fırlattı.)

T: Aaa o da nesi ayı nereye kayboldu? (Bu direkt bir soru değildi oyun içerisinde bir canlandırmaydı.)

J: Şimdi 700000 yıl sonra oldu. Genç kadın artık yaşlı bir kadın oldu. (Oyuncakların içinden yaşlı bir kadın alıp genç olanı omuzlarından iterek attı.)

J: Offf ayım nerede? Ah işte burada onu buldum! (Minik ayı birden çiftliğe geri döndü ve aniden Jack bana dönüp oyun bitti dedi. Bu beni çok şaşırttı. Oyun bir an da tam ortasında bitivermişti. Hızlıca oyuncakları yerlerine koydu.)

Bu oyundan sonraki oyunu daha neşeli ve sakindi. Bir önceki oyunun gerginliği ve agresyonundan uzaklaşmıştı. Bir önceki oyun ansızın bitmişti. Bir sonraki oyunda ise Jack oyuncak telefonla konuşurken sanki bir önceki oyunda hissettiği kaygı ve gerilimden uzaklaşıyor ve rahatlama sağlıyor gibiydi.

J: Hadi telefonları alalım. (2 plastik telefonu alıp masaya getirdi.)

T: Tamam (İkimizin de telefonu çaldı. Aynı anda açtık ve ilk ben Alo dedim.)

T: Alo, kiminle görüşüyorum? (Yanıt yok) Jack sen misin?

J: Evet, merhaba.

Ardından Jack ile aramızda son derece sıcak ve sakin bir telefon görüşmesi oyunu devam etti. Birbirimize nasıl olduğumuz ve hayatın nasıl geçtiği gibi sorular sorduk. Benden onun evine bir şey bırakmamı istedi. Telefon görüşmesi arasında ona seansın bitmek üzere olduğunu hatırlattım. Bitirme ritüeli olan plastik topla oyun oynamayı istedi. Top oynarken ona kısa bir oyun için vakit olduğunu hatırlatıp nasıl hissettiğini sordum. Oyun akarken bana doğru yanıt vermedi ancak bir şeyler düşünüyor gibiydi. Odadan çıkmadan döndü ve iyiyim diyerek çıktı.

Seansın sonuna doğru kendimi epey rahatlamış ve ferah hissediyordum. Aramızda geçen diyalogun akışına kendimi bırakmış olduğumu fark ettim. Bu akış Jack'in ciddi görünen tavırlarına iyi geliyor ve kendisini kurduğu oyunun hikayesine bırakabiliyordu. Bu ona farklı bir seçimin de mümkün olduğunu deneyimlemesi için fırsat sunuyordu. Terapi odasında gündelik hayatta olduğu gibi son derece ciddi ve sessiz bir çocuk olmasına gerek yoktu.

Oyunun gücü ve önemi ciddi bir taahhüt gerektirmektedir. Terapistin oyunun içeriğine kendini kaptırması oldukça değerlidir. Bu bir taraftan da oynanan oyunun içine duyguların da dahil olduğu bir içerik sunar. Çocuk bu zeminde farklı yolların keşfi ve ihtimal yaratabilme imkânı bulacaktır. Jack ile yapılan bu seans kesiti bize şunu göstermektedir: Terapistin en büyük kişisel mücadelesi, oyunun neresinde içinde kalıp neresinde Jack’a alan bırakacak hassas bir yerde dışında durması gerektiğine tüm kalbiyle ve oyuna karşı duyduğu sadakatle karar verebilmesidir. Aksi taktirde terapist bir dış göz olarak aslında gerçek olmayan bir oyunu seyreden bir gözlemci gibi kalabilir. Bunun olması halinde çocuk sanki terapistin ona sunduğu gerçek bir dünya var, doğrular var bir de onun oynadığı bir oyun var gibi bir ikilik yaşayabilir. Bu noktada gerçek bir diyaloga girmek neredeyse imkansızdır. Terapistin kendisini oyunun içine kaptırması çocuğun kendisiyle, ötekilerle ve onu çevreleyen dünya ile nasıl ilişkilendiğini oyuna yansıtma deneyimine tanık olması anlamına gelmektedir. Jack’in oyun dünyasına dahil olmak, bu dünyanın içerisinde onun izin verdiği ölçüde gezinmek zaman zaman oyunun bir parçası olmak ve zaman zaman dışarıda bırakılmak tüm bu deneyimler terapist için önemli ayrıcalıklardır.

3. Bilmek ve Bilmemek: Hakikat Üzerine Varoluşçu Perspektifler ve Çocuklar

Birçok psikanalitik yaklaşımın temel paradigması terapistte atfedilen “kâşif” rolüdür. Terapist bize sunulan gerçekliğin derinlerindeki temsilleri ve anlamları keşfetmekle görevlidir. Bir çocuğun var olan patolojisi ya da paylaştığı hikâyenin altında mutlaka çatışmalı birtakım nesne temsilleri bulunmaktadır ve bunlar gün yüzüne çıkarılarak problemler çözülebilir. Bu bakış açısı varoluşçu bir pratikte bu biçimde ele alınmamaktadır. Geleneksel bir psikanalitik modelde terapistten beklenen çocuğun ortaya koyduğu oyun ya da yaratıcı bir hikâyenin yüzeyindeki temsillerle derinlerinde yatan hakikatin ayrıştırılmasıdır. Bu ayrıştırma ve yorumlama terapisinin önemli bir bölümünü oluşturur. Çocuğun problemleri ancak çocuğun oyun ya da hikayesi ile paylaştıklarının “gerçek anlamlarının” keşfi ile çözülebilir. Basit bir örnek verecek olursak çocuğun oyununda oyuncak bir yetişkin hayvan kumun içine gömülmüş ve oradan çıkamamaktadır. Psikanalitik bir perspektif bunu “çocuğun annesinin kendi korku ve kaygıları ile paralyze olduğu ve bunun çocuğa olan etkileri” biçiminde yorumlayabilir. Bir hayvan figürü sadece bir hayvan figürü olamaz. Mutlaka terapistin ona ek bir anlam vermesi ve çocuğun bize gösterdiği halinden başka sembolize ettiği bir hakikatin olması gerekir. Çocuk aynı oyunu oynarken varoluşçu-fenomenolojik bir çerçevelendirme içinden baktığımızda bu

ayrım gereksizdir ve çocuğun yaşadığı zorluklara bir yararı dokunmaz. Bunun yerine çocuğun sunumu ve hikayesi kendi içinde sadece ve tüm basitliğiyle hakikatin bizatihi kendi temsili olabilir. Örneğin çocuğun hikayesinde belki de yorumlamadan önce bu oyuncağın ne çeşit bir oyuncak olduğu, vahşi mi yoksa evcil mi olduğu, çocuğun daha tüylü mü yoksa daha sert bir hayvan figürünü mü tercih ettiği, en son oyununda yine bu hayvan figürünü mü yoksa başka bir figürümü seçtiği gibi çocuğun seçimine dair durumlar öncelik olabilir. Bu bakış açısı çocuğun bu hayvanı nasıl algıladığı ve kuma gömülüp kalmasının nasıl bir şey olduğunu onun deneyimi üzerinden bize gösterir. Bu anlayış terapistin yönünü bize hayvanın kuma gömülü olmasının örtük, derin temsillerinden ziyade çocuğun hayvanı seçmesine, seçim yaptığı ve oynadığı bağlama çevirecektir. Bu tarz bir varoluşçu çalışma pratiği bize süreci yorumlama sistemi sunmayacak fakat çocuğun dünyasına dair anlayış geliştirebileceğimiz bir bağlam verecektir. Bu anlayışın kendisi iç hakikat, dış hakikat ayrımı yapmaksızın çocuğun dünyasıyla bir bütün olarak ilişkilkenmeyi de beraberinde getirmektedir. Bu bağlamda çocuğun oyununda kullandığı aslan belki de gerçekten bir anne aslandır ancak çocuk bunu bu biçimde ifadelendirip oyununa dahil etmediği sürece o sadece bir aslandır ve çocuğun oyununda bu sonsuz seçenekle kullanılabilir.

3.1.Dünya'yı bilmek

Varoluşçu psikoterapide bilmek sistemler ya da metotlarla ilişkili bir şey değildir. Bilmek bir bilgeliktir. Terapistin danışanı ile karşılaşmalarını bir bütün olarak, bilgelikle değerlendirmesi ve parçaların bütünü oluşturmadığını bilmesi ile ilişkilidir. Bu tarz bir bilgelikle terapist kendisini çocukla kurulan ilişkiye dahil edebilir. Terapistin çalıştığı çocukla kurduğu ilişkide kendini bırakarak oynayabilmesi birçok teoriden daha değerli ve işlevseldir. Hem çocuğun hem de terapistin oyuna kendilerini bırakarak kurdukları bu ilişki yaşanan problemlerin çözümüne dair çarpıcı ve dönüştürücü bir etki yaratabilir. Burada kastedilen bilgi, bilgelik gibi kavramlar “Dünya'yı ve onu oluşturanları bilmek” ile yakinen ilişkilidir.

Heidegger'in temel metni Varlık ve Zaman'da Heidegger kendi dünya anlayışını herkes için bir yaşam doktrini olarak sunmamaktadır. Ya da varlık felsefesi ile ilgili olan keşfi bir psikoterapi metodolojisi olarak yazılmamıştır. Metnin temelindeki söylem kişinin buna karşı niyetliliği olması durumunda kendine bakma ve kendi üzerine düşünme çabasıdır. Heidegger söyleminin “olmak” ile ilgili bir işlevi olduğunu iddia eder: Dünya'yı bilmenin temel fonksiyonları “Dünya'da olma varyeteleri” -ki bu mutlak bir olma hali değil akışkandır- ile ilişkilidir. Burada Heidegger “bilmek” derken yeni bir ilişkiyi de işaret etmektedir. Burada

önerdiği birtakım bilgi kategorileri üzerinden bilgiyi elde etmek ve bu bilgiyi yeniden bir kategoriye entegre etmek ile ilişkili değildir. Heidegger kişinin kendisi üzerine düşünmesinin felsefi bir düşünme olmadığı aslında primordial bir hissediş ve ilişkilene hali üzerinden düşünüldüğünde bunun kendisinin ontolojik olarak ulaşılabilir olmadığını ifade eder. Bunun yerine kişinin “oluş”u ile ortak deneyim alanı olan evrendeki insanlar ve nesnelerle ilişki kurarak ilişkilendiğini ve tartıştığını söyler. Bu bağlamda kendimizi izole ederek anlayamayız. “Oluş”a dair bir anlayış geliştirmek ancak ötekilerle ilişkilenecek mümkün kılınabilir. Bu ilişkilene melerden bir tanesi de “terapötik ilişki” olabilir. Benzer bir biçimde “Dünya’yı bilmek” ya da “çocuğun bulunduğu ortamlarına dair bir anlayış geliştirmek” de terapistin bir şeyin uzmanı olmasıyla mümkün kılınmaz. Bir şekilde terapist bu role bürünmeye de çalışmamalıdır. “Bilgi” mutlak ve statik bir anlayış formu ya da objektif hakikat ile ilişkilendirilip çocuğa zerk edilecek bir şey değildir. Terapist bir bilginin öğreticisi ya da öğretmen değildir. Varoluşçu bir yaklaşımla ilerleyen bir çocuk terapisinde terapistin rolü ancak çocukla ilişkilene bir var oluş olarak çocuğun ilişkilendiği diğer varlıklar, objeler ve bağlamlar içerisinde yaşadığı problemlerin kaynaklarına dair daha fazla farkındalık için cesaretlendirmek ve bu belayı yaşamaya mahkûm olmadığına dair sonsuz seçenekleri olduğunu işaret etmek olabilir.

Varoluşçu psikoterapi muhtemelen hiçbir yaş grubundan danışanla kompleks bir felsefi tartışma yapmayı içermemektedir. Çocuk danışanlarla varoluşlarının anlamlarına dair anlayışlarıyla ilgili yapılan açıktan bir tartışma yaşadıkları problemlerin çözümü için oldukça işlevsiz olacaktır. Bunun yerine ontolojik olarak var olmaya dair anlayışımız ilişkilene biçimimizle doğrudan ortaya çıkmaktadır. Çocuğun var olan problemleriyle açıklıkla ilişkilene çocuk bunlara dair farklı bir anlayış geliştirebilmesi yolunda potansiyel yaratabilir. Ancak terapist tarafından çocuğun davranışlarının bir nedene ya da gerekçeye bağlanmaya çalışılması varoluşçu terapisinin yaratacağı etkiyi daraltabilir. Bu nedensellik çabası çocuktan gelenlere “açık olmayı” etkiler ve geniş bir anlayış geliştirme ihtimali kaybolur.

4. Olmak Ortaya Çıkmaktır, İfşadır!

Bir şey ifşa olduğunda ya da terapötik olarak aydınlatıldığında bu bir kişinin diğeri için bir bilgi ya da teşhisi doğru bir şekilde ortaya koyduğu anlamına gelmez. Fakat “ilham”, “yenilenme” diyalogun içinde bulunmaktadır. Yenilenme ya da ilham konuşmanın bir ürünü olabileceği gibi olmaya da bilir. Aynı zamanda sessizliğin bir ürünü olabileceği gibi olmaya da bilir. Basit bir anlayışın ürünü olabileceği gibi olmaya da bilir. Fakat ne olursa olsun bireysel bir sürecin ürünüdür. Ve bu önceden yansıtılan (prereflective) bir süreç olmak zorundadır.

Bunun üzerine birisi, öyleyse varoluşçu bir fenomenolojiye ya da psikoterapiye neden ihtiyaç olsun ki diye sorgulayabilir. Eğer ilham önceden yansıtılan bir süreç ise neden ben bir psikoterapist olarak bir çocuğun dünyasına profesyonel olarak dahil olmaya çalışayım ki?

Bu sorunun en temel cevabı psikoterapötik sözleşme içinde bir söylem yatıyor olmasıdır. Ve bu söylem herhangi bir psikoterapötik ilişkinin terapötik olan doğasıdır. Eğer bir terapist olarak ben çalıştığım çocuğun kendisine karşı bir anlayış ve yeni bilgiden doğan bir farkındalık geliştirmesini umut etmişsem bu bahsettiğim söylemden ortaya çıkmaktadır. Wolf bir danışan olarak terapistimize neden bize Heidegger'den bahsetmesini istemeliyiz sorusunu sorar. Bu sorunun altında yatan Heidegger'in söyleminden doğan şu sorgulamadır: Kendimizle ve ötekilerle ilişkilenebilmeyi nasıl sorgularız? Bir ilişkiyi ortaya çıkarmanın terapötik doğasını nasıl sorgularız? Wolf bu sorgulamayı şöyle yanıtlar: *“Felsefe bir söylem, diyalog, tartışma ve bir etkileşimdir. Felsefe düşüncelerin ve konseptlerin tanımlanması ile ilgili bir şey değildir. Felsefe kaçınılmaz olarak bir ilişkidir ki bu ilişkinin kendisi insan hayatını değiştirir. Bana sorarsanız insan hayatını değiştiren bir ilişki olarak felsefenin terapötik olduğunu buradan söyleyebiliriz. Heidegger ile olan ilişkimiz, Heidegger'in metinleri eşliğinde felsefe yapışımız kaçınılmaz olarak bizi değiştiren terapötik bir ilişkidir. Bu ilişki o noktadan sonra dünyayı eskisinden oldukça farklı 'yeni bir yolda' görmeyi beraberinde getirir.”*

Scalzo'ya göre “Dünya'yı yeni bir yolda görmek” çocuklarla varoluşçu fenomenolojik bir psikoterapinin merkezini oluşturur. Dünya'yı yeni bir yolda görmek yeni olan bu ilişkiden yani terapötik ilişkiden doğar. Bir uzman olarak terapistin farkında olması gereken çocuğun bir birey olduğu ve terapötik ilişki içinde onunla doğrudan ilişki kurabilecek bir potansiyele sahip olduğudur. Bu yaklaşım insan özünün iyiliğine ve mutlak potansiyeline vurgu yapan hümanistik yaklaşımlarla karıştırılmamalıdır. Çocuğun potansiyeline yapılan vurgu onun uygun ortamda bu potansiyeli çıkarabileceği ve bunun için terapötik bir ilişkiye duyduğu mutlak ihtiyaç ile ilişkili değildir. Terapistin bu potansiyelin farkında olması ve bu açıklıkla çocukla terapötik ilişkiye girmesi anlamında kullanılmaktadır. Bir taraftan da terapistler olarak çocuğun kendisine ve seçimlerine karşı kişisel bir bilgelik geliştireceği, var olan potansiyelinin terapötik ilişki ile beraber ona yeni bir alan açacağı gerçekliğinin yanında tüm bu çocukların toplumun bir parçası olduğu ve ortak değerler zemini üzerinde bulunduğu gerçeğini de göz ardı etmememiz gerekmektedir. Her bir seansın sonunda çocuk doğal olarak kendi gündelik hayatına geri dönecektir: okula, ailesine, bakım verenlerine vb. Dolayısıyla her bir seansın sonunda çocuğun içinde bulunduğu duygu durumuna karşı terapistin bir sorumluluğu bulunmaktadır. Oldukça yüksek stres altındaki bir çocuğu kalabalık toplumsal ortama başıboş bir şekilde, çocuğa hiçbir terapötik destek sağlamadan bırakmak elbette hiç uygun bir terapötik

yaklaşım olmayacaktır. Kısacası çocuktan yapabileceğinden fazlaca bir farkındalık beklemek uygun bir yaklaşım olmaz. Çocuk değerlendirilirken içinde bulunduğu durum ve çatışmalarıyla beraber değerlendirmelidir. Etik bir varoluşçu terapi pratiği çocuğun yaşadığı zorlukları ya da kişisel tarihindeki travmatik anları ona tekrar tekrar hatırlatacak yani yeniden travmatize edecek bir süreci desteklememelidir. Eğer çocuk ağır yüklü deneyimlerini seansta kendisi getirirse buna dair güçlenmesi ve farkındalık gelişmesi çocuğun duygularını ve yaşadıklarını yansıtan bir yaklaşımla değil yine diyalog ile ele alınmalıdır.

5. Manevi Kanaat

19. yüzyıl filozoflarından Soren Kierkegaard birçok yayınında “maneviyat” nosyonundan bahseder. Bundan neredeyse 200 yıl sonra fenomenolojik psikoloji kuramı ve pratiği içinde bu kavram oldukça yaygın yer bulmuştur. Kierkegaard’ın modern fenomenoloji ile ilişkisi kişinin süregiden anlam arayışı ve bunu kendi deneyimi içinde hissedebilmesiyle alakalıdır. Her bir deneyim ve bizim onunla ilişkilene biçimimiz bir sonrakine kapı açmaktadır. Plato’ya göre öğrenmek kişinin zihninin içinde ne olduğuna dair farkında olmak ile ilişkilidir. Bu bağlamda “doğru olanı gösterme, yorumlama” kavramları terapi içerisinde çocuklarla temas halindeyken nasıl ele alınmalıdır? Terapist çocuğun bir davranışını ya da oyununu yorumladıktan sonra etik çalışıyorsa kendisine mutlaka şu soruyu soruyor olmalıdır: “Peki neden?” Gündelik hayatta, bize ait bir hakikatin ya da bir bilginin nereden geliyor olduğunu göz ardı etmemiz çok olasıdır.

Örneğin bir mektup yazarken bazı kelimelerin birçok eş anlamlısı varsa belli bir tartışma süreci ardından bize uygun olanı seçeriz. Ve bu seçim o cümle içinde en iyi olan, en çok oturan kelime gibi gelmeye başlar. Bu durum seçilen kelimenin o an zihnimden geçen ve anlatmak istediğim deneyimle en çok örtüşen olması ile ilişkilidir. Deneyim ve çözüm doğrudan o anki bağlamla ilgilidir, seçim dışarıdan bir yerlerden değil manevi bir kanaat sonunda verilmiştir. İçsel bir “keşif” “arayış” sonunda ve o bağlamda bu kelime kullanılmıştır. Bu analojiyi psikoteröpatik süreç ile paralel düşünebiliriz. Birçok çocuk hakikat arayışı için terapötik ilişki içine fırlatılır. Fakat terapistle beraber çalışırken arayış süreci bulunması beklenen ve bazen bulunup bazen de hiç bulunamayan yanıtların çok çok ötesine geçer.

Varoluşçu bir yaklaşımla ifade edersek, bir çocuk için psikoterapiye düzenli devam etmek; yapısal olarak ve kendi içinde yepyeni bir kendiliğin ya da yeniden gelişen kişisel farkındalığın altın anahtarı olmayabilir. Fakat varoluşçu bir yaklaşımla sürdürülen terapi çocuklar için son derece yaratıcı olabilecek seçimlerin keşfi için büyük bir şans vadedebilir.

6. Dil

Bir çocuğun kullandığı her bir kelime, o kelimeye bağlı olan farklı bir anlam ile ilişkili olabilir ve kelimeler terapistin kullandığı anlamlardan daha esnek bir anlayışla kullanılıyor olunabilir. Her bir çocuğun dünyası terapistinkinden farklı olan kendi biricik kültürünü içinde barındıran yabancı bir ülke gibidir. Ve bu dünya tarihsel bir bağlama dayanmaktadır. Çocuğun içinde büyüdüğü bu dünyanın içindeki kendi bireysel tarihine... Terapistin en büyük zorluğu belki de çocuğun dünyayı anlamlandırma ve baş etme yollarının farklı olabileceğini sürekli zihninde tutması ve buna dair sürekli farkındalık içinde olmasıdır. Çocuğun kelimeleri ile terapistin bunu anlamlandırması arasındaki ilişkiyi şiir ve roman analojisi üzerinden düşünebilir. Şiir ve roman aynı kelimelerle yazılır. Roman okurken kelimelerin yan yana dizilişini bir düz yazı beklentisi ile olduğu gibi yorumlayabiliriz. Ancak metnin şiir olduğu hakikati ile okumaya başladığımızda yan yana dizili kelimelerin bize göründükleri hallerinden çok daha farklı ve derinlikli anlamlar içerdiğini yadırgamayız. Kullanılan herhangi bir kelimeye bambaşka anlamlar atfedilmiş olabilir ve bu şiir içinde olduğu için bizi şaşırtmaz. Beklenmez ve tahmin edilemez olana dair bir hazırlık içinde şiir ile ilişkilendiririz. Biliriz ki kullanılan kelimeler günlük kullanımlarından farklı kullanılmış olabilirler. Tıpkı şiir okumak gibi çocuğun dili de terapi içinde her bir mümkün yorumunun keşfi üzerinden değerlendirilmeye ve analiz edilmeye çalışılmamalıdır. Bunun yerine terapistin çocuğun aklına neyin öncelikli olarak geldiğini sorgulamaya ve bunun farkında olmaya açık olması oldukça değerlidir.

7. Gizlilik

Kelimelerin anlamlarının çocukların dünyasında nasıl farklı sesler bulabileceğini terapinin olmazsa olmaz ilkelerinden biri olarak görülen “gizlilik” kelimesi üzerinden düşünebiliriz. Geleneksel olarak neredeyse her bir psikoterapi çalışmasında “gizlilik” neredeyse bir garanti ve hatta doğası gereği kendiliğinden tartışmasız var olan bir durum olarak görülür. Ancak birçok durumda “gizlilik” neredeyse yok denecek kadar az olabilir. Eğer çocuklarla çalışıyorsanız çocuğun hukuken ailenin gözetimi ve devletin koruması altında olduğunu düşünürsek “gizlilik” nereye kadar ve ne kadar olabilir düşünülmesi gereken bir sorudur. Ancak çok otomatik bir biçimde ilk seanstan görüşmelerin ikimizin arasında kalacağını, yani anlattıklarının gizlilik ilkesine tabi olacağını ve bunu hangi istisnai durumların bozabileceğini de ekleyip geçiveririz. Örneğin 8 yaşında bir çocuk terapide muhtemelen hayatında ilk kez ya da çok yeni gizlilik konsepti ile tanışmış olacaktır. Oysaki terapistin gizlilik kavramına dair süreç içerisinde inşa ettiği anlamlar dizgesi oldukça geniştir. Bu noktada taraflardan ikisinin de

ilişkiye temiz ve boş bir zemin üzerinden girdiğini söyleyemeyiz. Çocuğun gizlilik kelimesi ile ilişkilene zamansallığı ile terapistinki oldukça asimetriktir. Anlayışımızı, kelimelerin anlamları ve onları kullandığımız spesifik zaman dilimi belirler. Ve böylece onu önceden duyduğumuz tüm zamanlar o spesifik anı asimile edebilir. Başka bir deyişle içinde bulunduğumuz sosyal ve tarihsel bağlam bireyselliğimizle birleşir ve kelimeler bu süzgeçten geçerek anlamlarıyla o spesifik anda var olurlar. Çocuğun kullandığı kelime terapistin yüklü bagajına çarpabilir. Tekrar gizlilik kelimesine dönersek terapist için bu kelime geçmişte tortulaşmış tüm anlamlarıyla mevcudiyetini devam ettirir. Oysaki çocuklarla fenomenolojik bir çalışma yürütmek istiyorsak gizliliğin o spesifik anda bambaşka anlamları ve bileşenleri olduğunu unutmamak gerekmektedir. Dolayısıyla fenomenolojik bir tavır içinde çalışacaksa kelimenin bizdeki tarihsel bagajlarının farkında olup sadece o an ve o çocukla kullanıldığında ifade bulma haline odaklanmak önemlidir. Genellikle, çocuğa gizlilik kelimesini daha önce hiç duyup duymadığı sorulabilir. Scalzo kendi klinik gözlemlerine dayanarak 12 yaş altı çocukların eğer daha önce terapiye gitmediyse bu soruyu genellikle “hayır” olarak yanıtladığını söyler. Yeni kelimeler çocuklara tanımlanırken genellikle daha aşina olabileceği varsayılan başka bir kelimenin üzerinden anlatılır. Bu kullanılır bir yöntemdir ancak burada handikap “Sır ne demek biliyor musun? İşte gizlilik de onun gibi bir şey.” diyerek tanımlamanın sonrasını çocuğa bırakmaktır. Bu durumda “gizlilik” ve “sır” kelimelerinin ne kadar benzer ya da ne kadar farklı olabileceği tamamen çocuğun çıkaracağı anlama bırakılır ve nasıl bir sonuç çıkarttığı ilişkinin içerisinde yani diyalogda yer bulmaz. Örneğin sır kelimesinin gizlilik konseptinden başka taşıdığı türlü farklı anlam bulunmaktadır. Kelimelerin anlamını açıklamak kuru bir sözlük karşılığı yerine daha fazla diyalog oluşturacak, çocuğun anlayışına ve beklentilerine yeni patikalar açabilecek sorgulama unsurları taşınmalıdır. “Gizlilik” gibi içinde bulunan zamana göre farklılık gösterebilecek aslında dinamik bir kelime sadece tanımlamayla değil biraz da eylemle gösterilebilir. Bu durum seansın akışı içinde yaşanan anın “gizlilikle” örtüştüğü deneyimlerin kendisini diyaloga taşıyarak, çocuğun hikayesi içinden çıkan gerçek yaşam deneyimleriyle mümkün kılınabilir.

8. Otantik Olmak ve Kaygı

Eğer bir objeyi otantik olarak tanımlamak istersek temel kriterimiz onun ne kadar gerçek ve özgün olduğu ile ilişkilendirilebilir. Örneğin bir markaya ait bir saati alırsak bu markanın kendine özgü bir işareti, ona özgün ayırt edici özelliklerine bakabiliriz. Ya da bir tablonun belirli bir ressamı ait olup olmadığını o ressamı özgün birtakım sanatsal nüvelerden anlayabilir, o

ressama özgü otantik ayırt edici özelliklerine bakabiliriz. Bir sanat eseri ya da bir ürün için otantiklik kıstası onu aynı kategorideki diğerlerinden ayırt edici özelliklerini ne kadar taşıyıp taşımadığına göre değerlendirilebilir. Fakat her bir bireyin otantik varoluşu ile ilgili birtakım işaretler, ayırt edici faktörler belirlemek ve buna göre otantik olup olmadığına kadar vermek imkansızdır. Bazı insanların daha öne çıkan ve bize ona özgü gibi görünen davranış paternleri, duygu ve zihin durumları olabilir ancak bu özelliklerin hiçbiri o kişiyi diğerlerinden daha otantik yapmaz. Çocuklar üzerinden otantikliği düşündüğümüzde her bir çocuk farklı mekanlarda ve farklı koşullar altında bambaşka davranışlar ve hareketler içinde bulunabilir. Örneğin bir okul ortamında son derece uyumlu olan bir çocuk evde zorba ve şiddet içeren davranışlar sergileyebilir. Bu çocuğun evdeki halinin ya da tam tersi okulda durumunun diğerinden daha otantik olduğu söylenemez. Bu sadece o çocuğun iki farklı ortamda birbirinden farklı iki durumuna işaret etmektedir.

Varoluşçu bir duruşla otantik olmanın konumunu psikoterapi içinde düşündüğümüzde psikoterapist olarak aklımızın bir kenarında tutmamız gereken bizler, insan olarak, evrende sürekli değişim içinde olan etkin (active) varoluşlara sahibiz. Sürekli yönelir ve hayatlarımız hakkında seçimler yaparız. Hayatta gerçek kendiliğimizi bulmak için mücadele etmek zorunda olmak gibi bir durum söz konusu değildir. Sadece olmaktayızdır. Bu olma hali içinde, buna gündelik hayatın akışı diyebiliriz, çocuk ya da yetişkin olsun hiç fark etmez otantik olmamanın içinde kayboluruz ya da otantik oluruz. Tüm otantik olma ya da olmama hallerimiz varoluşumuzun parçalarıdır. Çocuklarla çalışırken daha ulvi bir otantik olma haline erişebilmesi gibi bir terapi hedefi koymak ve çocukla da bu beklenti üzerinden diyaloga girmek fenomenolojik bir yaklaşım olmayacağı gibi gerçekleşmesi de mümkün değildir. Zira otantik olmak derecelendirme skalası içerisinde ölçülebilecek bir varoluş hali değildir. Bir terapi beklentisi olarak çocuğun daha otantik olmasını sağlamak Heidegger'in otantiklik kavramının yanlış yorumlanması sonucunda ortaya çıkmıştır. Heidegger otantik olmayı mükemmel bir varoluş hedefi olarak ortaya koymaz. Otantiklik ancak ontolojik bir varoluşsal kaygı durumundan filizlenebilir. Bunun dışında otantik olmamak hayatta kalabilmemizi sağlayan fonksiyonel anlamlar taşımaktadır ve gün içinde birçok anda otantik olmamak gündelik hayatın akışını sağlamaktadır. Bu bağlamda otantik olmamak kaçınılması ya da mücadele edilmesi gereken bir varoluş hali değildir. Varoluşçu psikoterapi Dünya'da olma halimizin ancak otantik olarak bulunabileceğini telkin etmez. Bu anlayış üzerinden, çocuklarla varoluşçu bir yaklaşımla çalışırken onların daha otantik varoluşlar olabilmesi beklentisi ve umudu içine girip bu yöne doğru onları itmek gereksiz bir kaygı yüklemekten başka bir işe yaramayacaktır.

9. Kaygı Yönsüzdür

Şunu not düşmek gerekir ki Heidegger'in tanımlayışla kaygı bir şeyden korkmak ya da endişe duymak değildir. Aslında her şeydir ve hiçbir şeydir. Korkunun yönü vardır. Genel olarak bizi çepeçevreleyen Dünya ile ilişkilendirilir. Örneğin; otobüsle seyahat etmekten korkabilirim ve bu toplu taşımada daha önce yaşamış olduğum kötü bir deneyimle alakalı olabilir. Bu bir şeyden korkmaktır ya da bir şey ile alakalı endişe duymaktır. Fakat kaygı bu şekilde tek bir yöne işaret edilebilecek bir durum değildir. İronik olan aslında bir şekilde kaygı bizi tüm Dasein'ımızla dışarıya doğru yönlendirir ve sadece kendimizi işaret eder. Terapide, kendimizle ve ihtimallerimizle ilgili örtük olanı sergileyerek çocukların omuzlarına binmiş ağır yükten bir nebze de olsa dinlenmesini sağlayabiliriz. Genel olarak, insanlar kaygı seviyelerinin yoğun oldukları dönemlerde daha fazla artacağını ya da hissedileceğini düşünürler. Aynı durumun çocuklarda da benzer bir biçimde işlediği var sayılır. Oysaki birçok durumda yorucu aktiviteler kaygının hissedilmesinde bölücü bir işlev görürler. Kaygı, her neyin içinde bulunuluyorsa, bu durum bittiğinde sakinliğe çekilince baş gösterir. İşte bu noktada, kendi seçimlerimizle baş başa kalırız ve kendimizi daha fazla kaygı hali içinde buluruz. Hareket halinde olmak uğultu gibidir. Yapmak durumunda olduğumuz zor seçimleri dışarıda bırakır, filtreler. Diğer taraftan, varoluşsal kaygı kendimizle kaldığımız anlardan metaforik olarak sessizlik anlarından doğar.

Vigilius'un tanımladığı gibi, kaygı diğer tüm konseptlerden farklıdır, örneğin korkudan...Ve Vigilius sorar "Kaygının üretilmesinde rolü olan hiçbir şeyin üretilmesini ne sağlar?" Bu sorunun cevabı bizi çepeçevre kuşatan dünyada seçebilecek birçok ihtimalle de çepeçevre olmamız hakikatine işaret eder. Hiçbir bölünme yaşamadan belki de çocuklar kendileriyle baş başa kalacaklardır ve bu içinde bulundukları çevreyi, bağlamı ve seçeneklerini fark edebilme kanalını zorlayacaktır. Boşluk, yani hiçbir şey bizi dünyaya ve dünyada var olma halimize doğru itmektir. Bu bağlamda, çocuklarla fenomenolojik bir çalışma yürütürken sıkılmanın, hiçbir şey yapmadan durmanın, sessizliğin öneminin kabulü terapistler için oldukça önemlidir.

Kapanış...

Chris Scalzo kitap boyunca çocuklarla yürüttüğü terapötik çalışmaları varoluşçu bir perspektifle sunmaktadır. Kitap varoluşçu çocuk terapisi nasıl yapılır gibi net bir sistematik çalışma el kitapçığı sunmuyor olsa da çocuk psikoterapisine dair oldukça yararlı tartışmalar açmaktadır. Yetişkinlerle psikoterapiye kıyasla çocuklarla çalışmak yetişkin-çocuk arasındaki

yaş ve deneyim hiyerarşisi düşünüldüğünde yaygın olarak uzmandan doğru bilgi ve deneyim akışının olduğu bir sürece dönüşebilmektedir. Scalzo sunduğu varoluşçu perspektifle bu algıyı kırmaya, en azında çatlaklar açmaya çalışır. Kitapta sık sık tekrarlanan, bu kitabın bir varoluşçu çocuk terapisi el kitapçığı olmadığı gerçeğidir. Bu belki de bir parça da olsa kitabın başlığıyla çelişmektedir. Ancak niyet kitabın açtığı tartışmaların ruh sağlığı alanında çalışan kişilere bir tartışma alanı ve yeni düşünme izlekleri sunmasıdır. Belki de Scalzo'nun uzun yıllardır alanda yürüttüğü çalışmalar varoluşçu çocuk terapisi ve çocuklarla fenomenolojik bir tavırla terapi yapmaya dair bir başlangıç zemini oluşturmaktadır. Psikoterapiye gelen her bir çocuğun geldikleri bağlam ve çevre, terapötik sürece dahil olma halleri birbirinden farklı ve biriciktir aynı zamanda içinde bulunulan zamana içkindir. Her bir çocuk psikoterapi sürecine kendi çatışmaları, sorumlulukları, biricik dünya görüşüyle dahil olur. Terapist an be an büyüyen diyalog ve yeni ilişki ile çocuğun sahip olduğu bu dünya görüşüne karşı engin bir anlayış geliştirebilmeyi hayal etmelidir. Bu anlayış, çocuğa varoluşuna ve seçimlerine alternatif başka perspektiflerle de bakabileceğine dair cesaret verebilir.

Çoğunlukla, günümüzdeki batı toplumlarında hem aile hem de toplum tarafından çocukların hayatlarının yönüne dair bağımsız seçim yapmaları, yapabilmeleri için teşvik edildiği savunulabilir. Ancak bu bir yanılsamadan ibarettir. Çocuklar genellikle davranışları, devam edecekleri okulları, gelecekleri, kariyer hedeflerine yönelik seçimler yapabilmek için cesaretlendirilir. Bir terapist olarak bu cesaretlendirmenin sesine kulak verdiğimizde rahatça çocuklara şu telkinde bulunulduğunu sık sık duyabiliriz: “Doğru seçimler yap.” Bu seçim telkinlerinin çoğunda çocuğun yaptığı seçimle ilişkili sorumluluklarına dair gerçek bir farkındalığının olup olmadığı dikkate alınmaz. Bu anlamda bir seçim yapmak varoluşçuluk düzeyinde bahsettiğimiz seçim yapmak anlayışından oldukça farklıdır.

Birçok çocuk bu projede de yer verilen Rhys ve Jack gibi zorlayıcı davranışları nedeniyle DEHB gibi teşhislerle oldukça küçük yaşlarda teşhis edilip kategorize ediliyor ve bir kalıp içerisinde değerlendirilmeye başlanıyor. Bu çocuklar davranış problemleri var denerek kolayca patolojize edilirken çocuğun gündelik hayatın zorluklarıyla mücadele etmeye çalıştığı kolayca göz ardı ediliyor. Oysaki teşhis konarak kategorize edilen bu çocuklara oldukça önemli ve tehlikeli mesajlar iletiliyor. Bu mesajlar çocukların kendi hissediş ve duygularıyla baş etme becerisinden yoksun olduklarını içermekle kalmayıp onların etrafındaki yetişkinlerin de çocuklara ait deneyimleri, varoluş biçimlerini daha da tolere etmesine, tahammül edememesine yol açabiliyor.

Eğer kendi kimliğimizi hissediş ve ontolojik anlayışımızın ötekilerle kurduğumuz ve kurmakta olduğumuz ilişkilerle şekillendiğini düşünürsek, çocuklara etrafındaki yetişkinlerin

bu tahammülsüz hallerinin ne gibi mesajlar ileteceğini tahmin edebiliriz. Rhys kendisine DEHB teşhisi konulup ilaç başlandığında sadece dört buçuk yaşındaydı. DEHB'nin temsil ettiği tüm davranış örüntüleri Rhys'ın üzerine yapışmıştı ve artık onunla sadece DEHB semptomlarının temsiliyeti üzerinden ilişki kuruluyordu. Rhys davranışları kontrol etmekte ve ortaya çıkan sonuçlarıyla baş etmekte yetersizdi. Başta gittiği kreşteki öğretmeni ardından devam ettiği devlet ilkokulundaki çalışanlar onun tam gün okula devam edemeyeceğine karar vermişti. Okula sadece yarım gün gidiyordu. Ardından gittiği ilkokuldan tamamen uzaklaştırıldı. Rhys davranışlarından dolayı gitgide dışarıya itildi. Diğerlerine benzemiyordu ve artık ötekiler tarafından istenmiyordu. Ailesi onun davranışlarını kontrolsüz buluyor ve sahip olmayı hayal ettikleri çocuk olamadığı için bir kayıp yaşıyor ve bunun yasını tutuyorlardı. Rhys diğerleriyle temas halinde olmakta ve ilişkilenmekte ciddi zorluk yaşıyordu ancak süreç içerisinde geliştirmiş olduğu bu kötü benlik inşasında onun etrafını çevreleyen tüm ötekilerin de sorumlulukları vardı. Artık kendisini gerçek bir çöp gibi hissediyordu. Yaptığı sanatsal çalışmaların çok güzel olması bile onu rahatsız edebiliyordu çünkü kötü bir benlikten çıksa çıksa ancak bir çöp çıkar ve çöpler de çöplüğe atılırdı. Kısaca, seçim yapmanın sorumluluğu onun sadece hayattaki varoluşu ve olma hali için değil aynı zamanda yeni ve otonomisi olan bir farkındalık geliştirebilmesi için de öncelikliydi. Aynı durum etrafındaki yetişkinler için de geçerliydi.

Çocuklar için hayat çoğu zaman o andadır ve dolaysızdır. Yetişkinler için zamanın o anı ve doğrudanlığı gündelik hayatın meşgalesi içinde kaybolup gitmektedir. Yetişkinler için daha iyi bir gelecek hedefi ve daha uzak bir amacın gerçekleşebilmesi bir zihinsel meşguliyet ve yapılması gerekenler listesi devam eder. Emekliliğimde daha rahat bir hayat için şu an çok çalışmalıdır, güzel bir kahvaltının tadı çıkarılamaz aksi halde işe geç kalınır, liste böylece devam edip gider. Çocuklar bu meşgalelerin ortasında yetişkin dünyasından gelen bu mesajlarla beslenirler. Birçok çocuğa olgunluğun ancak bu zihinsel meşguliyeti yapabildiği, o yola girebildiği ve bunlarla baş edebildiği ölçüde başarının geleceği telkininde bulunulur. Ve tüm bunları yapamadıkları ölçü de eleştiri almaktadırlar. Eğer sınavına çalışmazsan iyi bir liseyi kazanamazsın, eğer iyi bir liseyi kazanamazsan aynı zamanda iyi bir üniversite okuma şansın olmaz, iyi bir üniversite okumazsan bu kariyerini de belirler... Fakat çocuklarla varoluşçu bir terapist olarak çalışmak sadece yaratıcı, ödüllendirici ve adanmışlık isteyen bir sürece dahil olmak demek değil aynı zamanda çocuğa bir armağan olarak zamanı sunmak demektir. Okulların, ailelerinin, toplumun beklentisi ve talepleri olmaksızın çocuklar içinde bulundukları durumlar ve zamansallıkla ilgilenirler, şu an ne olmakta olduğuyla ilgilidirler ve aslında evrendeki akıp gitmekte olan her bir zaman onlarıdır. Çocuk istismarı ya da ihmal mağduru

bazı çocukların elinden belki de bu armağan alınmıştır. Çocuklarla çalışan varoluşçu terapistler olarak bizlerin adanmışlığı bu çocukların elinden alınan bu armağanı, zamansallığın bütünlüğünü onlara geri verebilmek için büyük bir dikkat, odaklanma, ilişki kurma çabası ve diyalog olmalıdır. Bu armağan elbette iki uçlu bir süreçtir. Var olan ilişkilere, gerçekliklere ve yaşanmış deneyimlere odaklanmak yapmış olduğumuz seçimlerimize dair büyük bir farkındalık sağlar. Eğer spesifik ve belirli bir zamanda nerede ve kim olarak var olduğumuzu fark edebilirsek hayatı kendimiz için yepyeni bir netlikte görmeyi ve anlayabilmeyi de mümkün kılabiliriz. Bu netlik olmaktan gelmektedir. Bu netlik aynı zamanda, yaşayan canlılar olarak bizlerin fenomenolojik duruşlarıdır. Bir çocuğun gelişimi içine fırlatıldığı dünya ile ilişkide olma ve ona karşı bir anlayış geliştirme sürecidir. Büyümek ve evrilmek için hayatın diline ve parçası olduğu dünyaya dair farkındalık geliştirir. Bir yeni doğan, hayata annesinin fiziksel bir parçası olarak başlar ve kendisini dünyadaki tüm ötekilerden ayırt edemez. Ortada henüz ne nesne ne de özne vardır, şimdilik var olan sadece içine doğduğu dünyadır.

Zamanın önemi ve anlamı bu kitapta kapsanamayacak kadar derin olsa da çocuklarla çalışan varoluşçu terapistler olarak zamanın önemini akılda tutmak değerlidir. Aynı zamanda “olmak”, “bir çocuk olmak” çocuklarla çalışılırken tartışılması gereken epeyce dalları, budakları olan varoluşçu sorgulamalar olmakla beraber bu kitap aracılığıyla tüm bunlara sadece bir giriş yapılmıştır. Kitabın açtığı tartışmaların çocuklarla psikoterapi çalışmaları yürüten herkesin pratiğinde bir anlam bulması belki de bu kitabın en önemli yazılış amacıdır.

İŞ DÜNYASINDA “VAR OLMAK”

Varoluşçu Tutum Kazanma

YELİZ BULUT

Benim en büyük umutsuzluğum, insanın içinde yaşadığı dünyayla ilgili her tür haberi takip ederken kendinden bihaber kalması; dünyayı ileriye taşımaya çalışırken iç dünyasında bir adım öteye gidememesi... İşte her gün yaşanan bir trajedidir bu.

Varoluşçuluk ile Danimarka’da yaşadığım dönemde bir kitap vesilesiyle tanıştım ve bu ekole anında bir çekim duydum. Türkiye’ye döneceğim belli olur olmaz ilk işlerimden biri iki yıl süren varoluşçu analiz programına başvuru yapmak oldu. Bu program zihnimde adeta “varoluşçu bir lens” oluşturdu ve ben hayatımın her parçasına bu lensle tekrar bakmak istedim. Bu lens **insan olma halini** (*condition humane*) inceliyordu. Bize çok tanıdık bildik gelen ama bir o kadar da geri plana attığımız, üzerine pek de düşünmediğimiz bir perspektif. Varoluşçuluk’ta çekim duyduğum şey **beni kendime yakınlaştırmasıydı**.

Kurumsal hayatta önce insan kaynakları, ardından da danışmanlık ve koçluk tecrübemde en çok dikkatimi çeken konuydu **insanın kendinden uzaklaşması**. Varoluşçu psikoterapist Rollo May’in söylediği şekliyle “**ben (I am)” hissinden kopmak**.

Ben hissini kaybettiğimizin sinyallerini somut olarak fark edebileceğimiz yer dilimiz. Kurumsal hayatta sabahtan akşama kadar konuşuyoruz ama kendimize dair sayılı cümlemiz var. Gün boyu bir araya geldiğimiz kişilerle kurumun dilini konuşuyoruz. Peki böylesi bir konuşma “benim konuşmam” mıdır?

Rollo May **kişisel iletişim dilimizi yitirmemizden** şöyle bahseder: “Erich Fromm’un belirttiği gibi teknik konulara dair kelime hazinemiz mükemmeldir. Fakat iş kişiler arasında anlamlı ilişkiler kurmaya geldiğinde dilimizi kaybederiz, tökezleriz ve neredeyse işaret diliyle anlaşabilen sağır ve dilsiz insanlar kadar soyutlanırsınız”.¹

Eğitimlerde veya koçluk seanslarında bir araya geldiğim kişilerin kendilerini ifade ederken “**ben**” yerine “**sen**” dilini kullandığını o kadar çok görürüm ki. *Tabi neden o role seçilmediğiniz size anlatılmayınca, siz de soramıyorsunuz* diyen kişi aslında *terfi sürecinde başarılı olamadım ve nedenini de sor(a)madım* demek istiyor. Karşıya yansıtmalı bu ifadeler sanırım durumu normalleştirmemize yardım ediyor, kim olsa böyle tepki verir zaten gibi bir rahatlama sağlıyor. Zihnimizdeki yanıtları haklı çıkarmak uğruna davranışlarımızı sahipsiz bırakmış oluyoruz diyebiliriz. Eylemlerin içinde **sanki “ben” yok gibi**.

İçinde ben olmayan ifadeleri algıda seçicilik olarak duymaya başladığımda, farklı şekillerde kendimizi sürekli edilgenleştirdiğimizi görüyorum. Neredeyse her gün duyduklarıma birkaç örnek: önemli bir toplantıya **çağrıldım**, eğitim boyunca **rahatsız edildim** maalesef, sürekli mail atılınca **odaklanamıyorsunuz** hatta en son şunu duydum *beni bir toplantıya aldılar şimdi*. “Beni aldılar” karşısında aklıma gelen soru: senin fikrin, duruşun, niyetin, yanıtın nerede, acaba sadece çağrılmak üzerine gitmeyi alışkanlık haline getirmiş olabilir misin?

Sahip çıkmadıkça eylemlerimiz anlamsızlaşıyor ve yaşamımızın içi boşalıyor. Kendi hayatımıza müdahale edemeyen, sadece koşullarına tabi bir hayat sürdüren “varlık”lara dönüşüyoruz. Her gün kendini eylemleriyle var eden bir “varoluş” iken Jean-Paul Sartre’ın da söylediği gibi **kendini evden işe, işten eve taşıyan insanlar** haline geliyoruz. Sabah **“yapılacaklar” listemizle** uyanıyor, yapmamız **“beklenen” işleri** tamamlayınca yatıyoruz. Mütemadiyen beklenenleri gerçekleştirmeye çalışarak yaşamak kendimizi unutmamanın en üretken yolu oluyor sanırım.

Beklenenler ve dışsal hedeflerin yörüngesinde bir hayat yaşarken kendi isteklerimizi, arzularımızı, hatta acılarımızı duyamaz hale geliyoruz. Hissizleşiyoruz. Mesleğim gereği çok insan tanıma imkanım oluyor ve çoğu kişinin başarılı olma yolunda kendileriyle ve hisleriyle bağlantılarının kesildiğini görüyorum. İş ortamlarında hissetmeye, hele ki olumsuz hissetmeye, yer olmadığını söylüyorlar. İşin garibi bu artık herkese çok normal geliyor. Koçlukta en çok karşıma çıkan konulardan biri *“poker face olmak”*, duygularını hiç belli etmemek, duygularını bastırarak iş yapmaya devam edebilmek... Kendimizden en büyük beklentimiz üretken kalabilmek sanırım. Üretkenliği sekteye uğratmamak insanca yaşamamanın önüne geçmiş durumda.

Peki şu tehlikenin farkında mıyız? Olumsuz duygularımızı bastırırken, olumlu duygulardan da feragat ediyoruz. Duygularımızın tek bir musluğu var, kapadığınızda hiçbir şey akmamaya başlıyor. Olumlular kalsın, olumsuzu kapatalım olmuyor. Bu kez hiçbir şey hissedemez hale geliyor, robotlaşmaya başlıyoruz. **Dışsal hedefler bütün zamanınızı alıyorsa yani anlam hissinden uzak görev odağı ile 7/24 çalışıyorsanız ve üzerine duygularınızı da bastırıyorsanız, geriye sizi canlı kılacak ne kalır?** Sanırım tam da bu sebeplerden eğitim katılımcılarıma ne hissediyorsunuz diye sorduğumda *“Bir şey hissetmiyorum.”*, *“Ne hissettiğimi hiç bilmiyorum.”*, *“Bir şey hissetmeye vakit yok ki.”* ya da *“Ben duygusal biri değilimdir, mantıkla hareket ediyorum.”* gibi yanıtlar geliyor. **İnsan olduğumuzu, insan olma halini unutuyoruz.**

Gözle görünen, elle tutulan, hedeflenen, ulaşılanın dışındakiler iş dünyasında geride kalıyor. Mantık ve irade baş üstünde tutuluyor. Bir yandan da yaptığımız işte anlam bulmak, iyi liderler olmak istiyoruz. Verdiğimiz liderlik eğitimlerinde karşımdaki kişilerin **kendini anlamlandırmaktan çok kendilerini ispatlamayı istediklerini** görüyorum. Kendileri ile temas etmeden başkalarını etkilemeyi hedefliyorlar. Modeller, araçlar öğrenmek istiyorlar, reçeteler talep ediyorlar, her şeyi daha kısa yoldan öğrenmek ve uygulamak istiyorlar. Ne için? Daha başarılı olmak, daha iyi yönetmek, insanları etkilemek, kariyer basamaklarını hızlıca tırmanmak için. Ama nafile, **kişi kendisine temas etmeden gerçek bir varlık gösteremiyor.**

Bu yoldaki en iyi rehberimiz Sokrates, Delfi tapınağının girişinde yazan “Kendini Bil” sözünü bize sürekli hatırlatır ve şöyle der “Üzerine düşünülmemiş bir hayat yaşamaya değmez.” Bu yazının amacı varoluşçu felsefenin bilgelinden faydalanarak iş hayatında yaşadığınız kaygıları anlamlandırabilmeniz, daha anlamlı bir çalışma hayatına kavuşabilmeniz, başkaları üzerindeki etkinizi (onların da sizin üzerinizdeki etkisini) fark edebilmeniz, en önemlisi de kendinize yakınlaşmanız. Bu amaçla, her bölümün sonunda kendi üzerinize düşünmenizi sağlayacak sorular bulacaksınız. Bu sorular kendimize nadiren sorduğumuz derinlikli sorular, bunları iş hayatı perspektifiyle yanıtlayabileceğiniz gibi bazılarını genel hayat felsefesiniz açısından ele almanızın faydalı olabileceğini hissedebilirsiniz. Bütün soruları tek seferde yanıtlamaya çalışmayın. Tek bir soru seçerek onun üzerine odaklanmanızı, notlar almanızı ve ara ara dönerek yanıtlarınızı derinleştirmeye devam etmenizi öneririm.

1. Kaygı ve Var Olma

Kaygı, kurumsal iş hayatında önde gelen temalardan biri ve de gündelik hayatta iş kaybı kaygısı, performans kaygısı gibi duygu durumumuzdan bahsederken bol bol kullandığımız bir sözcük. Öncelikle burada bahsi geçen kaygının anlamını açalım. Burada kastettiğimiz kaygı, yöneticinizle yapacağınız bir görüşmenin nasıl geçeceğine dair duyduğunuz endişe, geniş bir ekibe yapacağınız sunum öncesi hissettiğiniz korku veya bu yılın performans hedefine ulaşıp ulaşamayacağınızı dert etmeniz değil. Bu bölümde ele alacağımız kaygı, **iş hayatında yaşadığımız varoluşsal kaygı.**

Varoluşsal kaygı, yukarıda belirtilen durumlar gibi dış bir tehditten kaynaklanan, belirli bir olaya karşı hissettiğiniz bir duygu değildir. Pek çok varoluşçu düşünür kaygıyı varoluşsal bir mesele olarak ele almıştır. Bu ne demek? Var olduğumuz sürece kaygılıyız. İnsan olma halinin getirdiği sınırlara tabi olmak ve varoluşumuzun her an sona erme ihtimali bizde

mütemadiyen kaygı yaratır. Diğer bir deyişle her an var olmama ihtimalimize karşı kaygılıyız.

Var olmama tehdidi fiziksel boyutta varlığın sona ermesini çağırırsa da tek var olmama şekli ölüm veya sonluluk değildir. Varoluşçu filozof Paul Tillich kader ve ölüm kaygısının yanı sıra insanın yaşadığı **anlamsızlık ve suçluluk kaygılarından** bahseder. Şimdi felsefi tarafı oldukça derin olan bu iki varoluşsal kaygı türünün iş dünyasındaki varoluşumuzla bağlantısını kurmaya çalışalım.

1.1.Varoluşsal Kaygı: Anlamsızlık ve Suçluluk

1.1.1. Anlamsızlık Kaygısı

Son yıllarda kurumsal yetkinlik kataloglarına giren “Anlam Yaratma”, “Anlamlı İlişkiler Kurma” gibi beceriler ile iş dünyasında “anlam” kelimesine daha çok rastlar olduk. Bunun nedenini irdeleyen yazılarda genelde insanların artık çok yoğun çalıştıklarından ve iş dünyasının yoğunluğuna dayanıklılık gösterebilmek için anlama gereksinim duymalarından, günümüz liderliğinde ancak anlam yaratan liderlerin ilham verebildiğinden, yeni jenerasyonun yaptıkları şeyi neden yaptıklarını bilme ihtiyacından bahsediliyor.

Anlam yaratma meselesinin kurumsal yetkinlik sözlüğüne girmesi sevindirici olsa da bu konuda insanların nasıl geliştirilebileceği konusunda şirketler bocalıyor. Bir gün bir şirketin eğitim yetkilisi, acil bir eğitim ihtiyacımız var diye arayarak “Anlam yaratma bizim yeni yetkinliğimiz ve bu konuda bütün çalışanlarımıza eğitim aldırarak istiyoruz.” demişti.

Peki pek çok kurum çalışanından sıkça duyduğumuz şu ifadelere karşın anlam yaratmayı eğitimlerle öğretebilir miyiz?

- Yaptığım işte anlam bulamıyorum ama para kazanabileceğim başka bir alan yok.
- Bu işten iyi para kazanıyorum, birikim yapıp emekli olmak tek hayalim.
- Bir yoğunluğa kapılıp gidiyoruz, anlamlı olanı sorgulayacak zaman bile yok.
- Anlam, tutku bunlar büyük lüks, nerede yaşıyoruz! Hepimizin sorumlulukları var.

Ne zaman anlam temasını içeren bir eğitim yapsam önce **“anlamsızlık”** konusu gündem olur. Bunu ne istiyorsun sorularına “ne istemediğimizi” söyleyerek cevap verme eğilimimize benzetiyorum. Bir gün eğitim katılımcılarımdan biri “*10 yıl daha çalışıp sonra Kaş’a yerleşeceğim.*” dediğinde ona orada nasıl yaşamak istediğine dair hayalini sordum. “*Stres olmadan, trafik olmadan, hengâme olmadan*” diye yanıt verdi. Aslında bu kelimelerin

ardında neyi istediğinden çok neyi istemediği, neye ihtiyaç duyduğu yatıyordu. Uzunca bir süre gideremediği bu dinginlik ihtiyacını şimdi anlamlı hayali olarak anlatıyordu.

Kişilerin **yoğun bir iş düzenine kendilerini kaptırıp “anamlı hayatı” ertelediklerinden** bahsetmeleri oldukça yaygın. Anlam konusunda hepimizin düştüğü tuzak bu belki de: 1-0 düşüncesi. Anlam bize o kadar büyük bir konsept olarak geliyor ki anlamlı hayatın sadece şanslı azınlığa bahşedildiğini düşünüyoruz. Aslında anlamlı hayat sadece en sevdiğiniz şeyleri yapmanız değildir **size anlamlı gelen şeyler anlarda saklıdır**. Peki nasıl bulacağız o anlamı? Kafayı ‘anlamı bulmayla’ bozmayıp, ‘anlamı takip ederek’. Mutluluğu bulabilir misiniz? Hayır, nelerin sizi mutlu ettiğini takip edebilirsiniz, keşfedebilirsiniz. Anlam için de bu geçerlidir. Anlam bulunacak bir şey değil hayatımızın içinde keşfedebileceğimiz, takip edebileceğimiz bir şeydir. Bunun için ilk yapmamız gereken kendimize sorular sormak. İnsanlara güçlü sorular sorarak onları etkilemeye çabalarken, kendimize soru sormayı unutuyoruz. Sıra buna gelince otomatik olarak topu sisteme, kültüre, düzene, başkalarına atıyoruz: *Hocam iyi güzel de biz böyle büyümedik ki, bu kültür bizde yok, biz ülkece böyleyiz* en çok duyduğum sözler.

Türkiye’de geleneksel eğitim sistemi ile büyüyen pek çok kişinin üniversite sınavında puanının yettiği bölüme girdiğini ve ilk yapacağı işi seçemediğini biliyoruz. Ama asıl soru şu; sonrasında neler oluyor? Aradan 5, 10 hatta 20 yıl geçmiş, kişi anlamlı bir hayat için emekli olmayı beklemiş ve de o yıllar içerisinde anlamlandırılacak pek çok şey varken bakılmadan geçilmiş. Halbuki anlamı nelerde bulduğunuz, nelere daha çok çekildiğiniz, nelerin size anlamsız geldiği işinizin içinde yani deneyim halindeyken sorup bulabileceğiniz şeyler. Yani mevcut işinizi bıraktığınızda değil aksine **işinize devam ederek gün be gün kendiniz üzerine gözlem yaparak anlamı takip edebilirsiniz**. Belki de ihtiyacınız köklü bir değişiklik değil, ufak tefek değişimler sizi aradığınız yöne götürecektir. Belki sevdiğiniz bir rolde çalışıyorsunuz ama farklı bir kurumda denediğinizde daha anlam kazanacak veya kurum size çok uygun ama farklı bir birim sizin yetkinliklerinize, yapmak istediklerinize daha uygun. **Bu tarz değişim ihtiyaçlarını görebilmemiz için kendimize dair sorularımızın olması gerekir**. Sorularımızı askıya aldığımızda, kendimizi de askıya almış oluruz.

Şaşırtıcı şekilde anlam bulamadığımızı söylediğimiz işleri daha az umursuyor değiliz, aksine işleri daha yoğun şekilde yapar hale geliyoruz. Bu da bir nevi boşluk ve anlam kaygısından kaçınma yolu. Aşırı eylem halinde olmak suni anlamlar yaratmaya işaret eder. **Söylediğimizin aksine çok çalıştığımız için kendimiz üzerine düşünemiyor değil, bunları düşünmemek için çok çalışıyor olabiliriz**. Çünkü anlamsızlık kaygısına

düşmemek için hazır anlamlara yerleşme tuzağına düşeriz. Hazır anlamlara örnek çevremizin bize önemli olduğunu söylediği, elde ettiğimizde bize ilgi gösterdiği, bizimle gurur duyulan şeyler olabilir: yüksek bir mertebe (pozisyon) edinme isteği, son model bir araca sahip olma, markalı giyinme, iyi bir muhitte ev alma gibi... Bunların neredeyse hepsinde bir şeye “sahip olma” özelliği görürsünüz. Sahip olmak eforumuzun karşılığını bize somut şekilde hissettirir ama ne yazık ki bir şeylere sahip olmak içimizdeki anlam boşluğunu doldurmaz.

Çok çalışmak ve yoğun olmak da günümüzün hazır anlamlarından biri. Kime sorsanız çok yoğunum başımı kaldıramıyorum diyor. Tillich, yoğun anlamsızlığın gündelik karşılığının boşluk olduğundan ve bu **anlamsızlık ve boşluk kaygısından kaçış olarak kişinin kendi özgürlüğünü feda etmesinden** bahseder. Kişi “**soru sorma ve soruları kendi yanıtlama özgürlüğünden kaçır, artık başka soruların sorulamayacağı ve önceki soruların yanıtlarının zorla kabul ettirildiği bir yere gider.**”² Bir nevi kabullenilmişlik diyebiliriz buna.

Nasıl oluyor da kişiler anlam bulamadıkları işlerde 7/24 çalışabiliyorlar sorusunun yanıtı da burada gizlidir: kişiler anlam bulamadıkları için kendilerini unutmak suretiyle kendilerini işe verirler. Bir yandan ah zamanım olsa keşke şunları yapardım derken boş zamanı olduğunda yine de işi düşünen, iş hakkında konuşan dahası bütün yıl tatilin hayalini kurup tatildeyken sürekli e-postalarına bakan bir sürü kişi var. Logo terapinin kurucusu ünlü psikiyatr Viktor Frankl bunu **Pazar Nevrozu** kavramıyla açıklar. Bu kavram hafta içinin yoğun işlerinin telaşından sıyrıldığında yaşamının içerikten yoksun olduğunun farkına varan insanın yaşadığı varoluşsal boşluğu anlatır. “Varoluşsal boşluk – veya bazen ifade ettiği şekilde varoluşsal hayal kırıklığı – yaygın bir olgudur ve can sıkıntısı, duygusuzluk ve boşluk gibi öznel durumlarla nitelendirilir. Kişi yön duygusundan yoksundur ve hayattaki etkinliklerinin birçoğunu sorgular.”³ Boşluğa düşmemek, tabiri caizse kendi boşluğu ile karşı karşıya kalmamak için **sürekli meşgul olmayı, başkalarına uymayı veya başkalarının ondan beklediklerini yapmayı** seçer.

Kişi zamanla kendi benliğinden uzaklaşıp gittikçe parçası olduğu dünya ile özdeşleşir. **Kendini yaptığı iş üzerinden tanımlar.** Sosyal hayatta da tanışma esnasında kendini çoğunlukla çalıştığı kurum ve pozisyonu ile tanıtan çok insanla karşılaşırız. Bu kişiler işleriyle öyle özdeşleşmişlerdir ki sürekli işten güçten konuşur günün sonunda kendilerinden bahsetmeyi unutuverirler. Daha önce değindiğim gibi kişisel ifadelerini yitirmişlerdir, kurum terminolojisi dillerine yapışmıştır. Bu tarz bir özdeşleşme de boşluğumuzla baş etme

yollarımızdandır, zira o kelimeler olmasa hayatımızda kendimize dair bahsetmeye değer neler var bilemeyiz.

Kendimizi var etmediğimiz yerlerde otoriteye ve güce daha kolay teslim oluruz. Bugün otoriteye teslim olanlar, yarın otoriteye sahip olduklarında gücü en çok uygulayan kişilere dönüşüyorlar diye inanıyorum. Bu kişiler otoriteye kavuştukları anda kendi çerçevelerine sorgusuz sualsiz uyum bekleyerek adeta iş dünyasının fanatikliğine soyunuyorlar. Tillich bu noktada bize “**fanatikleşme**”nin de anlamsızlık ile baş etme yollarından biri olduğunu hatırlatır. “Değişikliğe dair tehlikeler, olacak şeylerin bilinmezliği, geleceğin karanlığı; ortalama insanı kurulu düzenin fanatik bir savunucusu kılar.”⁴ Diğer bir deyişle belirsizlik, anlamsızlık, boşluk kaygısı bizi mevcut düzenin daha büyük savunucusu haline getiriyor. İş hayatında kendi kişisel anlamlarından çok fazla feragatte bulunan kişiler aynısını başkalarına da uyguluyor. Örneğin bebeğini doğurduktan iki ay sonra işe dönen kadın yönetici, “Ben iki ayda dönmüştüm vallahi.” diyerek karşıdaki kişiden de aynısını bekliyor. Yani kendi mutlakiyetini bir başkasına yaşatmaya, dayatmaya çalışıyor. Kurumsal iş yaşamında bu gibi kişisel anlamlara müdahale her an oluyor, en basiti toplantılarda sorulan sorular bile kişinin başına dert oluyor. Hoş karşılanmaz diye insanlar sorularını soramıyorlar. İşleri hiç soru sormadan yapanlar, kendilerine de soru sorulmasını istemiyor.

Ruhsal anlamda var olmak demek kişinin kendi hayatına anlam bularak katılması demektir. Anlamlar günlük hayatta deneyimlediklerimizde gizlidir. İcini açıp bakmadığımız sürece raflarda tozlanan kitaplar gibi faydalanmak mümkünken faydasını göremediğimiz araçlar olarak kalır. Deneyimlerimizin bizim için anlamlarını sıklıkla ziyaret ederek daha anlamlı bir hayat yaşayabiliriz. Hayatımızın büyük bir bölümünü oluşturan iş hayatımız için de bu geçerlidir. Kendiniz anlam üzerine düşünen biri değilseniz diğerleri için anlam yaratan bir liderlik sergilemeniz mümkün olmaz. Testinin içinde ne varsa dışına da o sızar.

1.1.2. Suçluluk Kaygısı

Tillich’in var olmama tehdidi olarak bahsettiği diğer varoluşsal kaygı **suçluluk ve kınanma** kaygısıdır. Tillich içimizde kendimizi olumsuz olarak yargılayan bir yargıç barındırdığımızı, bunu da suçluluk olarak deneyimlediğimizi söyler. Kusurlarımız nedeniyle kendimizi reddederek kendimizi cezalandırırız.

Suçluluk kaygısının iş hayatında **yetersizlik duygusu ile bağdaştığından bahsetmek mümkün**. İş dünyasında giderek artan rekabet havası kişinin kendini yetersiz hissetmesine neden olarak benlik duygusunda çatışmalara neden olabiliyor, kişi sürekli yeterliliğini

sorgular hale gelebiliyor. Bazı kurumlarda yöneticiler performansın artması için yan yana çalışan ekiplerin birbiriyle yarışmasını destekleyen söylemlerde bulunurken, bazıları da dışarıdaki rekabeti alt etmek için içerideki iş birliğini kamçılamayı seçiyor yahut kendimizle yarışacağız diyerek her yıl hedefleri üçe beşe katlıyorlar. Sonuç değişmiyor: **öyle ya da böyle artan beklentiler içerisinde birey kendini hep yetersiz hissediyor.** Rollo May'ın kaygı tanımındaki şey oluyor **“Bireyin öz-saygısının merkezindeki çekirdeğe ve benlik duygusuna darbe iniyor.”**⁵.

Yetersizlik duygusunu kamçılayan bir diğer unsur iş dünyasındaki hiyerarşik düzene göre üst düzey yöneticilerin alt ekiplerin “nasıl kişiler” olmasını istediklerini belirlemeleri. Her kurumun beklediği bir davranış seti olması olağan, hatta ortak bir anlayış için gerekli ve değerli. Fakat çoğu yöneticinin yetkinlik gelişimi kisvesi altında kişilerin halinden tavrına, söyleyecekleri sözden soracakları soruya kadar müdahale ettiklerini görüyorum ve duyuyorum. Hal böyle olunca kişiler iş hayatında kendilerine o kişiler gözünden bakıp, en ufak hatalarında, mühim bir hata olmasa dahi, o kişilerin gözündeki algılarını düşünüyorlar. Ya beceriksiz görünürsem ya acemi bulurlarsa beni... **Kişiler, işlerini iyi yapmaktan öte yöneticilerini tatmin etmeyi ana amaç haline getirmeye başlıyorlar.** “Günümüz toplumunda çoğu insan için baskın değerler beğenilmek, kabul görmek ve onaylanmak olduğuna göre, çağımızda en büyük endişe kaynakları beğenilmemek, dışlanmak ya da onaylanmamaktır.”⁶ İş dünyasında da kendimizi **“onaylamayanların gözünden” görmek kendilik algımızı karmaşılaştırıyor, birinin gözünde yetersiz veya beceriksiz olduğunu düşünmek utanç duymamıza neden olabiliyor.** Sartre bu durumu “Başkasına görüldüğüm halimle kendimden utanç duyarım.”⁷ sözleriyle ifade ediyor. Utanç ve suçluluk duygularımızın arkasında “ötekinin” bakışı (Sartre “the look” kavramı) vardır. Yöneticimin bakışı olmasa belki hata yapmayı o kadar dert etmem. Bana kendimi suçlu hissettiren, o kişinin hatam karşısında benimle ilgili düşünecekleridir.

Kişi, kendi “olma hali” nedeniyle sürekli eleştiriye, müdahaleye, saldırıya maruz kalırsa kendine bakış şekli de zamanla değişime uğruyor. Uzun yıllar aynı kurumda aşırı eleştirel ve baskın profillerle çalışan kişilerde aldıkları eleştiriler **iç ses** haline geliyor, duydukları şeyleri kendilerine söylemeye başlıyorlar ve bu da kendilik algısına ve öz saygıya zarar veriyor.

Kişinin kendilik algısında bocalaması, sürekli kendini başkaları üzerinden görmesi, kişisel dünyası ile anlam bağıını yitirmesi en nihayetinde kişiyi **“umutsuzluk”** duygusuna götürüyor. Varoluşçuluğun babası olarak anılan Danimarkalı filozof Soren Kierkegaard’a göre umutsuzluğun en derin biçimi kendisi olmaktansa başkası olmayı seçmek. İş hayatında

bizden talep edilen kişi olma konusunda sürekli kendimizi eleştirmek, içimizden gelenleri bastırmak bunun en gündelik yansıması diye düşünüyorum.

“Kaygı varoluşsal olduğu için ortadan kaldırılamaz. Kaygı bizi cesarete doğru yönlendirir, çünkü diğer seçenek umutsuzluktur. Cesaret, kaygıyı içine alarak umutsuzluğa direnir.”⁸ Burada kastedilen cesaret kişinin **kendini onaylaması ve kendi olmaya cesaret göstermesidir.**

Düşünce Soruları

- Anlamlı bir iş sizin için ne demek? Çalıştığınız süre zarfında bu tarif değişti mi? Neydi ne oldu?
- Mevcutta yaptığınız işte en çok neler anlamlı geliyor?
- Anlamsızlık ve boşluk kaygısını en son ne zaman yaşadınız? Baş etmek için neler yaptınız?
- Zamanınız olduğunda kendiniz için anlamlı bir şey yapmak yerine çalıştığınız oluyor mu? Oluyorsa sizce neden çalışmayı seçiyorsunuz?
- Kendinizi iş hayatınız dışında nasıl tanıtırsınız?
- Girdiğiniz sosyal ortamda içinizden hangi oranda bahsediyorsunuz? Neden?
- İş ortamında en çok hangi anlarda kınanma veya beğenilmeme kaygısı hissediyorsunuz?
- En çok hangi zamanlarda kendinizi başkalarının gözünden görüyorsunuz? Bakışını nemsemiğiniz bu kişiler kimler?
- Hangi konularda en çok fanatiklik sergiliyorsunuz?
- En çok ne zaman “uyum sağlamayı” tercih ediyorsunuz?
- Nelere dair kaygılısınız, hangi ihtimaller sizde kaygı yaratıyor?
- Nelere dair umutsuzsunuz, kendinizi sınırlanmış, sabitlenmiş, daralmış hissettiğiniz yerler nereler?
- Kim gibi olmaya çalışmak (hangi özellikleri göstermeye çalışmak) sizi çok yoruyor / tüketiyor? Böyle olmanız gerekliliğine nasıl karar verdiniz?
- Kendiniz olma cesaretini sergilemeniz neyi yapmıyor olurdunuz?

2. Anlam

Anlamsızlık ve boşluk kaygısını ele almış olsak da anlamı ayrı bir bölümde ele alma ihtiyacımız var. Çünkü anlamsızlık ve boşluk yaşamıyor olmak anlamın varlığına işaret etmez. **Anlam hissi kişinin hayatının bir yönü, amaçlarının ve hedeflerinin olmasıyla ilgilidir.** Sartre, hayatımızın genel bir yönü olması durumuna “orijinal proje” adını verir ve ona göre hepimizin geleceğimizi resmettiğimiz bir orijinal projesi olmalıdır.

Gelişimsel olarak baktığımızda hayatımızın ilk evrelerinde gelecek resmimizi ailemiz, büyüklerimiz çizmeye başlar. Başta onların bizi yönlendirdiği hedeflerin bizim için doğru olduğuna inanır ve onları benimseriz. Nasıl biri olmamız gerektiğini, hangi mesleğin bize uygun olacağını, nasıl bir hayatı hedefleyeceğimizi onlar bize söyler. Yetişkinlikte ise kişinin kendi amacını ve hedeflerini belirleyeceği bir döneme geçilir. Artık kişi geçmişte kendisine yönelik verilen kararları değiştirebilir ve farklı bir yöne ilerleyebilir duruma geçmiştir. Fakat yetişkinlik çağında da pek çok kişinin **başkalarının verdiği hedeflerle hayatını sürdürdüğünü, hatta kendi hedeflerini düşünmek yerine birilerinin o hedefleri belirlemesini arzuladığını** görürüz.

Özellikle kurumsal iş hayatı bunun için harika bir ortamdır; her yıl odaklanacağınız hedefler önünüze gelir. O yıl gerçekleştirmeniz beklenen hedefler (satış kotanız, karlılık hedefiniz, müşteri memnuniyet oranınız, hangi projelerde görev alacağınız vb.) gayet nettir, hatta işleri nasıl yapacağınıza dair bile bir rehber sunulur (yetkinlikler, şirket değerleri vs.). Hal böyle olunca kurumsal hayat insanının “hedef” dendiğinde aklına gelen ilk şey iş hedefleridir. Dubai’de çalıştığım sırada bütün şirket çalışanlarına yaptığım bir sunuma şöyle başlamıştım: Size bu şirketin vizyonunu sorsam ezbere söylersiniz, stratejisini sorsam uzun uzun anlatırsınız, değerlerini sorsam şak diye eksiksiz sıralarsınız; peki size kişisel vizyonunuzu, stratejinizi, değerlerinizi sorsam? O an salonda derin bir sessizlik hâkim olmuştu ve sunum çıkışında pek çok kişi yanıma gelip bu sorudan çok etkilendiklerini söylemişlerdi.

Evet kişisel hedeflerimizi, amacımızı, hayatta ne yapmaya çalıştığımız konusunu düşünmek konusunda maalesef tembelleşiyoruz. Hazır hedefleri kendi hedeflerimiz haline getirip ötesini aramayabiliyoruz. Buradaki davetim iş dışı hobiler bulmanız, spor yapmanız, kitap okumanız, yeni bir ilgi alanı keşfederek kişisel hedeflerinizi artırmanız değil; kendinizin daha çok farkına vararak yaşamanız. Hayat bir şekilde akıp gidiyor, evet ama akıp giden hayatta yaptıklarınız size nasıl geliyor?

Hayatını anlam konusuna adanmış Viktor Frankl bize yaşamın anlamının kapalı bir sistemmiş gibi kendi içinde değil, kişinin dünyasında keşfedebileceğini söyler. Ona göre

anlamı 3 yerde bulabiliriz: **Yarattıklarımızda, deneyimlediklerimizde ve değiştiremediklerimizde.** Gelin bunlara bir parça iş yaşamı perspektifinden bakarak iş hayatında kişisel anlamlarımızı nasıl yaratabileceğimiz üzerine düşünelim.

1. **Yarattıklarımız;** yarattığımız eserler veya gerçekleştirdiğimiz işlerdir. Gerçekleştirdiğiniz işlerde sizi hangileri çekiyor, hangilerini içinde bir canlılık hissederek yapıyorsanız orada kişisel anlamınıza dair örtük mesajlar vardır. Örneğin ne zaman bir raporlama işi olsa ayaklarım geri geri gidiyor ama yaratıcı bir fikir geliştirmeye bayılıyorum dediğinizde bu anlamı hissettiğiniz iş türüne dair bir şey söyler. Çoğumuz neyi yapmayı hiç sevmediğimizden bahsederek aslında nelere çekildiğimize dair ipuçlarını kaçıırız. Aslında olmadığı için değil görmediğimiz, bakmadığımız için kişisel anlamlarımızı bilmez durumdayız. İnsan yarattıklarında, ortaya çıkardıklarında anlamı görebilir.
 2. **Deneyimlediklerimiz;** bir şey yaşayarak veya bir insanla etkileşerek keşfettiklerimizdir. Günümüzdeki kurumsal iş yaşamında ortalama bir çalışan birden fazla proje, çalışma grubu, geçici görevler, eğitimler yoluyla farklı şeyler deneyimleme fırsatı bulabiliyor. Bu deneyimleri sadece tamamlama hedefi ile yapmak yerine deneyimin içinden geçen “ben”e neler oluyor, bana dair neler söylüyor bu deneyim? sorusu bizi anlam bulduğumuz şeylere yakınlaştırır. Örneğin o yıl size atanan iç mentorluk rolünü deneyimlediniz ve insanlara rehberlik ederek faydalı olmanın sizin için ne kadar değerli ve anlamlı olduğunu keşfettiniz. Keşfettiğiniz bu anlam daha sonra kendi hedeflerinizi belirlemede size yardımcı olabilir.
 3. **Değiştiremeyeceklerimiz;** kaçınılmaz bir duruma yönelik tavır geliştirmemizdir. Üç yer arasında bu, en zor kabul ettiğimiz ve içinden anlam çıkarma konusunda bizi en çok zorlayan yol olduğunu söyleyebiliriz. Değiştiremeyeceklerimiz konusunda sergilememiz gereken tutum iş hayatında bize başarıyı getiren “analitik olma”, “sonuç odaklılık” gibi yetkinliklerden farklı bir zihin yapısı gerektiriyor. Bu nedenle bu maddeyi özel olarak detaylandıracağım. Değiştiremeyeceklerimiz konusunda anlam bulmaya yönelik zihniyet geliştirebilmek için birkaç temel varoluşçu prensiple ve kavramla sizleri tanıştırmak isterim.
- **Dünya absürd bir yerdir:** Genel olarak yaşadıklarımızda bir sebep sonuç ilişkisi ararız, bu gayet olağandır: insan bilmek ister. İnsan varoluşun tekinsizliğinden ve

güven arayışından ötürü “böyle yaparsam şöyle olur” mantıksal çıkarımlarıyla dünyasını belirli kılmaya çalışır. En çok da iş hayatı gibi çok azim gösterdiğimiz yerlerde **sebeup sonuç ilişkilerine fazla bağlanırsınız**. Örneğın *ok alırsam başarılı olurum, başarılı olursam beklediğim terfiyi alırım* gibi... Bu varsayımlar beklenti yaratır ve gerçekleşmediğinde varsayımımızın geçerliliğini sorgulamak yerine başkalarını veya sistemi suçlamaya meyil ederiz. *Neden o kişi terfi aldı da ben almadım? Bu haksızlık, bunu hak edecek ne yaptım ben?* Çoğuş eğitim katılımcısından da duyarım, bizim iş yerinde adalet yok. Eğer adaleti eylemlerimizin sonucuna hükmedebilmek olarak tanımlıyorsanız aslında dünyada adalet yoktur. Hiçbir hata yapmadan bir trafik kazasına karışabilirsiniz veya elinizden gelen her şeyi yaptığınız halde iş sonuçlarınız bir türlü yoluna girmeyebilir. **ünkü dünya absürd bir yerdir ve denklemlerle çalışmaz**. Sonuca hükmetme şansımız yok, yapabileceğımız en iyi şey eylemlerimizin bizi istediğımız sonuçlara götürmesini ümit etmektir. Aksi halde hâkim olamadığımız koşulların ve durumların bizi kendimizden uzak davranışlar sergilemeye sürüklediğine, emek verdiğimiz ve önemseydiğimiz ilişkileri yıkmaya ittiğine şahitlik ederiz. İhtiyacımız hak ettiklerimizi almamızdır ama belirsizliklerin, bilinmezliklerin de hayata dahil olduğunu unutmamamız gerekir. Varoluşçu filozof Karl Jaspers insanın sınır durumlarından birinin “**şansa kadere tabi olmak**” olduğunu söyler. **Her ne kadar azim ve irade göstererek istediğımız sonuca ulaşmayı garanti altına almak istesek de her zaman için şansa kadere tabiyizdir**. Diyelim ki kariyeriniz için daha iyi olacağını düşündüğünüz bir departmana daha üst düzey bir rol alarak geçiş yaptınız ve kısa bir süre içinde bu departmanın kapatılmasına karar verildi. Bilsem geçmezdim diye dizinizi dövseniz de bilemezsiniz. O zaman size anlamlı gelen bir seçim yapmıştınız, nedenleriniz vardı ama şansa kadere tabi bir durum yaşamış oldunuz.

Her an bu duruma düşme ihtimalimiz var. Varoluşçu bakış açısı bunu **fırlatılmışlık** kavramı ile açıklar. İnsan bu dünyaya gelmeyi seçmemiştir, nerede doğacağını, ailesinin kim olacağını da belirleyemez tıpkı öleceği zamanı da bilemediği gibi. Fırlatılmışlık durumu doğum ve ölüm ile sınırlı değildir, an be an bu ihtimalle yaşamımızı sürdürürüz. Kendimizi irademiz dışında fırlatıldığımız durumlarda buluveririz ve bazen de yapabileceğımız hiçbir şey yoktur. Her durumda aksiyon odaklı zihnimiz bizi neler yapabilirim düşüncesine götürür. Karşımıza çıkan problemleri hızlıca çözmek alışkanlık haline gelmiştir. Fakat

absürdlük, fırlatılmışlık, şansa kadere tabi olduğumuz durumlar karşısında hizmet edecek zihniyet yapısı çözüm bulmak veya aksiyon almak değil yaşadığımız şeyi anlamlandırmaya çalışmak ve kontrol edemeyeceklerimizi akışa bırakmaktır. Varoluşçu filozof Martin Heidegger değiştiremeyeceklerimize dair almamız gereken tutumu **Azim ve Akış ikilemi** ile akılda kalıcı şekilde açıklamıştır.

- **Azim ve Akış:** Heidegger, hayatta karşılaştığımız durumlar karşısında bizden beklenen iki farklı tutum olduğunu söyler. Bizden çaba, irade, azim talep eden olaylar karşısında **azmetmek**; değiştiremeyeceğimiz durumlar karşısında ise **akışa bırakmak**. Ama bu ikilemde insan zaman zaman yanlış tarafa yönelir, azmetmemiz gereken yerlerde olayları akışına bırakırken, akışına bırakmak gereken yerlerde ise azmetmeye devam ederiz. **İş yaşamında özellikle akışa bırakmamız gerekirken azmettiğimiz konular yoğunluktadır.** Yukarıda paylaştığım gibi geçtiğiniz bir rolün veya departmanın kapanması buna iyi bir örnek olabilir. Artık o konuda yapabileceğiniz bir şey yoktur. İçinizden evet zaten bu çok açık, bildiğimiz bir şey diyor olabilirsiniz. Ama bilmek ve yapabilmek farklıdır. Çoğu zaman olan biteni kabul etmek yerine zorlama veya oldurma çabasına gireriz. Üstelik bunu her an yapabiliyoruz fark etmeyerek.

Konuk olduğum bir kongrede üst düzey bir yöneticinin sunumunun daha başında teknik bir arıza oldu ve göstermeye çalıştığı videolar bir türlü çalışmadı. Birkaç kez denendi ama belli ki teknik arıza o anda hızlıca çözülebilecek bir konu gibi görünmüyordu. Yöneticinin bu durumda yapabileceği şey nedir? Birkaç deneme yaptıktan sonra videonun mesajını aktarabilir, *murphy* diyip durumu tiye alabilir, videoyu daha sonra sizlere ileteceğim diyebilir... Ama yönetici yandaki teknik masadaki kişinin yanına gidip “Ben size kaç defa söyledim!!!” diyerek herkesin gözü önünde o kişiyi azarladı. Çok iyi tahmin ediyorum ki tek isteği kusursuz bir sunum deneyimi yaşatmaktı. Fakat **azmedecek bir şey yokken hala azimde gaza basmanız bırakın faydalı olmayı yıkıcı olabilir.** Yıkılan şey bazen kırılan bir kalp, bazen de zarar gören repütasyonunuz... O farkında değildi ama dinleyicilerin pek çoğu o günkü sunumu değil, kendisinin verdiği tepkiyi hatırlayacaktı.

Azim iş hayatında başarılı olmak, mükemmel işler çıkarmak için çok geliştirdiğimiz bir kas gibi. Ama bilirsiniz ki gelişen kasların bedeli esnekliğin yitirilmesidir. Esnekliği Akış’a benzetiyorum, kendinden uzağa esnemek ve belki çok da tercih etmeyeceğin o hali de kapsayabilmek. **İş hayatınızda esnekliğinizi**

kaybettiğiniz, katı tutumlar sergilediğiniz durumlara bir bakın ve kendinize sorun: Bu gayretimin arkasında duran nedenlerim neler? Sizin için önemli olan tepenin ardında ulaşmayı arzuladığınız “anlamdır”, bunu bulursanız şayet yolda esneklik gerektiren durumları daha rahat karşılayabilirsiniz. Fakat **gayretinizin karşısında bir anlam yoksa amaçtan çok araca tutunmuş olabilirsiniz.** Amaca değil araca tutunmuşsanız kendinizi yanlış yerlerde azmederken bulursunuz. Bunu da deneyimlediğim bir başka örnekle anlatmak istiyorum.

Dubai’de çalışırken yaptığım yetenek yönetimi süreci kapsamında kişilerin kendi gelişimlerini sahiplenmeleri ve gelişim yöntemleri üzerine bir çalıştay hazırlamıştım. Birkaç grupta çalıştayı gerçekleştirmiş ve pek çok kişiden de ilham verici olduğuna dair geri bildirimler almıştım. Son çalıştay esnasında çalışanlardan biri araya girip “*Öyle diyorsunuz da biz bu gelişim sürecini her yıl yapıyoruz değişen bir şey yok.*” dedi. Değişen bir şey yok’tan kastının terfi etmek olduğunu hemen anlamıştım. Sunumu bölmesi ve yorumu dile getiriş tarzı öyle talepkar, öyle sitemkardı ki cümlesinde “Bu mavalı her sene dinliyoruz.” der gibiydi. Salondaki hevesli hava birden bozulmuştu, açıkçası benim de tadım kaçmadı değil. Bu sitemi bir paranteze alıp çalıştay sonrasında bire bir konuşmayı önerdim. Çıkışta konuştuğumuzda kaç yıldır terfi beklediğini, öyle ya da böyle şirketin farklı görevlerde kendisini oyaladığından söz etti. Belli ki elinden gelen her şeyi yapmış (azim) daha fazla beklemeye toleransı kalmamıştı (akış). Ancak azmetmeyi yanlış bir yerde sürdürmüştü. Bu çalıştay gelişim üzerineydi, onun terfi almasını sağlayabilecek bir ortam değildi ayrıca doğru kişi de ben değildim. **İşte tam da böyle, akışın yoksunluğu kişinin yanlış yerlerde azmetmesine yol açar.**

Kişilerin kendi istedikleri zaman diliminde terfi edememeleri iş dünyasında çok karşılaşılan bir durumdur. Bu gibi durumların arkasında “*Ben bu rolü çoktan hak ediyorum. Zaten müdür işlerini yapıyorum.*”, “*O yapıyorsa ben haydi haydi yaparım.*” ya da “*Bu rolde en fazla 3 yıl kalmam lazımdı artık müdür olmam gerekiyor.*” gibi kalıplaşmış ifadeler yatar. Varoluşçu bir tutum için önerilebilecek yol ise şudur, öncelikle **müdür olmanın senin için anlamı** nedir? Bu amacı ilk etapta nasıl belirlemiştin? Senin kendin için istediğin bir hedef mi, başkalarından edindiğin bir hedef mi? O rolü aldığında neler senin için daha anlamlı olacak? Rolü tıpkı soğanın katmanları gibi soysan, en dıştaki pozisyonun gücünü, arabasını, maaşını soyduğunda geriye ne kalıyor senin için? Şayet kişisel anlamını bulmakta zorlanıyorsan aman dikkat; araçlar amaç haline gelmiş olabilir. Şunu söyleyebilirim

ki sadece **kalıplaşmış bir yerden o rolü arzuluyorsan, terfiyi aldığın gün anlamlı bir tatmin yaşayamama ihtimalin** çok yüksek. Koçluk yaptığım pek çok yönetici terfi aldığınızda ne hissettiniz sorusuna aslında “*Çok mutlu olacağımı düşünüyordum ama nedense olmadım.*” diye yanıt veriyor. Anlam sabit değil, sürekli değişiyor. Anlamınızla bağlantıyı kesip sadece hedef peşinde koştuğunuzda hedefi yakalamak anlamını yitirmiş oluyor, çünkü o zamanın anlamlı hedefi belki de şimdinin hedefi değil.

Bir başka soru ise zaman konusunda neden bu kadar ısrarcıyım? Kendi zamanında olabilecek bir şeye neden sabrım yok? Bunu anlamak için de iki zaman dilimine bakalım: kronos ve kairos.

- **Kronos – Kairos:** Kronos ve Kairos’u anlamak Azim ve Akış ikileminde doğru tavır almamıza yardımcı olabilir. İş hayatında yaptığımız planlar, programlar, kısa-orta-uzun vadeli hedefler kronosla ilgilidir, kronos takvim zamanıdır. Kairos ise Akış’ı gerektiren zamandır, kairos’ta her şey kendi zamanında gerçekleşir. Değiştiremediğimiz durumların kendi içinde “oluşlarına” izin vermekten başka bir şansımız yoktur. Tıpkı mevsimler gibi, mevsimler kendi zamanlarında gelir ve geçer. Doğa kendi zamanına göre renk değiştirir. O yıl ektiklerinizi biçebilecek misiniz sorusu kairos’a tabidir. Ekimden ben sorumlu olsam da hasat sadece benimle ilgili değildir. Yukarıdaki müdürlük örneğinden gidecek olursak, evet sen müdür işlerini yapıyorsundur belki ama o rolü alman sadece bu işleri yapıp yapmamana bağlı değildir. Senin etki alanında olmayan konular ve kararlar olduğu gibi o rolü henüz doldurmadığını düşündüren kendinde fark etmediğin pek çok şey olabilir.

Doğu felsefesi bize; hayat yaşanacak gizemli bir yolculuktur, çözülecek bir problem değil der. Fakat insan hep kontrolün elinde olmasını arzular. Bağımlılıklarımızın en büyüğüdür kontrol. İş hayatında sürekli her şeyi kontrolde tutma arzusu adeta bir hastalık haline gelmiş durumda. İşleri yönetmem lazım, ekibi yönetmem lazım, kariyerimi yönetmem lazım, duygularımı yönetmem lazım... Her şeyi yönetebilen olma yanılgısına kapılmamız en çok da duygularımızla ilişkimizi bozuyor.

Oysaki kişisel anlamlarımıza dair mesajlar duygularımızda gizlidir. **Ne hissettiğinizi bilmezseniz sizin için neyin anlamlı olduğunu nereden bileceksiniz?** Duygularımızı bastırmanın bedeli kendimize dair

anlamlandıracaklarımızdan vazgeçmektir. Kendimizle bağımızı duygularımız yoluyla kurarız. Hissetmekten kaçındığımızda benliğimizle temasımız kesilir. Kaybolan bir çocuk gibi olaylardaki konumumuzu bulamaz hale geliriz. Rollo May, bunun için şahane bir benzetme kullanır: “Hissettiklerine dair yalnızca genel bir bilgiye sahip olan kişiler ‘Çin, doğuda bir yerde’ demek kadar belirsiz ifade kullanarak size iyi ya da berbat hissettiklerini söyleyiveriyorlar. Hisleriyle aralarında ülkelerarası telefon görüşmesi yapmak kadar mesafeli bir ilişki var.”⁹

Bu mesafe en çok da olumsuz duygular yaşandığında ortaya çıkıyor. Koçluk görüşmelerine en sık getirilen konulardan biri **olumsuz duyguları yönetmek** oluyor. Örneğin bir danışan şunu söylemişti: “Ne zaman yöneticimle bir fikir uyuşmazlığına girsek benim fikrimi yok sayıyor ve ben çok öfkeleniyorum. Öfkelenmemem gerektiğini biliyorum, öfkemi nasıl yönetebilirim?” Bu kişi kendine direkt “öfkelenmemem gerek” komutunu vererek neyi neden hissettiğini araştırma yolunu kapamış oluyor. Belki de öfkelenmiyor; kendi sözüne değer verilmediği için güceniyor yahut fikrine çok güveniyor ve dinlenmemesi onda hayal kırıklığı yaratıyor. Ya da belki sadece yöneticisinin üslubundan rahatsızlık duyuyor. Yoğun duygular ortaya çıktığında onları hemen ortadan kaldırmaya çalıştığımız sürece neyi neden yaptığımızı anlayamayız. Doğanın mevsimleri gibi insanın duyguları da kontrole değil kabule ihtiyaç duyar.

Kairos’ta yani akışta ortaya çıkanlar, bizi durumu yönetmeye değil durumu kabul ederek olanları anlamlandırmaya davet eder.

Kabul burada anahtar kelime. İşler istediğimiz gibi gitmediğinde, değişim ve uyum gerektiğinde otomatik tepkimiz mevcudu korumak olsa da en çok ihtiyacımız olan şey: önce durmak ve olanı kabul etmektir. Fakat durmayı hiç sevmiyoruz. Durabilmekten göreceğimiz faydadan mahrum kalıyoruz.

Durmak bir şey yapmamak anlamına gelmez. Ne olup bittiğini anlamak için hızı düşürmeniz şarttır. Koşu bandında hızı 10’a alıp koşarken çevrenizde olan bitenleri görmezsiniz, hatta acıyı yorgunluğu bile hissetmezsiniz. Ancak durduğunuzda fark edersiniz. Aynı şekilde hızla ilerlerken içinde bulunduğumuz bağlamı anlamaya çalışmazsak, neler olduğunu kaçıırız. Öykü değişmiştir ama biz eski içsel gerçekliğimizde yaşamaya devam ederiz. Birkaç yıl önce istediğiniz şeyler belki de bugün yerini başka şeylere bırakmak istiyor ama siz katı bir şekilde geçmiştekini

tutmaya çalışıyorsunuz... Sabit olmadığınızı hatırlayın ve değişen öykünüzde anlam atfettiğiniz şeylerde neler değişmiş bir bakın, böylece anlamı dışarıda bir yerde aramak yerine kişisel varlığınızı anlamlı kılmanız mümkün olur.

Anlam konusunda varoluşçu düşünürlerden kısa öğütler alacak olsak,

- **Frankl** hayatta her koşulda anlam bulabileceğimizi, bunları kişinin fark etmesi, keşfetmesi gerektiğini,
- **Sartre**, hayatta hazır bir anlamın olmadığını, hiçlikten anlamı inşa etme işinin bizim sorumluluğumuz olduğunu,
- **Nietzsche**, insan hayatının döngülerden oluştuğunu ve bize iyi gelen döngüler yaratarak, tutku ve adanmışlık ile anlamlı bir hayat yaşayabileceğimizi söylerdi.

Düşünce Soruları

- **Kişisel anlam sistemi üretmek:** İş hayatındaki ayak iziniz ne olacak? Bir felsefe profesörünün öğrencilerine yaptırdığı gibi ölüm ilanınızı bugünden yazsanız o metinde nasıl anılmak isterdiniz?
- **Özgecilik:** Dünyayı içinde yaşanacak bir yer olarak bırakmak için neler yapıyorsunuz? Bunun cevabı sadece yardım derneklerinde ve STK’larda gönüllük yapmak değildir. Günlük hayatınızda başkalarının hayatlarına nasıl katkıda bulunuyorsunuz? Özellikle işteki etki alanınızda bulunan kişileri dinlemeye, desteklemeye ne kadar gönüllük ediyorsunuz?
- **Kendini bir Davaya Adamak:** İş hayatınızdaki gayretinizi düşündüğünüzde kişisel çıkarlarınız dışında hizmet ettiğiniz kendinizden büyük amaç nedir?
- **Yaratıcılık:** Kişisel yaratıcılığınızı kullandığınız işler neler? “Yeni bir şey insanda güzellik ve ahenk duygusu yaratan bir şey yaratmak anlamsızlık hissine karşı güçlü bir panzehirdir. Yaratıcılığı öldüren çalışma ortamları ve insanı robota çeviren işler, ücret ne kadar yüksek olursa olsun her zaman tatminsizlik yaratacaktır.”¹²
- **Kendini Gerçekleştirme:** Maslow’a göre insanoğlu öyle bir şekilde meydana getirilmiştir ki hep daha dolu varlık olmak için kendini zorlar ve bu, çoğu insanın iyi değerler olarak adlandıracağı huzur, nezaket, cesaret, dürüstlük, sevgi, bencil olmama ve iyiliğe doğru bir zorlanma anlamında gelir. Sen kendini hangi içsel değerler üzerinden gerçekleştiriyorsun?

Bu bölümün sorularında Irvin Yalom'un Varoluşçu Psikoterapi kitabının Anlam bölümündeki anlam bulma yollarından esinlenilmiştir.¹⁰

3. Özgürlük, Sorumluluk, Otantiklik

Anlam bölümünün hemen ardından insanın kendi anlamlarını yaratmaya ve gerçekleştirmeye ne derece özgür olduğu üzerine konuşmak olmazsa olmaz. Bu soruya “Hiç de özgür değiliz, bir sürü koşullara tabiyiz.” diye hazır ve genel bir cevap vermek mümkün ve de kolay. Anlamalı olan ise özgürlüğün ne demek olduğuna bakmak, insan olarak nerelerde özgürüz, nerelerde koşullara tabiyiz üzerine dürüstçe düşünmek. Özgürlük sizce nedir? Özgürlük insanın istediklerini engellenmeden rahatça yapması mıdır? İstemediği şeyleri yapmaya zorunlu olmaması mıdır? Ya da günlük hayatta çokça söylediğimiz gibi bir başkasının özgürlüğüne değmediği sürece insanın her şeyi yapabilir olması mıdır? Öncelikle gelin özgürlük kavramına genel anlamıyla varoluşçu bakış açısı ile bakalım.

Sartre özgürlüğü “**kendini kurmak, kendini seçmek**” olarak tanımlar. Aslında ona göre insan, özgürlükten başka bir şey değildir. Diğer varlıklardan farklı olarak kişi kendini yaratır. Bir tohumun meyve olacağı kesindir ama bir bebek olarak dünyaya gelen insan yetişkin halini kendi yaratır. İnsan bilinciyle nasıl biri olacağına, ne iş yapacağına, ne tarz bir hayat yaşayacağına, eylemlerine kendi karar verir. Yani insan istese de istemese de özgür olmaya mahkumdur! Hayatınızda yürüyeceğiniz yolları sizden başkası seçemez ve yürüyemez.

Bununla beraber daha önce bahsettiğim gibi hayata başlama şeklimizin özgür olmadığını kabul etmek gerekir. Gelişimsel olarak baktığımızda içine doğduğumuz koşulların özellikle hayatımızın ilk evrelerinde bizi şekillendirdiğini ve hayatımıza bir yön verdiğini savunabiliriz. Yani hayatımızın başında seçtiklerimizden ziyade kendimizi içinde bulduklarımız ağırlıklıdır. Öte yandan yetişkinlik evresinde kendimize ve hayatımıza şekil verebilir imkanlara kavuşuruz. Ortalama insan hayatını 70 yıl olarak düşünürsek bunun sadece ilk yarısını şekil vermekten çok şekil aldığımız bir dönem olarak tanımlayabiliriz. Yine de yaşımızdan bağımsız şekilde **kendimizi dış koşullar tarafından şekillendirilen, edilgen bir varlık olarak görebiliyoruz**, peki neden? Bu bölüme kadar bunların bazılarını bahsettik aslında; “ben” hissinden kopmak, dışarıda olan bitenlerin uydusu haline gelmek, belirlilik uğruna dışsal hedeflere, düzene ve otoriteye teslim olmak, arzularımıza kulak vermemek, anlamlı olanı aramayı bırakmak, azmedeceğimiz yerde akışa bırakmak, kabullendiğimiz yerde kendimizi unutmak...

Burada bunlara eklememiz gereken en önemli şey **sorumluluk; sadece kendimize sorular sormak ve anlamak özgürlük için yeterli değil. İnsan kendi hayatının ve seçimlerinin sorumluluğunu alabildiği kadar özgürdür.** Seçimlerin sorumluluğunu üstlenme zorluğu

özgürlükten feragat etmeye neden olabilir. Yaşamına “üzerine karar verilen” yani “başkalarının kararlarına tabi” olarak başlayan insan ilerleyen zamanlarda da başkaları onun için karar versin isteyebilir. Her ne kadar önceki nesiller “Şimdiki gençler çok şanslı bizim zamanımızda bizim seçme lüksümüz yoktu, işimizi de eşimizi de ailelerimiz seçerdi.” diye özgürlüğün aydınlık yanına vurgu yapsalar da yeni neslin bu kararları kendileri vermekten mutlu oldukları anlamına gelmez. Eskiden duygu ve düşünceleri ifade edememe zorluğu vardı, şimdi ise özgürlüğün verdiği seçim kaygısı, doğru kararı verme endişesi. Karar verebilmek demek sorumluluk almak demektir; yani özgürlüğün yanında sorumluluk da beraberinde gelir.

Sadece iş, eş seçimi değil kişilerin kendi davranışlarının sorumluluklarını da başkalarına teslim ettiklerini görüyorum. Kişiler **kendi yapabileceklerinden ziyade başkalarının yapması gerekenlere daha çok kafa yoruyor**, sorumluluk almaya gelince topu dışarı atıveriyorlar. Koçluk eğitimlerimde insan odaklılıktan bahsederken “Bizim kurum kültürü insan odaklı olmayı desteklemiyor ki, iş odaklılığı destekliyor.”, “İşler beklemiyor ki çalışanı geliştirecek vakit yok.”, “Biz çalışanlarımız gelişsin isteriz tabi ama insan kaynakları buna dair toplu bir şeyler yapmalı.” gibi cümleler duyuyorum. Bana göre bunun şundan pek bir farkı yok “Çöplerimizi ayrıştırmıyoruz çünkü benim çevremde kimse yapmıyor.”, “Ben ayrıştırsam da belediye zaten o şekilde toplamıyor.”, “Herkesin yapmasını sağlayacak sistemler kurulmalı.” Peki siz böyle mi yapıyorsunuz?

Aktif bir rolümüz ve karşılıklı sorumluluklarımız varken bunları tamamen dışarıdan beklemek **azmetmemiz gerekirken akışa bırakmamıza** örnektir. Olaylar içerisinde bize düşen görevi bulmak ve eylemlerimizi seçmek özgürlüğün ta kendisidir. Sorumluluklarımızı gerçekleştirmede koşulların kolaylaştırıcı veya zorlaştırıcı etkilerini tabi ki yok sayamayız ama her şeyden önce şunu sorayım: **senin gönlün, niyetin var mı?** Niyet yoksa gerekçe çoktur ancak niyet sahibi olduğumuzda engellere ve zorluklara rağmen kendi yapabileceklerimize odaklanırsınız. Diğer kişilerin yapması gerekenlere odaklanmak bizi kendi yapabileceklerimizi düşünmekten alıkoyar. Sanki biz o sistemde değildik gibi sistemin gözlemcisi, eleştirmeni rolünü oynarız. Sistem değişsin ama ben değişmeyeyim isteriz. Çünkü sorumluluk çaba ister.

Bir keresinde bir katılımcı “Bizim yöneticiler çalışana inisiyatif vermez, sadece kendilerini göstermek isterler ve çalışanları kullanırlar.” demişti. Bu kocaman genellemenin altında yöneticinin birkaç defa ondan istediği verileri yönetime kendi sunduğu ortaya çıktı. Peki bu algını konuştun mu onunla diye sordum, yok konuşmadım ne konuşacağım ne yaptığını bilmiyor mu sanki dedi. Konuyu çözümlmek için en ufak bir çaba harcamamış üstelik kendi algısını işin doğrusu olarak paylaşmak konusunda son derece rahattı. **Kendimizi niyetimize göre değerlendirirken, diğerlerini üzerimizde bıraktıkları etkiye göre değerlendiririz.**

Etkisine göre niyetinin falcılığını bile yaparız; bilerek yapıyor, bana inadına yapıyor diye inanabiliriz.

İhtiyacımız olan şey ise önce kendi öznelliğimizi görmemizdir. Ben bunu neden bu şekilde algılıyor olabilirim, altta yatan asıl ihtiyacımı nasıl karşılayabilirim diye sorduğumuzda aktif bir özne olarak kalmaya devam edebiliriz. Yukarıdaki durum için bu meselenin önemini yönetici ile konuşmak, hassasiyetini dile getirmek, yaşanmış örnekteki etkiyi paylaşmak ve kendi inancını paranteze alarak onun tarafındaki durumu sormak ilişkideki kişisel sorumluluğumuzu yerine getirmemizi sağlar. Bu sorumluluk karşı tarafa değil **kendimize olan sorumluluğumuzdur.** Düşüncelerine, hislerine, davranışlarına sahip çıkmak, kendine sahip çıkmak demektir.

Eylemlerinizin sorumluluğunu kendinizde görmezseniz beklentiler dünyasında bekleyedurursunuz. **Dışarıdan bekledikleriniz arttıkça bunları içinde arama ve bulma haliniz azalır. “Sorumluluğu kabul eden bireylerin bir ‘iç kontrol’ odağı, sorumluluğu reddedenlerin ise bir ‘dış’ kontrol odağına sahip olduğu düşünülür. Birey davranışlarının ve hayat deneyiminin sorumluluğunu kabul mü ediyor, yoksa başına gelen şeylerin kendi davranışlarıyla alakası olmadığına ve bu yüzden de bunun kişisel kontrolünün dışında mı olduğuna inanıyor?”** ¹¹ sorusu önemlidir. Her olay karşısında bir seçim yaparız ve özgürlüğümüz bu seçimlerdir. Viktor Frankl insanın eylemlerini seçme özgürlüğünü şu sözlerle ifade etmiştir: *İnsanın elinden her şey ama her şey alınabilir ama eylemlerini seçme özgürlüğü alınamaz.* Özgürlüğümüz en temelinde koşullara karşısında seçtiğimiz tutum ve tavidir.

İç kontrol odağının az olduğuna inanmamızın nedenlerinden biri de **ihtimallerimizi** göremeyişimizdir. Farklı davranmak mümkün iken biz her gün başımıza gelen olaylara benzer şekilde tepkiler veririz. Başka türlüünün mümkün olmadığına inanırız. Her güne bugün olduğumuzdan daha farklı biri olma olanağı ile başlasak da hayatımıza önceki gün kaldığımız yerden devam etmeyi seçeriz. Bu, insan için önemli bir hayatta kalma şeklidir. Hayata kurguladığımız çerçeveden bakmak daha güvende, belirli ve emin hissettirir.

İhtimallerimizi görememe veya reddetme halini günlük hayattaki herhangi bir olaya tepkimizden tutun da bizim için önemli olan hayat kararlarına kadar her yerde görebiliriz. Ben buyum değişmem demek veya eleştirdiğimiz bir kişinin sadece eleştirdiğimiz yönünü görmeye saplanmak da buna örnek olabilir, ben bu işten başka bir iş yapamam ya da bu maddi koşulların altında yaşayamam demek de... Aslında kendimizi olamayacağına inandırdığımız bu şeylerin hepsi mümkündür.

Örneğin ben bir bankacıyım, ekonomi mezunuyum, bu işi hiç sevmiyorum ama para kazanma zorunluluğum var, başka da ihtimalim yok diyorsunuz. Öncelikle o ya da bu şekilde

tarihçenizde bu seçimi yaptınız. Belki seçtikten sonra size göre olmadığını gördünüz. Şu anda kendinize içinde kalmak zorundayım dediğiniz sürece bırakmamayı seçiyorsunuz. Bugünden yarına yeni bir kariyer inşası belki mümkün değil ama keyifle çalışmak sizin için önemliyse en yakın ihtimalleriniz neler olabilir? Örneğin mütercim tercümanlık bölümü mezunu olarak farklı bir seçimim olamayacağını düşünüp bu mesleğe devam edebilirdim ama etmedim, önce İnsan Kaynakları çalışanı sonra da eğitim danışmanı oldum. Bunlar birbirine yakın ihtimallerdi ama çevremde uzak ihtimallerine ulaşanları da gördüm. Ürün yöneticisi bir arkadaşım şu an işine aşık bir yoga eğitmeni, rahip olarak tanıştığım birinin öncesinde profesyonel hayatta bir kariyeri olduğunu öğrendim, beğenerek takip ettiğim bir oyuncu meğer epey süre sigorta satmış... Bu kişiler ihtimalleri ile temas etmeselerdi ve belirli kurgularını terk etmeselerdi aynı kurguda hayatlarına devam edeceklerdi. Bu kişilere sadece şanslıymışlar diyemeyiz, bu kişilerin en önemli ortak özelliği kendilerine sorular sormaktan vazgeçmemeleri, kişisel anlamlarına yakınlaşmaları ve de sorumluluk alarak cesaret gösterebilmeleri. **Bu örnekteki amacım sizin işinizi değiştirmeye yüreklendirmek değil, hayatta bambaşka ihtimallere sahip olduğunuza kendinizi açmanızı sağlamak. Hayat kendi kurgularımızdan çok daha fazlasını barındırır.**

Sartre, kendi kurgularımızdan ibaret olan çerçevelerimize sıkı sıkıya sarılarak başka ihtimalimiz olmadığına inandığımız her durumda kendimizi kandırdığımızı söyler. İnsanın ihtimallerini yani özgürlüğünü reddetmesini **“kendini aldatma” (bad faith – kötü inanç)** olarak adlandırır. “Bu tür kandırmacaların gündelik hayat dokusuna ne kadar derinden işlediğini göstermek için Sartre bir garsonu ele alır. Bu hünerli, mağrur Parisli garson, masaların arasında mekik dokurken bir yandan da taşıdığı tepsinin sürekli bozulan dengesini tepsiyi kolunun ve elinin hafif bir hareketiyle yeniden oynatıp durarak yeniden sağlar. Garson tasarlanmış bir mekanizmaymışçasına garson olmayı oynuyordur.”¹²

Hepimizin hayatı daha rahat bir yerden oynadığı rollerimiz vardır. Tıpkı garson örneğindeki gibi bu rollere öyle yapışırız ki **“ben” hissinden çok “o rolün” hissinde davranırız.** Özellikle kurumsal hayatta önemli yerlere gelmiş kişilerin kurum dışında rollerine kapıldıklarını görürüm. Bazı üst düzey yöneticiler restoranda yemek yerken bulundukları yerde herkesin üstündeymiş (organizasyon şemasındaki rollerine alışık olarak) gibi bir hava yaratırlar ve garsonlara onların yöneticisiymiş gibi muamele ederler. Sanki üst bir pozisyonda çalıştıklarını – belki de önemli biri olduklarını- herkes bilmelidir. Halbuki oradaki rolleri sadece müşteri olmaktır. **Alıştığımız roller üzerinden hayatı yaşamak, kendimizle temasımızı azaltır, basmakalıp davranışlar sergileyerek farklı yönlerimizin ortaya çıkmasına engel olur.** Ben hissi ile bağımız kopar. Hem kendimize hem de başkalarına nesne gibi

davranırız. Yaşadıklarımızın kendimizle bağıni göremez, deneyimlerimizin bizdeki yankılarını duyamaz hale geliriz. Örneğin yöneticiniz sizden özel işlerini de yapmasını istediğinde “Zaten her şeyini yapıyorum bunu da yaparım ne olacak.” diyorsanız kendinizi onun özel işlerini yapmayı reddetme özgürlüğünden alıkoyuyorsunuz demektir. Ya da bir iş arkadaşınız size hiç kabahatiniz yokken çıkıştı, “Ya bırak onun huyu suyu öyle herkese yapıyor.” diyerek kendiliğimizi yok saymış olursunuz.

Hayatımızın özellikle iş alanında -meli – malı’lar ile kendimizi unutmamız ve hiyerarşik ilişkilerde kendimizi kaybetmemiz oldukça olasıdır. Heidegger’in belirttiği gibi “İnsan (o Dasein olarak belirtir) zaten ilişkisel bir var olma biçimi sergilediğinden kendisini kolaylıkla ilişkisellik içerisine bırakır ve orada kaybolup gider. Her günkü yaşantısı içinde herkes gibi işe gider, hayal kurar, dedikodu yapar, merak eder, kitap okur vs.”¹³

Sartre’ın “kendini aldatma” kavramı Heidegger’in “otantik olmayan şekilde yaşama” kavramına denk gelir. **Heidegger, başkalarının (milletinin, sürünün) peşine takılmaya karşın otantik olma yani özgürlüğümüz, sorumluluğumuz üzerine seçimler yapma olasılığımızı bize hatırlatır. Otantik olmak sadece seçtiklerimizin sorumluluğunu almak değil seçemediğimiz şeylere de sahip çıkmak anlamına gelir.** Otantik olabildiğimiz zamanlarda kendi öznel gerçekliğimize temas ederiz. Yaşadığımız deneyime özen gösterir, üzerine düşünür, onları ciddiye alırız. Eylemlerimizi seçme özgürlüğünü ve sorumluluğunu hissetmemiz ancak deneyimlerimizi ciddiye alırsak mümkündür. Genelde yaşadığımız deneyimlerin üzerine düşünmek ve kendi içsel çıkarımlarımızı yapmak yerine bir an önce sistemimizden çıkarılacak bir şey gibi etrafımızdaki kişilere anlatırız. Yöneticimizin ruhsal sorunları olduğundan zaten kendisini kimsenin sevmediğinden, eşimizin anlayışsız olduğundan, anne baba olmanın ne kadar zor olduğundan bahsederiz. Dışarıya yönelttiğimiz dikkat ne kadar fazlaysa kendimizden de o kadar uzaklaşırız. Kendimizden uzaklaştıkça Heidegger’in deyiimi ile *laga luga* yapmaya, top çevirmeye, kendiliğimize temas etmeyen bahaneler bulmaya başlarız. İşin acı tarafı en yakınlarımızla yaptığımız sohbetler bile karşılıklı suya sabuna dokunmadığımız *laga luga*laşmalara döner.

Tam bu satırları yazarken tesadüf bu ya oturduğum kafeye bir grup girdi ve kahvelerini beklerken konuştuklarına kulak misafiri oldum. Hikâyenin başını kaçırmıştım ama belli ki gruptan bir kişi işiyle ilgili sıkıntılı bir durum yaşıyordu, canı sıkıktı. Gruptan biri bu kişiye “*Ya senin görev tanımında olmayan şey sana nasıl veriliyor? Bu bir yönetemeyiş şekli işte, bunun yukarıdan gelmesi gerek. Benim eski iş yerimde bunlar vardı. Bu işler böyle olmaz. Kesinlikle yönetim becerisi bu.*” dedi. İşte tam bir *laga luga*laşma başlıyor diye içimden geçti.

Sorunların dışarıda arandığı, sorunu yaşayan kişinin ne hissettiğinin ne yaşadığının konuşulmadığı bir arkadaş sohbeti daha...

Sonra düşündüm kişinin bu sözleri sarf etmedeki niyeti neydi? Belki de sadece senin suçun yok demeye, rahatlatmaya çalışmak için bunları söylemişti. Ama kişinin kişisel deneyimine, duygusuna hiç temas etmiyordu. O şirkette nelerin olmadığını epey konuştular ama kişinin derdi neydi, gerçekten onu zorlayan şey neydi buraya hiç gelinmedi. Meseleyi dışa attığımız, saatlerce kurumları eleştirdiğimiz, kişileri suçladığımız sohbetler hayatımızda önemli bir yer kaplıyor. Rakı sofrasında memleketi kurtarmak gibi kendimize değmeden o sofradan kalkıyoruz. Sanırım olanlarda bir suçumuz olmadığına dair birbirimizi sürekli teselli etmeye çalışıyoruz. Masum bir niyet gibi dursa da mütemadiyen burada kaldığımızda karşımızdaki kişinin bilinçli seçimler yapmasına, kendine dair aksiyonlar almasına hiç ama hiç yardımcı olmuyoruz tersine kişiyi kendi davranışını sahiplenmekten alıkoyuyoruz. Peki böyle bir sohbeti geriye alsak nasıl daha otantik bir hal katabiliriz? Mesela bu durum karşısında sen ne (nasıl) hissediyorsun diye sorabiliriz. Bu konuda nelerin olmasını istediğini ve buna dair neler yapabileceğini, etki alanında olmayan kısımları kimlerle konuşarak çözümleyebileceğini konuşabiliriz. Belki de çözümlememize de gerek yoktur, kişi bu durumun onu ne kadar yıprattığına sahip çıkar. Senin yöneticiler bu işi yapamamış dediğimizde ise sadece laga luga yapmış oluruz.

Dil zihni, zihin de dili şekillendirir. Giriş bölümünde bahsettiğim gibi kullandığımız sözcükler “ben hissinde” olmadığımız durumları ele verir. Beni çok kızdırdı dediğinizde aslında kızan, öfkelenen sizsiniz. Duygunuza sahip çıkabilirsiniz. Hep bu dominant yöneticiler beni buluyor dediğinizde bu kişilerle çalışırken siz nasıl biri oluyorsunuz? Onları dominant bulduğunuz durumlarda siz nasıl bir kişiye bürünüyorsunuz? Dışarıya atmak yerine içinizde sahip çıksanız siz kendinizi nasıl hissediyorsunuz? “Nasıl olur da bana böyle davranır, kim olduğunu sanıyor!” dediğinizde kendi duygunuzun üstünü örtmüş oluyorsunuz. Onun yerine “Çok ağrıma gidiyor, sindiremiyorum.” diyebilirsiniz. “Ben” cümlelerine döndüğünüzde kendi içinize de daha rahat döndüğünüzü, sahip çıktığınızda yaşadığınız zorlukların hafiflediğini göreceksiniz. **Otantiklik en temelinde kendine sahip çıkmaktır.**

Kendine iyisiyle kötüsüyle sahip çıkan kişi “kendi olma” cesaretine sahip olur. Bu cesaret kendi hikayelerini yazmalarına yardımcı olur. Heidegger’in otantiklik kavramının kelime kökeni “yazar” (author) kelimesinden gelir. Kişi hikayesini yazar ve hikayesine sahip çıkar. Tesadüf değildir ki Sartre da sorumluluk kavramını “bir olay ya da bir şeyin tartışmasız yazarı” olarak ifade eder.¹⁴

Hayatta kendi hikayemizin ve yönümüzün ne kadar bilincinde olursak o kadar kendimizle mutabakat içinde yaşarız. Kierkegaard'ın bize söylediği gibi “*Daha çok bilinç daha çok kendilik.*” demektir. Gün be gün eylemlerimizi seçmek, istediğimiz bir hayatı yaşamaya yakın kılar bizi.

Düşünce Soruları

- Özgür değilim çünkü... cümlesini tamamlayıp nedenlerinize bakın.
- Kendinizi edilgen gördüğünüz anlar ne zaman?
- Hangi kararlar sizin yerinize verilsin istiyorsunuz?
- İstekleriniz karşısında kullanmayı alışkanlık haline getirdiğiniz bahanelerinizi veya gerekçelerinizi neler?
- Kişisel kontrolünüzün dışında bulduğunuz şeyler neler? Gerçekten öyle mi?
- Değiştirmeyi çok istediğiniz halde değişemeyeceğine inandığınız şeyler neler?
- Kendinizle ilgili asla olamayacağına inandığınız ama sürekli aklınızda olan neler var?
- Hayalini kurduğunuz en yakın ihtimalleriniz neler?
- Ulaşmak mümkün olsa hayalini kurduğunuz uzak ihtimalleriniz neler olurdu?
- Ben ile başlayan, kendinizi tanımlayacağınız 9 cümle kurun. Yazdıklarınız dışında siz kimsiniz?
- Hayatınızda en çok hangi rolünüzün etkisinde davranıyorsunuz?
- İş hayatınız için varsayımlarınız, -meli -malı cümleleriniz neler?
- Seçemediklerinize ne derece sahip çıkıyorsunuz?

4. İlişkiler ve İletişim

Bu bölüme kadar bireyi odak alanına koymuş olsam da “Her zaman bir birliktelik dünyası (ile dünyası, Almancası *Mitwelt*) içerisine diğer insanlarla birlikte fırlatılırız ve üstlendiğimiz eylemlerin çoğu başkalarıyla etkileşime girmemize neden olur.”¹⁵ Biz ilişkileri şekillendirirken ilişkiler de bizi şekillendirir.

Hayatımız boyunca seçtiğimiz ve seçmediğimiz pek çok ilişki içinde bulunuruz ve bu ilişkilerde farklı şekilde, farklı yönlerimizle varlık gösteririz. Bazı ilişkiler kendimizi ortaya koyamadığımız, iletişimin bir türlü akmadığı ilişkilerdir. Özel hayatımızda bu tarz bir ilişkiye devam etmeme şansına sahipken iş hayatımızda bu ilişkileri bir şekilde sürdürmek zorundayız.

Pek çok meslekte kiminle iş yaptığınızı seçme şansınız yoktur. Taksiciyseniz taksinize bineni seçemezsiniz, doktorsanız herkes hastanız olabilir, satışıysanız kapıdan giren herkes müşterinizdir. Öte yandan bu mesleklerde görevin net bir tanımı vardır, karşıdakiyle etkileşim frekansı ve aradaki güç ilişkisi (hasta-doktor; hizmet alan-veren) aşağı yukarı öngörülebilir. Kurumsal hayatın dinamikleri ilişkilerin kompleksliği açısından eşsizdir.

Birincisi ve en temeli, yapacağınız iş kiminle çalıştığınıza göre epey değişkenlik gösterir. A kişisiyle çalışırken sizden beklenti başka, o gidip yerine B kişisi geldiğinde beklentiler bambaşka bir hal alabilir çünkü iş tanımı sadece kabaca belirlidir. Çekilen yere esnemeye yatkındır. Bu yüzden pek çok mesleğin aksine, kurumsal hayatta iş tanımına bakarak bir gününüzün tam olarak nasıl geçeceğini hayal edemezsiniz. İkincisi, çalışma saatleri kâğıt üzerinde belirtilse de pratikte bunu kestirmeniz mümkün değildir. Kucağınızda sadece bir bilgisayarın olması (bazen sadece telefonunuzun olması) çalışmanız için yeterlidir! Mesai saatlerindeki anlayış birlikte çalıştığınız kişilerin iş yapışına bağlıdır. Acilin tanımı bile iki dudak arasındadır, yönetici acil dediyse o iş acil kabul edilir. Üçüncüsü gün boyunca planlı ve plansız çok fazla kişiyle iş yapmak durumunda kalırsınız. O gün halletmeyi planladığınız işlerinize dokunamadan bir bakmışsınız bir gün bitmiş. Her an plansız şekilde birileri gününüze dahil olur, sürekli bölünme yaşarsınız. Bölünmemeyi bekleyemezsiniz. İletişiminizin hiç akmadığı, kimyanızın uymadığı kişilerle onların istediği şekilde çalışmak durumunda kalabilirsiniz. Son olarak ilişkilerin sınırları belirgin değildir, kimin diğeri üzerinde yaptırımı olduğunu zamanla anlarsanız. İlişkiler hiyerarşik olarak organizasyon şeması ile tanımlanmış olsa da özellikle aynı seviyelerde olan kişiler için net bir ilişki çerçevesi yoktur. İşin doğasından gelen güç unsurlarından ziyade kişisel güç unsurları öne çıkar. Bu yüzden de iyi ilişkilerin kurulduğu bir iklim yaşatmak için her şirketin davranış kodları, değerleri vardır. Yine de kişilerin kendi iletişim profillerine göre işleri ve ilişkileri yürütmesi engellenemez. Sizinle aynı seviyede olan ekip arkadaşınız bilmem kaç yıldır o kurumda olduğu için size üstünlük taslayabilir, sanki ona rapor ediyormuşsunuz gibi tavır sergileyebilir. Deneyimlerden söylemem gerekirse siz sınırlarınızı çizmediğiniz sürece bunun önünde engel yoktur.

Kurumsal hayatın çalışma dinamikleri **insanlar tarafından baskılanmaya da insanları baskılamaya da çok açık bir ortamdır.** “Yerine getirilmesi gereken ilk görev, başkaları tarafından baskı altına alınmamak ya da ezilmemek, onları kendi konumlarını korumaya sevk etmek ve diğer insanlarla aramızda doğru yeri bulmaktır. İkinci görev ise, çok fazla yer işgal etmemek ve başkalarının ihtiyaçlarına saygı duymayı öğrenmektir. Bu, başkalarını baskı altına almak ya da onlara boyun eğmekle alakalı değildir; burada yapılması gereken, empati kurabilen, anlayışlı ve merhametli bireyler olabilmeyi öğrenmektir.”¹⁶

Sartre’a göre hayatımızın 2/3’ünde öteki bizi domine etmeye çalışır. Karşımızdaki ile işbirlikçi bir ilişkide olmadığımız zamanlarda rekabetçi bir ilişkideyizdir. Rekabetçi ilişki sisteminde ezen, ezilen ve geri çekilen rolleri bulunur. Kurumsal hayat örneklerine baktığımızda gücü elinde bulunduran kişinin (pozisyon, kıdem, yaş, kişisel iletişim tarzının dominant olması gibi çeşitli nedenlerle) karşı tarafı domine etmeye çalıştığını görürüz. Ezen rolündeki kişi, ezilen hakkında kendine göre kararlar verir, **onun bir özne olarak ihtiyaçları ve hakları olduğunu görmez.**

Bunun en sert (kabul edilemez de demek istiyorum) örneğini bir arkadaşımın yöneticisinin arkadaşımın özel hayatına dair verdiği bir karara müdahale etmeye çalışmasında yaşamıştım. Yönetici, arkadaşımın yurt dışına taşınmasını engellemeye çalışıyordu çünkü onun mevcut rolünde devam etmesinin daha uygun olacağını, o giderse zorlanacağını söylüyordu. Arkadaşım, yöneticinin kafasında idealize ettiği iş sonuçlarına ulaşması için sadece bir araçtı. Onun ne hissettiğinin, ne düşündüğünün bir önemi yoktu. Bu yönetici bir insanın özel hayatını işgal etme hakkını kendinde görmüştü!

Ezen rolünün en tipik özelliği budur: karşı tarafın hak, ihtiyaç ve sınırlarını görmemek hatta bunları zapturapt altına almak. Bu hal kişileri bir nevi kendi uzantımız (bize tabi varlıklar) olarak görmek şeklinde tanımlanır. Heidegger bunun için **“insanları kullanıma hazır görme”** (Almanca zuhanden) ifadesini kullanır. Kulağa acımasız gelse de ne kadar tanıdık değil mi? Çalışanların kendini robot gibi hissetmeleri altında yatan önemli bir gerçeklik bu: kişinin kullanıma hazır bir araç muamelesi görmesi. Duyguları, düşünceleri, ruhu olan bir varoluş olarak değil de işin yapılmasından sorumlu bir kutu, bir pozisyon. Bu o kadar olağan bir tuzak ki bazen birlikte çalıştığımız kişilerin bizi kullanıma hazır görmesini kendimiz bile destekliyoruz. Mesela iş için hep hazır ve nazır olmak için hasta olmaya bile izin vermiyoruz kendimize. Pandemi sürecinde de gördük, daha fazla çalışıyor olmamıza rağmen “Her zaman hazırda olmam beklenir.” psikolojisinden çıkamadığımız için 7/24 ekranlarımızdan kopamıyoruz. Belli ki hemen yanıt verme gerekliliğimiz sadece işlerin öneminden veya aciliyetinden değil hazır bulunma gereksiniminden de kaynaklanıyor.

Kişinin kullanıma hazır olması kurumsal hayatın en büyük derdi. Kişiyi işe alırken bile en önemli karar noktası, adayın her daim kullanıma hazır olması. Şimdi bu kapsamda mülakatlardaki soruları tekrar düşünün, özellikle de kadınlara sorulan sorular: Evli misin? Çocuk var mı? Kaç yaşında? Eğer yoksa yakın zamanda çocuk düşünüyor musun? Ah boşandınız mı, ne kadar oldu? Şayet bu sorular insanın sadece merakından, sempatisinden, karşıdakini tanımaya çalışmasından kaynaklanmıyorsa şu anlama geliyor: “Her an kullanıma hazır birini arıyoruz ve bu sorularla her an kullanıma hazır olup olmadığını soruyoruz.” Bu

soruların açık ifadeleri: sen şimdi hamilesin sürekli rahatsızlanacaksın ya da çocuk ha bire hasta olacak izin alacaksın veya boşanmışsın atlatman zaman alır; duyguların işi yapmana mâni falan olur...

Düşünülenin aksine her daim kullanıma hazır çalışan değil duyguları, düşünceleri, içinden geçtiği deneyimleri önemsenen çalışanlar işlerine daha sıkı sıkıya sarılır. İnsanların birer varoluş olduğunu unutup onları kullanıma hazır görenler birlikte çalıştığı kişilere asla güçlü hissettiremezler, sadece onların üzerlerinde güç uygulamış olurlar.

Başkaları üzerindeki gücünü meşru kılan kişiler, ilişkilerde otorite kurar ve kendi görüşlerini empoze eder. Kendi iş yapışından, görüşlerinden, doğrularından öylesine emindir ki karşı tarafla ilişkileneemediğini fark edemez bile. “Her ilişki bir karşılaşmadır ve karşılıklılık barındırır.” görüşüne sahip Buber BENSEN kitabında kaprisli ve despot kişilerden şu şekilde bahseder: **“Kaprisli insan, inanmaz ve karşılaşmaz. Birlikteliği bilmez, o sadece dışarıdaki heyecan veren dünyayı ve onu kullanmak üzere kendi ateşli arzusunu bilir. Bir şeyi ‘oldurmak’ için daimi surette müdahalede bulunur.”**¹⁷

Kurumsal hayatta insanları kontrol etmeyi takıntı haline getiren despot, müdahaleci kişilerin ne yazık ki bol olduğunu düşünenlerdenim. Üstelik bu hal liderlik ve yöneticilik kapsamında bizim ülkemizde oldukça makbul bulunuyor. Çoğu koçluk seansında kişilerin “Bende lider kumaşı pek yok.” derken agresif, otoriter, kontrolcü biri değilim demek istediklerini sonradan anlıyorum. Liderlik, çoğu kişinin kafasında bu özelliklerle eşleşmiş durumda. Öte yandan şirketlerde iş birliğini, inovasyonu, çevik çalışma kültürünü, hizmetkar liderliği nasıl ortaya çıkarabileceğimizi konuşuyoruz. Sorun şu ki temelinde “insan potansiyelinin açığa çıkarılması” olan bu hedeflerin sürekli kontrol ve müdahale eden baskıcı zihin yapıları ile gerçekleştirilmesi mümkün değil. İnsanın potansiyelini açığa çıkarmak ancak **insanın oluşuna (kendi halindeliğine)** izin vermek, ona olduğu kişi olarak kabul edildiğini hissettirmekle olur. Bunun için günümüzde yaygın olarak kullanılan terim psikolojik güvenliktir. Psikolojik güvenlik varsa insan kendini yaratıcı, bütün ve yeterli iç kaynaklara sahip hissedebilir.

“Burası da bir iş yeri, işi ve insanı yönetirken kişilerin kendi halindeliğine nasıl izin vereceğiz ki? Bu çok saçma, yapılabilir bir şey değil.” gibi otomatik bir düşünce içinizden geçiyorsa burada bakmanızda fayda olan şeyler olabilir. Genelde insanın yönetilmesi gerektiğine dair kuvvetli bir dürtü hissediyorsanız, “Bazı insanlar doğasında çalışkan, üretken değildir mutlaka havuç sopa yöntemi ile kontrol edilmeleri gerekir.” ifadesine katılıyorsanız ilişkilerde kontrol eden, ezen tarafta olabilirsiniz. İnsanın kendi halindeliğine izin vermek deyince sizin zihninizde herkesin istediğini yaptığı, düzenin olmadığı bir kaos görüntüsü olarak

canlanabilir. Bu görüntü sizin mevcut bakış açınız ve tutumunuzla ilgili bir şeyler söyler. Burada benim kastettiğim kendi halindeliğine izin vermek ise karşıdakinin kişisel düşüncelerine, duygularına, inançlarına, tercihlerine müdahale etmemek, bunlardan ötürü o kişiyi eleştirmemek, makbul olan sanki kendi düşüncemiz, inancımız, tercihimizmiş gibi bunları ona dayatmamak, karşıdakini kendimize benzetmeye çalışmamak...

Sartre rekabetçi ilişkilerin karşısına işbirlikçi ilişkileri koyar. İşbirlikçi ilişkilerde **karşımızdakini bir özne olarak** görürüz. Bu kişinin de bizim gibi kendi ihtiyaçları, arzuları, düşünceleri, duyguları olan bir varoluş olduğunu kendimize hatırlatırız. İşbirlikçi ilişkilerde kişiler **ortak amaçta** buluşarak **birbirilerini değiştirmeye çalışmadan** iş birliği yaparlar. Rekabetçi tutumda, “Ben haklıyım, ben doğruyum senin değişmen gerekir.” anlayışı varken; işbirlikçi tutumda ortak amaçta buluşma anlayışı vardır. Aslında ortak amaçta buluştuğumuzda birbirimizi değiştirme ihtiyacı duymayız bile. Bunun için de öncelikli olan karşımızdaki kişi ile **diyalog** kurabilmektir. **“Birlikte olmak” olgusu, diyalog esnasında gelişir.**¹⁸ İki kişi arasında diyalog kurulduğunda gerçek bir iletişim gerçekleşir ve ortaya her iki kişinin ötesinde bir düşünce, iç görü veya yaratıcılık ortaya çıkar. Diğer bir deyişle kimse birbirini değiştirmeye çalışmaz ama her iki taraf da ortaya çıkandan ötürü bir parça değişmiş, gelişmiş olur. Aslında kendimizi karşı tarafa dayattığımız her an kendi değişim ve gelişim ihtimalimizden de çalmış oluyoruz.

İlişkilerde işbirlikçi tutuma yakınlaşmak için temelde iletişim özgürlüğü zihniyetine sahip olmamız gereklidir. Bu zihniyete geçmediğimiz sürece iş birliği üzerine aldığımız eğitimler, öğrendiğimiz iş birliği modelleri, daha iyi takım olunması için yaptırılan takım aktiviteleri boşa gider. İş hayatına özgür iletişim zihniyetini, diyalogu ve gerçek ilişkilenemeyi daha çok kazandırmak için **açıklık** ve **karşılıklılık** kavramlarına varoluşçu açıdan bakalım:

Açıklık: Açıklık olmadan gerçek bir iletişim mümkün değildir. Yukarıda bir parça bahsettiğim gerçek iletişimin altını tekrar çizmek isterim. Gerçek bir iletişim her iki kişiyi de etkiler. Kişilerin birbirini değiştirmeye çalışmalarından ziyade birlikteliğin kişileri değiştiren bir etkisi vardır. Bu ancak **açık duruş** ile gerçekleşir. Kendimizle ilgili farklı görüşlere ve iletişime çok açık olduğumuzu düşünsek de aslında açık duruş sergilemek bilinçli bir çaba gerektirir çünkü insan olarak herhangi bir anın içerisinde **doğal duruş** sergileriz. Doğal duruş, varsayımlarımız üzerine düşünmediğimiz, onları sorgulamadığımız bir duruştur ve hayatın normal hızında akması için gereklidir. Her zaman açık bir duruş sergilemek mümkün olmamakla beraber işlevsel de değildir. Günlük hayatımızı ilerletmek için doğal duruşumuzdaki varsayımlarımıza ihtiyaç duyarız. Mesela ekiple yaptığımız bir Zoom

toplantısında herkesin sizi dinliyor ve anlıyor olduğunu varsayarsınız. Herkesin ne anladığını tek tek sormazsanız, bu hayatın akışını kolaylaştıran bir varsayımdır.

Öte yandan bir iş arkadaşınıza gönderdiğiniz e-postanın onda rahatsızlık yaratabileceğini fark etmeyişimiz de bir doğal duruştur. Bu kişi gelip bu üsluptan rahatsız olduğunu iletğinde açık bir duruş ile ondaki etkisini anlamak yerine sen yanlış anlamışsın diye geçiştirmek kendi varsayımımızda, doğal duruşumuzda kalmakta ısrar etmek anlamına gelir. Empati kurmak bu nedenle kolay değildir, kişinin kendisinden öteye geçmesi ve karşısındaki kişinin deneyimine katılmaya çalışması gerekir. İlginçtir ki karşımızdakinin kendiliğindenliğine izin vermezken, söz konusu kendimiz olunca hep kendimizde kalmaya meyil ederiz. Kierkegaard bu derdi de devasını da açık şekilde ifade eder: **İnsan kendine öznel, ötekine nesneldir. Aslında tam tersi olmalıdır; kendine nesnel, ötekine öznel.**

Yukarıdaki e-posta örneğindeki gibi ben rahatsız edici bir şey söylemedim dediğimizde öznel düşüncemizi karşı tarafa dayatmış, onun hissetmesi gerekeni nesnel kılmış oluruz. (Böyle hissetmemen gerekirdi, benim yaptığının böyle bir etkisi olamaz demek) Yöneticilerden bazen şöyle duyarım, “Ben ne dedim ki şimdi bunda kırılacak bozulacak ne var allah aşkına? O da çok hassas canım.” Gördüğünüz gibi bu ifadenin açık seçik hali kişinin öznelliğine alan tanımıyorum, buna kırıldıysa hassastır demek oluyor. Nihayetinde onun ne hissedip ne hissetmeyeceğini nesnelleştirmiş oluyorum.

Peki kendimize nesnel, ötekine öznel olabilmeyi nasıl başarabiliriz? Kendimize nesnel olmaya çalışmanın yolu **kendimiz üzerine düşünmektir**. Hayat bizi doğalında perspektif sahibi yapar. Deneyimlerimiz, düşüncelerimiz, duygularımız, inançlarımız, değerlerimiz ile öznel gerçekliğimiz oluşur ve hayatı bu açıdan ele alırız. Dolayısıyla kavrayışımızın her zaman gerçekliğin sadece bir bölümünü oluşturduğunu kendimize hatırlatmaya ihtiyacımız var. Herkes haklıdır ama kısmen diyebildiğimizde mevcut düşüncemizin sadece bir bakış açısı olduğunu kabul edebiliriz.

Deneyimlediğimiz gerçekliğin öznel olduğunu kabul etmek ve kendi düşüncelerimize daha objektif bakmaya çalışmak açık duruş için uygun zemini hazırlar. Bu zeminin üzerine kendimiz üzerine çalışarak –değer yargılarımız, varsayımlarımız, inançlarımız, otomatik düşünce ve davranışlarımızın neler olduğunu anlamaya çalışarak- açıklıkta yol alabiliriz.

Açıklık için diğer adım paranteze almaktır. **Karşı tarafı kendi anlayış filtrenizden geçirerek anlayamazsınız**. Kendi filtrelerinizi bir anlığına olsun bırakmanız, onun filtrelerini görmeye çalışmanız gerekir. Varoluşçu filozof Edmund Husserl’in fenomenolojik yaklaşımında bu **epoche** (her zamanki düşünce şeklimi askıya almak) ile tarif edilir. Dünyayı kendi kurduğumuz bağlantılar ile anlamlandırır sonra bu anlamlarla diğer anlamlandırmaları ve

çıkarımsamaları yapar, buna da gerçek deriz. Paranteze almak ise kendi perspektifimizi fark ederek yorumumuzu bir kenara koymamıza yarar. Bu sayede artık kendi yol ve yöntemlerimize mutlak ve tek doğru olarak bakmayız. Farklı perspektiflerin bütünü tanımlamaya ne kadar hizmet ettiğini görmeye başlarız.

Karşılıklılık: Gerçek ilişkilerin ve diyalogların önündeki bir engel de ilişkide karşılıklılığın yitirilmesidir. Karşılıklılık ilişkide her iki tarafın da **etkin** bir şekilde kalabilmesidir. Bir tarafın duygu düşünce ve ihtiyaçlarının diğerinden önemli sayıldığı durumlarda bir taraf pasifleşmeye, özneliğini kaybedip ilişkinin nesnesi haline gelmeye başlar.

Karşılıklılığı korumanın yolu ilişki içinde güç sizde bile olsa karşı tarafın sizin üzerinizde etki yaratma potansiyelini görebilmek, buna izin vermektir. İş hayatında üst düzey yöneticiler kurdukları ilişkilerde genelde “şekil veren” rolünde yer alıp nadiren karşı tarafın da bu kapasiteye sahip olduğunu akıllarına getirirler. Karşılarındaki kişiyi gördükleri çerçeveye indirgeme tuzağına düşüverirler. Halbuki karşıımızdaki kişi tarihçesiyle, iç dünyasıyla, arzularıyla en önemlisi de **potansiyelleriyle** bizim gördüğümüzün çok ötesinde bir “**varoluş**”tur.

Kişileri belli özellikleriyle sınırlamak demek ilişkiyi de sınırlamak anlamına gelir. İş hayatındaki pozisyonlar, seviyeler, kademeler bunun için bariz bir tuzaktır. Bir stajyerle mi öğle yemeğine çıkmak istersiniz, bir genel müdürle mi? Sanki bir genel müdür size daha çok şey katacakmış gibi gelir öyle değil mi? Ama öyle olmayabilir.

Bu sınırlayıcı düşüncelerin bazıları da deneyimler üzerine kuruludur. Ona birkaç defa şans tanıdım, beceremiyor diye anlatıyor biri. O zaman soru: beceremiyorsa neden beceremiyor? Daha önce de pek çok defa gördüm; yönetici çalışanın kapasitesinin düşük olduğundan, ona iş veremediğinden bahsederken bu çalışanlar ayrılıp başka bir şirketlerde çok başarılı oldular. Benzer şekilde bizim şirkette hiç yenilikçi değildi, oraya gitti açıldı vallahi gibi ifadeler duydum. Ne oldu bu kişilere peki, sihirli bir değnek mi değdi? Hayır, **insanın potansiyelleri ilişkisellik içinde açığa çıkar. Neden hep kişinin değiştiğini düşünürüz ki? Sizinleyken potansiyelini açığa çıkaramamasında sizinle ilgili bir şey yok mudur?**

Burada yanıtı pekiştirdiğiniz (takdir ettiğimiz) ve söndürdüğünüz (bir şekilde cezalandırdığımız) davranışları fark etmekte bulabiliriz. İnsan takdir ve değer gördüğü özelliklerini daha çok ortaya çıkarır. **İletişimde karşılık bulmayan yönlerimiz var olamaz**, zamanla söner. Kurumlar kültüre yeni enerji, yeni bir kan getirecek kişileri işe alır, sonra onları kendilerine benzetmeye çalışır. Mesela çok geleneksel bir ortama yenilikçi, yaratıcı, popüler tabirle kutu dışında düşünen birini alırsınız sonra da “Bu da her şeyi soruyor.”, “Sürekli yeni bir fikri var, icat çıkarıyor.” diye eleştirirsiniz. Eleştirilen kişinin elindeki opsiyonlar nelerdir?

Ya eleştiriye rağmen kendini yaşatmak ya bu kurum bana göre değil diyerek ayrılmak ya da uyum sağlamak. Siz olsanız hangisini seçersiniz?

Ayrılmayı seçtiğimizde işimiz bir parça kolaylaşır çünkü iş değiştirdiğimizde değişen sadece şirket değildir; insanların bize olan yaklaşımları da değişir. Yaşanmışlıklar ve yargılar olmadan o ilişki sisteminde farklı yönlerimizi ortaya koyacak alanı daha rahat buluruz.

Ayrılamıyorsak ve uyum sağlıyorsak daha çok cesarete ihtiyacımız var belki...

Benim arzum daha çok kişinin **kendini yaşatmayı** seçmesi hatta bu benim yaşam projem, hayat amacım. Öte yandan bu oranın yüksek olmadığına farkındayım. Özgürlük, Sorumluluk, Otantiklik bölümünde değinildiği gibi kendimiz olabilmek cesaret istiyor. Bu cesareti göstermediğimizde kendimizi edilgen hala getirmeye başlıyoruz. Çok keyif aldığım bir eğitim grubunda şöyle bir soru geldi: “Burada konuştuğumuz şeylere ben çok inanıyorum. Ama tepelere bakın kimse bu anlattıklarınızı uygulamıyor hatta tam tersini yaparak başarılı oluyorlar. Siz ne düşünüyorsunuz?”

Çok haklı bir yorumdu... Değerlerle liderlik eden hepimizin bildiği kaç kişi var? Bu zamana kadar karşılaştığınız kaç kişi sizin kim olduğunuzla, kim olmak istediğinizle ilgilendi? Bir elin parmağını geçirirsen şanslısınız. Fakat çözüm tam da problemin içinde yatıyor. Dışarıdaki dünyanın size sunmadıklarını düşünerek davranıyorsanız işte tam burada ezilen veya geri çekilen rollerine düşüyorsunuz. Sizin kendiniz olmanız için kimsenin değişmesine gerek yok. En uygun ortamın yaratılmasına gerek yok, zaten bu mümkün de değil. Dışarıda bunları bulamadığı için kendi dünyasından vazgeçenler çoğunlukta olduğu için belki de bugün bu kadar az örnek sayabiliyoruz.

Ne yapalım? Değerlerimizin ışığında sahip çıkılmış bir hayat yaşamak için kutbun diğer tarafına temas edelim. Bize adaletsiz, zorba, acımasız, tutarsız, bencil gelen kişilerden kaçındığımız sürece kendimiz olma cesaretini gösteremiyoruz. İdeal ortamı beklediğimizde kendimizi ilişkiden çekmeye başlıyor, o noktada karşılıklılığı ve de etki gücümüzü yitiriyoruz.

Düşünce Soruları

- İlişkilerinizde en çok sergilediğiniz yönleriniz neler?
- Kimleri en çok domine etmeye çalıştığınızı fark ediyorsunuz?
- Ezen, ezilen, geri çekilen rollerinde kendinizi en çok nerede buluyorsunuz?
- Karşı tarafa onu sadece araç gibi gördüğünüzü düşündüren iletişim şekliniz oluyor mu?
- Neleri oldurmak için başkalarına dayatmalar yapıyorsunuz?
- Gerçek bir iletişim kurmaya ne kadar açıksınız?

- Diyalog için özellikle hangi varsayımlarınızı paranteze alma ihtiyacınız var?
- Empati kurmakta zorlandığınız durumlar neler?
- İletişiminizde karşılıklılığı yitirdiğiniz zamanlar / kişiler üzerine düşünün. Karşılıklılığı öldüren sınırlayıcı düşünceleriniz neler?
- Sizce kimler/ ne tarz kişiler sizin yanınızda tam potansiyelini sergileyemiyor?
- İletişimde başkalarında onaylamadığınız, kapsamakta zorlandığınız yönler neler?
- Başkalarının yanınızda varlık göstermesini kolaylaştırıyor musunuz, zorlaştırıyor musunuz?

Kaynakça

Önsöz

1. Rollo May, “Kendini Arayan İnsan” (2018; ilk basım 2013), s.63

Kaygı ve Var Olma

2. Paul Tillich, “Olmak Cesareti” (2019; ilk basım 2014), s71
3. Irvin D. Yalom, “Varoluşçu Psikoterapi” (2018), s 601
4. Paul Tillich, “Olmak Cesareti” (2019; ilk basım 2014), s 89
5. Rollo May, “Varoluşun Keşfi” (2018; ilk basım 2012), s 144
6. Rollo May, “Kendini Arayan İnsan” (2018; ilk basım 2013), s42-43
7. Jean Paul Sartre, “Varlık ve Hiçlik” (2017, 8.baskı), s292
8. Paul Tillich, “Olmak Cesareti” (2019; ilk basım 2014), s 86-87

Anlam

9. Rollo May, “Kendini Arayan İnsan” (2018; ilk basım 2013), s101
10. Irvin D. Yalom, “Varoluşçu Psikoterapi” (2018), s 582-583

Özgürlük, Sorumluluk, Otantiklik

11. Irvin D. Yalom, “Varoluşçu Psikoterapi” (2018), s 354
12. Sarah Bakewell, “Varoluşçular Kahvesi” (2017), s 156
13. Prof. Dr. A. Kadir Çüçen / Editör, “Varoluş Filozofları”(2018), s 154
14. Irvin D. Yalom “Varoluşçu Psikoterapi” (2018), s 295

İlişkiler ve İletişim

15. Emmy Van Deurzen, Claire Arnold Baker, “İnsan Meselelerine Varoluşçu Bakışlar” (2017), s 143
16. Emmy Van Deurzen, Claire Arnold Baker, “İnsan Meselelerine Varoluşçu Bakışlar” (2017), s 145
17. Martin Buber, “BENSEN” (2017), s 128
18. Emmy Van Deurzen, Claire Arnold Baker, “İnsan Meselelerine Varoluşçu Bakışlar” (2017), s 16

Anlam Odaklı Stratejik Planlama
Sanat Eğitiminde Varoluşçu Yaklaşım
Mahir Namur

“İnsan kendisi için karar verir! Bu yüzden eğitimin amacı karar verme yeteneğini geliştirmek olmalıdır.” Viktor Frankl.

Sanat ve tasarım eğitiminde amaç, öğrencinin kendine ait otantik bir ifade dili oluşturmasıdır. Sanatçının kendini özgün bir şekilde ifade edebilmesi için, zihinsel ve fiziki yetilerini geliştirmesi yetmez, bunun yanında kendini daha iyi tanıması, yaşamı ve ilişkilerini anlamlandırması büyük önem taşır. Hiç de kolay olmayan ve aslında yaşam boyu devam edecek bu öğrenme sürecinin başında bulunan genç sanatçı, ayrıca sanatı meslek olarak seçmenin bedellerini ödemek, zor yaşam koşulları ile baş etmek zorundadır. Bu süreçte, fiziksel, mental ve duygusal sınırları sürekli zorlanır; eğitim, kariyer ve yaşam vizyonundaki belirsizliklerden dolayı kaygılar yaşar, kendini ikilemler içinde bulur.

Anlam Odaklı Stratejik Planlama (AOSP), sanat öğrencisinin kendi üzerine derinlemesine düşünmesi, zihnini netleştirmesi, yaşamını anlamlandırması, geleceğini planlayabilmesi ve karşılaştığı zorluklarla başa çıkabilmesi için gerekli içsel donanımı kazandırmak amacıyla, Varoluşçu Danışmanlık yaklaşımını stratejik planlama metodolojisine entegre ederek geliştirdiğim, sanat üniversitelerinde verdiğim, seminer ve koçluk programı formatında bir dersin başlığı.

Bu makalede, sanat eğitiminin amaçlarından ve sanat öğrencilerinin sıklıkla karşılaştıkları sorunlardan yola çıkarak, AOSP programının içeriğini ve bu ihtiyaçları nasıl karşıladığını anlatacağım. Amacım, **stratejik planlama** metodolojisini, Emmy van Deurzen’in Varoluşçu Terapi Ekolü’nün geliştirdiği **Varoluşçu Koçluk** (1) ile Viktor Frankl’ın Viyana Üçüncü Psikoterapi Ekolü olarak adlandırılan Logoterapi (Anlam Odaklı Terapi)’nin baz alınarak geliştirilmiş olan **Logopedagoji** (2) yaklaşımları ile entegre ettiğim, sanat eğitimi ve sanatçı koçluğunun yanısıra çok farklı başka alanlarda da kullanılabilecek **bir eğitim ve koçluk modeli ortaya koymaktır**.

Makalenin konusu olan Anlam Odaklı Stratejik Planlama her ne kadar özellikle sanatçılara ve sanat öğrencilerinin mesleki ve kişisel gelişimlerine yönelik olsa da, sunacağım içeriğin

genel olarak varoluşçu danışmanlık alanında çalışanlara bir katkıda bulunacağını umuyorum.

1. Sanat Eğitiminde ve Sanatçının Mesleki ve Kişisel Gelişim Sürecinde Gözlemlediğim İhtiyaçlar ve Sorunlar

Tasarım ve sanat eğitiminin özünde yaratıcılığı geliştirme ve kişinin özgün ifade dilini ortaya çıkarma hedefi zaten vardır. Ancak küresel ekonominin pragmatik anlayışı ve iş piyasasında rekabetin yüksek oluşu, çoğu eğitim kurumunu öğrenciyi en kısa süre içinde piyasanın taleplerine cevap verebilecek nitelikte mezun etme yönünde bir anlayışa zorlamaktadır, ya da öğrenci kendisinin piyasa koşullarınca yönlendirilmesine izin vermektedir. Her ne kadar sanat ve tasarım alanlarında farklı şekillerde tezahür etse de bu, sanatçı için de tasarımcı için de bir risk teşkil eder. Çoğunlukla tasarımcı, müşterinin taleplerine, sanatçı ise sanat piyasasının taleplerine kulak vermek zorunda hissetmektedir. Bu da sanatçı ve tasarımcının yaşamında çok temel bir ikilem yaşamasına yol açmaktadır. Bir sanatçının veya tasarımcının mesleki duruşu yaşamdaki genel duruşundan farklı olduğunda, samimi ve özgün (*otantik*) olmaktan uzaklaşır. Bu yüzden sanat ve tasarımcının hem yaşamındaki duruşunun hem de sanatsal duruşunun bilincinde olması ya da duruşunu tarif edebilmesi, yani kendine “Ben Kimim?” sorusunu sorması ve cevabını sürekli sorgulaması ve güncellemesi önemlidir.

Dijital teknolojinin gelişimine paralel olarak yaratıcı üretimin artması ve internet ortamında milyonlarca eserin ulaşılır olmasının sanatçı ve tasarımcıların kişisel ve mesleki gelişimi üzerindeki sayısız olumlu etkisinin yanında olumsuz etkileri de gözardı edilmemelidir. Örneğin, bazı öğrencilerimizin bu kolay üretim ve paylaşım ortamında kolaycılığa kaçabildiklerini, “Nasıl da her şeyin bir tüketicisi var.” inancıyla kendilerini geliştirmeye ya da kendi özgün ifade biçimlerini aramaya yönelik bir çaba içine girmediklerini; bazılarının da tam tersine bu kadar çok sanatçı ve tasarımcı içinde kendine nasıl yer açabileceğine dair umutsuzluğa düştüğünü gözlemlemekteyiz. Bu sorunun çözümü de öğrencinin kendini tanımlayabilmesinden geçmektedir. Özgün bir duruş ve kendini ifade dili geliştirmenin yanısıra bunları tanımlayabilmesi, başkalarına karşı savunabilmesi ve böylece kendine saygı duyması açısından, tasarımcı ve sanatçı için önemlidir.

Sanat öğrencisinin yenilikçi olması ve özgün eserler ortaya konması beklenir. Bu hem hocaların öğrenciden hem de sanat öğrencisinin kendisinden beklentisidir. Oysa öğrenci henüz kendini keşfetme, bilgi ve becerilerini geliştirme sürecinin başındadır ve birçok yeni beceriyi

eşzamanlı olarak geliştirme çabası içindedir. Bu beklentiler, çoğu öğrencide paniğe, aşırı kaygıya, özgüven kaybına ve bazen ümitsizlik ve motivasyon eksikliğine yol açmaktadır.

Sanat okullarının birçoğunun müfredatı yalnızca sanatçının sanatsal üretimlerini mümkün kılacak bilgi ve beceriyi geliştirmeyi amaçlar. Oysa sanat öğrencilerinin büyük kısmı mezun olduktan sonra birçok meslekte olduğu gibi kurumsal iş imkanlarına sahip değildir, dolayısıyla girişimci olmak, kendi işlerini kendileri kurmak ve yönetmek zorundadır. Çoğu öğrenci bir yandan yukarıda söz edilen sanat üretimine yönelik beklentileri yerine getirme çabası içindeyken, diğer yandan önündeki dağ gibi belirsizliğin yarattığı kaygıyı duymaktadır.

Çoğu zaman küçük yaşlarında esine ya da içgüdüye benzeyen bir motif ile sanata yönelen sanatçılar, daha sonraki yaşlarında sanatı meslek olarak seçtiklerinde, seçimlerinin sonuçları ile başa çıkmada zorlanabilmektedir. Mesleği olacak sanat, eğitiminde ve yaşamında artık canı istediği ya da ilham geldiği zaman yapacağı bir faaliyet olmaktan çıkar, sürekli olarak yapmak zorunda olduğu bir faaliyet haline gelir. Oysa sanat, fiziksel ve zihinsel olduğu kadar duygusal ve tinsel boyutu da olan bir faaliyettir. Hissettiği baskı, kimi öğrencinin yaratıcılığını olumsuz yönde etkiler, **motivasyonunu** düşürür. Kimisi, çalışmak için ilham gelmesini bekler, kimisi de ilham duygusunu ve yaratıcılığını yapay olarak dışarıdan aldığı alkol, uyuşturucu gibi maddelerle tetikleme yoluna gitmeyi seçer.

Sanatçı olmak, belli bir yaşam tarzı ile özdeşleştirildiğinden toplumun genelinde olumsuz bir itibara sahiptir. Çoğu sanat alanında sanat üreterek geçinmek, hele aile geçindirmek zor ve uzun süreli bir çaba gerektirir. Kendi açılarından haklı sayılabilecek birçok aile, bu kaygılarla çocuklarını istedikleri alana yönelmeye teşvik etmediği gibi, seçimlerinde kararlı olan çocuklarına onay vermemekte, hatta sorumsuz olmakla suçlamaktadır. Aile engeline rağmen rekabetçi üniversite giriş sınavlarını başarmış ve bu zorlu yaşamı seçmiş olan sanat öğrencisi, eğitimin ve daha sonra profesyonel yaşamın zorluklarıyla karşılaştıkça kararlılığı ve azmi kırılabilmekte, vazgeçmeyen kimilerinde ise seçiminden dolayı yaşadığı suçluluk duygusu uzun yıllar devam edebilmekte, özgüven eksikliğine dönüşebilmektedir.

Çoğu sanat öğrencisi, çocukluk yaşlarından itibaren yeteneklerinden dolayı doğal olarak çevrelerinden beğeni, övgü ve takdir toplarlar. Ancak sanatı meslek olarak seçtiklerinde kimisi için durum değişebilir. Sanat öğrencisi olduğunda diğer yetenekli kişiler arasında kendini rekabet ortamında bulur. Hocalar doğal olarak övgüden çok hatalara, eksikliklere ve öğrencinin gelişimi için gereken noktalara odaklanırlar. Alışkın olduğu övgü yoksunluğu zaman zaman öğrencinin motivasyonunu kırabilmekte, öğrencide özgüven kaybına yol açabilmektedir. Meslek hayatına atıldığında da kendini sanat piyasası içinde benzer durumda bulabilmektedir. Bunun yanında sanat eğitiminde başarıyı değerlendirme kriterleri de diğer eğitim alanlarıyla

karşılaştırıldığında oldukça belirsizdir. Değerlendirme süreçlerine doğal olarak sübjektif beğeni unsurları karışmaktadır. Kimi hocalar tutarlı değerlendirme kriterleri geliştirme veya geliştirdikleri kriterleri öğrencileriyle anlaşılır bir şekilde paylaşma gereğinin farkında olmayabilmektedir. Hocalarının kendilerinden beklentilerini tam olarak kavrayamayan ya da kriterleri kabul etmek istemeyen öğrenci, hedeflerini tanımlayamamaktan dolayı ne yapması gerektiğine dair ikilemler yaşayabilmektedir.

Tüm bu nedenlerden dolayı öğrencinin önce başarı ve başarı ile ilişkili kavramları tanımlaması, dış dünyanın kendisinden beklentilerini anlamaya çalışması, kendisinin dış dünyadan beklentilerinin gerçekliği üzerine düşünmesi ve beklentilerinin yerine gelmesi için kendi üzerine düşeni tanımlaması büyük önem taşır.

Güzel sanatlar eğitiminde, öğrenci diğer mesleki eğitimlerde olduğundan daha özgürdür, sınırları daha esnektir. Örneğin çalışma saatleri esnektir, hocalarıyla ilişkileri daha informeldir. Gününü daha çok atölyelerde hocalarıyla ve arkadaşlarıyla geçirir. Bu şartlarda çalışmak özel yaşamı ile mesleki yaşamı arasındaki sınırların bulanıklaşmasına yol açar ki bu durum akıl karışıklığına yol açar ve birçok ikilemi beraberinde getirir. Ayrıca bu durum öğrencinin kendi eğitim planını büyük ölçüde kendisinin yapmasını, düzenini kendisinin oluşturmasını, özdisiplinini sağlamasını, sınırlarını kendisinin belirlemesini gerektirir. Benzer durum eğitiminden sonra da devam eder.

2. AOSP'nın Yapısı

AOSP'yi iki bölümde inceleyebiliriz. Varoluşçu Koçluk'un ve Logoterapi'nin ilgili temel konuları seminerin ilk bölümünü oluşturur. Bu bölümde öğrencinin insan yaşamına ve insan varoluşuna dair bilgilenmesi, özgürlük-sorumluluk, hayatın anlamı, otantiklik gibi varoluşçu düşüncenin temel kavramları üzerine düşünmesi ve bu bilgi ve kavramları kendisi, ilişkileri ve yaşamı ile ilişkilendirmesi amaçlanır.

Bu kavramlar ışığında seminerin ikinci bölümünde **anlam odaklı stratejik planlama** metodolojisi ele alınır. Öğrenci, stratejik planlamayı bir şablon olarak kullanarak geçmiş yaşamını gözden geçirip, geleceğini kurgulamayı, onu gelecek vizyonuna ulaştıracak hedefleri belirlemeyi öğrenir. Bu süreçte, öğrencinin güçlü ve zayıf yönleri, sahip olduğu fırsatlar ve karşılaşılabileceği engeller üzerine düşünmesi, bugüne dek takındığı tutumları sorgulaması, değerlendirmesi ve gerekirse değiştirmesi yönünde kararlar alması amaçlanır. Bu yöntem,

amacı perspektifinden bakılırsa Elisabeth Lukas'ın Logoterapi için geliştirdiği “Bakış Açısı Modülasyonu”nun yöntemine benzerlik gösterir.

Dönem boyunca öğrencilerin her hafta makale yazması beklenir. Öğrencilerin kendilerine dair spesifik soruları ve sorgulamaları sınıfta grupça ele alınır. Karşılıklı paylaşımlarla konular netlik kazanır. İkinci bölümün sonunda, bireysel stratejik planların tamamlanması ardından her öğrenci ile tek tek stratejik planları üzerine konuşulur ve spesifik soruları irdelenir.

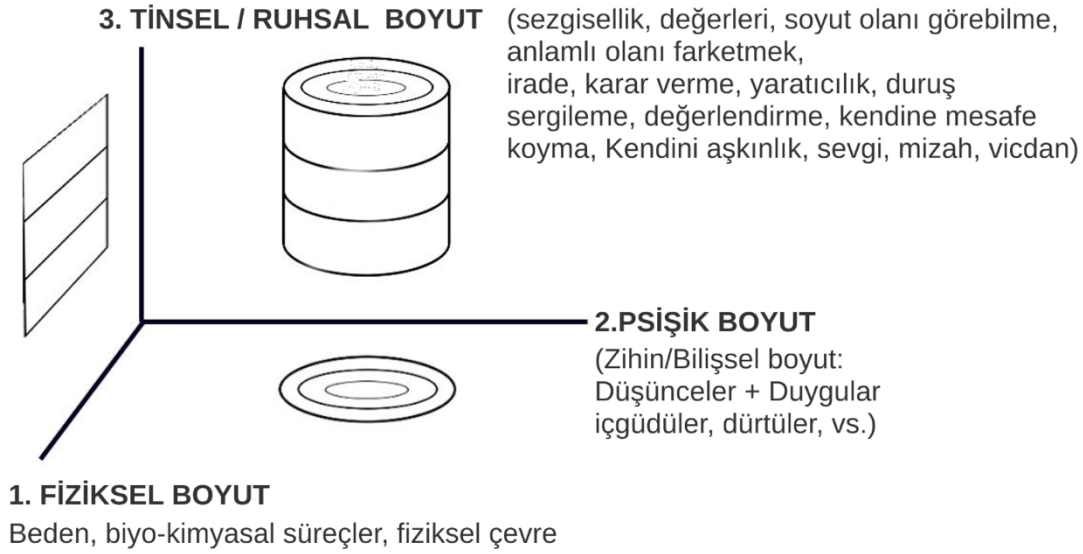
3. AOSP'nin İçeriği

Birinci Bölüm: Varoluşçu danışmanlığın temellendiği insan felsefesi

Bu bölümde, varoluşçu danışmanlığın temellendiği **insan felsefesinin** iki sorusu ele alınır. “İnsan nasıl bir varlıktır?” ve “İnsan yaşamı nasıl birşeydir?” sorularına yanıt aranır.

İnsan nasıl bir varlıktır?

Üçüncü Viyana Psikoterapi Ekolü olarak da adlandırılan Varoluşsal Analiz ve Logoterapi (Anlam Odaklı Terapi), insanı “tinsel bir varlık” olarak tanımlar. İnsan bedensel (soma), zihinsel (pişişe) ve tinsel (nous) boyutlardan oluşan bir bütündür. Bedensel boyut insanın bedeni ile bedeninde gerçekleşen tüm biyo kimyasal süreçlerdir. Psişik boyut ise insanın düşünce ve duygularını içerir. Bu üç boyutu tinsel boyut birleştirir. Tinsel boyut insanı insan yapan ve diğer canlılardan ayıran özellikleridir. Tinsel (ruhsal ya da spiritüel olarak da adlandırabileceğimiz boyut) insanın sezgiselliği, yaratıcılığını, seçme-karar verme, hedef koyma, vicdani muhakeme, irade, azim ya da cesaret gösterme, sevmeye, kendine mesafe alıp bakabilme, inanma, mizah ve kendini aşma ve anlam bulma yetilerini mümkün kılan boyutudur.



Freud, Adler ve Jung psikoanalitik kuramlarında bu boyutların, özellikle de psikolojik boyutun, anlaşılmasına önemli katkıda bulunmuşlardır. Ancak insanın ayırt edici özelliği olan ruhsal boyutu ihmal etmişlerdir (Patterson ve Watkins, 1996). Logoterapi ruhsal boyutu ele almaktadır. Ruhsal boyut, insanı diğer canlılardan ayıran özelliğidir. Frankl, üçüncü Viyana Psikoterapi Ekolü olarak da bilinen VALT diğer iki Viyana Psikoterapi Ekollerinin (psikanaliz ve bireysel psikoloji) üzerine inşa edilmiştir. Psikanaliz, kişinin cinsellik ve agresif dürtüsüyle, yani “haz istemi” ile motive olduğunu iddia eder. Adler’in bireysel psikolojisi ise kişinin ana motivasyonunun “güç istemi” olduğunu savunur. Adler’e göre çocukluğunda edindiği aşağılık komplekslerini kompanse etmek üzere kendini geliştirir ve kişiliğini oluşturur. Frankl bunları kabul etmekle beraber, insanın davranışlarını belirleyen motivasyon kaynağını ne salt haz istemine ne de güç istemine dayandırır, bunların üstünde ana motivasyon kaynağının anlam arayışı olduğunu savunmuştur. Diğer bütün hayvanlarda haz ve güç ilkeleri işlerken anlam bulma ihtiyacı ve yetisinin insanlara özgü olduğunu öne sürmüştür. İnsanı diğer canlılardan ayıran özelliklerini de insanın tinsel bir varlık olmasına dayandırmıştır.

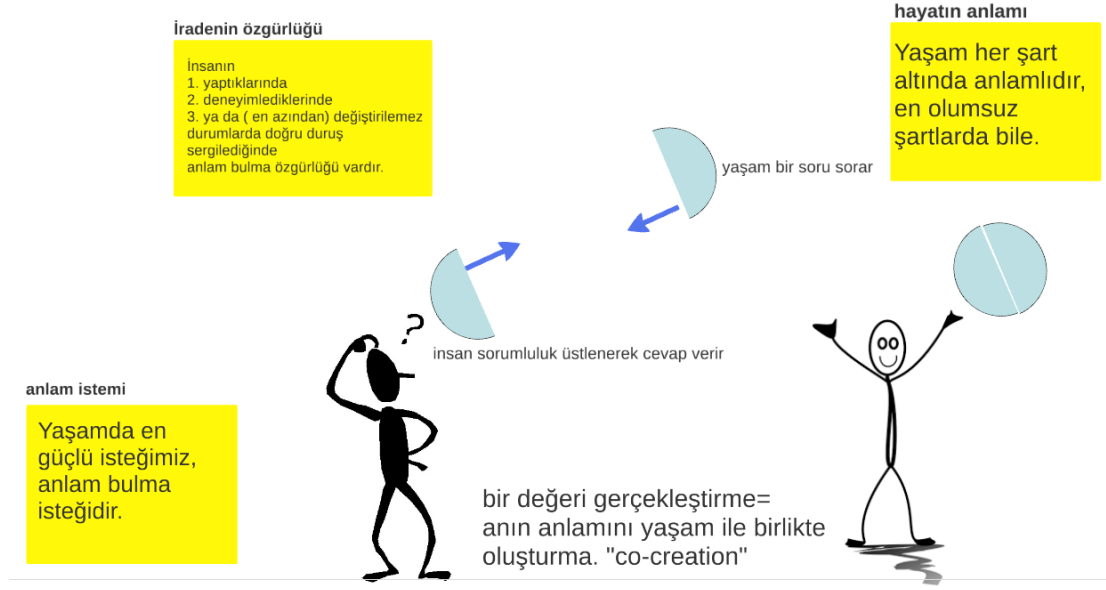
Tinsel boyutu, insanın “henüz gerçekleşmemiş olanı” (potansiyeli veya olası olanı) öngörebilme veya sezebilme (Frankl, “vicdan”ı etik sezgi; “ilham”ı estetik sezgi, “sevgi”yi erotik sezgi olarak tanımlar), olasılıklar arasından seçim yaparak (karar vererek) ve kendini aşarak “gerçekleştirebilme” yetisidir. Başka bir deyişle insan geleceğini kurgulayabilen ve gerçekleştirebilen bir varlıktır. İnsan bu şekilde dış dünyasını ve kendini inşa eder, kişiliğini

var eder. Bu şekilde, adapte olmanın ötesinde insan içinde yaşadığı eko-sistemi değiştirir, kendi yaşam şartlarını kendi oluşturur.

VALT'ye göre fiziksel ve psişik boyutlar arasında paralellik vardır. Beden zihni, zihin bedeni doğrudan etkiler (örn. psikosomatik hastalıklar, moral bozulunca midenin ağrması vb.). Ancak tinsel boyut, bedensel ve zihinsel boyutlardan bağımsızdır. Bu sayede kişi, içinde bulunduğu fiziksel ve psişik duruma mesafe alabilir ve üstten bakabilir, iradesini kullanarak içinde bulunduğu durumu değiştirme kararı alma gücüne sahiptir. Frankl bunu “ruhun rağmen gücü” (Trotzmacht des Geistes) olarak adlandırır. İnsanın beden ve psişesine karşı tutum takınabildiği gibi, dış dünyada içinde bulunduğu şartlara karşı da, ne kadar olumsuz olursa olsun, benzer bir tutum takınma gücüne sahiptir.

Tinsel boyut asla hastalanmaz. Psişik hastalıkların ruh hastalıkları olarak adlandırılması bu nedenle Frankl'a göre yanlıştır. Hastalanan insanın bedeni ve/veya psişesidir. Frankl insanın tinsel bir varlık oluşunu bir analogi ile anlatır: insan organizmasını (fiziksel-psikolojik boyutlarını) bir radyoya, tinsel boyutu ise ses dalgalarına benzetir. Ses dalgalarının insan tarafından duyulabilmesi için nasıl radyoya ihtiyaç varsa, tinsel bir varlık olan insan da kendini ifade edebilmek için fiziksel-psikolojik organizmaya ihtiyaç duyar. Radyo bozulduğunda ses dalgalarını algılabilen frekansa dönüştüremez. Burada bozulan ses dalgaları değil, radyo aygıtıdır. Dış şartlar ne olursa olsun, insanın iç dünyasının stabil kalmasını sağlayan şey yaşamın anlamının olduğunu bilmesidir. Kişi, üstlendiği sorumlulukla içinde bulunduğu anın anlamını gerçekleştirir. Anların anlamı da kümülatif olarak o kişinin yaşamının anlamını oluşturur.

Tinsel bir varlık olan insan dış dünyayı şekillendirirken kendini de şekillendirir. Bu nedenle her insan biriciktir. Ne ebeveynlerimizin ürünüyüz ne de geçmişin kurbanlarıyız. Yaptığımız seçimler ve hayata verdiğimiz yanıtlar bizi biz yaparlar.



Hayatın anlamı. VALT üç varsayım üzerine temellenir: 1. Yaşamak için en temel motivasyonumuz hayatın anlamını bulmaktır. 2. Hayatın her zaman anlamı vardır. En kötü şartlarda bile. 3. İnsan yaşamın anlamını bulmakta özgürdür. Anlamı, a. Üreterek b. Deneyimleyerek c. Değiştiremeyeceği şartlar karşısında duruş sergilemek suretiyle bulabilir.

Yukarıdaki şekil, insanın yaşamını anlamlandırmasında bu üç prensibin nasıl rol oynadığını göstermekte, aşağıdaki açıklamaları tek bir görselde bütünleştirmektedir.

Frankl'a göre insanın "Yaşamın anlamı nedir?" sorusu temelde yanlıştır. Çünkü insan soru sorma ile değil, yaşamın sorduğu sorulara yanıt vermek ile mükelleftir. Yaşamdaki her durum insanı ya çözülecek bir dizi sorun ya da değerlendirilecek fırsatlar ile karşı karşıya bırakır. Her kişi yaşam tarafından bu şekilde sorgulanır. Kişi o durumun gerektirdiği kararları vererek ve üzerine düşen sorumlulukları yerine getirerek soruya yanıt verir. Frankl hayatın sunduğu bu sorun ya da fırsatları "anın anlam potansiyelleri" olarak adlandırır. Özgür iradeye sahip kişi, bu potansiyelleri gerçekleştirip gerçekleştirilmekte özgürdür, ya da hangi potansiyelleri gerçekleştireceğine kendi karar verir. Kişi seçimini yapıp karar verirken neyin anlamlı olduğunu hisseder. Anlam olması gerekendir, kişi ve çevresi için o an için olabilecek en iyi olasılık, o kişinin o anki seçenekleri arasından kendi potansiyelinin elverdiği ölçüde yaşama katabileceğini hissettiği en gerekli olandır. Bu nedenle anın anlamı o özel kişiye ve o özel ana aittir. Yaşamın o özel anda o özel kişiden yeteneklerini kullanmasını talep ettiği seçenektir. İnsan içinde bulunduğu durumun sorumluluklarını yerine getirdiğinde anın potansiyelini gerçekleştirmiş olur ve o durumu anlamlı kılar. Bunu Frankl "anın anlamı" diye adlandırır. Anların anlamı kümülatif olarak durumun anlamını, durumların anlamları da kişinin

yaşamının anlamını oluşturur. Üst-anlam ise, tüm yaşamların anlamlarını kapsayan olarak varsayılır. Her an yaptığımız bu tercihlerle kendi varoluşumuzun anıtını yaşamımız boyunca yavaş yavaş şekillendiririz. Mümkün olan anın anlamını bulmaktır. Yaşamın bütününe anlamını bilmek mümkün değildir ve kimi zaman yaşamın son anına kadar gerçek anlamın bulunması mümkün olmayabilir, aynen bir filmde, filmin son sahnesine kadar katili bir başkası zannettiğimiz gibi. Kişi yaşamı boyunca gerçekleştirdiği anlamı sorgulayabilir ve düzelterek ele alabilir.

VALT kişinin değiştiremeyeceği ve kontrolünde olmayan her şeyi “kader” olarak adlandırır. Yaşamın sorduğu sorular, o an içinde bulunduğumuz şartlar kaderimizdir. Ancak soruya nasıl cevap vereceğimiz, o şartlara karşı nasıl bir tutum takınacağımızda özgürüz. Gerçekleştiremediğimiz sürece potansiyellerimiz bir kenarda durur, vakti geçince de kaybolurlar. Ama gerçekleştirdiğimiz an, potansiyeller hayatımızın gerçeklerine döner. Bir sonraki anın şartlarını oluşturur. Frankl, bu şekilde yaşamla birlikte bir sonraki anın kaderini şekillendirdiğimizi açıklar. Buradan çıkarabileceğimiz sonuç, kişinin hayatının anlamını ne kader önceden belirler, ne de kişi hayata anlam atfeder. Anlam, kişinin hayat ile işbirliği yapmasıyla ortaya çıkar.

Gerçekleşen ya da gerçekleşmeyen hiçbir şey geri alınamaz. Bu da bize büyük bir sorumluluk yükler. Yani özgür oluşumuzun bir sorumluluğu vardır. Tinsel boyutu, insanın kendindeki ve dış dünyadaki potansiyelleri fark etme yetisine sahiptir. Henüz bilinmeyen, var olmayanı öngörür ve gerçekleştirmek üzere seçim yapar. Her kullanılan potansiyel ve gerçekleştirilen kapasite var olmamaktan kurtulur, geçmişte güvenli bir şekilde saklanmaya başlanır. Unutmamalıyız ki, gerçekleşen her şey sonsuzlaşır, bizimle kalır ve hiçbir güç bunu bizden söküp alamaz. Gelecekte potansiyellerimiz varsa, geçmişte de gerçekliklerimiz yatar. Bu nedenle zengin bir hayat, geçmişimizin ne kadar zengin olduğuna, potansiyellerimizi ne kadar gerçekleştirdiğimize bağlıdır.

VALT, anlamın objektif bir gerçeklik olduğu düşüncesine dayanır. Gözlemleyenin algısında oluşmuş imgelere değil. VALT’e göre hayat, özgür ama sorumlu olan insandan, yaşamın her anı ve durumu ile ilgili anlamları algılayıp, yapabileceklerinin en iyisini geçirmesini talep eder. Bu kapsamda, anlam potansiyelleri, doğası gereği objektif olmalarına karşın her durum ve her kişiye göre farklılık gösterir. VALT yaklaşımı kişiye kesinlikle genel bir anlam dayatmasında bulunmaz. Ancak, bu süreçteki kişinin, her gün yaşamlarını anlamlı biçimde şekillendirmeleri için açıklık ve esneklik kazanmalarına yardımcı olmayı amaçlar.

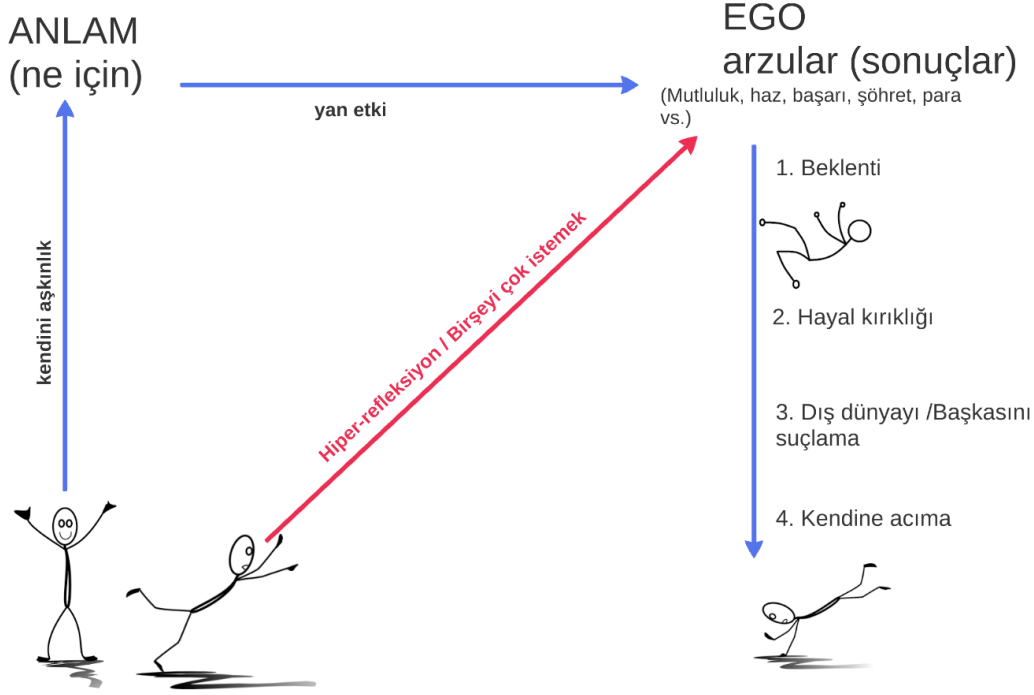
Frankl’a göre yaşamın gerçek anlamı, kişinin kendi içinde ya da kendi ruhunda değil, dünyada keşfedilmelidir. Bu temel özelliği “insan varoluşunun kendini aşkınlığı” olarak

adlandırmaktadır. Bu, insan olma gerçeğinin, her zaman için, bu ister bir anlam ya da karşılaşılabilecek bir insan olsun, kişinin kendi dışındaki bir şeye ya da birisine yöneldiği anlamına gelmektedir. Kişi hizmet edeceği bir davaya ya da seveceği bir insana kendini adayarak ne kadar çok kendini unutursa, o kadar çok insan olur ve kendini de o kadar çok gerçekleştirir. Yaşamda anlam her zaman değişebilir, ancak hiçbir zaman yok olmamaktadır.

VALT'ın üç temel önermesinden herhangi biri reddedilir, bastırılır veya görmezden gelinirse, ortaya çıkacak olan sonuç varoluşsal vakumdur. Varoluşsal boşluk en temelde içsel bir anlamsızlık ve boşluk hissidir. Varoluşsal boşlukta hayat anlamsız sıkıcı, yaşanmaya değmez ve umutsuz görülür. Anlamın varlığını bulma isteğimizi veya özgürlüğümüzü reddettiğimizde, bastırdığımızda veya görmezden geldiğimizde oluşabilecek duruşları Frankl ayrıntılı olarak anlatmıştır. Anlamın varlığını reddetmek nihilizme yol açar. Nihilist bir açıdan bakarsan anlam aramamıza gerek yoktur, zira hayatın bir anlamı yoktur. Diğer bir negatif yaklaşım ise anlam bulma isteğinin reddedilmesi olan redüksiyonizm yani indirgemeciliktir. Redüksiyonizme göre insanın anlam arayıp bulması mümkün değildir çünkü böyle bir altyapısı yoktur. Bu bakış açısına göre hayvanlardan fazlası değilizdir. Bazı mekanizma ve fizyolojik süreçlerin sonucu ve kurbanıyız. Anlam arama özgürlüğünün reddedilmesine de pan-determinizm denir. Pan-determinizme göre anlam aramanın anlamı yoktur çünkü her şeyin sonu baştan bellidir. Bizlerin dürtülerimiz, biyolojimiz, öğrenilmişliklerimiz, veya oluşmuş davranış kalıplarımız üzerinde hiçbir söz hakkı veya etki gücü yoktur. Biz geçmiş, genlerimiz, psikolojik dinamiklerimiz ve çevremiz tarafından değişmeyecek şekilde belirlenmişizdir.

Birey yaşamın anlamını üç farklı yoldan bulabilir. 1. Bir eser yaratarak ya da bir iş yaparak, (örneğin bir sanat eseri ortaya koymak, birine yardım etmek, mesleğini icra etmek) 2. Bir insanı severek ya da bir şeyi deneyimleyerek (örn: müzik dinleyerek, temiz havanın kokusunu içine çekerek ya da denizin sularını bedeninde hissederek) 3. Değiştirilemez olan durumlara karşı bir duruş sergileyerek (acı, suç ve ölüm gerçeğine karşı)

İnsan anlamı odağından çıkardığı zaman dürtüleri ve korkuları tarafından yönlendirilir, onlara bağımlı hale gelir. Anlam insanı çeker. İnsan anlama yöneldiğinde yaşamın zorluklarına katlanabilmesi için bir nedeni olur.



Şekil: Ego-Anlam Diyagramı, V. Frankl

İnsan haz peşinde koştuğunda, hazzsız kalacağından endişe duyar; mutluluğa odaklandığında, mutlu olamayacağından endişe duyar. Nörolojik araştırmalar, korku ve endişenin beyin frontal lobu üzerinde negatif etkisinin olduğunu göstermektedir. Bu endişe, insanın zihinsel ve bedensel kapasitesini düşürür ve istediği sonuçlara ulaşmasını zorlaştırır. Yani "Bir şeyi ne kadar çok istersen o kadar ulaşma ihtimalin artar." yönergesi doğru değildir. Oysa VALT'e göre başarı, haz, mutluluk, insanın anlama yönelik yaşadığında bir yan etki olarak ulaşacağı sonuçlardır. Bu yersiz, insanın elinde olmayan sonuçlara yönelik beklentiler tam ters etki yaratmakta, insanı istediklerinden uzaklaştırmaktadır.

Frankl bizlere hayatta neyin yol göstereceği konusunda net görüşler ortaya koymuştur. Hayatta başarının, mutluluğun veya başka birçok şeyin sadece arzulanarak ulaşılamayacağını belirtmiştir. Mutluluk, başarı, para veya aşk ancak anlam bulduğumuz bir işte, ilişkide veya deneyimde kendimizi aşmamızın yan ürünleri olabilir. Yukarıdaki anlam-amaç diyagramında belirtilen budur.

VALT'e göre insanın motivasyonu hayvanlarındaki gibi homeostatik prensibine dayanmaz. Çoğu motivasyon teorileri, motivasyon-hareket-hedef zincirinin homeostatiği bozduğunu ve amacın dengenin geri kurulması olduğunu söyler: İnsan bir şeyi istediğinde, ihtiyaç duyduğunda stres oluşur. Bu stresi rahatlatmak için isteğini yerine getirmesi gerekir. Oysa VALT insanı motive eden şeyin insanın potansiyeli fark etme yetisi olduğunu öne sürer.

Şu ana kadar başardıklarımızla bundan sonra yapmamız gerekenler arasındaki fark bizi sürekli yaşam dinamiğinin içinde tutmaktadır. Olduğumla olmak istediğim arasında fark olduğu sürece varoluşsal kaygıyı yaşamaya devam edeceğim. Gerginlik olmayan bir hayat yaşamaktansa, kendi seçtiği hedeflere yönelik mücadele dolu bir hayat yaşamak daha dolu bir yaşamın tarifidir. Bununla beraber, ne zaman bu kaygı ve gerginliği hissetmez olursak, o noktada varoluşsal boşluğa düşeriz. Frankl, varoluşsal boşluğu bir hiçlik ve işe yaramazlık hissi olarak tanımlamıştır.

İnsanın kendini iyi hissetmeye çalışma çabası bu nedenle yersizdir ve istenilenin tersi etki yaratır. İnsan kendini dışsal kaynaklarla daha iyi hissettirmeye çalıştıkça, dışsal faktörlere olan ihtiyacı gittikçe artar, tatmin çıtası sonsuza dek yükselir ve bağımlı hale gelir.

Biz hedefledikçe kendimizi gerçekleştirme bizden uzaklaşır. Ancak kendimizi aşip bir neden, bir insan veya bir iş için kendimizi verdiğimizde kendimizi gerçekleştirilmeye yaklaşıyoruz.

Frank'la göre bir şeyi çok fazla niyet eder, aşırı ister veya düşünürsek, bu niyetimize hiç ulaşamayabiliriz. Böyle bir noktada nesnesini düşünce odağından çıkarmak gerektiğini söylemektedir.

İnsan yaşamı nasıl birşeydir?

İnsan varoluşundan kaynaklanan sorunlar üç ana başlık altında toplanır: **belirsizlikler, paradokslar-ikilemler ve sınırlar**. “İnsan varoluşundan kaynaklanan sorunlar” ile, her nerede ve hangi şartlar altında doğmuş ve yaşıyor olursa olsun, insanın başa çıkmak zorunda olduğu genel sorunlar kastedilmektedir.

Belirsizlikler. Yaşamda her zaman **belirsizlikler** olacaktır; belirsizlikler engellenemez ve kaçınılmazdır. Yaşamımızın süresinin dahi belirsiz olması bu konunun varoluşumuzun ne kadar temel sorunlarından olduğunu anlamamız için yeterlidir. Bu durumda, kaygı da insan varoluşunun ayrılmaz bir parçasıdır. Danimarkalı filozof Kierkegaard “Kaygı özgürlüğün sarhoşluğudur.”⁽⁵⁾ diyerek, kaygının özgürlüğümüzün doğal ve olumlu bir sonucu olduğuna işaret etmiştir. Hangi seçeneği seçmekte karar kılırsak kılalım, seçeneğin doğru seçenek olup olmadığı, ya da karar verdiğimiz şeyi başarıp başaramayacağımız belirsizdir. Nörobilimcilerin çalışmaları kaygının performansımız üzerinde olumlu etkisini tespit etmişlerdir. Kaygı, yaşamımızdaki motivasyon kaynaklarımızdandır. Karar verip konfor alanımızdan çıktığımızda, yapabildiğimiz biraz üzerinde hedefler belirleyip eyleme geçtiğimizde kaygımız artar. Bu hedefleri gerçekleştirme konusunda duyduğumuz kaygı, başarı isteğimizi kamçılar. Sürekli level atlamaya yönelik bilgisayar oyunları kaygının yaşamımıza heyecan katan olumlu bir unsur olduğuna dair iyi bir kanıttır. Kaygıya rağmen zorluklarla başa çıkmak hem yaşamı eğlenceli

kılar hem de güçlenmemizi sağlar. Kaygı ancak belli bir derecenin üstünde olduğunda yıkıcı olur. Bu yükselişin sebeplerinden biri, **sınırlarımızın çok üzerinde hedefler koymamız** ya da **başta çıkabileceğimizin çok üstünde sorunlarla karşılaşmamızdır**. Diğer bir sebep, kaygıdan kaygı duymamız ve bu nedenle kaygıyı engelleme çabamızdır. Bu durumda kaygıdan duyduğumuz kaygı bir girdap gibi bizi içine çeker. Bu bilgiler ışığında, **kaygıya olan bakış açımızı değiştirerek kaygının varoluşumuzun engellenemez bir unsuru olduğunu kabul etmek** insanı bir derece rahatlatır. Kaygı her durumda var olacaktır. Ulaşılabilir ve gerçekçi hedeflerimize yönelik kaygı duymak, isteklerimizi gerçekleştirmenin bedelidir. İyi planlama yapmak, belirsizliklerle başa çıkmamızda bize bir oranda yardımcı olur, ancak belirsizlikleri tamamen ortadan kaldırmaz. İnsanın **planlama ile doğaçlamayı harmanlaması**, hedef ve eylemlerini değerlendirerek tecrübe elde etmesi yaşamın belirsizlikleri karşısında yapabileceğinin en iyisidir.

Paradokslar ve ikilemler. Yaşam paradokslarla doludur. Hayatta örneğin mutluluk ve acılar, başarı ve başarısızlıklar, iyi ve kötü, güzel ve çirkin, değiştirebileceklerimiz ve değiştiremeyeceklerimiz bir arada bulunur. Ancak insan zihninin doğası, duygularımızın etkisiyle bir paradoksu oluşturan birbirine zıt iki anlayışın bütünü parçaları olduklarını kavramakta zorluk çeker. Biri ya da diğerini seçme eğilimi gösterdiğinde hayal kırıklığına uğrar. Örneğin, acı duyarken insanın mutluluğu idrak etmesi elbette zordur. Kişi bu nedenle çok da gerçekçi olmayan, “hayat acılardan ibarettir” gibi yanlış inanç kalıpları ve onlara bağlı tutumlar geliştirebilir. Varoluşçu Danışmanlık, diyalektik düşünce ile paradoksun her iki unsurunu da benimsememizi salık verir, biri ya da diğerini seçmek yerine her ikisinin “diyalektiğini” bulmamızı önerir. Örneğin; kişinin yaşamın belli bir anında değiştirebileceği ve değiştiremeyeceği şeyler vardır. Ne kaderin esiriyiz ne de sınırsız özgürlüğe sahibiyiz. Viktor Frankl’ın “kader-özgürlük alanı diyalektiği”ne göre kişi değiştirebileceği (özgürlük alanı) ve değiştiremeyeceği (kader) şeyleri önce birbirinden ayırıp kabul etmelidir; sonra, değiştiremeyeceği şeylere takılmayıp, değiştirebileceklerine yoğunlaşmalıdır. Kişi tek tek değiştirebileceklerini değiştirdikçe güçlenir, uzun vadede şu anda değiştiremeyecekleri üzerinde de etki sahibi olabileceğini farkeder, proaktif bir şekilde yaşamdaki yeni şartların oluşmasına katkıda bulunur. Buna karşın, yaşamını sadece kaderin belirlediği koşullara razı olarak edilgen bir tutumla sürdürmesi (pandeterminist tutum), kendini gerçekleştirememesi, otantik kişiliğini oluşturamaması ve yaşamda anlam bulmasında zorluk çekmesi sonuçlarını doğurabilir. Frankl yaşamın paradoksal olduğunu gerçeğini kabul etmediğimizde hayal kırıklıklarının kaçınılmaz olduğunu vurgular. Mutsuzluğu, acıları, başarısızlıkları; mutluluk,

haz ve başarı kadar yaşamın olağan halleri olarak kabul etmediği bir tutum içinde olan kişinin, kendini hayal kırıklıklarının getirdiği acıma ve başkasını suçlama girdabında gittikçe batan bir duruma soktuğunu söyler. Kişinin bu girdaba düşmesinin nedeni kendi arzu ve duygularına aşırı odaklanmasıdır. Oysa insan mutlu olmayı sadece isteyerek değil, mutlu olabileceği şartları gerçekleştirdiğinde mutlu olur, ya da başarılı olmayı salt isteyerek değil, başarılı olmanın şartlarını yerine getirmek suretiyle başarılı olur. Bu nedenle kişinin kendi arzularına değil, dış dünyadaki sorumluluklarına (anamlı olana) odaklanması gerekir. Mutluluk, başarı, haz, kişinin dış dünyada yerine getirdiği sorumlulukların bir sonucu olarak hemen olmasa da uzun vadede ortaya çıkar.

İkilemler, insanın arada kalmasına, bocalamasına, bazen başarabileceklerinden vazgeçmesine, bazen yapabileceklerini ertelemesine neden olur ki; vazgeçme alışkanlığı zamanla varoluşsal depresyona, erteleme alışkanlığı ise olumsuz kaygı ve strese yol açar. Deurzen, ikilemlerle diyalektik yöntemiyle başa çıkabileceğimizi öne sürer. Yaşanan ikilemde bazen doğru seçim, seçeneklerden biri ya da diğeri doğrultusunda olmak zorunda değildir; her iki seçeneğin birarada olabileceği opsiyonlar da düşünülmelidir.

Sınırlar. İnsan coğrafi, politik, ahlaki, hukuki, fiziksel, zihinsel, duygusal sınırlar gibi somut ve soyut sonsuz sayıda sınıra ve sınırlamalara tabidir ve bu sınırlar varoluşunun değiştirilemez gerçeğidir. İnsan, yaşamı boyunca sınırları idrak etmek, kabul etmek, korumak, aşmak, yenilerini çizmek gibi konulara kafa patlatır ve onlardan kaynaklanan sorunlarla başa çıkmaya çabalar. Örneğin bir sanatçı hayal gücünün özgürlüğünden beslenirken, sürekli fiziksel dünyanın sınırlarıyla karşılaşır. Frankl'ın kader-özgürlük alanı diyalektiği konusu, paradokslar kadar sınırlar ve sınırlamalar ile ilgilidir. Kişinin tabi olduğu çeşitli sınırlar ve sınırlamalar ile özgürlüğü arasındaki paradoksu ele almaktadır. Özgür iradeye sahip insan, sınırlarının, içinde bulunduğu koşulların (kendi fiziksel ve duygusal durumunun ve toplumsal, ekonomik, siyasi, vs. koşulların) esiri olmak, zorunda değildir. İnsan geleceğini kurgulayabilme ve kurguladığı geleceği gerçekleştirebilme yetisine sahip bir varlıktır.

İkinci Bölümde anlatılan AOSP, öğrencinin kendisi ve ilişkileri üzerine düşünmesini ve geleceğini planlayarak belirsizlikleri mümkün olduğu ölçüde ortadan kaldırmasını, sınırlarını ve özgürlük alanını farketmesini, seçimler yapmasını, zihnini netleştirerek içinde bulunduğu bazı ikilemlerinden kurtulmasını sağlar.

İkinci Bölüm: Anlam Odaklı Stratejik Planlama (AOSP)

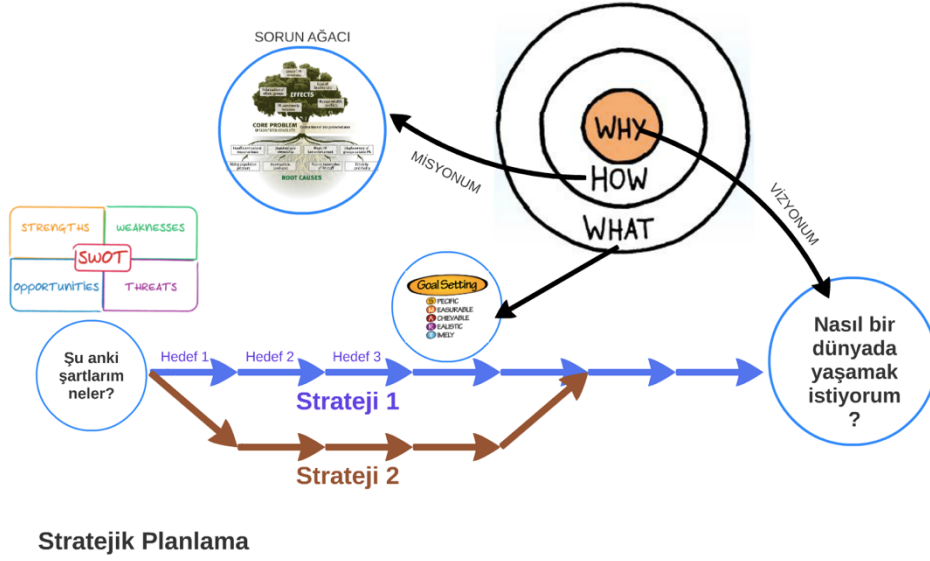
Stratejik Planlama (SP) bir kuruluşun yönünü ve stratejisini belirleme ve bu stratejiyi

takip etmek için kaynaklarını nasıl tahsis edeceğine yönelik kararlarını alma sürecidir. Bir kuruluşun ne olduğunu, neye hizmet ettiğini, ne yaptığını ve neden yaptığını geleceğe odaklanarak şekillendiren ve yönlendiren temel kararlar ve eylemler üreten bir yönetim faaliyetidir. Stratejik planlama işletme biliminin konusudur ve tanımından anlaşılacağı gibi bir kuruluşun yönetsel faaliyetlerini planlamak amacıyla geliştirilmiştir. Salt başarı odaklı olan Stratejik Planlamada amaç istenen somut sonuçlara ulaşmaktır.

SP, bir tasarım ürünü yaratmaya benzer. Tasarım, hayalin gerçeğe dönüştürülme sürecidir. Tasarımcının, bir tasarım ürününü geliştirme motivasyonu, sınırlarını aşma, yapamadığı bir şeyi yapabilme, bir ihtiyacı karşılama veya bir sorunu çözme isteğinden kaynaklanır. Tasarımcı, yaratmak istediği şeyi önce zihninde canlandırır, sonra hayalini, üzerine düşünüp detaylandırmak için kağıda döker, üretimini nasıl yapacağını planlar. Ürünün parçalarını üretir ve sonunda o parçaları birleştirir ve nihai ürün ortaya çıkar. Kimi zaman, tasarımın parçaları farklı üreticiler tarafından üretilir ve birleştirilir.

SP, bir organizasyonun tasarlanması sürecidir. Aynı şekilde, önce ihtiyaç belirlenir, yaratılmak istenen değişimin hayali kurulur (vizyon), sorunlar detaylandırılır (sorun analizi), ana sorunlardan hangisinin tarafımızca çözüm üretilebileceğine karar verebilmek için (misyon) kapasitemiz ve kaynaklarımız analiz edilir (SWOT analizi, sorun analizi), çözüm yolları (strateji) adım adım planlanır (amaçlar, hedefler ve eylemler).

SP, gelecekte başlanarak şimdiye doğru yapılır. Genelden özele inilir. Böylece yapılacak işin daha geniş bir perspektiften görülmesi ve daha geniş bir bağlam içinde ele alınması mümkün olur. Stratejik planlamayı, başka bir perspektiften ele aldığımızda, henüz var olmayan bir harita çizmeye de benzetebiliriz. Ancak önce haritayı oluşturup şu anda nerede olduğumuzu, nereye gitmek istediğimizi tespit ettiğimiz zaman kendimize bir rota da çizebiliriz; ulaşmak istediğimiz noktaya erişebilmek için hangi araçlara ve kaynaklara ihtiyaç duyduğumuzu belirleyebilir, yolda karşılaştığımız engelleri ve kullanabileceğimiz olanakları öngörebiliriz. Bu bizim reaktif değil, proaktif bir tutum sergilememize, yani karşılaşılabileceğimiz engelleri, sorunları öngörüp tedbir almamıza, potansiyelleri önceden fark edip daha iyi değerlendirebilmemize olanak verir. *SP* süreci, soyut bir **düşüncenin** (vizyon) adım adım somutlaştırılması (misyon – amaçlar - hedefler) ve somut **eylemlere** dönüştürülmesidir (eylemler).



Anlam Odaklı Stratejik Planlama ise, yukarıdaki tanımından da anlaşıldığı üzere SP yönteminin, kişinin kullanımına adapte edilmiş versiyonudur. AOSP da aynı şekilde kişinin geleceğini planlamasına ve kararlar almasına hizmet eder, ancak bunu sadece kişinin başarısı için yapmaz, bunun ötesinde, anlamlı ve otantik bir yaşamın yollarını arayan kişinin kendi, yaşamı ve ilişkileri üzerine derinlemesine düşünmesi, zihnini netleştirmesi, yaşamını anlamlandırması ve tüm bunlar için ihtiyaç duyduğu içsel donanımı kazanmasını amaçlar, SP'nin yöntemini bir düşünme sistematığı olarak kullanır.

AOSP, SP'dan farklı olarak kişinin dış dünyasında elde edecek sonuçları değil insanı orta noktaya koyar, sonuçlar kadar sürece de odaklanır. Üçüncü Viyana Psikoterapi Ekolü olarak adlandırılan Varoluşçu Analiz ve Logoterapi'nin kurucusu Viktor E. Frankl insanı fiziksel, psişik ve tinsel (spritüel) olmak üzere birbirini tamamlayan üç boyuttan oluştuğunu varsayar. Varoluşçu Analiz açısından dile getirilirse, sanatçının bir sanat eseri üretmesi "fiziksel boyut"ta olup biterken, bu süreçte yaşadığı deneyim, farkındalık, gelişim ve dönüşüm ise sanatçının psişik ve tinsel dünyasında gerçekleşir diyebiliriz.

Tatjana Schnell, *The Psychology of Meaning in Life* kitabında (2021, Rootledge) Anlamlılık kavramını şöyle tanımlar: Anlamlılık, hayatın yaşamaya değer olduğuna dair duyulan temel bir güven duygusudur. Bu güven kişinin çoğunlukla bilinçsiz olarak yaptığı bir değerlendirmeye dayanır. Bu değerlendirmenin 4 kriteri vardır: bütünlük, önemlilik, yönelim ve aidiyet. *Bütünlük*, kişinin yaşam faaliyetlerini tutarlı ve mantıklı bulmasıdır. Algıladıklarımız, eylemlerimiz ve hedeflerimiz birbirleriyle tutarlı olduğunda, yani birbirlerini tamamladıkları ve birlikte bir bütünü inşa ettiklerini hissettiğimizde bizim için anlamlı olurlar

(yatay ve dikey bütünlük) (Schnell, 2009; Sheldon / Kasser, 1995). Kişi, kendilik görüşü ve dünya görüşü bir bütünlük arz ettiğinde yaşamını anlamlı olarak deneyimler (Emmons, 1996; Heintzelman, Trent & King, 2013; Reker & Wong, 1988). *Önem*, yaptıklarımızın (ya da yapmadıklarımızın) bir karşılığı olduğu algısını ifade eder. Karar ve eylemlerimiz sonuçsuz kaldıklarında, geçersizlik, önemsizlik ve dolayısıyla anlamsızlık hissi yaşarız. *Yönelim*, bir yönün ve amacın varlığını ifade eder. Bir amacının oluşu, yaşamının hangi yönde gitmesi gerektiğini bilmesi, kişinin karar vermesi gerektiğinde, hedeflerini belirlemesinde ve yerine getirmesinde bir pusula görevi görür. Aynı şekilde, böyle bir pusulaya erişim, kişisel değerlere ve hedeflere uymayan olasılıkların reddedilmesini kolaylaştırır. Çok seçenekli toplumumuzda, bir tür reddetme yetkinliği, benlik ve bakış açısı kaybını önlemek için hayati bir beceri haline geldi. Yaşamda aktif anlam arayışında bir yön duygusu vazgeçilmez olarak kabul edilir (Emmons, 2005; Wong, 1998). AOSP kişinin yaşamını anlamlandırabilmesi için her dört kriterin de yerine gelmesini sağlamaktadır.

Frankl'a göre, kendine mesafe alarak içinde bulunduğu duruma bağlamı içinde bakabilme, potansiyeli ("henüz gerçekleşmemiş olanı") görüp geleceğini -idealleri ve değerleri doğrultusunda- tasarlama ve buna kendini adayarak – içinde bulunduğu mevcut şartlar olumsuz da olsa – "gerçekleştirme" ve mevcut şartlarını da bu şekilde değiştirme ve iyileştirmesiyle yaşamını anlamlı kılar. Karar ve eylemleriyle dış dünyasını değiştirirken kendini de gerçekleştirir. AOSP bu süreci kolaylaştıran düşünsel bir araç görevi görür.

4. AOSP nasıl yapılır?

4.1. Geçmiş Yaşam:

AOSP'da (SP'dan farklı olarak) önce kişinin geçmişi gözden geçirilir. Amaç, Logoterapi'nin amaçları çerçevesinde, geçmişinden geleceğine uzanan yaşam çizgisine bir üstten bakış kazanması, geçmişte aldığı temel kararların yaşam çizgisine nasıl yön verdiğini ve kişiliğinin oluşmasında nasıl rol oynadığını görmesidir. Zira şu anda geleceğine dair koyduğu hedefler ve aldığı kararlar nasıl gelecekteki yaşam çizgisini etkileyecekse, geçmişte aldığı kararlar da, geçmiş yaşamının çizgisine yön vermiştir. Geçmişte aldığı kararların ve hedeflerin etkisini ve sonuçlarını görmek, kişiye gelecek kararlarını yerine getirebilmesi için cesaret verir. Frankl'a göre insana cesaret veren şey, kişinin tinsel boyutu ile ilişkiye geçmesi ve irade gücünün bilincine varmasıdır.

Bunun için kişinin yaşamını özetlemesi istenir. Özellikle geçmiş deneyimlerinden neler öğrendiğine odaklanılır. Kendini geliştirmek için koyduğu hedefleri olumsuz şartlara rağmen nasıl yerine getirebildiği, yaşamında karşılaşp da aştığı büyük zorluklarla nasıl başa çıkmayı başardığı, başarısızlıklarından neler öğrendiği üzerinde durulur. İkinci odaklanılan konu ise, kişinin erken yaşlarındaki doğal yönelimlerinin, ilgi alanlarının bugüne dek nasıl evrilmiş ve bugünkü kişiliğini ne şekilde ve ne kadar etkilemiş olduğudur.

4.2.Vizyon ve Değerler:

İlk adım, gelecek vizyonunun belirlenmesidir. Nasıl bir gelecek hayal ediyorum? Dünyada, bulunduğum yerde, çalıştığım sektörde, eko-sistemde, toplumda, vb. ne gibi bir değişiklik görmek istiyorum? Nasıl bir geleceğin inşasına katkıda bulunmak istiyorum? sorularına verilen yanıttır. Vizyon çalışması, varlık sebebimizi ve değerlerimizi keşfetmemizde ve dünya görüşümüzü netleştirmemizde bize yardımcı olur.

Vizyon çalışması, kişinin kendi dünya görüşünü, ideallerini ve değerlerini farketmesinde yardımcı olur. Kendisini aşıp, odağını daha geniş bir perspektif ile dış dünyaya yöneltir. Bu, kişinin anlık duygusal dürtülerini ve içgüdülerini tatmin etmek yerine daha yüksek değerlerin gerçekleşmesi yönünde hedefler belirlemesi için ilk adımdır. Dünyaya bütünsel olarak bakıp kendini içinde konumlandırır. Bu onu anlamlı olanı yani bütünün iyiliği için ne gerektiğini düşünmesini sağlar.

Birçok sanatçı kendini, ailesi ve toplum tarafından canının istediğini yapan sorumsuz kişi olarak etiketlenmiş hisseder. Oysa bu çoğu durumda gerçeği yansıtmaz. Sanatçı olmanın bedelleri oldukça ağırdır. Yaptığı iş gerçi sanatçı için vazgeçilmez ve önemlidir ancak bu olumsuz bakış, sanatçının özdeğer ve özgüvenini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Vizyon ve değerlerinin farkında olan sanatçı, yaptığı işlerin içinde yaşadığı dünyaya nasıl bir katkı sunduğunu daha net anlar ve dolayısıyla yaptığı işi anlamlandırır. Frankl'a göre, insan yaptıklarıyla yaşama bir değer katıyorsa yaptıklarını anlamlı bulur.

İnsan, yaşadığı eko-sistem içinde edilgen bir varlık değildir. Geleceği tasarlayabilir, kendi yaşantısını ve çevresini yaptıklarıyla değiştirir, şekillendirir. Kültür de bu şekilde oluşur, değişir. Büyük resme baktığında sanatçı, bireysel ve başkalarıyla kolektif girişimlerinin kültürün oluşumuna katkıda bulunduğunu farkederek. Bu değişimi hayal etmek, gerçekleştirmenin ilk adımdır. Olumlu bir değişime katkıda bulunma isteği, sanatçıyı motive eder ve etik duruşunu belirler.

Ortak vizyon, birleştiricidir, uzlaşmayı, kolektif çalışma ve işbirliğini tetikler. Ortak vizyona sahip farklı insanlar, kısa vadeli çıkarları çelişse de uzlaşabilir ve sinerji

oluşturabilirler. Tek tek ulaşabilecekleri sonuç veya etki birlikte katlanarak artar. Frankl, "Anlamlı" bir eylemi, "Kişinin belli bir durumun sunduğu olanaklardan kendisi ve etkilenen bütün taraflar için mümkün olan en iyi seçeneği gerçekleştirmesi ya da gerçekleşmesine katkıda bulunmasıdır." olarak tanımlar. Bu durumda ortak vizyonun bizi anlamlı kararlara yöneltebileceği sonucuna varabiliriz.

Örneğin ayrımcılığa maruz kalarak çocukluğunu geçiren bir sanatçının vizyonu "ayrımcılığın olmadığı adil bir dünya" ise, sanatını bu vizyona katkı sağlamak üzere yapmaya karar verebilir. Sergilediği eserlerin, diğer benzer çabadaki sanatçılarla birlikte toplumda kültürel değişimi sağlayacağı düşüncesi ona katlandığı zorluklarla başa çıkması için güç ve cesaret kazandırır. Niethche'nin "Bir şeyin nedenini bilirsek her türlü nasılına katlanırız." sözü, vizyon ve değerlerimizin farkındalığının dirayet, azim ve sabrımızı geliştireceğini ve çabalarımızı anlamlı kılacağını ifade eder.

4.3.Sorun Analizi:

Sorun analizi mevcut durumun analizi için kullanılan bir araçtır, vizyonun gerçekleşmesine engel olabilecek mevcut sorunları haritalandırmak ve birbirleriyle olan sebep-sonuç ilişki zincirini görselleştirmek amacıyla yapılır. Sorun analizinde belirlenen bir temel sorunun nedenleri, sebep-sonuç ilişkilerine göre görselleştirilir: Temel sorun en üste yazılır. "Bu sorun neden kaynaklanıyor?" sorusu sorularak cevaplar bir alt sıraya yazılır. Bu süreç, sorunların köklerine inene kadar sürdürülür. Bu şema bir ağacın köklerine benzediği için sorun ağacı diye adlandırılır. En alt sıradaki cevaplar sorunların en kökenindeki sebeplerdir. En alt sıradaki sebeplerin tümü giderildiğinde zincirleme olarak en üstteki sorunun çözüleceğini görebiliriz.

Bir problem ağacının oluşturulması bize kapsamlı bir problemin sebeplerinin çok sayıda olduğunu ve teorik olarak problemi tamamen çözmek için tüm bu sebeplerin ortadan kaldırılması gerektiğini gösterir. SWOT analizinde kaynaklarımızın, yetkinliğimizin veya gücümüzün tüm bu nedenleri ortadan kaldırmak için yeterli olamayabileceğini görebiliriz.

Bu, VALT'deki kader ve özgürlük diyalektiğine karşılık gelir. VALT'ye göre değiştirme gücümüzün olmadığı her şey "kader alanımızda", diğerleri ise "özgürlük alanımızda" bulunur. Sınırlarımızı tespit etmek ve kabul etmek, özgürlük alanımızı da tanımlayabilmemizi sağlar. Bu ayrım zihnimizi netleştirir. Ana sorun büyüklüğünden ve karmaşıklığından ötürü çözümü imkansız görünürken, sorun analizi ile büyük sorunu küçük parçalarına ayırır, çözüm stratejileri ortaya çıkar, opsiyonlar görünür hale gelir. Çözümü imkansız sorunlar çaresizlik ve kaygı yaratır. Çözüme kısmen de katkıda bulunmak mümkün olduğunu görmek ise ümit doğurur ve

harekete geçmek için gereken motivasyonu sağlar. Böylece ezici sorunlar çözülebilir hale gelir.

Kişinin değiştiremeyeceklerini kabul etmesi bunun yarattığı gereksiz stresten ve olası suçluluk duygusundan kurtarır, değiştirebileceklerine yoğunlaşabilmesi için güç kazanmasını sağlar. Kişi değiştirebileceklerini tek tek değiştirdikçe güçlenir, mevcut kapasitesiyle değiştiremeyecekleri sorunlar üzerinde de uzun vadede etki sahibi olabileceğini farkederek ve yeni şartların oluşmasına pro-aktif bir şekilde katkıda bulunur.

VALT, çaresizliğin kişinin özgürlük alanının farkında olmamasından kaynaklandığını iddia eder. İnsan değiştiremeyeceği şeylere takılıp kaldığında değiştirebileceklerini göremez. Oysa insan her şart altında özgürdür yani her zaman bir seçeneği vardır. Anlam arayışında olan insan çözüme katkıda bulunabileceğini farkedince buna yönelir. VALT'nin Anlam-Ego diyagramı, çaresizliğin insanı nevrotik bir döngüye sürüklediğini gösterir. Ama "tinsel varlıklar" olarak kendimizden uzaklaşma yeteneğine sahibiz. Odak noktamızı kendi duygularımızdan dışarıdaki bir amaca çevirmeye karar verebiliriz. Bu kararı verdikten sonra içinde bulunduğumuz kısır döngüden çıkmamız mümkün hale gelir. Buna VALT'de "Tutum Modülasyonu" denir. Sorun analizi, tutum değişikliği yapabilmemiz için kendimize mesafe almamız ve sorunlara yukarıdan bakabilmemiz için bir araçtır.

Öğrencilerimden sık sık büyük politik ve ekonomik sorunlar, global çevre tahribatı ve sosyal medyanın sebep olduğu toplumsal manipülasyon ve içinde bulundukları zor şartlar altında çaresiz hissettiklerini duyuyorum. Çaresizlik duygusu birçok genci, motivasyon eksikliği, depresyon ve varoluşsal boşluğa sürüklemektedir. Bu da kendi üzerlerine düşen sorumlulukları gerçekleştirmelerine engel teşkil etmekte, tamamen kadercı bir tutum içinde günlük yaşamın sorunlarıyla cebelleşmelerine, ya da kendilerini tüketime ve eğlenceye kaptırıp, boş ve yararsız faaliyetlerle oyalanmalarına neden olabilmektedir.

Örneğimizdeki “ayrımcılığın olmadığı bir dünya” vizyonuna sahip sanatçı, sorun analizinde bu sorunun çözümünün sadece politikacıların kararlarına bağlı olmadığını, toplumun her kesiminin sorumluluk üstlenmesi gerektiğini görür. Bir insan ve bir sanatçı olarak kendi verebileceği katkıyı tarif eder, bu şekilde “sanatçı misyonu”nu belirler.

4.4.S.W.O.T. Analizi:

SWOT analizi, de sorun analizi gibi, mevcut durumun analizi için kullanılan bir araçtır. "Güçlü yönler, zayıf yönler, fırsatlar, tehditler" için bir kısaltmadır. SWOT analizinde önce kendi sahip olduğumuz kaynaklarımızı ve eksik kaynaklarımızı tespit etmek için kendimize

odaklanırız, ardından odağımızı dış dünyaya çevirir, oluşabilecek riskleri ve eksik kaynakları elde etme fırsatlarını tahmin ederiz. SWOT analizi, kişinin yeteneklerini ve yetersizliklerini tanıması, değişkenleri değiştirilemez durumlardan ayırt etmesi ve böylece seçenekleri açıkça görebilmesi için bir yöntem olarak kabul edilebilir.

Aşağıdaki şemada görüldüğü gibi kişi kendi güçlü ve zayıf yönlerini üst kutulara, gelecekte değerlendirebileceği potansiyelleri, fırsatları ve karşılaşılabileceği riskleri, zorlukları alt kutulara sıralar. Bunlar sıralandıktan sonra, zayıf yönlerin güçlü yönlerle nasıl giderilebilebileceği (içsel analiz), risklerin fırsatlarla nasıl bertaraf edilebileceği (dışsal analiz) analiz edilir.

Strengths (Güçlü yönlerim)	Weaknesses (Zayıf yönlerim)
Olumlu, güçlü gördüğüm ya da başkalarının bende olumlu ve güçlü gördüğü özelliklerim, özel ve mesleki alandaki yeteneklerim, becerilerim, geliştirdiğim yetiler, kazandığım başarılar, başarılı olduğum alanlar, beni güçlü kılan geçmiş tecrübelerim, dirayetim, çalışkanlığım, bilgili tecrübeli olduğum alanlar, kararlılık, azim, yaratıcılık, kendine ve duruma mesafe alarak bakabilme, mizah, vicdan, sezgiler, farkındalık, olumlu alışkanlıklar, vb Fiziksel/zihinsel/duygusal/ilişkisel/tinsel özellikler ayrı ayrı düşünülmelidir.	Olumsuz gördüğüm ya da başkalarının bende olumsuz/güçsüz gördüğü özelliklerim, özel ve mesleki alanda kendimi zayıf gördüğüm taraflar, başarısız olduğum alanlar, fiziksel yetersizliklerim, hastalıklarım, üstesinden gelemediğim geçmiş zorluklar, tembellik, bilgimi yeterli görmediğim alanlar, hangi alanlarda tahammülüm zayıf? Nelere karşı zaafım var? Sabırsızlık, çekingenlik, olumsuz alışkanlıklar, vb. Fiziksel/zihinsel/duygusal/ilişkisel/tinsel özellikler ayrı ayrı düşünülmelidir.

Opportunities (Fırsatlar)	Threats (Tehditler)
Şu anda görünür olan fırsatlar Yaratabileceğim fırsatlar Olası fırsatlar	Dış dünyadan gelebilecek riskler, karşılaşılabileceğim zorluklar, engeller,

Şekil: Örnek S.W.O.T Analizi

Elbette, kişinin bu tabloyu yaparken tüm özelliklerini görebilmesi mümkün değildir. İnsanın kendini tanıması yaşamı boyunca devam eden bir süreçtir. Ancak bu seminer boyunca anlatılan konular, kişinin kısa sürede kendine dair birçok şey farketmesine yardım eder, kendini tanıma ihtiyacı konusunda farkındalığını artırır, kendilik görüşünü netleştirir.

VALT danışmanı, danışanların kaynaklarını belirlemesine yardımcı olur. Bir insanın en önemli kaynağı, onun tinsel boyutu, yani karar verme, içinde bulunduğu koşullara karşı tavır alma, sorunlarına yaratıcı çözümler bulma, değerleri tanıma yeteneğidir. Danışman, danışanının geçmiş deneyimlerini araştırarak noetik yetenekleri hakkında farkındalık kazanmasına yardımcı olur. Danışan kendi noetik gücünün farkına vardığında, üstlenebileceği sorumlulukları daha iyi tanımlamanın yanı sıra onları yerine getirmek için özgüven ve cesaret kazanır.

AOSP’da güçlü ve zayıf yönlerin fiziksel, psikolojik, tinsel ve ilişkisel başlıkları altında kategori edilmesi farkındalığın artması açısından yararlıdır. Her insanın dışarıdan görünsün görünmesin, zayıf yönleri ve güçlü yönleri vardır ve herkesinki birbirinden farklıdır. Bunlar arasından da değiştirebileceklerimiz ve değiştiremeyeceklerimiz vardır. Bizi özel kılan sadece güçlü yanlarımız değil, aynı zamanda zayıf yönlerimize karşı nasıl bir tutum takındığımızdır.

İyi bir sanatçı olmak için yetenek ya da aile gibi faktörler yeterli değildir. Bunun yanında, kararlılık, istikrarlı çaba, azim, sabır gibi tinsel özellikler de gerekir ki bunlar herkes tarafından geliştirilebilir. Ayrıca kısıtlı imkanlar, sorunlara çözüm getirme yetimizi, yaratıcılığımızı kamçılar. Daha az yetenekli ya da daha elverişsiz şartlara sahip öğrencilerin daha büyük azimle çalışarak diğerlerinin önüne geçtiğini sık sık gözlemliyorum.

4.5.Misyon:

Görev anlamına gelen misyon, “Vizyonumuzdaki dünyanın gelecekte gerçek olabilmesi için üstlenmeye hazır olduğum sorumluluk nedir?” sorusuna cevap verir. Bu soruyu, sorun ve SWOT analizlerinde elde ettiğimiz sonuçlar yardımıyla cevaplayabiliriz.

Misyonumuzu tanımlama, VALT’de yaşam ile birlikte gerçekleştireceğimiz anlam potansiyelini farketmemize karşılık gelir.

Viktor Frankl bu konuda şöyle der: “Birinin önünde bir görev olduğu inancı, muazzam psikoterapötik ve psikojenik değere sahiptir. Bir kişinin nesnel zorlukların veya öznel sıkıntıların üstesinden gelmesine veya bunlara dayanmasına yardımcı olabilecek hiçbir şeyin, hayatta bir göreve sahip olmanın bilincinden daha olası olmadığını söylemeye cüret ediyorum. Bu, görev o kişi için biçilmiş kaftan gibi görüldüğünde, durum daha da fazla böyledir. Böyle bir göreve sahip olmak insanı yeri doldurulamaz kılar ve yaşamına biriciklik değeri verir. Görevin yaşam kalitesini ne kadar kavrarsa, yaşamı ona o kadar anlamlı görünecektir. Sorumluluğunun bilincinde olmayan insan hayatı verili bir gerçek olarak kabul ederken, varoluşsal analiz insanlara hayatı üstlenilen bir görev olarak görmeyi öğretir.”

Sanatçının yaşamındaki misyonunu tanımlaması, sanatsal çizgisini de tayin etmesinde yardımcı olur. Sanatçı böylece birbiriyle tutarlı işler üretir, sanatsal yaşamının anlamını artırır, otantik sanatsal dil oluşturmasını sağlar ve böylece sanat dünyasında kendini konumlandırmasında yol gösterici olur.

4.6.Amaçlar:

Misyonumuzu gerçekleştirebilmemiz için ulaşmamız gereken amaçlar nelerdir? sorusuna vereceğimiz yanıtlardır. AOSP’da amaçlar üretmeye (sanat eserleri üretmek, sergi açmak vb), kendimizi geliştirmeye (uluslararası tanınırlıkta bir sanatçı olmak vb), kaynak geliştirmeye (para kazanmak, atölye sahibi olmak vb.), ilişki kurmaya (sanat çevresine girmek, izleyici geliştirmek, koleksiyonerlerle tanışmak vb.) ve öğrenmeye (yeni bir teknik öğrenmek vb.) yönelik 5 ayrı başlık altında belirlenmelidir. Hem kişinin başarısının sürdürülebilirliği hem de anlamlı bir yaşam sürebilmek için bu beş başlıkta altında amaçlar belirlemesi önemlidir.

Örneğin, ayrımcılığın olmadığı adil bir dünya vizyonuna sahip kişi, bunun için “Ben ne yapabilirim?” sorusu ile birlikte, “Bunun için ben nasıl bir insan olmalıyım, kişiliğimi ve kimliğimi bu doğrultuda nasıl geliştirmeliyim?”, “Hangi bilgi, donanım ve tecrübelerle sahip olmalıyım ve bunları nasıl geliştirmeliyim?”, “Nelere sahip olmalıyım”, “Nasıl bir çevre edinmeliyim, kimlerle birlikte çalışmalıyım ve sinerji oluşturmalıyım, ne gibi dostluklar, ilişkiler kurmalıyım? ve bu ilişkileri kurmak ve geliştirebilmek için insanlara karşı tutum,

davranışlarını nasıl olmalı?” sorularını da kendine yöneltmelidir. Zira arzu edilen dönüşümü gerçekleştirebilmek için insanın sadece ne yaptığı değil nasıl yaptığı da büyük önem taşır.

İnsan hedefleriyle, yaptıklarıyla kendi kişiliğini inşa eder. İnsanın doğuştan gelen özellikleri (genetik özellikleri) ve sosyal ve kültürel çevresinden modelledikleri, eğitimi ile öğrendikleri ile şekillenir ve karakterini oluşturur. Ancak insanı “kişi” yapan “tinsel boyutu” ne genettir, ne eğitimle şekillenir. Zira logoterapiye göre insan içinde bulunduğu şartları belirlemede özgür olmasa da –ne kadar elverişsiz şartlar olursa olsun- bu şartlara nasıl tepki vereceği, nasıl bir tavır takınacağı konusunda özgürdür. Viktor Frankl’a göre “Kişi” tüm bu şartlara, yani kaderin tayin ettiğine karşı takındığı tutumla ve verdiği kararlarla, koyduğu hedeflerle ve bu yöndeki davranışları ve eylemleriyle kendini sürekli değiştirir ve geliştirir, bunlar kişiliğini oluşturur. Frankl bunu “karakter-kişilik diyalektiği” olarak adlandırır.

Nasıl bir kişi olacağı, nasıl bir sanatçı olacağı kişinin kendi elindedir. Doğuştan sahip olduğu yetenek, başkalarından daha yetenekli ya da daha yeteneksiz oluşu, ailesinin kendisine sağladığı-sağlayamadığı ekonomik imkanlar, sanatçı bir aileden gelip gelmediği, eğitim sistemi elbette kişinin hayatında önemli roller oynayabilir. Ancak nasıl bir rol oynayacakları kişinin vereceği kararlara bağlıdır. İnsanın nasıl bir “kişi” olacağı, nasıl bir “sanatçı” olacağını bu dış şartlara gösterdiği tepki, hayatın sorularına verdiği yanıtlar belirler. İnsan verdiği kararlar, koyduğu ve yerine getirdiği hedefler ile sanatçı kişiliğinin de mimarlığını yapar.

Bu perspektiften bakıldığında bir sanat projesinde ortaya çıkan üründen çok **süreç** ve ürünü ortaya çıkaran **sanatçının kendisi**; üretimi sürecinde yaşadığı deneyim, farkındalık, gelişimi ve dönüşümü önem taşır. Sanatçı mesleği ve iş yaşamı ile özel yaşamını birbirinden kesin çizgilerle ayırmaz ya da ayıramaz. Bu hem fiziki yaşamında hem de iç dünyasında böyledir. Çünkü sanatçının yaşamı sanatını, sanatı ise yaşamını besler. Çağdaş sanat ile uğraşan bir sanatçının eserleri, yaşamında dert edindiği konular üzerine temellenir. Eser, sanatçının yaşamının bir ürünüdür. Buradan yola çıkarak, sanat faaliyetleri yaşamının diğer faaliyetleriyle birlikte o kişiyi o kişi yapan, o sanatçıyı o sanatçı yapan şeydir ve her faaliyeti yaşam çizgisinin bir parçasını teşkil eder.

AOSP yol haritamızı çizerken ilişkilerimizi de göz önünde bulundurmamızı önerir. Heidegger’in deyimiyle insan bu dünyaya “fırlatılmış” gibi, kendi seçimi olmayan bir yer, bir aile, bir sosyal çevre içine doğar. İnsanın içine doğduğu bu şartlar “kader”idir. Ancak burada da bir “özgürlük alanı” mevcuttur. Kişi kendine koyduğu hedefler bu yönde aldığı kararlarıyla adım adım kendi sosyal çevresini de inşa eder. Mesleki çevresi ve özel ilişkileri de yaşamdaki vizyonu, değerleri, üstlendiği sorumlulukları ve bunları nasıl yerine getirdiği ile ilişkilidir.

4.7.Hedefler:

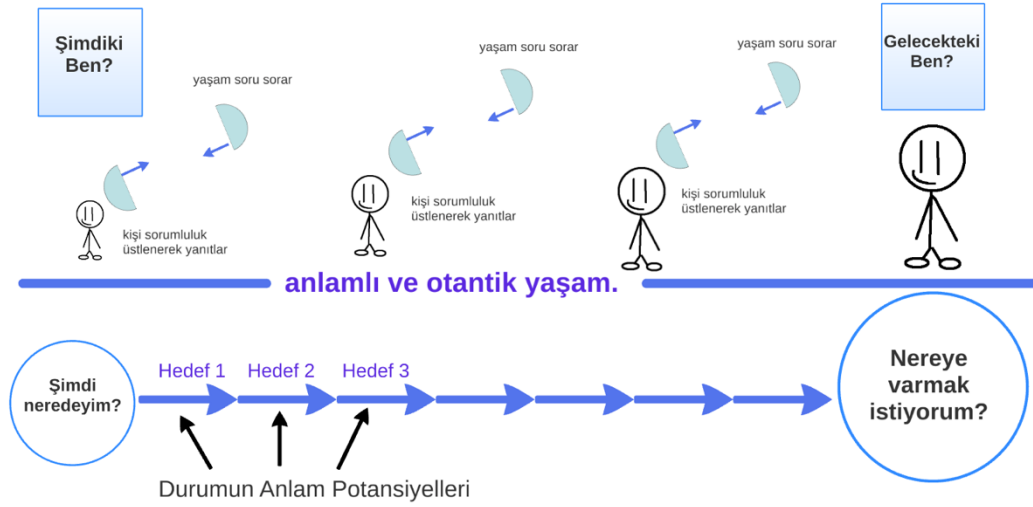
“Uzun vadeli amaçlarımıza ulaşabilmek için kısa vadede hangi hedefleri yerine getirmeliyiz?” sorusuna cevap verir. Hedefler, amaçların detaylandırılmış (bir amacı gerçekleştirmek kimi zaman birden çok hedefi yerine getirmemizi gerektirebilir) ve somutlaştırılmış halidir. Hedefler, yaptığımız işin başarı kriterleridir. Bu nedenle hedef cümleleri başarı değerlendirmesi yapıldığında tartışma götürmeyecek netlikte, yani somut ve spesifik, ölçülebilir, ulaşılabilir, gerçekçi, süreli olarak formüle edilmelidir.

AOSP bunların dışında hedeflerimizin olumlu, özgürlük alanımızın içinde, yararlı ve anlamlı olmak üzere dört kriter daha ekler. VALT’ye göre, kişi anlamlı hedefler için çaba göstermelidir. Viktor Frankl, "Hayat, dürtüler tarafından itildiği kadar, hedefler tarafından da çekilebilir." der. Anlam odaklı olduğumuzda yan etki olarak başarı ve mutluluk takip eder.

Bir hedef cümlesi yazdığımızda bu 9 özelliğe sahip olup olmadığını kontrol etmeliyiz. Gerçekleştirilebilmeleri için soyut ve tam tarif edilmemiş amaçlar, somut ve spesifik hedeflere dönüştürülmelidir. Örneğin “Uluslararası bir sanatçı olmak” amacını yerine getirmek için, eğitimini tamamlamak, Erasmus ile yurtdışına gitmek, orada bir sergi açmak, galerilerle tanışmak, gibi spesifik bir seri hedef belirlenmelidir. Bu hedefler ölçülebilir olmalıdır, nicelik içermelidir, örn. eğitimini kaç yılda, kaç ortalamaıyla bitireceği belirlenmelidir. Hedefin ulaşılabilir olması hedefin gerçekleştirileceği zaman bunun için gerekli kaynağa sahip olmamız gerektiğini vurgular. Örn. eğer Erasmus değişim programına katılmayı hedeflediğimiz yıl yabancı dil sınavını geçebilecek düzeyde olmamız, gerekli yaşam masraflarını biriktirmiş olmamız gerekir. Bazı hedefleri ulaşılabilir hale getirmek için öncesine örn. “B2 almanca sınavını geçmek” gibi başka hedefler koymamız gerekebilir. Hedefin, örn. bir dönemde B2 Almanca seviyesine ulaşmanın gerçekçi olup olmadığı sorgulanmalıdır. Hedeflere, örn. 1 yıl Almanca kursuna gitmek gibi bir zaman çerçevesi belirlemek gerekir.

Hedeflerimiz olumlu cümlelerden oluşmalıdır. Örneğin “iş bırakmak” bir hedef değildir, istemediğimiz işin yerine istediğimiz iş hedef olabilir. Bir hedefin yararlı olması, o hedefin gerçekleştirilebilmesi için ödenecek bedele değecek bir yararının olması anlamına gelir. Frankl’a göre “anlamlı olan seçenek”, ne sadece bana, ne de sadece başkasına hizmet etmeli, “ben ve diğerleri için mümkün olan en iyi seçenek” hedeflenmelidir.

VALT, hayatın anlamını "anın anlam olasılığı"ndan ayırır. Hayatımızın genel anlamını bilemeyiz veya emin olamayız, ancak hayatın bizden yerine getirmemizi talep ettiği sorumluluklara cevap vererek o anın anlam potansiyelini tespit edebiliriz. VALT’de misyon, durumun anlam potansiyeline, belirlediğimiz her bir hedef de anın anlam potansiyeline karşılık gelir.



Şekil: Anlam Odaklı Stratejik Planlama ile yaşamda anlam bulma

VALT'ye göre kişi içinde bulunduğu durumun anlam potansiyellerini görüp gerçekleştirdiğinde, o durumu anlamlı kılar. AOSP, belirlediğimiz hedeflerle, yaşamın yöneltebileceği soruları (en azından bir kısmını) öngörmemizde ve böylece yaşamımızda proaktif bir tutum takınmamızda bize yardımcı olur. Planımızı uygularken, her bir hedefimizi yerine getirdiğimizde, o durumun anlam potansiyellerini de gerçekleştirmiş oluruz.

4.8.Stratejik hedef(ler)

Belirlenen hedeflerin önem ve öncelik sırasına göre dizilmesi önemlidir. Kimi zaman uygulama sürecinde kaynak sıkıntısı yaşandığında, hangi hedefin öncelikli olarak gerçekleştirilmesi gerektiği göz önünde bulundurulmalıdır. Hedefler arasında en öncelikli olanlara “stratejik hedefler” adı verilir. Stratejik hedefler, mümkün ise, stratejinin ilk adımlarını oluşturmalıdır. Örneğin, Erasmus eğitimine gidildiğinde öncelikli hedef dersleri geçmek ise, zaman yetersizliği durumunda sergileri ziyaret hedefi küçültülebilir ya da bu hedeften vazgeçilebilir.

4.9.Strateji

İstedğimiz sonuca ulaşacağımız yolu gösterir, belirlediğimiz hedefleri önceliklere göre sıralayarak oluşturulur. Aynı amaçlara ulaşmak için alternatif stratejilerin geliştirilmesi başarı açısından önemlidir. Her zaman bir B planı olmalıdır. Zira beklenmedik dış etmenler A planının gerçekleşmesine izin vermiyorsa kişi B planını uygulamalıdır.

Farklı amaçlar için çizilen stratejiler eş zamanlı olarak planlanabilirler hatta bazı durumlarda bu zorunluluk teşkil edebilir. Örneğin kişi, iş yaşamındaki hedeflerini yerine getirirken özel ilişkilerine yönelik hedeflerini ötelemesi, anlamlı bir yaşam sürmesi açısından sakıncalar doğurabilir. VALT'e göre insanın anlamlı bir yaşam sürebilmesi için yaşama üretmek, deneyimleyerek veya içinde bulunduğu elverişsiz duruma karşı duruş sergileyerek katma değer sağlaması gerekir. İnsan ödediği bedeller ile hem güçlenir hem de duyarlılığı artar. İstikrarlı bir şekilde çalışmaya ve üretmeye devam ettikçe azmi güçlenir, yaşamı deneyimledikçe sevmeye potansiyeli gelişir, acılara karşı sabır gösterdikçe dirayeti artar. İnsanın tek başına bunlardan birini ya da diğerini geliştirmesi yetmez, anlamlı bir yaşam sürebilmesi için her üç değeri de üretmeli, aralarında denge olmalıdır. VALT bunu üç kolonlu bir yapıya benzeterek, bu kolonlardan birinin kırılmasının yaşamda dengesizliğe neden olacağını, iki kolonun birden kırılmasının ise yapının yıkılmasına neden olacağını öne sürer. VALT'ın bu prensibine göre, kişinin kendini tamamen işine adayıp sevdiklerini ihmal etmesi sağlıklı ve yanlıştır. Bu, kişinin gerçek anlam potansiyellerini göremediğine işarettir. Zira anın anlam potansiyeli, o an için en acil ve özellikle o kişinin varlığını gerektiren ihtiyaçtır.

4.10.Eylemler

Belirlenen hedeflerin yerine getirilmesi için atılması gereken adımlara eylem denir. Önce eylemler sıralanır sonra takvime yerleştirilerek zaman planı oluşturulur.

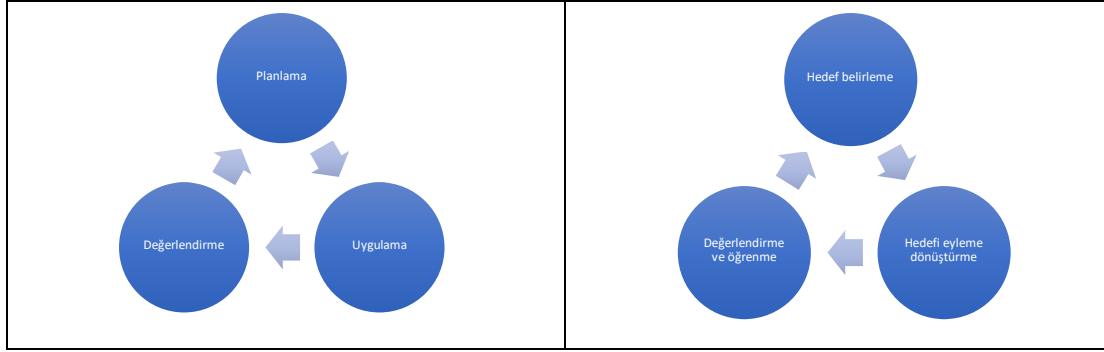
VALT'e göre, potansiyelimizi gerçekleştirmek üzere kapasitemizi optimum düzeyde kullandığımızda anlamlı bir hayat yaşayabiliriz. Hiç hedeflerimizin olmaması bizi varoluşsal boşluğa iter. Hedeflerimiz olup da bunları kapasitemizin çok altında yani konfor alanımızda kalarak yerine getirdiğimizde can sıkıntısı yaşarız, ya da ötelediğimizde sorumluluklarımızı yerine getirmemekten dolayı vicdan azabı duyarız. Bu nedenle zaman planını, kapasitemizi optimum şekilde kullanacak şekilde yapmalıyız. Uygularken ise hedefler için belirlediğimiz sürelerin gerçekçi olup olmadıklarını sorgulayıp gerektiğinde revize etmeliyiz.

Zaman planı yapmak, yaşadığımız stresi regüle etmemizin en iyi yoludur. Stresi yaratan isteklerimizdir. Önümüzde bir yığın iş olduğunda, hepsinin stresini sırtımızda taşırız. Oysa takvime yerleştirdiğimizde stresi de dağıtırız.

4.11.Planlananın hayata geçirilmesi: değerlendirme, revizyon ve yaparak öğrenme

Planlama zannedildiği gibi her zaman bire bir uygulanmak için yapılmak zorunda değildir. Çoğu durumda sayısız belirsiz parametrenin oluşu, öngörülen stratejilerin sadece yola çıkış yönünü göstermesi ve uygulama sırasında değişmesini gayet doğal kılar. Dolayısıyla strateji

yoldayken çizilmeye devam edilir. Belirsizlikleri minimum seviyeye indirmek, yapılacak işin çerçevesini belirlemek, ulaşmak istenen hedefleri netleştirmek, ilk eylemleri belirlemek, süreçte karşılaşılabilecek riskleri ve değerlendirilebilecek fırsatları öngörebilmek, büyük resmi kaybetmemek için planlama yine de gereklidir.



Şekil: Yaparak öğrenme

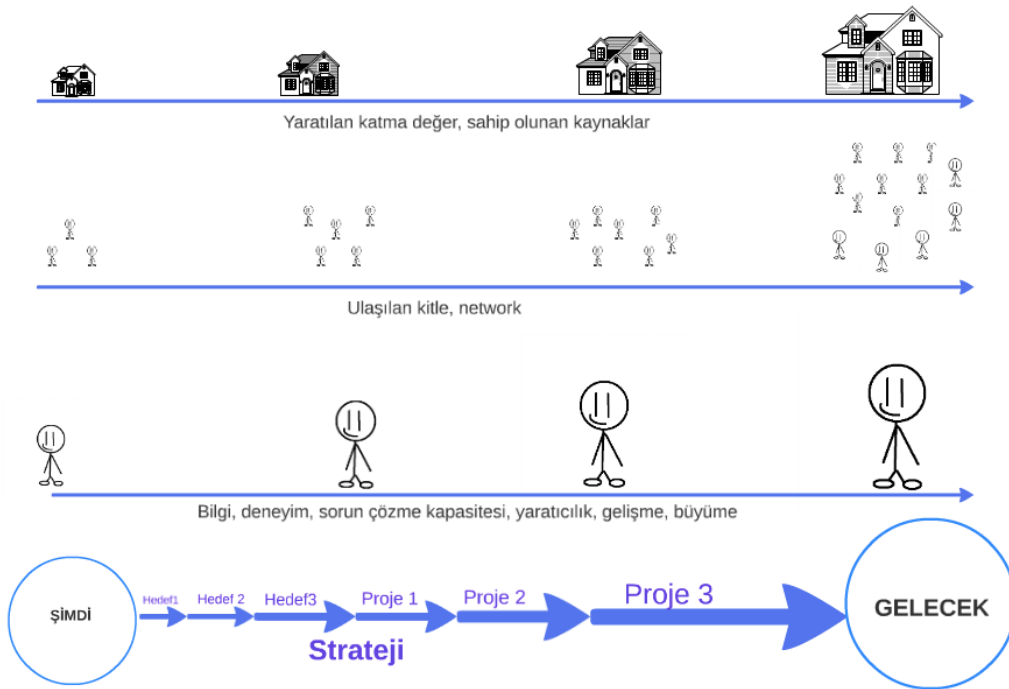
Belirsizliklerin büyük olduğu, deneyim sahibi olunmayan durumlarda (hangi eylem ile hangi sonuçlara varılabileceği bilinmiyor ise), işe küçük bir denemeye başlanır (küçük bir hedef belirlenir), denemeden elde edilen deneyim ile süreç biraz daha karmaşılaştırılarak (biraz daha büyük bir hedef belirlenerek) tekrar denenir. Yani, bilinmez parametreler, tekrarlanan deneme-yanılma ya da deneme-başarılı olma yoluyla keşfedilir. Bu yöntemle karmaşık sistemlerin veya süreçlerin keşfedilmesi mümkün olur. İşe küçük hedeflerden başlanmasının nedeni, sonuçlarını bilmediğimiz eylemleri sebep-sonuç ilişkilerini keşfederken, riskleri küçük tutmaktır. Belli bir tekrardan sonra artık planlamaya yetecek kadar bilgi edinilmiştir, döngü artık planlama-uygulama-değerlendirme-planın revizyonu-tekrar uygulama döngüsü haline gelmiştir. Bu bir “yaparak öğrenme – öğrenirken üretme” yöntemidir.

Başarının değerlendirilmesi, uygulama sonunda hedeflere ulaşıp ulaşılmadığına bakılarak yapılır. Başarı ve başarısızlığın nedenleri sorgulanır. Bu sorgulama yapılırken elde edilen başarı veya başarısızlığın dış nedenlerin mi (kader alanı) yoksa bizim eylemlerimizden mi (özgürlük alanı) kaynaklandığını tespit etmek önemlidir. Bu bize bir sonraki hedeflerimizi daha gerçekçi bir şekilde belirlemek için bilgi ve tecrübe sunar. Bunun yanında, başarısızlığın bizden mi yoksa dış nedenlerden mi kaynaklandığını görmek, suçluluk duygularımızın açığa kavuşturulması, şükran ve özsaygı duyguları kazanmak açısından da önemlidir.

Yaşam belirsizliklerle doludur ve belirsizlikler bizde kaygı yaratır. Daha önce anlatıldığı gibi sanat öğrencisinin yaşamında (hem öğrenciliği sırasında hem sonrasında) diğer mesleklerde olduğundan çok daha fazla belirsizlikler vardır. AOSP ile sanatçı belirsizlikleri

minimize ettiğinden, kaygıları da azalır. Büyük denemeler yapmadan önce aynı şeyi küçük ölçekte denemesi de ona öğrenirken cesaret de kazandırır. Zira insan gözünde büyüttüğü birçok şeyi başarısızlık kaygısıyla ya hiç denemez ya da sürekli erteler, başarısız olduğunda da vazgeçer.

Sanatçıların takip edebilecekleri standart kariyer stratejileri yoktur, her sanatçı kendi yolunu kendi çizmek zorundadır. Daha önce yapılmamış birçok şeyi ilk defa kendi yapmak zorunda olduğundan çoğu zaman planlamadan denemesi, yani doğaçlaması ve deneyimlerinden tecrübe kazanarak yoluna devam etmesi gerekebilmektedir. Aslında sanatçı sanatını üretirken sürekli yeni malzemeler, renkler, teknikler, formlar vs. dener ve deneyerek üretmeye, üretirken öğrenmeye alışkındır. AOSP'nın önerisi, sanatçının sanatını üretirken zaten kullandığı bu yaparak öğrenme- öğrenerek yapma yöntemini yaşamında da kullanmasıdır.



Şekil: Y yaparak öğrenme ve büyüme

Planlama, insanın sezgisel hareket etmesine engel teşkil etmez, tersine sezgisel olarak gerçekleştireceği eylemlerin yol açabileceği sonuçların daha fazla farkında olmasına, süreçten daha fazla öğrenebilmesine, deneyim kazanmasına, riskleri ve potansiyelleri öngörebilmesine ve değerlerinden ve etik duruşundan uzaklaşmamasına ve böylece sezgisini de geliştirmesine yardımcı olur. Bu yöntem yaratıcılığı da geliştirir, çünkü sanatçı yeni deney ve deneyimlerle sürekli yeni bilgiler edinir, sorun çözme yetisi gelişir ve dönüşür.

5. "Anlam Odaklı Stratejik Planlama" Sanat Öğrencilerinin Özel Sorunlarını ve İhtiyaçlarını Nasıl Ele Alıyor?

5.1.Deneyimden kazanılan yetkinlik:

İnsanın tinsel boyutu soyut ve anlaşılması zor bir kavram olduğundan, logoterapi danışanların geçmiş deneyimlerini kullanarak tinsel güçlerini fark etmelerini sağlar. Bu nedenle Logoterapi mevcut sorunlarıyla başa çıkabilmeleri için danışanları geçmişte karşılaştıkları sorunları çözmek üzere geliştirdikleri stratejileri keşfetmeye teşvik eder.

Derste sanat öğrencileri, yeteneklerini ve yaşam deneyimlerinden kazandıkları yetkinlikleri nasıl kullandıklarını keşfetmeye teşvik edilir. Yaratıcılık tinsel boyutun özelliğidir. Sanatçılar, günlük pratiklerinde yaratıcılıklarını sürekli kullanırlar, yaparak-deneyimleyerek öğrenmeye alıştırlar, sürecin sonuçlar kadar değerli olduğunu bilirler, işlerini sürekli gözden geçirmek, değerlendirmek ve geliştirmek onların işidir, sezgilerini kullanma, kendilerini ve çevrelerini gözlemleme ve anlama konularında eğitimlidirler. Tüm bu yetilerini hayatlarının diğer alanlarında da kullanabileceklerinin farkına varmak, onların özgüvenlerini ve özdeğerlerini yükseltir, hayatlarında değişiklik yapma cesaretini kazanmalarına yardımcı olur.

VALT'ye göre yaratıcılık tinsel bir faaliyettir. VALT'ın sanata ve yaratıcılığa verdiği özel değer, öğrencinin mesleğine olan saygısını ve dolayısıyla özdeğerini de artırmaktadır.

5.2.Özyansıtma ve kişinin engelleyici veya yıkıcı inançlarını keşfetmesi

AOSP, öğrenciye özyansıtma yapabilmesi için özel bir alan açmaktadır. Bu süreçte, öğrenciler özfarkındalıklarını geliştirir, özdeğerlerinin farkına varır, dünya ve kendilik görüşlerini netleştirirler ve daha gerçekçi hale getirirler.

İnanç kalıplarımız davranışlarımızı ve eylemlerimizi etkiler. Bazı inançlarımız bizi başarı ve anlamlı davranış ve eylemlere yönlendirirken, diğerleri bizi verimsiz, engelleyici veya yıkıcı davranışlara itebilir. Bazı inançlar gerçekçi değildir, bazıları ise önceki yararlı işlevlerini kaybetmiş olabilirler. İnanç kalıplarımız zamanla, farkedilemeyen alışkanlıklar veya tekrarlayan davranış örüntüleri geliştirmemize neden olur. Özyansıtma pratiği, bize inanç sistemimize üstten bakmamıza, böylece inanç kalıplarımızı ve ilgili tutumlarımızı sorgulamamıza izin verir. VALT'e göre kişinin tinsel boyutu, ona kendi psikolojik varlığına mesafe koyma, onu sorgulama ve ona karşı bir tavır alma yetisi veren boyuttur.

Örneğin birçok sanat öğrencisinin, sanatçıların hedonist bir yaşam tarzına sahip olması gerektiğine dair klişe bir inanca sahip olduğuna tanık oluyorum. Bu öğrenciler hedonist yaşam

ile özgünlüğü birbirine karıştırırlar. Bu yüzden özdisiplin sağlamakta ve öğrenimlerinin gereklerini yerine getirmekte zorlanırlar. Genellikle tutumlarının sonuçlarıyla yüzleşmek zorunda kalırlar ancak bazen uzun vadeli sonuçlar kolayca fark edilemez. Örneğin, çalışmalarını zamanında teslim etmeyen öğrenciye hocası özel projelerinde yer alma ayrıcalığı vermez, daha disiplinli ve dakik diğer öğrencileri dahil etmeyi tercih eder.

"Diğerleri kadar yetenekli değilim, bu yüzden o kadar başarılı değilim." ya da "Hoca benim tarzımı anlamıyor, eski kafalı bir sanatçı" öğrencilerimden sıklıkla duyduğum sözler.

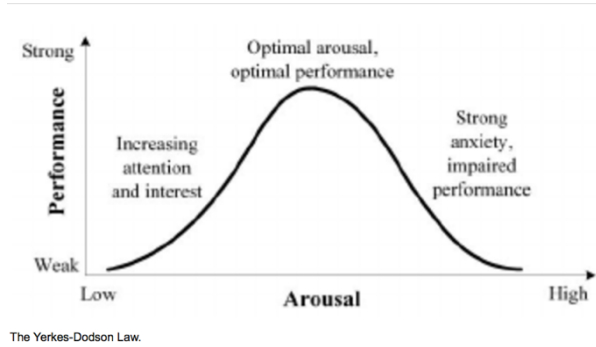
Yanlış inanç kalıplarını, gerçekleri arzularımız doğrultusunda çarpıtarak oluştururuz. Çevremizdeki örneklerden inançlarımızı destekleyen kanıtları toplayıp, desteklemeyenleri görmezden geliriz ve bu şekilde inançlarımızı gittikçe kuvvetlendiririz. Örneğin, "Diğerleri kadar yetenekli olmadığım için başarılı olamıyorum." inanç kalıbına sahip olduğumda, sınıftaki çok yetenekli ve başarılı olanları görüp, orta düzeyde yetenekli ve başarılı olmayanları görmezden gelme eğilimi gösteririm. Başarılı olanların benden farklı olarak neler yaptıklarını, salt yeteneklerinden değil, disiplinli, dakik, çaba gösteren, hocaları ve meslektaşlarıyla olan iletişimine dikkat eden, üzerine düşeni yapmak için elinden gelenin en iyisini yaptıkları için başarılı olduklarını göremem.

Hayatta karşılaştığımız açmazlar, yaşadığımız anlaşmazlıklar aynı zamanda inançlarımızı sorgulamamız ve davranış kalıplarımızı gözden geçirmemiz için birer fırsattır. Otomatikleşmiş davranışlarımızı sorgulamadan ve güncellemeden geçen bir yaşam, gerçek bir yaşam olamaz. Viktor Frankl'ın öğrencilerinden ve takipçilerinden Logoterapist Elisabeth Lukas, danışanlarının inanç kalıplarını ve tutumlarını sorgulamaları için "tutum modülasyonu" adını verdiği bir logoterapi metodolojisi geliştirmiştir. Tutum modülasyonu, danışana dışarıdan farklı bir tutum önermek yerine, danışanın gerçekçi olmayan veya hayata karşı takındığı yıkıcı tutumlarını farketmesi ve yapıcı yeni tutumlar geliştirmesi için yönlendirmeyi amaçlar. Aşağıda, AOSP'nın öğrencilerde yarattığı tutum modülasyonlarına bazı örnekler vereceğim.

5.3.Tutum Modülasyonu

"Başarı odaklı" yerine "anlam odaklı" tutum. Mesleki başarı duygusu, insanın yarattığı katma değer yanısıra sonucunda kazandığı para, yaşam kalitesi, beğeni ve takdire bağlıdır. Sanat alanında, sanatçının yarattığı katma değer diğer mesleklerde olduğu gibi somut ve ölçülebilir değildir, dolayısıyla başarısı daha çok kazandığı beğeni, ün ve şöhret ile değerlendirilmektedir. Oysa beğeni, ün ve şöhret sanatçının çabasının yanı sıra birçok dış etmene bağlıdır. Sanatçının kendini başarılı hissetmesi için vasat olması asla yeterli değildir.

Kendinden bu yüksek beklentisi, sanatçının stres ve başarı kaygısının da yüksek olmasına neden olur.



VALT'ye göre, insanın başarı takıntısı, tam istenenin tersine, başarısızlığın nedeni olur. Yukarıdaki Yerkes-Dodson kanununa ilişkin diyagram, stres ve kaygı düzeyinin performansı nasıl etkilediğini göstermektedir. Başarı arzusu ne kadar yüksek olursa, başarı kaygısı ve stres de o düzeyde artar. Bir miktar başarı kaygısı ve stres motivasyon açısından yararlıdır ancak bir seviyeyi aştığında yıkıcı hale gelir. Arzularımıza ve kaygılarımıza takıntılı olduğumuzda başarısız olmanın içsel şartlarını oluştururuz. Ayrıca arzularımızı yerine getirebilsek bile, onlara her ulaştığımızda kısa süreli tatmin yaşar, daha fazlasını arzu ederiz. Bu da bizi tatminsizliğe ve bağımlılığa götürür. Bundan kaçınmanın yolu, kendi duygularımıza odaklanmak yerine, bu başarı için yapmamız gerekenlere, sorumluluklarımıza odaklanmaktır. Başarıyı amaçlamak saçmadır, çünkü başarı yapacaklarımızın bir sonucu olacaktır. Sorumluluklarımıza odaklandığımızda kendimizi, kaygılarımızı ve arzularımızı unuttur ve onlar üzerinde kontrol sahibi oluruz. VALT'ye göre insan, hayattaki sorumluluklarına yönelerek fiziksel ve duygusal sınırlarını aşabilir.

AOSP, öğrencinin odağını, başarısız olma kaygısından veya başarılı olma arzusundan, işlerini planlamaya ve uygulamaya (anamlı olana) çevirir. Frankl'ın teorisine göre, anlamlı eylemler için çabalarsak, başarı ve tatmin kendiliğinden gelecektir. Ortaya çıkan plan bunu çok net bir şekilde göstermektedir. Planladığımız eylemleri yerine getirdiğimizde, hedeflerimize yani başarıya ulaşırız. İdeallerimiz ve değerlerimiz doğrultusunda belirlediğimiz bu hedefleri gerçekleştirmek aynı zamanda anlamlı bir yaşam sürmemizi sağlar.

"Hayattan veya başkalarından beklemek" yerine "kendinden beklemek". Çoğu sanat öğrencisi, çocukluk yaşlarından itibaren yeteneklerinden dolayı doğal olarak

çevrelerinden beğeni, övgü ve takdir toplar. Bu çocuğa bir özgüven kazandırır ancak yeteneğinden dolayı kolaylıkla elde ettiği beğeni ve takdir, kimisinin yanlış bir tutum geliştirmesine, çok emek vermeden sürekli beğeni ve hayranlık beklentisi içine girmesine, hatta bir tür bağımlılık geliştirmesine neden olabilir. Ancak sanatı meslek olarak seçtiklerinde kimisi için durum değişebilir. Sanat öğrencisi olduğunda diğer yetenekli kişiler arasında kendini rekabet ortamında bulur. Hocalar doğal olarak övgüden çok hatalara, eksikliklere ve öğrencinin gelişimi için gereken noktalara odaklanırlar. Alışkın olduğu övgü yoksunluğu zaman zaman öğrencinin motivasyonunu kırabilmekte, öğrencide özgüven kaybına yol açabilmektedir. Meslek hayatına atıldığında da kendini sanat piyasası içinde benzer durumda bulabilmektedir.

Kişinin motivasyonunun ve özgüveninin yalnız dış dünyanın tepkilerine bağlı olması sağlıksızdır. VALT, dış dünyadan aşırı beklentilerin, kişiyi hayal kırıklıklarından kaynaklanan kendine acıma ve dış dünyayı suçlama şeklinde süregelen bir nevrotik döngüye sürüklediğini öne sürer. Frankl, "Artık durumu değiştiremeyecek durumda olduğumuzda, kendimizi değiştirmek zorunda kalırız." der. Diğer insanların tepkilerini ve davranışlarını değiştiremeyiz, bu nedenle olumlu ya da olumsuz olsun, diğer insanların tepkilerine odaklanmanın bir anlamı yoktur. VALT, dış dünyadan beklentilerimizi azaltmamızı ve kendimizden beklentilerimizi artırmamızı, yani başkalarının tepkilerine bağımlı olmak yerine kendi sorumluluklarımıza ve büyümemize odaklanmamızı tavsiye eder. Takdir, beğeni, şöhret yaptıklarımızın sonuçlarıdır. Kendi sorumluluklarımıza odaklanmak, uzun vadeli amaçlarımızı ve kısa vadeli hedeflerimizi ve eylemlerimizi gerçekleştirdiğimizde bu sonuçlar bir yan etki olarak ortaya çıkar. Düşük beklenti, düşük hayal kırıklığı demektir.

AOSP, öğrencinin kendi başarı kriterlerini kendisinin belirlemesini sağlar. Kendisi için anlamlı olan amaçlara yönelik kararlar verme süreci, odağını, başkalarından onay, takdir veya hayranlık bekleme arzusundan kendi eylemlerine yönlendirilir. Başarı kriterlerini kendisinin belirlemesi, kişinin başarı değerlendirmesini kendisinin yapabilmesine yol açar ve böylece içsel tatmin duygusunun dış dünyaya bağlı olması durumunu ortadan kaldırır. Sürekli bir takdir beklentisi olmadığında eleştirilere açık hale gelir, kendine hata yapmaya ve hatalardan ders çıkarmaya izin verir. Gerçekçi olmayan bir "mükemmel olma" beklentisinden kaynaklanan stres ve kaygılardan uzaklaştırır.

"Hedonist yaşam tarzı" yerine "sorumlu yaşam tarzını" benimsemek. Çoğu zaman küçük yaşlarında esine ya da içgüdüye benzeyen bir motif ile sanata yönelen sanatçılar, daha sonraki yaşlarında sanatı meslek olarak seçtiklerinde, seçimlerinin sonuçları ile başa çıkmakta

zorlanabilmektedir. Mesleği olacak sanat, eğitiminde ve yaşamında artık canı istediği ya da ilham geldiği zaman yapacağı bir faaliyet olmaktan çıkar, sürekli olarak yapmak zorunda olduğu bir faaliyet haline gelir. Oysa sanat, fiziksel ve zihinsel olduğu gibi duygusal ve tinsel boyutu da olan bir faaliyettir. Hissettiği baskı, kimi öğrencinin yaratıcılığını olumsuz yönde etkiler, motivasyonunu düşürür. Kimisi, çalışmak için ilham gelmesini bekler, kimisi de ilham duygusunu ve yaratıcılığını yapay olarak dışarıdan aldığı alkol, uyuşturucu gibi maddelerle tetikleme yoluna gitmeyi seçer. Birçok sanatçının üretebilmesi için hedonist bir yaşam tarzına sahip olması gerektiği gibi yanlış inanç geliştirdiğini gözlemleyebiliriz.

VALT'ye göre zevk odaklı yaşam, kişiyi benmerkezci yapar ve diğer bölümlerde anlatıldığı gibi benmerkezci tutum kişinin nevrotik bir döngüye kapılmasına neden olur. Haz miktarı sürekli olarak artmadıkça haz arzusu tatmin edilemez. Bu bir süre sonra tatminsizliğe ve bağımlılığa neden olur. Denklem tersinedir, üretebilmesi için dış etkenlerden motive olmayı beklemek yerine (ilham gelmesini), kişi kendini motive etmeyi öğrenmelidir. Sanat öğrencisi zaten yapmayı sevdiği bir işi meslek olarak seçmiştir. Ancak zevk aldığı mesleğini öğrenmenin ve kendini geliştirmenin bedelleri de vardır. Hayatta hem acılar hem zevkler vardır. Zevk almak sonuçtur, zevk almak için o işin gereklilikleri yerine getirmemek gibi bir opsiyon yoktur. Kişi arzuları yerine sorumluluklarına odaklandıkça kendi gelişiminden zevk alır. VALT'ye göre kişiyi motive eden zevk odaklı bir yaşam tarzı değildir. Tersine, hayata zevk ve neşe getiren anlam odaklı bir yaşam tarzıdır. Anlam-Ego diyagramı, bu öğrencinin bu yanlış inanç ve tutumunu farketmesini sağlar.

VALT'nin özgürlük-sorumluluk diyalektiği üzerine düşünmek, sanat öğrencilerinin bu kavramları zihinlerinde netleştirmelerini sağlar. Özgürlük ve sorumluluk bir madalyonun iki yüzüdür. Sorumluluk aldıkça güçleniriz ve güçlendikçe özgürlük alanımızı geliştiririz.

Endokrinolog Hans Selye'nin Richard Lazarus'un stres modeline dayanan çalışması, olumlu stres ve olumsuz stres olarak iki tip stres olduğunu ortaya koymaktadır. İnsan birşey istediğinde beyin, isteğini gerçekleştirmesi yönünde, sinir ve hormon sistemini bedeni harekete geçirmek üzere devreye sokar, bu şekilde beden uyarılır ve stres oluşur. Bedenimizde her zaman stres mevcuttur ancak bizi rahatsız edecek düzeyde olmadığı sürece farketmeyiz. İsteğimiz, yapabileceğimizin biraz üstünde olduğunda hissettiğimiz stres rahatsız edicidir, ancak gerekli eylemleri yerine getirmek için ihtiyaç duyduğumuz strestir. İsteğimizi yerine getirdiğimizde stres ortadan kalkar. İsteğimiz elde edebileceğimizin çok üstünde ya da ulaşılması imkansız olduğunda stres rahatsız edici ve zararlı bir düzeye ulaşabilir. Bir işin zorluk derecesi subjektif

algıya bağlıdır; sadece kişinin bedensel ve zihinsel yetilerinin reel gücüyle ilgili değildir, kişinin isteği yerine getirebilip getiremeyeceğine yönelik inancı da stres düzeyini etkiler. İnsan, mümkün olmayan şeyleri istediğinde de aynı şekilde olumsuz stres oluşur. Sonuçlar tamamen kontrolümüzde değildir, bizi istediğimiz sonuçlara ulaştıracak eylemler kontrolümüzdedir. Dolayısıyla sonuçlara odaklanmak olumsuz stres yaratacaktır. Hırs, sonuçlara ulaşma isteğidir, oysa azim eylemlerimizi yerine getirmek için zorluklara rağmen devam etmektir, ki bu tinsel boyutumuz sayesinde mümkün olur.

AOSP’da bu bilgi verilerek öğrencinin stresi ortadan kaldırılamayacak olduğunu idrak etmesi ve varsa hedonist yaşam tarzına yönelik inancını sorgulaması amaçlanır. Hedeflerini belirlerken gerçekleştirebileceği ve gerçekleştiremeyeceği isteklerinin ayırımını yapar. Gerçekçi olmayan istekleri hedef olamaz. İmkansız ve gereksiz olanları eler, büyük isteklerini daha küçük ve başa çıkabileceği hedeflere dönüştürür. Önceliklerine göre sıralalayarak stratejisini oluşturur ve zaman planını oluşturur. Böylelikle cesaret edemediği ve ertelediği için oluşan stres ortadan kalkar, gelecekte yapmayı planladığı bir işin stresini de bugünden hissetmez.

Bu bilgi VALT’ın anlam odaklı yaklaşımını desteklemektedir. Stresi ortadan kaldırmak boş bir istektir. İnsan her durumda stres duyacaktır. Uğruna strese katlanacağımız anlamlı amaçlarımız olmadığında çok da yararlı olmayan isteklerimiz odağımızı oluşturur ki bu da gereksiz strese yol açar. Bu ikisi arasında seçim yapma özgürlüğümüz vardır. Seyle “Bizi öldüren stres değildir, strese yönelik nasıl bir tutum takındığımızdır.” der.

VALT’ın anlam teorisini, psikolog Mihaly Csikszentmihalyi’nin araştırması da "akış teorisi" ile desteklemekte ve tamamlamaktadır. "Akış: Optimal Deneyimin Psikolojisi" adlı kitabında Csikszentmihalyi şöyle yazıyor: “Hayatımızdaki en iyi anlar, pasif ve rahat olduğumuz zamanlar değildir. Zor ve değerli bir şeyi başarmak için gönülden çaba gösterdiğimiz zamanlardır.” Akış kuramı üzerindeki araştırmaları Csikszentmihályi’nin sanatçıların deneyimlediği bir durumu anlamaya çalışmasıyla başlamıştır. Sanatçılar, kendilerini işlerine öylesine verirler ki yemek, su ve hatta uyku ihtiyaçlarını bile ihmal ederler. Bu durum spor yaparken de yaşadığımız bir durumdur. Koşmaya başladığımızda önce bedenimiz zorlanır, koşmak bize zor gelir. Dayanma sınırimıza geldiğimizi hissettiğimizde buna rağmen irademizi kullanır devam etmeye karar verirsek, bir süre sonra koşmak otomatik bir eylem haline gelir, zorlanma duygusu ortadan kalkar yerini trans durumuna, mutluluk duygusuna bırakır. Dikkat edilmesi gereken nokta, akış durumuna geçebilmek, konfor alanımızdan çıkmayı, istikrarlı bir çalışmayı, sürekli tekrarı ve azmi gerektirir.

Sanat öğrencisi, ilham gelmesini beklemek yerine, çalışarak akış durumuna geçme özgürlüğüne sahiptir.

"Kendini gerçekleştirmek" yerine "anlam gerçekleştirmeye" yönelmek. Birçok sanatçının mesleğindeki temel motivasyonu kendini gerçekleştirmektir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine göre insan kendini gerçekleştirmeye ancak daha temel ihtiyaçları olan fizyolojik, güvenlik, sevgi, ait olma ve saygınlık kazanma gibi ihtiyaçlarını giderdikten sonra yönelir. Frankl, Maslow'dan farklı olarak, insanın kendini gerçekleştirebilmesi için diğer ihtiyaçlarını karşılamış olması gerektiğini reddeder. İnsan kendini aşarak anlam bulduğu eylemlere yöneldiğinde, bir misyon üstlendiğinde ve dış dünyaya bir değer kattığında kendini de gerçekleştirmiş olur. Frankl, İnsanın Anlam Arayışı adlı kitabında şöyle diyor: "İnsan varoluşunun gerçek amacı kendini gerçekleştirme denen şeyde bulunamaz. İnsan varoluşunun özü, kendini gerçekleştirmeden ziyade kendini aşmadır." Frankl'ın bu argümanından yola çıkan AOSP, öğrenciyi kendine odaklanmak yerine önce değerlerini ve yaşamda üstlenebileceği misyonu tanımlamasına yöneltir.

Kurban rolü üstlenmek yerine hayatının kontrolünü kendi eline almak. Sanat sektörünün sunduğu imkanlar son derece kısıtlıdır. Zor koşullar altında yaşayan birçok sanatçı, kurban rolü oynama, kendine acıma ve içinde bulundukları koşulları suçlama eğilimindedir. Mağdur rolünü benimsemek kişiyi pasifleştirir ve dolayısıyla zayıflatır.

VALT, insanın koşullarının esiri olmadığını, mevcut koşullara karşı bir duruş sergilemekte ve yeni koşullar oluşturmak için çabalamakta özgür olduğunu savunur. Zor koşullar kişinin tutumuna göre, değişim ve büyüme için bir itici güç olabilir. Nietzsche'nin "Öldürmeyen şey beni güçlendirir." sözü bu görüşü destekler.

Yaşamda anlam aramak, yaşamda değişiklik yapmaya yönelik bir çekim etkisi yaratır ve yaşamdaki zorluklara karşı direnç kazandırır. Sanatçıların çoğu sanatsal faaliyetlerine çocukluk yıllarında başlamıştır. Sanat yapmak onlar için o kadar doğal ve güçlü bir yönelimdir ki, birçoğu sanatçı olmanın bedellerini tam olarak düşünmeden ve dolayısıyla zorluklarını göze almadan mesleki seçimlerini yapar. Oysa karar vermenin tanımı, istenen sonucun bedellerini göze almaktır. Özgürlük beraberinde sorumluluk üstlenmeyi gerektirir. AOSP, öğrenciyi ulaşmak istediği sonuçları elde edebilmesi için yerine getirmesi gereken eylemleri ortaya koymasını sağlar.

Sanat üretmek herhangi başka bir üretime benzemez; fiziksel, zihinsel, duygusal ve ruhsal bir faaliyettir; becerilerin istikrarlı bir şekilde geliştirilmesi, konsantrasyon, kondisyon, sabır ve azim gerektirir. Sanatçı sanat üretmenin ve sanatını geliştirmenin yanı sıra sanatını izleyicisiyle ya da müşterisiyle buluşturabilmek için kendi işini geliştirmek ve yönetmek

zorundadır ki bu da ayrıca uzun süren bir öğrenme ve tercübe gerektirir. Çoğu sanatçı haklı olarak zaten çok çaba gerektiren üretimine yoğunlaşmak ister, bambaşka yetiler gerektiren bu iki faaliyeti bir arada yürütmekte zorluk çeker. Ancak kimisi para kazanmak için sanat yapılmasının mümkün olmadığı görüşündedir ki bu onu ikileme sürükler. Kimisi, yönetsel faaliyetlerin öğrenilmesi ve ayrıca çaba gerektirdiğinin farkına bile varmayabilir. Kimisi de yönetsel faaliyetleri öğrenmediği için yapamaz veya yapmak istemez ve neden başarılı olamadığını bir türlü anlayamaz. Çok iyi işler üretip para kazanamayan ya da yeterince adını duyuramayan birçok sanatçının anlaşılmasından yakındığını gözlemliyoruz, bunun sorumlusu eğitimsiz toplum ya da kültür sektörüdür.

Bir eylem planı olduğu gibi, bir gelişim planı da olan AOSP bu olumsuz tutumu takınmamaları için kendileri için gerekli olan her bir yetiyi geliştirmeleri yönünde hedefler belirlemelerini sağlar.

5.4.Eyleme geçme:

AOSP öğrenciye kendini tanıma, yanlış tutumlarını farketme ve değiştirmek için özyansıtma gibi düşünsel bir süreç sunmanın yanı sıra, öğrencinin eyleme geçebilmesi için araçlar da sunar. AOSP ile öğrenci yaşamındaki türlü belirsizlikleri planlayarak minimum düzeye indirir, bu gereksiz ve aşırı stres ve kaygılarını ortadan kaldırır, motivasyonunu, başarısını ve verimlilik düzeyini artırır. AOSP karar alma sürecini kolaylaştıran bir araçtır. Dolayısıyla öğrenci kararsızlık ve ikilemlerin yarattığı aşırı stres, kaygı, erteleme ve vazgeçme gibi sorunlarıyla başa çıkabilecek donanımı kazanır. Sınırlarının farkına varır ve dolayısıyla özgürlük alanını keşfeder. Özgür oluşunun sorumluluğunu hisseder ve etik anlayışını geliştirir. Kişi olduğunu, biricik olduğunu farkederek, böylece özdeğer algısı artar. Tinselliğinin farkına varır ve iradesini kullanmadığı pek çok alanda da kullanabileceğini farkederek. Özgüveni artır, eyleme geçme cesareti ve zorluklara rağmen dayanma gücü kazanır. Kendi yaşamını şekillendirebileceğine ve kendini geliştirerek yaşadığı dünyaya daha fazla katkıda bulunabileceğine olan inancı artar. Böylece yaşamı otantikleşir ve daha fazla anlam kazanır.

6. Sonuç ve Eleştiriler

"Frankl, anlamın bireysel bir mesele olduğunu vurgular. Bu nedenle VALT'de danışman kişiden kişiye ve durumdan duruma doğaçlama yapılmalıdır. Amaç, danışanların görüş alanlarını geliştirmek ve genişletmektir, böylece tüm anlam ve değerler yelpazesi onlara görünür hale gelir." (Nelson-Jones, 2011, s.264). Dersin uygulamasında, teori anlatımının ardından daha çok öğrencilerin getirdiği sorunlar üzerine konuşulmaktadır. Bu makalede, VALT'in bu prensibinin

farkında olarak, sanat öğrencilerinin eğitim ve kariyerlerinde sıklıkla karşılaştıkları zorluklara bazı örnekler verdim. Amacım sorunları genelleyerek tespitler yapmak değil, AOSP'yı anlatabilmek için yola çıkış noktası olarak en sık karşılaştığım sorunları ele almaktı.

Makaleyi gerekli uzunlukta tutmak için, dersin bütün içeriğini paylaşmam mümkün olamadı. Ağırlıklı olarak AOSP metodolojisine odaklandım, VALT'ın ve varoluşçu koçluğun yalnızca AOSP ile en çok bağlantılı olan konularını ele aldım. AOSP'yı destekleyen diğer danışmanlık teori ve uygulamalarını dahil etmedim.

Bu makalede her ne kadar AOSP'nın yalnız sanat öğrencilerine yönelik bir dersteki kullanımını ele almış olsam da, AOSP'yı, farklı formatlarda verdiğim bireysel ve kurumsal danışmanlıklarda, grup danışmanlıklarında, genel olarak kişisel ve mesleki gelişim seminer ve atölye çalışmalarında da kullanmaktayım.

Kaynakça

- Frankl, V.E., “The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy”, Souvenir Press, 1986,pp.56-58.
- Frankl, V.E., "Man's Search for Meaning", Rider, London, 2004. Nelson-Jones, R., "Theory and Practice of Counselling and Therapy", Sage Publications Ltd., London, 2011
- Emmy van Deurzen, Monica Hanaway, Existential Perspectives on Coaching, Red Globe Press; 2012
- Tatjana Schnell, “The Psychology of Meaning in Life”, Routledge, 2021
- Johanna Schechner, Heidemarie Zürner, “Krisen Bewältigen”, Braumüller GmbH, 2013
- Ferhat Jak İçöz, “Varoluşçu Analiz ve Logoterapi, Kuramsal Eğitim Kitabı”
- Nietzsche F. , "Twilight of the the Idols", 1888, Arcadia-e-book, 2016
- Csikszentmihalyi M., "Flow: The Psychology of Optimal Experience", Harper Collins, 2016
- Francesca Gino, <https://hbr.org/2016/04/are-you-too-stressed-to-be-productive-or-not-stressed-enough>, 2016
- <http://www.businessdictionary.com/definition/strategic-planning.html>
- <https://www.apm.org.uk/resources/what-is-project-management/>
- <https://www.elo.iastate.edu/engl-309/problem-analysis/> <https://www.goodtherapy.org/learn-about-therapy/types/logotherapy>
- <https://positivepsychologyprogram.com/viktor-frankl-logotherapy/> http://www.logotherapyinstitute.org/About_Logotherapy.html
- <https://www.franklzentrum.org/english/about-logotherapy.html>

VAROLUŞÇULUK VE SİNEMA

ASLINUR SAĞSÖZ

1. VAROLUŞÇULUK VE SİNEMANIN TARİHSEL KESİŞİMİ

Tarih boyunca insan, varoluşunu anlamlandırabilmek için çeşitli yollara başvurmuştur. Birçok farklı disiplinler aracılığı ile varoluşlarını farkında olarak ya da olmayarak farklı biçimlerde ortaya koymuştur. Bu ortaya koyma biçimleri her ne olursa olsun kaçınılmaz olarak toplumla birlikte şekillenmiştir. Toplumsal durum ortaya konulan anlamı da ifade ediş biçimini de doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemiştir. Nitekim insanın zamana ve mekâna tabii olması da varoluşunun sınırlılıklarındandır.

Fransızcada “exister” (ortaya çıkmak) fiilinden türetilmiş olan existensializm (varoluşçuluk) bir başka anlatımla, insan olma konusu, felsefede ilk defa, doğrudan ve dolaylı olarak Sokrates tarafından ele alınmıştır. Tarihte birçok varoluşçu düşünür ya da en kaba tabirle insanın varlığına sorular yöneltip yanıtlar arayan filozoflar olmasına karşın varoluşçu felsefenin mihenk taşı isimlerini ve yaşadıkları dönemi bilmek basit bir çerçeve oluşturması açısından kıymetlidir. Klasik felsefe tarihinde özel olarak varoluştan ilk defa bahseden düşünür, varoluşçuluğun kurucusu Danimarkalı filozof Soren Kierkegaard (1813-1855) kabul edilir. Kierkegaard insan olma deneyimini incelerken insanın sonluluk ve sonsuzluk arasında iki tarafa da çekilebildiğini, kaçınılmaz olarak kaygıyı beraberinde getirdiğini ve kaygının insana dahil olduğunu vurgular. Aynı zamanda insan yaşamı çelişkiler barındırır ve mühim olan çelişik kutupları hayat akışında eritebilmek ve dengede kalabilmektir. Alman filozof Friedrich Wilhelm Nietzsche de (1844-1900) insanın hayatı dolu dolu deneyimleyebilmesinin ancak kaderine tıpkı bir aşık gibi yaklaşarak, aktif bir konumda bulunarak mümkün olduğunu vurgular ve bireyleri cesaret etmeye davet eder. 20. yüzyılın ilk çeyreğinde Almanya'da Edmund Husserl, "Fenomenoloji" adı verilen bir felsefi yöntemin öncülüğünü yapmıştır. Bu yöntem ile “şeylere bakış” köklü bir değişikliğe uğramış ve bilinenler yeniden yorumlanmaya açık meseleler haline gelmiştir.

Başka bir Alman filozof Martin Heidegger, âdeta Kierkegaard ile Husserl'in düşüncelerini uzlaştırmış ve ötesinde insanın varoluşunu “Dasein” olarak tanımlayıp “Varlık ve Zaman” adlı eserini 1927 yılında yazmıştır. Günümüzde bu eserin beraberinde hatırlanan “Varlık ve Hiçlik” kitabı da 1943 yılında J.P. Sartre tarafından kaleme alınmıştır.

Zaman bağlamında varoluşçu felsefeye baktığımızda çok anlaşılır bir biçimde karşımıza 20. yüzyıl çıkmaktadır. Bu dönemde yaşanan olaylar da kaçınılmaz olarak insanlığın yaşama

bakışını etkilemiştir. Nitekim savaşlar, değişen yaşam tarzları insanları hayat ve kendi yaşamları üzerine düşünmeye iten sebeplerdir. Yine bu süreçte varoluşçu felsefe, bireyin kendi hayatını sorgulaması üzerine eğilmiştir. İnsanın gerek kendi gerek kendi dışına çıkarak hayatın anlamını sorguladığı bu dönemde yine varoluşçu felsefenin etkisinin belirgin şekilde görüldüğü eserler ortaya çıkmıştır. Varoluşçuluk, sadece felsefi bir akım olmasının yanı sıra zaman içerisinde de birçok sanat dalını etkilemiştir. Özellikle edebiyat alanında Kafka, Dostoyevski Camus ve Simone de Beauvoir gibi isimler önemli eserler vermişlerdir. Özellikle sanat, varoluşu anlamlandırma ve açıklamada önemli bir ifade biçimi olmuştur (Üstündağ, 2019).

19. yüzyıl Endüstri Devrimi ile birlikte artık makineler buharlı çalışmaya başlamış, seri üretimler artmış ve ulaşım tren gibi araçlarla çok daha hızlı ve kolay yapılır bir hale gelmiştir. Modernleşme olarak sayılan bu gibi yeniliklerle hız kazanan toplumsal yaşamda da kaçınılmaz olarak hızlanmış ve farklılaşmıştır. Toplum yaşayışı köylerden kentlere göçle, artan ticaret ile ciddi ölçüde değişmiştir (Öztürkler, 2019). Bu değişiklikler toplumda var olan bireylerin de yaşam pratiklerini değiştirmiştir. Modern toplumun yaşam biçiminin değişmesi sanatı da etkilemiştir. Artık eski mitolojik semboller yerini daha farklı eserlere bırakmaya başlamıştır. Toplumun anıtsal “cılalı resim yüzeylerine” olan ilgisinde gitgide azalmalar olmuştur (Antmen, 2014). Sanatçılar farklı ifade biçimlerini ortaya koymaya başlamıştır.

Tarihteki ilk sinemanın 1895 yılında Grand Cafe adlı mekânda gösterildiği bilinmektedir. Paris’te olan bu gösterim Lumiere Kardeşlere (Auguste Marie Louis Nicolas ve Louis Jean) ait olan “Trenin La Ciotat Garına Gelişi” videosudur. Bu dönemde dışarıda olan bitenin olduğu hali ile aktarıldığı, sanatsal dokunuşlara pek yer verilmeyen belgesel tarzında sayılabilecek filmler yapılmıştır. İlk fotoğraftan yaklaşık yarım yüzyıl sonra çıkan sinema filmleri izleyici üzerinde bir şok etkisi yaratmıştır (Öztürkler, 2019).

20. yüzyıl, yaşanan toplumsal olaylar; savaşlar, kayıplar, travmalar kısacası dünyada yaşanan birçok acı sanat yolu ile ifade edilmeye başlanmıştır. Bu durum sanatın gücünü geliştirmiştir ve yeni dışavurum alanları yaratılmıştır (Dindar, 2014). Yaşanan olaylardan sonra artık insanlık bir özünün olmadığı gerçeği ile net bir şekilde karşı karşıya gelmiştir (Savaş, 2001).

21. yüzyıla geldiğimizde ise artık modern toplum ve birey üzerinde hissedilen toplum dayatmaları daha belirgin hale gelmiştir. Arka planda toparlanmaya çalışan kitleler, travmalarını sürdürmektedir. Bu durum toplumsal ilişkiler ve değerlerde ciddi yarıklar oluşmuştur. Değer algısında oluşan zedelerle birlikte insanlık adına atfedilen olumlu yargılar da zarar görmüştür. Neticesinde değişen insanlık tanımı toplumun bağını ve bireylerin gerek

diğerlerine gerekse kendine bakışını değiştirmiştir. Zaman içerisinde bireylerin hayatı da toplumsal meselelerin yanı sıra daha sık konuşulmaya başlanmıştır.

Varoluşçuluğun sanat ile ilişkisine baktığımızda; ilk başlarda felsefenin ilgi alanı olan varoluşçuluk, kendini sık sık edebiyat eserlerinde göstermektedir. Başlıca, Jean Paul Sartre, Albert Camus, Andre Gide, Samuel Becket, Franz Kafka gibi edebiyat yazarları örnek gösterilebilir. Türkiye edebiyatında ise Yusuf Atılgan, Oğuz Atay, Tezer Özlü gibi isimler varoluşçu eserler kaleme almışlardır. Bahsi geçen yazarların ayırıcı özelliği en temelde yarattıkları karakterin deneyimlerini çok yönlü olarak ele almalarıdır. Eserlerde asıl olan olaylar değil, karakterlerin olaylar olup biterken nerede konumlandığı ve esas olarak yaşanılanları nasıl deneyimledikleridir. Okuyucuya aktarılan bolca içsel dünya betimlemeleri, yaratılan karakterlerin evrensel paydada birbirlerine denk düşmeleri (kaygıları, bulantıları, anlam arayışları...) dikkat çekmektedir.

Varoluşçuluğun izlerini taşıyan yazılı sanatın yanı sıra görsel sanatlarda da Francis Gruber, Jean Fautrier, Alberto Giacometti ve Bram Van Velde gibi ressamaları ve Alberto Giacometti gibi heykeltıraşlarda görürüz. Birçok eserden de anlaşılacağı üzere özellikle bireyin kişisel varoluşunu bir fikir ya da düşünce üzerinden takip etmek yerine sanat aracılığı ile kavramak kimi zaman daha kolay ve kimimiz içinse daha dokunaklı olacaktır. Bu durum sadece seyirci konumu terk ederek yaratı ortaya koyarak değil aynı zamanda eseri olduğu gibi karşılamaya açık olarak deneyimlemeyi de kapsamaktadır.

Savaş (2001), varoluşçu felsefe ile sinema sanatı hemen hemen aynı dönemin çocukları olduğunu söylemektedir. Ona göre sanatta varoluşçuluğun felsefeye kıyasla daha etkili ve yaygın olmasının nedenini, bir sanat eserinde yaratılanın, doğrudan yaşamdan somut insanlık durumu olmasıdır.

II. Dünya savaşı sonrasında, bu dönem sinemacılarının özellikle modern insan dertlerine yöneldiği görülür. Birçok sanatçı bir çare aramaktan ziyade insan varoluşunun sınırlarına çarparak bir gerçekliği açığa çıkarmaktadır. Tam da bu sebeple sinema sanatına yansıyan varoluşsal sancıların, dolaylı anlatım yollarından abartılı göstergelerden ziyade, olan biteni olanı olduğu gibi aktarma çabasında olunması, bir kabul etmişlik ve sahiplenme örneği olarak görülmektedir.

1.1. İtalyan Yeni-Gerçekçiliği

İkinci Dünya savaşı sonlarına doğru değişen düzenle birlikte İtalya’da ortaya çıkan İtalyan Yeni Gerçekçilik akımı sinema tarihinde önemli bir yer tutmaktadır. Yeni gerçekçilik akımında varoluşsal temaları çok daha bariz görmemizin başlıca sebebi, sanatçıların o yıllarda

dışarıda olan biten hayatı sinemaya taşımaya olan isteklilikleridir. “İtalyan halkının yaşamını, acılarını, sorunlarını yansıtan Yeni Gerçekçilik İkinci Dünya Savaşı sonlarında ortaya çıkan toplumsal zemindeki değişmelerle olgunlaşmıştır.” (İzduşum, 2003 Akt; Öztürk, 2013). Savaş öncesinde net bir şekilde çizilen insan tanımlamalarının zarar görmesi artık sinema filmlerinde de gözlenir hale gelmiştir.

Yeni-Gerçekçiler’in temel prensipleri bireysel yaşam deneyimlerinin gerçekçi bir şekilde beyaz perdede görünmesidir. İçsel deneyimlerine dönük karakterlere yer veren sinema anlayışı hakimdir. Akımla birlikte yavaş yavaş, profesyonel oyuncuların yerini yaşamın amatör yanını gösteren sıradan insanlar almaya başlamıştır. Benzer şekilde tekniğe daha az önem atfedilmiştir. Filmler eğlenceden güldürüden ziyade düşünceler ve politik amaçlarla ele alınmaya başlamıştır (Monaco, 2009).

İkinci Dünya Savaşı sonrası popülerliği hızla artan varoluşçu felsefe akımı ile İtalyan Yeni Gerçekçiliği akımının o dönem için sorguladığı ortak konu aslında “gerçek”, “gerçeklik” kavramlarıdır. İtalyan Yeni Gerçekçiliği sinema filmleri ile hayatın çok da filmlerde gördüğümüz tek boyutta izlenilen derinliği olmayan üç boyutlu yaşamlar olmadığını ileri sürmekteydi. Yaşamın teorilerde birebir tartışıldığı katılımda bir yer olmadığı gibi sinemanın da gelişmiş teknik kullanımlarıyla, süslü dekorlu ve çekici oyuncularla bezeli bir alan olmaması gerektiği savunulmaktaydı. İtalyan Yeni Gerçekçilik dönemin önemli yönetmenleri; Federico Fellini, Roberto Rossellini, Vittorio De Sica, Luchino Visconti artık filmlerinde alışlageldik sinema anlayışını kırarak önceliği karakterlere yani bireye vermiştir. Yine varoluşçu felsefede de insanın insan olma halinin sorgulanmasının ön plana çıkarılması ile benzerlik göstermektedir. Filmler sıradan sokaklarda geçmekle birlikte alışıldık yaşam dolu genç profesyonel oyuncuların çevresinde dönen keyifli vakitler, entrikalar vs. yerini çocuklara, işçilere, işsizlere bırakmıştır. Artık önemli olan insan ve insanın yaşamın zorlu koşullarında kendilerini nasıl var ettiğini seyirciye göstermektir. Dönemin önde gelen düşünürleri tarafından bolca irdelenen insan olma deneyimleri, tek tonlu bir tanımı olmadan, gerçeği olduğu gibi aktarma çabası ile İtalyan Yeni Gerçekçiliğinde vücut bulmuştur. Özetle, varoluşçuluk ile beyaz perdenin ilk buluşmasının bu döneme tekabül ettiğini söylemek mümkündür.

1.2.Film Noir

Tarih sahnesinde değişen sanat anlayışı ile birlikte sinemada da artık parçalanmış olan bir öz ve zeminsizlik gerçeği ile yaşamın net bilenebilir denkleminin terk edilmesi ilk olarak Film Noir ile karşımıza çıkmaktadır. Film Noir sinema için bir felsefi duruş değil bir dünya

görüşü olarak karşımıza çıkmakta ve varoluşçuluğun sinemaya yansıyan kapsamlı ilk görüşlerini oluşturmaktadır.

Film Noir 1941’de John Huston filmi olan *Maltese Falcon* (Malta Şahini) ile türünün ilk örneğini vermiştir. *Maltese Falcon* bir roman uyarlanması olmasıyla birlikte sinema tarihinde onu diğerlerinden ayıran temel özelliği hikayesinden ziyade yaratılan karakterlerdir. Klasik bir Film Noir örneği olmasıyla birlikte, ilk defa beyaz perdede alelade kötü insanlar-kötü kadın-kötü erkek arasında geçen bir öyküdür. Klasik polisiye filmlerinden uzakta, alışılmış iyi karakterler yerine daha çok iyi ile kötü olmak sınırlarını zorlayan ve izleyicinin taraf almasını zorlaştıran, karanlık mekanlarda geçen dekor yerine doğrudan sokağın bol bol kadraja girdiği bir filmidir. Beraberinde çekilen filmlerde ucuz otellere, köhne gece kulüplerine sıkça yer verilmiştir ve çoğu kez yarı belgesel tarzı kullanılmıştır. Onlar kirli, çürük ve adi bir dünyanın sancılarını beyaz perdeye taşımışlardır (Özdemir, 2003).

Film Noir’in ortaya çıkışında zamansal bağlama dikkat edildiğinde; 1910-1930 yılları arasında önemli yer edinen Alman ekspresyonizminden, 30’lu yılların Fransız filmlerinden ve edebiyat alanı olan kara romanlarından (dedektif hikayeleri) etkilendiğini söylemek mümkündür. Bu yıllarda “hiçlik”, “absürtlük” gibi varoluşçu düşüncelerin edebiyat başta olmak üzere sanat dallarında popülerleşmeye başladığını, “karanlık” mekanlarda geçen hikayelerin ve filmlerin sayısında artış olduğunu görülmektedir. Başlangıç filmleri ile kendi içinde kapalı olan, dönemine göre saklanan cinsellik, uyulan ya da uyulması gerektiği hissettirilen ahlaki normlar zaman içerisinde değişim geçirmiştir. Artık karanlık karakterler –dedektifler, suçlular, femme fataleler vb.- gizem unsurları ile bezeli bir hayatın içerisinde var olmanın ötesinde yer bulmaya başlamışlardır. Artık iyi kötü sınırları iyice geçişken bir yere çekilmeye başlanmıştır. Salt karanlık gizemli kişiler zamanla yerini daha sıradan hayatı olan adalet sisteminde olup suçun içinde yer alan, izleyiciye çok defa ikirciklilik sunulduğu bir yere gelmiştir.

Yakın dönem Film Noir’e baktığımızda ise varoluşsal acıların daha çok işlendiği, bireylerin yalnızlaşmasına dair filmlerin yer aldığı görülmektedir. Artık daha çok paranoya, köksüzlük, belirsizlik karanlıklar içerisinde gösterilir olmuştur (Özdemir, 2003). Coen Kardeşler filmlerinde yabancılaşmayı karakterleri üzerinden oldukça başarılı anlatırlar. Onları kimi zaman soyut birer görselle ifade ederek ortaya koyarlar. Bu durumda kişiler somut bir evrende kendine ve dışarıya yabancı kalarak kendi varlıklarını korur ve sürdürürler. Bir yanıla sanatçının tercihi denebilse de bir yanıla yaşam karşısında insanın varoluşu itibari ile yabancılaşmaya itildiğini filmlerde en sıradan karakterlerde dahi görmek artık mümkündür. Aynı zamanda Film Noir izleyicisi birey olarak da filme dahil edilir. Ekran başındaki kişinin

kendini iyi kötü arasında fikirsel çelişkilerde bulması, kötülüğün sınırlarında gezen ve suça bulaşmış kimselerle özdeşlik kurmakta zorlanması ve film boyu değişen ikircikli duyguları deneyimlemesi açısından o zamana kadar çekilen film örneklerinden ayrılmakta ve izleyicisine yeni bir alan açmaktadır.

Film Noir'i diğer filmlerden ayıran ve varoluşçu bir bakış açısı sunmasının temelinde suç olgusunda kötü, suçlu ve ikircikli karakterlerin onları "suça iten" zamansal ve mekânsal öğelerle incelikli ve katmanlı bir şekilde işlemesi vardır. Bu işleme biçimiyle nihayetinde izleyicinin şu sorularla baş başa kalmasına olanak sağlanır; "suç nedir?", "suçlu kimdir?". Suça dair bu gibi sorulara yer veriliyor olması ve hikâyenin aslında çok temel felsefi sorular çerçevesinde gelişmesi, suç işlemenin her insanın potansiyelinde barındırdığına dair vurguları, önemli varoluşsal çıkarımlara örnek teşkil etmektedir. Savaş'a göre (2003) suçun ne olduğunun sorgulanması Film Noir'i varoluşçu felsefeye yaklaştırmasıyla birlikte diğer akımlardan ayıran en önemli farklılığıdır.

Robert Porfiro (1976) Film Noir ve varoluşçu felsefenin iki kelimelik temel yakınlığından bahseder. Bu yakınlık, J.P. Sartre'ın "Gizli Oturum" adlı tiyatro eserinin doğrudan Türkçe çevirisinde karşılığı olan "Çıkış Yok"tur. Yine Porfino'ya göre Fransız varoluşçularının temele aldığı birçok kavram ve yaşam durumu aslında daha öncesinde Amerikan kara filmleri aracılığı ile işlenmiştir (Akt: Savaş, 2003).

1.3. Fransız Yeni Dalga Sineması

Film Noir'in zaman içerisinde konumlanması açısından muğlakta kalması ile yerini Fransız Yeni Dalgası olarak doğrudan varoluşçu sinema kategorisine dahil edebileceğimiz filmler ortaya koymuştur (Savaş, 2001).

Yeni Dalga Sineması 1950'li yıllarda Paris'te ortaya çıkmıştır. Akımın öncülerinden birisi olan Jean-Luc Godard'dır. Godard'ın filmlerinde özellikle "yurtsuzluk" teması ön plandadır. Karakterler, evi dahi olmayan düzenini, kurmamış yerleşememiş, her an başka bir akışa kapılabilecek kişilerdedir. Filmin geçtiği iç mekanlar olabildiğince sade az eşyalı ve hatta bazen mobilyasız yerlerden oluşur. İzleyiciye tekinsiz gelen bir köksüzlük hissini Godard başarılı bir şekilde yaşatır. Godard'ı farklı kılan, kamerasını serseri gösteren biraz da bu gelip geçicilik duygusudur (Savaş, 2001).

Sinemasında Paris'i karanlık işleyen diğer bir yeni dalga sinemacısı ise François Truffaut, ışığı az kullanarak, değişkenliğin dinamik doğasını filmlerinde ön plana çıkarır. Filmlerinde ciddi bir yalınlık söz konusudur. Diyaloglar uzatılmaz, abartılı oyunculuklara yer yoktur. Kamera çoğu kez doğaçlama çekiliyor hissini verir. Özetle doğallık

ve duruluk yeni dalga sinemasında çok fazla ön plana çıkar. Savaş (2003)' savaşı sonrası Fransa'nın içinde bulunduğu tarihsel durumun, sanatçıyı ve dolayısıyla üretilen sanatı etkilemesini değerlendirirken yalınlık arayışının göze çarptığını söyler ve ekler; edebiyatta yalınlık arayışında ön plana çıkan isimler nasıl E. Hemingway ve A. Camus ise sinemadaki karşılığı da pekâlâ bir J. L. Godard ve F. Truffaut olduğu söylenebilir. Bu isimlerin haricinde; Jacques Rivette, Alain Resnais, Eric Rohmer gibi sanatçılar da akımın temsilcileri arasındadır.

F. Truffaut klasikleşen sinema anlatısının “iyi olan hikayeleri iyi bir şekilde sergilemek” gerektiği görüşüne karşı çıkarak “Bir hikâyeye değil, gerçekleri aktarmak istiyorum.” şeklinde ifade eder (Solecki, 2015). Dorsay (1986)'a göre F. Truffat'un hemen her filminin sonuna gelen izleyici sanki bir kurmaca, yaratılmış bir öykü değil de yaşamın içinden gelen ve anlatılmış olması kesinlikle gerekli olan bir öykü/film izlediği duygusuna kapılır.

Sinemada gerçek dünyanın yeniden bir sanat eseri olarak var olması ile birlikte “her karenin bir önceki kadar eşit düzeyde anlam içermesi” varoluşçu felsefeden beslendiğine işarettir. Bir diğer varoluşçu felsefeden etkilediğini gösteren kavram ise Martin Heidegger'in (2011) Varlık ve Zaman eserinin 5. bölümünde ele aldığı “fırlatılmışlık”tır. Martin Heidegger'e göre insan dünyaya fırlatılmıştır. Aslında tüm yaşamımızın başı bir fırlatılmayla başlar. Bu fırlatılma son derece rastlantısal olup şansa tabiidir. İnsan doğarken en basitinden atanan kimliğini dahi kendisi seçemez. Kişi doğum tarihinden, doğacağı aileden, çevresel koşullardan kendisine konulacak isimden bile bir haber bir şekilde yaşama fırlatılır. Fırlatılmışlık bir kader örneği gibi dursa da Heidegger insanı bu fırlatılmış oluşunu bir alınyazısı dahilinde ele almaz. Nereden geliyor olduğu konusunda bir fikri bile olmayan insan niye burada olduğuna da bir fikir yaratamaz. Bunun yanı sıra insan varlığı onun şimdiki varlığından yarınına uzanan ihtimalleri ile geleceğe açılım halindedir.

Fransız Yeni Dalga sinemasında da yaratılan karakterlerin dünyaya fırlatılmış olduklarını birçok sinema akımına kıyasla çok daha rahat görebiliriz. Karakterler sahnede bir zaman içerisinde belirirler ve gerek ışık kullanımı gerek diyaloglar ve gerekse seçilen olabildiğince sade ve bir geçmişe dair fikir sunmayan mekanlarda fırlatılmışlık hissinin yarattığı yükü izleyiciye hissettirirler.

Heidegger dünyaya istemsizce fırlatılmışlığımızın sonucunda taşıdığımız yükü “olgusalılık” olarak adlandırır. Bizim olgusallığımız şimdiki durumumuzun bütünü ve bizim kendi geleceğimizdeki imkanlarımızın bize sağlayacaklarının birleşmesidir. Fırlatılmışlık Dasein'in odak noktasıdır ve Heidegger'e göre devam eden bir şey değil; tamamlanmış bir gerçektir ki kişinin aile kökeninin tarihi gibi olmuş ve bitmiştir. Dasein'in fırlatılmışlık anı

(momentumu) asla eksilmez. Dasein, fırlatıldığı yerde sürekli olarak kalır ve bu onun tüm varlığını etkiler.

Gabriel Pearson ve Eric Road'a göre (1980) Fransız Yeni Dalga Sinemasının varoluşçuluk ile doğrudan örtüşen yanları vardır (Akt; Savaş, 2001). İlk olarak, ekranda gördüğümüz her fotoğrafın bir öncekiler ya da bir sonrakiler gibi tümünden eşit derecede “gerçek” olmasıdır. Yine Fransız Yeni Dalga filmlerinde gördüğümüz kişilere baktığımızda, kişilikte “öz”lerine yer yoktur. Karakterin geçmişi şu anda yaptığı eylemi doğrudan yordayamaz kişi ancak eylemleri ile şu anda kendisini belirler. Yine bu özden yoksunluğa sadece ana karakterler ile dikkat çekilmez ekranda gördüğümüz her insan gizemlidir, davranışlarının kestirilmesi zordur. Son olarak ise bu kadar kendi kendisini belirleyen gizemli insanların olduğu bir yerde net bir değer yargısından bahsetmek mümkün değildir. Filmler genel toplumsal ahlaka dair bir mesaj içermezler aksine genel bir ahlak yargısı olamayacağına dair bir örüntü izlerler.

Film Noir'in karanlık yüzünden etkilenecek yaratılan Yeni Dalga sineması kara filmlerde sorulan soruların ötesinde bir sahne kurmuştur. Kara filmlerde özellikle sorulan soruların kıymetli olması ile ön plana çıkarken artık Yeni Dalga ile cevabında peşine düşüldüğü görülür. Sevdiği kişi tarafından ihanete uğrayan insana ne olur? Yapayalnız kalmak ne ifade eder? Banliyödeki yaşam nasıldır? gibi soruların yanıtları önem kazanmıştır. Yaşanmış ya da yaşanmakta olan deneyimlere odaklanılmıştır. Özellikle işçi hayatına yer verildiği görülmektedir (Rowlins, 2010). İnsana dair soruların peşine düşüldüğünde yanıtların defalarca kez farklılaşması gibi filmlerde de insan olma deneyimi sınırlılıkları açısından her ne kadar ortak olsa da izlenilen öyküler oldukça çeşitlidir, hem senarist olarak aktarılmak istenen hem de izleyici olarak deneyimlenenler birbirinden farklıdır.

Fransız Yeni Dalgası ile sinemaya dair diğer büyük bir değişim ise bahsedilen farklılıkların birer yönetmen imzası niteliği taşımasıdır. Bu dönem ile birlikte artık sinemada “auteur” yönetmen isimleri kullanılmaya başlamıştır. Auteur yönetmenler artık dünyanın her yerinde kendilerinden bahsettirmeye başlamışlardır. Bu açıdan artık üretilen filmler yönetmenlerin birer dışı vurumu şeklinde kabul görmeye ve bu açıdan değerlendirilmeye başlamıştır. İzleyiciler tarafından filmlerin artık yönetmenin kim olduğundan bağımsız düşünülmemeye başlanması da böylece bu dönem ile başlamıştır. Bu durum aslında ürünün üretici süzgecinden geçtiği gerçeğini yansıtmaktadır. Ayrıca getirilen yeni çekim teknikleri ile esneme payı genişletilmiştir. Bu esnekliği, yönetmen için yeni seçenekler olarak düşünmek mümkündür. Seçenek sayısının artması da beraberinde çeşitli yaratıcılık alanları açmıştır ve film yönetmenleri de bu geniş alanda kendi imzaları olarak anılacakları tarzlarını zamanla yaratmışlardır. Sanatçıların artık bireysel kimliklerini yaratabildikleri bu dönemde

hikayelerinin içerisinde bireyin varoluşuna odaklanmaları beklendik bir eş zamanlılıktır. Türkiye sinemasında da bir auteur sinemacı gösterilecek olursa bu isim ilk olarak Ömer Kavur olacaktır.

1.4.Türkiye Sinemasında Varoluşçuluk

Türkiye’de varoluşçuluğun sanat üzerimde izleri ilk olarak edebiyat eserlerinde İkinci Dünya Savaşı’nın etkileri ile hissedilmeye başlanmıştır. Gerek ekonomik gerekse politik olarak baskılanan halkın toplumsal kriz yaşadığı döneme denk gelmiştir. Çeşitli gerekçelerle artık kendi kendisine yabancılaşan sanatçılar, varoluşçuluktan beslenmeye başlamışlardır (Aydemir, 2014).

Türkiye’de yapılan sinema filmlerine baktığımızda ilk varoluşsal izlekleri Metin Erksan’ın Sevmek Zamanı (1965) filminde görürüz (Uğur, 2007). Türkiye sinemasında yabancılaşmayı irdeleyen, bireyin sorunlarına odaklanan ilk isim Ömer Kavur olmuştur. O döneme kadar gelen topluma odaklanan oradaki sorunları ele alan filmlerden farklı olarak, bu kez kadrajı topluma değil toplumda var olan bireye çevirmiş ve bireyin sorunları ile ilgilenmiştir.

1987 yılında Ömer Kavur’un “Gece Yolcuları” filmi ile birlikte artık Türkiye sinemasında odağın bireye dönmesi, karakterlerin ilk sancısı olarak ne kadar kendileri için ne kadar topluma dahil olmak için eylemde bulunduklarının sorgulanması, izleyiciyi ilk defa net bir şekilde kendi bireysellikleri ile karşı karşıya getirir. Sonrasında çekilen birçok filmde de artık karakterlerin deneyimleri sırasında ortaya çıkan hislerine odak kesilmeye başlanmıştır.

Ömer Kavur ile sinemanın edebiyattan esinlendiğini edebiyat ile felsefenin iç içe geçtiğini görürüz. Eserlerinde varoluşçuluğun izlerine sıkça rastladığımız Yusuf Atılgan’ın eseri Anayurt Otel’ni sinemaya uyarlar. Filmde ana karakter Zebercet ile bir “bekleyiş” öyküsü izleriz. Bu birisini bekleme ve bu bekleyiş sırasında kendisi ile yüzleşmeye birçok kitapta ve filmde yer verilmiştir. Bu tema ile ilk akla gelen eserlerden birisi de Samuel Beckett’in Godot’yu Beklerken oyunudur.

Anayurt Otel’nde otel müdürü Zebercet’in o çok güzel kadının belki bir hafta sonra belki bir başka günde geleceğini bekleyişi gibi bireyin bir şeyi bekleme haline geçmesiyle beraber, bekleme süresinin artması, bireyin kendi yalnızlığı ile karşılaşması ve bu yalnızlık içerisinde umut ve umutsuzluk arasında salınması alışıldık bir hikayedir. Birey süreçte yalnızlığının yanı sıra ölümlülük üzerine düşünmeye başlar. Aslında bir bilinmezle karşı karşıya gelinen bu bekleme hikayeleri çoğu kez bireyin, hayatın ve ziyadesiyle kendi hayatının

anlamı ve anlamsızlığı sancılarını deneyimler. Tam burada birey nasıl bir tutum üstleneceğini seçer ve artık o bilinmez olan kendi içinde kısmen de olsa bir belirlenmişlik kazanabilir.

Ömer Kavur sonrasında Türkiye sinemada “yabancılaşan” karakterleri ile önde gelen isimler; Nuri Bilge Ceylan, Zeki Demirkubuz ve Semih Kaplanoğlu’dur. Derin bir karamsarlık içinde yalnızlık hikayeleri anlatmak bu yönetmenlerin ortak noktasıdır (Nas, 2013).

Zeki Demirkubuz filmlerinde varoluşçu temaların sık sık rastlandığı bir yönetmendir. O izleyiciye filmleri ile özellikle iyilik-kötülük üzerine çokça soru sordurmasının yanı sıra doğrudan karakterlerini ikircikli ve kestirilemez yaratarak karakterlerinin çeşitli varoluş ihtimallerine sahip çıkmaktadır.

İnsanın “kötü” olma potansiyeline sıkıca sahip çıkan Demirkubuz’da varoluşçu edebiyattan beslenmiştir. 2001’de vizyona giren “Yazgı” filminde Albert Camus’ün romanı olan Yabancı’dan esinlenmiştir. Yine 2012’de sahneye çıkan “Yeraltı” filmi isminden de tahmin edilebileceği gibi Rus romancı Fyodor Mihayloviç Dostoyevski’nin Yeraltından Notlar eserinden atıflar taşımaktadır.

Zeki Demirkubuz sinemasını “toplumsal gerçekçi” olarak ele almakta mümkündür. O zaman kadar gelen birçok sinema filmi bireyi toplumun bir parçası olmaktan öte görmezken o filmlerinde mevcut toplum içerisinde var olan bireyin içsel karmaşasını aktarır. Bireyin iç dünyasına bulantılarına sıkışmışlıklarını incelikle işlediği kadar bireyi o noktaya getiren dışarıda olan biten gerçekçiliği de sert bir şekilde aktarmakta başarılıdır. Bu aktarımı gerek mekân seçimleri ile gerekse diyaloglar aracılığı ile sert bir şekilde izleyiciye aktarır. Bireyin varoluşunun ne sadece içeriden dışarıya ne de sadece dışarıdan içeriye bir yol izlediğini bu ikisi arasında tutturulamayan dengeyi ve birbirilerine karışan sınırları aktarır. Bu manada denge varoluşçu düşünürler tarafından da sıkça dile getirilmektedir. İnsan yaşamında çeşitli kutupları içinde barındırır ve kimi zaman belli bir anda var olurken çelişik duyguları da aynı anda deneyimleyebilir. Birçok “şey” olma potansiyelini eş zamanlı içinde barındırabilir.

Demirkubuz sinemasında bir önemli tema ise kıskançlıktır. Filmlerinde kıskançlık duygusunu farklı hallerde yaşayan birçok karakter mevcuttur. Adını doğrudan duygudan alan “Kıskanmak” (2009) filmi ile bu kez ana karakterin temel duygularından birisini konu olarak ele almaktadır. Uluştas’a göre (2019) bu film kıskançlık duygusu bağlamında hem dünya hem de Türkiye sinemasında önemli bir yer tutmaktadır. Kıskanmak filminde de kıskanç karakterin Sartre’ın bakış açısından oluşturulduğu ve bu açıdan incelendiğinde kıskançlığın bir varoluş sorunu olarak deneyimlendiğini görmek mümkündür. Karakterlerin kendi aralarında ilişkilene biçimleri, temel bir duyguyu odağa yerleştirerek, Sartre’ın ezen-ezilen ilişkisiyle benzerlikler taşımaktadır.

Nuri Bilge Ceylan sinemasında en göze çarpan varoluşsal tema yabancılaşmış olan “kalabalıklardaki yalnızların” bulantılarıdır. Ceylan, sanat hayatına öncelikli olarak fotoğraf ile başlaması sebebiyle sinema filmlerinde bol bol durağan sahnelerle rastlamak mümkündür. O anlatımını ilginç hikayelerden ziyade gündelik hayatımızda var olan sıradan insan -bazen taşra insanı bazen entelektüel bir şehir insanı – hikayelerini ekrana kare kare işleyerek dokur. Sinemada zamanın daha yavaş akması ve aksiyondan ziyade estetik derinliği olan fotoğraflara sıkça yer verme de aslında zamansal bağlamda varoluşçu bir alana dokunmaktadır. Sinemada bu durağanlaşma tarihsel olarak İkinci Dünya Savaşı sonrasına denk gelmektedir. Artık bireysel deneyime yönelimin arttığı bu zaman diliminde beyaz perdeye olan bu durgun ve sanatlar yansımaları ile izleyicide yabancılaşma hissini yaratmak istenildiği düşünülebilir (Çapan, 2009).

Semih Kaplanoğlu sineması da Demirkubuz sinemasına sıradan insan hikayeleri ve durağan anlatımı ile benzerlik gösterir. Kaplanoğlu’da ayrıca daha sade bir görsel anlatım dilinin olması dikkat çekmektedir. Minimalizme yakın bu anlatısında doğa sahnelerine bolca yer vererek bireyin içine dönmesini ve çevre ile bütünleşmiş bir varoluşuna işaret etmektedir. Yarattığı karakterler doğanın canlılığı ile bütünleşen, doğa ile eşit bir canlılık gösteren kişilerdir. Her karenin diğeri kadar eşit olduğu bu anlatı dilinde, doğa içerisinde var olan insan diğer canlılarla eşit önemle görünür olur.

Kronolojik bir zaman diliminden ziyade Yusuf Üçlemesi’nde (2017, 2018, 2020) daha şiirsel bir zaman anlatımı söz konusudur. Daha çok duyumsanan anları zamansız olarak sahneye aktaran Kaplanoğlu zamanın kairos boyutunu ön plana çıkarmaktadır. Ekrana düşen kareler birbirine eş olsalar da, ekrana yansımayan sahneler de bir o kadar izleyenin oluşturduğu olay örgüsüne dahil edilir. Kaplanoğlu yaşananları gerçeğe uygun olarak doğrudan aktarmasına rağmen izleyici deneyimi ve aktarmak istedikleri açısından belgesel filmlerinden oldukça farklılaşır. Bu farklılığın temelinde izleyen kişiye çağrışımlarını takip edebileceği ve estetik haz duyabileceği bir alan yaratıyor olmasıdır. Sahnede izlenen en küçük en sıradan eylemler, hareketlerden öte var olunan zamanı ve mekanı derinlemesine hissetmek, izleyiciye kendi canlılığını hissettirmesi açısından önemlidir. İzleyici farklı hikayelerde kendi hikayesini görebilir, duygudaşlık kurabilir. Belki de en önemlisi izleyici kendisi dışında aynı dünyayı paylaştığını gördüğü karakterin insani olarak kendine ne kadar çok benzediğini görür ve ötesinde karakterin bir öteki olarak bağımsızlığını tanımayı orada dahi bulunmadan deneyimler.

Varoluşçu düşüncelerin tohumlarının atıldığı yer, yalıtılmış akademik alanlar değil aksine hayatın tam içerisidir. Bireyin deneyiminin öznel oluşunun vazgeçilmez kabul edilmesi, varoluşçu düşünceyi geniş coğrafyaya taşımıştır. Birbirinden çok farklı inanç sistemlerine ve yaşam biçimlerine sahip birçok varoluşçu filozof insan olma deneyimini

tanımlamaya kendinden referansla katkı sağlamıştır. Yaşamla bu denli içe içe olan ve birey olmayı derinden ilgilendiren bu düşünceler kaçınılmaz olarak politik meselelere bakış açısını da etkileyecektir. İkinci dalga feminizmle birlikte popülerleşen “Kişisel olan politiktir.” sloganı bireyin kişisel deneyimini ele alırken toplumsal ve hukuksal bağlamın görmezden gelinemeyeceğine önemli bir örnektir. Fransa’ da ve Türkiye’de politik filmleri ile anılan ve kimlik sorununu sinema içerisinde ele alan Yeşim Ustaoglu sinemasında da varoluşçu izleklere rastlanmaktadır. Ben ve öteki açısından ele alınabilecek filmlerinde temel karakterleri, karakterlerin karşısında konumlanan baskın kalabalıklar içerisinde inceleyerek hem insan olmanın ortak deneyimini hem de diğeri olmanın, muhalif olmanın, ne demek olduğunu sorgulatır. Geçmişe sahip çıkıp çıkmamanın bugünün insanına dair neler söyleyebileceğini farklı hikayelerle izleyiciye sunar.

2. Sinema Filmlerinde Varoluşçu Yansımalar

“Sanat, hakikatin yaratıcı konumudur.” (Heidegger, 2011). M. Heidegger’e göre salt bir hakikatin varlığından söz edilemez. Ona göre hakikat: “Var-olanın var-olan olarak açıklığıdır.” Bu bağlamda hakiki olan ancak duysal alımlanan yani deneyimlenendir.

Her deneyim bir başka varoluş ihtimali yaratmaktadır. Bir senarist bir yönetmen ya da bir oyuncu olarak sanatçı kendi hakikatini yani kendi varoluşunu sanatı aracılığı ile ortaya koyar. Görünür kılınan varoluşun bu hali sanatçı ve sanatı ile etkileşime giren kişi kadar yeni hakikatler (varoluş ihtimalleri) açığa çıkarmaktadır.

Sinemada seyircinin karşısına çıkan gerek bir belgesel olsun gerekse bir sanat yapıtı, izleyicinin algısında ilk etkisinden uzaklaşarak bir yeniden yaratım sürecine tabii tutulur. Yapıt karşısında ilk olarak göz duyusu görüntüyü algılar, ardından beyinde duygu düşünce deneyim gibi kişisel bağlamlarla değişime uğrar. Sonuç olarak yapıt yeni anlamları ile izleyici tarafından yeniden inşa edilir (Güleryüz,2014). Buradan hareketle her film onu izleyen sayısı kadar açık ve yorumlanabilir bir alan açar. Ayrıca sinema yolu ile izleyici başka varoluş ihtimalleri ile de karşılaşma deneyimi yaşar.

Sinemayı sanat haline getiren özellikle iki isim vardır. Bu isimlerin ilki, İsveçli yönetmen ve aynı zamanda oyun yazarı olan Ernst Ingmar Bergman’dır. İkinci isim ise Rus yönetmen, aynı zamanda yazar ve artist olan Andrey Arsenyeviç Tarkovsky’dır. Bu iki isim, izleyiciye sinema dilinin dönüşebileceği ve bireyin varoluşsal meselelerine filmler aracılığı ile bakılabileceğini göstermiştir (Savaş, 2001).

Sinema tarihinde elbette varoluşçu film yapan daha nice isimler mevcuttur. Varoluşçu felsefecilerin dahi kendi aralarında kalıba girmemeleri ve felsefelerinin kişi sayısı kadar farklılık çeşitlilik göstermesinin olağan olduğu göz önüne alınca sinemada da belli bir kategori belirlemek pek mümkün değildir. Kimi zaman insanın bulantısı üzerine ağırlıklı filmler yapan yönetmenleri görmek kimi zaman ise başkaldıran karakterlerin yer aldığı senaryolara rastlamak mümkündür.

Bir sinema filminin varoluşçu olup olmadığına dair yorum yapabilmek için en azından filmde bireyin “kendini arayışı” içinde olup olmadığına bakılabilir. Sonuç olarak birçok yönetmenin varoluşçu temalarla çalışması sebebi ile varoluşçu sanatçı olabileceği gibi birçok farklı temalarda belki çok sıradan belki sıra dışı film yapan birçok yönetmenin insanı ele alması, insanı araması bağlamında ürettiği filmler kaçınılmaz olarak insanın varoluşu ile temas halinde olacaktır.

Varoluşçu felsefeden esinlenerek ortaya konulan sanat eserlerinde gördüğümüz temaların ortaklığı dikkat çekmektedir. Sinema sanatı da yine varoluşçu felsefeden esinlenen sanat dallarından birisidir. Burada gerek sözel gerekse görsel sanat kullanma gücüne sahip olan sinema filmlerinde varoluşçu temaları her filmde yakalamak mümkündür ve her filmin bir çerçevesi vardır. Kabaca özetlenecek olursa; her filmde karakterler doğrudan gerçek hayattan olmasa dahi belli sınırlılıklara tabidir (mekân, zaman, ilişkisellik vs). Filmlerde çoğu kez doğrudan gözlemlenen eylemler ve kaçınılmaz olarak beraberinde gelen eylemlerin sonuçları vardır. Çoğu kez birey kendi yaşamında bunu doğrudan göremiyor olsa da sinema bu anlamda da bir başkasının hikâyesi üzerinden gerek zamansal sıçramalarla gerek metaforlarla izleyiciye bunu iletebilen bir sanattır.

Martin Heidegger’e göre (2011) sanatta aşılması gereken temel şey metafiziktir. Sanat eserini yaratırken yaratıcı metafiziksel öğeleri aşıp, var olanın varlığını somut bir biçimde ortaya koymalıdır. Metafiziği aşmak ancak ve ancak insanın var oluşunu, var olan dışarısı ile temasa sokarak ayrıca metafiziği var olanın hakikati üzerinden düşünmesi ile mümkündür. Çüçen (2006) kişinin öncelikle dünya ile olan alışılmış bağını aşması gerektiğini belirtir. Bu aşma sayesinde kişi hem kendisini açığa çıkarabilir hem de var olanı bir bütün olarak ortaya koyabilir.

Geleneksel metafiziğin aşılmasının sanat eserini oluşturması için önemli olduğunu varsaydığımız durumda, kişinin bir sıfır noktasından yaşamı ele alması ve dışarıda var olan ile temas etmesi zorunludur. Bu açıdan bakıldığında birçok sanat dalının yaptığı somutlama ve fikirlerin beden bulması sinema sanatı içinde önemli bir yer teşkil etmektedir.

Merleau-Ponty'e göre bir filmin anlatmak yerine, özne ile dünya, özne ile diğerleri arasındaki bağı izleyiciye göstermesi gerekmektedir. Filmler gösterdikleri somut yaşam dünyaları ile bize yeni bir dünyayı açarlar. Bize eşit olarak bir başkasını görme deneyimini sunarlar. (Akt; Yacavone, 2016).

Sinema filmlerini izlerken sadece diyaloglara yani sözlü dünyaya bağlı kalmayız, izleyici olarak filmi anlamaya çalışmak bizi imgelere, işaretlere bazen farkında dahi olmadan ışık gibi detay ayrıntıları yorumlamaya iter. Aslında bizler bu durumu hayatımız boyunca yaparız. Bu süreçte birçok söze dökülmemiş deneyimlerimizden oluşan yaşamımız da yorumlarımıza eşlik eder. Ayrıca bu durum, psikoterapi odasında terapist tarafından -özellikle varoluşçu psikoterapide kuramsal olarak önem arz eder- incelemeye alınır. Danışanın anlattıkları kadar sustuğu yerler, beden dili randevu saatine uyumuna kadar her şey bir varoluşçu terapist için eşit derecede öneme sahiptir. Keza bir filmi de varoluşçu odaklı incelemek istediğimizde, filmin her karesine eşit mesafeden yaklaşır ve ötesinde kendi yorumlarımızı paranteze alır ya da varsayımlarımız olduğunun altını çizerek aktarırız.

Fenomenolojik olarak inceleme yapmanın mümkün olduğu her koşulda bir varoluş ile karşılaşılır. Bu varoluş çoğu kez bireyin kendi içine doğru dönük bir karşılaşmadır. Hatta fenomenolojik olarak inceleme alanımıza giremeyen şeyler de kimi zaman içimizde güçlü yankılar bulabilir. İnsanın varoluşuna dair bir yerlere dokunabilmesi pek tabiidir.

Bir sanat eseri, eserle temas eden kişide duygulanım yaratır. Bu duygulanım çoğu kez mantıkla açıklanabilir sınırın ötesindedir. Bir fotoğrafa bakarken bireyin kendisine “dokunmasına” müsaade edip kendisine dair bir şeyleri anlamlandırmada aracı olarak kullanması mümkündür. Bir film de bireyin kendisini anlamlandırmasında aracı olarak kullanılabilir. Tam da bu sebeptir ki aslında sahnede görülen her an her olay kişiye -varoluşuna- süreçte eşlikçi olabilir. Bir anlamıyla çok öznel bir deneyim olmasıyla birlikte genel olarak sinema filmlerinde bu etkinin diğer sanat dallarına kıyasla daha hızlı yankı uyandırması beklenebilir. Sebep olarak ise bir filmi peşi sıra akan görüntüler olarak özetlersek şayet var olanı bir akış içerisinde, dinamik yanları ile her an yeniden olan haliyle doğrudan deneyimleyebiliyor olmamızdır.

Film sabitlenmiş bir “şey” değildir. En durağan bir filmde bile fotoğraflar birbirini takip eder ve aslında hayatın akışta olan yanı ile paralel bir özellik gösterir. Herkesin farklılaşan öznel deneyimlerinde zaman akışının farklı hissedilmesi gibi yine sinemada bu akış temposu her filmde farklılaşabileceği gibi, filmin içerisinde de hızlanıp yavaşlayabilir.

Film karakterlerini değerlendirirken varoluşçu psikoterapiden faydalanmak mümkündür. Varoluşçu terapistler bireyi dinlerken dört boyutlu bir dünya modelinden

yararlanırlar. Her bireyin potansiyel olarak varoluşu ile alan kaplayabileceği dört dünyası vardır. Bu dünyalar; May'e göre (1983) biyolojik, fiziksel dünyamız olan Umwelt, diğerleri ile paylaşılan, ilişkisel dünya Mitwelt ve kişinin kendine ait olan kendilik dünyası Eigenweltdir. Bu üç dünyanın yanı sıra Van Deurzen (1999) ise insan varoluşunun tinsel kısmını kapsayan 4. dünyayı yani Überwelti literatüre kazandırmıştır.

Sinema da izlenen karakterler bu dört boyutlu dünya kuramı ile ele alındığında özellikle ana karakterlerin dört dünyasına dair bolca bilgiler bulmak mümkündür. Filmlerde en fazla bilgi toplanılabilecek alan genel olarak fiziksel dünyadır. İzleyiciden özellikle gizlenmediği bir durumda öne çıkan karakterlerin gündelik hayat rutinleri görülür. Sağlık durumlarından ve ilişkisel dünyalarından doğrudan kolayca haberdar olunabilir. Karakterin çevresi ile nasıl bir etkileşimi olduğunu ve kendi kendisine ne gibi atıflarda bulunduğu anlaşılabilir. Yine karakterin davranışları ile de pekişmesinin beklendiği bir tinsel dünya, değerler dünyasının (überwelt) var olup olmadığına dair fikir sahibi olmak mümkündür.

Dört dünya kuramı çerçevesinden bakıldığında, beyaz perde karakterlerinin çoğu zaman bazı dünyalarının daha fazla yer kapladığını görmek olasıdır. Örneğin Inside I'm Dancing (2004) (İçimdeki Dans) filminde Mitwelt'in hayatlarında belirgin yer kapladığı, fiziksel güçlüğü olan, iki gencin birlikte yaşama açılmaları konu edinilmiştir. Film boyunca başta fiziksel dünyaya dair olan bilgilerine seyirci film ilerledikçe yenilerini ekler ve karakterleri daha derinlemesine tanımaya başlar. Inside I'm Dancing filmi de izledikçe derinleşen ve başta fazlaca yer kapayan fiziksel dünyanın artık diğer dünyalar ile dengeli konuma geldiğini görmek açısından bir örnektir. Bu örnek gündelik karşılaşmalar için uç bir örnek olarak görülebilir. Aslında birçok tanışma eylemi de düşünüldüğünde bu denli bariz bir motifte olmasa da benzer sırayı izlemektedir. Bu tanışmaya bireyin öteki ile tanışmasının yanı sıra kendisi ile olan karşılaşması ve değer yargılarını oluşturduğu dünyasına geçişe kadar da benzer bir süreç izlediği düşünülebilir.

2.1. Varoluş Özden Önce Gelir

Varoluş özden önce gelir sözlerinin sahibi J.P. Sartre (2002) Bireyi “özgür olmaya ve kendini gerçekleştirmeye mahkum” olarak tanımlamaktadır. Bireyler -ateist varoluşçulara göre- belli bir öz ile bu dünyaya gelmezler. Kaçınılmaz olarak insan olmanın belirli sınırları vardır. Fakat kişi bu sınırların yanı sıra devamlı olarak kendini yeniden yaratmak zorundadır. Bir insan hiçbir zaman “tamamlanmış” hatta net bir biçimde “tanımlanmış” olamaz.

Filmleri izlemeye başladığımızda gördüğümüz karakterler bize kendileri hakkında sınırlı sayıda bilgi verirler. Birçoğu bizim yorumlarımızdan ibarettir. Film karakterlerini de

tıpkı gündelik hayatta diğer inanlarla olan ilişkimizde olduğu gibi daha tanıdık bulmak için eylemlere ihtiyaç duyar, davranışlarını dikkate alırız. Karakterlerin film boyunca anbean seçimler yaptığını dışarıdan bir göz olarak katılımsız izleme şansını buluruz. Kendi içinde tutarlılık olmasını beklediğimiz ortalama bir filmde her eylemin bir dönütü olduğunu biliriz. Dışarıdan baktığımız zamanlarda karakterlerden seçimlerinin sorumluluğunu almalarını beklemek, gündelik hayatımızda kendi sorumluluğumuzu fark etmek ve üstlenmekten çok daha kolaydır.

Bireyin kendisini sürekli olarak yeniden yarattığını eylemlerinde kolayca görmek mümkündür. İnsan eylemleri için bir seçim yapmaktadır. Sartre (2002), aynı zamanda eylemlerin kişiye bir sorumluluk yüklediğinden bahseder. Tanrının yani bir tasarımcının bulunmadığı bu dünyaya insan rastlantısal olarak gelmiştir. Bu durumda da herhangi bir çizgisi olmayan insan kendi çizgisini kendisi çizerken her adımından da kendisi sorumlu olmalıdır. Genel olarak insanın özüne atfedilen tanımların oluşması -bireyi tanımlamak için kullanılan sıfatlar vs. aslında kişinin sabit bir “o” olması ile ilgili değil, kendi kendisini “o” olarak yaratmış olmasıyla ilintilidir. “O” kalıcı olmak durumunda değildir. Kişi bir sonraki eyleminde bir tutarlılık göstermek zorunda da değildir.

Her an her durum karşısında bir seçim yaptığını gördüğümüz birey özgürlüğü karşısında çaresizdir. Bu çaresizlik beraberinde onu eyleme teşvik eden bazı hisleri de beraberinde getirir. Bu hisler “bulantı” olarak adlandırılabilir bir tür iç daralmasıdır (Sartre, 2011). Birey sorumluluklarından kaçamaz. İnsan, sorumluluklarından kaçma arzusundan bile sorumludur (Avcı, 2016). Aynı zamanda birey sadece kendisini seçmez, eylemleri ile kendisiyle birlikte ötekini yani herkesi seçme sorumluluğundadır. Bu sorumluluk, bireyin “insanlıktan sorumlu” oluşudur.

Bezirci (2002) “Varoluşçuluk” kitabının ön sözünü yazarken Sartre’dan döneminin ana sorunları ile ilgilenen ve bu sorunların değişmesi için aktif rol alan bir kişi oluşundan bahseder. Bu gerek felsefesi gerek hayattaki duruş özelliği onun düşüncelerinin başta edebiyat olmak üzere birçok sanat dalını da etkilediğini ortaya sermektedir.

Kierkegaard (2013), Kişiliğin Gelişiminde Etik-Estetik Dengesi kitabında bireyi ele alırken “kendini bilme” yerine “kendini seçme” ifadesini tercih ettiğini özellikle belirtir. Aynı kitabında “etik birey” ve “estetik bireyden” bahseder. Bahsi geçen iki birey arasındaki fark temelde, kendine dair şeffaf olmak ile kendine dair dürüstlüğü bozulmasıdır.

Etik birey kendi ihtiyaçlarını tanır ve bunları karşılamak ister. Kendisine dair dürüsttür ve evrensel olan için eyleme geçer. Aynı zamanda birey zaman bağlamındaki devinimi farkında olan kişidir. Süreklilik içerisinde var olduğunu bilir ve tamamlanmış olmanın mümkün

olmadığını kabul ederek dinamik yapı içerisinde aktiftir. Estetik birey ise aksi yönde kendisinden ve var olduğu bağlamlardan kopuk bir yerde “bulutların üstünde” olan kişidir. Burada bireyler kendini tanımak ve kendini seçmek noktasında hatalıdır. Birey ancak kendini gerçekleştirmek uğruna adım atar ve kendini tanıyıp inandığı ideal benliği uğruna çaba sarf ederse kendisi olabilir. Aksi durumda birey başkasının taklit eden kişi olarak kalacaktır (Kierkegaard 2013). Sinemanın otantik karakterleri ile etik karakterlerin kendilerini ortaya koyma biçimleri açısından benzerlik gösterdikleri görülmektedir. 1993 yapımı Harold Ramis’in yönettiği Groundhog Day (Bugün Aslında Dünyada) filmi bir felaket sonrası günlerin birebir tekrar ettiği bir senaryoyu işler. Aslında sürekli olarak kendini de tekrar eden karakter bir noktadan sonra bunu fark eder ve sonrasında kendisini etik birey olarak konumlandırıp bir yaşama alanı yaratır. Film aynı zamanda benli dönüşü dair de bir sorgulama alanı yarattığını görmek mümkündür. Şayet hayat bir şekilde birbirini tekrar eden döngülerden meydana geliyorsa, seyirci koltuğunda oturan kişinin de tıpkı başkarakter gibi döngüleri vardır. Film izleyici için en iyi ihtimalle kendi tekrarlarına yön verme cesaretini göstermesi için teşvik edecek potansiyele sahiptir.

Sinemada yabancılaşan karakterlerle karşılaştığımızda genelde ilk hissiyatımızın “bulantı” olmasıyla birlikte aklımıza J.P. Sartre gelir. Sartre’ın düşüncesinden etkilenerek beyaz perdeye yansıyan filmlere örnek olarak, Bernardo Bertolucci’nin The Sheltering Sky (Çölde Çay) filmini vermek mümkündür.

2.1.1. Modern Yaşam Bulantısı Olarak: The Sheltering Sky (Çölde Çay)

The Sheltering Sky (Çölde Çay) yönetmenliğini Bernardo Bertolucci’nin yaptığı, Paul Bowles’ın 1946’da aynı isimle yazdığı romanından uyarlanmıştır.

Filmin girişinde bir süre New York’un hızlı şehir yaşantısına eşlik ederiz. Modern bir kent içerisine birbirlerine yabancılaşan iki ana karakter filmin iskeletini oluşturmaktadır. Port ve Kit izleyiciye bir çiftin iki ayrı birey oluşunu ve hem daralan kendi hayatlarından hem de kurdukları birlikteliğin kestirilemez oluşunu gösterir.

Port ve Kit’in ilişkisi için bir tanımlamada bulunmak zordur. Keza onlar da ilişkilerine yeni bir soluk getirmek ve aslında içten içe kendilerini daha iyi tanımlamak hem de birlikteliklerini güçlendirmek isteği ile yola çıkmaya karar kılarlar. Ayrıca Port için yolculuk kendi sanatını beslemesi açısından da bir öneme sahiptir. Çift yolcuğu baş başa yapmak yerine bir de yolda kendilerine eşlik edecek üçüncü bir yol arkadaşını Turner’ı yanlarına alırlar.

Port ve Kit’in Turner ile olan farklılığı dikkat çekmektedir. Turner çok daha hayatın eğlence kısmına odaklanmış olan kişidir. O Port ve Kit çifti kadar içsel bir deneyime ve

dönüşüme odaklanmak yerine daha akış içerisindeki heyecana odaklanmıştır. Kierkegaard'a göre Kit ile Port etik bir bireyi temsil etmektedir. Kendilerini seçmek konusunda istekli olarak ve ilişkilerine dair derinleşmek için bir yolculuğa çıkarlar. İkisi de hem kendilerine hem de ilişkilerine dair şeffaf olma çabasındadırlar. Turner ise aksi yönde bunu yansıtmaktan uzak olan daha gündelik heyecanların peşinde kendisini tanımlayan bir karakterdir.

Üç yol arkadaşının Afrika'da ve çöllerde yaptıkları yolculukta oryantalist bir bakış açısı görmek mümkündür. Fakat bu bakışı esas almadan filmin odağına ana karakterleri yerleştirdiğimizde özellikle kadın karakterin değişen coğrafya ile eş zamanlı dönüşümünü görürüz. Kit artık Batı'da var olan Kit değildir. Yola çıkarak, aslında yaşama kendisini fırlatarak, gösterdiği cesaret onu dönüştürmüştür. Zamanla o her şeyin ulaşımı altında olduğu ve otomatikleşerek yaşayan Kit'in Doğu'nun coğrafyasında, özellikle bir çölde ve yoklukta kendi kendisini her an yaratma gücüne şahit oluruz. Aslında burada hem kişinin kendi kendisini yaratmasına tanık olur hem de insanın çevresel koşullara tabii olduğu gerçeği ile karşılaşırız. Birey bulunduğu çevreden bağımsız düşünülemez. Giyinmesi beslenmesi, hayalleri, umutları .. ve kendini oluşturduğu pek çok özelliği doğrudan var olduğu alana bağımlı olmasa da o alanla bağlantıdadır. Bu sebeple Kit'in yaşam pratiğinde böyle köklü değişiklikler onu yolculuk öncesindeki kendisine kıyasla farklılaştırmıştır, başka bir potansiyelini ortaya koymuştur.

Filmin tam bir varoluşçu kimlik kazanması ise aslında Kit'in çölde kaybettiği eşi Port'tan sonra hayatta bir başına kalışıdır. Kit ilişkisini daha iyi kılmak için çıktığı yolda, eşini, hayat ve yol arkadaşını kaybetmiştir. Aslında hayatı hiç planlamadığı bir şekilde akmıştır ve çok keskin bir gerçeklikle baş başa kalmıştır.

Port'un ölümü ile bir süre savrulan Kit, sonrasında yolculuklarını başlattıkları kafeye geri döner. Bu dönüş bir yanıla Nietzsche'nin bengi dönüşünü anımsatmaktadır. Kit belki de içten içe tekrar edecek döngüsünün bir halkasını tamamlarcasına o kafeye geri dönmüştür. Kafeye geri dönüş bir metaforik kullanım olarak Kit'in hayatının kalanı için bir yolun tamamlanmış olup yeni bir yolun başlangıcıdır. Hayatta çemberler bu denli keskin kapanıp açılmasa da birbirini izleyen döngülerden ibarettir. Nietzsche (2002) "Şen Bilim" kitabında ilk kez bengi dönüşü şu cümlelere yer verir:

"Yaşadığın ve yaşamakta olduğun bu hayatı, yeniden ve sayısız kere daha yaşamak zorunda kalacaksın; içinde yeni hiçbir şey olmayacak: Yaşamındaki her acı, her sevinç, her bir düşünce ve her bir soluk, tarif edilemeyecek kadar küçük ya da büyük her şey, arka arkaya ve aynı sırayla, sana dönecek- ağaçların arasından süzülen şu alacakaranlık ve şu örümcek bile, şu an ve ben kendim bile.

Varoluşun sonsuz kum saati, içinde toz lekesi olan sen ile, yeniden ve yeniden baş aşağı çevrilecek!”

2.2. Dünya Absürd Bir Yerdir

Anlatım dillerinden biri olan mecaz sinemada da önemli bir yer tutmaktadır. Edebiyat eserlerinde mecaz kullanımı deyimi değiştirip dönüştüren, anlamı asıl anlamının ötesine taşıyan söz sanatıdır. Bu söz sanatı, bir yanıyla da temel alınan anlamın kaybı ile anlamsızlığa göz kırpmaktadır. Sinemada mecaz kullanımı ile izleyiciye sunulanının salt anlamın ötesine geçmesi, görünürde olanın sabitlenmemiş dinamik anlatısına vurgusu, imgenin hem özel hem mecazi anlamının verilmiş olması hayatın “saçma” yanları ile kesişmektedir.

Resim, fotoğraf ve heykel gibi sanatlarda “bir an” vardır ve o an dondurulur. Kübizm gibi akımlar resme yeni perspektifler ve ışık gibi yorumları katmış olsa da sinema doğrudan ve sürekli olarak yeni perspektiflerin kullanılabilir olması açısından daha zengindir. Sinema hayatın akışına ve farklı bağlamlarına odaklanması açısından daha fazla uyarana hitap edebilmektedir. Mecazın kullanılması durumlardan çok aksiyonlar olarak sinemayı daha dinamik bir biçimde görmemize olanak sağlamaktadır. (Monaco, 2009). Bu dinamik yapı içerisinde imgesel anlatımlarla dış dünya ile kişisel -içsel- dünya birbiri içine geçebilmektedir. Geçişkenliğin yüksek olması genellikle izleyiciyi saçmaya itmektedir. Saçma -absürd- filmler genel özellikleri itibari ile mantık sınırlarını yıkmaktadır. Film kapsayan hikâyeye birden başlar, sonu genel olarak belirsiz bırakılır. Mühim olan hikayenin sonlanması değil içerisinde gerçekleşen umulmadık olaylardır. Karakterler de çoğu zaman dış dünya ile barışamamış ve uyumsuz kişilerdir.

Kiergaard’a göre varoluş mantığının ötesine geçer (Ulaş, 2002). Mantıklı olmak her zaman kolaydır. Sonuna kadar mantıklı olmaksızın, nerdeyse olanaksız bir şey diyen Camus’ye göre (2000) insanın sebep-sonuç ilişkilerinin peşinde koşuyor olması yersizdir. Çünkü nihayetinde sebep sonuç ilişkileri tahmin dışı ve saçmadır. Hayat neden-sonuç ilişkilerini keskin bir yerden kurup buna bağlı olarak yaşam sürmemiz için olan bir yer değildir. Bireyin her zaman erişemeyeceği, mantığa oturtamayacağı yerler olmuştur ve olacaktır. Bu durumda erişilebilir alanları anlamlandırıp yaşama devam etmek gerekir.

Camus’nün Kafka’nın ve Dostoyevski’nin eserlerinde geçen ortak tema absürdlüktür. Bu ortak ve mühim olan “saçma” tema aslında “Dünyanın insani özlemlere, düzen ve anlam talebine duyarsız kalması sonucunda, insan tarafından yaşanan boşluk ve anlamsızlık hissini ifade eder.” (Cevizci, 2010).

Nietzsche’de saçma, Tanrı’nın yokluğu ile ilişkilidir. Kierkegaard için ise saçma tam tersine Tanrının varlığı ile ortaya çıkar. Günah kavramı üzerinden saçmaya ulaşan Kierkegaard (2009), insanın ancak bu şekilde kararlar alabileceğini ve varoluşunu deneyimleyebileceğini öne sürer.

Sinemaya saçma kavramı ile baktığımızda, izleyici olarak bizler belli bir süre sebep-sonuç kurmaya çalışırız fakat bir yerden sonra çoğunlukla ve istemsiz olarak bu mantık arama sürecinden vazgeçip olduğu gibi kabul etmeyi ve izlemeyi tercih ederiz ve olan biteni anlamlı sayıp, en azından varsayıp, seyre devam ederiz. Aslında bu izleme hali A. Camus’ya göre hayatı bu biçimde yaşamamız gerekir. Yine birçok varoluş filozofuna göre varoluşu deneyimlememiz için gereken şey, her şeyin bir akıl sistemine dayanmasından ziyade var olanı olduğu gibi -var olan saçmayı, uyumsuz- kabul etmekten geçer.

A. Camus absürdü, uyumsuz, ele aldığı “Sisifos Söyleni” kitabında şu sözlerle başlar; Gerçekten önemli olan bir tek felsefe sorunu vardır, intihar. Bu temel felsefi sorunda göze çarpan uyumsuzluk; umutsuzlukla birlikte gelen yaşam aşkıdır. Bu meseleyi “Tersi ve Yüzü” (2013) kitabında “Yaşamda umutsuzluk yoksa, yaşama aşkı da yoktur.” şeklinde ifade eder.

2.2.1. İntiharın Bir Mesele Haline Gelmesi: Ta’m-E Gılās (Kirazın Tadı)

Abbas Kiyerüstemi sıradan insanın sıradan hikayelerini sade olduğu kadar katmanlı anlatımlarla ele alan ve aynı zamanda intiharı temel bir yaşam meselesi haline getirip inceleyen bir yönetmendir. 1997 yapımı olan Ta’m-e Gılās (Kirazın Tadı) filmi intihar ve ölüme dair sorularla izleyiciyi baş başa bıraktığı, Camus’un absürd felsefesine dair iyi bir örnek teşkil etmektedir.

Filmin açılışı ile direksiyon başında Badii Bey bolca inşaat işçisinin olduğu şehrin tozlu yollarında arabasını kullanır. İzleyiciye ilk olarak birisini aradığı hissini verse de ona işçi mi lazım diye soran işçileri reddederek yoluna devam etmektedir. Artık şehrin asfalt yolundan iyice uzaklaşarak kurak tepelerin olduğu topraklı yollara girer. Sonra tekrar şehre yakın yollara döner. Badii’nin şehirden bir yanı ile uzaklaşıp bir yanı ile uzaklaşmaması, diğerleri ile kurduğu bağın önemini hatırlatır. Badii’nin film boyunca yollarda dolanması, Nietzsche’nin Zerdüştü’nü anımsatmaktadır. Badii başkaları ile iletişime kapalı olması, her ne kadar uzaklaşsa da yolların kıvrılarak şehirlere geri dönmesi ve yolda diğerlerine duyduğu ihtiyaç, bengi dönüşünün örneği olarak dikkat çekicidir.

Badii’nin arabasına aldığı ilk kişi -asker- ile Badii Bey’in yolda olmasının amacını öğreniriz. Badii Bey intihar etmek isteyen birisidir. Fakat kendi intiharını gerçekleştirmeyen bir yandan ölümünü arzulayan öte yandan bu arzusuna çelişik bir şekilde kendi yaşamını kendi

sonlandırmayan, yolda karşılaştığı insanlardan ölmek için yardım isteyen birisidir. İlk seferde kavraması güç gelen sert bir ikirciği olan bu senaryoda, ölmek isteyen bir adam aynı zamanda yaşama bağlanma arzusuyla kendince riskli bir kumar oynayan kişi olarak karşımızdadır.

Arabaya binen askeri kıışlasına götürürken ona intihar planından bahseder ve üzerine toprak atmasını ister onu kazdığı toprağı göstermeye götürür. Askerin maddi olarak iyi durumda olmadığını öğrenen Badii ona iyi bir para teklif ederek ondan yardım ister. Fakat genç askerin intihara verdiği tepki, dehşete kapılmak olmuştur. Badii son derece soğuk kanlıyken asker aksine streslidir ve ilk fırsatta kaçır ve kurak yollarda koşarak uzaklaşır. Badii tekrar şehre doğru başka birini kendine eşlik etmesi için aramaya yola çıkar.

Badii'nin arabasına alacağı kişileri özellikle yalnızlardan seçmesi dikkat çekmektedir. Ve sonrasında araca bir ilahiyatçı biner. Badii yaşamını sonlandırma istediğini ilahiyatçıya açtığında, onun tamamen kutsal kitap referanslı konuştuğı görülür. Kendini öldürmenin günah olduğunu bildiğini söyleyen Badii, mutsuzluğun insanın kendisini ve çevresini üzgün kılmasının da günah olduğundan bahsederek din insanını ikna etmeyi dener. Fakat ilahiyatçı yaşamında kendine sıkı sıkı bağlandığı bir anlamı bulmuş kişidir ve hiç taviz vermeden kutsal kitabın buyurduklarını söyler. Onun için yaşam sonlandırılmaz ve ölüm ona gelene kadar yaşaması zorunlu olan bir yerdir. İntiharın üzerinde düşünülecek bir mesele olarak dahi hayatında yeri yoktur.

Badii kendisini tekrar yollara vurur. Yolda sık sık işçilerin inşaat alanında kazdıkları yerleri ve toprakların yığılışını görürüz. Bu görseller aslında Badii'nin iç dünyasının bir yansıması olarak yorumlanmaya açıktır. Badii'nin içi de seçilen atmosfer kadar kuraktır. İçi katman katman toprak kaplı Badii aynı zamanda bu toprağı eşelemeye çalışsa da bir başka yere yığmakta tortulaştırmaktadır.

Filmin en önemli karşılaşması ise Bakari Bey iledir. Bakari Badii'nin teklifini kabul eder fakat yine de onu kararından vazgeçirme ümidi ile bir hikâye ve bir fıkra anlatır. Hikâye, kendisinin intihar etmek için bir ağaca çıkması ve sonrasında elinin altında ezilen yumuşacık dutların onu hayata bağlayabilecek güçte güzel olduklarını anlatır. Fıkra da ise bir hasta doktora gider. Hasta parmağının ucu ile neresini gösterse orası ağrıtmaktadır. Doktor ise sorunun kırık parmağı olduğunu söyler hastaya. Baker'de Badii'ye bakış açısını değiştirirse yaşamın yaşamaya değer olduğunu anlatmak istemektedir. Yine de her halükârda kararına saygı duyduğunu iletir. Bu konuşmalarda Badii'nin ilk tereddütlerini ve ilk kez kaygısını görmek mümkündür.

Olabildiğince yalın olarak ele alınan filmde intihar edecek olan karakterin nedenine dair hiçbir şey verilmez. Orta yaşlarında, fiziksel olarak sağlıklı görünen, arabanın sürücü

koltuğunda kendine intiharında ortak olması için birisini arayan bunun için belli mesafeler arası insanları arabasında taşıyan, yollar dolaşan, bir derdi sorunu olduğunu sezdiğimiz fakat hiçbir bilginin olmadığı bir karaktere eşlik ediyoruz. Badii Bey kimdir? İşi gücü nedir? Vaktini nasıl geçirir? Nerede yaşar? Çevresinde kimler vardır? İnandığı değerler var mıdır, nelerdir? vb. sorular yönelterek kişi hakkında fikir edineceğimiz hiçbir bilgiye sahip olmadan yollarda belki ölümü belki yaşamı arayan bir adamı izleriz.

Kiyerüstemi'nin oluşturduğu senaryoda bıraktığı boşluklar o kadar fazladır ki izleyici çok fazla sayıda soru sorma, çok fazla hikâye üretme özgürlüğüne sahiptir. Aslında her izleyici kendi hikayesi ile filme eşlik edebilecek bir alana sahiptir. Evrensel olan “Hayat yaşamaya değer mi?” “Yaşamak istemesek, eylem istek ya da isteksizlik kadar basit midir?” soruları ile bireyi doğrudan baş başa bırakır. Badii Bey, her türlü sebepten dolayı intihar etmek istiyor (yaşıyor olmama halini seçmek istiyor) olabilir. Badii, her türlü sebepten dolayı, her şeye rağmen yaşıyor olmak istiyor da olabilir. Esas sorgulama olarak elimize ortaya atılan gerekçelerden ziyade gerçekten temelde yaşamak veya yaşamamak kararı kalır.

Abbas Kiarüstami (2000) bir röportajında filmin aslında intihar meselesi olmasının yanı sıra insan varoluşunun sürekli seçimlerle belirlendiğine varoluşçu perspektiften vurguda bulunur. Ötesinde “Hayatta sahip olduğumuz şeylerin birçoğu kendi seçimlerimizle ilgili, sahip olduğumuz şeyleri ne zaman olursa olsun bitirmek isteyebiliriz. İstedığımız zaman açabileceğimiz bir kapımız var, ancak kimi zaman kalmayı seçeriz. Seçimi yapacak gücümüz var.” ve yine kendisi filmin ana temasının yaşama olasılığımız ve nasıl yaşama seçeneğine sahip olduğumuz hakkında olduğunu söyler.

Varoluşçu açıdan ölüm deneyimlenebilir değildir. Tam da bu sebeple tüm insanlık için büyük bir gizem olarak varlığını korumaktadır. İnsan deneyimlerini somutlayabilir ve onunla çeşitli yollardan bağlar kurabilir. Filmde Bakari Bey’de aslında ölüm yani sonluluğa dikkat çekmek amacı ile kendini sonuna en yakın hissettiği ana dair hikayesini paylaşır. Bu hikâye ise aslında kendini ne kadar canlı hissettiğinin bir deneyimidir.

Badii Bey, doğrudan bilmesek bile tahmin edilebilir ki, kendisini canlı hissetmemektedir. Bu sık tekrar eden cansızlık hissi onu kendi sonunu isteme gibi bir yola sürüklemiştir. Oysa onun da her canlı gibi ölüme dair bir fikri yoktur ve aslında neyi istediğini tanımlaması da güçtür. Belki de kendisine dahi sormaktan çekindiği soruları yollarda, başka insanlarda aramaktadır. Kendine soramaması ve dürüst olamaması hali Badii Bey için gayet anlaşılabilir. Hayatına dair bir bilginin olmasa dahi, içinde bulunduğu durum her neyse Badii Bey’de o olan bitenin içinde eyleme geçecek bir seçim yapmak istememektedir. Aslında ne kadar aksi gibi görünse de eylemsizliği, seçmemeyi seçme halinde insan peşinden gelen olan

biteni “omuzlamakta” güçlük çekecektir ve de aslında bilmesi de sorumluluğunu almadığı seçimler onu hayatta en çok zorlayan seçimleri olacaktır.

2.3. Ölüm

“Heidegger (1927), *dasein* (insan olma hali) ancak ölüm ile bütünlüğüne kavuşacağını söyler. Ona göre insan daima ölüme dönüktür ve bu yöne doğru hareket eder, her gün ufak ufak ölür.” (Akt; van Deurzen - Arnold-Baker, 2017).

Zaman sınırını sinema için ele aldığımızda, en temelde bir film başlar ve biter. İzleyici birçok deneyimi gibi izleyeceği filmde bir sona tabi olduğunu bilir ve bir film kısa ya da uzun metraj olarak bir zaman dilimine sığmış olmak zorundadır. Aynı şekilde bir zaman dilimine dair de açık ya da örtülü bir bilgi vermesi beklenilir. Bu tamamen fantastik bir film olduğunu düşündüğümüzde dahi bir zamansal referansa ihtiyaç duyulmaktadır. Yeniden yaratılmış bir evren dahi olsa şu an içine hapsoldüğümüz ve bağımsız olmamızın mümkün olmadığı zamanı referans vermesi gerekir. Misal bir animasyon filminden bir karakteri izliyor dahi olsak, izlediğimiz eylemlerin o an mı gerçekleştiğini yoksa karakterin geçmişte yaşadığı bir olayımı ve ya geleceğe dair bir hayalini mi izliyor olduğunu seyirci o an ya da film bittiğinde anlamış olacaktır. Kaldı ki daha hayatın içinden olayların seçildiği konusunu savaşımlardan, göçlerden, doğal felaketlerden ya da devrimlerden alan filmlerde zaman bağlamı çok daha açıkça gözler önüne serilecektir. İzleyici olarak bizler anlatılanı anlayabilmemiz için bu tarihsel bağlamı bilmeye ihtiyaç duyarız. Bu ihtiyaç terapi odasında bir danışanı dinlerken getirdiği yaşam öyküsünde zaman bağlamını da bilmeye ihtiyaç duymamıza benzemektedir. Danışanın anlattığı olayların zamanını kolay ya da zor hatırlaması, nasıl sıraya koyduğu, deneyimlerinin zaman bağlamında birbirine eklenilebilir olup olmaması, geçmişten ve gelecekte bahsederken hangi zaman kiplerini kullandığı terapist için önem arz eder. Her hikâyenin başı olduğu gibi bir sonu da olacaktır, bu gerçekliğin farklı şekillerde deneyimlenmesini yine sinemada ölüm üzerine yazılan senaryoların çeşitliliğine bakarak fark etmek mümkündür.

Merleau-Ponty’e göre sinema için asıl önemli olan şey, bir hikaye anlatıcısı olmanın ya da izleyicide bir duygulanım yaratmanın ötesine geçebiliyor olmasıdır. Filmlerin fotoğraflardan oluştuğunu göz önüne alacak olursak Merleau-Ponty ekrana yansıtılan bölümlerin seçiminin önemine dikkat çeker. Filmi öğelerine ayırır ve filmde her bir öğenin ne zaman sunulacağı ekranda ne süre yer kaplayacağı hangi seslerin bu süreçte görüntüye eşlik ettiğidir. Sinematografi ancak kesitlerin zamansal bu bütünlüğü ile sağlanabilir. (Akt; Yacanove, 2016).

Tarkovsky filmlerinde “zaman” kullanımını düz bir kronolojik çizgide görmek çoğu zaman güçtür. Özellikle Andrei Rublev filmine bakıldığında bu durum net bir biçimde görülür. Filmde birbiri ile benzer ya da farklı temalarda açmazlar yaşayan hikayelerin zamansal olarak birbirini doğrusal takip etmediğini, ard arda gelen sahnelerin vaktinden ziyade duygusal anlatısının sıralamadaki hakimiyetini görürüz. Bu şekilde geleneksel olmayan zaman kullanımı Tarkovsky’nin sanata ve hayata bakışında hikayeleri bir araya getiren şiirsel bir anlam görmesiyle ilintilidir.

İnsan nerede ve ne zaman yaşayacağını bilmeseydi bile bir gün öleceğini bilir (Sharf, 2016). İnsanın ölümünü kendisinin seçmesi söz konusu olsa dahi ölmemeyi seçme gibi bir durum mümkün değildir. Canlılık zamanla yerini cansızlığa bırakacaktır. Bu kaçınılmaz bir döngüdür ve insanın net sınırlılıklarından biridir. Aynı zamanda ölüm fenomenolojik olarak inceleme alanımıza giremediği için büyük bir gizem unsuru da olmaktadır. Bu gizem unsuru sanatta da büyük bir yer kaplamaktadır. Ölümü illaki bir insan bedeninin canlılığının son bulması olarak görmeyiz. Bazen bir ağaçtaki meyvenin olgunlaşıp düşüşü ve çürümeye başlamasıyla bazense kadrajın tik tak sesleri ile zamanın kesintisiz sonluluğa doğru akışını işliyor olmasıyla sinemada da bolca insana sonluluğunu hatırlatan sahneleri görürüz.

2.3.1. Ölüme Bir Kafa Tutuş Olarak: Det Sjunde Inseglet Yedinci Mühür

İnsanın en keskin sınırlılıklarından birisi olan ölüme tabii oluşuna dair, sembolik bir anlatım tarzı olan bu film Ingmar Bergman’ın hem yönetmenliğini hem de senaristliğini yaptığı Det sjunde inseglet (1957), dilimize çevrilişi ile Yedinci Mühür filmidir.

İsveçli yönetmen olan Bergman sinema tarihinin en önemli isimlerinden birisidir. Filmlerinde odak noktası bireyler ve bireylerin kaygılarıdır. Karakterlerini inceliklerle oluşturan Bergman çoğu zaman filmleri çok katmanlı ve dönüşümüne şahitlik edilecek karakterlerle izleyici karşısına çıkmıştır.

Bergman’ın kırk iki filminden on üçünde intihar merkezi bir yerdedir (Ekici, 2007). Kendisinin ölüm üzerine düşünceleri sorulduğu zaman yanıtı; “...Ölüm beni açıklanamayan bir dehşete düşürüyor. Can acıtıcı olabileceğinden değil, hiçbir zaman uyanamayacağım korkunç düşerle dolu olabileceğinden korkuyorum...” (Ay, 1994).

Yedinci Mühür filmi, 14. yüzyılda İsveç’de geçer. Şövalye Antonius Block Haçlı ordusunda 10 sene savaştıktan sonra yanındaki arkadaşı ile savaştan döner. Öte yandan veba salgını o günlerde hızla yayılmakta ve birçok insanın ölümüne sebep olmaktadır. Bu durumda ana karakter A. Block’u ele aldığımızda hem yıllarca bir savaşın içinde olması hem de savaş sonrası bir pandemi sürecine denk gelmesi yaşamının önemli bir kesitinin “ölüm” teması ile

geçtiğini göstermektedir. Bunun yanı sıra Bergman bunu daha da ileri götürerek, bir insanmışçasına ölüme vücut buldurarak doğrudan şövalyeyi kendi ölümü ile yüzleştirmiştir.

A. Block, bir gün evdeyken ansızın siyahlar içerisinde bir kişi belirir. Yüzü bembeyaz olan bu kişide canlılığa dair bir işaret yoktur. I. Bergman yarattığı ölü görünümlü karakter ile izleyiciyi huzursuz ederek, o kişinin ölüm olduğunu hissettirir. Ölüm dimdik bir şekilde şövalyenin önünde dikilmektedir. Şövalye ise henüz hazır olmadığını ölümü satranca davet ederek gösterir. Şövalye ölümü oyuna davet ederek bir açıdan ölüme kafa tutmaktadır öte yandan kendinin de öleceği gerçeği ile yüzleşmiş olup zaman kazanmaya çalışmaktadır. Fakat niçin zaman kazanmak istiyor olduğuna dair Norman (1997), şövalyenin kendi inancını doğrulamak için olduğunu söylemektedir. Öte yandan yoruma açık olan bu satranç oyunu aslında şövalyenin kendisini tamamlanmış hissetmemesi, bu eksik olma hali ile yüzleşmemesi, kabul etmemesi ya da ölümün bilinmezliğinden endişe duyması gibi ihtimalleri düşündürmektedir.

Şövalye film boyunca büyük bir ciddiyetle ölümün karşısında satrancını oynamaya devam eder. Bu süreçte de yollardadır, birçok kişiyle tanışır, hayatlarına dokunur. Onun hayatına dokunduğunu gördüğümüz esas karakterler ise Mia ve Jof'tur. Her türlü zorlu hayat koşullarına rağmen keyifli olmayı sürdürürler ve şövalye gibi hayatı anlamlandırmaya çalışma ölümü sorgulama gibi varoluşsal kaygılara çok uzakta yaşam sürmekteledir. Şövalye için esas kırılma noktası ise artık ölümle satrancın sonuna yaklaştıkları bir vakittir. Yalnız başına oturmakta olan şövalyeye Mia bir kase süt bir kase de yaban çileği getirmiştir. Aslında olay bu kadar basittir. Fakat şövalye için o an, zamanın akışı kronolojik olarak temsilinin ötesine geçmiştir. Hayat bir kase süt ile biraz yaban çileğinin hissettirebileceği sıcak hislerde anlam kazanabilecek bir yerdir. Gibson (1969)'a göre ise Mia'nın sunduğu süt ve çilekle kendi kalbini bir başka ölümlünün kalbine açmasının sembolüdür (Akt; Ekici, 2007).

Şövalye filmin sonunda ölüm karşısında sona yaklaşırken daha huzurlu görünmektedir. Çünkü ölüm ile yüz yüze gelen A. Block bu şekilde hayatına bir anlam katmıştır ve artık özgürdür. Nihayetinde yolculuğunda evine ulaşmış olsa da ölümü de onunla birlikte gelmiştir ve şövalye en başından beri bildiği oyunun sonundadır. Ölüm kazanmıştır.

Bergman (1992) Yedinci Mühür filminin sonunda yaptığı bir röportajında bu filmi ile kendi ölüm korkusunu hafiflettiğini söyler. "... kendimi ecele boğuşuyor gibi hissettim. Korkum çok şiddetliydi. Film bitirdiğimde korkumdan eser kalmamıştı." Bu durum M. Ponty'nin Alginın Fenomenolojisi kitabında ele aldığı özne ile dış dünyanın iç içe geçmesini çağrıştırır. Bergman dünya ile etkileşime geçmiş ve kendi korkusunu bir bedene bürüyerek

ortaya Yedinci Mühür filmini çıkartmıştır ve kendi korkusunu betimleyerek korkusunu tanımış ve artık yoğun korkularından arınmasını sağlamıştır.

İkinci Dünya Savaşı sonrasında artık insanlığın karşı karşıya kaldığı varoluş bulantısını ele alırken Camus'nün (2014) Veba isimli romanında, salgını ele alış biçimi önem taşımaktadır. Camus, romanında veba salgınının durdurulabilir olması için ilk olarak yapılması gerekenin vebanın görülüp kabul edilmesi gerektiğini söyler. Ancak sonrasında önlemler alınabilir ve salgın durdurulamasa dahi ki olası olan durmasıdır, başta çaresiz kalınacak zaman içerisinde ise çözüm yolları aranılacaktır.

Bergman'ın şövalye aracılığı ile ölümle yüzleşmesi ile Camus'un Veba romanında, insan olma halini ile ete kemiğe bürüyerek salgın üzerinden, doktor karakteri ile gösterdiği yüzleşme benzerlik göstermektedir. Camus veba salgını ile somutlama yaparak aslında varoluşa değinmektedir. Birçok sanatçı başta kendini baz alarak insan varoluşunu ilk olarak anlamak hatta öncesinde kabul etmek için sanata başvurmaktadır.

Modern insan dertlerinin çaresi bulunur mu bilinmese de -her insan içten içe romandaki doktor kadar iyi bilir ki, veba geçmeyecek bir süreliğine geçmiş gözükecek fakat aslında bir yerlere sinmiş bir şekilde ortaya çıkmayı bekleyecektir- çare aramaktan evvel anlaşılabilir olması için kabul edilmiş olması gerekir. Filme dönecek olduğumuzda da savaşlar görmüş bir şövalye olarak Block da bilmektedir ki, ölüm her an yanındadır ve onu kabul ederek canlılığı son bulana dek yaşayacaktır ve yaşam ancak bu şekilde anlamlandırılabilir. Ölüm, kafa tutulacak bir şey değil canlı olmanın kaçınılmaz bir parçasıdır.

2.4. Otantik Olmak

İnsan varoluşu itibari ile sınırlılıklara sahiptir. Tüm deneyimlerini de belli sınırları içerisinde yaşar. İnsan dünyaya fırlatılmış bir canlı olarak Dasein'dir. Ancak zamanda var olabilir. Deneyimleri zamanla sınırlıdır, mekanla sınırlıdır. Dasein fırlatılmışlığının farkındadır. Bununla birlikte kaygılar barındırır. Kaygı ontolojik olarak daseina aittir (Aşar, 2014). Kaygıdan arınmış bir insan düşünmek mümkün değildir. Günlük olmasının yanı sıra varoluştan gelen eksiklik hissi ile anlam arayışları içerisinde karakterler görmek mümkündür. Fakat sinema filmlerinde ağırlıklı olarak varoluşsal olan kaygının daha çok gündelik kaygılar arkasında perdelendiğine şahit oluruz.

Varoluşçulukta iletişim önemli bir yer kaplar. Bireyin varoluşuna tek başına ulaşması mümkün değildir. Ancak başkaları ile iletişim kurarak deneyimleyebilir. Bu bağlamda sinema iyi bir iletişim aracı olabilmektedir (Foulquie, 1995). Felsefesinin temel konusu bireysel deneyimler olan Gabriel Marcel'de kendi varoluşunu 30 tiyatro eseri yazarak dışa vurur

(Cevizci, 2010). Yazdığı oyunların kendi yaşantısından kesitler taşıması, genellikle özgür ve sorumluluk alan bireylere katı bir mantık sistemini reddederek absürtlükler içinde yer vermesi, felsefesi ürettikleri ile son derece somutlaşmıştır.

Dasein kendi fırlatılmışlığının farkındadır, korkular kaygılar barındırır. Kaygı'nın (angst) nedeni tam bilinmese de dasein için kaygı kaçınılmazdır, çünkü dasein bir sonunun olacağının bilincindedir. Tüm kaygılar bununla da sınırlı değildir, varoluşsal kaygıların en nihaisi Kierkegaard'a göre ölüm ve yaşamdır. Diğer bağlamlar ise ilişkisellik- yalnızlık, sorumluluk-özgürlük, anlam- anlamsızlık gibi kavramlar oluşturmaktadır.

Dasein'in sınırlılıklarından birisi ise yalnız olamayışdır. Yalnızlığı bile dünya-içinde birlikte olmadır (Heidegger, 2011). Nihayetinde dasein kendini oluşturan parçalarından kaçamaz ve ancak bu parçalarını tanıyıp kabul ederek otantik olabilir (Aşar, 2014). Yine de salt bir otantik var oluştan bahsetmek mümkün değildir. Bireyin tam anlamıyla otantik bir duruş sergilemesini bekliyor olmak, otantik olmama durumunu dışarıda tutacağı sebebiyle, bahsi geçen otantik duruşa tezat oluşturacaktır. Dasein kendi sonuna yönelik bir olmamışlıktır (Steiner, 1994).

Kierkegaard'a göre insanın varoluşunu oluşturan şey temelde insanın öznel oluşudur (Cevizci, 2010). Yine Pasolini'ye göre (1969) sinema için kamera, ses ve kayıt cihazlarıyla şimdiki zamanı dönüştüren öznel bir bakış açısıdır. Ona göre tek bir açının dışında olarak, olmakta olan gerçeği görmek iştirmek mümkün değildir. O büyük bir edebiyat ve yaşam sevgisi biçimini almış tutkusunun zamanla edebiyattan sıyrıldığını ve gerçekte ne yaşandığına dair merakı yönlendiğini söyler. İlk ve tek büyük aşkı olan sinema onu varoluşuna dönmeye ve sadece olanı ifade etmeye zorlamıştır.

Pasolini çok daha gerçekçi bir zeminden ele aldığı sineması ile dikkat çekse de öte yandan sinemada özellikle otantik karakterleri daha abartılı filmlerde gözlemleme ve anlama ihtimalimiz yüksektir. Otantik oluşu bireyin kendi yaşamına ne oranla sahip çıktığı ve kendini yarattığı, kendini seçtiği üzerinden düşündüğümüz zaman özellikle “başarı” temalı filmleri içeren, yüz güldüren sonu olan hikayelerin kahramanlarının çoğu kez “otantik” olmaları dikkat çekmektedir. Burada otantiklik bir anlamıyla gerçek olurken öte yandan gerçekçilik sınırlarını aşmakta ve amiyane tabirle otantik olmayan birey fantezileri gibi durmaktadır.

Marvel filmleri gibi süper kahramanların işlendiği filmlerde, kahramanlara baktığımızda en zor durumda dahi kendi seçimlerini yapmaktan hiç çekinmediklerini görürüz. Otantik yanlarının güçlü olduğunu başkalarını suçlayıcı olmalarından uzakta olduklarını görerek, hayatlarını yaşarken kendi oluş hallerine görece daha bütünlüklü yaklaştıklarını fark ederek anlarız. Tüm dasein ile gelen sınırlılıklarını farkında olan, çevre ile etkileşimleri olan ve

de bir o kadar “kendi halinde” kalmaktan zorlanmayan kişilerdir. Tabii bu filmler daha çok abartı ile beslenen filmlerdir. Haricinde daha gerçekçi, daha sıradan hayatların yaşandığı, filmlerde de her bireyin otantik olan ve olmayan yanlarını bir arada taşıdığını görürüz.

Hollywood sinema endüstrisinden çıkan filmlere baktığımızda kendi bireyselliğini farkında olan karakterlere çok sık rastlıyor gibi görünmemizin yanı sıra aslında kendi değerlerini yaratan karakterlerin azınlığı oluşturduğunu görürüz. Tek bir dünya yaratmayı temel hedefine alan küreselleşme ile gelişen ve yayılan Hollywood artık ziyadesiyle tek tip insan modeli yaratmaktır (Gökdemir, 2013). Benzer yaşam şekilleri, benzer hayaller ve hedefler vardır. Çoğu zaman ise abartılı kahraman hikayelerine rastlamak mümkündür. Kimi zaman gerçekdışı fantastik öğeler barındırmakta ya da gerçekliği fazlaca dramatize ederek izleyiciye sunmaktadır. İzleyicinin böyle bir film karşısında “Film işte, anca filmlerde olur.” yorumu yapması oldukça olağandır. Bireyler bazen öyle uçsuz bucaksız özgür gösterilirler ki sanki onları bağlayan gündelik tasaları yokmuş gibidir. Baş döndürücü bir özgürlükleri vardır. Bu sebeple de daha gündelik akışın olduğu karakterlerin daha sıradan gündelik hayattan seçildiği filmlerde en otantik görünen karakterin dahi devamlı olarak bunu sürdüremediğini fark ederiz. Zaten “otantik olmak” oluş itibari varılamaz ve sabitlenemezdir.

Varoluşçu felsefe perspektifinde otantik bireyi kendi değer yargılarını yaratan kişi olarak düşünmek mümkün olsa da Nietzsche’nin felsefi yaklaşımı için bunu söylemek zordur. Yazdığı “Güç İstenci” kitabında ahlaklı insanı ele alırken, bireysel ahlakın amaç olmadığını, yüksek bir kültür inşasının esas amaç olduğunu belirtir.

Bağımsız olmak yalnızca güçlü olan az sayıda kişinin ayrıcalığıdır (Nietzsche, 2004). Çoğu insanın güç istencinde olmayacağını ve kalabalıklar içerisinde çok az sayıda üst insan çıkacağını söyler. Üst insan olmak kolay değil, meşakkatli bir yoldur. Kurumları yıkacak, dayatılanı kabul etmeyecek kadar güçlü insandır (Ulaş, 2002). O insan, “Bütünüyle bedenim ben, başka hiçbir şey değilim onun dışında; ve ruh da bedendeki bir şeye verilen addır sadece.” diyebilen kişidir (Nietzsche, 2008).

Bireyin ahlak anlayışı, toplumsal ahlak bireyin güç istenci ile doğrudan ilintilidir. Ahlak ve vicdan çıkmazları yaratarak Nietzsche’nin felsefesinde olduğu gibi iyi ve kötü kavramlarını yok ederek, görecelikte kendi değerlerini yaratan hikayelere sinemada sıkça rastlarız. Edebiyatta çok büyük yer tutan yansımalarından birisi, Dostoyevski’nin Suç ve Ceza romanını örnek gösterirsek Raskolnikov karakterinin beyaz perdede yansımalarını çok defa görmüştüzdür. Bunların birisi de Rus yönetmen Zvyagintsev’in yakın zamanda beyaz perdede gösterilen adını baş karakterinden aldığı Elena (2011) filmidir.

2.4.1. Güç İstenci Örneği Olarak Otantik Bir Karakter: Elena

Elena (2011) Rusya’da geçen, sade anlatım diline sahip bir filmidir. Elena, Rusya’da iki sınıf arasında var olan kendini her ikisine de ait hissetmeyen fakat her iki sınıf içerisinde de kısmi bir yeri olan “sıkışmış” bir kadındır. Elena’nın filmde ötekiler ile olan zorlanması Sartre’in cehennemini anımsatmaktadır.

Sartre (2007) pek çok eserinde insan ilişkilerine yer vermekle birlikte “Gizli Oturum” isimli tiyatro oyunu onun öznelararası ilişkilere bakışını özetlemektedir. Oyunun kült cümlesi olan “Cehennem başkalarıdır.”, insanın kendisi gibi bilinçli varlıklar olan diğer insanların özgürlüklerini görmezden gelmesini ya da onlara birer nesneymiş gibi davranmasını eleştirmektedir. İnsanlar, özgürlüğünü var eden karşıtıyla karşılaştığında herkes, karşısındakini nesne olarak konumlandırmakta ve ötekileştirmektedir.

Sınıfsal olarak bir aidiyet edinememiş Elena, Viladimir ile yaşamaktadır. Viladimir varlıklı birisiyken Elena’nın ise ekonomik bir geliri yoktur. Yaşadığı ev Viladimir’e aittir. Evin Elena’ya ait olmaması gibi kendisi de evle bir aidiyet kurmamaktadır. Yaşadığı bir yuvadan ziyade sanki maaşla çalıştığı bir iş yerini andırmaktadır. Sürekli olarak Viladimir’in işlerine koşturmakta ve taleplerini yerine getirmek için her an hazır beklemektedir. Gençken hastanede hemşireliğini yaptığı Viladimir’in hem bakıcılığını yapmakta hem o istediği zaman onunla birlikte olmakta hem de özel hayatında yer edinmektedir. Ne iş tanımlı olan bir çalışandır ne bir arkadaş ne de romantik bir partner. Daha çok Viladimir ile “köle-efendi” ilişkisini sürdüren birisidir.

Elena’nın hayatında en az Viladimir kadar yer kaplayan ailesi ise oğlu, oğlunun eşi ve torunlarıdır. Bu aile varlıklı bir hayat sürmemektedirler. Elena imkanları ölçüsünde aileye maddi manevi destek olmaya çalışsa da o eve de ait değildir. Viladimir Elena’nın ailesine karşı mesafeli ve onları görmezden gelen tavra sahiptir. Elena’nın ailesi ise Viladimir’i para ve huysuz bir ihtiyar olarak görmektedir. Birbirlerinden karşılıklı olarak hazzetmezler. Baş karakterimiz Elena ikisine de ait olmadığı evler ve evlerin sakinleri arasında bölünmüş ve yaşamının merkezinde onlar olduğu için kendi sesini kendisi bile duyamayacak kadar kısımış bir karakterdir. Elena, çalkantılı iç dünyasının bastırılmış, kendine uzak düşmüş, tutuk donuk yüzlüdür.

Eylemsiz ve monoton hayata sahip olan Elena’yı eyleme sürükleyecek olay torununun üniversite parasını -askere gitmemesi için önem taşımaktadır- Viladimir’den istemesi ile başlamıştır. Oğlu bu konuda annesini zorlamakta ve Viladimir’den “para koparması”nı istemektedir. Bu istek oğlunun dayatması mıdır yoksa Elena’nın torunu için samimi bir istediği midir ayırt etmesi güçtür. Viladimir bu isteğe sert yaklaşır ve kabulde redde etmez. Bir süre

Elena'yı bu konuda cevapsız bırakıp düşünür. Bu süreçte geçirdiği kalp krizi onu korkutur ve Viladimir varlığını kızına bırakacağını, Elena'ya yaşamasına yetecek kadar düşük bir pay ayırdığını onunla paylaşır ve vasiyetini yazmak ister. Torunu için istenilen üniversite parasını da reddetmesi üzerine Elena'nın, hoşnutsuzluğu ve huzursuzluğu film boyunca ilk kez görülür. Viladimir'in emrine amade gibi bulunan Elena bu kez olanları kabul etmekte zorlanır ve içten içe mirasta daha büyük payı olduğuna emindir. Filmde çözümü Viladimir'i öldürmekte bulur.

Film senaryo ve kurgusu itibari ile Elena'nın katil olmasını ne canice bir eylem olarak göstermiş ne de olağanlaştırmıştır. Elena kendince hakkı olanı almak için böyle bir çözüm bulmuştur. Soğuk kanlılıkla hareket eden Elena mirasın yarısını almıştır. Viladimir'in ölümü ile artık oğlu, ailesiyle birlikte Elena'nın yaşadığı o eve yerleşmiştir.

Filmi iki türlü yorumlamak mümkündür. İlk olarak Elena var olan toplumsal normları kırarak kendi sıkışmışlığı içerisinde kendi doğrularını seçmeye çalıştığı ilk anda büyük bir suç işlemiştir. Suça yönelirken kendisini farkında olarak eylemlerinin sonucuna da açıktır. Diğer bir açıdan bakıldığında ise Elena, oğlunun güç istenci olarak talep ettiği para ile buna karşı çıkan Viladimir arasında öyle sıkışmıştır ve eylemlerin sorumluluğundan öyle uzaktır ki artık kendi sesi yoktur. Bir kendiliği yoktur. O film boyunca gördüğümüz iki evin arasında ortada olan kadın ya oğlunun talebini yerine getirecektir ya da Viladimir'e boyun eğecektir. Viladimir'i öldürmesi torunu için gibi bir kılıfa bürünebilir gözükse bile aslında Elena torunun iyiliği için herhangi bir görüşe sahip değildir. O gerek sınıfsal gerekse ahlaki doğrusunu bulamayan birisinin temsilidir (Taş Öz, 2019). Sonuç olarak Elena kendi varoluşunu sahiplenmeyen, bir kukla gibi hayatını sürdüren ve son olarak baskın gelen talebi yerine getirmek için hayatta en yakını sayılabilecek Viladimir'i öldürmekten çekinmemiştir. Yaşamında kendi bedeni üzerinde bile söz sahibi olmadığını gördüğümüz Elena karakterinin bu eylemi soğuk ve ürpertici gelse de aslında kendisiyle kuramadığı bağı bir başkası ile kurmanın mümkün olmadığı gerçeğini hatırlatmaktadır. Elena artık aynı evde bu kez farklı karakterlerle kendinden gitgide uzaklaşarak doğrusu-yanlışı olmadan yaşamaya devam edecektir.

İncelenen Filmler

- Kiarostami, A. (Yapımcı, Yönetmen). (1997). *Ta'm-ı Gilas*. [Sinema Filmi]. İran.
- Allan, E. (Yapımcı), & Bergman, I. (Yönetmen). (1957). *Det Sjunde Inseget* [Sinema Filmi]. İsveç.
- Thomas, J. (Yapımcı), & Bertolucci B. (Yönetmen). (1990). *The Sheltering Sky* [Sinema Filmi]. İtalya, İngiltere.
- Rodnyansky, A., Melkumov, S. (Yapımcı) & Zvyagintsev, A. (Yönetmen). (2011). *Elena* [Sinema Filmi]. Rusya.

Kaynakça

- Antmen, A. (2010). *20. Yüzyıl Batı Sanatında Akımlar* (3 b.). İstanbul: Sel Yayıncılık.
- Aşar, H. (2014). Heidegger ve Sartre felsefesinde “kaygı” ve “bulantı” kavramlarının analizi, *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (17), 85-99.
- Avcı, İ. (2016). Jean-Paul Sartre'nin varoluşçu düşüncesinin izlerini modern sinemada aramak: Çölde Çay filmi. *Selçuk İletişim*, 9(3), 321-342.
- Ay, T. (1994). Ingmar Bergman Sinemasında İntihar, *25. Kare Dergisi*, (9) 71-100.
- Aydemir, M. (2014). Rasim Özdenören'in Öykülerinde Varoluşçuluğun İzleri. *Electronic Turkish Studies*, 9(6).
- Bresson, R. (2012). *Sinematograf Üzerine Notlar*. (N. Güngörmüş, Çev.) İstanbul: Küre Yayınları.
- Camus, A. (2010). *Sisifos Söyleni* (5 b.). (T. Yücel, Çev.). İstanbul: Can Yayınları.
- Camus, A. (2013). *Tersi Ve Yüzü* (11 b.). (T. Yücel, Çev.). İstanbul: Can Yayınları.
- Camus, A. (2014). *Veba*. (36 b.). (N. T. Öztokat, Çev.). İstanbul: Can Yayınları.
- Cevizci, A. (2010). *Felsefe Sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayıncılık.
- Çapan, B. (2009). Nuri Bilge Ceylan Sinemasında Yabancılaşma Teması Üzerine Bir İnceleme. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Eskişehir.
- Çüçen, Kadir. “Heidegger ve Felsefe”, *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, sayı:1, 2006, ss.7-24.
- Dindar, B. (2014). J.P. Sartre'ın Varoluşçuluğunda Hürriyet Anlayışı. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1) , 72-94 .

- Ekici, A. (2007). İsveç Sinemasından Bir Auteur: Ingmar Bergman ve “Yedinci Mühür”. *Selçuk İletişim*, 5(1), 235-243.
- Foulquie, P. (1995). *Varoluşçuluk*. (Y. Şahan, Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Gökdemir, N., ve Kurtoglu, R. (2013). Küreselleşmenin Dünya Film Endüstrisine Etkisi ve Hollywood Film Endüstrisindeki Yeni Eğilimler. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 5(19), 27-56.
- Heidegger, M. (2007). *Sanat Eserinin Kökeni*. (F. Tepebaşılı, Çev.). Ankara: De Ki Basım Yayım.
- Kierkegaard, S. (2009). *Korku ve Titreme*, (İ. Kapaklıkaya, Çev.). İstanbul: Ağaç Kitabevi Yayınları.
- Kierkegaard, S. (2013). *Kişiliğin Gelişiminde Etik-Estetik Dengesi* (3 b.). (İ. Kapaklıkaya, Çev.). İstanbul: Araf Yayınları.
- Monaco, J. (2009). *Bir Film Nasıl Okunur? Sinema Dili, Tarihi ve Kuramı* (11 b.). (E. Yılmaz, Çev.). İstanbul: Oğlak Yayıncılık
- Nietzsche, F. (2004). *İyinin ve Kötünün Ötesinde*. (A. İnanc, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Nietzsche, F. W. (2008). Böyle Söyledi Zerdüş. (M. Tüzel, Çev.). İstanbul: İthaki Yayınları.
- Norman, B. (1997). *Yüzyılın En İyi Yüz Filmi*, (V. Sargın, ve J. Mutlu, Çev.). İstanbul: Afa Yayınları.
- Özdemir, S.T. (2013). *Kara Filmler Neo-Noir'dan Future Noir'a*, İstanbul: Altıkkırkbeş Yayınları.
- Öztürk, M. (2013). *İtalyan Yeni Gerçekçilik Akımı Ve Roberto Rossellini*. Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Radyo Televizyon Bölümü İletişim Araştırmaları.
- Öztürkler, C. (2019). Varoluşsal Kaygının Tekinsiz İmgeleri. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, Ankara.
- Pasolini, P. P. (1969). *Pasolini on Pasolini: Interviews with Oswald Stack*. London. Thames and Hudson.
- Rowlins, J. (2010). Chance, Fate and Destiny: Existentialism and French New Wave Cinema.
- Sartre, J. P. (2002). *Varoluşçuluk*. (A. Bezirci, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Sartre, J.P. (2007). Toplu Oyunlar: Gizli Oturum - Mezarsız Ölüler - Sinekler - Kirli Eller – Şeytan ve Yüce Tanrı - Saygılı Yosma (İ. M. Noyan, Çev.). İstanbul: İthaki Yayınları.
- Sartre J. P. (2011). *Varlık ve Hiçlik: Fenomenolojik Ontoloji Denemesi* (T. Ilgaz ve G. Çankaya Eksen, Çev.). İstanbul: İthaki Yayınları.

- Savaş, H. (2001). *Sinema ve varoluşçuluk*. Doktora Tezi Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Shakespeare, W. (2006). *Romeo ve Juliet*, (11 b.). (Ö. Nutku, Çev.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Sharf, R. S. (2016). *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları: Kavramlar ve örnek olaylar* (5 b.). Ankara: Nobel.
- Solecki, S. (2015). *A Truffaut Notebook* (Vol. 3). Ontario: McGill-Queen's Press-MQUP.
- Steiner, G. (1994). Heidegger, (S. Kalkan, Çev.). İstanbul: Vadi Yayınları.
- Sterritt, D. (2000). Taste of Kiarostami. Senses of Cinema, np,
<http://www.sensesofcinema.com/contents/00/9/kiarostami.html>.
- Taş Öz, P. (2019). Toplumsal Değişimin Ahlaki Çatlağı: Elena. *Akdeniz İletişim Dergisi*, (31), 508.
- Uğur, U. (2007). Yeni Türk Sinemasında Üçleme Filmlerde Varoluşsal İzlekler. *Akdeniz Sanat Dergisi*, 10(20), 65-81.
- Ulaş, S. (2002). *Felsefe Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Kitabevi.
- Ulutaş, S. (2019). Kıskançlığın Sinemada Estetik Varoluşu: Zeki Demirkubuz Sinemasında Kıskançlık. *Electronic Turkish Studies*, 14(3).
- van Deurzen, E. (1999). *Existential psychotherapy. Heart and Soul: The Therapeutic Face of Philosophy*, 216.