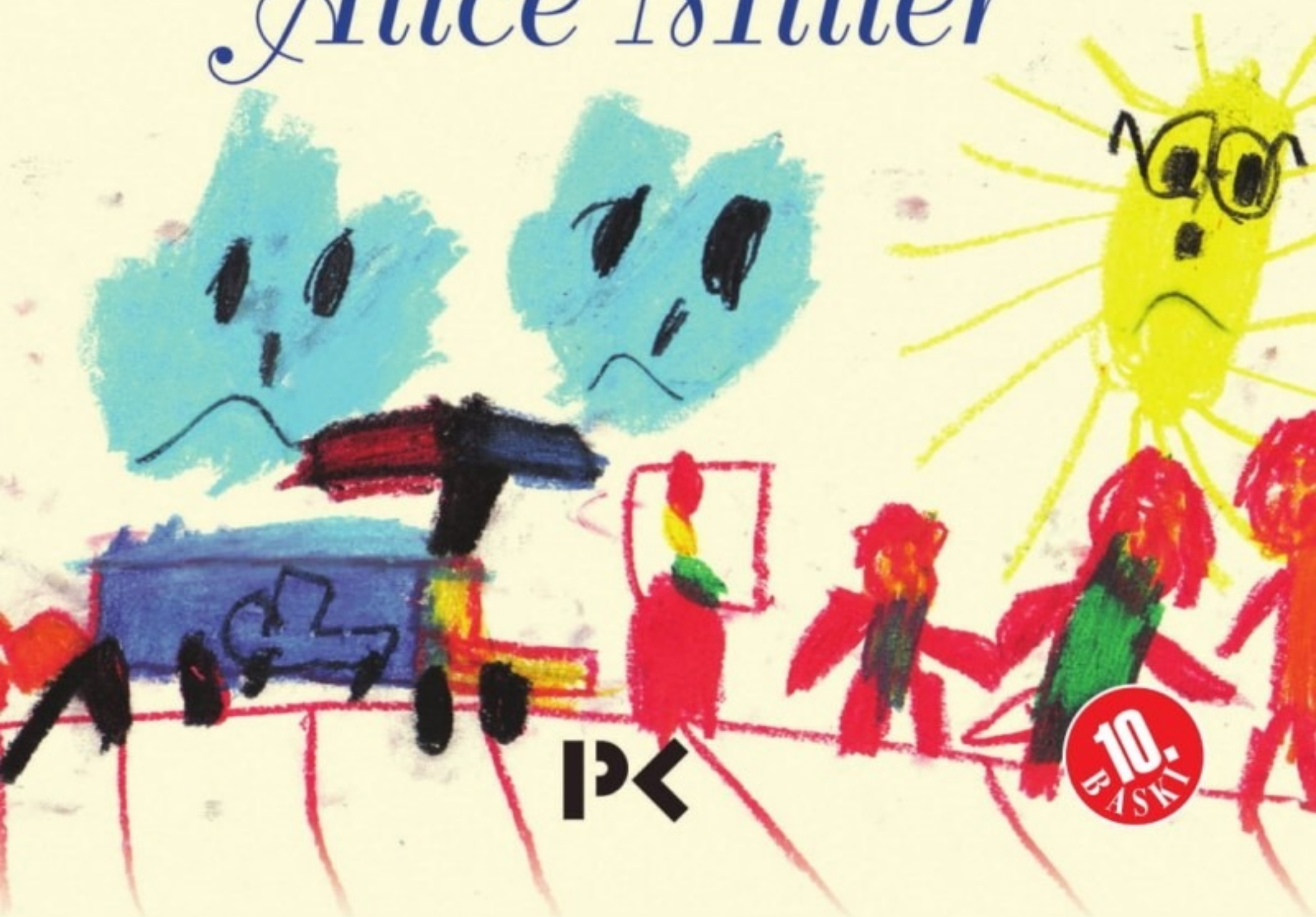


Yetenekli Çocuğun Dramı

Alice Miller



PK

10.
ASKI

YETENEKLİ
ÇOCUĞUN DRAMI

ALICE MILLER

YETENEKLİ ÇOCUĞUN DRAMI

ALICE MILLER

Çeviri: Emine Avşar

PROFİL

© Alice Miller
© Profil Yayıncılık

Yazarı / Alice Miller
Kitabın Adı / Yetenekli Çocuğun Dramı

Genel Koordinatör / Münir Üstün
Genel Yayın Yönetmeni / Cem Küçük
Çeviri / Emine Avşar
Kapak Tasarımı / Kenan Özcan
İç Tasarım / Adem Şenel
Baskı-Cilt / MIMOZA Matbaacılık Sanayi ve Tic. A.Ş.
Merkez Efendi Mah. Davutpaşa Cad. No: 123 Kat: 1-3
Zeytinburnu / İstanbul
Sertifika no 33198

1. Baskı Ekim 2011
6. Baskı Ekim 2016

978-975-996-02-92

Kültür Bakanlığı Yayıncılık Sertifika No: 12391

PROFİL : 01
PSİKOLOJİ : 01

MAVİAĞAÇ KÜLTÜR SANAT YAYINCILIK

Necip Fazıl Bulvarı Koryap Sitesi G1 Blok No: 112

Yukarı Dudullu - Ümraniye / İstanbul

www.profilkitap.com / bilgi@profilkitap.com

Tel: 0 216 365 70 91 (pbx) Faks: 0 216 365 70 94

Profil Yayıncılık Maviagaç Kültür Sanat Yayıncılık Tic.Ltd.Şti markasıdır.

© Bu kitabın Türkçe yayın hakları Onk Telif Hakları Ajansı'yla yapılan anlaşma gereği Profil Yayıncılık'a aittir. Yayıncının izni olmadan herhangi bir formda yayınlanamaz, kopyalanamaz ve çoğaltılamaz. Ancak kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir.

İÇİNDEKİLER

I YETENEKLİ ÇOCUĞUN DRAMI

VE NASIL PSİKOTERAPİST OLDUK

Gerçeklerle yüz yüze gelmektenense...	9
Yoksul zengin çocuk	11
Yitirilen duygu dünyası	14
Terapide gerçek benliği arayış süreci	18
Psikoterapistin durumu	24
Altın beyin	32
	38

II. BUNALIM VE BÜYÜKLÜK

TUTKUSU İNKÂRIN İKİ FARKLI ŞEKLİ

Çocukluk ihtiyaçlarının yazgısı	41
Çocuğun sağlıklı gelişimi	43
Rahatsızlık	43
Sevgi sandığın bir yanılsamaydı	46
Büyüklik tutkusu - Kendini aldatmanın bir yolu	49
Büyüklik tutkusunun arka yüzü: Bunalım	50
Bunalım: Benliği inkâr etmenin bir yolu	52
Terapide bunalım dönemleri-depresif evreler	56
Sinyal işlevi	67
Güçlenen benliğin yeniden ezilmesi	68
Güçlü duygusal boşalımların habercisi	68
Ana/baba ile çatışma	70
İçimizdeki hapisane	71
Bunalımın sosyal yanı	72
Narsis Efsanesi	78
	81

III. AŞAĞILAMANIN KISIR DÖNGÜSÜ	85
Çocuğun küçük düşürülmesi, zayıflığın aşağılanması bizi nereye götürür?	87
Gündelik yaşamdan örnekler	87
Terapinin aynasından aşağılamaya bakış	100
Benliğin kendini “yineleme zorlantısında” ifade etme çabası	101
Sapıklıklarda ve zorlantılı nevrozlarda aşağılama	104
Somut “kötülüğe” örnek olarak Hermann Hesse’nin çocukluk dünyasındaki “bozulmuşluk” kavramı	113
Yaşamın ilk yıllarında annenin toplum ile çocuk arasında aracı olma işlevi	120
Aşağılayanın yalnızlığı	124
Aşağılamadan kurtulmak	128
SON SÖZ	135
ÇEVİRENİN SON SÖZÜ	141

YETENEKLİ ÇOCUĞUN DRAMI

I
YETENEKLİ ÇOCUĞUN DRAMI
VE NASIL PSİKOTERAPİST OLDUK

Gerçeklerle yüz yüze gelmektense...

Deneyimlerimizden ruhsal rahatsızlıklarla mücadele ederken her zaman kullanabileceğimiz çok önemli bir araca sahip olduğumuzu öğrendik. Bu araç tek ve benzersiz olan kendi çocukluk öykümüzün gerçeğini duygusal yönüyle kavrayabilmemiz, duygularımızla ona ulaşabilmemizdir... Fakat yanılsamalardan kendimizi tümüyle kurtarabilir miyiz? Her yaşam yanılsamalarla doludur; bu da, sanıyorum, gerçek bize çoğu zaman dayanılmaz görüldüğü içindir. Yine de gerçek bizim için o denli vazgeçilmezdir ki, ona varamamış olmayı ağır rahatsızlıklarla ödüyoruz. Bu nedenle uzun bir süreç sonunda bize yeni bir özgürlük alanının kapılarını açincaya kadar, acı vereceğini bilerek gerçeği keşfetmeye çalışıyoruz ya da buna katlanamayıp yalnızca bilişsel düzeyde bir kavrayışla yetiniyoruz. Fakat böyle yapınca da yanılsamaların alanından kurtulmamız mümkün olmuyor.

Gerçeğimizi biraz olsun değiştirmemiz olası değil. Çocukluğumuzda uğratıldığımız zararlardan sonra hiç yara almamış biri gibi de olamayız. Fakat yapabileceğimiz bir şey var: *Kendimizi* değiştirebiliriz, onarabiliriz, kaybolan bütünlüğümüzü yeniden kazanabiliriz. Bunu bedenimizde biriken geçmişte olanlara ait bilgilere yakından bakmaya, onları *bilincimize* olabildiğince yaklaştırmaya karar vererek başarabiliriz... Seçtiğimiz bu yol hiç kolay değildir, fakat çoğu zaman bize çocukluğun görünmeyen ama yine de çok acımasız olan hapisanesinden sonunda kurtulmak ve geçmişin bilinçsiz bir kurbanından geçmişini bilen, "*onunla da yaşayabilen*" bir insana dönüşmek fırsatını verir.

Fakat insanların çoğu bunun tamamen aksini yaparlar. Öykülerinin hiçbir yanını öğrenmek istemezler. Bunun için de yaşamlarını aslında bu öykünün belirlediğini, çünkü hâlâ çözülmemiş bilinç

dışına itilmiş çocukluk olguları içinde yaşamakta olduklarını bilmezler. Bir zamanlar kendileri için gerçek tehlikeler oluşturan, fakat uzun zamandan beri tehlike olmaktan çıkan şeylerden korktuklarını ve kaçtıklarını bilmezler. Ve bilinç dışında kaldıkları, durulmadıkları sürece onların her davranışını sapkın bir yöne çeken bastırılmış anılar, itilmiş duygular ve ihtiyaçlar tarafından güdülererek yaşamlarını sürdürürler.

Erken yaşlarda karşı karşıya kalınan acımasızlıkların bilinç dışına itilmesi bazı kimseleri -geçmişin acı gerçeğini kendilerinden gizlemek ve incitilmiş çocuğun çaresizliğini hissetmemek için- örneğin; başkalarının yaşamını ya da kendi yaşamlarını yıkmaya, yabancıların yaşadığı evleri ateşe vermeye, öç almaya ve bütün bunları "vatanseverlik" olarak savunmaya iter... Bazen de insanları geçmişte kendilerine yapılan eziyetleri herhangi bir yoldan aktif olarak sürdürmeye yöneltir. Kırbaçlama âlemleri, çileci tarikatların tümü ve sadomazoşist ilişkiler bunun örnekleridir. Böyle insanlar kendilerine uyguladıkları eziyetleri "özgürlüğe kavuşma" olarak nitelerler. Örneğin kadınlarla karşılaşırız, göğüs uçlarını deldirip buralara halkalar taktırmışlardır; bu durumda gazetecilere poz vererek gururla canlarının hiç acımadığını, aksine bundan haz duyduklarını ilan ederler... Aslında söylediklerinde samimi olduklarından kuşku duyulmamalıdır, çünkü böyleleri daha erken yaşta acıyı hissetmemeyi öğrenmiştir. Babasının cinsel tacizine uğrayan ve bunun "babasını mutlu eden bir şey" olduğuna kendini inandıran küçük kızın acısını yetişkinlikte duymamak için nelere razı değillerdir ki?.. Çocukken cinsel yönden kötüye kullanılıp çocukluğun bu korkunç olayını inkâr ederek acıyı hissetmemeyi öğrenen bir kadın sürekli olarak geçmişinden kaçan bir kimsedir. Yaşamına giren erkeklerden alkolün ve uyuşturucuların yardımıyla veya başarıya bel bağlayarak ve "en büyük" olmaya çabalayarak kaçmaya çalışır. Her an "kafayı bulmaya" veya "kafayı bir şeye takmaya" mecburdur. Çünkü kendini kaptıracağı bir şey

bulamaz ve bir an boş kalıp kendini dinlemek riskine girerse, çocukluğunun gerçeği -içinde bulunduğu büyük yalnızlığında- ona egemen olur. Çünkü gerçeğin egemen olmasından ölümden korktuğundan da fazla korkmaktadır. Meğerki çocukluk duygularının canlanıp bilince çıkmakla insanı öldürmediğini, aksine "gerçek özgürlüğe" kavuşturduğunu öğrenme şansına kavuşabilsin... Gerçekler öldürmez. İnsanları genellikle öldüren, bilinçli olarak yaşananca gerçeği ortaya çıkarabilen duyguların bilinçten itilmesi, yok sayılıp bastırılmasıdır.

Çocukluk acılarının bilinçten itilmesi yalnızca bireysel yaşamları belirlemekle kalmaz; toplumun tabularını da belirler. Bildiğimiz biyografilerin çoğu bunu açıkça göstermektedir. Örneğin pek çok ünlü sanatçının biyografisinden bu insanların yaşamının ergenlik çağı dolaylarında başladığını öğreniriz; daha önceki yıllarda ise "mutlu" ya da "sakin", "zorluklardan uzak" ya da "yoksulluklarla dolu" veya "esinlenmelerine yol açan" bir çocukluk geçirdiklerini belirtirler. Fakat bu çocukluğun ayrıntılarına ve duygusal nüanslarının ne olduğuna hiç değinmezler... Genel olarak bunun belirtmeye değer ve ilginç bulunmadığını görürüz. Oysa tüm yaşananların kökleri çocukluğun derinliklerinde saklı değil midir? Buna basit bir örnek verebilirim:

Henry Moore anılarında küçük bir çocukken annesinin romatizma ilacı ile sırtına masaj yapmasına izin verdiğini anlatıyor... Bunu okurken birden Moore'un heykellerine özgü olanın ne olduğunu kavradım; uzanmış yatan küçük kafalı, iri, dolgun kadınlar... O anda anneyi küçük erkek çocuğun annesinin kafasını perspektif içinde daha ufak, kendine dönük olan sırtını ise koskocaman algılayan gözleri ile görebildim... Pek çok sanat eleştirmeni için bu belki tamamen önemsiz bir ayrıntıdır. Fakat benim için çocuğun yaşantılarının bilinçaltında nasıl saklanıp devam ettiğini ve bu insan yetişkinlikte anıların etkin olmasına imkân

verecek özgürlüğe sahip olduğu zaman hangi yollardan ifade edilebildiklerini gösteren anlamlı bir saptamadır.

Moore'un bu anısı büyük olasılıkla tümüyle "zararsızdı"; ve sanıyorum ki, bu nedenle de yıllarca sürerek sonunda heykellerinde ifade buldu... Fakat travma özelliğindeki yaşantılar için durum tamamen farklıdır. Bütün çocuklukların travmatik yaşantıları daima karanlıkta kalır ve bu insanların daha sonraki yaşamının anlaşılmasını sağlayacak olan anahtarlar da bu karanlığın içine gömülüp gider.

Yoksul zengin çocuk

Önceleri kendime çocukken içinde bulunduğumuz yalnızlığın ve terk edilmişliğin ne kadar büyük olduğunu kavrayabilmemizin mümkün olup olmadığını sorardım. Artık bunu kavramanın mümkün olduğunu biliyorum... Burada yalnızlığından söz ettiğim çocuklar sahipsiz ve kendi başına bırakılmış olanlar ve bu gerçekle büyüyerek hayat çarkına karışanlar değildir. Pek çok, özenle büyütüldüğünü savunan ve mutlu bir çocukluk tablosu çizen insan da terapide çare aramaktadır; sözünü ettiğim kimseler bunlardır. Bu insanlar imkânları olan, üstelik geliştirebilecekleri birçok yeteneklere sahip bulunan, zengin üretimlerinden, üstün performanslarından ötürü kutlanan kimselerdir. Bunlar çocukken daha bir yaşına varmadan altlarını kirletmemeyi öğrenmişlerdir; çoğu henüz beş yaşına varmadan küçük kardeşlerinin bakımına adanmış katkıda bulunmuştur.

Genelde geçerli olan düşünceye göre, çoğu zaman ana/babaların "medar-ı iftihar"ı olan bu insanların güçlü ve kararlı bir öz güvene sahip olması gerekir; ancak gerçekte durum bunun tamamen tersidir... El atıkları her işi iyi, bazen de mükemmelliğe varan düzeyde başarılılar, hayranlık uyandırırılar, belki de kıskanırlar; fakat bütün bunların bir yararı olmaz. Parlak görünümünün

altında bunalım, boşluk duygusu, kendine yabancılaşmış olma ve varlıklarının anlamsız olmasından duydukları kuşkular pusuda bekleyerek zayıf bir anı kollar. En büyük olmanın iksiri etkisini kaybedince, bir numara olamadıkları ya da zirvede kalamadıkları zaman, ya da ideallerindeki kişi gibi olmak isteyip bunu başaramadıkları zaman bunalım atağa kalkar. Bu parlak insanlar zaman zaman korkuların, güçlü suçluluk ve utanç duygularının altında ezilirler. Bu denli zengin yetenekleri olan böyle kimselerin derinlerden gelen rahatsızlığının kaynağı ne olabilir?

Daha ilk görüşmede ana/babalarının, en azından bunlardan birinin anlayışlı kimseler olduğunu ve çevrelerini iyi anlayamamışlarsa bunda suçun ana/babalarından değil kendilerinden, kendilerini iyi ifade edememiş olmalarından kaynaklandığını duyurmak telaşı içindedirler. Çocukluk geçmişine ait ilk anılarını yansız kuru bir biçimde ve bir zamanlar kendileri olan çocuğa herhangi bir duygusal yakınlık duymadan anlatırlar. Bu katı tavırları özellikle göze batır. Çünkü ayrıntılara eğilen, içe bakış yeteneğine sahip kimseler oldukları ve başkalarından söz edilirken duygulandıkları, onların düşüncelerini algılayarak empati ile yaklaştıkları ortadadır... Katılıkları sadece kendi çocukluk dünyalarına yöneliktir. Bu dünya ile ilişkilerine saygı noksanlığı, her şeyi kontrol altında tutma dürtüsü ve başarılı olma baskısı egemendir. Yaklaşımlarında aşağılamalara, ironiye ve alaylara, hatta bir zamanki çocuğu hedef alan tepeden bakarcasına eleştirilere sıkça rastlanır. Davranışlarında bunların ötesinde en fazla rastlanan, kendi çocukluk yazgılarına karşı duygusal bir anlayışın hiçbir şekilde bulunmaması, bu yazgıyı ciddiye almayışları, ayrıca da baskı derecesine varmış bir başarılı olma isteği dışındaki gerçek ihtiyaçlarından tamamen habersiz olmalarıdır... İlk yıllarda yaşadıkları dramı içselleştirmeyi o kadar mükemmel bir biçimde başarmışlardır ki, "geçmişte yaşanan güzel çocukluk" yanılması bütün acılara karşın dimdik ayakta kalabilmiştir.

Böyle bir tavrın temelinde yatan bir çocukluk yazgısının ruhsal atmosferini gereğince betimleyebilmek için, önce bu açıklamalarının dayandığı varsayımlarımı formüller hâlinde ifade etmeye çalışacağım.

1. Varoluşunun ilk anından başlayarak, "o sıradaki hâli ile ve olduğu gibi" kabul edilip ciddiye alınmak çocuğun doğuştan gelen bir temel ihtiyacıdır.

Burada "o sıradaki hâli ve olduğu gibi" ifadesinden kastedilen, daha meme emdiği evreden başlamak üzere, *duyguları, duygumları, izlenimleri ve bütün bunları dışa vurma biçimidir.*

2. Çocuk, duygularına doğduğu günden başlayarak saygı ve *hoşgörü* ile yaklaşıldığı takdirde, ayrılma aşamasına geldiği zaman annesi ile kendisi arasındaki ortakyaşar/simbiyotik ilişkiden vazgeçmeyi öğrenebilir ve özerkliğe doğru gerekli adımları atmayı başarır.
3. Çocuğun gelişiminin bu ön koşullarının sağlanabilmesi için ana/baba da bu özellikte bir ortamda büyümüş olmalıdır. Böyle bir ana/baba çocukta güvenlik içinde olduğu ve tehlikelere karşı korunacağı duygusunu uyandırır. Çocuk ancak bu duygu içinde giderek daha fazla güven kazanabilir.
4. Fakat bu belirtilen ortamı çocukluğunda tanımamış olan ana/baba "*ihtiyaç içinde olan/yoksun*" bir ana/babadır. Dolayısıyla böyle bir anne veya baba veya ana/baba yaşamları boyunca kendi ana/babalarının onlara *doğru zamanda* vermediklerinin -tamamen isteklerine yönelen, verici, onları ciddiye alan ve anlayan bir varlığın- arayışı içinde olan insanlardır.
6. Böyle arayışlar doğal olarak hiçbir zaman tam bir başarıya ulaşamaz. Bu ihtiyaçların tümüyle doyurulmasına imkân yoktur; çünkü "*aranan*" *geriye dönüşü olmayan geçmişte*

kalan bir evrede -ancak doğumdan sonraki ilk zamanlarda- kurulabilen- türden bir ilişkidir.

7. Fakat bu tür eskiye dayanan doyumsuz kalmış ve savunmalarla bilinç dışına itildiği için de *bilinçsiz olan bir ihtiyaç* içindeki insan/(ana/baba), bilinç dışına itilmiş öyküsünü öğrenemediği sürece, kendisini bu ihtiyacı "ikame" yoluyla doyurmaya dürtten bir *zorlantının* güdümünde olur.
8. Bu ihtiyacın doyurulması için ikame edilmeye en uygun olan varlıklar insanın *kendi çocuklarıdır*. Çünkü yeni doğmuş çocuk kayıtsız şartsız ana/babasına muhtaçtır, ölümü ve kalımı onların elindedir. Ve varlığının devamı onların sevgisini elde etmesine bağlı olduğundan, ana/babasını kaybetmemek için her şeyi yapar. Doğduğu günden başlayarak, hep güneşe doğru dönen bir bitki gibi, hayatta kalabilmek için sahip olduğu bütün imkânları kullanır.

Terapist olarak çalıştığım yirmi yıl boyunca yardıma yönelik meslekler seçen kimseler için belirleyici olduğuna inandığım, yukarıda belirtilen varsayımlarımı doğrulayan bir çocukluk yazgısıyla hep yüz yüze geldim. Bu yazgı ana hatları ile şöyleydi:

1. *Duygusal açıdan çok güvensiz olan bir anne* vardı ve bu anne duygusal dengesini sağlayabilmek için bilincinde olmadan çocuğunun belli bir davranışına ya da varoluş biçimine bağımlıydı. Annenin bu güvensizliği çocuğun ve çevrenin fark edemeyeceği şekilde sert, otoriter, hatta totaliter bir görünüş ardında gizlenebiliyordu.
2. Bunun yanı sıra bu annenin çocuğunda aninenin veya hem anne hem babanın bu belli ihtiyacını tamamen sezgisel dolayısıyla da bilinçsiz olarak hissederek cevaplamaya yönelmek, yani kendisinden bilinçsizce beklenen işlevi üstlenmek şeklinde olağanüstü *bir yetenek gelişmişti*.

3. Çocuk bu yeteneği ile ana/babasının "sevgisini" güven-
ceye almıştı. "Bir şey" için kullanıldığını hissediyordu,
ancak bu "bir şey için kullanılıyor olmanın" varoluşu
için bir neden ve gerekçe oluşturduğunu da seziyordu...
Ana/baba ile böyle bir ilişki kurmak zorunda olan ço-
cuklar bu ilişkiyi sürdürebilmek için kendilerinde do-
ğal olarak var olan uyum sağlama yeteneğinin kapsamını
arttırır ve bunu çok ileri bir derecede geliştirirler. Daha
sonra bu çocuklar sadece annelerinin sırdaşı, teselli edi-
cisi, öğüt vericisi, desteği olmakla kalmayıp kardeşleri-
nin sorumluluğunu da üstlenirler. Ve zamanla *başkala-
rının bilinçsiz olarak gönderdiği sinyaller için özel bir
duyumlar sistemi* oluştururlar. Yetişkinlikte psikoterapiyi
meslek olarak seçmelerine hayret edilmemelidir. Geçmi-
şinde bu türden bir çocukluk öyküsünü yaşamış olanlar-
dan başka kim bütün gün boyunca insanların bilinç dı-
şında olup bitenleri ortaya çıkarmaya ilgi duyabilir ki?..
Fakat bir zamanlar çocuğun riskli devreyi atlatarak hayatta
kalabilmesini sağlayan ve büyüyünce de yardıma yönelen
bir meslek seçmesine neden olan bu olağanüstü ayrılmış,
"özel duyumlar sisteminin" geliştirilmesi ve giderek mü-
kemmelleştirilmesi sistemin mimarı olan insanın *rahatsız-
lığının kaynağını* da oluşturur. Bu rahatsızlık başkalarına
yardım etmeye çalışanı (terapisti) çocukluğunda doyura-
madığı ihtiyaçlarını ikame kişilerde (yardım için başvu-
ranlarda) hep yeniden doyurmak istemeye zorlar.

Yitirilen duygu dünyası

Meme çocuğunun yukarıda anlatılan zamanından erken uyumu
onun sevgi ve saygıya, yankı uyandırmaya, anlayış görmeye, katı-
lım sağlamaya ve yansıtmaya duyduğu ihtiyaçlarının bilinç dışına

itilmesini zorunlu kılar. İlk yılların ciddi başarısızlıklar karşısında oluşan duygusal tepkileri de aynı şekilde bilinç dışına itilir. Erken yaşlarda yer alan bu itmeler çocuklukta ve daha sonra da yetişkinlikte insanın (örneğin kıskançlık, imrenme, öfke, terk edilmişlik, çaresizlik, korku gibi) birçok duyguyu yaşayamamasına yol açar. Bir kısım duygularını susturmak zorunda kalanların üstelik özellikle ince farklılaşmış duygular hissedebilecek yetenekte kimseler olması, onların böylece içine düştükleri durumu daha da trajik hâle getirir... Bu hâlleri çocukluklarının korku ve acı içermeyen yaşantılarını coşkuyla anımsadıkları ve betimledikleri zaman daha belirgin bir biçimde ortaya çıkar. Korku ve acı içermeyen yaşantıları genellikle çocukken doğa ile haşır neşir oldukları zamanlarda başlarından geçmiş olan, duygularını denetlemelerini gerektirmeyen olaylardır. Böyle olayları duyguları ile yaşayabilirler; çünkü doğa ortamında yükselmesine izin verdikleri duyguları ana/babalarını incitmeyecek, onların öz güvenini ve dengesini sarsmayacak, ana/babanın iktidar alanına tecavüz sayılmayacak türdendir... Örneğin daha dört yaşındayken otların parıldamasında güneş ışığının varlığını keşfedebilen ve daha sonra da bu olayı tüm ayrıntıları ile coşkuyla anımsayabilen bu gayet dikkatli ve duyarlı insanların öte yandan sekiz yaşındayken hamile annelerinin durumunda "hiçbir farklılık görememeleri" ve annenin görüntüsünün onlarda "hiçbir merak uyandırmaması", daha sonra da kardeşleri doğunca onu "hiç kıskanmamış" olmaları; veya daha iki yaşında düşman işgali sırasında evde terk edilmiş ve yapayalnız kalmışken askerlerin defalarca eve girip her tarafı aramasını sakın ve ağlamadan "uslu uslu oturarak" karşılamaları fazlasıyla dikkat çekici ve trajiktir... Böyle kişiler "belli duyguları kendinden uzak tutmayı" daha küçükken bir sanat hâline getirmişlerdir. Çünkü küçük bir çocuk duygularını ancak yakınında onu bu dışı vurduğu duyguları ile kabul eden, anlayan ve ona kendi duygularıyla eşlik eden bir kimse bulunduğu zaman yaşayabilir.

Yanında bu özellikte olan, ona böyle yaklaşan biri yoksa ve çocuk annesinin veya onu ikame eden kişinin sevgisini kaybedebileceği endişesini duyuyorsa, en doğal olan duygusal tepkilerini bile kendi ile bir başına ve gizlice içinden yaşayamaz; bunları bilincinden itip gömmek zorunda kalır. Ancak bütün bu duygular -itilip gömülmüş olsalar da- çocuğun bedeninde "bilgiler" olarak depolanırlar.

Bu duygular insanın tüm sonraki yaşamında -zaman zaman- geçmişte yaşananları diriltmek ve eyleme çağırarak için alevlenecek, fakat insan kendindeki duygusal depresyonların geçmişi ile olan bağlantısını anlayamayacaktır. Yoğun depresyonların anlamının ne olduğu ve insanı ne gibi davranışlarda bulunmaya çağırdığı ancak eskiden yaşanmış olan birincil olay ile şimdiki zamanda yaşanmakta olan duygular arasındaki ilişki aydınlatıldıktan sonra çözülebilir. Bilinç dışını deşmeyi ve saklı tutulanları ortaya çıkarmayı amaçlayan yeni terapi yöntemleri ruhsal dünyamızdaki bu işleyiş yasasından hareket etmekte ve bundan yararlanmamıza imkân vermektedir.

Örnek olarak "terk edilmişlik" duygusunu ele alalım: Bundan kastettiğim, kendini yalnız hisseden yetişkinin yaşamındaki herhangi bir boşluğu aşabilmek için haplar içmesi, uyuşturucu kullanması, sinemalara ahabalara koşturması, gereksiz telefonlar etmesi değildir. Kastettiğim, bütün bu kendini oyalama olanaklarından yoksun olan küçük *çocuğun*, sözel olmayan ya da sözel *mesajlarının* -çocuk ne kadar çabalasa da- *ana/babaya ulaşmaması durumunda kapıldığı temel duygudur...* Çocuğun mesajlarının alınmaması çok kötü bir ana/babası olmasından dolayı değildir. Bunun nedeni ana/babanın çocuktan gelecek "belli, kendileri için gerekli" bir yankıya bağımlı olmaları, bunun dışındaki mesajları alacak durumda olmamaları; kendilerinin de derinlerde hâlâ "çocuk kalmış" ve kayıtsız şartsız kendini kullandırmaya hazır, verici bir varlığın arayışı içinde olmalarıdır.

Başta çelişkili bir düşünce gibi görünse de gerçek şudur ki, çocuk *"kendini kullandırmaya hazır ve verici"* bir varlıktır. Çocuk annenin bir zamanlar yaptığı gibi kapıyı çekip gidemez, çocuk *terbiye edilebilir ve onu nasıl isteniyorsa öyle bir insan hâline getirilebilir*. Çocuğa kendinizi saydırabilirsiniz, kendi duygularınızı çocuğa yansıtıp bunların onun duyguları olduğuna kendinizi inandırabilirsiniz. Size duyduğu sonsuz sevgi ve hayranlığın aynasında kendinizi doya doya seyredebilir ve onun yanında kendinizi güçlü hissedebilirsiniz ve ondan sıkılınca da onu kolayca yabancı birinin ellerine bırakırsınız. Bakışların odak noktası mı olmak istiyordunuz? Anne olunca nihayet odak noktası konumuna gelmiş olursunuz çünkü bir çocuğun gözleri anneyi her an, her yerde izler... Eğer bir kadın bütün bu ruhsal ihtiyaçları kendi annesinde doyuramamış ve bilincinden itip yok saymak zorunda kalmışsa ne kadar eğitilmiş olursa olsun, bir çocuk doğurup anne olunca bütün o bastırılmış ihtiyaçlar bilinç dışının derinliklerinde devinmeye ve doyuma erişmek için bu anneyi zorlamaya başlar. Çocuk annesindeki bu devinimleri açıkça hisseder ve -çok erken bir zamanda- kendi sıkıntılarını, açlıklarını ifade etmekten vazgeçer.

Fakat ileride, yetişkinlikte görülen terapi sırasında çocukken yaşanan terk edilmişliğin duyguları o kadar yoğun bir acı ve ümitsizlikle birlikte yüzeye çıkar ki, açıkça görürüz: Bu insanlar küçük bir çocukken böyle duygulara katlanamazlardı, bedenleri buna dayanamazdı. Terk edilmişliğin bu acısına dayanabilmeleri için onlara bu acıda eşlik eden, empatiyle yaklaşan bir ortamda bulunmaları gerekirdi ve böyle bir ortamda bulunmuyorlardı. Bu nedenle de bu duygulara karşı konması, bunların bilinç dışına itilerek yok sayılması gerekiyordu... Terapi öncesinde bu duyguların var olmadığını söylemek terapide kazanılan ampirik deneyimleri inkâr etmek olur. Erken çocukluğun duygularına, örneğin terk edilmişlik duygusuna karşı koymak için birçok farklı savunma mekanizmalarına başvurulabilir. Basit "inkâr/yok

sayma" şeklindeki savunmaya genellikle itilmiş ve zamanla yollardan sapmış olan ihtiyaçlara semboller yardımıyla (bağımlılık yapıcı maddeler, gruplara katılma, her türlü tapınmalar ve sapıklıklar) doyum sağlamaya çalışan sürekli, insanı tüketen çatışmalar eşlik eder. "Ussallaştırma/rasyonalizasyon" sık görülen diğer bir karşı koyma yoludur, çünkü kişiye oldukça güvenli bir savunma sağlayabilir; fakat bazen bedenin -ağır hastalıklarda olduğu gibi- tüm kontrolü ele geçirdiği durumlarda tehlikeli olabilir. (Bak: *"Ellemeye Korktuğum Anahtar"*, 1988; *"Suskunluk Duvarının Yıkılışı"*, 1990; Nietzsche'nin hastalanması ile ilgili açıklamalarım/ *der Cemiedene Schlüssel*, 1988-*Abbruch der Schweigemauer*, 1990.) Ancak hangi savunma mekanizması kullanılırsa kullanılsın, bunların tümüne rahatsızlığın temelinde yatan erken yaştaki birincil olguların ve bunların yol açtığı duyguların bilinç dışına itilmesi eşlik eder.

Çocuğun ana/babanın ihtiyaçlarına uyum sağlaması -kesinlikle olmasa da çoğu zaman- "sanki-kişiliğinin" ya da genellikle *"sahte benlik"* olarak nitelenen bir kişiliğin oluşmasına yol açar. Bu kişilik oluşumlarında insan sadece kendisinden beklenen türden davranışlar gösterdiği ve giderek bu kendini sunuş biçimiyle de kaynaşmış birleştiği "sürekli bir tavır" edinir... Böyle bir durumdaki insanın gerçek benliğinin farklılaşıp gelişmesi mümkün olmaz, çünkü kişi gerçek benliğini yeterince yaşama fırsatı bulamamaktadır. Hastaların boşluk duygularından, anlamsızlıktan, kendilerini vatansız gibi hissetmekten şikâyetçi olmaları doğaldır, çünkü hastalar gerçekten de bir boşluk içindedirler. Bir insan olarak sahip oldukları olanaklarda giderek bir koflaşma, fakirleşme, budanma olmuştur; belli yanları körelip ölmüştür. Bütünlüklerinin çocukken yaralanması canlılıklarını ve kendiliğinden / spon-tane davranışlarını onlardan koparıp almıştır.

Sahte bir benlik edinen kimseler çocukluklarında bazı rüyalarında kendilerini "ölmüş" olarak görürler. Aşağıdaki iki rüya örneği bunu açıkça ortaya koyar:

Küçük kardeşlerim bir köprü'nün üstünde duruyorlar ve akan suya bir kutu atıyorlar. Bu kutunun içine benim ölümü koyduklarını biliyorum ama yine de kalbimin küt küt attığını duyuyorum ve hep bu sırada uyanıyorum.

Lisa'nın bu yinelenen rüyası onun devamlı annelik edip baktığı kardeşlerine karşı duyduğu bilinç dışı saldırganlığını kendi içindeki öz duygularını, isteklerini ve hak taleplerini tepki oluşumları yardımıyla "öldürerek" yoğunlaştırmaktadır. 27 yaşındaki Kurt'un rüyası ise şöyledir:

Yemyeşil bir çayır ve bu çayırın ortasında da beyaz bir tabut görüyorum. Tabutta annemin olmasından korkuyorum, fakat kapağını açıyorum... "Şükürler olsun" diyorum, "içindeki annem değil, benim".

Kurt çocukken annesinin onu düş kırıklığına uğrattığını ifade etme olanağı bulsaydı, dolayısıyla öfkesini ve hıncını dolu dolu yaşayabilseydi, "canlı" kalabilirdi. Fakat böyle davranması annesinin sevgisini ondan esirgemesine yol açardı ki, bu bir çocuk için ölümle eş anlama gelmektedir. Sonuçta Kurt annesinin sevgisini elinde tutabilmek için öfkesini ve öfkesi ile birlikte kendi ruhunun bir parçasını da "öldürmüştür".

Çocuğun gerçek duygularını yaşamakta ve göstermekte zorluklarla karşılaşması ana/babası ile kendi arasında oluşan *bağın* sınırlanması imkânsız olan bir *süreklilik kazanması* ile sonuçlanır. Çünkü ana/baba aradıkları, kendilerinde var olan özgüven eksikliğini ikame edecek olan onay ve kabulü nihayet çocuğun sahte benliğinde bulmuşlardır ve bulunduğu durumda kendi öz güvenini oluşturamamış olan çocuk da başta bilinçli olarak, daha sonra da bilincinde olmadan ana/babasına bağımlı hâle gelmiştir..

Çocuk düştüğü bu durumda duygularına göre hareket etme deneyiminden yoksun kaldığı için, giderek duygularına güvenemez olur; gerçek ihtiyaçlarının ne olduğunu bilemez ve sonuçta *kendisine* ileri derecede yabancı olan bir insan hâline gelir. Böyle bir durumda ana/babasından kopamaz ve yetişkinlik çağında da sürekli olarak "ana/babayı temsil eden" (eşi, gruplar ve ilk başta da *kendi çocukları* gibi) kişilerin onay ve kabulüne bağımlı kalır... Artık ana/baba var olmayabilir, fakat onların yerini bilincinde olmadığı itilmiş anıları almıştır. Şimdi bu bilinç dışı anılar, onu gerçek benliğini kendisinden gizlemeye zorlamaktadır... Böylece önceleri ana/babanın evinde çektiği yalnızlığını şimdi *kendi içindeki yalnızlığı* izlemektedir.

Terapide gerçek benliği arayış süreci

Psikoterapi gerçek benliğimizi arayışımızda bize nasıl yardımcı olabilir? Kaybolan çocukluğumuzu geri getiremez. Geçmişin olgularını, geriye dönüşü olmayanı değiştiremez. Yaraları böyle yanılmalara yardım ile iyileştirmek imkânsızdır. Birçok yaralı insanın umutla kavuşmayı beklediği çelişki öncesinin uyum cennetine ulaşmamız artık olası değildir. Ancak, gerçeğimizi yaşayarak ve bu gerçeği *çelişki sonrasında* öğrenerek -bize cenneti değil, fakat yas tutma *yeteneğimizi* sunan- duygu dünyamıza yetişkinlik düzeyinde geri dönmemiz olasıdır. Psikoterapi bize canlılığımızı yeniden kazanacağımız bu "duygu dünyamıza geri dönüşümüzde" yardımcı olabilir.

İnsanların çocuklukta zahmetler ve özverilerle elde ettikleri bir "sevginin" aslında kendilerine, gerçekte oldukları kişiye yönelmediğini duygusal düzeyde kavramaya başladıkları evre, terapinin önemli bir dönüm noktasıdır. Kişi artık anılar ki, örneğin güzelliğine ve başarılarına duyulan hayranlık o zamanki hâli ile çocuğun kendisine duyulan bir hayranlık değildi, sadece güzelliğe

ve başarıya duyulan bir hayranlıktı... Bütün o yaşam boyu kazanılan başarıların ardından küçük yalnız bir çocuk ortaya çıkıp acılar içinde geçmiş i sorgulamaya başlar: "Eğer ben karşınıza huy-suz, suratsız, kötü düşünceler besleyerek, öfkeler ve kıskançlıklar içinde, şaşkın hâlimle gelseydim ne olurdu? Bana olan sevginiz-den eser kalır mıydı? *Ben aynı zamanda işte tam böyle biriydim.* Bu aslında beni sevmediğiniz, sadece size benmişim gibi gösterdiğim o çocuğu sevmiş olduğunuz anlamına gelmez mi? Terbi-yeli, güvenilir, her şeyi gözünüzden okuyan, anlayışlı, sorun çıkar-mayan bir çocuk; aslında çocukluğunu yitirmiş olan bir çocuk... Peki, benim çocukluğuma ne oldu? Onu benden çalmadınız mı? Artık geri dönemem, yitirdiğim çocukluğumu yeniden yaşaya-mam... Ben zaten baştan beri bir yetişkindim, hiç çocuk olama-dım... Bütün o yeteneklerim -onlar hep kötüye mi kullanıldı?"...

Böyle bir iç hesaplaşma her zaman pek çok yas, elem ve eski itilmiş acılarla bağıntılıdır, fakat kişide (annesinde tanıma olanağı bulamadığı) yeni ve farklı bir yargılayış biçiminin şekillenmesine yol açar: Bu yitirilen çocukluk için tutulan yasın içinden doğan, kişinin kendi yazgısı için duyduğu "empatidir". Bir hastam, tera-pinin bu evresinde bulunduğu sırada rüyasında otuz yıl önce bir çocuğu öldürdüğünü ve kimsenin çocuğu kurtarmak için onun yardımına koşmadığını görmüştü. (Rüyayı gören kişinin otuz yıl önce çocukken birden içine kapandığı, gayet sakin ve nazik dav-randığı fakat hiçbir duygusal belirti göstermediği çevresindeki-lerin dikkatini çekmişti.)

Şimdi artık anlaşılır ki, gerçek benlik yıllarca sürebilen bir suskunluktan sonra duygulanım yeteneğini yeniden kazanarak yaşama uyanabilmektedir.

Bir aşamada insan gerçek benliğinin bu kıpırdanışlarını art-ık küçük görmez, onları alaya almaz. Ancak daha uzun bir süre için bunları -bilincinde olmadan- görmezlikten gelir ya da üzer-lerinde fazla durmaz... Böyle "geçistirmeler" aynen ana/babanın

çocuk daha ihtiyaçlarını sözlerle ifade edemediği sıralarda yaptığı gibi, aynı belli belirsiz usul tavırla yapılır... Çocuk büyüdükten sonra da bazı şeyleri söylemesine, hatta düşünmesine bile izin verilmemiştir. Örneğin şunları ifade etme imkânını hiçbir zaman bulamamıştır: "Bırakın beni, üzölmüşsem üzgün, sevinmişsem sevinçli olurum, başkalarına mutlu görünmek zorunda değilim!.. Üzüntümü, korkumu ve diğer duygularımı başkalarının ihtiyaçları karşılansın diye bastıramam! Kızarım, küserim, bu kimsenin başını ağrıtmaz, kimseyi öldürmez. Beni incitirseniz kıyametleri koparırım, hakkımdır bütün bunlar! Bunları seni anneciğim, seni babacığim, kaybetme tehlikesi ile karşı karşıya gelmeden yapabilirim ben!" Gerçek benliğin filizlenmeye başlayan bu türden ifadeleri ve isyanları ara ara yaşanır ve üzerinde fazla yoğunlaşmadan geçirilir.

İnsan artık şimdiki yaşamında hissettiği duyguları ciddiye almaya başladığı aşamaya geldiği zaman, geriye bakarak geçmişte duyguları ve ihtiyaçları ile nasıl başa çıkmış olduğunu, nasıl davrandığını da irdelemeye başlar ve o zamanki koşullarda göstermiş olduğu uyumun kendisi için tek kurtuluş yolu olduğunu kavrar. Eskiden beri bastırıp ortadan kaldırmaya alışık olduğu birçok şeyi artık içinde algılayabildiği zaman kendini rahatlamış hissederek. Gerçi şimdi de arada bir -kendini korumak için- duygularını alaya aldığı, onları inkâr etmeye çalıştığı, küçümsediği veya hiç algılamadığı, ya da ancak birkaç gün sonra -duyguları artık söndükten sonra- algıladığı olmaktadır; fakat giderek daha belirgin bir biçimde böyle yapmakta olduğunu da fark eder. Sarsıldığı, içlendiği, üzgün olduğu zamanlarda nasıl hemen kendini dağıtmak, oyalanmak için şiddetli bir arayış içine girdiğini artık kendi de bilir. (Altı yaşındayken annesi öldüğünde teyzesi ne demişti? "İnsan cesur olmalıdır, ağlamamalıdır," demişti; "haydi koş, odana çık, güzel güzel oyuncaklarınla oyna bakalım!") ... Gerçi kişi birçok olay karşısında henüz kendini *başkalarının aynasından*, - nasıl

görüldüğünü, nasıl olması gerektiğini, hangi duyguları hissetmesinin doğru olacağını kendine sorarak- algılar; fakat genel olarak davranışlarında şimdi çok daha özgür olduğunu da fark eder.

Terapinin doğal süreci artık bir kere başladıktan sonra kendiliğinden ilerler. Geçmişinin yasını yaşayan kişi konuşmaya, içinde hissettiklerini ve düşüncelerini dile getirmeye başlar. İtaatli tavrından giderek sıyrılır. Fakat çocuklukta yaşadıklarının etkisiyle, bütün bunların kendini tehlikeye atmadan yapılabileceğine de inanmamaktadır. Karşı koyduğu ve haklarını savunduğu zaman –eskiden olduğu gibi- itirazlar, reddedilmeler, cezalar bekleyip endişeler duyar; sonuçlar korktuğu gibi olmayınca da karşı koyup dayanabilmiş olmanın özgürlüğünü yaşar... Bu evre gayet zararsız bir biçimde başlar fakat sonraları farklı bir havaya girebilir. Çünkü kişi önceleri içinden yükselen hissetmemeyi yeğlediği türden duyguların şiddeti karşısında şaşkınlığa düşmekle birlikte, artık ok yaydan çıkmış, duyguları ve heyecanları ile ilgili olan duyumlar sisteminin üzerindeki baskı kalkmıştır. Ne var ki bunun geriye dönüşü de yoktur. Bir zamanların sindirilmiş, susturulmuş çocuğu, artık kendisini "varlığına daha önceleri asla ihtimal vermediği" bir kişi olarak yaşayabilme fırsatına kavuşmuştur.

Eskiden hiçbir hak talebinde bulunmayan ve daima başkalarının taleplerini karşılamak için didinen adam terapistin "yeniden tatile çıkması" karşısında deliye dönebilmektedir veya muayenehanede bekleyen başka hastalarla karşılaşmak onu öfkeliendirmektedir. Duygularının şiddeti karşısında hayrete düşerek kendine sorar: "Bu da nesi? Yoksa bu kıskançlık mı? Fakat bende kıskançlık diye bir şey yoktur ki. Yine de bütün bu insanlar burada ne arıyor? Yoksa bu kadın benim yanı sıra bütün bu insanlarla da mı görüşüyor?" Birçok kez muayenehaneme görüşmeye geldiği hâlde bekleyen diğer hastaların farkında olmamıştı; kıskançlık duygusunun hep başkalarında olduğuna inanmış, bunu kendine hiç kondurmamıştı. Fakat şimdi gerçek duyguları almış olduğu

"iyi terbiyenin" gereklerinden daha ağır basmaktadır. Bu mutluluk duyulacak bir sonuçtur... Ancak öfkenin gerçek nedenlerinin hemen keşfedilmesi kolay değildir. Çünkü başlarda bu öfke, genellikle kişiye yardım etmeye çalışan, örneğin terapist ve kendi çocukları gibi korkulacak fazla bir yanı olmayan, ayrıca öfkeyi tetiklemekle birlikte oluşmasına sebebiyet vermemiş olan kişilere yöneltilmiştir.

Terapi sürecinin daha sonraki bir aşamasında kişinin kendini artık sadece iyi, anlayışlı, yüce gönüllü, her an kontrollü ve her şeyden önce de "hiçbir şeye muhtaç olmayan" bir insan olarak algılayamaması onu önceleri oldukça sarsar. Çünkü bu zamana kadar öz saygısını tümüyle kendinde var saydığı bu baştanbaşa olumlu özellikler üzerine bina etmişti... Fakat rahatsızlığımıza gerçekten çare arıyorsak, "kendini aldatmalar" üzerine inşa ettiğimiz kalemizden çıkmak zorundayız. Biz her zaman kendimizi suçlu hissettiğimiz derecede suçlu olmayız ve her zaman suçsuz olduğumuza inanmak istediğimiz kadar da suçsuz olmayabiliriz. Ancak, bunun böyle olduğunu duyguları körelmiş, zihni bulanmış kişiler olarak kaldığımız, geçmişimizin öyküsünü tümüyle öğrenemediğimiz sürece bilemeyiz. Eğer kendi kişisel gerçeğimizle yüzleşebilirsek; bu yüzleşme, geçmişe bakışımızı çarpıtan yanılsamaları ortadan kaldırmamıza ve berraklık sağlamamıza yardımcı olur... Şimdiki gündelik yaşamımızda gerçek bir suç işlediğimizi fark ettiğimiz zaman zarar verdiğimiz kişiden bu suçumuzdan dolayı özür dilemeye mecburuz. Böyle yaparsak, çocukluk yıllarında haksız yere yüklendiğimiz suçluluk duygularını çözerek onlardan kurtulmak özgürlüğünü kazanabiliriz. Çünkü erken yaşlarda uğradığımız kötülüklerde bir suçumuz olmadığı hâlde, kendimizi bunlardan sorumlu hissetmiştik.

Bu son derece direngen ve yıkıcı sanal suçluluk duygusundan kurtulmamız çok zordur. Ancak "yeni, gerçek suçlar işleyerek

kendimizi bu duyguya karşı savunmaya kalkışmadığımız" zaman ondan kurtulabiliriz.

İnsanlar bazen geçmişte uğradıkları eziyetlerin suçunu başkalarının üzerine atarak, bu yoldan gerçekte suçlu olan ana/babanın yüceltilmiş imajını sürdürmeyi başarırlar. Böyle yapınca da ileri yaşa geldiklerinde bile en derinlerinde hâlâ bağımlı bir çocuk olarak kalırlar. Çocukluk duygularının canlanmasına izin verdikleri, onları bilinçli olarak yaşayabildikleri takdirde hem kendilerine karşı hem başkalarına karşı daha dürüst, daha gerçek davranan insanlar hâline geleceklerini bilmezler.

Ne kadar fazla eski itilmiş duygu bilince çıkarsa, bunlardan ne kadar fazlasını yaşayabilirsek, kendimizi o kadar güçlenmiş, o kadar bütünleşmiş hissederiz. Nihayet terapinin belli bir evresinde, artık kazandığımız bu güç ve bütünlük inancı ile ilk çocukluk yıllarının duyguları ile yüzleşerek *temeldeki çelişkiyi* ve o zamanki *çaresizliğimizi* bilinçli olarak yaşayabilecek duruma geliriz ve bu yaşantı öz güvenimizin güçlenmesine yol açar.

Bir yetişkin olarak belli bir insana karşı çelişkili duygular beslemekle -aradan geçen olaylarla dolu uzun yıllardan sonra- birdenbire kendini mutfakta hizmetçi tarafından yemeği yedirilen iki yaşında çaresiz bir çocuk olarak yaşamak birbirinden tümüyle farklı şeylerdir. Kendini o anda bir çocuk olarak yaşayan yetişkin kendine sorar: "Annem neden her akşam dışarıda? Neden burada benimle birlikte olmaktan hoşlanmıyor? Bende onun her akşam başka insanlarla olmak istemesine yol açan ne var? Onun benimle kalması için ne yapmalıyım? Buldum, hiç ağlamamalıyım! Evet, artık hiç ağlamayacağım." O zamanlar çocuk düşüncelerini tabii ki aynen bu sözlerle oluşturamazdı fakat bu adam şimdi aynı anda iki kişidir: hem yetişkindir ve yetişkin dili ile konuşmaktadır hem de iki yaşında bir çocuktur ve çocuk gibi acı acı ağlayabilmektedir... Bu ruhsal gerginliğin boşalmasına yol açan türden bir ağlama değildir, daha önce hep inkâr edilen erken

yaşların anne özleminin adamın benliği ile bütünleşmesidir. Ağlayan adam ertesi hafta ünlü bir çocuk doktoru olan ve kendi çocuğu ile ilişkisinde bir süreklilik sağlamayı başaramayan annesine karşı isyan ve acılarla iç içe geçmiş bir öfke yaşamıştır: "Seni hep benim elimden alan o her zaman hasta olan canavarlardan nefret ediyorum. Anne, senden de nefret ediyorum, çünkü benim yanımda olacağına onların yanında olmaktan hoşlanıyorsun." Çocuk/adam burada kendisine bir türlü gereğince yönelmeyen anneye duyduğu birikmiş öfkesi ile çaresizlik duygusunu birbiriyle karışmış olarak yaşamaktadır... Örnek olarak verdiğim bu hastada, baştaki çelişkinin yaşanabilmesi dolayısıyla hastanın aydınlanması ve güçlü duygularının kendi haklılığını ortaya koyan nedenlerini öğrenmesi ile ona uzun zamandır acı veren semptomlar-onların anlamını ve neyi temsil ettiğini artık çözdüğü için- peş peşe ortadan kalkmıştır. O zamana kadar kadınlarla olan ilişkilerine egemen olan son derece güçlü bir "kadına hükmetme isteği" giderek azalmış ve kadınları elde ettikten sonra terk etmek olgusu da zamanla ortadan kalkmıştır.

Aciz olmanın, birilerine teslim olmanın, öfkenin yarattığı türden duygular terapide önceden tahmin edilemeyecek kadar yoğun bir biçimde yaşanır. Bu duygular itilmiş anıların şimdiye dek kilitli kalan kapısını sonunda bize açarlar... İnsan ancak bilinçli olarak yaşadığı bir şeyi hatırlayabilir. Fakat bütünlüğü zedelenmiş olan bir çocuğun duygu dünyası can alıcı önemi olan öğelerin elenip bilinç dışına itilmesinden sonra artakalanlardan ibaret olduğu için bunların hatırlanması sorunu çözmez. Sorunu çözecek olan, erken çocukluğun ayıklanıp itilmiş duygularıdır. Bunlar yalnız terapi sırasında ve küçük çocuğun olanları kavrayamamaktan doğan acısı ile birlikte yüzeye çıkarak *ilk defa bilinçli olarak yaşanabilirler*... Bütün o inkârlara, yabancılaşmalara, gerçek benliği gizleyişlere rağmen, kişiye özgü olan pek çok şeyin canlı kalabildiğini ve duygulara geçit verilince de ortaya çıkabildiğini görmek

terapistin her hastası ile yeniden yaşadığı bir mucize gibidir... Fakat bunu gelişmiş bir gerçek benliğin bilinçli olarak sahte benlik ardında saklanmış olduğu ve sonra ortaya çıktığı şeklinde anlamak yanlış olur. Böyle olması olanaksızdır, çünkü bir çocuk neyi saklamakta olduğunu *bilmemektedir*. Hastalarımın Kurt, çocuğun bu durumunu şu sözlerle ifade etmişti: "Ben annemin her an içine bakabileceği camdan bir evde yaşıyorum. Camdan bir evde yaşayan insanın bir şeyleri kendini ele vermeden saklaması olanaksızdır. Bunun ancak tek bir yolu vardır; o şeyleri zeminin altına saklarsınız. Fakat o zaman onları kendiniz de göremezsiniz."

Çocuğun sevgisiz bir ortamda duygularını yaşayamadığını belirtmiştim. Bir yetişkin de ancak çocukken ona sevgi ve saygı ile yönelen bir ana/babaya veya onların yerine geçen aynı niteliklerde bir kimseye sahip olmuşsa duygularını gereğince yaşayabilir. Küçükken hırpalanan insanlar böyle bir ortamdan yoksun olan kimselerdir; dolayısıyla böyle kimselerin ani ve yoğun duygu boşalmaları yaşamaları pek olası değildir. Sadece ana/babanın mirası olan bir sansürün onayladığı ve geçit verdiği duyguları hissedebilirler. Geçirdikleri bunalımlar ve içinde bocaladıkları boşluk, bu denetimin ödenmesi gereken bedelidir. Gerçek benlik -bilinçsiz ve bundan dolayı da az gelişmiş bir durumda, kişinin içindeki bir hapisanede tutsak kaldığı için- iletişim kurma yeteneğinden yoksundur. Ancak gardiyanları ile kurduğu kısıtlı ilişkilerden beslenip canlanması ise olanaksızdır... Gerçek benlik ancak özgür kalınca kendini ifade etmeye, serpilmeye ve yaratıcı güçler geliştirmeye başlar. Bunun sonucunda önceleri korkutucu bir boşluğun ya da korkutucu "büyüklük" fantezilerinin ege-men olduğu ruhsal dünyada beklenmedik zenginlikte bir yaşam ortaya çıkar... Bu benliğin yuvaya dönüşü değildir, çünkü hiçbir zaman gerçek bir yuvası olmamıştır; -benliğin sonunda bir yuvaya kavuşmasıdır.

Psikoterapistin durumu

Psikoterapistin duygusal yaşamındaki bir bozukluğun rahatsızlığını yaşayan bir kişi olduğu iddiası ile sık sık karşılaşıyoruz. Burada kadar yapılan açıklamalarla bu iddianın deneyimlerle kanıtlanmış olgulara ne ölçüde dayandırılabilceğini göstermeye çalıştım. Psikoterapistin duyarlılığı, başkalarının duygularını hissedebilme yeteneği ve olağanüstü bir biçimde *antenlerle* donanmış olması onun çocukken *ihtiyaç içinde olanlar* tarafından kullanıldığına, belki de kötüye kullanıldığına işaret etmektedir.

Kuramsal olarak bir çocuğun onu kötüye kullanmaya ihtiyaç duymayan, çocuğu olduğu gibi kabul edip anlayan, duygularına katlanan ve saygı duyan bir ana/babanın yanında büyümüş olması mümkündür. Böyle bir ortamda çocuk, öz değerlerini sağlıklı bir şekilde geliştirebilir. Fakat böyle bir çocuğun

1. Daha sonra meslek olarak psikoterapiyi seçeceği,
2. Karşısındakini anlayabilmesi için gerekli olan "özel duyumlar sistemini" *kullanılan* çocuklarda var olan ölçüde geliştirebileceği,
3. "Kendine ihanet etmenin" ne demek olduğunu *bunu fiilen yaşadığı için* yeterince anlayacağı kuşkuludur.

Demek istediğim şudur ki, bizim terapi alanında çalışmak için gerekli olan yetenekleri geliştirmemizin nedeni özellikle bu "yazgımızdır". Fakat bunun ön koşulu kendimize yönelttiğimiz terapimizde geçmişimizin gerçeği ile yaşama ve en kritik yanılsamalarımızdan vazgeçme imkânını elde etmiş olmamızdır. Bu da çocukken elimizde kalan pek az şeyi kaybetmemek için özümüzü gerçekleştirmek pahasına ana/babamızın bilinçli olmayan ihtiyaçlarını gidermek zorunda kaldığımızı bilmenin yükünü taşıyabilmemiz demektir. Bunun ötesinde *ana/babamızı birincil ihtiyaçlarımızı gidermede kullanamamış olmanın* isyanını ve yasını

yaşayabilmiş olmamız demektir... Umutsuzluğumuzu ve bunun doğurduğu çaresiz öfkeyi hiç yaşayamamış, dolayısıyla da üzerinde işleyip çözememişsek, çocukluğumuzun bilinç dışı olgularını hastalarımıza bulaştırmamız tehlikesi ortaya çıkar. Derinlere itilmiş bilinç dışı ihtiyaçların terapisti ana/babası yerine koyduğu daha zayıf bir varlığı kullanmaya yöneltmesine kimse şaşmıyacaktır. Çünkü en kolay kullanabileceğimiz kişiler kendi çocuklarımız, emrimiz altındaki astlarımız ve bazen terapistte bir çocuk gibi bağımlı olan hastalarımızdır.

Terapistin bilincine varmadan gönderdiği mesajlar için gerekli olan "antennelere" sahip bir hasta, böyle bir durumda anında tepki verir. Örneğin terapistin hastaların kısa zamanda özerk ve güvenli davranmasına önem verdiğini sezerse hızla kendini özerk ve güvenli "hisseder" ve öyle davranır. Hasta bunu ve kendinden beklenen pek çok şeyi yapabilir. Fakat bu "özerklik" gerçek olmadığı için kısa zamanda bir bunalımla sonuçlanır. (Çünkü gerçek özerkliğin öncesinde bir bağımlılık yaşanır ve gerçek özerkliğe ancak bundan sonra, *çocuksu bağımlılığın* derinden çelişkili duygularının ötesine geçince kavuşabiliriz.) Hasta ile terapist arasında böyle bir ilişki kurulunca hasta terapistin onay ve kabul görme, yankı uyandırma, anlaşılma ve ciddiye alınma gibi isteklerini onun mesleki donanımına, kullandığı kavramlara ve beklentilerine "uygun gelen malzemeyi" ona sunmak yoluyla karşılar. Bu şekilde terapist çocukken maruz kaldığı bilinç dışı yönlendirmeyi/manipülasyonu kendi de aynen -üstelikte hastalarına- uygulamış olur...

Terapist bilinçli yönlendirmenin ne gibi niyetlerle yapıldığını çocukken kısa zamanda anlamış ve kendini bundan arındırmış olabilir; kendi görüşlerini savunmayı ve kabul ettirmeyi de öğrenmiş olabilir. Fakat çocukken bilinçli olmayan manipülasyonun

ayırımına varmış olmasına imkân yoktur"*. Çünkü bu bir çocuk için içinde büyüdüğü, soluduğu hava gibidir; başka türlüşünü tanımadığı için ona normal gelen tek ortamdır.

Yetişkin bir insan ve bir terapist olarak bu havanın tehlikeli niteliğini fark edemezsek ne olur? Fazla düşünmeden başkalarını yönlendirir, onları oyuncağımız hâline getiririz ve sonra bunu sadece onların iyiliği için yaptığımızı savunuruz.

Çocukların ana/babalar, hastaların da terapistler tarafından bilincine varılmadan yönlendirilmesi konusundaki bilgilerim ve deneyimlerim arttıkça, bilinç dışına itilen geçmişi çözmenin önemini giderek daha açık bir şekilde görüyorum. Yalnız ana/baba olarak değil, terapist olarak da geçmişimizi duygusal yönüyle öğrenmeye mecburuz. Hastalarımızı kuramlarımızdan yola çıkarak farkında olmadan yönlendirmeye ihtiyaç duymamak ve bizden yardım bekleyen bu kişilerin "ne iseler o olabilmelerine" imkân vermek için çocukluk duygularımızı yaşamayı ve arıtmayı öğrenmeliyiz. Kendi gerçeğimizi acıları ile yaşayıp kabullendiğimiz zaman, hastanın şahsında bize anlayış ve empati ile yaklaşan ana/babayı bulmak ve akıllıca yorumlarla onu kullanmak umudumuzdan kurtulabiliriz.

Terapist hasta ilişkisinin kendine özgü ortamının kışkırtıcılığı küçümsenmemelidir; çünkü ana/babamız bile belki bizi hastalarımız kadar can kulağı ile dinlememişler, içlerinde olup biteni hastalarımız kadar samimi ve anlayabileceğimiz bir biçimde ortaya dökmemişlerdir; belki bize hiç kimse bu kadar yakın ve savunmasız olarak yaklaşmamıştır. Bununla birlikte, yaşamımız boyunca sürmesi gereken yas tutma eylemimiz bizi böyle bir yanılsamaya sürüklenmekten alıkoyabilir... Bir zamanlar o şiddetle ihtiyaç duyduğumuz empatik ve bize açık, anlayan ve anlayabildiğimiz, her

* *Manipülasyon/yönlendirme: (İng. manipulation, manipulate) İnsanları ustalıkla idare etme, ilişkilerde belli stratejiler kullanma, ilişkilere hile karıştırma.*

an yanımızda ve bizim tarafımızdan kullanılmaya hazır, şeffaf, kaçamaksız, çelişkilerden arınmış, kimi zaman dramının artık-ları ile dolu olan bir aksesuar odasına girip gözden kaybolmayan, bizi korkutmayan ana/baba -"böyle ana/babalarımız yoktu"... Her ana sadece çocukluğundan arındırdığı alanlarda empati duyabi-lir; yazgısını inkâr ettiği için hâlâ görünmeyen zincirlerle bağlı olduğu alanlarda empatiden yoksun davranmaya mecburdur. Aynı şey babalar için de geçerlidir.

"Var olanlarsa çocuklardır": Zeki, uyanık, dikkatli, çok du-yarlı ve -bütün varlıkları ile ana/babanın esenliğine yöneldikleri için- hep el altında, kullanılmaya hazır, her şeyden önce de şef-faf ve güvenilir, kolayca yönlendirilebilir varlıklar... Gerçek ben-likleri (duygularının dünyası) barınmak zorunda oldukları cam-dan evin zemininde gömülü kaldığı sürece; bazen ergenlik çağına kadar, bazen de kendileri ana/baba oluncaya kadar...

31 yaşındaki Robert çocukken üzüldüğü ve ağladığı zamanlarda son derece bağlı olduğu annesinin çok mutsuz olduğunu ve derin bir güvensizliğe kapıldığını sezmişti. Dolayısıyla Robert, her za-man neşeli olmaya çaba gösterdi. Öte yandan "neşe" annesi için bir zamanlar onun hayatta kalmasını sağlayan bir özellikti. Çocukla-rının gözyaşları karşısında sarsılıyor ve dengesini kaybediyordu. Çok duyarlı olan çocuk annesinin bu durumunun kendisini kor-kunç bir şeye karşı savunmaya çalışması ile ilgili olduğunu his-sederek annesini sakınacak biçimde davrandı. Anne çocukluğunu bir tecrit kampında geçirdiğinden hiç söz etmemişti. Evde bu ko-nuya değinilmiyordu. Robert ancak daha sonra, yetişkin bir in-san olarak annesinden bir açıklama isteyince, onun ana/babaları gaz odasına sokulurken onları seyretmek zorunda kalan seksen çocuktan biri olduğunu öğrenebildi; bu çocuklardan hiçbiri o sı-rada ağlamamıştı.

Robert çocukluğu boyunca neşeli olmaya çalışmıştı. Gerçek benliğini duygularını ve sezgilerini ancak içindeki güçlü bir dürtü

tarafından zorlandığı, terapi görene kadar bir anlam veremediği, kendisine hep yabancı, utandırıcı ve anlaşılmaz gelen sapık davranışlarda yaşayabilmişti.

İnsan çocukluğunda karşılaştığı yukarıdaki örnekte anlatılan türden bir manipülasyon karşısında tamamen savunmasız kalır. Trajik olan, ana/babanın da -geriye dönüp geçmişe bakmaktan kaçındıkları sürece- başlarından geçenlere savunmasızca teslim olmuş durumda bulunmalarıdır. Bilinç dışı olgular çözülmediği zaman, ana/babanın çocukluğuna egemen olan trajedi "bilincine hiç varılmadan", onların çocukları ile olan ilişkilerinde de devam eder.

Aşağıdaki örnek bunu daha belirgin olarak ortaya koymaktadır: Çocukken şizofren annesinde sıkça yinelenen nöbetlerden korkmuş olan bir baba, annesinin bu durumu kendisine hiçbir zaman açıklanmadığı hâlde, çok sevdiği kendi küçük kızına devamlı olarak korku masalları anlatmaktadır. Çocuğun bunlar karşısında kapıldığı korkuları alaya almakta ve sonra çocuğu şu sözlerle yatıştırmaktadır: "Bu sadece uydurma bir masal; bak, ben senin yanındayım, korkmana hiç gerek yok." Baba, çocuğun korkusunu bilincinde olmadan bu şekilde manipüle ederek kendini güçlü hissetmektedir. Öte yandan bilinçli olarak da kızına yatıştırma koruma açıklamalarda bulunma gibi davranışlarda kendini gösteren, çocukken yoksunluğunu çekmiş olduğu desteği verme çabası içindedir. Fakat bunların yanı sıra kızına bilincinde olmadan kendi çocukluğunun korkularını, felaket beklentilerini ve kendi çözemediği sorununu da ("Sevdiğim insan beni neden bu kadar korkutuyor?") aktarmaktadır.

Her insanın derininde kendinden az çok gizlediği, içinde çocukluk dramının aksesuarlarının bulunduğu bir arka odası vardır. Kimseyi sokmadığı bu gizli odasına mutlaka girecek olanlar yalnız kendi çocuklarıdır. İnsan çocuk sahibi olunca odaya hareket gelir, hazırlık başlar; çünkü dramın devamı için gerekli ortam sağlanmıştır. Fakat çocuk bu dramda oynayacağı rolü ve

kullanacağı aksesuarları seçmekte özgür değildir, çünkü rolü zaten yaşama getirilirken belirlenmiştir ve yer aldığı "oyunla" ilgili anılarını da yetişkinlik yaşamına taşıyamayacaktır. Rolünün ne olduğunu belki ancak daha sonra, terapide sorununa çare ararken öğrenebilir: O arka odadaki aksesuarlardan bazen korkmuştur; ana/babası ile ilgili bilinçli anıları ile bunlar arasında bir bağlantı kuramamıştır; ve bu nedenle de kendisinde belli semptomlar oluşmuştur. Fakat sonra terapide bunların ardında gizlenen duygular bilincinde belirmeye başlayınca -dehşet, umutsuzluk, isyan duyguları, kuşkular ve aciz olmanın öfkesi- yetişkin insan bu semptomları çözebilir.

Hastanın terapistin kendisini bilincinde olmadan yönlendirmesine karşı hiçbir güvencesi yoktur. Öte yandan hiçbir terapist de kesin olarak bundan tamamen arınmış olamaz. Fakat hasta böyle bir yönlendirmenin varlığını sezinlediği zaman terapisti uyar- mak ya da -terapist gerçeği görmemekte, hata yapabileceğini ka- bul etmemekte direnirse- onu bırakmak imkânına sahiptir. Benim bu önerilerim kimseyi bu tür yöntemlerden ve bunlara başvuran terapistlerden daima kuşku duymak görevinden alıkoymamalıdır.

Yaşam öykümüzü giderek daha fazla öğrendikçe manipülasyon karşımıza çıktığı her yerde daha kolay fark edebilir ve gerçek maksadını anlayabiliriz. Yönlendirildiğimizi çoğu zaman fark edemeyişimizin nedeni çocukluğumuzun olgularıdır. Daha ilk yıllardan beri "iyi, dürüst, akıllı, bilinçli ve cesur" bir ana/babaya duyduğumuz özlem gözümüzü bağlamakta, terapistin samimi-yetsizliğini ya da bilinçsizliğini sezmemizi engellemektedir. Samimiyetsiz terapistler, özellikle dürüst ve arınmış görünmeyi ve kendilerini böyle tanıtmayı başardıkları zaman yönlendirilmeyi uzun bir süre için hoş görme tehlikesiyle karşı karşıya olabiliriz. Bizde yarattıkları yanılsamalar yoksunluklarımıza ve ihtiyaçla- rımıza yöneliyorsa onların gerçek yüzünü görmemiz uzun sürer. Fakat duygularımıza gereğince sahip çıkabilirsek, her yanılsama

er geç bize şifa verecek olan gerçek karşısında çözümlere ortadan kalkacaktır.

Altın beyin

Alphonse Daudet'nin "Değirmenimden Mektuplar/Lettres de Mon Moulin" adlı eserinde belki biraz tuhaf olan fakat açıklamalarımla ortak yanları bulunan bir öyküye rastladım. Sömürülen çocukla ilgili olan bu bölümün sonuna gelmişken öykünün içeriğini kısaca aktarmak istiyorum.

Bir zamanlar beyni tamamen altından olan bir çocuk varmış. Çocuk bir gün başından yaralanıp alnından kan yerine biraz altın akınca ana/babası bunu fark etmiş. Ana/baba bundan böyle çocuğu herkesten sakınmaya başlamışlar, altın beyninin çalınmaması için onu başka çocuklarla oynatmamışlar. Çocuk büyüyüp dünyayı gezip görmek istediğini söyleyince, annesi onu karşısına almış. "Bak," demiş, "biz senin için neler yaptık; zenginliğinden pay almak hakkımız değil mi?" Bunun üzerine çocuk beyninden büyük bir parça koparıp bunu annesine vermiş. Kendisi de zenginliğinden yararlanıp görkemli bir yaşam sürmüş. Fakat bu eğlenceli günlerini birlikte geçirdiği arkadaşı bir gün onun beyninden parçalar çalıp ortalıktan kaybolmuş. Altın beyinli adam sırrını bundan böyle kimseye açmamaya ve bir iş bulup çalışmaya karar vermiş. Günün birinde çok güzel bir kıza aşık olmuş. Kız da onu seviyormuş. Fakat adamın ona kat kat aldığı güzel giysilere duyduğu sevgi adama olan sevgisinden hiç de az değilmiş. Altın beyinli adam kızla evlenerek mutlu olmuş. Ancak güzel karısı iki yıl sonra ölünce, adam onun görkemli bir törenle gömülmesi gerektiğini düşünerek beyninde kalan bütün altınları bunun için harcamış. Zaman geçmiş. Beyni tükenmiş adam dalgın, yoksul ve mutsuz sokaklarda yalpalarken bir dükkânda karısına çok yaraşacak olan güzel küçük çizmeler görmüş. Karısının artık yaşamadığını

unutarak -belki de boşalan beyni artık iyi çalışmadığından- çizimleri satın almak için dükkâna girmiş ve o anda yere yuvarlanıp kalmış. Satıcı yanına gelince yerde bir ölünün yatmakta olduğunu görmüş.

Daha sonraları omuriliğindeki bir hastalığa yenik düşerek yaşama veda edecek olan Daudet öyküsünün sonunda şunları yazmış: Bu öykü uydurma gibi görünse de baştan sona gerçektir. Yaşamları boyunca bazı şeylerin ancak bir yudumuna kavuşmanın bedelini özünden, iliğinden ödemek zorunda olan insanlar vardır. Bu onlar için hep yeniden yaşanan bir acıdır ve sonra artık acı çekmekten yoruldukları zaman..."

Anne sevgisi yaşamımızdaki o ancak yudum yudum elde ettiğimiz fakat hiç vazgeçemediğimiz -ve amacına tümüyle aykırı olarak- birçoğumuzun bir yudumunun bedelini, canlılığını feda ederek ödemek zorunda olduğu şeylerden değil midir?

II

BUNALIM VE BÜYÜKLÜK TUTKUSU İNKÂRIN İKİ FARKLI ŞEKLİ

Çocukluk ihtiyaçlarının yazgısı

Annesi tarafından görölmek, anlaşılmaq, ciddiye alınmaq, saygıyla karşılanmaq her çocuğun en meşru en doğal ihtiyaçlarındandır. Çocuk yaşamının ilk haftalarında ve aylarında annesinin tümüyle kendisine odaklanmasına, onu tümüyle kendi yararına kullanmaya ve onun tarafından yansıtılmaya muhtaç bir durumdadır. Winnicott'nun çizdiği bir tablo bunu en güzel bir biçimde sergiler: Anne kollarında tuttuğu bebeğine bakar, bebek dosdoğru annenin yüzüne bakar ve bu yüzde kendini bulur... Fakat annenin bu sırada sadece küçük, emsalsiz, aciz yavrusunu görüyor olması, çocuğuna kendi beklentilerini, korkularını, çocuk için kurduğu planlarını yansıtıyor olmaması koşuluyla. İkinci durumda bebek annenin yüzünde kendini değil, sadece annenin yoksunluğunu bulur. Böyle bir bebek kendini yansıtacağı aynadan mahrum kalarak bütün sonraki yaşamında bu aynanın arayışı içinde olur.

Çocuğun sağlıklı gelişimi

Annenin çocuğa onun tüm yaşamı boyunca mutlaka ihtiyaç duyacağı şeyleri verebilmesinin ön koşulu annenin yeni doğan bebekten ayrı bir mekânda tutulmamasıdır. Bu son derece önemlidir. Çünkü kadındaki annelik içgüdüsünü uyandıran ve "besleyen" hormon boşalımı doğumdan hemen sonra başlayarak, bunu izleyen günler ve haftalar içinde anne ile çocuk arasındaki yakınlığın gitgide pekişmesine bağlı olarak devam edebilir. Fakat çocuk annesinden alınarak, daha kısa zaman öncesine kadar bütün kliniklerde ve bugün de dünyanın birçok yerinde bilgisizlikten ve personelin kolayına gelmesinden dolayı yapıldığı gibi, başka

bir yere götürülürse doğanın anne ve çocuğa tanıdığı büyük fırsat kaçırılmış olur.

Uzmanların "bonding" dediği anne ile çocuk arasındaki göz ve ten teması ile kurulan ilişki her ikisinde de -doğal ve ideal hâliyle daha döllenme sırasında var olan ve bebek ana karnında gelişmesi gereken- bir "birbirine ait olma, bir ve bütün olma" duygusu yaratır. Bu duygu bir yandan çocuğa annesine güven duyması için gereken emniyeti ve esenliği sağlarken, diğer yandan anneye de çocuğun mesajlarını anlamasına ve cevaplamasına yardımcı olacak içgüdüsel "annelik-öz güvenini" kazandırır... Doğum sonrasına özgü olan bu ilk karşılıklı yakınlaşmanın daha sonraki bir zamanda telafi edilmesine imkân yoktur ve bu bağın kurulamamış olması da daha baştan itibaren pek çok şeyi imkânsız hâle getirir.

Bilim "bonding" ilişkisinin çocuğun tüm yaşamı için taşıdığı belirleyici önemi daha yeni idrak etmiştir. Umudumuz bu yeni bilgilerin sadece özel doğum kliniklerindeki ebelik hizmetleri uygulamalarında değil, daha kapsamlı olan genel sağlık kuruluşlarının uygulamalarında da dikkate alınması, çok sayıda insanın bunlardan yararlanmasıdır. Çocuğu ile bonding ilişkisini yaşayan bir kadın, örneğin çocuğuna kötü davranmaya çok daha az yatkın olan bir kişidir ve onu baba tarafından gelebilecek kötü muameleye karşı da daha iyi koruyabileceği bir durumda olur.

Çocuğu ile bonding ilişkisine erişememiş annelere gelince: Bir anne kendi bilinç dışına itilmiş öyküsünden dolayı bu ilişkiyi kuramamışsa, terapi ve bilinç dışı olguların çözülmesi sonucunda bunun anlamını ve önemini öğrendiği zaman çocuğuna yoksunluğu ile baş etmesi için yardımcı olabilir... Anne normal koşullarda gerçekleşmeyen zor bir doğumdan sonra da, bunun sonuçlarını küçümsemediği, bebeğin daha yaşamın başında geçirdiği ağır travmanın korkusunu yenebilmek için özellikle daha fazla

sıcaklığa ve ilgiye ihtiyacı olacağının bilincine vardığı takdirde, bu olumsuz sonuçları dengeleyebilir".*

Bir çocuk kullanabileceği, onu yansıtan, (verici olan, çocuğuna gelişme işlevinde kendisinden olabildiğince yararlanması için fırsat veren) bir anne ile büyümek şansına sahip olursa, büyürken bir yandan sağlıklı bir "benlik-duygusu" da oluşturabilir. Optimal/en iyi durumda böyle bir anne çocuğa sıcak bir duygusal ortam da sunar ve onun ihtiyaçlarına anlayışla yaklaşır... Fakat bu derece sevecen olmayan anneler de bu gelişmeye, sadece buna engel olmamakla imkân verebilirler: O zaman çocuk annesinde eksik olanları başka kişilerden sağlama yoluna gider. Çocuğun bu en az miktarda bir duygusal "besinden", çevresindeki her teşvikten yararlanma konusundaki olağanüstü yeteneği çeşitli araştırmalarla ortaya konmuştur.

Burada sağlıklı bir "benlik-duygusu"ndan anladığım, hissedilen duyguların ve isteklerin kendi benliğine ait olduğundan kuşku götürmez biçimde emin olmaktır. Kişi bu kendinden emin olma hâlini sorgulamaz, üzerinde düşünmez. Bu aynen nabız atışı gibi hep, var olan ve denge bozulmadıkça da fark edilmeyen bir olgudur.

İnsanın kendi duygularına ve isteklerine böyle kendiliğinden, sorgulamasız bir biçimde yaklaşması ona istikrar ve öz saygı kazandırır. Böyle bir insan kendine duygularını -başkalarının nasıl etkileneceğinden endişe duymadan- gereğince yaşayabilme özgürlüğü tanır, sırasında üzgün, umutsuz, ihtiyaç içinde olur, tehdit altındayken korkar, istekleri karşılanmayınca kızar ve bütün bunları rahatlıkla ortaya döker. Sadece neyi istemediğini bilmekle kalmaz, ne istediğini de bilir. İstekleri ile isteksizliklerini ifade

* *Bu konuyu ele alan bilgilendirici kitaplar arasında (Janus, Leboyer, Odent, Stern) çocuk bekleyen ana/babaya en fazla yardımcı olacağına inandığım Desmond Morris'in çalışmasıdır. (Desmond Morris, Babywatching. Jonathan Cape, London 1991.)*

edişi başkalarının sevgisini kazanma ya da kaybetme düşüncelerinden bağımsız olur.

Rahatsızlık

Anne çocuğuna yardım edecek durumda olmayınca ne olur? Bunun ötesinde, sıkça rastlandığı gibi, çocuğunun ihtiyaçlarını fark edecek ve giderecek durumda olmamakla kalmayıp kendi de "ihtiyaç içinde bir kişiye" ne olur? Böyle olunca anne, bilincinde olmadan, çocuğunun yardımını ile kendi ihtiyaçlarını tatmin etme yollarını aramaya başlar... Annenin buna yönelmesi çocuğu ile kendi arasında güçlü duygularla yüklü/affektiv bir bağ oluşmasına engel değildir. Fakat oluşacak bu sömürüye dönük ilişki çocuk açısından hayati önem taşıyan güvenilirlik, süreklilik, tutarlılık gibi öğelerden ve her şeyden önce de çocuğun duygu ve düşüncelerini yaşayabileceği bir alandan yoksun olur. Bu ilişki içinde çocuk annesinin ihtiyaç duyduğu ve belli bir süre için kendisinin de yaşamını (yani ana/babasının sevgisini) garantileyen, ancak genellikle sonraki yaşamında onun "kendisi" olmasını engelleyen bazı gelişmeler gösterir. Çocuk bulunduğu bu durumda yaşının gereği olan doğal ihtiyaçlarını benliği ile bütünleştiremez. Sonuçta bunlar benliğinden kopar ya da bilinç dışına itilir ve bu insan daha sonra, hiç farkında olmadan, hep geçmişinde yaşayan biri olur.

Bir bunalımdan şikâyet ederek bana yardım için başvuruların büyük çoğunluğunun anneleri de kural olarak son derece güvensiz ve bunalımlı kişilerdi. Bu anneler genellikle sahip oldukları tek çocuğu ya da çocuklarının en büyüğünü kendi malı olarak görüyordu... Bir anne kendi annesinden sağlayamadığını çocuğundan sağlayabilir: Çocuk kendini kullandırmaya açıktır, annenin yankısı olmaya hazırdır, kontrol edilmeye uygundur, tamamen anneye odaklanmıştır, onu asla terk etmez, ona ilgi ve hayranlık duyar. Anne ise çocuğun ihtiyaçları ile bunalıldığı zamanlarda

(önceleri kendi annesinin talepleri karşısında bunalıyordu) artık o zamanlarda olduğu kadar savunmasız değildir. Kendi annesine karşı çıkamamışsa, şimdi kendi çocuğuna karşı çıkabilir ve kendine eziyet edilmesini engeller; bu amaçla çocuğunu bağırması ve kendisini rahatsız etmemesi için terbiye eder. Bu anne şimdi artık dikkate alınmayı ve saygı görmeyi ya da kendi ana/babasının ona borçlu olduğu özenli muameleyi ve esenliği talep edebileceği bir konumdadır. Annenin bu yönelimi aşağıdaki örnekte açıkça ortaya çıkar:

35 yaşındaki Barbara kendisini dehşet içinde bırakan bir olayla bağlantılı olan bilinç dışı korkularını ancak terapide yaşayabildi. Olay on yaşındayken bir gün okuldan dönünce meydana gelmişti. O gün annesinin doğum günüydü ve kız eve girince annesini gözleri kapalı, oturma odasının zemininde kaskatı yatarken buldu. Annesinin ölmüş olduğunu sandı ve korkunç bir panik içinde çığlıklar atmaya başladı. O zaman annesi gözlerini açtı ve coşkulu mutlu bir sesle kızına şöyle dedi: "Şimdi bana en güzel doğum günü armağanını vermiş oldun; artık biliyorum ki, beni de seven birisi var." Barbara'nın, annesinin çocukluk yazgısına duyduğu merhamet annenin bu davranışının korkunç bir acımasızlık anlamına geldiğini fark etmesini önlemişti; bu olaya ancak terapi sırasında, yüzeye çıkan öfke ve isyan duygularını yaşayarak tepki gösterme imkânı buldu.

Kendisi de dört çocuklu bir anne olan Barbara'nın kendi annesi ile ilgili ancak az sayıda ve belirsiz anısı vardı, fakat annesine sürekli olarak merhamet duyduğunu anımsıyordu. Terapinin başında annesini kendisi daha çok küçükken bile dertlerini küçük kızına (Barbara'ya) anlatan, çocuklarının iyiliği için çırpınan ve kendisini ailesi için feda eden duygulu sevecen bir kadın olarak betimlemişti. Ailenin o zamanlar bağlı olduğu tarikatın üyeleri sık sık gelip annesinden öğüt alırlardı. Ve bu anne Barbara ile hep gurur duymuştu. Şimdi anne artık yaşlı ve düşküncü, Barbara annesinin

sağlığı için endişe duyuyordu; sık sık düşünde annesinin başına bir şey geldiğini görüyor ve şiddetli korkular içinde uyanıyordu.

Terapi ilerledikçe duyguların yüzeye çıkmasıyla annesi için çizdiği bu tablo değişmeye başladı. Özellikle annesinin onu temizlik konusunda nasıl terbiye ettiğini içeren anısını yaşarken Barbara annesini hükmetmeyi seven, müşkülpesent, sürekli denetleyen, yönlendiren, kötü, soğuk, akılsız, basit, her şeyi dayatan, hemen alınan, aşırı ve yapay davranışları olan, olur olmaz her şeyi üstlenen bir kadın olarak tanımladı... Uzun yıllar biriken öfkenin yaşanması ve durulması sonucunda küçük bir kız olduğu günlerin peş peşe bilinçlenmeye başlayan anıları annenin bu olumsuz özelliklerini doğrulayan ayrıntılar içermekteydi. Barbara artık gerçekleri ortaya döküp onlarla yüzleşmeye katlanabiliyordu ve duyduğu öfkenin haklılığını tartabilecek durumdaydı. Annesinin kızı (Barbara) karşısında güvenini yitirdiği zamanlarda ona soğuk ve kötü davrandığı kanısına vardı. Annesi onu hep merak etmiş ve tasalanmıştı, fakat bu tasalanmalar ve meraklanmalar kızına duyduğu kıskançlığa karşı bir savunmaydı. Anne kendi çocukluğunda çok hor görülmüş ve aşağılanmış olduğu için, bunu kızında telafi etmek zorunluluğu altında davranmıştı.

Anneyi farklı algılanan kişiliklerle ortaya koyan bu tablolar zamanla birleşerek kendi güçsüzlüğünden, güvensizliğinden ve alınganlığından dolayı çocuğunu kullanmak ihtiyacı içinde olan bir insanın tablosu hâlini aldı. Dışarıdan bakıldığında annelik işlevini faal ve titiz bir biçimde yerine getirdiği görüntüsü veren anne temelde "kendi çocuğu karşısında çocuk kalmış" olan bir insandı. Buna karşın kızı Barbara da o zamana kadar yok saydığı ihtiyaçlarını kendi çocuklarında keşfetmeye ve artık bunları çocuklarının yardımıyla doyurmaya girişinceye kadar, anlayışlı olan koruyan kişi rolünü üstlenmişti.

Sevgi sandığın bir yanılısamaydı

Burada uzun yılların çalışmaları sonunda vardığım bazı düşüncelerimi açıklamaya çalışacağım. Bu çalışmalar benimle yalnız bir veya iki saat birlikte olan kimselerle yaptığım görüşmeleri de kapsıyordu. Bireysel yazgıların trajedisi bu kısa görüşmelerde özellikle belirgin olarak ortaya çıkıyor. Bunalım / çökkünlük / depresyon olarak adlandırdığımız ve boşluk, yaşamın anlamsızlığı, ruhsal yoksullaşma korkusu, yalnızlık olarak duyumsanan hâlin -kökü daima çocukluğa uzanan - benlik yitimi, dolayısıyla kendine yabancılaşma olduğuna hep yeniden tanık oluyorum.

Uygulamada bu rahatsızlıkların çeşitli şekillerine, ara-tiplelerine ve nüanslarına rastlıyoruz; fakat açıklamalarımın daha net olabilmesi için uçlarda yer alan ve "birinin diğerinin arka yüzünü" oluşturduğunu düşündüğüm iki şeklini anlatmaya çalışacağım. Bunlar büyüklük tutkusu/grandiöz, saplantı ve bunalımdır.* Kişide açığa çıkmış olan "büyüklük tutkusunun" ardında bunalım her zaman pusuda bekler, bunalımlı/depresif ruh hâlinin ardında da çoğu zaman trajik öykümüzün karşı koyduğumuz sezinlemeleri saklanır. Aslında "büyüklük tutkusu" gerçeğin inkâr

* Çevirmenin notu: "Büyüklük tutkusu-tutkunu/Grandiöz tip" (Almanca die Grandiositaet/grandios; İngilizce: grandiosity/grandiose) psikoloji alanındaki anlamı, belli insanlarda bulunan herhangi bir konuda fazlasıyla üstün olma isteği, aşırı durumlarda üstün olma tutkusu ya da saplantısıdır. Kitapta bu tutkunun/saplantının başlı başına bir rahatsızlık hâline gelmesi ve bunalımla ilişkisi anlatılmaktadır. Kitaptaki anlamıyla "büyüklük tutkusu/Grandiositaet", "büyüklük kompleksi/superiority complex" ve "büyüklük delisi olma/megalomania"dan tümüyle farklıdır. Büyüklük kompleksi bir insanın o kadar büyük ve üstün olmadığı hâlde, kendini öyle sanması, olduğundan üstün görmesi olarak tanımlanabilir. Megalomani insanın her şeyi olduğundan daha fazla büyütmesi, abartması ve her şeyin büyük olanına istek duyması (büyük ev, büyük gösterişli araba, büyük davet vs.) olarak anlaşılabilir. Kitabımızda betimlenen "büyüklük tutkusu/grandiöz tip" bir insanın bazı bakımlardan en üstün duruma gelmek konusundaki, uğruna her türlü çabayı gösterdiği ve bağımlısı olduğu, sürekli ve sağlıklı tutkusu/saplantısı olarak anlaşılabilir.

edilmesinin bir sonucu olan benlik yitiminin verdiği acıya karşı bir savunmadan ibarettir.

Büyüklik tutkusu - Kendini aldatmanın bir yolu

"Büyüklik tutkunu" her yerde hayranlık uyandırır ve bu hayranlığa ihtiyacı vardır; insanların hayranlığı olmadan yaşayamaz. Yaptığı her iş parlak bir başarı ile sonuçlanmalıdır ve gerçekten de bütün yaptıkları parlak başarılarla sonuçlanır (böyle başarılar getirmeyen işlerle zaten uğraşmaz). Kendisi de kendine olağanüstü özelliklerinden (güzelliğinden, aklından, yeteneklerinden, başarılarından ve performansından) dolayı hayrandır. Fakat bu parlaklığının bir parçasını bile yitirince ani bir çöküşle ağır bir bunalımın eşiğine gelir... Genelde çok şeyini yitirmiş olan hasta ve yaşlı kimselerin, örneğin adetten kesilen kadınların bunalımlı bir ruh hâline girmesinin doğal olduğu düşünülür, fakat böyle yaparken sağlığının, gençliğinin, sevdiklerinin yok oluşunu bunalıma girmeden, bu yitirilenlerin yasını yüreğinde yaşayarak taşıyabilen ve içine sindirebilen kişilikte insanlar bulunduğu dikkat edilmez. Bu düşünceyi ters yönden ele alalım. Felaketler yaşayan insanlar bunalıma girmezken çok iyi koşullarda olan, üstün yeteneklere sahip pek çok kişi bunalımlar içinde kıvrانmaktadır. Neden? Çünkü bir insan kendine sahip olduğu özelliklere göre değer biçmediği, öz değerlilik bilinci, duygularının gerçekliğinden kaynaklandığı zaman bunalıma girmez.*

"Büyüklik tutkununda" öz değerlilik duygusunun işler istediği gibi gitmediği zaman uğradığı çöküş, bu duygunun aslında havaya yükselen bir balondaymış gibi boşlukta kalmasındandır; iyi bir rüzgâr olduğunda yükselmesine karşın, balonun delinmesiyle az sonra bir paçavra parçası olarak yere inmiştir (bir hastam

* Öz değerlilik duygusu/öz değerlilik bilinci: (Almanca karşılığı: Selbstwertgefühl, Selbstwertbewusstsein).

böyle bir düş görmüştü)... Çocukken bu insanın kendine/özüne gerçekten ait olan, sonraki yıllarda ona dayanak sağlayacak değerler geliştirmesine izin verilmemiştir. Çünkü ana/babanın çocuğun kendisinden beklenenleri gerçekleştirememesi hâlinde duyacağı utanç çocuğu için duyduğu gururdan ancak kıl payı uzaktadır.*

Büyüklik tutkusu içindeki insan, hayranlığın sevgi anlamına geldiği, onunla eş değer olduğu şeklindeki yanılsamasından terapi görmeden vazgeçemez. Bütün ömrünü bu tür "telafi" işlevi gören bir yanılsama uğruna harcayanların sayısı az değildir. Sevginin sembolü uğruna verilen bu savaş, geçmişteki çocuğun saygı, anlayış, ciddiye alınma gibi ihtiyaçlarının anlaşılmasına ve bilinçli olarak yaşanmasına izin verilmediği sürece sürüp gider... Bir hastam son zamanlara kadar hep kendini uzun tahta ayaklıklarla yürümüş gibi hissettiğini söylemişti. Her zaman uzun tahta ayaklıklarla yürümüş olan bir insan kendi ayakları ile yürüyen insanları, ona daha kısa boylu daha sıradan görünseler de, sürekli kıskanmaz mı? İçinde kendisini yüksek tahta ayaklıkları olmadan yürümeye cesaret edemez hâle getirenlere karşı birikmiş bir

* 1954 yılında Chestnut Lodge'da yapılan bir alan çalışmasında 12 manik-depresif psikoz hastasının aile ortamı incelendi. Alınan sonuçlar benim "depresyonun etiolojisi" (bunalımın nedenleri) konusunda başka yollardan elde ettiğim bulguları büyük ölçüde desteklemektedir. "Bütün hastalar çevrelerinde sosyal açıdan dışlandığına ve saygınlığı bulunmadığına inandıkları ailelerden geliyordu. Bu nedenle aileleri komşularının saygınlığını kazanmak amacıyla onlara benzemek ve performansları ile göze girmek için olabilecek her şeyi yapmışlardı. Bu çabalarda (sonradan hastalanan) çocuklara da önemli bir rol düşüyordu. Ailede çocuk aile şerefini kurtarmakla görevliydi ve özel yetenekleri, becerileri, güzelliği gibi özellikleri sayesinde ailenin beklentilerini gerçekleştirebildiği ölçüde sevgi görüyordu (vurgulamalar A. Miller'e aittir). Çocuk bunu başaramadığı zaman görmezlikten gelme, aile ortamından uzaklaştırılma ve aileye utanç getirdiğini sürekli yüzüne vurma gibi davranışlarla cezalandırılıyordu" (M. Eicke-Spengler, 1977, S. 1104'ten alıntı). Hastaların sosyal açıdan dışlanmış ailelerden gelmesi benim çalışmalarım da saptandı. Fakat "dışlanma" ana/babanın yoksunluğunun nedeni olarak değil, sonucu olarak belirlendi.

öfke taşımaz mı? İmrenilen ve kıskanılan insan, aslında sağlıklı olan insandır. Çünkü başkalarının hayranlığını kazanmak için dinmez; şöyle ya da böyle görünmek için hiçbir şey yapmak zorunda değildir. Sağlıklı insan kendine rahatlıkla "ne ise o olma, öyle görünme" iznini verebilen bir kişidir.

"Büyüklik tutkunu" hiçbir zaman gerçekten özgür değildir, çünkü sürekli olarak başkalarının beğenisine ve hayranlığına bağımlıdır. Çünkü bu hayranlık da hiçbir zaman kesin değildir ve her an ortadan kalkabilecek olan işlevlere, özelliklere, başarılarla dayanmaktadır.

Büyüklik tutkusunun arka yüzü: Bunalım

Karşılaştığım hastalarda bunalımın "büyüklik tutkusu" ile farklı şekillerde bağlanmış olarak bir arada bulunduğunu saptadım:

1. Bazı durumlarda "*büyüklik tutkusu*" ağır hastalık, sakatlık ve yaşlılık gibi nedenlerle *çöktüğü zaman* bunalım ortaya çıkar... Örneğin yaşlanmaya başlayan bekâr bir hastamın başarılarını sağladığı kaynaklar tükenmişti. Yaşının ilerlemesi ile ortaya çıkan rahatsızlığı yüzeyde cinsel beraberliklerinin sona ermiş olmasıyla ilgiliydi, derininde ise artık yeni aşklar bulmak yoluyla etkisiz hâle getiremediği terk edilmişlik duyguları depreşiyordu. Telafi olarak kullandığı aynalarından (aslında bu amaçla kullandığı kendisine aşık erkeklerden) yoksun kaldığı için yeniden çocukluğundaki şaşırılmış ve çaresiz küçük kız olarak annesinin yüzü ile karşı karşıya gelmişti. Fakat bu yüzde kendisini bulamıyor, yalnızca annesinin huzursuzluğunu görüyordu... Erkekler de yaşlanmayı bu şekilde yaşayabilir. Bu ruh hâli içinde yeni bir sevdalanma gençlik yanılmasını belli bir süre için canlandırarak başlamakta olan yaşlanma bunalımına "manik" evreler katar.

2. Başka durumlarda bunalım ve "büyüklük tutkusu" birbirini izler. Böyle *değişimli olarak birbirini izleyen evrelerde* ortaya çıkmaları ikisi arasındaki yakınlığı açıkça ortaya koyar. Bunlar, bir madalyonun iki yüzü gibi, biri görüldüğü zaman diğeri ortadan kaybolmaktadır; temelde zaten çocukluktaki başarılar için verilmiş olan "sahte benlik"madalyonunun iki yüzünden başka bir şey değildir... Dolayısıyla bu durumdaki bir insan, örneğin bir aktör, sahnede fevkalâde başarılı olduğu bir gecede hayranlık içindeki seyircilerin gözlerinin aynasında kendini yansıtabilir ve bir tanrı kadar büyük ve güçlü olduğu duygusunu yaşayabilir; fakat ertesi sabah boşluk, anlamsızlık duyguları, hatta utanç ve öfke içinde olabilir... Başarı gecesinin verdiği bu mutluluğun nedeni sadece sahnedeki ifade ve oyununda sergilediği yaratıcılığı değilse ve ayrıca çocukken doyuramadığı (yankı, yansıtma, dikkati çekme, anlaşılma gibi) ihtiyaçlarının seyirci karşısında "telafi" imkânı bulmasından da kaynaklanıyorsa, aktörün mutluluğu başarının ertesinde bunalıma dönüşebilir... Yaratıcılığı bu bilinç dışına itilmiş ihtiyaçlardan belli bir ölçüde bağımsız olsaydı, aktörümüz başarısının sabahında bunalım içinde olmaz, kendini dipdiri hisseder ve istekle başka konulara yönelirdi. Fakat başarısı çocukluktaki engellenmelerin (frustrasyon'ların) inkârına hizmet ettiği için, bütün "telafi" işlevi gören olgu ve olaylar gibi, ancak kısa süreli bir "dindirme etkisi" yapabilir... Bu kişinin gerçek bir doyum elde etmesi zaten artık olası değildir, bunun zamanı çoktan geçmiştir. Belirtilen türden çocukluk ihtiyaçları için geriye dönüş yoktur; ortada ne o zamanki çocuk vardır ne de o zamanki ana/baba. Ana/baba eğer hayatta kalmışlarsa, artık yaşlı ve bağımlı kim-selerdir, bugünün büyük aktörüne hükmedecek güçleri

yoktur. Olsa olsa başarısına sevinir, vakit bulup kapılarını çalmasını beklerler. Bugün artık aktör için var olan, yalnızca başarılar, alkışlar, hayranlardır... Fakat bu tür hazlar da insana verdiklerinden daha fazlasını veremezler, geçmişte açılan gediği doldurmaları mümkün değildir. Eski yara -yanılsamalara bel bağlayarak- başarının sarhoşluğu içinde inkâr edildiği sürece iyileşmez. Kişinin içine düştüğü bunalımlar, onu yaranın oldukça yakınına götürür. Fakat yara ancak yitirilenlerin, özellikle de *yaşamın belli kritik bir evresinde yitirilmiş olanların* yası yaşanabildiği zaman kapanır.*

3. Bazen de bir insanın ana/babanın her zaman için ona yönelik, verici ve kullanılabilir olduğu yanılsamasını (çocukken bundan yoksun olduğunu ve duygusal tepkilerini inkâr ederek) aralıksız, olağanüstü çabalarla sürdürmeyi başardığını görüyoruz. Böyle bir insan kendini tehdit eden bir bunalımı artan bir beceri ile çoğu zaman engelleyebilecek ve hem çevresindekileri hem kendini hayrete düşürecek

* Igor Strawinsky'nin aşağıdaki açıklaması başarılı bir yas tutma eyleminin örneği sayılabilir: "Sanıyorum ki, benim bahtsızlığım babamın içinde bana daima uzak kalmasından ve annemin de bana sevgi göstermemesinden kaynaklanıyordu, en büyük erkek kardeşim beklenmedik şekilde öldükten sonra annem ona olan sevgisini bana vermeyince ve babam da eskiden nasılsa bana karşı yine öyle soğuk kalınca, karar verdim, "size gününüzü göstereceğim" dedim. O gün geldi, o gün geçti. Tek görgü şahidi olduğum o günü şimdi benden başka kimse hatırlamıyor." Samuel Beckett'in buna tümüyle zıt olan açıklaması ise şöyle: "Mutlu bir çocukluk geçirdiğim söylenebilir... Mutlu olma konusunda fazla yetenekli olmama rağmen. Annem ve babam bir çocuğu mutlu edebilecek olan her şeyi yaptılar. Fakat ben kendimi çoğu zaman oldukça yalnız hissettim." (Her iki açıklama da H. Müller'in Braunschweig, 1974 tarihli bir makalesinden alınmıştır.) İkinci açıklamada çocuklukta yaşanan dramın tümüyle bilinç dışına itilip yok sayıldığı görülüyor; ana/babanın idealize edilmiş imajı ise gerçeğin inkârı yoluyla sürdürülüyor. Fakat Beckett çocukken yaşadığı ruhsal yalnızlığı dramlarında ifade etme imkânı bulmuştur.

çapta olan bir kişidir. Fakat genellikle bunu yapabilmesinde evlilik için seçtiği eşi de önemli bir rol oynamaktadır. Bu eş güçlü bunalım eğilimlerini (depresif eğilimleri) evliliğe taşıyan ya da en azından evlilik süresinde bunları bilincinde olmadan geliştiren ve "büyük" davranışlar içindeki tarafın depresif yanını kendine aktararak faaliyete geçiren bir kişi olur. Bu tür bir beraberlik kurulunca bunalım faktörü "büyüklük tutkunu" eşin dışına çıkıp diğer eşte merkezlenir. "Büyük" kişi bundan sonra "zavallı yardıma muhtaç" eşinin etrafında pervane olur, onu bir çocuğu korur gibi korur ve bunu yaparken de kendini güçlü ve vazgeçilmez biri olarak hisseder. Böylece kişiliğinin sağlam bir temele dayanmayan, başarının, performansın ve her şeyden önce de çocukluk duygularının inkârının oluşturduğu ayaklara bağımlı olan binasına ek bir destek sağlar.

Bunalım dış görünüşte ortaya çıkan tabloda "büyüklük tutkusunun" tam karşısı olan uçta yer aldığı ve yol açtığı ruh hâli bakımından da benlik yitiminin trajedisini daha fazla yansıttığı hâlde, bunların birçok ortak özelliği olduğunu görürüz. Gerek bunalımda gerekse büyüklük tutkusunda izlenebilen bu ortak özellikler şunlardır:

1. Gerçek benliğin yitirilmesine yol açan "sahte" bir benlik;
2. Kişinin kendi duygularından emin olmasına dayanmayan, sahte benlik oluşturma çabalarından kaynaklanan öz saygının zayıf ve kırılğan oluşu;
3. Mükemmeliyetçi/perfeksiyonist eğilimler;
4. Kişinin istemediği, aşağıladığı duygularını inkâr etmesi;
5. Başkaları ile istismar amacı taşıyan ilişkiler içinde olma;
6. Başkalarının sevgisini kaybetme konusunda büyük korkular içinde olma; dolayısıyla her türlü uyumu göstermeye hazır olma;

7. Benlikten ayrılmış ve kişinin dışına çıkmış saldırganlık;
8. İnsanlarla ilişkilerde aşırı alınganlık/hemen gücenme, üstüne alınma;
9. Utanç ve suçluluk duygularına kapılma eğilimi;
10. Tedirginlik.

Bunalım: Benliği inkâr etmenin bir yolu

Bütün bunlara göre "bunalımı" kişinin kendi duygusal tepkilerini ve duyumsamalarını inkâr etmesi anlamını taşıyan benlik yitiminin doğrudan bir sinyali olarak anlayabiliriz. Bu inkâr çocuklukta -sevginin kaybedileceği korkusu ile girilen hayati önem taşıyan bir uyum sürecine hizmet etmek üzere- başlar. Dolayısıyla, bunalım çok erken yaşta alınan bir yaranın varlığına işaret eder... Kişiyi ileride istikrarlı bir öz saygı oluşturmaya yöneltecek olan duygulanım alanları daha başta, meme emme aşamasında bile gelişme dışında kalmış olabilir... Kendi bedeninde örneğin memnuniyetsizlik, öfke, darılma, acı, sevinç gibi yaşamın ilk zamanlarına ait duyumsamaları, hatta açlık duygusunu bile yaşayamayan çocuklar görüyoruz. Bazı annelerin "bebeğin açlığını bastırmayı öğrendiğini, sevgi ile oyalanırsa mama vaktini ses çıkarmadan bekleyebildiğini" gururla anlattıklarını işitiyoruz.

Meme çağında bu tür deneyimler geçirdikleri mektuplarla belgelenmiş olan öyle yetişkinler tanıdım ki, bu kişiler gerçekten acıkıp acıkmadıklarını ayırt edemiyor, aç mı tok mu olduklarını bilemeyerek sürekli açlıktan bayılma korkusu içinde yaşıyorlardı. Beatrice bunlardan biriydi: Beatrice'in annesi çocukları memnuniyetsizlik gösterdiği ya da kızdığı zaman annelik rolünü başaramadığından kuşkulanarak, çocukların bir tarafı ağrıyınca korkulara kapılan bir kadındı. Anne çocukların kendi bedenleri ile oynamaktan hoşlanmaları karşısında kıskançlık duyuyor, başkalarının

önünde "böyle şeyler" görmekten çok utanıyordu. Annenin korkuları zamanla çocuğun tüm duygusal yaşamını koşulladı ve Beatrice annesinin "sevgisini" riske atmamak için hangi duyguları hissetmemesi gerektiğini çok erken yaşta öğrendi.

Yaşamımızı anlamamıza yarayacak olan anahtarları ortadan kaldırdığımız zaman bunalımların nedenleri -ve acıların, hastalığın, şifa bulmanın da nedenleri- bizim için bir sır olarak kalmak zorundadır.

Kitabı bana bir hastam tarafından gönderilen bir psikiyatrist çocukluktaki kötü muamelelerin, ihmallerin ve sömürünün daha sonraki psikolojik rahatsızlıkların açıklanması için yeterli nedenler oluşturamayacağını iddia ediyor. Kötü muamele gören bir kişide bunun beklenen sonuçlarının görülmemesinin ya da bu kişinin başkalarına göre sağlığına daha çabuk kavuşmasının tamamen başka akılla kavranamayan/irrasyonel nedenlere dayandığına, bunun bir "lütuf", bir armağan olması gerektiğine inanıyor.

Bu psikiyatrist yaşamının ilk yılını tek başına ve kimsesiz bir annenin yanında büyük bir yoksulluk içinde geçiren ve bundan sonra da resmî makamlar tarafından anneden alınan bir hastanın öyküsünü anlatıyor. Bu küçük erkek çocuğu bir bakımevinden diğerine gönderiliyor ve bulunduğu her yerde en ağır muamelelerle karşı karşıya kalıyor. Fakat daha sonra bir psikiyatri hastası olarak tedavi gördüğü zaman aynı durumda olan ve bilindiği kadarıyla geçmişte daha az eziyet gören başka hastalardan çok daha çabuk düzeliyor. Çocukluğunda ve gençliğinde bunca zulüm gören bu adam semptomlarından nasıl bu kadar çabuk kurtulabilmiştir? Bu, Tanrı'nın gösterdiği bir lütuf mudur?

Pek çok kişi bu tür açıklamalardan hoşlanır, fakat konunun özüne inen sorulardan kaçınır. Ancak burada yine de şunu sormamız gerekiyor: Tanrı bu psikiyatristin diğer hastalarına neden yardım etmemiştir? Ayrıca çabuk iyileşen bu hastaya bir zamanlar

acımasızca dayak yediği sırada neden yardım etmek istememiştir? Bu insan bir yetişkin olduğunda Tanrı'nın lütfundan mı güç bulmuştur yoksa bunun daha basit bir açıklaması var mıdır?

Bu insan yaşamının o ilk ve son derece önemli yılını bütün yoksulluğa rağmen ona gerçek bir sevgi ve güven veren, onu esirgeyen bir annenin yanında geçirmişse, bu takdirde sonradan karşılaştığı kötülükleri yapısında sindirebilmek bakımından bütünlüğü daha yaşamının başında zedelenen, kendine ait bir yaşamı olmasına hak tanınmayan, baştan beri varlığının tek amacının annesini "mutlu" etmek olduğunu öğrenmek zorunda olan birine göre çok daha donanımlı, çok daha sağlamdır.

Beatrice'in çocukluk kaderi de aslında annesini "mutlu" etmekten ibaretti; çocukluğunda kaba kuvvete dayanan muamelelere uğramamasına rağmen, daha meme çocuğu olduğu sırada "annesini mutlu etmek" için ağlamamayı, acıkmamayı, ihtiyaç duymamayı öğrenmişti. Sonuçta önce zayıflık hastalığı çekti, sonraki yıllarda da ağır bunalımlar yaşadı.

Sevgi ve maneviyat ile ilgili geleneksel düşüncelere eleştirisiz ve gözü kapalı tutunmak, geçmişingerçekleri üzerine bir perde çekmeyi ya da bunları bilinçten uzaklaştırmayı kolaylaştırır. Fakat bu olgulara özgürce ulaşacağımız bir geçit bulamadığımız zaman sevginin kökleri budanmış olur. Bu durumda insanları bir-biri ile sevgi dolu, hoşgörülü, bağışlayıcı ilişkiler kurmaya davet eden çağrıların sonuçsuz kalmasına hayret edilmemelidir. Gerek ana/babalarımız ve eğitimcilerimiz ile gerekse kendimizle ilgili gerçeklerimizi öğrenmemize izin verilmezse gerçekten sevebilmemiz olanaksızdır. Böyle olunca sadece seviyormuş gibi davranabiliriz ki, bu yapmacık davranış da sevginin tümüyle karşıtıdır. Karşımızdaki insanı şaşırtır, aldatır. Her şeyden önce de onda bilincinden itmek zorunda olduğu, bilincine vararak yaşamayacağı, bu nedenle de yıkıcı olan bir öfke yaratır; özellikle de eğer karşımızdaki bizim "sözde" sevgimize inanmaya muhtaç biriye.

Ruhani liderlerin bu basit ruhsal yasaları kabul etmesi pek çok kişinin daha dürüst, dolayısıyla daha az yıkıcı olmasına yardımcı olurdu. Bu yasaları yok saymak yerine insanların arasına daha fazla karışmalı, ikiyüzlülüğün aile içinde, genel yaşamda ve tüm toplumda yarattığı yıkımı görmeliydiler.

Vera'nın bana yazdığı, isteği üzerine aşağıda bir bölümünü aktardığım mektubu ikiyüzlülüğün neden olduğu karmaşanın belirgin bir örneğini oluşturuyor. Maya'nın bunu izleyen öyküsü ise bir annede geçmişe ilişkin bilinç dışına itilmiş olgular çözüldükten sonra çocuğuna karşı kendiliğinden/spontane bir sevginin oluşmasını anlatıyor:

52 yaşındaki Vera şöyle yazmıştı:

“Ben uzun yıllar boyunca alkoliktim ve AA-gruplarında bu bağımlılıktan kurtulabildim. Kurtulduğumdan dolayı kendimi bu gruplara karşı o kadar minnetkâr hissettim ki, 11 yıl boyunca bütün toplantılara gittim ve bana ters gelen eleştirmek istediğim birçok şeyi de duymazlıktan gelmeye çalıştım. Sinsi bir hastalığın başladığını (bu multiple sklerose’du) ve bunalımlı bir ruh halinin giderek yoğunlaştığını da algılamak istemedim. Artık şimdi 3 yıllık bir terapi gördükten sonra bu tehlikeli semptomların nasıl ortaya çıktığını biliyorum. Belki de bunlar algılamalarımı ve bedenimin bana gönderdiği tehlike sinyallerini nihayet ciddiye almam için ortaya çıkmak zorundaydı.

Grup oturumlarında – dediklerine bakılırsa bütün grup üyelerinin birbirine beslediği – “kayıtsız ve şartsız sevgiden” konuşulduğu zaman sinirleniyordum. Bu sinirlenmemi de kendime şöyle açıklamaya çalışıyordum: “Bak Vera,” diyordum, “senin gerçek sevgi ile ilgili bir deneyimin olmadı ki, küçükken kimse sana böyle bir şey olduğuna inanamıyorsun.” En azından o zamana kadar bana sevgi ile ilgili olarak öğretilen buydu... Böylece grup üyelerinin bu sevgi gösterilerine inanmak istedim, çünkü sevgiye fazlasıyla

açtım. Ve inandım da; çünkü ikiyüzlülük annemin bana her gün yedirdiği ekmek gibiydi, alıştım, bundan farklı bir şey tanımamıştım... Fakat şimdi anlıyorum. Sadece çocuğun kayıtsız şartsız bir sevgiye ihtiyacı vardır. Böyle bir sevgiyi de yalnız çocuğa verebiliriz. Bu sevginin çocuğa verilmesi lazım. Bize emanet edilen çocuğu sevmeliyiz; ne yaparsa yapsın. İster ağlayıp bağırsın, gülücükler dağıtsın, onu öylece olduğu gibi kabul edip bağrımıza basmalıyız. Fakat büyük bir insanı da ne yaparsa yapsın kayıtsız şartsız sevmek, on kişiyi öldürmüş zalim bir katili veya utanması olmayan bir yalancıyı – bizim gruba katılacak olsa – artık bizim gruptan biri diye, aynen böyle “kayıtsız şartsız” sevmemiz anlamına gelmez mi? Böyle birini sevebilir miyiz? Neden? Bunun kime yararı olur ki? Yetişkin bir insanı kayıtsız şartsız sevdiğimizi iddia edersek, bu sadece kör olduğumuzu veya samimi olmadığımızı kanıtlar, başka hiçbir şeyi kanıtlamaz.”

Vera haklıdır. Bizlerin yetişkin insanlar olarak "kayıtsız ve şartsız olan" bir sevgiye ihtiyacımız yoktur; terapistlerimizden de böyle bir sevgi bekleyemeyiz. Sevginin böylesi, çocuklukta doyurulması gereken, sonraki yıllarda karşılanması imkânsız olan bir çocukluk ihtiyacıdır. Çocukluğunda bundan yoksun kalmış olmanın yasını tutamayan bir insanın yaşamı, yanılsamaları ile oynadığı bir oyundan başka bir şey değildir. Terapistlerimizden bekleyeceğimiz dürüstlük, saygı, güven, empati, anlayış ve kendi duygularının arınıp durulmasını sağlayıp bunların yükünü bize aktarmamalarıdır. Bu beklentilerimizi karşılayabilirler. Fakat bir insan bizi kayıtsız şartsız seveceğini söylüyor ve buna inanmamızı istiyorsa, kendimizi bu kişiden sakınmalıyız... Vera elli yılı aşkın sürede öğrenemediklerine üç yılda kavuşmuş olmasını, gerçeği bulma ve kendisini yanıltmalarına izin vermeme konusundaki kararlılığına borçludur. Bedenin tepkileri ile ilgili olarak geçirdiği deneyimler de ona bu arayışında rehberlik etmiştir.

38 yaşındaki Maja üçüncü çocuğunun doğumundan birkaç hafta sonra bana gelip bebekle kendisini ne kadar özgür ve enerjik hissettiğini anlattı... Önceki iki doğumundan sonraki hâli ile şimdiki hâli arasındaki fark fazlasıyla göze çarpıyordu. İlk iki çocuğunu büyütürken kendini hep aşırı yüklenmiş, hapsolmuş, "sömürülmüş" hissetmişti, çocukların kendilerince haklı istekleri karşısında isyan duymuştu. Böyle olumsuz duygular hissederken de kendini kötü bir insan olarak -sanki bu bunalımlar içinde kendi benliğinden ayrıлып uzaklaşmış gibi yaşamıştı... Üçüncü doğumdan sonraki bu gelişinde bütün evvelce olanların -daima çocukları ile ilgili olarak baş gösteren- kendi annesinin bir zamanki taleplerine karşı bir isyan olabileceğini söyledi... Fakat şimdi son bebekte böyle şeyler olmuyormuş; eskiden annesinde bulmak için çırpındığı sevgi sanki uçup gelmiş, yüreğine dolmuş; öylece, tamamen kendiliğinden. Ve şimdi küçük bebeği ile ve kendi ile bir bütün olmanın hazlarını yaşıyormuş... Sonra Maja annesinden söz açarak şunları dedi:

"Ben annemin başındaki tacın incisiydim. Annem her zaman "Maja olunca hiçbir şeyi merak etmem," derdi, "o kesinlikle her şeyi başarır." Ben gerçekten de her şeyi başarırdım. Kariyerini yapabilsin diye onun küçük çocuklarını büyüttüm ve giderek daha ünlü oldu, fakat mutlu olduğunu hiç görmedim. Evde olmadığı o akşamlar onu ne kadar özledim; küçükler ağlaşırdı, onları yatıştırırdım, sustururdum; fakat ben hiç ağlamadım. Ağlamaklı bir çocuğu kim ne yapsın? Ancak becerikli, anlayışlı, kendime hâkim olduğum zaman, onu eleştirmedğim, hesap sormadığım, özlediğimi belli etmediğim zaman bana "sevgi" gösterirdi. Başka türlü davransaydım özgürlüğü kısıtlanacaktı, işine kendini veremeyecekti. Bu da durumu benim aleyhime çevirirdi. O sakın, her şeyin altından kalkan, sorun çıkarmayan Maja'nın ne kadar yalnız olduğunu, neler çektiğini kimse aklına getirmedi. Muhteşem,

nl annem ile gurur duymaktan ve ona destek olmaktan başka ne yapabilirdim ki?

Annemin yüreğindeki delik büyüdükçe başarisının tacı üzerindeki inciler de bymeliydi. Annemin incilere ihtiyaı vardı. Çünkü bütün o hareketliliği, sanıyorum, içindeki bir şeyi bastırmak içindi; bir zlem belki, bilemiyorum. Sadece biyolojik anlamda anne olmakla kalmayıp, biraz farklı davranma şansı olsaydı belki bunun ne olduğunu keşfedebilirdi... Dediğine göre bize annelik etmek için çok çaba göstermiş, hiçbir şeyden geri kalmamamız için uğraşmış... Fakat sevmekten haz almayı bilen biri değildi; kendiliğinden bir sevgi duyma yeteneğinden yoksun kalmıştı...

Ya ben ne yaptım? Ben de aynen annem gibi davrandım. Diplomamı alabileyim diye Peter yle yapayalnız saatlerce hizmetçilerin elinde kaldı. Diplomamı almam beni kendimden ve oğlumdan uzaklaştırmayacak mıydı? Onu defalarca bırakıp gittim; öyle terk edilmiş, suskun, ürkmüş kalakaldığını fark edemedim. Nasıl fark edebilirdim ki, kendi terk edilmişliğimi de fark edememiştim. Anneliğin ne demek olduğunu ancak şimdi anlamaya başlıyorum. Başka türlü bir annelik, tasız, incisiz, parlak bir görüntüden arınmış bir duygu..."

Yetmişli yıllarda tabu sayılan gerçekleri açıkça dile getirme çabası içinde olan bir Alman kadın dergisinde bir okuyucu tarafından gönderilmiş olan, bu okuyucunun kendi trajik annelik y-ksn bütün çıplaklığı ile anlattığı bir yazı yayınlandı. Bu yazının son bölümü şöyle:

... "Sonra da emzirme faslı başladı. Bebeği memeye tutuşları hatalıydı ve göğüs ularıım kısa sürede ısırılmış gibi yarık yarık oldu. Aman Tanrım, bu o kadar tatsız, sinir edici bir şeydi ki... Ancak iki saatim var, diyordum, sonra onu yine getirecekler; bir saatim var, eyvah getiriyorlar... Getirdiklerinde de memeye asılıp emmeye başlayınca ben başımı yastıklara gmyor, ağlıyor,

küfürler ediyordum. Bu o kadar korkunçtu ki, hiçbir şey yiyemez oldum; ateşim 40'a çıktı. ● zaman çocuğu memeden kesmeme izin verdiler ve aniden kendimi daha iyi hissettim... Annelik duyguları denen şeyleri, ortaya çıksınlar diye bekledim ama kendimde böyle bir şey fark edemedim. Öyle ki, çocuk ölseydi de aldırma-yacaktım. Fakat çevremde herkes şimdi artık çok mutlu olmam gerektiğini söylüyordu. Bu çaresizliğim içinde telefonla aradığım bir arkadaşım ancak zamanla çocuğa yakınlık duyacağımı söyledi; çocukla haşır neşir olunca ve onu hep karşımda görünce sevmeye başlayacakmışım... Fakat arkadaşımın dedikleri de doğru çıkmadı... Ancak yeniden işe gitmeye başladığım zaman bende bir *yakınlaşma* oldu. İşten döndüğümde onu evde bulunca onunla *oynuyordum, beni oyalıyordu*. Fakat doğru söylemem gerekirse, küçük bir köpek de aynı işi görürdü... Şimdi artık giderek büyü-dükçe ve artık onu *terbiye edebileceğimi, bana ne kadar bağlı ol-duğunu, ne kadar çok güvendiğini* fark ettiğim için aramızda tatlı bir ilişki oluşuyor ve "iyi ki bu çocuk oldu" diye düşünebiliyorum. (Vurgulamalar A. Miller'e aittir). Bütün bunları sizlere neden mi yazdım? Sadece artık birinin ortaya çıkıp o dedikleri türden bir anne sevgisi -kaldı ki bir annelik içgüdü-sü- olmadığını söylemesi gerektiğini düşündüğüm için." ("Emma" Dergisi, Temmuz 1977).

Buradaki sorunun özü, yazıyı yazan annenin -duygusal ola-rak ulaşamadığı kendi çocukluğu şimdiki durumunun temeldeki nedenini oluşturduğu için- gerek kendi gerekse çocuğunun traje-disini gerçekten yaşayabilecek bir durumda olmamasıdır. Dolayısıyla, ileri sürdüğü karamsar savları yanıltıcı ve yanıltıcıdır. Gerçekte "anne sevgisi" ve "annelik içgüdü-sü" diye bir şey vardır. Bunla-rın varlığını insanlar tarafından eziyete uğramamış olan hayvan-larda gözlemleyebiliyoruz. İnsanların dişisi olan kadınlar da *on-ları, yavrularını sevmek, korumak, desteklemek, beslemek ve bütün bunlardan haz duymak yeteneği ile donatan* bir içgüdüsel prog-ramlanma ile dünyaya gelmektedirler. Fakat biz kadınların bu

içgüdüsel yeteneği çoğu zaman elimizden alınmaktadır. Bu ne zaman elimizden alınıyor? Çocukluğumuzda ana/babamız tarafından onların isteklerini karşılamamız için istismar edildiğimiz zaman... Fakat böyle bir durumda da bir şans vardır; bu acı gerçeklerin ortaya çıkmasına razı olursak yeteneklerimizi yeniden kazanabiliriz, Johanna'nın öyküsü bunu kanıtlıyor:

Johanna 27 yaşındaydı. Hamile kalmadan kısa bir süre önce bilinç dışını deşme yöntemi uygulayan bir terapiye başlamıştı. Ayrıca doğuma da iyi hazırlanmıştı. Doğumdan sonra sağlıklı bebeği ile yaşadığı "bonding" ilişkisinden mutluluk duyuyor, çocuğu rahat ve yeterli olacak şekilde emzirebilmenin huzurunu yaşıyordu. Ancak birdenbire, görünürde herhangi bir neden olmadan göğüsleri sertleşip acımaya başladı; ateşi giderek yükseldi ve sonuçta anne yüksek ateşle yatarken, hemşirenin bebeği biberonla doyurması gerekti.

Johanna ateş ve kâbuslar içindeyken annesi, babası ve onların komşuları tarafından -üç aylıkken- cinsel tacize uğratılması ile ilgili oldukça ayrıntılı sahneleri tekrar tekrar yaşadı. Zamanın üçüncü ay olduğu sonradan saptanabildi, çünkü aile bu tarihten sonra başka bir yere taşınmıştı, Johanna kendi duygularını bilen ve ciddiye alan bir kişi olduğu için bu kadar küçük yaşta tecavüze uğramanın ve aldatılmanın dehşetini bütün kapsamıyla yaşamayı başardı. Ona en fazla dokunan çocuğunu rahatça emzirebilmesinde kendini gösteren içgüdüsel davranma yeteneğinin ağır bir darbeye uğramış olmasıydı. Bunu ana/babasının en ağır suçu olarak görüyordu ve daha sonra da şöyle ifade etti: "Ben daha üç aylık bir bebekken annelik yeteneğimi elimden aldılar, o kadar istediğim hâlde çocuğuma süt bile veremiyorum." Johanna'nın bir iç-muhasebe sonucunda ana/babası ile hesaplaşacak, bedeninde yıllarca saklı kalmış öfkeyi ve isyanı ifade edecek, haklarını arayacak ve sonunda tecavüz olayını sindirecek duruma gelmesi için uzun bir zaman gerekti. Fakat bu süreç daha başlamadan önce,

sadece çocukluğunun akıllara sığmayan gerçeğini kabullenmeye hazır olması bile ateşin düşmesine ve göğüslerinin iyileşmesine yol açtı. Kısa zamanda bebek hemşiresinin tamamen imkânsız olarak gördüğü olay gerçekleşti ve Johanna biberondan vazgeçmeyi hemen öğrenen çocuğunu yeniden emzirecek duruma geldi.

Johanna anneliğin ve masum bir varlığı sevmenin, korumanın, beslemenin, yatıştırmanın, bakımını üstlenmenin ve onun ihtiyaçlarını anlayabilmenin mutluluğunu tattı. Fakat bu mutluluğu yinelenen kuşkulu dönemlerle gölgeleniyordu. Acaba her şeyi yanlış mı yapıyordu? Bu mutluluğun sonu kötüye mi varacaktı? Kendini bu mutluluğa kaptırması doğru muydu? Evvelce psikoloji öğrenimi gördüğü için öğrendikleri aklına geliyor, bir zorlantının etkisi altında olduğundan kuşkuluyor ve çocuğunu kendi bencilliğinden dolayı tehlikeli ölçüde şımartıyor olmaktan korkuyordu. Eşin, dostun önerileri de bu acı verici öz eleştirileri tırmandırıyordu. Çocuğa daha baştan bazı sınırlar konması gerektiğini söylüyorlardı; yalnız da kalabilmeyi öğrenmeliydi; yoksa ana/babasının tepesine çıkar, her dediğini yaptırırdı... Johanna bu tür düşüncelere katılmamakla birlikte, kendi çocuğu söz konusu olduğu için, etkilenmekten kendini alamıyordu.

Gördüğü terapi onun yolunu hep yeniden bulmasına yardımcı oluyor, Johanna sevebilmenin ve bu sevgiyi sömürüleceğinden, ihanete ve tecavüze uğrayacağından korkmadan ifade edebilmenin kendisi için ne kadar önemli olduğunu hep yeniden keşfediyordu. Böyle zamanlarda erken yaşta o yarayı almadan önce olduğu gibi, tekrar bir bütün hâline geldiğini hissediyordu. İç-muhasebesinde ana/babasıyla hesaplaşırken onlara şöyle diyordu:

"Küçücük bebeğim Michael'i seviyorum ve onu sevmek istiyorum. Bedenim havaya nasıl muhtaçsa, ruhum da bu sevgiye öyle muhtaç. Fakat bazı günler, içimde bu ihtiyacı bastırmak için çok güçlü bir istek oluşuyor. Böyle anlarda yanlış olduğundan kuşku duyduğum bu sevgiden kurtulmak için tüm enerjimi

ve zihnimin bütün güçlerini kullanıyorum. Neden? Bana bu hâle gelmem için neler yaptınız? Ben daha ufacıkken bana küçük bir bedeninin saygıyı hak etmediğini, çocuğun "insandan" sayılmadığını gösterdiniz. Olsa olsa bir canlı oyuncak; istediğiniz gibi oynarsınız, olmadık oyunlar denersiniz; canınız çekerse korkutur sömürür, keyfiniz kaçarsa tartaklırsınız ve bunların sorumluluğunu hiç duymazsınız... Evet, bana o zamanlar verdiğiniz mesaj buydu. Beni şimdi güvensizliklere sürükleyen, stres ve eziklik duyguları içinde bırakan bu mesajınızdır... Fakat yine de bazen öfkemi size yöneltmeye cesaret edemiyorum ve oğluma yöneltiyorum. Michael'in yaşamımı, özgürlüğümü sınırladığını düşünmek o kadar kolay ki, çünkü artık her an beni istiyor... Fakat beni ezen o değil; masum, riyasız gözlerine bakınca anlıyorum, o sizlerin suçunu yüklediğim bir şamar oğlanı sadece. Sevilen çocuk sevginin ne olduğunu ilk günden bilir. İhmal edilen, aşağılanan ve sömürülen çocuğun bunu öğrenmesine hiç fırsat verilmez. Ama ben sevginin ne olduğunu bilmek istiyorum ve bunu oğlumla birlikte belki zamanla, yavaş yavaş ve bana daha o yaştan vurduğunuz damgayı silerek öğreneceğim ve biliyorum ki, bir gün sevme yeteneğime yeniden kavuşacağım."

Johanna'nın gerçek duygularına kavuşmak için verdiği savaş hem onun hem çocuğunun geleceğini kurtardı. Anna'nın öyküsü erken yaşta cinsel açıdan kötüye kullanılan bir kişinin yaşamının -böyle bir savaşa giremediği (terapi göremediği) zaman- nereye varabileceğini gösteriyor. 50 yaşındaki Anna ölümünden birkaç gün önce bana şunları yazmıştı:

"Artık yetişkin birer insan olan çocuklarım bugün beni ziyarete geldiler. Ve ben bugün hayatımda ilk kez beni sevdiklerini fark ettim. Beni hep sevmişlerdi, fakat ben bunu şimdiye kadar hiç hissedemedim... Çocuklarımı defalarca terk ettim ve hep başka başka erkeklerin peşine takılıp gittim. Bu gidişlerim aslında çocuklarıma duyduğum sevgiden bir kaçıştı ve aynı zamanda da

erkeklerle yaşanan cinsel hazlara karşı beslediğim gerçek duygularımdan bir kaçıştı. Çünkü böyle hazları birlikte yaşadığım erkekler bana korkunç acılar çektirmelerine rağmen, gerçekten ihtiyaç duyduğum şeyleri bana hiçbir zaman vermediler. Aslında aradıklarım sevgiydi, anlayıştı, beni bağırlarına basmalarıydı... Daha meme çocuğu iken babam beni, hazzı canım yanınca ve öfkelenince duymaya, sevgiye duyulan özleminden korkmaya ve böyle özlemleri bastırmaya koşullamıştı. Beni sevebilecek olan insanlardan kaçınmalıyım. Bu bir sapıklık sayılmaz mı? Yaşamım boyunca bundan kurtulamadım. Bunu şimdi anlayabiliyorum, fakat sanıyorum ki artık çok geç."

Evet, artık çok geç kalınmıştı. Çünkü Anna şimdi öfke ve isyanın neden olduğu heyecanlarını yaşayabilmekle birlikte, bu duyguları ancak kendisine eşlik eden erkeklerle beraberken, onlara karşı hissedebiliyordu. Bana yazdığına göre, babasını eskiden olduğu gibi şimdi de "seviyor" ve sayıyordu.

Terapide bunalım dönemleri-depresif evreler

"Büyüklik tutkunu" ancak bir çıkmaza girip bunu aşmak için depresif ruh hâllerinden yardım umduğu zaman terapiye gider. Bu kişide -"büyük olma" savunması işlediği sürece- gözle görülebilen sıkıntılar yaratan bir baskıya rastlanmaz; fakat yakınları (eşi ve çocukları) sık sık bunalımlar ve psikosomatik bozukluklar nedeniyle psikoterapik yardıma başvurmak zorunda kalır. Terapi çalışmalarımızda "grandiöz" tipe bunalım ile bağlantılı olduğu karmaşık olaylarda rastlarız. Buna karşın bunalım genellikle bütün hastalarımızda, açığa çıkmış bir hastalık tablosu hâlinde ya da zaman zaman baş gösteren sıkıntılı dönemler şeklinde karşımıza çıkar... Bunalımlı dönemlerin birçok farklı işlevi olabilir. Fakat bütün bunalımlı dönemlerin ortak yanı, depreştirdikleri duyguların ve eski olguların yaşanarak durulabilmesi hâlinde

sıkıntıların ortadan kalkması, dolayısıyla bu dönemin çözülerek son bulmasıdır.

Sinyal işlevi

Bir hastanın depresyon şikâyetleri ile görüşme odasına girip bir süre sonra gözyaşları içinde fakat rahatlamış olarak ve içindeki sıkıntıları ardında bırakarak odadan ayrılması çok sık rastlanan bir durumdur. Belki çoktan beri biriken bir öfkeyi yaşayabilmiş veya uzun zamandır annesine karşı duyduğu güvensizliği sonunda doya doya dışa vurabilmiştir; ya da yaşanamamış bir hayatın ziyan olan yıllarının üzüntüsünü ilk kez duyumsayabilmiştir; veya terapist yeniden tatile çıkacağı ve kendisi bir süre onunla konuşamayacağı için bir kez daha hiddetini kusmuştur... Hastadaki duyguların ne türden olduğu hiçbir rol oynamaz, önemli olan yaşanabilmeleri ve böylece bilinç dışına itilmiş olan anılara bir geçit bulmayı sağlamalarıdır... Bu tür çöküntü dönemlerinin yinelenerek ortaya çıkması bunalımın eşikte olduğunu, ayrıca kişi tarafından da inkâr edilmekte olduğunu gösterir: Son zamanlarda karşı karşıya gelinen bir olay ya da durum, duyguların dışarı taşmasına vesile olmuş ve duygular taşınca da bunalımlı ruh hâli ortadan kaybolmuştur... İnsanda dönem dönem ortaya çıkan böyle sıkıntılar benliğin inkâr edilen bazı yanlarının (duygular, fanteziler, istekler, korkular) "büyük olma" davranışı içinde çıkış yolu bulamayarak güçlenmekte olduğunu gösteren sinyallerdir.

Güçlenen benliğin yeniden ezilmesi

Bazı derinden yaralanmış insanlarda yinelenen bunalım dönemlerinin hep belli bir biçimde ortaya çıktığı görülür. Çöküntü şöyle başlar:

Kişi tam önceki bir bunalımlı dönemi geride bırakıp kendini bulmaya başlamış ve huzurlu bir ortama kavuşmuşken, aslında o anda kendisi için önem taşımayan bir *girişimde bulunarak belli bir durum/sitüasyon yaratır* ve bu "yarattığı" durumda içerilen belli özellikler karşısında yeniden -bütün belirtileri ile birlikte- toparlanma öncesindeki duruma geri döner... Örneğin yalnızlıktan, kendine yabancılaşmaktan ve çevresi tarafından anlaşılamamaktan dolayı rahatsızlıklar yaşayan bir kadın tam kendine gelmeye başladı, keyifli olduğu ve onu anlayan kişilerle birlikte bulunduğu bir zamanda olmadık başka kişileri davet ettiği bir parti düzenler. Bu partiye çağırdıkları ile zaten bağdaşamayacağı için parti boyunca kendisinde yalnızlık, uyumsuzluk, zorlanma gibi duygular uyanır. Kadın kendinde bu yoldan "uyandırmış olduğu" bu duygular içinde önceki bunalımlı hâline döner... Kişi bu şekilde bir dönüş yaptıktan kısa zaman sonra yine kendine yabancılaşma, boşlukta olma gibi şikâyetlere başlar ve gerçek benliğinden uzaklaştığını da belli belirsiz sezinler.

Burada yapılan insanın, bilincinde olmayarak, çocukken içinde bulunduğu durumu hep yeniden canlandıran sitüasyonlar yaratmasıdır: Örneğin kişinin çocukluğunda oyuna kendini kaptırarak bir şeyi elde etme hevesi içinde ve *tamamen kendisi ile baş başayken* bir görevi yerine getirmek için çağırılması ve "doğru dürüst" bir şeyle uğraşmaya zorlanması, dolayısıyla yaratıcı bir biçimde kurmaya çalıştığı çocukluk dünyasının başkaları tarafından bu yoldan darmadağın edilmesi yetişkinlikte hazırlanan bir ortamda ana hatları ile hep yeniden sahneye konmaktadır... Bu hastalar çocuklukta da bu gibi sitüasyonlara büyük olasılıkla bunalımlı bir ruh hâline girmek yoluyla tepki göstermişlerdir, çünkü normal olan tepkiyi -örneğimize göre öfkelenip bağırıp çağırma- göstermeye cesaret edememişlerdir. Yetişkin insan geçmişin bu çağrılarını kulak verir, onların üzerinde durur ve çözümlerine zaman ayırırsa, kendisinde uyanacak duyguları ile öfkesini ve isyanını gereğince

yaşayabilir ve böylece kendisini bilinç dışından zorlayan ihtiyacın ne olduğunu öğrenebilir (örneğimize göre kişinin kendi ile baş başa kalmak için duyduğu ihtiyaç). Bunalımın bundan sonra gerilemesi âdeta otomatik olarak ortaya çıkan bir sonuçtur, çünkü bir savunma işlevi görmesine artık gerek kalmamıştır. Kişi ne istediğini, neye ihtiyaç duyduğunu (örneğimize göre kendine ve uğraşlarına zaman ayırma ve saçma partilerden uzak durma) bilebildiği anda iç dünyasındaki çalkantılar/ajitasyon da son bulur.

Güçlü duygusal boşalımların habercisi

Bunalımlı dönemler bazen haftalarca, çocuklukla ilişkili güçlü heyecanlar ve sarsıntılar patlak verene kadar sürebilir. Bitip tükenmeyen sıkıntılı bir ruh hâli sanki duyguları boşalmaktan alıkoymakta, dizginlemeye çalışmaktadır. Eğer güçlü duygusal boşalımlar gerçekleşebilir ve yaşanabilirse, insan kendini canlanmış hisseder ve bu canlılık yeni bir bunalım dönemi farklı devinimlerin habercisi olarak ortaya çıkıncaya kadar sürebilir... Hastalar içine girdikleri bu durumu şu gibi ifadeler ile tanımlamaya çalışırlar: "Artık kendimi tanıyamıyorum, bana neler oldu bilemiyorum. Kendimi nasıl bu derece kaybedebilirim? Kendimle artık hiç bağlantım kalmadı, kendimden tamamen koptum. Durumum artık ümitsiz. Hiçbir şeyin anlamı kalmadı. Eskisi gibi olmak istiyorum, yeniden yaşamak istiyorum..." Bu gibi şikâyetlerden sonra örneğin şiddetli sitemler, kınamalar ve sonuçta suçlamalar içeren bir öfke krizi yaşanabilir. Eğer suçlamalar haklı nedenlere dayanıyorsa büyük bir rahatlama olur. Fakat suçlamalar -kabahat suçsuz olanlara yüklendiği için- gerçek bir dayanaktan yoksunsa bunalım devam eder ve ancak bir çözülme ve durulma sağlanabilince son bulur.

Bu kadar açılmışken bir bölüm daha bitir... Bütün gece çalıştım, fakat önceki gibi kolay gitmiyordu. Ertesi gün hiç olmadı,

beynim hiçbir şey almadı, kendimi aptal gibi hissettim. Sinirim de bozuldu, canım hiç kimseyi görmek istemedi, öyle kös kös oturdum. Aynen önceden yaşadığım bunalımlar gibiydi. O zaman, "Oğlum," dedim kendime, "şu sayfaları bir de geriye doğru çevirelim, bakalım nerede çuvallamışız." Sayfaları geri çevirdim ve keyfimin nerede kaçmaya başladığını buldum. Dün işler iyi gidince bir bölüm daha bitireyim demiştim, işte her şey ondan sonra ters gitti. Çünkü kendime daha da yüklenince çalışma zevkimi kaybettim. Peki, niye kendime öyle yüklen dim? Çünkü anemin söyledikleri aklıma geldi. Ne demişti: "Bak, iyi yapmışsın. O zaman şunu da bugün bitir gitsin, hadi oğlum..." Kafam kızdı, kitabı defteri bırakıp masadan kalktım. "Tekrar ne zaman çalışmaya başlayacağımı kendim bilirim!" diye düşündüm. Birdenbire kendimde neyi ne zaman yapacağımı bildiğime ilişkin bir güven duydum... Fakat sıkıntıları m daha önce son bulmuştu; tam kendime fazla yüklendiğim kafama dank edince rahatlamıştım."

Ana/baba ile çatışma

Genç bir insanın ana/babasının o zamana kadar bilinç dışına ittiği taleplerine karşı çıkmaya başladığı, ancak içinde kendini bunların etkisinden henüz tümüyle kurtaramadığı durumlarda da depresif sıkıntılar ortaya çıkabilir. Örneğin sürekli taleplerde bulunan bir ana/babanın çocuğundan daha başarılı olmasını, notlarını yükseltmesini beklemesi, bu genç insanı yeniden kendi gücünün çok üstünde olan çabalara girişmek zorunda bırakabilir. Bu sırada ortaya çıkan bezgin ve çökkün ruh hâli onu *uyarıcı, kendine getirici* bir işlev görür... Genç adam içine düştüğü durumu örneğin şöyle algılayabilir: "Dün ne kadar keyifliydim, ne kadar güzel çalışabildim. Konular o kadar rahat kafama girdi ki, bir haftada öğrenebileceklerimi bir günde öğrendim. O zaman kendime dedim ki, hazır zihnin

İçimizdeki hapishane

Hepimiz keyifsizlik, gerginlik, durgunluk şeklinde ortaya çıkan ve psikosomatik rahatsızlıklar duymamıza da yol açabilen ya da bunların ardında gizlenen bunalımlı ruh hâlini yaşamışızdır. Eğer dikkat edersek, bir dürtüyü veya varlığından rahatsız olduğumuz güçlü bir duyguyu bastırdığımız zaman bu ruh hâlinin düzenli olarak benliğimizi kapladığını ve canlılığımıza ket vurduğunu fark etmemiz zor olmaz. Dolayısıyla, örneğin yetişkin bir insan kendine yakın olan birini kaybetmenin yasını ortam uygun olmadığı için yaşayamıyor ve kendini oyalayarak kederini unutmaya çalışıyorsa ya da insan değer verip yücelttiği bir arkadaşının bir davranışına duyduğu öfkeyi bu kişinin dostluğunu kaybetmek korkusu ile kendinden bile gizliyorsa bunalımlı günlerin eşliğinde olduğunu bilmelidir (tabii eğer kendini her an "büyük olma" yoluyla savunmuyorsa). Çünkü insanın o sırada hissettiği, duygularını bastırmasını gerektiren bu durum bir yarasına parmak basmakta ve "geçmişindeki bilinç dışında tuttuğu bağımlılığını" eyleme çağırmaktadır... İnsan o andaki durumu ile geçmiş arasındaki ilişkiye dikkat etmeye, geçmişin çağrısına kulak vermeye başladığı zaman bunalımından kazanç sağlayabilir ve kendisi hakkında pek çok aydınlatıcı, yararlı gerçeği öğrenebilir.

Fakat bir çocuğun henüz böyle bir imkânı yoktur. Çocuk "kendini inkâr etme mekanizmasının" ayrımına varamaz; ayrıca, onu destekleyen ve empati duyan bir ortamda bulunmadığı zaman -yetişkinden farklı olarak- duygularının yaşına özgü yoğunluğunun gerçek tehdidi altındadır ve çocuk kendi duygularından korkmak durumunda kalabilir. (Bir yetişkinin de duygularından bir çocuk gibi korktuğu durumlar vardır ve bu korkular nedenleri bilinmediği sürece devam eder.) İnsan yaşamında bu duygu yoğunluğuna ancak ergenlik çağında tekrar rastlayabiliyoruz. Fakat ergenlik çağının acıları ve bu çağın güçlü dürtülerinin kavranamayıp bilinen bir zemine oturtulamaması ile ilgili olan anılarımız belleğimizde

-bazen mutlu bir çocukluk tablosunun bazen de tam bir çocukluk amnezisinin ardında gizlenmiş olan- "ilk yaşların travmalarından" çok daha iyi korunur. Yetişkinlerin çocukluk çağına ergenlik çağından daha fazla özlem duymasının ve çocukluğu büyük bir nostalji ile düşünmesinin nedeni bu olabilir. Yaşını başını almış kişilerin çocukluktan beri yaşanan bayram günlerinde hissettiği özelemlerin, beklentilerin, aradığını bulamama endişelerinin iç içe olduğu duygu karmaşası, belki de böyle günlerde yoğun çocukluk duygularının arayışı içine girmelerindendir... Özellikle çocukların duyguları bu kadar güçlü olduğu içindir ki bunların bastırılmasının kritik ve tehlikeli sonuçlar doğurması da olası değildir. Mahkûm bu kadar kuvvetli olunca hapishane duvarları da kalın ve sağlam olmalıdır... Çocuğun duygularını baskı altında tutan bu duvarlar, onun daha sonraki duygusal gelişimini engeller ya da tümüyle durdurur.

Yoğun erken-çocukluk duygularının engellerini aşarak boşalmasının "nedeninin anlaşılamaması özelliği ile belirlenen" ve nispeten "uzun süren" bunalımlı bir ruh hâline yol açabildiği tecrübesini birkaç defa geçirdikten sonra (her insan böyle dönemler yaşar) istenmeyen duygularımıza, özellikle acıya karşı giderek farklı bir tavır kazanırız: Artık eski davranış şemasına (düş kırıklığı-acıyı bastırma-bunalım) aynen uymak zorunda olmadığımızı, çünkü düş kırıklığımızla başa çıkmak için şimdi elimizde başka bir imkân daha bulunduğunu keşfederiz ki bu da *acıyı bastırmaktan vazgeçip onu dolu dolu yaşamaktır*... Geçmişte olanlara, dolayısıyla benliğimizin ve yazgımızın şimdiye kadar gizli kalan yanlarına bizi ulaştıracak olan duygusal geçit bize kapılarını ancak böyle açar. Terapinin son aşamasında olan bir hastam bunu şu sözlerle ifade etti:

"Bana içgörü kazandıran duygularım güzel ve haz verici olanlar değildi. Aksine, bu zamana kadar en fazla karşı koyduğum duygularımdı: Kendimi rezil, küçülmüş, kötü, aciz, utandırılmış,

haddini bilmez, kinci ve şaşkın hissetmeme, özellikle de yapayalnız ve mutsuz olmama neden olan türden duygular. Fakat ben ancak bütün bu hâllere girip bunları yaşadıktan sonra yaşamımdaki hiçbir kitapta bulamayacağım bir şeyi içimden çözmeye başlayarak anladığımdan kesinlikle emin oldum."

Hasta bu sözleri ile aslında duygusal boyuttaki kavrayış sürecini tanımlamaktadır. Hastanın çocukluğundaki gerçek öyküyü hiçbir şekilde keşfedemeyen terapistlerin yorumları bu süreci bozabilir, uzatabilir, ona ket vurabilir, hatta engelleyebilir; ya da bilişsel düzeydeki kavramlara indirgeyebilir. Çünkü hasta keşfetmekten ve keşfettiklerini kendi ifadeleri ile anlatmaktan duyduğu sevinçten vazgeçmeye ve bunun yerine terapistin kullandığı kavram ve terimlere uyum sağlamaya hemen razı olur; bunun nedeni tabii ki yaşamı boyunca aradığı ve nihayet terapistinde bulduğu yönelişi, anlayışı ve empatiyi bu kadarcık bir sevinme uğruna kaybetmek korkusudur. Uyum sağlamayı reddetmenin her zaman böyle kaybetmekle sonuçlanmak zorunda olmadığına ana/babasıyla yaşadığı tecrübelerden dolayı inanmamaktadır... Fakat hasta bu korkusuna yenik düşüp terapistin tarzını kabullendiği zaman tedavi sahte benliğin alanına kaymış olur ve gerçek benlik öylece, gelişmemiş hâliyle kalır. Dolayısıyla terapistin hastanın duygularının yardımıyla kurmak üzere olduğu bağlantıları kendince bir nedenle "formüle etmeye kalkışmaması" son derece önemlidir. Terapist buna uymadığı takdirde hücrelerinden kaçma ve ilk gecesini belki korumasız ve aç fakat özgürlük içinde geçirme imkânını tam o anda elde etmiş olan bir mahkûmun hücrelerine fevkalade yemekler getiren bir arkadaş gibi davranmış olur: Belirsizliğe doğru atılacak bu adım zaten pek çok cesaret gerektirdiğinden, mahkûmun eline geçen fırsatı kullanmayarak hapishanede kalması ve kendini önüne konan yemeklerle ve hapishanenin koruyucu duvarları ile avutması çok olasıdır... Fakat hastanın keşfetme ihtiyacına saygı gösterilirse, bu takdirde hiç hatırlanmayan

eski bir sityasyon ilk kez bilinçli olarak yaşanabilir, tüm trajedisi ile algılanabilir ve yası da gereğince tutulabilir. Böyle bir keşif deneyiminin bir yandan öz benliğe ulaşmayı kolaylaştırması, diğer yandan da öz benliğe ulaşmanın bir ön koşulu olması yas tutma eyleminin diyalektiğı gereğidir.

Bunalımın *rahatsızlığın içinde ortaya çıkan* karşıtı "büyüklük tutkusudur." Bu nedenle, eğer terapistin veya terapi grubunun kendisi de bir "büyüklük" havası içindeyse, hastanın kendilerine katılmasına izin vermeleri, dolayısıyla hastanın kendini -onlardan biri olarak- "büyük" ve güçlü hissetmesine yol açmaları hâlinde hastadaki bunalımlı hâl bir süre için ortadan kalkar. Fakat bu kez de rahatsızlık "büyüklük" yanılmasına kayarak yeni bir çehreye bürünmüş olarak devam eder: Ve sıkıntının temelinde yatan çocukluk olgularının yası gereğince yaşanmadığı sürece, rahatsızlığın bu iki şekilden de kurtulmak mümkün olmaz.

Yas tutma yeteneğini kazanmak -dolayısıyla "mutlu" bir çocukluk geçirmiş olma yanılmasından vazgeçip çocuklukta sineye çekilen kötülükleri ve alınan darbeleri tüm kapsamı ile hissederek algılamak- bunalım içindeki insana yaratıcılığını ve canlılığını geri verir; "büyüklük tutkusu" içindeki insanı da Sisyphus gibi çabalamanın zahmetlerinden ve bağımlılığından sonunda kurtarmış olur...* Eğer bir insan uzun bir süreç içinde çocukluğunda hiçbir zaman olduğu gibi kabul edilip sevilmediğini, sadece performansından başarılarından ve niteliklerinden dolayı kullanıldığını ve çocukluğunu bir "sözde sevgi" uğruna feda etmiş olduğunu yaşayabilirse, bu gerçeğin algılanması onda mutlaka büyük sarsın-

* *Sisyphus: Yunan Mitolojisinde bir figür. Tanrıları kızdırınca büyük bir taşı yükssek bir dağın doruğuna taşımaya mahkûm edilir. Doruğa varınca taş aşağı yuvarlandığı için bu ceza her gün yeniden yaşanır. Sisyphus'un çabaları: Yaratır sağlamayan çabalar, akıntıya kürek çekmek.*

tılara yol açar. Fakat bir süre sonra bu insan böyle bir "sevgiyi" elde etme çabalarına artık son vermek gerektiğini anlar; gerçek benliğini yaşamak ister ve bundan böyle "onu hep eli boş boynu bükük bırakmış", sadece şimdi uzaklaşmakta olduğu sahte benliğine yönelmiş olan bir sevgiyi hak etmek zorunda olmayı istemez.

Bunalımdan kurtulmakla sürekli bir mutluluğa ya da acıların hiç var olmadığı bir ruh hâline kavuşmayız; sadece canlılığımıza, -kendiliğinden ortaya çıkan duygularımızı yaşayabilme özgürlüğüne kavuşuruz. Duyguların her zaman "mutlu", "güzel", "iyi" olmamaları, insanî olanı beyazdan siyaha bütün tonları ile yansıtmaları, kıskançlığı, hasedi, öfkeyi, gücenmeyi, umutsuzluğu, özlemi ve yası da ortaya dökmeleri yaşamın çeşitliliğinin bir gereğidir. Fakat eğer duyguların kökü çocuklukta kesilmişse, -neyi ortaya dökerlerse döksünler- duyguların açıkça ve özgürce dışa vurulması olanaksızdır. Bu nedenle gerçek benliğimize ulaşan geçidin kapıları bazen bize ancak artık erken çocukluğumuzun duygu dünyasından korkmadığımız zaman açılır. Çocukluğumuzun duyguları "yaşanabilir" olduktan sonra bize yabancı ve düşman değildir; tanıdık, yakındır ve yanılısamalar hapishanesinin duvarları ardında gizli kalmalarına gerek yoktur... Belki daha önce "sapıtmıştık", fakat şimdi bizi kimin neyin saptırdığını biliriz. Bunu bildiğimiz zaman da bağımlılığımızdan ve -en sonunda- eski acılarımızdan kurtuluruz.

Bunalımlı hastalara nasıl davranmak gerektiği konusundaki önerilerin çoğu açıkça yönlendirici/manipülatif bir karakter taşır. Bazı psikiyatristler hastaya umutsuzluğunun rasyonel olmadığını göstermenin ve hastayı aşırı duyarlılığına dikkatini çekerek bilinçlendirmenin yararını savunurlar. Düşünceme göre böyle bir yaklaşım "sahte benliği" ve hastanın duygularında bir uyuma yönelme eğilimini, dolayısıyla da bunalımı güçlendirir. Eğer böyle olmasını istemiyorsak, gerçek dışı/irrasyonel ve aşırı olanlar da dahil, hastanın bütün duygularını ciddiye almak zorundayız. Biz

aslında hastanın bastırılmış eski duygularının ve gizli kalmış gerçek şikâyetinin ipuçlarını özellikle onun bu ne ile ilişkili olduğunu daha anlayamadığı aşırı duyarlılığından, gereksiz yere utanmasından, kendini suçlayışlarından elde ederiz (kaldı ki bunalımlı kişilerin pek çoğu aşırı bir duyarlılıkla tepki gösterdiklerini bilir ve kendilerini bundan dolayı suçlarlar). Hastadaki umutsuzluk duygusu da büyük olasılıkla irrasyonel olmayan, onun çocukluk gerçeğine tümüyle uygun düşen bir tepki olabilir.

Hastanın ortaya döktüğü duygular realiteden ne kadar uzaksa, şimdiki yaşamının gerçeklerine ne kadar aykırıysa, bu duygularının onun henüz bilinmeyen -ve keşfedilmesi gereken- olgulara gösterdiği tepkileri olması ihtimali de o kadar fazladır.

Fakat temeldeki sorunlara işaret eden bu duyguların yaşanmasını sağlama yoluna gidilmeyip hastalara bunların "saçma olduğu telkin edilirse", o zaman keşifler yapma imkânı ortadan kalkacağından çabalar sonuçsuz kalacak, bu savaş bunalımın zaferi ile sonuçlanacaktır.

Çocukluğunda ağır eziyetlere uğrayan 40 yaşındaki Pia intihar düşüncelerini de içeren uzun bir bunalım döneminden sonra babasına karşı duyduğu ve yıllarca bastırdığı öfkesini sonunda yaşayabilme olanağı buldu. Bunu izleyen evrede hastada gözle görülebilen bir rahatlama olmadı, ancak bu süre içinde yoğun bir keder ve ağlama ile kendini gösteren bir yas tutma eylemi gerçekleşti. Bunun sona ermesinden sonra Pia şunları söyledi:

"Dünya hiç değişmedi, çevremde yine pek çok kötülük ve adilik var ve ben bunları şimdi çok daha açık bir biçimde görüyorum. Bütün bunlara rağmen -hayatı artık yaşanmaya değer buluyorum. Belki de ilk kez kendi hayatımı yaşayabildiğimi sandığım için bana öyle geliyor. Bu benim için çok heyecan verici müthiş bir macera... intihar düşüncelerimi de şimdi daha iyi anlayabiliyorum; özellikle de gençken neden intihar etmek istediğimi anlıyorum.

Yaşamı sürdürmek bana anlamsız görünüyordu; -aslında herhangi bir şekilde, hiç istemediğim ve her an gözden çıkarabileceğim yabancı bir hayat yaşadığım için bana böyle geliyordu."

Bunalımın sosyal yanı

İnsan kendine şu soruyu sorabilir: Uyum sağlamak mutlaka bunalıma yol açar mı? Duygusal açıdan uyum sağlamış olan kişiler son derece mutlu olarak yaşıyor olabilir mi ve bunun örnekleri yok mu?.. Belki geçmişte bunun örnekleri vardı. Başka topluluklara kapalı olan bir değerler sistemi içinde sürüp giden kültürlerde uyum sağlamış bir kişi özerk olmamakla ve ona dayanak sağlayan kendine ait bireysel bir kimlik duygusuna sahip olmamakla birlikte, bu dayanağını üyesi olduğu grupta buluyordu. Doğal olarak bununla yetinmeyip gruptan ayrılacak güçte olan sıra dışı kişiler de vardı... Fakat bugün bir grubun kendini farklı değerleri olan diğer gruplara böyle tamamen kapatması mümkün değildir. Bu da kişinin -eğer çeşitli çıkarların ve ideolojilerin oyuncağı olmak istemiyorsa- kendi içinde dayanak ve istikrar bulmasını gerektirir.

Ancak bugün de pek çok grup ve bunların arasında da kendilerine "terapi grubu" adını veren ve üyenin grup tarafından güçlendirilmesini tedavinin görevi olarak kabul eden sosyal yapılaşmalar vardır. İnsanlarda "grup tiryakisi olmak" gibi bir durum da ortaya çıkabilmektedir, çünkü grup kişide "başkaları tarafından ayakta tutulma" duygusunu uyandırır ve çocuğun bilinç dışına itilmiş sevgi, anlayış, güven ihtiyaçlarının "hâlâ ve grup tarafından" giderilebileceği yanılsamasını pekiştirir. Fakat çocukluk duyguları bastırıldığı sürece bu "yatıştırıcı ilaç" da bunalıma kalıcı bir çözüm getiremez. Kişi bunalımlar ve "yatıştırıcılar" olmadan yaşamak istiyorsa, dayanağını kendi benliğinde, dolayısıyla gerçek ihtiyaçlarına ve duygularına ulaşmakta bulmalı ve kendini özgürce ifade edebilmelidir.

Gruba uyum sağlamaya karşı çıkan güçler uyum sağlamış olan çocuğun içinde de vardır. Bu güçler ergenlik çağında uyanarak bazı genç insanların ana/babalarının değerlerine tümüyle zıt olan değerler seçmelerine, farklı idealler yaratarak bunları gerçekleştirmeye çalışmalarına yol açar. Fakat bu değer arayışı, genç insanın kendi gerçek ihtiyaçlarının ve duygularının algılanmasından kaynaklanmıyorsa, bu genç önceden ana/babasına nasıl uyum sağladıysa yeni ideallerine de aynı şekilde uyum sağlamış olur; ve bu kez de -yaşıtları veya kız/erkek arkadaşı tarafından kabul edilmek ve sevmek için- yeniden gerçek benliğini inkâr eder... Aslında bu bunalımı davet etmekten başka bir şey değildir. Çünkü bu insan yetişkinliğinde de "kendi olamaz", "kendini tanımaz" ve "kendini sevmez." Birisi tarafından çocukken acilen ihtiyaç duyduğu şekilde sevmek için her şeyi yapar ve bu sevgiyi uyum sağlamak yoluyla sonunda elde edeceğine inanır... Aşağıdaki örnekler böyle bir gelişme gösteren kişileri anlatmaktadır:

1. 28 yaşındaki Paula annesinin babasına son derece bağımlı olduğu ataerkil yapıdaki ailesinden kopmak istiyordu. Kendisine tümüyle boyun eğen bir erkekle evlendi ve görünüşte her açıdan annesinden farklı davrandı. Kocasını Paula'nın başka erkeklerle kendi evlerinde ilişkiye girmesine bile katlandı. Paula kıskançlık, sadakat, sevecenlik gibi duyguları kendisine yasaklayarak, duygusal bağlar kurmak koşuluyla birçok erkekle birlikte olmaya ve kendini bu yoldan bir erkek gibi özerk hissetmeye çalışıyordu. Ancak Paula'nın "çağdaş ve bağımsız olma" ihtiyacı o kadar aşırıya vardı ki, birlikte olduğu erkekler kendisini aşağılamak ve canını yakmak istedikleri zaman -bu şekilde ön yargılardan kurtulmuş çağdaş bir kadın olacağını sanarak- tüm isyan ve öfke duygularını bastırıp karşı koymayı yeğledi... Paula böyle davranmakla aslında, bilincinde olmadan, çocukken gösterdiği itaati yetişkinliğine

de taşımış ve annesinin erkeğe boyun eğen tavrını kendi de üstlenmiş oluyordu. Ağır depresyonlar geçirdiği ve al-kole de bağımlı olduğu için terapiye başvurdu. Bilinç dışındaki olguları ortaya çıkaran bir terapi sonucunda annesinin bağımlılığının kendisi üzerindeki etkilerini yaşayıp, anlayabildi. İç hesaplaşmalarda annesi ile birçok kez yüzleşmesi, zamanla annesinin tavrını bilmeden ve içinden gelen baskıların zoruyla ilişkilerine taşımaktan kurtulmasını ve sonunda sevgisini hak eden insanları sevebilmesini sağladı.

2. Afrikalı bir ailenin oğlu olan 40 yaşındaki Amar yalnız olan annesi ile birlikte büyüdü. Babası kendisi daha çok küçükken ölmüştü. Annesi belli geleneklere uyulmasında diretiyor ve oğlunun çocuksu ihtiyaçlarını duymasına ve ifade etmesine hiçbir şekilde izin vermiyordu. Diğer yandan annesi Amar ergenlik çağına girene kadar penisine düzenli olarak masajlar yapmış ve bunun doktorların önerisi olduğunu söylemişti. Amar daha sonra yetişkinlikte -annesini ve annenin bulunduğu çevreyi terk ederek- farklı bir sosyal sınıftan olan Avrupalı bir kadınla evlendi. Ona olmadık işkenceler yapan, onu aşağılayan ve öz güvenini yok eden bu kadını kendine eş seçmesi ve karısını terk edemediği gibi ona karşı da çıkamaması bir rastlantı değildi. Bedeninde yıllarca biriken ve saklı tutulan, bilincinde olmadığı çocukluk öyküsünün bir sonucuydu.

Önceki örnekte gördüğümüz Paula'nın ilişkileri ve evliliği gibi bu işkenceli evlilik de ana/babanın sosyal sisteminden başka bir sosyal sistemin yardımı ile kurtulmak için bir girişimdi. Yetişkin erkek "ilk gençliğinin annesinden" kendini kurtarabilmekle birlikte, duygusal yanıyla bilincinde olmadan -daha sonra eşinin annesinin yerini aldığı- çocukluğunun anne imajına bağlı kalmıştı...

Amar'daki bu bağıllık ilk yaşların duygularını yaşayamadığı sürece, terapi görene kadar devam etti. Çocukluğunda annesine büyük bir hayranlık duyarken aynı zamanda çaresizlik içinde kendini anne tarafından istismar ediliyor hissetmesini, onu aynı anda hem çok sevip hem ondan nefret etmesini, kendisini tümüyle anneye teslim etmeye mecbur kalmış olmasını terapi sırasında kavraması Amar'a büyük acılar verdi. Fakat bu duyguların ve düşüncelerin yaşanması sonucunda Amar karısı karşısında kapıldığı korkulardan kurtuldu ve kadını başka gözlerle, ne ise o olarak görebilme cesaretine kavuştu. Çocuk sevgi, yönelme, güler yüzle kabul edilme yanılsamasını ayakta tutabilmek için uyum sağlamaya mecburdur. Fakat yetişkin insan hayatta kalabilmek için böyle bir yanılsamaya muhtaç değildir. Etrafında olup bitenleri görüp değerlendirmek ve davranışlarını buna göre belirlemek için kolaylıkla gözlerini gerçeğe yumumaktan vazgeçebilir.

"Büyüklik tutkunu" insan da "bunalımlı" insan da, *ana/babanın sevgisi ve vericiliği sanki şimdi de elde edilebilirmiş gibi yaşamaya çalışarak*, çocukluğun gerçeğini tümüyle inkâr ederler: Biri sürekli bunu başarıları ve parlaklığı ile kendini beğendirmek yoluyla elde etmeye çabalayarak, diğeri de sürekli bunu kendi kabahati yüzünden yitirmekten korkarak... Fakat her ikisi de gerçeği, kendi geçmişlerinde böyle bir sevginin hiç var olmadığını ve hiçbir şeyin bunu değiştiremeyeceğini kabul edemezler.

Narsis Efsanesi

Narsis efsanesi benliğin yitirilişindeki trajediyi, "narsis rahatsızlanma" dediğimiz durumu anlatır.* Kendini durgun suyun aynasında yan-

* Çevirmenin notu: Yunan Mitolojisinin bir figürü olan Narcissus/Narsis ya da dilimizdeki adıyla "Nergis" nehirler tanrısı Cephissus'un oğludur. Narsis insanları hayrette bırakacak kadar güzeldir, fakat aynı zamanda güzelliğinden dolayı kibir içinde ve sevmeyi olduğu kadar başkasının sevgi-

sitan Narsis, mutlaka annesinin de gurur duyduğu, güzel yüzüne aşık olur. Peri Echo da onun güzelliğini sürekli doğrular, çünkü Narsis'in güzelliğine aşıktır. Fakat Echo'nun bu doğrulamaları aslında Narsis'i yanıltmaktadır. Sudaki yansıması da Narsis'i yanıltmaktadır, çünkü sadece onun mükemmel olan, parlak olan yanını yansıtmakta, fakat diğer yanlarını göstermemektedir; örneğin Narsis bedeninin arkasını ve gölgesini hiç görememiştir. Bunlar onun için bir sır olarak ve o çok sevdiği yansımasının dışında kalmıştır.

Bu kendine hayran olup büyülenme hâli büyüklük tutkusu ile "kendine" kavuşmak için duyulan yıpratıcı, acı verici özlem de bunalım ile benzeşmektedir. Narsis güzel bir delikanlı olmaktan başka hiçbir şey istememiş, gerçek benliğini tümüyle inkâr etmiş ve yalnızca o güzel yansıması ile bir ve bütün olmayı dilemiştir... Ve bu da onu "kendinden" vazgeçmeye, ölüme, örneğin Ovid'in yorumladığı şekilde bir çiçeğe dönüşmeye götürmüştür*... Bu ölüm "sahte benliğe" saplanmanın mantıksal bir sonucudur. Çünkü bize canlılık veren, yaşamımıza derinlik katan ve bizi belli düşüncelere kavrayışlara yönelten yalnızca "iyi" ve "güzel" olan duygular, "hoşa gidenler" değildir; çoğu zaman özellikle bizi tedirgin eden o uyumsuz, kaçmaya çalıştığımız duygulardır: Çaresizliğimiz, utançlarımız, kıskançlıklar, şaşkınlıklar, öfkeler ve derin bir yas.

sine yönelmeyi de bilmeyen bir gençtir. Nymph Echo/Eko(nimf/Yunan Mitolojisinde peri figürü) Narsis'e duyduğu büyük aşkla onun her isteğini yerine getirir, fakat karşılık göremediği bu aşkın kederleri ile giderek tükenerek ancak duyulabilir bir ses, bir yankı (Echo/Eko) hâlini alır. İntikam tanrıçası Nemesis taş yürekli Narsis'i cezalandırmaya karar vererek onu durgun bir suyun kıyısına gönderir. Su içmek için kaynağa eğilen Narsis sudaki kendi yansımasını görünce onmaz bir biçimde yansımasına aşık olur. Fakat yansıması kendisine dilediği karşılığı veremediği için Narsis de karşılıksız kalan bu aşkı sonucunda tükenip yok olur ve tanrılar onu sonunda sarı bir çiçeğe, bugün de onun adını taşıyan "Nergis"e dönüştürürler.

* Ovid/Publius Ovidius Naso; M.Ö. 43- M.S. 18; Romalı ozan.

Bütün bunlar terapi sürecinin kapsamında yaşanabilir, anlaşılabilir ve sonra ilişkili oldukları olgulara, olaylara ve kişilere bağlanır. Böyle olunca terapi sürecimiz "güzel bir yüzden" çok daha zengin olan iç dünyamızın aynası olur. Narsis idealize ettiği yansımasına aşıktır; fakat "büyük" olmaya çabalayan "Narsis" de bunamlılar altında ezilen "Narsis" de "kendini" gerçekten sevemez. Sahte benliğine duyduğu tutkulu hayranlığı hem başkalarını sevmesine, hem de -görünenin aksine- bütünüyle ona emanet edilen tek insanı, "kendini" sevmesine engel olmaktadır.

III

AŞAĞILAMANIN KISIR DÖNGÜSÜ

Çocuğun küçük düşürülmesi, zayıflığı aşağılanması bizi nereye götürür?

Gündelik yaşamdan örnekler

Bir tatil sırasında "aşağılama" üzerinde düşünüyorum ve daha önce bununla ilgili olarak almış olduğum notları gözden geçiriyordum. Herhâlde bu konu üzerinde duyarlılığımın artmasından dolayı olacak ki, görünüşte dikkat çekici bir yanı olmayan, gündelik sayılan ve sıkça tekrarlanan bir olayı genelde olduğundan daha güçlü bir biçimde yaşadım. Düşüncelerimi bu olayı aktararak açıklamaya başlamak istiyorum; çünkü çalışmalarım sırasında vardığım bazı görüşleri ve sonuçları bu olayda kişilerin özel yaşamlarına değinme tehlikesi olmadan ortaya koyabileceğimi sanıyorum.

Yer bir tatil kasabası. Bir gezinti yapıyordum, önümde de genç evli bir çift yürüyordu. Uzun boylu bir anne, uzun boylu bir baba ve yanlarında mızırdanarak koşturan iki yaşlarında bir erkek çocuğu. (Bizler bu tür olayları hep yetişkinlerin açısından görme alışkanlığındayız, fakat bu olayı burada çocuğun bakış açısından yaşanmış olarak betimlemeye çalışacağım.) Anne ve baba az önce bir büfeden hazır dondurmalarından almışlardı ve ikisi de dondurmalarını sapından tutmuş, keyifle yalayıyorlardı. Küçük oğlan da böyle bir dondurma isteyince annesi yumuşak bir sesle ona bir açıklama yaptı: "Gel, benim dondurmamdan bir ısırık alabilirsin. Bunun hepsini yiyemezsin. Bu senin için çok fazla ve çok da soğuk bir şey." Fakat çocuk bir, ısırık almaya razı olmadı ve elini annesinin dondurmasının sapına doğru uzatıp annesinin elinden almak isteyince anne dondurmayı geri çekti. Çocuk acı

acı ağlamaya başladı ve bu defa babasına yöneldi; aynı şey baba ile de tekrarlandı: "Al ufaklık," dedi babası sevgi dolu bir tavırla "benimkinden bir ısırık al." Çocuk "hayır, hayır, hayır" diye bağırarak ve ağlayarak birkaç metre ileri koştu, bir şeylerle oyalanmaya çalıştı, fakat geri dönerek ana/babasının önünde dikilip gözlerini onların dondurmalarına dikti; bir yandan ağlayarak üzgün ve kıskanç bakışlarla onların dondurma yiyişini izledi. Anne ve baba dondurmalarını ısırması için ağzına doğru hep yeniden uzatıyor, çocuk ufakık eliyle dondurmanın sapına doğru atak yapıyor ve o zaman kocaman yetişkin eli hızla dondurma ile birlikte geriye çekiliyordu.

Bu böyle sürdükçe çocuk sesini giderek yükselterek gürültüyle ağlıyor ve o sesini yükselttikçe de ana/baba daha çok kahkaha atıyorlardı. Aslında niyetleri bu kahkahalarıyla çocuğu neşelendirmek, olayı şakalaşmaya dönüştürmekti. "Ağlayacak ne var? Alt tarafı bir dondurma. Şu dondurma için yaptıklarına bak." Bir ara çocuk sırtını ana/babaya dönüp yolun ortasına, yere oturdu ve yerden aldığı ufak çakıl taşlarını omzunun üzerinden arkaya annesine doğru fırlatmaya başladı. Sonra birden ayağa kalkıp geri döndü ve huzursuz bir ifadeyle ana babasının hâlâ arkasında olup olmadığına baktı. Baba dondurmasını tümüyle yiyip bitirdikten sonra sapını çocuğa uzattı ve yürümeye başladı. Çocuk istekle tahta parçasını yalamaya girişti, sonra durup onu inceledikten sonra fırlatıp attı. Eğilip yeniden almak istedi, vazgeçti ve boğazından düş kırıklığı ile dolu derin yalnız bir hıçkırık yükselerek küçük bedenini sarstı. Sonra çocuk sustu ve uslu uslu ana/babasının peşinden yürümeye koyuldu.

Çocuğun "oral içgüdü isteğinin" engellenmediğini görüyordum, çünkü böyle olsaydı ana/babasının dondurmalarından sunulan ısırıkları alırdı, gücenmesi ve sinirlenmesi bundan değildi. Ana/babası sapı *aynen başkalarının yaptığı gibi* elinde tutup yemek istemesini anlamamışlar, ayrıca ona bu yüzden gülmüşler,

"büyükler gibi yapmak isteme" ihtiyacı ile eğlenmişlerdi. O kararlı davrandıkları için gurur duyan, üstelik de birbirleriyle tam bir dayanışma içinde olan iki devin karşısında acısıyla yapayalnız durarak ve henüz "hayır"dan başka bir şey diyemeyerek, daha doğru dürüst konuşmadığı için isteklerini (son derece belirgin olan) vücut hareketleri ile iletmeye çalışmış fakat ana/babasının kendisini anlamalarını sağlayamamıştı... İsteklerine tercüman olacak bir avukatı da yoktu. Aslında bir çocuğun bir duvarın önünde durur gibi kendinden çok daha güçlü iki yetişkinin karşısında durması büyük bir adaletsizliktir; çocuktan babayı anaya, anayı babaya şikâyet etme hakkını esirgediğimiz zaman buna "terbiyede tutarlılık" adını vermekteyiz.

Kendimize bu ana/babanın neden bu kadar empatiden yoksun biçimde davrandıklarını sorabiliriz. Neden bunlardan birinin aklına dondurmasını çabucak bitirmek, hatta dondurmanın çoğunu atıp az bir kısmını sapıyla birlikte çocuğa bırakmak gelmedi? Neden ikisi de gülerek dondurmalarını yavaş yavaş bitirdiler ve çocuğun apaçık çaresizliği karşısında bundan etkilenmemiş gibi görünmeye çalıştılar? Bunlar kötü veya soğuk bir ana/baba değildi, baba çocuğuna çok sevecen bir tavırla konuşmuştu. Buna rağmen ikisi de -en azından benim onları gözlemlediğim süre içinde- empatiden yoksun bir davranış sergilemişlerdi.

O hâlde sorun neydi? Biz bu anne ile babayı zayıf birini bulunca kendini onun yanında daha güçlü hisseden, için için güvensiz ve çocuk kalmış kişiler olarak görmek duyarlılığını gösterebilirsek sorun açıklanmış olur... Örneğin korktuğu zaman kendisiyle "Amma da yaptın, bunda korkulacak ne var?" gibi sözlerle alay edilmeyen çocuk var mıdır? Çocuk korkuları bu şekilde alaya alındığı zaman kendini aşağılanmış hisseder ve utanır, çünkü tehlikeyi gereğince değerlendirememiştir: O da ilk fırsatta aynısını

yaparak bu duyguları kendinden daha küçük olan başka bir çocuğa geçirir... Bu alayda -büyük olasılıkla- ana/babanın yaptığı da aynen buydu.

Böyle olayları bütün nüansları ile en hafifinden en şiddetlisine kadar her yerde görmekteyiz. Tümünün ortak yanı zayıf ve çaresiz olan çocuğun korkularının yetişkinde güçlü olma duygusunu yaratması ve ayrıca yetişkine kendinde hâkim olamadığı korkuyu (bir başkasında) yönlendirme imkânı vermesidir.

Örneğimizdeki küçük çocuğun yirmi yıl sonra veya kardeşleri olursa çok daha önce, aynı dondurma olayını tekrarlayacağından kuşku duyulmamalıdır. Ancak bu kez dondurmayı elinde tutan kişi kendisi, "içinde taşıyıp hep kurtulmak istediği ve artık kendinden ayırıp dışına çıkarma imkânı bulduğu kıskançlıklar içindeki aciz varlık da karşısındaki çocuk olacaktır... *Daha küçük ve zayıf olanı aşağılamak* kendini güçsüzlük duygularının egemen olmasına karşı korumanın en iyi yoludur; ayırma mekanizması yoluyla benlikten uzaklaştırılan *zayıflığın ifadesidir*.* Gerçekten güçlü bir insan çaresizliği yaşamış olan ve bazen çaresiz kalabileceğini bilen bir kişidir; dolayısıyla başkalarını aşağılayarak gücünü sergilemeye ihtiyacı yoktur.

Bazen yetişkin insan kıskançlık, çaresizlik, terk edilmişlik gibi duyguları ancak çocuk sahibi olunca ve çocuğunda yaşayabilir; çünkü kendi çocukluğunda bunları bilinçli olarak yaşamaya fırsat bulamamıştır: Önceki bir bölümde -çocukken annesi tarafından defalarca terk edildiğini terapide keşfedinceye kadar- onu içinden dürten bir zorlantının etkisi ile kadınları kandıran, baştan çıkaran ve sonra da terk eden bir hastayı anlatmıştım. Bu hasta eskiden kendisiyle acımasızca alay edildiğini ancak terapide hatırladı ve çocukluğunun küçük düşürülme, hor görülme

* *Ayırma (Almanca karşılığı: abspaiten/ Abspaitung): İstenmeyen olgular ve olaylar ile ilgili ruhsal tepki; psikoloji terminolojisinde bu tepki ile ilgili kavram.*

duygularını da ilk defa olarak bu anıların canlanmasından sonra yaşayabildi. Bütün bunlar o zamana kadar içinde gizli kalmıştı... İşte insan bunun gibi "yaşanmamış" acılarını kendi çocuklarına devredince onlardan "kurtulabilir."

Bu aşağı yukarı dondurma olayındaki şekilde yapılır: "Görüyorsun, biz büyüğüz ve büyük olduğumuz için bunu yapabiliyoruz. Fakat bu senin için fazla soğuk; ancak yeterince büyüdüğün zaman kimse karışmadan tadını çıkarabilirsin, işte aynen bizim gibi."

Çocuğun kendini küçük düşmüş hissetmesine yol açan içgüdü-sünü doyurmaktan yoksun kalması değildir, kendisinin "bir kişi olarak" aşağılanmış olmasıdır. Bu acısı ana/babanın -bilincinde olmadan- geçmişteki aşağılanmanın intikamını ondan "onun büyüğü olduğunu sergileyerek" almasıyla daha da artar. Aslında ana/baba çocuğun meraklı gözlerinde kendi küçük düşürülmelerle dolu geçmişi ile karşı karşıya gelmekte ve kendini artık sahip olduğu gücüyle bu geçmişe karşı savunmak zorunda kalmaktadır... Ana/babamızdan çok erken yaşlarda öğrenerek devraldığımız davranış kalıplarından ne kadar istesek de vazgeçemeyiz. Fakat kendimize bu belli davranışlardan neler çektiğimizi tümüyle hissetmek ve algılamak için izin verdiğimiz anda bunlardan özgür olur, bizi içimizden etkileyerek yaşamımızı belirlemelerinden kurtuluruz. Bugün bile hâlâ sık sık karşımıza çıkan bu davranış kalıplarının geçmişte ne kadar büyük bir yıkıma yol açtığını ancak bundan sonra tümüyle kavrayabiliriz.

Buna ek olarak birçok toplumda küçük kız çocukları ayrıca kız olduklarından dolayı da aşağılanır ve bu kızlar ileride anne olup yeni doğan bebek ve meme çocuğu üzerinde hâkimiyet sahibi olunca uğradıkları aşağılamaları en erken yaştaki çocuklarına devrederler. Bu koşullarda yetişen erkek (bütün insanlar gibi gerçekten sevilmiş olduğu düşüncesine sarıldığı için) kendi annesini yüceltir ve aşağılanmanın intikamını annesinden almak

yerine başka kadınlardan almaya yönelip her fırsatta diğer kadınları aşağılar... Sonuçta, erkekler tarafından aşağılanan bütün bu kadınlar üzerlerindeki baskıdan bir ölçüde kurtulmak için kendilerine açık olan tek yola başvurmak zorunda kalırlar ve onlar da bu yükü yine kendi çocuklarına aktarırlar... Bütün bunlar örtülü olarak, gizliden gizliye ve cezasız kalacak bir biçimde olup biter. Küçük çocuk kendisine yapılanları anlatma imkânından yoksundur. Belki ancak daha sonra, ileride ortaya çıkabilen sapık davranışlarda veya nevrozlarda -anneyi açıkça suçlamayan bir biçimde- yaşadıklarını ve tepkilerini semboller yolu ile ve örtülü olarak ifade edebilir.

Aşağılama zayıfların silahıdır; zayıf olanların kendilerini geçmişin eyleme çağırان duygularına karşı savunabilmek için başvurdukları çaredir. Bütün dışlamaların, bütün horlamaların temelinde yetişkinin çocuk üzerindeki bu gizli, az çok bilinçli, kontrolü olanaksız ve toplum tarafından da -öldürme ve ağır yaralamalar dışında- göz yumulan zorbalığı bulunmaktadır... Yetişkin, çocuğunun ruhunu kendi malı gibi kullanır; nasıl kullanacağı da tümüyle onun insafına bırakılmaktadır. Totaliter rejimlerle yönetilen ülkelerin halkı da aynı durumdadır, fakat bu insanlar bile meme çocuğunun haklarını hiçe sayan bir ana/babaya teslim olduğu ölçüde, bu çocuklar kadar teslim olmuş durumda ve çaresiz değillerdir... Küçük çocuğun katlandığı acılar konusunda bir duyarlılık kazanmadığımız sürece yetişkinin gücünü bu şekilde kullanıyor olması kimsenin gözüne batmayacak, ciddiye alınmayacak ve önemi de geniş ölçüde küçümsenecektir. Çünkü söz konusu olanlar "sadece çocuktur." Fakat bilmeliyiz ki, yirmi yıl sonra bu çocuklar bütün bunların acısını kendi çocuklarından çıkaran yetişkin birer insan olacaklardır. Belki bilinçli olarak "dünyadaki" zulüm ile savaşacaklar fakat bilmeden "çevrelerinde" bulunanlara eziyet edeceklerdir. Çünkü zulmü erken yaştan beri tanımakta ve bir bilgi olarak bedenlerinde taşımaktadırlar: Yüceltilmiş bir

çocukluk imajı ardında gizlenen, artık ulaşamadıkları bu bilgiler, onları yıkıcı eylemlere güdecektir.

Yıkıcılığın bir "miras" olarak bir kuşaktan diğerine devredilmesini duygusal düzeyde bir bilinçlendirme ile acilen çözmek zorundayız... Birisini tokatlayan veya bilerek aşağılayan bir insan, bazen bunu neden yaptığını bilmese de, karşısındakine acı verdiğini açıkça bilir. Fakat ana/babalarımız ve sonra biz, çocuklarımıza defalarca acı verdiğimizizi, onların filizlenen benliğini derinden ve kalıcı bir biçimde örselediğimizi fark etmeyebiliyoruz. Çocuklarımızın onlara acı verdiğimizizi kavrayıp bunu dile getirebilmesi ve böyle yaparak bize hatalarımızı ve ihmallerimizi görüp özür dilememiz için fırsat vermesi büyük bir şanstır. Bu özür dilenince, çocuklarımız şiddet uygulayan gücün, ayırimcılığın ve aşağılamanın kuşaktan kuşağa aktarılan zincirinden kurtulabilir. Erken yaştaki çaresizliklerini ve bunun doğurduğu öfkeyi bilinçli olarak yaşayabildikten sonra kendilerini çaresizlik anlarında güç kullanarak savunmalarına gerek kalmaz.

Fakat bu çoğunlukla yapılamamakta, çocukluk acılarının duygusal boyutu insanların bilinç dışında, onlardan tümüyle gizlenmiş olarak kalmaktadır. Özellikle de gizli kaldığı için bir sonraki kuşakta ortaya çıkan yeni aşağılama biçimlerinin -bazen çok ince nüansları olan ve ustalıkla uygulanan eziyetlerin- bilinmeyen kaynağını oluşturmaya devam etmektedir... İnsanlar kendilerini böyle acılara karşı savunmak için çeşitli yollara başvurur. Sıkça yaptıkları acılarını inkâr etmek ya da ussallaştırmaktır. Rasionalize ederler, mantıklı bir neden bulurlar: "Çocuğuma doğru dürüst bir terbiye vermek benim görevimdir." Olaylarda ve kişilerde bazı kaydırmalar yaparlar: "Benim bu acıları çekmeme neden olan babam değildi, oğlumdu." Kendilerine acı verenleri yüceltir, idealize ederler: "Babamdan yediğim dayaklar sonuçta bana büyük yararlar sağladı." Ancak öncelikle edilgen olarak katlandıkları aşağılanmaları etken davranışa dönüştüren bir savunma

mekanizmasına başvururlar... İnsanlar -eğitim düzeyi ve kişilik yapısı bakımından çok farklı olmaları hâlinde bile- çocukluk yazgısına karşı koymak açısından büyük benzerlik gösterirler. Aşağıdaki örnekler bunu açıkça ortaya koymaktadır.

Bir Yunanlı çiftçinin Batı Avrupa'da yaşayan ve küçük bir lokantanın sahibi olan 30 yaşlarındaki oğlu, bana gururla içki içmediğini ve bu özelliğini babasına borçlu olduğunu anlatıyor. Dedğine göre, on beş yaşındayken bir gün sarhoş olarak eve gelmiş ve bunun üzerine babasından o kadar çok dayak yemiştir ki, bir hafta boyunca yerinden kalkamamıştır. O günden sonra da alkolden tiksiniyerek, lokantasında her an çeşitli içkilerle haşır neşir olmasına rağmen, ağzına bir damla bile alkol alamaz hâle gelmiştir. Yakında evleneceğini öğrendiğim zaman ona ileride kendisinin de çocuklarını dövüp dövmeyeceğini sorduğumda bana şöyle diyor: "Tabii ki onları döveceğim. İnsan çocuklarını ancak dayakla doğru dürüst terbiye edebilir. Saygıyı kazanmanın en iyi yolu dayaktır. Ben örneğin babamın yanında hiçbir zaman sigara içmem, hâlbuki babam sigara tiryakisidir, fakat benim böyle yapmam ona duyduğum saygının bir işaretidir." Bu adam akılsız birine benzermiyordu, ayrıca da oldukça sempatikti, ancak fazla bir okul eğitimi görmemişti... Bu durumda insan onun böyle konuşmuş olmasını kolaylıkla eğitim eksikliğine bağlayarak aydınlanmanın ruhsal çöküşü eninde sonunda durdurabileceği yanılışına kapılabilir.

Fakat iyi eğitim almış, "aydın" dediğimiz türden bir kişi ile ilgili olan şimdi vereceğim örnek bu yanılışmanın gerçekten ne kadar uzak olduğunu gösteriyor:

Yetenekli bir Çek yazarı. Yetmişli yıllarda Federal Almanya'nın bir kentinde eserlerinden bazı bölümleri dinleyicilere okuyor ve açıklıyor. Bu sona erince dinleyiciler ile yazar arasında başlayan sohbette ona çeşitli özel yaşamı ile de ilgili sorular soruluyor ve yazar da bunları açık yüreklilikle yanıtlıyor. Yazar, dediğine göre, bir zamanlar "Prag-Baharı" eylemlerine katılmış olmasına

rağmen artık oldukça büyük bir özgürlük alanına kavuşmuştur ve Batı Avrupa ülkelerine de rahatça gidip gelebilmektedir.* Çocukluğunun nasıl geçtiği sorulduğu zaman ise yazar gözleri hayranlıkla parlayarak babası hakkında konuşmaya başlıyor ve fevkalade yetenekli ve çok yönlü bir insan olan babasının kendisinin ruhsal gelişimini daima desteklemiş olduğunu belirtiyor. Babası onun en değerli ve gerçek dostuymuş. Öyle ki yazar, ilk yazı denemelerini ancak ona gösterebilmiş ve babası oğlu ile her zaman gurur duymuş. Baba annenin bazı şikâyetleri üzerine sık sık oğlunu dövdüğü zamanlarda bile oğlu ile -ağlamadığı için- gurur duymuş. Yazar, kendini tutamayıp ağladığı takdirde gözyaşı döktüğü için de fazladan bir dayak yediğinden, daha çocukken gözyaşlarını içine akıtmayı öğrenmiş ve böyle cesaretli davranmak yoluyla hayran olduğu babasına gurur duyacağı bir armağan sunuyor olmaktan kendi de büyük gurur duymuş...

Bu adam adeta rutin hâlini almış olan dayaktan sanki dünyanın en normal şeyi imiş gibi (onun için tabii ki öyleydi) söz ettikten sonra şunları eklemiştir: "Bu dayanın bana hiçbir zararı olmadı. Aksine, beni yaşama hazırladı, sertleştirdi, bana dişimi sıkmayı öğretti ve işte, mesleğimde bu kadar iyi bir gelişime göstermem de tamamen bu yüzdendir." Bunları duyunca insanın içinden şöyle demek geliyor: "İşte, komünist rejime bu kadar iyi uyum sağlamanız da tamamen bu yüzdendir."

Üçüncü örneğimiz İsveçli rejisör Ingmar Bergman. Bir televizyon yayınında "aşağılanmaların öyküsü" olarak tanımladığı çocukluğunu Çek yazarın aksine, son derece bilinçli ve sebep/sonuç ilişkilerini -sadece bilişsel düzeyde de olsa- çok daha iyi kavramış olarak anlatıyor. Bergman'a göre, aşağılanma ona uygulanan terbiyenin temel ögesi olmuştur. Örneğin, çocukken külotunu ıslattığı zaman herkes olanı anlasın ve kendisi de utansın

* Alexander Dubcek yönetiminin "Prag-Baharı" olarak bilinen 1968'deki reform girişimleri Sovyet birliklerinin askeri müdahalesi ile engellenmişti.

diye onu bütün gün kırmızı bir elbise ile dolaşmaya mecbur etmişlerdir... Bergman Protestan bir rahibin iki oğlundan biridir. Aile yaşamlarında sıkça yinelenen şu sahneyi de anlatıyor: Ağabeyi babası tarafından sırtına kamçı ile vurularak cezalandırılırken annesi büyük oğlunun sırtını pamukla siliyor ve küçük İngmar bir iskemlede oturup bunları izliyor.

Bergman yayında bu kamçı sahnesini heyecanlanmadan ve son derece soğukkanlı bir biçimde aktarmıştır. İnsan onu bu aynı tavrı ile küçük bir çocuk olarak iskemlede oturmuş olayı izlerken göz önüne getirebilir: Çocuk odadan kaçmaya kalkışmamakta, görmemek için gözlerini yummamakta, bağırılmamaktadır... Ancak, onun ağabeyi ile doğrudan ilgili olan bu anısı belki de kendi başından geçenleri örtmeye, bastırmaya hizmet ediyordu; dolaşısıyla kamuflaj işlevi gören bir anıydı. Çünkü böyle bir babanın yalnız çocuklarından birini kamçılıyor olması düşük bir olasılıktır... Birçok insan uzun süre sadece kardeşlerinin aşağılamalara uğradığına inanır ve aynı şeylerin kendisinin de başına geldiğini ancak bilinç dışını deşen bir terapi sırasında hatırlar; o çok sevdiği babası tarafından dövülürken kendini ne kadar hor görülmüş ve terk edilmiş hissettiğini de çaresizlik öfke ve şiddetli isyan duyguları içinde ilk defa o zaman yaşar.

Ancak, İngmar Bergman acıları ile başa çıkmak için "kaydırma" ve "inkâr" mekanizmalarından başka bir imkâna daha sahip olan bir kişidir, birçok film yaparak karşı koyduğu bu türden duygularını bu filmleri aracılığı ile seyircilere aktarabilmiştir. Dolayısıyla onun böyle bir babanın oğlu olarak o zamanlar açıkça yaşayamadığı fakat içinde saklı tuttuğu duygularını bizler sinemada seyirci olarak içimizde duyabiliriz. Beyaz perdenin önünde bir zamanlar onun çocukken iskemlesinde oturduğu gibi oturur, babanın "kardeşimize" yaptığı zulüm ile yüz yüze gelir ve bütün bu barbarlığı tüm duygusal kapsamı ile birlikte içimize sindiremeyeceğimizi ya da belki sindirmek istemediğimizi hissederez

ve herhangi ruhsal mekanizmalarla buna karşı koyma yolunu seçeriz... Bergman aynı yayında daha sonra Nazizm'den de söz etmiştir. Almanya'ya sık sık gitmesine rağmen 1945 yılına kadar Nazizm'in iç yüzünü anlayamadığını üzülererek belirttiğinde, bu açıklaması bana çocukluğunun koşullarının doğrudan bir sonucu olarak görüldü; çünkü zulüm zaten Bergman'ın küçük yaşlardan beri solumaya alışık olduğu hava gibiydi. Bu kadar iç içe olduğu bir şey dikkatini nasıl çekebilirdi ki?

Küçükken dövülen üç erkeğin öyküsünü neden örnek olarak verdim? Bunlar uçta yer alan durumlar sayılmaz mı? Dövmenin yol açtığı sonuçları mı ele almak istiyorum? Hayır, niyetim bu değildir ve bu üç örnek bir bakıma sıra dışı sayılabilen aşırı durumlar içermektedir. Bunları örnek olarak vermemin bir nedeni benim için mesleki sır niteliği taşımayıp olayları yaşayanlar tarafından aleni olarak anlatılmış olmalarıdır. Diğer daha önemli nedeni ise çocuğa yapılan en ağır eziyetlerin bile çocuğun "yüceltme" eğiliminden dolayı örtülü olarak kalabildiğini açıkça göstermeleridir. Her üç olayda da herhangi bir yargılama olmamış, bir hükme varılmamış ve olaylar geçmişin karanlığına gömülüp gitmiştir: ortaya çıkabilen bilgiler de sadece "iyilik kisvesi altında" sunulan türdendir... Aşırı derecedeki bedensel eziyetler ile ilgili durum böyle olunca göze çok daha az görünen, çok daha ince nüanslarla uygulanan ruhsal eziyeti nasıl ortaya çıkarabiliriz? Dondurma örneğinde sergilenmek istenen belli belirsiz "ince aşağılamaları" kim ciddiye alır? Ancak, böyle incelikli eziyetler terapide duygularını ortaya dökme aşamasına gelen bütün yetişkin hastalarda istisnasız ortaya çıkmaktadır. Çocuğun ana/babası tarafından istismarının birçok farklı derecedeki cinsel ve cinsel olmayan kötü muameleler ve aşağılamalar ile sonuçlandığını bu çocuklar ancak yetişkin insanlar oldukları zaman (çoğunlukla kendileri de artık anne veya baba olunca) terapide zorluklarla ve yavaş yavaş keşfetmektedirler.

Bu şekilde ortaya çıkan olaylarda örneğin püriten bir ortamda büyüyen bir baba genelde evlilik yaşamında cinsel yönden tutuk bir erkek olabilir ve kadın cinsel organını iyice incelemek, onu ellemek ve bu sırada heyecanlanmak cesaretini ilk kez her şeyden habersiz olan küçük kız bebeğini yıkarken kendinde bulur*... Veya küçük bir kızken cinsel tacize uğrayan, ereksiyon hâlindeki penisten ürken ve onunla aşağılanan bir annede erkek cinsel organına karşı bir korku gelişmiş olabilir. Bu anne belki erkek bebeğinde ilk kez penis ile ilgili korkusuna hâkim olarak örneğin bebeğini yıkadıktan sonra onu öyle bir "kurular" ki, bebekte anneye tehlikeli ve tehdit edici gelmeyen bir ereksiyon oluşabilir. Ve anne ergenlik çağına kadar, oğlu ile beraberken korkularına kapılmadan, oğlunun penisine Phimose'u/(deri darlığı ile ortaya çıkan rahatsızlık) gidermek gerekçesiyle masaj yapıyor ve böylece küçükken engellenen karşı cinse yönelik doğal merakını ve araştırma isteğini her çocuğun annesine duyduğu kayıtsız şartsız sevginin koruyucu kisvesi altında kaçamak yollardan gidermeye çalışıyor olabilir.

Çocuğun cinsel yönden tutuk olan böyle anneler ya da babalar tarafından kötüye kullanılmasının çocuk için taşıdığı anlam ve çocuğa etkisi ne olabilir? Her çocuk kendisine istekle dokunulmasından hoşlanır, bunu arar ve yakın bir ten ilişkisi elde ettiği zaman da mutlu olur. Bununla birlikte bu dokunuşlar bulunduğu gelişim aşamasında kendiliğinden ortaya çıkmayan, o aşama için doğal olmayan duygular uyandırdığı zaman çocuk bocalama içine girer ve kendisini tehlikede hisseder. Çocuğun bu tür yaklaşımlarla içine düşürüldüğü bu güvensizlik hâli doğal olan kendine yönelik erotik faaliyetlerinin ana/baba tarafından yasaklayıcı sözler veya aşağılayıcı bakışlarla cezalandırılması ile daha da artar.

* *Püritenlik/Püriten: Tutucu, ahlaki ve dinsel kurallara ileri derecede bağlı Hristiyan mezhebi.*

Çocuğa cinsel tecavüz olarak niteleyebileceğimiz bu tür istismarın yanı sıra "cinsel olmayan" tecavüz biçimleri de görüyoruz. Örneğin hem "geleneksel" terbiye yöntemlerinde hem "antitortiter" terbiye dediğimiz yeni yöntemde uygulanmakta olan "çocuğa bir doktrin aşılama gayretleri" de böyle tecavüzlerdendir. Bu iki terbiye şeklinde de çocuğun bulunduğu gelişim basamağına özgü ihtiyaçları göz ardı edilmekte, gereğince algılanmamaktadır. Çocuk yetişkinin belli amaçları gerçekleştirmek için sahip olduğu bir araç, egemenliği ve etkisi altına alabileceği bir varlık olarak görüldüğü anda, onun canlı bir biçimde gelişmesine müdahale edilmiş ve gelişmesi zorla kesintiye uğratılmış olur.

Çoğu zaman canlı kökleri önce kesip bunların doğal işlevini daha sonra yapay bir biçimde ikame etmeye çalışmak "terbiye" olarak adlandırdığımız süreçlerde olağan sayılan bir yöntemdir. Böylece örneğin çocuğun merakı engellenmekte ("bu *tür* şeyleri sormamalısın!") ve ileride, onda doğal olarak bulunması gereken öğrenme isteği ortaya çıkmayınca, okulda karşılaştığı zorlukları aşması için ona özel dersler aldırılmaktadır... Buna benzer bir örneği bağımlıların davranışında da bulmaktayız: Çocukken bu yaşların çok yoğun olan duygularını bastırmayı başarmak zorunda kalan bu kişiler, sonraki yıllarda genellikle uyuşturucuların veya alkolün yardımıyla kaybetmiş oldukları yaşantı yoğunluğuna -kısa süre için de olsa- yeniden kavuşmaya çalışmaktadırlar.*

Çocuklara yetişkinler tarafından "bilincine varmadan" tecavüz edilmesini önlemek ve çocuğa uygulanan ayırıma son vermek için, önce böyle yapıldığını bilinçli olarak yaşayabilmeliyiz: Bunun için de çocuğa uygulanan en ince ve belirsiz aşağılamaları bile algılamamıza imkân verecek bir duyarlılık kazanmamız gerekir. Biz çocuğun ruhsal açıdan büyümek için ilk günden ihtiyaç duyduğu "saygıyı" ancak bundan sonra ve bu duyarlılığımızın

* (Bakınız: Alice Miller; "Am Anfang war Erziehung"; sayfa 133 - 168. *(Başlangıçta Eğitim Vardı: Arion Yay. Haziran 2000)*)

yardımıyla kendimizde geliştirebiliriz... Çocuğa yönelik olan böyle bir duyarlılığı kazanmanın çeşitli yolları vardır. Örneğin bize yabancı olan çocukların uğradıkları durumları gözleyebilir ve kendimizi bu çocukların yerine koyarak onların duygularını anlamayı deneyebiliriz. İlk başta da kendi çocukluk yazgımız için empati geliştirmeye çalışabiliriz.

Terapinin aynasından aşığılamaya bakış

Bir insan "bilmediği" bir öyküyü anlatıp canlandırabilir mi? Bu olanaksız gibi görünse de sürekli olan bir şeydir -çoğu zaman hedefsiz kör bir eylem olarak ortaya çıkar ve etkisiz kalır. Bu öykünün anlaşılabilmesi ve çözülebilmesi için bazı araçlara ve yöntemlere ihtiyaç vardır. Bundan sonra, eğer duygularımızı ve ihtiyaçlarımızı kabul edebilir, onlara saygı duyar ve haklı bir gerekçeye dayandıklarından emin olabilirsek, öykümüzü bu duygu ve ihtiyaçları yaşarken -onların arasında parça parça bulmaya başlarız.

Bu terapist için de geçerlidir. Seminerlerde ve bireysel denetimlerde bana bazen "istenmeyen duygularla", örneğin hastanın zaman zaman terapistte uyandırabileceği kızgınlıkla nasıl başa çıkmak gerektiği sorulmuştur. Duyarlı bir terapist bu kızgınlığı doğal olarak duyacaktır. Soru şudur: Terapist hastayı tersler gibi görünmemek için kızgınlığını bastırmalı mıdır? Fakat hasta bu bastırılmış duyguyu hissedecek ve akli karışacaktır. O hâlde terapist kızgınlığını açığa mı vurmalıdır? Bu durumda da hasta bundan dolayı korkuya kapılabilecektir.

Hastanın terapistte uyandırdığı bütün duyguların hastanın öyküsünü *ona anlatmak* -fakat kendini korumak nedeni ile- aynı zamanda da *ondan gizlemek* için yaptığı bilinçsiz (ikilemli) girişimin bir parçası olduğunu kabul ettiğimiz zaman kızgınlık ve diğer istenmeyen duygularla nasıl başa çıkılacağını sormaya gerek kalmaz. Hastanın öyküsünü bu bilinçsiz anlatım biçiminden

daha farklı bir biçimde anlatma imkânı yoktur ve terapistte oluşturduğu bütün duygular bu şifreler ve sembollerle kodlanmış öykü ile ilişkilidir... Dolayısıyla terapist bunlara karşı koymamayı, duygularını bastırmayarak kabul etmeyi ve bunların kendi içinde durulup yatışmasını sağlamayı başarmak zorundadır: Bunu başardıktan sonra hastasının onda uyandırdığı duyguların bilinç dışındaki kendi öyküsünü ne ölçüde depreştirdiğini anlayabilir ve tepkisinin çözüm gerektiren bu kısmı üzerinde işleyebilir... Bu bağımlılarla ve çocuklukta fiziksel örselenmelere ya da cinsel tacize uğrayan kişilerle uğraşan danışmanlar için de geçerlidir. Bazı danışmanlar genellikle endişelerinin ancak az bir kısmını kabullenmekte ve geri kalanını soyut kuramlar, ideolojiler, küçümseyici ya da otoriter davranışlar ardında gizlemektedirler.

Benliğin kendini "yineleme zorlantısında" ifade etme çabası*

Hastanın duygularını yaşama yeteneğini kazanması uzun zaman önce bilinç dışına itilen eski ihtiyaçların ve isteklerin baskıdan kurtularak canlanmasına yol açmakla birlikte, hastanın bunları kendini cezalandırmadıkça doyurmasına imkân yoktur. Bazı istek ve ihtiyaçların da artık hiçbir şekilde doyurulması mümkün değildir, çünkü bunlar çok gerilerde kalan situasyonlarla ilintilidir (küçük çocuğun tümüyle ona yönelen verici anneye duyduğu anında doyum arayan şiddetli ihtiyacı buna örnek gösterebiliriz). Fakat terapide hemen her zaman yüzeye çıkan başka şimdiki yaşamda doyurulabilen ve doyurulması gereken ihtiyaçlar da vardır... Örneğin insanın daha doğum sonrasındaki ilk çılgılığı ile baş gösteren, kendini özgürce ifade etmeye, kendini sözlerinde, jestlerinde, davranışlarında, sanatta ve her türlü ifade ortamında "ne

* *Yineleme zorlantısı: (Alm: Wiederholungszwang; İng: repetition compulsion). Benliğin eski yaşantıları tekrar tekrar yaşayarak bunlar üzerinde egemenlik kurma ve üstesinden gelme çabası.*

ise o olarak ortaya koymaya" duyduğu temel ihtiyaç bunlardan biridir. Çocukken gerçek benliğini başkalarından ve kendinden gizlemek zorunda kalan kişiler terapinin bir aşamasında içlerinde oluşan güçlü bir dürtü tarafından önceki engelleri yıkmaya zorlandıklarını hissederler; fakat bu ilk "kendini dışa vurma istekleri" başlarda daima büyük korkular eşliğinde ortaya çıkar.

Böyle ilk girişimler her zaman hastanın bağımsızlık kazanması ile sonuçlanmayarak çocukluk olguları ile ilintili korkuların yinelenmesine, yani hastanın kendini "olduğu gibi ve korumasız" olarak göstermesi ile birlikte ortaya çıkan ezici "utanç ve çıplaklık" duygularına kapılmasına neden olabilir. Kendini "ele vermiş" olmaktan doğan bu korkular çocukluktaki aynı türden korkuları eyleme çağırarak onların da güçlenmesine yol açar... Sonuçta bütün bunlar hasta tarafından yaşandıktan ve duygularla çocukluk olguları arasındaki ilişkiler kavranıp sindirildikten sonra, bunların geçmişin koşullarında ne kadar anlamlı ve haklı olduğu anlaşılır ve süreç başarılı bir biçimde tamamlanmış olur... Fakat bu çözüm işlemi eksik kalır ya da gerçekleşmezse, hasta aynen bir uyurgezer davranışı ile gidip "eliyle koymuşçasına" yeniden ana/babasına çok benzeyen, dolayısıyla onu (başka nedenlerle de olsa) anlama imkânından yoksun olan kişiler bularak, onlarla ilişki kurar. Çocukluk ortamını böylece yeniden oluşturarak bu kişilerin kendisini anlamalarını sağlamak, *bu koşullarda asla mümkün olmayı oldurmak için* çabalamaya başlar.

42 yaşındaki Linda gördüğü terapinin belli bir aşamasında kendinden yaşça büyük zeki ve duyarlı olan, ancak erotik yaşam dışında beyni ile kavrayamadığı her şeyi dışlayan ve reddeden bir erkeğe aşık oldu ve böyle bir karakteri olan bu adama yazdığı uzun mektuplarda ona terapide hissettiklerini ayrıntılarıyla anlatmaya girişti. Adamın mektuplarını yadırgadığını görmezlikten gelerek ve bir gün kendisini anlayacağını umarak çabalarını giderek arttırıp daha sık yazmaya başladı... Bu durum -Linda yine

bir baba ikamesi bulduğunu ve "anlaşılma umudundan" bu nedenle vazgeçemediğini kavramak zorunda kalıncaya kadar- böylece sürdü. Linda gerçeği anlayıp kendine gelince uzunca bir süre şiddetli utanç duyguları ile kıvrandı. Bu sırada bir gün bana şöyle dedi: "Kendimi o kadar 'gülünç' hissediyorum ki! Sanki günlerce hep bir duvara konuşmuşum ve duvarın bana yanıt vermesini beklemişim... Aynen akılsız bir çocukmuşum gibi davrandım!" Ona şöyle bir soru sordum: "Kendine yakın bir insan bulamadığı için derdini bir duvara anlatmaya çalışan bir çocuk görseydiniz, bunu 'gülünç' bulur muydunuz?" Linda bu soruma hıçkırıklarla yanıt verdi. Bu çaresiz hıçkırıkları onun çocukluk gerçeğinin büyük bir yalnızlıktan oluşan bölümüne ulaşmasını sağladı; aynı zamanda Linda'yı büyük acılar çekmesine neden alan utanç duygularının baskısından da kurtardı. Linda yaşadığı "duvar" imgesinin çocukluğu ile bir ilişkisi olduğunu daha sonra kavrayabildi... Genelde gayet rahat konuşan ve kendini çok iyi ifade edebilen bu kadın, terapinin bir aşamasında bir süre için anlatmak istediklerini öyle çetrefilli yollardan, öyle anlaşılmaz şekilde ve sesleri garip bir biçimde çıkararak söyledi ki, onun bütün konuştuklarını anlayamıyor, yalnızca tek tek anlamlar çıkarabiliyordum (büyük olasılıkla eskiden de böyle konuşuyor ve ana/babası da onu anlayamıyorlardı). Linda söylediklerini izleyememem karşısında bazen ani olarak güçlü öfke ve nefret duygularına kapılıyor ve beni umursamazlıkla, anlayışsızlıkla suçluyordu. Benim ona olan tavrım değişmediği hâlde, beni tamamen farklı bir insan olarak görmeye başlamıştı: Bu aşamada benle olan ilişkisinde annesinin kendisine yabancı ve uzak kalışını yaşamaktaydı. Annesi yaşamının ilk yılını bir bebek-bakımevinde geçiren ve daha sonra kızı ile yakınlık kuramayan bir kadındı.

Linda annesinin geçmişini biliyordu, fakat bu sadece bilişsel düzeyde kalan bir bilgiydi. Ayrıca annesine karşı acıma duyguları hissediyor ve bu duygular Linda'nın kendi durumunu algılamasına,

kendi yoksunluklarını görmesine engel oluşturmuyordu; "zavallı annem" imajı onun kendine ilişkin duygularını tümüyle bloke etmişti... Küçükken hiçbir zaman doyum bulamayan ilişki kurma özleminin onda geride bıraktığı derin çaresizlik ancak önce bana, sonra annesine yönelttiği suçlamalarında ortaya dökülmeye başladı. Çocuğundan hep uzak duran, ilişki kurma yeteneğinden yoksun anne ile ilgili bilinç dışına itilmiş anılar, bu annenin kızında onu bütün insanlardan acı vererek ayıran bir "duvar duygusu" yaratmış ve bu duygu Linda'da hep için için var olmuştur. Linda'nın şiddetli suçlamalarını giderek daha anlaşılır ve açık biçimde ifade etmesi ile birlikte, onu hep yeniden "kendisini anlayamayan" insanlara teslim olmaya ve kendini bu kişilere bağımlı hissetmeye iten "yineleme zorlantısı" da sonunda çözölmeye başladı.

Sapıklıklarda ve zorlantılı nevrozlarda aşğılama

Bir insanın tüm duygusal gelişiminin (ve buna dayandırdığı dengesinin) ana/babanın onun yaşamın ilk zamanlarında dışa vurduğu ihtiyaçları ve duyumsamaları ile ilgili ifadelerini nasıl yaşadığına ve cevapladığına bağılı olmasından hareket ettiğimiz zaman, bu kişinin daha sonraki trajedisine yol açan ilk adımın bu dönemde atıldığını kabul etmeliyiz. Anne çocuğunu bir ayna gibi yansıtma işlevini yapamamışsa, çocuğunun varlığından mutluluk duyamayarak çocuğun "belli bir özellikte olmasına" bağımlı kalmışsa, bu noktada bir ilk seçim yapılmıştır: "İyi" "kötü"den, "güzel" "çirkin"den ve "doğru" sanılanlar da "yanlış" sanılanlardan ayrılmış ve bu ayrımlar çocuk tarafından da içselleştirilmiştir. Ana/babanın yeğlediğı değerlerin daha sonraki içselleştirmeleri de bu zemin üzerinde gerçekleşmiştir.

Böyle bir meme çocuğı kendisinde "annesinin işine gelmeyen" bir şeyler olduğunu öğrenmek zorundadır. Örneğın çocuktan bedeninin işlevlerine olabildiğince kısa sürede hâkim olması beklenir:

Bu, görünüşte çocuğun toplum içinde başkalarını tiksindirmemesi içindir; gerçekte ise küçükken başkalarını tiksindirmekten korkmuş olan ve bu tecrübeyi bilinç dışında bastırılmış olarak saklayan ana/babanın bilinç dışının sarsılmasını önleme amacını taşır.

Ünlü ozan Hermann Hesse'nin annesi Maria Hesse günlüklerinde kendisi daha dört yaşında küçük bir kızken iradesini nasıl kırdıklarını etraflıca anlatır. Oğlu dört yaşına gelince Maria Hesse de oğlunun çok şikâyetçi olduğu inadına karşı bir savaş açmış, fakat bunda ancak zaman zaman başarılı olabilmıştır. Hermann Hesse on beş yaşına gelince aile onu Stetten'e zekâ geriliği olanların ve epileptiklerin bulunduğu bir sanatoryuma göndermiş ve "inadının burada kırılabilceğini" ummuştur. Hesse bu klinikten gönderdiği öfke saçan ve insanı sarsan mektubunda ana/babasına şöyle seslenmektedir: "Eğer bir insan değil de bir Pietist olsaydım, beni anlayacağınızı umabilirdim"*. Bu mektup üzerine genç Hesse'ye ancak bir düzelme gösterdiği takdirde sanatoryumdan çıkarılacağı bildirilmiş ve o da "kendisini düzelterek" evine dönebilmiştir... Hermann Hesse'nin daha sonraki yıllarda yazdığı ve ana/babasına sunduğu bir şiirinden "inkâr" mekanizmasının sonuç verdiği ve ana/babasının yüceltmeyi başardığı anlaşılmaktadır: Bu şiirde Hesse ilk gençliğindeki "tavırlarıyla" ana/babasının hayatını çekilmez hâle getirmiş olmaktan söz eder.

Pek çok insan bu suçluluk duygusunu, ana/babanın beklentilerine cevap verememiş olmanın ezikliğini ömür boyu taşır. Bu duygu ana/babanın ihtiyaçlarını tatmin etmenin çocuğun görevi olmadığı sonucuna varan tüm bilişsel yargılardan daha baskındır. Yaşamın çok erken yaşlarından kaynaklandığı, o yaşlara özgü bir yoğunlukta ve saplantı derecesine varan katılıkta olduğu için hiçbir açıklamayla, hiçbir delille ortadan kaldırılamaz; ancak bilinç dışını deşen bir terapi ile ve uzun bir süre içinde çözülebilir.

* *Pietizm/Pietist: 17. yüzyılda Alman Luther'ciliği içinde doğan dinsel reform hareketi. Kilisenin laikleşmesine karşı kişisel imana ağırlık veren bir akım.*

Fakat bu duygudan da daha kalıcı olan yara insanın "ne ise o olarak sevilmemiş olması" sonucunda aldığı darbedir ve yası gereğince tutulmadıkça da iyileşmez. Neden olduğu acılara (örneğin bunalımda ve büyüklük tutkusunda) az çok başarılı ya da başarısız olarak karşı konabilir. Ya da yara yineleme zorlantısında olduğu gibi hep yeniden deşilir ki buna (yineleme zorlantısının egemen olduğu) sapıklıklarda ve zorlantılı nevrozlarda rastlıyoruz... Bu kadar derin bir yara çocukta nasıl oluşur? Ana/babanın çocuğun belli davranışları karşısında gösterdiği aşağılayıcı tepkiler çocuk tarafından bilincine varılmayan anılar olarak kaydedilir ve onun bedeninde saklı tutulur. Dehşet içinde kalma, garpseme, gönülsüzce zorla yaklaşma, tikslenme, kızma, darılma, korku, panik gibi duygular annede çoğu zaman çocuğun en doğal olan hareketleri karşısında bile uyanabilir: Örneğin çocuk kendi bedeninde erotik faaliyetlere koyulduğu sırada, kendi bedenini aradığı ve keşfetmeye çalıştığı sırada, altını ıslattığı ve büyük apdestini yaptığı zaman, merakla bir şeyleri karıştırdığı, düş kırıklığı ya da başarısızlık karşısında öfkelenildiği zaman... Derin izler bırakan bu tür yaşantılar sonraki yıllarda başka kişilere aktarılsa da, her zaman annenin dehşet içindeki gözleri ile ilintili olarak kalırlar. Kişi yetişkin bir insan olduğu zaman da, onu (eski travmatik sitüasyonların kişinin fark edemeyeceği bir biçimde yinelenmesine yol açan) zorlantı şeklindeki davranışlara ve sapıklıklara sürüklerler.

Böyle bir insan bir hasta olarak terapide o zamana kadar gizlice sürdürdüğü cinsel ya da otoerotik tatmin biçimlerini anlatırken son derece rahatsızdır... Gerçi hasta bunları duygulara kapılmadan, sanki başka birinden söz ediyormuş gibi anlatarak bilgi düzeyinde açıklamalarla da yetinebilir. Fakat bu tür duygudan yoksun açıklamalar onun yalnızlığını aşmasını sağlamaz; onun çocukluk gerçeğini kavramasına yardımcı olmaz. Çocukken ne hâlde olduğunu ancak utanç ve korku duygularının ortaya çıkmasına

izin verebildiği ve böyle duyguları yaşayamaya hazır olduğu zaman anlayabilir...

Hasta bunları tüm kapsamı ile yaşarken en zararsız bir hareketinden dolayı bile kendini suçlar; adi ve kirlenmiş olduğu, çürüdüğü, bir "hiç" olduğu duygusuna kapılır. Utanma duygusunun bu kadar uzun bir süre boyunca bilinç dışında saklı kalmış olmasına, cinsellikte hiçbir sınır tanımayan aşırı liberal görüşlerinin yanı sıra içinde var olabilmesine hayret eder. Ancak bütün bu *duygu yüklü yaşantılar sonucunda*, benliğinden kopuk olan önceki uyum döneminin korkaklığından dolayı olmadığını, aksine, ayakta kalabilmek için tek şansı, yok olma korkusundan kurtulmak için tek imkânı olduğunu kavrar.

İnsanın öz annesi bu kadar tehdit edici olabilir mi? Evet, eğer anne kendi annesinin cici kızı olmaktan gurur duymuşsa, daha altı aylıkken altını ıslatmayı bırakmışsa, bir yaşındayken tamamen temizlenmişse ve üç yaşına gelince de küçük kardeşinin "annesini" olmuşsa bu derecede tehdit edici olabilir... Bu anne çocuğunda hep benliğinden ayırdığı ve hiç yaşama fırsatı bulamadığı o bilincine çıkmasından korktuğu yanını görür ve aynı anda da küçükken annelik ettiği ve şimdi kendi çocuğunun şahsında kıskanmaya belki de nefret etmeye mecbur olduğu o canlı, ele avuca sığmaz bebek kardeşini görür. Böyle bir anne çocuğunu *bakışları ile terbiye ederek* yola getirir.

"Yola getirilen" bu çocuklar büyürler ve kendi gerçeklerini yaşamaktan, bu gerçeği herhangi bir biçimde -belki iyice gizleyerek- ifade etmekten de tamamen vazgeçemezler... Böylece bir insan çevrenin taleplerine tamamen uyum sağlamış ve "sahte" bir benlik geliştirmiş olabilir; fakat bir yandan da kendinde oluşan bir zorlantılı nevrozda ya da sapıklıkta gerçek benliğinin belli bir yanını -büyük sıkıntılarla da olsa- yaşamaya devam edebilir. Ancak, benliğin bu belli yanı "yalnızca" kişinin çocukken bulunduğu koşullarda, yani kişinin ilk yıllarda ve imajı artık bilinç dışına itilmiş

olan annesi ile beraberken bulunduğu ortam ve atmosferde yaşarır... Kişinin sığındığı sapıklığı ve onu sapıkça davranmaya zorlayan dürtüleri, ikili-yaşamı sonucunda içine düştüğü bu dramı ona hep yeniden yaşatır: Bu dramda kişinin içgüdülerini doyurması ancak endişeler ve dehşetler içinde bir "annenin" bulunduğu koşullarda gerçekleşebilir; orgazma varması ancak kendini aşıladığı bir ortamda ve bir fetiş ile sağlanabilir ve karşı çıkışları ya da şikâyetleri ancak örtülü bir biçimde ve çetrefilli yollardan, görünüşte tamamen ilgisiz, garip ve korkutucu olan sanrılar yoluyla ifade edilebilir.

Anne ile çocuk arasındaki bilinçsiz, göz ve ten temasından yoksun bir ilişkide gizlenen trajedi, yineleme zorlantısının yıkıcı gücüne tanık olduğumuz, onun eski dramı hep yeniden canlandırmak yoluyla ilettiği suskun ve bilinçsiz mesajını algıladığımız zaman bütün dehşeti ile karşımıza çıkar.

Sapık bir eğilimin rahatsızlığını çeken 32 yaşındaki Michael içinde annesinin kendisini reddetmesi ile ilgili olan, bilincine varmadığı bir anı taşıyor ve nedenini bilmeksizin sürekli olarak başkaları tarafından reddedileceğinden endişe ediyordu. Gerek çevresinde gerekse üyesi olduğu toplumda ayıp sayılan ve aşağılanan davranışlarda bulunuyor ve daha sonra da cezalandırılacağından korkuyordu... Eğer içinde yaşadığı toplum ani bir değişim geçirerek onun sapıklığını meşru sayıp hoş karşılasaydı (toplumun bazı kesimlerinde bazen böyle değişimler olmaktadır), Michael belki kendisini zorlayan dürtülerde değişiklik yapar fakat yine de dürtülerinden bağımsızlık kazanmış olmazdı. Çünkü onun provokasyonları ile elde etmek istediği aslında şu ya da bu fetiş için bir hoşgörü ortamı oluşturmak değildi, insanların yaptıkları karşısında irkilen, dehşete düşen gözlerini görmek istiyordu... Michael bu gözleri terapistinde bile gördü. Michael bu adamı amacına ulaşmak için, onun irkilmesini, afallamasını, kendisini itici bulmasını sağlamak için bütün imkânlarını kullanarak kışkırtmak

zorunda kaldı. Çünkü daha yaşamın eşiğindeyken başına gelenleri ona sözlerle anlatacak bir durumda değildi, bulunduğu ruhsal durumda bunu yapmasına imkân yoktu.

Fakat çocukluk duygularının bloke edilmiş olarak kaldığı, sebep/sonuç ilişkilerini kavrayamadığı bu süre içinde kışkırtmalar yoluyla vermeye çalıştığı mesajların ona hiçbir yararı olmadı. Ancak daha sonra, bilinç dışındaki yok saydığı duygularını yaşaması ve trajik anılarının yüzeye çıkması ile birlikte davranışlarında da bir değişme oldu: Michael'in gözü dönmüş bir hâlde ulu orta yaptığı uygunsuz hareketler, kendine yönelttiği yıkıcı eylemler gide-rek ortadan kayboldu ve hasta gerçek, derin, ve her türlü acıya açık olduğu bir yas dönemine girdi... Çocukken alınan yara sonunda bilinçli olarak kavranabildikten sonra çarpık davranışlara artık ihtiyaç kalmamıştı... Bu örnek daha küçük yaştan itibaren *duygulanmamak için terbiye edilen* bir hastaya içgüdü çatışmalarını açıklamaya çalışmamızın ne kadar yararsız olduğunu gösteriyor. İçgüdülerin uyandırdığı istekler ve içgüdülerin birbiriyle çatışması duygular olmadan nasıl yaşanabilir? Öfke, terk edilmişlik, kıskançlık, çaresizlik, yalnızlık, sevdalanma duyguları olmadığı zaman bunların bir anlamı kalır mı?

Son on yılda birçok okuyucum bana gönderdikleri mektuplarda genç yaşlarda yetişkin erkekler tarafından cinsel bakımdan açıkça kötüye kullanılmış, baştan çıkarılmış ya da duygusal yönden istismar edilmiş olduklarını, fakat bunu o sırada anlayamadıklarını yazdılar... Bilinç dışına itilen çocukluk anıları bu durumu kavramalarına engel olmuş. Ancak "Bunu fark etmeyeceksin"i okuduktan sonra ("Du solist nicht merken"; A. Miller'in bir eseri) kararsızlığa düşmüşler ve içlerinde "kuşkular" uyanmış... Bu insanlar kendilerini kötüye kullananların davranışını ve karakterini sorgulama cesaretini yaşamlarında ilk kez göstermişlerdi. Aldatıldıkları, sevgiye ve ilgiye duydukları özlemin istismar edildiği daha önce hiç akıllarına gelmemişti; çünkü kendilerine yapılan

haksızlığı hissedemiyorlardı. Böyle duyguları hissetmek onlara çocukken unutturulmuş, bunları hissetmemeleri öğretilmişti. Onlar için açık olan tek yol kendilerini kandıranları, yakın arkadaşı, kurtarıcıyı, öğretmeni, ustayı yüceltmek ve cinsel davranışın belli bir türüne ya da bir uyuşturucuya veya bunların ikisine de bağımlı olmaktı... Cinsel ya da cinsel olmayan belli bir bağımlılık türünün toplumda hoş görülmesi için verilen kavga da insanların kendi öyküleriyle yüzleşmekten kaçmak için başvurduğu bu yollardan biridir.

Pek çok insanın korunmaya, bakılmaya, yakınlık görmeye duydukları ihtiyaçlar, sevgiye duydukları özlemler daha erken yaşlarda cinselliğe bürünmektedir. Bu kimseler, öykülerine eğilme gereği duymadan, çeşitli cinsel saplantılara kapılmış olarak yaşayıp giderler. Gruplara katılır, saplantılarını onaylayan kuramlara bağlanır ve başkaları ile bilimsel temellere dayanan belli gerçekleri paylaştıklarına inanırlar. Yaptıkları aslında, ayırımına varmadan, bilinç dışına itilmiş öykülerine bir çerçeve oluşturmaya çalışmaktan ibarettir. Böyle yaptıkları sürece, herhangi bir vicdan azabı duymadan, kendilerine bir zamanlar verilen zararları başkalarına da vermeye devam ederler.

Gelecekte bu insanların, bunların kurbanlarının ve bunlara uygulanacak terapilerin belli ideolojilerin tehdidi altında olacağını düşünüyorum. Böyle rahatsızlıklara ideolojiler içinde gerekçe aramak yerine, kişileri öykülerini keşfedip sindirmelerinin mümkün olduğu ve gerek kendileri gerekse başkaları için zararlı olan saplantılarından bu şekilde kurtulabilecekleri konusunda bilgilendirmek daha doğru olurdu. İdeolojilerle savunulan bütün o *sözde-içgüdüsel* devinimlerin hastalar *kendi* duygularını yaşamaya ve gerçek *doğal içgüdülerini* keşfetmeye başladıktan sonra nasıl çıktığını görmek çok etkileyici ve anlamlıdır.

"Stern" dergisinin 8.6.1978 tarihli sayısında yayınlanan Hamburg'un St. Pauli bölgesindeki genelevlerle ilgili haberde şu

cümlelere rastladım: "Burada son derece baştan çıkarıcı ve acayip olan bir erkek düşünüyü yaşayabilirsin; kadınlar tarafından bir bebek gibi sevilip şımartılacağını fakat buna rağmen onlara bir "paşa" gibi hükmedebileceğini sanabilirsin..." Bu erkek düşü hiç bir şekilde acayip olmamasının yanı sıra üstelik de *bebeğin en gerçek, en meşru* bir ihtiyacından kaynaklanır. Eğer bebeklerin çoğu, daha erken yaşlardan başlayarak annenin ihtiyaçlarına eğilmek zorunda olmadan, annelerine bir paşa gibi hükmedebilme ve onlar tarafından şımartılma şansına sahip olsaydı, dünyamız kesinlikle daha farklı olabilirdi.

Haberin yazarı bu evlerin sürekli müşterilerine onlara en fazla haz veren şeylerin ne olduğunu sormuş ve aldığı yanıtları şu sözcüklerle özetlemiş: "*Kızları istedikleri gibi kullanabilmeleri, kızların kendilerini tümüyle teslim etmeleri*: eş ve sevgililerine sürekli aşk yeminleri etmek zorunda kalırken bu kızlarda buna gerek olmaması. İstekler doyurulup dindikten sonra geride *yükümlülükler, ruhsal dramlar, vicdan sızıları kalmaması*: Parayı ödersin, işin biter ve tamamen özgür olursun. Hatta (ve özellikle) bu tür bir birleşme için bu evlere gitmenin erkek için *alçaltıcı* olan yanının erkeğin *daha fazla uyarılmasına* yol açması: Ancak müşteriler bundan söz etmekten kaçınmaktadırlar." (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.)

Genelevde yaşanan alçalma, kendini aşağılama ve kendine yabancılaşma, bilinç dışındaki (çocuklukta yaşanan) birincil sityasyonda iççrilen aşağılamayı çağırılmakta ve o zamanın trajik haz sağlama koşullarını -yineleme zorlantısı içinde aynen- oluşturmaktadır... Yineleme zorlantısı bu açıdan bir fırsat niteliğindedir. Üzerinde durulur ve bilinç dışını deşen bir terapi sonucunda ne gibi ihtiyaçları eyleme çağırdığı saptanırsa, çözülebilir. Önemsenmediğı ve çağrılarına kulak verilmediğı zaman da bir ömür boyunca, hedefi anlaşılamadan, şekilden şekle girerek devam edebilir.

Bilinçli olmayan birolguyu onu "şu" ya da "bu" olarak ilan etmek veya yasaklamak yoluyla ortadan kaldırmak olası değildir. Yapılacak olan bu belli olguyu bulunduğu yerde görüp tanıyabilmek, bilinçli olarak yaşayabilmek ve böylece kontrol altına almak için gerekli olan duyarlılığı kazanmaktır. Bir anne, örneğin sadece kendi güvensizliğini örtmek amacıyla söylediği alaycı bir sözle çocuğunu utandırdığını hissetmediği sürece çocuğuna saygı duyamaz. Fakat anne çocuğunun kendisiyle birlikteyken kendini küçük düşürülmüş, aşağılanmış ve değersiz hissettiğini -böyle duyguları hiç bilinçli olarak yaşayamayan ve hep alaylarla örten, dolayısıyla bilmeyen biri olması hâlinde- hiçbir zaman hissedemez.

Buna benzer bir durumu çoğu psikiyatristlerde, klinik psikologlarda ve terapistlerde de görüyoruz. İşe yaramaz, pis, kötü, bencil, yozlaşmış gibi sözcükler kullanmamakla birlikte, kendi aralarında "narsistik" "teşhirci" "yıkıcı" "regresif" veya "sınırdan olan" hastalardan söz ederken bu ifadelerle aşağılayıcı anlamlar kattıklarını fark etmiyorlar. Kullandıkları soyut ifadelerde, *her şeyi objektif bir hâle getirmek isteyen tavırlarında*, hatta kuramlar oluşturmalarında ve teşhisler koymaya fevkalâde düşkün oluşlarında annelerin aşağılayıcı bakışları ile ortak yanlar bulunabilir. Bu eğilimleri içlerinde gizlenen üç yaşındaki uyum sağlamış çocuklardan kaynaklanabilir. Bir terapistin hastasının aşağılayıcı tavrı karşısında kendi üstünlüğünü kuramlardan yardım umarak korumaya kalkışması çok ender rastladığımız bir durum değildir. Ancak terapist kuramları kendine siper ettiği zaman hastasının gerçek benliği ona hiçbir zaman kendisini göstermeyecektir. Bir zamanlar annenin dehşet içindeki gözlerinden nasıl gizlenmişse terapistten de öyle gizlenecektir... Fakat kazandığımız duyarlılık sayesinde hastanın bize yönelttiği her *türlü* aşağılamanın ardındaki "aşağılanmış çocuğun öyküsünün devamını" algılayabilirsek, saldırının aslında bize yönelmediğini hissetmemiz kolaylaşır ve içimizde kuralların arkasına sığınmamıza gerek kalmaz. Kuramları bilmemiz

kesinlikle gereklidir, ancak *doğru* olan bir kuramın terapisti korumak gibi bir işlevi yoktur. Kuramlar katı, denetlemeyi seven bir ana/babanın onların yerine geçecek olan ardılları değildir...

Somut "kötülüğe" örnek olarak Hermann Hesse'nin çocukluk dünyasındaki "bozulmuşluk" kavramı

Bir insanın çocukluğunda uğradığı özellikle içgüdüsel kösnül isteklerine ve yaşam sevincine yöneltilmiş olan aşağılama ile nasıl başa çıktığını ayrıntılı betimleyici örnekler vermeden anlatmak oldukça zordur. Gerçi bunu çeşitli kuramsal modellerin yardımı ile "şiddetli heyecanlara karşı savunma" olarak da ortaya koymak mümkündür. Fakat böyle yapınca okurun olayda içerilen drama empatiyle yaklaşmasını sağlayan duygusal atmosferi yansıtamayız. Olayları tümüyle kuramsal olarak ortaya koyduğumuz zaman kendimizi duygusal olarak olayın dışında tutarız ve bundan sonra insanlar üzerine fikirler yürütebilir, insanları sıralar, belli adlar altında gruplara ayırır, tasnif eder ve onlar hakkında -bu kişilerin anlayamayacağı bir meslek dili ile- tartışabiliriz. Ben böyle bir meslek diline karşı çıktığım için örneklere başvurmayı yeğliyorum.

Çünkü bir insanın çocukluğunda karşılaştığı somut kötülükleri "salt kötülük" olarak algılayışı ancak yaşamı somut olarak ele aldığımız zaman gösterilebiliyor. Çocuğun ana/babanın onu belli şeylere zorlayan baskılarının içyüzünü ne kadar az anlayabildiği ve bu "körlüğün" -bazen içindeki köreltici hapishaneden kaçmaya kalkışsa da- terapi görmediği zaman ömür boyu sürdüğü ancak bireysel yaşam öykülerinde hissedilebiliyor.

Bu karmaşık olguyu Hermann Hesse örneğinde açıklamaya karar verdim. Bunun yararı öykünün geniş bir kesim tarafından bilinmesi ve ayrıca onu yaşayan kişi (Hesse) tarafından anlatılmış olmasıdır.

Hesse "Demian" adlı eserinin başında içinde bir çocuğun be-yaz yalanlarına bile yer olmayan, hiçbir aile üyesinin bunlara kul-lak vermediği bir ana/baba evinin erdemliliğini ve iyiliğini anlatır. (Romandan Hesse'nin kendi ana/baba evini tanımladığı kolayca anlaşılır; ayrıca yazar da bunu dolaylı olarak doğrular.) Böylece çocuk yalanları ile yapayalnız kalır ve kimse onu azarlamadığı, herkes (yaptığı korkunç kabahati bilmedikleri için) ona iyi dav-randığı hâlde kendini bozulmuş, çürümüş, kötü ve ailesi tarafın-dan dışlanmış olarak hisseder.

Bu sitüasyon mutlaka pek çoğumuza tanıdık gelecektir. Ana/baba evini çok namuslu, çok erdemli olarak tanımlamak da bize yabancı değildir ve hem çocuğun görüş açısını hem de yakı-n-dan bildiğimiz bir terbiye tarzında gizlenen acımasızlığı yansıtır.

"Hemen hemen bütün ana/babalar gibi," diye yazar, Hesse Demian'da, "benimkiler de hiç sözü edilmeyen o içimizde uya-nan yaşam dürtülerine yardımcı olmazlardı. *Bitip tükenmeyen bir özenle* yardımcı oldukları, sadece benim *gerçek olanı inkâr etmek* için ve giderek *hayallerin ve yalanların* bir ürünü olarak görmeye başladığım bir çocuk dünyasında yaşamayı sürdürmek için yaptı-ğım umutsuz girişimlerdi. Ana/baba bu konuda bir şey yapabil-ir mi, yapamaz mı bilemiyorum ve kendi ana/babama da sitem et-mek istemiyorum. Kendimle ilgili sorunların üstesinden gelmem ve yolumu bulmam benim işimdi ve ben bu işi iyi bir terbiye alan-ların çoğu gibi pek beceremedim." (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.)

Çocuk annesini ve babasını kösnül içgüdüsel isteklerden tümüyle bağımsız kişiler olarak görür, çünkü ana/babanın cinsel faaliyetle-rini gizlemek için yararlanabilecekleri araçları ve imkânları vardır. Çocuk ise bu bakımdan her an başkalarının kontrolüne açıktır.*

* Hesse "Kinderseele/Çocuk Ruhu" adlı öyküsünde şunları söylüyor: "Ye-tişkinlerin öyle bir hâli vardı ki, sanki dünyada her şey güllük gülistanlık-tı ve kendileri de yarı-tanrı olan varlıklardı, fakat biz erkek çocukları her taraflarından pislikler akan rezil yaratıklardık... Birkaç gün, bazen birkaç

Demian'ın ilk bölümünden yansıyan duygular bana insanın kendini kolaylıkla kahramanın yerine koyarak paylaşabileceği türden görünüyor ve bunlar farklı ortamlarda büyüyen kişiler tarafından da empati ile algılanabilir. Fakat sonraki bölümleri anlamakta zorlanmamın nedeni Hesse'nin bana tuhaf gelen, kendine özgü değerlemeleridir. Bunları büyük olasılıkla misyoner olan ana/babasından ve büyük ana/babasından duyup benimsemişti. Yazdığı öykülerin birçoğunda bu bilincinde olmadığı, tuhaf değerlemeleri sezinlemekle birlikte, Demian'da bunları daha kolay saptayabiliyoruz.

Bu öyküde Sinclair (öykünün kahramanı) büyük bir acımasızlıkla karşı karşıya geldiği sarsıcı bir tecrübe geçirdiği hâlde (kendisinden daha büyük bir çocuğun ona şantaj yapması) bu olay onda hiçbir etki bırakmamakta ve akıllanmasını, dünyayı daha iyi anlamasını sağlayan bir anahtar olarak değerlendirilmemektedir. Böyle bir olaya karşın Hesse, misyonerlerin kullandığı dili benimseyerek, kötülüğü "bozulmuşluk" olarak tanımlamaktadır.* Buna göre nefret ve zulüm onun için kötülüğü ifade etmemekte ve onun için kötülüğü ifade eden "bozulmuşluk" da örneğin insanların meyhanelere gidip içki içme gibi aslında önemsiz olan davranışlarında ortaya çıkmaktadır.

Hesse kötülüğü "bozulmuşluk" olarak kabul ettiği bu kendine özgü düşüncesini çocukluğunda ana/babasının evinde edinmişti. Bu nedenle öyküde "tanrısal olanla şeytani olanı bir araya getirecek" olan Tanrı Abraxa'nın ortaya çıkışından sonra gelişen olaylar yadırganmakta ve bizi artık etkilememektedir: Burada kötülük

saat geçmiyordu ki, yine berbat keyif bozucu utanç verici bir şey oluyordu, olmaması gereken bir şey. O en azimli ve en soylu kararlardan ve yeminlerden sonra insan kendini birdenbire içinden çıkılması olanaksız bir günah çukurunda, rezilliklerin ortasında, son derece sıradan bir günlük yaşamın bayağılığı içinde buluyordu. Bu neden böyleydi? Başkalarına da aynı şeyler oluyor muydu?"

* Bozulmuşluk: Almanca karşılığı: "das Verdorbene/ verdorben/ verderben."

iyilik ile sanki yapay bir yoldan birbirine ekleniyor gibidir. Bütün bunların insanda uyandırdığı etki bu "bozulmuşluk" olarak adlandırılan kötülüğün çocuk/Sinclair için tamamen yabancı ve tehdit edici ve her şeyden önce de tanımadığı bir şey olması, ancak "bozulmuşluk" kavramı korkular ve suçluluk duyguları ile yüklenmiş olduğu için, aynı zamanda da kurtulamadığı bir şey olmasıdır. Sinclair bu şeyi içinde "öldürmek" istemektedir:

"Yine en içten çabalarla darmadağın olmuş bir ömür parçasının harabelerinden kendime 'aydınlık bir dünya' yaratmaya çalıştım; yine tüm varlığımla tek bir şeyi, *içimdeki karanlığı ve kötülüğü yok edip, her şeyimle aydınlıklarda, diz çökerek tanrıların önünde olmayı arzuladım.*" (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.)

1977 yılında Zürcher Helmhaus'da düzenlenen Hesse Sergisinde küçük Hermann'ın yatağının başucunda asılı olan, dolayısıyla büyürken hep gözünün önünde bulunmuş olması gereken bir resmi görme imkânı buldum. Resmin sağ tarafında göğe (cenete) uzanan dikenlerle engellerle ve acılarla dolu bir yol, sol tarafında da nazlarla kösnül isteklerle dolu, dosdoğru cehenneme giden bir yol vardı. Bu "kötü" yolda meyhaneler önemli bir rol oynuyordu (Sanırım kadınlar bu tür korkutucu tasvirlerle kocalarını ve oğullarını meyhanelerden uzak tutmaya çalışıyorlardı.). Meyhaneler *Demian*'da da önemli bir rol oynamaktadır. Bu oldukça tuhaftır, çünkü genç Hesse'nin meyhanelerde içip sarhoş olmak gibi bir ihtiyacı bulunduğunu gösteren herhangi bir şey göremiyoruz; gördüğümüz ana/babasının son derece dar olan değerler sisteminin kıskacından kurtulmak istemesidir.

Başlangıçta her çocuk "kötülük" düşüncesini somut bir biçimde -ana/baba evindeki yasaklara tabulara ve korkulara göre- geliştirir. Bu düşünceden kurtulup, içindeki "kendi kötülüğünü" keşfedinceye ve bunu, içgüdülerinden kaynaklandığını anlayarak, örneğin "bozulmuşluk" ve fenalık" olarak değil de, küçükken aldığı ve bilincinden ittiği yaralara karşı gösterdiği latent/gizli bir

tepki olarak yaşayınca kadar uzun bir yol kat etmek zorundadır. Çocuk yetişkinlikte tepkilerinin nedenlerini keşfedip bu gizlilikten kurtulmak imkânına sahiptir. Ayrıca bu gizlediklerinin güdümüyle başkalarına karşı bilmeden işlediği suçlar için onlardan özür dilemek imkânına da sahiptir... Aslında bu özrü yalnız başkalarına değil, her şeyden önce kendine borçludur: Çünkü insan çocukluğundan beri onu acılar ve kuşkuyla ezen, bilincinde olmadığı suçluluk duygularını ancak başka yeni suçlar yüklenmediği zaman çözebilmektedir.

Ana/baba sevgisini kaybetme korkusunun Hesse'nin gerçek benliğini arama çabalarını ne kadar fazla tehdit ettiği *Demian*'daki şu paragrafta açıkça görülür: "Nerede alışkanlıktan dolayı değil de içimizden geldiği için sevgi ve saygı duyup, kendi rızamızla çömezliği ve dostluğu kabullenerek yüreğimizi sunmuşsak, orada birden çok acı ve korkunç bir duyguyla anlıyoruz ki, içimizden kapıldığımız akımlar bizi sevdiğimizden uzaklara sürüklemek istiyor. O zaman dostumuzu, öğretmenimizi reddeden her fikir *zehirli bir diken gibi* dönüp kalbimize çevriliyor, karşı koymak için kalkan yumruğumuz *kendi suratımızda* patlıyor. O zaman içinde gerçek bir ahlak anlayışı taşıdığını sanmış olan kişinin her yanından *utanç verici haykırışlar* yükseliyor ve gözlerinin önünde *iki kara damga gibi* "sadakatsiz", "nankör" sözcükleri beliriyor. Bundan *irkilen yürek korkular içinde çocukluk erdemlerinin sakin vadisine çekiliyor* ve bu ayrılığı da yaşamaya, bu bağı da ko-parmaya mecbur olduğuna inanamıyor."

Hesse "Kinderseele/Çocuk Ruhunda" da şöyle diyor: "Eğer ben bütün duyguları ve onların birbirleri ile kıyasıya giriştikleri ıstıraplı kavgayı bir *temel duyguya* indirgeyip ona tek bir ad verecek olsaydım, aklıma gelen tek sözcük "korku" olurdu. Evet, o çocukluk mutluluğunun yerle bir olduğu zamanlarda hissetmiş olduğum korku ve güvensizlikten başka bir şey değildi: *Ceza korkusu, kendi vicdanının sesinin korkusu, ruhumdaki yasak olduklarını*

ve beni suçlara ittiklerini hissettiğim devinimlerin korkusu." (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.)

Hesse "Kinderseele"de büyük bir incelik ve anlayışla çok sevdiği babasının odasından -babasına ait bir şeyleri kendi yakınında tutabilmek ihtiyacıyla- birkaç kuru incir aşırın on bir yaşında bir erkek çocuğunun duygularını anlatıyor. Suçluluk duyguları, korku ve umutsuzluk çocuğa içinde bulunduğu yalnızlıkta büyük acılar vermektedir ve "*kötü hareketi*" ortaya çıktıktan sonra da bu duyguların yerini utanç ve küçük düşme duyguları almaktadır... Buradaki betimlemelerinin gücü karşısında Hesse'nin çocukken yaşadığı bir olguyu anlattığını tahmin ediyoruz ve bu tahminimiz annesinin 11 Kasım 1889'da günlüğüne düştüğü notlarla kesinleşiyor: "*Hermann'ın incir hırsızlığı ortaya çıkarıldı.*" (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.)

Annesinin günlüğündeki notlardan ve anne ile babanın ailenin birçok üyesi ile yapmış oldukları 1966 yılından beri halka açılan kapsamlı mektup yazışmalarından Hesse'nin bir erkek çocuğu olarak geçirdiği çileli yılları izleyebiliyoruz. Birçok benzerleri gibi Hesse de ana/babası için *iç zenginliklerine rağmen değil, özellikle bunlardan dolayı* katlanılması güç olan bir çocuktur. Bir çocukta var olan (duyguların yoğunluğu, yaşantı derinliği, merak, zekâ, uyanıklık ve doğal olarak bütün bunlardan ortaya çıkan eleştirel yaklaşım gibi) yeteneklerin ana/babayı kurallara ve geleneklere sığınarak karşı koymaya çalıştıkları çatışmalarla yüze getirmesine oldukça sık rastlıyoruz... Bu durumda kurallar çocuğun gelişiminin yara alması pahasına sürdürülmek zorundadır. Böyle olunca da çocuğundan gurur duyan hatta ona hayran olan ana/babaların bile -kendi yoksunluklarından kaynaklanan bir zorlama ile- çocukta en gerçek ve bu nedenle de en *iyi olanı* bastırmaları, bazen de yok etmeleri gibi, görünüşte son derece aykırı olan bir durum ortaya çıkmaktadır. Hermann Hesse'nin annesinin

aşağıdaki iki ifadesi bu "yok etme" faaliyetinin sözde sevgi dolu kaygılarla nasıl birleştirilebileceğini gösterir:

1. (1881): "Hermann çocuk yuvasına gidiyor. Ateşli yaradılışı bize büyük sıkıntılar veriyor." (1966, Sayfa 10). Çocuk üç yaşındadır.
2. (1884): "Terbiye etmekte çok zorlandığımız ve bizi çok üzen Hermann'ı neyse ki bir süredir oldukça düzeldi. 21 Ocak'tan 5 Haziran'a kadar erkek çocuklar yurdunda kaldı, sadece Pazar günlerini bizimle birlikte geçirdi. Orada uslu durmuş; fakat eve solgun, zayıflamış ve *oldukça da ezik bir hâlde döndü. Şimdi çok daha kolay idare ediliyor.*" (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.) (1966, Sayfa 13/14). Çocuk şimdi yedi yaşındadır.

Babası Johannes Hesse daha önceki bir tarihte (14 Kasım 1883) şunları yazıyor: "Çocuk yurdunda bir erdemlilik örneği olan Hermann'dan *artık eser kalmadı. Etrafa küçük düşeceğimizi bildiğim hâlde onu bir ıslahhaneye veya başka bir ailenin yanına vermeyi ciddi olarak düşünüyorum.* Biz onun için fazla asabi, fazla zayıfız; evimizin düzeni de yeterince disiplinli ve kurallı değil. Bakıyorum ki her şeye yeteneği var. Ayı ve bulutları izliyor, armonikasında doğaçlamalarla melodiler yaratıyor, kurşun kalem ve mürekkeple son derece güzel resimler çiziyor, canı isterse adamakıllı şarkı söylüyor ve küçük şiirler uydurmaktan da geri kalmıyor." (Vurgulamalar A. Miller'e aittir.) (Bakınız: Hermann Hesse, *Çocukluğu ve Gençliği*, 1966, Sayfa 13).

Hesse ana/babasının ve çocukluğunun *Hermann Lauscher'de* karşımıza çıkan ileri derecede yüceltilmiş tablosunu çizmekle bir zamanların özgün, isyankâr, zor ve âdeta "ana/babasına batan" çocuğu olmaktan vazgeçmişti.* Varlığının bu önemli parçasına

* "Çocukluk şimdi hâlâ yüreğimde kıpırdansa da bu artık benim için altın bir çerçeve içindeki daha çok güir kestane ve gürgen ağaçlarının, anlatılmaz

kendi içinde bir vatan bulamamış ve onu kendinden uzaklaştırmak zorunda kalmıştı. Böylece en büyük özlemi -kendi gerçek benliğine kavuşmak için duyduğu arzu da gerçekleşememiş oluyordu.

Hermann Hesse'nin gerek cesaret ve yetenek gerekse yaşantılarındaki derinlik açısından hiçbir yetersizliğinin bulunmadığı eserlerinden, bazı mektuplarından ve özellikle de daha on beş yaşındayken Stetten'den gönderdiği mektuptan açıkça anlaşılıyor. Ancak babasının bu mektubuna verdiği yanıt (bakınız: 1966), annesinin günlüklerine düştüğü notlar ve yukarıda ele alınan *Demian* ve *Kinderseele*'den parçalar bilinç dışına ittiği çocukluk yazgısının onun için ne kadar ağır bir yük oluşturduğunu ortaya koymaktadır.

Hesse okurlarında olağanüstü yankılar uyandırmasına, başarılarına ve Nobel Ödülünü almasına karşın, olgun yaşa geldiği zaman gerçek benliğinden ayrı olmanın trajik olgusunun, tıbbi adıyla "bunalımın" acıları içindeydi.

Yaşamın ilk yıllarında annenin toplum ile çocuk arasında aracı olma işlevi

Bir insana sapıklığının başka bir toplumda sorun olmayacağını, çünkü içinde yaşadığımız toplumun hasta olduğunu, kişileri kısıtladığını ve onları belli davranışlara zorladığını söylediğimiz zaman, bu sözlerimiz ona fazla bir yarar sağlamayacaktır. Bu insan, tarihe geçebilecek eşsiz bir varlık olması hâlinde bile kendini ihmale uğramış, yanlış anlaşılmış hissedecek ve gerçek trajedisi

güzellikte bir öğle üstü güneş ışığının ve arkada görkemli dağların belirginleştiği koyu tonlara bürünmüş bir resim gibidir. Yaşamımda bana bağışlanmış olan bütün o kısa dünyayı unuttuğum huzur saatlerini, muhteşem dağ yamaçlarındaki yürüyüşlerimi, ummadığım küçük bir mutluluğun ya da kösnül isteklerden arınmış bir sevginin beni büyülediği, dünü ve yarını unutturduğu anlarımı yaşamımın bu yeşil tablosu ile kıyaslamaktan öte nasıl tanımlayabilirim ki." (Bütün Eserleri I, 1970, Sayfa 218).

bizim bu "yorumumuzla" küçümsenmiş olacaktır. Çünkü bir sapıklığı olan bu insanda anlamamız gereken, onun yineleme zorlantısında kendini dışa vuran kişisel öyküsüdür... Bu öykünün belirlenmesinde kuşkusuz toplumsal baskıların da önemli bir payı olmuştur. Ancak bu toplumsal öğeler kişinin ruhunda soyut bilgiler olarak yer almazlar; yaşamın ilk yıllarında çocuğun ana/babası ile ilgili güçlü duygusal yaşantıları aracılığı ile çocuğun "ruhuna işleyerek" etkin olurlar. Dolayısıyla bunları açıklamalarla çözüp ortadan kaldıramayız; ortadan kaldırılmaları yine yaşantılar yoluyla ve yetişkinin kişiyi düzeltmeyi amaçlayan yaşantılar ile de değil, ancak çocuğun erken yaşlarda duyduğu, sevdiği "ana/baba tarafından aşağılanma" korkusuna ve bunu izleyen kırgınlığına, yasına ilişkin yaşantılarla sağlanabilir. Sözlerden başka bir şey içermeyen girişimler -çok isabetli yorumlar olmaları hâlinde bile- bilişsel düzeydeki spekülasyonlarla bedende saklı bilgiler arasındaki ayrılığı ortadan kaldırmaz ve belki daha da derinleştirirler. Bunun için örneğin bir uyuşturucu bağımlısını bağımlılığının hasta topluma gösterdiği bir tepki olduğunu ona söyleyerek bağımlılığından kurtarmak pek mümkün değildir. Bağımlı kişi bu tür açıklamaları seve seve kabullenir ve bunlara inanmak ister, çünkü bunlara inandığı zaman gerçeğe ve onun vereceği acılarla yüz yüze gelmesine gerek kalmayacaktır... Fakat gerçeği ve olayların içyüzünü bildiğimiz zaman hasta olmayız; kızar, küser, çaresizlikler içinde kıvrılır, yas tutar ve bu duyguları özgürce yaşayabildiğimiz için de onları yapımızda sindirip kabulleniriz. Bizi hasta eden bilincine varmadığımız, varlığından ve kaynağından haberdar olmadığımız olgular ve olaylardır: Toplumun ana/babalarımızın gözleri, bu gözlerdeki bakışları aracılığıyla içimize işleyen, daha sonra okumayla, eğitimle üzerimizden atamadığımız zorlamalarıdır; ana/babalarımızın etkisi altında oldukları ve bize yaptıkları kötü muamelelerde dışa vurdukları zorlantıları ve sapıklıkları ile ilgili bilinç dışı anılarımızdır... Bunu başka türlü

ifade edelim: Terapi için başvuran kişilerin çoğu, gayet zeki insanlardır ve gazetelerde kitaplarda silahlanma yarışı, gezegenimizin sömürülüşü, diplomasinin ikiyüzlülüğü ve yalancılığı, gücü elinde tutanların manipülasyonu ve küstahlığı, zayıfların mecburi uyumu, kişinin tek başına birey olarak çaresizliği ile ilgili konuları okur, bütün bunlarda içerilen anlamsızlığı ve çelişkileri görür ve düşünceler üretirler. Fakat göremedikleri -çünkü ilk yaşlarda bunları görebilmeleri olanaksızdır- ana/babalarının kendileri daha çok küçükken sergilediği anlamsız, ters, çelişkili davranışlardır. Çocuk o yaşlarda acısını ve öfkesini bastırarak yok saymak zorunda olduğu için ana/babanın bu tür davranışları hatırlanmaz... Fakat bilinç dışına itilen duygular yüzeye çıkabildiği ve duygularla geçmişteki olgu ve olaylar arasında ilişkiler kurulabildiği anda bir dönüm noktasına gelinir: Bir zamanların etkileşimleri ve ana/babanın bunlarla dışa vurdukları zorlamalar giderek daha açık bir şekilde ortaya çıkar.

Kişinin -özgürlükleri çiğnenerek- uyuma zorlanması bürolarda, fabrikalarda, siyasi partiler içinde başlamaz; bu daha yaşamın ilk haftalarında başlayan bir süreçtir. Zorlayıcı baskılar daha sonra bilinç dışına itilir ve burada -ruhsal yapımız gereği- yaşam boyunca hiçbir sorgulamanın ve tartışmanın ulaşamayacağı biçimde sabit ve değişmez olarak saklı kalır... Kişi artık bağımlı, uyum göstermeye hazır bir insan olur ve başta ana/babaya gösterilen uyum ve bağımlılık, sonraları başka kişilere ve durumlara da aktarılır. Öyle ki objeler değişebilmekle birlikte davranışın özünde bir değişme olmaz.

Dolayısıyla örneğin kişinin kendini siyasi bir amaca adanması içindeki kötüye kullanılmış, istemediği şeylere zorlanmış, kısıtlanmış ve koşullandırılmış çocuğun bilinç dışı öfkesiyle beslenebilir ve bu öfkenin bir kısmı, siyasi muhaliflerle yapılan mücadelede -öfkeye neden olan somut kişiyi yüceltmekten vazgeçmek zorunda

kalınmadan- boşaltılabilir. Eski bağımlılıklar da yeni ortamdaki liderlere ve gruplara kaydırılabilir.

Fakat kişi yanılısamalarından sıyrılarak bunu izleyen yas evresini yaşayabilirse, bu genelde onun siyasi ve sosyal etkinliklerinin azalmasına yol açmaz; sadece davranışlarının yineleme zorlantısından bağımsız hâle gelmesini, yani kişinin bundan sonra net amaca yönelik bilinçli ve kendine zarar vermeden davranmasını sağlar.

İnsanı geçmişin gerçeği ile yüz yüze gelmemek için hep yeni yanılısamalar ve yeni inkâr süreçleri yaratmaya iten içsel zorunluluk -gerçek artık bir kez yaşandıktan sonra- ortadan kalkar. O zaman bu insan yaşamı boyunca artık başına gelmesi mümkün olmayan -çünkü savunmasız olduğu çocukluk yıllarında *zaten başından geçmiş olan*- bazı şeylerden korktuğunu ve kendisini yıllarca boşu boşuna bunlara karşı savunmuş olduğunu anlar.

Gerçi hastanın katı "vicdanı" terapistin veya terapi grubunun daha hoşgörülü olan vicdanı ile "ikame" edilebildiği zaman da geçici bir iyileşme şeklinde olan bir terapik etki elde edilebilir... Fakat terapinin hedefi, hastanın yazgısında bazı düzeltmeler yapmak değildir; onun bu yazgı ile yüz yüze gelmesine ve bunun yasını yaşayabilmesine imkân hazırlamaktır. Hasta ana/babasının bilincine varmadığı yönlendirmelerini ve aşağılamalarını bilinçli olarak yaşayarak bunun etkisinden kurtulabilmek için, erken yaşta bastırdığı duygularına kendi içinde yeniden kavuşmalıdır... Hasta terapistin ya da terapi grubunun hoşgörüsüyle yetindiği sürece, ana/babanın bakışları -gerçekte böyle olmadığını bilmesine ve onların etkisinden kurtulmak istemesine rağmen- içinde öylece aşağılayarak onu izlemeye devam eder. Çünkü bu bakışlar bilinç dışında gizlenmekle birlikte bedeninin hücrelerine de kodlanmıştır; hastanın başkalarına ve kendine yönelen bütün ilişkilerinde ortaya çıkarak ona işkenceler yaşatır, fakat her türlü değişime kapalı ve ulaşılmaz olarak kalırlar... Bilincin ötesinde zaman boyutu yoktur, bu âlemde her şey zamansız, olduğu gibi

ve değişmez olarak sürüp gider, bilinçlenme değişime götüren yönde atılan ilk adımdır.

Aşağılayanın yalnızlığı

Hastanın dışa vurduğu aşağılama, geçmişte birçok kişiye karşı ve çeşitli şekillerde ifade edilmiş olabilir; ancak bütün bu aşağılayıcı davranışlarının ortak işlevi, onun istemediği duygularına karşı bir savunma oluşturmalarıdır. Kişi istenmeyen duygularını, bu arada çocukken sevgisinin karşılıksız kalması karşısında hissettiği çaresizliği ve utancı, özellikle de ana/babanın verici ve kullanılabilir olmamasına duyduğu öfkeyi yaşayabildikten sonra, bu işlev ortadan kalkar... İnsan başkalarını aşağıladığı ve performans gereğinden fazla önem verdiği sürece ("o benim başardıklarımı asla başaramaz") bu performansı gösteremediği zamanlarda sevilmemiş olmanın yasını yaşamak zorunda değildir; dimdik ayakta tutabildiği "grandiöz/büyük" tavrı ile sığındığı "ben sevildim" yanılsamasının devamını garanti altına almıştır... Fakat bu yanılsamaya sarılıp geçmişin yasını yaşayamadığı sürece en derinlerinde yine aşağılanmış kişi olarak kalır. Çünkü kendisinde üstün iyi ve akıllı olmayan her şeyi aşağılamaya mecburdur. Böyle yapmakla da çocukluğunun yalnızlığı içinde kalmaya devam eder: Koşullara teslim olmayı, zayıf olmayı, güvensizliği, dolayısıyla kendi içindeki ve başkalarının içindeki çaresiz çocuğu aşağılar. Çaresiz, aciz, başkalarına teslim olmuş çocuğu aşağıladığı gibi, sorun çıkaran yola gelmeyen dik başlı zor çocuğu da aşağılar. Hans'ın gördüğü bir dizi rüya, bunu ilginç bir biçimde ortaya koymaktadır:

Kendisine büyük sıkıntılar veren zorlantılardan şikâyetçi olarak ikinci bir terapist başvuran 45 yaşındaki Hans düşlerinde kendini hep güzel manzarayı seyretmek için inşa edilmiş olan yüksek bir kulede görüyordu ve bu kule çok sevdiği bir kentin dışında bataklık bir arazinin ortasında yükseliyordu. Hans kuleden

kentin panoramasını kuş bakışı görmenin hazzını yaşıyor fakat aynı anda da kendini burada yapayalnız ve terk edilmiş hissediyordu. Kulede bir asansör vardı ve Hans sık sık giriş bileti ile ilgili zorluklarla karşılaşıyor veya kuleye giden yolda birçok engellerle boğuşmak zorunda kalıyordu... Gerçekte bu kentte böyle bir kule bulunmamaktadır, dolayısıyla bu "kule" imgesi tümüyle Hans'ın düşlerinde ortaya çıkan, ona tanıdık gelen bir semboldü. Bu düş sık sık yinelenmekteydi ve her zaman terk edilmişlik duyguları ile bir aradaydı... Terapinin bir aşamasında düşler değişmeye başlayarak oldukça farklı bir hâl aldı. Hans bir gece düşünde elinde bir giriş bileti olduğunu, fakat kulenin artık orada olmadığını, yıkılıp ortadan kaldırılmış olduğunu ve bundan böyle kenti yükseklerden seyredemeyeceğini gördü. Gerçi kuleyi yıkmışlardı fakat buna karşın bir köprü kurulmuştu ve köprü bataklıkla kenti birleştiriyordu. Hans yürüyerek köprüyü geçti ve kente girdi. Kentin "tümünü göremiyor" fakat bazı bölgelerini "yakından ve ayrıntılı olarak" görebiliyordu... Hans'ta asansör fobisi vardı ve bu durum onu biraz ferahlattı, çünkü düşlerinde asansörle kulenin tepesine çıktığı zaman korkular duymaktaydı. Hans bu düşünüyü "artık belki her şeyi yukarılardan bütünüyle görmek zorunda olmadığı, yukarılarda olması ve başkalarından daha akıllı olması gerekmediği" vs. şeklinde yorumladı; "görmek istediği yerlere şimdi yürüyerek gidebilecekti."

Hans bir süre sonra başka bir rüyada kendini yeniden asansörün içinde, bir teleferiğin koltuğuna oturmuş gibi oturarak ve hiçbir korku hissetmeden tepeye çıkarken görünce buna oldukça şaşırdı. Bu kez asansörle çıkmak ona eğlenceli gelmişti. Tepeye varıp asansörden çıkınca çok garip bir biçimde çevresinde rengârenk bir kalabalık gördü. Yüksek bir düzlükteydi, buradan aşağıdaki vadileri görebildiği gibi yukarıda bulunan bir kenti, kentin caddesinde kurulmuş olan pazar yerini, burada satılan rengârenk eşyaları, bir okul binasını, içinde bale yapan çocukları ve kendisinin de onlara

katılıp onlarla beraber bale yapmasına izin verildiğini (çocukken en büyük arzusu bale yapmaktı), birbiri ile konuşan bir grup insanı ve onlarla oturup konuşmalarına katıldığını gördü; bu topluluk ile rahatlıkla bütünleşebildiğini, bu insanlar tarafından olduğu gibi kabul edildiğini hissetti... Hans'ın bu düşü gerçek olaylardan çok, içindeki istekleri ifade etmekle birlikte onun gerçek ihtiyaçlarını da ortaya çıkarıyordu: Bunlar performansın ötesinde sevmeye ve sevilmeye duyduğu ihtiyaçlarıydı.

Hans bu düşten çok etkilendi, gördükleri onu mutlu etmişti ve bu duygularını şöyle dile getirdi:

"Daha önceki kule ve gördüğüm düşlerim benim başkalarından ne kadar soyutlanmış, ne kadar yalnız olduğumu gösteriyordu. Ben ailenin en büyük çocuğu olarak her zaman kardeşlerimden ilerideydim. Annem ve babam aydın kişiler değildi ve düşünce düzeyi açısından benden çok gerideydiler. Düşünce yaşamımda ve ruhsal dünyamda yapayalnızdım. Bir yandan beni nihayet ciddiye almaları için ne kadar bilgili olduğumu onlara göstermek istiyordum, fakat diğer yandan da bunu onlardan gizlemem gerektiğine inanıyordum. Çünkü annem ve babam şöyle diyeceklerdi: "Okumak senin aklını başından almış. Şimdi okudun diye kendini başkalarından daha mı üstün sanıyorsun? Eğer annen seni okutmak için o kadar fedakârlık etmeseydi, baban gece gündüz ağır bedensel işlerde çalışmasaydı hiçbir zaman okuyamazdın." Bütün bunlar bende suçluluk duyguları uyandırıyor ve ben farklı olduğumu, ilgilerimi, yeteneklerimi onlardan gizlemek istedim. Başkaları gibi olmak istedim. Fakat böyle yapınca kendime de ihanet etmiş oluyordum."

Ve bu durumda Hans kendine bir kule aramış, engellerle boğuşmuş (yoldaki engeller, giriş bileti, korkular), sonunda tepeye vardığı, yani daha üstün ve akıllı olduğu zaman da kendini yapayalnız hissetmişti... Ana/babanın çocuğuna muhalefet ederek onunla bir rekabet havası içine girmesi, diğer yandan da onu en

yüksek performansı göstermeye özendirip başarılarından gurur duyması sıkça rastlanan çelişkilerdendir... Hans böyle bir ortamda kulesini aramak ve engellerle boğuşmak zorunda kalmıştı. Fakat sonunda sürekli bir başarı baskısı ve stres altında olmaya isyan etmiş ve bundan sonra gördüğü ilk düşünde kule ortadan kaybolmuştu. Daha sonra da büyüklük tutkusunun sonucu olan "her şeyi yukarıdan görme" fantezisinden vazgeçmiş ve "sevdiği kentin" (öz benliğinin) içinde barındırdığı şeylere yaklaşma cesaretini kendinde bulmuştu.

Hans başkalarını aşağılarken, kendini onlardan soyutlamak zorunda kalmış olduğunu, fakat aynı zamanda kendi gerçek benliğinden, çaresiz ve güvensiz olan yanından da soyutlandığını ve koptuğunu ancak bu aşamada kavrayabilirdi.

Telafi edilemeyen kayıpların yasını yaşamaya başladıktan sonra aşağılamanın düzenli olarak ortadan kalktığını görürüz. Bu da sonuçta sadece geçmişin gerçeğini inkâr etmenin farklı bir yoludur: Çünkü insan anlaşılamamış olmanın kendi suçundan ötürü olduğunu düşününce daha az acı çeker ve yeterince çaba gösterirse hâlâ bir şeyler yapabileceğini umarak "anlaşma olasılığı" yanılmasını (eğer gerektiği gibi davranır ve kendimi iyi ifade edersem) canlı tutabilir.*

Fakat insan bu çabayı göstermekten vazgeçerse, bir anlaşma sağlamanın zaten mümkün olmadığını, çünkü ana/babasının kendi bilinç dışına itilmiş yazgısının onları çocuklarının ihtiyaçlarına "kör" ettiğini kavramak zorundadır... Bilinçli ana/babalar da çocuklarını her zaman anlayamazlar; ancak çocuklarının duygularını anlamasalar (anlayamasalar) da bu duygulara saygı gösterirler. Böyle bir saygı olunca, çocuğun acı veren gerçekten kaçmak

* *Bu duyguyu sarsıcı bir biçimde ortaya koyan eserler arasında örneğin van Gogh'un ve İsviçreli ressam Max Gubler'in bazı tablolarını sayabiliriz. Bu insanlar bütün imkânları ile annelerinin anlayışını kazanmaya çalışmışlardır.*

için aşağılamaya sığınmasına gerek kalmaz... Fakat ne yazık ki bu çoğu zaman yapılamamaktadır.

Nasyonalist akımlar, yabancı düşmanlığı, faşist akımlar temelde bu kaçışın ideolojik bir çerçeveye oturtulmasından başka bir şey değildir. Böyle ideolojiler uğradıkları aşağılamaların ezici bilinç dışı anılarından kaçan insanların programlı bir statüye yükseltilecek tehlikeli yıkıcı "insan aşağılamasına" sığınmasından ibarettir. Çocuğa erken yaşlarda gizlice uygulanan eziyetler şiddete başvuran gençlik çetelerinde açıkça ortaya çıkmakta, fakat bu şiddetten zarar görenlerin hatta toplumun önemli bir bölümü hâlâ bunun kökünün çocukluğa dayandığını inkâr etmektedir.

Aşağılamadan kurtulmak

İlk aşağılanmanın trajedisini kuşaktan kuşağa sürdürmenin yolları ideolojilere sığınma, cinsel sapıklıklar ve zorlantılı nevrozlar ile sınırlanmış değildir. Bunun başka birçok şekilde, son derece ince nüanslarla ve bazen de "kibarca" gerçekleştiğini izliyoruz... Benliği ana/baba tarafından reddedilen çocuk, uğradığı düş kırıklığını başlarda, kendini ana/baba tarafından hangi şekilde reddedilmiş hissetmişse, aynen o şekilde ve aynı nüanslarla ifade eder.

Aile ortamının kendine özgü ifade şekillerinden oluşan bu atmosferini farkında olmadan yansıtmanın pek çok değişik çehreleri vardır. Örneğin bazı kimseler seslerini hiç yükseltmeden, bir tek kırıcı söz sarf etmeden, hep iyi asil ruhlu ve sevecen oldukları etkisini yaparak karşılarındaki kişiye gülünç, akılsız ya da fazla gürültücü olduğunu, her durumda kendilerine kıyasla bayağı olduğunu hissettirirler. Böyle yaptıklarını bilmemektedirler, belki de karşılarındaki kişiye bu anlamda sinyaller göndermeyi hiç istememişlerdir. Fakat onlardan dışa vuran, çevrelerinde bulunanlar tarafından duyumsanan etki budur. Davranışları ana/babalarından yansımış olan, hiçbir zaman bilincine varmadıkları

atmosferi açığa çıkarmaktadır. Böyle davranmış olan ana/babanın çocukları "ayıplama, azarlama ve benzeri" ifadeleri formülleştirmekte zorluk çeker ve bunu ancak terapide öğrenirler.

Yine başka insana son derece yakın davranan ve belki de alçak gönüllülüğü fazlaca ileri götüren kimseler vardır ki, bütün bu alçak gönüllülüğe karşın, insan onlarla bir aradayken kendini bir "hiç" olarak hisseder. Çevrelerine yaydıkları etki sadece onların varlığının bir önem taşıdığı, sadece onların ağzından çıkanların anlamlı ve dinlenmeye değer gerçekler olabileceğidir. İnsan onları hayranlıkla şaşkınlık arasında bir duyguya kapılarak büyülenmişçesine izlemekten kendini alamaz ya da kendi zavallılığına hayıflanarak ezilmiş ve mutsuz bir hâlde onların yanından uzaklaşır; ancak onlar varken kimse ağzını açıp fikrini söyleyemez... Bu genelde "büyüklük tutkusu" içindeki kişilerin ana/baba ile rekabete girme şansı olmayan çocuklarının içinde bulunduğu durumdur. Bu çocuklar da ileride, büyük olasılıkla ana/babanın bu baskın tavrını farkında olmadan kendi çevrelerine yansıtacaklardır.

Çocukken zihinsel gelişimleri açısından ana/babadan ileri olan ve bu nedenle onların hayranlığını kazanan, fakat ana/baba kendi düzeylerine çıkamadığı için sorunları ile bir başına kalan kişilerin etkisi tamamen farklıdır. İnsan kendini böyle biri ile daha güçlü ve cesur hissetmekle birlikte bir şeylere zorlandığı izlenimini de edinir. Çünkü bu kişilerin karşısındaki insana aciz kaldığı her durumda kendini akıl ve mantıkla savunmayı empoze eden bir yanları vardır. Sonuçta insan onların hiç hâlden anlamadığını, başkalarının sorunlarını kavrayamadığını düşünür... Başkalarında uyandırdıkları bu duygu bir zamanlar ana/baba karşısında kendilerinde uyanmış olan aynı duygudur. Ana/baba karşısında hep güçlü olmak zorunda kalmışlardır, sıkıntılarının farkına varılmamıştır.

Yine benzer nedenlerden dolayı bazen öyle profesörlerle karşılaşırız ki, bunlar söylemek istediklerini pekâlâ açık seçik bir biçimde ifade etmek imkânına sahipken, böyle yapmayarak düşüncelerini

o kadar karmaşık ve dinleyene yabancı gelen bir dille anlatırlar ki, öğrenci söylediklerini ancak öfke ile çaresiz çabaların bir karışımı sonucunda aklında tutabilir, fakat içeriğinden hiçbir şey anlayamaz. Öğrenci böyle bir durumda büyük olasılıkla hocasının çocukken kendi ana/babası karşısında bastırmak zorunda kaldığı aynı duyguları yaşamaktadır... Eğer böyle bir profesörün öğrencileri de bir gün hoca olarak kürsüye çıkacak olurlarsa, onlar da bu işe yaramaz bilgiyi çok pahalı bir mal olarak (çünkü kendilerine oldukça pahalıya mal olmuştur) öğrencilerine sunabilirler.

Hastanın ana/babasının yıkıcı davranış kalıplarını bilinçli olarak yaşaması kuşkusuz terapinin başarısını arttıracaktır. Fakat daha önce de belirttiğim gibi, kendimizi bu yerleşmiş davranış kalıplarından tümüyle kurtarabilmemiz için bunları bilişsel bir içgörü ile kavramanın ötesinde olan bir şeye ihtiyacımız vardır: duygularımıza bir geçit bulmamız ve onlara ulaşmamız gerekmektedir.

Hasta, çocukluk öyküsünün duygusal boyutta çözülmesi sonucunda canlılığını yeniden kazanınca, terapinin asıl amacına varılmış olur.

Bundan sonra bu insanın düzenli bir işte çalışmak isteyip istememesi, yalnız olarak veya bir eş ile birlikte yaşaması, bir siyasi partiye girip girmemesi veya hangi partiye gireceği ona bırakılması gereken konulardır -bu konulardaki kararlar kendisindir. Yaşam öyküsü, karşılaştığı olaylar ve deneyimleri, seçimlerinde rol oynayacaktır. Onu "sosyalleştirmek", "terbiye etmek" ya da onun "dostluklar edinmesine zemin hazırlamak" bizim görevimiz değildir -bütün bunlar yalnız onu ilgilendirir. (İnsanları siyasi açıdan da terbiye etmemeliyiz; çünkü bir insanı terbiye etmek, onu vesayet altına almak demektir.)

Bir insan çocukken nasıl yönlendirildiğini, bunun sonucunda hangi kayıplara uğradığını ve bütün bunların kendisinde ne gibi

öç alma duygularına yol açtığını birçok kez *bilinçli olarak* yaşarsa bundan sonra karşılaşacağı yönlendirme girişimlerinin içyüzünü daha çabuk anlar ve başkalarını yönlendirmekten de olabildiğince kaçınır. Çocukluğunda kendini çaresizlik içinde teslim etmek zorunda kaldığını yaşadktan sonra artık gruplar içindeki davranışı da değişir ve gruplara körü körüne teslim olmadan, kimseye bağımlı hâle gelmeden katılır. Bir zamanlar ana/babasının ağzından çıkan her sözü sorgulamadan, yüce bir bilgelik olarak kabullenmiş olduğunu yeterince açık bir biçimde kavradıktan sonra, kendini kişileri ve sistemleri yüceltme tehlikesine kolay kolay atmaz. Öyle bir düzeye ulaşabilir ki, tüm parlaklığına karşın aslında kötü olan bir konuşmayı dinledikten ya da kötü bir kitabı okuduktan sonra, önce -eskiden olduğu gibi- çocuksu bir kapılmaya ve hayranlığa yönelse de, kısa sürede gerçekçi bir değerlendirmeye girişerek bunların ardındaki sığılığı ve insani trajediyi kavrayıp irkilir... Böyle bir insana ne anlama geldiği tam olarak anlaşılmayan büyük laflar ve renkli ifadelerle bir şeyleri "yutturmak" artık kolay değildir, çünkü o *yaşantıları* ile büyüyüp olgunlaşmış olan bir kişidir... Sonuçta kendi yazgısının çilesini bütün trajedisi ile bilinçli olarak yaşayabilen bir insan, başkalarının acısını da (bunu belli etmek istememesine rağmen) çok daha fazla ve çok daha çabuk hisseder. Kendi duygularını ciddiye alabildiği zaman başkalarının ona garip gelen duyguları ile alay edemez. Böyle bir insan aşağılamanın kısır döngüsünü artık sürdürmez...

Bu olumlu gelişme, kişi ve aile düzeyindeki sonuçların ötesinde siyasi önemi olan sonuçlar da doğurur. Geçmişini keşfeden, terapide duygularına berraklık kazandırmayı ve onların gerçek nedenlerini araştırmayı öğrenen kişiler artık öfkelerini kime yönelteceklerini bilirler; bu öfkeyi -suçluları korumak için- suçsuz olanlara kaydırmak zorlantısının güdümünde olmazlar. Nefreti hak edenden nefret etmek, sevgiyi hak edeni sevmek düzeyine gelmişlerdir ve nefreti kimin hak ettiğini öğrenmek cesaretine

kavuştukları için de, ana/babasına toz kondurmamak dürtüsü ile kendine bir şamar oğlanı bulmaya çalışan örselenmiş çocuğun kör-lüğüne düşmeden, yönlerini gerçeğin koşulları içinde bulabilirler.

Demokrasimizin geleceği bireysel olarak atılacak bu adımlara bağlıdır. Sevgiye ve sağduyuya davet eden çağrılar duygulara berraklık getirecek olan bu adımlar engellendiği sürece sonuçsuz kalacaktır... Yanıtlar, argümanlar ileri sürerek nefret ile savaşımayız. Nefretin nereden kaynaklandığını kavramamız ve onu çözüp ortadan kaldırmamıza imkân verecek bir araçlar-sistemi kullanmamız gerekmektedir.

Güçlü duyguların yaşanması bizi pek çok şeyden azat eder. Çocukluktan beri gergin olan bedenimizin "deşarj" imkânı bu-larak rahatlamasının yanı sıra gözlerimizi gerçeklere açtığımız, yanılsamalardan vazgeçtiğimiz, bilinç dışına ittiğimiz anılarımıza yeniden kavuştuğumuz ve bize büyük rahatsızlıklar verebilen semptomlardan kurtulduğumuz için de serbestlik kazanırız. Do-layısıyla bu yaşantılar bizi güçlendirici ve gelişmemizi destekle-yici niteliktedir... Öfke sonunda yaşandıktan ve haklı bir nedene dayandığı anlaşıldıktan sonra yatışır... Ancak eğer öfkemizi ge-rektiren yeni bir durumla karşılaşırsak yine öfkelenebiliriz...

Oysa haksız olan, suçsuz insanlara kaydırılan öfke sonsuzdur, hiçbir zaman dinmez. Gerçekleri örterek onları algılamamızı engellediği için, aklımızı karıştırır. Bilinç dışına itilmiş ve acımasızlığı tüm kapsamı ile bedenin belleğinde saklanmış olan bir öykünün yıkıcılığından kaynaklandığı için yıkar geçer. Ruhu zehirler, akla hizmet eden belleği yıpratır ve sadece insanlara iç-görü ve empatiyle yaklaşma yeteneğimizi yok etmekle kalmayıp düşünme yeteneğimizi de öldürür... Kendini aldatmalar üzerine kurulan bir bina er geç yerle bir olarak insan yaşamlarını da yıkar: Binayı kuranın yaşamı bundan doğrudan etkilenmese de, çocuklarının yaşamı etkilenecektir. Bu çocuklar ana/babanın ya-lanlarını sezmişler, fakat bunları bilinçli olarak kavrama fırsatı

bulamamışlar ve bundan dolayı da kaçınılmaz olan kötü sona sürüklenmişlerdir. Ana/babaların hatalarının bütün bedelini her zaman çocuklar öder.

Duyguları ile dürüstçe, kendini aldatmadan başa çıkabilen bir insan, onları ideolojik bir çerçeveye oturtmak ihtiyacında olmaz ve bu yönüyle kimse için bir tehlike değildir. Bugün dünyamızda çok yaygın olan milliyetçi çatışmaların sayısız farklı örnekleri bunların sadece -motiflerinin kökü sorumlu kişilerin bilinç dışı duygularına ve anılarına uzanan rasyonel hesaplarla bir ilgisi bulunmayan- aynı çılgınlığa dayandığını göstermektedir.

Dünyadaki bütün rasyonalistlerin aynı uluslararası üniformayı giymiş gibi birbirine benzemesinin nedeni, yaşamdan nefret ederek yıkıcılığa tutkun olmalarıdır. Bu yıkıcılık da aynı kaynaktan, çocuklukta çekilen o hiç hatırlanmayan ya da kabul edilmeyen ve toplum tarafından da son zamanlara kadar inkâr edilen acıların öyküsünden beslenir... Ancak bulunduğumuz çağda artık böyle inkârları kaldıracak durumda değiliz, bunların içerdiği riskler gün geçtikçe kat kat artmaktadır. Öykülerini unutulmuşluğun karanlığından çıkarmaya hazır olan insanlar başkalarını da aynı adımları atmaya yüreklendirecekler ve uyanan bu yeni bilinçle bugünkü "politikanın" bulanık ortamına şimdiye kadar olabildiğinden daha fazla aydınlık ve berraklık getirebileceklerdir.

SON SÖZ

Yetenekli Çocuğun Dramı, ya da kısaca *Drama* yayınlandıktan sonra terapi alanında önemli değişimlerin yer aldığı on altı yıl geçti. Esnekliğini yitiren yapılarda dağılmalar oldu, yeni ve bazıları tehlikeli de olan terapi yöntemleri ortaya çıktı. Bir kitap, özenle ve ince ayrıntılara yer verilerek yazılmış olsa da, iyi bir terapistin yerini tutamaz. Bununla birlikte bastırdığımız -belki de bilinç dışına ittiğimiz- duygularla iyileşme sürecini de başlatabilen bir "temas" sağlayarak terapi görmemiz gerektiği konusunda bilinçlenmemize yol açabilir. *Drama'nın* bu "temas sağlama" işlevini baştan beri ve bu güne dek gerçekleştirmiş olduğu görülüyor.

Psikanalizin temsilcilerinin dikkatini duyguların insanın gelişimi için taşıdığı büyük öneme çekmek amacıyla giriştiğim, *Drama'yı* kaleme almamla başlayan çabalarım geçen yıllar içinde giderek daha fazla yankı uyandırdı. Çocuklukta meydana gelen travmalar ve bunların bilinç dışına itilmesinden doğan sonuçlar ile ilgili bilgilerde kaydedilen artışın da buna katkısı oldu. Bu artış kısmen medyadaki yayınlara, ancak en başta bilinç dışını deşmeye yönelik terapi yöntemlerine borçluyuz. Ayrıca bugün nörobiyoloji alanında insan beyni üzerinde yapılan incelemeler de yepyeni bakış açıları sağlamıştır. "Descartes'ın Yanılgısı, Duygulanım, Düşünce ve İnsan Beyni" adlı ünlü eserin yazarı Antonio Damasio pek çok gözlemler ve deneylerle kazalar ya da örneğin beyin tümörlerinin alınması gibi operasyonlar sonucunda beyinlerinin duygulanım merkezini yitiren kişilerin yalnız duygulanım

yeteneğini kaybetmekle kalmadığını, karar verme yeteneğini ve yaşamlarını düzenleme yeteneğini de yitirdiklerini saptamıştır.* Uygulanan psikolojik testler, beynin geri kalan bölümlerinin işlevlerini gereğince yapabildiğini, sadece duygulanım ve eyleme geçiş ile ilgili faaliyetlerin önemli ölçüde hasar gördüğünü ortaya koymuştur. Bütün bunlar insanın duygularına ulaşabilmesinin yaşamını düzenleyebilmesi için vazgeçilmez olduğunu göstermektedir.

Bu saptamanın çocukluk travmalarının yol açtığı sonuçları anlamamız bakımından çok önemli olduğunu sanıyorum. Nörobiyoloji açısından bakıldığında, bu kitapta yazgılarını tanımlamış olduğum duygusal yaşamını geliştirme olanağı bulamayan çocuklarda ne gibi bir durum ortaya çıkmış olabilir? Beyinlerindeki bireyin kendine ve başkalarına bakabilmesi ve yaşamını düzenleyebilmesi ile ilgili olan merkez hiç gelişmemiş veya ancak filizlenme aşamasında kalarak yetersiz bir gelişme göstermiş olabilir mi? Klinik veriler ve burada tanımladığım örnekler böyle bir varsayımı destekleyici yöndedir; fakat bunun doğruluğunun kanıtlanabilmesi için daha pek çok kapsamlı araştırma yapılması gerekecektir.

Böyle bir olgunun var olması duygularını bastırmaya ve bilinç dışına iterek yok saymaya mecbur kalan kötüye kullanılmış, ihmale uğramış çocukların yetişkinlikte neden kendilerini savunamadıklarını ve kendilerine gereğince bakmaktan aciz olduklarını anlamamıza yardımcı olur. Ayrıca böyle koşullarda büyüyen bazı kimselerin entelektüel faaliyetlerde yüksek performans gösterebilmelerine rağmen neden yıkıcı ve ussallıktan yoksun bir biçimde davrandıklarını açıklamamızı da sağlar.

Fakat çocuklukta uğradıkları kötü muamelelerin kurbanı olan insanlar, beyinleri kazalar ya da operasyonlar sonucu geriye

* Antonio DAMASIO; "Descartes' Irrtum. Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn"; München, 1995.

dönüşü olanaksız biçimde hasar görenlerden farklı olarak, duygulanım yeteneğini yetişkinlikte yeniden geliştirebilirler. ABD Virginia, Lorton'da bulunan bir hapisanede ağır hapis cezası çeken mahkûmlar ile yapılan uzun süreli bir araştırmada gündüzleri kendilerine bakmaları için küçük hayvanlar emanet edilen mahkûmlarda tahliye sonrasında yeniden suç işleme oranının % 20 olduğu, buna karşın böyle bir "duygulanım eğitimi" görmeyen kontrol grubunda bu oranın % 80'e ulaştığı saptanmıştır. Bu sonuç birçok şeye işaret etmenin yanı sıra, daha önceki bir zamanda duygularından kopmuş olan ve bu nedenle hem kendilerine hem başkalarına büyük zarar veren kimselerin canlı bir varlık karşısında yeniden duygular geliştirebildiklerini göstermektedir. Küçük hayvanlarla yaşadıkları, onlar için yeni olan bu deneyim sevgiye duydukları ihtiyaca karşı koymamalarını, bu ihtiyacı algılamalarını, baktıkları hayvan tarafından sevildiklerini hissetmelerini ve bu yoldan ilk kez bir tür öz saygı kazanmalarını sağlamıştır.

Eski travmalar kişiye günün ihtiyaçları ve duyguları ile yakın bir ilişki içinde olma imkânı veren bir şimdiki zaman ortamında çoğu kez silinir ve önemlerini de giderek yitirirler. Geleneksel psikoloji -genel olarak- yakın zamana kadar duyguların önemini yeterince dikkate almamıştır. Fakat şimdi duygular artık pek çok araştırmaya konu olmaktadır.

Gönül ister ki çocuklar, yakın bir gelecekte, duygularını ciddiye almayı onları anlamayı ve doğru olarak tanımlamayı erken yaşlardan başlayarak öğrenebilsinler. Bu yönde bir "terbiyenin" gerekliliği -hatta zorunluluğu sonunda kabul edildikten sonra, aile ortamı, yuva ve okul da onlara bu konuda yardımcı olabilir. Nörobiyologların yeni araştırmaları bu anlamda pedagoji ile uğraşanların aydınlanmasına olumlu katkılarda bulunmuş olur.

Yetmişli yılların sonunda, psikanalizin tek yanlı ve sadece bilişsel boyutta olan yöntemlerine yönelttiğim eleştirilerde, duygusal yaşantıların insanın ruhsal gelişimi için taşıdığı önemi

vurguladığım sıralarda, Avrupa'da duygular üzerinde işleyen terapi yöntemleri hakkında pek az şey biliniyordu. Geçen zaman içinde bu yöntemler ABD'den Avrupa'ya -sayıları da gittikçe artarak- yayıldı. Beden Terapisi, Bioergenetik, Geştalt Terapisi, Primer Terapi ve Focusing/odaklanma duygulara yönelen yeni terapilerden ancak birkaçıdır.

Bu yöntemlerin bazılarında kişiler sadece duygularını yaşamak yoluyla (bedendeki yükün azalmasıyla rahatlama sağlandığı için) kendilerinde dikkate değer iyileşmeler hissetmekle birlikte, böyle uygulamaların kişileri acı veren duygulara tutkunluk ölçüsünde bağımlı hâle getirdiğini gösteren çok sayıda vaka vardır. Bu bağımlılık doğal olarak kişinin acıdan kurtulmak için gidecek daha fazla sarıldığı yardımcıya (terapist) olan bağımlılığını da arttırmaktadır.

Daha birkaç yıl önce insanların yoğun itilmiş duygularına nasıl ulaştırılabileceği sorusuna yanıtlar aranmaktaydı. Bugün duygulara karşı koyan savunmaları hızla ortadan kaldıracı pek çok yöntem bulunduğunu biliyoruz. Fakat bu yöntemlerin tümünün tehlikesiz ve arzu edilir çareler olduğunu söylemek mümkün değildir. Örneğin Primer Terapi ortamında mekânın karartılması terapi gören kişinin (tam bir çaresizliğe ve terapistin eleştirisiz biçimde yüceltilmesine yol açabilen) bir regresyona girmesi olasılığını çok arttırmaktadır*... Her terapi sürecinin, özellikle de kişiyi önceki travmalar ile yüz yüze getiren bir terapinin başta gelen koşulu, bu süreçlerin yetkili yeterli ve dürüst davranmaya istekli uzmanlar rehberliğinde gerçekleştirilmesidir. Terapi için başvuran kişi bu ilkelerin korunması altında, regresyon sonucunda gerilediği bir duruma saplanmadan ve bundan dolayı da -bazen tanık olduğumuz gibi- "guru'lara" bağımlı hâle gelmeden, yetişkinlik yaşamının fırsatlarını, becerilerini, güçlerini ve tedavi ile kazanabileceği

* Regresyon: (İng.: regression); Önceki bir gelişme dönemine gerileme.

tüm potansiyelini geçmişte kaybettiklerinin yasını yaşayabilmek için kullanabilir... Fakat bu niteliklere uygun bir rehberliğin bulunmaması durumunda kişi, sadece bilinen belli tarikatların bünyesinde uygulanmakla kalmayan, bazı "terapi merkezi" denilen ve giderek tarikat yapısı kazanan yerlerde de uygulanan en tehlikeli manipölasyonların oyuncağı ve kurbanı hâline gelebilir.

Ancak bütün bu endişe verici eğilimlerin yanında memnunlukla karşıladığımız birçok olumlu gelişmeler de yaşanmaktadır. Yeni terapi olanaklarının kolaylıkla kötüye kullanılabilir olması bunların çoğu zaman dürüst amaçlarla (dikkatle ve bazı bağıntıların riskine işaret eden eleştirilere açık olarak) kullanılmış olduğunu göz ardı etmemiz için bir neden oluşturmamalıdır.

Özellikle psikanalizin temsilcileri günümüzde artık yeni yöntemleri önceki yıllara göre daha iyi tanıdıkları için, bu çabalar çerçevesinde onların aktarım ve karşı-aktarım konusundaki deneyimlerinden de yararlanılabilir. Bu birçok değişik yöntemler konusunda eğitilmiş olan analistler regresyon'a başvuran yöntemlerin aşırı ve kontrolsüz biçimde kötüye kullanılmasını önlemekte belki yardımcı olacaklardır. Giderek daha açık bir biçimde görülüyor ki, psikanaliz çocukluk gerçeğinin önemini kabullenmek konusunda artık tümüyle Freud'un bakış açısına bağlı kalmamakta ve eski katılığından da gittikçe daha fazla vazgeçmektedir.

Yıllarca kendi çocukluk öykümün üzerindeki örtüyü tümüyle kaldırabilmenin yollarını aradım ve sonraları bunun ulaşılması olanaksız bir hedef olduğunu kavradım. Bu "her şeyi çözme" saplantısından vazgeçtikten sonra, önümde yepyeni yollar açıldığını ve yeni perspektiflerin belirdiğini gördüm.

Alice Miller

ÇEVİRENİN SON SÖZÜ

Bu eser iki kez yazılmıştır. Alice Miller, Yetenekli Çocuğun Dramı'nı ilk olarak 1979'da yazmış, ancak bundan 16 yıl sonra eserinde kapsamlı değişiklikler ve uyarlamalar yapma gereğini duyarak Yetenekli Çocuğun Dramı'nı 1996'da yeniden kaleme almıştır. Elinizdeki kitap 1996 çalışmasıdır.

1979'da Alice Miller, Freud Ekolü'nün bir temsilcisiydi; psiko-terapi uygulamalarında vardığı sonuçları ve saptamalarını hem okurlarına hem meslektaşlarına duyurmak istemiş, dikkatleri çocuğun -giderek çok önemli ve belirleyici olarak görmeye başladığı- duygusal dünyasına, doğumu izleyen aylara ve ilk yıllara çekmeye çalışmıştı. Deneyimlerinden ve gözlemlerinden yola çıkarak Psikanalitik Görüşün ve genel olarak da geleneksel psikolojinin insanın -özellikle de çocuğun- duygu dünyasını ihmal ettiğini savunmakta, bunun önemini vurgulamaktaydı... Yetenekli Çocuğun Dramı 1979 baskısı, Alice Miller'in daha düşünce evriminin başlarındayken kendi kişisel görüşlerini açıkladığı ilk kitabıydı ve büyük yankılar uyandırarak birçok ülkede defalarca basıldı.

Yetenekli Çocuğun Dramı 1979 baskısı, doğal olarak yazarın o zamanlar bağlı olduğu Psikanalitik Kuram çerçevesinde yazmış olduğu ve gerek söylemlerini gerekse açıklamalarını Freud kavramlarına dayandırdığı bir kitaptı.

Ancak Alice Miller'i yıllar sonra 1996'da Yetenekli Çocuğun Dramı'nı yeniden yazmaya yönelten neydi? Miller'in görüşleri yaygınlaştıkça ve ünlenerek peş peşe yayınladığı eserlerinin

uyandırdığı yankılar arttıkça ona özellikle Psikanaliz'in temsilcileri tarafından yöneltlen öfkeli eleştiriler, yazarı bir yol ayrımına getirmişti: Miller'in söylemleri ile Psikanalitik Kuramın bağdaşmadığı ve aradaki uçurumun gün geçtikçe derinleştiği ortadaydı. Sonuçta Miller bu kopuşu hızlandırma yolunu seçti ve 1988'de Uluslararası Psikanalistler Birliği'nden fiilen ayrıldı. Başlıca gerekçesi "Psikanaliz'in kuram ve uygulamalarının çocukların kötüye kullanılmasının nedenlerini ve sonuçlarını çarpıttığı ya da gizlediği, dolayısıyla çocuğa ilişkin olguları çoğu kez fanteziler olarak ele aldığı ve çocuğun yaşantılarına bu şekilde yaklaşmakla çocukluktaki çelişkileri çözeceğine daha da sabitleştirdiği" kanısına varmış olmasıydı.

Alice Miller artık "çocuğa" odakladığı çabalarını kendi doğruları yönünde sürdürerek yeni bir düşüncenin neferi olmuştu. Bu doğrultudaki çalışmaları toplumun çocuğa bakışında âdeta yeni bir çığır açtı. Alice Miller uzun yılları kapsayan bu değişim ve gelişim sürecinin sonuna, olgunluk döneminin doruğuna varınca başladığı noktaya dönüp ilk eserini, ilk meyvesi olan Yetenekli Çocuğun Dramı'nı yeniden ele alıp özgürce biçimlendirdi, 16 yılın deneyimini ve semeresini katıp onu yeniden yoğurdu... Yetenekli Çocuğun Dramı 1996'da artık çok daha yetkin, çok daha öz, etkileyici ve -okuru şimdiye dek sorgulamadıklarını sorgulamaya yönelttiği için- belki bazıları için sarsıcı bir eser...

Miller, Yetenekli Çocuğun Dramı'nı Psikanalitik Kuramdan, Freud kavramlarından olabildiğince arındırmış, özgünlüğüne kavuşturmuş, günümüzün toplumu ve sorunları ile bütünleştirmiş. Mesajları sadece psikoloji alanında uğraş verenler için değil, her ana/baba, her yetişkin insan için çok daha açık, anlaşılır ve bilinçlendirici. Okuduktan sonra, çocuğunuza artık farklı bir insan olduğunuzu hissettirecek olan, unutamayacağınız bir kitap.

Emine Avşar

Deneyimlerimizden ruhsal rahatsızlıklarla mücadele ederken her zaman kullanabileceğimiz çok önemli bir araca sahip olduğumuzu öğrendik. Bu araç tek ve benzersiz olan kendi çocukluk öykümüzün gerçeğini duygusal yönüyle kavrayabilmemiz, duygularımızla ona ulaşabilmemizdir... Fakat yanılsamalardan kendimizi tümüyle kurtarabilir miyiz? Her yaşam yanılsamalarla doludur; bu da, sanıyorum, gerçek bize çoğu zaman dayanılmaz görüldüğü içindir.

Yine de gerçek bizim için o denli vazgeçilmezdir ki, ona varamamış olmayı ağır rahatsızlıklarla ödütürüz. Bu nedenle uzun bir süreç sonunda bize yeni bir özgürlük alanının kapılarını açıncaya kadar, acı vereceğini bilerek gerçeği keşfetmeye çalışıyoruz... Ya da buna katlanamayıp yalnızca bilişsel düzeyde bir kavrayışla yetiniyoruz. Fakat böyle yapınca da yanılsamaların alanından kurtulmamız mümkün olmuyor.



9 789759 960292

Fiyatı: 10 TL