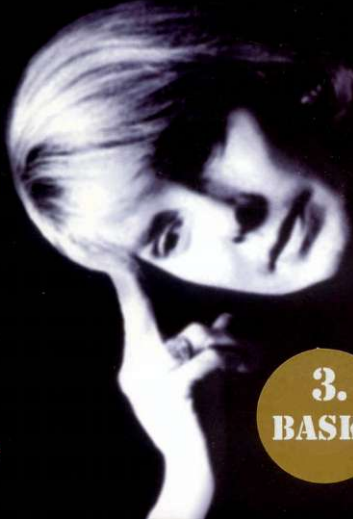


ANI / BİYOGRAFİ

Durulmayan Bir Kafa

Bir Delilik ve Duygudurumları Güncesi

Kay Redfield Jamison



3.
BASKI



KAY REDFIELD JAMISON

Johns Hopkins Üniversitesi, Tıp Fakültesi'nde psikiyatri profesörü olan Kay Redfield Jamison aynı zamanda İskoçya'da, St. Andrews Üniversitesi'nde "Honorary Professor of English" unvanına sahip. *Durulmayan Bir Kafa, Erken Çöken Karanlık* (Ayrıntı Yayınları, çev. Emine Bademci, 2004) ve *Touched with Fire: Manic-Depressive Illness and the Artistic Temperament* gibi çok satan kitapların yazarı. Manik-depresif" hastalık üzerine Standard bir ders kitabı ve duygudurumları, yaratıcılık ve psikofarmakoloji konularında sayısız bilimsel makalesi var. Bir "John P. and Catherine T. Macarthur Fellow"u olan Redfield, 2002 yılında Harvard Üniversitesi'nde "Distinguished Lecturer", 2003'de Oxford Üniversitesi'nde "Litchfield Lecturer" unvanlarını aldı.

ANİ / BİYOGRAFİ

Durulmayan Bir Kafa

Bir Delilik ve Duygudurumları Güncesi

Kay Redfield Jamison

İngilizce aslından çeviren:

Pınar Kür



Bana *bir kere değil,*
sayısız kere ler hayat
veren annem

Dell Temple Jamison
için.

Sessiz, *sakin*, hareketsiz bir yaşam
bana *uyar mıydı*? Şüpheliyim. Ama
kimi kez öyle bir yaşamın özlemini
çekiyorum.

BYRON

İçindekiler

Önsöz	13
ÖTELERİN VAHŞİ MAVİSİ	
Güneşin İçine Doğru	21
Yaşam Eğitimi	53
İNCE İNCE DEĞİL DELİCE	
Kafalar da Uçar Gider	79
Ben Satürn'ü Özledim	103
Ölümler Mahzeni	123
Öğretim Üyeliği	137
AŞKTIR BUNUN İLACI	
Hem Subay Hem Centilmen	151
Dediklerine Göre Yağmur Yağmış	165
Aşk Seyrederken Deliliği	175
DURULMAYAN BİR KAFA	
Delilikten Söz Ederken	191
Sancılı Sarmal	197
Klinik Ayrıcalıklar	211
Duygudurumlarıyla Belirlenen Bir Yaşam	223
Sonsöz	231
Teşekkür	235

ÖNSÖZ

Saat sabaha karşı iki olmuş ve siz mani halindeyseniz, California Üniversitesi Tıp Merkezi'nin bile çekici bir yanı vardır. Nerdeyse yirmi yıl önceki o sonbahar sabahında hastane-normalde birbirine yaslanmış, soğuk, ilginç olmayan bir yapılar kümesi- benim inceden inceye örülmüş, son kertede uyarılmış sinir sistemimin odağı haline gelmişti. Bütün duyargalarım ayaklanmıştı, bedenim titreşimlerle çınılıyor, gözlerim fır dönüyor, çevremdeki her şeyi hissediyordum. Koşuşturuyordum. Yalnızca koşuşturmuyor, çok hızlı ve çılgınca koşuşturuyordum. Hastanenin otoparkının bir ucundan öteki ucuna fırlıyor, içimdeki sonsuz, yerinde duramayan, manik enerjiyi yakmaya uğraşıyordum. Çok hızlı koşuyor, yavaş yavaş deliriyordum.

Birlikte olduğum adam -tıp fakültesinden bir meslektaşımı- bir saat önce koşmaktan vazgeçmiş, sabırsızca belirttiğine göre, bitkin düşmüştü. Aklı başında birine bu şaşırtıcı gelmezdi. Olağan gündüz-gece ayrımı biz ikimiz için epeydir yok olmuştu; bitmez tükenmez saatler boyu içilen viskiler, yapılan kavgalar, kahkahalar içinde yerlere yuvarlanmalar belli yıpratmıştı bizi ama henüz yere sermemişti. O sırada

uyuyor ya da çalışıyor olmalıydık, yok olma çabasında değil, bir şeyler yayımlama çabasında olmalıydık, dergiler okuyor, çizelgeler çıkartıyor ya da kimsenin okumayacağı bilimsel grafikler çiziyor olmalıydık.

Birden bir polis arabası durdu yanımızda. Kafamın karmakarışık, aklımın ise hiç de başımda olmadığı o anda bile arabadan inen polis memurunun elini tabancasına attığını görebildim. "Gecenin bu saatinde buralarda ne koşuşup duruyorsunuz?" diye sordu. Akla uzak bir soru değildi. Hâlâ kafamın n biryerlerinde kalmış olan birkaç mantık adacığı nasıl olduysa birbirlerine doğru harekete geçip bütünümsü bir şey oluşturdular ve ben kolay açıklanamayacak bir durum içinde olduğumu az çok kavrayabildim. Neyse ki meslektaşım benden çok daha iyi durumdaydı ve kendi derin sezgilerine mi desem, dünyanın kolektif bilinç altına mı desem, bir yere uzanıp bir yanıtla çıkageldi: "Her ikimiz de fakültenin psikiyatri bölümünde hocayız" dedi. Polis memuru bize şöyle bir baktı, gülümsedi, ekip arabasına geri dönerek binip gitti.

Psikiyatri hocası olmamız her şeyi açıklığa kavuşturmuştu.

Los Angeles'teki California Üniversitesi'nin (UCLA) psikiyatri bölümüne yardımcı profesör olarak atanma belgelerimi imzalamamın üstünden bir ay geçmemişti ki, deliliğe doğru çıktığım yolculukta hızla ilerlemeye başlamıştım. Yıl 1974, ben 28 yaşındayım. Üç aya varmadan, beni tanınmaz hale getiren bir mani krizine girmiş, önerilen ilaçlara karşı bana çok pahalıya mal olacak uzun kişisel savaşıma başlamıştım. Oysa birkaç yıl sonra aynı ilacı başkalarına şiddetle tavsiye edecek

konuma gelecektim. Hastalığım ve ilerde hayatımı, ruh ve akıl sağlığımı kurtaracak ilaca karşı direncim yıllardan beri sürüyordu.

Kendimi bildim bileli değişken (korkutucu ama kimi kez harika) duygudurumlarının esiriyim. Çocukken yoğun bir duygusallığım, genç kızken civamsı bir tabiatım vardı. İlk ciddi depresyonumu ergenlik çağında geçirdim, ilerleyen yıllarda manik-depresif hastalığın belirtileri başgösterdi, meslek hayatıma başladığımda hastalığın acımasız dönemsel çarkına kapılmıştım. Bu nedenlerle zorunlu olarak ve entelektüel eğilimlerim dolayısıyla duygudurumları incelemelerine yöneldim. Hastalığımı anlamanın ve hatta kabullenmenin, bildiğim tek yolu buydu; aynı zamanda, duygudurumu bozukluğu çeken başkalarının yaşamında bir değişiklik yapma çabasına girişmenin de bildiğim başka yolu yoktu. Beni birkaç kez ölümün eşliğine getiren bu hastalık her yıl onbinlerce kişiyi öldürüyor: Bunların çoğunluğu genç, çoğunluğu gereksiz yere ölüyor, pek çoğu da toplumumuzun en hayal gücü geniş, en yetenekli insanları.

Çinliler'in inancına göre bir hayvanı yakalayabilmek için önce onu güzelleştirmeniz gerek. Garip bir biçimde, benim manik-depresif hastalığa yapmak istediğim de buydu. Bu hastalık benim büyüleyici ama ölümcül düşmanım ve can yoldaşım oldu. Çok çekici bir karmaşıklığı vardı benim için, doğamızın en üstün, en ince yanlarıyla en tehlikeli özelliklerini birleştiren bir damıtımdı. Bu vahşi hayvanla uğraşabilmek için önce onun çeşitli duygudurumlarını, sayısız maskelerini tanımak, gerçek ve hayali güçlerini anlamak zorundaydım. Başlangıçta hastalığım bana kendi kendimin bir uzantısı -yani, duygudurumlarımın, enerjimin, heveslerimin olağan de-

gişkenliği- gibi geldiğinden olacak, ona karşı kimi kez biraz fazla bağışlayıcı davrandım. Ayrıca, duygudurumumun iniş çıkışlarıyla kendi kendime baş etmem gerektiğine inandığımdan ilk on yıl boyunca hiçbir tedavi arayışına girmedim. Durumum tıbbi bir acil vakaya dönüştüğünde bile zaman zaman ilaç almaya karşı direnmeyi sürdürdüm. Oysa eğitimim, klinik araştırmalarım, mesleki tecrübelerim sayesinde biliyordum ki, hastalığımla baş etmenin tek akılcı yolu ilaç almaktır.

Başlangıçtaki hafif manilerim son derece başdöndürücü hallerdi, bana müthiş kişisel keyif verir, düşüncelerimin başka dönemlerle kıyaslanmayacak kadar büyük bir akıcılık kazanmasını sağlar, yeni fikirlerin kâğıda dökülmesini ya da projelere dönüşmesini mümkün kılacak bitmez tükenmez bir enerji kaynağı olurlardı. İlaçlar bu hızlı akan, yüksekte uçan duygudurumunu pat diye kestiği gibi, görünüşte baş edilmez yan etkileri de birlikte getiriyorlardı. Bazı şeyleri anlamakta gereğinden fazla geciktimse de, sonunda anladım: Kaybolan yıllar, bozulan ilişkiler geri gelmiyor, insanın kendisine ve çevresine verdiği zarar her zaman telafi edilmiyor, yegâne iki seçenek delilik ve ölüm olduğunda ilaçların zorunlu kıldığı denetimden kurtulmanın getirdiği özgürlük anlamsızlaşıyor.

Uzun yıllar kendi kendimle sürdürdüğüm savaş az görülen bir olay değil. Manik-depresif hastalığın tedavisindeki en önemli klinik problem etkili ilaçların olmaması değildir -çünkü vardır- asıl sorun hastaların çoğu kez bu ilaçları almayı reddetmeleridir. Daha da beteri, bilgisizlik, yanlış tıbbi tavsiyeler, utanç, kişisel ya da mesleki açıdan zarara uğrama korkusu yüzünden çoğu hasta tedavi için başvuramaz bile. Manik-depresyon insanın duygudurumlarını ve düşüncelerini çarpıtıp saptırır, inanılmaz davranışlara iter, akılcı düşüncenin temellerini

yok eder ve ne yazık ki çoğu kez yaşama istek ve iradesini erozyona uğratar. Köken olarak biyolojik bir hastalık olmasına karşın, psikolojikmiş gibi yaşanır; insana avantaj ve keyif de sağlayabilmesi açısından benzeri olmayan bir hastalıktır ama peşinden nerdeyse dayanılmaz acılar getirir ve sık sık intiharla sonuçlanır.

Ben bu hastalıktan ölmediğim, var olan en iyi tıbbi bakımı gördüğüm için, sahip olduğum dostlara, meslektaşlara, aileye sahip olduğum için çok şanslıyım. Bu yüzden, ben de kendi payıma, hastalığımın deneyimlerini elimden geldiğince yararlı kılmaya, araştırmalarım, hocalığımda, klinik uygulamalarım ve destekleme çalışmalarım kullanmaya özen gösterdim. Yazılarım ve derslerim aracılığıyla, hem öldürücü hem de yaratıcı olan bu civamsı hastalığın özündeki paradoksa dikkat çekmek, meslektaşlarımı bu konuda ikna etmek istedim. Başka birçok kişiyle birlikte, halkın genelde ruh ve akıl hastalıklarına, özellikle de manik-depresif hastalığa karşı olan tavrını değiştirme çabalarına giriştim. Entelektüel ilgi alanımın bilimsel disiplini ile ruhsal yaşantılarımın çarpıcı gerçeklerini bağdaştırmak güç oldu zaman zaman. Gene de sanıyorum, en somut ve yırtıcı duygularla klinik bilimselliğin soyut bakışını birleştirebilmem sayesinde ki istediğim gibi bir yaşam sürdürebilme özgürlüğüne ve gerekli deneyim ile, halkın bakış açısında olsun, klinik uygulamalarda olsun belli bir değişiklik meydana getirme olanağına kavuştum.

Kendi mani ve depresyon krizlerimi, psikozlarımı, ilacın gerekliliğini kabullenme ve almayı sürdürme sorunlarımı böylesine açık seçik gözler önüne seren bir kitap yazmak konusunda pek çok tereddütüm oldu. Klinik çalışmalar yapan kişiler çalışma izni almak, hastane ayrıcalıklarından yararlan-

mak gibi konular yüzünden kendi psikiyatrik problemlerini açık etmekten çekinirler. Bu konuda çoğu kez haklıdırlar da. Benim bu sorunlarımı açık açık ortaya dökmemin kişisel ve mesleki hayatımdaki uzun vadeli etkileri ne olacak hiç bilmiyorum ama sonuçlar ne olursa olsun, sessizliğimi sürdürmemden daha iyi olacağına kuşku yok. Saklanmaktan usandım, düğümlemiş, boşa harcanmış enerjilerden usandım, ikiyüzlülükten, sanki saklamam gereken bir şey varmış gibi davranmaktan usandım, insan neyse odur, bir akademik ünvanın, bir titrin, bir kelimeler dizisinin arkasına saklanmak dürüstlüğe sığmaz. Bu kimi kez gerekli olabilir ama dürüstçe olmaz. Hastalığımı kamuoyuna açıklamak konusunda hâlâ birtakım endişelerim var ama otuz yılı aşkın bir süre manik-depresif hastalık çekmişliğin avantajlarından biri de pek az şeyin üstesinden gelinemeyecek kadar güç görünmesidir insana. Chesapeake ırmağında fırtına çıktığında Bay Köprüsü'nden geçmek gibi bir şeydir bu, insan ilerlemeye korkabilir ama geri dönmesi söz konusu değildir. Robert Lowell'in temel sorusunda teselli aramak durumundayım kaçınılmaz olarak: Neden olup biteni anlatmıyorsun?

BİRİNCİ BÖLÜM

ÖTELERİN VAHŞİ MAVİSİ

GÜNEŞİN İÇİNE DOĞRU

Başımı geriye atmış, saç örgülerimden birini dişlerken tepemden uçarı jetin sesini dinliyordum. Gürültü her zamankinden fazlaydı, demek ki uçak iyice yakındı. Bizim ilkokul Washington'un hemen dışındaki Andrews Hava Kuvvetleri Ussü'ne yakındı; çoğumuz pilot çocuğuyduk, dolayısıyla bu ses günlük yaşamımızın bir parçasıydı. Ancak, günlük yaşamın bir parçası olmakla büyüsünden yitirmiyordu ve içgüdüsel olarak başımı kaldırıp el salladım. Pilotun beni göremeyeceğini biliyordum elbette -bunu her zaman bilmiştim- ayrıca, göreceksin olsa bile o pilotun babam olması ihtimali çok zayıftı. Gene de, öyle, kendiliğinden yapılmış bir hareketti işte; ayrıca, gökyüzüne bakabilmek için hiçbir fırsatı kaçırmazdım. Meslekten hava kuvvetleri subayı olan babam, her şeyden önce bir bilim adamı, ikincil olarak ise pilottu. Ama uçmaya bayılırdı ve meteoroloji uzmanı olduğundan kafası da ruhu da göklere salınmıştı. Ben de aynı babam gibi, ileriye değil yukarıya bakardım daha çok.

Donanmanın da kara kuvvetlerinin de hava kuvvetlerinden çok daha eski olduklarını, daha fazla geleneğe ve efsaneye sahip olduklarını söylediğimde, evet, elbette öyledir, derdi ama gelecek göklerdedir. Her seferinde şunu da eklerdi:

Üstelik, biz uçabiliyoruz. Bu inanç ifadesini kimi kez hava kuvvetleri marşının coşkuyla söylenmesi izlerdi. Bugün bile bu marşın bazı bölümlerini, gene çocukluktan hatırladığım Noel şarkıları, ilk şiirler, Dua Kitabı'ndan aklımda kalmış parçacıklarla birlikte anımsarım. Hepsi de çocukluğumun anlam ve havasını geri getirir, hepsi de hâlâ yürek atışlarımı hızlandıracak güce sahiptir.

Böyle işte, dinlerdim, inanırdım ve "Dalıyoruz ötelerin vahşi mavisine" dizesini duyduğumda, "vahşi" ve "öteler" sözcüklerinin ömrümde duyduğum en harika sözcükler olduklarını düşünürdüm. Aynı şekilde, "Tırmanıyoruz yükseklerle, güneşin içine doğru" dediğinde müthiş bir coşkuya kapılır, içgüdüsel olarak anlardım ki gökyüzünün bitimsiz genişliğine tutkun kişilerden biriyim.

Jetin gürültüsü daha da yükselmişti. İkinci sınıftaki öteki arkadaşlarımin da başlarını birden yukarı çevirdiklerini gördüm. Uçak çok alçaktan uçuyordu, derken bahçeyi kıl payı iskalayarak yanibaşımızdan geçti. Biz çocuklar dehşet içinde birbirimize sokulurken hemen ilerimizdeki ağaçların arasına çakıldı ve anında gözlerimizin önünde patladı. Çarpmanın şiddeti uçağın parçalanmasından ve hemen ardından yükselen korkunç ama aynı oranda güzel alevlerden anlaşıyordu. Birkaç dakika içinde okul bahçesi annelerle dolmuş gibiydi hepsi de çocukları uçaktaki adamın kendi babaları olmadığına inandırmaya çalışıyorlardı. Kardeşlerim ve benim şansısma, pilot bizim babamız da değildi. Birkaç gün içinde, genç pilotun ölmeden önce denetim kulesine gönderdiği mesajdan anlaşıldı ki, adam paraşütle atlasaymış kurtulacağını biliyor-muş. Ama denetim dışı kalacak uçağın okul bahçesine düşüp bizleri öldürme tehlikesini düşünerek atlamamış.

Ölen pilot hemen bir kahramana dönüştü; görev anlayışının cayır cayır yanacak kadar canlı, bir o kadar da imkânsız ideali oluverdi. Evet, imkânsız bir idealdi ama sırf ulaşılamayacak oluşundan dolayı daha bir zorlayıcı, daha bir unutulmazdı. Bu kazanın anısı daha sonraki yıllarda sık sık canlanmıştır içimde, her seferinde insanların bu gibi ideallere ne kadar çok ihtiyaç duyduklarını ama onları gerçekleştirmenin ne kadar ölümcül olabileceğini düşünürüm. Bir daha gökyüzüne bakıp yalnızca sonsuzluğunu ve güzelliğini görmedim. O günden sonra, orada ölümün de bulunduğunu bilerek baktım.

Bütün asker aileleri gibi sık sık yer değiştirdik -beşinci sınıfa geldiğimde kardeşlerim ve ben dört değişik ilkokula devam etmiş, Florida, Puerto Rico, California, Tokyo ve iki kez de Washington'da oturmuştuk- ama ana babamız, özellikle annem, yaşamımızı olabileceğince güvenli, sıcak ve değişmez tutmayı başarmıştı. En büyüğümüz ağabeyimdi, üç çocuğun en aklıbaşındası oydu ve aramızdaki üç yaş farka karşın beni her konuda desteklerdi. Ona sonsuz hayranlık besler, peşinden kolay kolay ayrılmazdım. O arkadaşlarıyla beyzbol oynamaya ya da mahallede gezmeye gittiğinde, dikkat çekmemeye çalışarak izlerdim çoğu kez. Akıllı, haksever ve kendine güvenen bir çocuktuk, o yakınlarda bir yerde olduğunda kendimi fazladan korunmuş hissederdim. Benden yalnızca onüç ay büyük olan ablamla ilişkilerim ise daha karmaşıktı. Ailenin tek gerçek güzeliydi, koyu renk saçları, harika gözleri vardı, taa en küçüklüğünden beri çevresinde olup biten her şeyin, acı çekecek ölçüde farkındaydı. Tavırları karizmatikti

ama öfkeleri de çok şiddetliydi, birden kapkara bir duygudurumuna girebilirdi, hepimizin içinde hapsoldüğümüze inandığı tutucu, askeri çevrenin yaşam tarzına hiç tahammülü yoktu. Kendi hayatını yaşar, her şeye başkaldırır, yere ve zamana aldırmadan kendini kapıp koyverirdi. Liseden nefret etti, Washington'da yaşadığımız sıralarda sık sık okulu asar, Smithsonian ya da Ordu Tıp Müzesi'ne gider, bazen de sigara ve bira içmek üzere arkadaşlarına takılırdı.

Bana kızılıyordu, kendi alaycı deyiimiyle "sarışın bebek"tim ben, -derslerinde de arkadaş bulmakta da hiç zorlanmayan cici kızkardeş olarak görüyordu beni- yaşamımı hiç çaba göstermeden sürdürdüğümü, yaşama ve insanlara karşı saçma bir iyimserlikle yaklaştığımı, böylece gerçeklerden kendimi koruduğumu düşünüyordu. Ağabeyim doğuştan sporcuydu, gerek üniversitede gerek lisansüstü eğitiminde notları kusursuzdu; ben esasen okulu seven bir insandım, her türlü sporu yapmaya uğraşırdım, arkadaşım çoktu, okulda sosyal etkinliklere katılırdım. O ise ikimizin arasında kalmış, tümüyle farklı biriydi; ailenin asi çocuğuydu, insafsızlığına inandığı dünyaya başkaldırıyor, ona karşı savaşıyordu. Askeri yaşam tarzından nefret ederdi, ikide bir oradan oraya gitmek, yeni yeni arkadaşlar edinmek zorunluluğu ona ağır geliyordu, aile içi nezaketi ise riyakârlık olarak niteliyordu.

Ben, karanlık duygudurumlarıyla amansız savaflara daha ileri yaşlarda başladığımdan olacak, onunkinden daha iyicil, daha az tehditkâr ve bana sorarsanız maceralarda dolu harika bir dünyada bir süre daha yaşama olanağını buldum. Sanırım ablam benimki gibi bir dünyayı hiç tanımamıştı. Çocukluğumun ve ilk gençliğimin uzayan önemli yılları genellikle çok mutlu geçmişti ve benim için sıcak ilişkiler, dostluk ve gü-

venden oluşan sağlam bir temel hazırlamıştı. Bu yıllar, ilerki günlerin mutsuzluklarına karşı son derece g cl  bir tılsım, olumlu ve yapıcı bir karşı-g c sağlamıştı bana. Ablam böylesi yıllar geçirmemiş olduğundan tılsıma sahip değildi. Bu nedenle, zamanı gelip de ikimiz de ayrı ayrı şeytanlarımızla uğraşmak zorunda kaldığımızda, içine düştüğümüz karanlığı o kendisinin, ailenin, dünyanın bir parçası olarak algıladı, bense bir yabancı olarak; o karanlık kafamın ve ruhumun en derinliklerini kapladığı zaman bile, hemen her zaman benim dışında bir g c, gerçek kimliğimle savaşan bir g c gibi gelmiştir bana.

Ablam da babam gibi istediğinde son derece sevimli olabiliyordu: Parıl parıl zekâsının, orijinalliğinin, acımasız espri yeteneğinin yanı sıra olağanüstü bir estetik duygusu vardı. Kolay, tasasız bir insan değildi, yaşı ilerledikçe tasa ve sıkıntıları da çoğaldı ama müthiş bir sanatsal hayal gücü ve sanatçı ruhu vardı. Kimi kez y reğinizi sızlatabilir ama hemen ardından tepenizi dayanılmaz ölçüde attırabilirdi. Ablamın ateşinin alevlerinin yanında kendimi toprak gibi hissetmişimdir hep.

Babam bir şeye merak saldı mı sanki büyüye kapılırdı; oşkulu, esprili, hemen her şeyle ilgilenen, doğanın g zellilerini derin bir keyif ve orijinallikle betimleyebilen bir kişi-ydi. Bir kar tanesi hiçbir zaman yalnızca bir kar tanesi, bir bulut hiçbir zaman yalnızca bir bulut değildi. Babam onları olaylara ve kişiliklere dönüştürür, garip düzenli, çok hareketli bir evrenin parçaları haline getirirdi. Havası yerinde olup da uçmaya başladığında bulaşıcı neşesi her yanı kaplardı. Evimiz müzikle dolar, yepyeni, harika mücevherler ıkıverirdi ortaya -aytaşından bir yüzük, zarif bir yakut bilezik, bir altın b kl m n n içine yerleştirilmiş deniz mavisi bir taştan olu-

şan bir kolye- ve bizler dinleme tavrımızı takınırdık, çünkü hepimiz bilirdik ki en son neye merak saldıysa o konuda pek çok şey işiteceğiz. Kimi kez dünyanın geleceğinin ve kurtuluşunun yeldeğirnenlerine bağlı olduğuna dair ateşli konuşmalar yapardı; kimi kez biz üç kardeşin ille de Rusça dersleri almamız gerektiğini çünkü Rus şiirinin aslının anlatılamayacak kadar güzel olduğunu savunurdu.

Bir keresinde, George Bernard Shaw'un, fonetik bir alfabenin geliştirilmesinde kullanılmak üzere vasiyetinde para bıraktığını, bu yeni dile çevrilecek ilk oyunu olarak da Androcles ile Aslan'ı seçtiğini okumuş babam bir yerde. Hepimize -ayrıca uçuş alanına giren herkese- üçer beşer nüsha Androcles ile Aslan dağıtıldı. Aile içinde dolaşan bir rivayete göre, kitaptan yüze yakın adet ısmarlayıp şuna buna yollamış. Onun bu tür abartmalarına bayılırdım, sanki bulaşıcı bir büyü vardı; aslanın yaralı pençesinin, hristiyanları ölüme gönderirken şarkı söyleyen Romalı askerlerin öyküsünü bize yüksek sesle okuyuşunu, araya sıkıştırdığı kendi sanatsal yorumları, fonetik ve uluslararası bir dilin hayati önemini nasıl ısrarla vurguladığını hatırladıkça hâlâ gülümserim. Bugün bile büromda duran balarısı biçiminde, büyükçe, seramik bir kavanoz var, ona da her bakışımda gülerim babamın onu ağzına dek bal ile dolu olduğu halde eline alıp havada çeşitli jet manevraları yaparak uçurduğunu hatırlayarak. Bu manevralar arasında yonca uçuşu da vardı ki, en sevdiğimiz oydu, çünkü dönüşü yaparken anı ters yüz olduğundan içindeki bal olduğu gibi mutfak masasının üstüne dökülür, annem de "Marshall, bu yaptığın gerçekten gerekli mi şimdi? Çocukları da azdırıyorsun" diye söylenirdi. Biz ise keyiften kıkırdayarak balarısının birkaç dakika daha uçmasını sağlardık.

Büyüleyici bir şeydi gerçekten, sanki babamız Mary Pop-pins'ten başkası değildi. Onun yıllar sonra bana armağan ettiği bir bileziğin üstüne Michael Faraday'ın (aynı zamanda California Üniversitesi Fizik Bölümü'nün girişinde yer alan) şu sözünü yazdırmıştı: "Hiçbir şey gerçek olamayacak kadar harika değildir." Faraday'ın sık sık ruhsal bunalım geçirdiğini söylemeye gerek yok, ayrıca kesinlikle gerçek olmayan bir laf etmiş. Gene de düşünce olarak, bir duygudurumu olarak enfes bir şey, benim babam da kendini kaptırdığında öyle olurdu işte. Annem, kendisini babamın zekâsının sevimliliğinin, tutkulu imgeleminin gölgesinde hissettiğini birçok kez söylemiştir. Çocuklarla birlikteyken Fareli Köyün Kavalcısı'na benzediğini söylerdi ki, bütün arkadaşlarımın, ayrıca gittiğimiz her mahalledeki çocukların üstünde babamın yarattığı karizmatik etki bunu doğruluyordu. Öte yandan, çocukluk arkadaşlarımın oturup konuşmak istediği kişi annemdi. Babamla oynardık, annemle konuşurduk.

Annemin kesinlikle inandığı bir şey vardır: Hayatta önemli olan insanın eline düşen kartlar değil, onları nasıl oynadığıdır, der. Bense, elime düşen en yüksek kartın annem olduğuna inanıyorum. İyi yürekli, adil, cömert biriydi; kendisi gibi iyi yürekli, adil ve cömert bir ana baba tarafından derin bir sevgiyle yetiştirildiğinden büyük bir özgüvene sahipti. Daha ben doğmadan ölmüş olan büyükbabam üniversite profesörü bir fizikçiymiş. Anlatılanlara göre nüktedan bir adammış ve gerek öğrencilerine gerek meslekdaşlarına aşırı derecede iyi davranırmış. Çok iyi tanıdığım anneannem ise sıcacık, yumuşacık, bütün insanlara derin ve içten bir ilgiyle yaklaşan biriydi, bunun sonucu olarak da çok güzel dostluklar kuruyor, insanları anında rahatlatmasını biliyordu. O da tıpkı annem

gibi insanlara her şeyden çok önem verirdi, işlerinin çokluğu ya da vaktinin azlığı hiçbir zaman düşüncesiz olmasına neden olmaz ya da gereksinildiğinde yardıma koşmasını engellemezdi.

Öyle entelektüel biri değildi, boş vakitlerinin çoğunu okumakla geçiren büyükbabamın aksine, bir sürü kulübe üye olmuştu. Doğuştan örgütleme yeteneği olan, hem de çok sevilen biri olduğu için hangi gruba katılsa başkan seçiliyordu. Pek çok bakımdan beklenmedik ölçüde tutucuydu -Cumhuriyetçi Parti yandaşı, Amerikan Devrimi'nin Kızları örgütünün üyesi ve çay partilerine pek meraklı olması babama krizler geçirtiyordu- ama yumuşak olduğu kadar kararlı bir kadındı çiçekli emprime entariler giyer, tırnaklarına özen gösterir, hep çiçekli sabun kokardı. Dünyada hiç kimseye kötü davrandığı görülmemiş, harika bir anneanneydi.

İnce. uzun ve pek güzel olan annem lisedeyken de üniversitedeyken de çok sevilen bir genç kızmış. Fotoğraf albümündeki resimlerde, tenis oynayan, yüzen, eskrim yapan, ata binen, sosyal etkinlikleri bol, bir dizi yakışıklı erkek arkadaşı olan pek cici ve besbelli mutlu bir genç kız tablosu ortaya çıkıyor. Bizimkinden başka bir zaman ve dünyanın olağanüstü masumiyeti de okunuyor bu fotoğraflarda ve annem bu başka zaman ve dünyada pek rahat görünüyor. İlerde ortaya çıkabilecek mutsuzlukların gölgeleri, düşünceli ya da melankolik yüzler, dengesizlik ya da içsel karanlıklar öngören hiçbir şey yok. Her şeyin beklenebilir bir sonuca varacağına dair taşıdığı kesin inancın kökleri bu resimlerde sabitleşmiş olay ve insanların sarsılmaz normalliğine olduğu kadar, kendisinden önceki kuşakların güvenilir, dengeli, onurlu ve her işi sonuna dek götürmekte kararlı karakterine de bağlanabilir.

Genlerine yüzyıllardan beri yerleşmiş sağlam dengelilik, ailesinden ayrılıp da kendi yuvasını kurduğunda karşılaşacağı zorluklara, sarsıntılara onu ancak kısmen hazırlamış olabilirdi. Ancak, annemin bu inatçı sağlamlığı, her işi sonuna dek götürme kararlılığı, sevmek ve öğrenmek, dinlemek ve değişmek konularındaki üstün yeteneği olmasaydı, ben ilerki yıllarda çekeceğim korkunç acılardan, kâbuslardan sağ salim kurtulamazdım. Delilikle uğraşmanın ne olduğunu bilemezdi, deliliğe karşı ne yapılacağı konusunda hazırlıksızdı -hepimiz öyleydik- ama sevme yeteneğinin sürekliliği, doğuştan var olan iradesi sayesinde olayları sempati ve zekâyla idare etmesini bildi. Çaresiz kalabileceğini hiç aklından geçirmedi.

Bir yandan şiir ve okul piyesleri yazmaya bir yandan da fene ve tıbbı merakım vardı; annem de babam da bu konularda beni yüreklendiriyorlardı. Düşlerimi sınırlamaya kalkışmadılar hiçbir zaman. Aynı zamanda, geçici heveslerimle ciddi amaçlarım arasındaki farkı görecek kadar duyarlı ve akıllıydılar. Üstelik, geçici heveslerimi bile çoğunlukla hoşgörecektik kadar iyi niyet ve imgelem gücüne sahiptiler. Güçlü ve mutlak tutkuları olan bir çocuktum ve bir ara ille de evde "tembel hayvan" besleyeceğim diye tutturdum. Annem evde kedi, köpek, kuş, balık, kaplumbağa, kertenkele, kurbağa ve fare gibi hayvanlar beslememe büyük bir özveriyle izin vermişti ama bu son hevesimi içten bir coşkuyla karşılamadığı kesindi. Babam, bu hayvan üstüne ayrıntılı bilimsel ve edebi bir defter hazırlamam gerektiğini söyledi bana. Ek olarak bazı önerileri daha vardı: Bu hayvanların beslenme, yaşam koşulları ve veteriner gereksinimleri üstüne pratik bilgiler topladım.

manın yanı sıra onlar hakkında bir dizi şiir ve onların benim için ne anlam ifade ettiklerine dair bir iki deneme yazacaktım; evimizde kendi yaşamımızı aksatmayacak ama onlar için de uygun olacak bir yaşam ortamı tasarısı hazırlayacaktım; bu arada hayvanat bahçesine gidip günlük davranışlarını ayrıntılarıyla gözleyecektim. Bütün bunları yaparsam bana bir "tembel hayvan" bulmanın yollarını arayacaklardı.

Eminim her ikisi de biliyorlardı ki ben aslında garip bir fikri uygulama düşüncesine tutulmuştum ve heveslerimi ifade edecek başka bir yol bulduğum anda keyfim yerine gelecekti. Haklıydılar elbette. Ne kadar haklı olduklarını hayvanat bahçesine gidip "tembel hayvan" gözlediğimde çok iyi anladım. Bu hayvanın doğal davranışlarını izlemekten daha sıkıcı bir şey varsa eğer -kriket maçlarını ya da C-SPAN kanalında naklen yayımlanan Meclis Araştırma Komisyonları'nın toplantılarını saymıyorum- ben henüz rastlamadım. Eve, şiirselikten uzak -ama o hayvanlarla kıyaslandığında nerdeyse Newton kadar karmaşık- köpeğime döndüğümde pek mutlu oldum.

Öte yandan, tıba olan ilgim hiç de geçici değildi ve anem de babam da bu konuda bana tam destek veriyorlardı. Daha oniki yaşımdayken bana bir mikroskop, bir anatomi takımı ve Gray's Anatomy adlı kitabı aldılar. Kitap aklımın eremeyeceği kadar karmaşık çıktı ama sırf ona sahip olmak gerçek tıbbın ne olduğu konusunda bana bir fikir verdiğinden -yani, ben öyle sandığımdan- yararlıydı. Bodrum katındaki pinpon masasını bir laboratuvara dönüştürdüm, bitmez tükenmez akşamüstlerini orada kurbağa, balık, solucan, kaplumbağa gibi hayvanları kesip biçerek geçirdim. Denek seçimlerimde evrimsel merdivenin daha üst katlarına çıktığımda

bana bir domuz cenini getirdiler. İşte o zaman -yavrucağın minik burnu ve kusursuz bıyıkları sonum oldu- kesip biçme hevesim sona erdi. Andrews Hava Kuvvetleri Üssü'nün hastanesinde gönüllü olarak hemşire yardımcılığı yapıyordum haftasonlarında. Oradaki doktorlar bana neşter, hemostat ve bir sürü benzeri şeylerle birlikte evde yaptığım deneylerde kullanmam için şişe şişe kan verirlerdi. Daha da önemlisi, beni ve ilgilediğim konuları ciddiye alırlardı. O dönemlerde kadınlar hastanelerde ancak hemşire olarak görev yaparlardı ama benim doktor olma isteğimi daima cesaretlendirdiler. Viziteye çıktıklarında beni yanlarına alır, ufak tefek ameliyatları seyretmeme hatta kimi kez yardım etmeme izin verirdi. Onların dikiş almalarını, pansuman değiştirmelerini, belkemiğinde delik açmalarını dikkatle izlerdim, aletlerini tutar, yaraların içine bakardım; bir keresinde karın ameliyatı olmuş bir hastanın birkaç dikişini bile aldım.

Hastaneye erkenden gider, geç saatlere kadar kalır, yanımda kitaplar ve sorular getirirdim: Tıp öğrencisi olmak nasıl bir şeydir? Bebek nasıl doğurtulur? Ölümle bir arada yaşamak nasıldır? Bu son konuya duyduğum ilginin gerçekten derin olduğuna ikna etmiş olacağım ki, doktorlardan biri bir otopsiyi -dehşet verici ve olağanüstü bir olay- kısmen seyretmeme izin verdi. Çelik otopsi masasının yanında duruyor, ölü çocuğun küçük çıplak bedenine bakmamaya çalışıyor ama bakmaktan kendimi alamıyordum. Odanın her yanına sinmiş olan koku iğrençti, dikkatimi şarıl şurul gelen su sesine ve patologun çok hızlı hareket eden ellerine yoğunlaştırdım. Bir süre sonra, gördüğüm şeyleri görmeme çabası içinde, her zamanki gibi soru sormaya koyuldum, aldığım her cevaptan sonra bir soru daha yetiştiriyordum. Patolog kestiği yerleri

neden kesiyor? Neden eldiven giymiş? Kesilen gövde parçaları ne olacak? Neden bazı parçalar tartılıyor da ötekiler tartılmıyor?

Başlangıçta, gözümün önünde olanların korkunçluğundan kurtulmanın bir yoluymıştı bu ama bir süre sonra merak gerçekten ağır bastı. Sorularım yoğunlaştıkça cesedi görmeye başladım. O günden sonra da binlerce kez olmuştur aynı şey: Merakım ve atılmanlığım yüzünden duygusal açıdan baş edemeyeceğim konumlarda bulmuşumdur kendimi ama aynı merak ve de kafamın bilimsel yanı duygularıyla arama bir uzaklık koyabilmemi, geriye çekilip düşünmemi, durumu idare ederek yoluma devam etmemi sağlamıştır.

On beş yaşımıdayken, öteki gönüllü hemşire yardımcılarıyla birlikte bir alan incelemesine katılmak üzere St. Elizabeths Ruh Hastalıkları Hastanesi'ne gittim. Bir bakıma otopside bulunmaktan çok daha dehşet verici bir deneyimdi. Otobüste giderken hepimiz sinirli ve heyecanlıydık, delilerin dünyası sandığımız o bilinmedik dünyaya doğru ilerlerken duyduğumuz korkuları, endişeleri yatıştırma çabası içinde son derece duygusuzca laflar ediyor, kıkırdayıp duruyorduk. Bize tamamen yabancı bir yere gitmekten, belki şiddet olayları ile karşılaşacağımızdan, özdenetimini tümüyle kaybetmiş birilerini görmekten korkuyorduk herhalde. Çocukluğumuzda bir-birimizi kızdırmak için, "Senin sonun St. Elizabeths olacak" demez miydik? Az çok akli başında biri olduğumu düşünmem için herhangi bir sebep olmadığı halde, akıl dışı korkular kurcalamaya başlamıştı kafamı. Korkunç öfke krizleri geçirirdim örneğin; gerçi bu krizler pek ender patlak verirdi

ama bir kez patladığında beni de, merkez üssüme yakın başkalarını da fena halde korkuturdu. Davranış dağarcığımdın pürüzsüz yüzeyindeki tek çatlaktı bu ama rahatsız edici bir şeydi. Yetiştiriliş biçiminin sonucu sahip olduğum katı disiplin ve duygusal denetimin altında neler yattığını ancak Tanrı bile bilirdi ama ben de çatlaklar olduğunu biliyor ve bundan korkuyordum.

Hastanenin görünüşü hiç de sandığım kadar kasvetli değildi. Bahçeler çok geniş, çok güzeldi, şahane eski çınarlar vardı; kimi yerlerden kentin ve ırmakların manzarası olağanüstüydü. Savaş öncesinden kalma binalar, bir vakitler Washington'a da egemen olan Güneyli zerafetini gözler önüne seriyordu. Ama koşullara girdiğimiz anda, asil mimarinin ve güzel bahçelerin yaratmış olduğu yanılısama yıkıldı. Akıl hastalığının görüntüleri, sesleri, kokuları anında korkunç bir gerçeklikle sarıverdi bizi. St. Andrevv's'daki koşullarda çok sayıda hemşire görmeye alışmıştım, oysa burada bizi gezdiren başhemşirenin dediğine göre St. Elizabeths'de doksan hastaya bir bakıcı düşüyordu. Her an şiddet gösterebilecek onca hastayı bir tek kişinin nasıl denetleyebileceğini çok merak ettim, bakıcıların kendilerini nasıl koruduklarını sordum. Hastaların çoğunu ilaçla denetim altında tuttuklarını ama kimi kez bazılarını "hortumla sulamak" gerektiğini söyledi. Birinin böylesi insanlık dışı bir yöntemle maruz kalması için ne denli denetimden çıkmış olması gerekirdi? Bu soru bir türlü aklımdan çıkmadı.

Ama çok daha kötüsü de vardı: Kadın koşullarından birinin gündüz odasına girdik, durduğum yerde kalakaldım, çevremdeki tuhaf giysili, garip garip hareketli kadınların ortalıkta hızlı hızlı gidip gelmelerine, acayip gülüşlerine, arada

bir yürek parçalayıcı ıglıklar atmalarına bakakaldım. Kadın-
lardan biri leylek gibi tek ayağının üstünde duruyordu, öteki
bacağını kıvrıp yukarı çekmişti, orada kaldığımız süre bo-
yunca aptal aptal kıkırdayıp durdu. Başka bir hasta -ki bir za-
manlar besbelli bayağı güzeldi- odanın ortasında dikilmiş
kendi kendine konuşuyor, uzun kızılımsı saçlarını rp z-
yor, rp çözüyordu. Bu arada fıldır fıldır dönen gözleriyle
ona yaklaşmaya yeltenen herkesi izliyordu. nce korktum
ama kadın ilgimi de çekmiş, hatta tamamen yakalamıştı. Ya-
vaş yavaş ona doğru yürüdüm. Sonunda, birkaç dakika onun
birkaç adım ötesinde durduktan sonra, bütün cesaretimi to-
parlayıp ona neden hastanede bulunduğunu sordum. Bu ara-
da, birlikte geldiğim gönüllü arkadaşlarımın salonun en uzak
köşesinde toplanıp kendi aralarında fısıldaşmaya koyuldukları-
nı gözümün ucuyla fark etmiştim. Onların yanına gitmemeye
karar verdim; merakım korkularımı delmeye başlamıştı.

Hasta kadın, beni grmyormuşcasına uzun uzun baktı
yüzüme. Sonra, beni doğrudan görmemek için öte yana dne-
rek neden St. Ehrabeths'de bulunduğunu açıkladı. Dediğine
göre kendisi daha beş yaşındayken ana babası kafasının içine
bir tilt makinası yerleştirmişler. Kırmızı toplar ne zaman gle-
ceğini, mavi toplar ne zaman susup herkesten uzak duracağı-
nı, yeşil toplar ne zaman le çarpmaya başlayacağını haber
verirlermiş. Birkaç günde bir ise gümüş bir top çıkarmış orta-
ya. Bunu söyledikten sonra başını çevirip gözlerini bana dik-
ti. Dinleyip dinlemediğimi denetliyor sandım. Elbette dinli-
yordum. Nasıl dinlemez insan? yk inanılacak gibi değildi
ama müthiş ilginçti. Gümüş topun ne anlama geldiğini sor-
dum ona. Çok büyük bir dikkatle baktı bana, sonra birden
gözlerindeki ışık tümüyle söndü. l gözlerini uzaklara dikti,

sanki kendi içine dönmüştü. Gümüş topun ne anlama geldiğini hiçbir zaman öğrenemedim.

Büyülenmiş gibiydim ama daha çok da ürkmüştüm hastaların garipliğinden ve salonda esen terör havasının yoğunluğundan. Ama terörden de ağır basan, kadınların gözlerindeki acı ifadesiydi. İçimde yükselen bir duygu sanki içgüdüsel olarak onlara uzandı ve garip bir şekilde bu acıyı anladı. Günün birinde aynaya bakıp aynı kederi, aynı deliliği kendi gözlerimde göreceğim aklımın ucundan bile geçmedi.

İlk gençliğim boyunca tıbbı ve bilime olan ilgimi yalnızca ana babam ve St. Andrews hastanesindeki doktorlar değil pek çok arkadaşımın ana babası da destekliyordu. Meteoroloji servisindeki aileler genellikle aynı üslerde görevlendirilir ve özellikle tanıdık bir ailenin görev yeri hep bizimkiyle çakıştığından onlarla çok yakın dost olmuştuk. Birlikte piknik yapar, birlikte tatile çıkar, aynı bebek bakıcılarını kullanır, sinemaya, akşam yemeklerine, Subay Kulübü'ndeki partilere on kişilik bir sürü halinde giderdik. Çocukken ağabeyim, ablam ve ben onların üç oğluyla birlikte saklambaç oynardık; büyüdükçe voleybola, dans derslerine, ağırbaşlı partilere, sonra az çok çılgın partilere katıldık birlikte, derken kaçınılmaz olarak büyüdük ve yollarımız ayrıldı. Ama Washington ve Tokyo'daki çocukluk yıllarında, sonra yeniden Washington'da hep birlikteydik. Anneleri -tatlı, keyifli, ateşli, bağımsız ruhlu, pratik kafalı, kızıl saçlı bir İrlanda katoligiydi- benim için ikinci bir yuva yaratmıştı, onların evine kendi evimmiş gibi girer çıkar, fırında pişen pastaların, kurabiyelerin kokusunu içime çekerek, sıcaklığı, kahkahaları, uzun ko-

nuşmaları paylaşarak saatler geçirirdim. Annemle ikisi çok yakın dosttular -h    da  yleler- ben de kendimi hep onun kalabalık ailesinin bir parçası olarak hissetmişimdir. Kendisi hemşireydi, tıp fakültesine gitmek, yazı yazmak, araştırma yapmak konusundaki büyük planlarımı ona uzun uzun anlattığımıda dikkatle dinlerdi. Arada bir, "Evet, evet, çok ilginç," "Tabii neden yapamayacakmışsın" ya da "Peki, şunu düşündün m ..." gibisinden laflarla sözümü keserdi ama onun ağızından hiçbir zaman "Yok, bence bu pek olacak gibi değil" ya da "Dur bakalım, biraz bekle neler olacağını g r" gibisinden sözler işitmedim.

Matematikçi ve meteorolog olan kocası da ona benzerdi. En son projemin ne olduğunu, neler okuduğumu, o sırada hangi hayvanı kesip bitiğimi ve nedenini sormayı hiç ihmal etmezdi. Tıp ve bilim konusunda benimle çok ciddi konuşur, planlarımı, düşlerimi sonuna dek götürmem konusunda beni y reklendirirdi. O da, babam gibi, doğal bilimlere derin bir sevgi beslerdi, fizik, felsefe ve matematiğin mutlak tutku ve ilgi bekleyen kıskanç metresler olduğunu uzun uzun anlatmıştı bana. şimdi geriye baktığımda -ilerki yaşlarda geçirdiğim acı deneyimlerden, emellerimin ufuğunu daraltmam, heveslerimi dizginlemem konusunda aldığım onca  ğ tten sonra- ana babamın ve onların arkadaşlarının benim düşüncelerimi ne kadar ciddiye aldıklarını tam olarak takdir edebiliyorum. Ve ancak şimdi anlıyorum ki düşünce ve heveslerimin saygı görmesi, daha da ötesi aktif olarak y reklendirilmesi benim entelektüel ve duygusal yaşamım için hayati bir önem taşıyormuş. Doğası tutkulu olan biri d ş-katilleri karşısında korunmasızdır; bense, hayallerimi destekleyenler arasında yetişmiş olmakla çok ama çok şanslıyım.

Sonuç olarak, tamamen mutlu sayılabilirdim: Harika arkadaşlarım, yüzmeye, ata binmeye, top oynama, partiler, erkek arkadaşlar, Chesapeake'de geçirilen yazlar, yaşama adım atmanın bütün olumlu yanlarıyla dolu, hareketli bir hayatım vardı. Ama bütün bunların yanı sıra, son derece geleneksel ve askeri bir dünyada çeşitli coşkular üreten civamsı bir genç kız olma gerçeğine yavaş yavaş uyanma süreci de başlamıştı. Bağımsız bir ruh, ateşli hevesler, genç kızlığın tutkuları resmi protokole kolay kolay uyum gösteremiyordu. Askeri protokolde subay çocuklarının öğrenmeleri gereken ince ayrıntılar vardı. Yaşamın gerçeklerinin dışında kalan davranış biçimleri, danslar, beyaz eldivenler... O çerçevede çocuklar -sanki daha önceki ondört-onbeş yıl boyunca acıyla ve açıklıkla farketmemişlermiş gibi- öğrenmek zorundaydılar ki generallerin rütbesi albaylardan üstündür, albaylar ise sırasıyla yarbaylardan, yüzbaşılardan, teğmenlerden rütbece üstündürler ve herkes ama herkes çocuklardan üstündür. Çocuklar arasındaki rütbe sıralamasına gelince de, oğlanlar kızlardan üstündür.

Bu son derece sinir bozucu gagalama düzenini küçük kızların iyice kafalarına sokmak için kullanılan yöntemlerden birisi de onlara ninelerinden kalma gülünç bir şeyi, diz bükerek selam verme sanatını öğretmektir. Kafası az çok çalışan birinin reverans yapmayı kabul edilebilir bir şey olarak görmesini beklemek pek kolay değil. Bense liberal eğitim görmüştüm ve genel-geçer değerlere karşı görüşler besleyen, davranışlar sergileyen bir babanın kıızıydım, böyle bir şey yapmamı benden ciddi ciddi isteyeceklerine kesinlikle inanamıyordum. Benden önceki kabarık tuvaletli kızların birer birer diz büküp reverans yapışlarını izlerken "Koyun bunlar" diyordum kendi

kendime. Koyun. Derken benim sıram geldi ve birden içimde bir şeyler kabarak taşıtı. Yıllar yılı kızların pek çok şeye boyun eğme zorunlulukları olduğunu görmüştüm, daha da beteri, kızların boyun eğmeye hiç karşı çıkmadıklarını izlemiştim, bu bardağı taşıran damlaydı galiba. Reverans yapmayı reddettim. Başka herhangi bir çevrede üstünde durulmayacak önemsiz bir şey olurdu bu kuşkusuz, ama askeri gelenek ve protokolün egemen olduğu dünyada -ki bu dünyada semboller ve itaat her şeyden önemliydi, bir çocuğun uygunsuz davranışı ise babasının terfi olanaklarını tehlikeye sokabilirdi- yaptığım bir savaş ilânıydı. Kendisinden istenilen şey ne kadar saçma olursa olsun bir çocuğun bir yetişkine itaat etmemesi görülmüş şey değildi. Dans hocamız Bayan Courtney'in gözlerinden ateş fışkırdı. Ben inadımı sürdürdüm. Albay Jamison'un bu olaya çok üzüleceğinden emin olduğunu söyledi. Ben de, Albay Jamison'un bu olaya hiç mi hiç aldırmayacağından emin olduğumu belirttim. Yanılmışım. Meğer Albay Jamison tu konuda fazlasıyla duyarlıymış. Kızların subaylar ve eşleri karşısında reverans yapmalarını o da saçma buluyordu ama birine saygısızlık etmemi kesinlikle onaylamıyordu. Özür diledim. İkimiz daha hafif bir reverans konusunda uzlaştık: Dizlerimi pek az bükerek, yere çok belli belirsiz çöker gibi yapacaktım. Bıçak sırtı bir uzlaşma, babamın temelde biçimsiz durumlara zekâsıyla çözüm bulma kabiliyetinin bir örneği.

Diz bükmeye karşıydım ama tören üniformalarının şıklığına, müzik ve dansa, protokol balolarının parıltısına bayılıyordum. Bağımsızlığımıza ne kadar gereksinme duyarsam duyuyum, geleneksel dünya da çekici geliyordu bana. Yüksek duvarlarla çevrili bu asker dünyasında yaşamak insana harika bir güven duygusu veriyordu. Beklentiler açık seçik belli, ba-

haneler azdı; hakkaniyete, onura, fiziksel cesarete, insanın  l-kesi için ölmeye hazır olması gerektiğine içtenlikle inanan bir  evreydi. Bu çevrede tutunmanın en birincil koşulu k r  körüne ba lılıktı, doğru ama hayatlarını akla uzak biçimlerde tehlikeye atmaya hazır, çılgınlık yapabilecek Don Ki ot ruhlu pek çok genci de bünyesinde barındırıyordu zorunlu olarak. Ve gene zorunlu olarak, bu gençlerden çok daha az sosyal disiplini olan bir grup bilim adamını -bunların çoğu meteorologdu ve gökleri en az pilotlar kadar severlerdi- da içine almak ve hoş-görmek durumundaydı. Romans ile disiplin arasındaki gerilimi her an canlı tutan bir toplulukt : Heyecanı, alıklığı, hızlı ya- am ve ani ölümü içeren karmaşık bir dünya... Ge mi e doğru bir arka pencere a ıyor, ondokuzuncu yüzyıl yaşamının en iyi ve en kötü yanlarını gözler önüne seriyordu. Medeni, zarıf, seçkinci ve kişisel zaafılara karşı son derece ho g r s z bir ya- am anlayışı. Kişinin  zel isteklerini feda etmeye her an hazır olması, kendini denetim altında tutması, geri çekmesi bekle-niyordu.

Babamın komutanı olan subayın evindeki bir çay toplan-tısını anlatmıştı annem bana. Komutanın karısı da  aya davet ettiği hanımlar gibi bir pilotla evliydi. Görevleri ara-sında genç pilot eşlerini her konuda eğitmek, ak am yemeği daveti nasıl yapılır gibi etiket sorunlarından, hava  s ndeki sosyal etkinliklere nasıl katılınaca ına dair bilgiler vermek vardı. Kadın bu hususlarda bir süre konu tuktan sonra asıl konuya girmiş: Dedi ine göre, pilotlar u tuklarında hiçbir za-man sikkın ya da öfkeli olmamalıymı lar. Canları sikkınsa, si-nirliyseler dikkatleri dağılır, yanlış kararlar verebilirlermi , kazalar meydana gelebilir, pilotlar  lebilirlermi . Dolayısıyla pilot eşleri, kocaları u  a çıkmadan önce onlarla hiçbir ko-

nuda tartışmamalıymışlar. Bir kadının sakın durması, kendini tutması iyi bir şey olmaktan öte, elzem bir şeymiş.

Annem sonradan bunu bana anlatırken duygularını şöyle açıklamıştı: Kocan her uçağa binışinde meraktan öldüğün yetmiyormuş gibi, şimdi de uçağı düştüğü takdirde sorumluluğu yüklenmen gerekiyor. Sinirlensen de, öfkelensen de, aman adamın ölümüne sebep olmayayım diye, açığa vurmayacaksın. Kadınların ağırbaşlı, yumuşak tavırlı, boynu bükük olmalarına toplumun öteki kesimlerinden çok daha fazla önem verilirdi askeri çevrelerde.

O beyaz eldivenli, geniş kenarlı şapkalı günlerde biri bana iki yıla kalmadan akıl hastası olacağımı, ölmekten başka bir şey düşünemeyecek hale geleceğimi söyleseydi güler, şaşırır, aldırmadan yoluma giderdim. Ama her şeyden çok gülerdim. Oysa tam da bu farklı ve zıtlıklarla dolu hayata alışmaya başlamışken, kendimi ilk kez Washington'da kök salmış gibi hissederken babam hava kuvvetlerinden emekli oldu ve California'daki Rand Corporation'da bilim adamı olarak iş buldu. Yıl 1961, ben onbeş yaşındaydım ve birden dünyam başıma yıkılmaya başladı.

Pasific Palisades Lisesi'ndeki ilk günüm -ki, her asker çocuğunun alışmış olduğu gibi okul yılının başlangıcından birkaç ay sonraydı- yaşamının korkunç boyutlarda değişeceğinin ilk ipuçlarını verdi bana. Yeni-gelen-arkadaş sıfatının öngördüğü bildik tanışma töreniyle başladık. Yabancılarla dolu bir sınıf önünde ayağa kalkıp kendini üç dakikada özetleme işkencesi... Böyle bir şeyi asker çocuklarının karşısında yapmak da yeterince zordur ama bir grup zengin ve kayıtsız Güney Cali-

fornialı'nın önünde tamamen saçma sapan bir duruma düşersiniz. Babamın eskiden hava kuvvetlerinde subay olduğunu söylediğim anda anladım ki, onun bir dağ gelinciği ya da çift hörgüçlü deve olduğunu açıklasaydım farklı bir tepki görmeyecektim. Sınıf bir ölüm sessizliğine gömüldü. Pasific Palisades'de geçerliliği olan ana-baba türleri "endüstride" (yani, sinema dünyasında) çalışanlar, zenginler, şirket avukatları, işadamları ya da çok başarılı hekimlerdi. Daha sonra, öğretmenlere ne zaman "Evet, efendim" "Hayır, efendim" desem sınıfın kahkahalara boğulmasından anlamaya başladım "sivil okul"un ne menem bir şey olduğunu.

Okyanus ortasında bir sal üstündeymişim duygusunu yaşadım uzun süre. Washington'u korkunç özliyordum. Erkek arkadaşım oradaydı, son derece mutsuzdum onsuz. Sarışın, mavi gözlü, esprili, dans etmeyi seven bir çocuktuk, Washington'dan ayrılmadan önceki aylarda neredeyse bir günümüz bile ayrı geçmemişti. Ailemden bağımsızlığa onunla adım atmıştım ve çoğu onbeş yaş çocuğu gibi aşkımızın sonsuza dek devam edeceğine inanıyordum. Onun yanı sıra, iyi arkadaşlarla, aile bağlarıyla, pek çok sevinç, ve kahkahayla, bildiğim, sevdiğim geleneklerle dolu bir yaşamı ve yuvam saydığım bir kenti de geride bırakmıştım. Daha da önemlisi, kendimi bildiğimden beri içinde yaşadığım tutucu bir asker çevresini geride bırakmıştım. Ana okuluna olsun, ilkokula olsun hava ya da kara kuvvetleri üslerinde gitmişim. Maryland'de devam ettiğim ortaokul ve lise ise üssün sınırları içinde değildiler ama çoğunlukla asker, memur ve diplomat ailelerin çocuklarının gittiği okullardı. Küçük, sıcak, sarmalanmış ve hiç de tehditkâr olmayan bir dünyaydı. California, en azından Pasific Palisades, bana soğuk ve özentili geliyordu. Yolumu yorda-

mımı nerdeyse tümüyle kaybettim, görünüşte yeni okula çabucak uymuş, yeni arkadaşlar da edinmişim -her ikiside geçmişte sık sık okul değiştirmenin, her gördüğümle ahbaplık kurmayı öğrenmenin getirdiği kolaylıklardan kaynaklanıyordu- ama çok çok mutsuzdum. Vaktimin çoğunu ağlayarak ya da erkek arkadaşına mektup yazarak geçiriyordum. Washington'da kalacağına California'da iş bulduğu için babama çok fena kızıyor, eski arkadaşlarımdan telefon ve mektup beklemekten bir hal oluyordum. Washington'daki okulda bir lider, katıldığım bütün takımların kaptanıydım; ders konusunda rekabet hemen hemen yok gibiydi, hiç çaba göstermeden, neredeyse otomatik olarak sınıf geçerdim. Pasific Palisades Lisesi'nde işler tamamen ters yüz oldu: Spor faaliyetleri farklıydı, kimseyi tanımadığımdan sporculuğumu ortaya koymakta çok zorluk çektim. Daha da beteri, akademik açıdan rekabet inanılmaz ölçülerdeydi. Girdiğim her derste çok geri olduğumu görüyor, öteki öğrencilere yetişmek için çok çabalıyordum, açıkçası bu çabalar da galiba boşa gitti. Böylesine çalışkan ve zeki öğrencilerle bir arada olmak bir yandan heyecan vericiydi ama bir yandan da farklı, aşağılayıcı ve cesaret kırıcıydı. Bilgi ve yeteneklerimin gerçekten sınırlı olduğunu kabul etmek kolay değildi. Gene de, yavaş yavaş da olsa, yeni okulumu alışmaya başladım, derslerdeki geriliğimi bir ölçüde azalttım, yeni arkadaşlar edindim.

Bu yeni dünya bana ne kadar garip gelirse gelsin, ben ona ne kadar yabancı kalırsam kalayım, pek çok yanına da ısınmaya başlamıştım. İlk şokları atlattıktan sonra, lisede geçirdiğim deneyimleri çok dikkate değer bir eğitim olarak görüyorum. Bu eğitimin bir kısmını da dersler sırasında aldım hatta. Yeni sınıf arkadaşlarımla son derece açık saçık konu-

maları ağızımı açık bırakıyordu. Herkesin en az bir, kimi kez iki, hatta üç üvey ana ya da babası var gibiydi, bu sayı ailenin geçirdiği boşanmalara göre değişiyordu. Arkadaşlarımın parasal kaynakları ise en hafif deyimle şaşırtıcıydı. Çoğunun geniş cinsellik deneyimleri bana bir sürü ilginç hazırlık bilgisi sağladı. Gerisini ise üniversite öğrencisi olan yeni erkek arkadaşımdan edindim. Kendisi UCLA (Los Angeles'teki California Üniversitesi) da okuyordu, bense orada hafta sonlarında farmakoloji bölümünde gönüllü olarak çalışıyordum. O sırada istediğimi sandığım her şeye sahipti o: Benden epeyce büyüktü, yakışıklıydı, tıp öncesi eğitim görüyordu, bana bayılıyor-du, kendi arabası vardı ve ilk erkek arkadaşım gibi dans etmeyi seviyordu. İlişkimiz ben liseyi bitirene kadar sürdü. Şimdi düşünüyorum da, aramızdaki, romantik bir birliktelik olduğu kadar benim evden uzaklaşmak, içinde bulunduğum karma-karışıklıktan kurtulmak için seçtiğim bir yoldu.

Ömrümde ilk kez olarak WASP'ın (Beyaz, Anglo-Saxon, Protestan) ne olduğunu, benim de onlardan biri olduğumu, bununsa en iyimser bakışla bile her zaman harika bir şey olmadığını öğrendim. Deyimi California'ya gelinceye dek hiç duymadığımdan, gördüğüm kadarıyla WASP olmak demek geri kafalı, ağız laf etmez, baston yutmuş, soğuk, sevimsiz, tatsız, zekâsı fazla parlak olmayan ama bütün bunların yanı sıra -ve nendendir bilinmez- imrenilecek biri olmak demekti. O zaman da, şimdi de çok garip bir kavram gibi görünmüştür bu bana. O sıralarda, okulun içindeki yaşamımda belirli bir sosyal bölünmüşlüğe de yol açtı bütün bunlar. Gündüzleri plaja, geceleri partilere giden bir grup daha çok WASP'lığa yatkındı; biraz daha derbeder, daha bezgin görünüşlü bir grup ise entelektüel etkinliklere yönelikti. Sonunda ben her iki dünyaya da girer

çıkar oldum, farklı nedenlerden dolayı her ikisinde de az çok rahattım. WASP dünyası geçmişimle titrete olsa önemli bir bağ oluşturunuyordu; entelektüel dünya ise varlığımı sürdürme en sağlam desteği, akademik geleceğimin ise en güçlü temellerini oluşturun.

Geçmiş gerçekten de mazi olmuştu. Asker ailesi yaşamı, Washington çok gerilerde kalmış, her şey değişmişti. Daha biz California'ya taşınmadan önce üniversiteye başlayarak yanımdan ayrılmış olan ağabeyimin gidişle çevremdeki güvenlik ağında koca bir delik açılmıştı. Ablamla aramdaki ilişki hiçbir zaman iyi olmamıştı ama artık, en iyi deyimle tersi sık sık kırıcı, genellikle de uzak olarak nitelenebilirdi. California'ya uyum sağlamakta benden çok daha fazla güçlük çekmişti ama bu konuyu hiçbir zaman açıkça konuşmadık. İkimiz de kendi işimize bakıyor, birbirimize ilişmiyorduk, öyle ki ayrı evlerde oturuyor olsaydık pek fark etmezdi. Annem ile babamsa, hâlâ birlikte oturmakla beraber, temelde birbirlerinden kopmuşlardı. Annem bir okulda öğretmenlik yapıyor, evi çekip çeviriyor, bir de lisansüstü eğitimini sürdürüyordu. Babam bilimsel çalışmalarına dalmıştı. Arada bir gene uçuğu oluyordu ve öyle bir duygudurumuna girdiğinde çevresine saçtığı neşe, parıltı evin bütün odalarını dolduruyor, hepimizi sımsıcak sarmalıyordu. Ama arada bir aklı-selimlin zirvesini aştığı, Rand Corporation'daki patronlarının kabul edebileceği sınırları zorladığı oluyordu. Örneğin bir keresinde, çoğu ölmüş olan yüzlerce insanın zekâ derecesini belirleyecek bir sistem icad etti. Son derece zekice düşünülmüş, çok değişik bir sistemdi bu ama belki de uygulanamayacak kadar değişikti,

ayrıca asıl işe alınmasına neden olan meteoroloji araştırmasıyla en ufak bir ilgisi yoktu.

Uçma yeteneğini kanıtladığı dönemlerin ardından kasvetli günler geliyordu; o zaman, depresyonunun kapkaralığı, iyi günlerindeki müzikten daha yoğun dolduruyordu evin havasını. California'ya taşınmamızdan bir yıl kadar sonra babamın karanlık günleri daha da kararmaya, daha da sıklaşmaya başladı, bense onları hiçbir biçimde etkileyemeyeceğimi fark ettim. Kahkahaların, uçuk duygudurumlarının, şaşırtıcı heveslerin geri gelmesini bekleyip duruyordum ama arada bir şöyle bir görünüp kaybolmak dışında sanki yok olmuşlar, yerlerini öfkeye, çaresizliğe, kasvetli içe kapanmalara bırakmışlardı. Bir süre sonra artık onu tanıyamaz oldum. Kimi kez yerinden kıpırdamaktan âciz kalıyor, yataktan çıkmıyor, yaşamına da geleceğine de her bakımdan derin bir karamsarlıkla bakıyordu. Başka zamanlarda ise çılgınlığa varan öfkesi, avaz avaz haykırmaları beni inanılmaz dehşetlere düşürüyordu. Yumuşak tavırlı, tatlı sesli babamın sesini yükselttiğini hiç hatırlamıyordum. Oysa şimdilerde günlerce, hatta haftalarca sabah kahvaltıya inmeye, akşam okuldan dönmeye korkuyordum. Üstelik çok da içmeye başlamıştı ki, bu her şeyi daha beterleştiriyordu. Annem benim kadar şaşkın ve korkmuş durumdaydı, ikimiz de kendimizi her geçen gün daha çok işe ve arkadaşlara vererek bir kaçış yolu arıyorduk. Ben vaktimin giderek daha çoğunu köpeğimle geçiriyordum; Washington'dayken aile bir sokak köpeği edinmişti, her yere onunla birlikte gidiyordum. Geceleri benim yatağымda yatıyor, saatlerce dertlerimi dinliyordu. Çoğu köpekler gibi iyi bir dert ortağıydı, nice geceler kollarımı onun boynuna dolayıp ağlaya ağlaya uykuya daldığımı bilirim. Ev yaşamımın altüst-

lüğüne dayanabildiysem, köpeğim, erkek arkadaşım ve yeni arkadaşlarım sayesinde olmuştur.

Karanlık ve kaotik duygudurumlarının yalnızca babama ve ablama özgü olmadığını çok geçmeden farkettilim. Onaltı-onyediyi yaşıma geldiğimde açıkça anladım ki, aşırı enerjim, kapıldığım hevesler çevremdekilere yorucu gelebiliyordu; haftalarca yüksekte uçup çok az uykuyla idare ediyor sonra birden düşmeye başlıyordum, düşüncelerim kararıyor, yaşam kasvete bürünüyordu. En yakın iki dostum da -ki ikisi de erkek, ikisi de yakışıklı, sinirli, alaycı tiplerdi-yaşamın karanlık yanına eğilimliydiler; lise hayatının normal, eğlenceli yanlarında da yolumuzu biliyorduk ama arada birepeyce kafası karışık, karamsar bir üçlüye dönüşüyorduk. Aslında üçümüz de okulda çeşitli lider konumlarındaydık, sporda, sosyal etkinliklerde önde gelen çocuklardık. Okuldayken bu tür aydınlık alanlarda kendimizi gösterirken, dışardaki hayatımızı çok yakın dostluk, kahkaha, aşırı ciddiyet, içki ve sigaradan oluşan daha karmaşık bir ağ içinde örüyorduk; geceler boyu sabahlara dek ölümcül gerçek oyunları oynuyor, yaşamlarımızın gittiği yönler üzerine tutkulu tartışmalar yapıyor, ölümün nedenini, nasıldığını konuşuyor, Beethoven, Mozart, Schumann dinliyor, birer ders kitabı gibi okuduğumuz melankolik ve varoluşçu yazarları -Hesse, Byron, Melville, Hardy- derinlemesine irdeliyorduk. Her birimizin kara kaosunun gerçek kökenleri vardı, hiçbirimiz özentisi içinde değildik: İkimizin ailesinde (bunu daha sonra öğrendik) manik-depresif hastalık vardı, öteki arkadaşımın annesi kalbine tabanca dayayarak intihar etmişti. İlerde her birimizin ayrı ayrı ve tek başına çekeceği acıların başlangıcını hep birlikte yaşadık. "İlerki acılar" benim için beklediğimden çok daha yakın bir gelecekle ortaya çıktı.

Manik-depresif hastalığın ilk krizini geçirdiğimde lise son sı-
nıftaydım; süreç bir kez başladıktan sonra aklımı çok çabuk
kaybettim. Başlangıçta her şey çok kolay oluyor gibiydi. Çıl-
gın bir sansar gibi oradan oraya koşuyor, türlü plan ve proje-
lerle fıkır fıkır kaynıyor, kendimi sporlara veriyor, geceler
ama geceler boyu sabahlara kadar uyumuyor, arkadaşlarla ge-
ziyor, elime geçirdiğim her şeyi okuyor, defterler dolusu şiir-
ler, oyunlar yazıyor, geleceğime dair büyük, tamamıyla ger-
çek-dışı tasarılar kuruyordum. Dünya zevk ve umut doluydu;
kendimi harika hissediyordum. Yalnızca harika değil, gerçek-
ten çok çok harika hissediyordum. Yapamayacağım hiçbir şey
yoktu, hiçbir şey bana zor gelemezdi. Kafam pırıl pırıl aydın-
lıktı, her şeyi yerli yerine inanılmaz bir kolaylıkla yerleştire-
biliyordum, o ana dek bir türlü çözemediğim matematik
problemlerini bile sanki içten gelen bir güdüyle çözüvermiş-
tim. Aslında o problemlerin çözümünü bugün biliyor değı-
lim. Ama o sırada, her şeyin kesin anlamını görmekle kalmı-
yor, her şeyi harika bir kozmik ilişkiler çerçevesine uyum
içine oturtabiliyordum. Evrenin doğal yasalarına ulaşmak be-
ni öylesine büyülemişti ki, kabım kabıma sığmıyordu, arka-
daşlarımı köşeye sıkıştırdığım gibi her şeyin ne kadar güzel ol-
duğunu onlara anlatmaya koyuluyordum. Evrenin karmaşık
yapısı ve güzelliğı konusunda vardığım çözümler onları be-
nim kadar şaşkınlığa uğratmadığı gibi, benim bu bitmez tü-
kenmez heyecanımın onları yorduğı, bıktırdığı söylenebilir:
Çok hızlı konuşuyorsun, Kay. Biraz yavaş ol, Kay. Ne diyor-
sun anlamıyorum, Kay. Sakinleş, Kay. Bu sözleri açık açık
söylemediklerinde bile gözlerinde okuyordum: Allahaşkına,
Kay, yavaş ol.

Sonunda yavaşladım. Doğrusunu isterseniz, kesildim. Birkaç yıl sonra tutmaya başlayan, çılgın bir hızla yükselen, psikoz ölçüsünde denetim dışı olan akut mani krizleri ile karşılaştırıldığında, ilk kez süreklilik gösteren bu hafif mani dalgası gerçek maninin uçuk renkli hatta sevimli bir kopyasıydı, daha sonra gelen yüzlerce uçuş dönemi gibi kısa sürdü, kendi kendini çabucak yakıp tüketti. Arkadaşlarım için can sıkıcıydı belki, benim için heyecan verici ama yorucuydu kuşkusuz ama hastalık olarak algılanacak nitelikte değildi. Derken yaşamım da kafam da sanki derin bir boşluğa yuvarlandı. Düşüncelerim kristal pırıltısını yitirmekle kalmayıp karanlık dehlizlerde debelenmeye başladı. Bir kitabın herhangi bir bölümünü üst üste birkaç kez okuyor ama aklımda hiçbir şeyin kalmadığını farkediyordum. Hangi kitabı ya da şiiri elime alsam aynı şey oluyordu. Hiçbir şey anlamıyordum. Hiçbirinin anlaşılacak bir yanı yoktu. Derslerde anlatılanları izleyemiyor, çevremde neler olup bittiğinden habersiz pencereden dışarıya dalıyordum. Korkutucu bir durumdu bu.

Ben başka şeylere alışkındım: Aklımın en yakın dostum olmasına, kafamın içinde bitmez tükenmez tartışmalar sürdürmeye, beni sıkıcı ya da acı verici durumlardan kurtarmaya her an hazır bir mizah duygusuna ya da analitik düşünce sistemine. Zihnimin keskinliğine, uyanıklığına, bana bağlılığına güvenim sonsuzdu. Oysa birdenbire aklım bana düşman kesilmişti: Boş heveslerimle alay ediyor, bütün saçma sapan tasarımlarımla dalga geçiyordu; artık hiçbir şeyi ilginç ya da eğlenceli ya da üstünde durmaya değer bulmuyordu. Dikkatini yoğunlaştırmaktan âcizdi kafam, dönüp dolaşıp ölüm konusunu işliyordu: Ölecektim ya, herhangi bir şeyin ne önemi olabilirdi? Yaşam sonu belli olan kısa, anlamsız bir süreç olduğu-

na göre neden sürdürmeliydi hayatı? Müthiş bir bitkinlik içindeydim, sabahları yataktan çıkabilmek büyük bir güç istiyordu. Herhangi bir yere yürümek her zamankinin iki katı vaktimi alıyordu. Her gün aynı giysileri giyiyordum, çünkü ne giyeceğime karar vermek çok büyük çabalar gerektiriyordu. İnsanlarla konuşacağım diye ödüm koptuğundan arkadaşlarımdan elimden geldiğince uzak duruyor, derslerden önceki ve sonraki saatleri okul kütüphanesinde, hemen hemen hiç kıpırdamadan oturarak geçiriyordum; kalbim ölü, beynim kil kadar soğuktu.

Sabahları uyandığımda çok yorgun kalkıyordum; bu ise benim olağan kişiliğime aykırıydı, can sıkıntısı, yaşama kayıtsız kalmak da öyle. Oysa bunlar da sıradaydı. Derken bütün düşüncelerime derin bir kasvet egemen oldu; ölüm, ölmek, çürümek, her şeyin ölmek üzere doğduğu, en iyisi bir an önce ölüp uzun ölüm bekleyişinin acılarını çekmemek gibi şeylerden başka hiçbir şey düşünmüyordum. Yorgun gövdemle bitkin kafamı mezarlıklarda gezdiriyor, her mezarın altında yatan kişinin oraya girmeden önce dünyada ne kadar zaman geçirdiğine uzun uzun bakıyordum. Mezarların kıyısında oturup uzun, iç karartıcı, ölümcül şiirler yazıyordum; beynimin de gövdemin de çürümekte olduğundan emindim, bunu herkesin bildiğine ama bir şey söylemediklerine de inanıyordum. Bu bitkinlik halini arada bir delen, içimin içime sığmadığı çılgın hareketlilik dönemleri oluyordu. Korkunç koşular tutturuyorama ne kadar koşarsam koşayım yatışmıyordum. Birkaç hafta boyunca, sabahlan okula gitmeden önce içtiğim portakal suyuna votka karıştırdım, saplantılı bir biçimde kendimi öldürmeyi planladım. Duygularımı hiç mi hiç yansıtmayan bir dış görünüme bürünmeyi o kadar iyi başarmışım ki,

farklılaştığımı çevremde pek az kişi farketti. Aileden hiç kimsenin farketmediği kesin. İki arkadaşım endişelendiler ama anne babamla konuşmak istediklerini söylediklerinde onlara yemin ettirdim. Öğretmenlerden biri bir şeyler sezinledi, bir de bir arkadaşımın annesi beni kenara çekerek başımın dertte olup olmadığını sordu. Gözümü kırpmadan yalan söyledim onlara: Çok iyiyim, ilginize teşekkür ederim.

Okuldakilerin nasıl olup da beni normal sandıklarını anlayabilmiş değilim. Herhalde herkes kendi derdinde olduğundan, kendi dünyaları ile dolu olduklarından, çaresizlik içinde kıvranan biri eğer acılarını sergilemeyip saklamaya çabalarsa, kimsenin dikkatini çekmiyor. Bense dikkat çekmek için öyle böyle değil, çok büyük bir çaba gösteriyordum. İçimde bir şeylerin dehşetli ters gittiğinin farkındaydım ama neler olup bittiğini bilmiyordum; üstelik, kişinin kendi sorunlarını kendi çözmesi gerektiği ilkesine göre yetiştirilmiştim. Böylece, ailemi de arkadaşlarımı da belirli bir psikolojik uzaklıkta tutmak şaşılacak kadar kolay oldu benim için- Hugo Wolfun yazdığı gibi: "Elbette zaman zaman yüreğim daralmıyormuşcasına neşeli görünüyorum, insan içinde aklım başımdaymış gibi konuşuyorum, dışardan bakıldığında keyfim Allah bilir ne kadar yerinde. Oysa ruh ölümcül uykusunu sürdürüyor, kalbin binbir yarası kanıyor."

Kafamda ve kalbimde korkunç yaralar açılmasını engellemek olası değildi. Çevremde olup bitenleri anlamakta öylesine âciz kalmanın yarattığı şok, düşüncelerimin tümüyle denetimden çıkmış olmasının bilinci, ölmekten başka bir şey düşünemeyecek kadar depresyona girmiş olmak... Yaraların kapanmaya başlaması bile birkaç ay sürdü. Geriye baktığımda, bütün bunları atlattığıma, hem de tek başıma atlattığıma,

bir lisenin duvarları arasında yaşamın böylesine karmaşık, ölümün böylesine elle tutulurcasına yakın olabilmesine şaşıp şaşıp kalıyorum. O aylar boyunca çok hızlı yaşlandım, kendi kendini o kadar kaybeden, ölüme o kadar yaklaşan, bir sığı-
naktan o kadar uzak kalan biri nasıl yaşlanmaz ki?

YAŞAM EĞİTİMİ

On sekiz yaşında Los Angeles'teki California Üniversitesi'ne başladım ama istemeyerek. Asıl seçimim orası değildi. Babamın bana verdiği kırmızı mine ve altın karışımı Chicago Üniversitesi rozetini yıllar yılı mücevher kutumun bir köşesinde saklamıştım. Rozetin iki parçasını incecik bir altın zincir birleştiriyordu, bence dünyanın en güzel nesnesiydi; onu hakkıyla takabilmek istiyordum. Chicago Üniversitesi'ne gitmek isteyişimin başka nedenleri de vardı: Alışıl gelmiş kalıplara uymayanlara anlayış gösterildiği, hatta onların yüreklendirildiği bir kurum olarak ün salmıştı, ayrıca babam da fizikçi olan büyükbabam da lisansüstü eğitimlerini orada görmüşlerdi. Ancak, oraya gitmem parasal açıdan olanaksızdı. Kimi düzensiz ve değişken davranışları yüzünden babamın Rand Corporation ile ilişkisi kesilmişti, dolayısıyla pek çok arkadaşımın tersine -ki onlar Harvard, Stanford, Yale gibi yerlere gittiler- ben yalnızca California Üniversitesi'ne başvurabilmişim. Derin bir düş kırıklığı içindeydim, California'dan uzaklaşmak, tek başıma yaşama dalmak, küçük sayılabilecek bir üniversitede öğrenim görmek istemiştim. Oysa, uzun vadede UCLA'nın benim için en iyi yer olduğu anlaşıldı. Orada

gayet iyi, kendime özgü bir eğitim gördüm, bağımsız araştırma yapma fırsatı buldum, ayrıca, benim gibi fırtınalı ruhların belki de yalnızca çok büyük üniversitelerde elde edebileceği özgürlüğe sahip oldum. Öte yandan, kafamın içindeki karma-karışık endişelere, acıya karşı anlamlı bir koruma sağlayamadığını da söylemem gerekir.

Üniversite yıllarının pek çok kişinin hayatındaki en güzel yıllar olduğunu biliyorum. Bu benim için inanılmaz, anlaşılmaz bir şeydi. Üniversite dönemimin büyük bir bölümü korkunç bir mücadele, şiddetli ve ürkünç duygudurumlarından oluşan, sürekli yinelenen bir kâbuslar dizisi olarak geçti. Araya giren, kimi kez birkaç hafta kimi kez birkaç ay süren kısa soluk alma dönemlerinde ise çok eğleniyor, çeşitli tutkulara, müthiş heveslere kapılıyor, çok çalışıyor ve çalışmaktan zevk alıyordum. Duyguların ve enerjinin gidip gelmesinin hoş bir yanı da yok değildi, çünkü, lisede de olduğu gibi, sanki dolaşıma yeni kan sağlıyordu bu gelip geçici uçuk duygudurumları. Gerçekten olağanüstü durumlarda, beynim binbir çarpıcı fikirle doluyordu, üstelik bunları gerçekleştirebileceğimi sandıran müthiş bir enerjiye de kavuşuyordum. Her zamanki hanım hanımcık tutucu tavrım yok oluyor, eteklerim kısalıyor, yakam açılıyor, gençliğimin bedensel zevklerini tadıyordum. Hemen her konuda aşırıya kaçıyordum: Bir Beethoven senfonisi alacağıma dokuzunu da alıyor, beş derse yazılacağıma yedi derse yazılıyor, iki konser bileti alacağıma sekiz on tane alıyordum.

Bir keresinde üniversitedeki ilk yılımda, UCLA'nın botanik bahçesinde gezinirken bahçeleri boydan boya kateden dereye baktım ve birden Tennyson'un *Idylls of the King* adlı eserinden bir sahne hatırladım. Göldeki Leydi ile ilgili bir

şeydi yanılmıyorsam. Birden büyük bir heyecana ve aciliyet duygusuna kapılarak, o kitaptan bulabilir miyim diye kampüs kitapçısına koştum, buldum da. Ama bu kadarı yetmedi. Oradan ayrıldığımda yirmi kadar başka kitap da almıştım. Bunların bazısında Tennyson'un şiiriyle ilgili yazıları vardı, çoğu ise Kral Arthur efsanesine uzaktan yakından dokunan hatta hiç dokunmayan yapıtlardı: Mallory'nin *La Morto d'Arthur* (Arthur'un Ölümü), T.H. White'ın *The Once and Future King* (Bir Zamanların ve Geleceğin Kralı) adlı kitaplarına *The Golden Bough* (Altın Dal), *The Celtic Realm*, (Kelt Ülkesi), Heloise ve Abelard'ın Mektupları, Jung'un, Ftobert Graves'in kitapları, Tristan ve Isolde üstüne yazılmış irdelemeler, yaratım mitleri antolojileri, İskoç Peri Masalları derlemeleri eklenmişti. O sırada bunların hepsi birbiriyle bağlantılıymış gibi geliyordu bana. Bağlantılı olmanın da ötesinde, bütün bu kitaplar bir araya geldiğinde kafamda cılgın bir karmaşa içinde belirmeye başlayan evren görüşünün en elzem anahtarını oluşturmaktaydılar sanki. Kral Arthur tragedyası insan tabiatı hakkında bilinmesi gereken her şeyi içermiyor muydu, bütün tutkuları, ihanetleri, şiddeti, zarafeti, emelleri?.. Kafam, mutlak gerçeğe varacağımın kesin inancıyla sarıyor da sarıyordu. Bakış açımın ve sezgilerimin evrenselliği düşünülürse, o sırada bu kitapların satın alınması elzemdi elbette, hatta insanı coşkulandıran bir mantığın çerçevesine sığıyordu. Öte yandan, pratik günlük gerçeklerin dünyasında böylesi cılgın alış-verişlere hiç mi hiç yer yoktu. Üniversite masraflarımı karşılayabilmek için haftada yirmi-otuz saat çalışmak zorundaydım, bu gibi uçuk dönemlerde harcadığım paraya uygun bir birikimim yoktu. İşin daha da kötüsü, bankada bulunan paramdan daha fazlasını harcadığımı bildiren uyarı mek-

tupları da bu gibi coşku dönemlerini kaçınılmaz olarak izleyen depresyon döneminde elime geçiyordu hep

Lise son sınıftayken de olduğu gibi, bu hareketli dönemlerde derslerim çok iyi gidiyor, sınavlar, laboratuvar çalışmaları, uzun ödevler bana gülünç ölçüde kolay geliyordu, tabii uçukluğum devam ettiği sürece. Ayrıca, çeşitli politik ve toplumsal konulara yakından eğiliyor, kampüsteki savaş karşıtı gösterilerden tutun da güzellik ürünleri yapmak ve satmak için kaplumbağaları öldüren kozmetik firmalarını protesto etmek gibi daha marjinal olaylara dek pek çok eyleme katılıyordum. Bir keresinde ellerimle yaptığım bir pankartla yerel bir mağazanın önüne dikildim. Pankartta son derece kötü çizilmiş iki deniz kaplumbağası kumlar üzerinde ilerlemeye çalışırken gökte yıldızların parladığını gösteren -hayvancıkların üstün yön bulma yeteneklerini bence çok açık ve acıklı biçimde anlatan-bir resim ile SİZİN CİLDİNİZ İÇİN ONLARIN CANI GİDİYOR sözlerinin kocaman kırmızı harflerle yazıldığı bir ibare yer alıyordu.

Ama gecenin kaçınılmaz olarak günü izlediği gibi, benim ruh halim de birden küt diye değişir, kafam bir kez daha çalışamaz hale gelirdi. Derslerime, arkadaşlarıma, okumaya, gezmeye, hayal kurmaya olan ilgim yok olup giderdi. Bana ne olduğunu, nasıl olduğunu hiç anlayamazdım, bir sabah uyanıldığımda içimin korkuyla dolu olduğunu, bir gün daha yaşamayı nasıl başarabileceğimi bilemediğimi hissederdim. Bütün gün kütüphanede oturur, derse girmeyi bir türlü göze alamazdım. Pencereden dışarı dalar, aptal aptal kitaplarıma bakar, onları eller, alt alta, üst üste yerlerini değiştirir ama açamazdım. Okulu bırakmayı düşünürdüm. Derse girsem de faydasızdı. Faydasız ve acılı. Anlatılanlardan hiçbir şey anlamazdım.

ki, dayanılmaz bir yetersizlik duygusundan, beni çepçevre kaplamış olan karanlıktan kurtulmanın tek yolunun ölüm olduğuna inanırdım. Tamamıyla yapayalnız hissederdim kendimi, sınıf arkadaşlarımla aralarında hararetli hararetli konuşmalarını izlemek yalnızca artırırdu bu duyguyu. Telefona cevap vermekten vazgeçer, içimdeki ölümcül kasvetten kurtulurum umuduyla saatlerce banyoda kalırdım.

Kimi kez bu korkunç karamsarlık ve çaresizlik dönemleri aşırı bir sinirlilikle daha da korkunçlaşırdı. Kafam büyük bir hızla o konudan bu konuya atlar ama önceki uçuk dönemlerin hızlı düşüncelerinde olduğu gibi coşkulu kozmik fikirlerin yerini ürkünç sesler, çürüme ve ölümle ilgili irkiltici imgeler alırdı. Kumsala serilmiş cesetler, kömürleşmiş hayvan kalıntıları, morgda yatan, ayak parmaklarından etiketler sarkan ölümler... Bu gibi durumlarda son derece tedirgin, sinirli, öfke doluydum, sinirimi biraz olsun yatıştırmanın tek yolu kumsalda uzun koşulara çıkmak ya da kafese kapatılmış bir kutup ayısı gibi odamın içinde beş aşağı beş yukarı dolaşmaktı. Bana neler olduğunu hiç anlamıyor, kimseden yardım istemiyordum. Hasta olabileceğim aklımın ucundan geçmiyordu, beynimde bu terime yer yoktu. Ama sonunda, anormal psikoloji dersinde depresyon konusunu dinledikten sonra, kalkıp öğrenci sağlık işlerine gittim. Amacım bir psikiyatrden randevu istemektir. Ama kliniğin önündeki merdivenlerden öteye gidemedim. Korku ve utançtan paralyze olmuş bir halde oracıkta oturdum, ne içeri girebiliyor ne de oradan uzaklaşabiliyordum. Yüzümü ellerimle saklayarak hüngür hüngür ağlamışım orada bir saatten fazla. Sonra kalktım, bir daha da oraya uğramadım. Zamanla depresyon kendi kendine geçti ama çok geçmeden güçlerini ve silahlarını yeniden toparlamış olarak geri geldi.

Ne gariptir, yaşadığım her kötü olay sanki karşımda bir şans kapısı da açıyordu. Bunlardan biri gene birinci sınıftayken açıldı. İleri sınıfların girdiği bir psikoloji dersine girmiştim, kişilik teorileri işleniyordu. Profesörümüz kişilik saptamasının, kavrayış yapısının değerlendirilmesinin çeşitli biçimlerini açıklamaktaydı. Bütün sınıfa bir dizi Rorschach lekeleri göstererek tepkilerimizi yazmamızı söyledi. Yıllar yılı gökyüzüne bakıp bulutların biçimlerini adlandırma eğlencesi sonunda meyvесini verdi benim için. O gün her nedense kafam uçuştaydı, Tanrı'nın genlerime programladığı sinir iletkenleri sayesinde sayfalar doldurdum, şimdi düşünüyorum da kimbilir ne garip şeyler yazdım. Kalabalık bir sınıftı, herkes kâğıdını önünde oturana vererek profesöre ulaştırdı, o da yanıtları gelişigüzel bir seçim yaparak yüksek sesle okumaya koyuldu. Bir ara, çok tuhaf çağrışımlar içeren bir şeyler okuduğunu işittim ve büyük bir dehşetle anladım ki benim kâğıdımı okuyor. Kimi çağrışımlar mizah doluydu ama bazıları düpedüz acayipti. Ya da bana öyle geldi. Sınıftakilerin çoğu gülüyorlardı ama ben kafamı kaldıramıyordum bile, yerin dibine geçtiğimi hissediyordum.

Benim yoğun karalamalarla dolu sayfalarımı okuyup bitiren profesör, bu satırları yazan kişinin mümkünse dersten sonra kendisiyle görüşmeye kalmasını söyledi. Psikolog olduğundan benim psikozlu ruhsal yanıımı anında algıladığına inandım. Ödüm koptu. Şimdi düşünüyorum da, o herhalde son derece gergin ve heyecanlı, epeyce kararlı, ciddi, besbelli kafası karışık biriyle karşı karşıya olduğuna inanmıştı. Bense o sırada ne kadar rahatsız olduğumun farkındaydım ve onun da sorunlarımın enini boyunu benim kadar fark ettiğini sanmıştım. Galiba yanılmışım ama kesin olarak bilmiyorum bunu. Birlikte odasına doğru yola koyulduk. Ben psikiyatri kli-

niğine yatırılacağım konusunda olmadık korkular üretirken, o bunca yıllık hocalık hayatında Rorschach testine bu kadar "hayal gücü yüklü" cevaplar almadığını söyledi. Kimi kişilerin kuşkusuz psikozlu olarak niteleyeceği yanıtlarıma yaratıcı sıfatını yakıştıracak kadar iyi bir insandı. Hastalıklı düşünceyle orijinal düşünce arasındaki karmaşık ve geçirgen sınırları değerlendirme konusunda ilk dersimi almış oldum o gün; yazdıklarıma patolojik değil de olumlu bir ışık tutan entelektüel hoşgörüsü için hocama derin bir şükran borcum var.

Bana günlük yaşamımla ilgili sorular sordu. Birinci sınıfta olduğumu, doktor olmak istediğimi, okul masraflarını karşılamak için bir işte çalıştığımı söyledim. Üniversite kurallarına göre yalnızca üçüncü ve dördüncü sınıflara açık olan dersine girme iznim olmadığını hatırlattı. Bunu bildiğimi ama bana dersin çok ilginç, kuralın ise çok keyfi görüldüğünü söyledim. Yüksek sesle güldü, sonunda bağımsızlığıma saygı duyan biriyle karşı karşıya olduğumu anladım birden. Bayan Courtney değildi o, benden reverans beklemiyordu. Bütçesinde bir laboratuvar asistanına yer olduğunu açıklayarak, böyle bir işin beni ilgilendirip ilgilendirmedığını sordu. İlgilenmez olur muyum? Kadın giysileri satan bir mağazada yaptığım kasiyerlikten, inanılmaz sıkıcılıktaki o işten ayrılıp araştırma yapmayı öğrenebileceğim bir işe girecektim.

Harika bir deneyimdi: Verileri kodlamayı ve irdelemeyi, bilgisayar programlamayı, araştırma literatürünü gözden geçirmeyi, inceleme hazırlamayı, bilimsel yazıları yayına hazırlamayı öğrendim. Birlikte çalıştığım profesör insan kişiliğinin yapısını inceliyordu. İnsanlar arasındaki bireysel farklılıkları araştırıp soruşturma fikri bana çok müthiş geldi. Kendimi tümüyle bu işe verdim, benim için yalnızca eğitim ve gelir kay-

nağı değil bir kaçış olanağı da sağladı. Araştırma dünyası derslere devam etmeye hiç benzemiyordu. Dersler, belirli saatler çerçevesinde düzenlenmiş bütün faaliyetler gibi, insanın duygudurumunun ve edim gücünün sabit kalacağı esastan hareket ettiğinden genelde boğucuycu, oysa araştırma dünyasında belirli saatlerle kısıtlanmış değildim ve bağımsızlık canıma can katıyordu. Üniversite yöneticileri, çoğu manik-depresiflerin yaşamlarının doğal akışı içinde meydana gelen, davranış ve yeteneklerini derinden etkileyen belirgin dönemsel değişimleri hiç gözönünde bulundurmazlar. Dolayısıyla üniversite karnelerim kötü notlarla, yarım kalmış derslerle doludur; neyse ki araştırma ödevlerinden aldığım notlarla bunlar dengeleniyordu. Öğrenim yıllarım boyunca, civa gibi ele avuca sığmaz olduğum dönemlerle en derin kuyuların karanlığına gömüldüğüm dönemler birbirini izledi, gerek kişisel gerek okul yaşamımda çok derin yaralar açtı.

Yirmi yaşımnda, üniversitedeki ikinci yılımı tamamladıktan sonra, tam bir keşmekeş haline gelmiş olan yaşamımdan kaçmak amacıyla İskoçya'daki St. Andrews Üniversitesi'ne kaydoldum. Ağabeyimle kuzenim o sırada İngiliz üniversitelerinde okuyorlardı, kendilerine katılmamı önerdiler. Oysa ben, İskoç müziğinden ve babamın çok sevdiği İskoç şiirinden derinden etkilenmiştim, atalarımın İskoç yanıyla bağlantılı olduğunu düşündüğüm Kelt melankolisinde, ateşliliğinde de bana çok çekici gelen bir yan vardı. Bir yandan da babamın karamsar, başı sonu belirsiz duygudurumlarından kendimi kurtarmak istiyordum ama sanırım kafamda şöyle bir düşünce de vardı: Eğer bir anlamda kaynağa dönersem, kendi kaotik duygu ve düşüncelerimi daha iyi anlayabilirim. Federal hükümete burs için başvurdum, böylece ilk kez olarak tam

zamanlı öğrenci statüsüne kavuştum. Los Angeles'i terkedip gündüzleri bilime, geceleri müziğe ve şiire adanmış bir yıla doğru kanat açtım.

Hocamın dediğine göre, karın yatay yağdığını gördüğü tek yer St. Andrews imiş. Yorkshire'lı, uzun boylu, ince yapılı, matrak bir adamdı, aynı zamanda ünlü bir nörofizyolojistti. Pek çok İngiliz gibi o da iyi hava koşullarının ve uygarlığın İskoç sınırının başladığı yerde bittiğine inanmıştı. Hava koşulları konusunda haksız sayılmazdı. Kurşuni renkli taş binalardan oluşmuş antik St. Andrews kendi Kuzey Denizi'nin kıyısında olup içinde yaşamayanların inanamayacağı sertlikte sonbahar ve kış rüzgârlarına maruz bir yerdi. O sırada birkaç aydır İskoçya'da yaşıyordum ve inancım kesinleşmişti. Kentin Doğu Kumlukları denilen bölgesinde rüzgârlar her yerden daha sertti, üniversitenin deniz biyolojisi bölümü de orada bulunuyordu.

Zooloji bölümünün üçüncü sınıfında on kişiydik, üst üste yün kazaklar, yün eldivenler giymiş halde her yanı havuzlarla dolu laboratuvarda titreşerek oturuyorduk. Bunun gibi ileri zooloji derslerine girmeme izin verilmesine hocam benden çok şaşıyordu. Kendisi hayvanlar âleminin özellikle ince bir uzmanlaşma dalında -yani, çekirgelerin iştme sinirleri- otorite sayılıyordu. Yatay kar yağışı konusundaki gözlemini dile getirmeden hemen önce, zoolojik konulardaki çarpıcı cehaletimi gözler önüne sermişti.

Bize verilen görev, çekirgenin iştme sinirinin elektrofizyolojik kayıtlarını almaktı; öteki öğrenciler -hepsi de yıllardır fen bölümündeydiler- çabucak, itinalı bir biçimde böceğin

gereken yerlerini kesip biçmişler, kayda geçmişlerdi bile. Ben ne yapacağımı bilmiyordum, hocam ise bunu biliyordu. Ben de üniversitenin neden beni fen bilimlerinin bu düzeyine yerleştirdiğini merak ediyordum hâlâ. Çekirgeyi kafesinden çıkarıp -böcek odası sıcak tutulduğu için orada uzunca bir süre oyalanmıştım- vücut bölümlerinin kanatlar, beden, baş olarak üçe ayrıldığını ayırt etmekten öteye gidememiştim henüz. Bu da fazla bir şey değildi elbette. Hocanın uzun boyunu arkamda hissettim, dönüp baktım, yüzündeki küçümseyici gülümsemeyi gördüm. Kara tahtaya doğru yürüdü, tebeşirle çekirge olduğu tartışılmayacak bir resim çizdi, hayvanın başını daire içine alarak, pek abartılı bir İngiliz aksanıyla, "Sizi aydınlatmak amacıyla söylüyorum, Bayan Jamison, burası başıdır" dedi. Sınıf kahkahadan kırıldı. Ben de öyle. Bütün bir yıl boyunca bunlara yetişemeyeceğimi kesinkes kabullendim. Doğrusu da bu ya, yetişemedim onlara, gene de bu arada pek çok şey öğrendim, hem de epeyce eğlendim. Çekirge deneyi üstüne yazdığım laboratuvar notları, kapasitemin üstünde bir çalışmaya girdiğimi daha başından anladığımı yansıtıyor. Raporu deney metodlarının ayrıntılarını belirttikten sonra şöyle yazmışım: "Çekirgenin başı, kanatları, bacakları gövdesinden ayrıldı- Metatoraktik sternitler kesilerek hava keseleri ortaya çıkarılarak işitme siniri bulunmuş, beyin ganglionlarından tepki gelmesi olasılığını ortadan kaldırmak için sinir ortadan kesilmiştir." Raporu fazla uzatmayıp şu cümlelerle sona erdirmişim: "Verilen yönergelerin yanlış anlaşılması, olup bitenler konusundaki genel bilgi eksikliği dolayısıyla daha geniş ses alanları uyarısı denenmemiş olup, yanlış anlaşılmalarda anlaşılır duruma gelinceye dek işitme siniri yıpranmıştır. Ben de öyle."

Zoolojinin omurgasızlar bölümünü incelemenin avantajlı yanları da yok değildi. Bir kere, psikolojide olduğunun tersine, denekler yenilebiliyordu. Denizden taze çıkarılmış, son derece lezzetli ıstakozlar özellikle rağbet görüyordu. Laboratuvardaki Bunsen beklerinin üstünde pişirirdik onları. Derken, hocalardan biri, "Deneklerden bazılarının geceleri havuzlardan kaçtığı dikkatimizi çekti" diyerek bizi uyardı ve yemekhane tayınına gece yarısı ziyafetleriyle takviye etmekten vazgeçmek zorunda kaldık.

O yıl boyunca, saatlerce deniz kıyısında yürüdüm, kentin içinde gezindim, eski kentin kalıntıları arasında saatlerce oturup geçmişe daldım, defterlerime bir şeyler karaladım. Onikinci yüzyıldan kalma katedralin bir vakitler ne kadar görkemli olduğunu, şimdi taşlar arasında gördüğüm delikleri bir zamanlar ne parıltılı vitrayların süslediğini hayal ederdim. Onbeşinci yüzyılın başında inşa edilmiş olan üniversiteye bağlı bir de -gene aynı yüzyıldan kalma- küçük kilise vardı. Orada Pazar günleri ayine gittiğimde sanki yüzyılların ötesinden gelen sesler duyuyordum. Din ile bilimi bağdaştıran Ortaçağ geleneğinin görüntüleri son derece gizemli, harika bir biçimde sunuluyordu. Öğrencilerin kıvılcıktan tören giysileri -ilk İskoç krallarından biri üniversite öğrencilerinin parlak renkli giysiler giymesini emretmiş, çünkü onlar devlete karşı potansiyel bir tehlike olduklarından, uzaktan tanınmaları gerekiyormuş- kentin kurşunu binalarıyla karşıtlık oluşturuyordu. Kilisedeki ayinden sonra kıvılcıktan giysili öğrenciler rıhtımın en ucuna dek yürürler, karşıtlıklarını karanlık gökyüzünün, denizin önüne sererlerdi.

Mistik bir yerdi, hâlâ da öyle: Ayazlı uzun gecelerin, resmi gece elbisesi giymiş kadın ve erkeklerin; uzun eldivenler,

ipek eşarplar, ekose etek giymiş erkekler, omuzlarına tartan şal dolamış, tuvaletleri yerleri süpüren kadınlarla dolu bitmez tükenmez balolar dizisinin; somon, domuz pastırması, av etleri, şeri, malt viskisi gibi şeylerin yenilip içildiği gece yarısı partilerinin; bisikletli öğrencilerin sırtında, yemek ve konferans salonlarında, bahçelerde, bahar geldiğinde piknik alanlarında görülen uzun kızıl pelerinlerin anılarıyla dolu bir yer... İskoç arkadaşlarımla sabahlara dek şarkı söyleyip tartışmalar yaptığımız geceler vardı; denize inen tepeleri kaplayan mavi çan çiçekleri, zerrinler vardı, kumsalın sarı kumları arasında yosunlar, kayalar, deniz kabukları vardı, dönem sonunda inanılmaz güzellikte bir Noel ayini vardı: Pırıl pırıl uzun kızıl pelerinler içindeki öğrenciler, kısa, siyah, ciddi giysiler içindeki lisans üstü öğrenciler, hepsinin birlikte söyledikleri harika eski Noel şarkıları; altın zincirlerden sarkan taç biçiminde kandiller, masif ağaçtan oyulmuş koro sıraları, hem en temiz İngiliz hem de daha yumuşak, daha lirik İskoç aksanıyla okunan dualar vardı. O kış gecesi geç saatte kiliseden çıktığında yüzyıllar öncesinin dünyasına adım atıyordu insan: Beyaz kar üstünde kızıl kızıl lekeler, çalan çanlar, parıl parıl bir dolunay.

St. Andrews, daha önceki acılı yıllarımı unutturan yumuşacık bir buluttu sanki. Aklımdan hâlâ çıkmayan dünya güzeli bir dönem, iliklerimi ısıtan bir deneyimdi. Üniversite yılları boyunca açıklanması olanaksız bir bitkinlikten, çaresizlikten kurtulmaya çalışan biri için St. Andrews her türlü özlem ve kayıp duygusuna karşı bir muska olarak nitelenebilir. Çok güzel anılarla dolu bir yıldız orada geçirdiğim. Kuzey Denizi kıyılarında geçirdiğim uzun kış, yaşamımın pastırma yazıydı.

İskoçya'dan ayrılıp UCLA'ya döndüğümde yirmibir yaşındaydım. Çevrem de, duygudurumum da keskin bir değişime uğradı, yaşam ritimimdeki değişiklik ise daha sert, daha beterdı. Eski rutinlerime dönmeye çalıştım ama kolay değildi bu. Bir yıl boyunca haftada yirmi - otuz saat çalışmaktan kurtulmuştum. Oysa şimdi bir yandan işimi, bir yandan derslerimi, bir yandan günlük toplumsal yaşamımı, üstüne bir de gelip giden yıkıcı duygudurumlarımı idare etmek zorundaydım. Mesleğim konusundaki tasarılarım da değişmişti. Artık anlamıştım ki benim civamsı karakter yapım, fiziksel tedirginliğim tıp fakültesinde -özellikle saatlerce anfilerde oturup ders dinlemek, not tutmakla geçecek olan ilk iki yıl süresince- barınmama elverişli değildi. Uzun süre aynı mekânda kalmak benim için çok zordu, tek başıma çalıştığımda anfilerde öğrendiğimden çok daha iyi öğrendiğimi de fark etmiştim. Yazı yazmak, araştırma yapmak çok sevdiğim şeylerdi, tıp fakültesinin gerektirdiği sıkı disiplinli ders programına bağlı kalmak düşüncesi bana gittikçe daha itici gelmeye başlamıştı. Daha önemlisi, St. Andrews'da kaldığım sırada William James'in o harika psikolojik incelemesini *Dinsel Yaşantının Çeşitleri'ni* okumuş, öğrenimimi psikoloji dalında sürdürme hevesine kapılmıştım; kişilik yapısındaki bireysel farklar ve duygusal yapıda duygudurumları ve yoğun algılama durumları gibi çeşitlilikler beni özellikle ilgilendiriyordu. Ayrıca, yeni bir profesörle çalışmaya başlamıştım, onun araştırma konusu benim için son derece çekiciydi: LSD, marihuana, kokain, afyon türevleri, barbituratlar, amfetaminler gibi duygudurumlarını etkileyen narkotiklerin meydana getirdiği psikolojik ve fizyolojik sonuçları inceliyordu.

Bireylerin neden belirli türden narkotiklere eğilim duydukları, örneğin kimileri halusinojenlere başvururken kimilerinin neden uyuşturucu ya da uyarıcı zehirleri tercih ettikleri onu özellikle ilgilendiriyordu. O da, benim gibi, duygudurumlarına merak salmıştı.

Uzun boylu, çekingen, son derece zeki bir kişi olan bu profesörün kendi duygudurumu da sık sık ve derinden değişebiliyordu. Onun yanında önce araştırma yardımcısı sonra da doktora öğrencisi olarak çalıştım, bunun olağanüstü bir deneyim olduğunu söyleyebilirim. Son derece yaratıcı, her konuda meraklı, açık fikirli biriydi; entelektüel açıdan sizden çok şey bekler ama hiç haksızlık yapmazdı; benim gidip gelen dikkatimi, çeşitli duygudurumlarımı anlayışla karşılaması ise çok özeldi. Aramızda bir sezgi bağı vardı ki, genelde sözcüklere dökülmezdi ama arada sırada birimizden biri kapkara duygudurumundan dem vururdu. Odam onunkinin bitişiğindeydi, depresyonda olduğum zamanlarda nasıl olduğumu sorar yorgun ya da düşünceli ya da bozuk göründüğümü söyler, yardımcı olmaya çalışırdı.

Bir gün konuşurken, ikimizin de kendi duygudurumlarımızı derecelendirdiğimiz ortaya çıktı: O, 1 ile 10 arası, "felâket"ten "harika"ya uzanan bir sistem kurmuştu, benim ölçüm ise -3'ten (paralize hal ve tam çaresizlik) başlıyor, +3'e (fevkalade duygudurumu, müthiş canlılık) kadar çıkıyordu. İkimizin de başlıca amacı bu duygudurumlarının gidip gelmelerini akla sığar bir biçimde çözmeye çalışmaktı. Kimi kez antidepresan ilaç alıp almamayı tartışırdık ama bunların işe yarayacağından ikimiz de kuşkuluyduk ayrıca olası yan etkilerden çekiniyorduk. Duygudurumu sık sık bozulan pek çok kişi gibi, depresyonlarımızın aslında olduklarından daha kar-

maşık, daha temel nedenlere dayalı olduğunu sanıyorduk. Psikiyatri hastalarına, daha dayanıksız kişilere iyi gelebilirdi antidepressanlar ama bizim durum başkaydı! Bu yaklaşım pahalıya patladı oysa, yetiştirme tarzımız, gururumuz bizi tutsak ediyordu. Değişken duygudurumlarıma karşın -depresyona girmeden önce başdöndürücü uçuk dönemlerim oluyordu hâlâ- onun yanında çalışmaya başladıktan sonra sanki sığınacak bir liman bulduğumu hissediyordum. İnsan içine çıkamayacağı hissederek odamın ışığını kapatıp içerde uyduğum, uyandığımda ise üstümde onun paltosunu, bilgisayarımın üstünde ise "Yakında iyileşeceksin" yazılı bir kâğıt bulduğum çok olmuştur.

Tıp fakültesine gideceğime psikoloji doktorası yapmaya karar verişimde etken olan etmenler şunlardı: Bu profesör ile yaptığım çalışmalardan aldığım büyük zevk ve eğitim, ilk yıldan beri yanında çalıştığım daha çok matematik eğilimli hocayla yaptığım öteki çalışmalardan aldığım doyum, William James'in çok önemli etkisi, kişisel yapımdaki dengesizlik ve sürekli tedirginlik. O yıllarda Birleşik Devletler'deki en ileri psikoloji programlarından birini sunuyordu UCLA -hâlâ da öyledir. Başvurumu yaptım, 1971 yılında doktora çalışmalarına başladım.

Lisansüstü çalışmalarına başladıktan kısa bir süre sonra anladım ki, ruhsal sağlığım konusunda bir şeyler yapmak zorundayım. Düşündüm, taşındım, sorunu iki seçeneğe indirgedim: Ya bir psikiyatra gidecektim, ya da bir at satın alacaktım. Tanıdığım hemen herkes bir psikiyatra devam ettiğine göre, ben de kendi sorunlarımı kendim çözümleyebileceğimden

emin olduğum için, elbette bir at satın aldım. Herhangi bir at da değildi bu, dünyanın en inatçı, en körükörüne nevroitik atıydı; Woody Allen tipinin at türündeki temsilcisiydi diye-bilirim ama onun kadar eğlendirici değildi. Kafamda Dostum Flicka türünden bir senaryo geliştirmiştim tabii: Atım beni ta-uzaktan görüp tanıyacak, kulaklarını hevesli bir bekleyişle oynatacak, keyifle kişneyecek, eşkin bir koşu kopararak yanı-ma gelecek, külot pantolonumu koklayarak kesme çeker ya-da havuç aranacaktı; oysa şansıma düşen hayvan çılgınca hu-zursuz, pek zeki olmayan, sık sık aksayan bir yaratıktı, yılan-lardan, insanlardan, kertenkelelerden, köpeklerden, öteki at-lardan -kıscası hayatta karşılaşabileceği hemen hemen herkes ve herşeyden- deli gibi korkuyor, ikide bir arka ayaklan üs-tünde şahlanarak oraya buraya fırlıyordu. Her kötü şeyin bir iyi yanı olduğunu düşünenecek olursak, ona ne zaman binsem o kadar korkuyordum ki, depresyon hissedecek halim kalmı-yordu; manik dönemimdeysem zaten aklım başımda olmu-yordu ve manyakça at binmek o sıradaki duygudurumuma tı-patıp uyuyordu.

Ne yazık ki, at satın alma kararım yalnızca delice değil, aynı zamanda aptalcaydı. Kazandığım öğrenim bursunun ay-lık çeklerini bozdurmaya zahmet etmeyip doğrudan doğruya onun ağzına verseydim cebimde kalan para açısından pek bir şey değışmeyecekti. Onu nallatmanın, bir ahırda barındırma-nın yanı sıra -veterinerin tavsiyelerine uyararak, normal yiye-ceğine takviye olarak sabah kahvaltılarında yediği fındıklı fıstıklı at "müesli"si iyi bir şişe armut konyağından pahalıydı-aksama sorunlarını düzeltmek -ya da arada bir düzeltmek-için özel bir tür at ayakkabısı satın almam gerekiyordu. Bun-ların bir çifti Gucci'nin en pahalı çizmesinden daha tuzluya

oturdu. Epeyce acı çektikten sonra insanların neden at tacirlerini ve de atları vurduklarını pek iyi anlamış oldum ve Dr. Doolittle ya da Rockefeller değil yalnızca bir lisansüstü öğrencisi olduğumu kabullendim. Atı sattım, UCLA'daki derslerime devam etmeye başladım.

Lisansüstü eğitim, üniversite yıllarından daha eğlenceliydi. Bir bakıma, St. Andrews'da geçirdiğim pastırma yazının bir devamıydı. Çok sonradan edindiğim serin klinik perspektif ile o yıllara yeniden baktığımda anlıyorum ki, tıp terminolojisinde biraz duygusuzca "gerileme dönemi" denilen aşamayı yaşıyormuşum o sıralar. Bu, manik-depresif hastalığın ilk yıllarında sıkça rastlanan aldatıcı bir rahatlama aşaması ki, tedavi görülmediği sürece yinelenecek korkunç krizlerin sona erdiğine inandırıyor insanı... Bense, eski, normal kişiliğime yeniden kavuştuğumu sanıyordum. Yaşadığım ürkünç ruhsal değişimlere anlam kazandıracak sözcükler, hastalık adları, kavramlar gelişmemişti daha o günlerde.

Lisansüstü eğitim yalnızca hastalığımdan göreceli bir kurtuluş değil, üniversite eğitiminin aşırı disiplinli yapısından da bir kurtuluştı. Girmem gereken derslerin yarısından fazlasını astığım halde, bu çok büyük bir önem taşıyordu; sonunda yapman gerekeni yaptığın sürece, bunu nasıl yaptığına pek aldırıyorlardı. Bu arada evlenmiştim de -hem çok yetenekli bir ressam hem de son derece yumuşak tabiatlı, iyi yürekli bir Fransız sanatçıyla. Yetmişli yılların başlarında, ortak bir dostumuzun evinde tanışmıştık. Herkesin saçını uzattığı, Vietnam Savaşı'nı protesto ettiği, toplumsal karmaşanın egemen olduğu yıllardı; temelde apolitik olan, zeki ama entel olmayan, her şeyden çok sanatını düşünen biriyle tanışmak değişik ve çekici gelmişti bana. Aslında ikimiz birbirimizden

çok farklıydık ama birbirimizi ilk görüŖte beğenmiŖtik. Resim, müzik ve doğaya ikimiz de tutkuyla aŖıktık. O zamanlar çok gergin, sıskacık bir kızdım, ölümcül düşüncelerle dolu olmadığım da, aşırı heyecanlı bir yaşam, üst düzey bir akademik kariyer, evlilik ve bir sürü çocuk isteğ iyle yan ıp tutuşuyordum. O yıllardan kalma fotoğraflarda son derece yakışıklı, uzun boylu, esmer, kahverengi gözlü, tatlı bakışlı, kılık kıyafeti, dış görünüşü resimden resime değ işmeyen genç bir adamın yanında her karede farklı görünüme bürünmüş genç bir kadın var: Bir resimde kahkahalarla gülen, koca şapkalı, uzun saçlarını rüzgâra salıvermiş; bir başkasında düşünceli, hatta asık suratlı, çok daha yaşlı, çok çok daha kapalı, sıkıcı giysiler giymiş bir genç kadın. Saçlarım, duygudurumlarıma uygun olarak omuzlarıma dökülür ya da tepemde toplanırdı; derken kurbağaya benzediğ im inancına kapılır, bir değ işikliğ in iyi geleceğ ini düşünerek kısacık kestirirdim. Duygudurumlarım saç biçimim, giysilerim haftadan haftaya, aydan aya değ işirdi. Kocam ise hep aynıydı. Sonuç olarak, birbirimizi pek çok bakımdan tamamlıyorduk.

Tanıştıktan birkaç ay sonra, okyanus yakınında küçük bir dairede birlikte oturmaya başladık. Sessiz sedasız, normal bir yaşamımız vardı: Arkadaşlarımız gelip giderdi, sinemaya giderdik, Big Sur, San Francisco, Yosemite gibi yerlere geziye çıkardık. Evliliğ in sağladığı güven duygusu, iyi dostlarımızın yakınlığı, lisansüstü eğ itimin getirdiğ i entelektüel rahatlama kendimize az çok huzurlu, sarmalanmış bir dünya kurmamıza yetmişti.

Başlangıçta deneysel psikolojiye ağırlık vermiŖtim, bu alanın daha fizyolojik ve matematiksel yanları üstünde çalışıyordum özellikle. Ancak Londra'daki Maudsley Hastane-

si'nde birkaç aylık bir klinik stajdan sonra -kocamla tanışma-
dan hemen önce tamamlamıştım bu stajı- klinik psikolojiye
geçmeye karar verdim. Bu alana olan ilgim mesleki olduğu
kadar kişisel olarak da gitgide artmaktaydı. Öncelikle istatis-
tiksel yöntemler, biyoloji ve deneysel psikolojiye odaklanmış
olan çalışmalarım, psiko-farmakoloji, psiko-patoloji, klinik
yöntemler ve psiko-terapiye doğru yön değiştirdi. Psiko-pato-
loji -ruhsal bozuklukların bilimsel incelemesi- bana son dere-
ce ilginç geliyordu. Hastalarla yüz yüze görüşmek bana müthiş
çekici geliyordu ama gerek kişisel gerek entelektüel açıdan
epey yorucuydu. Klinik teşhisler yapmayı öğreniyorduk ama
kitaplarda manik-depresif hastalık olarak tanımlanan durum-
la kendi başımdaki sorunlar arasında bir bağlantı kuramamış-
tım daha. Tıp öğrencisi sendromu denilen bir şey vardır ki,
öğrenci her incelediği hastalığı kendisinde bulmaya eğilimli-
dir. Bende bu sendromun tam tersi gerçekleşti: Klinikte stajı-
mı sürdürürken kendi değişken duygudurumlarımı tıbbi bir
bağlama oturtmak aklıma gelmedi. Şimdi düşünüyorum da, o
zamanki aymazlığım, bilinçsizliğim bana inanılır gibi gelmi-
yor. Gene de, psikozlu hastalarla uğraşmanın bana öteki arka-
daşlarımdan daha kolay geldiğini fark etmedim değil.

O yıllarda, klinik psikoloji ve psikiyatrik staj program-
larında psikozlar manik-depresif hastalıktan çok şizofreni ile
bağlantılı olarak ele alınıyordu, dolayısıyla, duygudurumu
bozuklukları konusunda biçimsel olarak pek az şey öğrendim.
Psikoanalitik teoriler hâlâ ön plandaydı. Hasta tedavisiyle
uğraştığım ilk iki yıl boyunca hep psikoanalistlerin denetimi
altında çalıştım; tedavide üstünde durulan şeyler, çocukluk
yaşantı ve çatışmalarını anlayıp çözmekti; düşler, semboller
ve bunların yorumlanmasıydı psiko-terapi çalışmalarının te-

melini oluşturan. Psikopatolojiye farklı yaklaşımlar -yani, teşhis, semptomlar, hastalık, ilaç tedavisi gibi daha tıbbi yaklaşımlar- ancak ben **UCLA** Nöropsikiyatri Enstitüsü'nde stajyer olarak çalışmaya başladıktan sonra ortaya çıktı. Daha sonraki yıllarda psikoanalistlerle pek çok görüş ayrılığına düşmüşümdür -lityum ve antidepresanların tek başına psikoterapiden çok daha etkili olduğu açık seçik kanıtlandıktan sonra bile ruhsal bozuklukların tedavisinde ilaç kullanmamakta direnen en keskin psikoanalistlerle özellikle çok kapışmışım- gene de, psikoterapi öğrenimimin ilk yıllarında psikoanalitik düşüncenin kimi yanlarının ağırlıklı olmasından çok yararlandığımı ifade etmeliyim. Zamanla psikoanalitik terminolojiden büyük ölçüde uzaklaştım ama eğitim ilginçti; akıl hastalıklarının tıbbi neden ve tedavilerini temel alan "biyolojik" psikiyatri ile daha çok erken gelişim konularına, kişilik yapısına, çatışma, güdülenme, bilinç-altı düşüncelere ağırlık veren "dinamik" psikoloji arasındaki bence epeyce keyfi ayrımı hiçbir zaman tamamıyla anlayamadığımı da itiraf edeyim.

Sonuç olarak bütün aşırılıklar saçma değil midir? Eleştirel olmayan düşüncenin ne denli gülünç düzeylere düştüğünü görmek beni son derece şaşırtmıştı. Stajımızın bir aşamasında, çeşitli psikolojik testlerin -örneğin Wechsler Yetişkin Zekâ Ölçeği gibi zekâ testleri ya da Rorschach Lekeleri gibi kişilik testleri- nasıl uygulanacağını öğreniyorduk. Alıştırma olsun diye ilk önce kendi kocama uyguladım bunları. Kendisi ressam olduğundan zekâ testinin görsel bölümlerinden çok yüksek puanlar aldı. Rorschach'a verdiği cevapların orijinallik düzeyine ulaşan kimseye bunca yıldır rastlamış değilim. Bir-İnsan-Çizin testini ise çok ciddiye aldı, uzun zaman harcayarak, çok titizlenerek bir şeyler çizdiğini gördüm, kişiliğini

açıklayacak bir oto-portre yaptığını sandım. Sonunda resmi bana gösterdiğinde ne göreyim: Müthiş ayrıntılı çizilmiş, kolları sayfanın iki yanına uzanan bir orangutan!

Son derece güzel bulduğum bu sonuçları psikolojik testler bölümünün yöneticisine götürdüm. En ufak bir mizah duygusundan yoksun, doktrinci bir psikonalist olan bu hanım, üç testin sonuçlarını en ahmak ve spekülatif bir tarzda yorumlamak için bir saat harcadı ve kocamın ilkel ama derine itilmiş aşırı öfkesini, içindeki intrapsişikkarşıtlıkları, anti-sosyal tabiatını, ikircimli ve hat derecede bozuk kişilik yapısını açıklığa kavuşturdu! Yirmi beş yıl boyunca bir tek kez yalan söylediğini bilmediğim eski kocam bir toplum düşmanı olarak niteleniyordu; özellikle dürüst ve yumuşak huylu biri, ruhsal bakımdan çok rahatsız, içsel çatışmalar ve öfkeyle dolu olarak yorumlanıyordu. Tek suçu, birtakım testlere alışılmadık yanıtlar vermesiydi. Saçmalıktan başka bir şey değildi bu. İşin doğrusu, kadının söyledikleri bana o kadar gülünç geldi ki, bir süre elimde olmadan kıkırdadım ve onun gazabını artırdım, daha da kötüsü, daha beter yorumlar yapmasına yol açtım. Sonunda hem gülerek hem de kızgınlığımı açığa vurarak odasından ayrıldım, test sonuçları ile ilgili raporu yazmamakta direndim. Tabii bu da daha başka sapkın yorumlara, sonsuz analizlere sebep oldu.

Esas eğitimimi doktora öncesi klinik staj dönemimde karşılaştığım, tedavisine katkıda bulunduğum çok çeşitli ve çok sayıda hastaya borçluyum büyük ölçüde. Bu arada, psiko-farmakoloji ve hayvan davranışları gibi yan konulardaki ders yükümlülüklerimi de yerine getirdim. Hayvan davranışlarını incelemeyi özellikle çok seviyordum, bu konuda psikoloji bölümünde verilen lisansüstü dersleri zooloji bölümünden aldı-

ğım bazı derslerle takviye ettim. Zooloji bölümünde gördüğüm derslerin odak noktası suda yaşayan memelilerin biyolojisiydi, burada yalnızca deniz samuru, fok, deniz aslanı, balina, yunus gibi hayvanların biyolojisi ve doğal tarihini işlemekle kalmıyor, balinaların dalışlar sırasında geliştirdikleri kardiovasküler (kalp damarıyla ilgili) adaptasyonlar ya da yunusların kendi aralarında kullandıkları iletişim sistemleri gibi çok daha gizemli konulara el atıyorduk. Sırf bilmek amacıyla öğrenilen şeylerdi bunlar ve benim çok hoşuma gidiyordu. O sırada yaptığım çalışmalarla ya da o gün bu gündür yaptığım herhangi bir şeyle birebir bağlantısı yoktu burada öğrendiklerimin ama lisansüstü eğitimim boyunca girdiğim en ilginç dersler olduklarını söyleyebilirim.

Gerekli yetenek ve bilim sınavlarına girdim çıktım; ero-in bağımlılığı üzerine hiç de ilginç olmayan bir doktora araştırmayı tıpatıp yansıtan son derece sıkıcı bir tez yazdım; üstüne de, iki hafta boyunca inekleyerek ne kadar önemsiz ayrıntı varsa beynime doldurduktan sonra, beş asık suratlı adamın bir masa çevresine kuruldukları odaya girip karşılırlarına oturdum, nazikçe Son Sözlü Sınav olarak adlandırılan ama daha doğru ve askeri terimle tez savunması olarak bilinen işkenceden geçtim. Masadakilerden ikisi yıllarca birlikte çalıştığım profesörlerdi; bunlardan biri bana iyi davrandı, öteki ise -herhalde tarafsızlığını sergilemek amacıyla- çok üstüme geldi. Jürinin öteki üç üyesi farmakolojistti, bunlardan profesör olmayanı beni iyice sıkıştırmak zorunda olduğunu düşünüyordu anlaşılan ama öteki ikisi profesör olduklarından mıdır, adamın fazla ileri gittiğine inanarak bana daha yumuşak davrandılar. Tam üç saat süren tez savunmamı çok karmaşık bir entelektüel bale gösterisi olarak niteleyebi-

lırım. Sonunda odadan çıktım, onlar kendi aralarında bir karara varırken koridorda gerekli acıları çektim. Birkaç saattir asık suratları ve düşmanca tavırları ile beni bezdiren beş adamın karşısında bir kez daha dikildim. Ama bu kez gülümsüyorlardı, elimi sıkmak üzere bana uzanmışlardı, hepsi de içime su serpen kelimeyi yinelediler: Tebrikler.

Akademik dünyanın geçiş törenleri esrarengiz ve kendi çapında son derece romantiktir; tez yazmanın, tez savunmanın gerilimleri, can sıkıcı yanları ise hemen ardından gelen karşılıklı kadeh kaldırmalar, kutlama partileri, eski bir kulübe yeni üye olarak kabul edilmenin kıvancı, doktor cübbesi giymenin keyfi, ilk kez Bayan değil de Dr. Jamison hitabını duymanın sevinci içinde çabucak unutulur. California Üniversitesi'nin Psikiyatri Bölümünde Yardımcı Profesör olarak işe alındım, ömrümde ilk kez adam gibi bir park yerine sahip oldum, öğretim üyeleri derneğine acele üye oldum, akademik merdivenin basamaklarını tırmanmaya hazırlandım. Harika -uzun vadede anlaşılacağı üzere biraz fazla harika- bir yaz geçirdim ve meslek yaşamına atılmanın üstünden üç ay geçmemişti ki, deli gömleği gerektirecek bir psikozun içine yuvarlandım.

İKİNCİ BÖLÜM

İNCE İNCE DEĞİL DELİCE

KAFALAR DA UÇAR GİDER

Bu tür deliliğin çok kendine özel bir iç sızısı, coşkunuğu, yapayalnızlığı, dehşeti var. Uçtuğunuz zaman harikasınız. Düşünceler olsun, duygular olsun müthiş bir hızla, yoğunlukla üst üste geliyor, aynı kayan yıldızlar gibi ve siz bu yıldızların peşine düşüp her an daha iyisini daha parlağını buluyorsunuz. Çekingenlik diye bir şey kalmıyor, aradığınız sözcükleri, jestleri tak diye buluyorsunuz, başkalarını büyülediğinizin kesinlikle bilincindesiniz. Tekdüze insanlarda ilginç yanlar keşfediyorsunuz. Gövdenizin her yanını müthiş bir duyarlık sarıyor, baştan çıkarmak, baştan çıkarılmak karşı konulmaz bir istek haline geliyor. Her şey çok kolay, siz çok güçlüsünüz, parasal açıdan da her şeyi yapabilecek durumdasınız, üst düzey bir keyif, coşku, mutluluk iliklerinize kadar dolmuş. Ama bir noktadan sonra bütün bunlar değişiyor. Kafanıza üşüşen fikirler çok fazla, çok hızlı; biraz önce açık seçik gördüğünüz şeyler birbirine onulmaz biçimde karışıyor. Bellek yok oluyor. Arkadaşlarınızın yüzündeki ilgi ve keyif yerini endişe ve korkuya bırakıyor. Önceleri düzgün bir akış içinde olan her şey birden tersine dönüyor, sinir, öfke, korku birbirini izliyor, denetimi tümüyle elden geçiriyorsunuz, kafanızın en karanlık mağaralarına dalı-

yorsunuz. O mağaraların orada olduklarını bilmiyordunuz o ana dek. Bunun sonu hiç gelmeyecek, çünkü delilik kendi gerçekliğini yaratıyor.

Dalıyorsunuz, dalıyorsunuz, dalıyorsunuz, sonunda sadece başkalarının hatırladığı davranışlarınız kalıyor geriye -gari, anlaşılmaz, kendinden çıkmış, amaçsız davranışlarınız- Maninin belki de tek iyi yanı, belleğinizi kısmen silmesi... Peki, sonrası ne? İlaçları aldıktan, doktora gittikten, çaresizliği, depresyonu, aşırı dozu atlattıktan sonra ne var? Yaşadığınız bütün o inanılmaz duyguların içinden nasıl çıkacaksınız? Kimler olup bitenleri anlatmama nezaketini gösteriyor? Kim neyi biliyor? Neler yaptım? Neden? Ve hepsinden kötüsü, aynı şeyler ne zaman yinelenecek? Tabii unutmayı engelleyen, özellikle hatırlatan acı şeyler de var -ilaçlar var, alman gereken, almaktan hoşlanmadığın, almayı unuttuğun, aldığın, istemediğin, unuttuğun ama eninde sonunda aldığın ilaçlar- Sonra iptal edilen kredi kartları, ödemen gereken karşılıksız çekler, işyerinde uydurmak zorunda kaldığın türlü bahaneler, şundan bundan özür dilemeler, gelip giden belirsiz anılar (Hay allah ne yapmıştım?) yıpranan ya da tümüyle bozulan dostluklar, bir evliliğin yıkıntıları. Ve her zaman, her zaman, bir daha ne zaman olacak aynı şeyler? Hangi duygularım gerçek? Ben, hangi benim? Aklına eseni yapan çılgın, kaotic, anarşik, deli kişi mi benim? Çekingen, içine kapanık, çaresiz, intihara eğilimli, karamsar, bitkin kişi mi benim? Herhalde her ikisinden de var içimde, umarım ikisinin de fazlası *yok*. İniş çıkışlarıyla ünlü olan Virginia Woolf ne güzel özetlemiş: "Yeraltında dalışlarımız duygularımızı ne ölçüde renklendiriyor? Yani demek istediğim, herhangi bir duygu ne kadar gerçek?"

Günün birinde gözlerimi açıp delirdiğimi farketmedim. Keşke hayat bu kadar basit olsa. Yavaş yavaş farkettim ki yaşamım, aklım hızla ellerimden kayıp gidiyor ve sonunda, fakültede çalışmaya başladığım o ilk yazın ilerleyen günlerinde ikisi de tamamen denetimimden çıktı. Ama hızlı düşünmeden kaosa geçiş ağır ve son derece hoş bir süreçti. Başlangıçta her şey gayet normal görünüyordu. 1974 Temmuz'unda psikiyatri bölümünün öğretim kadrosuna katıldım, yatılı yetişkin hastaların bir koğuşuna atandım. Psikiyatri asistanlarının, klinik psikoloji stajyerlerinin başındaydım. Görevim, teşhis teknikleri, psikolojik test uygulamaları, psikoterapi ve -psikofarmakoloji konusunda da bir geçmişim olduğundan- ilaç denemeleriyle ilgili kimi konularda onları denetlemektir. Ayrıca psikiyatri ve anesteziyoloji bölümleri arasındaki bağlantıyı sağlamakla da yükümlüydim. Konsültasyonlara, seminerlere giriyor, ağrının psikolojik ve tıbbi yönlerini inceleyerek araştırma projeleri hazırlıyordum. Kendi araştırmam ise öncelikle doktora öğrencisiyken yaptığım bazı ilaç incelemelerinin yazılmasından ibaretti. Duygudurumu bozuklukları ile ilgili ne klinik çalışmalarla ne araştırma ile hiçbir alakam yoktu. Bir yıldan beri de herhangi bir ciddi gidiş gelişim olmamıştı, Bu yüzden o tür sorunları geride bıraktığımı sanıyordum. İnsan uzunca bir süre kendini normal hissetti mi birtakım umutlara kapılıyor ama bu umutlar kaçınılmaz olarak boşa çıkıyor.

Yeni işime iyimserlik ve enerji ile başladım. Ders vermek hoşuma gidiyordu, önceleri başkalarının klinik çalışmalarını denetlemek biraz garip geldiyse de, o işi de seviyordum. Stajyerlikten öğretim kadrosuna geçiş sandığım kadar zor olmamıştı, tabii bu geçiş maaşımın epeyce artmış olması dolayısıyla.

la da hoştu. İlgilendiğim akademik konulara eğilebilmek konusunda kavuştuğuğm görece özgürlük başımı döndürmedi değil. Çok alışıyor ve şimdi dşndğuğmde hatırlıyorum ki, pek az uyuyordum. Uyku azalması maninin hem bir belirtisi hem de sebebidir ama bunu o zaman bilmiyordum, zaten bilseydim de pek bir şey fark etmezdi. Yazları hep daha uzun geceler, daha uçuk duygu durumları yaşardım ama bu kez çok daha uçuk, çok daha tehlikeli, o zamana dek hiç varmadığuğm psikozlu durumlara doğru itti beni. Yaz, uykusuzluk, aşırı çalışma ve son derece savunmasız genlerim beni tenin ötesine taşıdılar, daha önceden alışık olduğuğm aşırı oşkunluk dzevinin aşarak dağdağlı bir deliliğe daldım.

Rektör, geleneksel olarak her yıl verdiği bir garden partisi ile UCLA kadrosuna yeni katılan ğretim görevlileri ile tanışırdı. İleride psikiyatr olarak beni tedavi edecek kişi de rastlantı bu ya kendisi de tıp fakültesi kadrosuna yeni girmiş olduğuğndan, orada bulunuyordu. Böylece ilginç bir dururu meydana gelmişti, kişinin özünü algılamasıyla ona dışarıdan bakan, klinik tecrübeye sahip bir hekimin serin kanlı, ölçülü gözlemleri arasındaki derin farklılığın yaşanmış bir rneği... Bir yıl önce denetimi altında çalışan bir stajyerin çılgın bakışlı, kendinden çıkmış davranışlarını bir toplumsal durum çerçevesinde izleme fırsatını bulmuştu. Söz konusu durumdan benim aklımda kalanlar şunlardı: Evet, biraz uçuyordum ama bir sürü insanla konuşuyor, kendimi dayanılmaz ölçüde sevimli ve çekici hissediyordum, oradan oraya gidiyor, orदvrleri birbiri ardına yutuyor, kadehleri birbiri ardına deviriyordum. Uzun bir süre rektörle konuştum; benim kim olduğuğm hakkında en ufak bir fikri yoktu tabii, o kadar uzun süre kafasını tlememe izin vermesinin sebebi ya aşırı nezaketi-

di ya da genç hanımlara düşkün olduğu yolundaki dedikoduların doğruluğu. O neler hissediyordu bilmem ama ben onun beni büyüleyici bulduğundan emindim.

Bizim bölümün başkanıyla da uzunca ve -garip ama bana sorarsanız- pek hoş sohbet ettik. Kendisi de öyle içine kapanık biri değildi, her zaman akademik tıbbın sınırları içinde kalmayan çok özgün bir kafası vardı. Psikofarmakoloji çevrelerinde yaygın olarak bilinen bir de macerası vardı. Deneyler için kiralanmış bir fili LSD ile öldürmüştü. Karışık, oldukça akla uzak bir öyküydü bu, işin içinde iri yapılı kara memelileri, geçici lop bezleri, şiddet içeren davranışlarda halusinojen ilaçların etkisi, yüzey ölçümlerinin ve miktarların yanlış hesaplanması gibi şeyler vardı. Neyse, filler ve hiraks üzerinde araştırma yapmak konusunda uzun bir tartışmaya giriştik. Hiraks adı verilen Afrika kökenli küçük hayvanların fillerle hiçbir benzerliği olmamasına karşın, diş yapılarının aynı olması dolayısıyla fillerin yaşayan en yakın akrabaları oldukları iddia edilir. Bu garip ve son derece heyecanlı konuşmanın ayrıntılarını hiç mi hiç hatırlamıyorum, hatırladığım tek şey, hiraks hakkında yazılmış her türlü yazıyı (ki yüzlerce olmalıydı) araştırıp bulma görevine büyük bir hevesle gönüllü olduğum. Ayrıca, Los Angeles Hayvanat Bahçesi'nde hayvan davranışları üstüne incelemeler yapmaya, onunla birlikte etnoloji ve farmakoloji dersleri vermeye de söz vermiştim.

O garden partide fevkalade eğlendiğimi, kendimden çok emin ve sevimli olduğumu, herkesi büyülediğimi hatırlıyorum. Oysa, çok daha ileriki bir tarihte psikiyatrimla konuştuğumda, onun anımsadıkları çok farklıydı. Dediğine göre, her zamanki giyim tarzıma hiç uymayan, olağanüstü açık ve dikkat çekici bir kılıkla gitmiştim partiye. Yüzümde kilolarca

makyaj varmış, tavırlarımın aşırı taşkınlığı, hiç durmadan konuşmam da cabası. Hatta kendi kendine, Kay maniye kapılmış gibi görünüyor dediğini de hatırlıyordu. Bense kendinden fevkalade hoşnut, herkesin bana bayıldığını sanmıştım.

Kafam kendi kendisine yetişme çabası içinde iyice karışmaya başladı, düşünceler birbirlerini öyle hızla izliyordu ki, akla gelebilecek her açıda birbirleriyle çarpışıyorlardı. Beynimin otoyollarında nöron yığılmaları oluşmuştu ve ben düşüncelerimi yavaşlatmaya ne kadar çalışırsam bunu yapmaktan aciz olduğumu o kadar anlıyordum. Heveslerim de hız sınırını aşmışlardı, gene de yaptıklarımın gerisinde anlamlı bir mantık çizgisi yok değildi. Örneğin bir gün çılgın bir fotokopi tribine girdim. Edna St. Vincent Millay'ın bir şiirini, Amerikan *Psikiyatri* Dergisi'nde yayınlanmış din ve psikozlar konulu bir makalenin ve de "Klinik Vaka Toplantılarına Neden Katılmıyorum" adlı bir başka makalenin -bu sonuncusu ünlü bir psikolog tarafından yazılmıştı ve hocaların koğuş vizitelerinde öğrencilere demonstrasyon yapmalarının vakit kayımdan başka bir şey olmadığını savunuyordu- otuzar kırkar fotokopisini çektim. Bu iki makale ile şiirin bir arada okunduğunda çok derin bir anlam taşıyacağı ve koğuştaki çalışanların yaptıklarına ışık tutacağı konusunda kesin bir inanç belirmişti içimde nedense. Fotokopileri önüme gelene dağıttım.

Şimdi bana ilginç gelen şey o sıradaki tipik manik davranışım değil; asıl üstünde durduğum şey, delilik başlangıcının o ilk günlerinde belli bir anlam ve önseziden tümüyle kopuk olmayışım. Toplu koğuş vizitelerinde yapılan çalışmalar gerçekten de vakit kayıydı, tabii koğuş hekimi bunu herkese söylememden, hele hele makaleyi bütün çalışanlara dağıtmamdan hiç hoşlanmadı, başka. St. Vincent Millay'ın şiiri

Rönesans genç kızlığımda okumuş olduğum bir şiirdi. Duygudurumum gittikçe taşkınlaşmayı, kafam hiç durmadan hızlanarak koşmayı sürdürdükçe birden büyük bir açıkseçiklikle bu şiir aklıma geldi ve yeniden bulup okudum. Deliliğe yolculuğun daha çok başında olmama karşın, şiir ileride başıma geleceklerin hepsini yansıtıyordu: Dünyanın normal bir algılamasıyla başlıyor, ("Durduğum yerden tek görebildiklerim / Üç uzun dağ bir de koruluk") daha sonra coşkunluk ve hayal görme aşamalarından geçerek dayanılmaz acılı umutsuzluk, çaresizlik dönemine varıyor, sonunda yeniden normal dünyaya ama daha derin bir algılama gücüyle dönüyordu. Şair bu şiiri yazdığında ondokuz yaşındaymış, o sırada bilmiyordum ama yaşamının ileriki yıllarında birkaç kez şiddetli bunalımlar geçirmiş, hatta hastaneye yatmış. Nedendir, nasıldır bilinmez, içinde bulunduğum o acayip durumda bu şiirin benim için özel anlam taşıdığını fark etmiş, her kelimesini tamamıyla anlamıştım. Şiiri hekimlere olsun stajyerlere olsun dağıtırken, psikoz sürecinin edebi bir tanımlaması olduğunu ve önemli bulduğumu söylemiştim. İçimdeki ürkünç kargaşadan haberdar olmayan bu kişiler kendilerine sunduğum makaleleri de hoş karşıladılar, hatta hepsi de her zamanki tıbbi literatürden farklı bir şeyler okumaktan ne kadar zevk duyduklarını belirttiler.

İşyaşamının gittikçe hareketlendiği, ateşlendiği bu dönemde evliliğim uçurumdan yuvarlandı. Görünüşte ben çocuk istediğim ama o istemediği için -ki doğruydu bu ama işin içinde çok başka şeyler de vardı- ayrıldım kocamdan. Aslında gittikçe artan tedirginliğim, çok çabuk sinirlenmeye başlamam, ille de heyecan peşinde koşmak istemem, kocamın eskiden en çok sevdiğim özelliklerine isyan etmeme yol açmış-

tı. Onun yumuşaklığı, iyi kalpliliği, dengesi, bana olan sevgisi artık hoşuma gitmiyordu. Yepyeni bir yaşama atılmak isteği duyuyordum. Santa Monica'da son derece modern bir apartmanda bir daire tuttum -oysa modern mimariden nefret ederim- içerisini son moda Finlandiya stili eşyalarla döşedim, oysa eski moda, sıcak mobilyaları severim. Yeni satın aldığım her şey "cool" olarak nitelenen modern, köşeli kafamın, birbirine geçen sinirlerimin dışında kalıyordu. En azından şahane -ve aynı ölçüde pahalı- bir okyanus manzaram vardı. Elinizde olmayan parayı bol keseden harcamak ya da resmi teşhis biraz hoş bir deyişle belirlendiği gibi "dizginlenemeyen alış-veriş krizlerine girmek", klasik manik davranışların belli başlılarından biridir.

Uçuşa geçtikten sonra, kendimi zorlasam da para konusunda endişelenemiyorum. Dolayısıyla endişelenemiyorum. Bir yerlerden para gelecektir nasıl olsa, benim harcamaya hakkım var; Allah kerimdir. Kredi kartları korkunç bir felâket, çek hesapları daha da beter. Ne acıdır ki (en azından maniye tutulanlar için acı) mani durumu ekonominin doğal bir uzantısı... İnsanın kredi kartları ve banka hesapları olduğu sürece elde edemeyeceği yok gibi. Peki ben ne yaptım? Çok acil ve önemli bir tedbir olarak, yılan sokması halinde kullanılacak bir düzine sağlık seti aldım. Değerli mücevherler, şık ama tümüyle gereksiz mobilyalar, bir saat içinde üç ayrı saat (saatler Timex değil de Rolex sınıfındandı: Mani söz konusu oldu mu şampanyamsı şevkler fokurdayarak üst yüzeye çıkıyor, hatta yüzeyi oluşturuyor) ve yaşam tarzıma hiç uygun olmayan famfatal tipi giysiler aldım. Bir keresinde, Londra'da tutulduğum bir alış-veriş krizi sırasında kapak resimleri ya da adları hoşuma gittiği için birkaç yüz sterlinlik kitap satın aldım: Köstebeklerin do-

ğal tarihini konu alan kitaplar, Penguen dizisinden gelişigüzel yirmi kitap çünkü penguenlerin grup halinde bir arada yaşamaları çek akla yakın gelmişti. Yanılmıyorsam bir keresinde bir dükkândan bluz çaldım, çünkü kasa sırasında önümde duran ağır aksak insanları bekleyecek sabrım yoktu. Ya da belki hırsızlık yapmayı düşündüm yalnızca. Hatırlamıyorum, aklım kesinlikle başımda değildi. En şiddetli geçen iki manik dönemimde otuz bin dolardan fazla harcamış olmalıyım, daha sık gelen, daha hafif atlattığım krizlerde kimbilir ne kadar harcadım.

Derken yeniden lityuma başlıyorsunuz, gezegen herkes için döndüğü hızla dönmeye koyuluyor, kredi kartlarınızın iptal edildiğini öğreniyorsunuz, yerin dibine geçiyorsunuz: Mani, kolay baş edilebilecek bir lüks değil. Hastalık zaten başlıbaşına bir bozgun; türlü ilaçların, kan testlerinin psikiyatri seanslarının bedellerini ödemek Zorunda olmak da hoş değil. Hiç değilse onları vergiden düşebiliyorsunuz- Ama mani krizine girdiğinizde yaptığınız olağanüstü harcamaları "tedavi masrafı" ya da "ticari zarar" olarak kabul etmiyor vergi dairesi. Ne oluyor peki i' Mani dönemini izleyen depresyon sırasında, daha beter depresyona girmek için her türlü nesnel sebep çıkıyor ortaya.

Ağabeyimin Harvard Üniversitesi'nden iktisat doktorası vardı ama odamın her yanına yayılmış olan mali felaketimin boyutlarına hazır değildi. Yığın yığın kredi kartı fişleri, bankamın karşılıksız çekler için gönderdiği pembe uyarı formlarından oluşmuş tepecikler, özel alış-veriş hesabım olan mağazaların gönderdiği ikinci, üçüncü faturalar. Ötekilerden ayrı ama daha ürkütücü bir yığın halinde, taksitle satış yapan kuruluşların tehdit mektupları... Odaya gireni sersemleten bu kaotik görünüm, birkaç hafta önceki bu darmadağınık, pek çok tah-

tası eksik manik beynimin bir yansımasıydı. İlaça başladığımdan beri her bakımdan yavaşlamıştım ya, mali sorumsuzluğumun kalıntıları arasında aptal aptal bakmıyordum. Kafamın eski çağlarına doğru arkeolojik bir geziye çıkmıştım sanki. Örneğin, Virginia'dan doldurulmuş hayvan satan biri, ondan ne hikmetse satın aldığım doldurulmuş bir tilkinin faturasını göndermişti. Ben ki ömrüm boyunca hayvanları çok sevmişim, bir ara veteriner olmayı bile istemişim, nasıl ölü bir hayvan satın almış olabilirim? Tilkilere bayılırdım, kendimi bildim bileli hayranlıkla izlerdim, çevik, akıllı ve güzel olduklarını düşünürdüm; bu yaratıklardan birinin ölümüne böylesine doğrudan doğruya katılmış olmam mümkün müydü? Yaptığım bu tüyler ürpertici alış-veriş beni dehşete düşürmüştü, midemi bulandırmıştı; peki, adam dondurulmuş tilkiyi bana gönderdiğinde ne yapacaktım?

Bu sorunu çözmek için, kredi kartı fişlerini karıştırmaya koyuldum. Yılan sokmasına karşı kullanmak üzere edindiğim bir düzine sağlık setini aldığım eczanenin fişi geçti elime. Bana daha önceleri lityum satmış olan eczacı, sağlık setlerinin ve satın aldığım daha başka acayip, saçma sapan nesnelerin fişini keserken bilgiç bilgiç sırıtmıştı. Onun ne düşündüğünü anlamıştım ama o sırada uçuşta, dolayısıyla keyifli olduğum için onunla birlikte gülümsemiştim. Oysa, onun bilmediği önemli bir şey vardı; San Fernando Vadisinde zehirli çingiraklı yılanların oluşturduğu ölümcül tehlikeden besbelli habersizdi. Tanrı beni ve anlaşılan yalnızca beni seçmişti bu katil yılanların cennet vadimizde nasıl çılgınca çoğaldıkları konusunda insanları uyarmam için. Yani, o sıradaki darmadağın yanılısamalarım arasında ben buna kesinlikle inanıyordum. Eczanedeki bütün yılan sokması sağlık setlerini satın al-

makla, aklım sıra kendimi ve sevdiklerimi korumak için elimden geleni yapıyordum. Eczanenin rafları arasında çılgınca koşuştururken *Los Angeles Times* gazetesini de tehlikeye karşı uyarmak için bir plan vardı kafamda ama herhangi bir planı anlamlı bir biçimde toparlayıp uygulayacak durumda değildim.

Ağabeyim içimden geçenleri okumuş olacak ki, odadan çıktı. Biraz sonra döndüğünde elinde bir tepsi, tepsinin üstünde bir şişe şampanya ve iki kadeh vardı. Bu mezbeleyi temizlemenin "pek hoş bir iş" olmayacağını düşündüğünden şampanyaya gereksinmemiz olduğuna karar vermiş. Ağabeyim olayları abartmayı sevmez. Dövünmek, saç baş yolmak, diş gıcırdatmak gibi huyları da yoktur. Pratik zekâlı, cömert, hakkaniyetli bir insandır, kendine güveni tam olduğundan başkalarına da güven aşılar. Bütün bu bakımlardan anneme çok benzer. Annemle babamın ayrılmaları, sonra boşanmaları sırasında ağabeyim beni kanatları arasına almış, yaşamın acılarından, kendi fırtınalı duygudurumlarından elinden geldiğince korumaya çalışmıştı. O günlerden sonra da kanatlarını esirgememiştir benden. Üniversiteye ilk başladığım tarihten itibaren, lisansüstü eğitimim, hocalık dönemim boyunca -aslına bakarsanız şimdiye dek ve hâlâ- ne zaman başım sıkışsa, bir soluk almak, bir yerlere kaçmak gereksinmesi duysam postadan bir uçak bileti ve onunla Boston'da ya da New York'ta ya da Colorado'da ya da San Francisco'da buluşmamı öneren bir not çıkmıştır. Genellikle bu gibi yerlere konferans vermek, konsültasyonda bulunmak ya da birkaç gün dinlenmek için gider; bir otel lobisinde ya da şık bir restoranda yetişirim ona, uzun boylu, yakışıklı, iyi giyimli ağabeyimin salonun öteki ucundan hızla bana doğru yürüdüğünü görmek

içimi ısıtır. Hangi duygudurumu içinde olursam olayım, başımda ne türlü sorunlar olursa olsun, beni görmekten mutluluk duyduğunu hissettirir bana. Uzun süreli kalmak için Avrupa'ya her gidişimde de -ilk kez daha üniversitedeyken İskoçya'ya, sonra doktora yaparken Londra'ya, daha sonra da iki kez California Üniversitesi'nde öğretim görevlisiyken gene Londra'ya gittim- biliyordum ki bir iki haftaya kalmadan arkamdan gelecek, nerede oturduğuma, neler yaptığıma bakacak, beni akşam yemeğine çıkaracak, birlikte kitapçı dükkanlarını gezmemizi önerecektir. İlk ciddi mani krizimden sonra kanatlarını daha bir sıkılaştırdı. Ona gereksinmem olduğu taktirde, nerede olursa olsun ilk uçağa atlayıp geleceğini çok kesin bir dille belirtti.

O sefer, benim tümüyle akla uzak alış-verişlerim konusunda herhangi bir yargıya varmadı, içinden vardıysa da en azından bunu bana açıklamadı. O sırada ekonomist olarak çalıştığı Dünya Bankası'nın özel kredi bölümünden aldığı kredi sayesinde, bütün faturalarımı ödeyecek çekleri yazdık. Yavaş yavaş, uzun yıllar boyunca ona olan parasal borcumu ödedim. Sevgisinin, iyi yürekliliğinin, anlayışının borcunu hiçbir zaman ödeyemem.

Yaşamım korkunç bir hızla sürüp gidiyordu. İnanılmayacak kadar uzun saatler boyu çalışıyor, hemen hemen hiç uyumuyordum. Geceleri eve gittiğimde gittikçe çoğalan bir kaos manzarasıyla karşılaşıyordum. Çoğu yeni alınmış kitaplar her yere yayılmış, giysiler her odada üst üste yığınlar halinde atılmış, açılmamış paketler, boşaltılmamış alış-veriş torbaları gözün görebildiği bütün alana saçılmış... Bir köstebek sürüsü-

nün bir süre yaşadıktan sonra terkettiği bir yuvaya dönüşmüştü dairem. Artı yüzlerce kâğıt parçası vardı; çalışma masamın üstü, mutfağın tezgâhları bunlarla kaplıydı, yerlerde de küme-cikler oluşmuştu. Bir kâğıdın üstüne uzun, saçma sapan bir şiir yazmışım, haftalar sonra buzdolabının içinde buldum. Anlaşılan evdeki baharat koleksiyonunun -ki mani dönemi sırasında bu koleksiyonun inanılmaz ölçülerde arttığını söylememe gerek yok- esinlendirdiği bir şiir bu. Adını -ki, şiiri yazdığım sırada eminim benim için çok derin anlamlar taşıyordu bu ad- "Tanrı OtoburDUR" koymuşum. Bu gibi bir sürü şiir ya da bir iki dize vardı türlü kâğıtlara yazılıp her yana saçılmış olan. Haftalar sonra evimi temizlediğimde en olmadık yerlerden önü arkası sıkışık el yazısıyla dolu kâğıt parçaları çıkıyordu hâlâ.

Genelde her türlü sese, özellikle de müziğe olan duyarlılığım da çok artmıştı. Korno, obua, çello gibi çalgılardan çıkan sesler olağanüstü acıklı geliyordu bana. Her notayı ayrı ayrı, sonra hepsini birlikte, sonra her birini ve hepsini dayanılmaz bir güzellik ve açıkseçiklilikle işitebiliyordum. Sanki orkestra çukurunun içindeydim. Çok geçmeden klasik müziğin yoğunluğu, hüznü benim için dayanılmaz hale geldi. Melodilerin yavaşlığı beni sabırsızlandırıyor, duygusallığı ise üstüme çöküyordu. Birden sıkılıp rock müziğine geçiyor, Rolling Stones albümlerimi koyup pikabı sonuna dek açıyordum. Kayıttan kayda, albümden albüme atlıyor, duygudurumumu müziğe, müziği duygudurumuma göre ayarlıyordum. Çok geçmeden odalarımındaki dağınıklığa plaklar, teypler, albüm kapakları eklendi, kusursuz soundu bulma çabalarım sürüp giderken. Kafamdaki kaos, odalarımındaki kaosun aynası haline geldi; artık işittiklerimi ayırt edemez durumdaydım;

şaşkınlaştım, yordamımı tayin edemez oldum, korktum. Belirli bir müzik parçasını birkaç dakikadan fazla dinleyemiyordum. Davranışlarım çılgıncaydı, kafamın çivilerinin hepsi birden çıkmıştı.

Kafamın içi yavaş yavaş karanlığa büründü, çok geçmeden her türlü denetimi kaybettim. Kendi düşüncelerimin izini süremiyordum. Kafamın içinde cümleler uçuşuyor ama parçalanıp anlamlarını yitiriyor, tek tek sözcüklere indirgeniyordu; sonunda kelimeler de gitti, yalnızca sesler kaldı. Bir akşamüstü odamın ortasında durmuş, Pasifik ufuklarına yayılan kan-kırmızısı günbatımına bakıyordum. Birden gözlerimin arkasında garip bir aydınlanma farkettilim, hemen ardından da kafamın içinde koskocaman, kara bir merkezkaç aleti gördüm. Giysisi yerleri süpüren uzun boylu birinin, elinde vazo büyüklüğünde bir kan tüpüyle merkezkaçı yaklaştığını gördüm. Uzun boylu kişi döndüğünde dehşet içinde gördüm, ki o benden başkası değil ve entarimin, pelerininin, uzun beyaz eldivenlerimin her yanı kana bulanmış. Elindeki tüpü merkezkaçın deliklerinden birine dikkatle yerleştirmişini, aletin kapağını kapatışını, düğmesine basışını izledim. Merkezkaç aleti fır fır dönmeye koyuldu.

Derken, dehşetimi daha artıran bir şey oldu: Kafamın içindeki imge birden tamamıyla dışına çıktı. Korkudan dona kalmıştım. Merkezkaç aletin dönüşü, cam tüpün metal yu veya çarptıkça çıkardığı ses yükseldikçe yükseldi, birden alev bin parçaya ayrıldı. Her yan kana bulanmıştı. Pencerenin camlarına, duvarlara, tablolara sıçramış, halının üstüne yayılmıştı. Dışarı, okyanusa doğru baktım, camlara sıçrayan kanın gün batımına karıştığını gördüm; biri nerede bitiyor, öteki nerede başlıyor, ayırt edemiyordum. Avazım çıktığı kadar ba-

ğırmaya başladım. Kanlı görüntüden, hızla döndükçe çangır-tısı çoğalan aletin sesinden kurtulamıyordum. Düşüncelerim tamamıyla çığırından çıkmakla kalmamış, korkunç bir fantazmagoriaya dönüşmüştü. Denetimden çıkmış bir kafa ve bütün bir yaşam, dehşet verici bir görüntü olarak duruyordu karşımda. Çılgılık üstüne çılgılık attım. Halüsinasyonlar yavaş yavaş kayboldu. Bir meslektaşına telefon edip yardım istedim, büyükçe bir bardak viski doldurup onun gelmesini bekledim.

Bu meslektaşım -kocamdan ayrıldıktan sonra birlikte çıktığım, beni çok iyi tanıyan ve anlayan bir adamdı- hastalığım fazla duyulmadan beni ele alıp her türlü sanlılarımla, manik öfkelerimle uğraşmayı kabullendi neyse ki. Lityum almak zorunda olduğumu yüzüme vurdu ki bu hiç de zevkli bir görev değildi onun için -çılıncı sinirliydim, paranoyaktım, fiziksel olarak şiddete başvurmaktan çekinmiyordum- ama büyük bir ustalık, zarafet ve anlayışla yaptı bunu. Bana karşı davranışları yumuşak ama ısrarlıydı, manik-depresif hastalığım olduğunu sandığını açıkladı, bir psikiyatra gitmem konusunda beni ikna etti. Bu hastalık üstüne yazılmış bütün kitap ve makaleleri bulmaya çalıştık birlikte, okuyabileceğimiz kadar okuduk, sonra da tedavisi konusunda bilinenleri araştırdık. Lityumun mani krizlerinde kullanılma izni daha dört yıl önce (1970'te) verilmişti FOA (Besin ve İlaç Dairesi) tarafından ve California'da henüz yaygın olarak kullanılmıyordu. Ancak, tıp literatüründe okuduklarımızdan açıkça aralamıştık ki bana yarama olasılığı olan tek ilaç buydu. Lityum ve daha başka antipsikotik ilaçlar için bana reçete yazdı; çok kısa süreli bir

kullanım öngörüyordu ama durumun aciliyetini çok iyi biliyordu. Psikiyatrla ilk randevuma kadar idare etmemi sağlayacak yeterlikte ilaç yazdı, sabah ve akşam alacağım ilaçları sayarak bırakıyordu bana; ayrıca ailemle de uzun görüşmeler yaparak hastalığın özelliklerini ve bununla en iyi nasıl baş edeceklerini anlattı. Çeşitli lityum düzeylerini ayarlamak için kan tahlilleri yaptı, iyileşeceğim konusunda yüreklendirici teşhisleri ileri sürdü. Kısa bir süre işten izin almam konusunda da ısrarlıydı ki bu da uzun vadede işimi ve klinik ayrıcalıklarımı kaybetmememi sağladı. Kendisinin başımda duramayacağı saatlerde bana evde bakacak birilerini de ayarladı.

Bu ilk mani krizim süresince, daha sonra çekeceğim en kötü depresyonlardan çok daha kötü hissettim kendimi, çok daha tehlikeli ölçüde bunalıma girdim. Aslına bakarsanız, hayatımın en berbat dönemi -kaotik iniş-çıkışlarla dolu- geçirdiğim bu ilk psikozlu mani krizi oldu. Daha önceleri hafif mani krizleri geçirmiştım ama hiç böylesine korkunç deneyimler değillerdi, en iyisinden taşkın, en kötüsünden şaşırtıcı dönemlerdi. Her seferinde kendimi duruma az çok uydurmayı başarmıştım. Bir öz-denetim mekanizması geliştirerek, uygun-suz yerlerde çılgın kahkahalar koyvermemeyi, sinirlendiğimde davranışlarımı belirli sınırlar içinde tutmayı öğrenmişim. Aşırı duyarlı sinir sistemimi tamamen sapıttırarak durumlardan uzak kalmaya dikkat ediyordum. Aklım bin yönde koşan bir tavşanın peşine düşmüşken bile çevremde yapılan konuşmaları izliyormuş, anlatılanları mantık çerçevesi içinde değerlendiriyormuş gibi rol yapmaya da alışmışım. İşimi sürdürmüş, mesleki yaşamımın akışını bozmamışım. Yine de bütün bu tecrübeler, bütün bir yetiştiriliş tarzım, aklım, karakterim beni deliliğe hiç mi hiç hazırlamamıştı.

Haftalardır her şey üstüme üstüme geliyordu, durumunun ciddiyetinin de farkındaydım ama bir noktaya gelinceye dek delilik söz konusu değildi. O noktaya geldiğimde ise delir-diğimi anladım. Düşünceler kafamda öylesine üst üste biniyor-du ki, bir cümlemin ortasına gelmeden başını unutuyordum. Fikir parçacıkları, imgeler, cümleler, ünlü çocuk öyküsündeki kaplanlar gibi kafamın içinde dönüp duruyorlardı. Sonunda masaldaki kaplanlara olduğu gibi birbirleri içinde eriyip anlamsız birikintilere dönüştüler. Eskiden aşına olduğum hiçbir şeye aşına değildim artık. Çaresizdim, yavaşlamak istiyordum ama olmuyordu. Park yerinde hiç durmadan saatlerce koşuyor, kilometrelerce yüzüyordum ama bir yararı olmuyordu. Ne yaparsam yapayım enerji düzeyim değişmiyordu. Sevişmek öylesine keskin, yoğun bir olay haline gelmişti ki, zevk vermiyordu. Sevişirken kafamın çevresinde kara çizgilerle belirlenmiş ışıklar oluşuyor, beni dehşetten dehşete düşürüyordu. Sanrılarımın odağı, yavaş yavaş ve en acılı biçimde can veren yeşil bitkilerdi. Dünyadaki bütün yeşil bitkiler birer birer, dal dal, yaprak yaprak ölüyorlardı ve ben onları kurtarmak için hiçbir şey yapamıyordum. Attıkları çığlıklar inanılmaz bir sesler kargaşasıydı. Kafamdaki ölüm ve çürüme imgeleri her dakika çoğalıyordu.

Bir ara karar verdim, eğer kafam -ki ben yaşamını kafa-sıyla kazanan ve yıllar yılı o kafanın sağlamlığına inanmış bir insandım- bu korkunç koşuşturmadan kurtulup yeniden normal çalışmaya başlamazsa mahalledeki on iki katlı bir yapının tepesinden atlayarak kendimi öldürecektim. Toparlanmak için yirmi dört saat süre tanıdım kendime. Ama tabii, zaman kavramını tümüyle yitirmiştim ve milyonlarca başka düşünce -kimi harika, kimi ölümcül- kafamı üşüşmeyi sonra

da uçup gitmeyi sürdürdü. Dehşetin kesin hüküm sürdüğü bitmez tükenmez günler... Bitmez tükenmez günler boyunca alınan bir sürü dehşet verici ilaç -Torazin, lityum, valium., barbitüatlar- sonunda bir etki yarattı. Kafamın dizginlendiğini, yavaşladığını, bir çeşit beklemeye alındığını hissettim, Ama kafamı kendi kafam olarak tanıyabilmem için uzun süre geçmesi gerekti, o kafaya güven duyabilmem ise daha uzun zaman aldı.

İleride tedavimi üstlenecek psikiyatrla ilk tanıştığımda kendisi UCLA'nın Nöropsikiyatri Enstitüsünün başhekimiydi. Uzun boylu, yakışıklı, görüşlerinde iddialı bir adamdı; çelik kapalı gibi bir kafası, çok parlak bir zekâsı ve ilk bakışta ürkütücü olan görünüşünü yumuşatan tatlı bir gülüşü vardı. Sert ve disiplinliydi, ne yapacağını çok iyi bilen, nasıl yapacağı konusunda da bildiğinden şaşmayan biriydi. Hekimlik mesleğini gerçekten çok seviyordu, hocalığı ise harikaydı. Doktora öncesinde klinik psikoloji stajı yaptığım yıl, yetişkin hastalar servisindeki klinik çalışmalarımı o denetlemişti. Kolay zedelenen egolar ve cinsel çatışmalar konusunda başıboş spekülasyonların ön planda olduğu bir koğuş düzeninde, akılcı düşünce, keskin teşhis ve şefkatten oluşmuş bir ada gibiydi. Psikozlu hastaların hiç vakit kaybedilmeden yoğun biçimde ilaç tedavisi görmeleri konusunda çok kesin ve sarsılmaz bir tavrı olmasına karşın, psikoterapinin de uzun vadeli bir değişim ve kesin iyileştirme sonuçları alınmasındaki önemine gerçekten ve derinden inanıyordu. Tıp, psikiyatri, insan tabiatı konularındaki derin bilgileri, isabetli kararlarının yanı sıra hastalara çok iyi davranmasıyla da dikkatimi çekmiş, beni

etkilemişti. UCLA öğretim kadrosuna katıldıktan kısa bir süre sonra şiddetli bir mani krizine girdiğimde, aklımı ve yaşamımı emanet edebileceğim tek kişinin o olduğuna inandım. Ne kadar çok konuşursam konuşayım, ne numaralar yaparsam yapayım onun gözlerini boyayamayacağımı içgüdüsel olarak biliyordum herhalde. Öylesine sınırsız bir keşmekeşin içinde debelenirken böylesine akıllı bir karar verebilmiş olmam çok şaşırtıcı.

Randevu almak için onu aradığımda hem çok hastaydım, hem de çok korkuyor ve utanıyordum. Ömrümde bir psikiyatr ya da psikoanaliste başvurmuş değildim. Ama artık çaresizdim. Aklımı tamamen ama tamamen kaybetmiştim; bir hekimden yardım görmezsem işimi de, zaten tehlikede olan evliliğimi de, hatta yaşamımı da yitirecektim. Otomobile atlayıp San Fernando Vadisi'ndeki muayenehanesine gittim. Akşamüstüydü, Güney California'da günün bu saatleri pek güzeldir gerçekten ama ben, ömrümde ilk kez olarak korkudan titriyordum. Onun bana neler diyeceğini ya da neler diyemeyeceğini düşündükçe titriyordum. Öyle gülüp geçerek kolayca kurtulamayacağım bir durumun tam ortasında daydım, dünyada beni iyileştirecek bir şeyin olup olmadığını bilmiyordum.

Asansörle yukarı çıktım, uzun bir koridor boyunca yürüdüm, bekleme odasına girdim. Bekleyen iki hasta daha vardı, onları görünce yaşadığım rol değişimi şoku moralimi daha da bozdu, utancımı artırdı. Bu da karakter yapıma katkıda bulunmuştur mutlaka ama huzurlu, geleceği belirli, normal bir yaşam pahasına karakterimi kuvvetlendirecek fırsatlar yaşamaktan bıkmaya başlamıştım. O sıralar son derece savunmasız olmasaydım belki de bütün bunlar fazla önem taşımazdı.

Ama kafam karmakarışık, korkuyordum, kendim hakkında bütün bildiklerim paramparça olmuştu; kendimi bildim bileli yaşamımın her açısını sarmalamış olan öz güvenim uzun ve tedirgin bir tatile çıkmıştı sanki.

Bekleme odasının bir duvarında kimi yanan, kimi yanan bir sürü ışıklı düğme gördüm. Besbelli bunlardan birine dokunmam gerekiyordu, böylece psikiyatrim olacak kişi geldiğini öğrenecekti. Deney kafesindeki düğmelere anlamsız anlamsız bakan kocaman beyaz bir fare gibi hissettim kendimi. Aslında pratik ama garip bir biçimde aşağılayıcı bir sistemdi bu. Masanın arkasında değil de önünde oturmanın bana hiç mi hiç varamayacağını içim ezilerek hissettim.

Psikiyatrim kapısını açtı, bana bir göz attıktan sonra oturttu ve içimi rahatlatacak bir şey söyledi. Ne söylediğini tamamıyla unuttum -eminim kullandığı sözcükler kadar o sözcükleri nasıl söylediği anlamlıydı- ama yavaş yavaş minik ama minicik bir ışık huzmesi kafamın korkmuş karanlığına sızıyordu. İlk seansta neler anlattığımı hemen hiç hatırlamıyorum, oradan oraya atlayarak, birbiriyle bağlantısı olmayan karmakarışık şeyler söylediğini biliyorum yalnızca. Karşımda sanki beni sonsuza dek dinleyecekmişçesine oturmuş, bir doksanlık gövdesini koltuğundan yere doğru yaymış, bir sağ bacağını bir sol bacağını ötekinin üstüne atarak, uzun parmaklı ellerini parmak uçlarından birine değdirerek bir süre sesini çıkarmadı. Sonra sorular sormaya koyuldu.

Son zamanlarda günde kaç saat uyuyorsun? Dikkatini toplamakta zorluk çekiyor musun? Her zamankinden daha çok konuşuyor musun? Her zamankinden daha hızlı konuşuyor musun? Biraz yavaşla, ne dediğini anlamıyorum şeklinde uyarıda bulunan oldu mu? Hiç durmadan konuşmak ihtiyacı-

nı duyuyor musun? Enerjin her zamankinden fazla mı? Yakınların sana yetişmekte zorluk çektiklerini söylediler mi? Her zamankinden daha faal misin, bir sürü yeni projen var mı? Kendi düşüncelerine yetişmekte zorluk çekiyor musun? Her zamankinden daha tedirgin ve sinirli misin? Cinsel faaliyetin arttı mı? Çok para harcıyor musun? Aklına eseni yapıyor musun? Her zamankinden daha çok ve çabuk öfkeleniyor musun? Özel yeteneklerin ve güçlerin olduğunu hissediyor musun? Hayal gördün mü, gaipten sesler işittin mi? Gövdende garip duyumlar farkettiler mi? Bu semptomlardan herhangi birini daha önceden yaşadın mı? Ailende benzer sorunları olan kişiler var mı?

Çok ayrıntılı bir psikiyatrik soruşturmayla karşı karşıya olduğumun farkındaydım. Sorular bana yabancı değildi, benzer şeyleri ben başkalarına yüzlerce kez sormuştum ama soruları so-racağıma bunlara cevap verme konumunda olmak sarsıcıydı; nereye varılacağını bilmemek insanın sinirini bozuyordu. Hasta konumunda olmanın ne denli kafa karıştırıcı olduğunu anlamak da kötüydü. Sorularının hemen hepsini, bu arada depres-yonla ilgili bir sürü başka soruyu da "evet" diyerek cevapladım. Psikiyatriye ve profesyonel tavra olan saygım yenilendi.

Zamanla onun hekim olarak tecrübesi, insan olarak da kendine güveni etkili olmaya başladı, aynı, düzenli alınan ilaçların mani çılgınlığını dizginleyip yatıştırması gibi. Manik-depresif bir hasta olduğuma inandığını kesin bir dille belirtti; belki de hayat boyu lityum almak zorunda kalacaktım. Bu beni fena halde korkuttu -o sıralar bu hastalık ve iyileşme olasılıkları konusunda şimdikinden çok daha az şey biliniyordu- ama bir yerde rahatlattı da. Kafamın en derinliklerinde bir yerde doğru olduğunu bildiğim bir teşhisin konulmuş ol-

masıydı beni rahatlatan. Gene de, hakkımda bir hüküm vermiş olmasını kolay kabullenemeyerek karşı çıktım. Beni sabırla dinledi. Geçirdiğim krizin nedeni olarak ileri sürdüğüm dolambaçlı alternatif açıklamaları -gergin bir evliliğin stresleri, psikiyatri fakültesinde öğretim üyesi olarak göreve başlamanın stresleri, aşırı çalışmanın stresleri- da dinledi ama teşhisinden ve önerdiği tedaviden bir adım bile geri atmadı. Ona çok bozulmuştum ama nedense çok da rahatlamıştım. Düşüncelerinin açık seçikliği, gösterdiği derin anlayış ve kötü haberi vermekte mırın kırın etmemesi yüzünden ona derin saygı duydum.

O günü izleyen pek çok yıl boyunca, İngiltere'de yaşadığım süreler dışında, ona haftada en az bir kez gittim; kendimi öldürme eğiliminin had safhaya ulaştığı derin depresyon dönemlerinde daha sık başvuruyordum ona. Hayatımı belki bin kez kurtardı. Tümüyle delirdiğimde, dayanılmaz çaresizlikler içinde kıvrandığımda, harika başlayıp korkunç biten aşk ilişkilerimde, müthiş hayal kırıklığı yaşadığımda, başarılı olduğumda, hastalığım çeşitli kereler yenilendiğinde, başarılı olmasına ramak kalan bir intihar teşebbüsümde, çok sevdiğim bir adam öldüğünde, meslek yaşamımın en mutlu ve en kötü günlerinde hep yanımdaydı. Kısacası, psikolojik ve duygusal yaşamımın her aşamasının başında ve sonunda yanımdaydı. Yumuşak ve sempatik olduğu kadar sert ve kararlıydı. İlaç aldığım için enerji, canlılık, özgünlük açısından kendimden çok şey yitirdiğime inandığımı biliyor ve duygularımı çok iyi anlıyordu ama yalvarmalarım onu hiçbir zaman yumuşatmadı, hastalığımın genel perspektifte ele alındığında bana nelelere malolacağını, müthiş zararlarını, yaşamımı tehdit ettiğini hiçbir zaman göz önünden ayırmadı. Belirsizlik onu hiç yıl-

dırmıyordu, karmaşıklık karşısında rahattı, en büyük keşme-keşin en ortasında bile kararlılığı kesindi. Saygıyla, şaşmaz bir profesyonellikle, zekice davranıyordu bana; iyileşeceğime, rekabet ortamına girip kazanacağıma inancı sonsuzdu.

O na hastalığının tedavisi için gitmiştim ama bana daha ilerde kendi hastalarım ile ilişkilerimde örnek olacak şeyler de öğretti: Beyin ile kafanın karşılıklı olarak birbirlerine tümüyle bağımlı bir etkileşim içinde olduklarını örneğin. Mizacımla, duygudurumlarım, hastalığım başkalarıyla olan ilişkilerimi ve de çalışmalarımın temelini açıkça ve derinden etkiliyordu. Ama duygudurumlarım da büyük ölçüde ilişkilerim ve çalışmalarımın biçimleniyordu. Zor ama önemli olan, bu karşılıklı etkileşimin karmaşıklığını anlamak ve iyileşmeye, anlamlı bir yaşama varabilmek için lityumun, iradenin, öngörünün oynadıkları rolleri ayırt edebilmektir. Psikoterapinin görevi ve armağanı buydu.

Şu anda vardığım noktada, hem lityum almadan hem de psikoterapiden yardım görmeden normal bir yaşam sürdürebileceğimi düşünemiyorum. Lityum çekici ama yıkıcı uçuşlarımı engelliyor, depresyonlarımı azaltıyor, kafam iyice karıştığında sapla samanı ayırt etmemi sağlıyor, beni yavaşlatıyor, yatıştırıyor, mesleğimi ve ilişkilerimi alt üst etmekten kurtarıyor, hastane dışında ve hayatta tutuyor, psikoterapiye devam etmemi sağlıyor. Ama inkâr edilemez gerçek şu ki, sağlığa kavuşturan psikoterapidir. Karmakarışıklığın içinden anlamlı bir şeyler çıkarmanızı, dehşet verici düşünce ve duyguların dizginlenmesini ve belli ölçüde denetimi sağlayan, bütün olanlardan bir şeyler öğrenmek olanağını ve umudunu veren psikoterapidir. Haplar insanın gerçekliğe yumuşak iniş yapmasını sağlayamıyor, sağlamıyor; insanı başdöndürücü, kimi kez dayanıl-

mayacak bir hızla, tepeüstü atıyor gerçekliğin içine. Psikoterapi ise bir sığınak ya da bir savaş alanı; çok çeşitli durumlarda -psikozluyken, nevrotikken, uçuştayken, kafam karmakarışıkken, inanılmaz ölçüde çaresizken- içinde bulunduğum bir yer orası. Ama orası her zaman için, günün birinde bütün bunlarla baş edeceğime inandığım, inanmayı öğrendiğim yer.

Hiçbir hap, hap almaktan nefret etme sorunumu çözmeme yardımcı olamaz; aynı biçimde psikoterapi de tek başına manilerimi, depresyonlarımı engelleyemez. Her ikisine de gereksinmem var. insanın yaşamını haplara, kendi acayip huy ve inatlarına ve de psikoterapi adı verilen bu benzersiz, garip ve eninde sonunda çok derin ilişkiye borçlu olması ne tuhaf.

Oysa, yaşamımı haplara borçlu olduğumu uzun süre kabullenemedim; lityum almanın gerekliliğine inanmamakta gösterdiğim basiretsizlik bana çok pahalıya maloldu.

BEN SATÜRN'Ü ÖZLEDİM

Her insan kendine özgü bir biçimde atıyor adımını deliliğe. Ben bir meteorolojist kızı olduğumdan, söz konusu uçuk yaz günlerinde sanrılarımı donatan şahane görüntülerin göksel olması pek şaşırtıcı değildi belki: Uzayın özgün ışık dalgaları arasında, bulutların, yıldızların kıyısından köşesinden geçerek, buz kristallerinden oluşan sonsuz alanlarda kayıyor, uçuyor, kimi kez paldır küldür yuvarlanıyordum. Şimdi bile, kafamdaki o özel gözü açtığımda durmadan parçalanıp ve değişen bir ışık görebiliyorum; ayrıca döne döne kilometreler boyu uzayan, değişken ama çarpıcı renk halkaları da var; bir de, belli belirsiz, nedense şaşılacak ölçüde solgun uydu aylar görüyorum donanma fişeği gibi ışık saçarak dönen bir gezegenin çevresinde. Satürn gezegeninin uyduları yanından kayarken "Uçur Beni Aylara" diye şarkı söylediğimi ve bunu çok komik bulduğumu hatırlıyorum. Daha önce yalnızca düşlerimi süsleyen, arada bir özlemini duyduğum bir dünyayı görüyor, içinde bulunuyordum.

Gerçek miydi? "Gerçek" sözcüğüne anlamlı bir karşılık aranıyorsa eğer, elbette değildi. Ama kalıcı mıydı? Kesinlikle. Aldığım ilaçlar etki gösterip psikozum düzeldikten çok sonra,

insanın yaşamı boyunca unutamayacağı anlar arasında yer aldı, hatta, Proust-vari bir melankoli kazandı. Ruhumla kafamın çıktığı o uzun yolculuğun üstünden yıllar geçtikten sonra Satürn ile çevresindeki buzdan halkalar şişsel güzelliklerini yitirmediler, tam tersine, şimdi bile Satürn ile ilgili herhangi bir imge gördüğümde, benden bu kadar uzakta ve her bakımdan ulaşılmaz olması içimde derin bir hüznü uyandırıyor. Kafamın sanrısız uçuşu öylesine yoğun, görkemli ve kesinlikle güvenli geçmişti ki, bir kez iyileştikten sonra, bu hastalıktan vazgeçmenin benim için kolay olmayacağına inandım. Klinik tecrübesi olan bir bilim kadınıydım, yapılan araştırmalar hakkındayazılanları okuyor, lityum almamanın kaçınılmaz korkunç sonuçlarını görüyordum, gene de hastalığımın ilk teşhisi konulduktan sonra yıllar yılı ilaçlarımı doktorun dediği gibi almadım. Niye bu kadar inat ettim? İlaçlarımı doğru dürüst, tıbbi açıdan anlamlı olarak, düzenli biçimde almaya başlamak için neden birkaç mani krizi ve intihara yönelik depresyon daha geçirmem gerekti?

Gönülsüzlüğümün bir bölümü kuşkusuz gerçekten hasta olduğumu temelde kabul etmememden kaynaklanıyordu, Manik-depresif rahatsızlığın başlangıcında yaygın olarak görülen bir tepkidir bu. Çeşitli duygudurumları insan yaşamının öylesine olağan bir parçasıdır, kişinin kendi kendini tarifinde öylesine temel bir rol oynar ki, psikoza varan aşırı duygudurumu ve davranış değişimleri de çoğunlukla yaşamın zorluğu karşısında gösterilen geçici ve anlaşılabilir tepkiler olarak görülebilir. Bana gelince, ben kimliğimi, yaşadıklarımı yitirdiğim duygusuyla dehşete düştüm. Kafamın özgün uçuşlarından, parıltılı ama uçuk duygudurumlarımdan vazgeçmek çok zordu, oysa her seferinde yaşamımı tehlikeye atan depresyonlar ve duygudurumları izliyordu.

Ailem, arkadaşlarım, "normal" olmaktan memnun, olacağımı, lityumun yararlarını anlayacağımı, normal bir enerji ve uyku düzeyine ulaşmaktan huzur duyacağımı bekliyorlardı. Oysa insan bir kez yıldızların üstüne basmışsa, gezegenlerin halkalarını ellerinde tutmuşsa, geceleri dört beş saat uyumaya alışırken şimdi sekiz saat uyuyorsa, günlerce, haftalarca geceleri sabahlara kadar uyanık kalmışken artık bunu yapamıyorsa, başkalarına belki çok rahat gelen bir günlük düzene girmek hiç de kolay değil. İnsan kendini kısıtlanmış hissediyor, eskisi kadar üretken olmadığına inanıyor, en kötüsü de o eski başdöndürücü uçuşları deli gibi özlüyor. Eskisi kadar canlı, enerjik ve keyifli olmadığımından yakındığımda insanlar, "İyi ya. sen de artık bizlerden birisin" gibisinden sözlerin beni rahatlatacağını düşünüyorlar. Oysa ben kendimi başkalarıyla değil, kendi eski kişiliğimle kıyaslıyorum. Daha da ötesi, şimdiki kişiliğimi eskinin en iyi günleriyle -yani hafif mani geçirdiğim dönemlerle- kıyaslamak eğilimindeyim. Şimdiki "normal" kişiliğimle, en canlı, en üretken, en coşkulu, en hareketli, en çekici duygudurumum arasında dağlar kadar fark var. Kısacası, benim eskiden daha iyi bir performans göstermem hiç kolay değil.

Üstelik Satürn'ü de çok özlüyorum.

Lityum ile sürdürdüğüm savaş ilacı almaya başlamamdan kısa bir süre sonra gündeme geldi. İlk kez 1974 sonbaharında lityum verdiler bana ama 1975 ilkbaharında, hekimin uyarılarına aldırmayarak ilacı bıraktım. Mani krizim geçmişti, onu izleyen korkunç depresyonu da atlatmıştım, ilacı düzenli almayı sürdürmemek için binlerce akla yakın sebep üşüştü kafama. Sebeplerin bazıları psikolojikti. Öteki sebepler de

başlangıçta almak zorunda olduğum yüksek dozlar yüzünden çektiğim yan etkilerdi. (1974'te hastalara şimdikinden çok daha yüksek dozda lityum verilmesi söz konusuydu. Bir süredir düşük dozda ilaç aldığım için daha önceleri beni sıkıntıya sokan yan etkilerin hemen hepsinden kurtuldum.) İlk on yıl boyunca çektiğim yan etkiler gerçekten büyük rahatsızlıklar yaratıyordu. Kimi hastalarda -ki bunlar azınlıktadır ama ben onlardan biriyim- lityumun tedavi dozu, yani işe yaradığı doz, toksik etkiler yapan doza çok yakındır.

Lityumun bana uygun olduğu kesindi. Bendeki manik-depresif belirtiler lityumun klinik kullanımına örnek oluşturmaya, kitaplara geçecek kadar klasikti: Geniş kapsamlı, görkemli mani krizleri, ailede belirgin bir manik-depresif hastalık tarihçesi, mani krizinin depresyondan sonra değil de önce gelmesi gibi. Ama ilaç fiziksel ve ruhsal yaşamımı da etkiliyordu. Almak zorunda olduğum doz sık sık mide bulantısına ve kusmalara yol açıyordu. Çoğu kez St. Andrews pelerinine sarılıp, başımın altına bir yastık alıp banyoda yerde yatıyordum. Vücudun tuz düzeyinde ya da gıda rejiminde, hormonlarda meydana gelen değişimler yüzünden kanımdaki lityum düzeyi de aşırı yükselebiliyordu. Hatırlamak istemediğim kadar çok sayıda hem de konferans salonlarından lokantalara, bir keresinde Londra'daki Ulusal Galeri'ye kadar pek çok halka açık yerde kusma olayları yaşadım, yerin dibine geçtim. (Bütün bunlar, ilerde zaman-ayarlamalı bir lityum türüne geçtikten sonra düzeldi.) Daha ciddi bir zehirlenme söz konusu olduğunda titremeye başlıyor, yol yordamımı şaşırıp duvarlara çarpıyor, doğru dürüst konuşamaz oluyordum. Bu durumlarda hemen acil servise gidip damardan iğnelerle zehrin etkisini yok etmek gerekiyordu ama daha da kötüsü, görünüşte uyuşturucu

kullanan ya da aşırı derecede alkol almış biri izlenimini uyardırıyordum ve gene utançtan yerin dibine geçiyordum.

Bir akşam, Malibu'daki bir binicilik dersinden dönüyordum. Zaten iki kez attan düşmüştüm o akşam, bir de polisler yolumu kesip kenara çekmemi söylemezler mi? Yol kıyısında beni ayrıntılı bir nörolojik muayeneden geçirdiler -düz çizgi üstünde yürüyemedim, işaret parmağımla burnuma dokunamadım, parmak uçlarımı başparmağıma değdirmekte ise fena halde başarısızdım; gözümün içine ışık tuttuklarında gözbebeklerimin ne hale geldiğini ise allah bilir- sonunda ilaçlarımı çıkardım, psikiyatrimın adını ve telefonunu verdim, istedikleri türden kan tahlili yapabileceklerini söyledim de ancak ikna edebildim onları uyuşturucu ya da alkol almadığımı.

Bu olayın üstünden çok geçmemişti, yeni yeni kayak yapmayı öğreniyordum, Utah'da epeyce yüksek bir dağın tepesindeydim ve aşırı hareketlilik ile yüksek rakım bir araya geldiğinde kandaki lityum düzeyinin arttığını bilmiyordum. Yolumu yordamımı tümüyle yitirdim, dağdan aşağı inmeyi başarmam tümüyle imkânsızdı. Neyse ki lityum aldığımı bilen ve bu konularda uzman olan bir arkadaşım, önceden sözleştiğimiz saatte buluşmaya gelmediğimi görünce meraklanmış dağ güvenlik grubunu aramaya çıkarmış. Onlar sayesinde sağ salım indim ama biraz yatay bir iniş oldu.

Mide bulantısı, kusma, arada zehirlenme gibi belirtiler kimi kez utanç verici, her zaman can sıkıcıydı ama benim için çok daha önemli olan lityumun okuma, okuduğumu anlama ve hatırlama yetilerime yaptığı etkiydi. Çok ender vakalarda lityum göz dengesizliğine yol açabiliyor, bu da görüş bulanıklığına sebep oluyor. Ayrıca, dikkat süresini ve yoğunluğunu bozduğu gibi belleği de etkileyebiliyor. Kendimi bildim

bileli entelektüel ve duygusal yaşamımın belkemiğini oluşturmuş olan okuma eylemi birden ulaşılmaz olmuştu. Haftada üç dört kitap okumak âdetindeydim ama artık bu olanaksızdı. On yılı aşkın bir süre ciddi bir edebiyat ya da bilim yapıtını baştan sona okuyamadım. Bunun yarattığı eksiklik duygusu ve acıyı ölçmenin hiçbir yolu yok. Kör bir öfke içinde kitapları duvarlara fırlattığım, bilimsel dergileri büromun öteki ucuna uçurduğum çok olmuştur. Dergilerdeki makaleleri, daha kısa oldukları için kitaplardan daha iyi okuyabiliyordum ama gene de büyük zorluklar çekiyordum. Okuduklarımı anlayabilmek için aynı satırları birkaç kez üst üste okumak, hiç durmadan not almak zorundaydım. Böyle yaptığımda bile, okuduklarım sıcak kaldırıma düşmüş kar taneleri gibi anında eriyip gidiyorlardı çoğu kez. Oyalanabilmek için nakış öğrendim, eskiden okumayla geçirdiğim saatleri doldurmak amacıyla nice kırlentler, paravanlar işledim ama nafiye.

Tanrı'ya şükür ki şiir okuduğumda anlıyordum hiç değilse. Zaten her zaman şiir sevmişimdir, şimdi anlatılması güç bir tutkuyla şiire verdim kendimi. Ayrıca, çocuk kitaplarının hem yetişkinler için yazılanlardan daha kısa, hem de puntolarının daha büyük olması nedeniyle bana daha kolay geldiklerini fark ettim ve çocukluğumda sevdiğim klasikleri yeniden yeniden okudum. *Peter Pan*, *Mary Poppins*, *Charlotte'un Ağı*, *Huckleberry Finn*, *Oz Büyücüsü*, *Doktor Doolittle* gibi beni yıllar ve yıllar önce unutulmaz yeni dünyalara taşımış olan yapıtlar şimdi bana ikinci bir fırsat, ikinci bir güzellik ve keyif rüzgârı gibi geliyorlardı. Bütün bu çocuk kitapları arasında dönüp dönüp yeniden okuduğum Söğütlerin *Rüzgârı* idi. Kimi kez beni tamamıyla etkisi altına alıp sürüklüyordu. Bir keresinde, Köstebek'in evini betimleyen bölümde kesinlikle kendimden geçtim, saatlerce ağladım, bir türlü susamadım.

Geçenlerde, okuma yeteneklerimi yeniden elde ettikten sonra bir daha kapağını açmadığım *Söğütlerin Rüzgârı*'nı yeniden elime aldım, beni o sırada öylesine paramparça eden şeyin ne olduğunu anlamaya çalıştım. Biraz aradıktan sonra söz konusu bölümü buldum. Arkadaşı Sıçan ile aydınlık dünyada macera aramaya çıkan Köstebek çok uzun süredir yeraldındaki yuvasından uzaktır. Derken bir kış akşamı, yolda yürürlerken birden çok güçlü bir biçimde eski evinin kokusunu alır. Oraya yeniden gitme isteği dayanılmazdır, Sıçan'ın da kendisiyle gelmesi için yalvarır:

"Ne olur, dur bir dakika, Sıçan kardeş," diye yalvardı Köstebek, yüreği parçalanarak. "Anlamıyorsun! Orası benim yuam , eski yuam! Birden kokusu burnuma doldu, bu yakınlarda bir yede mutlaka, çok yakınlarda. Oraya gitmek zorundayım, gitmeden yapamam, yapamam! Hey geri dön, Sıçan kardeş! Ne olur, geri dön!"

Sıçan'ın acelesi olduğundan Köstebek'in evine giderek zaman kaybetmek istemez önce ama sonunda razı olur. Akşam Noel şarkıları söyleyip ateşin karşısında baharatlı sıcak şaraplarını içtikten sonra Köstebek, macera uğruna terkettiği yuvanın sıcaklığını, güvenini ne kadar özlemiş olduğundan, bütün o "dostluk kokan şeyleri farkında olmadan hep aklının bir köşesinde sakladığından" dem vurur. Orada okumayı kestim ve yıllar önce, daha yeni lityum almaya başladığımda bu satırları okurken hissettiklerimi aynen, aynı güçle, iliklerime kadar hissettim: Eski evimi, kafamı, kitaplar ve "dostluk kokan şeyler"le dolu yaşamımı, hemen her şeyin yerli yerinde olduğu, korkunç bir karmaşanın alt üst edemeyeceği dünyamı

özlemiştim. Kafamın beni sürüklediği paramparça dünyada sürünmekten başka seçenek yoktu elimde o sıralar. Deliliğin ve onun zorunlu kıldığı ilaçların varlığımın her yanına nüfuz edip her şeyimi delik deşik etmesinden önceki günlerimin özlemi içindeydim.

Lityumu Yaşamınıza Kibarca Kabul Etmenin Kuralları

- 1. Yemeğe misafiriniz olduğunda ya da yeni bir aşık edindiğinizde ilaç dolabınızı boşaltın.*
- 2. Ertesi gün lityumu yeniden dolaba koymayı unutmayın.*
- 3. Vücudunuzdaki eşgüdüm bozukluğunu, eskiden kolayca yaptığınız sporları artık yapamamayı fazla kafaya takmayın.*
- 4. Kahvenizi dökmekti, sekiz yaşında bir çocuk gibi imza atmakta, kol düğmelerini en az on dakikada takmakta gibi şeylere gülmeyi öğrenin.*
- 5. Birtakım insanlar "Ay ben de mi lityum alsam, ne yapsam" gibisinden espriler yaptıklarında gülümseyin.*
- 6. Doktorunuz, lityumun yaşamınızdaki kaosu düzeltmekte çok yararlı olduğunu her yinelediğinde inanmış gibi, anlamış gibi kafa sallayın.*
- 7. Söz konusu düzelmeyi beklerken sabırlı olun. Çok sabırlı. Tevrat'ın Hazreti Eyüb'ün öyküsünü anlatan bölümünü yeniden okuyun. Sabırlı olmayı sürdürün. "Sabırlı olmak" ile "sanrılı olmak" deyimlerindeki benzerlik üstüne uzun uzun düşünün.*
- 8. Okuma eyleminin birden büyük çabalar gerektirmesi sizi fazla sinirlendirmesin. Soruna feylesofça yak-*

laşın. Kolayca okuyabilseydiniz bile okuduğunuzun çoğunu hatırlamayacaktınız nasıl olsa.

9. *Eskisi kadar canlı ve hareketli ve hevesli olmamaya alışmaya çalışın. Bir vakitler yaşadığınız çılgın gece'leri hatırlamamaya çalışın. Keşke o geceleri yaşamamış olsaydınız zaten.*
10. *İlaça başladıktan sonra ne kadar iyileştığınızı unutmamaya bakın. Zaten herkes ikide bir size bunu hatırlatacaktır ve dedikleri ne kadar canınızı sıkarsa sıkınsın büyük bir olasılıkla doğrudur.*
11. *Halinize şükredin. Lityumu bırakmayı aklınızdan bile geçirmeyin.*
12. *İlacı bıraktınız, önce mani sonra depresyon krizleri geçirdiniz, ailenizden, dostlarınızdan, doktorunuzdan sık sık duyacağınız şu sözlerle hazır olun:*
 - *"Ama her şey ne kadar iyi gidiyordu. Seni bir türlü anlayamıyorum."*
 - *"Bunun böyle olacağını sana söylemiştik, değil mi?"*
13. *İlaç dolabınızı yeniden doldurun.*

Lityuma karşı uzun süre inatla direnmemde psikolojik öğeler ilacın yan etkilerinden çok daha büyük rol oynamıştır. İlaç almamın zorunlu olduğuna bir türlü inanmak istemiyordum. Uçuk dönemlerimin tiryakisi olmuştum; o uçuşların getirdiği coşkunluğa, yoğunluğa, kendime güvene, başkalarına da bu-
laşıp onları da uçurma, heveslendirme yetisine bağımlıydım sanki. Kazanma anının geçici ama müthiş taşkınlığı uğruna her şeylerini feda eden kumarbazlar gibi, aile ve meslek yaşamalarını kısa süreli yüksek enerji dönemleri uğruna tehlike-

ye atan kokainmanlar gibi, ben de eski hafif mani krizlerimi üretkenliğime müthiş katkılar yapan, keyifli, başdöndürücü olarak tanımlıyordum. Onlardan vazgeçemiyordum. Daha derinde, temelde yatan duygu ise -sert iradeli bir ana-baba, kendi inadım, beyaz-anglosakson-protestan-askeri yetişme tarzım sonucu-karşıma çıkan her türlü zorluğu ilaç milaç gibi koltuk değneklerine gereksinme duymaksızın kendi başıma çözümleyebilme inancıydı.

Bu duyguyu benimle paylaşanlar da vardı. Hastalandığımda, ablam lityum almamam konusunda öylesine ısrarlıydı ki aldığım için benden iğrendiğini saklamıyordu. Küçüklüğünde öfkeyle karşı çıktığı tutucu çevrelerin görüşünü nendense benimseyerek mani ve depresyonlarımın sorumluluğunu üstlenmem gerektiğini, eğer çektiğim acıların yoğunluğunu ilaçla azaltırsam ruhumun eriyip yok olacağını söylüyordu. Onun gittikçe kötüleşen duygudurumları ile -içkiyi çok artırmıştı, akıldışı davranışları, şiddete başvurmaları sıklaşmıştı-benimkilerin çakışması, artı ilaç almama konusundaki tehlikelili ama çekici görüşleri onunla ilişkilerimi sürdürmemi çok zorlaştırıyordu. Yıllar önce bir akşam, "Örgütlü Tıp Odaklarına boyun eğdiğim" için, "duygularımı ilaçla uyuttuğum" için bana ekmediğini komadı. Kişiliğimin kurduğunu, ateşimin söndüğünü, eski benden geriye bir kabuktan başla bir şey kalmadığını haykırdı. Bu dedikleri çok hassas bir noktayı on ikiden vurmıştı ki herhalde kendisi de bunu biliyordu ama o sırada birlikte olduğum adam fena halde öfkelendi. O adam benim en hasta zamanlarımı görmüştü ve öylesi bir deliliğe söyle ya da böyle bir değer atfetmenin anlamsızlığını kavırıyordu. İşi espriyle geçiştirmeye çalışarak, "Kardeşin, eski kişiliğinin bir kabuğusun diyor. Olabilir ama ben kabukla baş et-

mekte bile zorluk çekiyorum" dedi. Bunun üzerine ablam ona da demediğini komadı. Bir yandan içim parçalanıyordu, bir yandan lityum alma konusundaki kararsızlıklarım kabarıyordu.

Ablamla fazla yakın olmak benim için tehlike liydi: İlaç almadığımda kafamda ayaklanan çağrıların temsilcisiydi o; kişinin her türlü sorununu kendi başına çözümleyecek kadar güçlü olması gerektiğini öğreten bir geçmişin, bir yetiştirme tarzının sesiydi; yitirdiğim taşkınlıklara, uçuk duygudurumlarına yeniden kavuşma isteğimi kışkırtandı. Tam olarak değilse bile, biraz biraz anlamaya başlamıştım galiba, tehlikede olan yalnızca aklım değil, hayatımdı. Oysa dövüşmeden boyun eğmemek üzere yetiştirilmiştim. Kendinden başkasına güvenme, sorunlarını başkalarının üstüne yıkma, dişini sıkıp her türlü zorluğa göğüs ger, kendi kendini kurtarırsın gibisinden düşüncelerle büyütölmüş ve anlaşılan bunlara tümüyle inanmıştım. Oysa şimdi geriye baktığımda, bu körü körüne ahmaklığa, aşırı gurura şaşıp şaşıp kalıyorum. Aklım fikrim nerdeymiş acaba? Kendi kendime düşünüp karar vermek üzere yetiştirilmiştim bir yandan da. O zaman, bu katı, yaşam içinde anlamsız "kendinden başkasına güvenme" ilkesini neden sorgulamadım? Böylesi bir meydan okumanın ne kadar saçma olduğunu neden farketmedim?

Birkaç ay önce, o dönemdeki sağlık dosyamı istedim psikiyatrimdan. Bunları gözden geçirdiğimde bayağı sarsıldım. 1975 yılının Mart ayında, lityuma başlamamın üstünden daha altı ay geçmişken ilacı bırakmış, birkaç hafta içinde mani krizine girmişim. Onu akut bir depresyon izlemiş. Yılın sonuna doğru yeniden lityum almaya başlamışım. Doktorun tuttuğu notları okurken, hep yenilenen bir örnek görerek dehşete düştüm.

- 17.7.75 Depresif krizi çok kötü geçen hasta lityuma yeniden başlamayakarar verdi. 300 miligramdan başlayacak. BID (günde iki kez).
- 25.7.75 Kusma.
- 5.8.75 Lityuma alışmaya başladı. Sandığından **daha** hipo-manik olduğunu öğrenince depresyon belirtileri gösterdi.
- 30.9.75 Hasta lityumu yeniden bıraktı. Stresle ilaçsız baş edebileceğini kanıtlamak kendisi için önemliymiş dediğine göre.
- 2.10.75 Lityum almamakta direniyor. Üst düzey mani belirtileri başladı. Hasta bunun farkında.
- 7.10.75 Aşırı sinirlilik, uykusuzluk, dikkati yoğunlaştırma zorluğu yüzünden hasta yeniden lityuma başladı.

Bir bakıma, inatçılığım insan doğasına aykırı değildi. İster kronik ister akut hastalığı olan bir insanın, ilaçlarını aynı doktorun dediği gibi almayı uzun süre sürdürmesi zordur. Hastalığın belirtileri azalır ya da tümüyle yok olursa ilaç almak daha da zorlaşır. Bana gelince, kendimi iyi hissettiğim anda ilacı sürdürmek için ne istek ne sebep kalıyordu. Zaten başından beri almak istemediğimden -yan etkileri kolay kaldıramıyordum, uçuk dönemlerimi özlüyordum- normal halime döndüğümde ciddi bir hastalığım olmadığına, krizlerin yinelenmeyeceğine inanmak kolaydı. Manik-depresif hastalığın yineleceğini, üstelik krizlerin her seferinde daha kötü olacağını açıklayan araştırma literatürünü okumuştum ama nedense benim durumumun bir istisna olduğundan emindim.

Lityumun yetersiz bir ilaç olduğunu hiç düşünmedim.

Tam tersi söz konusuydu. Yeterli, yararlı, güvenli bir ilaç olduğunu yaşayarak kesinlikle öğrenmiştim. Bana gerçekten iyi geliyordu. Psikiyatrik ilaçlara ilke olarak da karşı değildim. Tam tersine. Birtakım kişilerin -özellikle psikiyatr ve psikologların- ruh ve akıl hastalıklarının tedavisinde ilaca karşı olmalarını her zaman yadırgamışımdır. Kimi hekimler hastalıkları ikiye ayırırlar; meme kanseri ya da Hodgkins hastalığının acılarını dindirmek, tedavisini sürdürmek için ilaç kullanımından yanadırlar ama depresyon, manik-depresyon, şizofreni gibi durumlarda ilaca karşıdır. Ben bu ayrımı hiçbir zaman doğru bulmadım. Manik-depresif hastalığın ilaçla tedavi edilebileceğine dair hiçbir kuşku yok. Üstelik, kimi ender vakalar dışında, bu hastalığın ilaçsız tedavisine yeltenmenin tıp ahlakına aykırı olduğuna da inanıyorum. Gene de, bütün bu düşünce ve inançlarıma karşın, kendi durumumu ilaçsız idare edebilmem gerektiğini, kendi bildiğim yolun en doğrusu olması gerektiğini düşünüyordum.

Bütün şikâyetlerimi çok ciddiye alan psikiyatrim gene de sürekli lityum almam gerektiği konusundaki görüşünden hiç şaşmadı. Ne kadar dil dökersem dökeyim, ne kadar girift ve tutkulu bir mantık silsilesi ileri sürersem süreyim, hastalığı -"hiç değilse son bir deneyeyim"- ilaçsız yenme tasarılarıma ortak olmadı, Tanrıya şükür. Temel seçimi hiçbir zaman gözden kaçırmadı. Konu lityumun sorunlu bir ilaç olması değildi; konu uçuk dönemlerimi özlemem değildi; konu ilaç almanın aile geçmişimle ilgili birtakım idealize edilmiş düşüncelere uygun düşüp düşmemesi değildi. Konu, lityumu sürekli değil aralıklı kullanmam, dolayısıyla mani ve depresyon krizlerimin yenilenmesine yol açmamdı. Onun görüşüne göre -ki şimdi ben de onca acıdan sonra açıkça onun görüşüne katılıyorum-

delilikle akıllılık, ölümle yaşam arasında bir seçim yapmak söz konusuydu. Mani krizlerim sıklaşmış, üstelik yapı olarak "karişiklaşmaya" başlamıştı (yani, "beyaz mani" olarak nitelediğim daha coşkun, daha keyifli dönemler aşırı sinirli bozgun dönemlerle üst üste biniyordu). Öte yandan depresyonlarım da daha beterleşmiş, intihar eğilimim artmıştı. İlaç tedavilesinin hemen hemen tümünde yan etkilerin kaçınılmaz olduğuna işaret etti; aslında lityumun pek çok başka ilaçtan daha az kötü tepkilere yol açtığını belirtti. Bu ilaçtan önce kullanılan insanlık dışı ve yararsız tedavi yöntemlerini -zincire vurmak, kan almak, buz torbaları, tımarhaneye kapatmak, lobotomi gibi- bir düşünürsek, günümüzde kimi sara ilaçlarının manik-depresif hastalıklarda çok az yan etkiyle kullanılabilirliğini hesaba katsak bile, lityum hâlâ çok etkili bir ilaç olma niteliğini sürdürüyor. Bütün bunları o zaman da biliyordum ama inanmıyordum işte.

İşin aslına bakarsanız, bütün sebeplerin altında yatan gizli, dehşet verici başka bir sebep vardı: İlacın işe yaramayacağı korkusu. Ya ilacı almayı sürdürdüğüm halde gene hastalanırsam? İlacı almadığım sürece bu en müthiş korkunun gerçekleşmesi söz konusu olamazdı. Psikiyatrim bilemeden yaşadığım bu dehşeti oldukça erken anlamış. Tuttuğu notlarda kısacık bir gözlem var ki, beni paralyze eden bu korkuyu çok doğru özetlemiş: *Hasta ilacı bir iyileşme vaadi olarak, eğer ilaç işe yaramazsa bir intihar yolu olarak görüyor. İlacı sürekli alacak olursa, son kurtuluş kapısını kapatacağından korkuyor.*

Yıllar sonra, kendilerini büyük ölçüde yeme-içme çılgınlığına kaptırmış binden fazla psikiyatrla dolu bir balo salonunda-

yım; bedava yemek ve içki, (ne kadar kötü olursa olsun) nedense doktorları deliklerinden çıkarıp yemlenme odaklarına toplamak için birebirdir. Gazeteciler ve kimi başka yazarlar psikiyatrların Ağustos göçlerinden sık sık söz ederler ama Mayıs ayında -bu arada, Mayıs'ın intihar olaylarının doruğa ulaştığı ay olduğunu söylemekte de yarar var- başka türlü bir sürüsel davranış sergilenir ve her ekolden onbeş bin kafa doktoru Amerikan Psikiyatri Derneği'nin yıllık toplantısı için bir araya gelir. Ben bazı meslektaşlarımla birlikte, manik-depresif hastalığın teşhisi, patopsikolojisi ve tedavisi konusunda kaydedilen yeni gelişmeler üstüne bir konuşma yapacaktım. Hastalığının bu kadar çok müşteri toplamasına sevinmişim tabii; o yıllarda pek modaydı. Gene de biliyordum ki ilerki yıllarda moda kaçınılmaz olarak değişecek, bizim hastalığın popülaritesi yerini sırasıyla obsesif-kompulsif bozukluklara ya da kişilik bölünmesi ile ilgili bozukluklara, panik ile ilgili bozukluklara ya da alandaki bilim adamlarının ilgisini çeken başka bir bozukluğa bırakacaktır. Bir hastalığın ilgi odağı olması için çok çeşitli nedenler bulunabilir: Tedavisinde beklenmedik bir ileri yöntem bulunmuştur, PET'leri (pozitron-emisyon-tomografi) daha renkli çıkıyordur ya da özellikle dile düşen ve pahalıya patlayan bir hukuk davasına konu olmuştur ya da sigorta şirketlerinin kapsama aldıkları hastalıklar arasına girmiştir, vb.

Ben lityum tedavisinin psikolojik ve tıbbi yönleri üstüne konuşacaktım. Çoğunlukla yaptığım gibi, "manik depresif bir hastanın ağzından" kısa bir bölümle başladım. Kendi başımdan geçeni anlatıyordum ama sanki başkası yazmışmış gibi okudum orada.

Sonunda bitmez tükenmez soruların ardı kesildi. Psikiyatrim bana baktı, sesinde en ufak bir kararsızlık olmaksızın, "Manik-depresif hastalık" dedi. Onun bu sözünü esirgemez tavrına hayran kaldım. Tarlalarını çekirgelerin, evini suların sellerin basmasını diledim içimden. Sessiz, inanılmaz bir öfke. Ama nazik nazik gülümse-dim. O da bana gülümsedi. Savaş daha yeni başlıyordu.

Anlattığım klinik durumun gerçeğe uygunluğu dinleyicilerden hemen tepki aldı. Çünkü manik-depresif hastalarla uğraşmış olup da tedaviye az ya da çok direnç gösteren ile karşılaşmamış psikiyatr hemen hemen yok gibidir. "Savaş daha yeni başlıyordu" cümlesi salonu kahkahaya boğdu. İnsanın başından geçen en korkunç olaylar bile, aradan bir süre geçtikten sonra anlatıldığında komik olabiliyor. Ne yazık ki lityuma karşı direniş her yıl onbinlerce hastanın yaşamını cehenneme çeviriyor. Hemen her zaman hastalığın yinelenmesine yol açtığı gibi, sık sık da trajediyle son buluyor. Lityumla kendi yaptığım mücadele-nin sona ermesinden birkaç yıl sonra, bir hastam dolayısıyla o trajediye tanık oldum. İnadin, meydan okumanın ne kadar pa-halıya mal olacağını büyük bir acıyla bir kez daha hatırladım.

UCLA Acil servisi nöbetçi doktorlar, stajyer doktorlar ve tıp öğrencileriyle cıvıl cıvıldı; ne gariptir ki aynı zamanda hasta-lık ve ölümle de cıvıl cıvıldı. Herkes hareket halindeydi; üst düzey zekâ, iyi eğitim ve zorlu koşullar bir araya geldiklerinde üreyen özgüven vardı bütün hareketlerde. Tatsız bir nedenle çağırılmışım oraya: Hastalarımдан biri aşırı psikoz halinde yatırılmıştı. Buna karşın, elimde olmadan kaptırmıştım ken-dimi bu coşkun havaya, biraz da kaotik ritme. Derken, mu-

ayene odalarının birinden insanın kanını donduran bir ılık yükseldi -dehşet ve inkâr edilmez delilik yansıtan bir ses- ben de koridorda koşmaya başladım, hemşirelerin, işlerine dalmış asistanların, ameliyattan yeni çıkmış cerrahların arasından geçerek koştum.

ılıkların geldiğı odanın kapısını açtım, yüreğim daraldı. İlk gördüğüm kişi nöbetçi psikiyatri asistanıydı; kendisini tanıyordum, halden anlar bir gülümsemeyle selamladı beni. Sonra hastamı gördüm, deri bağlarla bağlanmış olarak bir sedyede yatıyordu sırt üstü. El ve ayak bileklerinden, ayrıca göğsünün üstünden geçen bir kayışla sıkıca bağlanmıştı. Çok fena oldum. Kayışların sıkı olduğunu bildiğim halde korktum da. Bir yıl önce aynı hasta, bromdaki bir psikoterapi seansı sırasında boğazıma bıçak dayamıştı. O zaman polis çağırmıştım ve UCLA'nın Nrpsikiyatri Enstitüsü'ndeki kilitli koğuşlardan birine yatırılmıştı. Ancak, Amerikan adalet sisteminin şaşılacak ölçüde kr kuralları sayesinde, yetmiş iki saat sonra yeniden toplum içine salıverilmişti. Bakımını stlenme görevi de gene bana verilmişti. Şimdi sedyenin iki yanında duran, ellerini bellerindeki tabancaları üstünden ayırmayan  polis memuruna baktım da, yargıcın karşıt görüşüne karşın bu adamın "kendisi ve başkaları için bir tehlike" olduğuna onların da inandıklarını düşündüm.

Hasta bir ılık daha attı. Gerçekten ilkel ve sonsuz korku uyandıran bir sestir bu, hem kendisi de aşırı korku içinde olduğundan hem de uzun boylu, iri yarı ve kesin kriz halinde olduğundan. Elimi omzuna koydum, bütün gövdesinin tümüyle denetim dışı bir titremeye sarsıldığını hissettim. Ömrümde kimsenin gözlerinde böylesine bir korku, böylesine organik bir bozgun ve psikolojik acı görmemiştim. Mani krizi

sabukluğunun pek çok özelliği vardır, hepside tarif edilemeyecek kadar ürkünçtür. Nöbetçi doktor yüksek dozda anti-psikotik ilaç enjekte etmişti hastaya ama ilaç henüz etkisini göstermemişti. Sanrılı paronoya halindeydi, dediklerinin çoğu anlaşılmıyordu, hem görsel hem işitsel halüsinasyonları vardı. Bir filmde gördüğüm, yangında alevler içinde kalmış atları hatırlattı bana: Korkudan gözleri dönmüş, gövdeleri dehşetten kasılmış hayvancıklar. Omzunu sıkıp onu hafifçe sarstım. "Ben Dr. Jamison. Sana Haldol verdik, şimdi koğuşa çıkaracağız, iyileşeceksin." Bir an gözgöze geldik, bir çığlık daha attı. "Düzeleceksin. Şimdi bana inanmadığınızı biliyorum ama iyileşeceksin." Az ötedeki masanın üstünde duran üç kalın dosyaya uzaktan göz attım, onun hastalığının tarihçesini, hastaneye yattığı sayısız krizlerin detaylarını içeriyordu bu dosyalar. Sözlerime kendim bile inanıyor muydum?

Onun iyileşeceğinden kuşku yoktu. Ama iyileşmenin ne kadar süreceği başka bir konuydu. Lityum ona kesinlikle iyi geliyordu ama bir kez sanrıları ve dayanılmaz dehşet nöbetleri sona erdi mi ilacı bırakıyordu. Acil Servis'e kabulünde yapılan kan tahlillerine bakmama bile gerek yoktu, kanında lityum bulunmadığını biliyordum. Mani krizine girmesinin nedeni de buydu zaten. Ardından kaçınılmaz olarak intihar eğilimli depresyon gelecekti, kendi yaşamı da aile fertlerinin yaşamı da alt-üst olacaktı. Depresyonlarının derinliği, mani krizlerinin tehlikesinin karanlık bir aynadaki izdüşümleri gibiydi. Kısacası, hastalığın en tehlikeli ve pek de ender olmayan belirtileri vardı onda. Lityum aldığı anda işe yarıyordu ama almıyordu işte. Acil Servis'in o odasında yanında dururken düşündüm ki, benim de, başkalarının da onun tedavisi için harcadığımız zaman, çabalar, duygusal enerji boşa gidiyordu.

Haldol yavaş yavaş etkisini gösterdi. Çılgınlıkların sonu geldi, deri kayışlara karşı itişmesi duruldu. Hem kendi korkusu hem de çevresine saçtığı korku azaldı. Bir süre sonra dili dolaşarak, ağır ağır konuşarak şöyle dedi bana: "Beni bırakmayın, Dr. Jamison. Ne olur, ne olur, yanımdan ayrılmayın." Koğuşa çıkıncaya dek yanında kalacağıma söz verdim. Bütün hastaneye yatıp çıkışlarında, hâkim karşısına çıkışlarında, aile toplantılarında, en karanlık depresyon dönemlerinde hep yanında bulunan değişmez unsur bendim, biliyordum bunu. Yıllardır onun psikoterapistiydim. En gizli düşlerinin, en derin korkularının, umutla başlayıp paramparça olan ilişkilerinin, parıltılı ama sonu gelmeyen tasarılarının tek sırdaşıyım. Onun inanılmaz dayanıklılığının, kişisel cesaretinin, üstün zekâsının tanığıyım. Onu çok seviyor, çok takdir ediyordum. Öte yandan, ilaç almama konusundaki inadı beni fena halde sinirlendiriyordu. Onun lityum alma endişelerini, kendi yaşantılarımdan örnekleyerek, gayet iyi anlıyordum ama bir dereceye kadar. O derece aşıldığında, çekeceği önceden çok iyi bilinen acıları çekmesine, hastalığın kaçınılmaz olarak yeniden yeniden başgöstermesine seyirci kalmak bana çok zor geliyordu.

Psikoterapi, eğitim, yalvarma, zorlama işe yaramıyordu; hastane yetkilileri tarafından hazırlanmış sözleşmeler işe yaramıyordu; aile içi terapi nafileydi; hastaneye kapatılmaların, boşa harcanmış ilişkilerin, parasal felaketlerin, yitirilen işlerin, hapishaneye atılmaların da haddi hesabı yoktu ama bunları hatırlatmak da bir işe yaramıyordu. Parlak, yaratıcı, iyi eğitilmiş bir kafanın çöpe atılışını engelleyemiyorduk. Benim de, tanıdığım bazı başka kişilerin de bu yolda uğraşları boşa gitti. Yıllar boyu pek çok meslektaşımı konsültasyona çağır-

dım ama onlar da ona ulaşmanın yolunu bulamadılar, büründüğü çelik zırhta delik açamadılar. Kendi psikiyatrimla da onun hakkında saatlerce konuştum; hem bana klinik açıdan akıl versin istedim hem de lityum ile kendi başlama-bırakma tarihçemin ben farkında olmadan durumu etkileyip etkilemediğini öğrenmek amacındaydım. Hastamın mani ve depresyon krizleri hem sıklaşıyor hem de ağırlaşıyordu. Herhangi bir kurtuluş sağlanamadı; olay mutlu bir sona ulaşamadı. Sağlıklı bir yaşam sürdürmesine yarayacak ilaçları düzenli almaya ikna etmekte tıp da psikoloji de başarısız kaldı. Lityum işe yarıyordu ama onu sürekli almayı reddediyordu; benimle ilişkisi de bir ölçüde işe yarıyordu ama yeterince değil. Hastalığı korkunçtu ve sonunda hayatına mal oldu, her yıl onbinlerce insanın hayatına mal olduğu gibi. Bizlerin onun için yapabileceklerimiz sınırlıydı, bu da bana çok acı verdi. Hepimiz belli kısıtlamalar içinde tedirgin yaşıyoruz.

ÖLÜLER MAHZENİ

Lityumu düzenli almayı reddetmenin sonuçları benim için de çok acı oldu. Müthiş psikozlu bir mani krizinin ardından, kaçınılmaz olarak, uzun, kapkara, iç parçalayıcı, intihar eğilimli bir depresyon dönemine girdim. Bir buçuk yıldan fazla sürdü. Sabah gözümü açtığım andan gece yatıncaya dek dayanılmaz ölçüde perişan durumda, en ufak bir istek, heves, neşe duymaktan aciz dolanıyordum. Her şey -her düşünce, her kelime, her hareket- büyük çaba gerektiriyordu. Bir zamanlar köpük köpük olan her şey şimdi dümdüzdü. Kendimi sersem, sıkıcı, yetersiz, kalın kafalı, parıltısız, kansız, cansız, donuk ve gayet mıymıntı hissediyordum. Herhangi bir şeyi doğru dürüst yapabileceğime inanmıyordum. Kafam iyice yavaşlamış, hiçbir işe yaramayan bir makineye dönüşmüştü sanki. Zavallı, acınacak ölçüde karmakarışık, girift gri hücreler yığını ancak kendime sürekli eziyet çektirmeme, hiç durmadan ne kadar yetersiz, değersiz, karakersiz olduğumu yinelememe, durumumun tümüyle, çaresizce umutsuz olduğunu bir an olsun unutmamama yetecek kadar çalışıyordu. Yaşama böyle devam etmenin ne anlamı olabilir? Bu soruyu hep soruyordum kendime. Çevremdekiler, "Bu geçici bir dönem, geçecek, nasıl olsa iyileşe-

çeksin" diyorlardı ama benim neler çektiğimi bilmiyorlardı tabii, yalnızca bildiklerini sanıyorlardı. Kendime üst üste so-ruyordum, eğer duygularım yok olduysa, eğer hareket edemi-yorsam, düşünemiyorsam, hiçbir şeye aldırımyorsam, yaşama-nın en ufak bir sebebi olabilir mi?

Kafamın ölüm takıntısı hayretengizdi. Her an ölümü ya da ölümü çağrıştıran şeyleri düşünüyordum Her yerde ölümü görüyordum. Kafamın gözüyle kefenler, çene bağları, ölü tor-baları görüyordum. Her şey bana her şeyin ölü mahzeninde son bulacağını hatırlatıyordu. Geçmişimi düşündüğümde hep en karanlık şeyler geliyordu aklıma; bir kötü anıdan daha kö-tü bir anıya atlayıp duruyordu belleğim. Uğradığım her durak bir öncekinden daha kasvetliydi. Yapmam gereken en sıra-dan işler bile büyük çaba istiyordu. Saçını yıkamak saatler sürüyor, ardından saatlerce bitkin yatıyordum; buz kalıplarını suyla doldurmak yeteneklerimi kesinlikle aşıyordu, kimi kez gündüz giydiğim giysilerle yatıyordum yatağa çünkü üstüm-dekileri çıkaramayacak kadar yorgun hissediyordum kendimi.

Bu sırada haftada iki üç kez psikiyatrina gidiyordum, so-nunda yeniden düzenli olarak lityum almaya başladım. Dok-torumun notları arasında, aldığım ilaçların ad ve dozlarının yanı sıra -örneğin kısa bir süre anti-depresan almıştım ama be-ni tehlikeli ölçüde hareketlendirdiği için bırakmıştım- o sıra-lar çektiğim acıların, umutsuzluğun, utancın günlük ayrıntıla-rı var: "*Hastanın intihar eğilimi gidip geliyor. Hastanenin üst kat merdiveninden atlamak istiyor*"; "*Hastanın intihar eğilimi tehlikeli olmaya devam ediyor. Hastaneye yatmayı kesinlikle reddediyor, ancak kanunen zorla yatırılacak aşamada olmadığı görüşünde-yim*"; "*Geleceğinden çaresizce umutsuz; krizin yineleneyeceğinden korkuyor, hissettiklerini hissetmiş olmakla nasıl baş edeceği bile-*

miyor"; "Hasta duygularından dolayı utanç içinde, depresyonu nasıl gelişirse gelişsin 'buna artık tahammül etmem' yaklaşımında"; "Hasta depresyonu sürerken kimseyle görüşmek istemiyor çünkü durumunun başkalarının omuzlarına taşınmaz yükler bindiğini düşünüyor"; "Bürodan ayrılmaya korkuyor. Günlerdir uykusuz-Korkunç bir çaresizlik." Bu arada depresyonumda kısa bir düzelme oldu ama çok geçmeden dala kötü olarak yeniden başladı: "Hasta sınırı tamamıyla aştığı inancında. Depresyon geri geldiği için hepten umudunu yitirmiş durumda."

Psikiyatrim bir akıl hastalıkları kliniğine yatmam için beni ikna etmeye çalışıyordu ısrarla ama kabul etmedim. Üstüme kilit vurulması, bildiğim çevreden uzak kalmak, grup terapisi toplantılarına katılmak zorunda kalmak, psikiyatri koğuşlarının insanın onurunu kıran, mahremiyetini silip atan havasına katlanmak düşüncesi beni dehşete düşürüyordu. O sırada kilitli bir koğuşta görev yapıyordum ve anahtarın benden başkasında olması düşüncesi hiç de hoş değildi Ama daha da önemlisi, ruhsal bir bozukluk yüzünden hastaneye yattığım duyulursa, klinik çalışmalarım ve ayrıcalıklarım en azından askıya alınır, büyük bir olasılıkla d» süresiz olarak iptal edilir diye korkuyordum. Böylece gönüllü olarak yatmayı reddettim ve California yasalarında "cebren yatırılma" maddeleri hastaların iyiliğinden çok avukatların cüzdanları düşünülerek düzenlenmiş olduğundan, biraz dil dökerek öylesi bir zorlamadan sıyrılabileceğimi biliyordum. Öte yandan, yatırılısaydım bile, koğuşta bulunduğum süre içinde kendimi öldürmeyeceğim garanti değildi; psikiyatri hastanelerinde intihar sık yaşanan bir olaydır. (Bu olayı atlattıktan sonra psikiyatrim ve ailemle bir düzenleme yaptım, eğer bir daha böyle derin bir depresyona düşersem hem elektro-şok uygu-

lanmasına -ki, bazı manik-depresyon türleri için çok uygun bir tedavidir- hem de hastaneye yatırılmama izin vermeye yetkileri var.)

Gene o günlere dönersek, hiçbir şey işe yaramıyor gibiydi. Çok iyi bir tıbbi tedavi yöntemi uygulandığı halde ben yalnızca ölüp kurtulmayı istiyordum. Kendimi öldürmeye karar verdim. Düşüncelerimi ve planlarımı kimseye belli etme konusunda da çok soğukkanlı davrandım; bunu başardım da. İntihar teşebbüsünden bir gün önce psikiyatrimın yazdığı tek not şöyle: "Çok derin bir depresyon içinde. Çok sessiz "

Banyo apliğini büyük bir hısumla çekip duvardan söktüm, şiddet duygusunun iliklerime dek yayıldığını ve gövdeyi terketmediğini hissettim. "Ne oluyoruz" diyerek içeri koştu ve olduğu yerde durakaldı. Tanrım, tamamen çıldırmışım demek, onun gözlerinden okuyorum bunu: Ürkünç bir endişe, üzüntü, dehşet, öfke ve tevekkül karışımı var gözlerinde ve de neden ben, Tanrım? "Bir yerin acıdı mı?" diye soruyor. Başımı çeviriyor, fıldır fıldır dönen gözlerimle aynaya bakıyorum. Kollarımdan akan kanın çok şık, çok erotik sabahlığıma leke içinde bıraktığını görüyorum. Daha bir saat önce bu sabahlığı çok farklı, çok harika bir tutkuyu alevlendirmek için giymiştim. "Elimde değil. Elimde değil" diye yineliyorum içimden ama sesim çıkmıyor, kelimeler ağzımdan çıkmıyor, düşünceler ise çok hızla akıp gidiyor. Kafamı hiç durmadan kapıya vuruyorum. Tanrım, durdur şunu, bitsin, dayanamıyorum, gene delirdim biliyorum. Beni gerçekten seviyor o, yardım etmek istiyor diye düşünüyorum ama aradan on dakika geçmeden o da bağır-maya başlıyor, gözlerinde bulaşıcı deliliğin, aramızdaki adrenalin patlamasının yarattığı çılgın bakışlar. "Seni böyle bırakamam" diyor ama ben birkaç ağza alınmayacak laf ettikten sonra boğazı-

na saldırınca artık dayanamıyor tabii, içindeki yıkımı, çaresizliği göremediğinden öfke içinde çıkıp gidiyor. Derdini anlatamıyorum, o kendiliğinden anlamıyor, yapılacak bir şey yok. Düşünemiyorum, çılgınca kaynayan bu ölümcül kazanı durultamıyorum, bir saat önceki harika duygularım saçma ve zavallı görünüyor şimdi, hayatım paramparça, daha da beteri, başkalarını da paralıyorum; bu bedenin içinde yaşanmaz. Hiddet, şiddet, yıkım ve tümüyle çığırımdan çıkmış vahşi bir enerjiyle dolu bu beden; gözyaşlarım durmuyor, Aynada tanımadığım ama birlikte yaşamak, kafamı paylaşmak zorunda olduğum bir yaratık görüyorum.

Hyde benliğine tümüyle sahip olmadan Jekyll kendini öldürmüştü. Bunu neden yaptığını çok iyi anlıyorum. Aşırı yüksek dozda lityum aldım, en ufak bir pişmanlık duymadan.

Kendini öldürmeyi becerebilirsen, psikiyatri çevrelerinden "başarılı" bir intihar vakası olarak adlandırılırsın. Böylesi bir başarının tadına varmak olanaklı değil tabii. Onsekiz ay süren tarif edilmesi imkânsız acılarla dolu dönemin bir yerinde karar verdim ki "intihar eğilimli depresyon" dedikleri şey Tanrı'nın mani hastalarını sindirmek için kullandığı bir yöntem. İşe de yarıyor. Derin melankoli gece gündüz demeden, hiç durulmadan süren, sanki kalp tarafından damarlara pompalanan bir ızdırap düzeni. Öylesine acımasız, dinmek bilmeyen bir acı ki minicik bir umut penceresi bile açtırmıyor; kasvet dolu, tatsız bir yaşamdan başka seçenek sunmuyor; uykusuz, harap geceler boyu kafanıza üşüşen düşüncelere, üstünüze yığılan umutsuzluğa en ufak bir çare tanımıyor. En korkunç, en son eylem olan intihara "başarılı" ya da "başarısız" gibi Püriten sıfatlar yakıştırmanın ardında şöyle bir yargı yatıyor kanımca: Kendini öldürmeyi "beceremeyen"ler yal-

nızca zayıf olmakla kalmayıp aynı zamanda sakar, salak, ölmeyi bile doğru dürüst kıvıramayan kişilerdir. Oysa intihar hemen hemen her zaman akıl-dışı bir eylemdir ve insanın sağlıklı günlerinde sahip olduğu entelektüel dayanaklardan yoksundur. Ayrıca çoğu kez içgüdüsel olup kişinin daha önceden tasarladığı biçimde meydana gelmeyebilir.

Örneğin ben, her şeyi düşünüp taşınarak, planlayarak yaptığımı sanıyordum. Çektiğim acıya artık dayanamıyordum, can sıkıcı, mıymıntı bir insana dönüşmüştüm, buna da katlanamıyordum, dostlarıma ve aileme yaşattığım keşmekeşin sorumluluğunu artık taşıyamayacaktım. Kafamdaki ters bağlantılar sonucu, başkalarını kurtarmak için kendi yaşamını feda eden pilotla özdeşlik kurup, kendimi öldürmeyi, sevdiğim insanlar için yapabileceğim tek doğru şey olarak görüyordum. Kendim için de en doğrusu buydu; çok daha az acı çeken bir hayvanı bile uyutmazlar mıydı?

Bir seferinde bir tabanca satın aldım ama aklımın geçici olarak başıma geldiği bir sırada bunu psikiyatrıma söyledim; istemeyerek de olsa tabancayı elden çıkardım. Sonra aylar boyu UCLA Hastanesi'nin sekizinci katına çıkıp merdiven başında durmaya başladım, her seferinde kendimi aşağı atmak-tan son anda vazgeçtim. İntihar eğilimli depresyon durumunda insanlar başkalarını pek düşünmezler ama ben düşüp paramparça olduktan sonra ailemin cesedimi teşhis etmek zorunda kalacağını gözümün önüne getirdikçe, bu yöntemi bir yana bıraktım. Böylece, daireyi tamamlaması açısından şiirsel bulduğum bir çözüme vardım. Lityum uzun vadede hayatımı kurtardı ama o sırada bana çok acı ve keder çektiriyordu. Çok aşırı yüksek dozda lityum almaya karar verdim böylece.

İlacı kusarak çıkarmamak için Acil Servis'ten bir kus-

ma-karşıtı ilaç reçetesi aldım. Ailem ve dostlarım psikiyat-rımla işbirliği yaparak gayri resmi bir "intihar gözleme" servisi kurmuşlardı, tuttukları nöbetin biraz hafiflemesini bekledim. Telefonu yatak odamdan çıkardım ki çaldığında dalgınlıkla açmayayım. Telefonu doğrudan doğruya açık bırakamazdım çünkü denetleyicilerim hemen durumu farkedерlerdi. Sonra işte bir akşam çok korkunç bir kavgadan sonra, çok sinirli ve şiddet dolu bir ruh hali içindeyken hapları avuç avuç yuttum. Yatağıma yatıp ölümü bekledim. Ancak, uyuşturulmuş bir beynin uyanık bir beyinden daha farklı davranacağını düşünmemişim. Telefon çaldığında içgüdülerim açmamı emretmiş olmalı; böylece yarı koma halinde, sürünerek oturma odasına gidip açmışım. Dilimin dolanması, sesimin bozukluğu Paris'ten arayan ağabeyimi uyarmış. Hiç vakit kaybetmeden psikiyatrimı aramış.

Bir intiharı başaramamanın en iyi yolunu seçmemiştim. Lityum çakalları koyunlardan uzak tutmak için kullanılan bir maddedir: Lityum verilmiş bir koyun ölüsünü bir tek kez ısıran bir çakal bile, ondan sonra koyunlara ilişmemeyi öğrenecek kadar kötü olur. Kusmamak için ilaç almama karşın herhangi bir çakaldan, köpekten daha kötü, en büyük düşmanıma bile dileyemeyeceğim kadar kötü mide bulantıları ve kusmalar yaşadım. Ayrıca birkaç gün boyunca komaya bir girip bir çıktım ki bu koşullar altında o kadar da kötü değildi bu herhalde. Kendimi öldürme teşebbüsünden önce de sonra da uzun süre bir dostumun yakın bakımı altındaydım, kendisi dostluğun anlamını yeniden betimlemiştir benim için. Sıcak, biraz uçuk, nükteli, kafası öteberiyle dolu bir tavan arasını andıran bir adamdı; aynı zamanda psikiyatrdı. Birtakım garip şeylere, bu arada bana da, merakı vardı; ufak tefek psikozlar ya da

Sherlock Holmes'un kişisel alışkanlıkları gibi konularda harika makaleler yazardı. Çok sadıktı, pek çok akşamını benimle geçirmiş, en kötü öfke krizlerime katlanmıştı. Hem vaktini hem parasını harcamakta cömertti, depresyondan çıkacağıma, günün birinde sağlıklı ve mutlu bir yaşama kavuşacağıma inatla inanıyordu.

Kimi kez, ona mutlaka yalnız kalmam gerektiğini söylediğimde, çıkar gider, sabaha karşı birde ikide telefonla arayıp nasıl olduğumu sorardı. Ne durumda olduğumu sesimden anlar, yalnız kalmak konusunda ne kadar yalvarsam da gelmekte ısrar ederdi. Çoğu kez uydurduğu bahane, "Uykum kaçtı, oraya geleyim, bir dostunu yalnız bırakmak istemezsin, değil mi?" gibisinden bir şey olurdu. Onun beni denetlemekten başka bir şey düşünmediğini bildiğim için, "Evet, inan bana, seni yalnız bırakırım" derdim. "Üstüme gelme, havam çok kötü." Birkaç dakika sonra yeniden arar, "Lütfen, n'olur, çok rica ederim, gerçekten birine ihtiyacım var. Gidip bir yerde dondurma yiyelim" derdi. Böylece gecenin olmadık bir saatinde buluşurduk. Aslında ona müthiş şükran duyardım, o da benim kendisine aşırı bir yük olmadığını hissettirecek inceliği gösterirdi. Çok ender bulunan türden bir dostluktu onunki.

Hafta sonlarında herhangi bir ücret almaksızın acil serviste çalışırdı. İntihar girişimimden sonra, tıbbi bakımım ve denetimim konusunda psikiyatrimla bir plan oluşturmuşlar. Dostum beni sürekli gözetim altında tutuyor, lityum ve elektrolit düzeylerimi ölçmek için kolumdan kan ılıyor, uyuşuk halimden kurtarmak için, sarhoş bir balinaya yol gösterircesine sürekli koridorlarda yürütüyordu. En ölümcül duygularda kıvrandığım anlarda beni güldürmeyi başaran tek kişi oydu.

Hâlâ ayrı yaşadığım ama sık sık temas halinde olduğum kocam gibi, en sinirli, rahatsız ya da rahatsız edici hallerimde bile beni yumuşatan, yatıştıran bir etkisi vardı üstümde. Yaşamımın en kötü günlerinde bana baktı, psikiyatrim ve ailemden sonra ona borçluyum hayatımı.

Psikiyatrima olan borcum anlatılacak gibi değil. O en kötü aylar boyunca belki yüz kez bürosunda oturduğumu, her seferinde "beni rahatlatabilecek, yaşamımı sürdürmemi sağlayacak ne söyleyebilir ki?" diye düşündüğümü hatırlıyorum işin tuhafı, söyleyecek hiçbir şeyi yoktu. Hiç de inandırıcı olmayan birtakım iyimser, küçümser, saçma sapan sözler *etmediği* için hayattayım ben. Sözcüklere hiçbir zaman dökülemeyecek bir sıcaklığı, sevincenliği vardı; zekâsını, yeteneklerini zamanını bana adamıştı, yaşamımın yaşamaya değer olduğuna dair sarsılmaz bir inancı vardı. Hiç dolambaçlı yollara sapmadan dobra dobra konuşurdu ki bu çok önemliydi; ayrıca, yanıldığında, anlayışının ve tedavilerinin sınırlarını itiraf etmekten çekinmezdi. Şu anda ifade etmekte en çok zorluk çektiğim ama bir yerde her şeyin özü olan da şuydu: Bana, intihardan yaşama giden yolun soğuk, çok soğuk, daha dahası soğuk olduğunu ama -çelikten bir çaba, Tanrı'nın inayeti ve havanın mutlaka kırılacağı bilinci sayesinde- bu yolu aşabileceğimi öğretti.

Annem de harikaydı. En uzun, en kötü depresyonlarım boyunca bana sayısız yemek pişirdi, çamaşırlarımı yıkamama yardım etti, ilaç ve doktor faturalarımı ödememe yardım etti. Sinirli hallerime, en sıkıcı, kasvetli hallerime katlandı, arabasıyla beni doktora, eczanelere, alışverişlere götürdü. Yolu-

nu şaşırın yavrusunu tatlılıkla ensesinden tutup geri getiren "bir ana kedi gibi, koskocaman açtığı anacıl gözlerini üstümden ayırmadı, yolumu çok şaşırdığımda beni güven, yiyecek ve koruma bulacağım coğrafi ve duygusal bölgelere geri çekti. Onun müthiş gücü yavaş yavaş benim boşalmış iliklerime doldu. Bu güç, artı beynimi toparlayan ilaçlar, artı kafamı toparlayan psikoterapi sayesinde inanılmaz zor günleri atlatabildim. Annem olmasaydı hayatta kalamazdım. Yapacağım bir konuşmayı ya da dersi hazırlayıp, kürsüye çıkıp kafamın korkunç gürültüsü ve karışıklığı yüzünden dediklerimin herhangi bir anlam taşıyıp taşımadığını bilmeden konuştuğum çok olmuştur. O gibi durumlarda ayakta kalmamı sağlayan tek şey, yıllar önce annemin içime saldırdığı bir inançtı: Bizi insan yapan üstünlüğümüz irademiz, cesaretimiz ve sorumluluk duygumuzdur. Yaşamımı sarsan her korkunç fırtınaya annemin bana sağladığı -sevgisiyle, inandığı ve inandırdığı değerlerle- güçlü, destekleyici, yüceltici rüzgârlar sayesinde karşı koyabildim.

Hayatın bize sunduklarının karmaşıklığı öylesine geniş, öylesine anlayış ötesidir ki... Sanki babam bana, huy olarak, son derece vahşi, karanlık, adam edilmesi imkânsız bir at vermişti. Annem ise o atı yumuşatmayı, sevgi ve disiplin ile adam etmeyi öğretti. Bildiği ve bana öğrettiği bir şey daha vardı: Bir hayvanla baş etmenin en iyi yolu onu güneşe doğru döndürmektir.

Hem mani hem de depresyon dönemlerimin şiddet içeren yanları vardı. Şiddetten söz etmek kolay değildir, özellikle kadınsanız. Çılgınca denetimden çıkmak -fiziksel saldırıda bu-

lunmak, avazın çıktığı kadar deli deli haykırmak, amaçsız ve sınırsız bir koşu tutturmak, hareket halindeki bir otomobilden kendini atmaya kalkmak- çevrenizdekileri çok korkuttuğu gibi kendinizi de dehşet içinde bırakır. Gözü kör mani krizlerim sırasında bu dediklerimin hepsini, şu ya da bu zamanda, kimi kez defalarca yaptım, bu gibi davranışları denetlemenin, anlamanın, daha da beteri başkalarına açıklamanın ne kadar zor, ne kadar acı verici olduğunu çok iyi biliyorum. Nöbet biçiminde beliren kimi krizlerimde -kapkara, taşkın mani dönemlerimde- çok sevdiğim eşyalarımı parçaladığım, en sevdiğim insanların üstüne üstüne giderek onları da delirttiğim olmuştur. Kriz geçtikten sonra utancımın nerelere saklanacağını bilemem. Fiziksel şiddet ve zor kullanımına maruz kaldım; tekme tokat yerlere fırlatıldım, iki elim arkamda kelepçelenerek yüzüstü yere yatırıldım ve istemememe karşın yüksek dozda ilaç verilerek yatıştırıldım.

Böylesi etkisizleştirme yöntemlerini gerektirecek biçimde davrandıktan sonra nasıl toparlanabildiğimi bilemiyorum; dost ve sevgililerimle olan ilişkilerim de böyle karanlık, kıyıcı ve zararlı bir enerjinin yarattığı aşırı yıpranmaya nasıl dayandılar onu da anlamıyorum. Bu tür aşırı şiddet olaylarını izleyen günler, aynı intihar teşebbüsü sonrası yaşanan günler gibi olayla ilintili herkeste çok derin yaralar açar. Gene intihar teşebbüsünde olduğu gibi, aşırı şiddet eylemi göstermişliğin bilinciyle yaşamak, insanı kendisi hakkındaki fikirlerinin tam tersi olgularla uzlaşmak gibi güç bir zorunlulukla karşı karşıya bırakır. Kendimi öldürme girişimimden sonra, öz imgeyle, yani, türlü merak ve heveslerle, büyük umutlarla, tasarımlarla, müthiş bir enerji ile, ilerisi için düşler ve yaşam sevinciyle dolu bir genç kız imajını, kasvetli, huysuz, haşın,

çaresizce ölümü özleyen acı dolu bir kadın, ölmek için aşırı yüksek dozda lityum almış bir kadın imajıyla uzlaştırmak zorundaydım. Her şiddetli psikoz krizimden sonra ise, aklı başında, sessiz sedasız, üst düzeyde disiplinli, başkalarının duygularına genelde duyarlı bir insan olarak bildiğim kendimi, öfkeden zıvanadan çıkmış, tümüyle çıldırmış, her türlü mantık ve denetim mekanizmasını yitirmiş, herkeslere hakaret eden bir kadınla bağdaştırmam gerekiyordu.

İnsanın gerçek kişiliği ile, başkalarıyla olan ilişkilerinde doğru davranışların ne olduğu bilinci ile bu tür korkunç mani krizleri sırasında gerçekten ne yaptığı arasındaki mutlak karşıtlık öylesine kesin ve tarif edilemeyecek kadar huzur bozucu ki.. Özellikle son derece tutucu ve geleneksel bir çevrede yetişmiş bir kadın için. Annemin zarafetinden, yumuşaklığından ne kadar uzak.. Resmi garnizon balolarından, tafta, ipek giysilerden, dirseklerin üstüne dek uzanan, bilekten mini düğmelerle tutturulan şık eldivenlerden, insanın Subay Kulübü'nde akşam yemeğine giderken çoraplarının çizgisinin düzgün olmasına dikkat etmekten başka derdi olmadığı günlerden daha da uzak..

Yaşamımın en önemli ve biçimlendirici yıllarında doğru ile yanlışın kesin olarak bilindiği bir dünyada yaşamış, başkalarına karşı düşünceli olmayı, tedbirli, sakıngan davranmayı, hareketlerimi sınırlamayı öğrenmiştim. Her pazar ailecek kiliseye giderdik, büyüklerle konuşmalarında cümlelerim hep "efendim" ile biterdi. Ana babam tarafından aşılana bağımsızlık ilkesi toplum içi davranışlara değil, entelektüel faaliyete yönelikti. Derken, birdenbire, hiç beklenmedik ve denetlenemez ölçüde akıl dışı ve yıkıcı davranışlara kayıyordum. Bu, protokol ya da görgü kurallarıyla üstesinden gelebilece-

ğim bir şey değildi. Tanrı ise hiç ortalıkta görünmüyordu. Garnizon baloları, gönüllü hemşirelik çalışmaları, *Gençler İçin Sofra Görgüsü* kitabı insanı delilikle baş etmeye kesinlikle hazırlamıyor, zaten böyle bir iddiaları da yok. Denetim dışı öfke, şiddet davranışları ne yazık ki uygar dünya ile hiçbir zaman uzlaşamayacak kadar uzakta kalıyor.

Kendimi bildim bileli güçlü ve coşkun duygulara, Delmore Schwartz'ın deyimiyle "Taşkınlık boğazında" yaşamaya ve sevmeye eğilimliyimdir. Ancak, taşkınlığın bir adım ötesinde tutuşkanlık duruyor. Başlangıçta ateşli duygudurumlarım hiç de fena değildi: Özel yaşamıma belirli bir romantik kargaşa eklediği gibi, mesleki yaşamımda da yıllar boyu olumlu etkileri olmuştu. Yazılarıma, araştırmalarıma, temsilcilik çalışmalarına bir kıvılcım, bir itici güç sağladıkları kesin. Çok çalışmak, farklı bir şeyler yapmak girişimlerimin arkasında da bu itici güç vardı. Günlük yaşamımda biraz sabırsız olmamın, daha değişik şeyler aramamın da sebebiydiler. Ama her zaman için, geri planda rahatsız edici bir şeyler vardı; sabırsızlığın, heveslerin, tedirginliğin aşırı öfkeye dönüştüğü anlar oluyordu. Bu ise, hayran olmak üzere yetiştirildiğim, aslında hâlâ da hayran olduğum terbiyeli, ölçülü, yumuşak kadın tipiyle hiç uyuşmuyordu.

Nedense depresyon durumu, toplumun kadınların nasıl olmaları gerektiği görüşüne çok daha uygun: Pasif, duyarlı, umutsuz, çaresiz, yaralı, bağımlı, kafası karışık, epeyce sıkıcı, yaşamdan beklentileri kısıtlı. Öte yandan mani durumları daha çok erkeklerin alanına giriyor gibi: Tedirgin, ateşli, saldırgan, öfkesi burnunda, enerjik, tehlikeyi göze alabilen, cafcaf-

lı, tafralı, ileri görüşlü, statükoya karşı sabırsız. Bu gibi durumlarda erkeklerin öfkesi ya da sinirli davranışları daha bir hoşgörü ve anlayışla karşılanıyor; liderler, uzun yol yolcuları huysuz davranmakta daha bir serbestler. Gazeteciler ve bazı başka yazarlar, depresyon geçiren kadınlara, mani krizine girmiş kadınlardan daha çok ilgi gösterme eğilimindeler. Bu şaşırtıcı bir şey değil: Kadınlardaki depresyon vakaları erkeklerdekini iki katı. Ancak, manik-depresif hastalığa kadınlarda da erkeklerde de eşit oranda rastlanıyor. Ve oldukça yaygın bir sorun olduğundan, çok sayıda kadın da mani krizine giriyor. Ne ki, bu kadınlar genellikle yanlış teşhis kurbanı oluyorlar, ya hiç psikiyatrik tedavi görmüyor ya da kötü tedavi görüyorlar; intihar, alkolizm, uyuşturucu alışkanlığı ve şiddet konularında yüksek riskli bir grup oluşturuyorlar. Ama onlar da, tıpkı manik-depresif hastalığı olan erkekler gibi, enerji, ateş, heves ve hayal gücü açısından çevrelerine büyük katkılarda bulunuyorlar.

Manik-depresyon hem öldüren hem de hayat veren bir hastalık. Ateş, doğası icabı, hem yaratır hem yok eder. Dylan Thomas şöyle yazmış: "Yeşil ışıktan çiçeği üreten güç / Benim yeşil çağımı sürdürüyor / Ağacın köklerini uçurandır / Beni de yok eden." Garip, itici bir güçtür mani, harab eder, kanı ateşe verir. Neyse ki insanın kanında ateş olması, kimi kez akademik tıp dünyasında yararlı olabiliyor, özellikle üniversitede sürekli bir göreve getirilmek isteyenler için.

ÖĞRETİM ÜYELİĞİ

Tenure, yani, üniversitede sürekli öğretim üyesi olabilmek hakkı, birinci sınıf üniversiteler söz konusu olduğunda kanlı bir sporu andırır: Çok yoğun bir rekabet ortamında, kişinin bütün yaşamını kapsayan, heyecanlı, hızlı, biraz hayvani ve son derece erkeksi bir oyun. Bir üniversitenin tıp fakültesinde -araştırma ve öğretim sorumluluklarının üstüne bir de klinik sorumluluklar yüklenir burada- öğretim üyesi olma çabasına girişmek, bir çarkın dişlileri arasına sıkışmaktan birkaç kat daha zordur. Bütün bunlar göze alındığında, bu son derece güç yolculuğa çıkan biri için kadın olmak, tıp doktoru olmamak, üstelik manik-depresif olmak hiç de ideal nitelikler değildir.

Sürekli öğretim üyeliğine kabul edilmek benim için yalnızca akademik ve maddi güvenliğe kavuşmak anlamına gelmiyordu. Asistan profesörlüğe kabul edilmemin üstünden birkaç ay geçmeden ilk psikozlu mani krizimi geçirmiştım. Sürekli öğretim üyeliğine kabul edilinceye dek geçen yıllar (1974-1981 arası) boyunca, enerjik ve saldırgan akademik tıp dünyasında rekabete girişmenin olağan zorluklarının yanı sıra başka şeylerle de baş etmek zorundaydım. Aklımı yitir-

memek, yaşamıma son vermemek, hastalığımla uzlaşmaya varmak savaşımıları da veriyordum. Yıllar geçtikçe, çektiğim onca acıdan iyi bir şeyler çıkarmak, hastalığımı bir yerde işe yarar kılmak konusundaki kararlılığım artıyordu. Sürekli öğretim üyesi olmak birtakım imkânlarla kavuşmak, bir dönüşümü yaşamak demekti; ayrıca özlediğim istikrarın ve normal dünyada rekabet edip bir yere ulaşmanın bana sağlayacağı "onay"ın birsimgesi haline gelmişti.

İlk öğretim ve klinik yükümlülüklerime yetişkin yataklı hastalar servisinde başladım. Çok geçmeden sıkılmaya başladım, ayrıca, koğuştaki hastaların psikolojik test sonuçlarını yorumlarken gülmek için kendimi zor tutuyordum. Rorschach leke testlerinden bir anlam çıkarmaya çalışmak bana Tarot falı açmak ya da gezegenlerin konumlarını izleyerek geleceği okumak gibi geliyordu. Doktoramı böyle şeylerle uğraşmak için mi yapmıştım? Bob Dylan'ın şu sözlerine hak verdim: "Yirmi yıl eğitim görürsün, seni gündüz nöbetine alırlar." Üstelik ben yirmi üç yıl eğitim görmüştüm ve hâlâ sık sık gece nöbetine de kalıyordum. Öğretim kadrosuna alındığım ilk yıllarda entelektüel ilgi alanlarım son derece dağınık ve çelişkiliydi. Bir yandan hirakslar, filler ve şiddet ögesi konulu bir araştırma projesine başlamıştım (Rektörün garden partisinde başıma açtığım iş); bir yandan doktora öğrencisiyken yaptığım LSD, marihuana ve afyon etkileri araştırmasının notlarını toparlayıp raporunu yazıyordum; bir yandan, ağabeyimle birlikte yürütmeyi düşündüğüm, kunduzların akarsu setleri kurma davranışlarının ekonomisi ile ilgili bir inceleme tasarlıyordum; anesteziyoloji bölümünde ağrı araştırması ve yalancı meme sendromu incelemesi sürdürüyordum; başka biriyle birlikte bir anormal psikoloji ders kitabı yazıyordum;

kemoterapi tedavisi olan kanserli hastalarda görülen bulantı ve kusma hallerinde marihuananın etkisini inceleyen bir çalışmaya katılıyordum; Los Angeles Hayvanat Bahçesi'nde hayvan davranışları üstüne inceleme yapmanın yollarını arıyordum. Bütün bunlar çok fazla ve çok dağınıktı. Bir süre sonra, neyi neden yaptığımı çözmem gerektiğini anladım. Konuları yavaş yavaş eleyerek sonunda çalışmalarımı bir alana daralttım: Duygudurumu bozukluklarının incelenmesi ve tedavisi.

Alanımı daha da daraltarak özellikle manik-depresif hastalık üstüne yoğunlaşmam da şaşırtıcı değildi. Bu hastalığa bakış açısını ve tedavi yöntemlerini değiştirecek bir şeyler yapma konusunda kesin kararlıyım. Duygudurumu bozukluklarında klinik ve araştırma tecrübesi olan iki meslektaşım-la birlikte, depresyon ve manik-depresif hastalığın teşhis ve tedavisinde uzmanlaşacak bir ayakta tedavi kliniği kurmaya karar verdik UCLA bünyesinde. Başlangıçta bütçeden bize ayrılan para bir hemşire tutmamıza ve dosya dolapları satın almamıza yetti. Tıbbi direktör ile ben birkaç hafta teşhis ve araştırma formları geliştirmekle uğraştık, sonra, üç yıllık asistan hekimler ve doktora öncesi psikoloji stajyerleri için "klinik rotasyon" olarak kabul edilebilecek bir öğretim programı hazırladık. Benim hekim olmadığım halde tıbbi bir kliniğin başında bulunmama karşı çıkanlar oldu ama tıp kadrosunun çoğunluğu -özellikle kliniğin tıbbi direktörü, psikiyatri bölümünün başkanı ve Nöropsikiyatri Enstitüsü'nün başhekimi-beni desteklediler.

UCLA EtkinRuhsal Bozukluklar Kliniği birkaç yıl içinde geniş bir öğretim ve araştırma birimi haline geldi. Duygudurumu bozuklukları olan binlerce hastayı incelemeye ve teda-

viye aldık, çok sayıda psikoloji araştırması, tıbbi araştırmalar gerçekleştirdik, psikiyatri asistanlarına ve klinik psikoloji stajyerlerine duygudurumu bozuklukları gösteren hastaların nasıl teşhis edileceğini, ne türlü bakımlar uygulanacağını öğrettik. Staj dönemini geçirecek olanların özellikle tercih ettikleri yer oldu bizim klinik. Çok hareketli, koşuşturmalı bir acilimiz vardı, tedavi edilen hastalıkların ciddiyeti yüzünden sık sık bunalımlar yaşanıyordu ama gene de kahkahanın bol olduğu bir yerdi. Tıbbi direktör de, ben de uzun saatler boyu çok sıkı çalışılmasını şart koşuyorduk ama çalışma saatlerinin dışında hep birlikte eğlenmeyi de ngryorduk. Psikozlu, intihar eğilimli, şiddete yatkın hastalarla uğraşmanın stresini hepimiz hissediyorduk elbette, stajyerlerin ve asistanların taşıdıkları klinik sorumlulukları elimizden geldiğince denetliyor, destekliyorduk. Ender de olsa bir felaket meydana geldiğinde -örneğin, çok parlak bir ge avukat, kendisini hastaneye yatırma çabalarının tümünü reddetmiş sonra da beynine kurşun sıkarak kendini öldürmüştü- ğretim kadrosu, asistanlar, stajyerler küçük, büyük gruplar halinde biraraya gelerek çeşitli toplantılar yaparlar, neyin nasıl olduğunu açıklığa kavuşturmaya çalışırlar, yalnızca perişan olmuş aile üyelerini değil, olayda birincil sorumluluğu taşıyan kişileri de yatıştırmaya abalarlardı. Yukarda sözünü ettiğim avukat olayında, hekim yapılması gereken her şeyi fazlasıyla yapmış olmasına karşın hastanın ölümünden çok sarsılmıştı. Ne gariptir ki, en yetenekli, içine en bağlı doktorlar, böyle bir durumda en çok acı çeken, başarısızlık duygusuna en çok kapılanlardır.

Yalnızca ilaçla tedavi yerine ilaç ve psikoterapinin birlikte kullanılmasına özellikle önem veriyorduk. Hastalıkta tedavi yöntemleri konusunda hastaların da, ailelerinin de

eğitilmesi gereğini vurguluyorduk. Benim, hasta olarak yaşadıklarım, psikoterapinin yaşamsal bir etkisi olduğunu öğretmişti bana: Çekilen acılara belli bir anlam kazandırması, iyileşme umudu doğuncaya kadar insanın hayatta kalmasını sağlaması, ilaç alma zorunluluğunun doğurduğu öfkeyi, ilaç almamanın korkunç sonuçlarıyla karşılaştırıp, tartıp uzlaşmayı öğretmesi açılarından. Farklı teşhis yöntemleri, psikofarmakoloji, duygudurumu bozukluklarının çeşitli bakım yolları temel öğretim konularımızı oluşturuyordu ama bunlara ek olarak, eğitim ve araştırmalarımızın çoğu belirli odak temalar üstünde yoğunlaşıyordu: Hastalar lityum ve başka ilaçları almaya neden direnç gösteriyorlar ve hatta reddediyorlar; intiharla sonuçlanmaya en uygun kriz özellikleri nelerdir ve bunlar nasıl yatıştırılır; depresif ve manik-depresif hastalıkların uzun vadeli sonucunda psikoterapinin rolü nedir; hastalığın hafif mani krizlerinde ortaya çıkan olumlu yanları nelerdir (enerji artışı, algılama gücünde artış, düşünce akışının ve özgünlüğünün çoğalması, duygudurumunun ve yaşantının taşkınlığı, cinsel istek artışı, öngörünün, yaratıcılığın, bir yerlere ulaşma emellerinin yükselmesi). Klinikteki doktorlara bu hastalığın kötü yanlarının yanı sıra avantajları da olduğunu, pek çok birey için bu başdöndürücü yaşantıların bağımlılık yarattığını ve kolay kolay vazgeçilemediğini anlatmaya çalıştım.

Mani ve depresyon halindeki hastaların ne tür yaşantılar geçirdiklerini daha iyi kavrayabilmeleri için asistan ve stajyerlerin hastalar ve bu tür bozukluklar yaşamış yazarlar tarafından kaleme alınmış anıları okumalarını öneriyorduk. Ayrıca Noel'de klinik ve yardımcı personele depresyon ve manik-depresyon hastalığı geçirmiş bestecilerin müziğini konu eden bir dizi konferans verdim. Bu gayriresmi konferans-

lar, UCLA'da müzik profesörü olan bir dostumla birlikte daha sonra, 1985 yılında Los Angeles Filarmoni Orkestrası'yla düzenlediğimiz bir konserin ilk tohumlarını attı. Akıl hastalıkları, özellikle de manik-depresif hastalıklar konusunda halkı biraz bilinçlendirmek amacıyla Filarmoni'nin yöneticisine bir program projesi sunduk; Robert Schumann, Hector Berlioz ve Hugo Wolf gibi bu hastalığı çekmiş bestecilerin yaşamlarını ve müziğini tanıtmaya yönelik bir projeydi. Filarmoni yönetimi öneriyi büyük bir hevesle karşıladı, işbirliğini kabul etti, ödenecek ücretler konusunda da son derece cömert davrandı. Ne yazık ki, ben kontratı imzaladıktan birkaç gün sonra, California niversitesi yeni bir mali gelişme kampanyası başlattığını açıkladı. Yeni kararlara göre, ğretim yeleri bireysel olarak özel sektörden maddi yardım alamayacaklardı. Böylece yirmi beş bin dolar tutan faturaların tümünü ben şahsen ödemek durumunda kaldım. Bir arkadaşımın dediğı gibi, konser bileti için biraz yüklü bir paraydı bu. Neyse, UCLA'nın kocaman konser salonu doldu ve büyük başarı kazandık. lke çapında gerçekleştirilen bir dizi konserin ilki oldu bu, daha sonra birçok yerde, bu arada Washington'daki John F. Kennedy Kültür Merkezi'nde Ulusal Senfoni Orkestrası'yla konserler düzenledik. İlerde, manik-depresif hastalıkla sanatlar arasındaki bağılantıyı konu alan bir dizi televizyon programının da (kamu televizyonunda) temelini oluşturdu bu konserler.

Kliniğın kurulması aşamasında olsun, daha sonraki çalışmalarımız sırasında olsun, bölüm başkanımın desteğı bana çok yardımcı oldu. Hekim olmadığım halde ve benim manik-depresif olduğumu bilmesine karşın tıbbi bir kliniğın başında olmamı onayladı. Hastalığım yüzünden klinik ve ğretim so-

rumluluklarımı kısıtlayacak yerde, iyi bir psikiyatrin tedavisi altında olduğumu, kliniğin tıbbi direktörünün durumumu bildiğini öğrendikten sonra, hastalığım sayesinde daha iyi tedavi yöntemleri geliştirmem, halkın hastalığa bakış açısını değiştirmeye katkıda bulunmam konusunda beni yüreklendirdi. Hiçbir zaman açıkça söylemedi ama ilk psikozlu mani krizimden sonra öğrenmişti hasta olduğumu sanıyorum. Koğuş şefim durumu biliyordu kesinlikle, herhalde haber daha yüksek makamlara da ulaşmıştı. Her neyse, bölüm başkanım durumu kesinlikle tıbbi bir olay olarak değerlendirdi. Bir toplantıda yanıma gelip kolunu omzuma dolayarak konuya değindi ilk seferinde. "Duygudurumlarında birtakım sorunlar yaşıyormuşsun, duyduğuma göre. Çok üzüldüm. Aman lityumunu almayı ihmal etme" dedi. Daha sonraları arada bir hatırlarını sorar, ilaç almayı sürdürmemi hatırlatırdı. Duruma açıklıkla yaklaşması, beni desteklemesinin yanı sıra, klinikteki çalışmalarımı durdurmamı ve hatta kısıtlamamı bir kez olsun önermedi.

Gene de, hastalığımı başkalarıyla açık açık konuşmak konusunda müthiş sorunlar yapıyordum. İlk psikozumu California Tabibler Odası'ndan çalışma ruhsatı almazdan çok önce geçirmiştım. Lityum almaya başlamamla, yazılı ve sözlü sınavlarımı vermem arasında geçen zaman içinde, pek çok tıp öğrencisinin, klinik psikoloji stajyerinin, asistanın öğrenim ve çalışmalarını sürdürmelerinin -ruhsal bozukluklar ileri sürülerek- engellendiğine, yasaklandığına tanık olmuştım. Günümüzde bu gibi engelleme ve yasaklamalara çok daha az rastlanıyor. Çoğu tıp fakülteleri, hastalanan öğrenci, stajyer ve doktora asistanlarının tedavi görüp mümkünse yeniden klinik çalışmalarına geri dönmelerini yüreklendiriyor. Oysa

ben, UCLA öğretim kadrosuna girdiğim ilk yıllarımı hastalığımıydan çıkacağı, hastanenin ya da başka bir üst düzey "kuruluşun yönetimine rapor edileceği, klinik çalışmalarımın ve öğretim görevlerimin durdurulacağı korkusu içinde geçirdim.

Birçok bakımdan çok gerilimli bir yaşamdı ama gene de çok seviyordum. Akademik tıp insana çok ilginç ve çeşitlenmeli bir yaşam tarzı sağlıyor, çok yolculuk olanağınız oluyor, meslektaşlarınız ise genellikle parlak gözlü, zeki insanlar ve klinik çalışmaların yanı sıra bilimsel yazılar yazmak, derslere girmek gibi faaliyetlerin yarattığı streslerden neredeyse besleniyorlar. Benim yaşadığım streslere ise lityum almaya başladıktan sonra yatışan ama tümüyle durulmayan ruhsal iniş-çıkışlar ekleniyordu. Bu tür iniş-çıkışların iyice düzelmesi birkaç yıl aldı. İyi olduğum zaman yazılar yazıyor, yeni düşünceler geliştiriyor, hastalarımıyla görüşüyor, derslerimi veriyordum. Kötü olduğum zamanlarda ise bütün bunları yapmak imkânsızlaşıyordu: Günlerce, haftalarca kapıma RAHATSIZ ETMEYİNİZ levhası asıyor, aptal aptal pencereden bakıyor, uyuyor, kendimi öldürmeyi planlıyor ya da deney domuzumun -manik alış-veriş dönemlerimden birinde almıştım- kafesinin içinde dolanıp durmasını seyrediyordum. O sıralarda herhangi bir bilimsel yazı yazmak aklımın ucundan geçmediği gibi, okumaya çalıştığım bilimsel makalelerden de bir şey anlamazdım, klinikteki çalışmaları denetlemek, derslere girmek işkenceydi.

Ama bir gel-git yaşantısıydı benimkisi: Depresyon halindeyken içime hiçbir şey doğmaz, içimden hiçbir şey çıkmazdı. Hafif maniye girdiğimde bir günde bir makale yazardım, kafam binbir yeni fikirle dolardı, yeni araştırma projeleri

geliştirir, hasta raporlarımı düzene sokar, ihmal ettiğim yazışmaları toparlar, klinik şefi olarak yapmam gereken bir sürü bürokratik işin üstesinden gelirdim. Hayatımın hemen her aşamasında tatsız, keyifsiz dönemleri izleyen muhteşem keyifli günler olmuş, hemen ardından bu ihtişamı yerle bir eden kasvet yeniden üstüme çökmüştür. Delik deşik ama yoğun bir yaşamdı. Harika, hastalıklı, ürkünç, anlatılamayacak kadar güç, parıltılı ve beklenmedik ölçüde kolay, karmakarışık, çok eğlenceli, kurtuluşsuz karabasanlı günler birbirini izlerdi.

Neyse ki dostlarım da ya az çok çatlahtılar ya da benim duygusal yaşamımın özünü oluşturan kaosa hoşgörüyle yaklaşıyorlardı. Asistan olduğum yıllarda onlarla çok uzun birlikteliklerim oldu, pek çok iş ve keyif yolculukları yaptım, arkadaşlarım, meslektaşlarım ve stajyerlerimle *squash* oynadım. Spor yapmak ancak bir dereceye dek keyifliydi aslında, çünkü lityum koordinasyonumu bozuyordu. Bu bozukluk yalnızca *squash* oynamamı değil, özellikle ata binmemi etkiliyordu. Sonunda, birkaç kez fena düştükten sonra, at binmeye birkaç yıl ara vermek zorunda kaldım. Şimdi geriye baktığımda bunun aslında çok kötü olmadığını düşünüyorum ama o sıralarda, ne zaman herhangi bir spordan vazgeçmek zorunda kalsam, yalnızca o sporun keyfinden değil, kendimin sporcu bellediğim bir yanından da vazgeçmek durumunda kalıyordum. Manik-depresif hastalığın üstünüze yüklediği fiziksel ve tinsel rahatsızlıklar sizi vaktinden önce yaşlanmaya zorlar.

Hız şeridinde sürdürdüğüm yaşam, koşuşturmalarım, sürekli öğretim üyeliği hakkını kapmak, üstlerimin takdirini kazanmak için verdiğim uğraşlar başdöndürücü bir hızla sürüyordu. Maniye girdiğimde bu koşuşturma bana yavaş bile geliyordu, normal olduğumda bu itiş kakış olağanmış gibiydi, depresyo-

na girdiğimde ise dayanılmazlaşıyordu. Çektiğim güçlüklerin gerçek boyutunu anlatabileceğim hiç kimsem yoktu psikiyatrimdan başka. Belki de birileri vardı ama onlarla dertleşmek hiç aklımdan geçmedi. Çalıştığım bölümde hemen hiç kadın yoktu benden başka. Var olan kadınlar ise hep çocuk psikolojisi bölümündeydiler. Ahşabı kemiren kurtçuklara karşı beni koruyamazlardı onlar, zaten kendi başlarında yeterince kurtçuk vardı. Erkek meslektaşlarımın çoğu adil kişilerdi, aralarında beni destekleyen pek çok kişi de vardı ama bölümdeki bazı erkeklerin kadınlara bakış açısı gözle görülmeden inanılacak gibi değildi.

"İstiridye", böylesi bir adam, böylesi başınızdan geçmedikçe inanmayacağınız bir olaydı işte. Kaygan ve yumuşak karakteri yüzünden İstiridye lakabına layık görülmüş olan bu bey yaşlı bir profesördü: Herkese yukardan bakardı, kendinden pek memnundu ve tahmin edebileceğiniz gibi, entelektüel ve duygusal karmaşıklığı bir deniz kabuklusunununkine eşitti. Kadınları kafalarına göre değil memelerine göre sınıflandırır, çoğu kadının her ikisine de sahip olmalarına pek sinirlenirdi görünüşe bakılırsa. Akademik tıp alanına dalan kadınların bu işe yanlışıyla girdiklerini ve mutlaka bir eksiklik ya da kusurları olduklarına inanırdı; ben de, alttan almayı bir türlü kendime yediremediğimden, onun özellikle sinirine dokunurdum. Bölümün tayin ve terfi komitesinde birlikte çalışıyorduk, komitedeki on sekiz kişi arasında tek kadın bendim. Toplantılara zaten kırk yılda bir gelirdi (bizim İstiridye hastanede en az zaman harcayarak en çok para kazanmasıyla ünlüydü) ama geldiğinde tam karşısında oturup bana nazik davranma çabalarının başarısızlığını izlerdim.

Benim gen değişikliğine uğramış ne idüğü belirsiz bir

varlık olduğuma ama yüzüne bakılamayacak kadar çirkin olmadığuma göre günün birinde iyi bir koca bulup toparlanacağıma inandığı duygusuna kapılırdım hep. Bense, bölüme daha çok kadın eleman alma konusunda gösterdiği çabalar yüzünden onu kutlayarak kendimce dalga geçerdim. Beynindeki gri hücrelerin kıtlığına denk olarak en ufak bir mizah duygusundan da yoksundu; bölüme kadın eleman alma konusunda hiçbir çaba göstermemiş olduğundan, ben böyle söyleyince yüzüme kuşkuyla bakar, şaşkın ve sinirli bir gülümseme yollardı benden yana. Bölümde çok etkili bir konumu olmasaydı, şirin bir şaşkaloz olarak nitelenebilirdi. Ama hem çok sözü geçen biriydi, hem de kadınlar hakkındaki düşüncelerini hiç saklamazdı; yaptığı cinsel imalar inanılmaz ölçüde aşağılayıcıydı. Benimle ya da kadın stajyer ve asistanlarla konuşurkenki burun kıvrıcı tavrı dayanılır gibi değildi. Bir yerde kendi kendisinin karikatürüydü ama onun başkanı olduğu serviste çalışan bir kadının yüz metrelik koşuya on saniye geç başlamış olduğunu açık seçik görmemek de imkânsızdı. Neyse ki, sürekli öğretim üyeliği hakkı pek çok denge ve denetim ögesi içeriyor ve en azından benim en yakından tanıdığım iki üniversitede -California Üniversitesi, Johns Hopkins Üniversitesi- sistem şaşılacak ölçüde hakkaniyetli işliyor. Gene de İstiridye gibi tipler işinizi kolaylaştırmıyor.

Sonunda, sürekli öğretim üyeliğine giden labirentte epeyce süründükten sonra, daha üst düzey bir akademik labirentte sürünmeye hak kazandığımı bildiren mektubu aldım. Yardımcı profesörlük cehenneminin labirentlerinde ayak oynatmaya layık bulunmuştum. Bunu haftalarca kutladım. Bir arkadaşım, otuz kişilik şahane bir yemek daveti verdi. Kusursuz bir California gecesi, parti bahçedeydi, teraslar çiçek-

lerle, mumlarla ısıt ısıldı, bundan daha güzel bir şey olamazdı. Şampanyaları ailem getirmişti, bana da bir düzine Bakara şampanya kadehi hediye ettiler, çok iyi vakit geçirdim. Ailem ve dostlarım herkesten iyi biliyorlardı ki bu parti çok önemli bir akademik başarının yanı sıra, yıllar yılı ciddi bir ruhsal hastalıkla savaşım vermiş olmamın da kutlanmasıdır.

Akademik başarımın gerçekliğini tam olarak hissetmen bir süre sonra oldu; erkeklere mahsus Bohemian Club'un üyelerinden biri olan bir meslektaşım bir akşam, kulüpten aldığı bir şişe şarapla evime geldi ve şişeyi bana uzatarak, "Tebrikler Profesör, erkekler kulübüne hoş geldiniz" dedi.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

AŞKTIR BUNUN İLACI

HEM SUBAY HEM CENTİLMEN

Bir zamanlar gerçekten içtenlikle inanırdım ki insan hayatta yalnızca belirli bir miktar acı çekmeye yargılıdır. Manik-depresif hastalık bana öyle derin acılar çektirmiş, beni öylesine ne yapacağımı bilemez durumlara sokmuştu ki, yaşamın bana başka alanlarda daha iyi, daha dengeli davranacağını sanmıştım. Oysa, yıldız tarlaları arasından uçacağıma, Satürn'ün halkaları ile kayacağıma da inanmış biriydim ben. Belki de muhakeme gücüm pek parlak değildi. Çoğu kez çılgın dolaşan ama nadiren aptallık eden Robert Lowell, mutluluğun durup dururken bizi bulmayacağını benden çok daha iyi biliyormuş, çünkü tünelin öte ucunda bir ışık görürsek bunun üstümüze gelmekte olan trenin ışıkları olacağını söyleyen oydu.

Belirli bir süre boyunca -lityum, geçen zaman ve uzun boylu, yakışıklı bir İngiliz'in aşkı sayesinde- tünelin öte ucundaki ışık sandığımı bir aydınlık görür gibi oldum. Gerçi her an elimden kaçacakmış gibiydi ama sanki huzurlu, sıcak, güvenli bir yaşam yakalamıştım. Birazcık fırsat tanındığı takdirde aklın hastalıktan nasıl kurtulabileceğini, sabır ile şefkatin, paramparça olmuş zavallı bir dünyanın parçalarını nasıl yenisinden bir bütüne dönüştüreceğini öğrenmiştim. Tanrı'nın dört

bir yana saçtığını doğal bir tuz, birinci sınıf bir psikiyatr ve bir erkeğin aşkı ile sevecenliği yeniden biraraya toparlayabilecekti nerdeyse.

UCLA'nın öğretim kadrosuna girdiğim ilk yıl tanışmıştım David ile. 1975 yılının başlarıydı, korkunç mani krizine girişimin üstünden altı ay geçmiş, kafam yavaş yavaş eski haline dönmeye, düşüncelerim az çok bir anlam kazanmaya başlamıştı. Aklım hâlâ çok tehlikeli bir dengeyi tutturma çabasıındaydı, duygularım çok yıpranmış durumdaydı, gerçek yaşamımın büyük bölümünü hâlâ uzun gölgelerle kaplı dar bir kafesin içinde sürdürüyordum. Ancak dışardan bakıldığında davranışlarım sözde normal meslektaşlarımın davranış sınırlarını aşmıyordu. Böylece, en azından mesleğim açısından, görünüşe göre her şey yolundaydı.

O gün, yataklı hastalar koğuşunun kapısını açarken artık alıştığım bir sıkıntı ve sinirlilik içindeydim, hastalar yüzünden değil, bir personel toplantısı olacağından. Bu toplantıları hiç sevmezdim: Hemşireler hep birlikte ve saldırgan biçimde psikiyatri asistanlarından şikâyetçi olurlar, asistanlar ise daha üst konumda olmanın rahatlığı, son sözün kendilerinde kalacağını bilinciyle sinir bozucu davranırlardı; son derece dirayetsiz biri olan koğuş şefi ise, türlü kinlerin, kıskançlıkların, kişisel düşmanlıkların toplantıya egemen olmasını engelleyemezdi. O koğuşta hastaların bakımı hep ikinci planda kalır, çalışanların kendi nevrozları, kendi aralarındaki savaşlar, bencillikler, kaytarıcılık ön planda olurdu. Elimden geldiğince ağırdan alarak toplantı odasına sonunda girdim, ateş hattından uzak bir iskemle aradım, oturdum, kaçınılmaz tatsızlıkların bu sefer nasıl bir yol izleyeceğini düşünerek bek ledim.

Koşuş psikiyatrı içeri girdiğinde yanında çok uzun boy-lu, yakışıklı bir adam görünce çok şaşırđım. Adam bana bak-tı ve yüzünde harika bir gülümseme belirdi. Meğer konuk profesörmüş, İngiliz Kraliyet Ordusu Tıp Merkezi'ndeki göre-vinden izinli gelmiş. Birbirimizden hemen hoşlandıık. Öğle-den sonra hastanenin kafeteryasında birer fincan kahve iç-mek için oturduk; uzun zamandır hiç kimseyle yapmadığım kadar rahat ve açık konuştum onunla nedense. Sakin, sessiz, yumuşak bir sesle konuşan, düşünceli bir adamdı, ruhumun hâlâ açık olan yaralarını deşmeye kalkmadı. İkimiz de müzik ve şiir seviyorduk, ikimizin de askeri geçmişı vardı; bir başka ortak yanımız ise, ben İskoçya ve İngiltere'de okumuş oldu-ğumdan, aynı kentlerde, aynı hastanelerde, aynı kırlarda ya-şantılar geçirmişliğimizdi. Psikiyatri uygulamaları açısından İngiltere ve Amerika arasındaki farkları görmek istiyordu, ben de en zor hastalarımđan birine konsültasyon yapmasını önerdim. Şizofrenik olan bu kız kendini cadı sanıyordu. Onun korku içindeki kafasının derinliklerine ittiğı, su yüzü-ne çıkarmaktan çekindiğı psikoterapütik olguları görmekte gecikmedi David. Hekimlik kimliğini bir an bile elden bırak-madan ama inanılmayacak kadar yumuşak bir sevecenlikle yaklaştı kıza; kız da ona kayıtsız şartsız güvenebileceğini anla-dı sanıyorum, ilerde benim de anlayacağım gibi. Sağduyulu, gerçekçi ama sıcak yaklaşımıyla, aynı soruları tekrar tekrar, farklı farklı biçimlerde sorarak kızın güvenini kazanmasını, paranoyasının arkasında gizlenenleri çıkarmasını seyretmek bir zevkti.

UCLA'da geçirdiğı aylar boyunca David ile sık sık öğle yemeğı yiyorduk, genellikle üniversitenin botanik bahçesin-de. Beni pek çok kez akşam yemeğine de çağırdı ama hiçbir

zaman kabul etmedim, çünkü hâlâ evliydim ve bir süre ayrı yaşadığım kocamla birlikte oturmaya başlamıştım yeniden. David Londra'ya döndü. Ara sıra yazışıyorduk ama benim işim başımdan aşkındı: Derslere giriyor, kliniği yönetiyor, sürekli öğretim üyesi olma savaşımı veriyor, evliliğimin sorunlarıyla uğraşıyordum. Derken gene çok kötü bir mani krizi geçirdim ve bunu, her zaman olduğu gibi, uzun ve beni tümüyle paralize eden bir depresyon dönemi izledi.

Kocamla ben, yakın dost kalmamıza ve birbirimizi sık sık görmemize karşın artık evliliğimizin kurtarılacak noktayı aştığını kabul etmiştik sonunda. İlk kötü mani krizim sırasında onu terkettiğimden bu yana kurtarılmayacak noktaya gelmişti zaten bana sorarsanız. Gene de ikimiz de elimizden geleni yaptık. Uzun uzun konuşarak, yaptığımız hataları, önümüzdeki olasılıkları tartıştık. Bol bol iyi niyet ve sevgi vardı ama hastalığım sonucu meydana gelen korkunç olaylardan sonra hiçbir şey bu evliliği yeniden kurmamıza yetmedi. Bu arada David'e yazdığım mektuplardan birinde kocamdan bir kez daha ve artık kesin olarak ayrıldığımı söyledim. Hayat devam ediyor, klinik toplantıları, yazılar, hastalarla görüşmeler, asistan ve stajyerlere dersler birbirini izliyordu. Ne kadar kötü bir hastalık geçirdiğim ve hâlâ ne kadar tehlike içinde olduğum anlaşılacak diye ödüm kopuyordu. Neyse ki -ve ne gariptir ki- akademik psikiyatrlar fazla duyarlı değillerdir, gözlem güçlerinin de pek parlak olduğu söylenemez.

Derken günün birinde, David UCLA'dan ayrıldıktan on sekiz ay kadar sonra, büroma girdiğimde ne göreyim? Masamda oturmuş, bir kurşun kalemle oynuyor ve kocaman kocaman gülmüşüyor. "Artık benimle akşam yemeği yersin herhalde" dedi yarı şakacı bir havayla. "Uzun süre bekledim, çok

da uzun yoldan geldim." Onunla yemeğe gittim tabii ve birlikte Los Angeles'te çok güzel birkaç gün geçirdik. Sonra o İngiltere'ye döndü. Beni birkaç haftalığına Londra'ya davet etti. Uzun, intihar eğilimli bir depresyondan daha yeni yeni toparlanıyordum, düşüncelerim çok ağır aksaktı, duygularım dayanılmayacak kadar karaydı ama onun yanında olursam, her şeyin daha iyiye gideceğine dair bir his vardı içimde. Gerçekten de öyle oldu. Hem de beklentimin çok ötesinde. Bahar sonuydu, akşamüstleri St. James Park'ta uzun yürüyüşlere çıktık, Thames nehrine bakan kulübünde akşam yemekleri yedik, oturduğu dairenin hemen karşısında olan Hyde Park'ta piknikler yaptık. Yavaş yavaş bitkinliğim, kuşkularım, kapkara inançsızlığım üstümden kalktı. Müzikten, resimden yeniden zevk almaya, yeniden gülmeye, yeniden şiir yazmaya başladım. Uzun geceler boyu süren, sabahleyin erkenden yinelenen inanılmaz tutku dolu saatler, aşkın yaşam sevincine ne büyük katkılarda bulunduğu inanmama, daha doğrusu bunu yeniden hatırlamama yol açtı. Yaşamı besleyen aşktı.

David gündüzleri hastanede çalışıyordu, ben de bir vakitler ne kadar çok sevdiğim Londra ile yeniden yakınlık kurma fırsatını buldum. Parklarda uzun yürüyüşler yaptım, Fate Galerisi'ni defalarca ziyaret ettim; Victoria ve Albert, Doğal Tarih ve Bilim Müzeleri'ni dolaştım. Bir gün, David'in önerisine uyarak, Westminster İskeleyi'nden vapura binip güneybirliğine Greenwich'e gidip geldim; başka bir gün trenle Carterbury'e gittim. Canterbury'i yıllardır görmemiştim, ilk gittiğimde ise biraz çılgın manik gözlerle görmüştüm orayı. Unutamadığım mistik anılar yaşıyordu kafamda: Koyu renkli, şahane vitray pencereler, soğuk sesler, Becket'in öldürüldüğü kasvetli yer, katedralin taşları üstüne düşen yoğun, geçici ışık huzmeleri.

Oysa bu kez, herhangi bir coşkunluk duymadan diz çöktüm, herhangi bir inanç duymadan dua ettim ve kendimi bayağı yabancı hissettim. Gene de daha sessiz, daha yumuşak bir Canterbury havası sardı beni.

Diz çökmüş, Tanrısız ve imansız duamı sürdürürken, birden bir gece lityum almayı unuttuğumu hatırladım. Çantama uzanıp ilacı çıkardım, küçük şişenin kapağını açtım ve anında içindeki bütün hapları yere saçtım. Katedralin yer döşemesi çok pisti, etrafta bir sürü insan vardı, nedense eğilip hapları yerden toplamaya çekindim. Bu yalnızca bir utanç ânı değil, bir kader ânıydı; çünkü David'den bana reçete yazmasını istemek, dolayısıyla ona hastalığımı açıklamak zorunda kalacaktım. Tanrı'nın bir kapıyı açtığında mutlaka başka bir kapıyı kapatmayı ihmal etmediğini düşündüm biraz hınçla. Gene de ilaçsız kalmayı göze alamazdım. Lityumu en son bıraktığımda, hemen mani krizine girmiştım. Bir yıldan fazla süren depresyondan çıkalı çok olmamıştı, daha yeni yeni toparlanıyordum, aynı şeyleri bir kez daha yaşayacak olsam hayatım sona ererdi.

O gece, yatmadan önce David'e manik-depresif hastalığım olduğunu açıkladım. Tepkisinden deli gibi korkuyor ve ona daha önce söylemediğim için kendime çok ama çok kızırıyordum. Uzun süre hiç ses çıkarmadan oturdu; anlattıklarımın bütün kişisel ve tıbbi uzantılarını, sorun ve sonuçlarını hesaplamakta olduğunu görüyordum. Beni sevdiğinden kuşku yoktu ama hastalığın gidişatının ne kadar belirsiz olduğunu o da benim kadar biliyordu. Kendisi orduda subaydı, ailesi son derece tutucuydu, çocuk sahibi olmayı çok istiyordu ve manik-depresif hastalık kalıtımsaldı. Ayrıca genellikle gizli tutulan bir hastalığı, sonuçları önceden bilinemezdi, bü-

yük ölçüde öldürücüydü. Keşke ona hiç söylemeseydim, diye geçirdim içimden; keşke normal olsaydım; keşke buradan başka herhangi bir yerde olabilseydim şu an. Herhangi birinin biraz önce anlattıklarını kabullenebileceğini ummakla ne büyük bir salaklık etmiştim. Nazik ve hüzünlü bir veda törenine hazırladım kendimi. Neticede evli değildik, ilişkimiz ciddi olsa bile başlayalı çok olmamıştı.

Sonunda, neredeyse yüzyıllık bir sessizlikten sonra David bana döndü, beni kollarına aldı ve alçak sesle, "Hay Allah, ne boktan şanssızlık" dedi. İçim öylesine rahatladı ki bir an ne yapacağımı bilemedim. Aynı anda, söylediğinin ne kadar doğru olduğunu kavradım. Evet öyleydi, gerçekten boktan bir şanssızlıktı ve biri nihayet bunu anlamıştı. Bu arada o rahatlama içinde, kafamın bir köşesine sıkışıp kalmış olan minik ve yıpranmış bir mizah adası, tümüyle farklı bir beyin çizgisinde ilerleyerek, David'in dediklerinin doğrudan bir P. G. Wodehouse romanından çıkma olduğunu düşündürdü bana. Bunu ona da söyledim ve Wodehouse'un roman kişilerinden birinin, "Düş kırıklığına uğradım sayılmaz ama tam bir düş kırılmamışlığı içinde de değilim" dediğini hatırlattım. İkimiz de uzun uzun güldük, biraz sinirli kahkahalardı bunlar doğrusunu isterseniz ama buzların kırıldığı da bir gerçektir.

David müthiş sevecen ve benimseyici davrandı; neler çektiğim, en korkunç şeylerin ne olduğu, en çok nelerden korktuğum, hasta olduğum zaman bana yardım etmek için neler yapabileceği konusunda bitmez tükenmez sorular sordu. O konuşmamızdan sonra, bana her şey daha kolay gelmeye başladı nedense; ömrümde ilk kez olarak, bütün o acılarla, o belirsizliklerle tek başıma savaşmayacağım duygusuna kapıldım; benim hastalığımı anlamak, bana yardım etmek isteği-

nin içten olduğuna emindim. Hemen o gece başladı zaten. Lityumun ender yan etkilerinden birinin benim için geçerli olduğunu, ilaç gözlerimi ve dikkatimi etkilediğinden bir ya da iki paragraftan fazla okuyamadığımı açıkladım ona. Yatağa uzandık, tek kolunu omzuma doladı, arada bir çocukmuşum gibi başımı okşayarak bana kitap okudu: Şiirler okudu, Wilkie Collins ve Thomas Hardy okudu. An be an, dakika be dakika, sonsuz sabrı ve inceliğiyle -aynı zamanda bana olan, kimliği-me ve temel sağlığıma olan inancıyla- kâbuslarımı, beklen-medik duygudurumları ve şiddet korkularımı yatıştırdı.

Normal kişiliğime dönmekten umutsuz olduğumu David anlamış olacak ki, beni bunun tersine inandırmak için sistematik girişimlerde bulunmaya koyuldu. Ertesi akşam eve geldiğinde, üst düzey iki İngiliz subayı ile yemek davetleri ayarladığını açıkladı. Her iki subayın da manik-depresif hastalığı vardı. Bu iki adam ve eşleriyle geçirdiğimiz akşamlar unutulacak gibi değildi. Bunlardan biri generaldi, çok şık, havalı ve çok akıllıydı; zekâsının parlaklığı en ufak bir şüphe götürmezdi. Gözlerinde arada bir beliren tedirginlik, konuşmalarındaki hafif melankolik ama anında o melankoliyi alaya alan renklilik dikkate alınmazsa onun Londra ve Oxford partilerinde karşılaştığınız hareketli, kendinden emin, eğlenceli insanlardan hiçbir farkı yoktu. Öteki subay da harikaydı, sıcak, nükteli, aynı general gibi çok çok üst düzey bir konuşma tarzı olan bir kişi. Onun da gözlerinde arada bir hüznün belirirdi ama müthiş keyifli bir adamdı; dostluğumuz uzun yıllardır sürmekte.

Söz konusu yemek davetlerinin hiçbir anında manik-depresif hastalıktan söz edilmedi. Aslına bakarsanız davetlerin kesin normalliydi benim için önemli ve rahatlatıcı olan. Çocukluğumun geçtiği dünyaya çok benzeyen bir çev-

renin insanları olan bu iki "normal" adamla beni tanıştırmak, David'in içgüdüsel sevecenliğinin, iyi kalpliliğinin pek çok örneğinden biriydi. "Dünyaya katlanabilmemizi sağlayan iyiliklerimizin tarihidir" demiş Robert Louis Stevenson. "Eğer iyi yürekli olmasaydı, iyilik dolu sözler, bakışlar, mektuplar olmasaydı.. yaşamımızın en kötü niyetle hazırlanmış pis bir şaka olduğuna inanasım gelirdi." David'i tanıdıktan sonra yaşamı bir daha asla kapkara görmedim.

Londra'dan korkunç bir vesvese duygusuyla ayrıldım ama David sık sık yazmayı ve telefonla aramayı ihmal etmedi. Sonbaharın sonlarına doğru Washington'da buluşup bir süre beraber olduk. Kendimi nihayet eskisi kadar iyi hissettiğimden, yaşamdan yıllardır almadığım kadar keyif aldım. O Kasım günleri son derece romantik bir anılar dizisi olarak hâlâ içimdedir: Soğuk havada yapılan uzun yürüyüşler, eski binaları, daha eski kiliseleri ziyaretler, Annapolis'in on sekizinci yüzyıldan kalma bahçelerini kaplayan karlar, Chesapeake Koyu'na doğru kıvrılan, sonra açık denize ulaşan buz tutmuş ırmaklar. Akşamlar İspanyol şarabı ve geç saatlere kadar uzayan akşam yemekleri, her konuda doyurucu sohbetlerle doluydu; geceler ise harika sevişmeler, yıllardır özlemini çektiğim derin uykularla doluydu.

David Londra'ya, ben de Los Angeles'e döndüm; yazışmayı, sık sık telefonlaşmayı, birbirimizi özlemeyi sürdürdük, ikimiz de yaşamımızı adadığımız mesleklerle uğraştık. Mayıs'ta ben İngiltere'ye gittim. Yaz öncesinin uzun günlerini Londra, Dorset ve Devon'da tükettik iki hafta boyunca. Bir pazar sabahı, kiliseden çıktıktan sonra tepelere tırmanıp çan seslerini orada dinledik. Birden David durdu, bir süre kıpırtısız kaldı, soluk almakta güçlük çektiğini fark ettim. Geceleri

fazla çalıştığını söyleyerek işi şakaya vurdu, ben de üstelemedim. Gülüp geçtik.

David'in Hong Kong'taki İngiliz Ordu Hastanesi'ne tayini çıktı. Onu orada ziyaret etmem için planlar yaptı. Akşamları gideceğimiz yerlerden beni tanıştırmak istediği kişilere, çevre adalarında yapacağımız pikniklere kadar her şeyi ayarlayıp bana mektupla bildirdi. Onunla yeniden birlikte olmayı iple çekiyordum. Derken bir gece, Hong Kong'a gitmem az bir süre kala, evde oturmuş hazırladığım ders kitabının bir bölümünü yazıyordum ki, kapı çalındı. Saat epeyce geçti, kimseyi beklemiyordum. Birden, hiç sebepsiz yere, annemin vaktiyle söylediği bir şeyi hatırladım: Pilot eşleri, papazın kapılarını geç saatte çalmasından korkarlarmış. Kapıyı açtım. Karşımda diplomatik bir kurye vardı, bana uzattığı mektup David'in komutanından geliyordu: Katmandu'da tıbbi görevde bulunan David, beklenmedik bir anda, kalp krizinden ölmüştü. Daha kırk dört yaşındaydı, bense otuz iki.

Galiba hiçbir şey anlamamıştım. Yerime oturduğumu, yeniden işe koyulduğumu, bir süre daha yazı yazdığımı hatırlıyorum. Sonra anneme telefon ettim. David'in anne babasıyla, komutanıyla konuştum. Cenaze düzenlemelerini tartışırken bile -ordu kuralları gereğince David'in cesedi İngiltere'ye gönderilmeden önce otopsi yapılacağından cenaze töreni gecikecekti- David'in ölümünün gerçekliğine varmamıştım. Kesin bir şok durumuna girmiştim, yapmam gerekenleri otomatik olarak yapıyordum: Uçakta yer ayırttım, ertesi sabah seminer dersimi verdim, klinikte personel toplantısına başkanlık ettim, pasaportumu yenilettim, bavullarımı hazırladım, David'in bana yolladığı mektupların hepsini toplayıp yanuma aldım. Uçağa bindikten sonra bütün mektupları metodik olarak

tarih sırasına soktum ama onları Londra'ya indikten sonra okumaya karar verdim. Ertesi gün, Hyde Park'ta oturdum, okumaya hazırlandım ama ancak ilk mektubun ilk paragrafının sonuna varabildim. Hıçkırma hıçkırma ağlamaya başladım. O gün bu gündür onun mektuplarını ne yeniden açtım, ne yeniden okudum.

Nasılsa Harrods mağazasının yolunu buldum, cenazede giymek üzere siyah bir şapka seçtim, sonra David'in komutanıyla kulübünde öğle yemeği yedim. İş gereği Britanya Ordusu'nun baş psikiyatridi; davranışları iyi yürekli, dobra *ve* son derece anlayışlıydı. Kocaları aniden ölen kadınlarla baş etmeye alıştıktı, ölümü çaresizce inkâr edenleri çok görmüştü. David'in ölümünün gerçekliğini algılamaya bile başlamadığını çok iyi kavramıştı mutlaka. David hakkında uzun uzun konuştu benimle, tanıştıkları, birlikte çalıştıkları yılları anlattı, ne kadar harika bir hekim ve dost olduğunu söyledi. Ayrıca, otopsi raporunun bazı bölümlerini bana okumanın "son derece zor ama yararlı" olacağı görüşündeydi. Görünüşteki amacı, David'in geçirdiği krizin ne kadar topyekün olduğunu, dolayısıyla hiçbir tıbbi müdahalenin onu kurtaramayacağını bana anlatmaktı. Aslında, soğukkanlı tıbbi terminolojinin beni sarsarak olayın kesin gerçekliğini anlamama yardım edeceğini biliyordu. Sonuç olarak amacına ulaştı ama beni gerçekliğe doğru iten iğrenç tıbbi ayrıntılar değil, raporun sonundaki cümleydi: "genç bir subay, Hong Kong'dan Brize Norton hava üssüne kadar Albay Laurie'nin cesedine eşlik edecektir" David artık Albay Laurie değildi, Dr. Laurie de değildi; o bir cesetti.

Britanya Ordusu bana inanılmayacak kadar iyi davranırdı. Ordu, doğası icabı, ölümlere, özellikle de ani ölümlere alı-

şıktır ve ölüm acısını dindirmekte geleneklerin büyük rolü vardır. Askeri cenaze törenlerinde izlenen ritüeller başı sonu belli, güven uyandıran, onurlu, dinselidirler ve korkunç bir kesinlikle "son"u belirtirler. David'in arkadaşları, subay meslektaşları yalın, esprili, dolambaçsız ve merhametliyidiler. Durumu gerektiği gibi idare etmemi bekledikleri açıktı, gene de durumun korkunçluğunu biraz olsun azaltmak için yapmadıkları kalmadı. Beni hiçbir zaman yalnız bırakmadılar ama çevremde fazla dolanıp üstüme de gelmediler; içki bardağımı hiç boş bırakmadılar, hukuki birtakım tavsiyelerde bulundular. Açıkça ve mizah dozunu yüksek tutarak David'den söz ettiler; inkâra sığınmama izin vermediler.

Cenaze töreni sırasında tugay komutanı ilahileri onlarla birlikte söylemem konusunda ısrar etti, en zor anlarda kolunu omzuna doladı; subaylar ve centilmenler konusunda biraz abartılı bir methiye düzen kişi konuşmasını yaptığı sırada onun kulağına eğilip "Keşke ben de kalkıp David'in yataкта ne kadar harika olduğunu söyleyebilseydim" diye fısıldadığımda ise yüksek sesle güldü. Bir seksen beş boyunda iri yarı bir adamın küçük bir kutu küle dönüşmesinden duyduğum acı ve tiksinti beni mezar başına gitmekten alıkoyuyordu ama general beni bilinçle öne doğru itti, sevdiğimin gömülüşünü izlemeye, onun artık yok olduğunu çarnaçar kabul etmeye zorladı beni.

İngiltere'deki geri kalan zamanımı dostlarla geçirdim ve yavaş yavaş anlamaya başladım ki öngördüğüm geleceğim, güvenmeye alıştığım aşk ve destek artık tümüyle yok olmuştu. David'in ölümünden sonra binlerce şey hatırladım. Çok, pek çok pişmanlık da vardı: Yitirilen fırsatlar, gereksiz, yıpratıcı tartışmalar ve olmuş olanı değiştirmek için yapılacak hiç-

bir şey bulunamayacağına dair gittikçe derinleşen bir kabul-
lenme duygusu. Nice düşler de yitip gitmişti: Çocuklarla dolu
bir yuva düşümüz yitmişti, sanki her şey her şeyi yitip gitmişti.
Neyse ki keder depresyondan çok farklı bir şey: Çok acı, çok
korkunç ama umutsuz değil. David'in ölümü beni dayanılmaz
karanlıklar içine itmedi; intiharı bir an bile aklımdan geçir-
medim. Ayrıca, dostlarımın, ailemin, hatta yabancıların gös-
terdiği yakınlık, sevecenlik de büyük bir teselli unsuru oldu.
Örneğin, Amerika'ya dönmek üzere İngiltere'den ayrıldığım
gün, havaalanındaki British Airways kontuarında duran me-
mur yolculuğumun iş nedeniyle mi yoksa tatil için mi olduğu-
nu sordu. İki haftadır kendimi tutmak için harcadığım güç
birden elimden gitti ve gözyaşları içinde ziyaretimin sebebini
açıkladım. Adam hemen koltuğumun yerini değiştirerek beni
birinci mevkiye, tek başıma oturabileceğim bir yere aktardı.
Önden hosteslere de haber göndermiş olacak ki onlar da ba-
na beklenmedik bir nezaket ve iyi niyetle davrandılar. O gün
bu gündür yolculuklarımda British Airways'i kullanırım
mümkün olduğunca. Ve her seferinde küçük iyiliklerin, dü-
şünceli davranışların ne kadar önemli olduğunu bir kez daha
hatırlarım.

Eve döndüğümde müthiş iş birikmişti ki, bu gerçekten
iyi oldu, toparlanmama yardım etti. Ne acıdır ki, yokluğumda
David'den gelen birkaç mektup da bekliyordu beni. Daha
sonraki günlerde, postada çok gecikmiş iki mektup daha al-
dım ondan, sonra da tabii ki, kaçınılmaz olarak mektuplar
kesildi. David'in ölümünün yarattığı şok zaman a yavaş yavaş
dağıldı ama ona olan özlemim hiç bitmedi. Ölümünden bir-
kaç yıl sonra bu konuda bir konuşma yapmam istendi. Sözle-
rime Edna St. Vincent Millay'in şu dizeleriyle son verdim:

*Zaman sindirmiyor kederi; hepiniz yalan söylediniz
Zamanla sızıların diner dediniz.
Özlüyorum onu yağmur ağıladığında;
İstiyorum onu deniz çekildiğinde;
Eski karlar eriyor her dağın eteğinde,
Geçen yıla yaprakları tütüyor ağaçların altında;
Oysa geçen yılın acı sevişmeleri kalbimde
Yığılmış durmakta, sürüyor düşüncelerim de.
Yüzlerce yer var, korkuyorum gitmeye
Öylesine dolular onun sesiyle, her şeyiyle,
İçim rahat girdiğimde serin sakin bir yere
Adımını atmadığı, güneşin vurmadığı yüzüne,
"Burada hiçbir anı yok ondan kalan," diyorum
Ve bir tokat çarpar gibi yüzüme, onu hatırlıyorum.*

Zaman sonunda acıları dindirdi. Ama süreyi, hem de hiç keyifli geçmeyensüreyi, zamanın kendisi belirledi.

DEDİKLERİNE GÖRE YAĞMUR YAĞMIŞ

Kendi hastalığımın yanı sıra David'in ölümünün getirdiği acı ve belirsizlik, birkaç yıl boyunca yaşamdan beklentilerimin düzeyini düşürdüğü gibi çerçevesini de daralttı. İçime kapandım ve hemen hemen her bakımdan kalbimin kapılarını dünyaya kapadım. Çok çalışıyordum. Klinik yönetmek, ders vermek, araştırma yapmak, kitap yazmak gibi şeyler aşkın yerini tutmuyordu elbette ama ilginç şeylerdi ve çok kötü bir biçimde kesintiye uğramış olan yaşamıma az çok anlam katıyorlardı. Lityumu bir alıp bir bırakma dengesizliğinin yarattığı feci sonuçlar sonunda kafama iyice dank etmiş olduğundan ilacı hiç aksatmıyordum. Böylece yaşamım önceden hiç tahmin etmediğim kadar istikrarlı ve güvenilir bir düzene girmişti. Duygudurumlarımda gene iniş çıkışlar oluyordu, tepem gene çok çabuk atıyordu ama ilerisi için çok daha kesin planlar yapabiliyordum artık ve karanlık dönemlerim hem sayıca azalmış hem de yoğunluk yitirmişti.

Ne olursa olsun içimdeki yaralar kapanmış değildi. Sekiz yıldır öğretim kadrosundaydım, bütün bu süre içinde -yineleyen mani krizleri ve depresyon dönemlerine karşın, kendimi öldürme teşebbüsüne, David'in ölümüne karşın, hiçbir za-

man işimi uzun süre aksatmamış, yıllardır kapanmayan yaralarımı sarmak ya da iyileştirmek amacıyla işimden, hatta Los Angeles'ten uzaklaşmamıştım. Böylece, bizim mesleğin en keyifli ayrıcalıklarından birinden yararlanmaya karar vererek bir yıllık ücretli araştırma izni alıp İngiltere'ye gittim. Yıllar önce St. Andrews'da geçirdiğim zaman gibi, bu bir yıl da harika bir nefes alma dönemi oldu benim için. Kafamı dinleyebileceğim uzun süreler vardı, Londra ve Oxford'da güzel yaşantılar vardı, bir de aşk vardı. Bütün bunlar sayesinde kalbim ve kafam yıkıntıya uğramış yaşamımın parçalarını toplayıp bir ölçüde de olsa toparlama fırsatını buldu.

İngiltere'ye gitmemin resmi akademik nedeni, ünlü Britanyalı yazar ve ressamlar arasında duygudurumu bozuklukları incelemesi yapmak ve bir meslektaşımın birlikte hazırladığım manik-depresif hastalıklar konulu ders kitabının bir bölümünü yazmaktı. Londra'daki St. George Hastanesi Tıp Fakültesi ile Oxford Üniversitesi arasında gidip geliyordum. Birbirinden çok farklı ama her ikisi de değişik yönlerden çok harika iki yaşantıydı söz konusu olan. St. George'un büyük fakülte hastanesi Londra'nın en yoksul mahallelerinden birinin ortasındaydı ve iyi fakülte hastanelerinin çoğu gibi kalabalık, hareketli ve canlıydı. 250 yıllık bir geçmişi vardı, büyük cerrah John Hunter, Edward Jenner, tıp tarihinde yer edinmiş pek çok hekim ve bilimadamı burada çalışmışlardı. Hastane aynı zamanda Blossom'un (Jenner'in çiçek hastalığı aşısı araştırmalarında kullandığı inek) son istirahatgâhıydı. Onun tüyleri epeyce dökülmüş ama gene de şahane görünlü postu tıp fakültesinin kütüphanesinde bir vitrin içinde duruyordu. Onu ilk gördüğümde -uzaktan ve gözüksüz-garip ama garip olduğu kadar güzel bir soyut tablo sandım.

Gördüğümün aslında bir inek postu, hem de öyle herhangi bir ineğin değil, tıp tarihine geçmiş bir hayvanın postu olduğunu öğrendiğimde çok keyiflendim. Blossom'un yakınında çalışmanın çok hoşuma giden bir yanı vardı; onun yanı başında çalışarak ya da çalışmaya niyetlenerek, arada bir kafamı kaldırıp onun biraz eciş bücüş ama sevimli kalıntısına bakarak, nice mutlu saatler geçirdim.

Oxford tamamıyla farklıydı. Üst düzey araştırma görevlisi olarak Merton Kolejine bağlıydım. Onüçüncü yüzyılda, Oxford'un ilk üç kolejinden biri olarak yapılan Merton'un kilisesi de, kilisenin inanılmaz güzellikteki vitrayları da aynı dönemden kalmaydı. Yüzyıl sonra inşa edilen kütüphanesi ise İngiltere'deki en önemli orta çağ kütüphanelerinden biri olmanın yanı sıra, kitapları yatay olarak sandıklarda saklamak yerine dik olarak raflara dizilen ilk kütüphaneydi. Baskı makinesinin ilk yıllarından kalma kitap koleksiyonu biraz zayıftı çünkü anlaşılan o günkü kolej yönetimi baskı makinesinin geçici bir moda olduğu, el yazması kitapların yerini hiçbir şeyin tutamayacağı kanısındaymış. Buna benzer aşırı -ve günün gerçeklerini, geleceğin olasılıklarını hiç gözönünde tutmayan- bir kendine güven Oxford kolejlerinde hâlâ egemen; o anki havanıza göre, kimi kez kızdırıyor, kimi kez de güldürüyor bu insanı.

Merton'da bana ayırdıkları suit harikaydı, futbol alanına bakıyordu; kesin bir huzur içinde okuyup (tabii büyük zorluklarla) yazabiliyordum, kolejin hizmetkârı sabahları kahvemi akşamüstleri de çayımı getiriyordu. Öğle yemeklerini hemen hergün öteki hocalarla yiyordum. Üniversite'deki bütün disiplinlerden üst düzey okutmanlar ve profesörlerden oluşan son derece ilginç, kimi kez de garip bir grup... Tarihçiler var-

dı, matematikçiler, filozoflar, edebiyat uzmanları vardı ama ben her fırsatta Sir Alister Hardy'nin yanına oturuyordum. Deniz biyolojisti olan bu kişi büyüleyiciydi, müthiş öyküler anlatmakta üstüne yoktu. Antarktika'ya yapılan ilk bilimsel araştırma yolculuklarını, o sırada kendi sürdürdüğü, dinsel yaşantıları konu alan araştırmayla ilgili görüşlerini saatlerce dinlerdim. Ortak yanlarımızdan biri William James'e duyduğumuz ilgi, bir başkası ise esrimeye varan yaşantıların özellikleriydi. Konuşurken konudan konuya atlar, edebiyattan biyolojiye, oradan teolojiye kolaylıkla ve hiç ara vermeden geçerdi.

Merton, Oxford kolejlerinin en eski ve en zenginlerinden biri olmakla kalmayıp sofrasının güzelliği ve şarap mahzeninin değeriyle de ünlüydü. Bu sebeple sık sık akşam yemeklerine de katılırdım Oxford'da. O akşamlar geçmişten birer tablo gibiydiler: Yemek başlamadan önce vişne şarabı içilir, hocalar birbirleriyle gevezelik ederler, sonra topluca sıra halinde eski ve çok güzel yemek salonuna geçilirdi. Uzun siyah cübbelerini giymiş olan öğrencilerin hocalar içeri girer girmez ayağa kalkışlarını keyifle izlerdim (gösterilen bu saygının insanın hoşuna giden bir yanı vardı, reverans âdeti belki de pek o kadar kötü değildi). Başlar öne eğilir, hocalar da öğrenciler de Latince kısa bir dua okur, sonra hepimiz kolej yöneticisinin yerine oturmasını beklerdik. Herkes oturunca büyük bir gürültü kopar, öğrencilerin kahkahaları, birbirlerine seslenmeleriyle ortalık çınılardı.

Hocaların oturduğu yüksek masada konuşmalar çok daha sessiz olurdu; klasik Oxford sohbetleri genellikle zekice, çoğu kez çok esprili ama ara sıra da pek sıkıcıydı. El yazısıyla yazılmış armalı yemek listeleri, kusursuz yemekler, harika şaraplar derken daha küçük özel bir yemek salonuna geçilir, bu-

rada hocalar kendi aralarında konyaklarını, portolarını iç-
ler, meyve ve zencefil şekeri yerlerdi. Böylesi bir yemekten
sonra insan nasıl çalışır hiç anlayamazdım ama tanıdığım
Oxford hocalarının hemen hepsi az bilinen konularda en az
dört önemli kitap yazmış olduğuna göre, bu insanların karaci-
ğer ve beyinlerinde ya kalıtımsal ya da sonradan edinilmiş
birtakım özellikler vardı herhalde. Bana gelince, şarap ve
portonun etkisi çok geçmeden kendini gösterir, son Londra
trenine zar zor yetiştikten sonra pencereden gözlerimi karan-
lığa diker, bir saat kadar başka yüzyıllara dalar, dünyalar ve
çağlar arası bir mutluluğa kendimi koyverirdim.

Haftada birkaç kez Oxford'a gidiyordum ama yaşamımın
çoğu Londra odaklıydı. Parklarda, müzelerde gezinerek çok
keyifli saatler geçiriyordum. Hafta sonlarında East Sussex'de
oturan dostlarımın evine gidiyor, Manş Denizi'ne bakan tepe-
lerde dolaşıyordum. Yeniden at binmeye başladım. Soğuk son-
bahar sabahlarının puslu havasında atımı Hyde Park'ta tırıs-
a kaldırdığımda içime şaşırtıcı bir canlılık, bir yaşama sevinci
doluyordu; hele Somerset kırlarında kâh kayın ormanlarından
kâh çayırardan geçerek dört nala gittiğimde bu duygu daha
da kuvvetleniyordu. Rüzgâra, yağmura, güzelliğe böylesine
açık olmanın ne olduğunu unutmuştum, bedenimin ve kafa-
mın uyduğunu, hatta öldüğünü sandığım kıvrımlarına yaşa-
mın yeniden sızmaya başladığını hissediyordum.

Nicedir yüzmeden sırf su üstünde kalmaya çabaladığımı,
yaşama açılacak yerde sırf acıdan uzak durarak hayatımı sür-
dürmeye uğraştığımı İngiltere'de geçirdiğim o yıl anladım.
Hastalıkların, ölümün anılarından, koşturmalı bir günlük
yaşamdan, klinik ve öğretim sorumluluklarından kaçıp kur-
tulma fırsatı, öğrenciyken St. Andrews'da yakaladığım fırsata

benzemiyor değildi: O ana dek yakalayamadığım bir huzura, kafamı toparlayabileceğim, her şeyden önemlisi, yaralarımı iyileştirebileceğim kendime ait bir yere kavuşmuştum. İngiltere'de St. Andrews'da olan büyüleyici Kelt havası yoktu ama beni bana geri verdi, içimde yeniden umut yeşermesine yol açtı. Ve aşka olan inancımı geri getirdi.

David'in ölümünü ve yaşamımdaki sonuçlarını da bir ölçüde kabullenmiştim artık. Soğuk ama güneşli bir gün Dorset'teki mezarını ziyarete gittim ve gömülü olduğu kilise bahçesinin güzelliği karşısında afalladım. Cenaze günü oraya pek dikkat etmemişim, sakinliğini, güzelliğini hiç fark etmemişim. Ölümcül sessizlik bir tür teselliydi herhalde ama insanın ille de arayacağı bir teselli olmayabilirdi. Mezarın üstüne bir menekşe demeti koydum, oturup granit taş üstüne kazılmış adının üstünde parmaklarımı gezdirdim, İngiltere'de, Washington'ta, Los Angeles'te birlikte geçirdiğimiz günleri anımsadım. Sanki çok çok eskidendi o günler ama onu hâlâ capcanlı görebiliyordum gözlerimin önünde: Uzun boylu, yakışıklı, kollarını kavuşturmuş gülüyor bir tepenin üstünde, İngiltere kırlarından birinde yürüyüşe çıktığımızda; varlığını yanı başımda hissediyordum, aynı St. Paul Katedrali'nde birlikte diz çöktüğümüzde olduğu kadar yakındı bana; kollarıyla beni sıkı sıkı sardığını, herkeslerden koruduğunu, en karanlık, en çaresiz anlarımda bana güven ve huzur aşıladığını da unutmam mümkün değildi. Bana yaptığı iyiliklerin, bana olan inancının karşılığını ödeyebilmeyi, benim iyileştigimi görebilmesini her şeyden çok istiyordum. Ama işte, aslında bir mezar taşının başında otuyordum ve her şeyden çok David'in böyle genç ölmekle neler kaçırdığını düşünüyordum. Orada bir saat kadar böyle düşüncelere dalmış oturduktan sonra birden bir şey fark ederek sar-

sıldım: İlk kez olarak, ikimizin birlikte neler kaçırdığımızı değil, yalnızca David'in neler kaçırdığını düşünmüştüm.

David beni olağanüstü bir aşkla sevmiş ve kabullenmişti; dengesiyle, iyi yürekliliğiyle bana yaşama gücü vermiş, beni kurtarmıştı ama artık o yoktu. Yaşam -onun sayesinde ve onun ölümüne karşın- sürüyordu. Ve şimdi, onun ölümünden dört yıl sonra, çok farklı bir aşk ve yepyeni bir yaşam inancı bulacaktım, yılın başlarında tanıştığım şık, havalı ve son derece hoş bir İngiliz sayesinde. Gerek kişisel gerek mesleki nedenlerden ötürü ilişkimizin o yılın sonunda bitmesi gerektiğini ikimiz de biliyorduk. Buna karşın -ya da bu yüzden- bu ilişki, dört duvar arasına sıkışmış yaşamımı, tümüyle donmuş kalbimi bir kez daha aşkla, kahkahayla, arzuyla doldurmayı başardı.

İngiltere'ye daha önceki gelişlerimden birinde, Londra'da bir yemek davetinde karşılaşmıştık ilk kez; ilk bakışta aşk dedikleri şey neyse, o gece bizim başımıza gelen de kesinlikle oydu. İkimiz de sofrada başkalarının da olduğunu fark etmemiştik sanki; ikimiz de (bunu çok daha sonra konuştuk) ömrümüzde ilk kez böylesine güçlü ve akla uzak bir duygu fırtınası içinde kendimizi kaybetmiştik. Birkaç ay sonra ben araştırma iznimi kullanmak üzere Londra'ya döndüğümde beni arayıp akşam yemeğine davet etti. Güney Kensington semtinde küçük bir evde oturuyordum, civardaki bir lokantaya gittik. İlk karşılaştığımızda parlayan duyguların bir devamıydı bu buluşma ikimiz için de. Beni böylesine kolayca, bu kadar iyi anlaması karşısında büyüledim, fiziksel olarak da müthiş etkiliyordu beni. Şişedeki şarap bitmeden çok önce ikimiz de anlamıştık ki, artık geri dönüşü olmayan bir yoldayız.

Lokantadan çıktığımızda yağmur yağıyordu, deliler gibi benim eve doğru koşarken kollarını bana doladı. Eve varıp

içeri girdiğimizde, uzun, çok uzun bir süre birbirimize öylece sarılıp kaldık. Paltosunda yağmur kokusu vardı, beni saran kolların sıklığını hissettim ve birden, kokuların, yağmurun, aşkın, yaşamın ne harika şeyler olduğunu hatırladım. Uzun süredir bir erkekle birlikte olmamıştım, bunu anladığı için bana büyük bir sabır, sevgi ve sevecenlikle yaklaştı, çok yumuşak davrandı. Elimizden geldiğince sık görüşmeye başladık. İkimiz de yoğun duygulara, karışık duygudurumlarına yatkın olduğumuzdan birbirimizi iyi anlıyor, kolay teselli edebiliyor, gerektiğinde de uzak durmayı biliyorduk. Her konuda konuşurduk. Ürkütücü olarak nitelenebilecek bir sezgi gücü vardı, akıllıydı, tutkuluydu, kimi kez de derinden melankolikti; beni kimsenin tanımadığı kadar yakından tanımıştır. Aşırı hissi durumları, farklı duygudurumlarının karmaşıklığını anlamakta güçlük çekmiyordu, çünkü kendinden biliyordu, akıldışı davranışları, çılgın hevesleri, paradoksları, değişimi, çelişkiyi anlıyor, saygıyla karşılıyordu. Şiir, müzik, gelenekler ve başkaldırı ikimizin de sevdiği şeylerdi. Bir başka ortak yanımda ise, parlak ve aydınlık olan her şeyin karanlık yüzünü, kasvetli ve ölümcül olan her şeyin de aydınlık bir yüzünü görebilmemizdi.

Aşk, arzu ve tartışmalardan oluşan bir dünya yarattık kendimize, şampanya, güller, kar, yağmur ve sayılı günlerden beslenen özel adacığımızda ikimiz için de yepyeni bir yaşam vardı. Ona her şeyimi anlatmakta hiçbir kararsızlık hissetmedim, manik-depresif hastalığım konusunda o da, David gibi, son derece anlayışlı davrandı. Ona söyledikten sonra ilk yaptığı şey yüzümü ellerinin arasına alıp iki yanağımdan öpmek oldu. "Seni sevdiğimden daha çok sevmenin imkânsız olduğunu sanmıştım" dedi. Bir süre sustuktan sonra ekledi: "Aslında pek şaşırmadım ama ataklığının yanı sıra sende fark ettiğim

belirgin kırılganlığın nedenini açıklamış oldu bu. İyi ki söyledin." İçtenlikle konuşmuştu. Rahatsız bir ânı geçiştirmek için söylenmiş sözler değildi bunlar. Bu konuşmamızdan sonra her yaptığı, her dediği sözlerini doğruladı. Kırılganlığım dediği şeyi anlıyor, her zaman hesaba katıyor ve belli bir perspektif içine yerleştiriyordu; öte yandan kendince benim güçlü özelliklerim saydığı şeyleri de seviyordu. Her ikisini de göz önünde bulunduruyor, hastalığımın getirdiği sıkıntı ve acılardan beni korurken, yaşamıma, aşkıma ve çalışmalarıma tutkulu katkılarda bulunduğunu düşündüğü yanlarını da seviyordu.

Lityum alma konusundaki sorunlarımı, bir yandan da hayatımın bu ilaca bağlı olduğunu anlattım ona. Psikiyatrinla dozu azaltmak konusunu tartıştığımızı, en çok sorun yaşıtan yan etkileri azaltmak olasılığı bakımından bunun denebileceğini düşündüğümüzü söyledim; bunu istiyordum istemesine ama mani krizine girmekten de çok korkuyordum. O ise, yaşamımın en güvenli ve korunaklı döneminde olduğum, dozu azaltmayı denemenin tam zamanı olduğu görüşündeydi. Herhangi bir zor durumda yanımda olacağını belirtti. Los Angeles'teki psikiyatrim ve Londra'daki doktorumla da bu konuyu görüştükten sonra yavaş yavaş, azar azar aldığım lityum miktarını düşürdüm. Sonuç dramatikti. Sanki yıllardır yarı-kör gezdikten sonra gözlerimin bağını çözmüş gibiydim. Dozu düşürdükten birkaç gün sonra Hyde Park'ta dere kıyısında yürürken birden fark ettim ki adımlarım eskisine oranla çok daha canlı, eskiden sanki kat kat gazlı bezi aşarak bana ulaşan sesler, görüntüler keskinleşmiş, belirginleşmiş. Ördeklerin vak vaklamaları bile daha açık seçik, daha ısrarlı, yol üstündeki tümsekler daha dikkat çekici. Gitgide canlandığımı, enerjimin arttığını hissediyordum. Hepsinden önemlisi, güç-

l k çekmeden okuyabiliyordum artık. Kısacası, mucize gibi bir şeydi.

O gece, değişken havalı, aşırı duygulu İngiliz sevgilimi beklerken yağan karı seyrediyor, Chopin ve Elgar dinliyorum. Birden müziğin ne kadar pırıl pırıl ve iç burkucu olduğunu, yağan Karı seyretmenin, onu beklemenin nasıl yoğun ve güzel bir melankoli taşıdığını algıladım. Güzelliği olduğu kadar hüznü de derinden tadıyordum. Sonunda geldiğinde -çok şıktı, resmi bir yemek davetinden dönüyordu, sırtında smokin, boynunda beyaz ipek fular vardı, elindeyse bir şişe şampanya-Schubert'in ölümünden sonra ortaya çıkan Re-majör D. 960 piyano sonatını koydum pikaba. Parçanın insanın içine işleyen şahane erotizmi beni öylesine duygulandırdı ki ağlamaya başladım. Bilmeden yitirdiğim derinliğe, iç zenginliğine ve bunlara yeniden kavuşmanın güzelliğine ağlıyordum. Bugün bile o parçayı ne zaman duysam, o akşamın harika hüznü beni çepçevre sarar ve aklı başında olmakla duyuların belli belirsiz ama korkunç uyuşması arasındaki tehlikeli dengeyi düşünürüm.

Bir keresinde, dünya ile bütün ilişkimizi kesip birkaç gün başbaşa kapanmamızın ardından, bana aşk üzerine yazılmış sözlerden oluşan bir antoloji armağan etmişti. Yalnızca o birkaç günün yoğun taşkınlığını değil, bir yerde bütün o yılın özeti-ni içeren bir dizenin de altını çizmişti:

Harika hafta sonu için teşekkürler.

Dediklerine göre yağmur yağmış.

AŞK SEYREDERKEN DELİLİĞİ

İngiltere'den ayrılmak düşüncesi içime korku salıyordu. Duygudurumlarımdaki iniş çıkışlar o güne dek bilmediğim kadar uzun bir süredir durulmuştu; kalbim yeniden canlanmıştı; ilacın dozunu azalttığımdan beri uyusukluktan kurtulmuş, St. George ve Oxford yaşantılarını daha iyi değerlendirmiş olan kafam pırıl pırıldı. Londra'daki günlerimin uyumlu ve ağır akışından vazgeçmek düşüncesi bana her geçen gün daha zor geliyordu, gecelerimi dolduran tutkuyu, yakın anlaşmayı yitirmek düşüncesi ise daha beterdi. İngiltere, içimdeki dur durak bilmeyen endişeyi, ya şöyle olsaydı, ya böyle olursa, peki neden türünden tasaları yok etmiş; öte yandan, lityum ile sürdürdüğüm savaşa, çoğu kendi kafamın ürünü olan verilerle mücadelede başka bir şey olmayan bir soruna son vermişti. Bu savaş yüzünden yitirdiğim zaman bana çok pahalıya mal olmuştu. Artık kendime geldiğimden daha fazla zaman kaybetmeyi göze alamıyordum. Yaşam, kaybetmeyi göze alamayacağım kadar değerlenmişti.

Oysa zamanı durdurmak olanaklı mı? İngiltere kışının karları eridi. İlk yazın yağmurlarıyla birlikte konyağın yerini beyaz şarap aldı. Hyde Park'ta güller açtı, atlar tırısı kalktı.

St. James Parkı'ndaki ağaçların kara kuru dallarını yarı saydam yapraklı katmer katmer elma çiçekleri sardı. Yaz günlerinin uzayan aydınlığı akşamlara çeşitli renkler kattı. Sonunda ayrılık günü geldi. Los Angeles'teki yaşamımı hatırlamakta bile zorluk çekiyordum; durumu son derece ciddi hastalarla dolu bir üniversite kliniğini yönetmenin koşturmalı, kaotik havasına dönmek, ders vermeye başlamak, özel hastalarım ile yeniden uğraşmaya koyulmak düşüncesi bana öylesine uzaktı ki. Psikiyatri seanslarının nasıl yönetileceğine dair ayrıntıları bile iyi hatırladığımdan emin değildim ki bunun nasıl yapılacağını başkalarına öğretebileyim. İngiltere'den ayrılmayı hiç istemiyordum. Bana yalnızca kötü günleri çağrıştıran, son derece zor ve çekişmeli bir akademik kariyer, bir dizi ruhsal kriz ve onları izleyen soğuk, yıpranmış, cansız dönemler, çok kötüken bile iyiymişim rolü yapmak, canım çok yanarken gülümsemek gibi zorunluluklarla özdeşleştirdiğim bir kente dönmeyi ise hiç mi hiç istemiyordum.

Neyse ki bu gibi beklentilerimde yanılmışım. İngiltere'de geçirdiğim yıl yalnızca huzurlu bir soluk alma, dinlenme dönemi olmaktan öte, beni gerçekten yenilemiş. Gördüm ki, ders vermek yeniden keyifli bir eylem olmuş, asistan ve stajyerlerin klinik çalışmalarını denetlemek çok eskiden olduğu kadar zevkliymiş. Hastalarla görüşmek ise kendi yaşantılarımdan öğrendiğim bazı şeyleri uygulamaya çalışmak fırsatını verdi bana. Uzun süreli aşırı kafa yorgunluğunun bedeli çok ağır olmuştu ama ne gariptir ki, bu bedelin ne kadar ağır olduğunu ancak iyileştikten, canlandıktan, enerjimin yerine gelmesinden sonra gerçekten fark ettim.

Böylece, çalışmalarım iyi, göreceli yolunda gidiyordu. Vaktimin çoğunu bir meslektaşım ile birlikte hazırladığım ma-

nik-depresif konulu ders kitabı üstünde çalışmakla geçiriyordum. Kısa bir süre öncesine kadar anlamakta çok güçlük çektiğim tıbbi literatürü kolaylıkla okumak, çözümlemek, aklımda tutabilmek büyük bir sevinç kaynağıydı. Ders kitabının bana ait olan bölümlerini yazarken bilim, klinik tıp ve kişisel yaşantıyı birbirine karıştırmak doyurucu bir şeydi. Kişisel yaşantılarımın yazdıklarımın kimi bölümlerini -içerik ya da vurgulama açısından- biraz fazla etkilemesinden çekiniyordum ama birlikte çalıştığım meslektaşım benim hastalığım-dan haberdardı. Ayrıca pek çok başka hekim ve bilim adamı da yazdıklarımızı gözden geçiriyordu. Gene de, belirli bir fenomenoloji ya da klinik uygulama noktasını vurgularken kendi başımdan geçen olaylardan fazlaca etkilendiğimi hissediyordum. Yazdığım pek çok bölüm -intihar eğilimi, ilacı kabullenmemek, çocukluk ve gençlik yaşantıları, psikoterapi, klinik tanımlama, yaratıcılık, kişilik ve kişiliklerarası davranışlar, düşünce bozuklukları, algılama, kavrama- bu alanların, konunun uzmanlarınca yeterince dikkate alınmadığına olan inancı yansıtıyordu. Epidemioloji, aşırı alkol ve ilaç kullanımı, manik-depresif durumların değerlendirilmesi gibi öteki bölümlerde ise, var olan psikiyatrik literatürün daha nesnel bir değerlendirmesini yapıyordum.

Klinik tanımlama bölümünde -manik ve hipomanik durumların, depresif ve karışık durumların, bu klinik koşulların, gerisinde yatan siklotimik özelliklerin temel açıklamasını içeren bölüm- yazdıklarımaya dayanak olarak yalnızca Prof. Emil Kraepelin gibi klasik hekimlerin ve bu alanda veri dayanaklı pek çok klinik araştırmacıların incelemelerini değil, manik-depresif hastaların kendi elleriyle yazdıklarını ele aldım. Bu metinlerin çoğu yazarlar ve sanatçılar tarafından ka-

leme alınmış, kendi manilerini, depresyonlarını ya da karışık durumlarını en can alıcı noktaları ön plana çıkararak betimleyen parçalar. Geri kalanlar ise, benim hastalarımın anlatımları ya da psikiyatrik literatürde yer etmiş başka pasajlardı. Birkaç yerde de, yıllar boyu kendi başımdan geçenler üstüne, bir gün eğitimde kullanmak amacıyla aldığım notlara da yer verdim. Sonuçta, klinik incelemeler, bulgu gözlemleri, Avrupa tıp literatüründe geçen klasik klinik tanımlamaların yanı sıra şiirlerden, romanlardan, manik-depresif hastalığı çekmiş kişilerin yazdığı biyografilerden alıntılar da yer alıyordu yazdığım bölümlerde.

Hem kişisel hem de klinik deneyimlerimden dolayı sık sık yinelediğim, üstünde önemle durduğum şeyler vardı: Manik-depresif hastalığın korkunç ölümcüllüğü, karışık manik durumlarda başgösteren müthiş ajitasyon, hastaların duygudurumlarını denetleyecek ilaçlar almak konusundaki çekingenlikleriyle baş edebilmenin önemi. Daha akılcı, nesnel ve akademik bir biçimde yazabilmek için kendi duygularıma, geçmişime uzaktan ve dışardan bakmak zorunluluğu hoşuma gidiyordu, ayrıca başımdan geçmiş fırtınaları belli bir yapısallığa oturtmaya, nesnelleştirmeye zorluyordu beni. Alanın bilimsel yönüne eğilmek, çoğu kez heyecan verici olmasının ötesinde, yeni tedavi yöntemleri açısından gerçekçi umutlar içeriyordu. Çok güçlü ve karmaşık duygular ve davranışların dayanılmaz sıkıcılıkta birtakım teşhis terimlerine indirgenmesi kimi kez insanın sinirine dokunsa da, klinik tıbbın hızla ilerleyen bir dalındaki yeni buluş ve yöntemlerin heyecanına kapılmamak elde değildi.

Bitmez tükenmez veri tabloları geliştirmenin gerektirdiği disiplin ve hatta saplantı gittikçe garip bir biçimde hoşuma

gitmeye başladı. Rakamları, yüzdeleri birbiri ardına çizelgele-
re sıralamanın, çeşitli incelemelerde kullanılan yöntemleri
eleştirmenin, ele alınan sayısız makale ve kitaptan bütünsel
bir anlam çıkarmaya çalışmanın insanı yatıştıran, rahatlatıcı
bir yanı vardı. Tıpkı çocukluğumda korktuğum ya da bir şeye
bozulduğum zamanlarda yaptığım gibi sorular soruyor, bunla-
rın cevaplarını elimden geldiğince bulmaya çalışıyor, sonra
yeni yeni sorular üretiyordum; bunun endişelerden uzaklaş-
manın, bir anlayış çerçevesi kurmanın en iyi yolu olduğunu
öğrenmiştim.

Lityum dozunu azaltmanın sonucu olarak yalnızca daha açık
seçik düşünmeye başlamamıştım, aynı zamanda yaşamıma ye-
ni bir canlılık, yaşantılarıma daha bir yoğunluk gelmişti; bu
unsurlar bir vakitler normal doğamın nüvesini oluşturmuşlar-
dı, bunların yokluğu ise çevreme gösterdiğim tepkilerde ko-
caman kocaman delikler açmıştı. Yüksek doz lityum sonucu
duygudurumlarım: davranışlarım çok sert ve kesin biçimde
belirlenmişti, bu nedenle strese karşı yeterince dirençli değil-
dim; oysa kafamın da duygularımın da esnekleşmesini sağla-
yan düşük doz, binaları depremden korumayı amaçlayan Ca-
lifornia inşaat yasaları gibi bir etki göstermişti. Böylece, ilk
bakışta garip görünmesine karşın, gerek düşüncelerimde ge-
rek duygularımda bir sağlamlaşma söz konusuydu. Yavaş ya-
vaş, çevreme bakmaya başladığımda anladım ki pek çok in-
san böylesi bir dengeye, kestirilebilir davranışlara sahip ve
bunu ömürleri boyunca olağan karşılıyorlar.

Üniversite okuduğum yıllarda kör bir öğrenciye özel is-
tatistik dersi verirdim; kılavuz köpeğiyle birlikte haftada bir

psikoloji binasının bodrum katındaki odama gelirdi. Onunla çalışmak, bana çok kolay ve olağan gelen şeyleri yaparken ne kadar zorluk çektiğini görmek, köpeğiyle arasındaki olağanüstü yakın ilişkiyi izlemek beni çok etkilemişti. Köpek, odaya kadar ona yol gösterdikten sonra hemen ayaklarının dibinde kıvrılıp uykuya daldı. Dönem ilerledikçe, kör olmanın nasıl bir duygu olduğunu ona soracak kadar rahatlardım. Hem kör, hem genç, hem California Üniversitesi öğrencisi olmak nasıl bir şeydi? Öğrenimini ve yaşamını sürdürmek için başkalarına bağımlı olmak nasıl bir şeydi? Birkaç ay sonra, onun yaşamının nasıl olduğuna dair az da olsa bir fikir edinebildiğime inandırmıştım kendimi. Derken bir gün, özel dersimiz için benim odamda değil de üniversite kütüphanesinin körlere ayrılmış olan bölümünde buluşmamızı önerdi.

Söz konusu salonu bulmakta biraz güçlük çektim, tam içeri girecekken dehşet içinde durakaldım. Salon hemen hemen tümüyle karanlıktı. Kesin bir sessizlik vardı, ışıklar yakılmamıştı, oysa içerde en az yarım düzine öğrenci vardı; kimisi kitaplarının üstüne eğilmişler, kimisi de profesörlerinin teybe aldıkları derslerini dinliyorlardı. Gördüğüm sahnenin garipliği karşısında ürperdim. Geldiğimi işiten öğrencim yerinden kalktı, elektrik düğmesine doğru giderek ışıkları benim için yaktı. Böyle ani algılama anları vardır, o an hiçbir şeyi anlamamış olduğunuzu, karşınızdaki kişinin dünyası hakkında hiçbir şey bilmediğinizi kavrarsınız. Ben de, yavaş yavaş daha dengeli duygudurumları dünyasına ve daha kestirilebilir bir yaşama adım atarken anladım ki bu dünyayı pek az tanıyorum ve böyle bir yerde yaşamının nasıl olacağı hakkında gerçek bir fikrim yok. Normal dünyaya pek çok bakımdan yabancıydım.

İnsanın aklını başına getiren bir düşünce bu ve de iki yanı keskin bir bıçak gibi bir şey. Duygudurumlarım hâlâ sık sık değişiyordu, ender de olsa başdöndürücü, uçurum-kıyısı yaşantılar geçiriyordum; beyaz mani olarak adlandırdığım bu durumlarda lityum almamı uzun süre zorlaştıran yoğun, uçuk bir coşkunlukla, kendime ve amaçlarıma kesin bir güvenle, çağlayan gibi akan yeni yeni fikirlerle doluyordum. Ama ardından kaçınılmaz olarak kapkara bir bitkinlik sarıyordu beni. Her türlü zevki, umudu, yeteneği yok edebilecek kötü bir hastalığım olduğu gerçeğini kabullenip aklımı başıma toplamak zorunda kalıyordum. Çoğu meslektaşımın üstünde bile durmadan yaşadığı gündelik dengeye gıpta etmeye başladım. Ayrıca, sırf kafamı su üstünde tutmak için harcadığım çabanın ne kadar tüketici ve ön planda olduğunu fark ettim. Uçuşa geçtiğim günler, haftalar boyu çok iş çıkardığım bir gerçekti ama bir başka gerçek de o dönemlerde ürettiğim yeni projeleri, yaptığım bağlantıları, verdiğim sözleri kötü günler geldiğinde sürdürmek, yerine getirmek zorunluluğuydu. Hiç durmadan kendi beynimin kuyruğunu kovalıyor, yeni yeni duygudurumlarına, yeni yeni yaşantılara dalıyor, sonra da çıkmaya çabalıyordum. Yenilikler "yeni" olma niteliğini ve parıltısını kaybediyor, derinliğine inilmeden üst üste yığılan yaşantılar anlamsızlaşıyordu.

Duygudurumlarımın iniş çıkışlarında eskisi kadar aşırılıklar yoktu ama çok belirgin olmasa da kesintili bir istikrarsızlığın yaşamıma yerleştiği açıktı. Nihayet, yıllar sonra, artık kendim de inanmıştım ki belirli bir entelektüel dengeye kesinlikle ihtiyacım var; ancak, kalbimin derinlerinde bir yerde gene de inanıyordum ki yoğun ve sürekli aşk yalnızca biraz fırtınalı tutkuların yer aldığı iklimlerde gerçekleşebilir. Bu da,

doğası büyük ölçüde benimkine benzeyen bir erkekle birlikte olabileceği duygusunu pekiştiriyordu bende. Duygu yoğunluğunun, kaosun uzun süreli aşkın yerini tutamayacağını, bunların gerçek yaşamda ille de bir gelişme anlamına gelmediğini kavramakta geç kaldım. Normal insanlar her zaman can sıkıcı değillerdir. Tam tersine. Kolay alev alan tutku, çoğu kez daha romantik, daha çekicidir ama sürekli bir duygu ve yaşantı bütünlüğünden daha üstün değildir ille de (ayrıca hepsi birarada olamaz diye bir kural yoktur). Tabii bunlar insanın dostluklar ve aile ilişkileri konusunda içgüdüsel olarak taşıdığı inançlardır, iş romantik ilişkilere geldi mi bu kadar açık seçik olmayabilirler, çünkü o tür ilişkiler insanın kendi civamsı duygularını, doğasını büyülterek yansıtır. Aşkın bizlere sunduğu olanakları -sağlamlığını, büyümesini- büyük bir zevkle, epeyce de acıyla öğrenmemi sağlayan kişi, nerdeyse on yıldır birlikte yaşadığım kocamdır.

Richard'la ilk kez Washington'da bir Noel partisinde tanıştım; hiç de beklediğim kişi gibi çıkmadı. Onu giyaben tanıyordum -kendisi ünlü bir şizofreni araştırmacısı, Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü'nün nöropsikiyatri bölümünün başkanı ve yedi yüzden fazla bilimsel makale ve kitabın yazarıdır- ama dev bir Noel ağacının altında konuşmaya başladığım yakışıklı, iddiasız, sessiz sedasız bir sevimliliği olan adamın o önemli kişi olabileceği aklıma gelmezdi. Yakışıklılığının yanı sıra çok hoşsohbetti, tanışmamızı izleyen aylarda sık sık buluştuk. Karşılaşmamızın üstünden bir yıl geçmeden, UCLA'dan bir kez daha ücretli araştırma izni alarak altı aylığına Londra'ya gittim, sonra yeniden Los Angeles'e dönerek izin sonrası yükümlülüklerimi yerine getirip Washington'a taşınmak için gereken hazırlıklarımı yaptım. Kısa ama son derece inandın-

cı bir "sevgililik" dönemi yaşamıştık. Onunla birlikte olmak çok hoşuma gidiyordu. İnanılmaz zekiydi, hayal gücü müthiş genişti, alışmadığım ölçüde açık görüşlüydü ve geçinilmesi çok kolay bir insandı. İlişkimizin ilk günlerinde anladım on-suz yaşayamayacağımı. Sürekli öğretim üyeliğinden istifa ederken çok sevdiğim California Üniversitesi'nden ayrılmak-tan gerçekten üzüntü duydum, böyle güvenli bir gelir kayna-ğından vazgeçmenin yaratacağı parasal sorunlardan da endişe duymuyor değildim. Meslektaşlarımın, dostlarımın, öğrenci-lerimin verdikleri veda partilerine gittiğimde içlendim biraz ama aslına bakarsanız Los Angels'ten ayrıldığım için pek pişman değildim. Orası benim için hiçbir zaman "Melekler Kenti" olmamıştı ki zaten. Masumiyetimi tümüyle yitirdiğim, aklımı sık sık kaybedip sonra bölük pörçük topladığım, ölü-mün kıyısından döndüğüm bu kenti önce binlerce kilometre aşağıda, sonra binlerce kilometre uzakta bırakmak bana yal-nızca mutluluk veriyordu. California'da sürdürdüğüm yaşam genellikle iyi, hatta kimi kez harika olmuştu belki ama Was-hington'da yaşamak üzere yola çıktığımda bunu hatırlayacak halim yoktu. Vaadedilmiş Toprak'ın sunduğu ama benim bir türlü ulaşamadığım, son derece karmaşık şey her neydiyse ay-nı adlandırıldığı gibiydi: Vaadedilmiş.

Richard ile ikimiz Georgetown'da bir eve yerleştik ve sağduyunun bize çok önceden haber vermiş olması gereken bir şeyi hızla doğruladık: Biz birbirimize hiç benzemiyorduk. O, ağırkanlı bir insandı, bense delikanlı; benim içime işleyen bazı şeyler onun kıyısından, dikkatini bile çekmeden gelip geçiyordu; o kolay öfkelenmiyordu, benimse tepem çabucak atıyordu; dünyada olup bitenler onu pek az etkiliyor, çoğu kez hiç etkilemiyordu, bense zevki de acıyı da çok derinden tadı-

yordum. Aslında pek çok bakımdan çoğunlukla ılımlı bir adamdı; ben daha çabuk inciniyor, daha çabuk anlıyor ve belki de kaçınılmaz olarak birbirimizde açtığımız yaraları sarmak için daha çabuk harekete geçiyordum. Yaşamımın vazgeçilmez dayanakları olan konserler, opera, uzun uzun konuşmalar, üç günden fazla süren tatiller onun için birer işkenceydi. Tamamıyla uyumsuz bir çifttik. Ben ya binbir çılgın hevese kapılıyor ya da kapkara umutsuzluklara düşüyordum; genelde düzenli bir duygusal güzergâh üstünde yürüyen Richard, benim civamsı duygudurumlarımla baş etmekte -daha da beteri, bunları ciddiye almakta- güçlük çekiyordu. Benimle ne yapacağı hakkında en ufak bir fikri yoktu. Dalıp gittiğinde ne düşündüğünü sorsam, hiç ölümden, insanlığın durumundan, ilişkilerden ya da bizden söz etmezdi; genellikle bilimsel bir problemi, kimi kez de bir hastasının durumunu düşünüyor olurdu. Ben yaşama nasıl romantik bir coşkuyla yaklaşıyorsam, o da bilime ve tıp mesleğine öyle yaklaşıyordu.

Uzayan akşam yemekleri boyunca şarap kadehinin üstünden gözlerime derin derin bakmayacağı, gece yarısından sonra kahve ve porto içerek benimle edebiyat, müzik tartışmalarına girmeyeceği baştan beri belliydi. Aslına bakarsanız, oturduğu yerde uzun süre *oturamayan* bir adamdı, dikkat süresi ölçülebilir değildi, pek içki içmez, ağzına kahve koymazdı, ilişkilerin karmaşıklığı olsun, sanatın doğruları olsun onu pek ilgilendirmiyordu. Şiire tahammül edemediği gibi, benim gün boyu amaçsız görünen gezinmelerimi, hayvanat bahçesine, sanat galerilerine gitmemi, köpeğimle -Pumpkin adında son derece tatlı, tümüyle bağımsız, aşırı utangaç bir av köpeği- dolaşmamı, arkadaşlarımla kahvaltı ya da öğle yemeğinde buluşmamı gerçekten büyük şaşkınlıkla karşılardı. Gene de,

birlikte yaşadığımız bunca yıldır ne Richard'ın bana olan sevgisinden, ne de benim ona olan sevgimden kuşku duymadım. Yaşam gibi aşk da küçükken bize inandırıldığından çok daha garip, çok daha karmaşık bir şey. Ortak entelektüel ilgi alanlarımız -tıp, bilim, psikiyatri- çok güçlü bir bağ oluşturuyor? aramızdaki temel ve davranışsal farklar ise ikimize de geniş kapsamlı bir bağımsızlık sağlıyor. Yıllar yılı bizi birbirimize sıkı sıkı bağlayan da bu oldu. Richard ile olan yaşamım güvenli bir liman gibi: Sevgiyle, sıcaklıkla dolu ama her zaman açık denize yakın çok ilginç bir yer. Ancak, büyüleyiciliğini ve güvenliğini yitirmeyen her liman gibi, oraya ulaşmak için fırtınalı denizlerden geçmek gerekti.

Tanışmamızdan kısa bir süre sonra Richard'a ilk kez manik-depresif hastalığımдан söz ettiğimde, yumruk yemiş gibi oldu. San Diego'daki Del Coronado Oteli'nin büyük yemek salonundaydık o sırada; yemekte olduğu hamburgeri ağır ağır tabağına bıraktı, gözlerimin ta içine baktı ve birazcık kuru bir sesle, "Bu pek çok şeyi açıklığa kavuşturuyor" dedi. Fevkalâde yumuşak davrandı. Aynı David Lauire'nin yapmış olduğu gibi, hastalığımın seyri ve yaşamımı nasıl etkilediği konusunda bir sürü soru sordu bana. Belki ikisi de hekim olduklarından, o da ard arda daha çok tıbbi sorular sordu: Mani krizine girdiğimde belirtiler nelerdi, depresyonlarım ne kadar kötüydü, hiç kendimi öldürmeye kalkmış mıydım, geçmişte hangi ilaçları almıştım, şimdi ne alıyordum, yan etkileri var mıydı? Her zamanki gibi ölçülü ve yatıştırıcıydı, eğer daha derin kaygıları vardıysa bunları kendine saklayacak kadar akıllı ve iyi yürekliydi.

Ama benim de çok iyi bildiğim gibi, soyut düzeyde anlayışlı olmakla bunu günlük ilişkilerdeki anlayışlı davranışlara

yansıtmak arasında fark vardı. Bu hastalığı çekmeyen birinin olayı gerçekten anlayamayacağına dair derin ve özlü kuşkularım var. Sonuçta, insanın çaresizce arzuladığı türden bir kabullenmeyi başkalarından beklemesi pek akla yakın değil. Bir tedirginlik, yıpranmış bir duygudurumu öfkeye, şiddete ya da psikoza dönüştüğünde, Richard da pek çok kişi gibi beni bir hasta olarak görmekte zorlanıyor, inatçı, aşırı sinirli, akıl-dışı davranan ya da kısaca can sıkıcı bir kadın olarak görüyor. Ben denetimimi kaybettiğimi algılıyorum ama aynı anda o benim bilinçli ve korkutucu bir davranış içinde bulunduğu mu düşünebiliyor. Bu durumlarda duyduğum çaresizliği, acıyı ona iletmem mümkün değil; daha da beter olan ise yaralayıcı davranışları, kullandığım korkunç sözleri sakinleştikten sonra unutabilmek. Müthiş ajitasyon içinde geçen, yırtıcı, vahşi yanları olan bu korkunç kara mani krizlerini anlamak Richard için elbette çok zor; benim bunlara bir açıklama getirmem ise en az o kadar zor.

Aşk ne kadar büyük olursa olsun deliliği düzeltemez, insanın kara duygudurumunu aydınlatamaz. Aşk yardımcı olabilir, çekilen acıları daha dayanılır hale getirebilir ama varsa da yoksa da ilaca mahkûmsunuz. İlacın ne zaman iyi gelip ne zaman gelmeyeceği ya da almayı sürdürmeye dayanıp dayanamayacağınız da belli değildir. Öte yandan, deliliğin getirdiği aşırı kuşkuculuk, amansız karamsarlık, dirliksizlik, dengesiz davranışlar, hepsinden çok da şiddetli, yırtıcı duygudurumları aşkı kolaylıkla öldürebilir, çoğu kez de öldürür. Hüzünlü, uyuşuk, ağır aksak geçen, insanın zırt pırt parlamadığı depresyonla baş etmek daha kolaydır. Sessiz bir melankoli öteki kişileri tehdit etmez, normal kafaların anlayamayacağı kadar garip değildir; oysa aşırı öfkeli, şiddet eylemli, sinir bozucu bir

çaresizlik hem tehditkâr hem de akla sığmazdır. Geçirdiğimiz deneyimler ve aşkımız, zaman içinde bize çok şey öğretti manik-depresif hastalıkla baş etmek konusunda. Kimi kez gülerim, onun soğukkanlılığının bana günde üç yüz miligram lit-yum kadar iyi geldiğini söylerim; bir ihtimal doğrudur bu. Kimi kez en korkunç en yıkıcı, kıyıcı hallerimden birine girdiğimde Richard'ın sakin varlığını yanımda hissedirim ve aklıma Byron'un harika dizeleri gelir. Gözüne hızla katarakt in-mekte olan birinin gökkuşağını tanımlaması: "Bir ölü yatağının başındaki Umut gibi / Her yanda her şey yırtılmış-ken / Deliren suların yanıbaşında" gökkuşağı sakindir.

*İşkence ve ıstırapla dolu bir sahnede,
Aşk seyreder deliliği bakışını değiştirmeden.*

Aşk iyileştirmese bile çok iyi bir ilaçtır gene de. John Donne'un da yazdığı gibi, belki bir zamanlar sandığımız ya da umduğumuz kadar saf ve soyut değildir aşk ama dayanıklıdır ve büyüyebilir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
DURULMAYAN BİR KAFA

DELİLİK TEN SÖZ EDERKEN

Washington'a yerleşmek üzere Los Angeles'ten ayrılmadan kısa bir süre önce ömrümde okuduğum en aşağılayıcı, en küfür dolu mektubu aldım. Bu mektup bir meslektaştan ya da bir hastadan gelmiyordu. Yapacağım bir konuşmanın ilanını görmüş, konuşmamın başlığında "delilik" sözcüğünü kullandığım için bana çok fena kızmış bir kadın tarafından yazılmıştı. Benim duyarsız ve kaba olduğumu, manik-depresif gibi korkunç bir hastalığı çekmenin ne olduğu hakkında besbelli hiçbir fikrim bulunmadığını söylüyordu. Akademik kariyer merdiveninin basamaklarını tırmanırken ruhsal hastalık çekenlerin üstüne basıp geçmekte hiçbir sakınca görmeyen biriymişim ona göre. Mektubun saldırgan insafsızlığı beni çok sarstı, epey sinirlendim ama sonra oturdum, deliliğin dili hakkında uzun uzun düşündüm.

Ruh ve akıl hastalıklarını tanımlamak ve tartışmak için kullanılan dilde pek çok şey -tanılama, bayağılık, klinik anlatım ve leke- birbiriyle kesişerek karmaşa, yanlış anlaşımı yaratıyor ve zamanla geleneksel sözcük ve deyimlerin içi boşalıyor. "Deli", "manyak", "çatlak", "çılgın", "tımarhanelik" gibi sözcükler, akıl hastalığı olanların duygu ve haklarına karşı

gittikçe duyarlılaşan bir toplum içinde hangi konumda yer alıyorlar, bu pek açık seçik değil. Örneğin birtakım anlamlı, çoğu kez mizahi deyimler -"bir tahtası eksik", "keçileri kaçırmış", "beynini yemiş" gibi- dilin modaya göre değişen "doğru" ve "kabul edilebilir" kategorilerinin dışında mı kalacaklar?

Şiddetli bir mani krizi dolayısıyla hastaneye yatmış olan bir arkadaşım, salıverilmeden hemen önce bir grup-terapisi seansına katılmaya zorlanmıştı. Bir tür bilinç-yükseltme amacıyla yapılan bu seansta yakında normal yaşama dönecek olan hastalara, "kaçık", "çatlak", "mankafa", "üşütük", "man-yak" gibi sözcükler kullanmamaları, yanlarında başkalarının kullanmasına da izin vermemeleri tavsiye edilmişti çünkü bu tür sözcüklerin kullanımı "öz-benliğe verilen değeri azaltmak, kendi kendine leke sürmek" eğilimi taşıyordu. Arkadaşım verilen bu dersi aşağılayıcı ve saçma bulmuştu. Ama acaba sahi-den öyle miydi? Bir yandan son derece iyi niyetli düşünülmüş, profesyonelce ama belki biraz fazlaca işgüzarlıkla yapılmış bir tavsiyeydi bu: Söz konusu kelimeleri kötü bir bağlamda ya da kötü bir ses tonuyla duymanın verdiği acı keskindir, önyargılı, duyarsız konuşmaların anısı çabuk silinmez. Ayrıca bu tür konuşmaların yapılmasına göz yummak, uyardıktan ya da düzeltmeden geçiştirmeye çalışmak insana acı çektirmekle kalmaz, iş bulma, sigortalanma, toplum içinde yer edinme olanaklarını da dolaylı dolaysız etkiler.

Öte yandan, yüzyıllardır kullanılagelmiş sözcükleri, deyimleri kategorik olarak reddetmenin, halkın bu konudaki fikirlerini fazlaca etkileyeceği de kuşkuludur. Son derece zor durumlara sanki kolay çözümler varmış izlenimini uyandırabilir. Üstelik, mizah ve ironinin öz-benlik geliştirmede, top-

lumsal değişimde oynadığı olumlu rol de dikkate alınmamış olur. Şurası açıktır ki anormal ruhsal durum ve davranışların dile getirilmesinde özgürlüğe, çeşitliliğe, espiye ve dobra konuşmaya gereksinme vardır. Aynı ölçüde açık olan bir başka şey ise halkın akıl hastalığını algılayışının derinden değişmesini sağlama gereğidir. Sorun bağlam ve vurgulama sorunudur aslında. Örneğin bilim son derece sahih ve kesin bir dil gerektiriyor. Ne yazık ki çoğu kez halkın korku ve yanlış anlamaları, bilimin gereksinimleri, harcıâlem psikolojinin saçmalıkları ve ruh sağlığı savunucularının hedefleri hep birbirine karışıyor ve ortaya bölücü bir kargaşa çıkıyor.

Buna verebileceğim en iyi örnek, günümüzde yaygın olarak kullanılmaya başlanan bir terim yüzünden ortaya çıkan karışıklık. *Bipolar disorder* (çift kutuplu bozukluk) Amerikan Psikiyatri Derneği'nin yayımladığı resmi teşhis sistemi olan Tanı-İstatistik Elkitabı (DSM-IV) tarafından tarihi "manik-depresif hastalık" yerine kabul edilmiş bir terimdir. Ben kendimi hep bir manik-depresif olarak görüyorsam da, benim için konulan resmi DSM-IV teşhisi şudur: "Birinci derecede çift kutuplu bozukluk, tekrarlı, akut, psikoz bağlantılı; krizler arası tam iyileşme" (bu arada, DSM-IV tanısai kriterlerden pek çoğunu "yerine getiriyor"muşum ama benim en sevdiğim belirti "zevk içeren faaliyetlere aşırı düşkünlük"). Tabii ki, hem klinik hem de araştırma çalışmaları sürdüren biri olarak, klinik ve bilimsel incelemelerin doğru ve güvenilir olabilmesi için DSM-IV'ün özünü oluşturan sahih bir dil ve belirgin tanısai kriterlere gereksinme olduğunu kabul ediyorum. Kullanılan dil ne kadar hoş ve şiirsel olursa olsun, öznel ve sahih değilse hiçbir hastaya ya da ailesine yararlı olamaz. Öte yandan, bir insan ve hasta olarak, "çift kutuplu" deyimini ne-

dense son derece itici buluyorum: Sözde adını koyduğu hastalığı küçümsüyor, anlaşılmasını zorlaştırıyor gibime geliyor. Bence "manik-depresif" tanımlaması hastalığın hem özelliklerini hem de ciddiyetini daha bir yakalıyor, olayın gerçekliğinin üstünü örtmeye yeltenmiyor.

Hekimlerin çoğunluğu, hastaların pek çoğu "çift kutuplu bozukluk" yaftasının "manik-depresif hastalık"tan daha az utandırıcı, daha az damgalayıcı olduğu görüşündeler. Belki öyledir ama belki de değildir. Bu hastalığa, çeken kişilerin tercih ettikleri terimi kullanmaya hakları var kuşkusuz. Ama akla hemen iki soru geliyor: "Çift kutuplu" terimi tıbbi açıdan tam olarak doğru mu ve bir hastalığın adını değiştirmek onu daha kolay kabullenilir hale getirir mi? Birinci sorunun yanıtı: Evet, yalnızca depresyon geçirmiş birinden farklı olarak, kişinin hem mani, ya da hafif mani hem de depresyon geçirdiğini anlatması açısından bu terimin doğru olduğu söylenebilir. Ancak, duygudurumu bozukluklarını çift kutuplu ve tek kutuplu olarak kategorilere ayırdığımızda, depresyon ve manik-depresif hastalık arasında klinik ve nedensel bir ayırım yapmış oluyorsunuz ki, böylesi bir ayırım açık seçik olmadığı gibi bilimsel dayanaktan yoksundur. Aynı biçimde, sanki depresyon kendi kutbuna çekilmiş nazik nazik oturuyormuş, mani ise tertipli ve temkinli bir biçimde öteki kutba yerleşmişmiş izlenimi uyandırıyor. Oysa iki klinik durumu böylesine kesin biçimde kutuplaştıran görüş, manik-depresif hastalığın iniş-çıkışlı, fokurdayan özellikleri hakkında bildiğimiz her şeye ters düşüyor; maninin eninde sonunda depresyonun aşırı bir biçimi olup olmadığı sorusunu tümüyle gözden kaçırıyor, karışık manik ve depresif durumların önemini küçümsüyor. Ne ki, bu tür karışık manik ve depresif durumlar çok

yaygın ve klinik olarak çok önemli oldukları kadar, söz konusu hastalığın geri planını oluşturan pek çok kritik teorik sorunun temelinde yatmaktadır.

Bir soru daha geliyor akla: Sonuç olarak akıl hastalıklarını ımtanç verici, lekeleyici olmaktan kurtarmak için basit terim değışiklikleri yeterli midir, yoksa asıl gerekli olan halkı bu konuda ısrarlı biçimde eğitme çabalarına girmek, lityum gibi, çeşitli antidepresan, antipsikoz ilaçlarıyla başarılı tedaviler gerçekleştirmek, başarılı tedavi yöntemlerine halkın ve medyanın dikkatini çekmek (örneğin depresyon konusunda kamuoyunda Prozac'ın uyandırdığı etki gibi); akıl hastalıklarının genetik ve biyolojik nedenlerini araştırıp bulmak; PET ve MRI (manyetik rezonans imgeleme) gibi beyin taramalarıyla bu tür bozuklukların somut varlığını ve yerlerini gözler önüne sermek; ruhsal hastalıklara tıbbi inanırılık sağlayacak kan tahlil yöntemleri geliştirmek; öte yandan birtakım yasal düzenlemelerle (örneğin Özürlü Amerikalılar Yasası gibi) yürürlüğe girecek herhangi bir sağlık reformu hareketinde öteki tıbbi hastalıklarla eşitlik sağlamak gibi çabalar mıdır? Ruh ve akıl hastalıklarına yaklaşımlar ağır ağır olsa da değışmektedir ve bu büyük ölçüde şu üç unsurun biraraya gelmesi sayesinde olmaktadır: Başarılı tedavi, savunma mekanizması, yeni yasalar.

En belli başlı ruh sağlığını savunma grupları, öncelikle hastalar, onların aileleri ve ruh sağlığını meslek edinmiş kişilerden oluşmaktadır. Bu gruplar halkı, medyayı ve gerek bölge gerek ulusal hükümetleri eğitme açısından özellikle etkili olmuşlardır. Bu grupların tavırları ve hedefleri birbirinden farklı olsa da, her biri binlerce hastaya ve ailelerine doğrudan destek sağlamışlar; yeterlik ve saygı konusunda ısrarlı davranarak (bu iki özelliğe sahip olmayan psikiyatr ve psikologları

açıkça boykot ederek) kendi çevrelerinde tıbbi bakımın düzeyini yükseltmişler; çeşitli yöntemlerle Kongre üyelerini zorlayarak (Kongre üyelerinin pek çoğunda da duygudurumu bozukluklarına, ailelerinde ruhsal hastalıklara rastlandığını burada eklemek gerekir) araştırma ödeneklerini artıracak, psikiyatrik hastalıklara eşitlik sağlayacak, iş bulma ve sigortalanma konusunda ruh ve akıl hastalarına ayrımcılığı önleyecek yasalar çıkarttırmışlardır. Bu gruplar -tedavi olanağı sağlayan hekim ve bilim adamları ile birlikte- bizim gibi psikiyatrik hastalıklar çekenlerin (kendimize ister deli diyelim, ister deli diyenlere protesto mektupları yazalım) yaşamını kolaylaştırmakta büyük katkılarda bulunmuşlardır. Onlar sayesinde ki, bugün durumumuzu (ve insanlığın durumunu) tartışacak, hatta dil incelikleri üzerinde duracak lükse kavuştuk.

SANCILI SARMAL

Toplantı salonunun arka kapıya yakın bir yerinde (gerekirse kaçabilmek amacıyla) oturmuş olan Jim Watson iskemlesi üstünde kıpır kıpırdı, kısılmış gözleriyle dikkatle çevresini tarıyor, esniyordu. Başının üstünde kavuşturduğu ellerinin parmaklarını tedirgince birbirine vuruyordu, oradan oraya atlayan dikkatini kimi kez konuşan kişinin sunduğu verilere çeviriyor, kimi kez New York Times gazetesine göz atıyor, arada kendi kafasının içinde gezegenlerarası yolculuklara çıkıyordu. İcini sıkkan bir konuyla ilgileniyormuş gibi görünmek Jim'in harcı değildi, dolayısıyla o anda anlatılan bilimsel gerçekleri -manik-depresif hastalığın genetiği ve moleküler biyolojisi- mi düşünüyordu, yoksa politikaya mı, dedikodulara mı, aşka mı, mimariye mi, tenise mi, kafasını ve kalbini o sırada meşgul eden kimbilir hangi tutkulu heves ise ona mı dalıp gitmişti, anlamak olanaksızdı. Gergin ve son derece dobra biri olduğundan insanların tutkulu yanlarını ortaya çıkarmada üstüne yoktur. Ben, şahsen, onu büyüleyici ve harika buluyorum. Jim kelimenin tam anlamıyla bağımsızdır ve gittikçe tatsızlaşan dünyamızda, atlar arasında bir zebra gibi dikkat çeker. İnsan, yaşamın yapısının keşfine bulunduğu katkılar-

dan dolayı Nobel Ödülü kazanmışsa aklına eseni yapması, bağımsız olması epeyce kolaydır diye düşünebilirsiniz tabii. Öte yandan, zaten böyle bir kişiliği -gergin, coşkulu, hayal gücü geniş, rekabetçi ve ikonoklastik- olmasaydı, DNA'nın yapısını öğrenme peşine düşmezdi herhalde.

Jim'in elle tutulacak ölçüde yüksek enerji düzeyi aynı zamanda çok çekicidir; gerek entelektüel gerekse fiziksel hızı insanı kimi kez yorgun düşürebilir; akşam yemeği sofrasında yapılan tartışmalarda olsun, Cold Spring Harbor'un bahçelerinde yapılan yürüyüşlerde olsun ona yetişmek kolay bir iş değildir. Karısına sorarsanız, Jim'in evde olup olmadığını sırf havadaki enerji miktarından hissettiğini iddia eder. Kişi olarak ne kadar ilginç olursa olsun, Jim her şeyden önce ve her şeyden önemli olarak bilimsel bir liderdir: Kısa bir süre önce-sine kadar dünyanın en önde gelen moleküler biyoloji laboratuvarlarından biri olan Cold Spring Harbor Laboratuvarı'nın başındaydı, ayrıca Ulusal İnsan Genleri Araştırma Merkezi'nin de yöneticisiydi. Son birkaç yıldır ilgi alanı, manik-depresif hastalığa sebep olan genlerin araştırmasına yöneldi.

Manik-depresif hastalığın bilimsel olarak anlaşılmasında moleküler biyolojinin çok büyük ölçüde rolü olduğundan, ben de zamanımın gittikçe artan bölümünü bu alanda geçirmeye başladım. Türlü çeşitli bitki ve hayvanların çevresinde gelişen çok egzotik bir dünya orası. Mısır, meyve sinekleri, maya mantarı, solucanlar, fareler, insanlar, kirpi balıkları gibi şeylerle dolu olan bu dünyada hızla gelişen biraz garip ama arada sırada epeyce şiirsel bir dil sistemi de var: "Yetim klonler", "plasmidler", "yüksek-yoğunlukta cosmidler", "üçlü sarmallar", "bağısız DNA", "kamikaze ayıraçlar", "kromozom yü-

rütme", "gen avcıları", "gen haritacıları" gibi harika terimlerle karşılaşıyorsunuz. En temel unsurların peşine düşen bir alan bu, kuarkların, leptonların biyolojik kardeşlerini arayıp bulma çabası.

Watson'un oturduğu yerde kıpırdanarak, bir yerlere dikkatle bakarken esneyerek izlediği toplantı, manik-depresif hastalığın genetik temelleri üzerine yoğunlaşmıştı manik-depresif hastalığa neden olan genleri araştırmaktaşuya da bu biçimde yer alan klinik psikiyatrları, genetikçileri, moleküler biyologları biraraya getirmek; araştırma yöntemleri, bulgular, genetik geçmişleri analiz edilen hastalıklı ailelerin soyağaçları üstüne bilgileri paylaşmak amacını taşıyordu. Ekranasoyağaçları yansıyordu ardı ardına, kimi ailelerdeki hastasayısı nispeten azdı, kimilerinde ise bir sürü kara yuvarlar ve ~~kare~~ vardı, bunlar manik-depresif hastalık çeken erkek ve kadınları belirtiyorlardı. Yarı yarıya karalanmış yuvarlaklar vekareleryalnızca depresif hastalığı olanları, s harfi ya da artışı işareti ise kendini öldürmüş olanları belirtiyordu. Karalanmış ya dayarı karalanmış bu simgelerin her biri korkunç acılar yaşamış insanları temsil ediyordu ama işin ironik yanı, herhangi bir ailede bu karalanmış işaretler ne kadar çok olursa, soy ağacı o kadar "iyi" (yani, genetik açıdan daha çok bilgi içeren, daha yararlı olan) sayılıyordu. Çevreme baktığımda bana öyle geliyordu ki, bu bilim adamları arasında, bu soyağaçlarını birinden birinde, manik-depresif hastalığa neden olan gen ya da genler bulunacaktır. Heyecan verici bir düşünceydi bu, çünkü bir kez genleri buldunuz mu daha erken ve daha doğru teşhis yapma olanağı da doğacaktır, bunu da daha ayrıntılı, daha güvenli, daha az sorun yaratan, daha etkili tedavi yöntemleri izleyecektir.

Dia gösterisi bitti, perdeler açıldı, ben Jim Watson'un ötesini, bahçeyi, elma ağaçlarını gördüm ve yıllar önce Mississippi ırmağında yaptığım bir yolculuğu hatırladım. Danimarkalı bir psikiyatr olan, manik-depresif hastalığın tedavisinde lityum kullanılmasının öncüsü Mogens Shou ile birlikte, Amerikan Psikiyatri Derneği'nin yıllık toplantısından bir kaçamak yapıp New Orleans kentini değerlendirmeye karar vermiştik. Bunu yapmanın en iyi yolu Mississippi Irmağı'nda bir vapur gezisine çıkmaktı. Şahane bir gündü, önce bir sürü farklı konular tartıştık, sonra Mogens bana döndü ve gözümün içine bakarak sordu: Neden duygudurumu bozukluklarıyla ilgileniyor muşum? Ne kadar şaşırdığım, bozulduğum yüzümden anlaşılmıştı herhalde, çünkü taktik değiştirdi ve şöyle dedi: "O zaman, ben kendim neden duygudurumu bozukluklarını incelediğimi söyleyeyim." Ve söyledi. Ailesinde hem depresyon hem manik-depresif hastalık vardı, büyük felâketler yaşamıştı, bu yüzden tıbbi literatürü büyük bir dikkatle izlemeye, yeni, deneysel tedavi yöntemleri araştırmaya başlamıştı yıllar önce. 1949 yılında, hiç tanınmamış bir Avustralya tıp dergisinde akut maniye karşı lityum kullanılması hakkında John Cade imzalı bir yazı gördüğünde Mogens hemen olayın üstüne atlamış, ilacın etkisini ve güvenilirliğini saptamak için hemen yoğun klinik deneylere girişmişti. Ailesindeki akıl hastalığı tarihçesinden söz ederken son derece rahattı, yaptığı hemen bütün araştırmalarının bu önemli kişisel nedenden kaynaklandığını açıklamaktan hiç çekinmiyordu. Benim bu alana gösterdiğim ilginin de aynı biçimde kişisel nedenlerden kaynaklandığını tahmin ettiğini saklamadı.

Kendimi biraz kapana kısıtılmış gibi hissettim ama aynı zamanda rahatladım da. Kendi tarihçem, ailemin tarihçesi

konusunda dürüst davranmaya karar verdim, çok geçmeden her ikimiz de kâğıt peçeteler üstüne soyağaçlarımızı çizmeye başlamıştık. Benim kare ve yuvarlaklarımın ne kadar büyük bir hızla karardığını gördüğümde şaşıtm kaldım. Kimisinin altında soru işaretleri de vardı. Örneğin, büyük amcamın yetişkin yaşamının hemen tümünü tımarhanede geçirdiğini biliyordum ama teşhisinin ne olduğunu bilmiyordum. Baba tarafımda bildiğim kadarıyla üç kuşak boyunca manik-depresif hastalık sık sık baş göstermişti; intihar teşebbüslerini belirten işaretler tabloyu yıldızlarla doldurdu. Buna karşılık, anne tarafım nerdeyse tertemizdi. Annemle babamın korkunç farklı kişilikler olduklarını anlamak için çok dikkatli bir gözlemci olmak gerekmiyordu zaten. Ama burada bu farklılıklar çok somut bir şekilde, beyaz üstüne siyah deyimini sözcük anlamıyla doğrulayacak bir biçimde ortaya çıkmıştı. Kendi soyağacını çıkarmakla meşgul olan Mogens benimkine bir göz attıktan sonra "kara kutular savaşını" benim kazandığımı gülerek kabul etti. Beni temsil eden yuvarlağın tamamıyla karalandığını, yanında da bir yıldız olduğunu fark etmişti tabii -insanın kendi intihar teşebbüsünü bir simgeye indirgemesi ne kadar ilginç- böylece benim hastalığım, lityum, yan etkileri ve intihar girişimim konusunda uzun uzun konuştuk.

Mogens ile konuşmamızın bana çok yararı oldu. Kısmen, kendi başımdan geçenleri araştırmalarımnda, yazılarımda, derslerimde kullanmam için beni ısrarla yüreklendirdiği için; kısmen de benim çektiklerimi az çok bilen, ayrıca yüzbinlerce insanın yaşamında çok derin değişiklikler yaratmak için kendi sorunlarından yararlanmakta sakınca görmeyen üst düzey bir profesörle konuşmak benim için çok önemli olduğundan. Benim kendi yaşamımda da çok derin değişiklikler ya-

ratmıştı o. Lityum ile yaşadığım sorunlar ne kadar çok olursa olsun, o ilaç olmasaydı bugün ya ölmüş ya da bir tımarhanenin umutsuzlar koğuşuna kapatılmış olacaktım, bunu çok iyi biliyorum ne yazık ki. Yaşamımı Shou'nun soy ağacındaki kara kutu ve yuvarlaklara borçlu olan pek çok kişiden biri de benim.

Manik-depresif hastalığın genetik bir hastalık olduğu gerçeği birçok karmaşık ve çoğu kez zor duyguları beraberinde getiriyor. Bir uçta, insana kimi kez yüklenen utanç ve suçluluk duyguları var. Yıllar önce, Los Angeles'te yaşadığım sırada, bir meslektaşımın tavsiye ettiği bir doktora gitmiştim. Beni muayene ettikten, yıllardır lityum aldığımı öğrendikten sonra, psikiyatrik tarihçem hakkında uzun uzadıya sorular sordu. Çocuk sahibi olmak isteyip istemediğimi de sordu. O güne dek gittiğim hekimler bana genellikle anlayışlı ve zekice davrandıklarından, geçirdiğim mani ve depresyon krizlerini açık seçik anlatmakta bir sakınca görmedim, lityuma büyük ölçüde "iyi tepki" gösterdiğimi de belirttim. Çocuk sahibi olmak istediğimi söyler söylemez, hamilelik sırasında lityum alıp almayacağımı sordu bana. Hastalığımın tehlikeleri göz önünde bulundurulursa, gelişmekte olan bir ceninin lityumdan ne ölçüde etkileneceğinin ikinci planda kalacağını, dolayısıyla hamilelik sırasında ilaca devam edebileceğimi söylemeye başlamıştım ki, sözümü kesti. Manik-depresif hastalığın genetik bir rahatsızlık olduğunu biliyor muymuşum? Meslek yaşamımın tümünü manik-depresif hastalığı incelemekle geçirdiğimi, ayrıca tamamen aptal olmadığımı açıklamaktan kendimi zorlukla alıkoyarak, "Elbette" dedim. O anda buz gibi ve em-

redici bir sesle -ki bugün bile duyabiliyorum- bana allah kelâmını tekrar edercesine ve eminim buna inanarak şöyle dedi: "Çocuk doğurmaya kalkmamalısınız. Manik-depresif hastalığınız var."

Midem bulandı birden. İnanılmaz bir mide bulantısı ve aşığılanmışlık duygusu... "Akıldışı" olarak niteleneceğinden emin olduğum bir davranış sergilememeye kararlı olduğumdan kendimi güçlükle zaptettim, olabildiğim kadar sakın bir tavırla, çocuk sahibi olmam konusundaki kaygılarının yetersiz bir anne olma olasılığımın mı, yoksa dünyaya bir manik-depresif daha gelmesini sakıncalı bulduğu için mi olduğunu sordum. İmalî sözlerimi ya anlamadı ya da anlamazlıktan geldi. "Her ikisi de" dedi. Odayı terketmesini söyledim, üstümü giyindim, bürosunun kapısını tıklatarak cehenneme kadar yolu olduğunu bildirdim ve çıktım. Caddenin karşısına geçip arabama bindim, oturdum, hıçkırıklara boğuldum. Bitkin düşünceye dek titreyerek ağladım. Hayvansı davranışların birbir çeşidi vardır. Bu adamın yaptığı yalnızca insanlık dışı değildi; bilgisizce ve profesyonelliğe yakışmayan bir biçimde davranmıştı. İnsanın içine işleyen, yüreğini derinden deşen kötülükler nasıl unutulmaz izler bırakırsa, onun bende bıraktığı izler de o cinstendi.

İşin garibi, sırf manik-depresif hastalığım olduğu için çocuk sahibi olmamayı aklımdan bile geçirmemiştim. En korkunç depresyonlarım sırasında bile doğduğuma pişman olmamıştım. Ölmeyi istediğim anlar oldu, doğru; ama bu doğduğuna pişman olmaktan çok farklıdır. Doğmuş olmaktan son derece memnundum, yaşama şükranım sonsuzdu, bir başkasına yaşam vermek isteğini taşımamayı anlamıyordum bile. Her şey göz-önüne alındığında, belki epeyce fırtınalı, arada bir korkunç-

ama aslında harika bir hayatım olmuştı. Elbette ciddi endişelerim vardı. Kimin yoktur ki? Örneğin, çocuklarıma doğru dürüst bakabilecek miydim? Çok derin bir depresyona girdiğim takdirde onlara ne olacaktı? Daha da beteri, kötü bir mani krizine girsem, düşünme yeteneğimi yitirsem, denetimden çıkarsam, şiddet eylemlerine girişsem çocuklara ne olacaktı? Doğurduğum çocuklarda benzer belirtiler görsem, depresyonla, umutsuzlukla, çaresizlikle, akıl hastalığıyla savaştıklarına tanık olsam ne yapacaktım? Onların bulgularını şahin gibi izleyecek miydim, normal tepkilerini hastalık belirtileri mi sanacaktım? Bütün bunları binlerce kez düşünmüştüm ama çocuk sahibi olmamayı bir kez bile düşünmemiştim. Beni muayene eden ve çocuk doğurmamamı öğütleyen hekimin pis soğukluğuna karşın, bir vakitler David ile tasarladığımız gibi bir ev dolusu çocuğa sahip olmak isterdim. Ama olmadı. David öldü. David'in ölümünden sonra birlikte çocuk yapmayı istediğim tek erkek olan Richard'ın ise daha önceki evliliğinden üç çocuğu vardı.

Çocuk sahibi olmamak, yaşamımın en dayanılmaz pişmanlıklarından biridir. Neyse ki iki erkek bir de kız yeğenim var -hepsi de kendi çaplarında harika insanlar- ve onlarla olan ilişkilerim bana tarifi olanaksız keyifler sağlıyor. Hala olmak çok zevkli bir şey, hele de yeğenleriniz akıllı, bağımsız, düşünceli, esprili ve hayal gücü geniş insanlarsa. Erkek yeğenlerim, babaları gibi, matematik ve ekonomi konularıyla ilgileniyorlar; sessiz sakın, esprili, yufka yürekli son derece sevimli iki delikanlı. Kız yeğenim ağabeylerinden epeyce küçük, daha on bir yaşında. Bu yaşta ulusal bir yazı yarışması kazandığından büyüyünce yazar olmaya çok kararlı. Çoğu kez bir koltuğa kıvrılıp bir şeyler yazmaya dalar, arada bir bir keli-

me ya da insanlar hakkında sorular sorar ya da çok ve çeşitli hayvanlarıyla ilgilenir. Herhangi bir aile tartışmasında hemen ortaya atılıp kendi görüşlerini savunur. Ateşli, duyarlı, orijinal bir çocuktur. Ağabeylerine, ana-babasına, daha bir sürü yetişkine kafa tutmaktaki atılganlığı insanı kimi kez endişeye bile düşürebilir. Bu çocuklar olmasaydı hayatımda ne büyük bir boşluk olacaktı, düşünmek bile istemiyorum.

Manik-depresif hastalığa sebep olan genlerin izlerini sürme çabalarını bilimsel olarak çok desteklemekle birlikte ara sıra endişelere kapıldığım da oluyor. Şurası açık ki, yapılan genetik araştırmalar daha erken ve daha kesin teşhise, daha ayırtılabilir, daha az tehlikeli tedavi yöntemlerine yol açacaksa, bu hastalığı çekenler için de, aileleri için de, genel olarak toplum için de çok yararlı sonuçlar çıkacak. Aslında bu yararlı sonuçlara varmamız yalnızca bir zaman meselesi. Ancak, doğum öncesi teşhis tahlillerinin tehlikeleri yok mu? Tedavi edilebilir bir hastalık olmasına karşın aileler manik depresif genleri taşıyan bebeklerin aldırılması yoluna giderler mi? (Yakın geçmişte John Hopkins'te yapılan bir incelemede manik-depresif hastalara ve eşlerine aynı genleri taşıyan ceninleri aldırıp aldırılmayacakları sorulmuş, "evet" yanıtlarının sayısı bayağı az çıkmış.) Manik-depresif hastalığın genlerini yok edersek dünyayı türdeşleştirip tatsızlaştırmak gibi bir risk mi göze alıyoruz? Gerçekten de çok zor, çözümlenmesi imkânsız bir bilimsel sorun bu. Riski göze alanların, yani toplumun öteki insanları arasına karışan, sanatta, iş yaşamında, politikada, bilimde önu çeken tedirgin bireylerin göze aldıkları riskler gerçekte neler? Benekli baykuşlar gibi, lekeli le-

oparlar gibi manik-depresifler de "soyu tükenmeye yüz tutmuş türler"den mi sayılacaklar?

Bunlar çok zor ahlâksal sorular, özellikle de manik-depresif hastalığın gerek bireylere gerekse topluma birtakım avantajlar sağladığı düşünülürse. Hastalığın gerek hafif gerekse akut durumda sağlayabildiği avantajlar yalnızca sanatsal alanlarda ya da hayal gücü ile sınırlı değil, kimi saptamalara göre çok seçkin bilimadamlarında, dinsel, askeri, politik liderlerde, tanınmış işadamlarında da etkisi görülmüş. Daha hafif etkiler de -kişilik üzerinde, düşünme tarzı ve enerji üzerinde olduğu gibi- söz konusu, çünkü bu yaygın bir hastalık ve yapısal, davranışsal, kavramsal açılardan çok çeşitli ifadeleri var. Durumu daha da karmaşıklaştıran bir olgu da, genetik, biyokimyasal ve çevresel bazı ek faktörlerin (uzun ve belirgin ışık değişikliklerine maruz kalmak, uzun süreli ve belirgin uykusuzluk, doğum yapma, alkol ve uyuşturucu kullanımı gibi) hem hastalığın hem de üst düzey başarı ile ilgili olarak düşünülen yapısal ve kavramsal özelliklerin hiç değilse kısmen sorumlusu olduğudur. Bu bilimsel ve ahlâksal sorunlar gerçek ve önemlidir; neyse ki gerek federal hükümetin Genome Projesi çerçevesinde, gerekse diğer bilim adamları ve ahlâkçılar tarafından ciddiye alınmaktadır. Ama yıllar yılı kolay çözülemeyecek sorunlar olarak halen karşımızdadırlar.

Eski sorunlara çözümler bulurken yeni sorunlar yaratmada bilimin üstüne yok. Hızla ve çoğu kez büyük bir güzellikle ilerlerken beraberinde büyük beklentiler de getiriyor.

Tıp toplantılarının vazgeçilmez koşullarından biri olan sert ve rahatsız sandalyelerden birinde oturmıştım ama dalıp git-

mişim. Dia gösteren aletin düzenli klik klak sesi beni yarı ya-
rıya hipnotize etmiş olmalı ki, kafam başka bir düzeye dalmış.
Gözlerim açık ama beynim aklımın gerilerinde bir yerde ken-
di hamağında tatlı tatlı sallanıyor durumda. Oda karanlık ve
havasızdı ama dışarda harika güzellikte bir kar vardı. Bir grup
meslektaşımla birlikte Colarado'nun Rockies dağlarındaydık,
aklı başında olan herkes kayak yapıyordu ama yüzden fazla
hekim bir salona tıklımış, klik klak değişen dialara bakıyor-
duk. Belki yüzüncü kez düşündüm ki deli olmak ille de aptal
olmak anlamına gelmez, bense tepelerden kayacağıma bu
odada oturmakla aptallık ediyorum. Derken birden kulakları-
mı dört açtım. İnsanı uyutacak kadar dümdüz ve nesnel bir
ses "ift kutup hastalığında görülen yapısal beyin anormallik-
leri" zerine bir şeyler mırıldanıyordu. Yapısal anormalliği
olan beynim birden dikkat kesildi ve iliklerime kadar rper-
dim. Mırıldanan ses devam etti: "İncelediğimiz ift kutuplu
hastalarda, sayı olarak dikkat çekecek ölçüde artan küçük,
odaksal hiperintensite alanları (su yoğunluğunun arttığı
alanlar) gözlemlenmiştir ki, bu da anormal dokuların varlığı
anlamına gelebilir. Nörologlar bunları kimi kez UBO'lar (ta-
nımlanamayan parlak nesneler) şeklinde adlandırırlar." Din-
leyiciler arasında gülüşmeler oldu.

Bense, daha fazla beyin dokusu yitirmeyi göze alamaya-
cağımdan -beni nerdeyse öbür dünyaya gönderen lityum aşırı
dozu yüzünden kimbilir kaç gri hcrem yok olmuştu- bu g-
lşmelere pek yürekten katılamadım. Konuşmacı sözlerine
devam etti: "Bu UBO'ların tıbbi anlamı tam açıklığa kavuş-
muş değil, ancak başka birtakım hastalıklarda da, rneğin
Alzheimer, *multiple-sclerosis*, *multi-infarct-dementia*, gibi du-
rumlarda da görüldüklerini biliyoruz." Haklıymışım, kayak

yapmaya gitseymişim daha iyi olacaktım. Kendimi tutamadım, ekrandan yana dönüp baktım, dialardan gözlerimi ayıramadım. En yeni MRI yöntemleriyle çekilen beyin resimlerindeki inanılmaz ayrıntılar her zamanki gibi müthiş ilgimi çekmişti. Beyin tarama metotlarının, özellikle y kses rezonanslı MRI resimlerinin ve de PET taramalarında elde edilen şahane renkli görüntülerin, çok güzel ve sezgisel çekiciliği olan bir yanı var. Örneğin PET taramasında depresyondaki bir beyin soğuk, hareketsiz derin mavi, koyu mor ve avcı yeşili gibi renklerde görülür; oysa aynı beyin, yüksek mani durumuna geçtiğinde bir yılbaşı ağacı kadar pırıl pırıldır, sarı, kırmızı, turuncu lekelerle doludur. Yapı ve renk itibarıyla bilim, depresyonun soğuk, i e dönük  l l ğ n  maninin ise aşırı canlı, hareketli çatışmasını bundan daha iyi gözler önüne seremez.

Modern nöroloji çalışmalarının insanı  oşkulandıran bir yanı var, yeni keşifler, yeni ufuklar açısından ayda yürümeyi andırıyor bir yerde. Çok şık bir bilim bir kere, bu bilimle uğraşanların hepsi insanı ürpertecek kadar genç, yapılan keşiflerin hızı ise sersemletici. Moleküler biyologlar gibi beyin-tarayıcılar da aşmakta oldukları sınırların ne denli olağanüstü olduğunun farkındalar. Onların kollektif girişimleri, hevesleri karşısında  oşkulanmamak için insanın beyninin tamamen boş, kalbinin ise taştan olması gerekir.

Ben de elimde olmadan, bu bilime dalıverdim, söz konusu hiperintensiteler hastalığının sebebi miydiler yoksa sonucu mu; beynin nerelerinde bulunuyorlardı; benim de, pek çok manik-depresifin de başından geçen yönlenme bozuklukları, yüz tanıma sorunlarıyla ilgileri var mıydı; ana babadan birinin ya da her ikisinin manik-depresif hastalığı olan riskli çocuklarda bu beyin anormallikleri hastalığa yakalanmadan

önce de görülebilir miydi? Kafam hemen konu üstünde çalışmaya başlamıştı: Bu ve buna benzer imgesel bulgular sayesinde kimi edebiyat düşkünü ve kuşkucu hastalarımı bazı konularda ikna edebilirdim belki: Yani, (a) beyin diye bir şey vardır, (b) çeşitli duygudurumları beyinle ilgilidir, (c) alınan ilacın bırakılması beyinde bazı belirli hasarlara yol açabilir. Bu düşünceler, tahminler kafam bir süre meşgul etti. Manik-depresif hastalık çekmenin kişisel yanından bir süre sıyrılarak hastalığı profesyonel açıdan inceleyen ve tedavisine çalışan biri olarak düşünüyordum o an. Ama çok geçmeden, her zaman olduğu gibi, olayın kişisel yanı ve endişeleri ağır bastı.

O sırada çalıştığım Johns Hopkins hastanesine döndüğümde, nörolog meslektaşlarımı ve MRI incelemeleri yapan yardımcılarımı uzun uzun sorguya çektim. Kütüphaneye koşup konu hakkında bilinenleri okudum. Çünkü, sonuç olarak, hastalığın beyninizde olduğuna entelektüel açıdan inanmak başka şey, bunu gerçekten gözlerinizle görmeniz başka şey. Makalelerin başlıkları bile insanı ürkütecek cinstendi: "Çift-kutup Bozukluğu Olan Hastalarda Bazal Ganglia Yoğunluğu ve Beyaz Madde Hiperintensitesi"... "Çift Kutupta Etkili Bozukluklarda Yapısal Beyin Anormallikleri: Ventriküller Büyüme ve Odaksal Hiperintensite Alanları"... "Çift Kutupta Etkili Bozukluklarda Görülen Süb-kortikal Anormallikler, Manyetik Rezonans İmgeleme Kullanımı"... vesaire vesaire. Oturdum okudum. Yapılan incelemelerden birinden şöyle bir sonuç alınmıştı: "Çift kutup bozukluğu olan 32 hastaya yapılan taramalarda, 11 tanesinde (% 34,4) hiperintensite görülmüştür. Aynı sayıdaki normal kıyaslama grubunda ise yalnızca bir (% 3,2) taramada bu anormalliğe rastlanmıştır."

"Normal kıyaslama grubu" sözüne içimden acı acı güle-
rek okumayı sürdürdüm ve gördüm ki, klinik tıbbın bütün ye-
ni alanlarında olduğu gibi burada da yanıtta çok soru var ve
bu bulguların gerçek anlamı hiçbir şekilde açıklığa kavuşmuş
değil: Bunların sebebi ölçüm sorunları olabilir, besin ve teda-
vi tarihçesi ile açıklanabilir, manik-depresif hastalıkla hiç il-
gisi olmayan şeylerden kaynaklanabilir, daha bir sürü açıkla-
ma yolu aranabilir. Ancak, UBO'ların bir anlamı olduğuna
dair kanıtlar ağır basıyordu. Bir sürü uzun makale okuduktan
sonra kendimi garip biçimde daha rahat hissettim, korkula-
rım azaldı. Bilimin bu kadar hızlı ilerliyor olması başlı başına
umut uyandıran bir şeydi bir kere ve eğer beyin yapısındaki
değişikliklerin bir anlamı olduğu ortaya çıkacaksa, birinci sı-
nıf araştırmacıların bu konuya eğilmesi beni sevindiriyordu.
Bilim olmasa böyle bir umut olmazdı. Hiç umut olmazdı.

Üstelik, kim ne derse desin, insanın aklını kaçırmayı
kavramı yeni anlamlar kazanıyordu.

KLİNİK AYRICALIKLAR

Manik-depresif hastalık çektiğinizi başkalarına anlatmanın kolay bir yolu yok, varsa da ben bulamadım. Bu nedenle, içimi açtığım kişilerden çoğunun son derece anlayışlı davranmış olmalarına karşın, kimi kez aldığım kötü, küçümseyici ya da duygudaşıktan tümüyle uzak tepkileri hiçbir zaman unutamamışımdır. Hastalığımı daha geniş kitleler önünde tartışma düşüncesi yakın zamana dek aklımdan bile geçirmedığım bir şeydi. Bu çekingenliğim her şeyden çok profesyonel nedenlerdendi ama içimi döktüğüm kimi dost ve meslekdaşlarımda karşılaştığım (bilinçli ya da bilinçsiz) insafsız ve acımasız tavırların da payı vardır. Bu tavra bir de ad taktım: Fareyürek faktörü.

Fareyürek, Los Angeles'teki meslektaşımдан biriydi, aynı zamanda dostum olduğunu sanıyordum. Psikoanalisti, sakin, sevecen, nazik bir adamdı, sabahları sık sık buluşur kahve içerdik. Arada bir de birlikte öğle yemeğine çıkar, çalışmalarımızdan, yaşamımızdan konuşurduk uzun uzun. Keyif aldığım bir ilişkiydi. Ancak bir süre sonra, belli bir dostluk ve yakınlık düzeyini aştığım her ilişkide hissettiğim rahatsızlığı duymaya başladım çünkü hastalığımdan hiç söz etmemiştim. Sonuçta herhangi bir hastalık değil bu, yaşamımın her yanı-

nı, duygudurumlarımı, mizacımlı, çalışmalarımı, karşılaştığım her şeye verdiğim tepkileri etkileyen bir şey. Manik-depresif hastalıktan söz etmedikçe, hiç değilse bir kez olsun sorunu açıp tartışmadıka aradaki dostluk ilişkisi belli bir yüzeyselliğe mahkm kalıyor. Bu nedenle, derinden içimi çektim ve ona anlatmaya koyuldum.

Malibu'da okyanus kıyısındaki lokantalardan birindeydik. Mani ve depresyon krizlerimi, kendimi öldürme girişimi-mi kısaca anlattıktan sonra, gözlerimi denizin ötesindeki bir yığın kayaya dikip ne diyeceğini beklemeye başladım. Uzun, ürpertici bir bekleyiş. Sonunda ona baktım, gözlerinden yaşlar aktığını gördüm. Gerçi bu tepki biraz aşırıymış gibi geldi bana -üstelik mani krizlerimi elimden geldiğince eğlenceli biçimde anlatmış, depresyonları da pek o kadar kara resmetmemiştim- ama gene de, başımdan geçenlerin onu böylesine etkilemiş ol-masını dokunaklı buldum. Derken Fareyürek gözyaşlarını sil-di, duyduklarına inanamadığını açıkladı. Dediğine göre "derin "bir dş kırıklığı" içindeymiş. Benim harika ve güçlü bir insan olduğumu sanıyormuş. *Nasıl* olur da kendimi öldürmeye kal-kar mışım? Neler geçmiş aklımdan? Korkaklara özgü bir dav-ranışmış, ayrıca çok bencilceymiş.

Ciddi olduğunu anlayınca dehşete düştüm, ağzım açık bakakaldım ona. Manik-depresif hastalığım olduğunu öğren-diğinde onun duyduğu acı, benim bunca yıldır çektiğim acı-dan daha beterdı sanki. Bir an Tifo-taşıyıcısı Mary gibi hisset-tim kendimi. Bunun üstüne bir ihanete uğramışlık duygusu bindi, kendimi tümüyle açığa vurmuş olmaktan derin bir utanç duyudum. Tabii büyük bir ihtimam, sınırsız bir sevecen-likle üstüme düştü. Gerçekten psikoz geçirmiş miydim? G-rnşte derin bir kaygıyla, her zamanki alçak, yumuşacak se-

siyle sordu, bu durumda akademik yaşamın stresleriyle baş edebileceğime inanıyor muydum gerçekten? Dişlerimi sıkarak, yıllardır bu tür streslerle baş etmeyi pekâla başardığımı ve işin aslına bakılırsa, kendisinden çok daha genç olmama karşın ondan çok daha fazla sayıda kitap ve makale yayınladığımı belirttim. Yemeğin sonrası hakkında pek bir şey hatırlamıyorum, bir işkenceye dönüştüğünü hatırlıyorum yalnızca, bir de endişelenmemesini, manik-depresif hastalığın bulaşıcı olmadığını söyledim ama alay ettiğimi anlamadı galiba. Aslında onun gibi kasvetli, obsesif ve mizahtan hiç nasibini almamış bir dünya görüşüne sahip birine az biraz mani iyi gelir-di ama neyse. Oturduğu yerde kımıldanıp gözlerini benden kaçırdı.

Ertesi sabah kliniğe bir düzine uzun saplı kırmızı gül geldi şık bir kutu içinde; özür dileyen bir de not yazmıştı. İyi niyetli bir çabaydı bu belki ama gösterdiği ilk -ve içten- tepkinin açtığı yarayı sarmaya hiçbir biçimde yetmezdi. Kendisi normaldi, ben değildim ve bunu ilk anda en ölümcül sözcüklerle dile getirmişti: "Derin bir düş kırıklığı içindeyim."

Manik-depresif hastalığım konusunda çok açık olmamı engelleyen çok sebep var; kimi nedenler kişisel ama çoğu profesyonel. Kişisel sorunlar büyük ölçüde aile mahremiyetiyle ilgili -özellikle söz konusu hastalık genetik olduğu için- birde tabii, özel konuların özel kalması gerektiğine olan genel inanç var. Bunun yanı sıra, manik-depresif hastalığı çektiğimi öğrenen kişilerin benim kişiliğimi ve yaptıklarımı algılamakta nasıl etkilenecekleri üstünde belki de biraz fazla duyarlı davrandığımı söylemeliyim. İnsanların "matrak" olarak

niteledikleri şeylerle "uygunsuz" (korkunç kahredici bir sözcük) olarak algıladıkları şeyler arasındaki çizgi çok incedir; biraz taşkın, biraz çabuk parlayan biri olarak tanınmakla, kısaca "dengesiz" olarak saf dışı bırakılmak arasında da bıçak sırtı bir ayrım var. Bunu kişisel bir gurur meselesi yaptım belki ama kendimi öldürme girişimimin ve depresyonlarımın kimileri tarafından zaaf ya da nevrotik davranışlar olarak görülmesinden her zaman çok korktum. Nedense, arada bir psikoza giren biri olarak görünmek bana o kadar dokunmuyor da zayıf ve nevrotik damgasını yemek çok daha zor geliyor. Son olarak, yaşamımın böylesine özel bölümleri hakkında halk içinde konuşursam ya da yazarsam, günün birinde bütün anlam ve duygulardan boşalacağım endişesini taşıyorum. Kendimi çok açık seçik ve çok sık konuşur konuma sokarsam, yaşantılarımdan uzaklaşacağımı, yabancılaşacağımı, soyutlanacağımı düşünüyorum ve bundan kaygılanıyorum; bu yaşantıların benden kopup başka birinin başından geçenlere dönüşeceğinden korkuyorum.

Gene de, hastalığımı konuşmaktan kaçınmamın başlıca nedenleri kişiselden çok profesyonel endişelerden kaynaklanıyor. Kariyerimin başlangıcında, hastalığımın ortaya çıkması California Tabipler Odası'nın bana çalışma izni vermesini engeller diye korkuyordum her şeyden çok. Zamanla bu tür idari sorunlar geri plana itildi -çünkü çok ayrıntılı bir klinik güvence sistemi kurdum, durumumu yakın meslektaşlarıma söyledim, psikiyatrimla uzun uzadıya tartışarak her koşulda durumumu nasıl kurtaracağımı ilgili önlemler aldım. Ama başka bir sorun beni gittikçe daha çok tedirgin ediyordu: Hoca ve araştırmacı olarak mesleki açıdan gerekli olan anonimliğin zarar görmesinden çekiniyordum. Örneğin UCLA'da

yönettiğim klinikte çok sayıda psikiyatri asistanına, psikoloji stajyerine ders veriyor, çalışmalarını denetliyordum; Johns Hopkins'te gerek yataklı hasta koşullarında gerek duygudurumu bozuklukları kliniğinde asistanlara, tıp öğrencilerine ders veriyorum. Bu asistanlar, stajyerler, öğrenciler benim duygularımı incitmemek gibi bir endişeyle, gerçekten düşündüklerini söylemezlerse, ben hasta olmasam soracakları ve sormaları gereken soruları sormazlarsa, neler olur, düşündükçe ürperiyorum.

Bu endişelerin çoğu araştırmalarım, yazılarıma da yansıyor. Çeşitli tıp dergilerinde, bilimsel dergilerde manik-depresif hastalık üstüne çok sayıda makale yayınladım. Meslektaşlarım bu çalışmalarımı sırf ben hasta olduğum için yanlış olarak mı niteleyecekler? İnsanı rahatsız eden bir düşünce bu. Neyse ki, bilimin şöyle bir avantajı var: İnsanın çalışmaları günün birinde yinelenerek doğrulanır ya da doğrulanmaz. Bu bakımdan "yanlış" olma durumu zamanla önemsizleşir. Gene de hastalığımı açık ettiğimde meslektaşlarımın verecekleri tepkiler beni -endişelendiriyor. Diyelim, bilimsel bir toplantıda bulunuyorum ve bir soru sordum ya da bir konuşmacıya karşı çıktım, duygudurumu bozukluklarını yıllarca incelemiş ve tedavi etmiş birinin sorusu olarak mı görülecek bu, yoksa kendi kişisel sorunlarını ön plana çıkaran birinin fevkalâde öznel çıkışı olarak mı değerlendirilecek? İnsanın akademik nesnellik pelerinini çıkarmayı göze alması hiç de cazip bir şey değil. Ama şurası da bir gerçek ki, duygularım ve yaşantılarım çalışmalarımı büyük ölçüde belirlemiştir. Hocalığımı, destekleme çalışmalarımı, klinik uygulamalarımı derinden etkilemiştir. Seçtiğim inceleme alanları -genel olarak manik-depresif hastalık, daha belirli olarak intihar, psikozlar, hastalığın

ve tedavisinin psikolojik yanları, lityuma direnç, maninin ve siklotiminin olumlu özellikleri, psikoterapinin önemi- hastalığımdan dolayıdır.

Sonuçta, klinik çalışmalar yapan biri olarak kendime sormak zorunda kaldığım en önemli soru, Fareyürek'in Malibu'da yediğimiz o feci öğle yemeğinde sorduğu sorunun aynı: Akıl hastalığı olan birinin başka hastaları tedavi etmesine izin verilmeli mi?

1986 kışında California Üniversitesi'nden ayrılıp Washington'a döndüğümde hocalığı sürdürmek, bir üniversitenin tıp fakültesi kadrosuna katılmak istiyordum. Johns Hopkins'in tıp fakültesinde okumuş olan Richard orayı çok seveceğimi söyledi. Onun önerisine uyarak Psikiyatri Bölümü'ne başvurdum ve birkaç ay içinde Hopkins'te ders vermeye başladım. Richard haklıymış, Johns Hopkins'i hemen çok sevdim. Johns Hopkins'in öğretim kadrosunda olmanın bana verdiği en büyük zevklerden biri, Richard'ın da tahmin etmiş olduğu gibi, hocalık görevinin ne kadar ciddiye alındığını görmektir. Klinik bakımın kusursuzluğu da çok önemliydi. Çok geçmeden klinik ayrıcalıklar sorunu ortaya çıkacaktı, bu bir zaman meselesiydi, biliyordum.

Resmi hastane atama formlarına bakmak beni her zaman tedirgin etmiştir. Önümde duran bir tomar kâğıda işte o tedirginlikle bakıyordum. Üstteki sayfanın en üstünde büyük harflerle JOHNS HOPKINS HASTANESİ yazıyordu. Şöyle bir göz attım ve tahmin ettiğim gibi klinik ayrıcalıklar için başvuru formu olduğunu gördüm. İyi bir şeyler umuyordum ama en kötüsüne de hazırdım galiba, önce çapraşık olmayan soruları

yanıtlamaya karar verdim. Mesleki-mali yükümlölük, görevi ihmal sigortası, mesleki yaptırımlar ile ilgili bir dizi sorunun karşısına çabucak "hayır" işareti koydum: Bir önceki başvuru süresi içinde hakkımda görevi ihmal yüzünden ya da mesleki-mali sorumlulukla ilgili dava açılmış mıydı? Çalışma izni herhangi bir koşul olsun olmasın sınırlanmış, askıya alınmış, resmi ya da gayriresmi kınama yüzünden yenilenmemiş ya da iptal edilmiş miydi? Herhangi bir tıp örgütünden disiplin cezası almış mıyıldım? Halen hakkımda disiplin cezası gerektirebilecek bir şikâyet ya da soruşturma mevcut mıydı?

Tanrıya şükür ki bu soruları cevaplamak kolaydı; hekimlere olur olmaz dava açmanın inanılmaz ölçüde moda olduğı çağımızda nasıl olduysa görevi ihmal yüzünden mahkemeye verilmemeyi başarmıştım çünkü. Ama bir sonraki bölüm, "Kişisel Bilgiler" yüreğimin pır pır atmasına neden oldu. Ve tabii, çok geçmeden, "hayır" kutusunu rahatça işaretleyemeyeceğim soruyu buldum:

Bu hastanedeki görev ve sorumluluklarınızı yerine getirmenizi engelleyecek ya da zorlaştıracak herhangi bir sakatlık ya da hastalığınız (aşırı alkol ve ilaç kullanımı dahil) var mı, tedavi görüyor musunuz?

Beş satır aşağıda ise ipimi çekebilecek madde yer alıyordu:

Bu formda verdiğim cevapların doğru olduğunu, herhangi bir bilinçli yanlış beyan ya da atlamanın başvurumu geçersiz kılacağım ya da işime hemen son verilmesine neden olacağımı biliyor ve kabul ediyorum.

"Hastalığınız var mı?" sorusunu bir kez daha okudum, uzun uzun düşündüm, sonunda yanına şöyle yazdım: "Psikiyatri Bölümü Başkanı'yla görüşülmek üzere." Sonra yüreğim daralarak Hopkins'deki bölüm başkanına telefon açtım, birlikte bir öğle yemeği yememizi rica ettim.

Bir hafta kadar sonra hastanenin lokantasında buluştuk. Her zamanki gibi neşeli ve konuşkandı, birkaç güzel dakika boyunca bölüm faaliyetlerinden, derslerden, burslardan psikiyatrik politikalardan falan söz ettik. Sonra, ellerimi kucağımda sıkı sıkı kavuşturdum, yüreğim ağzımda ona doldurmakta güçlük çektiğim formdan, manik-depresif hastalığımdan, görmekte olduğum tedaviden söz ettim. Hopkins'teki en yakın meslektaşım zaten biliyordu, çünkü yakın çalışma arkadaşım olan hekimlere her zaman söylemişimdir. Örneğin UCLA'dayken benimle birlikte Etkili Bozukluklar Kliniği'ni başlatan hekimlerle hastalığımı ayrıntılı olarak konuşmuş, daha sonra, kliniği yönettiğim yıllar boyunca tıbbi yönetimi üstlenen hekime de anlatmıştım. UCLA'daki bölüm başkanım da manik-depresif tedavisi gördüğümü biliyordu. Çalıştığım yerlerde bu gibi önlemler almanın gereğini o zaman da biliyordum, şimdi de biliyorum, çünkü mani ya da akut depresyon yüzünden klinik birtakım hatalar yapmam olasılığı söz konusudur. Onlara söylemesem hem hastaların bakımı tehlikeye girebilir hem de meslektaşlarımı mesleki açıdan çok güç bir konuma soktuğum kadar hukuki tehlikelere de maruz bırakabilirim.

Yakın çalışma arkadaşım olan hekimlerin her birine çok iyi bir psikiyatrin bakımı altında olduğumu, ilaç tedavisi görmekte olduğumu, alkol ya da narkotik sorunlarım olmadığını da belirtmiştim. Ayrıca hastalığım ve çalışma ehliyetim konusunda psikiyatrima istedikleri soruları sorabileceklerini de

söylemiştim (aynı şekilde, klinikteki çalışmalarımı aksatacağım konusunda herhangi bir endişe duyduğu takdirde psikiyatrim da bunu hem bana hem de gerekli gördüğü diğer kişilere iletmek durumundaydı.) Meslektaşlarım, çalışma ehliyetim konusunda herhangi bir şüpheye düştüklerinde bunu doğrudan bana söyleyeceklerine, hasta bakım sorumluluklarımı hemen elimden alacaklarına ve psikiyatrimı haberdar edeceklerine söz vermişlerdi. Sanırım hepsi de şu ya da bu tarihte psikiyatrimla konuşup hastalığım ve tedavim hakkında bilgi almışlardır; neyse ki hiçbiri klinikteki çalışmalarımın aksaması yüzünden onunla temas kurmak zorunda kalmadılar. Hiçbir zaman klinik ayrıcalıklarımın vazgeçmek zorunda kalmadım; gerçi birkaç kez, hastanın sağlık durumu için daha iyi olacağını düşünerek, randevu iptal ettiğim ya da ertelediğim olmuştur.

Hep çok dikkatli davrandım ve şansım da yaver gitti. Hastalığımın, klinik çalışmalara katılan herhangi bir kişinin hastalığının, o çalışmaları aksatması olasılığı her zaman vardır. Hastanelerde ayrıcalıklı konumda olan kişilere sorulan sorular hiç de gereksiz ve haksız değildir. Bu soruları yanıtlamak benim hoşuma gitmeyebilir ama sorulmaları gerektiğini biliyorum. Hasta bakmak ayrıcalığı, adı üstünde bir ayrıcalıktır, hak değildir. Esas tehlike, klinikte çalışanların (ve hatta politikacı, pilot, işadamı gibi, başkalarının sağlığından ya da yaşamından sorumlu bir sürü başka meslek erbabının) damgalanmak ya da mesleki ayrıcalıklarını yitirmek korkusuyla, tıp fakültesinden, lisansüstü çalışmalardan, asistanlıktan atılmak endişesiyle bir psikiyatra başvurmaya çekinmelerinden, kaynaklanır. Tedavi görmedikleri, denetim altında olmadıkları sürece hastalanıp yalnızca kendi yaşamlarını değil başka-

larıninkini de tehlikeye atarlar; kendi duygudurumu bozukluklarını kendileri düzeltmeye kalkan pek çok hekimin alkolik ya da ilaç bağımlısı olduğu bir gerçektir. Depresyon halinde olan hekimlerin kendilerine anti-depresan reçetesi yazdıkları çok görülmüştür ki bu feci sonuçlar yaratabilir.

Hastaneler ve mesleki örgütler, tedavi görmeyen hekim, hemşire ve psikologların kendi tedavi ettikleri hastalar için oluşturdukları riskleri bilmek ve söylemek zorundadırlar. Ama aynı zamanda etkili ve yürekten tedavi yöntemlerini desteklemeli, aşağılayıcı olmayan akılcı bir denetim mekanizmasının kurallarını koymalı, önlemlerini almalılar. Tedavi edilmeyen duygudurumu bozuklukları yalnızca hastalar için değil doktorlar için de bir risk oluşturur. Her yıl kendini öldüren doktorların -ki çoğu çok iyi hekimlerdir- sayısı gereğinden çok yüksektir. Geçenlerde yapılan bir araştırma göstermiştir ki çok yakın tarihe kadar, Birleşik Devletler'de her yıl intihar eden doktorların sayısı orta halli bir tıp fakültesinden her yıl mezun olan öğrenci sayısına eşittir. Hekim intiharlarının çoğunluğu depresyon ya da manik depresif hastalık sonucudur ki her ikisi de tedavi edilebilir. Hekimler arasında duygudurumu bozuklukları oranı genel nüfusa göre çok daha yüksektir ve ne yazık ki intihar teşebbüsünü "başarıya" ulaştıracak yollar ve yöntemler onların ellerinin altındadır.

Doktorlar her şeyden önce kendilerini iyileştirmek zorundalar tabii ama iyileşmeyi sağlayacak ehil tedaviye ulaşabilecek olanaklarına da gereksinimleri var. Onları içinde barındıracak tıbbi ve idari sistem tedaviyi desteklemeli, çalışmalarını belli denetimler altında sürdürmelerini sağlamalı ama herhangi bir görev ihmaline ya da hasta bakımının tehlikeye girmesine kesinlikle izin vermemelidir. Bölüm başkanımın sık sık belirttiği

gibi, doktorların işi hastaları tedavi etmektir; hastalar hiçbir zaman hekimin sorunlarının, rahatsızlıklarının bedelini ödemek durumunda bırakılmamalıdır. Bu konuda onunla tam bir görüş birliği içindeyim; bu yüzden, ona hastalığımı açıkladığım, hastane ayrıcalıklarım hakkında onunla konuşmak istediğimi bildirdiğim gün göstereceği tepkiyi epeyce korkuyla bekledim. Neler düşündüğünü anlamak amacıyla yüzüne dikkatle bakıyordum. Birden masanın üstünden uzanıp elimi tuttu, gülümsedi, "Kay, yavrum" dedi, "manik-depresif olduğunu *biliyordum* zaten." Bir an sustu, sonra güldü. "Tıp fakültesinin öğretim kadrosundaki bütün manik-depresifleri atacak olsak, hem öğretim üyelerinin sayısı çok azalır, hem de geriye kalanlarla çalışmak çok sıkıcı olur."

DUYGUDURUMLARIYLA BELİRLENEN BİR YAŞAM

Byron'un da dediği gibi insanlar çeşit çeşittir. Her birimiz kendi mizacımızın sınırlamaları içinde hareket eder, kendi kendimizi ancak kısmen gerçekleştirebiliriz. Manik-depresif hastalıkla otuz yıl boyunca yaşamak, bunun getirdiği sınırlamaları da olanakları da her geçen gün daha iyi anlamama yardım etti. Çocukken parlak mavi gökyüzünün ateş ve dumanla dolduğunu gördüğüm an hissettiğim uğursuzluk, karanlık, ölümcül niteliklerin hepsi olduğu gibi duruyor, yaşamın güzelliğinin, canlılığının ayrılmaz parçası olarak. O karanlık benim kimliğimin bütünsel bir parçası ve aylar süren acımasız karanlık ve bitkinlik dönemlerini, o dönemlerde ders vermek, okumak, yazmak, hasta bakmak ve ilişkilerimi ayakta tutmak için harcadığım korkunç çabaları hatırlamak için hayal gücümü zorlamama hiç gerek yok. Daha derinlerde saklanan ama ilk depresyon belirtileri ile hemen su yüzüne çıkan daha kötü, unutulmaz anılar var: Kendimi şiddete kaptırdığım, zır deli olduğum sıralardaki utanç verici davranışlarım, yalnızca kendimi değil çevremdekileri de çok yıkıcı biçimde etkileyen yırtıcı duygudurumlarım.

Ancak bu duygudurumları, bu anılar ne kadar kötü olur-

sa olsun, onların tam karşısı coşkun, capcanlı, uçuk duygudurumları da unutulmaz. Hafif, yumuşak bir maninin parıl parıl, köpükköpük hevesini ne zaman hissetsem, o coşkunlukla gerilere bakıyor -aynı kuvvetli bir kokunun insanı geçmişine "taşıdığı gibi- eski, daha taşkın, daha tutkulu günlerime dönüyorum. Maninin insanın yaşamına eklediği renklilik, çok güçlü, çok keskince yaşanan anı-durumları yaratıyor. İnsanlar savaş, aşk ve ilk çocukluk anılarını böyle canlı yaşarlar sanıyorum. Belalı, karmakarışık ama parıltılı geçmişimin yerini alan huzurlu, sakin, dengeli şimdiki yaşamım bu yüzden biraz acımtırak geliyor bana.

Ender de olsa beni o geçmişe çağıran büyüleyici sesler duymuyor değilim hâlâ; eski günlerimin çılgın ateşini yeneden yaratma arzusu gittikçe azalsa da arada bir cazip başını kaldırıyor. Dönüp arkama bakıyorum, derin duygulu bir genç kızın varlığını hissediyorum, sonra çabucak parlayan, kafası karışık genç bir kadın da var, ikisi de bulutlara uzanan hayaller, yerinde duramayan romantik hevesler, ilerisi için umutlarla doluydu: İnsan o müthiş duygu yoğunluğunu yeniden yakalayabilir mi, yakalamalı mı? Bütün gece sabaha dek dans etmenin o şahane uçukluğunu, yıldız tarlaları arasında kaymanın, Satürn'ün halkaları çevresinde dans etmenin, aklına esen her çılgınlığı yapmanın tadına bir kez daha varabilir mi? Uzun, tutkulu yaz günlerini, her yanı saran leylak kokularını, zevkin doruk noktalarını, bahçe duvarından aşağı dökülen cin-fizleri, güneş doğana ya da polis gelene dek süren kahkaha dolu çılgın partileri bir daha nasıl geri getirir insan?

Özlemle karışık duygular içindeyim o günleri düşündükçe; bu belki de her yaşam için kaçınılmazdır ama benim gibi çok yoğun ve karmaşık duygudurumları yaşamış biri için daha

acı bir nostalji söz konusu galiba. Geçmişi geride bırakmayı daha da zorlaştırıyor bu ve yaşamım, kimi zaman yitirdiğim duygudurumlarına bir tür ağıta dönüşüyor. Yitirdiğim keskin duygu yoğunluklarını özleyorum ve farkında olmadan uzanıyorum onlara, tıpkı arada bir hâlâ dalgınlıkla elimi arkaya atıp eski uzun, kalın saçlarıma uzandığım gibi. Duygudurumlarımın izleri gibi, yitirdiğim saçlarımdan hayalet ağırlığı kaldı geriye. Çektiğim bu özlemler genellikle özlem olmaktan öteye gitmiyor, o duygu yoğunluğunu yeniden yaratma zorunluluğunu hissetmiyorum: Sonuçların çok korkunç, çok kesin, aşırı zararlı olduğunu biliyorum.

Gene de duygularımı dolu dizgin koyverdiğim duygudurumlarının çok güçlü bir çekiciliği var; akıl ile duygulararasında öteden beri süregelen tartışma duygulardan yana çözümlendiğinde her zaman daha ilginç, daha tutkulu olmuştur. Hafif manilerin özelliklerinden biri kış ortasında bahar vaatetmeleri ve çok kısa bir süre baharı getirmeleri- ve ona uygun bir canlılık sağlamalarıdır. Ancak, gündüzün soğuk ışığında bakıldığında, nüksedecek hastalığın gerçekliği, yıkıcılığı, seçici bir belleğin bulup çıkardığı özlemler, yoğun, tatlı anların anısına ağır basıyor. O eski duygudurumlarımı yeniden yaşayabilmek için lityum dozumu azaltmayı düşündüğüm an, soğuk bir duş bilincimi uyarıyor sanki ve çok iyi kavıyorum ki o tatlı duygu yoğunluğu önce kendinden çıkmış bir taşkınlığa, sonrada son noktasında, zır deliliğe dönüşecektir. Yeniden ölümcül bir depresyona ya da gene öldürücü şiddette bir mani krizine girmekten çok korkuyorum. Bunlardan biri başıma gelirse, yaşamım yine paramparça, ilişkilerim altüst olur, çok sevdiğim işimi, anlamlı çalışmalarımı sürdürmem imkânsızlaşır. Onun için ilaç tedavimi değiştirmeyi ciddi olarak hiç düşünmüyorum.

Şimdiki iyi durumumun süreceği konusunda temelde iyimserim ama hastalığımı çeşitli yönleriyle ve bakış açılarıyla tanıdığım için gelecek konusunda biraz fatalistim. Bu yüzden, manik-depresif hastalığın yeni tedavi yöntemleri hakkında konuşmalar dinlediğimde mesleki bir ilgiden çok fazlasını gösterdiğimi biliyorum. Aynı şekilde, çeşitli hastanelere ziyaret amacıyla gittiğimde sık sık psikiyatri koşuşlarını geziyor, tecrit odalarına bakıyor, bahçelerinde dolaşıyor, bir gün hastaneye yatmak zorunda kalırsam hangisi daha iyidir diye içimden tercih sıralamaları yapıyorum. Aklımın bir köşesi hiç durmadan en kötü olasılıklara hazırlanıyor, bir başka köşesinde ise, bütün hazırlıkları yaparsam en kötüsünün başıma gelmeyeceği inancı yatıyor.

Manik-depresif hastalığın dönemsel ayaklanmalarıyla yıllar yılı yaşamış olmanın sonucu daha felsefi bir bakış açısı edindim, olabileceklere karşı silahlanmış durumdayım; ayrıca lityumu azaltmanın kaçınılmaz olarak getirdiği enerji ve duygudurumu iniş-çıkışlarıyla daha kolay baş edebiliyorum. Eliot'un her şeyin bir mevsimi olduğu inancına tümüyle katılıyorum: Evini inşa etmenin bir zamanı olduğu gibi, "rüzgârın sallanan kepengi kopartacağı bir zaman" da var. Böylece, hâlâ maruz kaldığım enerji, heyecan, fikir gel-gitlerine daha kolaylıkla ayak uydurabiliyorum. Daha hâlâ, arada bir, ışıklar, sesler, kahkahalar ve olasılıklarla dolu bir karnavala dönüşüyor kafam. Neşem, coşkunluğum, rahatlığım içimi doldurmanın ötesinde taşıyor, başkalarına da bulaşıyor. Bu parıltılı, görkemli anlar bir süre devam ediyor sonra geçip gidiyor. Uçuk duygudurumum, umutlarım, dönme dolabın en üstündeki arabada kısa bir süre sallandıktan sonra birden geldikleri gibi hızla aşağı doğru kayıyor, siyah, gri, yorgun bir yığın

halinde. Zaman geçecek, bu duygudurumları geçecek, zamanla yeniden kendim olacağım. Ama sonra, bilinmeyen bir zamanda, o parıltılı karnaval yeniden kafama dönecek.

Bu geliş gidişler, bir tanrı katına yükselip bir allahsızlığa düşmeler yaşamımın öylesine alışılmış parçaları ki artık cılgın renkler ve sesler eskisi kadar şiddetli ve sarsıcı değil, bunları kaçınılmaz olarak izleyen karalarla griler de o kadar karanlık ve korkunç olmuyor. "Şu yıldızların altında kayan canavarların evreni var" demiş Melville. Ama zaman geçtikçe, o canavarların çoğunu tanıdıkça, ilerde karşınıza çıkacak canavarlar sizi o kadar büyük dehşete düşürmüyor. Eski yaz manilerim hâlâ arada bir baş gösterir gibi oluyor ama bunlar eski dehşeti taşımadıkları gibi, tarif edilmez güzellikleri de, şahane içerikleri de boşalmış; zamanla tortulanmış, bir dizi yıpratıcı yaşantıdan yontulmuş, ilaçlar tarafından dize getirilmiş olarak, şimdilerde her Temmuz ayında, kısa, kimi kez tehlikeli bir kara duygu ve yüksek tutku yumağı olarak gelip geçiyorlar. Bu tür yaşantılardan çıktığınızda kendinizi ölümle ve yaşamla daha bir sarmalanmış hissediyorsunuz. John Doane'un "Öleceksin" diye cınlayan çanını böylesine sık sık ve inandırıcı biçimde işitti mi insan, yaşama daha keskin bir istekle daha sıkı sıkı, daha derin bir takdirle sarılıyor.

Yaşamın hüznüne set çekmek, kafanın çoğu kez dayanılmaz fırtınalarına karşı koymak için hepimiz içsel dalga kıranlar kurarız. Bunu hangi yolla -sevgi, çalışma, aile, iman, dostlar, körletmeler, alkol, narkotikler, ilaçlar- yaparsak yapalım, o duvarları bir ömür boyu taş üstüne taş koyarak yükseltiriz. Bu arada en önemli sorun şudur elbette: Bu duvarlar öyle yüksek ve dayanıklı olmalı ki insanı acıdan, keşmekeşten koruyan bir liman, gerçek bir sığınak oluştursun ama aynı za-

manda öylesine alçak ve geçirgen olmalı ki içeri yeterince taze deniz suyu girip kurumayı, çürümeyi önlesin. Kafası, duygudurumları benimkiler gibi olan biri için, bu duvarın bütünsel öğelerinden biridir aldığım ilaçlar; onlar olmasa her an kafamdaki azgın bir denizin ezici dalgalarına maruz kalırdım; hiç kuşkusuz ya delirir ya ölürdüm.

Ama benim için son aşamada, aşk dalgakıranının en olağanüstü parçası: Dehşeti, korkunçluğu uzakta tutmama yarım ediyor, aynı zamanda da yaşamı, güzelliği, canlılığı içeri alıyor. Bu kitabı yazmayı ilk tasarladığımda, bunun tek bir kişinin yaşamı bağlamında duygudurumu bozukluklarının ele alındığı bir kitap olacağını düşünmüştüm. Ama yazdıkça, yazdıkça, ben farkına varmadan aşk üstüne bir kitap oldu aynı zamanda; yaşamı sürdüren, yenileyen, koruyan aşk. Kafamda, yüreğimde ölümün eşiğine geldim kimbilir kaç kez ama her seferinde aşk yetişip umutlarımı canlandırdı, beni yaşama döndürdü. Yaşamın ayrılmaz bir parçası olan hüznü dayanılır kıldı, yaşamın güzelliğini yeniden gözlerimin önüne serdi. Karanlıkları aydınlatan bir fener, dondurucu rüzgârlara karşı bir pelerin oldu; açıklanması imkânsız bir mucizeydi, beni kurtardı.

Fırtınasız bir yaşam, kurak, öldürücü mevsimleri olmayan bir dünya umudunu yıllar önce bir yana bırakmıştım. Yaşam öylesine karmakarışık, öylesine değişken ki kendisinden başka bir şey gibi olamaz. Bense, doğam gereği öylesine civamsıyım ki, temelde denetlenemeyecek güçleri aşırı denetim altına alma çabasının doğaya derinden aykırı olduğunu çok iyi biliyorum. Her zaman itici, rahatsız edici öğeler olacaktır ve bun-

lar, Lowell'in dediği gibi, saat koldan çıkarılıncaya dek başımızda kalacaklardır. Bir günün sonunda tedirginlik sarar insanı, ya da üstüne kasvet yığılır, ya da güçlü inançlar baş gösterir ya da çılgın hevesler üşüşür kafasına. İnsanın yaşamını belirleyen, çalışmalarının özünü ve yönünü değiştiren, sevgilerine ve dostluklarına renk katan, nihai anlam veren bunlardır işte.

SONSÖZ

Birçok kez sormuşumdur kendi kendime: Eğer seçme şansım olsaydı, manik-depresif hastalık çekmeyi seçer miydim? Eğer lityum olmasaydı ya da lityum bana yaramasaydı, cevap kısaca "hayır" olurdu ve bu cevap dehşetle örülmüş olurdu. Oysa lityum bana yaradığına göre bu soruyu sorma lüksüne sahibim. Garip gelecek ama galiba bu hastalığa sahip olmayı seçerdim. Karmaşık bir şey bu. Depresyon sözcüklerle, seslerle, imgelerle anlatılamayacak kadar korkunç; bir daha uzun bir kriz geçirmeyi ölsem istemem. Kuşkular, güven ve öz-saygı kaybı, yaşamdan zevk alamama, normal düşünememe, konuşamama, yürüyememe, aşırı bitkinlik, gece korkuları, gündüz korkuları... bütün bunlar ilişkilerin kanını kurutuyor. Depresyon hakkında söylenebilecek iyi bir şey yok; belki de insanı yaşlılığa, hastalıklı yaşlılığa, ölüme hazırlıyor; kafanın çalışmaması ne demektir, zarafetten, koordinasyondan nasibini almamış olmak ne demektir; çirkin olmak ne demektir; yaşamın olanaklarına, seksin keyfine inanmamak, müziğin güzelliğini algılama, gülme ve güldürme yetisine sahip olmamak ne demektir, bunları öğretiyor diyebiliriz.

Kimi insanlar depresyonun ne demek olduğunu bildiklerini iddia ederler, çünkü başlarından bir boşanma olayı geçmiştir, işle-

rini kaybetmiş ya da birinden ayrılmışlardır. Oysa bu yaşantılar bir takım duyguları birlikte getirirler. Depresyon ise dümdüz, bomboş ve dayanılmazdır. Aynı zamanda çok sıkıcıdır. Depresyona girdiğinizde kimse sizin yanınızda bulunmaya tahammül edemez- Yanınızda olmak gerektiğini düşünürler, hatta bunun için çaba da gösterirler ama siz kendiniz bilirsiniz -onlar da bilir- inanılmaz ölçüde usandırıncı, yorucu olduğunuzu: Sinirli, paranoyak, mizah duygusundan uzak, cansız, sürekli kusur bulucu birisinizdir, ne kadar dil dökerlerse döksünler size güven aşılayamazlar. Korku içindesinizdir, başkalarını da korkutursunuz, "hiç kendinde değilsin ama yakında düzeleceksin" izdir ama bunun böyle olmadığını bilirsiniz.

Peki, böyle bir hastalığı neden istersin, diyeceksiniz. Çünkü, içtenlikle inanıyorum ki, bu hastalık yüzünden çok daha fazla şeyi çok daha derinden hissettim, çok farklı, çok yoğun yaşantılarım oldu; daha çok sevdim, daha çok sevildim; daha çok ağladığım için daha çok güldüm; çok kötü kışlar geçirdiğim için baharların tadına daha çok vardım; ölümü "dar bir pantolon kadar sıkı sıkıya" hissettiğim için onu -ve yaşamı- daha çok takdir ettim; insanların en iyi ve en kötü yanlarını gördüm ve sevginin, bağlılığın, bir işi sonuna dek götürmenin değerlerini yavaş yavaş öğrendim. Kafamın ve kalbimin enini, genişliğini, derinliğini gördüm, her ikisinin de ne kadar kırılğan, sonuçta ne kadar bilinmez olduklarını gördüm. Depresyonda olduğumda odanın bir ucundan bir ucuna yerlerde sürünecek gittiğim, bunu aylar boyu yaptığım oldu. Ama normalleştiğimde ya da maniye girdiğimde, tanıdığım pek çok kişiden daha hızlı koştum, daha hızlı düşündüm, daha hızlı sevdim hep. İnanıyorum ki bunun nedeni hastalığımdı her şeye getirdiği yoğunluktan, beni zorladığı perspektifi. Sanıyorum ki kafamın (biraz eksikse de yerli yerinde duruyor) sınırlarını, yetiştirme tarzımın, ailemin, eğitimin, dostlarımin sınırlarını zorlamama yol açtı.

Sayırsız hipomaniler, maninin kendisi, hepsi yaşamıma farklı bir sezgi, duygu, düşünce düzeyi getirdi. En psikozlu hallerimde - saplantılar, sanrılar, cinnetler içinde olduğumda- bile kafamda, kalbimde yeni yeni köşe bucaklar bulduğumu fark etmişimdir. Bu köşe bucaklardan bazıları ulaşılmaz güzellikte, inanılmaz şeylerle doluydu, öyle ki soluğumu keser, o anda ölsem bu imgeler beni güçlendirirler inancını uyandırırıldı. Bazıları ise korkunç biçimsiz, çirkindiler, onları görmeyi, orada olduklarını bilmeyi bile istemezdim. Ama o yeni köşe bucaklar her zaman varlar ve ben -normal- döndüğümde- yaşama karşı mecali kalmayı hayal bile edemiyorum, çünkü o sınırsız köşe bucakları ve onların sınırsız manzaralarını tanıyorum.

TEŞEKKÜR

Dostlarımın, ailemin, meslektaşlarımın destek ve öğütleri olmaksızın bu kitabı yazmam olanaksızdı. Dr. Daniel Auerbach'ın yıllar boyu süren kusursuz tıbbi tedavisinden yoksun kalmış olsaydım bu kitabı kesinlikle yazamazdım; kendisi her bakımdan kusursuz ve can yoldaşı bir hekimdir. Ona yalnızca yaşamımı değil klinik çalışmalar üstündeki eğitimimin önemli bir bölümünü de borçluyum. Manik-depresif hastalığım konusunda açık davranma kararımı en çok etkileyen kişi, eski dostum ve çalışmalarımın cömert destekçisi Frances Lear'dir. Kendisi benim akıl sağlığı destekleme çalışmalarımı da yüreklendirmiş, mümkün kılmıştır; pek çok önemli bakımdan bu kitabı yazma kararımdan da o sorumludur. Onun desteği ve çalışmalarına olan inancı, son sekiz yılda yapabildiklerim üstünde kritik bir fark yaratmıştır.

Birkaç başka dostum da çok önemli rol oynamışlardır. David Mahoney'e desteği, pek çok uzun ve yararlı konuşmalarımız ve harika dostluğundan dolayı derinden borçluyum.. Dr. Anthony Storr yaşamımın en önemli kişilerinden biri olmuştur, ilişkimizden dolayı kendisine şükran duyuyorum. Her ikisi de yakın dostum olan Lucie Bryant ile Dr. Jeremy Wa-

letzky, destekler ile inanılmaz ölçüde iyi ve cömert davrandılar bana. John Julius Norwich, uzun zamandır, manik-depresif hastalığımı açık açık tartışmam konusunda beni yüreklendirmekte olup böyle bir kitap yazmamın çok yararlı olacağı inancını tekrarlamaktan bıkmamıştır; kişisel gizlilik konusunda ileri sürdüğüm bütün çekinceleri, açık sözlü davranmanın doğruluğuna vurgulayarak yok etti. Harika dostluğu ve ikna kabiliyeti için ona teşekkür borçluyum. Johns Hopkins'de İngilizce profesörü olan şair Peter Sacks, bu kitabın bütün müsveddelerini okudu, çok değerli sayısız öneride bulundu ve çok ihtiyaç duyduğum teşviklerini esirgemedi. Çalışmam için harcadığı zaman ve dikkate ne kadar teşekkür etsem azdır. Dostluklarını yıllar yılı benden esirgemeyen başka arkadaşlarım da var, çoğu kitabımın ilk müsveddelerini okumak nezaketini de göstermişlerdir: Dr. James Ballenger ve eşi, Robert Boorstin, Dr. Haniet Braiker, Dr. Raymond De Paulo, Antonello ve Christine Fanna, Dr. Robert Gallo ve eşi Dr. Robert Gerner, Dr. Michael Gitlin, Katherine Graham, Judy Hoyer, Chuck ve Gwenda Hyman, Earl ve Helen Kindle, Dr. Athanasio Koukopoulos, Alan ve Hannah Pakula, Dr. Barbara Parry, Dr. Robert Post ve eşi, Victor ve Harriet Poti, Dr. Norman Rosenthal, Stephen Smith, Dr. Per Vestergaard, Dr. James Watson ve eşi ve Profesör Robert Winter.

Los Angeles'da geçirdiğim en zor dönemlerde Dr. Robert Faguet'ten olağanüstü dostluk gördüm; kitapta da belirttiğim gibi en korkunç en karanlık günlerimde bana baktı, bunu büyük bir nezaket ve mizah duygularıyla yaptı. Eski eşim Alain Moreau da o günlerde olağanüstü bir bağlılık göstererek bana çok iyi davrandı, yakın ilişkimizin hâlâ sürmesinden dolayı ona müteşekkirim. Dr. Frederick Silvers, Dr. Gabrielle

Carlson ve Dr. Regina Pally, hepsi ayrı ayrı, yardımcı oldular bana o uzun korkunç aylar boyunca. Daha sonra, David Laurie öldüğünde bana üstün ölçüde yakınlık gösteren ve o gün bu gündür dostum kalan kişiler de var: Albay Anthony Darlington ve eşi, Albay James B. Henderson, mütevefa General Donald Stewart, eşi Margaret, Ian ve Christine Mill.

Johns Hopkins'deki bölüm başkanım Dr. Paul McHugh özellikle destekleyici oldu; aynı şekilde, daha önce California Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde bulunduğum sırada psikiyatri bölümü başkanı Dr. Louis Jolyon West'in olduğu gibi. Üniversitedeki lisans öncesi ve sonrası hocalarım olan Prof. Andrew L. Comrey'e ve mütevefa Prof. William H. McGlothlin'e hem kişisel hem entelektüel açıdan her zaman borçlu olacağım. Gerek öğrencilerimden, gerekse hastalarımın anlatamayacağım kadar çok şey öğrendim.

Pek çok kişi gibi ben de yayıncı Erwin Glikes'ın 1994'deki ölümüyle yıkıldım. Yalnızca çok üst düzey bir kafa ve derin bilgelik taşıyan bir insan değil, çok yakın bir dosttu da. Benim *Touched with Fire* adlı kitabımı -yayınlamıştı; yazdığım bu anılar gibi son derece kişisel bir metni ondan başkasının eline teslim etmeyi aklımdan bile geçirmiyordum. Neyse ki Knopf'da Carol Janeway gibi biriyle çalışma olanağını buldum. "Editör" dediğinizde aklınıza gelebilecek en üstün niteliklere sahip biriydi kendisi: Derin sezgileri, üstün zekâsı, mizah duygusu olan, kitabı daha iyi, daha bütünlüğü olan bir yapıt haline getirmek için yılmadan uğraşan bu kişiyle çalışmak büyük bir zevk ve ayrıcalıktı. Chaos'un mükemmel editörü Dan Frank, azımsanması imkânsız redaksiyon yeteneklerini başka bir kaosun hizmetine sunarak bu kitabın çatısını çatmama yardım etti. Knopf Yayınevi'nin personeliyle çalış-

mak çok keyifliydi. Müthiş bir yazar temsilcisi olan Maxine Groffsk'ye -sıcak, canlı, sadık, anlayışlı, destekleyici- Erwin Glikes'a bizi tanıştırdığı için müteşekkirim.

Aslında ders notları olarak yazdığım, daha sonra -kısa klinik tanımlama pasajları şeklinde- *Manic-Depressive Illness* adlı kitaba kattığım malzemeyi kullanmama izin verdikleri için Oxford University Press'e teşekkürlerimi sunarım. Müsveddemi daktiloya çeken Bay Williams Collins doğruluğu, güvenilirliği, zekâsı ve cana yakınlığıyla değeri ölçülemeyecek katkılarda bulundu.

Bu kitapta ailemden de epeyce söz ettim. Bütün anlamlı ilişkiler karmaşıktır ama kendi ailemden başkasına sahip olmayı düşünmek benim hayal gücümün sınırlarını aşıyor: Annem Dell Temple Jamison; babam Dr. Marshall Jamison; ağabeyim Dr. Dean Jamison; kızkardeşlerim Phyllis, Danica ve Kelda; yengem Dr. Joanne Leslie; yeğenlerim Julian, Eliot ve Leslie Jamison. Eşim Dr. Richard Wyatt'a olan borcum sonsuz. Bu kitabı yazmam için beni yüreklendirdi, bu konuda duyduğum endişeleri, kuşkuları yatıştırdı, bütün müsveddelerimi okudu, bana yol gösteren yararlı önerilerde bulundu. Bana verdiği aşk her türlü badireyi atlatarak sürdü, gelişip serpildi ve inanılmaz ölçüde harikaydı. Bu yüzden ona minnettarım.

"Bu tür deliliğin çok kendine özel bir iç sırtısı, coşkunuğu, yapayalnızlığı, dehşeti var. Uçtuğunuz zaman harikasıdır. Düşünceler olsun, duygular olsun müthiş bir hızla, yoğunlukla üst üste geliyor, aynı kayan yıldızlar gibi ve siz bu yıldızların peşine düşüp her an daha iyisini daha parlakını buluyorsunuz. Çekingenlik diye bir şey kalmıyor, aradığınız sözceklere, jestlere tak diye buluyorsunuz, başkalarını büyülediğinizin kesinlikle bilincindedir. Tekdüze insanlarda ilginç yanlar keşfediyorsunuz. Gövdenizin her yanını müthiş bir duyarlılık sarıyor, baştan çıkarmak, baştan çıkarılmak karşı konulmaz bir istek haline geliyor. Her şey çok kolay, siz çok güçlüsünüz, parasal açıdan da her şeyi yapabilecek durumdasınız, üst düzey bir keyif, coşku, mutluluk iliklerinize kadar dolmuş. Ama bir noktadan sonra bütün bunlar değişiyor. Kafanıza üşüşen fikirler çok fazla, çok hızlı; biraz önce açık seçik gördüğünüz şeyler birbirine onulmaz biçimde karışıyor. Bellek yok oluyor. Arkadaşlarınızın yüzündeki ilgi ve keyif yerini endişe ve korkuya bırakıyor. Önceleri düzgün bir akış içinde olan her şey birden tersine dönüyor, sinir, öfke, korku birbirini izliyor, denetimi titnitiyle elden geçiriyorsunuz, kafanızın en karanlık mağaralarına dalıyorsunuz. O mağaraların orada olduklarını bilmiyordunuz o ana dek. Bunun sonu hiç gelmeyecek, çünkü delilik kendi gerçekliğini yaratıyor."

Durubmayan Bir Kafa, manik-depresif hastalıklar üzerine uluslararası bir uzman ve bir Amerikan üniversitesinde tıp profesörü unvanına sahip az sayıda kadından biri olan Kay Redfield Jamison'ın, iradesini, azmini ve etkileyici entelektüel yeteneklerini kullanarak manik-depresif hastalıkla on yedi yaşından beri nasıl savaştığını anlatıyor. Çalışmaları, dünyanın dikkatini bu ölümcül olabilecek hastalığa çekmekte büyük ölçüde yardımcı olmuş ve sayısız insanın hayatını kurtarmıştır.



TV'de şiddete hayır!

Şiddet öğeleri içeren TV programlarını reklamlarıyla destekleyen şirketlerin uyarılara saldırmaz.

TV'de şiddete san da hayır da.

