

APEIRON

SINIRSIZ OLAN!



AYLIK FELSEFE, KÜLTÜR VE SANAT
E-DERGİSİ

FELSEFE

EDEBİYAT

BİLİM

SAGLIK

ŞİİR

KÜLTÜR

AYIN SORUSU

*Ayın sorusunun cevabı, Şubat ayının
dosya konusudur.*

OCAK 2022 - SAYI 1



DERGİMİZ HAKKINDA

"Değişen dünyada, dijitalin gücü yadsınamaz boyutu ile gündelik hayatımızda oldukça yer kaplamaktadır. Bu gücü, etkin kullandığımızda ne kadar da yararlı olabileceğinin farkına çoğunlukla varamıyoruz. Bazen farkındalık, bizi önemli kavram olan "Zaman" ımızı değerlendirmeye iter. İşte bu itki gücü, pratikleşerek zaman yönetiminin kontrolünü sağlar. Aylık dijital dergimiz Apeiron, değişen dünyaya ayak uydurarak zamanımızla uyumludur.

"Apeiron" (sınırsız olan) kelimesinden yola çıkarak, sınırsız olanı ele aldık. Herkese hitap eden; Felsefe, Edebiyat, Sanat, Şiir, Sağlık, Bilim, Kültür gibi köşelerden oluşan aylık dijital dergimiz ulaşılabilirliği ile kolaylık sağlar niteliktedir. Çıktığımız bu yolda "Entelektüel" deneyimimize ortak olmanız bizim için çok değerli...

Bu ilk sayımız ile birçok alanda yazılarını bizimle paylaşan, değerli yazarlarımıza teşekkürlerimi sunarım. Diğer sayılarımızda Apeiron ailesine katkı sağlamanız temennisi ile...

Sağlıkla ve zihin gücünüz ile kalın...

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
FİGEN AKÇAYOĞLU





Genel Yayın Yönetmeni

Figen AKÇAYOĞLU

Editör ve Sosyal Medya Sorumlusu

Figen AKÇAYOĞLU

Ocak Ayı Yazarları

TUĞBA KOP SEDANUR KAYA ÖZDE GÜLENOĞLU MEHMET ZAHİT KINIK

RABİA KAÇMAZ PINAR KUMSAL BAŞDAĞ ARZU YILDIRIM RABİA GÜVENÇ

BUKET KILIÇ RUMUZ : DÜŞÜNENBİRDELİ İREM ARSOY

ZEYNEP MİRAY ÇAKIR RUMUZ: KÜSURATSIZ Pİ EYLÜL YAŞAR

Tasarım

Figen AKÇAYOĞLU

Yayın Türü

Aylık E dergi

İletişim

 [apaironedergi](https://www.instagram.com/apaironedergi)



- 5** **FİGEN AKÇAYOĞLU – EDITÖRÜN KALEMİNDEN – APEIRON NEDİR?**
- 7** **TUĞBA KOP – AİLEDE YAŞANAN EKONOMİK SORUNLARIN AİLE BÜTÜNLÜĞÜ VE YAPISI ÜZERİNE ETKİLERİ**
- 10** **SEDANUR KAYA – MUTLULUĞU VE MUTSUZLUĞU BAKIMINDAN İNSANLIĞIN DOĞAL DURUMU ÜZERİNE**
- 13** **ÖZDE GÜLENOĞLU – NİETZSCHE VE SARTRE İÇİN ÖZGÜRLÜĞÜN OLANAĞI**
- 17** **MEHMET ZAHİT KINIK – BİR VAR İKİ YOK**
- 20** **RABİA KAÇMAZ – ADSIZCILIK ÜSTÜNDEN YÜRÜTÜLEN BİR NEVİ ADCILIK SLOGANLARINA VURGU**
- 23** **PINAR KUMSAL BAŞDAĞ – KEHRİBAR**
- 26** **ARZU YILDIRIM – BEKLEYİŞİN ŞARKISI**
- 27** **RABİA GÜVENÇ – ÖLÜ KEDİ KOKUSU**
- 29** **BUKET KILIÇ – FEYYAZ KAYACAN(FERGAR)’IN ESERLERİNDE VAROLUŞÇULUĞUN İZLERİ**
- 32** **RUMUZ : DÜŞÜNENBİRDELİ – STRESİN TANIMI, NEDENLERİ VE BEYİN ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ**
- 36** **İREM ARSOY – İLİŞKİ KUMARI?**
- 38** **ZEYNEP MİRAY ÇAKIR – GÜNLÜK VE AJANDA KULLANIMINI NASIL DAHA ETKİLİ HÂLE GETİREBİLİRİZ?**
- 41** **RUMUZ: KÜSURATSIZ Pİ – ÇEYREK AKLIMLA**
- 42** **EYLÜL YAŞAR – SON RÜYA**
- 43** **AYIN SORUSU**

APEIRON NEDİR?

FİGEN AKÇAYOĞLU

Thales'in öğrencisi Anaksimandros (İÖ 610-546) Miletos okulunun ikinci önemli üyesidir. "Doğaya ilişkin ilk eser"i tarihe geçmesine neden olan Doğa Üzerine (Περὶ φύσεως / Peri physeos) dir. Biz Anaksimandros'u, bu eserden kalan fragmanlardan ve bu eseri okumuş olan Theophrastos'un aktarımlarından biliyoruz. Anaksimandros bu eserinde, "evren, evrenin kökeni ve ilk biçimiyle ilgili görüşlerini; gök cisimleri, doğa olayları, astronomi, meteoroloji ve biyoloji gibi bilimlerinin ilk hâlleri ve coğrafya hakkında ne denli bilgi sahibi olduğunu" ortaya koymuştur. İlk dünya haritasını çizmeyi denemiştir. Anaksimandros'un ağaçların dallanıp budaklanarak gelişmesine ve kabuklarının soyulmasına dair yaptığı gözlemleri, insanoğlunun kökenini açıklamasına ön ayak olmuştur. Filozofumuza göre, insandan başka tüm canlılar doğdukları andan başlayarak kendilerine bakabiliyorlardı. Lakin insanoğlunun doğumdan başlayarak uzun bir süre bakıma ihtiyacı vardı. Anaksimandros'un evren açılımı, hocası Thales'ten daha ayrıntılı ve çok daha farklıdır. Dünyayı destekleyen hiçbir şeyin olmadığını söyler. Bundan sebep hocası gibi, dünyanın üzerinde durduğu bir destek kabul etmez. Çünkü dünya her şeye eşit uzaklıkta olan bir yerde konumlanmıştır. Ona göre evrenin ilk ilkesini yani arkhesini bizim gözlerimizle gördüğümüz dünyadaki bir elementle ilişkilendirmek hatadır.

Varlıkların ana ilkesi sınırsız ve tanımlanmamış olmalıdır. Anaksimandros bu şekilde düşündüğünden, "arkhe nedir?" sorusuna hocası Thales'den değişik bir yanıt vermiştir. Evrenin temelinde yatan bu ilkeyi apeiron (ἄπειρον: Sonsuz ve Sınırsız Olan) olarak açıklamıştır. Bu ilke tanımsızdır ve her şeyin başlangıcıdır. Yani doğmamıştır, yaşlanmaz, yok olmaz ve ölmez olandır. Anaksimandros'a göre evren, sıcak- soğuk gibi karşıtlıkların savaş alanıydı. Bazen bir çift karşıt diğer karşıtlığa üstün gelir. Bazen de diğer bir çift karşıt buna üstün gelirdi; yani sürekli birbirleriyle çatışırlardı. Ta ki birinden biri yok oluncaya ve diğerine dönüşünceye kadar. (Örneğin, günün geceye, gecenin gündüze dönüşmesi gibi). Bunlar, Anaksimandros'un şiirsel ifadesine göre, "zamanın hâkemliğinde adaletsizliklerinin cezalarını çekiyorlar ve birbirlerinin verdiği zararın tazminatını ödüyorlardı."

Sıcak ve soğuk ilk ortaya çıkan karşıtlıktır. Kozmik ve ezeli-ebedi olan sonsuz bir maddeden hayat bulmuştu. Sonra bunlardan ateş ve toprak çıkmıştı ve varolan evrenin (kosmosun) temelini oluşturmuştu. Başka deyişle, Anaksimandros'a göre evren, zıtlıkların birliğinden ortaya çıkmıştı. Anaksimandros, kâinatı meydana getiren temel madde sorusuna "apeiron" cevabını verir. Anaksimandros'tan önce mitolojide "khaos" ve hocası Thales ise "su" cevabı vermiştir. Her üç görüş de bir kâinat olduğunu, bunun da temelinde dünya, gökyüzü olduğunu bilirler.

Aperion kelimesini etimolojik olarak açılar isek; ilk anlamda sınırsızlıktır. Kelimenin kökü "peras",sınır demektir. "A" olumsuzluk ekidir. Bu nasıl bir sınırsızlıktır? Okyanusa çok benzer. Yani mekânca sınırsızlık, bütün her yeri kaplıyormuş gibi görünür. Bu aynı zamanda nicelik olarak da sınırsızlıktır. Aperion, öyle bir şey ki bütün nesne ve niteliklerin kendisinin içinde toplandığı bir yanardağ lavı, bir magma gibidir.

Aperionun en önemli noktası belirsiz olmasıdır. Çünkü bütün nitelikler ve nesneler onda birleşmiştir. Nitelik, bir nesne tarafından taşınmak zorundadır ama nesne, nitelik olmadan da var olabilir. İşte Yunan dünyasında başlangıçta nesne ve nitelik ayrımı yoktur.

Aperion, hem bütün nesneleri hem de derinlikleri barındırır. Aperion, bizim gözlem dünyamızdaki bir nesne değildir. Biz böyle bir maddeyi sadece tasavvur ederiz. Aperion, gerçekten Yunan felsefesinde önemli bir adımdır. Bütün metafizik düşüncelerin akacağı yerdir. Aperion mitolojideki bütün özellikleri almış ve Anaximandros aperionla tam anlamıyla bir çekirdeği düşünmüştür. Çekirdek de belirsizdir. Ama yine de burada bir doğal olay, doğanın kendi doğumu vardır. Onların açıklamaya çalıştığı physis doğmak, çoğalmak, akmak anlamına gelir. Çünkü doğa çoğalan, doğuştan anne anlamına gelir.

İlkçağın önemli filozoflarından olan Parmenides'in önemli fragmanı (doğa, gerçek ya da ifşadır) bize her şeyin apaçık olduğunu gözler önüne serer.

FİGEN AKÇAYOĞLU



Anadolu Üniversitesi Kamu Yönetimi Bölümü ve İstanbul Üniversitesi Felsefe bölümünden mezun oldu. Editörlük ve yazarlık eğitimleri aldı. 2 farklı felsefe dergilerinde makaleleri yayınlandı. Ayrıca P4C (çocuklarla felsefe) eğitimi aldı. 1 yıl online bir akademide yazarlık ve editörlük yaptı. Online felsefe atölyeleri düzenledi ve şu an felsefe ekip liderliği yapıyor. Özel felsefe dersleri veriyor. Dinler tarihi araştırmaları yapıyor. Varoluşçuluk, din felsefesi özel çalışma alanıdır. Sanat icra etmek en keyif aldığı eylemlerdendir. Tuval üzerine soyut sanat çalışıyor. Apeiron dijital derginin genel yayın yönetmeni ve editörüdür.



1. GİRİŞ

İnsanlar sosyal varlıklardır. Karşılıklı olarak bireyler birbirlerini olumlu ya da olumsuz etkilemektedir. İlk sosyalleşme ise ailede başlar. Aile üyeleri birbirlerini sistematik olarak etkiler, aileyi etkileyen etmenler içeriden olabileceği gibi dışarıdan da olabilir. Aileyi dışarıdan etkileyen etmenler psikolojik, sosyolojik, kültürel, ekonomik faktörlerdir. Bu araştırmada, aileyi dışarıdan etkileyen etmenlerden biri olan ekonomik faktörler ele alınacaktır. Aileyi etkileyen ekonomik faktörler aile yapısı üzerinde çok fazla etkilidir, dolayısı ile bu ekonomik faktörlerin çözüm yolları üzerinde durmak ailelerin bütünlüğü ve yapısının korunması açısından çok önemlidir. Toplum ailelerden oluşur, ailelerdeki krizleri önlemek toplumun da bütünlüğü ve yapısına olumlu katkı sağlayacaktır.

2. EKONOMİK SORUNLARIN AİLELER ÜZERİNDE OLUMSUZ ETKİLERİ

Ekonomik sorunların psikolojik ve sosyolojik olumsuz yönleri çok fazladır. Psikolojik olarak ekonomik kriz yaşayan aileler de kaygı düzeyleri artar, depresyon, psikosomatik bozukluklar gibi psikolojik açıdan birçok hastalık ortaya çıkabilir. Çocuklar üzerinde ise ciddi kaygı ve korku bozuklukları, okul başarısında düşme, davranış bozuklukları ortaya çıkabilir. İnsanlar biyopsikososyal varlıklardır. Her ortaya çıkan sorun dönüşümlü olarak birbirlerini etkiler. Toplum içinde yaşayan insanların yaşamdaki stres faktörlerini azaltmak için sosyalleşmeye, kültürel aktivitelere zaman ayırmaya ihtiyaçları vardır. Ancak ekonomik kriz yaşayan aileler, sosyal ihtiyaçlarını da karşılayamazlar. Bu durum yine aileleri psikolojik açıdan ciddi şekilde olumsuz etkiler. Bireyler günlük yaşamlarında karşılaştıkları sorunları sosyalleşmeyle birlikte azaltmaya çalışırlarken ekonomik bunalımlar, sosyalleşmeye de engel olur. Dolayısı ile bireyler tam bir çöküntü hâl içine girerler. Ekonomik sorunlardan intihar eden, bunalıma giren aile bireyleri sayısı çok fazladır. Günümüzde giderek de artmaktadır. Bir önemli diğer durum ise üniversite bitiren işsiz kalan gençler, iş bulamadıkları ve ekonomik geçimlerini sağlayamadıkları için intihar etmektedirler ya da ağır bir şekilde majör depresyon bozukluğu yaşamaktadırlar. Tüm bu yaşanan olumsuz durumlar, özellikle çocukların belirli bir yaş dönemlerine denk geldiğinde aile içinden çıkılmaz bir kargaşaya düşer. Örneğin; ergenlik döneminde bu sorunlar ortaya çıkıyorsa tam da ergenlerin çocukluktan yetişkinliğe geçtiği, kendisini ispatlamaya çalıştığı bu dönemde ekonomik krizler ergenleri fazlaca olumsuz etkilemektedir. Ergenlik dönemi, aklın değil duyguların daha çok ön planda olduğu dönemdir. Mantıklı düşünmeden sorumlu olan prefrontal korteks bölümü ergenlik döneminde olgunlaşmamış ve gelişmektedir. Bu dönemde ailelerle çatışmalar fazladır, ailede önemli krizsel dönemler, çocuklarında ergenlik dönemiyle birlikte aileyi içinden çıkılmaz bir duruma sokmaktadır. Günümüz çocukları ve ergenleri maalesef sosyal medyanın etkisinde kalmakta ve kendilerini çevrelerine ispat etmek, göstermek ihtiyacına sürüklenmektedirler.

Bunun sonucu olarak gençler ve çocuklar daha çok tüketime yönlendirilmektedir. Özellikle dış görünüşün fazlaca önem verildiği ergenlik dönemi, sosyal medya, reklamlar ve moda kavramlarından fazlaca etkilenmekte ihtiyaç olmadığı hâlde alışverişe, gereksiz tüketimlere yönlendirilmektedir. İşte “Tüketim kültürü” denilen kavram tam bu noktada ortaya çıkmaktadır. “Moda”, “Popülerlik” adına ihtiyaç olmadığı hâlde yeni ayakkabılar, yeni giysiler, yeni eşyalar almak artık bir kültür hâline gelmektedir. Reklamlarla, medyayla birlikte bilince yerleşen bu tüketim isteği gerçekleşmediğinde bireyler psikolojik ve sosyolojik olarak olumsuz etkilenirler. Bu yeni kültür, yeni çıkan ürünleri almak zorunda hissiyatı verir. Sadece ürünler de değil, entelektüel görünmek için gençler normal kafelere oturmak yerine Starbucks gibi pahalı içeceklerin, yiyeceklerin satıldığı kafelere oturup kendi “Benliklerini” beslerler. Popülerlik uğruna tiyatrolar, müzeler, sanat eserleriyle ilgilenmek yerine zamanlarını ve paralarını değersiz, gençleri kötü etkileyecek film ve dizilerle harcarlar. Ailelerin kontrolü dışında gerçekleşen ülkedeki ekonomik krizlerde vardır. Ürünlerin fiyatlarının artması, elektrik, su, doğalgaz fiyatlarının zamlanması aile bütçesini kötü etkilemektedir. Ortaya çıkan ekonomik krizler, ruhsal ve fiziksel sağlığı olumsuz etkilemektedir. Psikolojik rahatsızlıklar, bedensel ağrılara, acılara, rahatsızlıklara sebep olur. Psikolojik, sosyolojik, fiziksel sorunlar birbirlerini etkilerler.

Aileyi derinden etkileyen ciddi sorunlar, travmatik bir etki yaratırlar. Bu çözümlenemeyen problemler büyür ve içinden çıkılmaz bir şekle girer. Çözülmeyen sorunlar, nesiller arası aktarılır ve diğer nesilleri de bilinçsizce olumsuz etkiler. Üç kuşak aktarılan sorunlar her ne olursa olsun, hem ailenin birliğini bozar hem de gelecek nesilleri olumsuz etkiler. Aile, toplumun en önemli ve en temel kurumudur. Toplum bir organizmadır ve parçalar toplumun bütünlüğü, işlevselliğini sağlamak için çalışırlar, bu parçalar toplumun kurumlarıdır. Toplumun kurumlarından birinde hastalık ortaya çıkarsa bu tüm diğer kurumları olumsuz etkiler ve hastalık yayılır. Aile kurumunu da etkileyen en önemli sorunlardan birisi ekonomik sorunlardır. Bunlara çözüm bulunmazsa aile kurumu zarar görür hastalık diğer kurumlara yani toplumun geri kalanına da yayılır. Ekonomik sorunlar, eşler arasında da huzursuzluğa sebep verebilir. Ailede engelli bir birey varsa engelli bireylerin sağlık masrafları, özel eğitimi için ayrılan masraflarda ekonomik krizlerde sorun yaratır. Eşler arasında, çocuklar arasında yaşanan sorunlar için ise uzman yardımı alınmalıdır. Ekonomik bozukluklar, aile içi dengesini bozar; bu dengeyi yeniden kurmak gereklidir. Bir bireyi etkileyen sorun , diğer aile üyelerini de etkiler. Sistematiik olarak sorunlar yayılır.

3. AİLEDE YAŞANAN EKONOMİK SORUNLARA ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Sorunlar her zaman vardır, ancak bunun yanında çözümleri de vardır. Önemli olan bu sorunlara teslim olmamaktır. Ailelerin, ekonomik krizlerini yönetebilmeleri için genel olarak aşağıda öneriler sırayla verilmiştir:

- Gerçek ve lüks ihtiyaçları ayırın.
- Gereksiz harcamalardan uzak durun.
- Aynı kaliteyi daha ucuza alın.
- Yanıltıcı ve aldatıcı ucuzluğa aldanmayın.
- Canınız sıkkın iken, alış veriş yapmayın.
- “Olmasa da olur” demeyin.
- Yanınızda fazla para bulundurmayın, kredi kartıyla alış veriş yapmaktan kaçının.
- Kendinize hedefler belirleyin.
- Ayağınızı yorganına göre uzatın.

Unutmayın, damlaya damlaya göl olur.

- Birikim yapın.
- Psikolojik, sosyolojik destek almayı ihmal etmeyin.
- Gerektiğinde aile çevrenizden destek alın.

4.SONUÇ

Aile, toplumun en önemli kurumudur. Ailede yaşanan sorunlar toplumu etkiler, yukarıda aileyi etkileyen dış faktörlerden ekonomi konusu üzerinde durulmuştur. Ekonomi, aileyi etkileyen en önemli ve ciddi sorunlardandır. Birçok olumsuz etkisi vardır, ekonomik sorunların birçok nedeni vardır. Bu sorunlarla baş edebilmek için destek alınmalı ve sakin kalınmalıdır. Toplum ailelerden oluşur, ailelerin sağlığı toplumun sağlığı demektir. Bu yüzden bu araştırmada detaylarıyla ekonomik problemler incelenmiştir. Aile, bir sistemdir, dolayısı ile çözüm yollarına da bireysel değil sistemsel olarak bakılmalıdır. Pozitif etkileşim, sevgi, saygı, hoşgörü, stresörleri azaltmak için kullanılan içsel ve dışsal kaynaklar problemlerin çözümünde etkili olacaktır. Yaşanılan sorunlar üç nesil boyunca aktarılır. Sorunların çözülmesi gelecek nesiller içinde önem arz etmektedir. Sorunlar ancak inanmak ve çabayla çözülür. Sorunlar, çözümler hayatın hep içinde ve bizimledir, dolayısı ile emek ve pes etmemek başarıya götüren en önemli yoldur.

KAYNAKÇA:

TÜİK

Aile Ekonomisi : Prof. Dr. M. Hamil NAZİK- Dr. Seher ERSOY

<https://tr.wikipedia.org/wiki/>

<https://tarihibilgi.org/fordizm-nedir/>

Seninle Başlamadı- Mark WOLYNN

Ekonomi Kitabı- Alfa yayınları

<https://www.sosyologer.com/>

Ailenin Sosyo-ekonomik-kültürel düzeyinin çocuğun kaygı düzeyine etkisi- Dr. Öğr. Üyesi Aşkın HATUNOĞLU

Tuğba KOP



Aydın Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyoloji mezunu. Aydın Üniversitesi Aile ve Çift danışmanlığında 6 ay eğitim alarak uzman ünvanı aldı. İstanbul Üniversitesinden felsefe grubu öğretmenliği için formasyon aldı. Aydın Üniversitesi Aile ve Çift danışmanlığı alanında yüksek lisansını tamamladı. İkinci Üniversite olarak ise lisans çocuk gelişimi okumaktadır.

MUTLULUĞU VE MUTSUZLUĞU BAKIMINDAN İNSANLIĞIN DOĞAL DURUMU ÜZERİNE

SEDANUR KAYA

“İnsan doğuştan eşittir” (Leviathan- Bölüm 13 / 92.syf)

Doğa her canlıya farklı biçimlerdeki yetileri öyle eşit bir şekilde vermiş ki, biri diğerinden üstün olma çabası içine girmeden farklı metotlarla iz sürüp kendi yetisinden üstün olduğuna inandığı karşı tarafa, gizli bir düzenle kendisi gibi birlikte olanlarla birleşerek alt etmeye yönelir. Burada insanın “ Birlikten dirlik doğar ” yönünü görmemiz mümkündür. Çünkü dirlik bir yapay cisim olan devletin ana ürünüdür. Devletler doğar, büyür, gelişir, çöker ve ölür. Bu durum insanın temel doğasında vardır. İnsan doğal durumundan aslında dış etkenlere karşı kendine bir savunma mekanizması geliştirmiştir. Tek başına yaşayan bir insanın doğa durumunda güvenliği yok denecek kadar azdır. İnsanlar temel gereksinimlerini özel mülkiyet haklarını “Devlet” denilen yapay cisme yani yapılanmaya neden devreder? İşte tüm bu gereksinimlerin karşılanması için... Eğer insan doğada birinin himayesi altında değilse sınırlarını, canını hatta mülkiyetlerine zarar verecek dış etkenlerin olduğunun bilincindedir. Bu yüzden insanlar gerek zeka gerek güç bakımından birlik içinde olmalıdır. İşte insan aklî melekelerini bu yönde kullanırsa, güçlü insanların hem himayesinden hem de tacizlerinden kurtulur.

“Çünkü basiret eşit zamanın bütün insanlara eşit olarak bahsettiği ve insanların kendilerine eşit ölçüde verdikleri işlerde eşit ölçüde edindikleri deneyimden başka bir şey değildir.” (Leviathan- Bölüm 13 /93.syf), yani basiret aslında insana yüklenmiş en donanımlı silahtır. Doğru yerde doğru zamanda ve doğru kişilerde çıkarlara uygun bir biçimde kullanılırsa zayıf görünen şahıslar bu savaştan galip gelebilir. Ama her ne kadar bu kişiler kolektif bilinç geliştirse de birçokları zekâsının kendi zekâsından üstün olmadığı kibrine kapılır. Her ne kadar ortak fikirler ile hareket etseler dâhi, kendi zekalarını başkalarının zekasından daha iyi tanırırlar. Bu örnekle Descartes’in Pazar analogisini hatırlattı. İnsan akıl pazarına akıl almak için çıkar ama en nihayetinde yine kendi aklını almak ister. Eğer başka akıllara yönelirse bu durum onun kendi aklından şüphe ettiği izlenimine vardırır. Bu da benliğine, egosuna kendi kendine hakaret etmesi demektir. Hobbes, bu memnuniyetin herkesin eşit şekilde akıldan pay almasının en büyük kanıtı olarak gösterir.

“Eşitlikten güvensizlik doğar.” (Leviathan-Bölüm 13/ 93.syf)

Bilindiği üzere insanlar yetilerinin yani basiretin getirmiş olduğu bu eşitlikten amaçlarına en kısa sürede ulaşmak ister. Ama yetilerinin birinin diğerinden daha pasif olup hem de aynı seviyede bir şeye sahip olmak istemesi, iki şahıs arasında husumete sebep olur. Asıl amaçları özerkliklerini korumak olan bu insanların çıkarları değişince birbirlerini yok etmeye çalışacaklardır. Çünkü akıllarının başkalarından üstün olup onları yönetmesini istemezler ve mutlak egemenliğini kendi akıl süzgecinden kaynaklanarak doğmasını isterler. Bir birini kendi himayesinde tutmak ister. Kısacası burada düşmanlıktan kaynaklanan savaşları ortaya çıkarır.

“Güvensizlikten savaş doğar.” (Leviahtan 13. Bölüm- 93.syf)

Savaş insanların birbirine olan bağların kopması ve menfaatlerinin yanı sıra artık dirlik içinde olmayacak derecede birbirlerine güvenmediklerinden kaynaklanır. Bedenen birliktelikleri zaruren devam etse de gerek fikir ayrılıkları, gerekse birbirinin bir diğerine üstün gelme çabası bu husumeti tetiklemektedir.

Öyle ki bu güvensizlik durumundan kurtulmak ve kendisi için tehdit unsuru olabilecek tüm mecralarda gerek doğru gerek dolaylı hileli yollardan düşmanı alt etmek ister. Ona tehdit oluşturabilecek tüm yolları engellemek isteyecektir. Bu sayede yandaş olarak yanında tutabilecek her türlü kişiyi himaye altına almak ve korumak için söz vermek akıl kârıdır. Kendi varlığını korumak adına yapılan bu hareketin akıl sahibi her insan da doğru bir davranış olduğuna kanaat getirilmelidir. Durumlar bundan ibaret olmasaydı, herkes mütevazî sınırlar içinde yaşayıp gider ve özel mülki sınırlarını işgaline mahal vermezdi. Çünkü savunmada kalmak, yerine saymak ile aynıdır. İnsan kendi egemenliğini kabul ettirmesi için akıl olarak cevaz sayılır. Bu sadece insanın devlet kurma politikası ile ilgili bir durum değil, insan varlığı için de aynı şey geçerlidir. İnsan ilişkilerinde yeterli tavır ve davranışları göstermediğimiz taktirde kendi üstünlüklerini üzerimizde göstermeye çalışacaklardır ve olabildiğince kendilerini küçük düşüren kişiye karşı korkutma politikası sürdüreceklerdir. Çünkü insan doğasında üç temel kavga nedeni vardır.

1) Rekabet 2) Güvensizlik 3) Şan ve şeref;

Bunlardan rekabet insanı kazanç sağlamak için, ikincisi de güvenlik sağlamak için, üçüncüsü de makam ve mevki içindir. Rekabet insanın insana karşı savunma adı altında bir direktme girişimidir. Rekabet olmasa insanların ulaşma ve çabalama içgüdüleri dürtülmez ve bunca gelişme insanlığa katkı sağlamaz. Ama bu rekabet yerinde ve dengeli olur hırs ile birleşmezse medeniyetlerin ilerlemesine katkıda bulunur. Ama işe sadece hırs ile bakmak, insanların sahip oldukları şeylere göz dikerek egemen olmak istemek, güvenlik yani kendilerini korumak adına bile olsa şiddete başvurmak doğaldır ama doğru değildir. Hasımları, arkadaşları onun şerefine leke getirecek en ufak davranışta bulunmaları doğası gereği insanı şiddete sürükler.

“Devlet olmadıkça herkes herkesle savaş halindedir.” (Leviathan-bölüm13 /94. Syf)

Buradan şunu çıkartabiliriz. Yani insanların tümünü bir egemenlik altına almaz, onların özel mülkiyet haklarını koruyup güvenliklerini şuan ve şöhretlerinin devamlılığını sağlamazsak bir korku himayesinde sınırlandırmazsak, işte o zaman birbirleri içerisinde kaosa mahal verecek durumları görmek mümkündür. Bu kaos öyle hemen birdenbire oluşmaz. Hani fırtına öncesi sessizlik derler ya işte tam da öyle. Yani savaşların öncesinde kriz kesin vardır. Bu krizler aslında savaşın bir nevi nişanesidir. Olur ki bu kriz anları yatıştırılırsa barış sağlayabilir. Böylesi savaşların getirmiş olduğu sıkıntılar üretimin durması ve çalışma gibi fonksiyonların olmaması mümkündür. Çünkü kriz zamanları kaosu habercisi olduğu için çalışmak gereksizdir. Belirsizlik durumu çalışmanın karşılığını alamamaktır. Aslında toprakların işlenmesi mümkün değildir. Yarın için bir düşünce bir beklenti yoktur. Hep ölüm korkusu ile yaşamak insan psikolojisine de büyük darbedir. Doğanın insanları her an tetikte beklemesi yönündeki içgüdüleri ya var olmaya yeter ya da egemen olmaya iter. O hâlde bir düşünelim; Eğer bu bahsi geçen hususlar yoksa ve insan bir çıkar gözetmeksizin yaşayabiliyorsa o zaman neden bir yolculuğa çıkarken kendisini korumak adına silah kuşanır ya da yanında bir insan olsun ister. Neden evde olmadıklarından kapılarını, olduklarında dolaplarını kilitler. Bunların herhangi bir davranışlarından ötürü yasalar önünde ceza alacaklarını bildikleri hâlde neden bu kadar güvensiz hissetmektedirler. Burada insan insanın doğası deyip geçmek cevazdır.

“Çünkü insanın istek ve duyguları kendi başlarına günah değildir.” (Leviathan 95.syf)

İnsan bu eylemlerin yanlış olduğunu anlayana kadar aslında bu davranışların günahını yüklenmez. Çünkü doğasına aykırıdır. Yani insan doğası gereği içgüdüsel olarak hep tetikte beklemektedir.

Ta ki bu eylemlerin yasalar ile engelleyeceğini inanır, özel mülkiyet haklarını kendi güvenliğini sağlamak şartıyla devlet gibi yapay kurumlara devrederse artık kendi adaletini kendisi tahsis edemeyecektir. İnsanlar bazen doğal yaşamdan kopmakla birlikte kendi güvenliklerini sağlamak şartıyla devletten uzaklaşıp vicdani ret haklarını kullanabilirler. Zorunlu yasaların uygulanmasından ziyade kendi sorunlarını kendilerinin çözebileceklerine olan inançları devlet rejimlerine karşı gelip yok saymalarına neden olabilir. Bu özerklikten daha ileri bir boyuta taşır. Devletin getirdiği olanakları kabul etmediği gibi kendisini de devletten özel mülkiyet ve hayat haklarının korunmasını beklemez. Vahşi doğal şartları devletin yasalarından daha meşrudur. Devletler birbirlerini sınırlarına göz dikerek büyümek isteyebilir. O yüzden güçlerine güç topraklarına yeni yerler katmak istediğin de kaleyi içten fetheder ve savaş düzenleneceği toplumun ilk başta toplum ilişkilerini bozar. Bu stratejik bir hamle olduğu için adaletle aykırı bir durum değildir. Çünkü tek bir amaç vardır hayatta kalmak ya da kalmamak. Genel bir otoritenin olmadığı yerde yasalardan yasaların olmadığı yerde de adaletsizlikten bahsedilmez. Çünkü adalet ve benzeri kavramlar basiretin getirdiği kavramlardır. Tek başına yaşayan biri için adalet kavramı boş bir kelimedir. Bunlar ancak toplumdaki şahsiyetlerin hakları neticesinde belirlenir. Herkesin herkes ile savaş durumu “benim senin” ayrımına girmeden eline geçirebileceği tüm ganimetlere sahip olmasıdır.

En nihayetinde de Barış'a yönelten duygular ölüm korkusu, rahat bir yaşam ve çalışarak elde tutma çabasıdır. (96.syf)

Akıl, insanın anlayabilecekleri uygun barış ortamlarını gösterir. Bu şartlara Doğa yasası denir yani akıl bir meleke olarak en doğru yolu en nihayetinde (Barış) olarak belirler.

KAYNAKÇA

Leviathan / Thomas Hobbes

SEDANUR KAYA



Araştırma alanları ontoloji ve epistemoloji üzerinedir. Çağdaş Felsefe de ilgisini çekmektedir. Kişisel gelişim, psikoloji ve edebi eserleri çok sever. Boş zamanlarında diksiyon ve beden dili analiz çalışmalarına girmekten hoşlanır. Çünkü insanı anlamak onun için bir bulmacadır.



NIETZSCHE VE SARTRE İÇİN ÖZGÜRLÜĞÜN OLANAĞI

ÖZDE GÜLENOĞLU

19. Yüzyıl filozofu olan Nietzsche, dönemini “değerlerin değerden düştüğü, değerlerin yeniden değerlendirilmesi gerektiği ve nihilizmin kapıya dayandığı bir çağ” olarak tanımlamasının elbette bir sebebi vardır. 19. yüzyıla geldiğimizde yozlaşma yani dekadans tamamlandı, bu noktada ahlak kavramı insana belli başlı ilkeler dayatarak kendi içgüdülerinden ve yaşamdan kopmasına sebep oldu. Fakat Nietzsche'ye göre yaşam sonsuz bir dönüş içerisinde, yani herhangi bir ilkeye, telosa, düzene indirgenemez. Fakat felsefe tarihi belirlenemez olan yaşamı, belirli ilkelere, kavramlara sığdırarak insana belirli bir ‘iyi yaşam modeli’ dayatmıştır. Fakat bu ‘iyi yaşam modeli’ yaşamı değilleyen bir modeldir. İnsanın içgüdülerini bastırmasına, kendisini köleleştirilmesine sebep olmuştur. Nietzsche'ye göre çağlar boyunca kölelerin ahlaki geçerli olmuştur. Yani yaşamın gerçek güçlerini görmeksizin kendine hakikat yaratan ‘hakikatperest’ felsefe belirli kavramlar altında köle ahlakını devam ettirmiştir. Fakat bunun karşısında bir imkân vardır: o da efendi ahlakıdır. Yani insan sürünün içerisinde, bu hakikatperestliği kuran felsefenin içerisinde bir özgürlük imkânı taşır. Bu da kendi değerlerini kendi yapmasıyla, kendi ahlakını üstinsanın ahlakını oluşturmasıyla mümkün olur. Sürü insanı, köle ahlakını olduğu gibi kabul eden ve hınç duygusu üzerinden hep başkasının dolayımı ile eyleyen insan modelidir. Nihilizm Nietzsche'de 19. yüzyıl insanının içine düştüğü bir durum, bir tespit olarak karşımıza çıkıyor. Ve nihilizmin aşılması gerektiğini söylüyor. Bunu aşacak kişi ise henüz gelmemiş olan üstinsandır. Nietzsche değerleri yalnızca yıkan değil, yeni değerler yaratan insandan bahsediyor. Nietzsche yasa ve özgürlük ilişkisini tamamen koparıyor ve şunu ortaya koyuyor: felsefe tarihi boyunca bize özgürlük olarak sunulan şeyin aslında bir tür itaat ettirme olduğunu söylüyor. Nietzsche özgürlüğün epistemolojisi meselesini reddediyor. Özgürlük bir bilgi problemi değildir. Ontolojik olarak da reddediyor yani zorunluluk, olumsuzluk gibi kavramlar hakikatperestlik ile alakalı olan kavramlardır. Nietzsche'de özgürlük, yaşamla ilişkili olarak ortaya konuluyor. Özgürlük, iradenin özelliği değil, yasaya bağlılığın özelliği değil ve bir biliş meselesi de değil, yalnızca üstinsanın bir özelliğidir. Özgür irade, evrensel bir akıl, evrensel bir ahlak yasası bunların hepsi sürüyü çağırıştırır. Nietzsche özgürlüğü, özgür iradenin elinden aldı. Daha önceki filozoflarda özgür olabilmemiz için bedensel içgüdülerimizi, isteklerimizi bir şekilde baskılayacak bir akıla, yasaya ihtiyacımız vardı. Nietzsche ise istemenin üzerindeki baskıları kaldırıyor. İnsan, kendi güçsüzlüğünü, iyi ve kötü gibi kavramların arkasına saklıyor ve bu kavramlar doğrultusunda biz köleleşiyoruz diyor. Nietzsche'de normatif bir ahlak anlayışının olmadığını söyleyebiliriz. Dolayısıyla özgür ruh dediğimiz şey bunların ötesindedir. Özgür ruh, genelin dışına çıkan bir tikelliktir. Özgür ruhtan bahsetmemiz için yaşamdan ve özgür, bilge insandan bahsetmemiz gerekir.

Nietzsche'ye göre yaşamak için kendisine bir takım mecburiyetler koyan ve bu mecburiyetlerin esiri olan insan özgürleşmek istiyorsa kurmuş olduğu putları yıkmak zorundadır. Özgür olmayışın farkındalığı, özgür ruha giderken karşımıza çıkan önemli bir yoldur. Nietzsche'ye göre özgürlük hiçbir şekilde toplumsal olamaz, özgürlük devlet yasaları ile sınırlanabilen bir şey de değildir. Hatta devletin yasaları karşısında, kendi toplumsal özgürlüğünü savunan her türlü gruplaşmayı da reddediyor Nietzsche. Bütün kolektif yapılarda ortaya konulan özgürlük istencinin aslında sürüye hizmet ettiğini söylüyor. Bu anlamda genel olarak özgürlüğü, toplum üzerinden düşünen filozofları eleştirdiğini söyleyebiliriz.

“Uçurumları sevenin kanatları olmalıdır” (Nietzsche, 1972, s.136) sözü yani özgürlüğün, çok zor olduğunu, yalnız kalmayı ve düşmeyi göze almış olanların ulaşabileceği bir şey olduğunu anlatmak istiyor Nietzsche. Bizim üzerimize yük bindiren, bizi sınırlayan bir sürü toplumu var Nietzsche'ye göre. Bizim içinde yaşadığımız toplum öyle değerler, öyle hiyerarşiler üretiyor ki bireyin özgürlüğünü sınırlandırıyor. Dolayısıyla buradaki zorunluluk, doğa zorunluluğu değil, toplumun bize verdiği bir zorunluluktur. Özgürlük, birey ile ilgili olan, yaşamda gerçekleşen, yapılan bir şeydir. Bireyin özgürleşebilmesi, toplumun dışına çıkıp verili olan insanın, kendi çağının bir şekilde aşılmasını gerektiriyor. Fakat bu acılı süreç, yalnızlaşmayı beraberinde getiriyor. Özgür olmamanın tek koşulu kendimi yeniden kurup, kendilik ethos'u geliştirmemi gerektiriyor. Bu anlamda üstinsan da sabit değil, her zaman kendi kendini aşan bir bireydir. Yine Nietzsche'ye göre kendiliğin kurulması yani kişinin kendi olabilmesi ancak akli olanın, hakikatperestliğin, dekadans yorumların dışında mümkün.

Bireyler olsa olsa içinde bulundukları koşulları eleştirebilirler; kendi eylemleriyle, istemeleriyle özgür olabilirler. Bu tür bir istemenin merkeze alınması, yasanın reddi bizi varoluşçuluğa getiriyor.

Sartre'da, Nietzsche'de eksik olan toplumsallık uğrağını da içerecek şekilde devam ettirildiğini görüyoruz. Çünkü Sartre aynı zamanda toplumsal alanda da bir özgürlük düşüncesinin olması gerektiğini düşünen bir filozoftur. Fakat diğer yandan Nietzsche'deki kendilik meselesini de değerli gören bir filozof. Dolayısıyla Sartre tamamen ontolojiden hareketle yeni bir özgürlük anlayışı kuruyor. Varlık ve Hiçlik kitabına baktığımız zaman Sartre'ın özellikle varlık ve varoluş kavramlarını birbirinden ayırdığını söyleyebiliriz. Şunu söylemek lazım Varlık ve Hiçlik'te de Varoluşçuluk kitabında da en temel argüman ve Nietzsche'yle de ortak noktaları, kartezyen özneye karşı oluşudur. Kartezyen özne, res cogitans (düşünen varlık) ile res extensa'yı (yer kaplayan varlık) birbirinden ayırıp, düşünmeyi başa koyup ondan sonra yer kaplamayı, eylem alanını getiriyordu. Dolayısıyla Descartes'a göre öncelikle bir öz vardı ve daha sonra varoluş geliyordu. Fenomenoloji ve ontoloji ile bu kavrayış değişecek ve düşünen benin, yer kaplamaya olan önceliği tersine çevrilecek. İnsan tamamen bedensel dünyadaki varlığıyla, yer kaplayan varlığıyla tanımlanmaya başlayacak. Bu noktada Sartre'ın kartezyen ilişkiyi tersine çeviren en önemli düşüncesi, varoluş özden önce gelir düşüncesidir. Eğer varoluşumuz özden önce geliyorsa, Kantçı anlamda bir maksim söz konusu değil, eylemlerimin de temelinde akli bir ilke ya da bir karar, yasa artık yok. Tam tersi ben önce düşünüyorum, sonra varım değil, ben artık eyliyorum ki düşünebiliyorum. Ya da Kant'ta olduğu gibi, ben bir yasa koyabildiğim için özgür değilim, tam tersi ben eyliyorum ve daha sonra benim yasam bir şekilde çıkmış oluyor. Kısacası eylemin önünde herhangi bir maksim ya da yasa artık yok. Ben varım, varlığa fırlatılmışım ve bu varlığa fırlatılmışlığım temelsizdir. Bu temelsizlik meselesi de Nietzsche'ye gönderme yapıyor. Çünkü Nietzsche her türlü aşkın temeli de reddediyordu. Nihilizm tartışmasında da şunu söylüyordu “ben neden varım sorusu cevapsız bir sorudur”. Yani herhangi bir hakikat bunu tam olarak açıklayamıyor. Benim hiçbir temelim yok, varlığa fırlatılmış durumdayım. Bu varlığa fırlatılmışlık insanın ister istemez her zaman bir yokluğa doğru olmasına sebep olacaktır. Nietzsche bize 19. yüzyılda şunu gösterdi ki yaşamın bir telos'u yok ama temeli de yok, sadece varım bunu biliyorum. O hâlde benim yaşarken eylemlerimi neye göre düzenleyeceğim tartışmasında yeni bir yanıt bulmam gerekiyor. İşte burada karşımıza eylemin, düşüncenin önüne konulmasını görüyoruz yani ben öncelikle yaşayarak, eyleyerek ölüme kadar olan yaşam sürecim içerisinde kendimi aşama aşama var ediyorum. Yani varoluş bir süreç olarak karşımıza çıkıyor. Aslında yaşam süreci boyunca sürekli bir kendi varlığını sorgulama hareketinin olduğunu görüyoruz fakat bunu yaparken insan yalnız değildir. Sartre'da insan yalnızca ontolojik konumu itibarıyla değil, toplumsallık meselesinin de katıldığı yerde başkalık problemi karşımıza çıkıyor.

Varlıkta bir konum tutuyorum ve başkaları da bu konumu tutuyorlar. Fakat bu konum tam da varlığın temelsizliği ve amaçsızlığı yüzünden sürekli eylemlerim, yapıp etmelerim yoluyla değişiyor. Fakat her yapıp etmem başkalarının yapıp etmeleriyle de karşılaşılıyor. Dolayısıyla benim yaşama dair kurduğum bütün anlamlar yalnızca kendimden değil, bir başkasıyla olan ilişkimle de, toplum içerisindeki ilişkilerimle de karşıma çıkıyor. Dolayısıyla bir yanıyla çok daha sıkı bir varlıksal ontolojik zorunluluk alanı içerisindeyiz. Sartre'da zorunluluk olan aslında özgürlüğün kendisidir. Sartre'a göre insanın tabi olduğu bir nedensellik ve zorunluluk yoktur. İnsan özgür olarak dünyaya atılmıştır. Varlıkla varoluş arasında bir fark var ve varoluş, kendi için varlık bilinci yoluyla kendi eylemlerine erek koyabiliyor fakat bu koyduğu erekler, geleceğin açıklığı yalnızca kendine bağlı değil başka insanlara da bağlı ve kendi edimlerinin sonuçlarıyla yalnızca kendisi yüzleşmiyor. Ortaya koyduğu her türlü karar, her türlü edim aynı zamanda başka insanlarla da ilişkili yeni nedensellik zinciri başlatıyor. İşte buradan geleceğin açıklığı ile beraber özgürlükten sorumluluk çıkıyor. Fakat aynı zamanda sorumluluk yeniden bizi özgürlüğe götürüyor sonuç itibarıyla benim edimlerim bu sorumluluğu doğurdu o hâlde ben hep özgürüm. Özgürlükten bu anlamda kaçmam imkânsız çünkü gelecek tamamen açık. Bu imkân yaşamın sonuna doğru, ölümle birlikte sona erecek çünkü artık gelecek söz konusu olmayacak. Dolayısıyla insanın kendini var edeceği bir açıklık olması için zamansallık boyutunun olması gerekiyor.

İnsanın tekabül ettiği kendi için varlığı oluşturan unsurlar bilinç, hiçlik, zamansallık ve özgürlüktür. Olumsuzlama ile ortaya çıkan hiçlik bize anlam kurma olanağı sağlıyor. İnsan varlığı olumsuzlayarak ve hiçleyerek kendi anlamını oluşturuyor, kendi özünü kuruyor. Tıpkı Nietzsche'nin yeni değerler yaratmak için geleneksel değerleri yok etmesi, hiçlemesi gibi. Özgürlük de burada ortaya çıkıyor, varlığı olumsuzlayan insan ya da kendi için varlık, eksikliğin ve tamamlanmamışlığının farkına varıyor. İşte bu eksikliğini gidermek, tamamlanmamışlığını tamamlamak için özgürlük açığa çıkıyor. Yani bir kendi için varlık, bilinç sahibi olarak kendi kendinin üzerine refleksiyon yapabiliyor ve kendi kendini kurabiliyor. Çünkü sürekli hiçlikle, ilişkilenebilir. Buradan bir zamansallık boyutu karşımıza çıkıyor yani geçmiş gelecek ve şimdi arasında bir varoluş vardır. İşte buradan da özgürlük kavramının sorumlulukla ilişkisini görüyoruz. Sartre'a göre biz geleceğe dair henüz yapmadığımız edimlerden de sorumluyuz. Çünkü benim yapacağım bir tercih herkesi etkileyecektir. İşte burada Sartre yavaş yavaş Nietzsche'de göremediğimiz toplumsallık uğrağına gelmiş oluyor.

Sartre'da insan, olduğu şeyi yıkıp yeniden kuran bir varlıktır. Bu da tam da insanı özgürlüğe mahkûm olması olarak karşımıza çıkıyor. Bu anlamda varoluşçuluk bir hümanizmdir ve insanın bütün eylemlerinden yalnızca kendisi sorumludur. Kendi için varlık sürekli başka varoluşlarla da karşılaşılıyor. Sorumluluk kavramı da buradan doğuyor. İnsan kendi eylemlerinden sorumlu ve bu sorumluluk aynı zamanda başka insanlara karşı da bir sorumluluk olacaktır. Çünkü bir toplumsallık alanı kurulacaktır. Başkaları bizim özgürlüğümüzün hem koşulu hem de engelidir. Kişi bulunduğu konumu sürekli sorgularsa, reddederse ve bunu yeniden kurarsa özgür olmayı başarabilir ve bu başkalarının yaşamlarında da bir etki yaratacaktır.

Sartre'a göre insan aslında kendi önüne koyduğu hedefleri ve erekleri yapabilir, değiştirebilir, özne olabilir. Ben her an kendimi yeniden kurabiliyorum ya da bir karar alabiliyorum. Fakat bu kararı Sartre'a göre mutlaka gerçekleştirmem lazım. Dolayısıyla özgürlük soyut bir ide değil, gerçekleştirilen, yapılan bir şeydir. Fakat benim buraya varmam için bir şekilde kendiliğimi de yıkmam lazım. O zamana kadar oluşmuş kendiliğimi sürekli yıkmam gerekiyor ki yeni bir edime girebileyim. İşte burada Varlık ve Hiçlikte de gördüğümüz kendini aldatma kavramı karşımıza çıkıyor. Sanki bana verilmiş olan roller benmişim gibi yapıyorum ama değilim. Çünkü kendilik dediğimiz şey sürekli dönüşüm hâlinde olan, oldum diyebileceğimiz bir şey değil. Ama toplum hayatı için biz devamlı oldum diyoruz. Bu da yine Nietzsche'de de ortak olan unsurlardan bir tanesi.

Toparlamak gerekirse varoluşçuluğun bir hümanizm olduğunu söyleyen Sartre, özgürlük olanağını insanın özgürlüğe mahkûm oluşuna dayanarak temellendiriyor. Nietzsche'de ise özgürlük toplumsal yaşamdan uzak üstinsanla birlikte geleceğe bırakılıyor.

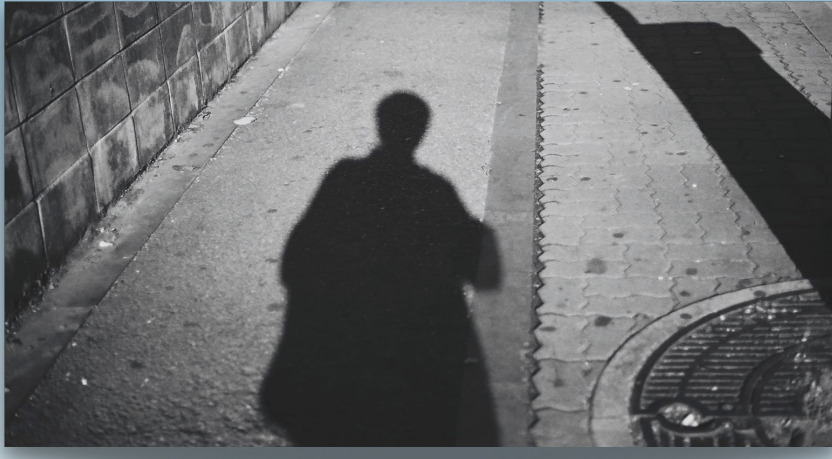
KAYNAKÇA:

Nietzsche, Seçilmiş Düşünceler, Çev. Samih Tiryakioğlu, Çaba Yayınları, İstanbul, 1972



ÖZDE GÜLENOĞLU

Hacettepe Üniversitesi Felsefe Bölümü Öğrencisi



BİR VAR İKİ YOK

MEHMET ZAHİT KINIK

Günlerden neydi bilmiyordu. İçindeki kasvetli havayla yoğun bir tezat oluşturunca sıcak bir ilkbahar gününün güzel bir akşamüstünde, denize karşı, bir bankta oturuyordu. Kulaklığında çalan şarkıları bastıran düşüncelerinin eşliğinde, denizin kıyıya vuran dalgaları misali bir çarpıp bir geri dönüyordu aklının duvarlarında. Aslında mutlu bile sayılabilirdi bugün, kimseyi tanımadığı bir şehirde sahile karşı oturmuş, mükemmel bir havada elindeki ucuz karton bardaktan, bayatlamaya yüz tutmuş çayından ara sıra yudumlar alıp bir müziğe, bir düşüncelere kapılıp; birazdan ufuktan kaybolmaya başlayacak olan günü izliyordu. Mutlu muydu, değil miydi? Aslında bunu ifade etmekten de çok memnun değildi; iyi ya da kötüydü nefes alıyordu, yaşıyordu işte... Ne eski günlerdeki kadar karamsar ne de o hayalini süsleyen kişilik modellerindeki kadar iyimser sayılırdı, her şeyden biraz vardı işte içinde. Üzerindeki mont kalın da olsa ilginç bir şekilde terlemiyordu. Hâlâ gökyüzü bir damla soğumaya hazır bekliyordu, o da hazırdı her an üşümeye ve montuna sokulup sıcak bir yer aramaya. Her şeye hazırdı aslında ya da hazır olduğunu düşünüyordu. İnsan durumların en kötüsünü düşünüp ona hazırlardı kendisini. Ama konu o, en kötüyle yüzleşmeye geldiği zaman rüzgârda kopmuş taze bir fidan gibi olabilirdi. İnsandı sonuçta, her şeyden nem kapabilir ama her şeyi de unutabilirdi en nihayetinde. Saat ilerledikçe onun gitme isteği azalmaktaydı ama otogarda onu bekleyen bir otobüsü ve geri dönmesi gereken bir okulu, okuması gereken kitapları ve ne yapacağını bilmeden dolanıp duracağı bir yaşam vardı önünde. Ağzında bayat çayın ve uzun süredir yemek yememenin bıraktığı iğrenç bir tat vardı. Yemek yeme isteği yoktu ama bir şeyler içmek ona hep güzel gelmekteydi. Dünyaya sığamayacak kadar yoğun bir varlığın hüküm sürdüğü bir zihni, şu bir metrelik banka bile sığamayacak kadar da eksik bir yokluk hüküm sürmekteydi içinde. Aslında “bir vardı iki yoktu” en kısa tabiriyle. Gözleri yavaşça gökten inmeye başlayan güneşe son bir kez daha baktı ve elindeki çay bardağını eliyle sıkıp çöpe attı. Eline erişen hafif ıslaklığı da üzerine sildi. Güneşi görünce tişörtü kaptığı gibi sahile inen gençlerle tezat oluşturur biçimde mont ve botlarıyla güneşe inat ağır adımlarla uzaklaştı banktan. Çantası omzundaydı. Varlığını hissedemeyeceği kadar da hafifti. İçinde birkaç giysi ve kitaptan başka bir şey yoktu. Varlığı boş sokaklarda bir kalabalık kadar çoktu! Aslında içindeki evrende ise bir sokak köpeği kadar yalnızdı. Kendi benliğinin en temel taşı olan düşünceleri kadar vardı bu dünyada; onu bu dünyada bir hiç olduğunu haykırırcasına da hasta edecek olan da düşünceleriydi. Düşünüyordu, vardı gerçekten. Bir düşünce de onu yok ediyordu bu galaksinin ortasında. Çok defa düşüncelerinin bir an olsun susmalarını istemişti ama sanırım bu hiç mümkün olamayacak bir hayaldi onun için. Telefonunun saatine baktı ve yavaş adımlarla sahildeki ağaçlık alanı geçip üst geçide geldi. Elleri ceplerinde çıkmaya başladı, kulaklığında hangi şarkının çaldığını dâhi unutmuştu. Düşünce sesinin yanında, kulaklığındaki müzik kısık bir fon müziğiymiş adeta. Üst geçitlerden hep korkardı. Altan geçen arabaların yaptığı titreşimi ayakları altında hissetmek geriyordu onu.

Normalde yavaş yavaş yürürdü ama hissettiği gerilimden olsa gerek hızlıca geçivermişti üst geçidi. Şimdi ise çıkılacak bir yokuş vardı karşısında. Sisifos (1) misali o yokuşun tepesine çıkıp sürüklediği kayayı, yani zihnindeki düşünceleri aşağıya bırakmak istiyordu lâkin Sisifos gibi o da lanetliydi. Gün boyunca tepeye doğru kaya misali sürüklediği düşünceleri, ancak uykusunda aşağıya düşüyordu ve uyandığında tekrar en baştan o düşünceleri sürüklemeye başlıyordu. Bu lanet sonsuza dek sürüp girecekti. Yokuşu çıkmış, meydana ulaşmıştı; gezinip duran kalabalığa göz gezdirdi ve tekrardan saatine baktı. Otobüsünün gelmesine daha vardı.

Oyalanmadan otobüs terminaline gitmesinde fayda vardı. Terminale giden dolmuşların bulunduğu durağa doğru ilerledi. Karşıdan karşıya geçmesini istemezcesine hızlı hızlı durmadan geçen araçlara sinirlendi. Hep ütöpik bir olay gibi olmuştu onun için başka ülkelerde yola adım attığında araçların durduğunun söylenmesi. Yolun boşalmasını bekleyip karşıya geçti ve duraktaki bineceği dolmuşu aradı. Bu küçük mütevazî dolmuşlar hep uzaktan sevimli görünmüştü onun için ama binerken hep kafasını çarptığı için tüm o sempati büyük bir öfkeye dönüşmüştü sonrasında. Kulaklığının tekini çıkarmıştı dolmuşa bindiğinde, çünkü kulaklık kulağındayken sesinin yüksekliğini algılayamıyordu. Yolcular bindikten bir süre sonra dolmuş hareket etti. Aslında yürüyebilirdi o mesafeyi de, yorulmak istemiyordu. Dolmuşun camından geçen yerleri seyre dalarak bir süre geçti ve ineceği yere yaklaşıncı oturduğu yerden kalkıp şoföre seslendi. Binerken olduğu gibi inerken de kafasını korumaya çalışarak aşağıya indi. Terminale doğru ilerledi, montunun iç cebinden çıkardığı bileti kontrol edip otobüsünün bulunduğu perona doğru yürüdü. Yanına yaklaşıp nereye gideceğini sorup bilet aldirmaya ya da çalıştığı firmanın otobüsüne yönlendirmeye çalışan insanlara bileti olduğunu söyleyip ilerlemeye devam etti. Otobüsünün yanına geldiğinde kalkış saatine daha vardı. Bir bank bulup oturdu ve kulaklığının ötekisini de kulağına takıp kendini çalan müziğe bırakarak kalkış saatini beklemeye başladı. Otobüsten inen ve otobüse binen insanlara baktı. Yolculuklarının bittiğini ya da yeni başlayacağını sanan onlarca insan... Aslında hayat başlı başına bir yolculuk değil miydi? Doğumumuzla yola çıktığımız ve nerede ineceğimizi bilmeden gittiğimiz meşakkatli bir yolculuk. İneceğimiz yer umarım geldiğimiz yerden daha güzel olacaktır diye içinden geçirdi bir yandan da. Düşüncelerinin karanlığını, kalkmak üzere olan otobüsün yanan farları aydınlattı ve kendine geldi. Otobüse doğru ilerleyip muavine biletini gösterdikten sonra cam kenarından aldığı koltuğuna oturdu. İçerisi boş sayılırdı. Yılın bu zamanlarında pek bir kalabalık olmazdı da zaten. Çantasını yanındaki koltuğa bırakıp cam kenarından ayrıldığı şehre son kez bakarak yolculuğuna başladı. Yolculuğa çıkmak hep içinde bir üzüntü oluşturmuştu. Gideceği yer güzel de olsa bir yerden ayrılıyor olmak hep biraz buruktu. Yolculuğa çıkmak, hep ardında bir şeyler bırakmak demektir. Ardında bırakacak bir kimse olmasa dahi sanki kendinden bir parça bırakıyordu insan ayrıldığı o kentte. Otobüs yolunda usulca ilerlerken, o da zihninin içindeki yollarda usulca ilerliyordu. Kulağında çalan müziğe bazen kulak kesilip dinliyor, bazen ise kısılan bir fon müziği gibi arkadan çaldığını işitmiyordu bile. Kulaklıkta çalan o müzik, onu hayatın gürültüsünden soyutlayan bir örtüydü sanki. İhtiyacı olana kadar o perdeyi aralamayıp hayattan kendini soyutladığı o dünyada kalmayı tercih ediyordu. Montunu ve çantasını dizlerinin üstüne koyup bir yükselti oluşturdu. Ellerini birbirine kavuşturup kafasını da koyarak biraz uyukladı. Bu şekilde uyukladığında dışarıdan Goya'nın (2) "El sueño de la razón produce monstruos"(3) adlı tablosundaki yatan kişi gibi görüldüğünü düşünürdü. Tablodaki uyuyan kişinin üzerinde uçuşan canavarlar onun zihnini yiyip bitiren düşünceleriydi. Camus'un (4) da dediği gibi; "Düşünmeye başlamak, için için yenmeye başlamaktır."(5) Bir süre daha uyumaya çalışsa bu şekilde uyumak onun için pek mümkün görünmüyordu. Dizlerinin üstüne yastık yaptıklarını yan koltuğa koyup camdan hızla akıp giden yolu izlemeye daldı. Ona göre otobüs yolculuğunun özeti şuydu; kulaklıkla müzik dinlemek, yolu seyretmek ve bolca da düşünmek. Muavinin dağıttığı ikramları da tatlı bir heyecanla beklerdi bunların yanında. Keşke oradan oraya gezerek para kazansam diye geçirdi içinden. Sıradan şeylerin beynini kemirishi bitince en büyük sorunsalı gün yüzüne çıkıyordu. Neden vardı, niçin var olmuştu?

Beynini kemiren en büyük kurt buydu ve muhtemelen de hayatı boyunca kemirmeye de devam edecekti. Şu anki amacı neydi diye düşündü. Dünyadaki varoluşunun yegane amacı bir okul kazanmak, bitirmek, işe girmek, evlenmek şeklinde mi gidecekti? Bunca hengâmenin içerisinde, onun içinde kopan bu fırtınalara ne olacaktı? Hayatın bu süregelen monoton yaşantısı içinde kendi varlığını bile unutacak mıydı? Bunları düşünmek miydi onu bu pesimist ruh durumuna sürükleyen? Düşünmek, sürekli artarak düşünmek... Kafası infilak edene kadar düşünmek onun laneti olmalıydı. Sisifos gibi, Prometheus (6) gibi, Atlas (7) gibi sonsuz bir ceza çekmek için cezalandırılmış mıydı yoksa? O mitlerde olduğu gibi tanrılara başkaldırmamıştı. Bu başkaldırı neye ve kimeydi? Sorular düşünceler silsilesi onu yine çıkmaz bir yere sürüklemişti. Günün birinde anlamlandıracağını biliyordu ama şu an bu otobüs gibi yoldaydı ve bir gün elbet duracaktı o otobüs ve anlayacaktı anlamını. Otobüsün sönen ışıklarıyla birlikte hafiften de uykusu geliyordu. Kulaklığında Black Sabbath (8) çalıyor olmasına rağmen Ozzy Osbourne'un (9) sesi artık masal anlatan biri gibi gelmeye başlamıştı, göz kapakları giderek ağırlaşıyordu. Çalan şarkılar giderek duyulmaz bir hale geldi ve uykuya daldı. Sisifos' un gün boyu sırtladığı kaya birkaç saatliğine de olsa aşağıya yuvarlanmıştı.

DİPNOTLAR:

- (1)Sisifos; Yunan Mitolojisinde, tanrılar tarafından büyük bir kayayı bir tepenin en yüksek noktasına çıkarmakla cezalandırılmış kral. Homeros'un Odysseia adlı destanında geçmektedir.
- (2)Francisco Goya, romantizm akımının öncü isimlerinden olan İspanyol ressam ve gravür sanatçısı.
- (3)İspanyolca' dan Türkçe' ye çevirisi "Aklın uykusu canavarları doğurur" olan Francisco Goya tablosu.
- (4)Albert Camus, Fransız filozof ve yazar. Varoluşçu akımın temsilcilerindendir.
- (5)Sisifos Söyleni(1942), Albert Camus.
- (6)Olympos tanrılarına başkaldıran bir titan. Ateşi tanrılardan çalarak insanlara vermiştir bundan ötürü baş tanrı Zeus tarafından Kafkas Dağının zirvesinde zincire vurulmuştur.
- (7)Titanlarla birlikte Olympos'a saldırdığı için baş tanrı Zeus tarafından gök kubbeyi taşımakla cezalandırılmıştır.
- (8)Black Sabbath, 1968 yılında kurulan İngiliz heavy metal grubu.
- (9)Ozzy Osbourne, Black Sabbath'ın vokalisti.

MEHMET ZAHİT KINIK



Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünden mezundur. Alanıyla ilgili çeşitli eğitimler almıştır. Felsefe, edebiyat, mitoloji, müzik ve sinemaya ilgi duymaktadır. Yazdığı yazıların birçoğu sanal ortamda yayınlanmıştır. Edebi değeri yüksek, milli ve uluslararası klasik romanlar okumaktan hoşlanır. Boş zamanlarında müzik dinlemekten, şiir okumaktan hoşlanır.

ADSIZCILIK ÜSTÜNDEN YÜRÜTÜLEN BİR NEVİ ADCILIK SLOGANLARINA VURGU

RABİA KAÇMAZ

Birçok ütöpik düşünceye sahibiz. Sınıflandırmalar, adlandırmalar, ayrımlar ya da türlü çürütmeler yapıyoruz. Kimi gelişigüzel, kimi rastgele, kimi inanarak, kimi inanmayarak, kimi yoğun araştırmalar sonucu oluşuyor. Sonuçta var oluyorlar ve sonra eksilerek ölüyorlar.

Sınıflandırmalar yapan sanıyor ki her şey daha da sağlam oturacak, sanıyor ki daha da kabul edilir olacak. Sanıyorlar ki dâhil olduğumuz kategoriler, çoğunluk bizi koruyacak, eksiltmeyecek, var kılacak. Sanıyorlar ki, belki de, hiçbir kategoriye dâhil olmasam farklı ve daha özel olacağım. Maslow'un üst üste oturttuğu hiyerarşide tepeden bakabileceğim, sanıyor. Tepeden ve kalabalık içinden bakmak gibi küçük ve sıkış tepiş bir dünyada yaşayanlar var.

Adlandırmalar yapmakla uğraşanlara şaşıyorum. Ait olmak ya da sahip olmak arasında sıkışıp kalmışlar. Ya ait olunan ya da sahip olan olmanın avantajını hangi ölümlü ya da hangi unutulmuş görmüş ki? Sonunda, unutulur ve ölürüz. Bundan kurtulamayacağını bilen bazıları ise "adsızcılık" ütopyasında çürür. Her türlü adsızcılığın onları dış etkenlerin etkilerinden koruyacağına, daha da kendi olacaklarına inanırlar. Kendilerini rüzgâr karşısında savrulan yaprak olmaktan kurtaramazlar.

Bazen çoğunluk, kaçtıkları her şeye dönüştüklerinin farkında değiller. "Pembe fili düşünme!" Anladın sen onu.

Reddedicilere ve inançlılara ne diyelim ki... Onlar da tam olamazlar. Sırf her şeyi reddederek yaşayamayacağı gibi her şeye inanarak da yaşayamazsın. Seçicilik sorunları, psikolojide kararsızlık bunalımına denk gelir. Bu bunalımdan kaçmanın yolunu ise seçimsizlikte bulurlar. Bulduklarını sanırlar. Reddedici uyumsuzların yeri yoktur; inançlılar ise her yere uyum sağlamaya çalışanlardır. Kimse ne hiçbir yerde olamaz ne de her yerde. Bu ikisinden birinde olmaya çalışanların ne yuvası vardır, ne özünün farkındadır, ne sözünde tutarlı, ne de anlayandır. Anlamayanların, her şeyin anlamını bulmuş gibi ve aynı zamanda tutarsızlığı savunarak, kendilerinin dinlenilmesini, anlaşılmasını ve desteklenmesini beklemesi ne tuhaf! Hayata olan şikâyetçi duruşları hiç bitmez, eleştirilerinde mantık bitmez.

Rastgelecilerin şu "anı yaşama", "şimdiyi koruma" sloganları var ya; peki, kim, bir şimdiye sahip olmuş ki? Yaşanılanlar, algımızın yorumlamasına bağlı. Potansiyelimizi belirliyoruz; sonra sınırlar içinde kalınca "yetersizlik depresyonu"na giriyoruz ya da sınır dışına çıkınca mükemmelüstü bir yetenek sahibi olduğumuzun gösterisine, reklamlarını yapmaya girişiyoruz. Peki, gerçekten öyle mi? Bu soruya şimdilik kimsenin cevap veremeyeceğine inanıyorum. Kimin, neye göre olan kesinkeşliğini kullanabiliriz ki?

Bazen, tüm o analistlerin, filozof ve edebiyatçıların düşünce ve düşlerimizi hiç sabote ettiğini düşündünüz mü?

Ne adlandırma ne de adsızcılık, sorunların çözümüydü. Adsızcılık ütopyası içinde sıkışıp kalmışın adlandırandan ne farkı var ki? Seninkinin adı da adsızcılık. Fark oluşturmayan, anlam yüklemeyen, değer biçmeyen; sadece kendisini kabul eden, sadece bedenini kabul eden bir seçim. Kendi seçimlerine, kendi zevklerine, sevdiği ya da uzak durmak istediklerine dâhi önem vermeyen bir seçim. Peki, böyle bir seçim de dâhi ne kadar kendini değerli görüyor sayılır ki? Kendimi de değerli ve farklı görmüyorum zaten, diyen bir muhalefetçi kesin çıkar tam bu noktada, eminim. Ona hiçbir sözüm yoktur, olamaz, anlamaz.

Özgürlüğüne tasma takılma korkusu yaşayan adsız “katil” sevgililerin, hiçbir kategoriye girmek istemeyen imza atmış aile görünümlü adsız topluluk birimleri, gururundan dem vuran ve birbirinden kaçınan adsız dostlar, kendisine “ahlaksız” dendiğinde öfkelenen “ahlak” kavramı karşıtları, hastalıklı kıskançlığından arkadaşını başkaları ile paylaşamayan adsız ilişkiler vb. anlam veremediğimiz, çatışma içinde kaldığımız durumlar, şahsına münhasırlar ve ilişkiler içinde çırpınanları görürüz ya da bizzat içine düşebiliriz. Yaratıcıya inanmayanın isyan ve sitemlerini dinlemek, yaşam sevincini tırmalayan bir kedi; kızıp kızamamak arasında sıkışıp kalmışsındır; kızsın kime dokunacak ki kızgınlığın sanki?

Sırf olmayan bir ekol yaratmak uğruna çırpınanların amacı, tutarsızlığı savunan tutarlı cümleler üretmektir. Faal olmayı her gün sadece bir şeyler üretmek ya da sadece behemehâl çoğunluktan çarpık olmak ya da sadece kendinden olmayandan kaçmak ve “ben” profilleri içine kendini hapsetmek sananlar var. Böylelerin kendinden başkasını tanıdığı söylenemez ki, kendini bile tanımayanlar var. Bu son noktada da anlamsızlık içinde dönüp duranların elbette tutarsızlığı ve adsızcılığı savunmaktan başka çaresi kalmaz. Bunu da en tutarlı cümleler ile kendi mantık süzgecinden eleyerek yapar ve herkesin kabul etmesini bekler. Kabul etmeyince de kızar. Tutarsız olan ne zamandan beri nesnel olmuş ki kabul edelim? Tam tersine, kabul edilmeyecek olanı bulansındır sadece. Hâliyle onu kendin bile yaşatamazsın. Sürekli değişirsin, değiştirirsin ve bu sefer de “duraksız bir değişim” içinde savrulmaya başlarsın. Kısacası, her şeye uydurabileceğim bir kulp vardır bu dünyada. Bulduğu her kulpu tutan ey tutarsız! O kulp tek kişiliktir, el uzatırsam düşerim, bilirim. Amacın ne? Tutarsız olan öznedir, kişiseldir, değişkendir, uyumsuzdur. Zıtlıklar dünyasının sana sunduğu budur. Sana inanmayışım, senin geçerliliğin olacaktır, daha ne istersin? Yaşarken ölmenin ve ölürken yaşamının tek değişmeyen ve nesnel bir sonucu vardır, ölmektir.

“Tutarsızlık”, “ahlaksızlık”, “adsızcılık” ve “ben âşıklığı” ekolleri teknoloji çağının giriş çıkarımlarıdır arada kalmışlar için. Onlar ne eskiye ne de yeniye aittirler. Kendilerini de bilirler, kabul de ederler bu dediğimi. Kendi geçmişlerini sevmediklerinden ve kaçtıklarından dolayı geçmişin geçmişinde yaşamışlara hayrandırlar ve gelecekte de kendilerine hayran olunsun isterler. Yaşamayı ummadıkları gelecekte ölümsüz olmak isterler. Ölümü kutsal şiir ilan eder ve ölümsüzlük için yaşar, ölümsüzlük için de en güzel ölümü devamlı tahayyül ederek farklı tabaklarda sunarlar. Bakın, dinleyin, izleyin, koklayın, aman dokunmayın; öğreneceğiniz tek şey:

“En iyi ölen benim,” olacaktır.

Ölüm çürümektir. Çürümek bulaşıcıdır. Her çürüyen bir kez doğar ve doğurur. Doğurduğuna da ölüm bulaştırır. Her hücrenin bir kez doğma, bir kez bölünüp bir kez de ölme hakkı olduğu gibi... Her hücre bir yaratıcı ve katildir. İster ölmeden ister öldükten sonra olsun, behemehâl öldürür. O zaman “Yaratıcı ve katil hücreler bizi hangisi yapar?” sorusunun da bariz bir cevabı olmasa gerek. Dilin ya da kalemin ne söylese o muyuz gerçekten? Retoriği ya da şairliği kazanmışların kendisi gerçekten de kazanmış mıdır?

Atalarının ışığı altında var olan reddiyecilerin hakikat arayışı, beni her zaman şaşırtmıştır. Merakımı kamçılar. Onlar öyle güçlü inanıyorlar ki kendilerine, içlerini oysanız korkunun en saf hâliyle karşılaşırsınız. Çocuklar gibi... Ürkek, tedirgin, şüpheli, meraklı, aynı zamanda inanmaya hazır, sevgiye aç ve sevilmemişler... Sadece bir kez başlarını okşayın, kinetik kum gibi dokundukça yumuşayacaklardır; kendilerini açacaklardır. Sırları ise sahip oldukları korkulardır; yalnız olma korkusu, sevilme korkusu, reddedilme korkusu, terk edilme korkusu, kandırılma korkusu vb.

Yalnız olmamak, sevilme, reddedilmemek adına sanat, edebiyat gibi alanlarda ustalaşırlar ve bir kitle oluştururlar çevrelerinde; sonra başlarlar ya bu kitleyi ellerinde tutmak için yaşamaya ya da öz güven illüzyonunda kaybolmuş olan bu kitlesini biraz daha büyötmeye girişir. Çevresinde tuttıkları ne sevdiklerinden ne değeri verdiklerinden dolayı... Sadece anlamsız ve tatmin etmeyen bir kuru kalabalık... Terk edilme korkusuna yönelik sürekli bir terk edici ilişkiler yaşar ve bunu da tatlı dille bitirerek vicdanını kandırır, susturur. Sadece karşısındakini değeri, kendisini de kandıran usta bir oyuncu olmuştur. Bir gün artık, oluşturduğu bu sahte dünyanın gerçekliğinden de şüphe etmemeye başlar, hakikati bu sanır. Geçmişini, korkularını kilit altında aç bırakarak kurtulduğunu sananlar, hapsettiklerini öfkeyle besleyip büyöttüklerinin farkında değillerdir.



Rabia KAÇMAZ

Bedenen İstanbul'da yaşamakta. Öğretmen, Editör ve Aile Danışmanı olup, bunlar yanında Biyoloji, Felsefe, Sosyoloji diplomalarına sahip olmak da onun için hiçbir şey ifade etmedi. Türk Dili ve Edebiyatı ile Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi bölümlerine de kaydoldu. Pi ve Babil dergilerinde editörlük ve yazarlık alanlarında nefes almakta. Kendi dünyasında kalarak yazdığı şiir, deneme ve öyküleri var. Eecstaticc.com sayfasının 40. Sanat Kitabı olan "Güney" projesinde "Ko'r'ku" denemesiyle yer aldı. Emre Timur'un "Mimesis" adlı şiir kitabının editörü. Bedensel ihtiyaçlarını karşılamak ve insanlara da fayda sağlamak adına öğretmenlik yapmakta.

PINAR KUMSAL BAŞDAĞ

Küçük bir aydınlığa muhtaç gözlerim arafta idi. Dört yıldır uyuduğum ranzanın üst katında yattığım yerden doğrulmadım. İstemedim. Ellerimi göğsümde kavuşturarak gökyüzüne ruhumun derinliklerinden selam verdim. Ufacık sızan ışık arafta olan gözlerime seçim sundu. “Ya hep ya hiç.” Ben hiçi seçtim. Gözümün görmediği, ruhumun geçmişin izlerinde gezindiği anda idim.

Yeşilin her tonunu kendi içinde barındıran, yeşilliği serinleten derenin şeffaflığı ayaklarımı yaladı geçti. Derenin boynunu süsleyen, siyahtan, kahveye geçiş yapan cam taşlarını bodur parmaklarım morarana dek topladım. Derenin kenarında yeni açmış, isimleri gibi kokuları birbiri ile iç içe geçmiş bir çok çiçeğin kokusundan sıyrılıp, kozalakların bal kokusuna geçiş yaptım. Kış ayında sobanın insafına kalmış, yaz mevsiminde kış mevsiminin serinliğini aratmayan, sık aralıklarla döşenmiş taş evlerde ruhumu dolaştırdım. Gecelere aşına yırtıcı ses tonu ile kulağıma şarkısını fısıldayan adaşım gamlı baykuşu dinledim.

Dertsizler köyünün özenle seçilmiş dertlisi total Kehribar idim. Doğum lekemin ön adı topallığım idi. Herkesin birbirinin röntgenini çektiği, bir avuç içini anca dolduran topraklarda kadın olmak zor zanaat idi. Bir bacağımın diğerinden kısa olması kaderdi. Eksik bacağıma yakışmayan siyah, parlak, belimden aşağıya doğru dalgalanan saçlarımda makası bir ileri, bir geri oynatmak seçtiğim kaderim idi. Üzümün rengini kıskanan yeşil gözlerim utanç duyduğu her şeyi gördü, suratıma iri kalan kulaklarım duymaması gerekenleri işitti. Ahlaksızlığın şiddet ile bütünleştiği hayat ile ilk evvela aile içinde tanıştırıldım.

Sağa koştum kar etmedi, sola koştum fayda etmedi. Ahalinin ahlaksızlığı benim normalleştirmek istemediğim kadar normalleştirdiğini farkına vardım. Duymadım, görmedim, bilmiyorum diyemeyen azınlıklardan biri oldum. Total Kehribar olmaktan ötürü kimse evladını yanıma yaklaştırmadı. Bir tek Ayşem vardı.

Küçük bir elin omzumu sıvazlaması ile ışık süzmesinin yardımcı olduğu geçmişin izlerine gülümseyerek hoşça kal dedim. Üşenmeden ranzanın üst kısmına odanın beşincisi çay çıkardı. “Çay yeni demlendi gamlı baykuş. Al iç.” Her zaman ki gibi içmek istemedim. Tam elimin tersi ile itmek üzere iken geldiğim günden beri benim ile uğraşmaktan vazgeçmeyen araya girdi. “Bırak şu çıyan gözlü gamlı baykuşu.” Küçük elin sahibi, beşinci umursamadı. “İçki için ısınsın.”

İyi niyeti kırmamak adetten idi. Bedenime ikramı kabul etmesi için emiri verdim. İçim nasıl ısınacaktı? Küçük bir çay bardağının tavanı öpemeyen buharı ile mi? Yoksa küçük kıvrımlarının tombul nasırlı ellerimin içinde ısınısını hissedene kadar avuçlarıma bastırarak mı? Dudaklarıma değen tavşan kanını sıyrıp geçmiş ve siyaha yüz tutan, damağımda hissettiğim acımtırak tat odanın ortasına gayri ihtiyari bakmamı sağladı.

On metrekairelik alanın içinde oyun oynamayı doğal kabul eden beş evlat vardı. Oynadıkları alan ana vatanları iken geleceklerinin çizgisi annelerinin elinde çaresiz, belirsizlik idi. Masumluklarını sakınmadan giyinen çocuklardan biri bana gülümsedi. Gamzeli bir gülümseme kalbimin ortasına ok atıp beni vurdu. Unutturamadılar. Unutturmaya başarsaydılar şu an devletin kanatları altında dört yıldır yaşıyor olmazdım.

Aklımın erdiği yaşlardaydım. Babamın uzun yoldan dönme vakti idi. Babamın her gelişinden önce olduğu gibi kalbimiz üç buçuk atmaya başladı. Altından hava üfören, manav kasalarından bozma sokak kapısı çaldığında hazır ol durumuna geçtik. Lodosun kendini hissettirdiği fırtına öncesi sessizlik içinde bu sefer yalnız olmadığını gördük. Ortanca abimden iki yaş küçük olabileceğini düşündüğüm, kız çocuğundan hallice olan ile içeri girdi. O kadar erkeğin içinde korkulu hayat yaşarken artık beni anlayan, benden biri gelmiş olarak hissettim. Anneme bir alternatif geldiğini, benim odama arkadaş annemin yatağına ortak geldiğini, annemin Onun yüzünden dayaklar yiyeceğini nereden bilebilirdim? Başlarda masum bakışlarını sevdiğim ama ardından bilmediklerim gün yüzüne çıktıkça bir şeytan beslediğimizi öğrendim.

Sıvası dökölmüş, altında mavi rengin hakim olduğu duvara çakılı, sesi tüm köyü uyandırmaya kafi gelen saat tam gece yarısını vurdu. Babamın, anneme önce haykırarak, “Sen kimsin lan bana karşı geliyorsun?” ardından, “Kıracağım kemiklerini” demesi ile kulaklarımızdan, ayağıımıza kadar yerle yeksan olan eşyaların sesleri yere vurması eşliğinde duvara çarpan annemin acı sesi ile uyandık. Hiç kimsenin iç güveysinden hallice odalarından çıkma niyeti yoktu. Ya hep ya hiçti. Kapı ardında hiç olmayı seçtim. Damardan akan ARH+kırmızı rengin sarıp sarmaladığı elleri ile babam ibretlik olması için yüzüne vurduğu huzur ile annemin cesedini evden dışarıya sürüdüğünü gördüm.

Kabullenemedim. Kabullenmek istemedikçe baş kaldıran oldum. Baş kaldıran bir ben oldukça omuzlarıma daha fazla yüklendiler. Yöklenildikçe öfkelen dim. Öfkem, toplumun dayattığı adaletsizlik sayesinde hırçın dalgalara dönüşmemi sağladı. Hırçın dalgalar düşüncelerimin boyunu zamanla aştı. O geceden sonra ahlaksızlığa göz yummak istemeyen kara, kuru, korkuyu kendisine kardeş yapmış, çelimsiz Ayşem ile birbirimize daha çok sarıldık. Ayşem ile el ayak çekilince ağlayan hangi ev varsa gözlem altına almaya başladık. Ayşem benim ile birlikte olmak için elindekini ardına koymadı. Ağlayan her ev için ya camları yerle bir ederdik, ya dikkatleri dağıtmak için küçük bir kıvılcım yeterdi. Evleri ağlatanlara ceza verelim derken ağlayanlar istem dışı nasibini aldı.

Gözüm beş çocukta iken anılarımin gölgesinde iki yudum zar zor mideme indirdiğim çayın acımsı tadı dilimde gitmemek için direniyordu. Gözlerimin arasına ufak sızan ışık artık kocaman ışığa döndü. Kolumdaki yelkovan ile akrep on biri gösterdiğinde müdür hanım kapıyı açtı. “Gamli baykuş bugün tuvalet temizliği sırası sende.” Hiç cevap vermeden hafta sonu görevi için harekete geçtim.

Temizleme aletlerini elime aldığımda süpürge nın uzun sapı kulağıma fısıldadı. “Beni hatırladın mı? Marabalık döneminin en yakın arkadaşımıym.” Süpürge sapının kulağına fısıldadım. “Sadece maraba dönemimin değil aynı zamanda Ayşem’i abimin elinden kurtardığım zamanda seni kullandım.”

O gece tarih tekerrürden ibaretti. Babam ortanca abimin ön tekerliği olup yolu açtı, abim arka tekerlek olmaktan hiç gocunmadı. Abim aileme el sürmekten çekinmedi. Ayşem dillerde, yengem üç çocuğu ile anasının evinde perişandı.

Aylar sonra kaderin cilvesi, manav kasalarından bozma kapımızın altından esen rüzgar ile sızdı. Abim, Ayşem ile gece yarısı kapıda idiler. Yengem onlardan önce ailesi tarafından kapımıza kedi eniği misali bırakıldı. Artık yengemin yatağının, benim ise odamın yeni arkadaşı belli idi. Ayşem'in vücut dili ne bu evi ne beni istemediğini açıkça söyledi. Bu köyde Allah'ın bir kulu Ayşem'i bizim elimizden almaya cesaret edemezdi. Yıllar önce annemin yaşadığı kadere gece yarısı Ayşem yaşadı. "Ya hep ya hiç" diye sordum kalbime. Ve bu sefer cevap "Hep!!" idi. Dilimde savaş nidaları bugün elimde olan süpürge'nin aynısının eşliğinde gözümü karartıp abimin odasına daldım. Sağa, sola elimde bulunan kalın, uzun sopa ile harekete geçtiğimde, Ayşem'in, "Dur kardeşim!!!Ne olur dur!!!Katil mi olacaksın? Adamın ağzından, burnundan kan geliyor." demesi ile aydım.

Aylar sonra beni durduran Ayşem'in eski içtenliği ile kardeşim demesi idi. Abimin nefesini kontrol ederken, odanın kapısı deli gibi çalındı. Nefes alıyordu. Kapı kırıldı kırılacaktı. Ayşem aylardır lal olan dilini çözdü. "Hadi!! Koş git şu pencereden." dedi sessizce, pencereyi kaşı, gözü ile işaret ederek. Başımı iki yana salladım. El elle idik. "Nereye?" diyebildim aynı kısık ses eşliğinde. "Kimsenin bulamayacağı bir yere. Abin ile gezdiğimiz büyük şehirlerde duydum. Devletin sığınma evleri varmış."

Nasırlı, tombul ellerimin arasında duran temizlik sopasına eğildim yeniden fısıldadım. "Bu kaçınıcı defa anlattığım ama ne yaparsın gamlı baykuşum. Gam, keder ruhuma işlemiş. Kapattım kendimi buraya. Dışarıda bulurlar beni. Hafta sonu dışında senin ile yarenlik yapmak hoşuma gidiyor. İnsanlar uzak benden. Neyse ne hadi işimize bakalım."



Pınar Kumsal Başdağ

03/10/1975 tarihinde İstanbul'da mühendis bir baba ile ev hanımı annenin tek çocuğu olarak dünyaya geldi. Babasının kütüphanesinde bulunan kitaplara hayran olduğundan 5 yaşında okumayı söktü. Yetmedi, annesinin yemek tarifleri defterinin arkasına kısa öyküler yazmaya başladı. Sevindi yazdı, üzüldü yazdı. Yazmak hayatının merkezi oldu. Uludağ Üniversitesi İktisat fakültesini ve İstanbul Üniversitesi Sosyoloji bölümünü bitirdi. İlk öykü kitabı "AŞK KAPIDAN DIŞARI" Yalınses Yayınevi'nden çıkardı. 15 Yıl, yerel gazete olan Ataköy Gazetesinde köşe yazarlığı yaptı. Evli ve bir kız çocuğu annesi. Editör, çocuk yazarı Elif Ayla ile bir yıl atölyesinde birlikte çalıştı. Kayıp Rıhtım dergisinde aralıklarla öyküleri yayımlandı. Yazdığı kitap üzerinde çalışmalarını devam ettirmektedir.

BEKLEYİŞİN ŞARKISI

ARZU YILDIRIM

Kulağıma sesler geliyor. Bir melodi... Hayır ağıt gibi aslında. Ses hem çok kuvvetli, kulak zarımı patlatacak kadar hem de bir o kadar zayıf, duyamayacağım kadar... Dinlemek istemiyorum ama o kadar güzel ki kendime engel olamıyorum. Canım çok yanıyor, kendi kanımda boğuluyorum sanki. Ama tadı o kadar güzel ki kendi kanımı içip kendimi öldürüyorum. Tıpkı harese dikenini yiyen develer gibi... Elim ateşte yanıyor ama ateş o kadar güzel yakıyor ki elimi çekemiyorum.

Öyle bir melodi, öyle bir şarkı işte kulağıma gelen...

İsim düşünüyorum. Beni hem yaşatan hem de öldüren bu şarkının adı ne olabilir ki?

Buldum... Tabii ya... 'BEKLEYİŞİN ŞARKISI' bu... Tıpkı bekleyiş gibi...

Beklemek çok güzel. Sonunda 'o' var çünkü. Var mı bilmiyorsun gerçi. Ama kar tanesi kadar da olsa umudun var. Ama ya umudu öldürüyorlarsa ?

Beklemek çok acı. Kanadıkça kanıyorsun`, eksildikçe eksiliyorsun çünkü. Hatta o kadar eksiliyor, o kadar kendini kaybediyorsun ki bulamıyorsun bir daha... Gerçi şansın varsa buluyorsun ama beklemek tekrar güzel geliyor, umut yine var oluyor, işte sonra yine yok oluyorsun... Hep aynı döngü ...

Pervane ateşte bir kere yanarmış ama sen döne döne yanıyorsun. Çünkü ateşe aşık olmuşsun bir kere ...

Yine de bekliyorsun . Ateş bir gün sana ışık olur, seni ısıtır diye. Ama her seferinde yanıyorsun, kül oluyorsun...

Beklemek çok ağır. Yanında 'o' yok; sen her gün, her saat, her dakika, her saniye hatta her salise onu yeniden var ediyorsun. Sonra 'o'nun var olmadığını hatırlıyorsun, yaran kanıyor. İyileşiyorsun ama. Yara da kabuk bağlıyor. Ama 'o' yokken bari içimde var olsun diyorsun. İşte sonra tekrar hatırlıyorsun tekrar yaran kanıyor. Ama bakıyorsun ki iyileşmiyorsun işte. Kabuk bağlasa da kanıyor. Bir çözüm yolu buluyorsun. Yaranı severek yaranla yaşamaya başlıyorsun. Alışyorsun da. Arada kanıyor yine. Ama bu sefer ağlamıyorsun diğer seferler gibi. Çünkü yarayı açanı seviyorsun, yarayı nasıl sevmezsin ki ?

Zamanla yaranı sevmeye başlıyorsun işte, ama yarayı açanı daha da çok seviyorsun.

Zaman daha da ilerliyor. Günler birbirini kovalıyor, saatler geçiyor. Hâlâ bekliyorsun. Ama artık aynı yerde değilsin , 'o'na daha da çok yaklaşıyorsun, o gitse bile...

İstesen de gidemiyorsun ki ... Bak, güzeller güzeli Kız Kulesi de kibirli Galata'yı bekliyor yüz yıllardır ...

Kulağımdaki şarkı hâlâ çalıyor.

Hüzünlü bir şarkı...

Bekleyişin şarkısı...



ARZU YILDIRIM

ÖLÜ KEDİ KOKUSU

RABİA GÜVENÇ

Şarkını çalmadığını fark edince on dakikaya yakındır bildiği notaların kafasında döndüğünü anladı, bu şaşılacak bir durum değildi elbette. Plağı yerine yerleştirdi, okşar gibiydi tavırları, bir süre ayakta dinledi. Sabah güneşinden hoşlanmayan tarafı ağır basınca pencereye yöneldi ayakları, perdeyi çekmeden soğuk rüzgara izin vermek için açtı pencereyi. Sokağa göz gezdirdi, yeni boyanan apartmandan başka bir değişiklik göremedi, dün ölen kedi bile hâlâ çöplerin arasında tam pencerenin karşısında duruyordu. Ölü kedi kokusu gelir gibi oldu burnuna, tam o sırada yükselen şarkını sesi başını geri atmasına neden oldu. Duvara çarpıp duran notalar gövdesinde harmanlanıyordu, böyle anlarda kulakların duyduğuna inancını kaybederdi o. Burnunda ölü kedi kokusu, üstünde şarkı notaları durdu bir süre öylece, ardından pencereyi kapattı. Her canlının doğuşu, yaşayışı, ölüşü kendine has bir kötü kokardı onun gözünde. Jüpiter'in bitiş notalarını da çalınca masadaki çantasını alıp sakın adımlarla ezbere bildiği günü yaşamak için kapıya yöneldi. Sokağın başındaki adını her seferinde unuttuğu simitçi başıyla selam verip, simit isteyip istemediğini sordu, o da kahvaltı yaptığını hatta fazla kaçırıldığını söyledi, oysa yalandı söylediği, boğazında tek geçen ılık yarım bardak suydı. Yalan söylemesine kendi içinde anlam veremese de çok üstünde durmadı. Her zamanki sakın adımlarıyla ilerledi, birkaç adım sonra sağa döndüğünde karşılaşacağı kişiyi bildiğinden, derin bir soluk çekti ve adımlarını hızlandırdı. Uzun yıllardır o mahallenin sağ köşesinde, çiçek satarak geçimini sağlayan genç kadın yine oradaydı, çiçeklerin üstüne eğilmiş kendi kendine söylenirken genç adamı gördü önce doğruldu ardından hastalığının geçip geçmediğini sordu, genç adam iyi olduğunu ama çiçek alerjisinin olduğunu öğrendiğini söyledi. Yine yalan söylemişti, bu seferki çiçekleri sevmediğindendi, o an aklına geldiğini düşündüğü yalanı ustalıkla, hiç tereddüt etmeden söylemişti, genç kadının gözlerinin içine bakarak. Kafasında dönüp duran anlar o istemese de tekrarlanıyordu, sanki fark etmesi gereken bir şey vardı ama o ısrarla fark edemiyordu. Bu böyle sürecek, gün boyu kelimeleri yanlış çevirecek ve ona maaş veren adam tarafından rencide edilecekti, pek de önemli olan bir olay değildi ama gün boyu kafasından bu düşüncelerin hiç durmadan ardı ardına geçeceğini düşünmek korkutucuydu. Notalar çalacaktı yatağına uzandığında, duvarlarda yankılanacaktı tüm sesler ona ulaşmayacaktı çünkü düşünceler onu, kafasını kendi içine hapsedecekti, derin bir nefes çekti, hızlıca bıraktı düşüncesi bile başını döndürdü gerildi, adımları durdu bunları düşünürken bile durmadan dönüp duran aynı düşünceler onunla dalga geçer gibiydi. Düşünürken ilerlediği yola baktı alışkın olduğu küçük dünyası öylece duruyordu napmalı! napmalı? Tekrar önüne döndü düşünceler, çözümler, notalar, ölü kedi, çiçekçi kız, simitçi, bayat simit kokusu, garip çiçek kokuları, dolu dolu çöp bidonları, yeni boyanan apartman, insanlar, gözler, yalan cümleler...

Napmalı?... Bütün gün olacak olma ihtimali olan olayların var olabilme ihtimalinde boğulmak üzereydi. Tekrar arkasını döndü adımları çiçekçi kıza yöneldi, çiçeklere çok yaklaşımadan öylece dikildi bir süre, hâlâ kafasında dönüp duran anlar onu iyiden iyiye tedirgin etti neydi olan biten? Altı üstü belki de yirmi dakika önce yaşanan bir kaç olay onu delirtecek gibi kafasında dönüp duruyordu çileden çıkmak üzereydi. Kaşları çatık, hep sol cebindeki eli bu gün yumruk olmuştu? Öfkesini kime yönlendirmişti onu da bilmeyerek simitçiye doğru ilerledi onu da uzaktan izledi bir süre derin derin soludu. Etrafı izledi saatine baktı bir saate yakın geç kalmıştı işine, önemli değildi bu, düşüncelerini yokladı hâlâ aynı şekilde dönüp duruyordu anlar, simitçinin bakışı, onun cevabı, simit kokusu, ilerleyişi, paltosunu düzeltisi, çiçekçi kızın yüzü, sol gözündeki beni, ona bakan kısık gözleri, tekrar yoluna devam edişi ve tekrar başa sarması her şeyi...

Delirmek, akıllı biri için birkaç saniyelik bir iştir' derdi önceden, delirmiş miydi yani? Delirmek? Eğer delirdiyse becerebildiyse bu onun bu dünyada başarabileceği en doğru şey olurdu. Kafasında dönüp duran şeylerin anlından öpmek istedi. 'Delirmek' diye mırıldandı tüm mutluluğuyla...



Rabia GÜVENÇ

FEYYAZ KAYAĞAN(FERĞAR)'IN ESERLERİNDE VAROLUŞÇULUĞUN İZLERİ

BUKET KILIÇ

Varoluşçuluk; 19. yüzyılın sonları ve 20. yüzyılın başlarında, II. Dünya Savaşı'nın da etkisiyle özellikle Avrupa kıtasını etkisi altında bırakan bir düşünüş akımıdır. Özellikle 20. yüzyıl Fransa'sını etkisi altında bırakan varoluşçuluğun temelini Danimarkalı filozof Søren Kierkegaard atmıştır. Kierkegaard dışında Heidegger, Marcel, Jaspers, Sartre, Nietzsche gibi birçok varoluşçu düşünür vardır. Genel hatlarıyla dinci varoluşçular ve Tanrıtanımaz varoluşçular olarak iki grupta sınıflandırılırlar. Bireyi esas alan varoluşçuluğun temel ilkesi “kendini gerçekleştirmek için çaba”ya dayansa da ismi varoluşçulukla anılan yazarların ortak bir ilke, beyanname yahut poetika etrafında toplanmamaları bu felsefi akımın ilgi çekici özelliklerinden yalnızca biridir.

Varoluşçuluğun ortaya çıkışına en büyük sebep, II. Dünya Savaşı'nın birey üzerinde bıraktığı derinlemesine yıkım ve yitim hissidir. Savaşın etkisiyle birlikte yaşam, hayatın anlamı, var olmak, öz, benlik, erdemlilik, düşünme, özgürlük, yabancılaşma gibi birçok kavram sorgulanmış ve sonucunda kavramların etkisinin yitdiği görülmüştür. Hatta artık eşya ve zaman kavramları bile bilinen anlamıyla karşımıza çıkmayacaktır. Büyük bir boşluk ve anlam yitimi karşısında birey, yaşamla paralel doğrultuda ilerleyen edebiyat sanatına da bu düşünüşü yansıtacaktır. Hatta edebiyat dünyasına yansıtmakla kalmayacaklar, varoluşu bir yaşam şekli haline bile getireceklerdir. Dünya edebiyatında özellikle Dostoyevski, Kafka, Sartre, Camus gibi isimler ve eserlerinde varoluşçuluğun edebiyata yansımaları görüldü. Öyle ki Dostoyevski'nin Yeraltından Notlar'ı, Kafka'nın Dönüşüm'ü, Sartre'ın Bulantı'sı, Camus'nün Yabancı'sı birçok varoluşçu düşünür tarafından birer klasik haline geldi.

Coğrafyamızda 1940'larda yaşanan politik atmosfer dolayısıyla insanlar kendilerini baskı altında, yalnız ve sıkışmış bireyler olarak görmüş ve insanlığın ortak probleminin –varoluşun sorgulanmasının– ardından varoluşçuluğu tanıma/tanıtma girişimlerine başlanmıştır. Dergi gibi yayın organlarında varoluşçu düşünürlerden çeviriler yayımlanarak ve bu düşünüş akımı bağlamında konferanslar düzenlenerek varoluşçuluk Türk edebiyatına tanıtılmıştır. Dolayısıyla bu çeviriler ve konferanslar bir düşünüş akımının sanata ve edebiyata nasıl yansımaları gerektiği hususunda da kaynaklık etmiştir. Fikri Gül'e göre varoluşçuluğu tanıtmayı amaçlayan bazı çeviri çalışmaları şunlardır: 19 Mayıs 1946'da Tercüme Dergisi'nde “Yeni Görüşler” başlığı altında varoluşçuluğun tanıtılması, Sartre'ın “Temps Modernes”de çıkmış bir yazısının Sabahattin Eyuboğlu tarafından çevrilmesi ve aynı yazının bir başka çevirisinin 1 Şubat 1946'da “İstanbul Dergisi”nde yayımlanması, Sartre'ın “Existentialisme Bir Hümanizmadır” adlı konuşmasının özetleştirilerek Türkçe'ye kazandırılması, 1 Ağustos 1946 tarihli İstanbul Dergisi'nde Hilmi Ziya Ülken'in “Existentialisme'in Kökleri” adlı yazısının yayımlanması, 1 Mayıs 1959 tarihli A Dergisi'nin “Varoluş Filozofları ve Varoluşçuluk” özel sayısını çıkarması... Bu çalışmalar dışında Behçet Necatigil, Selahattin Hilav, Turan Oflazoğlu, Asım Bezirci, Demir Özlü, Onat Kutlar, Önay Sözer, Refik Cabi gibi yakından tanıdığımız isimler de Rilke, Heinemann, Nietzsche, Heidegger, Sartre, Jaspers, Marcel, Kierkegaard, Berdiaeff gibi varoluşçuların eserlerini de Türkçe'ye kazandırmıştır. (Gül, 2014: 28)

Türk edebiyatında varoluşçuluğa yakınlığıyla tanınan Tezer Özlü, Demir Özlü, Onat Kutlar, Nezihe Meriç, Ferit Edgü, Vüsat O. Bener, Bilge Karası, Orhan Duru, Leyla Erbil, Yusuf Atılgan gibi birçok isim vardır. Feyyaz Kayacan(Fergar) ise yurt dışında yaşaması sebebiyle bu isimlerle birlikte adını duyuramamış önemli ve oldukça başarılı, varoluşçu sayılabilecek yazarlardan biridir.

Feyyaz Kayacan yurt dışında yaşaması, bazı eserlerini yabancı dilde yayımlaması ve alışılmışın dışında bir üsluba sahip olması gibi nedenlerden dolayı edebiyat dünyasında pek de aşına olunmayan isimlerdendir. Kayacan 1919 yılında İstanbul'da doğar. Edebiyata yakınlığı Londra'da Hürriyet gazetesini Namık Kemal ile birlikte yöneten dedesi Reşat Bey ile başlar. Türk Dili Dergisi'nin Aralık 1963 tarihli 147. Sayısında hayatı hakkında vermiş olduğu yazıdan hareketle, kendi tabiri ile “çocukluğunu korkunç bir zindanın bahçesinde” geçirmesi, onun Çocuktaki Bahçe adlı romanına yalnız, sevgisiz bir çocukluk geçirmesiyle yansımıştır çıkarımı yapılabilmektedir. (Kayacan, 1963: 192-194) Yaşadığı sevgi eksikliği nedeniyle saf sevginin önemini kavrayabilmiş ve çocuklarına da kavratabilmiştir. Kayacan çocukluğunda yaşadığı hayal kırıklıkları dışında iyi bir eğitim görmüş ve yazın hayatına Londra'da yayımlamış olduğu ilk şiir kitabı Gammes Insolites(1938) ile başlamıştır. Daha sonra Géstes a la Mer(1939), Kaşık Havası (1976), Benim Örümceğim Başka (1982); bir oyunu Mutlu Azınlık (1968); bir romanı Çocuktaki Bahçe (1982); bir antolojisi Modern Türk Şiiri (1992), Şişedeki Adam (1957), Sığınak Hikâyeleri (1962), Cehennemde Bir Yusuf (1964), Gibiciler (1967), Hiçoğlunun Serüvenleri (ilk kitabındaki hikâyelere üç yenisinin eklenmesiyle, 1969), Bir Deli Değilin Defterleri (1987), Bütün Öyküler (1993) isimleriyle eserler vermiştir.

Eserlerini daha çok öykü türünde veren Kayacan'ın Londra'da gerçeküstü topluluğuna katılmış olması ve II. Dünya Savaşı yıllarını savaştan bizzat etkilenen şehirde -Londra'da- geçirmesi onun edebi dilinin şekillenmesinde büyük rol oynamıştır. Kayacan'ın eserlerinde yalnızlık, mutsuzluk, insanlığın vahşi yanı olarak savaş, yıkıntılar, yitimler, yabancılaşıma gibi temalar sıklıkla işlenmiştir. Dili oldukça anlaşılır ve halk edebiyatının olanaklarından olabildiğince yararlanmış bir şekilde karşımıza çıkmaktadır.

Batı ve Türk edebiyatı varoluşçuluğundan farklı olarak Kayacan'ın kişilerinde sorgulama ve yabancılaşımanın içindeki kişiler intihar meyili göstermez, aksine yaşamla mücadeleye girmek yerine yaşamak için mücadele ederler. Bu da “kendini gerçekleştirmek için çaba” ilkesiyle birebir örtüşmektedir. Çünkü varoluşçulukta birey çabaladığı sürece vardır. Kayacan'ın varoluşçu eğilimi, onun kişilerindeki adlandırmalarında da direkt olarak göze çarpmaktadır. “Hiçoğlu, Gibiciler, Şişedeki Adam, Sarhoş” gibi kişi isimleri, bireyin var olamama duygusunu aktarabilmek için seçilmiştir. Ayrıca kişilerin isimleri gibi fiziksel özellikleri de tanıtılmamıştır. Varoluşçu yazarlarda bir ortaklık da kişilerinin fiziksel özellikleriyle değil ruhlarıyla var olmasıdır. Onun kişilerindeki ad alamama meselesini Dede Korkut hikâyelerindeki kişilerin kendini ispat edene kadar bir ada sahip olmamalarıyla da ilişkilendirebilmek mümkündür.

Kayacan'ın mekân tercihleri de onun varoluşçu eğilimini göstermektedir. Okuyucuya, sahip olduğu bunalma, sıkışmışlık, yalnızlık gibi duyguları aktarabilmek üzere tuhaf mekân tercihlerinde bulunmuştur. Örneğin; Şişedeki Adam hikâyesinde şişeye sıkışmış kalmış bir adamın tuhaf hikâyesi anlatılırken Gibiciler adlı hikâyesinde insanların tepkisizliğine bir eleştiri olarak kurgulanan Heykeller Alanı gibi mekânlar mevcuttur.

Kayacan, zaman ve mekân tercihlerini okuyucuya iç içe geçmiş bir biçimde vermektedir. Bu varoluşçuluk bağlamında bireyin kendini büyük bir zamansızlık ve mekânsızlık içerisinde araması ve kavram karmaşası yaşamasiyla ilişkilendirilebilir.

Edebiyat çoğunlukla düşünsel akımların etkisinde kalmış ve bu yönde eserler verilmiştir. Şüphesiz varoluşçuluk en çok etkilenilen ve günümüzdeki kapsayıcılığıyla etkisini sürdüren düşünce akımlarından yalnızca biridir. Türk edebiyatında çok âşına olunmayan isimlerden biri olan Feyyaz Kayacan'ın savaşa bizzat tanıklık etmesi onun varoluşçu eğilimini açıklar niteliktedir. Fakat Feyyaz Kayacan'ı diğer varoluşçulardan ayıran en baskın özellik, onun kişilerinin intihar meyilli olmaması, aksine yaşamak için mücadele edildiği sürece var olmalarıdır. Halk dilini büyük bir ustalıkla kullanarak varoluşun özünü bize aktaran Feyyaz Kayacan, bu bağlamda üzerinde çalışılması gereken en önemli isimlerden yalnızca biridir.

KAYNAKÇA

Gül, Fikri (2014) "Varoluşçu Felsefenin Türk Düşünce Hayatındaki Yansımaları", Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Sayı 18,s.28

Kayacan, Feyyaz (1963), "Türk Dil Kurumu Ödülleri Kazananlar", Türk Dili Dergisi, Sayı 147, s.192-194

BUKET KILIÇ

Edebiyat öğretmeni.

STRESİN TANIMI, NEDENLERİ VE BEYİN ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

RUMUZ : DÜŞÜNENBİRDELİ

Stres Nedir?

Stres; fiziksel, duygusal veya psikolojik zorlanmaya neden olan her türlü değişiklik olarak tanımlanabilir. Stres, vücudunuzun dikkat veya eylem gerektiren herhangi bir şeye tepkisidir. Herkes bir dereceye kadar stres yaşar. Bununla birlikte, strese tepki verme şekliniz, genel refahınız için büyük bir fark. Stres kısa süreli veya uzun süreli olabilir. Her ikisi de çeşitli semptomlara yol açabilir, ancak kronik stres zamanla vücuda ciddi zararlar verebilir ve uzun süreli sağlık etkilerine neden olabilir.

Stresi tanımak her zaman kolay değildir, ancak çok fazla baskı yaşıyor olabileceğinizi gösteren bazı işaretleri belirlemenin bazı yolları vardır. Bazen stres bariz bir kaynaktan gelebilir, ancak bazen işten, okuldan, aileden ve arkadaşlardan kaynaklanan küçük günlük stresler bile zihninize ve bedeninize zarar verebilir.

Stresin Ana Nedenleri

Hayatta strese neden olabilecek birçok farklı şey vardır. Ana stres kaynaklarından bazıları iş hayatı, ekonomik sebepler, kişisel ilişkiler, ebeveynlik ve günlük rahatsızlıklardır. Sizi en çok etkileyen şey, bir başkası ile aynı olmayabilir. Örneğin, bir kişi ciddi bir trafik sıkışıklığına sinirlenip bunalabilirken, bir diğeri müziğini açıp bunu hafif bir rahatsızlık olarak görebilir. Devam eden küçük tartışmalar ve anlaşmazlıklar gibi olaylardan, bir ilişki, hastalık veya yas gibi daha büyük aile krizlerine kadar, düşünme, hissetme ve davranış biçiminizi etkilemesi muhtemeldir. Bu durum stres seviyenizi etkileyebilir. Çok fazla iş, iş güvensizliği, bir işten veya kariyerdan memnuniyetsizlik ve bir patron veya iş arkadaşlarıyla tartışmalar dâhil olmak üzere pek çok şey iş stresine katkıda bulunabilir. Hayatımızda bizi strese sürükleyen insanlar vardır. Bir aile üyesi, samimi bir ortak, sosyal arkadaş veya iş arkadaşı olabilir. Toksik insanlar, hayatımızın her yerinde pusudadır ve bu ilişkilerden yaşadığımız stres, fiziksel ve zihinsel sağlığı etkileyebilir. Romantik ilişkilerde stresin sayısız nedeni vardır ve çiftler sürekli baskı altındayken ilişki başarısızlık riskiyle karşı karşıya kalabilir. Kişisel ilişkilerle ilgili stres belirtileri, genel stresin normal belirtilerine benzer ve fiziksel sağlık ve uyku sorunları, depresyon ve kaygıyı içerebilir. Bazen kişisel ilişki stresi, Facebook ve Instagram gibi sosyal medya platformlarındaki insanlarla olan ilişkilerimizle de ilgili olabilir. Örneğin; sosyal medyada doğal olarak yetersiz hissetme strese yol açabilir. Diğerleri ile kendinizi karşılaştırarak teşvik eğilimindedir. Ayrıca zorbalığı kolaylaştırır. Ebeveynler genellikle bir iş, ev işleri ve çocuk yetiştirmeyi içeren yoğun programları yönetmekle karşı karşıya kalırlar. Bu talepler, ebeveynlik stresiyle sonuçlanır. Yüksek düzeyde ebeveynlik stresi, bir ebeveynin çocuklarıyla etkileşimlerinde sert, olumsuz ve otoriter olmasına neden olabilir. Ebeveynlik stresi, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesini de düşürebilir. Örneğin, açık bir iletişiminiz olmayabilir, bu nedenle çocuğunuz tavsiye için size gelmez veya siz ve çocuğunuz sık sık tartışabilirsiniz. Ebeveynlik stresinin kaynakları arasında düşük gelirli olmak, uzun saatler çalışmak, tek ebeveynlik, evlilik veya ilişki gerilimleri, davranış bozukluğu veya gelişimsel engellilik teşhisi konmuş bir çocuğu büyütmek sayılabilir. Günlük stresler, günlük rahatsızlıklarımızdır. Anahtarları yanlış yere koymak, geç kalmak ve evden çıkarken yanınıza önemli bir eşya almayı unutmak gibi şeyleri içerir.

Genellikle bunlar sadece küçük aksaklıklardır, ancak sıklaşırlarsa fiziksel ve/veya psikolojik sağlığı etkileyen bir endişe kaynağı hâline gelirler. Çok meşgul olmanın stresi giderek daha yaygın hâle geliyor. Bu günlerde insanlar her zamankinden daha meşgul ve bu onların hayatlarına çok fazla stres katıyor. Bazı durumlarda meşguliyet, ikinci bir işte çalışmak gibi zorunluluktan kaynaklanır. Diğer zamanlarda, suçluluk duygusundan ve başkalarını hayal kırıklığına uğratmak istememekten kaynaklanır. İnsanlar “hayır” diyemeyebilir ve kendilerine çok az zaman ayırabilir ya da zamansızlıktan dolayı doğru beslenme, egzersiz yapma gibi kendi temel ihtiyaçlarını gözden kaçırabilirler. Kişilik özellikleriniz ve sahip olduğunuz kaynaklar yukarıdakilerin tümüne bağlanır ve bağımsız stres kaynakları da olabilir. Örneğin dışa dönükler, günlük yaşamda daha az stres yaşama ve strese karşı tampon oluşturan daha fazla sosyal kaynağa sahip olma eğilimindedir. Öte yandan mükemmeliyetçiler, sadece yüksek başarıya odaklananlara göre daha fazla olumsuz zihinsel ve fiziksel sağlık sonuçlarıyla karşılaşan, katı standartları nedeniyle gereksiz yere kendilerine stres getirebilirler.

Stresin Beyin Üzerindeki Etkileri

Stresin, düşünmeyi ve hafızayı neden etkilediğini anlamak için beynin nasıl çalıştığını biraz anlamak önemlidir. İnsanlar genellikle olumsuz sonuçları, yaşamı değiştiren olayların (doğal afet, araba kazası, sevilen birinin ölümü gibi) yarattığı ani, yoğun stresle ilişkilendirirken, araştırmacılar aslında hepimizin karşılaştığı görünen günlük stres olduğunu öne sürüyorlar. Zamanla, çok çeşitli zihinsel bozukluklara katkıda bulunabilir. Farklı stres türleri beyni farklı şekillerde etkiler. Son zamanlardaki stresli olaylar (iş kaybı, araba kazası) duygusal farkındalığı etkiler. Travmatik olaylar (sevilen birinin ölümü, ciddi hastalık) duygudurum merkezleri üzerinde daha büyük bir etkiye sahiptir. Stres karşısında beyniniz, harekete geçmek ve kendisini potansiyel tehditlerden korumak için tasarlanmış, bazıları iyi, bazıları kötü olan bir dizi tepkiden geçer. Bazen stres, zihni keskinleştirmeye ve neler olduğuyla ilgili ayrıntıları hatırlama yeteneğini geliştirmeye yardımcı olabilir. Beyin bir tehditle (gerçek veya algılanan) karşılaştığında, kortizol ve norepinefrin gibi bir kimyasal dalgalanması salgılar. Bu kimyasallar bize refleks süresinde, algıda ve hızda doğal bir artış sağlar. Vücudumuzda daha fazla kan ve oksijen dolaşmasını sağlamak için kalbimizin daha hızlı kan pompalamasına neden olurlar; esasen “hayatta kalma moduna” giriyoruz.

Stres altındayken verdiğimiz tepkiye “savaş ya da kaç tepkisi” denir. Savaş ya da kaç tepkisi, vücudunuzu kalmaya ve bir tehditle başa çıkmaya ya da güvenli bir yere kaçmaya hazırlayan hormonların salınmasıyla tetiklenir. “Savaş ya da kaç” terimi, eski atalarımızın çevrelerinde tehlikeyle karşı karşıya kaldıklarında sahip oldukları seçenekleri temsil eder. Ya savaşabilirler ya da kaçabilirlerdi. Her iki durumda da strese verilen fizyolojik ve psikolojik tepki, vücudu tehlikeye tepki vermeye hazırlar.

Savaş ya da kaç tepkisi (stres tepkisi olarak da bilinir), zihinsel veya fiziksel olarak korkutucu bir şeyle karşılaştığımızda meydana gelen fizyolojik bir tepkiyi ifade eder. Savaş ya da kaç tepkisi şu şekilde meydana gelir: Aşırı stres altında olduğumuzda, beynin amigdala adı verilen “korku merkezi”, merkezi stres tepki sistemimizi harekete geçirir. Hipotalamus, hipofiz bezi ve adrenal korteksten oluştuğu için hipotalamik-hipofiz-adrenalkortikal (HHA) eksen olarak bilinen bu stres yanıt sistemi hormonları, özellikle stres hormonu kortizolünü düzenler. Glikoz seviyelerini hızla artırarak, kalp atış hızını hızlandırarak; kol ve bacaklarımızdaki kaslara kan akışını artırarak, bu stres tepkisi bir tehdide karşı yanıt vermemizi sağlar.

Muhtemelen savaş ya da kaç tepkisini deneyimlediğiniz bir zamanı düşünebilirsiniz. Korkunç bir şeyle karşılaştığınızda, kalp atışınızın hızlandığını hissedebilirsiniz, daha hızlı nefes almaya başlayabilirsiniz ve tüm vücudunuz gergin ve harekete geçmeye hazır hâle gelir. Savaş ya da kaç tepkisi hem gerçek hem de hayali tehditler tarafından tetiklenebilir. Vücudunuzu harekete hazırlayarak, baskı altında performans göstermeye daha hazır olursunuz. Durumun yarattığı stres aslında yardımcı olabilir, bu da tehditle etkili bir şekilde başa çıkmanızı daha olası hâle getirir. Bu tür stres, işte veya okulda olduğu gibi, başarılı olmanız için baskı altında olduğunuz durumlarda daha iyi performans göstermenize yardımcı olabilir. Ve tehdidin yaşamı tehdit ettiği durumlarda, savaş ya da kaç tepkisi hayatta kalmanızda kritik bir rol oynar. Savaşmak veya kaçmak için sizi hazırlayan savaş ya da kaç tepkisi, tehlikeden kurtulma olasılığınızı artırır.

Stres hormonları (özellikle kortizol), beynimizin aşağıdakiler için ihtiyacımız olan kısmı üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir:

- 1) Alternatifleri değerlendirmek ve iyi iş kararları vermek,
- 2) Zor zamanlarda ilerlerken, aile üyelerimiz, topluluk üyelerimiz ve yardımlarına ihtiyaç duyabileceğimiz diğer kişilerle verimli ve düşünceli sohbetler yapmak.

Bu fiziksel sağlık, beyin fonksiyonu ve karar verme bozuklukları genellikle bir kısır döngü yaratır. İyi düşünülmüş kararlar vermeyi ve ilerlemeyi zor bulduğumuzda, bu arzu edilenden daha az sonuçlara sahip olabilecek seçimlere (veya konuşmalara) yol açabilir. Kötü düşünülmüş bir karar (veya karar vermeme), bu tepkiyi daha da besleyen daha fazla strese neden olabilir. Bu döngü; umutsuzluk, endişe ve diğer endişelere yol açabilir ve bu da daha sonra depresyon ve intihar riski ile bağlantılı olabilir. Neyse ki, yüksek stres altında meydana gelen tüm bu değişiklikler, konuyu bütünsel olarak ele almak için birden fazla taktik ve strateji gerektirse de, yönetilebilir ve tersine çevrilebilir. Kronik stres yaşayanlar, duygudurum ve kaygı bozukluklarına daha yatkın olurlar.

Çok fazla stres altındayken düzensiz ve unutkan hissetmek nadir değildir. Ancak uzun vadede stres beyninizi hafızanızı etkileyecek şekilde değiştirebilir. Stres hormonları karar vermeyi bulanıklaştırabilir ve hatta “donmaya” yol açabilir. Bunun yanı sıra ilişkiler, iletişim ve fiziksel sağlık (kalp, diyabet, felç riski vb.)

Stresli bir olayın ayrıntılarını hatırlamaya çalıştıysanız, muhtemelen stresin bazen olayları hatırlamayı zorlaştırabileceğinin farkındasınızdır. Araba anahtarlarınızın nerede olduğunu veya işe geç kaldığınızda evrak çantanızı nerede bıraktığınızı hatırlamakta zorlanmak gibi nispeten küçük bir stres bile hafızanız üzerinde anında bir etkiye sahip olabilir. Hipokampus; beynin hafıza, duygu ve öğrenme ile yoğun olarak ilişkili bölgelerinden biridir. Aynı zamanda yaşam boyunca nörogenezin [Nörogenez ya da nörojenez, sinir kök hücrelerinden, sinir sistemi hücrelerinin yani nöronların üretilme sürecidir.] veya yeni beyin hücrelerinin oluşumunun gerçekleştiği beynin iki alanından biridir.

Stres, hipokampusta yeni nöronların oluşmasını engeller ve nöronları yok eder. Devam eden stresle karşı karşıya kaldığınızda, sağlıklı öz bakım uygulamak özellikle önemlidir. Rahatlamak, besleyici bir diyet uygulamak, düzenli egzersiz yapmak ve uykunuzu korumanın yollarını bulmak için kendinize molalar verin.

Bir ruh sağlığı uzmanıyla konuşmak, stresinizi kontrol altına almanın ve sağlığınız üzerindeki etkisini azaltmanın da harika bir yoludur. Terapistiniz, yaşamınızdaki stres kaynaklarını belirlemenize ve bunlarla başa çıkmak için bir plân oluşturmanıza yardımcı olabilir. Bu yeni başa çıkma stratejileri geliştirmeye veya zor insanlarla başa çıkmanın yeni yollarını bulmaya çalışmayı içerebilir. Doktorunuz, stresin bazı ani belirtilerine yardımcı olacak ilaçlar reçete edebilir. Önerdiği antidepresanlar, anti-anksiyete ilaçları veya uyku ilaçları içerebilir. Ayrıca, uzun vadede stresle başa çıkmanıza yardımcı olacak psikoterapi veya yaşam tarzı değişiklikleri önerebilirler. Uzun süreli stres; fiziksel ve zihinsel sağlığınızı etkiliyorsa, endişeleriniz hakkında doktorunuzla konuşun. Bir doktor, semptomlarınıza katkıda bulunabilecek diğer tıbbi veya zihinsel sağlık durumlarını ekarte etmeye yardımcı olabilir ve yardımcı olabilecek psikoterapi veya ilaçlar gibi tedaviler önerebilir.

Farklı türlerdeki uzun süreli stresi tamamen ortadan kaldıramayabilirsiniz. Ancak onu etkili bir şekilde nasıl yöneteceğinizi öğrenmek hem fiziksel hem de zihinsel sağlığınızı korumanıza yardımcı olabilir.



RUMUZ: DÜşÜNENBİRDELİ



İLİŞKİ KUMARI?

İREM ARSOY

İlişkiler veya özellikle evlilik denince çoğu insanda bir korku belirir. Sanırım bunun sebeplerine bakacak olursak, büyük bir sorumluluğa girmekle birlikte çevremizdeki insanların ilişkilerinde/evliliklerinde yaşadığı sıkıntılar sebep gösterilebilir. Boşanmaların bu kadar artması da çoğu kişiye evlilik bir kumardır ve mümkün oldukça geri durmalıyım dedirtiyor. Fakat ben kumar olarak değil, bir şans olarak görüyorum evliliği. Üstelik bu şans en iyi şekilde değerlendirmek ve şansımızı lehimize çevirmek de bizim elimizde.

Geçen gün bir mağazanın önünden geçerken çok güzel bir ayakkabı gördüm ve benim olmalı dedim. İçeri girip fiyatını sorduktan sonra denedim. Ayakkabıyı giydikten sonra, mağazanın içinde yürüdüm biraz, rahat geldi. O sırada satıcı da yakıştığını söyleyince o ayakkabıyı aldım. Fakat birkaç gün giydikten sonra ayağımı vurmaya başladı ve artık canımı acıttığı için giymek istemedim.

Düşününce, aslında bu olay kadın-erkek ilişkilerine çok benziyor. Evet bu ayakkabıyı birkaç gün giymeden ayağıma vurup vurmayacağını anlayamazdım. Ama bu bir kumar değildi. Çünkü ayağımı tanıyorsam eğer ucu sivri gelen bir ayakkabının ayağıma vurma ihtimalini bilirdim.

Evlilik ve ilişkilere de böyle başlanmalıdır. Yani önce kendimizi çok iyi tanımalıyız ve kendimize uygun bir partner seçmeliyiz; denk bir eğitim kültür seviyemiz, denk bir inanç algımız ve hayata karşı bakışımızın, duruşumuzun da denk olması önemlidir. Ama tabii ki sadece bu yeterli olamaz. İşte bu noktada devreye istemek girer. Ben mesela o ayakkabıyı vitrinde görüp beğenmişim onu giymeyi istemişim. Partnerimizi de beğenmek, istemek, arzulamak ve cinsel bir yakınlık hissetmek az önceki denkliklerin üzerine mutlaka olmalıdır.

İşte bu olguların hepsi birleşince evlilikler bir kumar olmaktan çıkıp bir şansa dönüşebilir.

Fakat bazen insan, kendini tanıyamayabiliyor ve yanlış ayakkabıyı seçebiliyor veya ayağına vuracağını bile bile o ayakkabıyı alıyor. İşte, buna da bile bile lades deriz.

Bu şekilde yani bile bile lades olarak başlayan evlilikler ve ilişkiler bence biraz da kibir barındırıyor. "Ben adam ederim" veya "Ben değiştirim" kibri. Bir insanın değişebileceğine inanmak, değiştirme çabası... Bence bir insanın değişebilmesi dünyanın en zor şeylerinden biridir. Bu yüzden, buna inanan insanlarınkini kibir olarak nitelendiriyorum. İşte böyle durumlarda değiştirmeyi düşünmek yerine devreye "rağmen" girsin yani ben bu insanla bir ömür geçirebilir miyim? bütün bu beğenmediğim özelliklerine RAĞMEN bu kişiyle mutlu olabilir miyim? bu sorunun yanıtı mutluluğa götürür.

Acele etmeyin, tanıyın ve zaman geçirin. Eğerlara RAĞMEN ben bu insanla bir ömür geçirebilirim diyebiliyorsanız; belki de şansınızı lehinize çevirmiş olursunuz.



İrem ARSOY

1996 İstanbul doğumlu. Lisans eğitimini hemşirelik üzerine tamamladıktan sonra, psikiyatri hemşireliği alanında tezli yüksek lisans yaptı. Aynı zamanda master yaptığı üniversiteden aile danışmanlığı eğitimi alarak aile ve çift terapisti ünvanını almıştır. Şu an özel bir hastanede eğitim hemşireliği yapmakla birlikte aile ve çift terapilerine devam etmektedir.

GÜNLÜK VE AJANDA KULLANIMINI NASIL DAHA ETKİLİ HÂLE GETİREBİLİRİZ?

ZEYNEP MİRAY ÇAKIR

Son zamanlarda düzenli yaşamın iyi etkilerine dikkat çeken çoğu sosyal medya paylaşımında “journaling” kelimesine rastlıyoruz. Türkçe karşılığı “günlük tutmak” olan bu etkinliği çocukluk yıllarımızdan beri tanıyoruz. Çoğu insan bir dönemliğine de olsa sürdürmeyi denemiştir. Gördüğümüz içeriklerden daha fazla emek ve özveri gerektirdiğinin de farkındayız. Her yazdığınızda kendinizden bir parça eklersiniz ve hayatınızın size çok uzunmuş gibi gelen dönemleri bile sayfa sayfa sayılabilecek kadar özet hâline gelir. Bu bile ne kadar önemli olduğunun kanıtıdır. İç dünyanızı günlüğünüz ile paylaşıırken, sorumluluklarınızı ve hedeflerinizi ajandanıza kaydedersiniz. Bir defteri iki amaç için kullanmak da tamamen sizin tercihinize kalmıştır, sıklıkla bu şekilde de kullanılır. Duygu ve düşünce dünyamızı birbirine karıştırmamak mümkün değil fakat günlük hayatımızı kolaylaştırmak ve hayatımızla ilgili yeni farkındalıklara sahip olmak adına iki ayrı yerde tutmanın faydalı olacağına inanıyorum. Kendi hayatımda da kullandığım ve kısa zamanda faydasını gördüğüm bu etkinliğin iki ayrı şekilde yapıldığında gayet etkili çalıştığını gördüm.

Hayata dair isteklerimizi paylaştığımız günlüklerimizden ve sıkıcı bir şekilde, belki de her gün aynı şeyleri yapmamız gerektiğini yazdığımız ajandalarımızdan bizim için iyi birer arkadaş yaratabiliriz. Ama öncelikle onlara eğlenceli bir görünüş kazandırmamız, onları dönüştürmemiz gerekiyor. Arkadaşımız ve profesyonel yardımcımız için biraz çabalamamız gerekecek. İsterseniz birlikte deneyelim.

Ajanda ve günlüğünüz için önerilerime başlamadan önce şunu söylemek zorunda hissediyorum. Emek göstermediğimiz ilişkilerimizin tamamı gerçektir diyemeyiz. Defterleriniz için, hatta bence kendiniz için, onlara en başından zaman ayırmaya özen gösterin. Dostunuza yeni bir görünüm kazandırmanız gerekiyor, rengarenk kalemler ve çıkartmalar hazırlayabilirsiniz. Onu size daha yakın hâle getirmek için size en uygun renkli kalemlerle ve çıkartmalarla süsleyebilirsiniz. Unutmayın, o defterler sizin ve biricik hayatınızın yansımaları olacak. Bu yansımanın karşılıklı olduğunu kısa sürede göreceksiniz. Neyi yansıtmak istediğinize siz karar verin. Örneğin sanılanın aksine düzenli ve planlı bir hayat sıkıcı değildir. Kontrolün tamamen sizin elinizde olduğunu, gerektiği zaman sizin izninizle akışa uyulabileceğinin kanıtıdır. Ajandanız ve günlüğünüz, günlerinizin, aylarınızın takipçisi olacaklar; sorumluluklarınızdan keyif almanız ve onları yük olarak görmemeniz için olabildiğince size destek olacaklar. Tavrınız, yazdıklarınız ve yaptıklarınız kim olduğunuza dair ipuçları içeren minik yapboz parçalarıdır. Bu defterlerle birlikte kendinize ait parçaları toplama şansına sahip olacaksınız. Olduğunuz ve olmak istediğiniz insanı tanımadan kim olduğunuza karar veremezsiniz. Renkler, çıkartmalar, minik fotoğraflar hevesle ilerlemenize yardımcı olacak, siz sadece izin verin.

Günlüğünüz için en uygun defteri bulmakla başlayabilirsiniz. Her gün yazmak zorunda değilsiniz ama ne kadar düzenli bir şekilde giderseniz yapmak istediklerinizi daha iyi anlar, hayalleriniz için yapabileceklerinizi analiz edebilir ve mutlaka rutininizden daha fazla zevk alırsınız.

Günlüğü kişiselleştirelim: Sevdiğimiz küçük şekiller çizebilir, o güne bir şarkı adayabiliriz! Hayatı daha eğlenceli yaşamamanın bir sırrı da bugünü dünden farklı yaşamayı öğrenmekte saklı. Kendinizi sayfalarınıza bırakın, onlar mutlaka size yol gösterecektir.

Her renk kendi başına, bazı nesnelerle birlikte anlamlı olabilir, hoş görünebilir. Renkleri doğada ahenkli bir hâlde görmek mümkün olsa da sizin doğaya bakış açınızı yansıttığınız resimlerinizde doğanın kendisi gibi olmasını bekleyemeyiz. Kendiniz için renklerin tekrar anlamlandırıldığı bir dünya inşa etmekten çekinmeyin. Neyi sevip sevmediğinizi ancak deneyimleyerek tam anlamıyla idrak edebilirsiniz. Günlüğünüz ve ajandanız bu bağlamda da size yardımcı olacak. O gün dilinizden düşmeyen şarkıyı günlüğünüze not aldığınızda neden o gün bu şarkıda takılı kaldığınıza dair düşünme fırsatınız olur; kendinizi, gününüzü daha iyi anlarsınız. Bugünlerde ihtiyacımız olan en önemli şeylerden biri de kendimizi anlamak değil mi?

Günlüğümüzü kişiselleştirme aşamasından sonra onu gerçek bir günlük yapacak adımlara geçelim! Günlüğünüzün ne kadar gerçek olacağına ise sizin karar vermeniz gerekiyor. Duygularınızı paylaşmakta ne kadar iyisiniz? Daha çok içinize mi atıyorsunuz? Günlük, duygularınızı kolayca paylaşabileceğiniz sadık bir dostunuzdur. Ayrıca tarihteki en iyi sanatçılar, duygularını en iyi anlayıp yorumlayan insanlardır. Duygu yoğunluğunuzun ilham kaynağınız olacağına eminim.

Hayallerinizi yazmak müthiş bir seçenektir. Her bir hayalinizi tüm detaylarıyla yazarken gerçekleşeceklerine dair inancınız artacak ve daha iyi hissedeceksiniz. Yazdıklarınızı her gördüğünüzde onlar için mücadele edecek ve çabalayacaksınız. Bugüne kadar unuttuğunuz ama zamanında gerçekten istediğiniz hayalleriniz var. Onları unutmayın, hatırlayın, canlı kalmalarını sağlayın. Günün erken saatlerinde hayal ettiklerinizin yanı sıra hayata karşı niçin minnet duyduğunuzu ifade eden cümleler de yazabilirsiniz. Minnet güçlü bir duygudur, devamlılık, sabır ve güç sağlar.

Günlüğünüze yazmayı tamamladıktan sonra ajandanızı doldurmaya başlayabilirsiniz. Süreli veya süresiz ajandalardan kendinize göre olan bir tane seçin. Ajandanız, sizin hayatınızı planlayacak, size uyarılarda bulunacak ve hatıralarınızı saklayacaktır. Yaptığınız işleri hatıra olarak görmemeniz için hiçbir sebep yok. Zaman geçtikçe çalıştığınız, emek gösterdiğiniz, ürettiğiniz günlere özlem duymanız son derece olağan. Yapabilecek güçte olup yapmadığınız şeyler içinizi gıcıkklamaya başlayabilir. Elinizden gelenin en iyisini yapmak, başkalarının hayatında izler bırakacağı gibi sizin de son derece çalışkan, üretken ve özverili hissetmenizi sağlayacaktır. Bütün hedeflerinizi yazmanız bu yüzden çok önemli. İmkansız gibi görünen çoğu şeyi mümkün kılabilirsiniz. Bunu görmekle başlayabilirsiniz.

“Gözleri görmek için yaratılmıştı, ama o ana dek dünyanın sürekli değişen görüntüleriyle dolu ve kendine bakmak yerine dünyaya bakmakla meşguldüler.”

Jack London, Martin Eden

Ajandanızla fazlasıyla haşır neşir olacaksınız. Tıpkı günlüğünüzü kendinize göre dönüştürdüğünüz gibi ajandanız için de bunu yapmanız iyi olur. Yapacaklarınızı bir hafta önceden yazmanızı tavsiye etmiyorum. Her gün on dakikanızı ayırırsanız planlama açısından daha gerçekçi olursunuz. Bir hafta önceden ne olacağını, nasıl hissedeceğinizi bilemeyebilirsiniz. Her gün vakit ayırmanız konusunda ısrarcıyım. Üstelik gün içinde değerlendirebileceğiniz vakitler var. Mesela, uyumadan önce telefonlardan uzaklaşmak gerekiyor. Telefonlardan yayılan mavi ışığın uykuya geçmeyi zorlaştırdığını ortaya koyan bilimsel çalışmalar mevcut. Uyumadan önce, bu kıymetli zamanınızı uyku kalitenizi heba etmesi için telefonla ilgilenerek tüketmek yerine günlüğünüze yazı yazabilirsiniz.



Böylelikle daha huzurlu hissedeceksiniz. Ajandanıza yazmak ise yarına dair size güç ve hakimiyet duygusu verecek, erkenden uyanmak için iyi bir sebep olacaktır. Uyandığınız an, o güne kendinizi en iyi şekilde hazırlayabileceğiniz andır. Beyniniz, siz nasıl programlarsanız günü o şekilde geçirmek için sizin adınıza mücadele edecek potansiyele sahiptir. Uyandığınızda, günlüğünüze o günden istediklerinizi yazabilirsiniz. Hayallerinizi günlüğünüzle paylaşacak, hayallerinize ulaşmak için yapmanız gerekenleri de adım adım ajandanıza yazarak onlar için ne kadar fedakarlık yapmanız gerektiğini göreceksiniz.

Ajanda ve günlüğü birlikte kullanmanın üzerimizdeki iyi etkilerini umarım en iyi şekilde anlatabilmişimdir. Farkındalık her şeydir. Duygu ve düşüncelerinizin birbirinden ayrılmayan, size ait canlı tepkiler olduğunu ve aslında insanın tamamen mantığına veya duygularına yönelmesinin sadece günü kurtaran birer illüzyon olduğunu fark etmek hayatınızı bambaşka yönde etkileyecektir. Kendinizin ve yapabileceklerinizin farkında olun. Hayal kurmazsanız amacınız olmaz, amacınız için istemekten başka hiçbir şey yapmazsanız da hayallerinize siz değil onun için ter döken insanlar sahip olur. Kendinize ve hayatınıza çok iyi bakın...

KAYNAKÇA:

https://www.bbc.com/turkce/haberler/2014/04/140407_telefon_uykusuzluk

Zeynep Miray ÇAKIR



ÇEYREK AKLIMLA

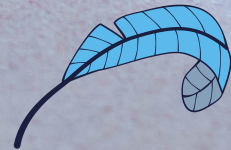
RUMUZ: KÜSURATSIZ Pİ

yuvasından düşen yavru umuttum
düştüğçe kendimi kendimle avuttum
tutunacak dal bulamasam da
dünden miras kalan çeyrek aklım
dertlerin en güzeline tutuldum...

tatavanın tavaasında pişmemiş sözcüktüm
dilden dile düştüm de oracıkta öldüm
samimiyetsiz sohbetlerle gömdüler ama
anlam mezarlığını yıktım çeyrek aklım
imgeler divanesi gibi yandıkça söndüm...

evsiz kedilerin mekânına çokça konuk oldum
insanların soğuk tavırları ile soldukça soldum
yıllarca mırlamayı öğrendim devasa sorunlara
şairlerin patilerine yapıştım çeyrek aklım
dizelerce yürüdüğüm bitmeyen yoldum...

aşk tırpanımla can alıcının uykusunu kaçırdım
sevdalı başaklardı vuslatın sonundaki hasadım
şair bakışlı rençperim çorak gönül tarlasında
bakmadım sadece gördüm çeyrek aklım
eprimiş yüreğimde dinmeyen sızıydım....



RUMUZ: KÜSURATSIZ Pİ

SON RÜYA

EYLÜL YAŞAR

Öldüğümü düşün bu gece.
Yatağında derin soluklar alırken,
Benim soluğumun kesildiğini düşün
mesela.
Gecenin ilerleyen dakikalarında
Benim bedenimin hareketsizliği gelsin
aklına.
Damarlarındaki kanın sıcaklığı,
Ellerimin soğukluğunu hissetsin.
Rüyalarındaki mırıltıların,
Benim kâbusumdaki son çığlığımsun.
Gün aysın ardından.
Sen düşlerinden süzülürken habersizce,
Ben bu hayatta senin için düş olayım artık.
Senin acıyla var olacağını ,
Benim ise senin uğruna her daim yok
olacağımı düşün bin bir gece.

Eylül YAŞAR



Kitaptan alıntı.....

Mutluluk maddi değildir; görülemez, hissedilemez! Gene de herkesin hayal ve isteklerine uydurduğu iyilik arayışı, ya insanı bu aşağı dünyanın efendisi ilan eder ya da mutluluğu başkalarından almayan, kendisi üreten ve akli maddiyattan sıyrılabilen bir varlık yapar. Bu nedenle tutkunun sanrılarından yakınanlar, ruhun ölümsüzlüğünü gösteren güçlü bir kanıtı karşı haykırdıklarının farkında değildirler.

..... 38 yıl süren kısa ömrüne karşın, erkek egemenliğindeki felsefe alanında yazdıklarıyla, kendinden sonraki yüzyılları kadın hakları konusunda derinden etkileyen bir 18.yy düşünürüdür.

Bu kadın
düşünür
kimdir ve
alıntı yapılan
kitabı
hangisidir?

APEIRON

SINIRSIZ OLAN!

AYLIK FELSEFE, KÜLTÜR VE SANAT
E-DERGİSİ

SOSYAL MEDYADA



apeironedergi

Sizleri Bekliyor

ŞUBAT SAYISINDA GÖRÜŞMEK DİLEĞİ İLE....

