

Ebeveynlerime, aileme, dostluęa...
Yabancıya ve yabancılığa, sürgünlere kucak açmaya...

İÇİNDEKİLER

YAYINEVİ SUNUŞU.....	11
GİRİŞ	13

BİRİNCİ KISIM BİR YABANCILIK DUYGUSU

1. BÖLÜM

SAHTEKÂRLIKTAN SAHTEKÂRLIK DUYGUSUNA.....	17
Tanımlanamaz Olanı Nasıl Tanımlarsınız?	17
Sahtekâr: Bir Güven Taciri	18
Bir Sahtekâr Değilim, Ama...	
Öyle Olduğumu Hissediyorum	23
Esrarengiz Gerçek	26

2. BÖLÜM

OLMAK YA DA OLMAMAK.....	31
Belirsiz ama Aynı Zamanda Mutlak Bir Huzursuzluk.....	31
Dipsiz Bir Yalnızlık Duygusu.....	33
Tuhaf Yabancı.....	34
Kadınlarda Erkeklerden Daha mı Fazla Görülüyor?	35

3. BÖLÜM

GERGİNLİKLE YAŞAMAK VE

BUNUN SUÇLULUĞUNU HİSSETMEK.....	43
İstilacı ve Hayali Süperegö 44	
İd'in Tiranlığı	46

Güvensiz, Suçlu ve Neredeyse Var Olmayan Bir Ego.....	48
Eğrisiyle Doğrusuyla Ego İdeali	50
Kendinden Şüphe Etmek.....	52
Duygu mu, Semptom mu, Sendrom mu, yoksa Kompleks mi?	55

İKİNCİ KISIM

ATEŞ OLMAYAN YERDEN DUMAN ÇIKMAZ

4. BÖLÜM

AŞIRI DUYARLI İNSANLARIN KIRILGANLIĞI..... 67

Aşırı Duyarlılığa Sahip Olanların, Savunmasız Kalanların Kırılğanlığı.....	67
Silinme Tehdidi Gibi.....	69
Şeffaflık Hissinden Şeffaflık Arzusuna	72
Var Olmaktan Suçlu.....	74
Fazla Güzel Olmamak İçin Kanatların Kırılması	78

5. BÖLÜM

KANDIRMAK... KANDIRILMAK...

KANDIRILMIŞ OLMAK?..... 81

Sessizce, Kenarda, Bir Köşede... ..	81
Birinin Çifte Oyunu, Diğerinin Çifte “Ben”i.....	84
Benim Adım Hiç Kimse	86
Sahtekârlığa Sürüklenmek	89
Kaygının Tarifsizliği ve Tarifsiz Kaygılar	92

6. BÖLÜM

YAŞANMASI İMKÂNSIZ BİR TRAJEDİ 97

İnsanın En Derinlerine Çöreklenen Bir His	97
Her Zaman Kolay Yaşanmayan Bir Sıradanlık.....	98
Ölünün Yeri	102
Muzaffer Bir Yaşam Dürtüsü.....	106

Ödipal Yapı: Yerinden Edilmiş ve	
Kuşaklararası Aktarılan Davranışlar	109
Ödipal Düşünce: Aldatmaca Sanatı.....	110
Sahtekârlık Duygusunun Aktarımı ve Sonuçları	114

ÜÇÜNCÜ KISIM

MEŞRU, HUZURLU, SAHTEKÂRLIKTAN UZAK, MASKESİZ VE YALANSIZ BİR VAROLUŞ... BU MÜMKÜN MÜ, YOKSA YALNIZCA ARZULANAN BİR ŞEY Mİ?

7. BÖLÜM

YALAN SÖYLEMEK, TAKLİT ETMEK, CANLANDIRMAK, ROL YAPMAK, ESİNLENMEK... RİSKLER VE SINIRLAR	119
Taklit Etmek, Gizlemek, Hikâye Uydurmak, Hikâyeyi Süslemek... Buna İkiyüzlülük mü Diyorsunuz?	119
Hırs ve Taklit: Bir Aidiyet Susuzluğu.....	121
Herkesin Kendine Özgü Bir Hırsı Vardır.....	125
Taklit Etmek mi, Esinlenmek mi, İntihal mi?	128
Yer Meselesi ve Sorgulanan Yer	129
Fazla Yer	132
Hassas İtirafılar ve Güvenilir Kaynaklar...	
Yerinde Duygu.....	133

8. BÖLÜM

SAHTEKÂRLIK DUYGUSUNA DİRENMEK: İŞİN ÖZÜNÜ AYIRT ETMEK, OLUMSUZ DUYGULARDAN ÖZGÜRLEŞMEK.....	137
Suçluluk Duygusundan Özgürleşmek.....	137
Kendi “Yabancılığını” Kabullenmek (Süperegonun Gölgesinden Uzak Durarak) ve Arzuyu Yeniden Canlandırmak	146
(Çok) Olmak ya da (Yetersiz) Olmamak.....	150

9. BÖLÜM

SANAT ONARIR.....	153
“-mış Gibi Yapma Sanatı”	153
Hayatta Kalmak ya da Yaşama Sanatı:	
Sahtekârlık Duygusunu Dinlemek	155
Sanat ve Kendin Olma Cesareti.....	158
Benliğe Giden Bir Yol.....	161
İki Arada Bir Derede	163
Titizliğe Övgü	165
Sevinmek.....	168
 SONUÇ.....	 171
DAHASI İÇİN.....	175

YAYINEVİ SUNUŞU

Gündelik hayatta, etrafımızın bireyler değil unvan ve rollerle çevrili oluşunu ifade eden cümleler iştir ya da sarf ederiz: “Genel müdür olmuş ama insan olamamış!”, “Koca adam, insan bir dönüş yapar!”, “Herkes ana-baba olmamalı!” vb. Tüm bu türlü cümlelerde karşımızdakinin bizimle kurduğu veya şahidi olduğumuz bir ilişkide insani olmayan bir şeyler olduğunu ifade eder, kişinin rolünün, mevkisinin ya da yaşının gereği olduğunu düşündüğümüz tutum veya davranışı görememekten dert yanarız. İnsanın büyümesi ve yükselmesinden beklentimiz olgunlaşmasıdır da aynı zamanda. Oysa içinde yaşadığımız kültür bu olgunlaşmanın sevgi, saygı, özsaygı, öz farkındalık, özgüven, özşefkat gibi birincil ve ancak süregelen şekilde deneyimlenerek öğrenilen parçalarını bir biçimde geri plana iter ve bize de bunu aşılır. Örneğin, hayatın başında kimse bize kendimizi sevmeyi öğretmez, en basitinden.

Her birimiz hayata farklı çizgilerden başlar, kendimizi “bildik bileli” bir şeyler “olmaya” çabalarız. Bebeklik ve çocukluk yaşantılarında kabul ve onay için el yordamıyla benimsediklerimizi bir yana bırakırsak, hayatın olağan akışı içinde sırasıyla; gerçek veya sanal çocuk oyunlarında kazanan olmaya, derslerde başarıyla olup takdir belgesi almaya, iyi okullara girmeye çabalarız. Ardından mesleki bir “olmak” gelir, sınavları kazanıp hayatta bir unvan ve alan sahibi olmaya uğraşırız. Hayatının aşkını bulup sonsuza kadar mutlu yaşamak da bu hedefler arasındadır. Elbette daha norm dışı hayatlara yönelmek de olasıdır. Değişmeyen ise bu her türden yönelimin ardındaki evrensel insan motivasyonudur; kişi kendisini büyük ideallerin neferi olarak da

konumlandırırsa hayatını başka canlıları yaşatmaya da vakfetse, Guinness Rekorlar Kitabı'na girmeyi de hedeflese kendisini bir biçimde üzerine inşa ettiği motivasyon aynıdır. Bu yönelimlerin hepsinde de açıkça ifade edilmemiş beklentiler, takdir, kabul, onay, mutluluk beklentisi söz konusudur ve yine hepsinde kendi seçimlerimizi yaptığımız inancı ile hareket ederiz. Gelgelelim, sonrasında kimilerimiz için sıra hayal kırıklığına gelir, gün gelir rahatsız ve huzursuz hissettiğimiz olur ya da bütün adımları sırasıyla atsak, bütün evreleri bizden beklenen yönde tamamlasak da vadedilen mutluluğu duyumsamayız. Nerede yanlış yaptığımız sorusu, omuzlarımızda ağırlaşır. Tutunmaya çalıştığımız boşlukta, bakışımız ötekilerin hayatına kayar.

Kabalcı Yayınları, Birincil Şeyler adını verdiği bu psikoloji dizisinde her yaşta okuru bakışını kendine çevirmeye çağırıyor. En mahrem duygularımıza ayna tutma ve en çaresiz hissettiğimiz durumlara onları anlaşılır kılacak bir ışık tutma iddiası taşıyor. Yer yer verilen insan halleri örnekleriyle ise derinlerdeki duygularımızın, iplerimizi hangi görünümelerde oynatabileceği örneklendiriliyor. Bildiğimizi sandıklarımızı sorgulamak, görünenin ötesini kavramak, kendimize ve dünyaya bakışımızı esnetmek, başka olasılıkları görmeye alan açarak hayatı zenginleştirmek imkânını besliyor. Evet, bu dizideki kitaplar bizi elimizden tutup sağlıklı durumlardan olası çıkış yollarına götürüyor. Sorunlarımızı muhakeme edebileceğimiz tarafsız, bilimsel zeminde acı-tatlı gerçeği önümüze koyuyor. Gerçeğimizi kabul noktasına belki hemen varamayız ama gerçeklikle bir defa karşılaşmanın er ya da geç olumlu sonuçları olacağına inanıyoruz. Gerçekliğimiz, sonunda selamet olduğunu bildiği için, onun sesine kabartılan kulağın peşini artık bırakmayacaktır.

Hayatımızı insani yönde değiştirmek için psikolojinin en hakiki kaldıraç olduğu inancıyla her dem taze yaralarımıza hava aldırıp iyileşmenin yolunu açmaya katkı sunabilirsek Birincil Şeyler Dizisi'ni yayınlamaktaki amacımıza ulaşmış olacağız.

GİRİŞ

“Ben sadece şanslıydım! Övgüyü hak etmiyorum! Neden o seçilmedi? Böylesine harika bir adam beni nasıl bu kadar yükseğe koyabilir?” Başarıya ya da övgüye verilen bu tür tepkilerin ne kadar tuhaf olduğunu, soğukkanlılığınızı nasıl kaybettirdiğini ancak sonrasında fark edersiniz. O esnada gözümüzden kaçarlardı. Ateşiniz çıkar, bacaklarınız titrer ama bunu saklamak için elinizden gelen her şeyi kendiliğinden yaparsınız. Bir sahtekâr olarak görülme korkusu, çoğu durumda tespit edilemez. Dostça bir ifade takınarak rahatsızlığa meydan okumak, bu izlenimi vermeye yardımcı olur.

Utangaçlık, kibarlık ya da aşırı alçakgönüllülük nedeniyle, bu tür bir endişeye sahip bir kişi varlığının meşruiyetinden ve hatta bazen varlığından şüphe eder! Yine de başkalarının gözünde var olur ve hatta bazen başarılarıyla (adeta istemeseler bile) fark edilir! Fakat çabalarında başarılı olduğunda, kendisinden şüphe eder. Yaptığının “hiçbir şey olmadığına” ya da gerçek failin kendisi olmadığına inandığından, yalnızca kendi eksikliklerini işaret etme eğiliminde olacaktır! Kendi niteliklerini küçümseyecek, kusurlarını vurgulayacak ya da başarısını şansa bağlayacaktır. Özünün olmadığı izlenimine kapılır. Övgüyü hoş karşılamaz, sindiremez, yeterli olmadığı düşüncesiyle titrer... Hiçbir şey ona bir değer kazandırmaz. Tarif edilemez bir şey, başarılarının tadını özgürce çıkarmasını engeller.Varlığının meşruiyetiyle ilgili şüpheler onu rahatsız eder. Neredeyse ona zulmeder diyebiliriz! Yine de kabul görmek için çabalamaya devam eder!

Sahtekârlık duygusu özsaygının gerçek bir düşmanıdır. Peki nereden kaynaklanır? Yaşam enerjimize nasıl zarar verebilir ya da onu sabote edebilir? Ondan nasıl kurtulabiliriz? Ondan kurtulmak mümkün müdür?

Düşündüğünüzden çok daha yaygın olan bu duyguyu kabul etmek, özgürleştirici bir ilk adımdır. Bu rahatsızlığın kaçınılmaz bir kader olmadığını düşünmek ise bir diğer adımdır.

Bireye özgü bir duyarlılığın göstergesi olan bu his, yalnızca olumsuz yönler barındırmaz; hatta şiir bile ondan beslenir. Peki, onu besleyen unsurlardan nasıl özgürleşebilir ve bize kattığı en iyi yönleri koruyarak güvenimizi kazanmaya nasıl devam edebiliriz?

Bunu Anouk, Manon, Plume ve diğer birkaç kurgu karakter eşliğinde keşfedeceğiz...

BİRİNCİ KISIM

BİR YABANCILIK DUYGUSU

1. BÖLÜM

SAHTEKÂRLIKTAN SAHTEKÂRLIK DUYGUSUNA

Tanımlanamaz Olanı Nasıl Tanımlarsınız?

Kaçıp giden bir his... Aynı zamanda da kalıcı, hem ısrarcı hem de tanımlanması imkânsız... Sahtekârlık duygusunun ne olduğunu tam olarak kim tarif edebilir? Dünyayla temasa geçtiğinizde bir huzursuzluk hissine, algılanamaz bir telaşa dönüşür. Geri dönülemez bir belirsizliğe... Bu hisle beraber, ilişkisel etkileşim bir kelebeğin kanadı kadar narin, bir kâğıt mendil kadar hassastır. Geçici ve ısrarcı olan sahtekârlık duygusu, şarkıdaki gelincik gibidir -“buradan geçti, yine geçecek”¹- bize sinsice sokulur, bizden kaçır. Bizi dengesizleştirir. Yakalaması imkânsızdır. Ondan nasıl kurtulacağımızı bilemeyiz.

Aslında bir duygu, duyularımız tarafından algılanan şeyin özünü ifade eder. En yüzeyselinden en derinine kadar bir duyumun bizde yarattığı izlenimi, nasıl yayıldığı, canlandırdığı anıları... Duygular özeldir. İfadeleri her bireyin geçmişine ve kişiliğine bağlıdır.

Onlar hakkında genelleme yapmak zordur, *a fortiori*² var olmadığı izlenimini verirken paradoksal bir şekilde kendini ortaya koyan sahtekârlık duygusu hakkında... Bu da onun ne kadar değişken olduğunu gösterir. Bir sahtekâr olduğunuzu hayal edebiliyor musunuz? Belki de öyle olmaya başladığımızı... Çünkü tam da bu his bizi şaşkına çevirdiği anda, artık kim

1 “*Il court, il court, le furet*” isimli Fransız çocuk şarkısından nakarat. -ç.n.

2 “Dahası”, “özellikle”. -ç.n.

olduğumuzu bilemez hâle geliriz. Gönüllü olarak gösterdiğimiz ya da bizden kaçan şey, muhtemelen bir yanılsama olabilir. Belki de tüm çevremizi kandırıyoruzdur!

İhanet etmek ya da incitmemek için rol yap(a)madığımız anda, niyetimiz ne olursa olsun, sahtekârlık olasılığı, yalan olabilecek ve ilişkiyi bozabilecek bir vaat gibi ortaya çıkar. Peki ya hepimiz az ya da çok böyle bir duygu tarafından yönlendiriliyorsak? Bunu nasıl bilebiliriz?

Bir patolojiden çok, dalgalanan bir ruh hâli; kontrol edilemeyen, dünyada var olmanın aniden ortaya çıkan bir biçimi... Onu nasıl ele alabiliriz? Ancak, onu yaşayanların korktuğu şeyi tanımlayarak: bir sahtekâr olma endişesi!

Sahtekâr: Bir Güven Taciri

Etimolojik olarak bir sahtekâr(*imposteur*), karşısındakini etkileyen, onu etkisiz hâle getirerek *güçlü bir izlenim bırakan(imposer)*, kendini kabul ettiren, aldatan, kandıran kişidir. Kendi kendini kontrol eder, becerikli ve genellikle etkileyicidir, kendini ele vermekten kaçınmak için tam zamanında kaçabilir; öyle beceriklidir ki kaçtığını değil, sadece başka bir yere çağrıldığını düşünürüz. *Le Grand Robert*'e göre, “yanıltıcı sözler ve sahte vaatlerde bulunarak ve bunlardan çıkar sağlamak amacıyla başkalarının güvenini ve saflığını kötüye kullanan” kişidir. Klinik gözlem, bize sahtekârın çoğu zaman *özgün* bir yarayı sakladığını söyler. Kitlesi bunun farkında değildir ama eğer bir gün kendisini ele verirse bu yara, hatalı davranışlarını *a posteriori*³ “haklı çıkarmaya” hatta belki de onları aklamaya hizmet edecektir; çünkü sahtekâr her şeyden önce bir baştan çıkarıcıdır ve bu baştan çıkarma adeta bir aşk iksiri gibi işler... Büyüler, etkiler, kendinden geçirir. Etrafindakiler ona duydukları hayranlıktan vazgeçmek yerine onun için üzülmeyi yeğlerler.

3 “Sonradan” -ç.n.

Bir sahtekâr, ama gerçek bir sahtekâr, kararlılıkla hareket eder. Aldattığının farkındadır, sık sık kendi oyununa kapılsa ve artık başka türlü nasıl olacağını bilmese bile, görünüşünün aldatıcı olduğunu bilir ve sanki kendisi bir kuklaymış gibi bunu en ince ayrıntısına kadar hesaplar. İhanetinden zevk alan bir hain olarak, aldatma sanatında zirvelere göz dikmiştir. Büyüleme gücü, kitlesinin tüm muhakemesini kaybetmesine neden olan bir uyuşturucu gibi etki eder.

Ancak, profesyonel bir hokkabazın aksine, kandırmıyormuş gibi davranır. İzleyicilerini içinde bıraktığı cehalet ona enerji verir. İç dünyası onun gerçekliğidir ve kendisinden şüphelenilmediği sürece ona sadık kalır.

Charlie ve Charlie: Harika Dayı ve Onun Mükemmel Yeğeni

Alfred Hitchcock'un *Şüphenin Gölgesi* (*Shadow of a Doubt*, 1943) filminde, kaçak Charlie Oakley ablasının yanına sığınır. Onun neden kaçtığını başta, tıpkı aynı adı taşıyan yeğeni Charlie gibi, biz de bilemeyiz. Genç kız ona, harika bir ağabey ya da zararsız bir çekiciliğe sahip biriymiş gibi, saf ve içten bir hayranlık besler. Onunla aynı ismi taşıması, bu çocuksu hayranlığının rastlantısal olmadığını düşündürür.

Çapkın rolüne bürünen bir katil... Hayatta kalması başkalarının beğenisine bağlı olan bir canavar, cazibesini kullanarak prestijini yeğenin gözünde parlatır ve onu büyülemeyi başarır. Ta ki genç kız, dehşet içinde, hayranlık duyduğu kişinin sahtekârlığını sezene kadar...

Sahtekârlık “şüphenin gölgesi” belirene dek mükemmelen işler.

Şüphenin Gölgesi Filminin Konusu

İki adam tarafından aranan Charlie Oakley (Joseph Cotten), Santa Rosa'da ablasının evine sığınır. Aynı adı taşıyan yeğeni Charlie, ona duyduğu sevgi ve hayranlığa rağmen, zamanla onun

polis tarafından aranan gizemli “dul katili” olduğundan şüphelenmeye başlar. Bu şüpheleri, evde anket bahanesiyle soruşturma yürüten genç bir dedektifin (Macdonald Carey) varlığıyla daha da güçlenir. Olay kapatılmış gibi görünse de Charlie Dayı, yeğeninin gerçeği bildiğini fark ederek onu iki kez evde, üçüncü kez ise trende öldürmeye çalışır. Ancak kendisi ters yönden gelen bir trenin altında kalarak ölür. Genç Charlie, dayısının sırrını sadece dedektifle paylaşacaktır.

Bu film, bir sahtekârlığın aşamalı olarak açığa çıkışını gözler önüne serer. Charlie Dayı, daha en başından itibaren zayıf bir konumdadır; kaçak durumunda olması, onu insanın en temel kırılganlığına geri döndürür. Ablası gerçeği bilmezken, izleyici onun takip edildiğini fark eder. Artık cezasız kalmayacaktır.

Yeğeni de filmin ilk anlarında gerçeği bilmez. Muhtemelen sıradan ikiye yüzlülüğe alışkın değildir. İşte bu yüzden, saflığının ötesinde, aksaklıkların işaretlerine karşı duyarlı kalabilir. Çocukluk, merakla beslenen bir dönemdir ve çoğu zaman gerçeği açığa çıkarmaya heveslidir. Genç kız, dayısının polis tarafından aranan gizemli dul katili olduğunu anlayacaktır. Ancak bir sahtekârlığın ortaya çıkışı, *dile getirilemez* bir durumdur. Ne kadar farkında olursa olsun, bunu nasıl ifade edeceğini bilemez. Tek anlayan dayısıdır ve bu yüzden onu üç kez ortadan kaldırmaya çalışacaktır.

Etraflarındaki yetişkinler hiçbir şey fark etmez. Böylece, kazara ölen Charlie Dayı, hatırasına sadık ve görkemli bir cenaze töreniyle uğurlanacaktır!

Bu sahtekârlığın hatırasının, “gizli” bir şekilde sonraki nesilleri, tıpkı bir hayalet gibi, esrarengiz semptomlar aracılığıyla rahatsız etmeye devam etmesi muhtemeldir. Hiç var olmamış gibi kabul edilen bu sahtekârlık, neden olduğu huzursuzluk aracılığıyla güveni sarsmaya ve ilişkileri kırılganlaştırmaya devam edecektir. Bir sahtekârlığın açığa çıkması, ancak gecikmeli olarak veya perde arkasından mümkün olabilir. Tıpkı bu filmde, genç bir kızın gözünden izleyiciye sunulduğu gibi... Eğer

genç Charlie, soruşturmayı yürüten dedektifle konuşamamış olsaydı, cenazede hem kendinden hem de dayısının açıkça işlediği suçtan şüphe etmeye başlayabilir ve giderek... güçlü bir *sahtekârlık duygusunun* pençesine düşebilirdi! Üstelik hiçbir zaman kimseyi aldatma niyetinde olmadan... ve belki de bu duygu, ondan sonra gelen nesilleri de esir alacaktı...

Sahtekâr Thomas: Savaş Zamanında Bir Delikanlı

Thomas, savaş ilan edildiğinde on altı yaşındadır. Yaşının küçük olmasına üzülererek, kendini olduğundan daha büyük gösterir. Bir arkadaşı ona bir üniforma bulur. Kışlaların ve *Hôtel des Invalides*'in demir parmaklıklarının etrafında dolaşmaya başlar. “Derken, çocukların oyun oynarken başına gelen şey, onun da başına gelir. Her şeyin bir oyun olduğunu sanar ve omzuna bir rütbe takar.”⁴

Koluna diktği astsubay rütbesiyle, yetim olduğu için kendisini yanına alan teyzesine “bir nişancılık okuluna hazırlandığını” söyler ve kendisini herkese General de Fontenoy’un yeğeni olarak tanıtır. Bu prestijli ismi, sadece Fontenoy’da yaşadığı için benimsemiştir! Ayrıca bir başka nüfuzlu generalin sekreteri olduğunu da iddia eder. Savaş zamanında “her şey öylesine karışık, gerçekler öylesine loş ışık altındaydı ki insanlar her söyleneni sorgusuz sualsiz kabul ediyordu.”⁵

Delikanlı tüm gücünü bu ilk yalandan alır ve efsaneleştirme yoluyla baştan çıkarır; çünkü bir sahtekârı, kendisi kadar kitlesi de yaratır. Bir sanat eseri, izleyicisi olmadan var olabilir mi? Thomas bu şekilde gerçek bir üniforma elde etmeyi başarır.

Muhtemelen esas olan özgün yarası -annesini kaybettiğini unutmayalım- ve sefil kaderinden kaçma ihtiyacı yüzünden

4 Jean Cocteau, *Thomas l'imposteur*, Gallimard, collection « Folio », 1998, s. 27. (Türkçe çevirisi: *Sahteci Thomas*, Gündoğan Yayınları, 2000 - ç.n.)

5 A.g.e.