



J.M. Coetzee - Arabella Kurtz

İyi Hikâye

Hakikat, Kurmaca ve
Psikoterapi Üzerine
Yazışmalar

2. BASKI
ÇEVİRİ: ELİF ERSAVCI

♥ can
çağdaş



J. M. COETZEE
ARABELLA KURTZ

İYİ HİKÂYE

HAKİKAT, KURMACA VE
PSİKOTERAPİ ÜZERİNE YAZIŞMALAR

Can Çağdaş

İyi Hikâye: Hakikat, Kurmaca ve Psikoterapi Üzerine Yazışmalar,

J.M. Coetzee - Arabella Kurtz

İngilizce aslından çeviren: Elif Ersavcı

Good Story: Exchanges on Truth, Friction and Psychotherapy

İlk (bu kitapta kaynak alınan) baskı: Penguin Random House, 2016

© 2015, J.M. Coetzee (yalnızca J.M. Coetzee tarafından kaleme alınan yazışmalar için)

© 2015, Arabella Kurtz (yalnızca Arabella Kurtz tarafından kaleme alınan yazışmalar için)

© 2023, Can Sanat Yayınları A.Ş.

Bu eser 350 Fifth Avenue, Suite 5300, New York, NY 1018, USA adresinde mukim Peter Lampack Agency, Inc. ile yapılan anlaşma sonucu yayımlanmıştır. Tüm hakları saklıdır. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

1. basım: 2023

2. basım: Aralık 2023, İstanbul

Bu kitabın 2. baskısı 1 000 adet yapılmıştır.

Dizi Editörü: Didem Bayındır

Editör: Akın Emre Pilgir

Düzeltili: Ebru Aydın

Mizanpaj: Bahar Kuru Yerek

Sanat yönetmeni ve dizi tasarımı: Utku Lomlu / Lom Creative (www.lom.com.tr)

Baskı ve cilt: Melisa Matbaacılık Yayıncılık San ve Dış Tic. Ltd.

Maltepe Mah. Davutpaşa Çiftelhavuzlar Sk. No:16 Acar San. Sit.

Zeytinburnu, İstanbul

Sertifika No: 45099

ISBN 978-975-07-6169-0

CAN SANAT YAYINLARI

YAPIM VE DAĞITIM TİCARET VE SANAYİ A.Ş.

Maslak Mah. Eski Büyükdere Cad. İz Plaza Giz, No: 9/25, Sarıyer / İstanbul

Telefon: (0212) 252 56 75 / 252 59 88 / 252 59 89 Faks: (0212) 252 72 33

canyayinlari.com

yayinevi@canyayinlari.com

Sertifika No: 43514

J. M. COETZEE
ARABELLA KURTZ

İYİ HİKÂYE

HAKİKAT, KURMACA VE
PSİKOTERAPİ ÜZERİNE YAZIŞMALAR

MEKTUP

İngilizce aslından çeviren

Elif Ersavcı

♥can

J.M. Coetzee'nin Can Yayınları'ndaki diğer kitapları:

Utancı, 2001

Petersburg'lu Usta, 2003

Romancının Romanı, 2004

Barbarları Beklerken, 2006

Michael K, 2006

Yavaş Adam, 2006

Kötü Bir Yılın Güncesi, 2009

Taşra Hayatından Manzaralar, 2011

Şimdi ve Burada: Mektuplar 2008-2011 (Paul Auster'la birlikte), 2013

İsa'nın Çocukluğu, 2021

İsa'nın Okul Günleri, 2022

İsa'nın Ölümü, 2022

J.M. COETZEE, 1940'ta Güney Afrika'nın Cape Town kentinde doğdu. Avukat bir babayla öğretmen bir annenin oğlu olan Coetzee, Cape Town Üniversitesi'ni bitirdikten sonra Texas Üniversitesi'nde edebiyat doktora'sını tamamladı, 1972'de Güney Afrika'ya dönerek Cape Town Üniversitesi'nde ders vermeye başladı. İki uzun öyküden oluşan ilk kitabı *Dusklands* 1974'te yayımlandı. Coetzee, bu yapıtında, Vietnam'daki Amerikalılar ile Güney Afrika'da Hollandalı yerleşmeciler arasındaki koşutlukları irdeliyordu. Yazarın *Barbarları Beklerken* romanı, 1980'de Güney Afrika'daki büyük bir saygınlığı olan Central News Agency Edebiyat Ödülü'ne değer görüldü. İngiltere'nin en saygın edebiyat ödülü olan Booker Ödülü'nü ise 1983'te *Michael K: Yaşamı ve Yaşadığı Dönem* romanıyla, 1999'da da *Utanç* yapıtıyla, iki kez aldı. Coetzee, 2003'te Nobel Edebiyat Ödülü'nü aldı.

ARABELLA KURTZ, danışman klinik psikolog. Tavistock Kliniği'nde psikanalitik psikoterapi eğitim alıyor. İngiltere Ulusal Sağlık Hizmetleri'nin yetişkin ve adli akıl sağlığı bölümlerinde pek çok görev aldı ve günümüzde Leicester Üniversitesi klinik psikoloji stajlarında kıdemli klinik eğitmenlik yapıyor.

ELİF ERSAVCI, 1982'de Ankara'da doğdu. Boğaziçi Üniversitesi Mütercim-Tercümanlık Bölümü'nden mezun oldu. Türkçeye çevirdiği

eserler arasında: J.G. Ballard'dan *Vahşet Sergisi*, John Steinbeck'ten *Bir Savaş Vardı*, Terry Eagleton'dan *Edebiyat Nasıl Okunur*, Toni Morrison'dan *Tanrı Çocuğu Korusun*, Neil Gaiman'dan *Sandman* ve Enzo Traverso'dan *Solun Melankolisi* yer alır.

Yazarların Notu

Buradaki yazışmalar psikanalitik psikoterapi pratiği ve bu pratiğin daha geniş bir toplumsal ve felsefi alanda neye teka-bül ettiği üzerine. Birey ve gruplardaki ruhsal süreçlere klinik ortamın hem içinden hem dışından temas ediyorlar. Bu seküler çağda ve Batı dünyasında psikoterapi ve kişisel gelişim ide-alinin *zeitgeist*'in bir parçası haline geldiği düşünülürse, umu-yoruz ki, bu metinler okurları terapi mesleğinin sınırlarının ötesinde de alakadar edecek.

Yazışmalar, bir terapistin kendi pratiğini, psikoloji disipli-nine yabancı birinin, bu örnekte psikolojiye hevesli bir yazar ve edebiyat eleştirmenin eşliğinde irdelemesinden bir kazanım sağlanabileceği fikri üzerine kurulu. Görünüşe göre psikotera-pistlerle roman yazarlarının, en azından ilgi odakları bakımın-dan, çok fazla ortak noktası var. İnsan doğası ve insan deneyimi ikisini de alabildiğine ilgilendiriyor, tıpkı büyüme ve gelişme olanakları gibi.

Hem yazarların hem de psikoterapistlerin çalışma mecra-sı dil. Hem yazarlar hem de psikoterapistler insan deneyimini kapsayacak dil ve anlatı yapıları bularak ya da icat ederek bu deneyimin keşfi, tasviri ve çözümlemesiyle ve deneyimin dış sınırlarıyla iştigel ediyor.

Yazışmalarda görülen entelektüel angajman 2008'de ku-ruldu; (bir yandan) içsel süreçlerin psikoterapinin bakış aısın-dan tamamen farklı bir açıdan aktarıldığı (*Michael K: Yaşamı ve Yaşadığı Dönem*'de Michael K'nin zulüm karşısındaki zihin-sel direnişinin zli ve enerjik anlatımı, örneğin) bir roman

külliyatından etkilenen bir terapistin ilgisini ve (öte yandan) terapi diyalogunun din sonrasında aldığı biçimi daha derinden kavramak isteyen bir yazarın merakını yansıttıyor.

Bu kitap, söz konusu angajmanın ikinci meyvesi. İlki “Ben yine de Karmazovlardan yanayım” başlığıyla *Salmagundi* dergisinin 166. ve 167. sayılarında yayımlandı (2010, s. 39-72).

Bu yazışmalar hem bir keşif ruhuyla hem de disiplinlerarası bir hevesle sunuluyor. Doğrusal bir düşünce zincirini takip etmiyorlar her zaman. Yer yer kendilerini tekrar edip kendileriyle çelişiyor, ısrarla aynı meselelere dönüyor, nereye çıkacağı- nı bilmeden belli hatları izliyorlar ve hepsinin altında, bir noktada, psikanalitik psikoterapi pratiğinde ve psikoterapi projesinin daha geniş toplumsal biçimlerinde yeni ya da alışılmadık bir perspektif açılabilceği umudu var.

Yazarlar şu kişilere yazışmaların taslakları üzerine yaptıkları faydalı yorumlar ve/veya ilgili fikirler üzerine yürüttükleri kıymetli tartışmalar için teşekkürü borç bilir: Nick Everett, Jillian Vites, Orna Hadary, Margot Waddell ve Daisy Evans.

A.K. ve J.M.C.

Klinik Örneklerin Kullanımı Üzerine Not

Yazışmalarda kullanılan klinik örneklerdeki detaylar hastaların anonimliklerini koruma amacıyla değiştirilmiştir. Terapi sürecine müdahale riski sebebiyle, hastalardan izin almak yerine malzemenin kılığını değiştirme şikkına gidilmiştir.

“Sözlük” ve “Referanslar”

Koyu renkle yazılan terimler “Sözlük”te açıklanmıştır. Numaralar ise okuru “Referanslar”a yönlendirmektedir.

BİR

Kişinin yaşam hikâyesinin yazarı olmasına (geçmişini icat etmesine) karşılık yalnızca anlatıcısı olması. İyi şekillenmiş bir hikâye üretmeye karşılık gerçek hikâyeyi anlatmak.

Hikâyenin, ideal şartlar altında, dikkatli dinleyicisi olarak analist. Anlatıda duyma ve çözümlenme dirençleri. Terapinin amacı: Hastanın sesini, anlatı kurarkenki hayal gücünü serbest bırakma.

J.M.C.: İyi (yani makul, hatta ilginç) bir hikâyenin nitelikleri nelerdir? Başka insanlara hayat hikâyemi anlattığımda –daha önemlisi, hayat hikâyemi kendime anlattığımda– bunu iyi biçimlendirilmiş bir mamule dönüştürme çabasıyla hiçbir şeyin olmadığı zamanları çabucak geçip çok şeyin olup bittiği zamanların dramasını şişirerek, anlatıya bir şekil verip beklenti ve gerilim mi yaratmalıyım, yoksa, aksine, tarafsız ve nesnel olup mahkeme salonlarının kriterlerini karşılayacak türden bir hakikati anlatmaya, gerçeği, yalnızca ve bütün gerçeği söylemeye mi çalışmalıyım?

Hayat hikâyemle ilişkim nedir? Ben bu hikâyenin bilinçli yazarı mıyım, yoksa kendimi içimden taştan kelime akışını elden geldiğince az müdahaleyle dile getiren

bir ses gibi mi görmeliyim sadece? Hepsinden öte, hafizamda tuttuğum malzemenin bolluğunu, bu bir ömürlük malzemeyi göz önünde bulundurunca ve Freud'un, düşünmeden (yani bilinçli bir şekilde düşünmeden) eleediklerimin kendim hakkındaki en derin hakikatin anahtarı olabileceği yollu ikazını hesaba katınca, neleri dışarıda bırakmalıyım ve bırakmam gerekir? Diğer yandan, neleri düşünmeden dışarıda bıraktığımı bilmem mantıken nasıl mümkün olabilir?

A.K.: Bana kalırsa psikanalizin görevi en derindeki hakikati anlatmaya çalışmak ya da daha mütevazı ve isabetli bir ifadeyle, hakikatin anlatımına gösterilen dirençleri çözümlmek, ki böylelikle bireyin hikâyesi bir noktada mümkün olduğunca tam, tutarlı ve bütüncül bir şekilde ortaya çıkabilsin – çünkü süreç kesintisizdir, hikâye hep değişir. Kişinin çocukken anlatabileceği gerçek hikâye, aynı deneyimleri bir ergen, yetişkin vs. iken anlatabileceği halinden farklıdır.

Freud seans odasında bilinçdışı deneyime erişmenin en iyi yolunun serbest çağrışım metodu olduğunu ileri sürdü ama, benim deneyimime göre, insanların beklediği şekilde işlemiyor bu. Serbest çağrışımında hastadan elinden geldiğince serbest bir şekilde, normal toplumsal kural ve kibarlıklara takılmadan konuşması istenir, ne var ki hastanın keşfettiği şey ifade özgürlüğünün –kendi zihninin mahremiyetinde bile– ne kadar kısıtlı olduğu olur genellikle. Bu da bireyin **savunmalarının** nasıl işlediğini görmemize ve **direncin** analizi üzerinde çalışmamıza imkân tanır, ki bu da çoğu terapide işin büyük bir kısmıdır.

Bir açıdan, psikanalizin amacının anlatsal ya da otobiyografik hayal gücünü serbest bırakmak olduğu söylenebilir. Eğer bu hattan gidersek, senin gibi bir yazarın

bize, anlatıların seans odasında aldığı biçime dair sunabileceği içgörüler olabilir.

J.M.C.: Pekâlâ. Öyleyse sana bir süredir aklımı kuralayan bir soruyu sorayım. Bir terapist olarak seni bir hikâyeye –buna kurmaca diyelim ama güçlendirici bir kurmaca– hastaya kendini kendi hakkında iyi hissettiren, daha iyi sevebilen ve çalışabilen bir şekilde dış dünyaya çıkmasına yetecek kadar iyi hissettiren bir hikâyeye işbirliği yapmak, oyuna katılmak yerine, hastayı kendisiyle ilgili hakikatle yüzleştirmek istemeye iten ne?

Aynı soruyu sormanın daha radikal bir yolu şu: Bütün otobiyografiler, bütün yaşam anlatıları, en azından inşa olmaları itibarıyla kurmaca değil mi? (Kurmaca [*fiction*] Latince *ingere*'den, şekil vermek, kalıba dökmek, biçimlendirmekten gelir.) Burada öne sürülen, otobiyografinin özgür olduğu, yani hayat hikâyemizi canımızın istediği gibi uydurabileceğimiz değil. Daha ziyade, otobiyografimizi uydururken rüyalarımızdakiyle aynı özgürlüğü kullandığımız, hatırlanan bir gerçekliğin öğelerine, bize meçhul kuvvetlerin etkisiyle bile olsa, kendimize ait bir anlatı biçimi dayattığımız yönünde bir iddia.

İkimizin de bildiği gibi, hedef olarak kendine açıkça özneye kendisini iyi hissettirmeyi koyan ve başa çıkılamayacak kadar ağırorsa, hakikat kriterini gözden çıkarmaya meyyal, çeşit çeşit kişisel gelişim terapisi var. Bu tip terapileri küçümseme eğilimindeyiz. Ürettikleri tedavinin yalnızca görünürde bir tedavi olduğunu, öznenin önünde sonunda gerçekliğe tekrar çarpacağını söylüyoruz. Ama ya, bir tür toplumsal mutabakatla, suyu bulan-dırmamaya, ortalığı karıştırmamaya, aksine, bazı terapi gruplarında olduğu gibi, birbirimizin fantezilerini olum-

lamak üzere bir araya gelmeyi kabul edersek? O zaman ortada çarpacak bir gerçeklik de kalmaz.

Liberal ve din sonrası kültürümüzde anlatısal hayal gücünü içimizdeki iyicil bir güç gibi görme eğilimindeyiz. Ama buna, öz-anlatıların pek çok insanın hayatında nasıl işlediğine dair deneyimlerimize dayanarak başka bir şekilde de bakılabilir: Anlatısal hayal gücü, kendimiz ve çevremiz için bize en çok uyacak hikâyeyi, geçmişteki ve şimdiki davranışlarımızı meşrulaştıracak, bizim genel olarak haklı, başkalarının genel olarak hatalı olduğu hikâyeyi yontmak için kullandığımız bir yeti gibi de görülebilir. Bu öz-anlatı gerçeklikle, şeylerin aslındaki haliyle göz göre göre çarpıştığında, gözlemciler olarak bizler öznenin sanrıya kapıldığını, öznenin hayal gücünün ürettiği kendi-için-hakikatin gerçek hakikatle çeliştiği sonucuna varırız. Buradan hareketle, hastanın hayat hikâyesini uydurmakta özgür olmadığını, kendisi hakkında hikâyeler uydurmanın gerçek dünyada ciddi sonuçlar doğurabileceğini fark etmesini sağlamak terapistin görevlerinden biri değil midir?

A.K.: Ama kişinin hayatı hakkında kurduğu, senin anlattığın türden kendine fazla hizmet eden anlatının bir zayıflığı, kırılğanlığı, kendi koşullarında dağılıp çözülme bir meyli olacaktır zaten. Psikanaliz faaliyeti, dikkatli dinlemeyle seçici yorumun karışımı şeklinde tarif edilebilir – yorumlar hayat hikâyesinin tutmadığı, alttan daha ikna edici başka bir hikâyenin çıkabilme ihtimaline göz kırptığı yanlarına yöneliktir. Psikanalizin amacının anlatısal hayal gücünü özgürleştirmek olduğunu düşündüğümü söylerken kastım bu.

Bir yazar olarak sende bu fikrin, daha hakiki bir anlatı bulmak için maske-anlatıları irdeleme fikrinin bir

karşılığı var mı? Burada hakikatten kastım şiirsel ya da duygusal bir hakikat gibi, bir şeyin hem kendine sadık, kendi içinde tutarlı olması hem de dışarıdaki şeylere denk düşmesi; ama bunun ille de saydam ya da doğrudan bir şekilde olmaması. Ve bence yazarların bildiği, psikoterapistlerin de onlardan öğrenebileceği bir şey de şu: Hem doğru hem de yeni ya da yeni bilincine varılmış bir şeye ulaşmaya çalışmanın en iyi yolu çoğunlukla yaratıcılıktan geçer; toplumsal ve müşterek gerçekliğimizde yerleşik olana, incelenmeden gerçek koşullara uymaz en azından.

Nispeten iyi psikoterapistlerin, nispeten iyi ve sempatik dinleyiciler gibi, bir anlatının içsel tutarlılığına –biçim ve içerikteki tutarsızlık ve aksamalarda peyderpey ortaya çıkan, dile getirilmemiş arzu ve hüsrana– daha çok dikkat kesildiğine ve bir durumun gerçekliğine dair dışsal fikirlerle ya da bir hayatın nasıl yaşanmasına gerektiğine dair peşin mefhumlarla kendilerini daha az dayattıklarına inanıyorum.

İKİ

Yazarlar ve yazarların sıkıntılı (belki kendine hizmet eden) hakikat mefhumları. Belleğin işlenebilirliği. Anıları sabitlemeye karşılık hayat hikâyesini yeniden yazmak için bellek deposunu yağmalamak. Kişinin kendi benliğini icat etmesinin cazibesi. Kendi benliğini özgürce icat etmenin toplumsal sonuçları.

Terapi karşılaşmasında hastanın hakikati. Dinamik (evrilen) hakikat. Terapistin arabulucu rolü. Özneler arası hakikat. Sempati. Kalbin rolü, zihnin rolü. Pervasız benlik-icadını kısıtlama mahiyetiyle müşterek toplumsal deneyim. Sanat dersleri. Özneler arası bir deneyim olarak sanat eseriyle karşılaşma. Kişinin kendi perspektifini mesken edinisinde özgür olmayı öğrenmesi; klinik bir örnek.

J.M.C.: Geçen sefer sorduğum sorunun üzerine gitme gereği duyuyorum: Terapistin hedefi (bilerek terapinin hedefi demiyorum) hastayı hayatının gerçek hikâyesiyle yüzleştirmek mi yoksa ona, daha yeterli bir düzeyde (yani, minimal Freud'cu reçetede yeniden sevebilmeye ve yeniden çalışabilmeye tekabül eden şekilde, daha mutlu) yaşamasını sağlayacak bir hayat hikâyesi sunmak mı? Terapi pratikte ne kadar esnek olmayı göze

alabilir? Terapist her zaman ideal sonucu arzular elbette, bütün gerçeği ve bu bütün gerçeğin hasta tarafından kabul edilmesini, benimsenmesini arzular; ama zaman ve para kısıtlamaları göz önünde bulundurulduğunda, terapist çoğu zaman yeterince-iyi bir sonuca, bütün gerçeğe olmasa da hastayı çalışma düzenine döndürmeye yetecek kadar iyi bir gerçeğe razı gelmiyor mu?

Freud'un daha az karamsar anlarında yazdıklarını okuduğumda, bana biraz sorgusuz sualsiz gelen bir şekilde, şu reçeteyi yankıladığını düşünüyorum: Gerçeği bileceksin ve gerçek seni özgür kılacak. Sorum şu: Terapinin hedefi hastayı özgür bırakmaksa, özgürlüğe çıkan tek yol hakikat midir? Amaç hastayı yeniden rayına oturtmaksa, gerçeğin bir *versiyonu*, bütün gerçek kadar kapsamlı olmasa da, belki ânın taleplerine (hastanın güncel durumunun taleplerine) göre biçilmiş bir versiyonu da eşit derecede iş görmez mi?

Bu sorunun acilen cevaplanması gerektiğini düşünüyorum çünkü en az Platon'un zamanından beri şairler (yani hikâye uyduran insanlar) her şeyden önce hakikate sadık olmadıkları gerekçesiyle suçlanıyor. Şairler de genellikle hakikate inanmadıklarını, ama hakikati teşkil eden şeye dair kendi tanımları olduğunu söyleyerek savunuyor kendini. Bu tanımlar incelendiğinde çoğu zaman karışık oldukları görülür. Şiirsel hakikat, kısmen, dünyayı doğru ("hakikatli") bir şekilde yansıtma meselesidir ama aynı zamanda, yine kısmen, içsel tutarlılık, zarafet gibi meselelerdir – diğer bir deyişle, özerk estetik kriteri karşılamaktır mevzubahis.

Platon'un şairlere itirazının özünde şairlerin hakikatle güzellik arasında seçim yapmaları gerektiğinde hakikati feda etmeye dünden hazır olmaları yatar. Şairlerin savunmalarının özüyse, güzelliğin kendi kendisinin hakikati olmasıdır.

Hemen hemen bütün yazarların pratiğinde “güzel-lik hakikattir” savının bir çeşitlemesini bulursunuz. “Bu hikâyeyi uyduruyor olabilirim ama; hikâyenin içsel bütünlüğü, makullüğü, doğruluk ve kaçınılmazlık hissiyle alakalı esrarengiz sebeplerden ötürü, bize her şeye karşı bir açıdan hakiki, en azından hayatımız ve yaşadığımız dünya hakkında hakiki bir şey anlatıyor.”

Şair, der Plato, bizi eşyanın hakikatiyle ilgili kendi görüşüne ikna eder ve bunun için de tüm şiirsel numaralarını ve donanımını kullanır. Bu açıdan şair, hedefi hakikate ulaşmak değil, sizi kendi düşünce biçimine çekmek olan retorikçi gibidir.

Terapi durumuna dönüyorum. Bir terapist sıfatıyla beni, hastanın bana anlattıklarını kullanarak onun şimdiye kadarki hayatına dair ikna edici (yani makul) bir anlatı kurmayı ve bu anlatı çizgisinin hastanın sevebileceği ve üretken bir şekilde çalışabileceği bir geleceğe nasıl uzanabileceğine dair ikna edici bir taslak çıkarmayı hedeflemekten alıkoyan şey nedir?

Aşikâr cevap şu: Alıkoyan şey hakikate sadakatimdir. Ama pratikte gerçeğe, bütün gerçeğe, nihayetsiz bir analiz olmadan erişilebilir mi? Ve nihayetsiz bir analiz uygulanamıyorsa eğer, neden hakikatin, öyle ya da böyle, işleyen bir versiyonuna razı gelmeyelim?

A.K.: Sorunun kısa cevabı, evet, elbette kişi hakikatin işleyen bir versiyonuyla yetinmelidir. Ama benim deneyimime göre, işleyen şey zaten çoğunlukla hakikattir – senin açıklamanda yer alan pratik ve hakikat karşıtlığına pek katılmıyorum. Öncelikle, insanlar bir psikoterapistle görüşmek istedikleri noktaya geldiklerinde, genellikle neler olup bittiğine dair tüm makul ve sağduyulu açıklamaları tüketmiş, el altındaki pratik yardım yolları-

nın tümünü denemiş olurlar. Hastanın daha derine inmesi ve neden daha önce mümkün görünmeyen bir radde mutsuz olduğunu anlaması için psikoterapistin yardımına ihtiyaç duyuluyor çünkü genellikle acı verici ya da zor bir şeyle yüzleşilemiyor. Bu yüzleşme yaşandığında, kusurlu ya da eksik de olsa, bir hakikat gibi geliyor. Tarihsel, bilimsel ya da felsefi hakikat değil burada mevzubahis, duygusal hakikat.

Psikoterapide hakikatin doğası üzerine bir şey daha söylemek istiyorum çünkü bence mesele buraya dayanıyor. Kişinin ebeveynlerinden birine, mesela annesine dair versiyonunun hayatının seyri boyunca değişmesini düşünelim; psikoterapi sohbeti esnasında kişinin annesine bebekkenki bakışıyla çocukkenki bakışı, ergenken, kendi çocuğu olan ya da olmayan yetişkin bir gençken ve orta yaşlıykenki bakışı ayırt edilebilir. Bana öyle geliyor ki, bunu hayat anlatılarının terapide nasıl geliştiğine dair bir örnek gibi düşünersek, sabit ve dışsal bir hakikatin varlığı ve bu hakikate –bu örnekte kişinin annesinin şahsına, geçmişte ve şimdi aslında kim olduğuna dair hakikate– adım adım ve zahmetle erişilmesi gibi bir durum söz konusu değil. En azından söz konusuysa bile, benim anladığım haliyle terapinin işi bu değil. Daha ziyade, terapistle hasta, hastanın zihninde yakın ve biçimlendirici bir ilişkinin deneyimlenme şeklini anlamak için çalışır, bu çalışma da önemli bir mesele olan perspektif üzerine kuruludur: Hastanın kendi gelişimi ve ihtiyaçları açısından nerede konumlandığına, mizacına, ilişkinin doğasına ve deneyimlendiği haliyle dışsal duruma bakılır. Bu sebeple psikoterapide hakikat özü itibarıyla dinamiktir çünkü dışsal ve içsel nitelikleri zamanla, ufak ölçeklerde de olsa, değişen bir canlının perspektifinden türer.

Örneğin bir hastanın, annesi yüzünden yaşadığı ha-

yal kırıklığının şiddetinden korunmak için onu idealize ettiği düşünülüyorsa, yapılması gereken şey hastanın, durumun duygusal mantığını çözmesine ve bu durumun hastanın gelişiminde neye tekabül ettiğini, ortaya çıkan düşünce yapısının ilerlemeyi nasıl engellediğini anlamasına yardımcı olmaktır. Aslına bakılırsa bir çarpıtmayı ortadan kaldırıp hastaya dış dünyada daha gerçek ve daha hakiki gelen bir şeyi açığa çıkarmakla da yapılabilir bu. Ama psikoterapist hastanın iç dünyasını anlamaya çalışarak iş görmeyi, çarpıtma ihtiyacını bu ihtiyacı anlayarak gidermeyi hedefler, dışsal hakikati çok fazla dayatarak değil. (Benim fikrime göre ikinci senaryo, insanları ilk başta terapiye yönlendiren duygusal deneyimi eleştirmeye ve geçersizleştirmeye tehlikeli ölçüde yakındır.)

Psikanalitik psikoterapideki hakikat içsel hakikattir – hastanın kalbinde ve zihninde olanın hakikatidir, psikoterapistin kalbi ve zihniyle algılanan ve kişinin şansı varsa anlaşılabilir hakikat. Zira psikoterapistin, hastanın dünyayı kendine has bir yolla deneyimleyen algılayıcı bir özne olduğunu unutmadan, onun da bu farkındalığa daha çok varmasına yardım etmeye çalışması gibi, psikoterapist de bir nesne olarak hastayla ilişkisinde algılayan ve hisseden bir öznedir. Hastanın anlam yaratma kipinin gereğince sempatik, duygusal açıdan uyumlu bir şekilde keşfine imkân tanıyan da budur, terapinin bir özne ve nesneyi içeren her türlü bilme ve anlama edimini aynalama biçimidir.

Delaysıyla psikoterapinin, en azından benim anladığım haliyle psikoterapinin dayandığı hakikat daima dinamik, geçici ve özneler arasıdır. Hastanın dünyada mümkün olduğunca dolu dolu yaşamasına yardımcı olmak için içsel deneyim üzerine düşünmeyi amaçlayan ilişkinin çerçevesi dahilindedir. Ayrıca, bana kalırsa, kendimizi ancak başkaları üzerinden –başkalarını ve başka-

larıyla ilişkimizde kendimizi nasıl deneyimlediğimiz ve başkalarının bizi nasıl deneyimlediği üzerinden– eksiksiz bir şekilde bilebileceğimiz ve anlayabileceğimiz inancı- na dayanır aynı zamanda.

Benim okumamla senin kitabın *Summertine* [Yaz Mevsimi] de bununla ilgiliydi.

J.M.C.: Söylediklerinin arkasında koca bir klinik deneyim olduğu ve bu deneyim üzerine uzun uzun düşünülüp taşınıldığı öyle aşikâr ki cevap vermeye çekiniyorum. Benim haznemde böyle bir deneyim yok, klinik diyalogun iki tarafında da yer almadım; ortaya koyduğum sav (ki bunun bir sav teşkil edip etmediğinden bile emin değilim aslında) hayalî diyebileceğim kadar soyut geliyor bana. Yine de elimden geldiğince zorlayacağım kendimi.

Müsaadenle felsefi bir soruyla başlayayım. Bir olay, kendimize ya da kendimiz için yorumladığımız haliyle veya başkalarının, özellikle de otoriter başkalarının bize ya da bizim için yorumladığı haliyle değil de, kendi başına bir olay nedir? “Ben sekiz yaşındayken babam bana tenis raketiyle vurdu,” diyor bir özne. “Doğru değil,” diyor babası. “Raketi sallıyordum, yanlışlıkla ona çarptı.” Gerçekte ne oldu? Soruyu daraltacak olursak, olaya dair çocuğun anısı mı doğru, babaninki mi? Anı diyorum, ama fazla basitleştiriyorum aslında: Belli bir yoruma tabi tutulmuş bir anı-izi bu. Daha da ileri gidip, ardında belli bir yorum istenci yatan bir yoruma tabi tutulmuş bir anı-izi olduğunu söyleyebilirim (çocuğun cephesinde olayı en karanlık şekilde yorumlama isteği, babanın cephesindeyse zararsız bir yorum getirme isteği var belki). Yorumun ardındaki istencin momenti bir yana, anı bileşenini yorum bileşeninden nasıl ayıracağız? Felsefi ve

aynı zamanda nörolojik açıdan, yorumla bozulmamış ve boyanmamış bir anı mümkün mü?

Yakın zamanda Jonathan Franzen'in bir yazısını okudum, yeni kitabı için ardı ardına verdiği tanıtım söyleşilerinden sonra, eğer buna hemen bir son vermezse söyleşilerde ortaya döküp durduğu hayat anlatısına inanmaya başlayacakmış gibi hissettiğini anlatıyordu. Benim yorumumca, Franzen söyleşilerde hakiki olmayan şeyler söylediğini değil, hayatına dair tek türlü bir izahı defalarca yinelemenin çok derin bir yol yaptığını ve bu yüzden yakında hayatını başka türlü yorumlama (hatırlama) özgürlüğünü kaybedeceğini belirtiyordu.

Bir hayat hikâyesini kişinin şimdiki zamanda, şimdiki zamanın taleplerine (ve arzularına) göre yorumlamakta özgür olduğu bir anılar envanteri gibi düşünmek bana yazarların düşünme biçiminin karakteristiği gibi geliyor. Bunu pek çok insanın kendi hayat hikâyesini sonsuza dek sabitlemiş bir tarih gibi görmesiyle mukayese edebilirim ("geçmişini değiştiremezsin"). İşin tuhaf yanı, içimizden ne kadar çok kişinin hayat hikâyesini, hem kendine hem de başkalarına, tercih ettiği o ya da bu yorumla tekrarlaya tekrarlaya sabitlemek istemesi.

Bir tarih parçasını sabitlemenin basit örneklerini otobüste oturup etrafınızdaki muhabbetlere kulak misafiri olduğunuz her gün duyabilirsiniz. "Ben ona dedim ki... O da bana dedi ki... Ben de ona dedim ki..."

Kişinin geçmişini yaşına ve kişisel gelişimine göre değişen şekillerde görebileceğini yazıyorsun; kullandığın kelime *perspektif*. Bu noktada birbirimize uzak düşmediğimiz kanaatindeyim. Kişinin geçmişinin (daha doğrusu, kişinin geçmiş hikâyesinin) değişmez olduğu şeklindeki "sıradan" mefhumla karşı karşıya kalan terapist bunu bir engel gibi deneyimliyordur muhakkak.

Daha önce dediğim gibi, bu sabit hayat hikâyelerinde

ilgimi çeken şey hikâyelerde kendine yer bulanlardan çok dışarıda kalanlar.

Bir şeyleri dışarıda bırakmak **bastırma** sanırım ve teoriye göre dışarıda bırakılan kısımlar hafızanın karanlık kuytularında duruyor hâlâ. İnsan beyninin devasa olduğunu biliyorum, ama dışarıda bırakılan her şeyi tutacak kadar büyük mü gerçekten? Dışarıda bıraktıklarımız bizim küçük payımız hariç evrendeki her şeye tekabül etmiyor mu? Dışarıda bıraktığımızı çünkü konuyla alakalı olmadığını söylüyoruz. Bu da geçmişimize getirmeyi tercih ettiğimiz mevcut yorumla alakalı olmadığı anlamına geliyor.

Bütün bunlar psikoterapistlerin yazarlardan (bu örnekte kurmaca yazarlarından) olgulara uyan, hakikati pragmatik hakikatten ziyade şiirsel olan (ki bu tanımlaması zor bir tabir – daha sonra “kalpte ve zihinde olanın hakikati”nden bahsediyorsun, bu aynı şey olabilir de, olmayabilir de) bir hayat anlatısını hedeflemeyi, en azından bununla yetinmeyi öğrenebileceği şeklindeki önermene çıkarıyor beni yine.

Buna katılabilir ve hatta daha ileri gitmeye ikna olabilirim: Terapist hastada kendi hayat anlatısının hâkimi olacağı bir özgürlük yeşertmeyi hedefleyebilir; bu özgürlük ve hâkimiyet hissi ve bu hisle birlikte elde edilebilecekler hikâyenin kendisinden daha önemli olabilir.

Öte yandan şöyle de bir soru var: Etrafımızdaki herkesin, kendisi için inşa ettiği kişisel mitleri (“şiirsel” hakikatleri) sahneleyerek (eyleme dökerek) kendini “kim olmak istiyorsa o olacak” şekilde güçlendirilmiş (temkinli kullandığım bir ifade) hissettiği bir toplumda yaşamak istiyor muyuz sahiden? Hayal gücünün şaşmaz bir şekilde iyiliğe çalışan bir güç olduğuna güveniyor muyuz? İnsanın hayal gücü, yüz örneğin doksan dokuzunda, reklamlarda dönen repertuvardan devşirilmiş en banal hikâyelere düşüyor mu?

Buradan nereye varılır emin değilim. Bir yandan, insanların özgürlük mefhumunun kişisel tarihlerini yaptırım korkusu (**gerçeklik ilkesi** korkusu) olmadan sonsuzca yeniden inşa edebilmelerini de kapsadığı bir dünya ihtimali beni endişelendiriyor. Diğer yandan, derin bir mutsuzluk içindeki bir insan, hayat hikâyesini elden geçirip hikâyeye olumlu bir hava katmaya teşvik edildiğinde neşe bulacaksa buna kim itiraz edebilir?

İlk durumda nihayetinde önemli olan hakikat gibi geliyor bana. Hepimiz olduğumuzu düşünmekten hoşlandığımız kişi olamayız. İkinci durumda ise hakikat daha az önemli sanki. Bize kendimizi daha iyi hissettiriyorsa masum bir yalanın ne zararı olabilir? (Bu tip yalanlara örnek: Öldükten sonra başka, daha iyi bir dünyaya uyanırız.)

Bu noktayı aşmama yardım et.

A.K.: Denerim tabii!

Biraz çıkarım yaparsam, açıklamadaki psikolojik alternatifler şunlar: Bir yanda düz anlamıyla insandışını çağrıştıran –saf, yorumdan azade ve bu yüzden bizim üstümüzdeki ve ötemizdeki– dışsal gerçeklikle bir ilişki var (bence “gerçekçi ol” ya da “gerçeklerle yüzleş” gibi ahla-ken emir kipli ifadelerde buna atıfta bulunuyoruz); öbür yanda, koordine ve müşterek bir gerçeklik bilincinin asgari seviyede olduğu, arzularını tatmin etme fantezilerine ve hayatları hakkındaki en anlatılabilir hikâyelere gömüldükleri için insanların birbirlerinden koptuğu, endişe verici bir durum.

Burada eksik olan, bu dünyada yaşayan canlılar olduğumuz hissiyatı: Yukarıdaki tarife göre ya yalnızca zihinlerimizde varlık gösteriyoruz ya da bir bakıma, onu bile göstermiyoruz. Dışsal ve içsel deneyimlerimiz kavgalı; ilişki içinde değil.

Saf ve dışsal bir gerçeklik fikri –bir olayın vuku bulunduğu ve kendi içinde ve kendi başına bir olay olduğu bir yer fikri– bana ancak zorlama ve tamamen soyut görünen bir şekilde sezebildiğim bir şey. Yalnızca kendi deneyimime dayanarak yol alabilirim –bundan başka ne var?– ve bu da demeye gelir ki, deneyim ister bireysel, ister müşterek olsun, mutlak suretle perspektif meselesidir. Canlıların zihinlerinde vuku bulur yani. Ama deneyim canlıların zihinlerinde konumlanırken canlılar da müşterek dünyamızda konumlanır köklü bir şekilde – taşların, ağaçların, ırmakların, betonların ve arabaların ve başka insanların dünyasında. Dolayısıyla söylediklerim müşterek deneyimin, gerçeklik ya da sağduyu diye atıfta bulunan şeyin reddi değil katiyen; bilme alanımıza ilişkin çok basit bir gözlem daha ziyade. Dünyada öznel varlıklar olarak mevcudiyetimizin bir zemini, temeli olduğu yolunda bir iddia.

Deneyimin öznel ve özneler arası doğası hakkında bana en çok sanatçılar –şarkıcılar, ressamalar, yazarlar– ilham verdi; idrak edebilecek özgüveni bir bulsak, kendimiz olmaktan başka çaremiz olmadığını ve başkalarından, bizden önce gelenlerden ve yan yana yaşadıklarımızdan da daha yeni yeni anlamaya başlayabildiğimiz şekillerde etkilendiğimizi bana onlar anlattı.

Sevdiğim sanat bana şunu söylüyor gibi: “Etrafında olanlara bak – bütün zenginliğiyle, detayıyla, rengiyle, güzelliği ve çirkinliğiyle bak; bakmayı ve gördüklerin üzerine düşünmeyi bırakma; ama bakanın sen olduğunu, baktığın yerde bir duruşun ve konumun olduğunu –ve başka insanların da böyle olduğunu– unutma. Ve o yere yerleş tamamen.”

Bu son davet, kişinin kendi perspektifine yerleşip orayı mesken edinmesine –bu perspektifi mümkün olduğunca dikkatli bir şekilde, tüm zorluğu ve karmaşıklı-

ğıyla anlamasına ve sahiplenmesine– yönelik davet, bana 21. yüzyılın postmodern psikanaliz pratiği için merkezi görünüyor. Mesele şu ki hepimizin bir perspektifi var –durağan değil elbette, değişip geliyor– ve hayatlarımıza dair kendimize anlattığımız hikâyelerde bu perspektife az çok sadık kalmayı seçmek bizim elimizde. Senin tarif ettiğin gibi kendi tayin ettiğimiz şekilde bir perspektifin yerine ötekini koyamayız; koyarsak bunun ciddi bedelleri olur.

Çocukluğunda ebeveynlerinden biri tarafından terk edilip travma yaşamış bir adam hatırlıyorum, sindirmesi zor deneyimle bu deneyimi aklından büyük ölçüde çıkararak baş etmişti. Bir düzeyde biliyordu başına geleni; travmayı da içeren, derinliği ve kapsamı sınırlı da olsa tutarlı bir hayat hikâyesi sabitlemişti. Ama duygusal bir deneyim olarak travmayla, bu travmanın darbesiyle, gelişiminin farklı aşamalarında üzerinde bıraktığı etkisiyle mücadele etmeyi sürdürüyordu. Terk edilmek ona çocukken başa çıkamayacağı kadar ağır gelmişti ve deneyimin üstesinden gelmek için bulduğu yol işliyor –tabiri caizse, günü kurtarıyor– gibi görünüyordu. Sonra bir aşamada kendini **yineleme zorlantısının** pençesinde buldu, içsel ve ruhsal durumunu bilincinde olmadan tekrar tekrar onarmaya çalışıyor ama başaramıyordu. Her yerde sevgi ve onay arıyor fakat aradığını bulamıyordu, çocukluktan kalma terk ve ihmal edilmişlik hissi bilinç düzeyinde kabul edilemezdi çünkü. Kısacası, adam ne aradığını bilmiyordu. Bu, özgürlük –kişinin ağaçtan elma toplar gibi hayatının istediği versiyonunu toplama özgürlüğü– değil, hatta tam tersi olduğu söylenebilir.

Psikanalistlerin önerdiği özgürlük, istekli ve deneyimli bir ötekinin kişiye, kendi perspektifini mümkün oldukça ketsiz ve kısıtsız bir şekilde keşfetmesine ve ge-

liştirmesine yardım etmesidir. Zaman zaman dehşet verici de olsa, gerçek bir özgürlük gibi geliyor bu bana. Ama burada bir paradoks var; kişi özgürlüğünü kabul edip benimseyerek deneyiminin açılarını, kendisinin açılarını ve –ne kadar istese de– bunlardan kaçamayacağını keşfeder.



İyi Hikâye Nobel Ödüllü yazar J.M. Coetzee ile klinik psikolog Arabella Kurtz arasında geçen, psikoterapi ve hikâye anlatma sanatı üzerine büyüleyici bir diyalog. Coetzee ve Kurtz, psikanalitik kuramları ve terapi yöntemlerini edebiyat eserleriyle yan yana getirerek psikoterapiyi, psikoterapideki gelişim idealini, toplumsal bağlamı ve kurmacayı farklı açılardan ele alıyor.

Cervantes ile Dostoyevski gibi büyük yazarlardan ve Freud ile Melanie Klein gibi psikanalistlerin fikirlerinden yararlanan Coetzee ve Kurtz, psikanalitik psikoterapinin çok daha geniş toplumsal biçimlerinde yeni bir perspektif açılabileceği umuduyla kişinin kendini inceleme kapasitesi, kendi yaşam hikâyesinin yazarı olması, kurduğu kişisel anlatılarda hakikatin payı, belleğin işlenebilirliği, bastırma mekanizmasının çıkmazları, grup psikolojisi ve milliyetçilik ilişkisi gibi meseleleri yalnız bir dille keşfe çıkıyor.

İyi Hikâye, psikoterapinin her geçen gün daha çok ön plana çıktığı çağımızda terapiye ilgi duyan edebiyatseverlere keyifli bir okuma vaat ederken aynı zamanda kendi hayat hikâyeleri üzerine düşünme fırsatı sunuyor.

#hakikat #terapi #hayat #bellek #toplum

