

PSİKANALİZİ YENİDEN DÜŞÜNMEYİZ

Ahmet Evran

ahmetevran@yahoo.com

Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Çağdaş psikolojinin temellerini atan Sigmund Freud, psikanalizi daha çok iyileştirici bir çalışma olarak gördüyse de psikanalizin verdiği imkanlar o kadar çeşitliydi ki psikanalizin toplumbilimden kültür çalışmalarına ve felsefeye, tıbbi alanlardan sinirbilime kadar birçok çalışma alanına dahil olduğunu görebiliyoruz. Freud'un temel tezi bir bilinçdışının varlığı ve bunun insanın gerçekliğini sandığımızdan çok daha fazla etkilediği yönündeydi. Her şeyi bütünlüklü ve lineer algılasak ve "ben" diye bir şeyin bütünlüğünü varsaysak bile aslında durumun böyle olmadığını histeri üzerinde yaptığı çalışmalarla ve saplantılı nevrozları histeriden ayırarak göstermişti. Freud, psikanalizin "ego" olarak adlandıracağı bu bütünlüklü yapı algısının, tarihte üç büyük değişimle sarsıntıya uğradığını söylemişti. Bunlardan ilki Kopernikus'un dünyanın aslında evrenin merkezinde yer almadığını göstermesi ve dünyanın birçok gezegen arasından aslında sadece minik bir tanesi olduğunu kanıtlamasıydı. İnsanın egosuna vurulan ikinci darbe, Darwin'in ve onu destekleyenlerin insanın canlılar alemi içerisinde çok da özel bir yeri olmadığını, hayvanlardan evrilerek geldiğini ve insanın içindeki hayvansı bu parçanın (id) asla yok edilemeyeceğini göstermesiydi. Üçüncü darbe olarak da kendi çalışmalarını de içine kattığı, bilinçdışının varlığına ve insan üzerindeki etkisine dayanan düşünceleri ve kanıtları koymuştu: "Ama insanların büyüklük kuruntusuna bir üçüncü ve en yaralayıcı darbe de ben'lerinin kendi evinin efendisi bile sayılmayacağını,

tersine bilinçdışında olup bitenlerden kendisine ulaşan cılız bilgilerle yetinmesi gerektiğini kanıtlayan günümüz psikolojisindeki araştırmalardan gelmiştir." (Freud, 2013, s. 179-180).

Bilmek kökünden gelen bilimin, her fırsatta kendini bilinçdışına kapatması, psikanalitik alanı revizyona götürme çabası, saplantılı bir biçimde her şeyin bilinebileceğine ve temel bir hakikat olduğuna inancı psikanaliz tarafından yine bir direnç olarak nitelendirilmiştir. Bu girişimlere, canlının sadece repertuarında olan belli davranışların kontrol edilebileceği tezi üzerinden davranışçı teknikleri pedagojik biçimde insana uygulamaya çalışan davranışçılığı örnek verebiliriz. İnsani eylem ile hayvan davranışı arasındaki farkı görmeyi reddeden bu akıma, bilişsel indirgemeciliği de ekleyebiliriz. İnsanın yaratıcılığı, üretim kapasitesi ve yüceltme yeteneklerini reddeden birçok düşünce de sadece psikolojiden değil birçok alandan gelmeye devam etmektedir. Ancak psikanaliz, hakikat arayışında mücadele etmeyi bırakmamış ve defalarca bu revizyon girişimlerinden kurtulup sağlam ve hatta daha da iyileşmiş bir şekilde yoluna devam etmiştir. Jacques Lacan, Freud'un düşüncelerini bu revizyon girişimlerinden kurtaran yegane isimlerden biri olarak döneminde ortaya çıkan paradigmalara psikanalizi destekleyip geliştirmiştir. Hatta Lacan'a göre bireyin yaşadığı sorunlar ve belirtiler psikanalitik sürecin bir yan etkisi olarak ortadan kaybolurlar (Lacan, 2008).

İnsan bireyselliğini ve bu bireyselliğin her zaman sosyal bağlara ilişkin olduğunu bir an bile aklımdan çıkarmayan psikanaliz, bir bireyin kendine haslığını diğer yaklaşımlar gibi "normal"e doğrudan yaklaştırmaya çalışmak yerine gücünü bu kendine haslığı anlamlandırma yönteminden alır. Başka bir deyişle, psikanalizin idealleri, standartlaştırıcı terapötik ideallerden farklı olarak insanın toplumsal alandaki bireyselliğini hesaba katar ve hastaya sorunlar yaşatan şeyin aslında onu biricik yapan şey olduğunu söyler. Başta paradoksal gibi gelse de psikanalizin yöntemi, bu temel belirtiyi alıp analizdeki kişinin konuşması üzerinden geçmişini, yaşantılarını, anılarını ve alışkanlıklarını bir tarihe dönüştürerek anlamlandırma girişimidir, bir "köprüleme" çalışmasıdır (Erşen, 2006).

Günümüz sosyal ve beşeri bilimler, araştırmaları ve gözlemleriyle ürettikleri, doğruladıkları bilgileri temel bir hakikat gibi görmekte; kendilerini kadiri mutlak araştırmacılar, gücü her şeye yeten, bilgiyi oluşturma gibi ulvi bir amaçla hareket eden bireyler olarak görmekten kendilerini alamamaktadırlar. Ancak psikanalitik söylemin altını defalarca çizdiği şey de tam buna karşı çıkar: Mutlak bir hakikat yoktur (Lacan, 2015). Herkesin kendi hakikati vardır, her hakikat de bir üretim sürecidir, asla sonlanamaz (Lacan, 2008). Psikanalizin asıl derdi popüler psikolojinin yaptığı gibi cevapları doğrudan vermek değil, soru sormaya devam etmek ve bu yolla anlam ve deneyim üretimini arttırmaktır. Bunun için insanda mümkün olan en uygun araç da dildir (Somay, 2007).



Figures in a Landscape (Francis Bacon, 1956)

Kaynak: www.serpentinegalleries.org

Freud dili en etkin etkileme aracı olarak alır ve “sözlerde saklı büyü” diyerek konuşma eylemindeki gizemli unsura gönderme yapar (Freud, 2015, s. 127). Konuşmanın gizemi nereden gelmektedir? Diğer türlerde belirli bir iletişimin olduğunu varsaysak da insanı düşündüğümüzde bu iletişim yöntemlerinin yaratıcılıktan yoksun olduğunu görürüz. Bu bağlamda insanı ayıran şey daha karmaşık bir dil kullanımıyla kendi hakikati ve bilgisini üretebilme koşulunu da sağlıyor oluşudur. Hala tam olarak anlaşılamayan kendinin bilincinde olma durumu ile en bağlantılı görünen şey düşüncenin dille bağlantısıdır. Düşünme eylemi, ilkel eylemin yerini aldığından beri, insan temel bir eksikliğin peşindedir (Freud, 2012). Bedensel, bütünlüklü ve tam yaşama ihtimalini düşünmeye geçerek reddeden insan, bu ihtimali korumak için “ego”yu oluşturmuş ve “mış gibi” yaşamaya başlamıştır (Freud, 2009). Tabii ki düşünceyi olumlu ya da olumsuz görme gibi bir derdin de ötesinde burada altı çizilmesi gereken şey dilin, konuşmanın, düşünmenin etkisinin ilk bakışta görülenden çok daha fazla olduğudur. Dil, doğa bilimlerinin bir zamanlar görmüş olduğu gibi basit bir iletişim aracı değil, aksine bireyselliğin ve toplumsallığın ve doğrudan insan olma koşulunun kendisidir.

Freud “Uygarlığın Huzursuzluğu”na (2011) okyanusvari bir hissin analiziyle başlar. Anlamadığını dile getirerek bu her şey ile bir olma hissini nereden kaynaklanabileceğini sorgular. Bozulmamış, bütünlüklü, otonomi ve özgürlük kaynağı olan ve her şeyden ayrı olarak algılanan egonun (ben’in) bilinçdışı id ile karşılaşması durumunda bu hissin ortaya çıktığı sonucuna varır. Kendinden büyük bir şeyin parçası olma hissi, aslında yanlış yorumlanmış bir deneyimdir; çünkü bu his, bir parçamız olan bilinçdışından yarı veya tam kopmuş olduğumuz zaman hissettiğimiz şeydir. Hayali egomuzda her şeyi barındırıyor gibi hissederiz. Bu da aslında acıyan bir hazzdan, yani zevkten, kaçmaktır; bir regresyondur, kaderin endişesine karşın üretilen bir deneyimdir.

İnsan olma koşulu olarak dilin ve bunun üretimi olarak kültürün aynı zamanda kişiyi kendine yabancılaştırması, bilinçdışından uzaklaştırması ve okyanusvari bir deneyimle (ulvi bir amaç uğruna) bu zevkten kaçmaya itmesi insanın en büyük paradoksudur. Kendi tamlığını söylem üretme becerisiyle bozan ama buna da katlanamayıp ego gibi hayali bir bütünlük oluşturan, katman katman bir zihinsel süreçle sahip olan insan, o halde, kendini kendi yapan bir acıdan tabii ki kurtulamaz (Lacan, 1997). Her şeyin temelinde dil ve dilin söyleminin müdahalesi varsa bu acıdan kaçmak için de en uygun araç, içinde bir “büyü” saklı olan dildir. Ancak bu anlamda psikoterapötik yöntemlerin doğru yoldan ayrılmadığını söyleyebiliriz. İyileşebilmek, insanın kendini kendine tanıtmayı; ancak konuşarak, dilin söylemi içerisinde, kendi hakikatimizi üretmekle mümkündür. Psikanalizin hesaba katıp çağdaş yöntemlerin göz ardı ettiği şey, konuşmanın da ego gibi bütünlüklü algılanmasıdır. Tamamen yapay kurallarla çalışan konuşma -tıpkı her dilin kendi kurallarının oluşu ve bunların ancak herkes her zaman konuştuğu gibi konuşmaya devam ettiği süreç kalıcı oluşu gibi- aslında bilinçdışından bağımsız düşünülemez. Kendini, eylemi bastırarak düşünce ve konuşma üzerinden deneyimleyen insan her zaman bilinçsiz süreçlerin etkisindedir. Yapay olana bağlı kalarak asıl olan düşünceymiş gibi yaşayan insan, dildeki ve düşüncedeki bozulmaları kendisini tanımlayan şeyler olarak

alır ve kendi semptomuyla kendini biricikleştirmiş olur (Lacan, 2014).

Psikanaliz ortaya çıktığı günden bu yana duygulara pek dikkat etmemesiyle eleştirilmiştir. Başka bir deyişle, psikanaliz, duyguların çalışmasını ve tanımlanmasını yapmakla suçlanmış ve bu nedenle iyileştirici etkisinin olmayacağı söylenmiştir (Lacan, 2014). Duygulanım bu resimde günümüzde algılandığı biçimlerin dışında bir yere oturtulur. Psikanalitik uygulamanın gösterdiği şey duygulanımın zihinsel bir sürecin ötesinde bedeni harekete geçirmesidir. Somatizasyon örneğinde olduğu gibi, bilinçdışı kalan ve söze dökülemeyen başka bir yerden geri dönerek çıkar: hissizlik, kalp sıkışmaları, baş ağrıları, mide sorunları vs. Somatik/bedensel göstergeler ve duygulanım Freud’a göre aslında haz ilkesinin bozulmasıyla ortaya çıkan heyecanlardır. Haz ilkesine göre organizma en az seviyede heyecan ve aktivasyonla yaşamaya çalışır ve bundaki bozukluklar duygu olarak adlandırdığımız etkileri ortaya çıkarır (Freud, 2009). Ancak bu duygular hala dilin esareti altındadır. Örneğin, ağlamak daha çok kayıpla, üzülmüş olmakla veya olumsuz diğer duygularla aklımızda yer etmiş olsa da birkaç yüzyıl öncesinde çok güzel bir sanat eserine bakmak da aynı ağlamayı getirmekteydi. Duygulanıma Freud’un haz ilkesi dediği yerden bakarak ve bedeni etkileme, harekete geçirme veya durdurma işlevlerini düşünerek duygu elementinin sözden, dilden ve düşünceden daha öncelikli olmadığını da fark etmiş oluruz (Lacan, 2008). Halihazırda dilin söylemi içerisindeki kültürel ve sosyal alanda deneyimlediğimiz duygular, bu söylemin kendisi tarafından belirlenegelmiştir.

Psikanalitik kurama göre sadece tek bir duygu vardır: Kaygı. Diğer tüm duygular kaygıyı yaşayabilme ya da yaşayamama üzerine kuruludur (Lacan, 2014). Bir durumda kaygılanan insan, yani haz ilkesi ihlal edildiğinde, içinde bulunduğu yerin, zamanın, toplumun, ailesinin, arkadaşlarının, kısacası kendi Öteki’sinin söylemine göre bu kaygıyı belirli biçimlerde kanallar. Bir insan hayal kırıklığına uğradığında kaygıyı yaşayamazsa bu öfke ya da utanç şeklinde çıkabilir. Bunun tersi bir senaryoyu düşündüğümüzde, birine aşık olduğumuzda yaşadığımız kaygı, heyecanlanma olarak algılanır ve pek de bir sorun gibi görülmez. Kimin nerede, ne zaman, ne hissedeceği, Freud’un bahsettiği okyanusvari tamlık hissi de dahil olmak üzere, söylem tarafından belirlenmiştir.

Düşünceden ve duygudan bahsedildiğinde psikopatolojiden bahsetmemek uygun düşmez. Patoloji kelimesi köken gereği Antik Yunan düşünürlerinden bildiğimiz Pathos kelimesinden gelir. Yaygın kullanımda duygulanım olarak geçse de Pathos aslında bir şeye maruz kalmaktan bahseder (Shorey, 1922). Bedene ya da “bana” bir şeyler yapılmaktadır; yani özne patolojide -pathos bilgisinde- varsayımsal olarak edilgendir. Edilgen olmayansa kişiye bunları yapandır, kişiyi bir şeye maruz bırakanıdır ki kişi popüler psikolojinin anladığı biçimde “hasta” olarak nitelendirilebilsin. Sadece normal sağlıklı popülasyondan uzaklaşmanın da ötesinde, buradaki varsayım çok daha temelli görünür. Freud’un ölüm dürtüsü dediği şey de burada düşünülmelidir. İnsanın kendi içinde kendinden büyük bir şey kurup saltanatını sürdürdüğü yaşamında, bilinçdışı/bilinçsiz biçimlerde -iç ve dış önemi olmaksızın- bir şeyler ona müdahale eder, acı çektirir, kaygılandırır. Kişi farkında olmasa bile, belirtilerinin verdiği acıdan tatmin olmaya

devam eder. Aksi takdirde bu kendinden ve biricikliğinden de bir vazgeçiş anlamına gelecektir (Žižek, 2015).

Ancak bu değişkenleri de hatırlayıp tekrar hesaba katarak, kendi kuruntularımızın farkına vararak, yeniden yaratıcı biçimlerde üretmeye yönelenerek psikanalizin vadettiği yere ulaşabiliriz. Ancak kendimizi eleştiriye açarsak psikanalizi tekrar düşünebilir, kişiler arası alanda toplumsal olan hakikate de ulaşabilir, kendi gerçeğimizi keşfedebiliriz. Daha dolu, değişime ve yeniliğe açık, deneyimi önemseyen, kendimizi tanıyan, tanımaya devam eden biçimlerde yaşayabilmek için psikanalizi yeniden düşünmeliyiz.

Kaynaklar

Freud, S. (2009). *Haz ilkesinin ötesinde ben ve id.* (A. Babaoğlu, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1920 ve 1923).

Freud, S. (2011). *Uygurhın huzursuzluğu.* (H. Barışcan, Çev.). İstanbul: Metis yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1930).

Freud, S. (2012). *Totem ve tabu.* (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1913).

Freud, S. (2013). *Psikanalize giriş: 2 Nevrozlar.* (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma ba-

sım tarihi 1940).

Freud, S. (2015). *Psikanaliz üzerine beş konferans ve psikanalize toplu bakış.* (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1909).

Lacan, J. (1997). *The seminar of Jacques Lacan: Psychoses* (J. Miller, Ed.; R. Grigg, Çev.). New York: W. W. Norton.

Lacan, J. (2008). *The ethics of psychoanalysis: 1959-1960.* London: Routledge.

Lacan, J. (2014). *Anxiety.* (J. Miller, Ed.). Cambridge UK: Polity.

Lacan, J. (2016). *The Sinthome - The seminar of Jacques Lacan, Book XXIII.* (J. Miller, Ed.). Cambridge UK: Polity.

Erşen, Ö. (2006). Günümüz psikopatolojilerine günümüz söylemi bağlamında Lacancı bir bakış. *Psikanaliz Yazıları*, 12, 87-96.

Shorey, P. (1922). Aristotle on "coming-to-be" and "passing away". *Classical Philology*, 17(4), 334-352.

Somay, B. (2007). *Bir şeyler eksik: Aşk, cinsellik ve hayat hakkında bilmek istemediğimiz şeyler.* İstanbul: Metis.

Žižek, S. (2015). *Hiçten az: Hegel ve diyalektik materyalizmin gölgesi.* (E. Ünal, Çev.). İstanbul: Encore. (Orijinal çalışma basım tarihi 2012).



Sad Young Man on a Train (Marcel Duchamp, 1911)

Kaynak: www.wikiart.org