

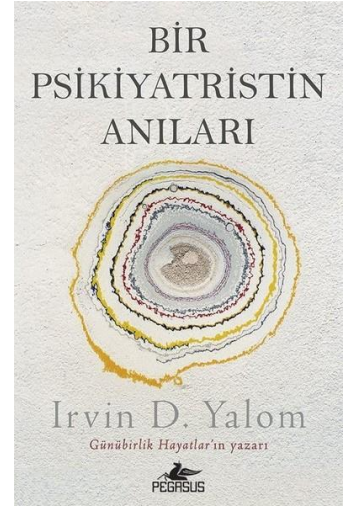
# İrvin Yalom'un Penceresinden Bir Kesit

*Bir Psikiyatristin Anıları* İrvin D. Yalom Pegasus Yayınları-2017 (Çev. Elif Okan Gezmiş) 397 s.

ISBN 978-605-299-341-5

**Feyza Hidayet Sarı<sup>1</sup>**

İrvin Yalom 1931'de, I. Dünya savaşının ardından bir Rus kasabası olan Celtz'tan göç eden Yahudi bir ailenin ikinci çocuğu olarak Washington'da Dünyaya geldi. Edebiyata olan tutkusu küçük yaşlarda başladı, hayali yazar olmaktı ama o günlerde nükteli bir söz vardı; "Yahudi erkeğin iki seçeneği vardır- doktor olmak veya işsiz olmak". Çocukluğuna iz bırakan Doktor Manchester gibi insanların hayatına dokunabilme fırsatıyla yanıp tutuşuyordu. George Washington Üniversitesinde ön lisans eğitiminin ardından Boston Üniversitesi Tıp fakültesine başladı. Uzmanlık dalı olarak psikiyatriyi seçti. 1956 yılında mezun olduktan hemen sonra New York'taki Mount Sinai Hospital'da stajyerliğini yapmaya başladı. Daha sonra Baltimore'daki Johns Hopkins Hospital'a geçti. 1960 yılında eğitimi sona erdi. Askerlik hizmetini iki yıl boyunca Honolulu'daki Tripler General Hospital'de yaptı. 1963'te Stanford üniversitesinde akademik kariyeri başladı. Özellikle grup terapileri ve varoluşçuluk konularında uzmanlaşan yazar 1970 yılında, *Grup Psikoterapisinin Teori ve Pratiği* isimli ilk kitabını yayımlayarak yazarlık serüvenine ilk adımını attı. Ardından bir hastasıyla yaptığı terapiler üzerine yapılandığı, *Her Gün Biraz Daha Yakın* adlı kitabı geldi. 1980'de *Varoluşçu Psikoterapi* kitabını Psikiyatri literatürüne



<sup>1</sup> [feyzahidayets@gmail.com](mailto:feyzahidayets@gmail.com)

(Bu yazı Younge Academia ve İdeal Bilge Gençlik Spor ve İzcilik Kulübü Derneği iş birliğinde Prof. Dr. Hür Mahmut Yücer yönetiminde "Medeniyet Okumaları Yazarlık Atölyesi" kapsamında üretilmiştir.)

kazandırdı. Bugün 87 yaşında olan yazar terapileriyle danışanlarının, kitaplarıyla okurlarının hayatlarına dokunmaya devam ediyor. Yayınlanan bir çok kitaptan sonra tecrübelerini ve anılarını da yazmak istemiş ve bir süre sonra bu eseri okuyucularıyla buluşmuştur.

### **Yahudi Çocuk**

Washington'da gelir düzeyi düşük bir mahallede, beyazların yaşadığı muhitin birkaç blok yakınında geçirdi çocukluğunu. Göçmen babası evlerinin altındaki dükkânı bakkal olarak işletiyordu. Her gün bir başka sarhoşun ve serserilerin çıkardığı kavgaların olduğu bir semtte büyümek zorunda kalan Yalom, mahallenin Yahudi çocuklarından biriydi. Bu dışlanmışlıkla ve tabii ki pek de tekin olmayan bir ortamda içine kapanık bir çocukluk dönemi geçirdi. Baskın bir mizaca sahip olan annesinin aksine, babası naif, kendi halinde, uzun diyaloglardan kaçan bir adamdı. Onunla aralarındaki ilişki küçük yaşlarında ailecek yaptıkları satranç turnuvası dışına çıkamadı. Bu geleneği kendi çocuklarıyla devam ettirdi. Babasının gerçek hayatla arasında bir duvar var gibiydi, sessizliğine hiç anlam veremedi, ya da vermekten çekindi, çünkü bu sessizliğin altında büyük bir dram yatıyordu ve geçmişinden, ileriki yaşlarına kadar kaçacaktı Irvin. Ailesinden kalanları arkasında bırakarak göçmüştü babası, İngilizceyi neredeyse bilmiyordu dışlandığı hayata dahil olmak istememesini anlayamadı genç Yalom. Annesiyle arasında küçük yaşlarda oluşan buzlar hiçbir zaman erimedi. Yönetmeyi seven, göç ettiği Dünyada kendini yetersiz hisseden, mükemmeliyetçi annesiyle hiç anlaşamadı. Evinde ve semtinde ihtiyaç duyduğu huzuru bulamayan genç Yalom, kendini kütüphanede buldu. Onlarca kitabın, hikâyenin ve Dünyanın içinde kaybolmuştu. Yalom çifti, Amerika da uzun yıllar geçirmelerine rağmen İngilizceyi tamamen öğrenememiş ve aralarında bir sır gibi saklı olan acı dolu geçmişlerinde şüphesiz ki öğrenim görme imkanları olmamıştı. Yaşadıkları eksiklikleri çocuklarının da yaşamaması için ellerinde olan olanakları seferber ettiler.

### **Onu Sen Öldürdün!**

Hiçbir şey Irvin'in annesiyle arasındaki buzları eritemedi. Bir gece babasının göğsüne şiddetli bir ağrı girmişti, Irvin'e göre annesi ne zaman telaşa kapılsa ilkelce düşünmeye başlıyordu, kötü bir şey yaşıyorsa ortada illaki bir suçlu vardı. O suçlu genç Irvin'di! Acılar içinde kıvranan eşinin başında oğluna; "onu öldürdün, senin yüzünden ölüyor" diye bağıriyordu, onun kural tanımazlığı, saygısızlığı, evin düzenini bozmasının babasının

sonunu getirdiğini söylüyordu. Küçük Irvin bir köşede kıvrılmış sessizce otururken çok sevdiği Doktor Manchester geldi, annesini sakinleştirip babasına bir iğne yaparken küçük Irvin'i sakinleştirmek için stetoskobunu babasının göğsüne yerleştirip ona verdi ve "bak evlat, tıkr tıkr çalışıyor, tıpkı bir saat gibi güçlü ve düzenli. Endişe etme iyileşecek" yaşadığı o anları yazar şöyle aktarıyor; "Babamın ölüme yaklaşmasına şahitlik ettiğim o gece, annemin yanardağ gibi patlayan öfkesini hiç olmadığı kadar hissettim ve kendimi korumak için kapıları ona tamamen kapatmaya karar verdim. Bu aileden ayrılmak zorundaydım. Sonraki iki üç yıl boyunca annemle doğru düzgün konuşmadım, aynı evde yaşayan birer yabancı gibiydik. Ve en çok da Doktor Manchester'ın evimize girmesiyle hissettiğim o rahatlamayı hatırlıyorum. Bugüne dek kimse bana böylesi bir hediye vermemişti. İşte o noktada bende doktor olmaya karar verdim. Doktor olacak, onun bana rahatladığı sağlığı bende başkalarına sağlayacaktım."

Yalom'a göre babası çok nazik ve cömert bir adamdı, tek kusuru annesine karşı çıkma cesaretini gösterememesiydi. Annesi ile ilişkisi yaşamı boyunca açık bir yara olmuş ama paradoksal bir biçimde, aklından hemen her gün geçen de yine annesinin görüntüsü olmuştur.

### **Yahudi Olmak Bir Seçim midir?**

Yalom ailesi etnik Yahudilerdi. Yiddiş dilinde konuşur, koşer usulü beslenmeye özen gösterirler, dini bayramlara önem veren koyu birer Siyonist'ler. Yalnızca akrabaları ve arkadaşlarıyla görüşürler, Yahudi olmayan biriyle arkadaşlık kurmazlardı. Yalom'a göre ana akım Amerika'nın içine karışmak için hiçbir adım atmadılar. Bu güçlü Yahudi kimliklerine rağmen dinle gerçekten ilgilendiklerine dair pek kanıt göremiyoruz. Dua etmek, Kutsal kitap okumak, Sebte mum yakmak gibi ibadet alışkanlıkları yoktu. Çocuklarına İbranice okumayı öğretmeye ya da inanç kaidelerini açıklamaya teşebbüs dahi etmemişlerdi. Ama Psikiyatristimiz 13 yaşına ve Yahudilerin geleneksel Bar Mitsva törenini yaklaşınca işler değişti. Yahudilikte erkek çocuklar 13 yaşlarına basmalarına yakın Yahudiliğe girme töreni olan Bar Mitsva töreni için hahamlar tarafından hazırlanırdı. Genç Irvin pazar günleri din derslerine gönderilmeye başlandı. Diğer tüm alanlarda çok başarılı bir öğrenciyken, din derslerinde hiç beklenmedik şekilde yaramazlık yapıyor, alakasız sorular sorarak Hahamı bunaltıyordu. Nihayet haham onu kurstan attı. Ama işler bununla kalmadı. Çünkü Bar Mitsvadan kaçış yoktu. Bu defa özel ders almaya başladı ve tören için

İbranice öğrenmesi şarttı. Fakat bir türlü öğrenemiyor ya da öğrenmiyordu! bir tür direnç gösteriyordu, sonunda hocası da pes etmişti. Babasına bunun imkânsız olduğunu söyledi ve Bar Mitsva töreninde okuması gereken Aftara'yı onun yerine amcası Abe okudu.

Yalom kendini inançsız bir Yahudi olarak tanımlıyor; ona göre dinler insanın inanmaya olan ihtiyacını karşılayan bir çeşit ticaret kaynağı. Özellikle Yahudiliğe karşı inanılmaz derecede mesafeli bir duruşu var. Ailesine karşı hissettiği olumsuz duygular, çocukluğunda ve gençliğinde maruz kaldığı ırkçı söylemler onu dinine hiç yakınlaşmadan tamamen uzaklaştırmış. Ama bu enteresan şekilde onu Yahudi yapmaktan alıkoyamıyor. Din onun için inanç biçiminden ziyade kültürel bir öge. Sanırım bu yüzden İrvin Yalom, dinini ailesine karşı bir vicdan yükü gibi sırtlanmış ateist bir Yahudi diyebiliriz.

### **Yeni Hayata İlk Adım**

Yalom ailesinin Blagden Terrace caddesindeki yeni evleri eski mahallelerine arabayla yarım saatlik uzaklıktaydı. Genç İrvin o mahalleden kurtulduğu için çok mutluydu. Hayat arkadaşı Marilyn Yalom ile bu mahallede tanıştı. İkisi de edebiyata aşıktı ve Yahudi'ydi. Kısa sürede arkadaş oldular ve bu bir ömür boyu devam etti. Marilyn ile üniversitede evlendiler okurken bir çocukları dünyaya geldi. Baba Yalom bu küçük ailenin üzerinden maddi yardımını hiç çekmedi.

### **Viyana ve Freud**

1970'in yaz döneminde Stanford Üniversitesi'nin Viyana kampüsünde lisans öğrencilerine ders vermesi için teklif geldiğinde hemen kabul etti. Viyana'nın merkezinde Freud'un yaşadığı yerde yaşamak Yalom için eşsiz bir deneyimdi. Onun gittiği kafelere gitti. 49 yıl boyunca yaşadığı Berggasse 19 adresindeki tabelasız beş katlı binanın önünde dikilip saatlerce hayran, hayran baktı. Yıllar sonra Sigmound Freud Vakfı bu binayı satın alıp Freud müzesine dönüştürecekti. "Viyana'da bulunduğum dönemde Freud'un orada yaşadığına ve çalıştığına dair hiçbir iz yoktu. Meşhur ve o kadar meşhur olmayan Viyanalıların yaşadığı yerlere – Mozart'ın kaldığı birkaç evde bunların arasındaydı- piriç tabelalar konmuştu ama Sigmund Freud'un orada koca bir ömür geçirmiş olduğuna dair hiçbir belirti yoktu."

Freud'un evini görmesinin ve Viyana sokaklarında dolaşmanın faydasını, 30 yıl sonra ünlü romanı *Nietzsche Ağladığında*'yı yazarken de gördü. Nietzsche ile Freud'un akıl hocası olan hekim Josef Breuer'in hayali görüşmeleri için döneme uygun bir görsel atmosfer yaratırken bu anılarından ve çektiği fotoğraflardan faydalandı. Stonford'da başlıca görevi öğrencilere Freud'un yaşamı ve çalışmalarıyla ilgili ders vermektir. Hazırladığı 40 saatlik konu anlatımı sonraki 15 yıl boyunca psikiyatri asistanlarına vereceği "Freud'a şükran" dersinin temelini oluşturdu. Yazarın çağdaş Ortodoks Freudcu analize kimi zaman eleştirileri olmakla birlikte, Freud'un yaratıcılığına ve cesaretine hayrandır. Freud'a psikanalizin yaratıcısı olduğu için değil, aynı zaman da tüm psikoterapi alanını icat ettiği için şükran duyuyordu. Bu denli gözden düşmesine hayıflanarak yazara göre: "Freud her zaman hatalı değildi."

### **Victor Frankl ile İnsanın Anlam Arayışı!**

Viyana'ya gelmeden bir süre önce yakın bir arkadaşını böbrek üstü kanserinden kaybetmişti Yalom. Üstüne yola çıkmadan önce diş hekimi diş etinde şüpheli bir lezyon fark etti, patoloji raporunun Viyana'ya gittikten sonra eline geçeceğini söyledi. Yaşadığı stresi şöyle dile getirdi: "O aralar zaten

Freud'un ağır puro tiryakiliğine bağlı olması muhtemel ölümcül çene kanseriyle ilgili bir şeyler okuyordum, bunu da duyunca kendi tütün kullanımından dolayı birden panikledim. Her gün pipo içiyordum, Viyana'ya raporun gelmesini beklerken Freud'u öldüren kanserin bende de çıkacağı düşüncesi beni git gide kaygılandırdı." Kaygıdan kurtulamayan ölmekten korkan yazar yardım almaya karar verdi. Meşhur kitap, *İnsanın Anlam Arayışı* 'nın yazarı olan Victor Frankl'dan randevu almaya karar verdi. İlk seansta artık oldukça yaşlanmış olan Frankl ile aradığı bilgeliği ve yardımı bulamayan Yalom kitabında Victor Frankl'i çok ağır bir dille eleştiriyor. Yalom'a göre Frankl, onaylama ve alkış alma peşinde koşan hırslı, kendini kanıtlama çabasında, hatta *İnsanın Anlam Arayışı* kitabında, Holokost'ta yaşadıklarını tüm dünyayla paylaşma arzusu sayesinde hayatta kaldığını öne sürüyor. Kitabın bir bölümü boyunca kendi gibi Yahudi bir Psikiyatrist olan Victor Frankl'in, zavalıca, alkışa ve övgüye muhtaç egoist bir insan olarak anlatıyor. Frankl hakkındaki görüşleri gerçek olsa bile ailesini katliamda gözleri önünde kaybetmiş ve hayata tutunmaktan vazgeçmemiş bir adam için çok acımasızca. Bu bölümü Frankl'e bir psikiyatrist olgunluğuyla bakamadığı ve onunla empati kuramadığı için duyduğu pişmanlıkla bitiriyor.

## **Sonuç**

Yazar kitabında anılarını çok somut bir dille anlatıyor. İlk iki bölümde, iki hastası arasında geçen diyaloglarla geçmişine ve aile yaşantısına dönerken sonraki bölümlerde gündelik anılarını kronolojik bir sıralamayla anlatmaya devam ediyor.

Irvin D. Yalom'un bugüne kadar Türkçeye çevrilmiş 15 kitabı bulunuyor. Yazarın özellikle Türkiye ve Yunanistan'da hatırı sayılır derecede okuru bulunmakta. Marilyn Yalom ile evli olan yazarın 4 çocuğu ve 7 torunu var. Kaliforniya'daki evlerinde yaşamaya devam ediyorlar.

Yazarımız, anılarını ihtiva eden bu kitabında sürekli kendisini övmesine karşın tanıştığı bir takım düşünür ve kültür adamını acımasızca eleştirmektedir. Ancak kitaptan beklediğim kendi terapi yöntemi ya da tedavi usulleri hakkında bir bilgi bulunmamaktadır. Alana ilgi duyan ya da alanla ilgili çalışma yapanlar, Yalom'un bu konuda oldukça cimri davrandığını göreceklendir.