

## GÖZLEM VE GÖRÜŞLER

# TRAVMA, TOPLUMSAL YAS ve BAĞIŞLAMA\*

Cem KAPTANOĞLU\*\*

"Kreon: Kenti uğruna silahlı elde düşen Eteokles gömülecek görkemli bir törenle,

Soylu bir ölümle ölenler arasına katılmak üzere.

Ülkesinin kanına susamış o adam için

Buyruk çıkardım, onu kimse gömmesin diye,

Ardından kimse yas tutmasın diye."

(Sofokles, Antigone)

Hükümdarın buyruğuna rağmen Antigone, ölümü göze alarak, kardeşini gizlice gömer. Fakat ölenin ruhunun geri gelmemek üzere Hades'e gitmesi ve yasının tutulabilmesi için gömme töreni eksiksiz olmalıdır. İşte bu nedenle Antigone, eksik bıraktığını tamamlamak için cesedin yanına ikinci kez gider ve yakalanır. Gerçekte eksik kalan, mezara dökülemeyen şarap değildir. Eksik, Antigone'un "Kimse yas tutmayacak" buyuran Kreon'la yüzleşip, toplum önünde hesaplaşamamasıdır. Bir başka deyişle yas tutabilmek, ancak bu hesaplaşmayla yani "yakalanmayla" mümkündür.

Türkiye, devletin hiç bitmeyen "yas yasakları" nedeniyle kuşaklar boyu süren yasaların yaşandığı yaslı bir ülke. Bu ülkede, devletin, her dönemde, kamusal alanda yası tutulması ve yas tutması yasak olan "düşman ötekiler"i oldu. Devletin faili olduğu toplumsal travmaların korku, dehşet ve çaresizlik içinde bıraktığı geniş kesimler, düşman ilan edildikleri için, kayıplarını, acılarını kamusal alanda değil kendi iç alanlarına kapanarak, sessizce yaşadılar.

Toplumsal kimliklerinden ötürü topluca travmatize edilen topluluklar, hiçbir dönemde, Antigone kadar bile şanslı olamadılar. Kaybettiklerinin yasını, gizlenmeden, açıkça tutmak isteyenler oldu, yakalandılar da, ama "koro" ve kent halkı hep Kreon ve "yasak"tan yanaydı, yas işi bitirilemeden kaldı. Yas yasaklarıyla devlet, "Ermeni tehciri"nden "12 Eylül darbesi"ne yaşanan pek çok toplumsal travmanın dehşet verici anılarının, kolektif veya toplumsal belleğe kaydedilmesini engelledi. Cumhuriyet tarihi boyunca, nelerin hiç unutulmaması, nelerin hiç hatırlanmaması gerektiğine hep "devlet akli" karar verdi. Şimdi toplumda, bu "akıl" tarafından şekillendirilmiş "yapay bellek"lere sahip önemli bir kesim var. Ayrıca toplumsal kimlikleri nedeniyle kitlesel olarak travmaya uğramış mağdurlar, kolektif belleğe kaydedemedikleri travmatik olayların çevresinde şekillenen, yalıtılmış "topluluk bellekleri", kimlikleri oluşturdular. Travmatik anılar üzerine inşa edilen bu topluluklar, farklı travmaları ve hassasiyetleri olan ötekilerden uzaklaşarak içlerine kapandılar. Kolektif bellek üzerinden toplumun demokratik, kolektif öyküsünü yazamamak, farklı öykülere, hatırlamalara eşduyum yapabileme becerimizi yıkıma uğrattı. Birbirini düşmanlaştıran anılar ve öykülere sarılmış topluluklar olarak bir arada yaşamamız çok zor. Şimdi, her şeye rağmen, belleklerimiz ve öykülerimizi ortaklaştırmaya çalışıyoruz. Yalnızca "Çılgın Türkler" değil toplumsal çılgınlığın ve bölünmüşlüğün ortaya çıkışında bu bellek, daha doğrusu "zihin bölünmesi"nin önemli rolü var.

### Travmatik anılar çağrılmadan gelirler

Korku, dehşet, çaresizlik, öfke gibi şiddetli duyguların eşlik ettiği travmatik olaylar, onları doğrudan yaşayanlar veya tanık olanların sembolize edip, öyküleştirmelerine direnirler. Travmatik olayların bellek izleri, sözün,

\*Birikim Dergisi'nin Aralık 2009 248. sayısında yayınlanmıştır.

\*\*Dr., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri AD Öğretim üyesi

simgeselin sınırlarını aşar. Travmanın yol açtığı duysal ve duygusal ayaklanma, ete, başka bir deyişle bedensel belleğe kaydedilir. Katlanılmaz görüntüler, sesler, dokunmalar, kokular gibi duysal imgeler ve şiddetli duyguların mekanıdır "travmatik bellek". Bilinç, bellekle kurduğu olağan "davet-icabet" ilişkisini "travmatik bellek"le sürdürmez. Travmatik bellek izleri, bilince çağrılmadan girerler. Onları uzaktan çağrıştıran "kırılgan temas"lar bile bilinci işgal etmeleri için yeterlidir. Oysa bilinç, "devlet aklı" gibi unutma ve hatırlama tekelini elinde tutarak belleğin, dolayısıyla benliğin efendisi olmak ister. Benlik, bilinçli veya otobiyografik bellek kayıtlarının öyküleştirmesi, organize edilmesi ile kurgulanır. Öyküleştirmek veya organize etmek, bilinçte tutmak- bastırmak veya hatırlamak- unutmak yoluyla olur. Travmatik bellek izleri, benlik kurgumuzu, öykümüzü oluşturan bu temel mekanizmaya direnirler. Onları unutmaya veya istediğimiz zaman hatırlama özgürlüğümüz yoktur. Bu nedenle, Freud'a göre, ruhsal acıların kökeninde hatırlanabilenler değil "unutulanlar" vardır. Onlar aktif bellek izleri olarak çağrılmadan gelirler, hatırlanmasalar da dolaylı etkileri ile benlik öykülerimizin, yaşamımızın merkezine yerleşirler. Travmatik bellek izleri, denetimsiz ve aşırı bir hatırlama yoluyla bilinci sürekli taciz eder. Hatırlanan, Ne oldu? Neden oldu? Nasıl oldu? Ne hissettim? Tekrar olursa ne yaparım? sorularına yanıtlar veren bir organize öykü değildir. Aksine parçalı, donuk, ikonik, sessiz, sözsüz ürkütücü imgelerdir. Belki de zihin, kompulsif olarak tekrarlayan hatırlamalar yoluyla, yukardaki sorulara yanıtlar bulmaya veya travmatik yaşantıyı sembolize ederek anlamlandırmaya çabalamaktadır. Bu bağlamda travmanın kompulsif tekrarını, zihnin kendiliğinden giriştiği bir anlam, daha doğrusu bir "hakikat ve uzlaşma" arayışı olarak değerlendirebiliriz. Çünkü ruhsal hakikat, ancak simgesel düzen içinde inşa edilebilir. Ruhsal "uzlaşmaya" giden yol da sembolizasyon sürecinden geçer. Simgesel düzene, öyküye kaydedilemeyen her hatırlama, yeniden travmatize edecektir.

Sürekli yeniden travmatize eden anılardan kurtulmak için, bilinç, travmatik anıların bozduğu öyküsünü yok sayar ve yeni bir sayfa açar. Kısaca bilincin, kendisini bölmesi, sık başvurulan baş etme manevralarından biridir. Travmatik anılar, çıkıp gelmediği sürece, bölünmüş bilinç, yaralı yanını "unutabilir". Unutma, tırnak içindedir çünkü bizatihi bilincin bölünmüşlüğü, unutmaya çalıştığına yerine geçeni, temsili veya semptomu olarak ortadadır. Bilinç, travmatik yaşantıları unutmayı, bastırmayı hiçbir şekilde başaramaz, ancak onlarla "görmezlikten gelme" oyunu oynayabilir, ama travmatik anı her zaman oradadır ve sembolize edilip hakikatiyle uzlaşana kadar, hep aynı yere döner. Benlik öykülerimize çaresizliğimizi, yaralanabilirliğimizi, güçsüzlüğümüzü, aşığılanmamızı kaydetmek çok zordur. Bunun yerine "bu olanlar benim/ bizim başım(ız)a gelmedi", "bu bir rüya, uyanınca bitecek" diye düşünmek veya duygusal, zihinsel bir donakalım, benliğin, bilincin travmayla baş etme çabası olarak ortaya çıkabilir. Ayaklanmış duyum ve duyguların, travmatik anıların, ani baskınlarına uğrayan bir benlik, içine kapanıp

edilginleşerek veya "ruh uyuşması"yla da tepki verebilir. Çünkü benlik öykümüzün kurgusu, hayatın bir düzen ve sürekliliği olduğu inancına dayanır. Benlik, öyküsünü unutmaya ve hatırlamalarla yazabilen egemen bir özne olarak kendini kurabilmek için, bu düzen ve sürekliliğe şiddetle ihtiyaç duyar. Söz konusu egemenlik ve denetimi elinde tutma ihtiyacının, benliği sürüklediği uç noktalardan biri, saldırganın edilgen bir kurban, kendisinin saldırgan bir özne olduğu intikam saplantısıdır. Mağdur, kimliğini, yaşadığı travmanın ayna görüntüsü olan öç fantezilerini üzerine kurar. Fakat bu durumda da saldırganın imgesi, yaşamının merkezine oturmuştur. Yani hala travmanın kölesidir. Diğer uç nokta ise, mağduru olduğu travmayı yaratan gücün elini öpmek, yani saldırganla özdeşleşmektir. Bu özdeşleşmeyle mağdur, saldırgandan ödünç aldığı güçle, yaralanmış benlik öyküsünü onaracağı yanılsamasına kapılır. Oysa saldırganın dilini kullanarak travmatik gerçeğine dokunması imkansızdır. Aksine yaralı benliğinin öyküsünü anlatabileceği sözcükleri yitirir.

#### Travmaları kolektif bellekten dışlanan topluluklar içlerine kapanırlar

Kitlesel travmaya uğramış toplulukların topluluk öykülerinin kurgusunda ve hatırlama-unutma pratiklerinde yukarıdakilere çok benzer özellikler gözlenir. Mağdur topluluğun üyeleri, toplu travmalarını geçmişe gömmüş, unutmış gibi görünseler bile, gündelik hayatları, tutumları, davranışları ve çevreleriyle ilişki kuruş tarzlarındaki tutukluklar veya aşırılıklarla, gelenek göreneklerine sinen etkilerle, travmanın örtük izlerini genç kuşaklara aktarırlar. Özellikle geçmişte yaşanıp bitmemiş, sürmekte olan toplumsal travmalarda, travma etkisinin kuşaklararası geçiş göstermemesi imkansızdır. Mağdur topluluğun travmatik belleği, kuşaktan kuşağa, yeni travmatik yaşantılarla güçlenerek geçer. Topluluğun ortak travması çevresinde kurulmuş yalıtılmış topluluk kimliği, kendi içine dönük yüzünde, kimliğinin temel unsuru olan ortak travmayı sürekli canlı tutarak kendini pekiştirir. Topluluğun dışındakiler ise, onların acılarını anlaması mümkün olmayan, anlamak istemeyen "öteki"lerdir artık. Topluluktan olmayanlara karşı gelişen bu tavırda, ötekilerin bile bile veya bilmeden travmatizasyon sürecine katılmış olmalarının etkisi olabilir. Ancak söz konusu ötekilere kapanmayı, ötekilerin iyi tanıklar olmamasıyla olduğu kadar, travmanın başlıca etkilerinden olan bağlantıyı kesme (disconnection) tepkisi ile de açıklamak mümkündür. Travma mağdurlarına travmayla baş etme gücü veren en önemli unsur, travmatik yaşantı sürecinde saldırganla baş başa olmadıklarını bilmeleridir. Mağdur, saldırganın, tanıkların soyut varlıklarını dikkate aldığını, yani dolaylı etkileriyle, üçüncü olarak tanıkların da sürecin içinde bulduklarını bilmek, hissetmek ister. Tanıklar, aile üyeleri, komşular gibi somut figürlerden, politik, dini-mistik inançlar gibi soyut unsurlara kadar uzanır. Üçüncünün varlığı, mağduru yalnızlık, terk edilmişlik, çaresizlik duygularıyla baş etmesinde yardımcıdır. Ancak genellikle şiddetli travmalarda, mağdurlar, zihinsel semalarına sığmayan, tasavvur edilemez acılar yaşarken, soyut veya somut bütün tanıkların kendisini terk ettiği

duygusunu, yani derin bir yalnızlığı yaşarlar. Travma, bu özelliğiyle varoluşsal bir depreme yol açan ve bu nedenle kendine, dünyaya ve geleceğe, kısaca hayata reoryantasyonu gerektiren bir yaşantıdır. İçeride kapanma ve çevreyle bağlantıyı koparma tepkileri, sözün ele geçiremeyeceği acıları yalnız ve çaresiz yaşayanların, çektiklerini kimsenin anlayamayacağına dair inançlarının ürünüdür. Kitlesel travmaların yaşandığı ülkelerde aranan toplumsal "uzlaşma" saldırganla mağdurun uzlaşması olarak anlaşılmalıdır. Buradaki uzlaşma, iyi tanıklar olamadıkları için kolektif suça ortak olanların, mağdurun acısını tanıyarak ona iyi tanıklıklarını sunmalarıdır. Mağdur, onların iyi/iyileştirici tanıklıkları üzerinden öncelikle kendisiyle uzlaşır ve travmanın yol açtığı içe kapanmadan, ötekilerle uzlaşarak kurtulur.

Toplumsal veya bireysel travmanın etkilerinden arınmak üç aşamalı bir süreci gerektirir. İlk aşama, mağdurların tekrar travmatize edilmeyecekleri bir güvenlik ortamının oluşturulmasıdır. Tekrar travmaya uğrama olasılığının olduğu bir ortamda iyileşmeden, arınmadan söz edilemez. İkinci aşama olan hatırlama ve yas işi (grief work) veya bellek çalışmasının yapılabilmesi için, mağdurların travmatik olayların girdabından kurtulmaları gerekir. Kitlesel travmaların yaşandığı pek çok ülkede (İspanya, Şili vb), toplumsal yas sürecinin uzamasında, failerin iktidarlarını korumaları ve toplumda benzer yeni travmaların yaşanabileceği korkusunun bitmemiş olması etkili olmuştur. Ülkemizde de geçmiş tarihsel, toplumsal travmaları, yakın zamanda tartışmaya başlamamızda, bu travmaların faili olan zihniyet ve kurumların iktidar bloğundaki güçlerini kaybetmeye başlamasının ve Ergenekon davası olarak anılan, devlet bünyesindeki terör örgütlerinin tasfiyesi sürecinin belirleyici rolü olmuştur. Bu bağlamda, toplumsal bellek çalışması veya yasin politik bir süreç olduğunu ancak politika yoluyla önünün açılıp hızlanabileceğini belirtmek gerekir.

### İyi tanıklık iyileştirir

Yas tutma süreci, yas tutan kişinin/topluluğun/toplumun, yitirilen şeyin zihinsel temsilini hatırlamak, gözden geçirmek ve bu ilişkiyi anlamlandırmak üzere başvurduğu zihinsel etkinliklerin tümüdür. Travmatik kayıplar ardından tutulan yas, mağdurun travmatik olayın bitmek bilmez tacizleriyle bozulan öyküsünü, söz öncesine kilitlenmiş travmatik yaşantıyı söze dökerek, sembolize ederek yeniden yazmasıdır. Hatırlama, birey veya topluluğun kendi kendine, kendi içinde yaptığı bir bellek çalışması değildir. Hatırlama ancak ötekinin varlığında ötekiyle, yani tanıklarla birlikte yapıldığında anlam kazanır. Bir bakıma, başlangıçtan itibaren ancak ötekiyle ilişki içinde yazılabilen benlik veya toplumsal öykülerimiz, yine ötekinin tanıklığında travmatik yaralarını onarabilir. Travma mağduru birey veya toplum, yeni öyküsünü ancak travmatik bellek izlerinin sembolize edilmeye anlamlandırılmaya dirençlerini kırarak yazabilir. Bunu başaramayan, yani travmatik olayın gerçeğine dokunmayan, hakikatini dillendirmeyen öyküler, mağdurun ayaklanmış, huzursuz belleğini yatıştırılmaz.

Şili'de askeri diktatörlük döneminde travma mağdurlarıyla çalışan terapistlerin geliştirdiği "tanıklık psikoterapisi" (Herman, 1997) ile Güney Afrika'da ırkçı rejimin tasfiye sürecinde kurulan Hakikat ve Uzlaşma Komisyonu'nun kullandığı yöntemlerin, ana çerçeveleri önemli benzerlikler göstermektedir. Şili'de askeri diktatörlüğün ağır baskısı altında çalışan psikoterapistler, insan hakları ihlallerine uğramış mağdurlarla çalışırken, iyi tanıklık etmeye dayalı bir tedavi yöntemi geliştirdiler. Mağdur ve görüşmecisi işbirliği içinde mağdurun travmatik öyküsünü anlatmasını ve bu öykünün kayda alınmasını sağlıyorlardı. Ardından öykü ve öyküye eşlik eden duygu ve duyumlar üzerinde ayrıntılı irdeleme ve değerlendirmeler yapılıyordu. 12-20 seans arasında süren bu çalışmanın sonunda, üzerinde birlikte çalışılıp defalarca yazılıp, düzeltilmiş öykü, son haliyle tekrar yazılıyor ve tekrar ses bandına kaydediliyordu. Bunlar üç nüsha halinde hazırlanıp bir nüshası mağdura veriliyor, diğer nüshalar, ötekilerin okuması, dinlemesi için arşive ve yurt dışındaki uluslararası insan hakları örgütlerine gönderiliyordu. Bu tedavinin diğer psikoterapilerden en önemli farkı, terapistin, mağdurun yaşadıklarının gerçekliğini onaylaması, yani mağdurun ruhsal acısını sahiplenerek tanıklık yapmasıydı.

Tedavinin iki önemli aşaması vardı; önce travmatik olay her yönüyle ele alınıyor (hakikat), ardından söze dökülüp anlamlandırılarak mağdurun öyküsüyle uzlaştırılıyordu. Güney Afrika'da kurulan Hakikat ve Uzlaşma Komisyonu önünde de mağdurlar ve failer bireysel öykülerini anlattılar. Bu öyküler, medya aracılığıyla bütün ülkede izlendi, dinlendi. Mağdurların acılarını komisyon üyeleri, toplum, tanıdı ve kabul etti. Failerse yaptıklarından ötürü utançlarını dile getirip özür dilediler. Güney Afrika'daki Hakikat ve Uzlaşma Komisyonu'nun çerçevesi tanıklık psikoterapisinin çerçevesine kabaca benzerlik gösteriyor. Fakat toplumsal etkileri açısından karşılaştırılamayacak boyutları var. Bu ilişkide de öyküsünü anlatan ve onu yargılamadan dinleyip, anlamaya çalışanlar vardı, ancak burada tüm ülke bir tedavi odası gibiydi ve mağdur, öyküsünü toplumla paylaşıyordu. Bir başka deyişle, mağdurun öyküsü, kolektif belleğe kaydedilirken, mağdurla birlikte toplum da iyileşme olanağı buluyordu. İşleyen süreç, yalıtılmış topluluk belleklerinin, öykülerinin üretildiği koşulların tam tersiydi. Travmatize edilmiş topluluklara, dışarıya, ötekilere açılma, öykülerini, kolektif öyküye yerleştirme şansı veren bir süreçti. Ayrıca geçmişte mağdurların öykülerine duyarsız kalarak "kolektif suça" katılanların kendi öykülerini gözden geçirmelerinin yolunu açıyordu. Güney Afrika'daki Hakikat ve Uzlaşma Komisyonu, toplumsal yas sürecinin hatırlama ve yeniden anlamlandırma aşaması için bilinen en iyi yöntemlerden biriydi diyebiliriz (Boraine, 2005). Ancak komisyonun "uzlaşma" işlevi tartışmalı olarak kaldı. Zaten komisyon çalışmalarında "hakikat" in ortaya çıkarılması üzerine daha çok vurgu yapılmıştı. Yukarıda da belirtildiği gibi, bu tür komisyonların "uzlaşma" işlevi, saldırganlarla mağdurları uzlaştırma olarak anlaşılmalıdır. Burada hedeflenen daha çok, mağdurun iyi tanıklar, tanıklıklar üzerinden kendisiyle uzlaşması ve bunun dolaylı etkisi olarak toplumsal

uzlaşmadır. Ancak bu sınırlı anlamda bile uzlaşmanın önemli bir unsuru olan bağışlamanın koşulları nelerdir? Bağışlamak mümkün müdür? Sorularına yanıt aramak gerekiyor.

#### **Bağışlamak cezalandırma seçeneğinin varlığında mümkündür**

Bağışlamak, insan eliyle travmatize edilmiş mağdurların, yaslarını tamamlayabilmeleri, saldırganla zihinsel uğraşlarını bitirebilmeleri için gereken son ve zor bir adımdır. Mağdurlar, bağışlanmayı dileyeni bağışlarlar. Bağışlanmak dilenilirse, buna olumsuz yanıt verilebileceğine de hazır olunmalıdır. Bağışlamanın ilk koşulu saldırganın suçunu tanıklar önünde itiraf etmesidir. İtiraf mağdura yapılan kötülüğün gerçekliği konusundaki tüm şüpheleri siler. İnkâr edilen hakikat, failin veya faillerin ağzından ortaya çıkmıştır. Travmatik olayın çaresiz, edilgin mağduru, travma sürecinde faille olan karşılıklı konumunu, intikam fantezilerinde olduğu düzeyde olmasa da tersine çevirmiştir. Fail karşısında, kaybettiği gücü tanıklar önünde tekrar kazanır. İkinci koşul, failin/saldırganın özür dilemesidir. Özür dileyerek saldırgan, düşmanca davranışından ötürü utanç ve pişmanlık duyduğunu belirtir. Mağdur, özür dileyen saldırgan karşısında, acısını tanımasını isteyeceği en son kişinin bile bunu yaptığını görerek, öz güvenini güçlendirir. Bağışlama için gerekli üçüncü ve son koşul da failin maddi veya manevi onarma çabası göstermesidir. Bağışlamayı hukuki, cezai süreçten ayrı tutmak ve kişisel bir seçim olarak ele almak gerekir.

Bir başka deyişle mağdurlar ancak cezalandırma seçenekleri varsa bağışlayabilirler. Bağışlamak, mağduru, faille zihinsel uğraşısından kurtararak özgürleştirir. Travmatik geçmişe ve saldırganın imgesine saplanıp kalan mağdur, bağışlayarak zamanın tekrar ileriye doğru akışını başlatır. Mağdur, geçmiş olamayan geçmişten kurtulmuştur. Travmanın denetlenemeyen imgeleri gider, gelecek hayalleri geri gelir. Mağdur kolektif öyküye referanslarla kendi öyküsünü özgürce yazma inisiyatifi kazanır. Kısaca gelecek geri gelir. Bu süreci, yasın hatırlama ve yeniden değerlendirme aşamasından kaçmak için sığınılan, semptom niteliğindeki bağışlamalardan ayırmak gerekir. Koşulları yerine getirilmiş bir bağışlama sürecinde mağdurun kararı ne olursa olsun, bağışlamak veya bağışlamamak seçenekleri arasında bir tercih yapma hakkının toplum tarafından mağdura verilmesi bile, iyileştirici bir etkiye sahiptir. Mağdur, intikam fantezilerinden, adalet fantezilerine hiçbir şeyin kaybettiğini geri vermeyeceğini, kaybedilenlerin karşılığı veya yerine geçeni olmadığını öğrenerek ve bunun acısını sahiplenerek tamamlar yasını.

#### **KAYNAKLAR**

**Boraine, A.** (2005) Hakikat ve Uzlaşma Komisyonu, İstanbul, Aram Yayıncılık.

**Herman J.** (1997) Trauma and Recovery, New York, Basic Books.