

MODERN YAŞAM VE HEYECAN OLGUNLUĞU (Reşat ÖNDER)

I.Modern Yaşam

Modern yaşam denince yaşadığımız çağ akla gelir. Çağımız, modern teknolojisiyle her alana girmiş dünyayı bir evden dahi küçük hale getirmiştir. Aile büyüğü de olsa odalarının bir mahremiyeti varken, ulusların mahremiyeti genel manada ortadan kalkmıştır. Gelişen iletişim araçları insanların duygu ve heyecanlarını her an kamçılar hale gelmiştir. Bir telkin boyutuna varan iletişim araçlarından aktarılan mesajlar, öfke, kaygı, hüznün, sevinç vb. heyecanlarımızın motivi haline gelmiştir. Kültürel, sosyal, iktisadi ve siyasi kaos, çıkarlara dayanan farklı kaynaklı telkinlerle evimize aktarmaktadır. Bu ortam içinde bulunan, öfkelenen insanlar evden taşmaktadır. Ve de okulda, evde, sokakta, işyerinde ve diğer sosyal zeminlerde coşkusunu taşımaktadır.

Bilgisizlik ve fakirlik geri kalmış toplumların ortak özelliğidir. Kültürel, sosyal, ve siyasi olgunluğa ulaşamamış bu toplumlar modern teknolojik araçların ithali, tutkuları olmuştur. Kendilerini cehalete ve fakirliğe mahkum eden bu söz konusu toplumlar, dünyada oynanan psikolojik savaşı evlerine taşımışlardır. **Maurice Megret'in: "Psikolojik savaş, devletler yada uluslararası ilişkilerde örgütlenmiş bir zorbalık türüdür. Ama, gerçek kişilerle mala, mülke yönelen geleneksel zorbalığın yerine ve onun ötesinde, zihinlere yönelmiş bir zorbalıktır."**¹ Şeklindeki tespitini göz ardı etmişlerdir.

Ailede, okulda ve çevrede iç içe olduğumuz telkin olgusunu Vahap Okay'ın tespitine göre: "Maddeten ve manen zayıf olanlara, kadınlara ve topluluklara daha çok etkileyicidir. Plansız, programsız topluluklar canlıdır. Devrim, savaş, ekonomik bunalım, cinayet, kıtlık ve felaket anlarında halkın heyecanı artar. Toplum, kendisine güvendiği propogandacıları aracılığıyla, önüne geçilmeyen bir kuvvet halinde kırar, döker. Birey bilinci işlemediği için meydana gelecek sonuç üzerinde mantık ve muhakeme yürütmez... Topluluk psikolojisi öyle bir güçtür ki, şöförsüz, frensiz bir otomobil gibi nereye çarpacağı kimleri ezeceği belli olmaz."² şeklinde yorumlanmaktadır.

Halbuki ilk bakışta birey kaynaklı sanılır. Halbuki heyecanların bireyde oluşması dış etkenlere bağlıdır. Hatta, bireylerde oluşan heyecan bir sosyal ortam içinde gerçekleşir olumlu veya olumsuz bir değer almaktadır. Bundan ötürü heyecanlar, gurup psikoloji ve sosyal ahlak ile sıkı ilişki içindedir. **Erol Güngör**'ün ifadesiyle: "**İnsan sadece bir fert değil "cemiyet içinde bir fert"** tir."³ Bu tespitler, önceki bölümlerde ortaya konan verilerin bir sonucudur. Demek ki **fert, kendi dünyası ve dış dünyanın ortaklaşa ürettiği sosyo-psikolojik bir varlıktır.**

¹ MEGRET Maurice; Psikolojik Savaş, (ter. Samih Tiryakioğlu) Varlık Yayınları, İstanbul, 1972, s.6.

² OKAY, Vahap; Teknik Propagandanın Esasları ve Modern Propaganda, Okay Yay. İstanbul, 1957.

³ GÜNGÖR, a.g.e, s.59.

Organik dengesizlikleri yaratan yalnız modern yaşam değildir. Aşırı coşkusallıklar, bunaltı ve korkudur. Bunaltı, tekrar ediyorum, bu açıdan bakıldığında ilk sırayı alır. Genellikle psikosomatik hastalıkların büyük kısmına neden olur. (takınak, saplantı, ülser, mide hastalıkları vb. gibi.)⁴

Heyecanlar ve bunaltılar tüm bir modern hastalıklar dizisini oluşturur. Fakat, önemli olan, heyecanın değil de, beyin kabuğunun sahip olduğu hakimiyettir. Bir heyecanın ciddiyeti ve yankılanması daima, egemen bir efendi olan beynin yetersizliğinden ileri gelir. Modern yaşam bir beyin ve vücut dengesi için bir şey yapamaz. Öyle ki, beyni, kendisini yoran ve karıştıran tüm unsurlardan korumalıyız. Derin kökenli, bilinçsiz ve uzun süreli heyecanların büyük tehlikesini ortaya koymaya çalıştık. Heyecan ve baskılarla yüklü karmaşaları beyin düşmanlarının en önemlilerini oluştururlar.⁵

Demek ki, birey hem iç ve hem dış cepheden gelen etkenlere karşı dirençli olmalıdır. Bir sanatçının ifadesiyle: “Direnmek yaşamak”tır. Direnmek bir heyecan olgunluğudur. Gerek olumlu, hayırlı faaliyetlerin devamı için olsun, gerek olumsuz aktiviteleri frenlemek için olsun direnç ve sabır şarttır. Direnç, şuurlu bir iradenin olgun bir beden üzerinde hayata yansımadır. Bu bir yönüyle hayata uyum demektir. Kelebeklerin güzgar önündeki uyumu gibi değil, bireyin iradesi ile dış etkenlerin uygun ortam ve süreç içinde çarpımına eşittir. Bu olgu insanlar ile diğer canlıları birbirinden ayıran en belirgin özelliklerdendir. Örneğin, insanlar yeryüzünün her tarafına yayılıp yaşarken, diğer canlıların belli ortamlarda ve coğrafi konumlarda yaşamaları bundandır.

⁴ DACO, a.g.e., s.290.

⁵ DACO, a.e., s.291.

II. HEYECAN OLGUNLUĞU

Gerçekten hala olgunluğa doğru gelişme kaydeden bütün insanlar şahsiyet gelişimi bakımından yaşadıkları süre boyunca heyecan yönünden olgunluğa doğru her zaman ilerleme kaydetmektedirler. Heyecan olgunluğu, sadece gelişim bakımından değil, aynı zamanda kültürel ve moral yönden de farklılık arz eder.⁶

Bir standarda göre, bir kimse çok kuvvetli bir yarışmacı ise, yarışmalarda o; hem zaferi hem yenilgiyi hazmedebiliyorsa, işte o kimse en mükemmel, olgun bir fert olarak kabul edilmektedir. Bir başkasında ise, yarışmacı değil, en merhametli bir kimse en olgun bir fert olarak söz edilmektedir.⁷

Heyecan olgunluğuna etki yapan bir çok bedensel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişme safhaları vardır.⁸ doğuştan itibaren gelişen safhaları burada değinmeyeceğiz.

A-Günlük Yaşam ve Olgunluk

Günlük yaşamın akışı binlerce uyumun yapılmasını gerektirir. Her an yeni durumlar, önceden kestirilmeyen olaylar çıkabilir karşımıza. Sorumluluklar, “sert darbeler”, başarısızlıklar, heyecanlar vb. ortaya çıkabilir. Normal insan tüm bu durumlar karşısında nasıl bir tepkide bulunur?

⁶ JERSİLD, a.g.e., s.216.

⁷ JERSİLD, a.e., s.217.

⁸ JERSİLD, a.e., s.217

Normal insan bu durumları bütünleştirir. Onları zihnen yutar ve hazmeder. Tüm olaylar onun benliği içinde erir ve genel kişilik çizgileri içinde uyumlu bir biçimde bütünleşir. Bütün bunlar bir terslik olmaksızın olup biter. Normal insanın duygusallığı, içinde tüm olayların eriyip kaynaştığı bir depoya benzer.⁹ Bu bir tür heyecan olgunluğunu gösterir.

Heyecan olgunluğuna sahip olmak sadece heyecan bakımından olgun olmak ve duyguları frenlemek manasına gelmemektedir. Geniş anlamda, heyecan olgunluğuna sahip olmak demek, heyecan kaynak ve imkanlarını hiç zorlamadan, kendiliğinden kullanma yollarını bilmek, bu arada ruh sağlığını koruyabilmektir.¹⁰

İnsanın zekasını kullanması, fiziki ve duygusal tepkilerini kontrol etmesi, kendisine bugün sahip olduğu üstünlüğü ve gücü vermektir. ...Uygar insanda bazı durumlar öfke, korku ve bu duygulara uyan davranışları görmeyiz. Çünkü, uygar, olgun insana hayat boyunca ne duyduğunu her zaman açıklamaması veya her istediğini yapmamasının gerektiği kendisine öğretilmektedir. Ve şüphesiz böyle oluşu iyi bir şeydir. Tersisi olsaydı, insanın içinde yaşadığı topluluk için, hayat çekilmez bir şey olurdu.¹¹

B- Olgun Kimsenin Metodu

Olgunluğa sahip olan kişiler kendilerine ait bazı tabii ve sun'î kaynaklı metotları geliştirmiş olabilirler. Olgun kimselerin ortak yanları kabul edilen yolları şunlardır:

1.Olgun kimse tedrici olarak duygusal tepkilerde bulunma kapasitesine sahiptir. Olgun kimse ya hep ya hiç tarzında duygusal tepkiler gösteremez. Ancak mütedil ve ölçülü bir şekilde duygusal tepkiler yapar. Bir halk deyişiyle “Pire için yorgan yakmaz.”

2.Tepkilerini erteleyebilir. O bir çocuk gibi acele ile derhal harekete geçmez. Çünkü tepkileri ertelemek, sağlıklı düşünmeyi kolaylaştırır. Bilinçli hareket zaten istenen davranıştır.

3.Kendisine acıma hususunda olgunluk gösterir. Yani kendisine karşı ölçsüz veya baskıdan, kontrolden uzak kalmış bir acıma hali göstermez. Başkalarının kendisine üzülmemesinden fazla olarak üzülmeğe de dikkat eder.¹²

4.İç ve dış etkenlere ve tazyiklere karşı dirençli olur. Örneğin, kişi merhamete kapılıp bütün malını bağışlamayacağı gibi cimriliğe de saplanmaz.

5.Sosyal olaylardan etkilenmede ne acelecidir, ne de tam kapalıdır. Ne de tepkide ölçsüzdür. Olayları kabul edip hazmetmeye çalışır.

⁹ DACO, a.g.e., s.110.

¹⁰ JERSİLD, a.g.e., s.220.

¹¹ TREDGOLD, a.g.e, s.44-45.

¹² JERSİLD, a.g.e., s.219.

Bu yolları benliğine uyarlayan kişi, heyecanlarını açığa vurmak hususlarında daha tedbirli olmayı ve zamanı beklemeyi, bir gecikmeye karşı tolerans göstermeyi, başkalarının duygu ve heyecanlarını takdir etmeyi öğretmiştir. Bundan başka, herkes için başkalarıyla yaşadığı müddetçe arzu ve isteklerine itidal sahibi olmak gerekir. Bu neticeyi elde etmek için de heyecanları kontrol etmeyi öğrenmek çok esaslı bir zorunluluktur. Eğer herkes istediği zaman kendine hakim olmadan göz yaşı dökmeye kalkışırsa, ya da öfke fırtınaları savurursa, yahut da en ufak bir korku anında bir tavşan ürkekliği ile kaçmaya başlarsa, hayat bir kaos halini alırdı. Bununla beraber, heyecanın gizlenmesi ve baskı altında tutulması tabii şekilde ve mükemmel olarak bir çok hallerde mümkündür. Fakat, gerek ferdin kendisi, gerekse sosyal gurupların özelliği neticesi olarak çok kere heyecanları kontrol etmek ve tedbirli bir hayat sürmek imkan dahiline girmemektedir.¹³

C-Sevginin ve Kötülüğün Manası ve Değeri

1.Sevginin Manası ve Değeri

Sorokin ve **Hanson** tarafından yapılan incelemede sosyal ilişkilerdeki sevmeye eyleminin pratik sonuçlarına dair bir çok deliller bulunmuştur. Bu kişiler sevgi ve muhabbet, kibarlık ve nezaketin; tecavüz ve düşmanlığın önüne geçtiğine dair pek çok bulgularla örnekleri söz konusu etmektedir. Yine sevginin sevgi, nefretin ise nefreti doğurmaktadır. Kısaca, sevginin insan hayatında canlılığa, bundan başka sevginin niteliğinde bir kuvvet bulunduğuna, sevginin biyolojik anlamda hayatın esaslı bir cevher olduğunu... fert hayatında sevginin yaratıcı ve tamamlayıcı bir kudret olduğunu söylemektedir. Bundan başka, sevginin sosyal davranışlarda yaratıcı kuvvetini, yine sevginin insan ilişkilerinde en yüksek ve hayati bir nitelik taşıdığını ileri sürmektedir.¹⁴

Sevgi, vermektir; almak değil. İnsanları menfaatsiz sevmek ve iyiliği yapmak yüksek bir manevi derecedir. Bu dereceye ulaşmadan insan sevgisine ulaşamaz. Bunun göstergesi, menfaat çatışmalarında, frustrasyonlarda, makam, mevki ve maddi güçlerin elde edilmesinden sonra insanlara karşı tavır ve sevgisi değişmiyorsa insanı sevginin gelişmekte olduğu söylenebilir. İnsanı sevgi, ilahi sevgiye ibadetler ve zikir yoluyla ve bunların refakatinde dönüşür. İnsani sevgi olmadan ve gelişmeden sadece ibadet yoluyla ilahi sevgiye ulaşılacağını söylemek mümkün değildir.¹⁵

Sevgi, insanın özelliklerindedir. Sevgi zorunluluk altında değil, hürriyet altında gerçekleşebilecek bir eylemdir. Sevgi, insanın hayvani tabiatını aşmaya yönelik en önemli faaliyetidir. İnsani tabiatı gerçekleştiremeyenler çeşitli

¹³ JERSİLD, a.e., s.154.

¹⁴ JERSİLD, a.e., s.157.

¹⁵ ÇAMDİBİ, H. Mahmut, Din Eğitime Giriş, M.Ü. İ. Fakültesi, İstanbul, 1989, s. 60-61.

sapıklıklara ve yıkıcı davranışlara yönelmekte, ruh sağlıkları bozulmaktadır. Sevgi, insan için temel ihtiyaçtır. Temel ihtiyaçları karşılanmayan insan, yapıcı olmaktan uzak, kendisi ve çevresi için yıkıcı ve anormal olur.¹⁶

2. Kötülüğün Manası ve Değeri

Hürriyet, bilgi ve irade, sevgi¹⁷ ve **uyum yeteneği** hayvanlardan ayıran özelliklerdendir. Aynı zamanda insan sırf ruhi ve iradi varlıkta değildir.

İnsanın yaratılışı gereği iyiliği ve kötülüğü seçme yeteneğine sahiptir. İnsandan kötülük yapma gücünü elinden alınsaydı bu araştırmamızı yapma gereğini duymazdık. Kötülük ve iyilik iki sevimli, güzel, genç ve nazlı kız; insan ise çapkın bir budala gibi. İkisi arasında oynaşmaktadır. İnsan asla bu ikisinden birini tercih edemeyecektir. Ne yazık ki böyle... Eğer tam tercihini yapacak olsaydı insan olmazdı. Peki ne olacak? İşte insan bilgisi ve iradesiyle, oluşturduğu kişiliğiyle birinin odasında fazla geceleme ki oda “iyilik güzeli” olmalıdır.

Peki, “Kötülük güzeli”nde fazla gecelerse ne olur? Bunu gelin Erich Fromm’dan özetleyelim:

a-Kötülük, insanı insanlık öncesi duruma götürür. Yani kötülük, insanın insanlık yükünden kurtulma yolunda giriştiği trajik çabada kendisini yitirmesidir.

b-Kötülük, insana özgü nitelikleri (aklı, sevgiyi, özgürlüğü) yok eden bir süreçtir.

c-Kötülük, insanı, benliğinin cehenneminde yaşatır.

d-Kötülük, insanın elinden seçme özgürlüğünü alır.

e-Kötülük, insanın kalbini taştan katı hale getirir. Kısaca, kötülük insanı yakar, yok eder.¹⁸

¹⁶ ÇAMDİBİ, a.e., s.21-22.

¹⁷ ÇAMDİBİ, a.e., s.22

¹⁸ FROMM, Erich; Sevginin ve Şiddetin Kaynağı, 4.baskı, (ter.Yurdanur Salman, Nalan İçten), Payel Yayınevi, İstanbul, 1979, s.158-160.

SONUÇ

İnsan, sosyal bir varlıktır. **İnsanın sosyal bir varlık oluşunun zorunluluğu ilk insan Hz. Adem'in Cennet'te dahi yalnız bırakılmamasıyla sembolleştirilmiştir. Ve de bu ilahi dinlerin metinleriyle belgelenmiştir.** İnsanlığın oluşturduğu sosyal, kültürel ve siyasi değerlerde bunun aksine ait bir işaret de yoktur. Aslında biyolojik ve psikolojik bir varlık olan insan, ancak diğer insanlarla toplum halinde yaşaması durumunda, esas insani özellikler kazanmaktadır. İnsanın zaman ve mekan üstündeki gelişmesi, onun sosyal yaşayışına ve psikolojik dengesine bağlıdır.

İnsan, insanlardan üreyip insanlarla yaşamak zorunda olduğu gibi duygular ve heyecanlarda bireylerden doğup bireylerle paylaşılmaktadır. Heyecanların ölçülü ve kontrollü yaşanması gerekir. Çünkü heyecanlar fertler arası ilişkilerde ve sosyal hayatta değer kazanmaktadır. Fert, heyecanını bir objeye yöneltmedikçe gerçek değer almamaktadır.

Heyecanlar, insanın psikolojisini ve fizyolojisini altüst eden, tepkisini dışa aksettiren, şiddetli ve kısa süreli yaşanan bir ruh halidir. Beynin kontrol hatlarını tıkatan, iradeyi hapseden bir işleve sahiptir. Heyecanların tüm boyutlarını ve öncelikli önleme yollarını bilmek heyecanların kontrolünü kolaylaştırır. Hatta, sonuçlarını önceden kabullenebilmek de heyecanların yarattığı olumsuzluklara karşı bir tür psikolojik dirençtir. **İslam dini** heyecanlara ilgisiz kalmamış, aksine geniş bir yer ayırmıştır. Her ne kadar ele alış metodu ve tarzı farklı ise de inananlarına **Cehennem**'le korkutup **Cennet**'le müjdelemeye giderek kontrolünün sağlanması için telkin etmiştir.

Duygular ve heyecanların muhtevalarını, işlevlerini bilmek, gerek fert gerek toplum açısından pragmatik bir değere sahiptir. Çünkü, dini, kültürel, iktisadi ve siyasi istismarcıların önünü almak veya sömürülmemek ancak bu yolla mümkündür. Bu konuya Kur'an'ın bakışı geniş boyutlu ve çarpıcıdır.

Heyecanlar, tepkileri ve ürettikleri hususlar bakımından iki ana gruba ayrılır. Genellikle insanları birbirinden uzaklaştıran öfke, korku, hüznün ve tiksinti gibi heyecanlar şiddetli ve kontrolsüz olmaları halinde kişiler arası ilişkileri koparırlar. Asla müspet bir şey üretmezler. Hatta, birebir ilişkileri aşır sosyal hayatta kaos yaratır. Heyecanlardan, **öfke saldırganlığa, korku**

kaçışmaya, hüzün iticiliğe ve tiksinti de kusmaya yöneltir. Heyecanlarını kontrol edemeyen fertlerden oluşmuş bir toplumu tasarlamak bile ürkütücüdür.

Genellikle insanları birbirine yaklaştıran sevinç, sempati ve sıkılganlık gibi heyecan türlerinin de dengeli, ölçülü; yerinde ve zamanında yaşanması gerekir. Aksi halde kişiler arası ilişkilerde ve de kişinin kendisinde bazı bozucu işlevlerde bulunabilir.

İslam Dini aklın süzgecinden geçip iradeye tabi olmayan hiç bir duygusal ve sosyal aktiviteyi hoş karşılamaz. Allah, Bakara süresi'nin 93. Ayetinde, imanın bile kişiye kötü şeyler yaptırabileceğini belirtip örneklendirmektedir. Ayette, ilmin ve aklın, bütün aktiviteleri hatta fazilet diye sergilenen faaliyetleri denetleme gücüne ve yetkisine atıf vardır.

Özetlersek, **duygular insanın psikolojik yapısının ana damarlarını oluştururken, heyecanlar da bu yapı içinde atar ve toplar damarlar konumundadır.** Bundan dolayı heyecanların ferde ve sosyal ilişkilerine yaptığı etkileri bilmek gerekmektedir. **Heyecanların kontrolünün öncelikli tedbirleri, ilme, akla, iradeye ve sevgiye önem vermeyi gerektirir. Çünkü, ilim kuvvettir. Kişiyi ben'ini tanıtır. Akla malzeme sunar. Akıl iradeyi güçlendirir, iradenin sapmasına mani olur.**

Sevgi ise kişinin dünyaya bakışını güzelleştirir. İlmin, aklın ve iradenin kabalığını yontar. İlim, akıl, irade ve sevgi kelimeleri, olgun ve dolgun hayatın şifreleridir.