T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
GÜZEL SANATLAR ENSTİTÜSÜ
SİNEMA-TELEVİZYON ANASANAT DALI

SİNEMA VE TERAPİ

"VENÜS'ÜN ÇİÇEK SEPETİ"

Yüksek Lisans Tezi

Canel BİNGÖL

İstanbul, 2006

T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
GÜZEL SANATLAR ENSTİTÜSÜ
SİNEMA-TELEVİZYON ANASANAT DALI

SİNEMA VE TERAPİ

"VENÜS'ÜN ÇİÇEK SEPETİ"

Yüksek Lisans Tezi

Canel BİNGÖL

Tez Danışmanı: Prof. Semir ARSLANYÜREK

İstanbul, 2006

ÖNSÖZ

Gerçeklik ne kadar gerçektir? Gerçeklik dediğimiz şey, gerçeğin '*kara deliğini*" dolduran bir *'fantazmik mekanı'* mı içerir ve sanat, sinema aracılığıyla bu gerçeğin yeniden üretildiği ve *'gerçek'* kılındığı bir yaratı mekanı mıdır? Maddenin tarihinin noksanı tarafından tamamlandığı sinema 'gerçeklik hissi'mizi ayakta tutan bir keyif çekirdeği midir yoksa?

"Zorunlu askerlik yapmakta olan bir adam, askerlikten kurtulmak için deli numarası yapmaya karar vermiş. Seçtiği delilik türü ise takıntı nevrozu. Adamcağız önüne çıkan bütün kağıtları alıp bir göz attıktan sonra, -bu değil- diye haykırarak bir yana fırlatıp dururmuş. Sonunda bu hali üstlerinin de dikkatini çekmiş ve adamı tutup askeri hekimin karşısına çıkarmışlar. Adam kendisine sorulan hiçbir soruya cevap vermediği gibi, hekimin masasındaki, raflarındaki kağıtları da karıştırıp, -bu değil- demeye devam ediyormuş. Bir süre adamla iletişim kurmaya çabalayan hekim sonunda pes edip adamın teskeresini yazmış. Adam teskere eline tutuşturulunca durup bir göz atmış ve –işte bu- demiş"[1].

Gerçekliğin izinde ve gerçekliğin yanı başında, gerçeği yeniden yaratan sinema. "Algılarımızın aynasında içimizdekini eyleyen"[2], kimse bakmadığı sırada varlığımıza tat katan "gerçek şey"i serpiştiren terapi[3]. Venüs'ün çiçek sepeti, bahsi geçen nedenlerle ancak Ezop'un tavşan ve kaplumbağa ile ilgili fablıyla ele alınıp değerlendirilebilir. Bu "fabldaki gibi tavşan kaplumbağadan hızlı olduğu için

---

[1].Slavoj Zizek, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 12-23
[2].J. Joseph Moreno, İçimizdeki Müziği Eylemek; Müzik Terapisi ve Psikodrama, Çeviren: İnci Doğaner, Atadost Yayıncılık, Mayıs 2001, s.18-22.
[3].a.g.y.,s.14.

kaplumbağayı kolayca geride bırakabilecektir ancak onu yakalayamayacaktır. Nesnenin bu ulaşılamazlığı can alıcı bir biçimde dikkat çekicidir. Hep daha hızlı veya çok yavaş. Bu özne ile arzusunun hiç yakalanamayacak olan nesne-nedeni arasındaki ilişkiyi göstermektedir"[4].

Algılarımızın aynasında gerçek ve onun yeniden yaratıldığı öteki madde/mekan, terapi ve sinema. Paradoksal topoloji fabldaki gibi anılmaya yakın. Olabilirliliği nihai varış yeriyle tamamlanan mesafe. Ana hedefi insanda doğaçtanlığı ve yaratıcılığı geliştirmek olan terapi bağlamında psikodrama, sağaltıcı bir yöntem olarak dışavurumu, içsel görüntüleri-duyuları ortaya koyar. Sinema da audio-visuel bir duruş sergileyerek tıpkı terapideki gibi "arketipal malzemenin en derinine ulaşabilme olanaklarını sağlar"[5]. Bu anlamda deneysel bir proje olarak Venüs'ün çiçek sepeti insani bir bellek gibi belgesel izlekler taşımaktadır. "Sanatsal gerçeğin yaşamsal gerçekten daha etkili, daha güçlü olduğunu" söyler Sokolov. Fransız film yapımcısı Jean-Luc Godard"ın bir yorumuna göre de "ne sanat ne de hayatın kendisi ama ortasında bir şeydir" sinema. "Optik fiziğin bir kusuruna dayanarak yola koyulan sinema kendimizi bir gerçekle karşı karşıya bulduğumuz yerdedir"[6]. 1928 yılında sinemaya ilgisini İngiliz sinema dergisi Close up'a yazdığı bir dizi makalede sürdüren saygın psikanalist Hans Sachs şöyle der; "sinema sanatı, küçük bir rastlantısal aksiyon üzerinde ifade edilemeyeni yer değiştirmeler yoluyla ifade ederek…insanoğlunu bilinçli bir farkına varma noktasına doğru götürmenin bir yolu gibi gözükmektedir." Venüs'ün çiçek sepeti de gerçeğini muhataplarını o yola, 'farkına varmaya' götürmek üzerine kurdu.

---

[4].Slavoj Zizek, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 12-23
[5].Slavoj Zizek, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 18-31
[6].Alim Şerif Onaran, Sinemaya Giriş, Filiz Kitabevi, İstanbul, 1986, sayfa 13-20

Yukarıda anlatılan yöntemler ve bakış açıları senaryonun oluşturulmasında etkili oldu. Venüs'ün çiçek sepeti kişisel-ailesel-yaşamsal-kuramsal-organik bir gövde üzerine inşa edildi. Senaryo Vascenzelos"un üçlemesinden esinlenerek ve bir terapi deneyiminin *içinde ve sırasında* yapılandırıldı. Kişisel olmanın oldukça ötesinde sesler ve renkler taşıyan Venüs'ün çiçek sepeti filmi, görülen bir rüyanın gerçekle yolculuğunda insanın nerede olduğunu örneklemeye çabaladı.

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında biricik esin kaynağı olan Değerli Babam Şükrü Bingöl'e, Canım Annem Hacer Hanım'a, Biricik Kardeşlerim Karaböceğim Güner ve Horozum Pınar'a, Celal Özden'e, Murat Ersöz'e, Grup Psikoterapisi ve Psikodrama eğitmenlerim/terapistlerim Zuhal ve Kemal Yerlikaya'ya, Nuşin Sarımurat Baytemur"a, Beyhan Coşkun'a, Ali N. Babaoğlu'na ve Öget'e, Grup Arkadaşlarıma, Yazgıdaşım Hikmet Şengül'e, İrem Aral'a, değerli Hocam Prof.Dr.Emre Dölen'e, Sinema eğitimi almama destek olan ve tez danışmanım olmayı kabul eden Prof.Dr. Semir Arslanyürek'e, Sinema-TV eğitimim süresince dostluk ve heyecanlarını benimle paylaşan Prof.Dr. Selahattin Yıldız'a, her türlü teknik, görgü ve bilgisini bana aktaran Prof.Dr. Bülent Vardar'a, Sinema-TV eğitimime olan ölçülmez katkılarından dolayı Sayın Hocam Süha Arın"a, Prof.Dr. Mutlu Parkan'a, Engin Ayça'ya, Ziya Temeltaş'a, Arkadaşlarım Levent, Özgür, Umut, Bölüm emektarları Şevki, Zekai ve Aziz'e teşekkürlerimi sunarım.

Dr. Canel Bingöl
İstanbul, 2006

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ I

ÖZET VIII

SUMMARY XI

GİRİŞ 1

1. Terapi Konusuna Girerken Temel Kavramlar 6

1.1.Modern Psikolojinin Yaklaşım Biçimleri 9

1.2.Psikolojinin Alanları 10

2. Sağaltım Olarak Psikoterapi 12

2.1.Psikoterapi 12

2.1.1Psikoterapinin Sözlük Anlamı 12

2.1.2.Psikoterapinin Teknik Anlamı 14

2.1.3.Bir Disiplin Olarak Psikoterapi 14

2.1.4.PsikoterapiTürleri 16

2.1.5.Çeşitli Psikoterapi Türlerinde Kullanılan Ruhsal ve Fiziksel Araçlar 26

2.1.6.Dolaysız Araçlar 26

2.1.7. Art Terapi ve Yaratıcılık 28

2.1.7.1.Sanatla Tedavinin Hedefleri 28

2.1.7.2.Sanatla Tedavide Yöntemler 29

2.1.7.3.Sanatla Tedavide Teknikler 29

2.1.7.4.Sanatla Tedavi Sürecinde Koşullar 29

2.1.7.5.Örnek Bir Eğitim Programı -1- 31

2.1.7.6.Sanat Terapisi Eğitimi 33

2.1.7.7.Sanat Terapisi Programının Amaçları ve Yapısı 34

2.1.7.8.Örnek Bir Eğitim Programı -2- 35

2.2. Yoga 38

2.3. Biyoenerji ve Biyoterapi 39

2.4. Reiki 45

2.5. Renklerle Terapi 49

2.6. Homeopati 52

2.7. Hipnoz 55

2.8. Tasavvuf ve Terapi 58

3. Bir Sağaltım Biçimi: Psikodrama 60

3.1. J.L.Moreno'nun Rol Teorisi ve Psikodramanın Temel Teknikleri 60

3.2. Psikodrama Teknikleri 62

4. Algılarımızın Aynasında "Gerçek" 65

4.1Beyinsel Algı ve Kurgu 65

4.1.1.İletişim 65

4.1.2. Bir İletişim Aracı Olarak Dil 66

4.2.Psikiyatride Algı ve Dil 67

4.3.Nöro-Anatomi ve Nöro-Fizyolojide Algı 68

4.4.Duyum 70

4.4.1.Duyu Organları 71

4.4.2.Görsel Duyum 71

4.4.3.İşitsel Duyum 72

4.4.4.Tatma-Koklama-Dokunma Duyumu 72

4.5.Görsel Algı 74

4.5.1.Görüntü Algısında Işık 74

4.5.2.Görüntü Algısında Şekil-Biçim 75

4.5.3. Görüntü Algısında Hareket 75

4.5.4.Görüntü Algısında Renk 76

4.5.5.Görüntü Algısında Derinlik-Perspektif 76

4.6. Sinematografik Algı 77

5. Sinema Sanatı ve Gerçeklik İzlenimi 78

5.1.Sinema Estetiğine Bir Bakış 78

5.2.Estetiğin Temel Konuları 80

5.3.Sinema Estetiği ve Gerçeklik Sorunsalı 81

5.4.Sinema Estetiğinin Günümüzdeki Sorunları 83

6.Proje: Venüs'ün Çiçek Sepeti 85

7.Sonuç 101

8.Kaynakça 104

ÖZET

Babasını kaybetmiş olan Caner ‘yetişkin’ olarak tanımlanan bir coğrafyada tek başına yaşamaktadır. Acemi bir yetişkin midir yoksa olgun bir çocuk mu? Cevabını aradığı yığınla soru karşısında çaresizce zamana sarılır. Ayrık ve ihtimal olan her şey canını acıtırken, minicik bir ikram gibi sesleri ve suretleri birbirine karıştırandır oysa. Hekimlik yaptığı mekanına geldiği Haydarpaşa Kampüsü’nde bir kuş uçumu insan yakınlığında bulur kendisini. Sislerini pusanır ve öpücükler kondurur ‘ayrık’ ve ‘ayrı düşürülmüş’ her şeye. Keşke her şey o çocukluk şarkısındaki gibi olsaydı bir de:

Venüs’ün çiçek sepetinde
Tatlı bir çocuğum
Annemin sesidir
Buradan duyduğum
Babamın sesidir
Buradan duyduğum’…

Caner, Babasını kaybettiği günden bu yana hem aklında kalan ‘kendisini’ özlüyor ve sürekli kendini “doğurma” düşleri kuruyor hem Babasının bıraktığı izleri takip ediyor. Ne var ki arkaik bağları hareket etmesine bir türlü izin vermiyor. Kırılgandır ve bir o kadar da çaresiz. Çaresizliğin karşısında gölgelerine bölünüyor ve izleriyle bütünleşiyor. Geçmiş ile gelecek arasında sıkışıp kalmanın ne zor olduğunu sayıklıyor gibidir. Haydarpaşa’nın kendisini çeken yönleri sanki Caner”in bugünü gibidir; öylesine geçmişle doludur ki, gelecek dolambaçlı ve baş döndürücüdür.

Ailenin tüm izlerini! taşıyan Caner, her şeyin yepyeni olduğu bir dünyanın da peşinden sürükleniyor Haydarpaşa'da. Resimler, ardında bıraktığı koridor, hızla yol aldığı ve hep başa döndüğü hissiyle neredeyse koşuşturduğu merdivenler, dünmüş gibi karşılaştığı gravürler ve sırtındaki aile fotoğraflarıyla her şeyi ters yüz eden zaman ölçeri saat, Caner'in iç dünyasından fırtınaları ortaya koyuyor. Yaşadığı baş dönmesi ve o terapideki yüzler sanki aradığı ve belki de hiç bulamayacağı 'kendisi' midir? Her ne olursa olsun her şeyini paylaştığı küçük ,ağır ve sihirli dostu 'Pinokyo'da yanındadır kuleye çıkarken. Sonu hüzün de olsa bu uğurda…Venüs'ün Çiçek Sepetinde tatlı bir çocuğum...Genetik resimlerle önünüzden akıp gidiyorum...

Karanlığın bile bir gözü vardır ve 'bir kral da sokakta, herkesin önünde asla ağlayamaz'. İçinde konuşmayan küçük bir kuş bulunan 'Caner', artık onu başka birisi içine alsın diye özgür bırakmak zorundadır. Hem de yüreğinde 'yaralı boş bir kafes' kalacağını bile bile! Yeryüzüyle erkenden tanışan tüm çocukların tuhaf yazgısıdır sanki bu! Her şeyin yepyeni olduğu bir 'dünyada' yalnızca yolculuk düşer paylarına ve çaresizce gitmekte olana sarılırlar. Gelmekte olan sarsıcıdır. Sancı büyütürler ruhlarında ve vedalaşırlar bir yas gibi artık konuşamayan kuşlarıyla! Hayatın sevilecek yanları sanki zamana biat etmekle başlar. Zamansa kapalı bir perdeden ara sıra yansıyanı ters yüz edendir iç dünyasında, bölünmüş yalnız çocukların. Bir mekan gibi, bimekan gibi. Sessizce ve sen'sizce büyüyendir. Kırılmış gerçekleri okur 'Caner'. Dokunamadığı ve kendisini teğet geçen her şey karşısında Venüs'e sarılır. Çünkü sadece o kendisine çiçek verecektir, yükseklerde. Zeze'ye komşu bir içtenlik taşıyan Caner, hayat karşısında üşüdüğünü söyleyebilenlerdendir.

Biyografik bir çalışma olarak da adlandırabileceğim deneysel film, ‘Caner’in 5 yıllık terapi sürecinde bir dönüm noktasıdır. Kayıplarla örülü bir öykünün ‘kurbanı’ olarak da tanımlanabilir Caner. Tek bir farkla ‘kurbanlaşmak’ istememektedir.

Terapi süreci yaşamakta olduğu puslu ortamın içinde kendisini görmesini sağlamaya yönelik bir süreç olarak planlandı. Kendisine giydirilmiş olan ‘deri’ soyulurken kanadı ve oldukça canı-mız acıdı Caner’in. Farkındalıklara giden yolda zaman zaman müzik, resim ve sinema yaşanılan sürece hayat verdi. Film Caner’in edebiyattan ödünç aldığı José Mauro de Vasconcelos’un dinamik olarak kendisiyle özdeşleşen Zézé karakterine de bir gönderme, bir sevgi ve bir selamdır. Kim bilir belki de bu konuyu ele alan ‘ben’e ait izler de bulmak olasıdır. Vasconcelos’un üçlemesi Şeker Portakalı, Güneşi Uyandıralım ve Delifişek; Zézé’nin ışıl ışıl yüreğinin hayat öyküsüdür. Tıpkı Caner’in ve isimsiz ve ‘kendisi’ için şarkı söylemeyi sürdüren binlerce sevimli kahramanın da:

Irmak kıyısında
Kurbağa şarkıya başladı mı
Küçük kız,
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler…

SUMMARY

Having lost his father Caner lives alone in a geography described as ‘adult.’ Is he an inexperienced adult, or a mature child? Facing to a number of questions that he seeks answers, he desperately clings to the time. While everything that is diverse or a probability hurts him, he’s the one, who is intermingling voices and images like a petite offer. He finds himself as close to human as at a bird’s fly distance in the Haydarpaşa Campus, where he serves as a physician. Robes in misty fog and sends a kiss to everything that is “diverse” or “diversified.” If only everything would be as in that song of his childhood:

‘In the flower basket of Venus
I am a sweet child
My mother’s voice it is
I hear from here
My father’s voice it is’
…

Caner, since he lost his father both misses ‘himself’ as he could have remembered and dreams continuously to “give a birth” to himself and follows the traces left by his Father. Nevertheless, his archaic ties do not let him move in no way whatsoever. He is fragile and equally desperate. He is divided into his shadows and integrates into his traces. He is as if wandering how difficult it is to get squeezed between the future and the past. The attractive aspects of Haydarpaşa somehow resemble Caner’s today, it is so full of past that the future is oblique and vertiginous.

Bearing all traces of the family Caner trailed in Haydarpaşa by a world, where everything is brand new. Pictures, the corridor left behind, stairs on which he takes fast steps and almost running all the time with the feeling as if he always returns back to the beginning, gravures he met as if it happened just on yesterday, and the family photographs on his shoulders and the time measuring clock which upsides down everything reveal the storming inner world of Caner. What if the vertigo and that faces in the therapy is his self that he always sought for and may be he'd never find? Pinocchio accompanies him while climbing to the tower, his small, heavy, and magic friend to whom he shares anything whatsoever. No matter if it will end with melancholy… I am sweet child in the Flower Basket of Venus… I am flowing with genetic pictures right in front of you...

Even the darkness has its eyes and "a king cannot simply weep on the street, before the eyes of people." Caner must release the silent bird in himself for another person can have it inside, and despite the fact that there will remain "a wounded empty cage," in his heart! This is as if the strange fate of all children who happened to meet the earth early! Only traveling will inherit to them in such a world where everything is brand new, and they desperately cling only to those going away. What is coming is whiplash. They grow anguish in their souls and farewell to the now silent birds as if in a mourning ceremony! The lovable moments of life starts as if with paying homage to the time. And time is the one which upsides down the occasional reflections on a closed curtain in the inner world of separated lonely children. As a space as without a space… That grows silently and without you. Caner reads the broken realities. Clings to Venus in front of everything he cannot touch and which tangentially passes him away. Since only Venus will give him flowers at the highs. Bearing a close intimacy for Zeze, Caner is one of those who can say he feels cold before the life.

The experimental film that can call a biographical work is a turning point in 5-year therapy period of Caner. Caner can be described as a victim of a story plotted by losses. With one single exception that he does not want to be victimized. The therapy process was planned a period in which he could see himself in the midst of the foggy environment he experienced. When he was being stripped of the ‘skin’ he had been worn, wings and soul hurt. On the road to recognitions, from time to time music, painting, and cinema enlivened the experienced process. The film is a reference, a show of love and salutation by Caner to the Zézé character, to which he dynamically identified himself, of José Mauro de Vasconcelos as borrowed from the literature. Who knows may be it will be possible to find traces of the ‘self’ handling the issue. Vasconcelos’ trilogy, i.e.Şeker Portakalı, Güneşi Uyandıralım and Deli Fişek is thee life story of resplendent heart of Zézé. Just the same as Caner and thousands of nameless sweet heroes who continue to sing for ‘himself’:

On the banks of the river
When the frog begins to sing
The small girl says,
She feels cold …
She feels cold …
She feels cold …

ÖZET

Babasını kaybetmiş olan Caner ‘yetişkin’ olarak tanımlanan bir coğrafyada tek başına yaşamaktadır. Acemi bir yetişkin midir yoksa olgun bir çocuk mu? Cevabını aradığı yığınla soru karşısında çaresizce zamana sarılır. Ayrık ve ihtimal olan her şey canını acıtırken, minicik bir ikram gibi sesleri ve suretleri birbirine karıştırandır oysa.
Hekimlik yaptığı mekanına geldiği Haydarpaşa Kampüsü’nde bir kuş uçumu insan yakınlığında bulur kendisini. Sislerini pusanır ve öpücükler kondurur ‘ayrık’ ve ‘ayrı düşürülmüş’ her şeye. Keşke her şey o çocukluk şarkısındaki gibi olsaydı bir de:

Venüs’ün çiçek sepetinde
Tatlı bir çocuğum
Annemin sesidir
Buradan duyduğum
Babamın sesidir
Buradan duyduğum’…

Caner, Babasını kaybettiği günden bu yana hem aklında kalan ‘kendisini’ özlüyor ve sürekli kendini “doğurma” düşleri kuruyor hem Babasının bıraktığı izleri takip ediyor. Ne var ki arkaik bağları hareket etmesine bir türlü izin vermiyor. Kırılgandır ve bir o kadar da çaresiz. Çaresizliğin karşısında gölgelerine bölünüyor ve izleriyle bütünleşiyor. Geçmiş ile gelecek arasında sıkışıp kalmanın ne zor olduğunu sayıklıyor gibidir. Haydarpaşa’nın kendisini çeken yönleri sanki Caner”in bugünü gibidir; öylesine geçmişle doludur ki, gelecek dolambaçlı ve baş döndürücüdür.

Ailenin tüm izlerini! taşıyan Caner, her şeyin yepyeni olduğu bir dünyanın da peşinden sürükleniyor Haydarpaşa’da. Resimler, ardında bıraktığı koridor, hızla yol aldığı ve hep başa döndüğü hissiyle neredeyse koşuşturduğu merdivenler, dünmüş gibi karşılaştığı gravürler ve sırtındaki aile fotoğraflarıyla her şeyi ters yüz eden zaman ölçeri saat, Caner’in iç dünyasından fırtınaları ortaya koyuyor. Yaşadığı baş

dönmesi ve o terapideki yüzler sanki aradığı ve belki de hiç bulamayacağı ‘kendisi’ midir? Her ne olursa olsun her şeyini paylaştığı küçük ,ağır ve sihirli dostu ‘Pinokyo’da yanındadır kuleye çıkarken. Sonu hüzün de olsa bu uğurda…Venüs’ün Çiçek Sepetinde tatlı bir çocuğum...Genetik resimlerle önünüzden akıp gidiyorum...
Karanlığın bile bir gözü vardır ve ‘bir kral da sokakta, herkesin önünde asla ağlayamaz’. İçinde konuşmayan küçük bir kuş bulunan ‘Caner’, artık onu başka birisi içine alsın diye özgür bırakmak zorundadır. Hem de yüreğinde ‘yaralı boş bir kafes’ kalacağını bile bile! Yeryüzüyle erkenden tanışan tüm çocukların tuhaf yazgısıdır sanki bu! Her şeyin yepyeni olduğu bir ‘dünyada’ yalnızca yolculuk düşer paylarına ve çaresizce gitmekte olana sarılırlar. Gelmekte olan sarsıcıdır. Sancı büyütürler ruhlarında ve vedalaşırlar bir yas gibi artık konuşamayan kuşlarıyla! Hayatın sevilecek yanları sanki zamana biat etmekle başlar. Zamansa kapalı bir perdeden ara sıra yansıyanı ters yüz edendir iç dünyasında, bölünmüş yalnız çocukların. Bir mekan gibi, bimekan gibi. Sessizce ve sen’sizce büyüyendir. Kırılmış gerçekleri okur ‘Caner’. Dokunamadığı ve kendisini teğet geçen her şey karşısında Venüs’e sarılır. Çünkü sadece o kendisine çiçek verecektir, yükseklerde. Zeze’ye komşu bir içtenlik taşıyan Caner, hayat karşısında üşüdüğünü söyleyebilenlerdendir.

Biyografik bir çalışma olarak da adlandırabileceğim deneysel film, ‘Caner’in 5 yıllık terapi sürecinde bir dönüm noktasıdır. Kayıplarla örülü bir öykünün ‘kurbanı’ olarak da tanımlanabilir Caner. Tek bir farkla ‘kurbanlaşmak’ istememektedir. Terapi süreci yaşamakta olduğu puslu ortamın içinde kendisini görmesini sağlamaya yönelik bir süreç olarak planlandı. Kendisine giydirilmiş olan ‘deri’ soyulurken kanadı ve oldukça canı-mız acıdı Caner’in. Farkındalıklara giden yolda zaman zaman müzik, resim ve sinema yaşanılan sürece hayat verdi. Film Caner’in edebiyattan ödünç aldığı José Mauro de Vasconcelos’un dinamik olarak kendisiyle özdeşleşen Zézé karakterine de bir gönderme, bir sevgi ve bir selamdır. Kim bilir belki de bu konuyu ele alan ‘ben’e ait izler de bulmak olasıdır. Vasconcelos’un üçlemesi Şeker Portakalı, Güneşi Uyandıralım ve Delifişek; Zézé’nin ışıl ışıl yüreğinin hayat öyküsüdür. Tıpkı Caner’in ve isimsiz ve ‘kendisi’ için şarkı söylemeyi sürdüren binlerce sevimli kahramanın da:

Irmak kıyısında
Kurbağa şarkıya başladı mı
Küçük kız,
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler...

Gerçeklik ne kadar gerçektir? Gerçeklik dediğimiz şey, gerçeğin '*kara deliğini*" dolduran bir *'fantazmik mekanı'* mı içerir ve sanat, sinema aracılığıyla bu gerçeğin yeniden üretildiği ve *'gerçek'* kılındığı bir yaratı mekanı mıdır? Maddenin tarihinin noksanı tarafından tamamlandığı sinema 'gerçeklik hissi'mizi ayakta tutan bir keyif çekirdeği midir yoksa?

"Zorunlu askerlik yapmakta olan bir adam, askerlikten kurtulmak için deli numarası yapmaya karar vermiş. Seçtiği delilik türü ise takıntı nevrozu. Adamcağız önüne çıkan bütün kağıtları alıp bir göz attıktan sonra, -bu değil- diye haykırarak bir yana fırlatıp dururmuş. Sonunda bu hali üstlerinin de dikkatini çekmiş ve adamı tutup askeri hekimin karşısına çıkarmışlar. Adam kendisine sorulan hiçbir soruya cevap vermediği gibi, hekimin masasındaki, raflarındaki kağıtları da karıştırıp, -bu değil- demeye devam ediyormuş. Bir süre adamla iletişim kurmaya çabalayan hekim sonunda pes edip adamın teskeresini yazmış. Adam teskere eline tutuşturulunca durup bir göz atmış ve –işte bu- demiş"[1].

Gerçekliğin izinde ve gerçekliğin yanı başında, gerçeği yeniden yaratan sinema. "Algılarımızın aynasında içimizdekini eyleyen"[2], kimse bakmadığı sırada varlığımıza tat katan "gerçek şey"i serpiştiren terapi[3]. Venüs'ün çiçek sepeti, bahsi geçen nedenlerle ancak Ezop'un tavşan ve kaplumbağa ile ilgili fablıyla ele alınıp değerlendirilebilir. Bu "fabldaki gibi tavşan kaplumbağadan hızlı olduğu için kaplumbağayı kolayca geride bırakabilecektir ancak onu yakalayamayacaktır.

---

[1].Slavoj Zizek, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 12-23
[2].J.,Joseph Moreno, İçimizdeki Müziği Eylemek; Müzik Terapisi ve Psikodrama, Çeviren: İnci Doğaner, Atadost Yayıncılık, Mayıs 2001, s.18-22.
[3].a.g.y.,s.14.

Nesnenin bu ulaşılamazlığı can alıcı bir biçimde dikkat çekicidir. Hep daha hızlı veya çok yavaş. Bu özne ile arzusunun hiç yakalanamayacak olan nesne-nedeni arasındaki ilişkiyi göstermektedir"[4].

Algılarımızın aynasında gerçek ve onun yeniden yaratıldığı öteki madde/mekan, terapi ve sinema. Paradoksal topoloji fabldaki gibi anılmaya yakın. Olabilirliliği nihai varış yeriyle tamamlanan mesafe. Ana hedefi insanda doğaçtanlığı ve yaratıcılığı geliştirmek olan terapi bağlamında psikodrama, sağaltıcı bir yöntem olarak dışavurumu, içsel görüntüleri-duyuları ortaya koyar. Sinema da audio-visuel bir duruş sergileyerek tıpkı terapideki gibi "arketipal malzemenin en derinine ulaşabilme olanaklarını sağlar"[5]. Bu anlamda deneysel bir proje olarak Venüs'ün çiçek sepeti insani bir bellek gibi belgesel izlekler taşımaktadır. "Sanatsal gerçeğin yaşamsal gerçekten daha etkili, daha güçlü olduğunu" söyler Sokolov. Fransız film yapımcısı Jean-Luc Godard"ın bir yorumuna göre de "ne sanat ne de hayatın kendisi ama ortasında bir şeydir" sinema. "Optik fiziğin bir kusuruna dayanarak yola koyulan sinema kendimizi bir gerçekle karşı karşıya bulduğumuz yerdedir"[6]. 1928 yılında sinemaya ilgisini İngiliz sinema dergisi Close up'a yazdığı bir dizi makalede sürdüren saygın psikanalist Hans Sachs şöyle der; "sinema sanatı, küçük bir rastlantısal aksiyon üzerinde ifade edilemeyeni yer değiştirmeler yoluyla ifade ederek…insanoğlunu bilinçli bir farkına varma noktasına doğru götürmenin bir yolu gibi gözükmektedir." Venüs'ün çiçek sepeti de gerçeğini muhataplarını o yola, 'farkına varmaya' götürmek üzerine kurdu. Yukarıda anlatılan yöntemler ve bakış açıları senaryonun oluşturulmasında etkili oldu. Venüs'ün çiçek sepeti kişisel-ailesel-yaşamsal-kuramsal-organik bir gövde üzerine inşa edildi. Senaryo Vascenzelos"un üçlemesinden esinlenerek ve bir terapi deneyiminin *içinde ve sırasında* yapılandırıldı. Kişisel olmanın oldukça ötesinde sesler ve renkler taşıyan Venüs'ün çiçek sepeti filmi, görülen bir rüyanın gerçekle yolculuğunda insanın nerede olduğunu örneklemeye çabaladı.

---

[4].Slavoj Zizek, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 12-23
[5].Slavoj Zizek, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 18-31
[6].Alim Şerif Onaran, Sinemaya Giriş, Filiz Kitabevi, İstanbul, 1986, sayfa 13-20

“Sinema, öteki sanatların mirasçısıdır. Sinema yeni bir sanattır, bir eğlenti aracından daha fazla bir şeydir”[7]. “Psikiyatri var olmasaydı, Sinema onu mutlaka icat etmek zorunda kalırdı”[8]. Bir ölçüde de öyle oldu denilebilir. Venüs’ün Çiçek Sepeti dolayısıyla terapi ve sinema; terapi mesleğini, hastalarını, kuramlarını ve açıklamalarını sinema endüstrisinin nasıl ele aldığının ve bu mesleğe ilişkin “halkın fantezilerini bazen harikalar yaratarak, ama daha çok da ‘düş kırıklığına’ uğratacak biçimde kendi kar arayışı ile birleştirerek nasıl bir meleze dönüştüremediğinin (tersinden soyut gerçek) bir özetini sunmaya çalışıyor”[9]. Başka hiçbir eşleşmenin psikiyatri/terapi ve sinema kadar güçlü görünmediğini belirtmeden geçemeyeceğim. Çünkü ikisi de alışılmadık ölçüde aynı konuyu paylaşmaktadırlar. Sinema da, terapi de insan düşüncesini, duygularını, davranışlarını ve hepsinden önemlisi, insan dürtülerini odak noktası olarak alır. Ortak konularının izini sürerken, sinema ve terapi sık sık kesişir. Hugo Münsterberg’in 1916 klasiği, Sinema: Psikolojik bir inceleme (The Film: A Psychological Study) adlı yapıtında yazar ana fikir olarak der ki: hareket eden fotoğraflar insanın öyküsünü, dış dünyanın örneğin mekan, zaman ve neden-sonuç ilişkileri gibi biçimlerine üstünlük sağlayarak ve olayları örneğin dikkat, bellek, düş gücü ve duygu gibi iç dünya biçimlerine uydurarak anlatır. 10 yıl sonra, ”Pandora’nın Kutusu” (Secret of a Soul) adlı 1926 yılı yapımı filmde psikanalist Hans Sachs; “Sinema sanatı, küçük bir rastlantısal aksiyon üzerinde ifade edilemeyeni yer değiştirmeler yoluyla ifade ederek…insanoğlunu bilinçli bir farkına varma noktasına doğru götürmenin yeni bir yolu gibi gözükmektedir.” diye ekler. Son yıllarda, dilbilim ve psikanalitik yöntemleri birleştiren göstergebilimciler, popüler filmlerdeki gizli iletileri açığa çıkarma çabalarında başı çekmişlerdir. Fransız film yapımcısı Jean-Luc Godard’ın bir yorumuna göre “sinema ne sanattır ne de hayatın kendisi; ikisinin

[7].Alim Şerif, Sinemaya Giriş, Filiz Kitabevi, İstanbul, 1986, sayfa 13-15

[8].Glen O.Gabbard, Krin Gabbart; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar: Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001, sayfa 4-21

[9] .Sigmund Freud, The Interpretation of Dreams, s.277-8,, ZİZEK, S., Yamuk Bakmak, Hazırlayan. Tuncay birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 76-79

ortasında bir şeydir". İlk gerçeküstü film yapımcıları sinemayı, 1931'de, *Traumfabrik* ya da "*düş fabrikası*" olarak tanımlamışlardır.

Günümüze yaklaştıkça, sinema sanatının psikanalitik eğilimli öğrencileri, sinema diliyle Freud'un rüyalarımızın işleyişi üzerine yorumları arasında inandırıcı bağlantılar kurmuşlardır (Metz 1982). Sıradan Amerikan filmlerinden 2.Dünya Savaşı'na, uzay keşiflerine, hatta beyzbola bile içeriden bir insanın görüşünü yansıtmak için yüz dakikalık ortalama zaman nadiren ayrılmıştır. "Bu alanın psikoterapinin çok yönlü, sürekli olarak evrim geçiren meselelerine dengeli iç görüler sunmasını beklemek eksik olur; böyle bir işi yapmaya kalkışan filmler de izleyiciyi bunaltır"[10]. Film yapımcıları ve izleyicileri, insanı zorlayıcı, teselli edici ya da cinsel dürtüleri uyarıcı eğlence türüyle kuşkusuz daha çok ilgilidirler; bu da onların haksız yere olsa da çoğu zaman "kaçışı körükleyici" diye nitelendirilmesine yol açmaktadır.

Bu nedenle, terapi/psikiyatri, sinemanın, daha önemli amaçlarıyla büyük ölçüde tutarsız birçok başka amaç uğruna düzenli bir şekilde *sömürülmüştür*.

Psikolojiyi filmlere uygulamak, Harvardlı psikolog Hugo Münsterberg'in 1916'da yayımladığı "hareketli fotoğrafın" ruhun asal hallerini geleneksel anlatı biçimlerinden daha başarılı bir şekilde işleyebileceği üzerine düşüncelerinden bu yana kanıksanmış bir izlek olmuştur. "Diğer bir yandan, günümüzde her yanda bol miktarda imge var. daha önce hiç bu kadar çok şey incelip seyredilmemişti. Her an, gezegenin veya ayın öte yüzünde nesnelerin nasıl göründüğüne bir göz atabiliyoruz. Görüntüler şimşek hızıyla kaydedilip aktarılıyor. Ancak bununla bir şey masum bir biçimde değişti. Eskiden görüntüler elle tutulur gövdelere ait olduklarından bunlara fiziksel görüntü derdik. Şimdi her şey uçucu"[11].

---

[10].Glen O.Gabbard, Krin Gabbard; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar: Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001, sayfa 4-21

[11].John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim 1998

“Teknolojik yenilikler görüneni varolandan ayırmayı kolaylaştırdı. Görünümler kırılmalara dönüştü; birer serap gibi! İnsanlar eskiden olmadığı kadar, kendi varoluşlarına ve acılarına tek başlarına zamanın ve evrenin uçsuz bucaksız arenasında bir yer bulmaya çalışıyorlar”[12].

Rüya düşünceleri, biz onları öğrenir öğrenmez, hemen anlaşılırlar. Öte yandan rüya içeriği, karakterlerinin tek tek rüya-düşüncelerinin diline çevrilmesi gereken bir resim yazıyla ifade edilir adeta. Bu karakterleri simgesel ilişkilere göre değil de resimsel değerlerine göre okursak, yanılacağımız açıktır. Önümde resimli bir bulmaca olduğunu varsayalım, bu bulmacada çatısında bir tekne olan bir ev, alfabenin bir harfi ve kafası olmayan koşan bir adam figürü resmedilsin. Şimdi yanılıp itirazlarda bulunabilir ve bir bütün olarak resmin ve onu oluşturan parçaların saçma olduğunu ilan edebiliriz. Bir teknenin evin çatısında işi olamaz, kafasız bir adam da koşamaz. Üstelik adam evden büyüktür ve eğer bütün resmin amacı bir manzarayı temsil etmekse, alfabenin harflerinin burada yeri yoktur zira doğada böyle nesnelere rastlanmaz. Ama resimli bulmacaya dair doğru bir yargıyı, ancak bütün kompozisyona ve parçalarına yönelik bu tür eleştirileri bir kenara koyup, bunun yerine tek tek her bir unsurun yerine söz konusu unsurun şu ya da bu şekilde temsil ediyor olabileceği bir hece ya da sözcüğü koyarak oluşturabiliriz. Bu şekilde bir araya getirilen sözcükler artık saçma olmak şöyle dursun, müthiş güzel ve anlamlı şiirsel bir cümle oluşturabilirler. “Bir rüya bu tür bir resimli bulmacadır ve rüya yorumu alanındaki seleflerimiz resimli bulmacaya resimsel bir kompozisyon muamelesi yapma hatasını işlemişlerdir,bu yüzden de rüya onlara saçma ve değersiz görünmüştür”[13].

Venüs”ün Çiçek Sepeti filminin ele aldığı durumun *mesafesi* ve *saçmalaması* bu iddia nedeniyledir. Yaşanmakta olan “yas tablosunu” yatıştıran bir mesafeyi oldukça dengeli bir biçimde sunmuştur film.

---

[12].John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim 1998, sayfa 22-24

[13].Sigmund Freud, The Interpretation of Dreams, s.277-8,, ZİZEK, S., Yamuk Bakmak, Hazırlayan. Tuncay birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 76-79.

Doğru bir mesafeden, kişisel bulmacayı tamamlayan kompozisyon, rüya temelinde ele alınarak değerlendirilirse, anlamını ele verir Venüs'ün Çiçek Sepeti.

Bir resim cansızsa, bunun nedeni ressamın modeline bir işbirliğinin başlaması için yeteri kadar yaklaşmaya cesaret edememesidir. Bu durumda ressam kopyalama mesafesinde kalmıştır. Ya da günümüz gibi dönemlerde, sanat-tarihsel bir mesafede kalmıştır ve modelinin haberi olmadan üslup oyunları oynamaktadır. Yaklaşmak; geleneği, şöhreti, mantığı, hiyerarşileri ve benliği unutmaktır. Abuk subuk olmayı, hatta çıldırmayı göze almaktır aynı zamanda. Çünkü ressamın modeline fazla yaklaşması sırasında işbirliği bir anda bozulabilir ve ressam modelin içinde eriyip kaybolabilir. Ya da hayvan ressamı yiyebilir ya da ezebilir. "*Her sahici resim bir işbirliğini gösterir*"[14].

Venüs'ün Çiçek Sepeti mesafesini, *çıldırmayı* göze alarak, terapinin hedefine ve elbette 'analizanın' duygularıyla yaklaşan bir filmdir.

Fırça, der 17. Yüzyılda yaşamış büyük Çinli manzara ressamı Shitao, "nesneleri kaostan kurtarmak içindir". Sinema art-terapi içinde aynı görevi üstlenir: gerçeği yeniden üreterek analizanı kaostan kurtarır.

"Ta 1907'de Lichtwark, '' *Çağımızda bir insanın kendi fotoğrafı, en yakın akrabalarının ve dostlarının fotoğrafları, sevgilisinin fotoğrafı kadar yakın ilgiyle bakılan hiçbir sanat yapıtı yoktur*,'' diye yazmış ve böylece sorunu, estetik farklılıklar alanından toplumsal işlev alanına çekmiştir. Gelinen bu verimli nokta daha ileriye ancak şimdi götürülebilir"[15].

---

[14].John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim, sayfa 31-33.
[15].Walter Benjamin, Fotoğrafın Kısa Tarihi, 1931/BERGER, John, O Ana Adanmış, Metis Yayınları, Ekim 1998, sayfa 96-121.

Terapi ve Sinema bağlamında fotoğraf imgeleri ve akmakta olan hareketli fotoğrafların yanyana gösterilmesi Venüs"ün Çiçek Sepeti filminin terapatik yönünün vurgulanmasını hedefler. Sinema terapi içinde yeniden üretilen "gerçek" durumuna dönmeye çalışmaktadır bu filmde.

"*Tüm tedavi biçimleri insanın daha kaliteli, daha çekilebilir bir yaşam sürdürebilmesi içindir*"[16]. Bu gerçeği bir an bile unutmamak gerekir. Konservatif tıbbın egemenliğinde sürdürülen terapilerle beraber ve paralel, sürdürülebilir alternatif tıp anlayışlarının da sağaltım içinde gitgide yeri belirginleşmektedir. Venüs'ün Çiçek Sepeti, Nöro psikanaliz bağlamında biyolojik gerçekleri inkar etmeden sürdürülebilir bir art terapi metodu geliştirme çabalarının bir ürünüdür. Bu anlamda ele alınması ve değerlendirilmesi gerekmektedir. Sinema tarihinin gelecekteki biyolojik analitik nörolojik gelişmeler sonucu, algı/anlam/sinir sistemi temelinde daha çok bu yönünün ortaya konacağı bir süreci, belki de yeni bir sinema *türünü* de işaret etmektedir Venüs'ün Çiçek Sepeti filmi. Ya da kimbilir terapatik bir temel ile bizi bekliyor ve içine çağırıyor, gerçeklerin aynasında...

---

[16].Orhan Öztürk, Psikiyatri Temel Kitabı, Nobel Yayınevi, 1996, sayfa 20

ÖZET

Babasını kaybetmiş olan Caner ‘yetişkin’ olarak tanımlanan bir coğrafyada tek başına yaşamaktadır. Acemi bir yetişkin midir yoksa olgun bir çocuk mu? Cevabını aradığı yığınla soru karşısında çaresizce zamana sarılır. Ayrık ve ihtimal olan her şey canını acıtırken, minicik bir ikram gibi sesleri ve suretleri birbirine karıştırandır oysa.
Hekimlik yaptığı mekanına geldiği Haydarpaşa Kampüsü’nde bir kuş uçumu insan yakınlığında bulur kendisini. Sislerini pusanır ve öpücükler kondurur ‘ayrık’ ve ‘ayrı düşürülmüş’ her şeye. Keşke her şey o çocukluk şarkısındaki gibi olsaydı bir de:

Venüs’ün çiçek sepetinde
Tatlı bir çocuğum
Annemin sesidir
Buradan duyduğum
Babamın sesidir
Buradan duyduğum’…

Caner, Babasını kaybettiği günden bu yana hem aklında kalan ‘kendisini’ özlüyor ve sürekli kendini “doğurma” düşleri kuruyor hem Babasının bıraktığı izleri takip ediyor. Ne var ki arkaik bağları hareket etmesine bir türlü izin vermiyor. Kırılgandır ve bir o kadar da çaresiz. Çaresizliğin karşısında gölgelerine bölünüyor ve izleriyle bütünleşiyor. Geçmiş ile gelecek arasında sıkışıp kalmanın ne zor olduğunu sayıklıyor gibidir. Haydarpaşa’nın kendisini çeken yönleri sanki Caner”in bugünü gibidir; öylesine geçmişle doludur ki, gelecek dolambaçlı ve baş döndürücüdür.

Ailenin tüm izlerini! taşıyan Caner, her şeyin yepyeni olduğu bir dünyanın da peşinden sürükleniyor Haydarpaşa’da. Resimler, ardında bıraktığı koridor, hızla yol aldığı ve hep başa döndüğü hissiyle neredeyse koşuşturduğu merdivenler, dünmüş gibi karşılaştığı gravürler ve sırtındaki aile fotoğraflarıyla her şeyi ters yüz eden zaman ölçeri saat, Caner’in iç dünyasından fırtınaları ortaya koyuyor. Yaşadığı baş dönmesi ve o terapideki yüzler sanki aradığı ve belki de hiç bulamayacağı ‘kendisi’ midir? Her ne olursa olsun her şeyini paylaştığı küçük ,ağır ve sihirli dostu ‘Pinokyo’da yanındadır kuleye çıkarken. Sonu hüzün de olsa bu uğurda…Venüs’ün Çiçek Sepetinde tatlı bir çocuğum...Genetik resimlerle önünüzden akıp gidiyorum...

Karanlığın bile bir gözü vardır ve ‘bir kral da sokakta, herkesin önünde asla ağlayamaz’. İçinde konuşmayan küçük bir kuş bulunan ‘Caner’, artık onu başka birisi içine alsın diye özgür bırakmak zorundadır. Hem de yüreğinde ‘yaralı boş bir kafes’ kalacağını bile bile! Yeryüzüyle erkenden tanışan tüm çocukların tuhaf yazgısıdır sanki bu! Her şeyin yepyeni olduğu bir ‘dünyada’ yalnızca yolculuk düşer paylarına ve çaresizce gitmekte olana sarılırlar. Gelmekte olan sarsıcıdır. Sancı büyütürler ruhlarında ve vedalaşırlar bir yas gibi artık konuşamayan kuşlarıyla! Hayatın sevilecek yanları sanki zamana biat etmekle başlar. Zamansa kapalı bir perdeden ara sıra yansıyanı ters yüz edendir iç dünyasında, bölünmüş yalnız çocukların. Bir mekan gibi, bimekan gibi. Sessizce ve sen’sizce büyüyendir. Kırılmış gerçekleri okur ‘Caner’. Dokunamadığı ve kendisini teğet geçen her şey karşısında Venüs’e sarılır. Çünkü sadece o kendisine çiçek verecektir, yükseklerde. Zeze’ye komşu bir içtenlik taşıyan Caner, hayat karşısında üşüdüğünü söyleyebilenlerdendir.

Biyografik bir çalışma olarak da adlandırabileceğim deneysel film, ‘Caner’in 5 yıllık terapi sürecinde bir dönüm noktasıdır. Kayıplarla örülü bir öykünün ‘kurbanı’ olarak da tanımlanabilir Caner. Tek bir farkla ‘kurbanlaşmak’ istememektedir. Terapi süreci yaşamakta olduğu puslu ortamın içinde kendisini görmesini sağlamaya yönelik bir süreç olarak planlandı. Kendisine giydirilmiş olan ‘deri’ soyulurken kanadı ve oldukça canı-mız acıdı Caner’in. Farkındalıklara giden yolda zaman zaman müzik, resim ve sinema yaşanılan sürece hayat verdi. Film Caner’in edebiyattan ödünç aldığı José Mauro de Vasconcelos’un dinamik olarak kendisiyle özdeşleşen Zézé karakterine de bir gönderme, bir sevgi ve bir selamdır. Kim bilir belki de bu konuyu ele alan ‘ben’e ait izler de bulmak olasıdır. Vasconcelos’un üçlemesi Şeker Portakalı, Güneşi Uyandıralım ve Delifişek; Zézé’nin ışıl ışıl yüreğinin hayat öyküsüdür. Tıpkı Caner’in ve isimsiz ve ‘kendisi’ için şarkı söylemeyi sürdüren binlerce sevimli kahramanın da:

Irmak kıyısında
Kurbağa şarkıya başladı mı
Küçük kız,
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler...

“Sinema, öteki sanatların mirasçısıdır. Sinema yeni bir sanattır, bir eğlenti aracından daha fazla bir şeydir”[1]. “Psikiyatri var olmasaydı, Sinema onu mutlaka icat etmek zorunda kalırdı”[2]. Bir ölçüde de öyle oldu denilebilir. Venüs’ün Çiçek Sepeti dolayısıyla terapi ve sinema; terapi mesleğini, hastalarını, kuramlarını ve açıklamalarını sinema endüstrisinin nasıl ele aldığının ve bu mesleğe ilişkin “halkın fantezilerini bazen harikalar yaratarak, ama daha çok da ‘düş kırıklığına’ uğratacak biçimde kendi kar arayışı ile birleştirerek nasıl bir meleze dönüştüremediğinin (tersinden soyut gerçek) bir özetini sunmaya çalışıyor”[3]. Başka hiçbir eşleşmenin psikiyatri/terapi ve sinema kadar güçlü görünmediğini belirtmeden geçemeyeceğim. Çünkü ikisi de alışılmadık ölçüde aynı konuyu paylaşmaktadırlar. Sinema da, terapi de insan düşüncesini, duygularını, davranışlarını ve hepsinden önemlisi, insan dürtülerini odak noktası olarak alır. Ortak konularının izini sürerken, sinema ve terapi sık sık kesişir. Hugo Münsterberg’in 1916 klasiği, Sinema: Psikolojik bir inceleme (The Film: A Psychological Study) adlı yapıtında yazar ana fikir olarak der ki: hareket eden fotoğraflar insanın öyküsünü, dış dünyanın örneğin mekan, zaman ve neden-sonuç ilişkileri gibi biçimlerine üstünlük sağlayarak ve olayları örneğin dikkat, bellek, düş gücü ve duygu gibi iç dünya biçimlerine uydurarak anlatır. 10 yıl sonra, ”Pandora’nın Kutusu” (Secret of a Soul) adlı 1926 yılı yapımı filmde psikanalist Hans Sachs; “Sinema sanatı, küçük bir rastlantısal aksiyon üzerinde ifade edilemeyeni yer değiştirmeler yoluyla ifade ederek…insanoğlunu bilinçli bir farkına varma noktasına doğru götürmenin yeni bir yolu gibi gözükmektedir.” diye ekler. Son yıllarda, dilbilim ve psikanalitik yöntemleri birleştiren göstergebilimciler, popüler filmlerdeki gizli iletileri açığa çıkarma çabalarında başı çekmişlerdir. Fransız film yapımcısı Jean-Luc Godard’ın bir yorumuna göre “sinema ne sanattır ne de hayatın kendisi; ikisinin

---

[1].Alim Şerif Onaran, Sinemaya Giriş, Filiz Kitabevi, İstanbul, 1986, sayfa 13-15

[2].Glen O.Gabbard, Krin Gabbard; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar: Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001, sayfa 4-21

[3] .Sigmund Freud, The Interpretation of Dreams, s.277-8,, ZİZEK, S., Yamuk Bakmak, Hazırlayan. Tuncay birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 76-79

ortasında bir şeydir". İlk gerçeküstü film yapımcıları sinemayı, 1931'de, *Traumfabrik* ya da "*düş fabrikası*" olarak tanımlamışlardır.

Günümüze yaklaştıkça, sinema sanatının psikanalitik eğilimli öğrencileri, sinema diliyle Freud'un rüyalarımızın işleyişi üzerine yorumları arasında inandırıcı bağlantılar kurmuşlardır (Metz 1982). Sıradan Amerikan filmlerinden 2.Dünya Savaşı'na, uzay keşiflerine, hatta beyzbola bile içeriden bir insanın görüşünü yansıtmak için yüz dakikalık ortalama zaman nadiren ayrılmıştır. "Bu alanın psikoterapinin çok yönlü, sürekli olarak evrim geçiren meselelerine dengeli iç görüler sunmasını beklemek eksik olur; böyle bir işi yapmaya kalkışan filmler de izleyiciyi bunaltır"[4]. Film yapımcıları ve izleyicileri, insanı zorlayıcı, teselli edici ya da cinsel dürtüleri uyarıcı eğlence türüyle kuşkusuz daha çok ilgilidirler; bu da onların haksız yere olsa da çoğu zaman "kaçışı körükleyici" diye nitelendirilmesine yol açmaktadır.

Bu nedenle, terapi/psikiyatri, sinemanın, daha önemli amaçlarıyla büyük ölçüde tutarsız birçok başka amaç uğruna düzenli bir şekilde *sömürülmüştür*.

Psikolojiyi filmlere uygulamak, Harvardlı psikolog Hugo Münsterberg'in 1916'da yayımladığı "hareketli fotoğrafın" ruhun asal hallerini geleneksel anlatı biçimlerinden daha başarılı bir şekilde işleyebileceği üzerine düşüncelerinden bu yana kanıksanmış bir izlek olmuştur. "Diğer bir yandan, günümüzde her yanda bol miktarda imge var. daha önce hiç bu kadar çok şey incelip seyredilmemişti. Her an, gezegenin veya ayın öte yüzünde nesnelerin nasıl göründüğüne bir göz atabiliyoruz. Görüntüler şimşek hızıyla kaydedilip aktarılıyor. Ancak bununla bir şey masum bir biçimde değişti. Eskiden görüntüler elle tutulur gövdelere ait olduklarından bunlara fiziksel görüntü derdik. Şimdi her şey uçucu"[5].

---

[10].Glen O.Gabbard, Krin Gabbard; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar: Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001, sayfa 4-21

[5].John Berger Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim 1998

“Teknolojik yenilikler görüneni varolandan ayırmayı kolaylaştırdı. Görünümler kırılmalara dönüştü; birer serap gibi! İnsanlar eskiden olmadığı kadar, kendi varoluşlarına ve acılarına tek başlarına zamanın ve evrenin uçsuz bucaksız arenasında bir yer bulmaya çalışıyorlar”[6].

Rüya düşünceleri, biz onları öğrenir öğrenmez, hemen anlaşılırlar. Öte yandan rüya içeriği, karakterlerinin tek tek rüya-düşüncelerinin diline çevrilmesi gereken bir resim yazıyla ifade edilir adeta. Bu karakterleri simgesel ilişkilere göre değil de resimsel değerlerine göre okursak, yanılacağımız açıktır. Önümde resimli bir bulmaca olduğunu varsayalım, bu bulmacada çatısında bir tekne olan bir ev, alfabenin bir harfi ve kafası olmayan koşan bir adam figürü resmedilsin. Şimdi yanılıp itirazlarda bulunabilir ve bir bütün olarak resmin ve onu oluşturan parçaların saçma olduğunu ilan edebiliriz. Bir teknenin evin çatısında işi olamaz, kafasız bir adam da koşamaz. Üstelik adam evden büyüktür ve eğer bütün resmin amacı bir manzarayı temsil etmekse, alfabenin harflerinin burada yeri yoktur zira doğada böyle nesnelere rastlanmaz. Ama resimli bulmacaya dair doğru bir yargıyı, ancak bütün kompozisyona ve parçalarına yönelik bu tür eleştirileri bir kenara koyup, bunun yerine tek tek her bir unsurun yerine söz konusu unsurun şu ya da bu şekilde temsil ediyor olabileceği bir hece ya da sözcüğü koyarak oluşturabiliriz. Bu şekilde bir araya getirilen sözcükler artık saçma olmak şöyle dursun, müthiş güzel ve anlamlı şiirsel bir cümle oluşturabilirler. “Bir rüya bu tür bir resimli bulmacadır ve rüya yorumu alanındaki seleflerimiz resimli bulmacaya resimsel bir kompozisyon muamelesi yapma hatasını işlemişlerdir,bu yüzden de rüya onlara saçma ve değersiz görünmüştür”[7].

Venüs”ün Çiçek Sepeti filminin ele aldığı durumun *mesafesi* ve *saçmalaması* bu iddia nedeniyledir. Yaşanmakta olan “yas tablosunu” yatıştıran bir mesafeyi oldukça dengeli bir biçimde sunmuştur film.

---

[6].John BergerGörünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim 1998, sayfa 22-24

[7].Sigmund Freud, The Interpretation of Dreams, s.277-8,, ZİZEK, S., Yamuk Bakmak, Hazırlayan. Tuncay birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 76-79.

Doğru bir mesafeden, kişisel bulmacayı tamamlayan kompozisyon, rüya temelinde ele alınarak değerlendirilirse, anlamını ele verir Venüs'ün Çiçek Sepeti.

Bir resim cansızsa, bunun nedeni ressamın modeline bir işbirliğinin başlaması için yeteri kadar yaklaşmaya cesaret edememesidir. Bu durumda ressam kopyalama mesafesinde kalmıştır. Ya da günümüz gibi dönemlerde, sanat-tarihsel bir mesafede kalmıştır ve modelinin haberi olmadan üslup oyunları oynamaktadır. Yaklaşmak; geleneği, şöhreti, mantığı, hiyerarşileri ve benliği unutmaktır. Abuk subuk olmayı, hatta çıldırmayı göze almaktır aynı zamanda. Çünkü ressamın modeline fazla yaklaşması sırasında işbirliği bir anda bozulabilir ve ressam modelin içinde eriyip kaybolabilir. Ya da hayvan ressamı yiyebilir ya da ezebilir. "*Her sahici resim bir işbirliğini gösterir*"[8].

Venüs'ün Çiçek Sepeti mesafesini, *çıldırmayı* göze alarak, terapinin hedefine ve elbette 'analizanın' duygularıyla yaklaşan bir filmdir.

Fırça, der 17. Yüzyılda yaşamış büyük Çinli manzara ressamı Shitao, "nesneleri kaostan kurtarmak içindir". Sinema art-terapi içinde aynı görevi üstlenir: gerçeği yeniden üreterek analizanı kaostan kurtarır.

"Ta 1907'de Lichtwark, '' *Çağımızda bir insanın kendi fotoğrafı, en yakın akrabalarının ve dostlarının fotoğrafları, sevgilisinin fotoğrafı kadar yakın ilgiyle bakılan hiçbir sanat yapıtı yoktur*,'' diye yazmış ve böylece sorunu, estetik farklılıklar alanından toplumsal işlev alanına çekmiştir. Gelinen bu verimli nokta daha ileriye ancak şimdi götürülebilir"[9].

---

[8].John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim, sayfa 31-33.
[9].Walter Benjamin, Fotoğrafın Kısa Tarihi, 1931/BERGER, John, O Ana Adanmış, Metis Yayınları, Ekim 1998, sayfa 96-121.

Terapi ve Sinema bağlamında fotoğraf imgeleri ve akmakta olan hareketli fotoğrafların yanyana gösterilmesi Venüs"ün Çiçek Sepeti filminin terapatik yönünün vurgulanmasını hedefler. Sinema terapi içinde yeniden üretilen "gerçek" durumuna dönmeye çalışmaktadır bu filmde.

"*Tüm tedavi biçimleri insanın daha kaliteli, daha çekilebilir bir yaşam sürdürebilmesi içindir*"[10]. Bu gerçeği bir an bile unutmamak gerekir. Konservatif tıbbın egemenliğinde sürdürülen terapilerle beraber ve paralel, sürdürülebilir alternatif tıp anlayışlarının da sağaltım içinde gitgide yeri belirginleşmektedir. Venüs'ün Çiçek Sepeti, Nöro psikanaliz bağlamında biyolojik gerçekleri inkar etmeden sürdürülebilir bir art terapi metodu geliştirme çabalarının bir ürünüdür. Bu anlamda ele alınması ve değerlendirilmesi gerekmektedir. Sinema tarihinin gelecekteki biyolojik analitik nörolojik gelişmeler sonucu, algı/anlam/sinir sistemi temelinde daha çok bu yönünün ortaya konacağı bir süreci, belki de yeni bir sinema *türünü* de işaret etmektedir Venüs'ün Çiçek Sepeti filmi. Ya da kimbilir terapatik bir temel ile bizi bekliyor ve içine çağırıyor, gerçeklerin aynasında...

---

[10].Orhan Öztürk, Psikiyatri Temel Kitabı, Nobel Yayınevi, 1996, sayfa 20

GİRİŞ

"Sinema, öteki sanatların mirasçısıdır. Sinema yeni bir sanattır, bir eğlenti aracından daha fazla bir şeydir"[1]. "Psikiyatri var olmasaydı, Sinema onu mutlaka icat etmek zorunda kalırdı"[2]. Bir ölçüde de öyle oldu denilebilir. Venüs'ün Çiçek Sepeti dolayısıyla terapi ve sinema; terapi mesleğini, hastalarını, kuramlarını ve açıklamalarını sinema endüstrisinin nasıl ele aldığının ve bu mesleğe ilişkin "halkın fantezilerini bazen harikalar yaratarak, ama daha çok da 'düş kırıklığına' uğratacak biçimde kendi kar arayışı ile birleştirerek nasıl bir meleze dönüştüremediğinin (tersinden soyut gerçek) bir özetini sunmaya çalışıyor"[3]. Başka hiçbir eşleşmenin psikiyatri/terapi ve sinema kadar güçlü görünmediğini belirtmeden geçemeyeceğim. Çünkü ikisi de alışılmadık ölçüde aynı konuyu paylaşmaktadırlar. Sinema da, terapi de insan düşüncesini, duygularını, davranışlarını ve hepsinden önemlisi, insan dürtülerini odak noktası olarak alır. Ortak konularının izini sürerken, sinema ve terapi sık sık kesişir. Hugo Münsterberg'in 1916 klasiği, Sinema: Psikolojik bir inceleme (The Film: A Psychological Study) adlı yapıtında yazar ana fikir olarak der ki: hareket eden fotoğraflar insanın öyküsünü, dış dünyanın örneğin mekan, zaman ve neden-sonuç ilişkileri gibi biçimlerine üstünlük sağlayarak ve olayları örneğin dikkat, bellek, düş gücü ve duygu gibi iç dünya biçimlerine uydurarak anlatır. 10 yıl sonra, "Pandora'nın Kutusu" (Secret of a Soul) adlı 1926 yılı yapımı filmde psikanalist Hans Sachs; "Sinema sanatı, küçük bir rastlantısal aksiyon üzerinde ifade edilemeyeni yer değiştirmeler yoluyla ifade ederek…insanoğlunu bilinçli bir farkına varma noktasına doğru götürmenin yeni bir yolu gibi gözükmektedir." diye ekler. Son yıllarda, dilbilim ve psikanalitik yöntemleri birleştiren göstergebilimciler, popüler filmlerdeki gizli iletileri açığa çıkarma çabalarında başı çekmişlerdir. Fransız film yapımcısı Jean-Luc Godard'ın bir yorumuna göre "sinema ne sanattır ne de hayatın kendisi; ikisinin

---

[1].Alim Şerif Onaran, Sinemaya Giriş, Filiz Kitabevi, İstanbul, 1986, sayfa 13-15

[2].O. Glen Gabbard, Krin Gabbard; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar: Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001, sayfa 4-21

[3] .Sigmund Freud, The Interpretation of Dreams, s.277-8,, ZİZEK, S., Yamuk Bakmak, Hazırlayan. Tuncay birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 76-79

ortasında bir şeydir". İlk gerçeküstü film yapımcıları sinemayı, 1931'de, *Traumfabrik* ya da "*düş fabrikası*" olarak tanımlamışlardır.

Günümüze yaklaştıkça, sinema sanatının psikanalitik eğilimli öğrencileri, sinema diliyle Freud'un rüyalarımızın işleyişi üzerine yorumları arasında inandırıcı bağlantılar kurmuşlardır (Metz 1982). Sıradan Amerikan filmlerinden 2.Dünya Savaşı'na, uzay keşiflerine, hatta beyzbola bile içeriden bir insanın görüşünü yansıtmak için yüz dakikalık ortalama zaman nadiren ayrılmıştır. "Bu alanın psikoterapinin çok yönlü, sürekli olarak evrim geçiren meselelerine dengeli iç görüler sunmasını beklemek eksik olur; böyle bir işi yapmaya kalkışan filmler de izleyiciyi bunaltır"[4]. Film yapımcıları ve izleyicileri, insanı zorlayıcı, teselli edici ya da cinsel dürtüleri uyarıcı eğlence türüyle kuşkusuz daha çok ilgilidirler; bu da onların haksız yere olsa da çoğu zaman "kaçışı körükleyici" diye nitelendirilmesine yol açmaktadır.

Bu nedenle, terapi/psikiyatri, sinemanın, daha önemli amaçlarıyla büyük ölçüde tutarsız birçok başka amaç uğruna düzenli bir şekilde *sömürülmüştür*.

Psikolojiyi filmlere uygulamak, Harvardlı psikolog Hugo Münsterberg'in 1916'da yayımladığı "hareketli fotoğrafın" ruhun asal hallerini geleneksel anlatı biçimlerinden daha başarılı bir şekilde işleyebileceği üzerine düşüncelerinden bu yana kanıksanmış bir izlek olmuştur. "Diğer bir yandan, günümüzde her yanda bol miktarda imge var. daha önce hiç bu kadar çok şey incelip seyredilmemişti. Her an, gezegenin veya ayın öte yüzünde nesnelerin nasıl göründüğüne bir göz atabiliyoruz. Görüntüler şimşek hızıyla kaydedilip aktarılıyor. Ancak bununla bir şey masum bir biçimde değişti. Eskiden görüntüler elle tutulur gövdelere ait olduklarından bunlara fiziksel görüntü derdik. Şimdi her şey uçucu"[5].

---

[4].O. Glen Gabbard, Krin Gabbard; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar: Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001, sayfa 4-21

[5]. John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim 1998

“Teknolojik yenilikler görüneni varolandan ayırmayı kolaylaştırdı. Görünümler kırılmalara dönüştü; birer serap gibi! İnsanlar eskiden olmadığı kadar, kendi varoluşlarına ve acılarına tek başlarına zamanın ve evrenin uçsuz bucaksız arenasında bir yer bulmaya çalışıyorlar”[6].

Rüya düşünceleri, biz onları öğrenir öğrenmez, hemen anlaşılırlar. Öte yandan rüya içeriği, karakterlerinin tek tek rüya-düşüncelerinin diline çevrilmesi gereken bir resim yazıyla ifade edilir adeta. Bu karakterleri simgesel ilişkilere göre değil de resimsel değerlerine göre okursak, yanılacağımız açıktır. Önümde resimli bir bulmaca olduğunu varsayalım, bu bulmacada çatısında bir tekne olan bir ev, alfabenin bir harfi ve kafası olmayan koşan bir adam figürü resmedilsin. Şimdi yanılıp itirazlarda bulunabilir ve bir bütün olarak resmin ve onu oluşturan parçaların saçma olduğunu ilan edebiliriz. Bir teknenin evin çatısında işi olamaz, kafasız bir adam da koşamaz. Üstelik adam evden büyüktür ve eğer bütün resmin amacı bir manzarayı temsil etmekse, alfabenin harflerinin burada yeri yoktur zira doğada böyle nesnelere rastlanmaz. Ama resimli bulmacaya dair doğru bir yargıyı, ancak bütün kompozisyona ve parçalarına yönelik bu tür eleştirileri bir kenara koyup, bunun yerine tek tek her bir unsurun yerine söz konusu unsurun şu ya da bu şekilde temsil ediyor olabileceği bir hece ya da sözcüğü koyarak oluşturabiliriz. Bu şekilde bir araya getirilen sözcükler artık saçma olmak şöyle dursun, müthiş güzel ve anlamlı şiirsel bir cümle oluşturabilirler. “Bir rüya bu tür bir resimli bulmacadır ve rüya yorumu alanındaki seleflerimiz resimli bulmacaya resimsel bir kompozisyon muamelesi yapma hatasını işlemişlerdir,bu yüzden de rüya onlara saçma ve değersiz görünmüştür”[7].

Venüs”ün Çiçek Sepeti filminin ele aldığı durumun *mesafesi* ve *saçmalaması* bu iddia nedeniyledir. Yaşanmakta olan “yas tablosunu” yatıştıran bir mesafeyi oldukça dengeli bir biçimde sunmuştur film.

---

[6].John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim 1998, sayfa 22-24

[7].Sigmund Freud, The Interpretation of Dreams, s.277-8,, ZİZEK, S., Yamuk Bakmak, Hazırlayan. Tuncay birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004, sayfa 76-79.

Doğru bir mesafeden, kişisel bulmacayı tamamlayan kompozisyon, rüya temelinde ele alınarak değerlendirilirse, anlamını ele verir Venüs'ün Çiçek Sepeti.

Bir resim cansızsa, bunun nedeni ressamın modeline bir işbirliğinin başlaması için yeteri kadar yaklaşmaya cesaret edememesidir. Bu durumda ressam kopyalama mesafesinde kalmıştır. Ya da günümüz gibi dönemlerde, sanat-tarihsel bir mesafede kalmıştır ve modelinin haberi olmadan üslup oyunları oynamaktadır. Yaklaşmak; geleneği, şöhreti, mantığı, hiyerarşileri ve benliği unutmaktır. Abuk subuk olmayı, hatta çıldırmayı göze almaktır aynı zamanda. Çünkü ressamın modeline fazla yaklaşması sırasında işbirliği bir anda bozulabilir ve ressam modelin içinde eriyip kaybolabilir. Ya da hayvan ressamı yiyebilir ya da ezebilir. "*Her sahici resim bir işbirliğini gösterir*"[8].

Venüs'ün Çiçek Sepeti mesafesini, *çıldırmayı* göze alarak, terapinin hedefine ve elbette 'analizanın' duygularıyla yaklaşan bir filmdir.

Fırça, der 17. Yüzyılda yaşamış büyük Çinli manzara ressamı Shitao, "nesneleri kaostan kurtarmak içindir". Sinema art-terapi içinde aynı görevi üstlenir: gerçeği yeniden üreterek analizanı kaostan kurtarır.

"Ta 1907'de Lichtwark, '' *Çağımızda bir insanın kendi fotoğrafı, en yakın akrabalarının ve dostlarının fotoğrafları, sevgilisinin fotoğrafı kadar yakın ilgiyle bakılan hiçbir sanat yapıtı yoktur*,'' diye yazmış ve böylece sorunu, estetik farklılıklar alanından toplumsal işlev alanına çekmiştir. Gelinen bu verimli nokta daha ileriye ancak şimdi götürülebilir"[9].

---

[8].John Berger, Görünüre Dair Küçük Bir Teoriye Doğru Adımlar, Defter Dergisi, sayı:34, yaz/ekim, sayfa 31-33.
[9].Walter Benjamin, Fotoğrafın Kısa Tarihi, 1931/BERGER, John, O Ana Adanmış, Metis Yayınları, Ekim 1998, sayfa 96-121.

Terapi ve Sinema bağlamında fotoğraf imgeleri ve akmakta olan hareketli fotoğrafların yanyana gösterilmesi Venüs"ün Çiçek Sepeti filminin terapatik yönünün vurgulanmasını hedefler. Sinema terapi içinde yeniden üretilen "gerçek" durumuna dönmeye çalışmaktadır bu filmde.

"*Tüm tedavi biçimleri insanın daha kaliteli, daha çekilebilir bir yaşam sürdürebilmesi içindir*"[10]. Bu gerçeği bir an bile unutmamak gerekir. Konservatif tıbbın egemenliğinde sürdürülen terapilerle beraber ve paralel, sürdürülebilir alternatif tıp anlayışlarının da sağaltım içinde gitgide yeri belirginleşmektedir. Venüs'ün Çiçek Sepeti, Nöro psikanaliz bağlamında biyolojik gerçekleri inkar etmeden sürdürülebilir bir art terapi metodu geliştirme çabalarının bir ürünüdür. Bu anlamda ele alınması ve değerlendirilmesi gerekmektedir. Sinema tarihinin gelecekteki biyolojik analitik nörolojik gelişmeler sonucu, algı/anlam/sinir sistemi temelinde daha çok bu yönünün ortaya konacağı bir süreci, belki de yeni bir sinema *türünü* de işaret etmektedir Venüs'ün Çiçek Sepeti filmi. Ya da kimbilir terapatik bir temel ile bizi bekliyor ve içine çağırıyor, gerçeklerin aynasında...

---

[10].Orhan Öztürk, Psikiyatri Temel Kitabı, Nobel Yayınevi, 1996, sayfa 20

I.Terapi Konusuna Girerken Temel Kavramlar

İnsan davranışlarının altında yatan temel nedenleri bulmaya çalışan bilimsel çabaya "Psikoloji" denir. İnsanların ve diğer hayvanların davranışlarını ölçmeye, açıklamaya çalışan bir bilim dalıdır. Bireyin davranışlarını irdeler ve anlamaya çalışır. Tıbbın çeşitli dallarına oranla genç bir bilim dalı sayılır. Gerçekte ise, o da en az öbür dallar kadar eski ve uzun bir geçmişe sahiptir. Hatta belki de ilk insanın var olmasından bile önce, daha ilk insan taslakları kendi toplum ve davranış özelliklerini geliştirdikleri sırada bile, o toplumlardaki kimi 'akil' bireyler öbür ırkdaşlarına psikolojik tedavi uygulamışlardır, diyebiliriz.

Tıbbın öbür dallarında, örneğin cerrahide olduğu gibi, eski çağlardan bu yana, yeni bilgi ve buluşların, yeni teknolojik olanakların uç uca eklenmesiyle oluşan bir düz çizgi üzerinde olmamış, zikzaklar, sıçramalar, keskin dönüşlerle ve 'insanlığın çağdaş anlayış ve görüşleri'nin etkisi altında, birbirlerinden temelden farklı yollarda ilerlemiştir. Bu 'çağdaş anlayış ve görüşler' insanlığın temel yönelişlerini yansıttığından, tıpkı onlar gibi yineleyen geri dönüşlerle birkaç temel felsefi, ideolojik ve metodolojik çizgiyi izler psikoloji. Her 'yeni' yol da kendinden önce aynı rotadan geçmiş olan felsefi ve metodolojik-teknik yönelişleri kendi desteğine alabilmek, onları kanıt olarak kullanmak, aynı zamanda da kendisinin tümden yeni, yepyeni olduğunu göstermek çabasındadır. Bu yüzdendir ki psikolojide 'tarih' yalnızca tatlı bir öykü değil, aynı zamanda sanatın ve bilimin kendi kendileriyle ve kendi yöntemleriyle bir hesaplaşmasıdır"[11].

---

[11].Ali N.Babaoğlu, Psikiyatri Tarihi, Okuyanus Yayınevi, 2005, s.4-28.

Psikoloji historiografisi birkaç aşama geçirmiştir. İlk bilimsel disiplinleşme çabaları sırasında, 18. Yüzyılın son günleri ve 19. Yüzyıl başında psikoloji, hümanist açıdan ve hümanist felsefeye göre ele alınmaktaydı. Daha sonra organik bilgi ve bulgular arttıkça, kişilerin kapalı kurumlarda tutularak gözlenmeleri ve tedavileri, böylece toplumdan uzaklaştırılmaları yeniden yeğlenen bir görüş haline gelir. O zamanki devlet ve toplum ideolojileri de bunu desteklediğinden hümanist dönemi kötüleyen bir tarih ortaya çıkar. 20. Yüzyıl başlarındaysa dinamik, interpersonel ve davranışçı görüşlerin yayılmasıyla ve toplumların demokrasi çabaları ve insan temelli ideolojiler de buna uygun düştüğünden, bu görüşlerin antik öncüllerini yücelten, kutsayan bir tarih bilgisi öne çıktı. O eski klinik deneyimlerin unutulmuş kayıtları vs. öne çıktı. Şimdiyse, son birkaç on yıl içinde, psikoloji tarihinin çeşitli açılar ve disiplinlerce ele alındığı, bu alanın günün egemen görüş ve ideolojilerden arındırıldığı ayrı bir interdisipliner araştırma ve inceleme alanı haline geldiği görülmektedir.

Psikolojideki kuramsal kavramlar; felsefe, sosyoloji, antropoloji alanları, mitoloji, estetik, inançlar ve dinler tarihi, ahlak felsefeleri vs. ile örülerek yalnızca tıp alanının değil, düşünce ve kültür tarihinin de önemli bir kaynak alanını oluşturmaktadır.

“İnsanoğlunun ruhsal dünyayı algılayabilmesi, her şeyden önce kendini ve ruhunu kavrayıp algılayabilmesine bağlıdır.İlgi alanına giren sorunların en büyük bölümü de doğa ve insan çevremizle kurduğumuz ilişkilerdeki uyumsuzluk ve uygunsuzluklardan kaynaklandığı görülmektedir”[12]. Çünkü homo sapiens oldukça dar bir biyotop içinde, diğer türdeşleriyle birlikte yaşar ve gerek bu biyotopla, gerekse bu biyotopu paylaştığı öbür canlılar ve kendi türünden

---

[12].Ali N.Babaoğlu, Psikiyatri Tarihi, Okuyanus Yayınevi, 2005, s.4-28

bireylerle sürekli bir ilişki ve karşılıklı etkileşim içindedir. Bu etkileşimin kendi yaşam ve gelişimiyle her zaman uyum ve uygunluk içinde olması söz konusu değildir. O halde kimi etkilerden yararlanacak kimi etkilerden de zarar görecektir. Kimi etkilere kendini uyduracak, bu uyum sırasında değişecek, bu kez de bu değişimden ötürü eski uyumunda bozulmalar ve değişimler olacaktır. Her değişim sırasında kendisi zorlanacak, bu yüzden hoş olmayan, acı veren duygular alacak, sıkılacaktır. Kimi etkilere ise uyum yapamayacak bu yüzden biçimsel bozulmalara uğrayacak, gene sıkıntı ve acı çekecektir.

Sonuç olarak bütün etkilerle homeostasisinde olumlu ya da olumsuz yönde bir dizi değişiklikler olacaktır. Kendini özgün bir canlı ve başkalarından farklı olarak algılayan homo sapiens bireyinin kendi kendisini algılama sürecinde bu etkilerin ve etkileşimlerin çok büyük rolü olacağı apaçıktır.

“Denilebilir ki insanoğlunun kendi ruhunun ve aklının ayrımına varabilmesinde, bunlardaki aksaklıklar ve aksamalar en önemli etken olmuştur. O zaman er geç bu bozukluk ve aksamaların, zorlanmaların hissedilmesinden başlayarak, bunlara karşı aktif önlemler aranması ve alınması doğaldır. İnsanoğlu da böyle yapmış ve daha en başından beri kendisiyle bir psikolog gibi ilgilenmeye başlamıştır”[13].

Psikoloji bugün hayatın her alanında kendini hissettiren bir bilim dalıdır. Reklamlardan, zayıflama rejimlerine, personel seçiminden, iş verimliliğine ve modern yönetim ilkelerinin işletmelerde uygulanmasına kadar geniş bir alana yayılmıştır.

---

[13].Ali Babaoğlu, Okyanus Yayınevi, 2005, s.4-28.

“Bireyin psikoloji biliminin temel kavramlarını bilmesi, kendi davranışlarının nedenlerini daha iyi anlamasını sağlar. Ayrıca toplum olarak daha sağlıklı ve demokratik bir düzen oluşumuna katkıda bulunur”[14].

1.1. Modern psikolojinin belli başlı yaklaşım biçimleri şunlardır;

1.1.1Nörobiyolojik yaklaşım

Beynin işleyişiyle bireyin davranışı ve yaşantısı arasında bir ilişki olduğunu ve dolayısıyla vücudumuzdaki nörobiyokimyasal süreçlerin incelenmesi yoluyla davranışlarımızı açıklar. Beyin kabuğu da denilen kortex’in entellektüel faaliyetler ve saldırganlığın kontrol edilmesinde etkin olduğu bilinmektedir. Kişinin salgı bezlerinin de davranışa etkileri hatırlanmalıdır.

1.1.2.Davranışsal yaklaşım

Behavioral yaklaşım da denir. Uyarıcı davranış olarak da tanımlanır. Bireyin gözlenebilen ve dolayısıyla ölçülebilen davranışları incelemeyi savunur. Nesneldir. Amacı çevredeki uyarıcı koşullarla, ortaya çıkan davranış arasındaki ilişkiyi incelemektir. Örneğin öğrenme süreci, çevredeki ödüllendirme koşullarıyla açıklanabilir. Psikoloji biliminin gelişiminde önemli bir basamaktır. Ancak yetersizdir.

1.1.3.Bilişsel yaklaşım

Cognitive yaklaşım da denilir. İnsanı edilgen bir yaratık olarak değil, algılayan, uyarıcıları işleyen, anlamlandıran etken bir sistem olarak görürler. Onlara göre, insanı diğer canlılardan ayıran en önemli özellik, insanın gelen uyarıcıları işleyebilme, anlamlandırabilme yeteneğidir. Bu; algılama-bellek ve düşünme gibi zihinsel süreçlerini içerir. 1960lardan itibaren ortaya çıkmıştır.

[14].Engin Geçtan, İnsan Olmak, Metis Yayınları, Nisan 2003, sayfa 9-30.

Organizmanın içinde yer alan bilişsel süreçlerin türü ve yapısıyla, gözlenebilen davranışların türü ve özellikleri arasındaki ilişkiyi araştırır. Deneysel yöntemler kullanmaya özen gösterir.

1.1.4.Psikoanalitik yaklaşım

Kurucusu Sigmund Freud'dur. Psikoanalitik yaklaşım her bireyin kendi geçmişini inceleyen 'vaka çalışmaları' yöntemini kullanır. Bilinç-bilinçaltı gibi alanları tanımlamıştır. Freud'a göre insanoğlunun doğuştan getirdiği 2 temel kuvvetli eğilim vardır; cinsellik ve saldırganlık. İnsanlar ve hayvanlar arasında bu açıdan herhangi bir farklılık görmez.

1.1.5.Fenomenolojik yaklaşım

fenomen kendini ve dış dünyayı kendine özgü bir biçimde algılayan kişinin 'öznel yaşantısına' verilen isimdir. Fenomenolojik yaklaşım da bireyin davranışlarını anlayabilmek için, onun kendine özgü algılayışını ve yaşantısını bilmemiz gerektiğini savunur. Bireyin öznel yaşantısına önem verir. Onun dışında başka hiçbir veri tanımaz. Deneysel yöntem sınırlıdır bu görüşe göre. İnsanı anlayabilmek için, onun yaşantısında neyin anlamlı olduğunu, neyi gerçekleştirmeye çalıştığını, bir başka deyişle onun fenomenini anlamamız gerekir.uzun zaman alır ama görevini tamamlar. Burada edebiyat ve güzel sanatların her dalını insan doğasını anlamada bir fenomen alanı olarak kullanmak mümkündür.

1.2. Psikolojinin Alanları

deneysel psikoloji: belirli bir davranışı etkileyen çevre koşullarını ve uyarıcıları ayrıntılı bir biçimde tanımlayıp ölçerek, uyarıcının hangi davranışı, nasıl ve ne derecede etkilediğini bulmayı amaçlar.

fizyolojik psikoloji: biyolojik süreçlerle davranış arasındaki ilişkiyi inceler. Beynin hangi bölgesi konuşma davranışını denetler? gibi.

Gelişimsel psikoloji: developmental psikoloji, bireyin kronolojik yaşıyla onun davranışının türü arasındaki ilişkiyi inceler.

Kişilik psikolojisi: personality psikoloji, bireylerin kendine özgü davranış, düşünce, duygu biçimleriyle ilgilenir.

Sosyal psikoloji: bireylerin birbirleriyle etkileşimini inceler. Sosyal normlar, kişisel çekicilik, uyma-itaat, ikna etme-edilme gibi tutumlarla ilgilenir.

Bilişsel psikoloji: bellek nedir sorusunu inceler. Algılama-düşünme-hatırlama-unutma-problem çözme vb. İle ilgilenir.

Klinik ve danışmanlık psikolojisi: bireye duygusal-düşünsel ve davranışsal düzeyde yardımcı olur. Kişinin çevresiyle daha uyumlu ilişki kurmasına yardımcı olur.

Okul ve eğitim psikolojisi: hangi konu kime ve nasıl öğretilmelidir? sorusuyla ilgilenir.

Endüstriyel psikoloji: belirli bir işe en uygun kişiyi veya belirli bir kişiye en uygun işi seçmeyle ilgilenir. Hem araştırmayla hem de uygulamayla ilgilenir.

Yeni gelişen psikoloji alanları:

Adalet psikolojisi-forensic psychology- yasaların hem yapımı hem de uygulanmasıyla ilgilenir.

Çevre psikolojisi-ecological psychology- bireyin veya grubun davranışını etkileyen çevresel değişkenleri inceler. Renk,mekanın boyutları,ısı,ışık vs.

Sağlık psikolojisi-health psychology- insanı biopsikososyal bir bütün olarak ele alan bir tıp anlayışını benimser ve kişinin tam bir iyilik halini inceler.

Spor psikolojisi, sportif etkinliğin bireyi etkileyen tüm yönlerini inceler- kişilik, grup davranışı, ilke gelişimi, iradenin rolü vs.

2. Sağaltım Olarak Psikoterapi

Psikoterapi nedir? Bilimsel bir aktivite yürütebilmek için ilgili bilim dalının kullanacağı bir teknik dil lazımdır. Belirli disiplinlerde ve alt disiplinlerde bilim adamlarının birbirlerini anlayabilmesi için belirli kelimelere standart bir anlam yüklenmesi gerekir. Bilimsel aktivitenin temel şartı bir kavramın bilinen teknik anlamında kullanılmasıdır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde psikiyatrinin de kendine ait teknik kavramları mevcuttur. Bilimsel aktivite bu teknik kavramlar sayesinde yürütülür, çalışmalar yapılır, tartışılır ve yorumlanır. Belirli bir kavrama farklı anlamlar yüklenirse bunun sonucunda kaos ve karmaşa çıkar.

Psikiyatri genç bir bilim dalı olarak bu kavramlaşma sürecini henüz tamamlamamıştır.

2.1.1. Psikoterapinin Sözlük Anlamı

Psikoterapinin sözlük anlamı, ruhsal yolla tedavi etmek şeklinde tanımlanabilir. Batı dillerinde kullanılan psikoterapi terimini İngilizcesi olan “psychotherapy” kelimesinden hareketle izah edersek, bu terimin iki kelimeden oluştuğunu görürüz. Buradaki “psycho” kelimesi “psyche’ anlamına olup can ve ruh manasınadır. “Kelimenin kökeni Grekçe de yine can, nefs ve ruh anlamlarına gelen, psukhē olup nefes almak anlamına gelen “psukhein XE "psukhein" ” fiilinden türemiştir. Kelime Latinceye “psȳchē (psişe)” olarak geçmiştir. Terapi kelimesi de (İngilizce Therapy) bir hastalık ya da bozukluğun tedavisi demek olup, kelimenin kökeni Grekçe “tıbbi olarak tedavi etmek” anlamına gelen “threapeuein” fiilinden türeyen “therapeia” kelimesidir. Bu iki kelimenin birleşmesinden meydana gelen psikoterapi (psychotherapy) teriminin sözlük anlamı ruhsal tedavi demektir. Burada ruhsal tedaviden kasıt psişik hastalıkların ilaç ve cerrahi yöntemler kullanılmadan tedavi edilmeye çalışılması anlamına gelmektedir.

2.1.2. Psikiyatrinin Teknik Anlamı

Yukarıda verilen açıklamalarla birlikte psikiyatrinin, bilim dilinde ortak olarak uzlaşılmış bir anlamı mevcut değildir. Psikoterapiye verilen anlamlar çok geniş bir yelpazeye yayılmaktadır. Bunlar, hasta ile hekim arasındaki her konuşmayı bir psikoterapi olacak şekilde yorumlayarak psikoterapiyi en geniş anlamıyla alan eğilimlerden belirli ruhsal hastalıkları, belirli tedavi teknik ve stratejileriyle, belirli şartlarda uygulamayı standardize etmiş olup, terimi dar anlamıyla kullanan eğilimlere kadar bir dağılım göstermektedir. Bu durumda karşımıza, müphem ve çerçevesi çizilmemiş bir terim çıkmaktadır. Bazı bilim adamlarına göre, her hekimin her hastasına uyguladığı yaklaşım özel bir psikoterapi iken; bazılarına göre ise ancak çok katı kuralların uygulandığı standardize edilmiş programlar psikoterapidir. Psikoterapi teknik bir bilimsel terim olarak ele alınacaksa mutlaka çerçevesi belirlenmeli, programı yapılandırılmalı ve evrensel uygulanabilirliği standardize edilmelidir. Eğer psikoterapiden kastedilen şey; hastanın medikal ve cerrahi tedavi yöntemler dışındaki her yöntemle kendini iyi hissetme hali ise bu çok geniş bir alanı kapsamaktadır.

Bu bağlamda öğretmenin öğrencilere verdiği bilgilendirme, telkin, ikna, modelleme; din adamının cemaatinde uyguladığı benzer uygulamalar, ebeveynin evladına gösterdiği yaklaşımlar, şamanın halkına verdiği tılsımlı ve gizemli bilgi ve malzemeler sonuçta bir etki yaratmaktadır. Bunların hepsine de psiko-terapötik etki demek mümkündür. Bir şeyin etkili olması farklı bir şey; bilimsel olması ise farklı bir şeydir. Bu etkiyi yaratan faktörlerin neler olduğu, etkin tarafın konumu, tavrı, hareketi, statüsü ve mistik gücü gibi faktörler mi yoksa kullanılan malzemenin (konuşma, söz, tılsım, muska, büyü vs.) içeriği veya edilgen tarafın iç dünyasında hazırladığı şablonlar mı olduğu konusu tamamen ayrı bir araştırma konusudur.

2.1.3. Bir Disiplin Olarak Psikoterapi

Biz burada çeşitli insan ve kurumların, çeşitli yöntem ve araçlarla yarattığı etkinin nasıl, kime, nerede ve ne zaman etki ettiğini araştırmanın ayrı bir konu olduğunu; bilimsel bir disiplin olarak psikoterapinin çerçevesinin, aracının, hedefinin, etki alanının ve sınırlarının ne olduğunun belirlenmesinin de ayrı bir konu olduğunu belirtmek istiyorum. Birinci bağlamdaki psiko-terapötik etkiyi başka bir yerde incelemek üzere bir tarafa bırakırken, temel konumuz olan psikoterapiye dönmek istiyorum. Başlangıçta çok muğlâk ve çerçevesi çizilmemiş olan bu kelimenin psiko-terapötik etki yaratan tıp dışı faktörleri bir kenara bıraktığımızda muğlâklığının büyük ölçüde azaldığını görüyoruz. Burada kastettiğimiz psikoterapi, hekimle hasta arasında ilişki bağlamında değerlendirilir. Bunun dışındaki yaklaşımların hiçbiri psikoterapi kelimesiyle ilişkilendirilemez. Hastayla hekimin arasındaki ilaca ve cerrahi müdahaleye başvurmadan yapılan ve hastalığı olumlu yönde etkileyen yaklaşımların tümü psikoterapi midir? Tıp bilimi, dâhili ve cerrahi hastalıklar olmak üzere iki ana grupta kümelenmiş onlarca alt disiplini barındıran ve hastalarını medikal ve cerrahi yöntemlerle tedavi eden birçok bilim dalını içerir. Ruhla bedenin iç içe geçtiği, bedensel rahatsızlıkların ruhu etkilediği; ruhsal rahatsızlıkların bedeni bozduğu bir sistem içerisinde hekimlerin hasta ile kurdukları her türlü iletişim pozitif veya negatif bir etki yaratabilir. Bu etkilerin pozitif olanlarına psikoterapi demek mümkün müdür?

Psikoterapi, hastalığı belirli bir psiko-patolojik anlayış içerisinde, belirli bir kavram dizinine oturtarak ve yapılandırılmış bir program içerisinde tedavi etmek amacıyla planlı bir şekilde yürütülen uygulamalardır. Peki, böyle bir uygulama var mıdır? Evrensel olarak kabul edilmiş, standardize edilmiş tek bir psiko-patolojik anlayışa dayanan böyle bir psikoterapiden bahsetmek henüz zor görünmektedir. O halde psikoterapi ya da psikiyatri bir bilim değil midir? Tek bir psikoterapiden bahsetmek de cüretkârlıktır. Tıbbın en kesin en net olarak bildiğimiz hastalıklarında dahi tedavi

yaklaşımları, stratejileri ve uygulamaları açısından geniş bir yelpaze söz konusudur. Hatta bu yelpazenin uçları birbirine zıt noktalara kadar gidebilmektedir. Henüz

psikiyatrik bozuklukların birçoğu hastalık olarak dahi tanımlanmamışken bunların tedavilerinde standardize edilmiş ve evrensel olarak uygulanabilir bir programın çıkması imkânsıza yakındır veya çok zordur.

"Her bilim dalında evrensel gerçekliğin bir alanını deşifre etme çalışmaları yoğun bir şekilde sürmektedir. Evreni bir yap-boz 'a benzetirsek yap-boz'un parçaları yavaş yavaş birleşerek görüntü ortaya çıkmaktadır. Bu gayretlere bilimsel çalışmalar diyebiliriz"[15]. Bir yap-boz parçasının yapısını devasa bir kütleye benzetirsek ve bu yap-boz'un içindeki küçük bir yap-boz parçasının devasa bir yapı olduğunu, o yap-boz parçasının içinde de küçük yap-boz parçacıklarının olduğunu varsayalım. Burada tıp, büyük bir yap-boz iken bilim dalları bu yap-boz'un parçalarıdır. Bunlardan biri olan psikiyatri insanı anlamanın çözmenin bir yolu olan tıp yap-boz'u içindeki yerini alırken bu psikiyatri yap-boz parçasının içindeki hastalıklar, bozukluklar ve tedaviler bu yap-boz'un sınırlarını netleştirmektedirler. Bunların bazısı net ve açık, bazısı sisli, bazısı değişken ve bazı parçalar da eksiktir. İşte bu parçaları anlamlandırabilmek için hipotezler ve teoriler gündeme getirilmektedir. Bunlar sınandıkça ve test edildikçe doğru olanlar kalmakta, yanlış olanlar dışlanmaktadır. Böylece her gün yeni bir yap-boz parçacığı ana yap-bozdaki yerini almaktadır. Psikiyatri içerisinde psikoterapi de sınırları zaman zaman muğlâk, zaman zaman belirsiz, zaman zaman değişken bir yap-boz parçasıdır. Ama yap-boz her gün daha netleşmekte, daha bütünleşmekte ve parçalar bütünleştikçe karşımıza yeni bir resim çıkmaktadır. Biz burada bu resmin oluşum çizgilerini görmeye çalışıp tepeden bakarak bütünü yakalamaya gayret edeceğiz. Gerçeğin parça parça ortaya konduğu bilimsel aktiviteleri olabildiğince kuşatarak, notaların yanında besteyi okumaya çalışacağız.

---

[15].Orhan Öztürk, Temel Psikiyatri Kitabı, Nobel Yayınevi, 1989, s:16-19.

2.1.4.Psikoterapi Türleri

Psikoterapi iki kişi arasında geçen sıradan bir sohbet değildir. Psikoterapi insanı izah eden, insanın gelişimini açıklayan felsefi ve bilimsel bir arka plana, bir insan modeline dayalı bir sistemi kabul ettikten sonra bu sistemden belirli nedenlerle sapma gösteren yapıların belirli stratejilerle düzeltilmesini amaçlayan bir bilimsel disiplindir. Peki, bu psikoterapi tek bir yöntem midir? Hayır. Bugün
dünyada sekiz yüzün üzerinde psiko-terapötik teknik uygulandığı iddia edilmektedir. Bunların çoğunu biz de bilmemekteyiz. Ama bunları ana başlıklar altında incelersek bunların dört ana kümede toplandığını görürüz:

Bunlar:

1- Kaynağını Pavlov ’un hayvanlar üzerinde yapmış olduğu çalışmalardan alan ve koşullu şartlanmayı temel kabul eden *Davranışçı Psikoterapi* tekniği.

2- İnsanı hayvandan ayıran temel yapının düşünce olduğunu iddia eden ve algılama farklılığı üzerinde duran *Bilişsel Psikoterapiler*.

3- İnsanın problemlerini kesitsel olarak almayıp geçmişle bütünleştirerek, geçmişin ana şablonlarının bugünkü izdüşümleri yarattığına inanan *Dinamik Psikoterapiler.*

4- İnsanın en temel varlık nedenlerini irdeleyen ve cevap bulunamayan sorularla ilintili olarak insanın kriz yaşadığını iddia eden *Varoluşçu Psikoterapiler*.

Buna göre ilk psikoterapi çalışmaları davranışı ele alan davranışçı psikoterapi teknikleridir. Davranışçı psikoterapi insanı mutsuz ve huzursuz eden, sıkıntıya neden olan davranışları düzeltmeyi amaçlayan psikoterapi tekniğidir. Bu teknik kişiye rahatsızlık veren belirli davranışları bir anlam çerçevesi içerisinde değerlendirmiş, standardize etmiş, nasıl geliştiğini anlatmış, bunu bilimsel çalışmalarla ispat etmiş ve bunların belirli tekniklerle değiştirilebileceğini kanıtlamış olan tedavi tekniğidir. Kaynağını daha çok Pavlov XE "Pavlov" ’un köpekler

üzerindeki deneylerinden almıştır. Hayvan deneylerinde, Pavlov, Torndike XE "Torndike" , Skinner ’in yaptığı hayvan davranışları model alınarak insan davranışları izah edilmiş ve davranışların oluşum sürecine bakılarak tedavi teknikleri geliştirilmiştir. Görüldüğü gibi burada bir insan anlayışı ve modeli vardır. Davranışlar laboratuarda test edilmiş, incelenmiş ve bunlara uygun tedavi yöntemleri geliştirilmiştir. İnsanı davranışçı ekolün bakış açısıyla izah etmek, insan yap-boz XE "yap-boz" ’unun bir parçasını açığa çıkarmaktır. Canlılar belirli etkilere maruz kalınca belirli tepkiler vermektedir. Belirli uyaranlar bazı uyarıcılarla eşleştirildiğinde benzer sonuçlara ulaşılmaktadır.

Pavlov ’un klasik koşullu refleks olarak isimlendirdiği bu davranışsal öğrenme modeli insanların da birçok davranışını izah etmektedir. Bunun detaylarıyla ilgili birçok çalışma yapılmış, uyaranların insan davranışlarında ne tür etki yarattığı, bunların nasıl oluştuğu, nasıl ortadan kalktığı ve nasıl tekrar aktive edildiği bilimsel çalışmalarla kanıtlanmıştır. Sosyal öğrenme ve modelleme teorileriyle ilgili bilgilerimiz geliştikçe insanların davranışlarını anlamamız ve izah etmemiz daha kolay olmaktadır. Bu model insanın iç dünyasına girmeden onu dıştan gözlemleyerek hareketlerin neden ve niçinlerini araştıran, tüm davranışları belirli kalıplarda izah etmeye çalışan ve daha çok bir öğrenme modeline dayanan bir yaklaşım tarzıdır.

İnsan, hayvana göre daha gelişmiş şartlı reflekslerden ibaret, daha komplike bir hayvan mıdır? Yoksa insan belirli uyarıcılara karşı belirli tepkileri verme mecburiyetinde olan, robota benzer bir hayvan mıdır? Ya da insan etrafında modellediği davranışları otomatik olarak yapmaya mahkûm, aciz bir organizma mıdır? İnsanın tüm varlığını şartlı refleksler ve sosyal öğrenme modeliyle izah etmek mümkün değildir. İnsanın bir takım davranışlarını bu kalıplara sokmak uygun iken birçok davranışın arkasında öğrenme ilkelerinin çok ötesinde bir takım karmaşık sistemler mevcuttur. Elli tane köpeği alıp bir laboratuara koyduğumuzu varsayalım. Her öğle yemeğinde yemekleri hayvanların önüne koyduğumuzda bir zili çalalım yemekle zil uyaranını eşleştirelim. Pavlov ’un yaptığı bu deneyi biz de uyguladığımızda bir süre sonra önüne yemek koymadığımız halde köpeklerin salyalarının aktığını hep birlikte hayretle tespit edeceğiz.

Aynı deneyi insanlara uyguladığımızı düşünelim. Elli insanı bir lokantaya koyup, her gün aynı saatte yemek verelim ve her yemek vakti zile basalım. Bir müddet sonra zili çaldığımızda ne tür tepkiler alacağız. Muhtemelen insanların bir kısmının salyası akacak. Bir kısmı bu şakaya sinirlenecek, bir kısmı ise küfredecek ve bir kısmı da camı çerçeveyi indirecektir. Bunun böyle olacağını ispat etmek için elli insanı böyle bir ortama sokmaya gerek yoktur. Çünkü bu her gün tezahür etmektedir. Büyük bir depreme maruz kalan insanlar aynı bölgede, aynı şartlarda, aynı depreme, yani aynı uyarana maruz kaldıkları halde o insanların aynı tepkilerde bulunması beklenirken hepsi farklı tepki vermektedir. Depreme maruz kalanların bir kısmı korku ve panik içine düşmekte, bir kısmı depresyona girmekte, bir kısmı öfkelenmekte; bir kısmının inanç ve değer yargıları değişmekte, dindar olanlar dinsiz, dinsiz olanlar dindar olabilmektedir. Bunun gibi farklı sonuçlar ortaya çıkabilmektedir. Uyaran aynı olduğunda tepkilerin aynı olması beklenirken farklı tepkiler ortaya çıkmaktadır. Burada davranışçı ekol çaresiz kalır. İnsanların davranışının ön plana çıktığı patolojik durumlarda, davranışçı terapi teknik ve stratejileri çok yararlı sonuçlar sağlamıştır. Özellikle fobilerin tedavisinde, yüzleştirme, cevap engelleme ve kaçınma, davranışı ortadan kaldırmaya yönelik davranışçı tedavi ilkeleri, taklit, modelleme, rol provası gibi diğer davranışçı tekniklerle birleştirilerek çok yararlı sonuçlar elde edilmiştir. Fobilerin bir grubunda (özellikle soysal öğrenme ve modellemeye göre öğrenilmiş fobilerde) davranışçı terapi teknikleri işe yararken daha karmaşık ve kompleks nedenlere dayalı fobilerde davranışçı terapi yetersiz kalmaktadır.

Bu durumda yap-bozun yeni parçalarını ortaya çıkarmak ve anlamlandırmak gerekmektedir. Bu kez karşımıza yeni bir teori ile bilişsel (kognitif) psikoterapi çıkmaktadır. Bunlar bir taraftan davranışçı sosyal öğrenme ve modellemeyi kabul ederken, diğer yandan insanın tüm davranışlarını izah etmek için bu yaklaşım tarzının yetersiz olduğunu ileri sürerler. Bilişsel ekol insanın bir hayvan olmadığını, hayvandan farklı olarak algılama araçlarıyla dışardan algı alan, bunu bilgi olarak değerlendiren, beyinde insan olmanın temel özelliği olan yorumlama kavramıyla algılanan bilgiye şekil veren ve bu bilgiyi yorumlayan, yoruma bağlı olarak da tepki gösteren bir varlık olduğuna inanmaktadırlar. Her şey beyindeki komuta kontrol bölgesindeki yorumlama merkezi tarafından idare edilmektedir. Beş duyu ile alınan

algılarımız özel, bireysel ve sübjektif filtre sistemlerinden geçirilerek merkeze alınmakta, merkeze alınan bu bilgiler orijinal yapılarının dışında bir anlama büründürülebilmekte ve bu anlamlandırmaya bağlı olarak da cevaplar üretilmektedir. Sistem basittir: girdi=> yorum=> çıktı.

Bu bağlamda her türlü dışsal algı, her türlü değişime tabi tutularak her türlü sonucu mümkün kılmaktadır. Burada tam bir kaos, karmaşa veya rölativite vardır. Bir telefon santralindeki sekreterin telefon hatlarını istediği hatta bağlayabilmesi gibi bir model çıkarılabilir. Fakat bilişsel ekol bu sistemin kaotik, kompleks ve rasgele çalışmadığını göstermiştir. Bilginin algılanmasından başlayarak, cevabın oluşmasına kadar geçen süredeki bilgi işleme sürecinin belirli bir model-yapıyla oluştuğunu bize göstermiştir. Eğer bir bilgi, yanlış bilgilendirmeye tabi tutulacaksa, değiştirilecekse, bozulacaksa ve yok sayılacaksa bunun için beynimiz özel yöntemler uygulamaktadır.

Mesela beyin, seçici algılama, abartma, küçümseme, bireyselleşme, genelleştirme, ya hep ya hiç tarzında düşünme veya keyfi çıkarsama gibi yöntemlerin birini veya birkaçını uygulamaktadır. İnsan beyninin bilgiyi nasıl işleme tabi tuttuğu ve nasıl yorumladığı ile ilgili üç katmandan oluşan bir izah getirilmektedir. Bunlar, bir Hindistan cevizi gibi üç katmandan oluşur. En dış katman, kabuk kısmı, patolojiye neden olan öğrenilmiş olumsuz düşünceler katmanıdır. Orta katman, kişinin temel kabulleri veya ayıltılarıdır. En alt katman ise çekirdek kısım veya Hindistan cevizinin öz suyunun bulunduğu yer, temel şemalardır. Bunu her insanın bir mevzuat hiyerarşisi olarak kabul edersek, tüzük ve yönetmelikleri olumsuz otomatik düşüncelere; kanunları, temel kabullere; ana yasa maddelerini de temel şemalara benzetebiliriz. Bu metaforik örneklerden yola çıkarak, Hindistan cevizinin dış kısmına ulaşmak kolaydır. Tüzük ve yönetmelikleri bir bakanın ve genel müdürün değiştirmesi mümkün olduğu gibi bu bağlamda olumsuz otomatik düşünceleri değiştirmek, düzeltmek, yakalamak, yüzeydeki bir alanda daha mümkündür. Bunların arkasındaki gizil ve görünmeyen temel kabulleri yakalayabilmek için Hindistan cevizinin kabuğunu geçerek orta katmanına ulaşmak lazımdır. Bu husus, olumsuz otomatik düşünceleri yakalamaktan

daha zor ve daha çok dikkat gerektirir. Bunları yakaladıktan sonra değiştirmek ise, tüzük ve yönetmeliklere göre yasaları değiştirmenin zorluğu gibidir. Temel kabullerin ve sayıtlıların üzerine bina edildiği temel şemaları yakalamak ve kavramak, Hindistan cevizinin öz suyuna ulaşmak kadar zordur. Temel şemalara ulaşıldığında ki bunlar bebekliğimizden ve çocukluğumuzdan getirdiğimiz ana kimlik ve kişilik iskeletleridir, bunları değiştirmek anayasanın maddelerini değiştirmek kadar güçtür.

Bilişsel insan anlayışı bu üçlü katmana bağlı olarak insanın bir kimlik geliştirdiğini, bir kendilik ve dünya algısının olduğunu, kendini ve dünyayı bu üçlü filtre sisteminden veya merceğinden geçirdikten sonra bir anlam yükleyerek kabul ettiğini ve buna bağlı olarak da tepki/cevap ortaya koyduğunu göstermektedir. Hastalıkların oluşum zincirinde bu yapıyı ortaya çıkarmak mümkündür. Yapının oluşum ve gelişim modelini bu şekilde izah edebiliyorsak, bunu değiştirmenin de mümkün olabileceğini varsayabiliriz. Bilişsel çarpıtmalarla, bu üçlü katmandaki hatalarla oluşmuş olan hastalıklar, bunlara göre uygun olarak geliştirilmiş olan bilişsel tedavi stratejileriyle düzeltilebilmektedir. Davranışsal tedavi tekniklerinin yetersiz kaldığı birçok durumda hastaya bilişsel tekniklerle yaklaşıldığında bilişsel psiko-terapötik tekniklerin olumlu sonuçlar doğurduğunu görmekteyiz.

Bu bilgilerin ışığında yap-bozun ikinci parçası da netleşmektedir. Notalar ortaya çıktıkça bestenin ahenkli melodileri de duyulmaya başlamaktadır. Fakat hastaların bir kısmı hala karşımızda direnmekte, davranışçı gayretler, bilişsel tekniklerle açığa çıkarılan otomatik olumsuz düşünceler, temel kabuller ve şemalar hasta tarafından garip bir şekilde bertaraf edilmekte, dışlanmakta ve kabul edilmemektedir. Hasta size iyileşmek için gelmekte, ancak verdiğiniz programları uygulamamakta, kısaca direnç göstermektedir. Direnç için bilişsel terapinin yapabileceği hiçbir şey yoktur. Çünkü direnç bilinçdışı dinamiklerle işleyen psiko-dinamik yapının temel bir kavramıdır. Hastayı ne kadar bilgilendirirseniz bilgilendirin, hastaya ne kadar bilişsel iç görü kazandırırsanız kazandırın, hasta çocukluk dönemindeki yaşantıladığı anne, baba, çocuk üçgenindeki temel yapıları bugünkü yaşantısında hep tekrarlamaktadır. Bu yapıyı bilişsel tekniklerin yöntemi doğrultusunda akılla, mantıkla ve bilgiyle

değiştirmek mümkün değildir. Bu yaşantılama tekrar sahneye konmalı, bir üst kalıp üzerinden geçilerek yeni bir biçime/kalıba dökülmelidir. Tedavi ancak o zaman mümkün olabilmektedir. İşte bu yeni tarz yaklaşıma psiko-dinamik yaklaşım modeli denmektedir.

Psikodinamik model kaynağını Sigmund Freud ’dan alarak bugüne kadar birçok değişim, gelişim ve farklılaşma göstermiş dahası geniş ve dinamik bir yelpazede birçok ekolün kurulmasına öncülük etmiştir. Bu model, insanı en geniş bir şekilde tanımlamaya çalışmakta, insanın ruhsal yapısının gelişim evrelerini ortaya koymakta, bu gelişim evrelerinde meydana gelebilecek zararlı etkilere bağlı olarak ortaya çıkabilecek hastalıklı sonuçlar hakkında öngörülerde bulunabilmektedir. Böyle bir insan modeli bu evreleri detaylı bir şekilde izah etmekte, bu evrelerde meydana gelebilecek hata, arıza, bozukluk ve yanlışlıkların nasıl ortadan kaldırılıp tedavi edilebileceği ile ilgili bir standart program ortaya koymaktadır. Bu programın uygulanmasında değişik psiko-dinamik modeller arasında çeşitli teknik farklılıkların bulunmasına rağmen, insanın ruhsal modeli anlayışları açısından aynı, fakat tedavi stratejileri bakımından yaklaşımları farklıdır.

Davranışçı ve bilişsel modellerle izah edemediğimiz, izah etmeye çalışsak bile tedavi edemediğimiz vakalarımıza dinamik bir formülasyonla yaklaştığımızda olayın çözümlendiğini görmekteyiz. psiko-dinamik yaklaşım, insanı sadece bir davranış, bir bilişsel süreç olarak değil; onu, davranışı, düşüncesi, duygulanımı, sosyal yapısı, ailesi, coğrafi yapısı ve kültürel özellikleri ile bir bütün olarak ele almakta, buradaki dinamik yapının ve etkileşim sistemlerinin nasıl oluştuğunu ortaya çıkarmaya çalışmaktadır. Bu bağlamda da normal bir bireyin gelişiminden bireysel patolojinin oluşumuna, tarihsel belirleyicilikten dinî inançların oluşumuna, siyasetten edebiyata geniş bir yelpazede kendisine ilgi alanları bulmuş, tartışmaya açılmış ve böylece psiko-dinamik yapı birçok alana eklemlenmiştir. Siyaseti, sanatı, edebiyatı, kısacası insanı ve insanın ürettiklerini etkilemiştir.

Tüm bu bilinenlere rağmen insan ruhsal yap-bozunda bilinmeyen o kadar çok şey vardır ki yüzyıl önce bildiklerimize baktığımızda, bugün bildiklerimiz muhteşem ve harikulade bir noktadadır. Bildiklerimiz arttıkça cehaletimizin boyutunu ve derinliğini kavramaktayız. Bilinmedik o kadar çok şey var ki!

"Psikoterapi ve psikoterapistler cahilliğin cesurluğunu yaşamaktadırlar"[16]*.*
Uğraştığımız ve düzeltmeye çalıştığımız yapı o kadar komplike, karmaşık, kaotik ve ama bir o kadar da kendi içinde düzenli, tutarlı, determinal (zorunlu nedensel) bir yapı içermektedir. Milyonlarca faktörün bir araya getirdiği ruhsal aygıtın bir faktörünün değişmesiyle diğer faktörlerin hepsi etkilenmekte ve ortaya çok farklı sonuçlar çıkmaktadır. Ruhsal yapıda müthiş bir rölativite (görecelik) vardır. Ruhsal yapı zaman kavramını geçmişi ve geleceği bugüne taşıyarak yaşayabildiği gibi, bugünün yapısını geçmişi örtmek ve geleceği belirlemek için de kullanabilmektedir.

Yukarıda belirttiğimiz gibi *insanın ruhsal yapısı katman katmandır*. Bazı bilim adamlarına göre ruhsal aygıtın en basit, en anlaşılabilir kısmı ve katmanı dışta gözlemlediğimiz davranışsal kalıplardır. Davranışsal kalıplar en kolay çözümlenebilen, anlaşılabilen, bozukluğu varsa tedavi edilebilen yapılardır. Onun altındaki katman bilişsel katmandır. Burada işler biraz daha karmaşıklaşmakta; davranışla etkileşerek, davranışı etkilemekte ve davranıştan etkilenmektedir. Daha derin katmana indiğimizde psiko-dinamik bir yapıyla karşılaşıyoruz. Burada işler daha da karışmakta sistem daha da komplike olmakta, girdiler çoğalmakta, girdilerin şekil değişikliği çeşitli kılıklara bürünebilmektedir. Bu temel girdiler bilişsel süreçleri, bilişsel süreçler de davranışı etkilemekte, davranış ve bilişsel süreçler dinamik yapıyı değiştirebilmekte ve farklı kılıklara sokabilmektedir. Çekirdeğe indiğimizde en derin katmana ulaşıyoruz. İnsanın varoluşsal katmanı. Bu katman tüm şekil

---

[16].Orhan Öztürk, Temel Psikiyatri Kitabı, Nobel Yayınevi, 1989, s:29-34.

şartlarından uzak, dışsal gerçekliğin zorunluluklarından uzak, kendi içsel varoluşunu sorgulayan bir zihnin yarattığı bir insan anlayışıdır. Bu katmanı konu edinen varoluşçu psikoterapi, insanın bu içsel varoluşunda yaşadığı varoluşsal krizlerini irdelemeye çalışmaktadır.

Her insan tüm yaşantılarının arkasında temel birkaç sorudan kaçmakta ve bu sorulara cevap aramaktadır. Hepimizi ürküten bu sorular zaman zaman patolojilerimizin temel kaynağını oluşturabilmektedir.
Hayatın anlamı nedir?
Geleceği bilmek ve belirlemek bugünden mümkün müdür?
Geleceğin belirsizliği karşısında ne yapabilirim?
Bugünkü mevcut konumumu ben mi oluşturdum, bu konumda olmamın nedeni ben miyim, yoksa başkaları mı?
Geleceğim ile ilgili bildiğim tek şey ölüm gerçeği iken niçin bir ömür boyu bunu yadsıyorum, inkâr ediyorum. Göbek kordonumun kesildiği andan itibaren anneden ayrıldığım gerçeği yani yalnız olduğum, duygularımın, düşüncelerimin, acılarımın kederlerimin ve sevinçlerimin sadece bana ait olduğu ve benim içimde yaşantılandığı gerçeğini yani yalnız olduğum gerçeğini kabul mü edeceğim, yoksa kendimi mi kandıracağım?

İşte bunlar temel sorulardır. Ya bu soruları inkâr edeceğiz. Bir yanılsamanın içinde kaybolup gideceğiz, ya da bizim irademiz dışında varolduğumuz bir dünyada bilmediğimiz bir süre içerisinde, bize verilen enstrümanı en güzel bir ahenkle çalıp varoluşumuzun keyfini mi yaşayacağız. İşte varoluşçuların insanı ve dünyayı anlama, kavrama ve yorumlama şekli budur.

Bu bakış tarzından yola çıkan varoluşçu terapistler insanın bir takım sıkıntı ve problemlerini bu varoluşsal sorulara atfetmekte, kişinin ölüm , yalnızlık, belirsizlik ve anlamsızlık karşısında yaşadığı çaresizliği patolojik bir varoluşla yatıştırmaya çalıştığını, anksiyeteyi ve sıkıntıyı hissettikleri hiçlik ve yokluk karşısında bir ödün olarak verip varoluşu hissettiklerini savunmaktadırlar. Varoluşçu terapistler bu

soruların cevaplarını anksiyete oluşturmadan çözümleyecek cevaplar araştırmaktadırlar. Hastalarına bu yolla yardımcı olmaya çalışarak varoluşçu psikoterapi uygulamaları yürütmektedirler. Hastaları etkilemekte, teşhis koymamakta, onları anlamaya çalışmakta ve her bir vakayı özgün kabul etmektedirler.

Yap-bozun diğer bir parçası da açığa çıkmaya başladı. *Her bir yaklaşım, her bir bilimsel aktivite insanı anlamamızda ve yorumlamamızda bize yeni bir ışık tutmakta ve yap-bozun yeni bir parçasını bize sunmaktadır.* Dört katmanda izah ettiğimiz insana bakış tarzı, birbiriyle uyumsuz görünse de bu sistemler bir bütün olarak varlığını sürdürmektedir. Bu katmanların herhangi bir zaman diliminde herhangi bir fenomene istinaden aktive olması ile birlikte görünür tablo tamamen değişebilmektedir. Bir yangının başlangıcı bir kıvılcım olduğu gibi aynı ateşi su söndürebilmektedir. Bu da insanın ruhsal yapısının bireye özgü göreceli bir yapı olduğunu göstermektedir. Bu yapı zamana, mekâna ve şartlara göre her an değişebilen, uyum sağlama yeteneği olan ve farklılaşan bir yapıdır. Bu bizlere muğlâklık, müphemlik, sınırsızlık ve karmaşayı çağrıştırsa bile değişebilen dinamik yapı değişebilmeyi, müdahaleyi, düzenlemeyi ve tedaviyi mümkün kılmaktadır. Bu da bizim kazancımızdır. İnsan etkileyen ve etkilenen bir varlıktır.

1. HEKİMİN HASTAYA YANAŞMA BİÇİMİ VE TUTUMUNA GÖRE:

A. Bastırıcı (Suppressive)
B. Destekleyici (Supportive)
C. Derinliğine araştırıcı (Explorative)

2. RUHSAL BOZUKLUK (PSİKOPATOLOJİ) ANLAYIŞI VE KURAMSAL ÇIKIŞ NOKTASINA GÖRE:

A. Psikodinamik temellere dayananlar:

a. Psikanaliz, Freud'un geliştirdiği psikanaliz ve bunun değiştirilmiş, uyarlanmış biçimleri

b. Freud'dan yöntemce büyük ayrılma göstermeyen fakat kuramsal açıdan ayrılıkları olan yeni analiz okulları (Jung, Adler, Rank, Horney, Sullivan...)

c. Psikanalitik nesne ilişkileri kuramı (Klein, Fairbairn, Kernberg..), psikanalitik benlik psikolojisi (Hartmann, Rpaport, Erikson...), psikanalitik kendilik psikolojisi (Kohut..)

B. Öğrenme ilkelerine dayanan davranışçı psikoterapi türleri:
Sistematik duyarsızlaştırma (systematıc desensitization, Wolpe), üstüne gitme (exposure), itici koşullama (aversive training), olumlu pekiştirme ve söndürme (positive reinforcement and extinction) vb.

C. Bilişsel psikopatoloji, bilgi işlemleme (information processing), sosyal psikoloji ilkelerine dayananlar.

D. Varoluşçu (existential) ve olgu-bilimsel (phenomenologic) temellere dayananlar (Binswanger, Minkowski, Frankl, Strauss...)

3. SAĞALTIM DURUMUNUN BİÇİMİ VE YAPISINA GÖRE:

A. Bireysel (individual) psikoterapi
B. Kühe (group) psikoterapisi
C. Psikodrama
D. Oyun Psikoterapisi
E. Aile Psikoterapisi

Görüldüğü gibi böyle bir sınıflandırma bize bütün psikoterapi türlerine kuşbakışı bakmak olanağı vermektedir. Bu sınıflandırmanın her bir bölümündeki bir tür başka bölümdeki türle birleşmek, uzlaşmak durumundadır. Birbirlerinden ayrı ele almamıza olanak yoktur. Örneğin sağaltım durumunun biçimi ve yapısına göre bireysel psikoterapi dediğimizde, ne tür bir kuramsal dizgeye (sisteme) göre uygulandığı sorusu ortaya çıkmaktadır. Bu destekleyici, bastırıcı bireysel psikoterapi olabileceği gibi, derinliğine araştırıcı psikanalitik bir sağaltım da olabilir. Grup psikoterapisinde de analitik ya da destekleyici bir yol tutulabilir." (Öztürk,1989, s:22-23)

2.1.5.Çeşitli Psikoterapi Türlerinde Kullanılan Başlıca Ruhsal ve Fiziksel Araçlar:

1. Daha çok bastırıcı ve destekleyici psikoterapi türünde
    A. Eğindirme (telkin,suggestion)
    B. İnandırma (ikna, persuasyon)
    C. Yol gösterme, rehberlik (guidance)
    D. Danışma (counseling)

2. Bastırıcı, destekleyici ve derinliğine araştırıcı türlerde
    A. Uyutum (hipnoz)
    B. Uyuşturma (narkoz)
    C. Boşaltma (catharsis)

3. Genellikle derinliğine araştırıcı, çözümleyici (psikanalitik türlerde)
    A. Güdümsüz görüşme (non-directive interview)
    B. Serbest çağrışım (free assocation)
    C. Düşlerin çözümlenmesi
    D. Sürçmelerin (parapraxis) çözümlenmesi
    E. Simgelerin (sembollerin) çözümlenmesi
    F. Direnç (resistance) ve aktarımın (transference) çözümlenmesi
    G. açıklama ve yorumlamalar

4. Daha çok davranış psikoterapilerinde

A. Gevşeme, koşullama

B. Edimsel koşullama

C. Üstüne gitme (exposure)

D. Ödül-ceza teknikleri

F. Pekiştirme, söndürme

G. Çeşitli öğretme teknikleri

2.1.6.Dolaysız Araçlar:

1. Çevrenin değiştirilmesi (aile düzenlenmesi, hava değişimi, iş değiştirilmesi...).

2. İlaçlar, fizik sağaltım yolları, (faradi, banyolar, spor...) Çeşitli uğraşı, iş ve uyumlandırma (rehabilitasyon) yolları.

“Bu özetleme de görüldüğü gibi psikoterapide kullanılan araçlar daha çok şu ya da bu tür için yeğlenebilir; fakat genellikle her tür sağaltımda bu araçların herhangi biri, yeri ve sırası gelince kullanılabilir. Örneğin, en koyu geleneksel bir psikanalizde bile gerekince eğindirim, rehberlik, yol gösterme kullanılabileceği gibi destekleyici psikoterapide de bir düş yorumlaması yapılabilir"[17] .

[17].Orhan Öztürk, Temel Psikiyatri Kitabı, Nobel Yayınevi, 1989, s:24-25.

2.1.7.SANATLA TERAPİ VE YARATICILIK

Sanat ve Psikoterapi yapısal olarak benzerler. Her ikisinde de içe atılmış veya içe alınmış yaşantıların, şimdi ve buradaki yaşantıya etkileri, yansımaları vardır. içe atım, sanatın içeriğini, içe alım süreci ise biçim ve tarzını oluşturur. İçe atılmış yaşantılar bir yolla dışa vurulamazsa ruh sağlığı risk altındadır. Sanat, bu riske karşı koruyucu işlev görür. Psikoterapi ve eğitim (insan gelişimi ve sağaltımı) alanında içe atılmış, birikmiş olanların üstüne sağlıklı bir yapı inşa edilemez. Gerek terapist gerekse eğitimci, öncelikle kişinin iç dünyasını, duygu, düşünce ve davranış paternlerini tanımak, gelişimi bu paternlerden yola çıkarak tasarlamak durumundadır.İşte sanatla çalışma, bu tanıma sürecini kolaylaştırma ve hızlandırma işlevi görür.

Sanatla tedavi, sanatın tedavi ve eğitimde kullanımı ve/ya art terapi hizmetinin rehabilitasyon hizmetinden farklı bir yetkinlik, sorumluluk ve yükümlülük taşıması gerekliliği vardır. Öte yandan trauma açısından fazlasıyla risk taşıyan ülkemiz insanına götürülecek ruh sağlığı hizmetlerinin gerek koruma gerekse iyileştirme yönünde varolandan daha yoğun bir kapsam ve hız kazanmasına ihtiyaç vardır.

2.1.7.1.Sanatla Tedavinin Hedefleri

1.Psikiyatri alanlarında verilmekte olan hizmetlere katkı sağlamak,
2.Özellikle psikotik süreçte (hasta ve ailede) bozulan yaşam kalitesini iyileştirmek ve hatta üretkenliği geliştirmek/artırmak
3.Psikoterapi ve/veya eğitim alanlarında çalışanlara yaratıcılık ve yetkinlik kazandırmak,
4.Sanat ve psikoterapi alanlarında var olan “dışavurum” sürecini kuramsal ve teknik olarak tanıma ve tanımlama becerisi geliştirmek.

2.1.7.2.Sanatla Tedavide Yöntemler

Terapistin en değerli aracı kendi kişiliğidir. Sanat terapisti-art therapist kendi kişiliği, kendi kişisel gelişimi üzerinden öğrenme süreçlerini içeren yöntemler uygular. Öğretimde öncelikle uygulamalar yer almakta, uygulamaların verileri ile kuramsal bağlantılara ve tanımlara geçilmektedir. (tümevarım, tümdengelim ve çıkarsama yöntemleri döngüsel olarak kullanılır.) kendileri üzerinden kazandıkları deneyime dayanarak kendi çalışma alanlarında deneme ve uygulamalar yapmak sureti ile eğitim boyunca süpervizyon alma şansı yakalarlar.

2.1.7.3.Sanatla Tedavide Teknikler

”Art–terapide öncelikli hedef sanatsal dışavurumun psikoterapötik veya gelişimsel etkileşimlerini ortaya çıkarmaktır. Bu amaçla katılımcıların önceden var olan psikoterapi ve eğitim oryantasyonları da dikkate alınarak sanatla çalışmanın psikoterapi, eğitim, yetiştirme ve insan kaynağı geliştirme amaçları yönünde uygulanmasını sağlayacak teknik buluşmalara yer verilecektir. Sanat ve psikodrama, gestalt teknikleri ve psikanalitik oryantasyonlu bakış üzerine kombinasyonlar amaçlanır”[18].
”*Ustalarla buluşma önemlidir.* Katılımcılar sanatçılarla işbirliği yapabilme ve sanatı bizzat aktif olarak üretebilme/yaşayabilme deneyimleri kazanır”[19].

2.1.7.4.Sanatla Tedavi Sürecinde Koşullar:

Psikiyatri uzmanlığı almış veya uzmanlık eğitimi devam eden hekimler,
Psikoloji, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, Tıp, Fizyoterapi,
Yüksek hemşirelik (Psikiyatri Hemşireliği koşulu ile) veya eğitim alanlarında
en az lisans mezunu olanlar (okul öncesi eğitim, sınıf öğretmenliği ve sanat
alanları dahil), Ruh sağlığı ve İnsan kaynağını geliştirme/iyileştirme amaçlı
tüm çalışmaların ekip sistematiği içerisinde yürütülmesi gerekmektedir.

[18].Nevin Eracar, Sanatla Tedavi, Aura Psikoterapi ve Danışmanlık Merkezi, 2000.

[19]. a.g.y.

Programa kabul edilecek katılımcıların çeşitliliği aynı alanda değişik disiplinlerden gelen profesyonellerin ekip oluşturabilme ve birlikte üretebilme deneyimi kazanmalarını sağlamaktadır.

Grupla çalışma tekniklerinin uygulanabilmesini de amaçlayarak 20 kişilik kontenjan düşünülmüştür. bir eğitim grubu en az 18, en çok 24 kişiden oluşur. (Bu sayılar ikili ve üçlü alt çalışma grupları yapabilme amaçlıdır).

Tüm programa devam zorunludur. Makul nedenlerle kaçırılmış olan eğitim seansları için katılımcı telafi programı almak zorundadır.Mezuniyet için her katılımcı çalışmalarından örneklerin yer aldığı bir yayın (tez) hazırlamalıdır.

Birinci aşama:

Tanıma ve bilgilenme, Sanatın çeşitli alanları ile psikoterapi buluşmaları ve art terapi teknikleriyle tanışma amaçlıdır.

İkinci aşama:

(Müzik, resim, seramik -heykel, tiyatro, dans, edebiyat alanlarında, uygulamalı ve kuramsal çalışmaları içerir.

SonAşama:

Katılımcıların kendi çalıma alanlarındaki uygulamalarının süpervizyonunu ve tez hazırlama sürecini içerir.

İleriAşama:

Art-terapi eğiticisi olma sürecini içerir.

2.1.7.5.**“Örnek Program” 1**

BaşlangıçAşaması:

1.Hafta: Sanat- psikoterapi,eğitim/gelişim ilişkisi
2.Hafta: Müzik, edebiyat, sinema/tiyatro, dans - terapi ilişkisi
3.Hafta: Resim, seramik/heykel – terapi ilişkisi.

İkinci Aşama

Müzik alanı:
1, Hafta: Müzik terapisinde pasif yöntemler (ritm, ses, ezgi, doğa seslerini duyma, dinleme, çağrışım ve etkileşimler)
2.Hafta: Müzik terapisinde aktif yöntemler. (ritm, ses, ezgi ve şarkının oluşumu, yaratma süreçleri, çağrışım, etkileşim mekanizması.
3.Hafta: Ustalarla buluşma, sanata katılım. Yaratıcılığın uyarılması. Klinik ve/ya kitlesel koruyucu ruh sağlığı çalışmalarında projeler geliştirebilme.

Edebiyat Alanı:
1. Hafta: (pasif yöntemlerin kullanılması)Söz, sözlü ve yazılı dil, dinleme, anlama, anlam çıkarma süreçleri,
2. Hafta : (aktif yöntemlerin kullanılması) Sözlü dışavurum, kompozisyonların doğası, etki mekanizmaları, çağrışımlar, etkileşimler, çağlar içinde varoluş gücü.
3. Hafta: Ustalarla buluşma. Bireysel üretim, birlikte yazım, kendi öyküsünü irdeleme.

Sinema /Tiyatro Alanı:
1. Hafta: (pasif yöntemler) *Birlikte film ve oyun izleme , şimdiki veya daha önceki izlemelerin ve çağrışımların, özellikle anılarda öne çıkan oyun veya film sahnelerinin anımsattıkları üzerine çalışma, bireysel ve grupla çalışmada hedeflenebilecek gelişim ve sağaltım unsurlarını arama.*

2. Hafta: (aktif yöntemler) *Katılımcı öğrenci grubunun oyun(lar) yaratması, sahneleme sürecinin etkilerinin araştırılması, kurgusal veya doğaçlama oyunlar ve yaşam pratiğindeki yansımaların bağlantılandırılması ve çeşitli projelerde kullanım ve organizasyon becerilerinin gelişimi*
3. Ustalarla buluşma:*Kültür etkileşimleri açısından işbirliği sağlanabilecek sanat düzeylerini yakalamış sanatçılarla birlikte düşünme, proje geliştirme ve özellikle kitlesel etki gücü yüksek olan gösteri sanatları alanlarında sanatçılarla ruh sağlığı ekibi ortak projeleri üzerine arayışlar ve bağlantılar*

Dans ve hareket alanı

1.hafta: (Pasif yöntemler): Çeşitli beden duruşları, yürüme ve hareketin izlenmesi yüz ve beden ifadesi hakkında verilerin değerlendirilmesi, diğer ipuçları ile bütünlüğün algılanması
2.hafta: (Aktif yöntemler) Günlük yaşam ve devinimin estetik devinimle bütünleşmesi çalışmaları. Yürüme, koşma, yerinde sayma, tek başına veya öteki ile birlikte doğaçlama dans Yaşamsal sahnenin kısıtlayıcı etkilerini fark etme ve beden ve zihin hareketinin bütünlüğünü keşfetme
3Hafta:Dans ve koreografi üzerine sanatçılar ve yönetmenlerle çalışmalar. Beden ifadesinin oluşumunda yön verici etmenler, duygu ve düşünce mesajlarının beden ifadesi alanında kurgulanması, özellikle çocuk ve gençlerle yapılabilecek kitlesel koruyucu-geliştirici ruh sağlığı çalışmalarında proje geliştirme

Resim alanı:

1. Hafta (Pasif yöntemler):Sanat yapıtları, röprodüksiyonlar ve hasta resimlerinin incelenmesi, bakış, algı, çağrışımsal yaşantılarla buluşmalar. Nesnelerin çağrıştırdıkları üzerinden dışavurum
2. Hafta:(Aktif yöntemler) Bireysel ve grupla etkileşim amaçlı resim uygulamaları çeşitli resim teknikleri ile çalışma, boyama, lavie teknikleriyle etkileşim çalışmaları ve terapötik bağlantılara ilişkin çıkarsamalar

3. Hafta: Ustalarla buluşma: Ressam ve sanatçıların (grafik v.b.) katılımı ile günlük yaşamın resimsel dönüşümü amaçlı kurguların hazırlanması, kitlelere dönük projeleri tasarlamak geniş çaplı koruyucu ruh sağlığı çalışmalarını yaratma sürecini uyarmak

Heykel ve seramik:

1.Hafta: (Pasif yöntemler) Form ve içerik ilişkisini araştırmak, nesnelerin anlatım gücü ve dışavurum üzerine araştırmalar, ünlü yapıtların oluşum öyküleri ve çağrıştırdıkları, çağrışımlarım tedavi değeri üzerine arayışlar
2.Hafta :(Aktif yöntemler) Çamurla tanışma, çamurun yönetilmesi, çamur tarafından yönetilme süreci, dokunma, ıs ve biçimlendirme üzerine çağrışımsal terapötik arayışlar
3.Hafta: (ustalarla buluşma) Seramik atölyesinde çalışma (herhangi bir doğal ortam ve gezi programı olabilir) Uzun soluklu tedavi çalışmalarına heykel çalışmasının eklenmesi üzerine deneyim. (isteyenler için uzun bir proje de olabilir)

2.1.7.6.Sanat Terapisi Eğitimi / Expressive Arts Therapy

(BÜYÜCÜ ŞAMAN RESMİ)

Yaklaşık 12.000 yıl önce yaşayan insana bu resmi yaptıran neydi?
Kutsallık mı, sanat mı, iyileşme ya da geriye bir şey bırakma arzusu mu? Belki de hepsi... Nedeni ne olursa olsun, mağaralara resim yapmaktan kendini alamayan atalarımızla aramızdaki en canlı damar hepimizin özündeki yaratıcılıktır.

Yaratıcılık, insanlık tarihine kimi zaman kutsal sanatlarla, kimi zaman ise seremoniler ve ritüeller yoluyla damgasını vurdu. Kuşkusuz kişisel ve toplumsal bütünlüğü ve canlılığı yaşatan, yaratıcılığın dönüştürücü işlevi idi . Ancak birçoğumuz, uygarlığın yanlı ve ilerlemeci yaşam modelinin bedelini, yaratıcı ruhumuzun her gün biraz daha uzaklaşmasıyla ödüyoruz. Belki de yaratıcılığımızın önündeki engeller, hissettiğimiz boşluk ve anlamsızlığın günden güne büyümesine sebep oluyor.

Oysa yaratıcılık, kendimiz ve dünyamız ile samimi ve derin bir ilişkide olmak, gerçek varoluşumuz ile bağlantı kurmak için bizlere halen en sanatlı “yol”u açar.

Sanat Terapisi programları, içimizdeki yaratıcılığı uyandırarak, rüya gören zihnin bilgeliğini günlük yaşama çağırır. Böylece içimizdeki yaratıcı ruhun yeniden ateşlenmesi, gördüklerimizin yeni bir yolla görülebilmesi, varoluşun sonsuz mücadelesi ile yüzleşebilmek için yeni bir güç kazanmaya imkan yaratır.

Sanat Terapisi, geçmişin bilgeliğini, ortak bilinç ve bilinçdışının imgelerini "modern" içeriğe taşıyıp, sanatın gücünü kişisel ve profesyonel hayatta yeniden üretir.

Sanat Terapisi’nin amacı, nihai olarak "sanat yapmak" değil, "kendini yontan insan"ın kendisinin bir sanat eserine dönüşmesidir.

2.1.7.7.Sanat Terapisi Programının Amaçları ve Yapısı

Bu program, Sanat Terapisinin tarihçesi, felsefesi ve yöntemlerine dair teorik, pratik bilgi ve deneyim kazandırılması amaçlanarak hazırlanmıştır.

Bu eğitimin amaçları, katılımcıların;

• Yaratıcı süreci aktif olarak deneyimlemelerini sağlamak,
• Yaratıcı süreç ile psikolojik gelişim arasındaki bağın teorik ve evrensel (arketipler, ritüeller, semboller) olarak anlaşılmasını sağlamak,
• Kendi ve ötekinin gerçek benliği ile ilişkiye girme, anlama becerisini arttırmak,
• Artistik deneyimlerini geliştirmek,
• Tinsel gelişimlerini desteklemektir.

Katılımcılar, bu eğitime, Sanat Terapisinin terapötik kullanımını öğrenmenin yanı sıra kişisel büyüme ve gelişme amacı ile de katılabilirler.

Sanat Terapisinin terapötik kullanımını öğrenmeyi amaçlayan katılımcılara, tüm Program ve süpervizyonları tamamlamaları önerilmektedir.

Katılımcılar, grup ve bireysel süpervizyonlara, Giriş Eğitimini tamamladıkları dönemin ardından başlarlar. Üyeler alan çalışmaları yapabilirler, çalışmalar 2. yılın ardından, süpervizyon altında yürütülür ve takip ve raporlandırma yapılır.

2.1.7.8.**Örnek Bir Eğitim Programı –2-**

I.YIL
• Sanat Terapisine Giriş
• Beden ve Hareket Terapisi I
• Drama Terapi I- Benlik Özdeşim Nesneleri Olarak Totem, Maske Ve Kukla

II.YIL
• Sanat terapisi—„Büyük Sanat Grubu“-Psikoanalitik yaklaşım
• Beden ve hareket terapisi „Otantik Hareket“
• Drama Terapi II

III.YIL
• Sanat Terapisi—„Büyük Sanat Grubu“-Psikoanalitik yaklaşım
• Drama Terapi II
• Beden ve Hareket Terapisi “Otantik Hareket”

MEZUNLAR- (Seçmeli)
• Sanat Terapisi- „Büyük Sanat Grubu“-Psikoanalitik yaklaşım
• Beden ve Hareket Terapisi “Otantik Hareket”
• Drama Terapi

Eğitim İçeriği:

Sanat Terapisine Giriş

Temel prensipler ve psiko-dinamik çerçevede sanat terapi süreci
Vaka sunumu
Grup oluşumu, grup ve bireysel süreçleri tutan imaj,
Duygu, yansıma ve anılarda sanatın rolü,
sosyal ve bireysel sanat sürecinde yaratıcı çatışma
Aile dinamikleri, transferans ilişkileri
Sanata bakma, danışanla birlikte olma
Sanat Terapisinde Psikodinamik Yaklaşım
Diğer sanat deneyimleri ile ilişkide sanat terapisi
Sanat terapisi sürecinde kendi içinde diğerlerinin katılımına şahitlik,
Yalnızlık ve ait olma, güçsüzlük ve aracılık, danışanın sanatını aynalama

DANS ve HAREKET TERAPİSİ TEORİ VE TEKNİK

Kişinin kendi hareketini keşfetmesi,
Dışavurumcu tarzla hareketinin sembollerini keşfetmesi,
İletişim ve hareketin ifadelerini anlamaya yardımcı olan Güç\ şekil, hareket analizine giriş
Diğerleriyle ilişki içindeki kişinin kendi hareket tarzını keşfetmesi,
Değişik topluluklardaki dans hareket terapisini anlatan `hareketin gücü` adli videonun gösterimi.

OTANTİK HAREKET

Kişinin kendi vücudunu dinlemesi ve iç sesini duyması
İçsel şahitle iletişime geçebilme,
Bedensel deneyimi söze dökebilme,
Kendi yansıtma, yorum ve yargılarını fark etme,
Teorik temel

DRAMATERAPİ-BENLİK ÖZDEŞİM NESNELERİ OLARAK TOTEM, MASKE VE KUKLA

Antropoloji, Şamanizm, Jung-Arketipler, Winnicott-Nesne İlişkileri ve Dramaterapi teori ve teknikleri temel alınarak;
Totem, maske ve kuklaları, benlik özdeşim nesneleri olarak kullanarak, içsel gerçeklik ile gündelik hayat gerçekliği arasındaki köprüleri kurmak,

İnsanlığın geçmişi-Mit ve Ritüeller,
Doğum-İlk Maske-Diğerleri ile olan ilişkide maskenin nesne olarak kullanımı, Aile-Maske aracılığı ile toplumsal kimliğimiz,
Kuklanın Doğumu-Benlik, Kuklanın Kabulü-Rol Repertuarının genişlemesi,
Bireysel Totem-Benlik Özdeşimi, Ortak Totem-Genişletilmiş Kimlik,
Başlıkları ile çalışarak;
Drama terapinin kişilerdeki iyileşme ve iyileştirme gücünü desteklemesi, Sezgi, metafor ve dramatik hayal gücümüzün beslenmesi, kişisel meselelerimizle çalışırken "direnç mekanizması"nı tehdit etmeden dramatik mesafe kazanma.

DRAMATERAPİ-II Geçişler

Hayatımızdaki roller, rol alma, role girme,
Rol dönüşümlerinde geçişler
Teori
Yaşantısal deneyim

2.2.Yoga



Yoga, binlerce yıl önce Hindistan'da ortaya çıkmış bir felsefe, bir yaşam bilimidir. Yoga sözcüğü Sanskritçe "birleştirmek veya bütünleşmek" anlamına gelir. Bu felsefeyi uygulayan kişiye de "Yogi" denir. Yoga, bedeni, zihni ve ruhu tamamen eğiten, huzur veren ve kişinin kendini tanımasını sağlayan, dünyadaki en eski kişisel gelişim metodudur.
Yoga'nın mevcudiyetine ilişkin en eski arkeolojik bulgular, M.Ö. 3000 yıllarına kadar gider. İndus vadisinde yapılan kazılarda ortaya çıkartılan bazı taş mühürlerde yoga duruşlarını gösteren figürlere rastlanmıştır.
Yoga'dan ilk kez, M.Ö. 2500 yıllarına ait kutsal yazılar olan Veda'larda bahsedilmektedir. Ancak Veda'ların son kısımlarını oluşturan Upanişad'lar Yoga öğretisinin ve Vedanta felsefesinin temellerini oluşturmaktadır. Vedanta'nın ana fikri şu şekilde belirtilir:

Bir tek mutlak gerçek ve bilinç vardır; o da bütün evrenin temeli olan Brahman'dır. (Tanrı'dır)

Yoga insana kendi benliğini tanımasını, dengede tutmasını öğretir.Yaşam daha derinlemesine yaşanır. Çektiğimiz anlamsız acılar, Yoga sayesinde yerini evrensel

uyuma bırakır. Yogayla uğraşan insan, kendi "özünün" farkındalığını yaşar. Ve kendini evrendeki her şeye çok daha yakın hisseder. Canlı, cansız her şeye daha derin bir sevgi duyar. Onlarla bütünleşir. Yoga, mutlu ve aydınlık bir insan olmanın yöntemidir. Yoga bir din değildir. İnsanları fiziksel, zihinsel ve ruhsal disiplin yoluyla mutluluğa, başarıya ve "aydınlanma"ya ulaştırmayı amaçlayan bir felsefedir.

Yoga, uzun süreli eğitim gerektiren bir yoldur. Ancak bir yol göstericinin (Yogi'nin) rehberliğinde öğrenilir. M.Ö. 3. yüzyılda yaşamış olan Patanjali, Yoga Sutra'larında, Yoga'nın 8 basamaktan oluştuğunu söyler. Bunlar:

1.Yama -Ahlaksal kurallara uymayı öğretir. Şiddeti, hırsızlığı, açgözlülüğü, kişinin kendi nefsine hakim olamayışını yasaklar.
2.Niyama-Öz disiplini öğretir. Saflığı, sadeliği ve çalışmayı hedefler.
3.Asana-Belirli pozisyonlardaki vücut egzersizleridir.
4.Pranayama-Belirli ritmlerde nefes alıp vermeyi öğretir.
5.Pratyahara-Duyguları kontrol etmeyi sağlar.
6.Dharana-Belli bir fikir üzerinde konsantre olmayı öğretir.
7.Dhayana-Meditasyon.Düşünce.
8.Samadhi-Meditasyonun ulaşacağı son hedef olup; beden ve duyular dinlenirken, aklın ve ruhun uyanık kalması. Üstün bilince erişme halidir.

2.3. Biyoenerji ve Biyoterapi

Enerji: Hareketin Kuvveti

Enerji (Energia) Hareketli Kuvvet

İçinde yaşadığımız dünya katı maddelerden meydana gelmiş görünmesine rağmen, deniz gibi sürekli hareket halinde olan akıcı bir enerjiden oluşmuş, onunla çevrelenmiştir. Modern bilim de, insan organizmasının sadece moleküllerden oluşan, sadece bir fiziksel yapı olmayıp tüm evrende olduğu gibi bir enerji alanına sahip olduğunu doğrular. Demek ki hepimiz enerjiyiz ve de sürekli hareket halinde olan bir enerji denizinde yaşıyor, yüzüyoruz. Enerji kelimesi; Grekçe kökenli. Grekçe'de

energia, 'hareketli kuvvet' anlamına geliyor.

Evrenle Uyum Sağlamak

Enerji kendisini madde olarak değil, hareketlerle gösteren bir kuvvettir. Bir kar fırtınasını gözlerinizin önüne getirin. Kümeleşmiş vaziyette uçuşan bir kar kümesi, bize görsel olarak bu oluşumu gösterdiği gibi, çıkardığı sesle de duyu organımıza hitab eder. Bizler de bu oluşuma rüzgar adını veririz. Peki rüzgar nedir? Tabii ki bir enerjinin yarattığı, havanın yer değiştirmesiyle oluşan harekettir.

Enerjinin Küçük Hikayesi

Evreni algılayışımız büyük ölçüde bilim dünyasının bakış açısından etkilenir. Bilim dünyası sayesinde her şeyin katı ve ayrı göründüğü bir dünya kavramından, her şeyin akışkan ve birbirleri ile bağlantılı olduğu, çok daha kapsamlı bir dünya kavramına geçiş yaptık. İki bilardo topunun çarpışması, tüm fiziksel tepkilerin nedeni olduğunu ileri süren bu uygulama ile benimsenebilir.

Her şey Bağlantılıdır

Albert Einstein bütün Newton yasalarını yıkan ünlü izafiyet teorisini açıkladı. Bu teoriye göre uzay üç boyutlu değildi. Zaman da uzaydan ayrı bir kavram olamazdı. Uzay ve zaman birbirine sıkı sıkıya bağlıydı. Dört boyutlu bir evreni oluşturuyorlardı. Zaman ve uzay doğanın oluşması için belirlenmiş iki elemandı.

Geçen Zaman

Önceki yaşamlarınızı algılama kapasitesini veya gerçekleşebilecek olayları görebilmeyi (önsezi) açıklamak için bu doğrusal olmayan zaman kavramına baş vururuz. Kimi zaman bir olay olmadan önce onu hisseder, oluşumuna da tanık oluruz.

Büyük Zaman

Deneyimlerimizin yargılarının zayıflamasını durduracak olan büyük zamandır. Çünkü onlar Newton'un doğrusal zaman kavramıyla desteklenemezler.Hepimiz saatin Newton'un yasalarına göre ilerlemesine rağmen,zaman durmuş veya özelliklede çok fazla mutlu olduğumuzda çok hızlı geçiyor sandığımız durumlar yaşamışsınızdır.

Önceki Yaşamlar-Gelecek Yaşamlar

Einstein'ın uzay-zaman evreni teorisi bize, olayların algılanan doğrusallığının, izleyen kişiye bağlı olduğunu gösterir. Hepimiz önceki yaşamlarımızı fiziksel bir evrende, aynen uzak bir geçmişteymiş gibi değerlendiririz.

Her şey Dönüşüyor

Einstein'ın izafiyet teorisinin önemli sonuçlarından biri de enerji ile maddenin birbirlerine dönüşebileceğini kabul etmektir. Maddenin hareketlerini yavaşlatarak kendini gösteren enerji olduğunu kabul edersek, fizik anlamda kütlenin de enerjinin bir şeklinden başka bir şey olmadığı sonucuna ulaşırız. Doğrusu bu yaklaşım, mantığımıza uygun düşmektedir. Vücutlarımız da; önce enerjidir.

Enerji Alanı

Bir odadaki kişinin varlığını onu görmeden veya işitmeden hissettiğiniz oldu mu? Ya da hiç ilk defa karşılaştığınız birine karşı sempati veya antipati duydunuz mu? Bu izlenimler enerji alanındaki uyum veya uyumsuzlukla açıklanabilir.

Aşka Doğru Bir Hazırlık

Hareketli ve sürekli değişen enerji parçacıklarının, suda yüzen nesnelere benzeyen şekilleri ile pek farkımız yok. Esasta aynı parçacıklardan oluşuyoruz diyebiliriz. Bütün bu enerji parçacıklarının ise, kimi zaman düzenli, kimi zaman düzensiz hareket ettiklerini ama her zaman bağlantı içinde olduklarını söylemek gerekir. Bu anlık

bağlantı karşılıklı iki insanın birbirlerini akıllarındakini anlama imkanı verir. Bu sistem bu güne kadar hiç fark etmediğimiz bir duyarlılıkla karşımızdakini sevme, aşk yaşama ve yardımlaşma olgusunu meydana getirir. Enerjiyi anlamaya ve kullanmaya başladığımızda, evreni çok daha ileriye, enerjinin çok daha yüksek şekline; doyumsuz aşka kadar gidebiliriz.

Enerji İpi

İnsanoğlu evren denen bütünün parçasıdır. Uzay ve zamanla sınırlanmış bir parça olarak, kişiliğini, düşüncelerini, duygularını, geri kalandan ayrıymış gibi algılar. Oysa söz konusu olan, bilincini etkileyen bir çeşit optik yanılsamadır. Bizim için bu yanılsama, bize yakın olan kişilere karşı, sevgimiz kadar, kişisel arzularımızı sınırlayan bir hapis gibidir. Görevimiz, bütün canlıları, tüm güzellikleriyle doğayı içine alacak kadar, nihayet, merhamet çemberimizi genişletecek kadar, bu hapisten kurtulmak olmalıdır. Kimse bu noktaya tüm olarak gelmeyebilir ama böyle bir amacın peşinden koşmak içinde yine de bir özgürlük tutkusu ve temelde huzuru bulmak demektir.

Evrensel yer çekimi yasasına göre bütün her şeyin beğeni derecesine göre birbirlerine çekildiklerini ortaya koyar. Örneğin bir taşı atarsam yere düşer. Dünyanın merkezine doğru çekilir. Aynı şekilde Ay Dünya'ya, Dünya da Ay'a doğru çekilir. Dünya ile Ay arasında çekim enerjisinin yer değiştirebileceği uzunlukta bir çeşit görülmez enerji hattı vardır. Bu özel ve narin hat, iki insan veya iki cisim arasında enerjinin iletilebileceği uzunlukta beyaz bir ip, ışık veya kuvvet olarak düşünülebilir.

Burada önemli olan karşılıklı iki varlıktan enerji gönderilenin, beyaz ipin kendisine gönderen tarafından uzatılan ucunu sıkıca tutup, kendisine doğru çekme özelliği yatar. İpin ucunu uzatan genelde sıfat dolu enerjiye sahip, özel biridir. Saklı ve verici iken enerji bolluğundan atak olanı değildir. Potansiyel ve sonuca giden daima ipin ucu uzatılandır; daha atak ve atılgan olmak zorundadır. Bu el ve ipin ucu aynı zamanda iki atom arasındaki ilinti gibidir. Soluduğumuz havadaki birliktelik gibi.

Sevgi, istek, aşk, atom ve molekülleri gibi. İşte bütün her şey, istek ve arzu enerji boyutunda, küçük ama etkili beyaz enerji ipleri ile birbirlerine bağlıdır. İpin ucunu iyi

tutar kendinize doğru sağlam ve güvenle çekerseniz ipin diğer ucu sonsuza dek veya istediğiniz zaman diliminde sevgi ve mutlulukla dolu olarak size bağlanır. İpin ucunu isteksiz ve tereddütlü çekerseniz, bir zaman dilimi içerisinde sizin olmuş olan ipin diğer ucu, sizin elinizden kurtulup yeni enerji boyutlarına doğru yol alacaktır.

Biyoterapi



Bugün kullanılan tıbbi tedavi yöntemlerinin yanı sıra farmakolojinin insanlar, birçok sebeplerden dolayı, (örneğin yararlanma aşırılığı), hastalıklarının tedavisi için halk tıbbından da tedavi arayışlarına girmişlerdir. Bunların içinde özellikle elle (manual therapy) ve biyoenerji ile tedavi yöntemi, en doğal ve etkili olanıdır.

20. yüzyılın başında Sovyetler Birliğinde, V.İ. Behterev ve diğer bazı bilim adamları, insanın bir biyoenerji alanına sahip olduğunu farketmişler, bu konuda araştırmalar yaparak birçok kitap ve makaleler yazmışlardır. Başlangıçta başarıyla sürdürülen bütün bu çalışmalar, bir süre sonra "Marksizm-Leninizm'e uygun olmadığı için" yasaklanmış ve açılan fakülteler kapatılmıştır. Dolayısıyla uzun bir zaman biyoenerji ile ilgili hiçbir bilimsel araştırma yapılmamıştır. Hatta basında çıkan biyolojik alan ve bağlantılı olaylarla ilgili makaleler de alay konusu olmuştur.

Bugün ise, bilim adamları ve kamuoyu artık biyolojik alanın varlığını kabul etmektedir. Parapsikoloji ve biyoenerji konularıyla ilgili çalışmalar dünyanın her tarafında yapılmakta ve sonuçları insanların yararına sunulmaktadır. Çok eski doğu kültürlerinde halk doktorları, insan vücudunda "Çİ" adı verilen bir enerjinin varlığını keşfetmişlerdir. Bir yaşam enerjisi olan "Çİ" nin açıklanması zordur. Çjen-tsü terapisi uzmanlara göre "Çİ", tüm vücut enerjisinin, birleşik fonksiyonudur. Bu enerji alanında sinir merkezleriyle ilgili enerji dağıtım merkezleri de bulunur ki, bunlara "çakra" adı verilir. Bu çakralar bel kemiği boyunca sıralanmıştır. Bugün belkemiği boyunca yerleşik enerji merkezlerindeki (çakralardaki) enerji sirkülasyonunu engelleyen patolojik bozukluklar giderilebilmektedir.

Doğu ve batı parapsikoloji ekollerinde yer alan ve insandaki biyolojik alan ve onun düzeltilmesi konusunda yapılan çalışmalara gelince, günümüzde olağanüstü para psikolojik olayları (elle tedavi dahil) açıklayabilen, sonuçlanmış tek bir bilimsel çalışma yoktur. Bugün dünyada yüzden fazla üniversite kürsüsünde bu olayın araştırması yapılmaktadır. Modern bilimde ana araştırma dalları şunlardır: Elektromanyetik, jeofizik ve psikofizik modelleri, elektronik ve rastlantısal süreçler ile ilgili düşünceler, değişim modelleri, kuantum mekaniği ve holistik modeller.

Öte yandan doğuya baktığımızda durum farklıdır. Eski yoga felsefesinde ve Çin tıbbında biyo enerjinin önemi büyüktür. M.Ö.1000 yıllarında makro kozmos (evren) ve mikro kozmosun (insan, organizma), ilke olarak, tek bir şemaya göre yaratıldığına ilişkin düşünceler vardır. Bu sistemin ana hatlarını 5 temel unsur oluşturmaktadır. Bu unsurlar ateş, su, toprak, ağaç ve metaldir. Bunlar olmadan yaşam mümkün olmaz. Makro ve mikro kozmosun aktif faaliyetleri sonucu iki güç ortaya çıkmaktadır. Bu güçlerden biri erkek güç "YANG" ve diğeri dişi güç "YİN" dir. Bu iki gücün birleşimi dev bir yaratıcılık etkisi (impuls) doğurmuş ve sonuçta dünyanın ve varlıkların

temelini oluşturmuştur.Yapısal birlik, evrensel cevher "Çİ" aracıyla gerçekleşmektedir. "Çİ", bir enerji, "yaşam enerjisi" olarak izah edilebilir. Ve "Çİ" yi tek bir tanımla anlatmak mümkün değildir.

Hint terminolojisinde "Çİ" nin karşılığı, "PRANA" dır. Teozofi ve antropozofide ise sema veya "semavi cisim"dir. A.İ Kobzev "Çİ" yi şöyle tanımlıyor: "Çİ" genel, dinamik, ruhsal ve maddi cevherdir. Bu tanım "Çİ" nin enerjik özelliklerini ortaya koymakta ve doğudaki biyoenerji kavramının anlaşılmasında büyük rol oynamaktadır. "Çİ" nin bu enerjik özellikleri, tüm Çin tıbbının ana temelini oluşturmaktadır.

"Çİ" gücünün yanında eski Çinliler dünyanın yaratılmasıyla ilgili bir ilke daha ortaya çıkardılar. İkilik ilkesi. Bu, ikincil bir ilkedir ve dünyanın oluşumunun anlaşılmasında önemli bir rol oynamaktadır. Şematik olarak:

"Çİ".....enerji-şekil
DAO "YİN-YANG" ..... sema-toprak

Görüldüğü gibi, varlığın üst düzeylerinde ikilik yasası geçerlidir. "Enerji-şekil" varlıkların durumunu gösteriyor. "YİN-YANG" ise şekilsiz enerjik durumlardan ortaya çıkan global, yasal bağları temsil eder. "YİN-YANG" burada gerçek, doğal, harikulade olan olaylardır ve yaşamı bağlayıcı doğa yasalarına uygundur. Bu ikiliğin her parçası birbirine geçip, birbirini koşullandırmakta, ayrı olamamakta, böylece karşıtlar arasındaki birlik ve savaş oluşmaktadır. Teklik ve ikilik ilkelerine göre dünyanın oluşumunun tablosu da ortaya çıkıyor. İnsan da bu tabloda yerini almıştır. Yaşam enerjisi "Çİ" organizmada engelsiz dolaşır. Bu hareket çok düzenli ve dengelidir. "Çİ" nin hareketindeki değişiklikler ise hastalık belirtisidir. Demek ki "Çİ" organizmadaki tüm süreç ve fonksiyonların dış çevre ile birbirini etkilemesinin başlıca belirleyicisidir. İnsan vücudundaki yaşam enerjisi "Çİ" nin gerçek adı, "KKKÇİ" dir. Bu enerji nefes ve gıdanın bir toplamıdır. Bundan dolayı Hindistan daki yogiler ve Çinliler "Çİ" toplamak için, nefes egzersizlerine çok önem verirler. "Çİ" vücuttaki tüm süreçleri hızlandırabilir.Örneğin bağırsak tembelliğini "Çİ" enerjisini toplayarak düzeltebilirsiniz.

Bu arada birçok kitapta "meridyen" terimini de görebilirsiniz. Bizim için meridyen, "Çİ" enerjisinin vücuttaki geçiş yollarıdır. Bu, ana meridyende oluşan bir komünikasyon sistemidir. İnsan vücudundaki her ana meridyen 12 organdan biri tarafından yönetilmektedir. Bunlar akciğer, kalın bağırsak, mide, dalak, kalp, ince bağırsak, idrar torbası, böbrek, perikard, safra kesesi ve karaciğer meridyenleridir.

2.4. Reiki

Reiki, binlerce yıllık geçmişi olan ve ilk olarak Tibetli Lama'ların “Raku-Kei” adı altında kullandıkları bir tedavi yöntemidir.



Günümüzdeki adı ile “Reiki”, Japonca'da *evrensel yaşam enerjisi* anlamındadır.

Reiki, 19. yüzyılda Dr. Mikao Usui tarafından Japonya'da tekrar ortaya çıkarılmıştır. Dr. Usui, Japonya'nın Kyoto kentinde küçük bir üniversitenin yöneticisi olup, hıristiyan bir rahipti. Bir pazar ayininde öğrencisinin sorduğu bir soruya cevap veremedi. Bu, hayatının dönüm noktası oldu. Soru şuydu: "Hz. İsa şifa enerjisi ile hastaları nasıl

iyileştirdi? Buna sadece kutsal kitapta yazıyor diye mi inanıyorsunuz yoksa böyle şeylerin gerçekleşmesine şahit mi oldunuz?" Öğrenci, sorularına devam ederek,

"Bunu kendi gözlerimizle nasıl görebiliriz?" der. Bu sorular Dr. Usui'nin hayatında o büyük değişikliği meydana getirir. Ertesi gün hocalıktan istifa edip yollara düşer. ABD'ye gider, Chicago Üniversitesi'nde hristiyan metinler üzerinde eğitim görür ve eski diller üzerine doktora yapar. Buda'nın da şifa gücüne sahip olduğunu öğrenir. Bu bilgi onu tekrar Japonya'ya döndürür. Araştırmalarını Budist öğretiler üzerine yoğunlaştırır. Birçok manastırı ziyaret eder. Manastırlardaki elyazmalarını okuyabilmek için Sanskritçe ve Çince öğrenir.

Sembollerin Anlamı ve Şifanın Gücü

Yedi sene süren bir araştırma sonucu bulduğu eski bir Sanskrit metninde, Buda'nın nasıl şifa dağıttığına ilişkin bazı sembollere ve tariflere rastlar. Fakat bunlar da tek başına yeterli değildir. Dostluk kurduğu bir rahip, Usui'ye, inzivaya çekilmesini tavsiye eder. Usui, Japonya'da kutsal bir dağ olan KORi YAMA'ya çıkarak, 21 gün boyunca oruç tutup, meditasyon yapar. 21. günün gecesinde meditasyonunu bitirip dua ederken birdenbire gökyüzünde kendisine doğru gelmekte olan parlak bir ışık görür. Bu ışık gittikçe büyür ve tam alnının ortasına isabet eder. Usui, yere devrilir ve kendinden geçer. Transa benzer bir hal içinde iken, daha önce Sanskrit metinlerde okuduğu birçok sembol, çeşitli renklerde gözünün önünde canlanır. Usui'nin şuuru yerine geldiğinde güneş doğmuştur. Kendisini çok zinde hisseder. Dağdan inmek için yola koyulur. Bu arada ayak başparmağını yaralar. Elini parmağına koyar koymaz kanama durur ve acı yok olur. Artık sembollerin anlamını ve şifanın gücünü bilmektedir neden yeniden buraya döndüğünü sorar. Ve Usui, fiziksel bedenin hastalık belirtilerini iyileştirdiğini, fakat yeni bir yaşam tarzı aktaramadığını fark eder. Bu durum onu Ruhsal Yaşam Kuralları'nı oluşturmaya yöneltir.
Özellikle bugün özgür ve mutlu ol.
Özellikle bugün sevin.
Özellikle bugün korunmaktasın.
Şuurlu olarak anı yaşa.
Bereketleri müteşekkirlikle kabul et.

Aileni,öğretmenlerini ve büyüklerini say.
Ekmeğini dürüstçe kazan.
Başkalarını kendin gibi sev.
Her şey için müteşekkir ol ve tüm canlılara karşı sevgi dolu davran.

YeniBirOkul

Usui, bir müddet sonra şifahaneyi terkeder ve bu bilgiyi dağıtabilecek öğretmenler yetiştirmeye başlar. Dr. Chujiro Hayashi, Dr. Usui'nin tarafından yetiştirilen öğretmenlerden biridir. Dr.Usui son günleri yaklaştığında, Hayashi'yi Reiki Üstadı olarak ilan eder ve onu öğretilerin özünü korumak ve yaymakla görevlendirir. Dr.Hayashi, Tokyo'da Reiki Şifa Kliniği'ni kurar.
Büyük ve yok edici bir savaşın yaklaştığını fark eden Dr. Hayashi, kliniğe Hawaii'den tümör tedavisi için gelen ve Reiki öğrenen bayan Hawayo Takata'yı, 13.cü ve son usta olarak yetiştirir. Bayan Takata, Reiki'yi ABD'ye götürür ve 22 usta yetiştiren Takata'nın görevini 1980 de torunu Phyllis Lei Furumoto üstlenir. Kendisi halen Usui Shiki Ryatto sisteminin büyük ustasıdır.

Reiki ustaları kendi tecrübelerini Reiki'nin özünü değiştirmeden öğretiye eklemektedir. Son yıllarda Reiki hızla dünyaya yayılmaktadır. Reiki, insanın, çeşitli bedensel rahatsızlıklara karşı evrende var olan enerjiyi kullanarak, şifa bulması ve dağıtmasıdır.



Bu yöntemi öğrenmek için iki gününüzü vermeniz yeterli olur. Öğretim sırasında enerji iletme yeteneği, tüm insanlarda bulunan tedavi kanallarını açan bir işlemle, öğretmenden öğrenciye geçirilir. Bu işleme inisiyasyon denir. İnisiyasyon kelimesi kök olarak, Latince "*initiatio*" dan gelir. İngilizce ve Fransızca'da da aynıdır. Osmanlıca karşılığı ise, "*tedriş, irşad*" olup, Türkçe anlamı "*öğretme, doğru yolu gösterme*" dir.

Reiki'de inisiye olan kişi, hasta olan kişiye enerjiyi, elleriyle verir. Bu işlem, uzmanın ellerini, hastanın fiziksel bedeni üzerinde bulunan enerji merkezlerine koymasıyla gerçekleşir. Reiki uzmanı burada sadece aracıdır. Evrenden aldığı enerjiyi başka bir insana aktarmak dışında, özelliği yoktur. Bu aktarım esnasında hem kendini hem de enerji verdiği kişiyi arındırır. Bu enerji kendine has bir zekaya sahiptir. Vücudun neresinde neye ihtiyaç varsa enerji direkt olarak oraya akar ve gereken süre orada kalarak hastalığı tedavi eder.

Enerji alan hastanın da her zaman pozitif düşünceler içinde olması ve inanması faydayı arttırır. Şunu unutmamak gerekir ki, kişi ne kadar enerji (şifa) alırsa alsın, düşüncelerini pozitif yönde değiştirmediği sürece fayda göremeyecektir.
Evrensel Yaşam Enerjisi Hepimizde Vardır. Aslında hepimiz bu evrensel yaşam enerjisi ile doğmaktayız. Artık araştırmalardan biliyoruz ki, insanın fiziksel bedeninin etrafında, onu kuşatan bir de enerji bedeni vardır. Bu enerji bedende çakra adını verdiğimiz 7 adet de enerji merkezi vardır. Doğduğumuz zaman temiz ve açık olan bu çakralar, dünyada yaşarken öfkelerimizle, kıskançlıklarımızla, hırslarımızla, egolarımızla kirlenip kapanır. Kapalı olan enerji merkezlerimiz, evrendeki var olan kozmik enerjiyi bedenimize aktaramaz. Dolayısıyla bir çok hastalığın ortaya çıkmasına sebep olur. Reiki'nin temel prensibi, tıkalı olan veya dengesiz çalışan bu enerji merkezlerini açıp, dengeli çalışmasını sağlamaktır. Reiki geleneksel tıp tedavisi görmekte olan hastaların iyileşme sürecini %50 hızlandırmaktadır. Ellerin kullanıldığı her türlü tedavi şeklinde (değişik türdeki masajlar, akupresür v.s) Reiki enerjisi geçerlidir. Reiki, beden ve ruhu dengelediği gibi, zihni de güçlendirir.

Reiki'de Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

Çünkü vücudun insülin ihtiyacı seviyesi değişebilir.
Homeopatik tedavi görenlere Reiki başarı ile uygulanabilir.
Kırık-çıkık vak'alarında kemikler bir doktor tarafından yerleştirilene kadar lokal Reiki verilmemelidir. Hamilelikte karın bölgesine Reiki ek olarak verilmelidir. Bu, bebeği güven ve huzur ile hayata bağlar. Fakat kanamalı hamilelikte Reiki verilmemelidir. Bir Reiki uzmanının enerji verebilmesi için arınmış olması şarttır. Tüm bu çalışmalara başlamadan önce dönüp kendisine bakmayı öğrenmelidir. Çünkü çevremizde oluşan

her şey bizden kaynaklanmaktadır. Onun için sürekli olarak kendi iç dünyasını gözlemlemeli, gerekli değişim ve dönüşümleri yaparak, yükselmelidir.

2.5.Renklerle Terapi

Günlük yaşantımızda hepimizin renklerden etkilendiği bir gerçektir. Bulunduğumuz mekanlarda canlı renkler bize huzur ve neşe verirken, donuk ve kirli renkler sıkıntı verir. Renkler karşısında neden değişik ruh halleri yaşıyoruz?



Bizi etkileyen nedir?

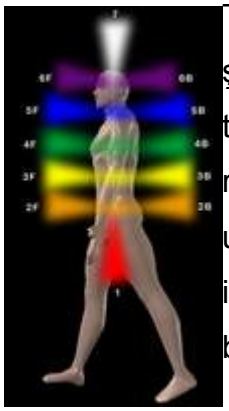
Işık ve Renk

Renklerin gizemli dünyasını öğrenmek istiyorsak önce ışığın ne olduğunu anlamamız gerekir. Işık, şekli ve rengi oluşturan, bir tür elektromanyetik enerjidir. Güneş tarafından çeşitli dalga boylarında üretilen bu enerji, cisimlerden yansıyıp, gözümüz tarafından algılandığında, ışığı görmüş oluruz. Aslında çevremizde bulunan ve görebildiğimiz her şey, ışığın yansımasıdır. Işık bir cisme çarparak yansıma yapana dek, gözümüzle görebilme olanağımız yoktur. Renk ise, ışığın ayrılmaz bir parçasıdır. Işık, değişik dalga boylarına dönüştüğünde, emildiğinde veya kırıldığında çeşitli renkler ortaya çıkar. Bu tıpkı bir prizmayı güneş ışığına doğru tutmaya benzer. Ne var ki gökkuşağını oluşturan renkler, renk tayfının küçük bir bölümüdür. Gerçekte her rengin bir çok tonu ve çeşidi vardır. Her rengin kendine has bir emme ve yansıtma özelliği mevcuttur. Cisimler ise, güneş ışığını oluşturan renkleri kendi özelliklerine bağlı olarak, emer ve yansıtırlar. Örneğin: sarı bir elbise, bütün ışığı emer, sadece sarı rengi ayırıp yansıtır. Biz de o elbiseyi sarı olarak görürüz.

Renk, bir ışık frekansının belli oranda yoğunlaşması sonucunda ortaya çıkar. Renkleri üç temel gruba ayırabiliriz. Birincisi; kırmızı, sarı ve mavi'nin bulunduğu ana renkler grubudur. İkincisi, bu üç rengin çeşitli kombinasyonlarda bir araya getirilmesi sonucunda oluşan gruptur. Örneğin: *Sarı+mavi=Yeşil*, *Kırmızı+sarı=Turuncu*, *Kırmızı+mavi=Mor* gibi. İlk gruptaki renklerle, ikinci gruptaki renklerin karıştırılması sonucunda ise, üçüncü grup renkler oluşur.

Renklerin bir başka özelliği ise, bilinç dünyamızın en derin noktalarına kadar uyarma gücüne sahip olmalarıdır. Her insanın renklere karşı verdiği tepki aynı değildir. Bir insana huzur veren mavi renk, bir diğerine soğuk ve itici gelebilir. Veya birine heyecan veren kırmızı, bir diğerine hüzün yükleyebilir. İnsanların renkten etkilenmelerini meydana getiren olgular, kişilik oluşumları, hayat koşulları ve bilinçaltında bastırılmış olan isteklerdir. Bazı insanlar hangi renkle barışık olduklarını bilirken bazıları ise bu konuda tamamen bilinçsizdir. İnsanlar renk seçerken o rengin kendilerine getireceği yararı veya zararı düşünmezler. Belirli özellikleriyle renkler, uyarıcı oldukları kadar çökkünlük yaratıcı, yapıcı oldukları kadar da yıkıcı, itici yada çekici olabilirler. Ayrıca her renk, kendine özgü bazı tedavi edici ve dengeleyici unsur da taşır.

Renk bilim nedir? Nasıl doğmuştur?



Tarihe baktığımızda eski *Mısırlıların* renklere ve renklerle yapılan şifaya çok önem verdiğini görebiliriz. Bu sebepten Karnak ve Teb gibi tapınaklarda renk kullanmışlar ve renk şifacılığını pekiştirmek için, renk salonları inşa etmişlerdir. Aynı şeyi kadim Hind ve Çin uygarlıklarında da görebiliyoruz. Oradaki şifacı din adamları da insanın yedi katlı doğası ile güneş tayfının yedi rengi arasındaki bağlantıyı temel alarak, bir renk bilim sistemi kurmuşlardır.

1670 yılında İngiliz fizikçi Ishaac Newton, karanlık bir odada güneş ışığının önce bir delikten odaya girmesini sağlamış, sonra bu ışığın önüne bir prizma koyarak parçalanış halini bir beyaz perdeye aksettirerek, yedi rengi elde etmiştir. Newton, beyaz perde üzerindeki renklerin bir sıra ile dizilişine *Spektrum Solares* (Güneş tayfı) adını vermiştir. Daha sonra güneş ışığını meydana getiren renk tayfı üzerinde araştırmalarına devam ederek, renk bilimini, bir bilim dalı olarak ortaya koymuştur. Newton'dan sonra Chevreul, Helmhotz, Young gibi fizikçiler ve de kimyagerler, bu proje üzerine eğilerek çalışmaları hızlandırmışlardır.

Ancak günümüzde fizik ve metafizik alanında yapılan araştırmalar, renklerin bir terapi aracı olarak kullanılabileceğini ortaya koymuştur. Bugün dünyada birçok psikolog ve psikiyatr renkleri bir terapi aracı olarak kullanmaktadır.

Renk Terapisi

Dünyanın her tarafında bilinen bir atasözü vardır*." Güneş giren eve doktor girmez." Işık, tabiatın bir ilacı ve en güzel tedavi aracıdır.*

Kaynağını güneşten alan ışık, elektromanyetik enerjilerle doludur. Bu enerjiler dünyadaki doğal hayatı devam ettirirler. Bitkiler, güneşten gelen enerjiyi yapraklarında bulunan klorofil sayesinde yakalar ve karmaşık moleküllere dönüştürür. Bu da bitkinin canlılığının devamını sağlar. Bu olaya kısaca fotosentez diyoruz. İşte ışık ile hayat arasındaki bağlantı!. Işık eksik ve yetersiz olduğu zaman, canlılar yeterli hayat enerjisini alamayacaklarından kendilerini sağlıksız, mutsuz ve sevgisiz hissederler. Renk terapisi, metabolizmada sağlıklı bir denge sağlamak için renk enerjilerinden faydalanma işlemidir.

Araştırmalar bize göstermiştir ki, insanda bedeni kuşatan elektromanyetik bir alan vardır. Buna Aura veya enerji beden diyoruz. Bedenimizi bulut gibi saran bu enerji alanı, ışık, (renk) elektrik, ısı, ses, manyetik ve elektromanyetik etkiler ile sürekli olarak etkileşimdedir. *Ayrıca bu enerji alanı içinde yedi adet de, chakra adını verdiğimiz enerji dağıtım merkezleri vardır.* Chakra'lar bedene giren ve beden tarafından yayılan enerjilerin oranlarını düzenlerler. Ayrıca bedendeki fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal fonksiyonların yerine getirilmesi için gerekli olan enerjiyi emerek, bunları ihtiyaç duyulan bölgelere dağıtırlar. Her bir chakra ayrı bir renge sahiptir. Chakraların fiziksel bedene doğrudan bağlı oldukları tek yer, salgı bezleri ve omurga sistemidir. Enerji merkezleri vasıtasıyla emilen enerjilerin vücuda yayılması, dolaşım ve sinir sistemlerinin yardımıyla gerçekleşir. Bu yolla tüm organlar, dokular ve hücreler enerjilerden eşit olarak faydalanmış olurlar. İnsanı ayakta tutan bütün bu sistemler ve organlar, enerjiye (belirli renklere) karşı duyarlıdırlar.

İnsanın içinde bulunduğu duygusal değişiklikler (öfke, korku, negatif düşünceler vs.) chakralarda enerji dengesizliği meydana getirir. Burada, belirli bir rengin fazlalığı veya azlığı söz konusudur. Chakraların dengesiz çalışması fizik bedende hastalıkları oluşturur. Eğer bünyemizde herhangi bir denge bozukluğu başgösterirse, bazı renkleri veya renk kombinasyonlarını kullanarak, iç dengemizi tekrar kurabiliriz. Renklerin çevrelerine yaydıkları titreşimler, vücudun elektromanyetik ışınımıyla doğrudan bir etkileşim içindedirler. Söz konusu titreşimler chakralar tarafından emildikten sonra, direkt olarak omurgalara iletilirler. Omurgalara ulaşan bu enerji dolu titreşimler, sinirler yardımıyla gerekli organlara ve dengesi bozulan sistemlere taşınırlar. Böylece fiziksel rahatsızlıklara yol açabilecek olan duygusal ve zihinsel şikayetler en aza indirilir. Renklerle tedavi üzerinde çalışırken karşılaşılan en büyük sorun ise, ihtiyaç duyulanrenklerinbelirlenmesidir.

Her rengin bir de tamamlayıcı rengi vardır. Örneğin: Kırmızı - Turkuaz. Turuncu - Mavi. Sarı - Mor. Yeşil - Macenta'dır. Terapide renkler bazen tek başına bazen de tamamlayıcı renkleri ile birlikte kullanılır. Bu konu uzmanlık isteyen bir iştir.

2.6.Homeopati

Alternatif Tıp, bilimsel tıbbın dışında canlıların sağlığa kavuşturulmaları için uygulanan bir çok metodun tümüne verilen isimdir. Buna aynı zamanda Yumuşak Tıp --Soft Medicine-- veya Paralel Tıp adı da verilir. Bugünkü verilere göre 145 çeşit uğraşı alanı vardır. Ancak bunlardan en çok uygulanan veya en iyi sonuçlar verenlerden bir kaçı;
Homeopati
Ayur-Veda
Reflekso - Terapi (Auriculo Therapie Do-In)
AromaTerapi
FitoTerapi
GemmoTerapi
HidroTerapi

FlöraTerapi (BachTherapy)
Akupunktur
Osteopati
ColourTerapi
VollTekniği
MoraTerapi ... dir.



Homeopathie... Homeopathy ... Homeopati... *Yunanca Homos = benzer, Pathos = acı, çekilen acı, azap* kelimelerinin birleşmesinden meydana gelmiştir. 1800'lü yıllarda Dr. Samuel Hahnemann tarafından ortaya atılmış, tanımlanmış ve uygulanmıştır.

Genelde Tıp biliminin kısaca tanımlamasını yaparsak; Hipokrat'tan beri üç ana temaişlenmektedir.Bunlar;

Natura Medicatrix dediğimiz otonom - kendi başına biyolojik sistemler kanunu.

Allopathie - Zıtlıklar kanunu; bilinen tıp (katı tıp, ortodoks tıp) hastalığın zıttı olan maddeyi bünyeye vererek yapılan tedavi yöntemi.

Homeopathie - Benzerlikler kanunu, sistemi, yöntemidir.

Dolayısıyla homeopati "*Similia Similibus Curentur*" yani, sağlam ve sağlıklı insanda herhangi bir hastalık veya dengesizlik meydana getirerek, bir veya birkaç bulguları ortaya çıkartan doğal madde veya maddelerin, aynı bulguları taşıyan sağlıksız insana veya hayvana belli yöntemlerle sulandırılarak ve dinamize edilerek verilmesi sonucu canlının sağlığına kavuşturulması prensibine dayanır. Yani daha basit olarak, sağlam bir canlıda hastalığı meydana getiren doğal madde, aynı tip hastalığa sahip canlıda hastalığı ortadan kaldırır.

Homeopati hastalığı değil, hastayı tedavi eder. Çünkü hastanın genel sağlık dengesi yerine konduğunda vücut kendi kendisini çok daha rahat tamir ve tedavi edebilir. Vücut çok büyük bir fabrikadır diyebiliriz. Dolayısıyla bu sisteme dengeler yöntemi

veya tahterevalli de denebilir. Homeopati, cerrahi müdahale gerektirmeyen, geriye dönüşümü olan (geriye dönüş, yani iyileşme şansı kalmamış vak'alar hariç) vak'alarda tıbbın bütün dallarında kullanılır.

Homeopatinin uygulanması ise şöyledir;

2500 doğal maddenin, değişik yani farklı sulandırmalardaki solüsyonlarının, farklı saat ve / veya gün aralıklarında hastaya verilmesi şeklindedir.

Homeopatinin en önemli öğesi olan teşhis -tanımlama- dan sonra solüsyonların hazırlanış şekli önemlidir. Maddeler ondalık veya yüzdelik birimler olarak sulandırılır. Ayrıca vak'aya göre, hazırlanan preparatların sonsuza kadar sulandırılma ve dinamize edilebilme olanağı vardır. Düşük dozlar fizik katmanlarda etkirken, yüksek dozlar psikolojik katmanlara etkirler.

Her tıp dalında olduğu gibi homeopatinin en önemli öğesi teşhis, yani problemi tanımlamadır. Homeopatik teşhis - tanımlama;

1. Kişinin yapısına - Constitution (carbonique, fluorique, phosforique)
2. Kişinin o anda bulunduğu durumuna ki, buna ”*Diathese*” denir, (psore-uyuz tipli, Sycose - gonokoksik tip, lueuse - frengili tip, tuberculinique - verem tipli) olarak tanımlanır ve o andaki bulguların önemine göre tanı konur. Modern homeopatide daha doğru tanı için kan testleri yapılmaktadır. Bir grup homeopata göre en son bulgu, en önemli teşhis öğesidir. Teşhis sorgulaması oldukça uzun ve zaman alan bir çalışmadır. Kişinin yaşamı, iş hayatı, aile düzeni, alışkanlıkları (iyi ve kötü), sosyal ilişkileri, hatta gerekirse özel yaşamının ayrıntılarına kadar hasta sorgulanarak bulguların açığa çıkarılmasına çaba gösterilir. Çok kabaca örnek verilmesi gerekirse; kişinin avucunun sıcak kuru - sıcak nemli - soğuk kuru - soğuk nemli olması, bize hastanın o andaki durumu (diathese) hakkında bilgi ve bulgu verir. Böylece bu dört gruptan biri seçilerek durumla ilgili preparatlar kullanılır.

Ortodoks tıpta sıklıkla rastladığımız "tedaviye cevap alamadık" tanımlaması biz alternatif tıpçılar tarafından "*blokaj*" var diye güncelleştirilir. Kişide oluşan bir enerji blokajı gerek homeopatik, gerekse alopatik ilaçların kullanılmalarına engel olur.

Dolayısıyla böyle bir durum var ise önce bu blokajın ortadan kaldırılması gerekmektedir. Bu işlem "*osteopatik manüpilasyon, Facia Terapi veya Bio Enerjetik + Colour Terapi*" uygulamaları ile kolaylıkla yapılabilmektedir. Muhakkak ki %100 bir başarıdan söz edemeyiz, çünki hastalığı ile beraber yaşamayı ve de ondan kurtulmamak için her türlü çabayı gösteren birçok kişi vardır. Böyle vak'alarda maalesef başarıdan söz etmek mümkün değildir. Bunun dışında %90-95'lere varan başarıdan rahatlıkla konuşabiliriz.

İstatistik bilgilere gelince; son yıllarda batıda tam anlamıyla istatistiksel çalışmalar yapılmaktadır. Aynı zamanda 13 Avrupa ülkesinde ciddi cemiyetler ve de eğitim kurumları vardır.

Tıp varken alternatif tıbbın yeniden alevlenmesini şöyle açıklayabiliriz;

1. Aktüel kullanılan ilaçlar sentetik ve kimyasal bazlı olup, hepsi olmasa bile büyük çoğunluğu toksik tesirli olduğu için.

2. Bu tür, yani allopatik ilaçların, alternatif tıp preparatlarına göre çok daha pahalı olması gibi...

2.7.Hipnoz



Günümüzde, özellikle tıbbın ve dolayısıyla ilacın yararlı olamadığı çoğu durumda hipnoz, insanlığa yardımcı olmaktadır. Hipnozun bütün dünyada analjezik, anestezik ve psikolojik tedavide kullanıldığı bilinmektedir. Örneğin, psikojen kökenli ağrılarda, allerjik bünyeler ve organizmanın kimyasal tedaviye elverişli olmadığı durumlarda hipnoz, diğer tıbbi metodların yanında yer almaktadır. Söz gelimi tüm fobileri ilaçla tedavi edebilmek mümkün değildir. Belki uzun zaman alan psikoterapi seansları ile fobiler önlenebilir fakat hipnoterapi ile çok kısa sürede hastalar bu şikayetlerinden kurtulabilmektedirler.



Çeşitli alışkanlık ve davranış bozukluklarının giderilmesinde hipnoterapinin yararı bugün hemen tüm dünyada kabul edilmektedir. Ayrıca hipnoz, tıbbi tedavinin yanı sıra eğitim, güzel sanatlar ve sporda etkili bir metod olarak uygulanmaktadır.

Fakat ne yazık ki günümüzde hipnoz, bazıları "hipnozcu", bazıları medyum olarak adlandırılan ve psikolojik tedaviler konusunda hiçbir ehliyeti olmayan kişilerelindesömürülmektedir.

Hipnoz Nedir?

Hipnoz kelimesi eski Yunancada "*hypnos=uyku*" anlamına gelir. Ancak hipnoz bir uyku hali olmayıp, aksine uyanıklık halidir. Elektroensefalografi (EEG) kullanılan modern araştırmalarda elde edilen beyin ritm örnekleri, hipnotize edilmiş bir kişinin, uyku ile uyanıklık arasında olduğunu göstermektedir. Hipnotizma ise; hipnoz yaparken kullanılan tekniklerin tümüdür. Türk Dil Kurumu'nun Türkçe sözlüğünde hipnoz, "*Sözle, bakışla, telkin yapılarak meydana getirilen bir çeşit uyku hali ki, bu halde uyuyan kimse (denek), uyutanın etki ve telkinlerine açık, fakat dış dünyanın başka etkilerine karşı kapalıdır*". Şeklinde tarif edilmektedir.



Hipnoz'unTarihçesi

İlkçağlarda insanlar, hipnoz ve benzeri yöntemleri bilmeden kullanmışlardı. Günümüzde geleneksel yaşam tarzını sürdüren toplumlarda da böyle olaylar görülmektedir. Ritmik tam-tam seslerinin, monoton dini şarkıların ve dansların yarattığı ruhsal durum, insanları hipnotik hale ulaştırmakta, bu durumdaki insanlar da

kimi zaman çok şaşırdığımız olayların kahramanları olmaktadır. Örneğin; böyle insanlar ateş üzerinde yürüyebilmekte, uzun süre toprak altında ölü gibi gömülü kalabilmektedirler.

Hipnozun insanlar tarafından kullanılmaya başladığını gösteren ilk yazılı belgelere eski Yunan'da rastlamaktayız. M.Ö. 1400-1300 yıllarından kalan dua taşlarında telkinle ilgili bilgilere rastlanmaktadır. Eski Yunan'da hipnoz, gerginliklerin giderilmesinde ve bazı histerik durumların tedavisinde kullanmıştır. Eski Galyalılar ise hipnoza "sihirli uyku" demişler ve onu, siğili olan kişilerin tedavisinde kullanmışlardır. Uzakdoğu dinlerinde ise bu gibi olaylar çok eskiden beri bilinmekte ve uygulanmakta idi. Hinduizm, Budizm gibi dinlerde otohipnoz başta olmak üzere her türlü psişik ve parapsişik olaylar görülmekte idi. Avrupa'da ise hipnoz, 1760 yılına kadar halk tarafından bilinmiyordu. Hipnozun kitlelere yayılmasını sağlayan kişi, onu tedavi vasıtası olarak kullanmanın yanı sıra bir gösteri haline de getirmiş olan, Franz Anton Mesmer'dir. Mesmer, hipnoza "hayvan manyetizması" adını vermiş ve bütün hastalıkların bu hayvan manyetizmasının dengesinin bozulmasından kaynaklandığını söylemiştir. Mesmer birçok hastasında çarpıcı gelişmeler de elde etmiştir. O günlerde bilim adamları Mesmer'in metodunda faydalı bir şey göremediler ve onu ciddiye almadılar. Hatta hipnozu bir şarlatanlık olarak gördüler. Geleneksel tıp çevreleri 1900'lü yıllara kadar hipnozu ihmal etti. 19 yüzyılda bir İngiliz cerrah olan James Braid, hipnotizmayı başlı başına bir olay olarak ele aldı ve ilk defa hipnoz kelimesini kullandı. Braid, birçok büyük ameliyatta hipnozu kullanmıştır.

Braid'in takipçilerinden Liebeault, sabit bakış metoduna, sözle telkini de katarak uzun süre hipnotizmayı başarı ile uygulamıştır. Daha sonra Prof. Bernheim, yaptığı denemeler sonunda Liebeault'un metodunu benimseyerek bu yoldaki çalışmalara devam etmiştir. Pierre Janet ise, telkin ile hipnoz'un ayırımını yapan ilk düşünür olmuştur. Başlangıçta Janet ile aynı görüşte olan Sigmund Freud, psikanaliz açısından hipnozu ele alıp açıklamıştır. Freud, arkadaşı Breuer ile birlikte hipnozu hastalıkların tedavisinde kullanılacak bir metod olarak benimsemiştir. Ancak nevrozlu hastalar üzerinde yaptığı uygulamalarda olumsuz sonuç alması, onun bu metodu

terketmesine sebep olmuştur. Daha sonra "serbest çağrışım" metodunu kullanarak üne kavuşmuştur. 1955'de İngiliz Tıp Birliği ve 1958'de Amerikan Tıp Birliği, *hipnozun, tıpta kullanılabileceğini kabul etmişlerdir.* Günümüzde dünyanın birçok yerinde hipnozla ilgili araştırmalara devam edilmektedir.

2.8. Tasavvuf Ve Terapi

İnsanın doğası konusunda, davranışçı terapilere göre insanın doğası tümüyle nötrdür. Sûfî göre insanın doğasında hem iyilik, hem de kötülük eğilimleri vardır; ancak bu eğilimler sadece birer potansiyeldir ve insan her iki tarafa da yönelebilir bir karakterdedir. Psikoterapilere göre insan evrim sürecinin bir ürünü iken, tasavvufa göre "*teomorfik*" bir varlıktır. Psikanaliz ve davranışçı terapiler insanı ele alırken indirgemeci bir yol izlerken, danışan merkezli terapi bütüncülüğü vurgular.

Sufiler insanı bütüncül bir görüş açısından ele alır. Sûfilerin insanı anlamada kullandığı anahtar kavramlardan biri (belki de birincisi) "ruh"tur. Tasavvuf Geleneksel İslam'ın bir ürünüdür. Tasavvuf dini bir karakter taşır.

Psikanaliz ve davranışçı terapiler nedenselliği vurgulayarak insanın özgürlüğünü bir "i*llüzyon*" olarak tanımlarlar. Bilişsel-davranışçı terapiler ve danışan merkezli terapi ise insanın nisbi bir özgürlüğe sahip olduğunu belirtirler. Sûfilere göre de insan ancak nisbi olarak özgürdür.

Psikanaliz, fizyolojik; davranışçı, terapiler sosyolojistik, bilişsel davranışçı terapiler ve danışan- merkezli terapi ise sosyal psikolojik bir temelden hareket eder. Sûfiler bu temelleri göz ardı etmemekle birlikte "transandantal" boyut üzerine vurguda bulunur. Grup psikoterapileri de dahil olmak üzere psikoterapiler "*bireyselciliği*" vurgularken sûfîler "*cemaatçiliği"* öne çıkarırlar.

Hem psikoterapiler hem de tasavvuf sağaltım için bir sağaltıcının gerekli olduğunu öngörürler. Psikanaliz, davranışçı terapiler ve bilişsel-davranışçı terapiler ve danışan merkezli terapi "konuşma/ görüşme" esasına dayalı iken davranışçı terapiler dolaylı araçlara kadar geniş bir yelpazeye dayalıdır. Tasavvufta da sağaltımda kullanılan oldukça zengin bir teknikler dizisi söz konusudur.Hem psikoterapiler hem de tasavvuf muzdaribin sağaltıcı ile olan iletişimini önemser. Psikanaliz ve davranışçı ve bilişsel davranışçı terapiler amacını "*iyileştirme*" ile sınırlarken, hem danışan merkezli terapi hem de tasavvuf "*kişiliğin geliştirilmesi*"ni vurgular. Psikanaliz ve davranışçı terapiler "inanç, anlam ve değerleri" yadsırken, bilişsel davranışçı terapiler, danışan merkezli terapi ve tasavvuf "inanç, anlam ve değerleri özellikle vurgular.

Psikanaliz ve tasavvuf için rüyaların özel bir önemi vardır ve insanı anlamda anahtar bir rolü vardır. Psikanaliz geçmiş zamanı önemserken, diğer psikoterapiler ve tasavvuf ise "*şimdi-burada*" üzerinde vurguda bulunur. Psikoterapi kuramların geliştirilmesinde kuramcıların yaşamlarında iz bırakmış kişisel deneyimler önemli bir iz bırakmıştır. Sûfiler ise zaten "*kişisel deneyimleri*" vurgular ve önemserler. Psikoterapiler kuramları örneklem açısından problemlidir. Sûfilere göre ise "*her kalpten Allah'a giden bir yol vardır*." Bu nedenle herhangi bir sûfi görüşün genelleştirilmesi ve özellikle kişiselliği / özgünlüğü silmesi kabul edilemezdir. Hem psikoterapilere, hem de tasavvufa göre insan kendi kendine yabancılaş(tırıl)mıştır. Psikanaliz, bilişsel davranışçı terapiler ve danışan merkezli terapiler "*deneyime*" geliştirilmiş iken davranışçı terapiler "*deneysel verilere*" dayalıdır. Sufilik de "*deneyime*" dayalıdır.

Davranışçı terapiler doğrudan gözlenebilen ve ölçülebilir konuları ele alırken diğer psikoterapilerin ilgilendiği konular daha çok dolaylı olarak gözlenebilir ve ölçülebilir bir nitelik taşır. Tasavvufta ise hem zahiri hem de batıni pratikler varsa da odak konular salik ile Allah arasında oluşu nedeniyle gözlem ve ölçüm ötesidir. Davranışçı terapiler dışındaki diğer psikoterapilerle birlikte tasavvuf da "içgörü"nün önemini vurgular. Hem psikoterapiler hem de tasavvuf, "hastalıkların" iyileştirilebileceğini varsayarlar. Hepsi de iyileş(tir)me sürecinde çeşitli aşamaların söz konusu olduğunu vurgularlar. Hepsi de teorik bilgilenmeyi değil yaşantısal değişimi amaçlarlar. Bireyin istek ve kararlılığı için problemi konusunda duyarlılığı ve yeterli düzeyde kaygısı olması gerektiği vurgulanır. Genellikle bireyin kendi isteği ile sağaltıcıya gelmesi gerektiği kabul edilir.

Hatta tasavvufta bireyin kararlı olup olmadığı dramatik sınavlarla denetlenir. Hepsi de bireyin kendi kendisine ilgi göstermesini öngörür. Hepsi de mesajını yaymak için literatür oluşturmuştur. Hepsi de mesajını kitlelere ulaştırmak için örgütlenme yoluna gitmiştir. Bu örgütlenme doğal olarak sağaltıcılar arasında da bir piramid modelinin oluşumuna yol açmıştır.

Hem psikoterapilerin hem de tasavvufun çok çeşitli ve değişik tanımları yapılmıştır. Hepsi de insanı anlamak için olağanüstü duyarlılık göstermiş ve genellikle sağduyusal bilgilere aykırı düşen daha doğrusu onları aşan sonuçlara ulamışlardır. Psikoterapi ücret karşılığı sunulan bir hizmet iken, tasavvufi terbiyede ücret söz konusu değildir; "rıza-i Bari" için yapılan bir hizmettir...

3. Bir Sağaltım Biçimi: **Psikodrama**

Psikodrama içimizdekini eyleyen bir sağaltım biçimi olarak önemini giderek arttırmaktadır. Kurucusu olan J.L.Moreno, Psikodrama'yı ana hatlarıyla şu biçimde ele almıştır:

3.1. J.L.Moreno'nun Rol Teorisi ve Psikodramanın Temel Teknikleri

" Rol emergence is primary to the self. "

J.L.Moreno

" ROL: Bireyin bir duruma verdiği bireyler arası ve nesne ilişkilerinde, belli bir anda aldığı tavır ve gösterdiği davranıştır"[20] .

Moreno, 5 rol basamağı tanımlamıştır:

---

[20] .Grete A.Leutz, Abdülkadir Özbek, Psikodrama Grup Psikoterapisinde Sahnesel Etkilesim, Yayına Hazırlayan Ülgen H. Okyayuz, Ağustos 2003.

I. EMBRİYONEL DÖNEM:

Bebek Anne karnında paraziter roldedir. Anneyle organik bir işlev birimi halindedir. Doğum olayında büyüyüp gelişmenin yanı sıra, embriyondan kaynaklanan spontanlık da rol oynar. Doğum insan yavrusunun amacı ve zaferidir.

II. PSİŞİK EVREN:

Bu dönem 2 bölümdür;

Özdeşim bütünlüğü (All Identity) :
Bu dönemde bebek psikosomatik rollere sahip; “Ben” ile “sen” i, insanlar ve nesneleri, kendisi ile bedenini birbirinden ayıramaz.. Anneyle bir etkileşim birimi oluşturur. Bu etkileşim, bu aşamada ve daha sonra ısınma süreci sayesinde gerçekleşir ve sosyal gelişimin kaynağını oluşturur.

Her şey gerçek (All Reality) :
Çocuk kendisi ve dış dünya arasında ayrım yapmaya başlar. Her şey onun için o anda gerçektir. Nesneler gibi hayaller de gerçektir.

III. PSİŞİK EVREN :
Bu dönemde çocuk hem gerçek hem fantezi dünyasında yaşayabilir. Çocuğun spontanlığı, onun birinden diğerine geçişine olanak verir. Gerçek veya Fantezi, dünyasının birinin diğerine tercih edilmesi dengesizlik yaratır ve gelişim bozukluğu ortaya çıkar
Bu dönemde psikosomatik rollere toplumsal ve psişik roller eklenir.

IV. PSİŞİK EVREN :

Bu dönemde birey üstü varoluşu yaşayabilme olanağı kazanılır. Kosmos ile bilinçli bir bütünlük kazanma duygusu gelişir.

Bütünleyici roller ortaya çıkmaya başlar.

3.2. Psikodrama Teknikleri

Psikodramanın temel teknikleri rol gelişim aşamasına ve öğrenmenin kaynaklarına dayanır.

Çocuğun belli bir durum için spontan olarak ısınması, öğrenmenin temelidir.

Süt çocuğunun somatik alandaki işlerle gelişen rol davranışı ve buna giderek artan bir gelişme ile katılan.bütünleyici ruhsal unsurlar, yaşamın daha sonraki dönemlerinde, bireyin alacağı toplumsal rollerin temelini oluşturur.

Söz konusu toplumsal roller önce çocuk tarafından izlenir (Rolleri algılama ve tanıma), sonra bunlar oyun içinde tekrarlanır (Rol oynama ve taklit etme) ve en sonunda da o role girme (Yapma) gerçekleşir.

Çocuk rolü;	İzler	→	Alanları tanır
	Oyunda tekrarlar	→	Rol oynar, taklit eder
	Role girer	→	Yapar

Rolleri öğrenmenin koşulu ; çocuğun gözleyecek ve taklit edecek olgunluk aşamasına gelmesidir. Bu büyük oranda II.Psişik Evren aşamasında olur.

a.Eşleme
b.Ayna
c.Rol değiştirme

EŞLEME :

Kaynağı rol gelişiminin ilk iki aşamasıdır. (Özdeşim bütünlüğü ve Her şey gerçek). Eşleyenin, protogonistin o andaki durumunu yaşayabilmesi, sezebilmesi, tıpkı çocuğunun o andaki durumunu sezebilen anne gibi önem taşır.

Çocuk anneyi “sen” değil “ben” olarak taşır.

Protogonist de eşleyeni “sen” değil “ben” olarak yaşar.

Eşlemeyi yapan, yaşantılarını, anılarını, isteklerini, tasavvur ve fantezilerini bastırsa da derinlerde biriktiren, bu nedenle de rahatsız olan protogonistin bunları hatırlamasına, yeniden yaşamasına yardım eder.

Anılar, v.b. bilinç alanına gelerek yeniden yaşanır. Bilinç alanının genişlemesi; katarsis ile rahatsızlık sona erer.

Protogonist → eşini ben olarak yaşar

Protogonist → anılarını, yaşantılarını, istek ve fantezilerini derinlere gömmüştür. →

Bunlar onu rahatsız eder
↓
Eşleyen
↓

Protogonistin o andaki durumunu sezerek bunları hatırlamasına yardım eder

↓

Protogonist → Eşleyeni ben olarak yaşar

↓

Anılar, v.b. bilinç alanına gelerek yeniden yaşanır. Bilinç genişlemesi ; katarsis ile rahatsızlık sona erer.

AYNA TEKNİĞİ : Çocuk gelişiminin her şey gerçek aşamasındaki durumundan kaynaklanır. (Kendini tanıma aşaması)

Çocuğun aynadaki görüntüsünün kendisi olduğunu fark etmesindeki psikolojik gerçek gibi, birey oyun sırasında, kendi rolüne giren yardımcı egoyu görüp, kendi davranış ve tutumlarını; diğerlerinin tepkilerini görü, kendisini ilişkide bulunduğu kişilerin yerine koyar, kendini tanır.

Çocuk → Ayna → gördüğü kendisi (Çocuk)

Protogonist → Kendi rolüne giren yardımcı ego → Kendini tanır (Protogonist)

↓

Kendi tutum ve davranışları

ROL DEĞİŞTİRME TEKNİĞİ : Psikolojik gelişmenin 4. ve 5. aşamalarına uyar.

Rol değiştirme → O olma

Rollerin değişmesi hem protogonist hem de izleyenler için gerçek olur.

Tersine döndürme :

Karşısındakinin gerçeğini görme,

Onun gözüyle, kendini karşıdan görme

Karşılaşma → Karşısındakinin iç gerçeği ile buluşma

Olayı kendisi yerine onun iç dünyası ile algılayınca, rol değiştiren kişinin görüş açısı değişir, katarsis yaşanır.

Rol değiştirme → O olma → karşısındakinin gerçeğini görme → Onun gözüyle kendini karşıdan görme

↓

Karşılaşma (Karşısındakinin iç gerçeği ile buluşma) → Onun iç dünyası ile algılama

↓

Görüş açısında değişme

↓

Katarsis

4.Algılarımızın Aynasında "Gerçek"

Algılama yalnızca hayatı tecrübe etmede değil, aynı zamanda hayatta kalmada da temel bir rol oynar.

4.1."Beyinsel Algı ve Kurgu" [21]

4.1.1.İletişim:

"İletişim tüm canlı varlıklar için en önemli yaşamsal gereksinimlerden birisidir. Yaşamsal olmasının yanı sıra ruhsal ve fiziksel gereksinimde olan iletişim içgüdüsel bir kazanımdır da aynı zamanda. İletişim; yaşam belirtisinin bir göstergesi; canlının hayatta kalmasının, çevresine uyum sağlamasının da bir zorunlu eylemidir "
(A.G.Sokolov).

---

[21].Saffet Murat Tura, Nöro-Psikanaliz, İmago Dergisi, Sayı:2-Güz 2005.

Williams iletişimi bilgi, düşünce ve davranışların aktarılması süreci olarak tanımlar. Erkman'a göre ise iletişim, vericiden alıcıya, iki tarafında üstünde anlaştıkları bir taşıyıcı-dizge aracılığıyla ve bu dizgenin kapsamı içinde alıcının çözebileceği, anlam verebileceği bir bildirinin aktarılması sürecidir. Oysa iletişim yalnızca iki birey arasında bir düşünce, bilgi yada davranışın aktarılması biçiminde açıklanmaya elverişli olmayan, karmaşık bir süreçtir. Herhangi bir iletinin iki birey arasında aktarılması, tarih içinde zaman ve yer kavramlarıyla bağlantılıdır (Ersan İlal).

4.1.2.Bir İletişim Aracı Olarak Dil:

İnsanlar arası iletişim iki yoldan sağlanır. Bu iki yoldan biri sözlü dil ve diğeri de görsel dil'dir.

Sözlü dil terimiyle: 'konuşma dili', 'mantıksal dil', 'oral ifade', 'parole', 'speech', 'sprache' gibi kavramların tümünü, Görsel dil terimiyle de: 'görülen', 'optik', 'grafik', 'plastik', 'pandomim', 'dans', 'ikonik beden dili' gibi kavramların hepsini ifade etmiş oluruz.

Sözlü dil, ses işaretleri sistemlerinden oluşur. Semiotik'te en önemli işaret sözcüklerdir. Akıl, bu sözcükleri objeleri anlamada ve bilgisini başkalarına bildirmede kullanmaktadır. Homo Sapiens denen biyolojik cinsin 'insan dili' diye bir dili yoktur. İnsanda, çok sayıda diller ve aynı zamanda dil öğrenme gibi bir durum vardır. Yani, insanda hiçbir söz dil içgüdüsü yoktur.

Bütün insan dilleri, eylemde bulunan iki kişi arasındaki anlaşmaya yararlar. Sözlü dil, insanın toplumsal işbirliği olanağını sağlar ve bu toplumsal işbirliği olmadan insan var olamaz. Sözlü dil insanda bütün insani olan'ın, tarihte kültürel olan'ın taşıyıcısıdır. İnsanın pragmatik bir anlaşmadan öte, objeleri obje olarak kavraması, onlar üstüne konuşması, onları anlatması ve onlara ad takması ile mümkündür. Dış dünya karşısında insan bilincinin temel işi olan ad-takma bunun için gereklidir. Ancak, tinsel

varlığa sahip olan bilincin objeleri olabilir. Oysa, tinsel varlıktan yoksun bir bilinç, yalnız suje ile ilgili bir bilinçtir ve bilinç olarak da gelişmemiştir.

İnsanın sözlü dil'i salt bir bildiri ve anlaşma aracı değildir. O, düşünceleri de biçimlendirir. Zaman ve mekanı insan açan sözlü dil'dir. Sözlü dil dış dünyaya çevrilmiştir ve başlıca da 'görülen' dünyaya yönelmiştir. Bundan ötürü, insanın subjektif durumlara uygun sözcükleri yoktur. Bunları dış dünyadan alınan kavramlarla tarif etmek zorundadır. Örneğin, bir korku duygusu anlatılamaz; ancak, bu korkunun içinde doğduğu durum tasvir edilebilir. İnsanda oluşan her şey sözlü dil'le anlatılamaz.

Bir fikri ifade etme isteği bu ifadeyi mümkün kılan seçilmiş sözcükler sayesinde varsayılır. Sözlü dil'in genel anlamı, sözcüklerin özel anlamından daha güçlüdür; oysa bu, sözlü dil'in ifade olanağını ve fantaziyi daha da daraltmış olur. Yani, sözlü dil insanların bireysel ve psişik dünyalarında, bilinç dışı'larının derinliklerinde duyup belirtmek istediği birçok şeyi, anlatıp ifade edebilmek için hiç de yeterli değildir.

Görsel dil'e gelince, görsel dil yada daha sınırlı bir deyimle 'grafik dil', insan doğasına bağlı en ilkel ve en içten ifade biçimlerinden biridir diyebiliriz. Grafik dil, filogenez bakımından sözlü dil'den ve simgesel yazı dilinden öncelik gösterir. Grafik dil'in kapasitesi büyük bir olasılıkla bir sözlü dil'i kazanmadan öncedir ve ondan fazla yoğunlukta bir anlaşma iletişim gücüne sahiptir. Grafik dil'de, sözlü dil'de ortaya çıkan fantazi ve ifade olanaklarını daraltan kurallar yoktur. Grafik dil, olanaklarını sınırlayan entellektüel disiplinler olmaksızın, katı kurallara boyun eğmeden kendiliğinden ortaya çıkar.

Grafik dil, anlamını açıkça deforme eden stereo tipleşmeler yada kültürel bulaşma olmadan, ilk insan soylarında olduğu gibi kendiliğinden gerçekleştirildiği zaman, onu aniden yakalayan seyirciyi, ürünün özgün kaynaklarındaki canlı içerikle doğrudan doğruya temasa geçiren bir 'kısa devreli dil' olur.

Grafik bir üründeki ifade, herhangi bir açıklamayı gerektirmez. Sonradan yapılan açıklamalar, onun değerine genellikle çok şey eklemez.grafik ürün, yorum zorluğu olmadan kendiliğinden konuşur. Grafik ürün, seyircisi ile yaratıcısı arasında, herhangi

bir başka dilden, özellikle sözlü dil'den üstün bir ifade, temas ve iletişim olanağına sahiptir.

4.2.Psikiyatride Algı ve Dil:

Birey olarak yeryüzüne gelmekle beraber bütünleşmek ve toplumsallaşmak zorunda olan insan varlığı, çocukluk döneminden itibaren çevrenin, makro kozmik sfer'in etik, estetik, moral ve legal değerlerinin etkisi altındadır. Bireydeki, çevre düzenine ve değerlerine karşıt düşünce, istek ve dilekler bilinçdışı'na bastırılır. Bu ilk çocukluk döneminde başlar ve yaşam boyu sürer. Bastırılmış duygu ve düşünceler bilinçdışında görsel imajlar biçiminde simgelere dönüşür. Bu görsel simgelerin hasta tarafından sözlü dil'e çevrilmesi S.Freud'a göre psikoterapinin temel öğesidir. S. Freud daima sözlü simgelemden yana olduğunu söylemiş ve göstermiştir.simge, gerçek anlamda ilkel bir 'ideogram', bir tip 'resim'dir.

Onto-psikiyatri açısından sözlü dil fenomeninin taşıyıcısı tinsel varlık kategorisi, görsel dil fenomeninin taşıyıcısı ise psişik varlık kategorisidir. (S. Velioğlu)

4.3.Nöro-Anatomi ve Nöro-Fizyolojide Algı:

Algılama yalnızca hayatı tecrübe etmede değil, aynı zamanda hayatta kalmada da temel bir rol oynar.

Algı kavramını nöroanatomik ve nörofizyolojik olarak ele alırsak; insanın ileri zeka fonksiyonları serebral kortex aktivitesine ve serebral kortexin sinir sisteminin diğer bölümlerine bağlı olduğunu görebiliriz. Serebral Kortex hafıza depolanması ve hatırlamanın birçok özellikleri ile ilgilidir. Konuşma fonksiyonu ve anlama, müzik ve matematik yetenekleri gibi özel hünerler için gereklidir.

Serebral Kortex en yüksek kognitif (bilişsel) fonksiyonlarla alakalıdır.işitme ve görmede olduğu gibi vücut yüzeyine tatbik edilen birçok hissin algılanması ve bilinçli olarak anlaşılmasından sorumludur. Duyumun bir biçimi diğerleri ile entegre edilebilir ve mevcut hisler geçmiş tecrübelere bağlanabilir. Serebrum (beyin), sito-arkitektural farklılığı esas alınarak, Broadmann tarafından 52 anatomik alanla ifade edilir. Bazı alanların spesifik fonksiyonları olmakla beraber birçoğunun da ispatlanmış fonksiyonu bulunmamaktadır.

Serebral kortex 4.alanda insanlarda ve hayvanlarda vücut kaslarını ve extremiteler ile dil-çene-yüz-dudaklar-genitallerin hareketlerini temsil eder. 6.alan vücudun her iki yarısı ile ilgili hareketler için, hareketin daha önce planlanmasına yardım eder. Frontal göz alanı buradadır ve gözlerin volanter hareketlerinden sorumludur. 17. alan hareket eden objeyi takipte olduğu gibi, visuel tembihle gözlerin hareketlerini sağlar. 9-10-11-12. alanlar kısa süreli hafızada önemlidir. Bu bölgelerin (profrontal kortex) lezyonuna uğrayan deney hayvanları azalmış hiddet ve azalmış emosyonel cevaplar gösterirler. Bu bölgeler fikirlerin ve aktivitenin bilişsel entegrasyonunu ilgilendiren fonksiyonlar için elzemdir (belli bir amaca doğru anlamlı, komplex, uzun süreli aktiviteyi planlamak ve yapmak). 1-2-3. Alanlar vücudun karşı tarafındaki dokunma, basınç, pozisyon hisleri ile ilgilidirler. 18-19. alanlar görme alanlarıdır. 22. ve 42. alanlar işitme alanlarıdır.

Sol parietal lob lezyonlarında hastaların çoğunda lisan bozuklukları ortaya çıkar. Sağ parietal lob lezyonunda ise lisan genellikle korunur fakat sol yarı mekanın algılanmasında bozukluk oluşur. İşitme ve görme alanları temporal lob içinde oldukça geniş yer kaplayan bölgelerdir. Buralarda görsel ve duysal deneyimler depolanırlar, sanki sesli sinema filmi gibi sürekli teybe alınmaktadırlar. Bu alanlar yeni bilgilerin öğrenilmesi ve eski olayların hatırlanması için önemlidirler. Maymunlarda buranın alt kısmının lezyonu gördüğünün tanınmasını önler. Üst kısmının lezyonlarında ise işittiğinin öğrenmesinin bozulmasına neden olur. Temporal lobun fokal irritasyonu ile ortaya çıkan epileptik nöbetlerde işitme halusinasyonları olabilir. Bazen hal ve geçmişteki yaşantıların karıştırıldığı hafıza bozuklukları görülebilir, böylece o an'a ait bir olay, daha önce geçirilmiş bir olayın tekrarına benzer. Buna DÉJÀ VU FENOMENİ denir. Temporal lob kısaca hafıza açısından oldukça önemlidir.

Agnozi: bilme işlemi (gnosis) o andaki hissi fenomenlerle geçmiş deneyimlerin karşılaştırılmasını gerektirir. Uygun hissi sistemler doğru ve yeterli bir şekilde görevlerini yaptıkları halde uyaranları algılamada bozulmaya agnozi denir. Agnozi görsel, dokunma ve işitsel olabilir. Visuel agnozide görme keskinliğinde defekt olmaksızın objeleri görme ile tanıma arasındaki bozukluktur (18-19. Alanlar). Taktil (dokunma) agnozide dokunma ile objelerin tanınmasındaki bozulmadır (40.alan). Oditer agnozide işitmesi sağlam olan bir hastanın işittiğini anlayamamasıdır.

Afazi: meydana gelişi ve anlaşılmasına bakılmaksızın dil iletişim için gerekli kelimelerin ve gramer kurallarının toplamıdır. Konuşma ise konuşulan dilin meydana gelişidir. Afazi bir konuşma bozukluğudur. Ya kelimelerin ya da gramerin yapımı veya anlaşılmasındaki bozulma ile ortaya çıkar. Burada dominant hemisferde 3 bölge afazi için önemlidir. Broca alanı lezyonlarında expressif afazi görülür. Yani kişi konuşmayı yavaş olarak yapar ve zorlukla sesler oluşturur. Cümle ve gramer kurgusu ve tekrarı bozuktur. Wernicke alanı lezyonlarında reseptif afazi görülür. Kişi konuşmayı gramer kuralları ile normalden hızlı yapar. Fikirlerini ifade edecek doğru kelimeyi bulamaz, böylece kelimeleri atar, anlamı olmayan kelimeler kullanır veya kelimeler uydurur. Parietal alan lezyonları konduksiyon afazisine neden olurlar. Kişinin söylenileni tekrar zorluğu vardır.

Okuma yeteneğinin kaybına ALEKSİ ve yazma yeteneğinin kaybına AGRAFİ denilir.

4.4. Duyum:

İnsanın çevresi ile olan ilişkisinde otomatik olarak yaşanan ve durmaksızın duyu organlarına ulaşan etkilenimleri ve bunların yarattığı değişimleri duyum olarak tanımlamak olası. Duyum; canlılara özgü doğuştan kazanılan genetik varoluş zırhı.

Duyum, duyular aracılığıyla edinilen izlenim olarak tanımlanır (Büyük Larousse). Tüm canlı organizmalar çevrelerine bir duyum ilişkisi ile bağlanmış durumdadır. Ne

var ki, insansal duyum diğer canlılardan farklıdır. Kartal ile, köpek ile, yarasa ile karşılaştırınca insanın duyum yeteneğinin sınırlarını daha iyi anlayabiliyoruz. İnsan diğer canlılara göre duyum yetenekleri açısından tamamen de donanımsız değildir. İnsan duyumsal dürtüleri daha rafine bir biçimde işleme ve bu bilgilerden azami ölçüde yararlanma yeteneğine sahiptir. Özetle, insan işitme-görme-dokunma-tat ve koku duyumları açısından yaşam mücadelesinde yeterli donanımlara sahiptir. Üstelik insan bu duyumları işleme ve bellek denilen merkezinde depolama özelliğine de sahiptir. Fark buradadır ve yaşamsaldır.

4.4.1.Duyu Organları:

Dış gerçekliğin ve ona ait dünyanın algılanabilmesinin ön koşulu olan duyu organlarımız acaba bize ‘gerçeklik’ hakkında ne kadar doğru bilgi sağlamaktadır? İlk çağlardan bu yana bu soru felsefenin de temel sorunlarından birisi olmuş ve insanlığı meşgul etmiştir. Sınırlı ölçülerde algılayabildiğimiz evrensel gerçekliğimizle ne kadar örtüşmektedir? Ya ruhumuzun duyumları içsel olanla denk düşmüyorsa? Temel sorular arttırılabilir ama öncelikle fiziki duyumları kısaca gözden geçirmekte fayda var.

4.4.2.Görsel Duyum:

Görsel duyumu gerçekleştiren organımız göz’dür. Görme alanımıza giren nesnelerin ve şey’lerin görsel duyumu sinirsel bağlantılar yoluyla beyinde tamamlanan bir nöro-fizyolojik süreçtir. Dış dünya ile duyumlar aracılığıyla oluşturduğumuz bağlantının en önemli halkasıdır. Işık, renk, biçim, hareket, derinlik vs. unsurlarına dayalı görüntülerin tanımlamasını yapıp, bu bilgileri beyne taşıyan göz’dür. İnsanın görme organı olan gözü objektiflerin geliştirilmesinde insan için önemli bir başvuru kaynağı görevini de üstlenmiştir. Göz, objektifin yanı sıra aynı zamanda fotoğraf makinesi,

sinema televizyon kameraları ve televizyon alıcısının keşfinde de örnek alınmış bir organdır. Thomas Young'ın 1801'de yaptığı deneyde ortaya koyduğu gibi insan gözü retinası mavi-yeşil-kırmızı renklere karşı duyarlıdır. Fenomenlerden gelen ışık hangi hücreyi etkilerse biz de o objeyi o renkte görürüz (Andreas Feininger). Video bandlar, sinema filmleri, televizyon alıcı ve kameraları bu yöntemden yola çıkarak geliştirilmiştir. Dış dünyadan duyumlar aracılığıyla elde ettiğimiz bilgilerin büyük bir oranını (yaklaşık %80) görsel duyum aracılığıyla elde etmekteyiz.

4.4.3.İşitsel Duyum:

İşitsel duyumu gerçekleştiren organ kulak'tır. Dış fenomenlere ilişkin beyne bilgi taşıyan en önemli ikinci organdır. Ses dalgalarını yakalar, toplar, çeşitli mekanik işlemlerden geçirdikten sonra sinirler aracılığıyla beynin ilgili merkezine iletir. Mikrofon, hoparlör, radyo, kasetçalar, ses işleme cihazı ve yardımcı malzemelerinin teknolojik modeli işlevini kulak görmüştür.

4.4.4.Tatma-Koklama-Dokunma Duyumu:

Tatma-koklama-dokunma duyumları % 5-10 arasında bir duyum doygunluğuna sahiptir. Ancak tamamı önemli ve belirleyici yaşamsal fonksiyonların sağlanmasına aracılık etmektedir. İnsan beslenmesinde, fizyolojisinin gereksinimlerinin karşılanmasında, insan ruh sağlığının üzerinde önemli etkileri vardır. Dokunma duyumu ilkel insandan bu yana dış gerçeklik konusunda en belirleyici duyum organı da olmuştur. İnsanın duyu organları, yani insansal iletişim kanalları, insana içinde yaşadığı doğa hakkında hiç denilebilecek kadar az bilgi vermiştir." *İnsanların evrenin sonsuzluğuna göz atabilmeleri için önce bir yükselticiye, sonra başkasına (Sokolov), ardından da ters yönde bir büyütece gereksinimleri vardır."* İnsanoğlu, tüm donanımına karşın dış dünyayı algılamada duyu organlarının yetersizliğini görmüş ve bu handikapını aşmaya çalışmıştır. Son dönemde bilimde oluşan gelişmeler sonucunda (özellikle tıp) yeni bir görüşe göre de insan bağışıklık sistemi yeni belki

de otonom bir beyin-algı merkezi olarak da tanımlanmaya çalışılmaktadır (San Diego görüşü).

Özetle, şeyler göründükleri gibi olmayabilirler (Arnheim). Belki de duyumsal deneyimler bir yanılsamadır (Parmenides). Akıl hepsinde mutlak gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Duyumları yorumlama ve onları anlamlı hale getirme sürecine ALGI denir (Morgan). Algı; öğrenme, deneyim, yorum ve anlamlandırmayı içeren aktif bir seçme ve reddetme sürecidir. Algılama aktif olduğu kadar, uyuma yönelik ve kendini düzenleyen bir süreçtir de (homeostaz) (Marc Bornstein). Kant'a göre algı; bir görüntünün bilinç düzeyinde tasarımı, bize verilen ilk şey, ilk bilince dayalı olan ve algı denilen görüngüdür. Hegel ise algıyı bilincin duyusal keskinliği edindikten sonra ulaştığı ikinci tür bilgi olarak tanımlamaktadır.

Bütün bu felsefi tartışmaların yanında algı, bütünsel bir süreçtir. Duyu organlarının çevresel enformasyonları toplayarak sinir iletimleri aracılığıyla insan beyninin ilgili noktalarına ulaştırılması ve bu bilginin depolanarak anlamlandırılması ile sonuçlanan bir işlem bütünüdür algı. İnsanlık tarihinin ortak yaşamsal deneyimlerinden de oluşan şifreler-simgeler insan bilincini devreye sokarak yoruma ulaşır. Karşılık olarak yeni deneyimlerle de öğrenir. Alt kimlikler belleğin algılamasını da doğrudan etkiler. kültür farklılıkları, cinsiyet farklılıkları, din farklılıkları, dil farklılıkları, yaş farklılıkları, kuşak farklılıkları vs. algı durumumuzu da doğrudan etkilemektedir. Lumiere kardeşlerin 'Bir Trenin Gara Girişi' filminin ilk gösteriminde yaşananları anımsayalım. Algı aynı zamanda seçici olma özelliğine de sahiptir. Annenin çocuğunun sesini varolan her türlü gürültüye rağmen uzaklardan seçebilmesi gibi. İnsanın anlık durumu ve ruh hali de algı düzeyini etkilemektedir. Stereo tiplerle karşılaştırma yöntemi algı durumumuz için son derece önemlidir. Devamlı faaliyet halinde olan enformasyon edinme gereksinimi insanın içine yerleşmiştir. Bu gereksinim, insanın doğasının derinliklerinden, kendini koruma içgüdüsünden kaynaklanmaktadır.

4.5. Görsel Algı:

Algıda en önemli ve birincil pay görme duyumuza aittir. Neredeyse algımızın hemen tüm gereksinimlerini tek başına karşılamaktadır görme duyumuz.
Kendiliğinden işleyen dış dünya ile iletişim sürecinde görsel algıyı etkileyen başlıca unsurlar; şekil, kompozisyon, renk, hareket, derinlik, ışık, yön ve içeriktir.

Görsel algı insana hareketli ve hareketsin nesneleri algılama, 120 derecelik bir bakma açısı ile görme, renkli bir görüngüler dünyası taşıma, akomodasyon yapma, binoküler görüş ile üç boyutlu nesneler dünyasını algılamayı sağlar (Kafalı). Ancak görme alanımız sınırlıdır. Makro ve mikro alemi görme şansımız yoktur. Sadece gereksinimimizi sağlar. Bir anlamda yaşamsal olanla sınırlıyızdır. Eflatun'un 'Devlet' adlı eserinde yaptığı mağara örneğinde olduğu gibi, gerçek görecelidir. İçinde bulunulan koşullar gerçekliğe farklı anlamlar yüklemektedir.

4.5.1.Görüntü Algısında Işık:

Yeni doğan bir bebekle amip arasında, algılamanın ilk aşamasında çok az bir ışık duyarlılığı ve reflexi vardır. İnsanların ve yaşamlarını gündüz sürdüren hayvanların yaşamları için ortam hazırlayan ışık, yaşamı ortaya çıkartan bir öğe olarak görsel algılamayı, mekana ve zamana uyumu sağlar. Çevremize baktığımızda beynimiz, göz aracılığıyla çeşitli ışık sinyallerini algılar. Bunlar nesnelerin üzerine düşen ve nesnelerden gözümüze yansıyan ışıklardır. Çevremizdeki her nesneden yansıyan ışık farklı yoğunluk ve içeriktedir. Nesnelerden yansıyan ışığın yoğunluğu aydınlık ve karanlık alanları, yani ışığı ve gölgeyi, yansıyan ışığın içeriği de rengi ortaya çıkarır (Levent Kılıç). Işığın görüntü açısından en temel işlevi nesneleri görünür kılmaktır. Nesnelerin algılanabilmesi için ışık zorunlu şartlardan biridir. Işık, nesnelerin şekil ve formlarını ortaya çıkartan, onları görünür kılan bir işleve sahiptir. Görsel algı için en temel ışık kaynağı güneştir. Gözümüz ışıklı ortamda görsel duyumu gerçekleştirir. Gözün yapısı ışık için gelişmiş bir mekanizmadır.

4.5.2.Görüntü Algısında Şekil-Biçim :

Form ve şekillerin algılanması, mercek yoluyla ışınların bütünleşmesi sistemini kullanan omurgalıların, anında hareket edebilen gözüyle başlar. Nesnelerin insan algısı tarafından fark edilebilmeleri için belirli bir kütleye sahip olmaları gerekir.bu kütlenin almış olduğu form insan algısı için temel referanstır. Bu şekil ve biçimler göz tarafından yakalanır ve beyne taşınır. Beyinde ilgili görme alanında gerekli proseslere tabi tutulduktan sonra ise tanımlanır. Ancak böyle bir süreç sonrasında kişi form

hakkında bir bilgiye sahip olabilir. Bu bilginin oluşumunda bireyin içinde yetiştiği kültür ve kimlikler evreni de belirleyici olmaktadır. Gerçekliğin bir ölçüde yeniden sunumunu oluşturan algılar, algının fiziksel, kültürel, algılayanın psişik, fizyolojik, kültürel özelliklerine göre biçimlenmektedir. Bu da, nesnelerin algılanabilir özelliklerinden farklı olarak değerlendirilmesine yol açar (İhsan Derman).

4.5.3. Görüntü Algısında Hareket:

İnsan düzeyindeki algılamanın başlangıcında, hareket eden uyarılara karşı özel bir duyarlılık mekanizması da önemli bir yer tutmaktadır. Uyarıların, görme alanının en dış çemberine yakın bölgelerinden geldiği durumlarda bu özel duyarlığın önemi daha da artmaktadır. Bu tür algılama, retinanın evrim açısından en yaşlı olan dış yüzeyi yoluyla gerçekleşmektedir(Genç Sipahioğlu).

İnsan gözünün en temel algılayabildiği unsurlardan bir tanesi harekettir. Hareketli objeler her zaman hareketsiz objelerden daha kolay ayırt edilme ve fark edilme özelliğine sahiptir. İnsan gözü hareketsiz objeleri de fark edebilme yeteneğine sahip olmasına karşın canlıların çoğunda algılama için hareket unsuru temel alınır.

Hareketsiz objelere karşı tepki vermezler. Çünkü hareket bir canlılık ve bir yaşam belirtisidir. Hareket eden bir varlığın şekline, biçimine, cinsine ilişkin yargıya varmak daha kolaydır. Hareket o canlının hatlarını daha belirgin bir şekilde ortaya çıkarır. Ağaç dalında hareketsiz duran bir kuş leke gibi algılanabilir. Durağan objeler; huzur,

istikrar, rahatlık, bir gevşeme yaratırken, hareketli objeler; heyecan vericidir ve merak uyandırır. Hareket sinema filminin izlenmesinde de önemli bir öğe olarak öne çıkar.

4.5.4.Görüntü Algısında Renk :

Renk algılamasının başlaması canlıların evrim sürecinde böceklerle başlar. Örneğin arıların mor ötesi ışınlara karşı duyarlılığı oldukça fazladır. Kapalı havalarda güneşli bölgeleri daha kolay keşfederler.insandaki görme alanının aydınlatma, yaklaşma veya genel algılama bölgesinden merkeze doğru hareket etmek suretiyle yavaş yavaş beliren fiziksel varlık, renklerden çok daha önce fark edilmektedir. Bu durum retinanın yapısıyla ilgili olup, retinanın dış yüzeylerinin merkeze oranla daha az duyarlı olması gerçeğiyle açıklanabilir (Genç Sipahioğlu).

4.5.5.Görüntü Algısında Derinlik-Perspektif :

Perspektif, nesnenin oluşan görüntü üzerinde bir nokta biçiminde merkezileşmesini sağlar. İlkel, klasik perspektifte uzay, süresiz ve heterojendir
(Steave Neale). Karada yaşayan hayvanları ürküten en eski şey düşme korkusudur. Bu nedenle hareket etmeye başladıkları andan itibaren, insan ve hayvanlarda düşme tehlikesini önceden algılama yetisi de yavaş yavaş gelişmeye başlar.

Tüm görsel sunumlarda olduğu gibi perspektif, görme, bakma, izleme isteğini doyurmak ve görsel gezinti zevki yaratmak için oluşturulurlar. Bakış göz ve uzay birbirlerine o denli kusursuz bir biçimde bağlanmıştır ve o denli uyum içinde çalışmaktadır ki, nesnenin kendisi aynı, konu aynı olarak algılanabilirler
(Neale).

4.6. Sinematografik Algı:

Gerçek, insanın hiçbir zaman keşfedemediği bir yalandır (Sam Peckingah). İnsan tarafından görülmese de, algılanmasa da, hissedilmese de insanın dışında bir gerçeklik vardır. Bu gerçeklik kütlesiyle, etkisiyle, görüntüsüyle canlı varlıkların duyu organları tarafından bir şekilde saptanır. Eksik yada fazla ama mutlaka saptanır. Dış gerçekliği algılamak canlı yaşamın vazgeçilmez koşuludur.

Gerçek, görünenin kendisidir. İçinde yaşanılabilir, dokunulabilir. Eni, boyu ve derinliği vardır. Wilhelm Flusser'in yorumuna göre de "ölümüne kadar önümüze çıkan her şey" olarak da tanımlanabilir. Gerçek süreklidir, kesintisizdir. Yaşamın şimdiki zamanıdır. Dış gerçeklik bütündür, parçalanamaz dış gerçekliği bölmek parçalara ayırmak insan için olanaksızdır.

Her şey birbirine neden-sonuç ilişkisiyle bağlanmıştır. Bütünlüğün, oluşumun bir mantığı, nedeni vardır. Bu gelişim ise insanın dışındadır, kendiliğinden oluşur, kendi fizik yasaları vardır.

Sinematografik görüntü hammaddesi plastik olan bir selüloit üzerinde oluşturulmuştur. Belirli bir kütlesi vardır, ancak gerçek boyutlarının çok küçük bir oranı olan bir dikdörtgen içine sığdırılmıştır. Asla gerçek değil, gerçeğin bir kopyasıdır. Bu malzeme üzerine sabitlenen görüntü bir de projeksiyondan geçirilerek ışık hüzmeleri halinde sinema perdesi üzerine yansıtılır. Buradaki işlem yabancılaşmanın bir başka boyutunu oluşturur. Selüloit parçasına dokunabilir, oradaki görüntüyü çıplak gözle de görebilirsiniz, ancak dış gerçeklikte olduğu gibi gerçek yaşamsal süreçleri duyumsayamazsınız. Derinliği içersinde kaybolduğunuz, yaşadığınız, hissettiğiniz, dokunduğunuz üç boyutlu gerçeklik sinematografik görüntüde kaybolmuştur. Onun yerine 3'e 4'lük oranlara hapsedilmiş, yalnızca eni ve boyu olan iki boyutlu yapay, gerçekliğin bir simülasyonu ile karşı karşıyayızdır.

Sinematografide simülasyona dönüşen bu gerçeklik, sinema için yalnızca bir malzemedir artık. İşlenecek, yoğrulacak, düzenlenecek bir malzeme. Bu malzeme işlemlerin her aşamasında kesilir, biçilir ve yeniden düzenlenebilir. Asla kesintisiz değildir. Sabitlenmiş, dondurulmuş parçalardan oluşan birer yapay görüntüdür artık onlar. Hapsedilmiş karelerle rulolanıp, makaralara sarılan bu görüntüler perde üzerine yansıtılmak üzere hazırdır. Gerçek artık sinemasal gerçeğe dönüşmüştür.

5.Sinema Sanatı ve Gerçeklik İzlenimi Üzerine

Sinema ve Terapi konusunda ilerlerken, mutlaka irdelenmesi gereken en önemli konulardan birisi de gerçeklik izlenimi ve sinema estetiği olmalıdır.

5.1.Sinema Estetiğine Bir Bakış

Estetik sözcüğü Grekçe ‘aisthesis’ ya da ‘aisthanesthai’ sözünden gelmektedir.sözcük anlamı duyum, duyulur algı anlamına geldiği gibi, duyu ile algılamak anlamına da gelir. Bu anlamda kökeninde bulunan bu duyusallık, estetik denilen bu olgunun da yaşadığını gösterir. Tıp alanında kullanılmakta olan anestezi terimlerini düşününce durumun somutluğunu ve güncelliğini anlamak daha da kolay olmaktadır.

Kant estetik sözcüğünü hem duyusallık anlamında hem de bugünkü estetik bilimi anlamında kullanır. Estetiğe bu adı veren Alexander G.Baumgarten’dir. Aesthetica adlı kitabında aynen şöyle belirler durumu; theoria liberalium artium, gnoseologia inferior, ars pulcre cogitandi, ars analogi rationis= özgür sanatlar teorisi, aşağı bilgi teorisi, güzel üzerine düşünme ve akla benzeri bir yeti bilimi.

Bir başka teoriye göre de estetik’in kurucusu(Croce’ye göre), İtalyan filozof Giovanni Battista Vico’dur. Tarihsel süreç içinde oldukça geliştirilen estetik olgusu üzerine çalışmalar Kant’tan günümüze, Feuerbach, Hegel, Marx-Engels, Wittgenstein,

Worringer ve daha birçok kuramcının temel sorunsalı olmuştur. Burada bizim ele alacağımız konu itibarıyla felsefi ve kuramsal bir estetik tartışmaya girmemiz olanaksız olup, temel argümanımız olması dolayısıyla sadece tarihsel dizgeden bir başlangıç olarak bahsetmemiz gerektiği için konu ele alınmıştır. Unutmamak gerekir ki tarihsiz hiçbir olgu yoktur.

Geçerken ele almamız gereken bir başka bölüm de Marxist estetik kavramı ve tarihselliğidir. Marx ve Engels'in yazılarında sistematik bir sanat teorisi bulunmamaktadır. Bununla birlikte her ikisi de yaşamları boyunca estetik ve sanatla ilgilenmiş ve son birkaç onyıl içinde özellikle Marxist estetik kuramı oluşturmaya yönelik çok sayıda girişim için temel olabilecek çeşitli kısa yorumlarda bulunmuşlardır.

Marx'ın yapıtlarında estetik;

Yabancılaşmamış emekten nitelikçe farklı olmayan yaratıcı emek olarak sanatın doğası üzerine yapmış olduğu yorumlardan bir hümanist estetik kuramı oluşturulmuştur (Vazquez, 1973). Marx mimar ile arı örneklerini karşılaştırarak, emeğin özsel olarak insani niteliğinden söz ederken (Kapital, 1. Bölüm, 5. Kısım, 1), mimarın, ayrıcalıklı bir sanatçı kategorisi olarak değil, yalnızca bir insan işçi örneği olarak anılması anlamlıdır. Bütün yabancılaşmamış emeğin yaratıcı olduğu ve bu nedenle de öz olarak sanat emeği ile aynı olduğu anlayışı, bize, sanata tarihsel gelişimi ve diğer etkinliklerden ayrılığı içinde bakma cesareti vermekte, sanatın gizemlileştirici özelliğini başarı ile ortadan kaldıran bir hümanist estetik için temel oluşturmaktadır. Bu görüşten zorunlu olarak çıkarılan sonuç, kapitalizm koşullarında sanatın, diğer emek biçimleri gibi, gittikçe yabancılaşmış emek durumuna geldiğinin kabul edilmesidir.

Kapitalizm koşullarında sanatsal emeğin ve kültürel ürünlerin çarpıtılmasının bu çözümleme biçimi, içinde, değer yasası eliyle ve kültürel ürünlerin metalar durumuna dönüştürülmesi sayesinde, kültürün ve sanatın, işlevleri siyasal suskunluk sağlamak olan uzlaşmacı, taklitçi, değersiz şeyler konumuna indirgendiğini belirtilen 'sanayi

kültürü'nün daha sonra yapılmış eleştirilerinin (örneğin Adorno ve Horkheimer) öncülünü oluşturur.

'İnsanlar kendi tarihlerini yaparlar' ve bilinç siyasal dönüşümde yaşamsal bir rol oynar biçimindeki Marxist düşünceden Mayakovski, Brecht ve Benjamin gibi estetikçi ve sanatçılardan, Godard ve Pasolini gibi yönetmenlere dek pek çok kişi, estetik pratik için bir program çıkartmıştır.

5.2.Estetiğin temel konuları;

Gerçekçilik kavramı, sosyalist gerçekçiliğin çeşitlemeleri de dahil çok sayıda marxist estetikçi için merkezi önemini korur. Aynı zamanda gerçekçilik iki saldırı biçiminin hedefi olmuştur.

Birincisi; klasik 19. yy. Gerçekçi edebiyatının 20.yy. okurları ya
da seyircileri için artık artık uygun olmadığını ve özel
olarak da radikalleştirme gücünden yoksun bulunduğunu ileri süren Brecht ile Lukacs arasındaki ilk tartışmaya kadar geri gider.

Konunun, sanatın toplumun doğru, eleştirel bir anlatım mı, yoksa taşıdığı devrimci potansiyeli bakımından mı değerlendirileceği noktasına geldiği açıktır. Bu tartışmanın günümüzdeki iz düşümü sanatta, edebiyatta ve dramadaki geleneksel anlatım biçimleri karşısında avantgarde ve formel yenilikçi anlatım biçimleridir.

İkincisi birincisinin; yapıtın içeriği radikal olsa da edilgin ve eleştirisiz değerlendirmeleri cesaretlendirdiğini ileri sürmektedir. Gerçekçiliğe ikinci saldırı bu tartışmayla ilgilidir. Birleşik ve tutarlı bir anlatım üzerine kurulmuş olan geleneksel gerçekçiliğin yansıttığı şeydeki gerçek çatışma ve karşıtlıkları gizlediğini ve temsil ettiği dünyada yapay bir birlik tasarımladığını savunur.

Öte yandan modernist bir metin çatışmayı yakalama ve metni parçalara ayırma, akışını kesme teknikleri ile sözü susturmaya ve gizlemeye olanak vermektedir. Bu eğilim Althusser'in çalışma arkadaşı olan Pierre Macherey'in çalışmalarından ve Roland Barthes ile Julia Kristeva gibi Fransız gösterge bilimcilerden etkilenmiştir.

Marxist bir estetiğin gelişimi estetik değer anlayışını ortaya çıkarmıştır. Yalnızca sanatların kendilerinin değil, aynı zamanda sanat eleştirisi pratik ve kurumlarının da ideolojik ve çıkar-bağlı olarak yorumlanmak zorunda olduklarının kabul edilmesi, sanat eserleri üzerine değer bildirimlerinin göreli ve keyfi doğasını ortaya koyar. Değer sorunu Marxistler tarafından güncel olarak, eleştirinin görece ideolojik gereklerine büyük bir istekle rıza gösterilmesinde, antropolojik ya da psikolojik olarak varsayılmış evrensel insan nitelikleri üzerine temelleşmiş olan güzel ve değerinin mutlak ölçütlerinin yeniden öne sürülmesi çabasına kadar uzanan bir çeşitlilik içinde karşılanmaktadır.

5.3.Sinema estetiği ve gerçeklik sorunsalı;

Müzik bir yana bırakılırsa hiçbir sanat sinema kadar insanın günlük yaşamının içine girmemiştir. Çağımızın en önemli kitle iletişim aracı olan televizyonun yaygınlaşması ile denilebilir ki sinema insanın günlük yaşamının kopmaz bir noktası haline gelmiştir. Artık sinema sanatıyla karşı karşıya gelebilmek için karanlık sinema salonlarının 'büyüleyici' havasına gerek kalmamıştır.

Bir başka 'büyü' kutusu, TV, yaş-dil-din-kültür-sınıf farkı ayırt etmeksizin, sinemayı insanların ayağına getirmekte ve günlük yaşamın bir parçası haline sokmaktadır. Bu olgu olumlu olduğu kadar, olumsuz bir durumu da ifade etmektedir.

Bir yandan sinema sanatından yararlanan insanların sayısı artarken, öte yandan onun içerdiği yanılsamacı etkiler de yaygınlaşmakta ve zaten günlük yaşamın

sıkıntıları içinde boğulup ne yapacağını şaşırmış duruma gelen geniş kitleleri akıl almaz düş dünyalarının tutsağı haline getirmektedir.

Burada söz konusu olan sinema, üç bin yıllık bir geçmişi olan dram sanatının doğal mirasçısı sayılan geleneksel, klasik sinemadır. Yüz yıla ulaşan sinema tarihinin, adı geçen geleneksel sinemanın dışında bir sinemaya tanıklık ettiği de pek söylenemez.

Geleneksel sinema, kendi içinde beliren çeşitli yalpalamalara, zig zaglara rağmen gelişimini sürdürmeye devam etmiş ve geniş seyirci kitleleri için bir 'düş makinesi' olma işlevini televizyon dizilerine de aktararak, günümüze kadar gelmiştir. Bu durum yeni bir estetik arayışı içinde olan Vertov'a hareket noktası için temel oluşturmuştur da denilebilir: sinema-dram halk için afyondur.

Ne var ki sinema-dram olmayan, ya da yapıntıya dayalı olmayan belge filmler de büyüleyici niteliklerini ortaya koymaktan geri kalmamaktadır. Zaten kendini yaşamın akışına kaptırmış olan seyirci, yaşamın görüntüsü tarafından büyülenmektedir.

Yada bir başka deyişle, gerçeğin kendisi büyüleyici olma özelliklerine sahiptir. Yaşamın görünen yüzünde ifade bulan olayları ortaya çıkaran kanuniyetlerin kendiliğinden görülebilir durumda olmayışı, toplumsal ve tarihsel gelişmeyi, gerçeği anlaşılmaz kılmaktadır. Böylece yaşamın içinde geçen olaylar da anlaşılmaz olan her şey gibi büyüleyici bir görünüm arz etmektedir.

Hatta denilebilir ki, sinemanın gerçeğin bir tıpkı sureti olma yönünde gösterdiği gelişme, onun büyüleyici olma özelliklerini arttırmaktan başka bir işe yaramamıştır. "Bu olguyu en iyi şekliyle Brecht formüle etmiştir: fotoğraf realitenin yansıması değil, yansımanın realitesidir" [22].

---

[22].Bertolt Brecht, Sur le Cinema, Paris, 1970.

5.4.Sinema estetiğinin günümüzdeki sorunları;

Sinemanın günümüzdeki başlıca işlevi geniş seyirci kitlelerini ‘eğlendirmek’ olarak beliriyor. Yüksek kar etme olgusunun doğal bir sonucu olarak ‘tür’ler ayrımı ne olursa olsun, ister müzikal ister polisiye, ortak özellik; en geniş seyirci kitlelerine ulaşarak onları bir buçuk saat süreyle ‘hoşça vakit geçirtmeolarak beliriyor. Bu eğlendirme olgusuna yakından bakıldığında farklı türlere rağmen bazı temel noktalarda ortaklıklar görülür; olaylar ve karakterler kesin hatlarla belirlenmiş olup, mutlaklaştırılır. Olaylar tek bir çizgi üzerinde gelişir ve süreçlerin ardındaki süreçler gösterilmez. Tüm karakterler olağan gelişimlerini gösterirler ve mutlak bir konum kazanırlar. Ancak bu optik kurallarını, cisimlerin ve alıcının hareketleri, çekim çeşitleri, alıcı açıları, görüş noktaları, dekor-kostüm ve film hileleri, oyunculuk, hepsi mutlaklaşmış karakterlerin, mutlaklaşmış olayların ve bunları pekiştirecek bir atmosferin yaratılmasına hizmet ederler. Olayların gelişimi bir çizgi üzerinde ve doğrusal bir yol izler. Yay şekline benzeyen bir gelişim içinde doruk noktası, bu noktaya vardıran gerilim ve son, belirleyici önemdedir. Haz buradan doğar; gerilimden kurtarılarak. İşte bu mekanizma belirleyicidir. Bu ancak yapıtın içinde kurulmuş olan yaşantının, gerçeğine en yakın bir kopyasıyla mümkün olabilir. Dünyanın bir kopyası, yani sinema, seyircinin eğlenmesini bu şekilde güvence altına alır.

Kabaca Hollywood’un düşüncesi şu şekilde özetlenebilir: tüm çaba ve harcamalar gerçeğe sahip çıkma adına değil, gerçeğin temsilcisi olmayı savlayan, bu görüntünün inandırıcılığını artırma adına yapılmalıdır (Jean Louis Comolli).

Burada Comolli’nin sözünü ettiği Hollywood düşüncesi, kuşkusuz Griffith’ten bu yana gelişmekte olan geleneksel sinemadır ve başta Avrupa olmak üzere tüm dünya sinemasıyla birlikte ‘burjuva sineması’ olarak da adlandırılabilir. Bu sinemanın tüm çabaları sinemadaki bu ‘gerçek hissini’ artırmak yönünde gelişmiştir. Senaryo, çekim senaryosu, provalar, çekim, kurgu ve senkronlaştırma gerçek hissini

artırma amacına yönelik birer tekrardan ibaret olup, hiçbir aşamada eseri değiştirebilecek bir müdahale söz konusu olamamaktadır.

"Gerçeklik izlenimi sinemanın varoluş nedenidir" [23]. Ve bu da katarsis'in ortaya çıkışına hizmet ettiği ölçüde bir tartışma konusu haline getirilebilir. Seyircinin aktivitesinin tüketilmesine neden olan bu eğlence anlayışı sanki Aristoteles'in sinemanın temel işlevlerine ilişkin söylediği söz gibidir: tragedyanın ödevi, uyandırdığı acıma ve korku duygularıyla, ruhu tutkulardan temizlemektir, katarsis (Poetika). "Bu noktada esas ele alınması gereken konu gerçeklik izlenimi değil, gerçeğin kendisidir"[24].

Sinema sanatının geçmişine bakıldığında, sinemanın, gerçeğin bir suretini verme özelliğinin, sinema kuramcılarının, yönetmenlerinin ve estetikçilerinin kafasını karıştıran en önemli etken olduğu görülmektedir. Bu, kuramcıları 'gerçeğe inananlar' ve 'görüntüye inananlar' diye bir süre ikiye bölmüş ve çözümü olmayan bir tartışmaya sürüklemiştir.

Gerçeğe inananlar da, görüntüye inananlar da gerçeğin 'keşfedilmek' zorunda olduğunu kavrayamadıklarından verimli sonuçlara ulaşamamışlardır. "Oysa ortaya çıkan yanılsama, gerçeğin kendisinden kaynaklanmaktadır"[25].

---

[23].Maurice Ponty-Merleau, Algılanan Dünya-Sohbetler, Çeviren: Ömer Aygün, Metis Yayınları, Aralık 2005.

[24].Mutlu Parkan, Brecht Estetiği ve Sinema, İdeart Yayınları, 1991.

[25].D. Vertov, Gerçek Sinema Dergisi, Sayı 7

6. Proje Adı: VENÜS'ÜN ÇİÇEK SEPETİ

6.1.Konu: Babasını kaybetmiş olan Caner 'yetişkin' olarak tanımlanan bir coğrafyada tek başına yaşamaktadır. Acemi bir yetişkin midir yoksa olgun bir çocuk mu? Cevabını aradığı yığınla soru karşısında çaresizce zamana sarılır. Ayrık ve ihtimal olan her şey canını acıtırken, minicik bir ikram gibi sesleri ve suretleri birbirine karıştırandır oysa. Hekimlik yaptığı mekanına geldiği Haydarpaşa Kampüsü'nde bir kuş uçumu insan yakınlığında bulur kendisini. Sislerini pusanır ve öpücükler kondurur 'ayrık' ve 'ayrı düşürülmüş' her şeye. Keşke her şey o çocukluk şarkısındaki gibi olsaydı bir de:

Venüs'ün çiçek sepetinde
Tatlı bir çocuğum
Annemin sesidir
Buradan duyduğum
Babamın sesidir
Buradan duyduğum'…

6.2.Tür: Kurmaca-Drama

6.3.Süre 8.00 dakika

6.4.Sinopsis: Caner Babasını kaybettiği günden bu yana hem aklında kalan ‘kendisini’ özlüyor ve sürekli kendini “doğurma” düşleri kuruyor hem Babasının bıraktığı izleri takip ediyor. Ne var ki arkaik bağları hareket etmesine bir türlü izin vermiyor. Kırılgandır ve bir o kadar da çaresiz. Çaresizliğin karşısında gölgelerine bölünüyor ve izleriyle bütünleşiyor. Geçmiş ile gelecek arasında sıkışıp kalmanın ne zor olduğunu sayıklıyor gibidir. Haydarpaşa’nın kendisini çeken yönleri sanki Caner”in bugünü gibidir; öylesine geçmişle doludur ki, gelecek dolambaçlı ve baş döndürücüdür.

Ailenin tüm izlerini! taşıyan Caner, her şeyin yepyeni olduğu bir dünyanın da peşinden sürükleniyor Haydarpaşa’da. Resimler, ardında bıraktığı koridor, hızla yol aldığı ve hep başa döndüğü hissiyle neredeyse koşuşturduğu merdivenler, dünmüş gibi karşılaştığı gravürler ve sırtındaki aile fotoğraflarıyla her şeyi ters yüz eden zaman ölçeri saat, Caner’in iç dünyasından fırtınaları ortaya koyuyor. Yaşadığı baş dönmesi ve o terapideki yüzler sanki aradığı ve belki de hiç bulamayacağı ‘kendisi’ midir? Her ne olursa olsun her şeyini paylaştığı küçük ,ağır ve sihirli dostu ‘Pinokyo’da yanındadır kuleye çıkarken. Sonu hüzün de olsa bu uğurda…Venüs’ün Çiçek Sepetinde tatlı bir çocuğum...Genetik resimlerle önünüzden akıp gidiyorum...

6.5.Sanatsal düşünce: Karanlığın bile bir gözü vardır ve ‘bir kral da sokakta, herkesin önünde asla ağlayamaz’. İçinde konuşmayan küçük bir kuş bulunan ‘Caner’, artık onu başka birisi içine alsın diye özgür bırakmak zorundadır. Hem de yüreğinde ‘yaralı boş bir kafes’ kalacağını bile bile! Yeryüzüyle erkenden tanışan tüm çocukların tuhaf yazgısıdır sanki bu! Her şeyin yepyeni olduğu bir ‘dünyada’ yalnızca yolculuk düşer paylarına ve çaresizce gitmekte olana sarılırlar. Gelmekte olan sarsıcıdır. Sancı büyütürler ruhlarında ve vedalaşırlar bir yas gibi artık konuşamayan kuşlarıyla! Hayatın sevilecek yanları sanki zamana biat etmekle başlar. Zamansa kapalı bir perdeden ara sıra yansıyanı ters yüz edendir iç dünyasında, bölünmüş yalnız çocukların. Bir mekan gibi, bimekan gibi. Sessizce ve sen’sizce büyüyendir. Kırılmış gerçekleri okur ‘Caner’. Dokunamadığı ve kendisini teğet geçen her şey karşısında Venüs’e sarılır. Çünkü sadece o kendisine çiçek verecektir, yükseklerde. Zeze’ye komşu bir içtenlik taşıyan Caner, hayat karşısında üşüdüğünü söyleyebilenlerdendir.

6.6.Amaç: Biyografik bir çalışma olarak da adlandırabileceğim film, ‘Caner’in 5 yıllık terapi sürecinde bir dönüm noktasıdır. Kayıplarla örülü bir öykünün ‘kurbanı’ olarak da tanımlanabilir Caner. Tek bir farkla ‘kurbanlaşmak’ istememektedir. Terapi süreci yaşamakta olduğu puslu ortamın içinde kendisini görmesini sağlamaya yönelik bir süreç olarak planlandı. Kendisine giydirilmiş olan ‘deri’ soyulurken kanadı ve oldukça canı-mız acıdı Caner’in. Farkındalıklara giden yolda zaman zaman müzik, resim ve sinema yaşanılan sürece hayat verdi. Film Caner’in edebiyattan ödünç aldığı José Mauro de Vasconcelos’un dinamik olarak kendisiyle özdeşleşen Zézé karakterine de bir gönderme,bir sevgi ve bir selamdır. Kimbilir belki de bu konuyu ele alan ‘ben’e ait izler de bulmak olasıdır. Vasconcelos’un üçlemesi Şeker Portakalı, Güneşi Uyandıralım ve Delifişek; Zézé’nin ışıl ışıl yüreğinin hayat öyküsüdür. Tıpkı Caner’in ve isimsiz ve ‘kendisi’ için şarkı söylemeyi sürdüren binlerce sevimli kahramanın da:

Irmak kıyısında
Kurbağa şarkıya başladı mı
Küçük kız,
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler…
Üşüdüğünü söyler…

6.7.Dramaturjik yapı: Filmdeki temel çatışma Caner’in soyut dünyasına-rüya yoluyla-girdiğimiz an ortaya çıkıyor. Can sıkıcı bir çok öğe simgeler yoluyla anlatıldığı için okuma süreci yorucu ve bir o kadar da Caner’in dünyasına mutlaka girilmesi gerektiği gerçeğini sürekli canlı tutan bir uyarandır da. Yaşam bir süreçler bütünüdür elbette. Bu bütün Haydarpaşa’nın önünde, koridorlarında, odada, merdivenlerinde, duvarlarında, geçmişinde ve kulelerde örülüyor. Anne ve babasının hayali, sesleri yankılanıyor ve gidip geliyor her an. Fakat tüm yollar ‘kendisine’ çıkıyor Caner’in. Çatışmanın başladığı ve bittiği yer o kocaman meydan savaşının verildiği yerdir; kendisi…

Filmde ritm sürekli bir gerilimi içeriyor. Özellikle koridorda resim önünde bir şeyleri kovalarken, girdiği salondaki gravürlerin önünde, merdivenlerden yansıyan dünyasına ait gölgelerde, duvar resimleriyle konuşurken, terapide içinde bulunduğu çaresizliği yansıtan yüzlerde aradığı anlamda, kulelerde son bulan yolculukta, sislerin sakladığı saat kulesinde, rüyadan çıkarken, hasta karşısında, Venüs'ün çiçek sepetinde…

6.8.Karakter analizi: Filmin tek ana karakteri Caner'dir. Yetişkindir. Büyüklerin dünyasına da biraz 'erken'dir Caner. Çocukluğuna ait tüm iyimser kalıplar 'Babasının kaybından' sonra kırılmıştır. Kendisi de öyledir. Kırılmaların sancısı yansımaktadır gözlerinden. Onca yük hareketsizliğe iterken Caner'i bir şövalye gibi de asil bir savaşçıdır aynı zamanda. Sinema öğrenimi sayesinde içsel bütünlüğü canlıdır ve ritm tutmaktadır hayata. Mesleği her şeyidir. İçindekileri seslendirendir belki de! Geçmişinden ödünç aldığı tekerleme, dünyası gibidir. İletişim kurmaya pek yanaşmasa da gelecekten umutlu olduğunu ve bu arayışından hiç vazgeçmeyeceğini kurduğu rüyalarla anlatmaktadır. Sezgileri açık ve espri anlayışı sarsıcıdır. Tavırları zekasını ele veren en güzel çiçeklerdir. Bir zaman arayışının en seçkin gezginidir 'yetişkin' coğrafyası ve Caner de bu coğrafyanın en iyimser fotoğrafıdır…

K.No Mekan Çekim Ölçeği m. KADRIN İÇERİĞİ VE DİYALOGLAR Ses ve Müzik Teknik Özellikler

---

1.sahne

1.Aile fotografları YP zaman içinde birer birer yerini alan insanlar; hüseyin dede, toplu aile fotoğrafı-paternal-, aziz dede, huri ebe, şükrü baba, sabri dede, toplu aile fotoğrafı-maternal-, sarıgül hanım, hacer hanım, şükrü baba'nın fotoğrafları görünüyor.

Irish Danny Boy Ballad

dış-gün-loş ışık

2. Haydarpaşa Kampüsü fotoğrafları UP GP YP TİLD zaman içinde birer birer yerini alan binalar; haydarpaşa tıbbiye-i şahane binası denizden görünüyor, mimari kroki ön yüzünden görünüyor, giriş bölümünden kapıya doğru görünüyor.

Irish Danny Boy Ballad

dış-gün-loş ışık

2.Sahne

3.Haydarpaşa bina girişi OP adam sırtında taşıdığı yükü ağır çantasıyla bina girişine doğru ilerliyor, içeriden dışarıya çıkan insanların arasından sessizce ve yorgun yürüyor.

dış-gün-aydınlık-doğal ışık

yürüyen insan ve yoldan geçmekte olan araba sesleri

3. Sahne

4.Haydarpaşa bina girişi UP OP yeni girdiği haydarpaşa kampüs binasının yarı karanlık ortamına uyum sağlamaya çalışan adam sırtındaki yüklü çanta ve güvenlikten geçiyor ve yürüyerek gözden kayboluyor.

iç- gün-loş ışık üst katlardan ve etraftan gelen belirsiz insan sesleri ve durağanlık yaratan sessizlik

5.Haydarpaşa bina içi-salon OP adam ulaşacağı yere yürüyor. Sırtında çantası karşılaştığı resimlere doğru yakından göz atıyor. Haydarpaşa"nın gravür eski halleri görülüyor. Koridorlar. Hasta odaları. Doktorlar. Eğitim salonu görülüyor.

iç-gün-loş ışık sessizlik hakimdir.

4.Sahne

6.Haydarpaşa bina içi-sağlık merkezi-girişi OP YP Adam kapıdan içeri giriyor. Yorgun görünüyor ve keyifsiz. Kendisini beklemekte olan sekreteri kapının hemen girişinde oturduğu masada kendisini karşılıyor.
-günaydın doktor bey
-günaydın, randevu hastalarımdan gelen oldu mu.
Gözgöze geliyor sekreteri ile,
-hayır henüz gelen olmadı.
-peki, dün gece hiç uyuyamadım. İçimde garip büyük bir huzursuzluk var. İçerde biraz uyuyacağım. Gelen olursa beni haberdar et lütfen.
-zaten ilk randevunuz 10.30da. gelen olursa sizi haberdar ederim.
-teşekkürler.

İç-gün-doğal ışık ortam sesleri ve diyalog hakimdir.

7.Haydarpaşa bina içi-sağlık merkezi-ofis PNR TİLD BP YP Zaman hızla ilerliyor. Saatin tik takları arasında adam ofiste muayene masasında uyuyor.

uyuduğu yatakta sağa sola dönüyor. uyurken bile huzursuz görünüyor. Yorgun yüzü görünüyor ve sanki bir rüya görüyor, birşeyler sayıklıyor.
-venüs"ün çiçek sepetinde, tatlı bir çocuğum, babamın sesidir burdan duyduğum...
adam rüya görüyor.

iç-gün-loş ışık ortam sesleri duyuluyor. Çalan ofis telefonun sesi duyuluyor.

5.Sahne

8.Haydarpaşa bina dışı-saat kulesi YP sisler içinde, dumanların arasından saat kulesindeki kırık dökük saat görünüyor. Zaman durmuş gibi görünüyor.

dış-gün-doğal ışık oy anam oy şarkısı.

6.Sahne

9.Haydarpaşa bina içi-merdivenler-koridor YP OP BP PW Adam merdivenlerden adım adım çıkarak sırtında taşıdığı yüklü çantasıyla koridora doğru ilerliyor. Duvar resimleri dikkatini çekiyor. Hitchcock"un duvardaki suratıyla yüzyüze geliyor. Düşüncelere dalıyor, geçmiş akıyor düşüncelerinden

iç-gün-loş ışık oy anam oy şarkısı.

7.Sahne

---

10. karargah-salon BP YP OP Kenan Evren 12 Eylül darbe konuşmasını yapıyor. Neler olup bittiğini akan gazetelerde yazıyor.

İç-loş ışık oy anam oy şarkısı.

11.yol-araba dışı-meydan YP OP GP Süleyman Demirel arabadan iniyor. Bülent Ecevit görünüyor. Alpaslan Türkeş kürsüde duruyor. Yılmaz Güney kortejde yürüyor.

dış-gün-doğal ışık oy anam oy şarkısı.

8.Sahne

12.ev-balkon YP OP Şükrü Baba balkonda düşünceli bir biçimde çay içiyor. Denize doğru bakıyor. Hacer Anne odadan balkona Şükrü Baba"nın yanına geliyor, arada mesafe vardır ve denize doğru hafif bir tebessümle bakıyor. Düşünceli görünüyor.

dış-gün-doğal ışık oy anam oy şarkısı.

13.ev-oda OP YP Güner adada sigara içiyor. Kapı camına yansıyan gölgesinden ayakta durmakta olduğu görülüyor. Oda duvarında yazdığı Che- Güner Bingöl yazısı görülüyor.

İç-gün-loş ışık oy anam oy şarkısı.

9.Sahne

14.tren-iç YP OP Trende yolculuk yapan Hacer Anne ve Güner yanyana masada oturuyor. Hacer Anne bulmaca çözüyor, Güner etrafa bakıyor. Tren hızla ilerliyor.

iç-gün-aydınlık oy anam oy şarkısı.

10.Sahne

15.Stadyum-dış-tel örgüler YP OP GP Candan Erçetin konser veriyor. Perdeye yansıyan görüntüsü tel örgüler arkasından görünüyor.

dış-gece-karanlık oy anam oy şarkısı.

16.Stadyum-dış-tel örgülerin önü GP Pınar mezuniyet gecesinde kepli kıyafeti ile tel örgülerin arkasından kenddisini izlemekte olan ailesine dizlerini hafif bükerek selam veriyor. Heyecanlı ve enerjik görünüyor.

dış-gece-karanlık oy anam oy şarkısı.

11.Sahne

17.ev-balkon-mutfak-salon GP OP YP Şükrü Baba mutfaktan elini göğsüne koyup ovalayarak salona doğru yürüyor. Canını acıtan birşeyler var gibi duruyor. Hacer Anne masada sırtı dönük birşeyler karalıyor. Mektup yazar gibi duruyor. Şükrü Baba koltuğa oturup gazete okurken sessizce birşeyler konuşuyor. Ayağa kalkıyor. Salonun ortasına masanın yanına yaklaşıyor, sesini duyuramasa da “ayrılmak zor geliyor” diye konuşuyor.

iç-gün-loş ışık oy anam oy şarkısı.

12.Sahne

18.Haydarpaşa bina içi-koridor YP OP BP Koridorun duvarında Hitchcock resminin önünde düşüncelere dalan adam kendine gelerek koridorda yürüyor. Köşeyi dönüyor. Sırtında yüklü öantası ile masada kahvaltı etmekte olan psikodrama grup arkadaşlarını görüyor ve onlara doğru yürüyor.

iç-gün-loş ışık oy anam oy şarkısı.

19.Haydarpaşa bina içi-öğrenci stüdyosu GP OP Psikodrama grup toplantısı sırasında protogonist olan adam ve adamın doğumunun canlandırıldığı fotoğrafı oluşturan grup elemanları görülüyor. 12 eylül döneminde yaşadığı günlerin fotoğrafının grup elemanları tarafından canlandırıldığı diğer bir fotoğraf ve şimdinin hesaplaşması olan son fotoğrafın canlandırıldığını görülüyor. Adam ayakta ve yüksekte duruyor. Etrafında ona destek olan grup elemanları görülüyor.

iç-gün-loş ışık oy anam oy şarkısı.

20.Haydarpaşa koridor-merdivenler AP OP koridorda ilerleyen bir çift ayak görünüyor. Koridorun camları karanlığa sızdırdığı ışıkla ilerleyen kişinin merdivenlerden çıkışı görülüyor. Yüzü görünmüyor ayakların sahibinin. Saat kulelerinin olduğu yere ulaşıyor ayakların sahibi.

iç-gün-karanlık ve ardından loş ışık oy anam oy şarkısı.

21.Haydarpaşa bina saat kulesi GP OP YP PNR dışarı çıkan ve yüzü görünmeyen kişi saat kulesine doğru bakıyor karşı karşıya kaldığı duvardan ve saat kulesini görüyor. Saat yine kırık döküktür. Havada uçan bir martı usulca süzülerek çatıda bekleyen diğer martının yanına süzülüyor usulca. Saat kulesindeki kırık saat görülüyor. Yine etrafında sisler ve dumanlar gözüküyor.

dış-gün-aydınlık-doğal ışık oy anam oy şarkısı

13.Sahne

22.Haydarpaşa bina içi-ofis YP OP Zaman ilerliyor. Saatler randevu saatine yaklaşıyor ve ofis sekreteri görünüyor.
-doktor bey doktor bey iyi misiniz
gözleri korku karmaşa ve huzursuzluk dolu bir biçimde doktor bey rüya-kabus karışımı gördüklerinden uyanıyor ve konuşuyor,
-hı,hı, iyiyim, efendim, iyiyim, tamam, tamam
doktor adam ayağa kalkıyor. şaşkın görünüyor.

iç-gün-yarı gölgeli loş ışık konuşma ve ortam sesleri, sessizlik ile karışıyor.

23.Haydarpaşa bina içi-ofis-masa GP OP YP Hasta görüşme masasında oturuyor. Doktor adam yerini alıyor usulca ve yavaş hareketlerle. Hasta sırası geldiğini düşünerek derdini söylüyor.

-doktor bey takılı bir plak gibi hep aynı rüyayı döne döne görüyorum.

Doktor adam şaşkın ve geçiştirme kaygısı bir yanda, henüz görmüş olduğu rüyanın izleri öte yanda hastayı baş parmağını dudaklarının üstüne koyarak susturuyor, belki de cevap vermeye çalışıyor.

-şiiişşttttt...insan bazen görmedikleridir...

iç-gün-yarı gölgeli-loş ışık Konuşma ve ortam sesleri duyuluyor. Sona doğru Irish Danny Boy Ballad.

24.Haydarpaşa bina içi-ofis GP OP YP Venüs"ün Çiçek Sepeti görülüyor. Pinokyo görünüyor. İsa ve Havarilerinin heykelden son yemeği görülüyor. Sıkılmış emeği temsil eden sol bir yumruk görülüyor. Camı olmayan ve ardında asılı duran topal kurşun askeriyle bir ayna görülüyor. Kurşun asker görülüyor. Şükrü Baba"nın resmi görülüyor. Aile resmi görülüyor. Şükrü Baba ve Hacer Anne beraber resmi görülüyor. Hacer Annenin hamile resmi görülüyor yanında annesi ve kız kardeşi görülüyor. Hacer Anne Sarıgül Anneanne ve Caner"in bebeklik resmi görülüyor. Caner ve Kızkardeşi Güner"in beraber resmi görülüyor. Şükrü Baba"nın cezaevi resmi görülüyor. Pınar Kardeşin çocukluk resmi görülüyor. Caner"in gençlik resmi görülüyor. Caner"in üniversite resmi görülüyor. Caner"in olgunluk güncel resmi görülüyor.

iç-gün-yarı loş Irish Danny Boy Ballad.

7.Sonuç

Günümüzde stres faktörleri arttıkça psikoterapiye ve dolayısıyla psikoterapistlere olan ihtiyaç da artmaktadır ve gittikçe bilinçlenen toplum psikoterapistlerin esasında "deli doktoru" olmadığının bilincindedir. Herkesin hayatında zaman zaman destek alması gereken durumlar oluyor. İşte bu durumlarda psikoterapi eğitimi almış uzmanlara danışmak hem süreci rahat aşmanıza hem de güvenilir biri ile sorununuzu paylaşmanıza yardımcı olur.

Sanat Terapisi grup halinde, bireysel olarak ya da çiftlere uygulanabilen, iletişimi kolaylaştıran ve eğlenceli hale getiren bir tekniktir. Özellikle küçük yaş gruplarında ve ergenlerde çok iyi işleyen bir sistemdir. Türkçe'de bir söz vardır; *Bir resim bin kelimeye bedeldir*. Sanat Terapisi'nde bunun ne kadar doğru olduğunu anlıyoruz. İki-üç yaşında bazı takıntılı davranışları olan ya da cinsel istismar görmüş olan bir çocuk düşünün; bu çocukla oturup 45 dakika konuşmanızın imkanı var mı? Belki oyun terapisini deneyebiliriz ya da iç dünyasını net olarak algılamak için renkleri ve çizgileri kullanmak bize daha somut veri ulaştırır. Aynı şekilde ergenlik çağındaki sıkıntılardan dolayı bunalmış bir çocuk düşünün, herkes sürekli ona nasihat ediyor, oğlum/kızım sen böyle değildin ne oldu sana, kötü alışkanlıkların mı var gibi bir sürü soru sorulan bir ortamda bu genç zaten bunalmış... Rahatlama, deşarj olma ihtiyacı var. Patlamak üzere olan bir bombanın yanlış kablosunu keserseniz onu sonsuza kadar kaybedersiniz, parçalanır bir daha bir araya getiremeseniz ancak doğru işlemi uygularsanız hem bombayı patlamaktan kurtarır, hem de çevresindekilerin zarar görmesini engellemiş olursunuz. Resim ergenlere oldukça değişik gelen ancak hoşlarına da giden bir tekniktir. Karşılarında psikoterapi odasında oturan bir psikoterapist/psikodramatist yerine, samimi bir ortamda resim malzemeleri eşliğinde onu bekleyen bir psikoterapistin/psikodramatist olması zaten ergenleri şaşırtıyor ve psikoterapiye olan dirençlerini azaltıyor. Audiovisüel malzemelerle de yapılan filmler aynı olumlu sonuçları doğurur. Sinema bu anlamda etkin bir gelecek vaat etmektedir.

Çiftlerde ve gruplardaki uygulamasındaki ana amaç ise paylaşımı arttırmak, iletişimi güçlendirmek ve farkındalık katsayısını artırmaktır. Sanat Terapisi'nde kullanılan malzemeler çeşitlidir. Kalemler, renkli kalemler, boyalar, tebeşir, parmak boyası, duvar boyası, müzik aletleri, müziğin kendisi, hatta bilgisayardaki bazı yaratıcı sanat programları, fotoğraf makinesi, kamera, film... Bunlar kullanılan malzemelerden sadece bazıları. Yaratıcılığın sınırı olmadığı gibi, bu terapi tekniğinde kullanılan yöntemlerin de çeşitliliği fazladır. Önemli olan terapistin hem sanat hem psikoterapi/psikodrama alanında eğitimli olmasıdır. Sadece sanat eğitimli bir terapi sakıncalı olur, sanattan anlamayan bir psikoterapist/psikodramatist ise performans düşüklüğü gözlemlenir. Beş seansta sağlanan sonuçlar eğitimi eksik kişiler tarafından yürütüldüğünde daha uzun sürer ve danışanın süreçten sıkılması muhtemeldir. Bunu bir köprüye benzetebiliriz. Köprünün bir ayağı sanat yakasında, diğer ayağı da psikoloji yakasında. Köprünün üzerinden işleyen süreç ise Sanat Terapisi sürecidir. Köprünün ayaklarından biri yoksa, veya yetersizlikten yıkılırsa, Sanat Terapisi süreci de tamamıyla yok olur.

Sanat Terapisi özelikle ergenleri ve çocukları cezbeder ve belirlenen görüşme saatlerine uymakta zorluk çekmezler hatta bir çoğu sürecin sonunda psikoterapist/psikodramatistten ayrılmak istemez. Peki çocuklarını sanat terapisine götürmeye karar veren ebeveynlere düşen görev nedir? Öncelikle eğer çocuğunuz nereye gittiğini algılayacak bir yaş ve kapasitede ise onunla konuşun, nereye gideceğinizi anlatın. Özellikle ergenler sürekli yaşamı sorgular ve bu zaman diliminde ebeveynleri tarafından psikologa götürüldüğünü bilmeden ya da zorla bir merkeze götürülmesi size olan güveninde azalmaya yol açar. Belki kullanılacak malzemelerden, çok keyifli bir süreç olacağından da bahsedilebilir. Ancak her çocuk bu konuşmaya olumlu cevap vermeyebilir. İsterse gidip o ortamı görebileceğinden bahsedin. Zaten oraya geldiğinde çocuk şaşıra şaşıra Sanat Terapisi sürecine başlamış olacak. Sanat Terapisi danışan kadar uzman için de eğlenceli bir süreçtir. İletişim ve aradaki bağ daha hızlı gelişir, böylece paylaşım daha da artar.

İç dünyamızı dışavurumla açığa çıkaran Sanat Terapisi özellikle Amerika'da çok yoğun olarak kullanılmaktadır. Çocuklar, ergenler ve çocukluğunu neredeyse unutmuş olan ergenler için çok etkili olan bu yöntem, içerideki patlama noktasını rahatlatmaktadır. Tıpkı patlamak üzere olan bir basınç kabininin vanasını açmak gibi...

Venüs'ün Çiçek Sepeti yukarıda vurguladığımız gerekçelerle hem kişisel bir ürün hem de olası gelişme potansiyeli taşıyan önemli bir psikoterapi aracıdır. Film, bahsi geçen süreçleri dinamik bir biçimde yaşantılayarak ortaya koymuştur. Bu anlamıyla dinamik bir üründür. Diğer sanatlardan farklı olarak Sinemanın bir sanat dalı olduğu daha çabuk anlaşılmıştır. Teknik araçlara bağımlılığı, teknolojik gelişmelere paralel bir hızda sinemanın anlatım dilini değiştirdi. Bu dilsel değişimin bir sonucu da tür sinemalarının gelişimi oldu. Anlatı sinemasına kıyasla teknik imkanlara daha çabuk tepki veren sinema hem çeşitlendi hem de sinemanın terapatik yönünü bu anlamda ortaya çıkardı. Venüs'ün Çiçek Sepeti filmi de hem biyografik-belgesel hem kurmaca-dramatik yapısıyla bu gelişmekte olan duruma refleks bir ön başlangıç (prototip) olduğunu görebiliriz. Sanat Terapisi sürecinin bir parçası olarak Sinema terapatik bir tür olarak da kendisini ortaya koymaktadır çünkü, *Sanat Terapisi'nin amacı, nihai olarak "sanat yapmak" değil, "kendini yontan insan"ın kendisinin bir sanat eserine dönüşmesidir.*

KAYNAKÇA

ADOLFO, Sanches Vazquez, Toplum ve Sanat, Çeviren: Ferit Seren, Remzi Yayınları , 1973.

AKDOĞAN, Zehra, Reiki, Öteki Psikolojik Danışmanlık Yayınları, Reiki Grand Master ve Renk Uzmanı, 2002.

ARVON, Henri, Marxist Estetik, Çeviren: Lale Adıgüzel, Remzi Yayınevi, 1973.

ARVON, Henry, Marxist Esthetics, Ithaca, N.York, 1973.

A.LEUTZ Grete, ÖZBEK Abdülkadir, Psikodrama Grup Psikoterapisinde Sahnesel Etkilesim, Yayına Hazırlayan Ülgen H. Okyayuz, Ağustos 2003.

BABAOĞLU, Ali, Psikiyatri Tarihi, Okuyanus Yayınevi, 2005.

BAXANDALL, Lee, MORAWSKİ, S., Marx and Engels on Literature and Art, 1974, s.16, s.36-37.

BAXANDALL Lee, MORAWSKİ Stefan, St. Louis, 1973, s.3-47.

BAXANDALL, Lee, Sanatta Radikal Perspektifler, Çeviren: Sevgi Kalecikli, Payel Yayınevi, 1972.

BAYZAN, Ali Rıza, Tasavvuf ve Psikanaliz, 2002.

BERGER, John, O Ana Adanmış, Metis Seçkileri, Hazırlayanlar: Yurdanur Salman, Müge Sökmen, Metis Yayınları, Ekim 1998.

BLOCH, Ernst, Politika ve Estetik, Çeviren: Cemil Saran, İmge Yayınevi, 1977.

BRECHT, Bertolt, Sur le Cinema, Paris, 1970.

COMOLLİ, Jean Louis, Teknik ve İdeoloji, Çağdaş Sinema Dergisi, Sayı 1.

DEMETZ, Peter, Marx, Engels and the poets, Chicago, 1967.

DİNÇMEN, Kriton, Psykhiatria ve Mythos, Scala Yayıncılık, Eylül 2001, s.5-21.

ERACAR, Nevin, Sanatla Tedavi, Aura Psikoterapi ve Danışmanlık Merkezi, 2000.

FİSCHER, Ernst, The Necessity of Art: A Marxist Approach, Baltimore, 1963.

GEÇTAN, Engin, İnsan Olmak, Metis Yayınları, Nisan 2003.

GABBARD O. Glen, GABBART Krin; Psikiyatri ve Sinema, Hazırlayanlar:
Deniz Koç, Başar N. Tarakçı, Okuyanus Yayıncılık, Eylül 2001.

GEGENFURTNER, R., Karl, Beyin ve Algılama, İnkılap Yayınları, Çeviren: Cenk Okuyan, 2005.

JUNG, Carl Gustav, Anılar Düşler Düşünceler, Hazırlayan: Aniela Jaffé, Can Yayınları, Çeviren: İris Kantemir, 2002.

KUSPİT, Donald, Sanatın Sonu, Çeviren: Yasemin Tezgiden, Metis Yayınları, Şubat 2006

KARAKAŞ Sirel, AYDIN Hamdullah, ERDEMİR Cenap, OZESMİ Çiğdem, Multidisipliner Yaklaşımla Beyin ve Kognisyon, Çizgi Tıp Yayınevi, 2000 Kasım.

LENİN, Viladimir, Sanat ve Edebiyat Üzerine, Çeviren: Bülent Arıbaş, Payel Yayınları, 1976.

LEVİNAS, Emmanuel, Sonsuza Tanıklık, Çeviren: Merdar Atıcı/Melih Başaran/Gaye Çankaya/Zeynep Direk/Erdem Gokyaran, Metis Yayınları, Ekim 2003.

LEViNAS, Emmanuel, Sonsuza Tanıklık, Metis Seçkileri, Çevirenler: Medar Atıcı, Melih Başaran, Gaye Çankaya, Zeynep Direk, Erdem Gökyaran, Özkan Gözel, Cemalettin Haşimi, Umut Öksuzan, Ceylan Uslu, Hakan Yücefer, Metis Yayınları, Ekim 2003.

LEFEBRE, Henri, Marx'ın Sosyolojisi, Çeviren: S.Hilav, Öncü Kitabevi, 1968.

LİFSHİTZ, Mikhail, The Philosophy of Art of Karl Marx (London, 1973).

LUNN, Eugene, Marksizm ve Modernizm, Çeviren: Yavuz Alogan, Alan Yayınevi, 1995, s. 7-45.

MARX, Karl, Biyografi, Derleyen: Ertuğrul Kürkçü, Öncü Yayınevi, 1976, s.70-76, s. 102-105, s. 272.

MARX, Karl, ENGELS, Friedrich, Sanat ve Edebiyat Üzerine, Birikim Yayınları, Çeviren: Murat Belge, 1980.

MARX, Karl, Politik İktisat Eleştirisine Bir Katkı, Selected Works, Cilt 1, s. 356-357.

MARX, Karl, The Grundrisse, ed. David Mc Clellan, New York, 1971, s.94 (Grundrisse, Çeviren: Sevan Nişanyan, Birikim Yayınları 1979).

MARX, Karl, The Grundrisse: Foundation of the Crituque of Political Economy, New York, 1973, s.91.

MARX, Karl, 1844 İktisadi-Felsefi Elyazmaları, MEGA (Marx Engels Gesamlausgabe), Bölüm 1, Cilt 3, s.88, s.120.

MAY, Rollo, Yaratma Cesareti, Metis Yayınları, Çeviren: Alper Oysal, Temmuz 2005, s.35-61, s.110-135.

MESZAROS, Istvan, Marx's Theory of Alienation (London, 1970), bl.7.

MORENO, J.,Joseph, İçimizdeki Müziği Eylemek; Müzik Terapisi ve Psikodrama, Çeviren: İnci Doğaner, Atadost Yayıncılık, Mayıs 2001, s.18-22, s.105.

MORENO, J., Joseph, Psychodrama, 1, 277-314, Beacon, NY: Beacon House.

PRAWER, S.S., Marx and World Literature (Oxford, England, 1967).

ONARAN, Alim Şerif; Sinemaya Giriş, Filiz Kitabevi, İstanbul,1986.

ÖZBEK, Abdülkadir, LEUTZ, Grete, J.L.Moreno'ya Göre Psikodrama-Grup Psikoterapisinde Sahnesel Etkileşim, Yayına Hazırlayan: Ülgen H.Okyayuz, Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü Yayınları, No:1, Ağustos 2003, sayfa 42-46, 88-101, 281-288.

PARKAN, Mutlu, Brecht Estetiği ve Sinema, İdeart Yayınları, 1991.

PONTY-MERLEAU, Maurice, Algılanan Dünya-Sohbetler, Çeviren: Ömer Aygün, Metis Yayınları, Aralık 2005.

READER, Melvin, Marx'ın Fransız Aydınlanması ve Alman 'Hümanist' ve 'İdealist' Akımları Üzerine Yaptığı Sentez. Melvin Reader'in Marx's Interpretation of History'sinde (Oxford, 1979), s.141-165.

TUNÇAY, Mete, Marxist Düşünce Sözlüğü, İletişim Yayınları, 1993.

TUNALI, İsmail, Estetik, Remzi Kitabevi, 1989.

TURA, Saffet Murat, Nöro-Psikanaliz, İmago Dergisi, Sayı:2-Güz 2005.

VAZQUEZ, Adolfo Sanchez, Art and Society: Essays in Marxist Aesthetics (New York, 1973).

VERTOV, D., Gerçek Sinema Dergisi, Sayı 7.

VINOGRADOV, Sophia, YALOM, Irvin D., Kısa Bir Rehber, Grup Psikoterapisi, Çeviren: T.Tunga Tüzer, Compos Mentis Yayınları, Eylül 1996.

ZİZEK, Slavoj, Yamuk Bakmak, Çeviren: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Mayıs 2004.

ZİZEK, Slavoj, Kırılgan Temas, Hazırlayanlar: Bülent Somay, Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Ekim 2002.

ZİZEK, Slavoj, İdeolojinin Yüce Nesnesi, Hazırlayan: Tuncay Birkan, Metis Yayınları, Ocak 2002.