

Bir Öcü Var Bende, Benden İceru... (II)

Akrepleri anlatan ilginç bir belgesel seyretmiştim. Bilim adamları, bazı kanser vakalarında akreplerden aldıkları zehri tümöre zerk ederek hastalığın yayılmasını kontrol edebildiklerini, bazen de iyileştirebildiklerini söylüyorlardı. Halen deneme safhasında olan ve yüzyıllar boyunca şamanlar tarafından zaten uygulanan bu tedaviye bir de sembolik açıdan bakarsak, çok anlamlı bir olgu çıkıyor ortaya. Benliğimizdeki en primitif, en ölümcül, en karanlık öge bile ondan nasıl yararlanabileceğimizi idrak ettiğimiz an müthiş bir şifa kaynağı haline gelebiliyor...

İstisnasız hepimizde var olan gölge, çocukluğun ilk yıllarında, kişiliğin (egonun) gelişme sürecinde oluşmaya başlıyor.

Çocuk, ailesinin ve çevresinin empoze ettiği kurallara alışmaya çalışırken, doğru-yanlış, iyi-kötü kavramlarının arasında bocalarken; “yerilen”, “izin verilmeyen”, “kabul görmeyen” tüm duygu ve davranışlarını bilincinin derinliğine gömmek zorunda kalıyor. Psikolog Edward Whitmond’un, “Ego ideale uymadığı için reddedilen her şey,” diyerek tanımladığı gölge, egoyla orantılı olarak gelişiyor. Keza, psişedeki denge ancak böyle sağlanabiliyor.

Sevilmek, varlığını kanıtlayabilmek, istediklerini elde edebilmek ihtiyacıyla kurallara boyun eğen çocuğun kendi doğasındaki bazı yönleri yadsıması, Sigmund Freud’un tabiriyle “bastırması”, gölgenin doğup büyümesine neden oluyor. Cömertlik, sevecenlik, alçakgönüllülük, çalışkanlık gibi vasıfların büyük önem taşıdığı bir ailede yetişen kişi, bu vasıflara ters düşen kırgınlığı, bencilliği, harisliği, tembelliği kabullenemeyecek; bunları bilincindeki o karanlık yere hapsedecektir.

Neye kötü diyorsak içine atıverdiğimiz bir torbaya benzetebileceğimiz gölgenin muhteviyatı, kendimizde görmeye tahammül edemediğimiz bütün yönlerimizdir. Gölgenin enerjisi, egonun enerjisini aştığında; yani torbada birikenler dayanılmaz ve taşınılmaz olduğunda, psişede tahribat yaparak hastalıklara ve davranış bozukluklarına yol açacaktır. Torba, muazzam bir güç ihtiva eder. Çünkü buraya attığımız her şey hayat enerjimizden çaldığımız bir parçadır. Bizi yavaş ama kesin bir tükenişe doğru sürükleyen bu parçalanmayı durdurmanın tek çaresi, William Blake’in vurguladığı gibi “şekil almak için cennete, enerji kazanmak için de cehenneme giderek” ışıkla karanlığı uzlaştırmaktır. Demem o ki, henüz keşfedilmemiş yeteneklerimizin farkına varmak; psikolojik ve fizyolojik sağlığını korumak; gücümüzü, çekiciliğimizi ve

yaratıcılığımızı artırmak istiyorsak eğer, karanlığımızı kabullenip onunla yüzleşmemiz gerekecektir.

Gölge, bilincin ışığından uzak tutulduğunda, “Ne münasabet efendim, bende asla böyle bir şey yok,” diyerek inatla dışlandığında, gittikçe “karanlıklaşır ve yoğunlaşır.” Beklenmedik anlarda, beklenmedik bir şiddetle insanı aniden kiskacına alan öfke, nefret, kıskançlık ve utanç gölgenin parlamasından başka bir şey değildir.

Yüzleşemediğimiz, varlığını kabul edemediğimiz tüm olguları dışarıya projekte ederiz. Bir insana ya da topluluğa gösterdiğimiz aşırı reaksiyon, gölgenin en bariz belirtisidir. Bu; ruhumuzu çöşturan bir hayranlık ya da kalbimizi sıkıştıran bir tiksinti şeklinde ortaya çıkabilir. Mesela, kıskançlığını tamamen inkâr eden bir insan baktığı her yerde kıskançlık görecektir, bunu kendisine yansıtan kişileri de insafsızca eleştirecektir. İlahî yasa gereği keçinin sevmediği ot mutlaka burnunun dibinde biteceği için naçizane tavsiyem torbanın, bir uzman eşliğinde cesaretle açılıp içindekilerin tek tek ve yavaş yavaş boşaltılması yönünde olacaktır.

Son sözüm, korkarım, karanlığını sahiplenemeyenleri rahatsız edecektir. İnsanlığın aydınlıkla karanlık arasında böylesine bölünmesinin nedeni, ikisini barıştırmamakta direnen dinlerdir. Gerçeğin sadece tek yönüne odaklanıp diğer tarafını inkâr ettiğimiz müddetçe, hayal ettiğimiz aydınlık simgeleri zifiri karanlıkta bizi amansızca kovalayan canavarlara dönüşecektir.

