



**MARTİN EDEN ROMANIN VAROLUŞÇU TERAPİNİN TEMEL KAVRAMLARI AÇISINDAN
İNCELENMESİ**
**INVESTIGATION OF THE NOVEL "MARTIN EDEN" IN TERMS OF FUNDAMENTAL CONCEPTS OF
EXISTENTIAL THERAPY**

Habibe BİLGİLİ*
Nilüfer Voltan ACAR**

Öz

Varoluşçu terapi insanlar ve varoluşlarıyla ilgilenen varoluşçu felsefeye dayanmaktadır. Terapist, yaşamının anlamını ve amacını bulması için danışanı cesaretlendirir. Bu çalışmada, varoluşçu terapinin temel kavramlarını açıklamak ve bu kavramlardan yola çıkarak Martin Eden romanından bazı bölümleri incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda varoluşçu terapinin, dünyada var olma, yaşam, ölüm, özgürlük, sorumluluk, seçim, soyutlanma, sevme, anlam, anlamsızlık, öz aşkınlık ve özgünlük kavramları açıklanmış ve Martin Eden romanından bu kavramlarla ilgili bölümlere yer verilmiştir. Çalışma kapsamında roman kahramanı Martin'in âşık olduğu kadına ulaşmak için yazar olma çabası; varoluşunun farkında olması ve yaşamını geliştirmesi olarak değerlendirilmiştir. Martin'in intiharıyla sonuçlanan anlamsızlık, yalnızlık ve dünyadan kopma hissi ise varoluşsal boşluk olarak açıklanmıştır. Sonuç olarak, Martin Eden romanın varoluşçu terapinin birçok kavramıyla ilişkili olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Varoluşçu Terapi, Soyutlanma, Varoluşsal Boşluk, Martin Eden, Roman.

Abstract

Existential therapy is based on existential philosophy which is dealing with human beings and human existence. The therapist encourages the client to find meaning and purpose of him. In this research, it is aim to explain fundamental concepts of existential therapy and to examine some part of the novel "Martin Eden" starting from this concepts. In this aim direction, concepts of the existential therapy which are being in world, life, death, freedom, responsibility, choise, isolation, love, meaning, meaninglessness, self-transcendence and individuality are explained and given place to the sections which are linked with these concepts in the novel "Martin Eden". Within the scope of the research, effort to be a writer for come up to the woman who Martin, hero of the novel, fall in love is evaluated as his be aware of the existence and improve his life. The feeling of meaninglessness, loneliness and break from the world that resulted in Martin's suicide has been described as isolation and existential emptiness. As a result, it is observed that the novel "Martin Eden" is linked with many concepts of existential therapy.

Keywords: Existential Therapy, Isolation, Existentialist Emptiness, Martin Eden, Novel.

GİRİŞ

Varoluşçuluk insan olmanın ne demek olduğu üzerinde kurulmuştur (Corey, 2008: 154). Gerçek anlamda insan olmak için bireyler "Ben kimim?", "Kim olacağım?" gibi sorularla varoluşlarının farkında olurlar (Sharf, 2014: 149). Kişinin var oluşunun farkında olması varoluşsal konulardaki çatışmaları da beraberinde getirir. Özgürlük, ölüm, soyutlanma ve anlamsızlık gerçekleriyle yüzleşmesi bu tür bir varoluşçu çatışmanın içeriğini oluşturur (Yalom, 2014: 18-19). Varoluşçulara göre, insanların kendilerine ve varoluşsal çatışmalarına ilişkin farkındalığı, acil problemlerin ve günlük olayların ötesinde incelenmesi gereken önemli bir konudur (Sharf, 2014: 144).

Varoluşçuluk, Avrupa filozoflarının çalışmalarıyla gelişmiştir. Kierkegaard'ın kaygı ve belirsizlikle ilgili yazıları varoluşçu düşüncenin başlangıcı olarak sayılabilir. Nietzsche, Heidegger, Jasper ve Sartre varoluşçu felsefenin gelişmesine katkı sağlamışlardır. Dostoyevski, Camus ve Kafka gibi yazarlar da eserlerinde varoluşçu konulara yer vermişlerdir (Sharf, 2014:144). Varoluşçu düşüncenin gelişmesine katkı sağlayan isimler kültürel, felsefi ve dini yazılarıyla aynı zamanda varoluşçu terapinin ortaya çıkmasına da öncülük etmiştir (Corey, 2008:150). Bu anlamda varoluşçuluğun, din bilimi, edebiyat ve psikoloji alanlarında çalışmaları etkilediği söylenebilir.

*Arş. Gör., Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı.

**Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı.



Varoluş temalı hikâyeler, romanlar ve oyunlar, varoluşçu felsefenin halk tarafından tanınmasına katkı sağlamıştır (Sharf: 2014). Jean-Paul Sartre, Franz Kafka ve Albert Camus gibi varoluşçu yazarların kaleme aldıkları belli başlı eserler aracılığıyla varoluşçu felsefe edebiyat alanına yansımıştır (Budan: 2011). Varoluşçuluk edebiyat ve felsefe arasındaki etkileşimi güçlü bir şekilde gösterir (aktaran, Önal, Gündoğan ve Turhan-Tuna: 2015). Dünya edebiyatında Samuel Beckett'in oyunlarında (Otlı: 2013; Tan: 2007), Chuck Palahniuk'un, Dövüş Kulübü isimli kitabında (Çay: 2011), Albert Camus (Bektaş: 2013) ve Dostoyevski'nin eserlerinde (Işık: 2014), Türk edebiyatında ise Oğuz Atay'ın (Şahin: 2014), Edip Cansever'in (İpek: 2011) ve Yusuf Atılgan'ın (Eral: 2011) eserlerinde varoluşçu felsefenin etkisini görmek mümkündür.

Varoluşçu temaları belirgin olarak kitaplarına yansıtan yazarlardan biri de 21. yüzyıl Amerikan edebiyatının en önemli isimlerinden biri olan Jack London'dır. Yazar romanlarında bireyin yalnızlığını, kendine ve içinde yaşadığı topluma yabancılaşma sürecini ve bunalımın getirdiği intiharı konu almıştır. Yazarın, Uçurum İnsanları ve Demir Ökçe romanlarında varoluşçu felsefenin izlerini görmek mümkündür (Budan, 2011: 169). Yazar, 1909 yılında kalem aldığı Martin Eden romanıyla bireyin yalnızlığını, anlam arayışını ve soyutlanma sürecini etkileyici bir şekilde anlatmıştır.

Romanın başkahramanı Martin, gemilerde çalışarak hayatını kazanan işçi sınıfından bir gençtir. Bir gün kavgadan kurtardığı bir genç onu yemeğe davet eder. Martin gencin evinde gördüğü zengin yaşam tarzından etkilenir, orada tanıştığı kültürlü ve kibar insanlar gibi olmak ister. Martin'in, gencin kız kardeşi Ruth'a âşık olması ise hayatını tamamen değiştirir. Martin yaşadığı çevreyi, işini ve arkadaşlarını beğenmemeye başlar ve Ruth'a ulaşmak için değişmeye karar verir. Martin kendi çabasıyla eğitimini tamamlar. Bu sırada Ruth ile görüşmeye devam ederler ve bir süre sonra nişanlanırlar.

Martin, Ruth ile evlenmek için saygın bir mesleğinin olması gerektiğinin farkındadır. Bir süre düşündükten sonra kendisi için en uygun mesleğin yazarlık olduğuna karar verir. İki yıl boyunca yoğun bir şekilde çalışarak edebiyat alanında uzmanlaşır. Martin çeşitli yazılar yazmaya devam ederken bir yandan da geçimini sağlamak için gemilerde ve çamaşırhanelerde çalışır. Yazdıklarını yayın evlerine gönderir ancak hiçbiri yayınlanmaz. Martin tüm zamanını yazı yazmaya ayırdığı için, tüm parasını tüketir ve yoksul düşer. Bu sırada Ruth ailesinin baskılarına dayanamaz ve yoksul olduğu için Martin'den ayrılır. Ruth ile ayrılması ve en yakın arkadaşının ölümü Martin'i derinden sarsar. Son eserini de tamamladıktan sonra yazmayı bırakır. Tam umudunu yitirdiği anda, eserleri bir bir yayınlanmaya başlar. Kısa sürede herkesin tanıdığı bir yazar olur ve büyük servet elde eder. Bunun üzerinde Ruth ondan özür dileyip barışmak ister, ancak Martin onun kendisine parası için geri döndüğünü düşünür. Martin etrafındaki tüm insanların davranışlarını samimiyetsiz bulmaya başlar, artık hiç kimseyle konuşmak istemez. Sonunda yazar olma amacına ulaşır ancak yapayalnız ve duygusuz bir insan haline gelir. Ucuz bira içmek, kavga etmek, gemilerde seyahat etmek artık onu eğlendirmez. Ruth'a duyduğu aşkın da Martin'in gözünde bir değeri kalmaz. Yazar olmak için verdiği bütün mücadelenin anlamsız olduğunu düşünmeye başlar. Yaşadığı yalnızlık ve bunalım Martin'e derin bir acı verir. Bu acılarına dayanamayan Martin, çıktığı bir seyahatte denize atlayarak intihar eder.

Martin Eden romanından da anlaşılacağı üzere varoluşçuluğun ilgilendiği özgürlük, ölüm, anlamsızlık ve soyutlanma gibi konular edebiyat eserlerinde daha somut bir şekilde anlatılmaktadır. Varoluşçular, düşüncelerini felsefi kavramlardan daha çok roman, dram ve deneme şeklinde karakterler aracılığıyla yansıtmaktadırlar (aktaran, Önal, Gündoğan ve Turhan-Tuna: 2015). Bu bağlamda terapide yer alan varoluşçu temaların anlaşılmasında romanlardan yararlanabileceği düşünülmektedir. Nitekim edebi eserlerin, psikolojik danışma yaklaşımlarının bakış açısıyla incelendiği çeşitli çalışmalardan söz etmek mümkündür. Örneğin, alan yazında Elif Şafak'ın "Aşk" adlı eseri Asya ve Doğu terapileri açısından değerlendirildiği (Haskan-Avcı ve Voltan-Acar: 2014) ve Halide Edip Adıvar'ın "Vurun Kahpeye" adlı romanı feminist terapi bakış açısıyla incelendiği (Kızıldağ ve Voltan-Acar: 2009) araştırmalar yer almaktadır. Edebi eserlerle birlikte şarkı sözlerinin psikolojik danışma kuramları açısından inceleyen çalışmalar bulunmaktadır (Gençtanırım ve Voltan-Acar: 2007; Yalçın ve Voltan-Acar: 2006). Bu tür çalışmaların psikolojik danışma alan yazınına katkısının olduğu ve edebi eserlerin farklı bir bakış açısıyla değerlendirilmesine olanak sağladığı düşünülmektedir.

Bu çalışmada, günümüzde birçok insanın yaşadığı düşünülen amaçsızlık, varoluşsal boşluk ve yalnızlık sorunlarını içeren Martin Eden romanının varoluşsal terapinin kavramlarıyla açıklanması



amaçlanmıştır. Bu amaçla öncelikle varoluşçu terapinin kavramları açıklanmış, Martin Eden romanından alınan bazı bölümlerle kavramlar ilişkilendirilmiştir.

1. VAROLUŞÇU TERAPİNİN TEMEL KAVRAMLARI VE MARTİN EDEN ROMANIN BAZI BÖLÜMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Varoluşçu terapi, bireyin var olmasından kaynaklanan endişelere odaklanan dinamik bir yaklaşımdır (Yalom, 2014: 14). Varoluşçu yaklaşıma göre insanlar kendi varlığını keşfetme ve anlamlı hale getirme kapasitesine sahiptir (Corey, 2008: 155). Varoluşçu terapi danışanların inançlarını ve değerlerini anlamasına, kendilerine güvenmesine ve bazı kararlar alarak hayatlarını şekillendirmesine yardım eder (Sharf, 2014: 159). Terapi özgürlük ve özgürlüğü kısıtlayan sorunlar, yabancılaşma, ölüm ve yaşama cesareti, yaşamın anlamı, kaygı ve suçlulukla baş etme gibi varoluşçu yaşam konularına odaklanır (Corey, 2008: 175). Bu bağlamda aşağıda varoluşçu psikoterapinin konuları açıklanmış ve bu konularla ilgili olarak Martin Eden romanından bazı bölümlere yer verilmiştir.

1.1. Dünyada Var Olma

İnsanlar diğer canlılardan farklı olarak bilinçli bir şekilde kendisinin ve başkalarının farkında olma becerisine sahiptir. Boss ve Binswanger (1975) olaylar hakkında düşünebilen, olaylara tepki verebilen ve kendilerine anlam yükleyebilen bireylerin becerilerini "Dasein" ya da "Dünyada var olma" terimiyle açıklamışlardır (aktaran, Sharf, 2014: 149). Bireyler yaşadıkları olayları anlamlandırır ve bu olaylardan nasıl etkileneceğini belirler. Heidegger "dünyada var olduğumuzu" ve içine fırlatıldığımız dünyada yaşamımızın dünyadan ayrı olduğunu düşünmememiz gerektiğini vurgular (Corey, 2008: 151). Dünyada var olma insanın kendisi için var olması ve kendi varoluşundan sorumlu olarak seçimler yapmasıdır. Diğer bir deyişle, ne olduğunun farkında olan birey, ne istediğini düşünür, kararlar alarak yaşamını istediği şekilde yönlendirir.

Martin'in kendi hayatının farkına varması ve onu değiştirmeye karar vermesi...

"Birden içinde bir gücün kıvıldığını duydum. Kendi düşüncelerinde daima gizli bir hayat sürdüğünü hatırladı. Eğer hayat onun için daha çok şey ifade ediyorsa, hayattan daha fazlasını talep etme hakkı vardı." (London, 2014: 62)

Martin'in Ruth ile tanıştıktan sonra hayatını değiştirmeye karar verir. Martin, arkadaşlarının kendisini anlamadığını, onlardan farklı şeyler düşündüğünü, ancak hiçbir zaman düşüncelerini onlarla paylaşmadığını fark eder. Martin'in kendi hayatına ilişkin bu şekilde çıkarımda bulunması "dünyada var olma" kavramı ile açıklanabilir. Şimdiye kadar yaşamı hakkında çok fazla düşünmeyen Martin bir anlamda uyanır ve yeni bir yaşam kurmak için ilk adımı atar.

Varoluşçulara göre dünyada var olmanın dört yolu vardır. İnsanlar eş zamanlı olarak Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt ve Überwelt'de var olurlar. Umwelt, çevreyi; Mitwelt insan ilişkilerini; Eigenwelt öz farkındalığı; Überwelt ise manevi değerleri temsil eder (Sharf, 2014: 150).

1.1.1. Umwelt

Umwelt, canlılarla ve cansızlarla içinde bulunulan dünyadır. Umwelt, hayvanların ve insanların sahip olduğu dürtü, içgüdü, uyumak ve uyanmak, yaşamak ve ölmek gibi doğal yasaları ve döngüyü içermektedir. İnsanın, çevresinde kontrol edemediği bir takım doğal afetler, hastalık ve yaşlanma gibi durumlar Umwelt'e aittir (Sharf, 2014: 150). Bir başka deyişle Umwelt insanın uymak zorunda olduğu bazı doğal yasaları ve müdahale edemediği yaşam olaylarını kapsamaktadır.

Varoluşçular Umwelt'i çok fazla önemsemezler ve kişinin çevresini değiştirme yeteneğine inanırlar. Binswanger (1936), "Hayatlarımız, hayatın güçleri tarafından belirlendiği olgusu gerçeğin yalnızca bir yüzüdür; diğer yüzü ise bizim bu güçleri kaderimiz olarak belirlediğimizdir." der (aktaran, Yalom, 2014: 420). Bu bakış açısı, çevrenin insanın hayatını şekillendiren bir güç olduğu kabul etmektedir. Ancak insanlar kader olarak kabul ettiği yaşam olaylarını belirleme yeteneğine sahiptir (Yalom, 2014: 420-421). Örneğin nasıl bir sosyal çevrede doğup büyüyeceğine insanın kendi karar veremez fakat büyüdüğü çevredeki imkânları sonuna kadar kullanabilir.

Ruth'un anne ve babasının Martin ile kurduğu ilişki...

"Bugüne kadar Ruth'un ilgisini çeken ilk adam," dedi kocasına. 'Ruth erkekler konusunda o kadar çekingendi ki, artık kaygılanmaya başlamıştım.'

Bay Morse merakla karısına baktı.



'Yani bu genç denizciyi Ruth'u uyandırmak için kullanacağımı mı söylüyorsun?'

'Eğer elimden gelirse, Ruth'un kız kurusu olarak ölmemesini sağlayacağımı söylüyorum,' diye cevapladı Bayan Morse." (London, 2014: 99)

Varoluşçuluğa göre insana bir "nesne" gibi davranılması Umwelt ile ilgilidir (Sharf, 2014:150). Romanda, Ruth'un annesinin ve babasının Martin'e bir araçmış gibi davrandıkları görülmektedir. Onlar, Ruth'un erkeklerle karşı ilgisini uyandırmak için Martin'den faydalanırlar. Bu tür çıkara dayalı bir ilişki 'Umwelt'e aittir.

1.1.2. Mitwelt

Dünyada var olma kişinin sadece kendi yaşamının farkında olmasını değil başkalarının hayatlarının da farkında olmasıyla mümkündür (Sharf, 2014: 145). Bu tür bir farkındalık, başkalarıyla samimi ilişkiler kurma, onların yaşamlarıyla ilgilenme anlamına gelir. Sadece insanların kurabildiği, kişiler arası ilişkiler "Mitwelt"tir. Kişi başkalarıyla ilişkilerinde kendisini ne kadar dâhil ederse ilişki o kadar anlamlıdır. Örneğin bireye eğlence aracı ya da seks objesi olarak davranılırsa, birey kişiliksizleşir (Sharf, 2014: 145). Kişilerin birbirlerinin farkında olmadığı ve bir araç olarak kendi ihtiyaçlarını karşıladıkları ilişkiler Mitwelt'e değil Umwelt'e aittir. Bir başka deyişle kişi ilişkiye tam anlamıyla dâhil olduğunda ve bir başkasını da dâhil ettiğinde, bu ilişkinin değerli olduğunu söylemek mümkün olur. İnsanlar arasında kurulan bu tür anlamlı ilişkiler, varoluşçulukta "Mitwelt" kavramıyla açıklanmaktadır.

Martin ve Ruth'un ilişkisi...

"Ruth ona en sevdiği bölümleri yüksek sesle okuduğunda Martin zevkten neredeyse cennetin en üst katlarına çıkıyordu... Böyle anlarda kızın duyguları Martin'i tanrı katına dek yüceltiyordu, ona bakar ve dinlerken hayatın yüzüne bakıyor ve hayatın en derin sırlarını okuyormuş gibi oluyordu." (London, 2014: 78-79)

Martin ile Ruth birbirlerine şiir okuyarak zaman geçirirler. Martin için, sevdiği kıza yakın olduğu ve onunla bir şeyler paylaştığı bu anlar çok değerlidir. Martin, Ruth ile bir arada olduğu zamanlarda *"hayatın yüzüne baktığını"* düşünmektedir. Bir anlamda Martin'in Ruth ile arasındaki ilişki ona yaşadığını hissettirir. Bu açıdan ilişkilerinin "Mitwelt" kavramıyla ilgili olduğu söylenebilir.

1.1.3. Eigenwelt

Kişinin kendi bilincine, kendi ihtiyaçlarına ilişkin farkındalığı, var olmanın başka bir yönüdür (Sharf, 2014: 145). Kendine yönelik farkındalık yeteneği insanın kendi yaşamını geliştirmesine kaynaklık eder (Corey, 2008: 155). Eigenwelt ile ifade edilen insanın dünyayı gördüğü öz farkındalıktır ve kendi dünyasını, içsel deneyimlerini de kapsamaktadır. Kişinin nelerden hoşlanıp hoşlanmadığını bilmesi, dünyaya ilişkin algılarının ve inançlarının farkında olması "Eigenwelt"e aittir (Sharf, 2014: 151). Dolayısıyla kendi ihtiyaçlarının ve ilgilerinin bir başka deyişle kendisinin farkında olmayı ifade eden "Eigenwelt" insan varoluşunun önemli bir parçasıdır.

Martin'in varoluşunun farkına varması...

"İlk kez kendi varlığının farkına vardığı için, adil davranacak durumda değildi, kusurlarına gözlerini dikmiş, utançla yanıyordu." (London, 2014: 41)

Martin Ruth ile tanıştıktan sonra ayna karşısına geçer ve kendini incelemeye başlar. Bu kez kendisini farklı bir gözle görmektedir. Martin kendi varlığının ilk defa farkında varmıştır. Bu durum Martin'in kendine yönelik farkındalık kazanması bir diğer deyişle "Eigenwelt" kavramı ile açıklanabilir.

Martin'in kendisini değiştirmeye karar vermesi...

"Bir diş fırçası almaya ve dişlerini fırçalama alışkanlığı edinmeye karar verdi. Her şeyde kişisel bir değişim gerçekleştirmeliydi, dişlerini fırçalamaktan boyunbağına kadar, kolalı yaka ona özgürlüğünü yitirdiği hissini verse bile." (London, 2014: 43)

Martin aynaya bakarken kendisiyle ilgili değiştirmek istediği şeyler olduğunu fark eder. Kişisel bakımına özen göstermediğini fark eder ve temiz olmaya karar verir. Varoluşçuluğa göre insan kendine ilişkin farkındalığı kullanarak bilincini sınırlandırabilir ya da genişletebilir (Corey, 2008: 155). Kendine ilişkin farkındalık kazanan Martin, bu sayede yaşamını geliştirmeye karar verir.

1.1.4. Überwelt

İnsanın değerleri, hedefleri ve amaçları varoluşunu ve yaşam koşullarını etkilemektedir (Corey, 2008: 155). Kişinin inançları, dini ve manevi değerleri "Überwelt" ile ifade edilir. Überwelt bireyin ideal



dünyası bir diğer deyişle bireyin olmasını istediği, hayal ettiği dünyadır (Sharf, 2014: 151). Bu anlamda “Überwelt” kişinin yaşadığı değil yaşamak istediği dünyanın temsilidir.

Martin’in ideal dünyası...

“Hayatının bir döneminde tam bir külhanbeyi olmuştu, ama o günlerden bu yana idealleri değişmişti. Çevresindeki kadınlı erkekli iyi yetişmiş, iyi giyinmiş kalabalığa baktı, buram buram kültür ve incelik kokan havayı içine çekti.” (London, 2014: 271)

Martin kendisi gibi eğitimsiz ve yoksul insanların olduğu işçi sınıfından bir çevrede yetişmiştir. Ruth’un evine gittiğinde ise bambaşka bir dünya ile karşılaşmıştır. Martin kültürlü, iyi yetişmiş, kibar insanların olduğu bu ortamdan çok etkilenir. Ruth’un ve ailesinin ait olduğu çevre Martin’in ideal dünyası diğer bir ifadeyle Überwelt’idir.

1.2. Yaşama ve Ölme

Varoluşçuluğa göre, ölümün farkına varma yaşama anlam getirir (Corey, 2008: 163). Ölümün farkında olmak, bireylerde korku yaratabilir fakat kişinin yaratıcı bir yaşam geliştirilmesine de olanak sağlar (Sharf, 2014: 163). Ölümlü olduğunu bilen insanlar projelerini tamamlar, sonsuz zamanının olmadığını bilir ve her dakikanın önemini kavrar (Corey, 2008: 163). Yalom’a (1980) göre “Ölüm kaygısı yaşam doyumuyla ters orantılıdır.” (aktaran,Sharf, 2014: 163). Birey özgün bir biçimde yaşadıkça ölüm kaygısı ve korkusu azalır (Sharf, 2014: 163).

Martin’in yaşamdan zevk duyduğu anlar...

“Yaşamaktan hiç bu kadar haz duymamıştı. İlah olmaz bir hummayla yanıyordu. Tanrılara mahsus olduğu sanılan yaratma zevkine ermişti. Gerçek hayat kafasının içindeydi.” (London, 2014: 108)

Martin yazar olmak için büyük bir hırsla gece gündüz çalışır ve yaşamdan zevk aldığını hisseder. Her sabah harika bir gün geçireceğini düşünerek uyanır. Hatta uyuduğu saatler yaşama ara vermekten nefret eder.

Martin’in yaşamdan nefret ettiği anlar...

“Eskiden uyumaktan nefret ederdi. Uyku hayatının o değerli anlarını çalardı ondan. Uykuya nasıl hınc duyardı. Şimdiyse hayata nasıl dış biliyordu. Hayat iyi değildi, nahos, acı bir tat bırakıyordu ağzında. Yaşamı özlemeyen bir yaşam bitmeye yüz tutmuş demektir.”(London, 2014: 460)

Martin hedeflediği gibi ünlü bir yazar olur ancak sevdiği kadından ayrılması, yakın arkadaşının ölümü ve etrafındaki insanların samimiyetsiz davranışları yüzünden kendini boşlukta hissetmektedir.

Martin’in ölümü seçmesi...

“Hayat hastalıklı tahammül edilemez bir hale gelmişti. “Ölümler asla dirilmez!” Koca evrende faydalı tek şey bu satırdı. Yaşam acı veren bir bitkinlik halini aldığı anda, ölüm sonsuz uykusuyla bütün acıları dindirmeye hazırды. Peki daha ne bekliyordu? Gitme vakti gelmişti.”(London, 2014: 467-468)

Martin yaşadığı bunalım yüzünden ölümü düşünmeye başlar. Önceden her günü büyük bir heyecanla karşılarken artık yaşamaya tahammülü kalmaz. Martin artık mücadele etmeyi bir başka ifadeyle yaşamayı bırakır, ölümü tercih eder. Ölümün çektiği acılara son vereceğini düşünür ve sonunda intihar eder.

1.3. Özgürlük, Sorumluluk ve Seçim

Özgür olmak ve insan olmak birbiriyle eş anlamlıdır (Corey, 2008: 157). İnsan hayatında hangi yönlerden sorumlu olacağına ve kendisi için neyin önemli olacağını seçmekte özgürdür (Sharf, 2014: 154). Özgür olmak bireyin kendi kaderinin sınırlarına göğüs germesidir. Varoluşçuluğa göre özgürlük, bireyin yaşadığı çevrenin yapılandırılmamış olmasını ifade etmektedir. Bu anlamda özgürlük bireyler için korku verici olabilir (Yalom, 2014: 19).

İnsan, oluşan bazı koşullardan kaçamaz ancak alacağı kararlarla bu koşulları etkiler (Corey, 2008: 157). Yaşamın sınırlayıcı bir yönü vardır fakat kişi ne yapacağını kendisi belirlemektedir (Frankl, 2016: 124). İnsanoğlu boğazına kadar suya batmış olsa da özgürdür. İçinde bulunduğu durumla ilgili olarak ne hissedeceğini, hangi tutumu takınacağını, cesaretli mi, donuk mu, kadercı mi, becerikli mi olacağını, yoksa paniğe mi kapılacağını seçebilir (Yalom, 2014:423). Bir başka deyişle insan en çaresiz olduğu zamanda bile kendi düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını yönlendirme özgürlüğüne sahiptir.



Özgürlük arayışı sorumluluğu da beraberinde getirir. Kişinin özgürlükle baş etmesi ve kendi seçimlerini yapması sorumluluk aldığı anlamına gelir (Sharf, 2014: 154). Varoluşçuluğa göre birey kendi dünyasından, hayat tarzından, seçimlerinden ve hareketlerinden tamamen sorumludur (Yalom, 2014: 19). Jean Paul Sartre, sorumluluğu “bir olay ya da şeyin yaratıcısı olmak” anlamında kullanmıştır. Sorumluluğun farkında olmak kişinin kendi özünü, kaderini, hayat durumunu, duygularını ve hatta acıyı yarattığının farkında olmasıdır (Yalom, 2014: 341).

Sorumluluk değişimin temel koşuludur (Corey, 2008: 157). Sartre kişinin başkalarını suçlayarak sorumluluklarını üstlenmemesini “kötü kader” olarak adlandırmıştır (Sharf, 2014:154). Kötü kaderle ilgili kişi “bu yolda olmam doğal çünkü alkolik bir ailede büyüdüm” diyebilir. Ancak, Sartre insanın ne tür biri olduğu konusunda sürekli seçimlerle yüzleşmesi gerektiğini ve varoluşunun bu tür seçimlerle devam ettiğini belirtmiştir (aktaran, Corey, 2008:157). Örneğin fiziksel engeller, yetersiz eğitim, hastalıklar kişinin iş ya da eş bulmasına engel olabilir. Kişi bu felaketlere karşı takındığı tutumdan sorumludur, ya acı bir pişmanlık dolu bir hayatı sürdürür ya da engeli aşacak bir yol bulup, bu engele rağmen hayatını şekillendirir (Yalom, 2014: 424). Dolayısıyla kişi içinde bulunduğu durumla ilgili olarak başkalarını suçlamaktan ve gerekçeler bulmaktan vazgeçerse sorumluluk almaya başlar. Bu şekilde sorumluluk alan kişi, seçimleriyle yaşamını değiştirebileceğinin farkında olur. Bir başka ifadeyle insanın içinde bulunduğu durumla ilgili sorumluluk alması, o durumu değiştirmesinin ilk adımınıdır.

Şu an geçmiştir, ancak bireyler geçmişin değiştirebileceğini kavradığında sorumluluk duygusunu yaşarlar (Frankl, 2016). May, sorumluluk almanın eyleme dönüştüğü süreçte “istemek” kavramını kullanmıştır. Psikolojik rahatsızlıklar kişinin isteme yetersizliğidir. İnsanlar isteklerini ifade ettiklerinde aynı zamanda seçmelidirler (aktaran, Sharf, 2014: 155). Sartre “tercihlerimiz bizleriz” demiştir (Corey, 2008: 157). Kişi tercihiyle kendi kimliğini ve yaşamını belirler ve olmak istediği kişi haline gelir.

Varoluşçulara göre insanlar kendi varoluşlarını kendileri şekillendirirler. Birey çevresini değiştirme özgürlüğüne sahiptir. Özgürlük sorumluluğu da beraberinde getirir. Bu durumda insan kendi kimliğini ve yaşadığı çevreyi değiştirme sorumluluğunu üstlenmelidir. Hayatıyla ilgili seçimleri kişinin sorumluluk aldığını gösterir.

Martin’in kendi yaşamının sorumluluğunu alması ve yazar olmayı seçmesi...

“Eski çevresinden ve yaşam biçiminde kendisini kurtardığı ve yeni arkadaşları da olmadığı için okumaktan başka yapacak işi kalmamıştı. Yıllar alacak bir ön uzmanlaşma gerektiren kitaplar okumaya başlamıştı. Kafası birbirleriyle çelişen ve çatışan düşüncelerle kazana dönüyordu. Şaşkına dönmüş durumdaydı, ama yine de öğrenmek istiyordu.” (London, 2014: 64-65)

Martin, Ruth’ a ulaşmak için onun çevresindeki insanlar gibi olmaya okumaya ve kibar olmaya karar verir. Aslında eğitim almamıştır ve o ana kadar bildiği tek şey çalışmaktır. “Zihnindeki ilk anılar hep çalışmakla ilgiliydi, tüm ailesi çalışmıştı” (London, 2014: 44). Martin kendi eğitimini tamamlayarak Ruth’ la evlenebileceği bir meslek seçmeye karar verir. Bunun için halk kütüphanesinden kitaplar okur, yarım kalan eğitimini tamamlamaya çalışır. Martin işçi sınıfından bir ailede doğmuş olsa da, kendi çabalarıyla ünlü bir yazar olur. Bu bağlamda Martin’in özgürlüğünün farkına vardığı ve kendi yaşamını değiştirecek seçimler yaptığı söylenebilir. Yetiştirdiği çevre yetersiz olsa da bu durumdan kimseyi suçlamamış, yaşamına dair kendi sorumluluğunu üstlenmiştir.

1.4. Soyutlanma ve Sevmeye

Varoluşçuluğa göre bireyler dünyaya yalnız gelirler ve dünyadan yalnız ayrılırlar (Sharf, 2014: 167). Yalnızlık kişinin yaşama anlam kazandırdığını ve nasıl yaşayacağına karar verdiğini ifade eder. İnsan yalnız olmakla birlikte başkalarına da bağımlıdır. Bağımlılıkla anlatılmak istenen, bağımlı ilişkiler değil, her iki tarafın da değer verdiği hayatın getirdiği ilişkilere (Corey, 2008: 159). Bir anlamda kişinin varoluşu kendi başına düşünülemez, başkalarının varoluşundan da etkilenir.

İnsanlar kendine özgü olma ve kendisiyle ilgilenme çabasıyla birlikte başkalarıyla da ilişki kurmak, diğerleriyle bağlantılı olmak ister. Kişiler, başkalarının dünyasında belirgin olmayı ve onların varlığını hissetmeyi arzular (Corey, 2008: 158-159). Buber (1970), ilişkide iki kişinin diğerini tamamen deneyimlediği “ben-sen” ilişkisinin önemli olduğunu belirtir (aktaran, Sharf, 2014: 156). Ben-sen tarzı ilişkide bireyler birbirlerinin varlığının farkında olur ve canlı, karşılıklı bir ilişki kurmak ister. Gerçek bir ilişkide, kişiler birbirleri üzerinden çıkar ve ihtiyaçlarını karşılamaz, birbirleriyle yakından ilgilenir (Yalom 2014: 568-570).



Frank (2016: 126) bir başka insanın özünün farkına varmanın sevgiyle mümkün olduğunu belirtir. Ona göre sevgi, sevilen kişinin fiziksel varlığının ötesine geçer. Sevgi kişinin ruhsal varlığında, iç benliğinde anlam bulur. Bir anlamda kişi kendi yaşamını şekillendirirken diğer kişilerle anlamlı ilişkiler kurarak onların da kendi yaşamlarını şekillendirmesine katkı sağlar.

Varoluşçular, bireyin diğerleriyle bağlantı kuramamasını, yalnızlık, korumasızlık ve soyutlanma ile açıklar (Corey, 2008: 158). Üç tip soyutlanma (yalıtım) vardır, bunlar; kişilerarası soyutlanma, kişinin kendi içindeki soyutlanma ve varoluşsal soyutlanma. Kişilerarası soyutlanma yalnızlık olarak yaşanır ve kişilerden uzak olmayı ifade eder. Kişinin kendi içindeki soyutlanma, duyguların ve arzuların bastırılmasıyla ortaya çıkar. Bu tür soyutlama bireyin kendi yargılarına güvenmemesi, potansiyelini inkâr etmesi ve başkalarının değerlerini benimsemesidir. Varoluşsal soyutlanma ise bireyin dünyadan ayrılması yani dünya ile arasındaki uçurum olmasıdır. Varoluşsal soyutlanma diğerlerinden daha temeldir, derin bir yalnızlık ve soyutlanmayı içermektedir (Yalom, 2014: 549-553).

Martin'in yaşamı boyunca duyduğu yalnızlık...

"Hayatı boyunca sevgiye hasret kalmıştı, doğası sevgiye açtı. Ama hiçbir zaman sevgiye ulaşamamış, giderek katılmıştı. Sevgiye ihtiyacı olduğunu bilmiyordu bile." (London, 2014: 20)

Martin yaşamı boyunca yalnız olduğunu hissetmektedir. Ruth ile aralarındaki sevgi, Martin'in hayatını şekillendirmesini sağlar. Karşılıklı aşka dayalı bu ilişki, Martin'in sevgiyi derinden hissetmesini sağlar. Ruth ise ailesinin baskısına dayanamayarak Martin'i fakir olduğu için terk eder. Ancak Martin sonunda söz verdiği gibi ünlü bir yazar olur ve büyük bir servet elde eder. Bunun üzerine Ruth, Martin ile barışmak ister. Fakat Martin, Ruth'un ona zengin olduğu için geri döndüğünü düşünür ve gerçekten sevdiği tek kişi olan Ruth'a inancını yitirir.

Martin'in Ruth'a olan aşkını sorgulaması...

"Onu hiçbir zaman sevmemiş olduğunu anlıyordu. Sevdiği, idealize edilmiş bir Ruth'tu, kendi kendine yarattığı bu dünyaya ait olmayan bir yaratık, yazdığı aşk şiirlerinin parlak ve göz alıcı ruhuydu." (London, 2014: 451)

Martin, Ruth ile aralarındaki aşkın gerçek olmadığını anladığında eskisinden de yalnız hale gelir. Ruth'u hayalindeki haliyle sevdiğini ve onu gerçekten tanımadığını fark eder. Ruth ise Martin'i olduğu gibi kabul etmemiştir, onu *"aklındaki adam olması için şekillendirmeye"* (London, 2014: 98) çalışmıştır. Aralarındaki ilişki aslında her ikisi için de doyurucu değildir. Sonuç olarak bu durum Martin'in kendini yalnız hissetmesine yol açar.

Martin'in insanlardan soyutlanması...

"Giderek insanlardan uzaklaşıyordu. İnsanlara terbiyeli davranmak gün geçtikçe daha da zor gelmeye başlamıştı ona. Varlıkları Martin'i sıkıyor, konuşmak zorunda kalmaktan rahatsız oluyordu." (London, 2014: 458)

Martin'in hayatında en çok sevdiği kişiden ayrılması onun tüm insanlardan uzaklaşmasına sebep olur. Bu anlamda Martin'in kişiler arası soyutlanma yaşadığı söylenebilir.

Martin'in çevreden soyutlanması...

"Martin, çevresindeki dünyadan tuhaf bir şekilde kopmuş, eski hayatının bu edebi süsleri arasında kendisini tanıdık bir hayalet gibi hissederek, sersemleşmiş bir şekilde çalışmaya devam etti. Bir an durup, acaba öldüm bunun farkında değil miyim diye düşündü." (London, 2014: 393)

Martin bir anlamda varoluşsal soyutlanma yaşamaktadır. Sevgilisinde ayrıldıktan sonra tek yaptığı iş yarım kalan eserini tamamlamak olur. Ancak Martin bunu eskiden olduğu gibi tutkuyla değil bitirmek için yazar. Bitirdiğinde ise çevresindeki her şeyden uzaklaştığını hatta öldüğünü düşünmeye başlar. Martin eserini tamamlar, ünlü bir yazar olur, ancak yaşadığı soyutlanma devam eder.

1.5. Anlam ve Anlamsızlık

İnsanlar, anlamlılık duygusuna sahiptir ve yaşamda bir amaç edinmek için mücadele verir (Corey, 2008: 159). Kişi yaşamı boyunca kendisine *"Neden buradayım?"*, *"Yaşamımda anlamlı olan neler var?"*, *"Yaşamımda ne bana amaç duygusu verir?"* gibi sorularla yaşamın anlamını araştırabilir. Anlam hissi, bireye olayları yorumlamasını sağlar, nasıl yaşadığına ve nasıl yaşamak istediğine ilişkin değerler geliştirmesine yardım eder (Sharf, 2014: 156). Bir anlamda yaşamaya devam etmesi için yaşamının anlamlı olduğuna inanması gereklidir.



Sartre varoluşun anlamıyla ilgili olarak, dünyanın ve insanın neden var olduğunun hiçbir sebebinin olmadığını, insanların bir sebep bulması gerektiğini belirtmiştir (aktaran, Sharf, 2014:146). Bir başka ifadeyle, bireyler kendi yaşamlarındaki anlamı oluşturacak özgürlüğe sahiptirler. Paul Tillich ise yaşamın anlamının bireylerin başkalarıyla ve Tanrı'yla ilişkileriyle ilgili olduğunu vurgular. Tillich kişinin anlamlı bir yaşam yaratma becerisine inanmasını da kapsayacak şekilde "cesaret" kavramını kullanır. Kişi yaşamının anlamını ararsa bulamaz. Anlam, kişi yaşadıkça ve başkalarıyla ilgilendikçe ortaya çıkar (aktaran, Sharf, 2014: 168). Frankl (2014: 125) anlamın, kişinin kendi içindeki kapalı bir sistem olmadığını ve dünyada keşfedilmesi gerektiğini ifade eder. Yaşamın anlamı her zaman değişir ancak hiçbir zaman yok olmaz. Bir başka deyişle kişinin önemseydiği insanlar, hayatındaki önemli olaylar, değerleri, inançları ve hedefleri yaşamındaki anlamı yansıtır.

Eğer kişinin yaşadığı dünya anlamsız hale gelirse, kişi mücadele etmeyi bırakabilir ve hayatının yaşamaya değer değmediğini sorgulayabilir (Corey, 2008: 160). Bu durumda kişi Frankl'ın "varoluşsal boşluk" olarak adlandırdığı durumla karşılaşabilir. İnsanlar ne istedikleri ve nasıl davranmaları gerektiği konusunda belirsizlik yaşayabilir. Bu durumda insanlar, ya diğer insanların yaptıklarını arzular ya da onların kendisinden istedikleri şeyleri yapar. Varoluşsal boşluk, seçim yapmak zorunda kalan insanın özgün seçimler yapamamasıyla yaşadığı boşluk hissidir. Günümüzde birçok insanın yaşadığı can sıkıntısı ve bunalım varoluşsal boşluğun yansımasıdır. İnsanın boş zamanlarını planlayamadığında yaşadığı can sıkıntısı, bir anlamda insanların yaşamlarının içeriğinin yoksun olduğunun göstergesidir (Frankl, 2016: 121).

Martin için hayatın anlamı...

"Tüm güzelliği ve görkemiyle, o parlak fikir geldi aklıma. Yazacaktı. O da dünyanın gören gözlerinden, duyan kulaklarından hisseden yüreklerinden biri olacaktı. Hem meslek sahibi olmanın hem de Ruth'a ulaşmanın tek yolu buydu işte." (London, 2014: 90)

Kişinin özel bir mesleği ya da uğruna çaba harcayacak bir görevinin olması aslında onun yaşamında anlam hissetmesini sağlar. Anlam arayışı kişi yaşamında karşılaştıkları sorunlarla mücadele ettikçe çözülür (Frankl, 2016: 123). Martin Ruth'a ulaşmak için ünlü bir yazar olmaya karar verir. Ünlü bir yazar olma ve bu sayede Ruth ile evlenme hedefi onun hayatına anlam kazandırır. Bununla birlikte Martin ünlü bir yazar olduğunda büyük bir boşluğa düşer.

Martin'in hayatının anlamsızlaşması ve boşluğa düşmesi...

"Bir gün Martin yapayalnız olduğunu fark etti. Sağlığı, gücü yerindeydi ve yapacak hiçbir şey yoktu. Yazmayı ve çalışmayı bırakmak, Birissenden'in ölümü ve Ruth'tan ayrılmak hayatında büyük bir boşluk oluşturmuştu." (London, 2014: 406)

Martin'in yaşadığı durum "varoluşsal boşluk" ile açıklanabilir. Martin sonunda ünlü bir yazar olur fakat artık yapacak hiçbir şeyi olmadığını düşünür. En yakın arkadaşının ölümü ve Ruth'tan ayrılması onu derinden etkiler. Martin yazar olma amacına ulaşır ancak yeni bir amacı olmadığı için kendisini boşlukta hissetmeye başlar.

Martin'in yaşarken duyduğu acı...

"Martin hayatında ilk kez birinci mevkide seyahat ediyordu. Denize açıldığında, her zaman ya baş kasaralarda, ya dümen dolabının başında olmuş ya da kömür deposunun karanlık derinlerinden kömür aktarmıştı. İşte şimdi, geminin en itibarlı yolcusu olarak, bütün bunların tam göbeğindeydi. Kaptanın hemen sağında oturuyor ama kaybettiği cenneti bulmak için dönüp dönüp baş kasaraya ya da kazan dairesine bakıyordu boş yere. Yeni bir cennet bulamamıştı, şimdi eskisini de bulamıyordu." (London, 2014:465)

Martin yazar olmadan önce denize açılmaktan çok hoşlanmaktadır, ancak şimdi denizde olmak onun için hiçbir anlam ifade etmez. Aksine yaşadığı her an acı çektiğini duyumsar. Martin aslında can sıkıntısından kurtulmak için bu yolculuğa çıkar fakat bunun hiçbir işe yaramadığını anlar. Yaşadığı boşluktan ve çektiği acıdan kurtulmak için kendini denize atarak intihar eder. İntihar olayları varoluşsal boşlukla açıklanabilir. Depresyon, saldırganlık, uyuşturucu alışkanlığı gibi sorunların altında varoluşsal boşluk yatar(Frankl, 2016: 121). Bu durumda Martin'in intihar etmesi varoluşsal boşluğun bir sonucu olduğu söylenebilir.

1.6. Öz aşkınlık

İnsan varoluşu gereği acil durumlarını ve kendileriyle ilgilenmelerini aşma kapasitesine sahiptir. Bireyler hayal etme ve yaratıcılık yoluyla başkalarının farkında olurlar ve kendi ihtiyaçlarının aşarak



başkalarına karşı sorumlu davranırlar. Bir anlamda insanlar kendilerini başkalarının yerine koyabilir onların yaşadığı stresi ve üzüntüyü hissedebilirler (Sharf, 2014: 157). Frankl (2016: 53) toplama kampında sık sık karısının ve eski hayatının hayalini kurarak, zihnini meşgul ettiğini anlatır. Diğer bir deyişle, insan hayal ederek içinde bulunduğu zamanı ve mekânı aşabilir, yaşadığı durumdan uzaklaşabilir.

Martin'in, Bay Butler'in yaşamına ilişkin çıkarımında bulunması...

Ruth, Martin'i cesaretlendirmek için, Bay Butler'in zengin olma hikâyesinden söz eder. Bay Butler'in para biriktirmek için çok az yemek yediğini, gündüzleri çalışıp geceleri okula gittiğini, şimdi ise çok iyi gelirinin olduğunu anlatır.

Martin sertçe kıza baktı.

"Bahse girerim ki," dedi "Bay Butler bu bolluk günlerinde hiç de keyifli bir adam değildir. Yıllardır bir çocuk kadar yemek yiye yiye, midesi bu bolluğu kaldıramayacak kadar küçülmüştür."

Martin'in soran bakışları karşısında kız başını yere eğdi.

"Kesin hazımsızlık derdi vardır şimdi!" diye meydan okudu Martin.

"Evet, öyle," diye itiraf etti kız, "Ama..."

"Ve eminim ki, yaşlı bir baykuş kadar asık yüzlü, ciddi bir adamdır, yıllık otuz binlik gelirine rağmen, şöyle bir eğlenmek umrunda değildir. Başka insanların vakit geçirdiğini görmek de hoşuna gitmiyordur."

Martin'in başkalarının duygularını kavrayabilen hayal gücü, bu çocuğu hayatındaki binlerce ayrıntıya ve yılda otuz bin dolar kazanan bir adam oluncaya kadar geçirdiği kısıt ruhsal gelişime ışık tutuyordu.

"Biliyor musunuz?" diye ekledi. "Bay Butler adına üzülüyorum. Daha iyisini bilemeyecek kadar gençmiş ama yılda otuz bin dolar için kendisini hayatını yaşamaktan mahrum bırakmış." (London, 2014: 84-85)

Öz aşkınlık bireyin başkalarının yaşadıklarını anlayabilmesiyle ilgilidir. Martin'in, Bay Butler'i tanımamasına rağmen onun yaşadığı problemleri anlaması, öz aşkınlık kavramıyla açıklanabilir. Martin, Bay Butler'in yaşadığı zorlukları ve şimdiki durumunu anlayabildiği için zengin olma hikâyesini ilham verici bulmaz. Martin, onun çocukça zevklerden mahrum kaldığını düşünür ve geç gelen bu servetin onu mutlu etmediği tahmin eder.

1.7. Özgünlük

Özgünlük insanın varoluşunun sınırlarıyla yüzleşmesidir. Özgünlük, ahlaki seçimler, hayatın anlamı ve insan olmakla ilgilidir. Kobasa ve Maddi (1977), özgünlük kavramını açıklarken özgün bireylerin ve özgün olmayan bireylerin özelliklerini sıralar. Gerçekçi olmayan bireyler ne istediklerinin çok az farkındadır ve başkalarının değerlerine göre hedefleri olabilir, gerçekçi bireylerin kendilerine özgü değer ve hedefleri olur. Özgün olmayan bireyler yüzeysel ilişkiler kurar, özgün bireyler samimiyeti tercih eder. Özgün bireyler kendilerinin farkındadır, özgün olmayan bireylere göre değişime daha açık ve daha esnekler. Özgün bireyler özgürlük, sorumluluk, ölüm, soyutlanma ve anlam gibi varoluşsal konularla yüzleşir. Özgün olmayan bireylerin riskli karar alma cesareti yoktur, kaçırdukları fırsatlar için de suçluluk ve pişmanlık yaşar. Son olarak özgün bireyler zekâsının farkındadır, sorunlarla ve krizlerle başa çıkabilir (aktaran, Sharf, 2014: 157).

Martin'in ne istediğine ilişkin farkındalığı...

"Ben de bunlara sahip olmak istedim. İnsanların alçak sesle konuştuğu, hem kendilerinin hem de düşüncelerinizin temiz olduğu bu evde soluduğunuz gibi, kitaplarla resimlerle, güzel şeylerle dolu bir hava solumak istiyorum." (London, 2014: 72)

Martin nasıl bir yaşam istediğini bilmektedir. Ruth'un evine gittiğinde gördükleri hoşuna gider ve o çevreden olmak ister. Yeterli eğitimi ve parası yokken yazarmaya karar vermesi riskli kararlar alabildiğini gösterir. Martin'in riskli kararlar verebilmesi, amacına ulaşmak için, farklı yollar deneyebilmesi, yeniliklere açık olması ve yaşamını değiştirmesi özgün olmasıyla açıklanabilir. Bunun yanında Martin'in yazıları da zekâsını ve yaratıcılığını bir başka ifadeyle özgün olduğunu gösterir.

Martin'in yaratıcı zekâsı...

"Bir şeyi anlamadan yapamayan bir yaratılışı vardı. Bir kör gibi karanlıkta, ne ürettiğini bilmeden veya başarıyı şansa ya da zekâsının parlaklığına bırakarak çalışması mümkün değildi... İnceden inceye planlayarak yaratan bir zekâsı vardı." (London, 2014: 225)



Martin, ilk defa yazmasına rağmen başkalarını taklit etmez, kendine has bir üslupla yazar. “Kendi yeni ve özgün üslubunu yaratabilmek için birçok yazarın etkili ve hoş giden üslupçuluk örneklerini topladı” (London, 2014: 224). Buradan hareketle Martin’in özgün biri olduğunu söyleyebilir.

Ruth’un Martin’i terk etmesi...

“Annesiyle babası çok sert bir tavır alarak, onu nişanı bozmaya zorlamışlardı. Olaylar onları haklı çıkardığı için de Ruth bunu kabul etmek zorundaydı. Zaten hiçbir zaman mutlu olamayacakları bir ilişkiydi bu, daha en başından hiç şansı yoktu. Martin’e acı gelen tek bir nokta vardı. ‘Ne olurdu sanki bir işe girseydin de, yükselmeye çalışsaydın.’ diye yazmıştı Ruth.” (London, 2014: 385)

Ruth’un sevdiği adamdan vazgeçmesi, risk alamaması, başkalarının etkisinde kalıp kendi kararlarını vermemesi özgün olmadığını gösterir. Ayrıca Ruth, Martin’in yazmış olduğu kitapları edebi açıdan yetersiz bulur, bu kitaplar para kazandırmadığı için bir değerinin olmadığını düşünür.

Ruth’un edebî tarzının taklitçiliğe dayanması...

“Yaratıcı, özgün bir insan değildi, sahip olduğu kültürün tüm tezahürü başkalarının söylediklerini tekrarlamaktan öteye geçmiyordu” (London, 2014: 303).

Martin’in aksine Ruth benzer tarzdaki edebî eserleri okumaktan hoşlanmaktadır. Martin’in yeni bir üslupla yazdığı eserleri beğenmez, onun yenilik arayışını anlamsız bulur. Buradan hareketle Ruth’un yaratıcı olmadığını, yeniliklere açık olmadığını yani özgün olmadığını söylenebilir.

SONUÇ

Varoluşçu terapiye göre insan kendi varoluşunu belirleme özgürlüğüne sahiptir. Kim olduğunun ve nasıl bir hayat yaşadığının farkında olan insan, sorumluluk alarak ve seçimler yaparak hayatını geliştirebilir. İnsanlar varoluşun getirdiği ölüm, yaşam, sorumluluk, özgürlük, yalnızlık ve sevme gibi varoluşsal problemlerle yüzleşmek durumundadır. Bu çatışmalı konularda problemlerin üstesinden gelmek bireyin yaşamının devam etmesine olanak sağlar. Varoluşsal problemleri aşmak için kitaplardan yararlanılabilir. Varoluşsal konularda sorun yaşayan danışanlara varoluşsal terapinin temalarını içeren kitaplar okuması önerilebilir. Bu noktadan hareketle bu çalışmada Martin Eden romanı varoluşçu terapinin kavramlarından yararlanılarak incelenmiş ve kitaba farklı bir bakış açısı getirilmiştir.

Martin’in, Ruth’a ulaşmak için yazar olma kararıyla yaşamının sorumluluğunu alması ve hayatına anlam kazandırması, yazar olduktan sonra amacını yitirmesi ve anlamsızlık hissi, yalnızlık, soyutlanmışlık ve içine düştüğü boşluk hissi, varoluşçu terapinin kavramlarıyla ilişkilendirilmiştir. Bu bağlamda Martin Eden romanının varoluşçu terapinin konularıyla ilişkili olduğu ve kitaptaki çeşitli unsurların varoluşsal konuları yansıttığı söylenebilir. Bu doğrultuda bu çalışma varoluşsal terapinin konularının anlaşılmasında faydalı olabilir. Bununla birlikte psikolojik danışma sürecinde, romandaki Martin Eden karakteri; yaşamında anlamsızlık, yalnızlık ve yabancılaşma gibi varoluşsal sorunlar yaşayan danışanlar için metafor olarak kullanılabilir. Söylemek istenilenin başka bir kelimeyle ilişkilendirilmesi anlamına gelen metaforların psikolojik danışmada kullanımı, yakın ilişki kurulmasında, duyguların ortaya çıkarılmasında, inançların sorgulanmasında, direncin çözülmesinde ve alternatif düşünce yollarının bulunmasında etkili olarak kullanılabilir (Kararmak ve Güloğlu, 2012). Bu bağlamda, psikolojik danışman Martin Eden’in yaşadıklarını açıklayarak, benzer sorunları yaşayan danışanın ilişkisiz görünen yaşantılar arasında bağlantı kurmasına olanak sağlayabilir. Bu şekilde bir metaforun kullanılması, varoluşsal sorunlar yaşayan danışanın duygularının ve yaşantılarının daha iyi anlaşılmasına yardım edebilir. Ancak psikolojik danışmada, Martin Eden’in intiharının özendirici bir şekilde ele alınmamasına dikkat edilmelidir.

KAYNAKÇA

- BEKTAŞ, Gürkan (2013). *Albert Camus ve Varoluşçuluk*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- BUDAN, Cem Y. (2011). *London’ın Romanları Üzerine Bir İnceleme*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Edirne: Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- COREY, Gerald (2008). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları* (T. Ergene, Çev.), Ankara: Mentis Yayıncılık.
- ÇAY, Asena (2011). *Existentialist Philosophy and Consumerism in Fight Club*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ERAL, Gökhan (2011). *Franz Kafka’nın ve Yusuf Atılgan’ın Romanlarının Varoluşçuluk Temelinde Karşılaştırılması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- FRANKL, Viktor (2016). *İnsanın Anlam Arayışı* (S. Budak, Çev.) (30. baskı), Ankara: Öteki Yayınevi.



- GENÇTANIRIM, Dilek ve VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2007). "Akılcı-Duygusal Davranışçı Yaklaşım ve Sezen Aksu Şarkıları", *Eğitim ve Bilim*, 32 (143), s.27-40.
- HASKAN-AVCI, Özlem ve VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2014). "Elif Şafak'ın "Aşk" Adlı Eserinin Asya ve Doğu Terapileri Açısından Değerlendirilmesi", *The Journal of International Social Research*, 7(29), s. 458-470.
- İŞİK, Mehmet F. (2014). *Dostoyevski'de Varoluşçuluk*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- İPEK, Hilal (2011). *Edip Cansever'de Varoluşçuluk İzleri*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- KARAIMAK, Özlem ve GÜLOĞLU, Berna (2012). "Metafor: Danışan ve Psikolojik Danışman Arasındaki Köprü", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), s. 122-135.
- KIZILDAĞ, Seval ve VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2009). "Halide Edip Adivar'ın "Vurun Kahpeye" Adlı Eserinin Feminist Terapi Açısından Değerlendirilmesi", *Kadın/Woman*. 10(2).
- LONDON, Jack (2014). *Martin Eden* (J. Kayaş, Çev.), İstanbul: İthaki.
- SHARF, Richard S. (2014). *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kavramlar ve Örnek Olaylar*, (N. Voltan-Acar, Çev, Eds.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- ŞAHİN, Yusuf (2014). *Varoluşçuluk ve Bireyselleşme Bağlamında Oğuz Atay'ın Eserlerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul: Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TAN, Tijen (2007). *Existentialism and Samuel Beckett's Two Plays: Endgame and Happy Days*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- OTLU, Arzu (2013). *The Perception of Life and Being in Samuel Beckett's Three Plays: Waiting for Godot, Endgame and Happy Days in The Light of Existentialism*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Denizli, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ÖNAL, Mehmet N., GÜNDOĞAN, Ali O., ve TURHAN-TUNA, Sibel (2015). "Türk Masallarında Varoluşçuluk Tasarımı Üzerine Bir Deneme", *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, (53), s. 121-147.
- YALÇIN, İlhan ve VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2006). "Candan Erçetin'in Seslendirdiği Şarkıların Gestalt Terapi Açısından Değerlendirilmesi", *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (20), s. 01-10.
- YALOM, Irvin D. (2014). *Varoluşçu psikoterapi* (Z. İyidoğan-Babayiğit, Çev.), İstanbul: Kabalıcı Yayınevi.