

## YAŞAMBİLİMİN İŞLEVLERİ, YÖNTEM VE ARAÇLARI

Prof.Dr.İnal Cem AŞKUN

KURGU'nun önceki sayısında (Sayı: 13), yeni bir bilim alanı olacağı savıyla; yönetim ve iletişim bağlamında YAŞAMBİLİMİ ele almış; çalışmamızı bu bilimin tanımını yaparak sonuçlandırmıştık.

Şimdiki incelememizde ise sözkonusu yeni bilim alanının amacı, işlevleri, yöntem ve araçları üzerinde duracağız.

Yaşambilimi tanıtıcı ilk açıklamalarımızdan birini, “yaşam kurmak” konusuna ayırmıştık. Burada, yaşamı öğrenmek; üzerinde dururken, yaşam kurmanın şunlardan biri veya birkaçı anlamına mı geldiğine değinmiştik, şöyle ki:

- İyi beslenip, barınarak, dinlenmek ve eğlenmek midir.
- İyi para kazanmak mıdır?
- Yüksek öğrenim görüp, yüksek nitelikli mesleklerde çalışmak mıdır?
- İyi bir evlilik yapıp, mutlu bir aile yaşamı edinmek midir?
- Yüksek orun (mevki) ve şöhret sahibi olmak mıdır?
- Kimseyle çatışmadan, herkesle iyi geçinerek, kendine göre mutlu bir yaşam sürmek midir?
- Yakın, uzak çevresine, ülkesine, giderek insanlığa büyük hizmetlerde bulunmak mıdır?
- Dinsel inançlarının gereğini de yerine getirerek, hem bu dünyayı, hem de “öbür dünyayı” kazanmak demek midir?
- Yoksa bütün bunların hepsinin dışında, geçerli deyimiyse, “beşikten mezara”, belki ondan da sonra, hep öğrenmek, öğrenmek midir?

Yaşam kurmanın amacı olabileceği kanısıyla ortaya konan bu sorular, ilk bakışta insana, sanki yaşamın da amacı imişler gibi gelebilir. Gerçekten de, tanıdık çevrenizde, kime “yaşamın amacı nedir?” diye sorsanız, belki bunlara benzer yanıtlar alırsınız. Ancak yaşambilim açısından bu sorunun yanıtı o kadar kolay verilemeyecektir. Çünkü daha önce belirttiğimiz gibi, her bireyin öncelikle kendine özgü bir “insan” tanımı yapma zorunluluğu vardır. Böyle özgün bir tanıma giderken de, özellikle kişinin; toplum içindeki kişisel yaşamıyla kendi içindeki özkişisel yaşamını birbirinden ayıracak, daha doğrusu çok sık yapıldığı gibi, bunları birbirleriyle özdeşleştirmeyecek bir bilinç düzeyin kendisini çıkarması gerekecektir. Eğer bunu yapamıyorsa, o vakit kuşkusuz, yukarıda soru biçiminde örneklerini verdiğimiz, insanın toplum içinde yaşam kurmasının amaçlarını, doğrudan yaşamın amacıyla bir tutacak, başka deyişle yeni bir özdeşleştirmeye gidecektir. Sonuçta, kişisel ve özkişisel yaşam özdeşleştirilmesinde düşülen yanılgıya yeniden düşülmüş olacaktır.

Böyle bir kısır döngüden çıkmak için, yaşambilimin tanımından yola çıkılarak, herkesin kendi yaşamının amacına, “özkişisel yaşam” kavramından başlanması gereği ortaya çıkacaktır. Böyle bir anlayışta şu ve benzeri soruları kendisine yöneltip, yanıtlarını aramaya çalışmasının belirgin yararları olabilir:

- Sonsuzluk evreni içinde, dünyada yaşama gözlerimi açmamın ne gibi nedenleri olabilir?
- Dünyada kurduğu yaşamın amaçlarıyla, bu nedenler arasında tutarlı bir bağıntı var mıdır; yoksa “benim mi dünya için yaratıldığım” görüntüsü çıkmaktadır?
- Bugüne kadarki yaşamımı gözden geçirdiğimde, ortaya kabaca, “dünyanın benim için yaratıldığını”; yoksa “benim mi dünya için yaratıldığım” görüntüsü çıkmaktadır?
- Böylesi abartılı yaşam görüntüleri edinmeme, acaba hangi yanılgılı tutum ve davranışlarım yolaçmaktadır?
- Yaşamımda “talihli” “talihsiz” olarak nitelediğim olayların yaratıcısı ben miyim; yoksa başkaları mı? Eğer başkaları ise, onların beni aşan güçleri nelerden kaynaklanmaktadır?
- Bugüne kadar sürdürdüğüm yaşamın, benim açımdan karşıma çıkardığı “insan tanımı” ne olabilir? Başka deyişle, ben nasıl bir insanım? Başkalarının hakkımdaki “insanlık görüşleri” ile kendi iç yaşamımda ve onun bana yansıttığı insan tanımında ne gibi uyan veya uymayan yönler var? Uymayanlar konusunda, kendimi başkaları karşısında, ne kadar haklı veya haksız buluyorum?
- Fiziksel yaşamımı yönlendiren alt benliğim (ego) ile tinsel (manevi) yaşamımı yönlendiren üst benliğim (vicdan), bana insan yaşamının amacına ilişkin hangi iletileri (mesajları) vermektedirler?

Doğal benliğim (akıl) bunları, şimdiye kadarki yaşamımda nasıl karşılamış, hangisine, hangi zaman ve yer koşullarında uymuştur? Geriye baktığımda, bunları ne dereceye başarılı veya başarısız tutumlar olarak görmekteyim? Bundan sonra nasıl davranmayı yaşam amacıma uygun bulacağım?

Yaşamları hakkında oldukça ayrıntılı bilgim olan, yakın ve uzak çevremdekilerin durumlarını incelediğimde ve onlarla görüşmelerimde, yaşamın amacı konusunda, benden farklı olarak, neleri başardıkları, nelere başaramadıkları görülüyor? Onlarla kendimi karşılaştırdığımda, başarısızlıklarımın yaşamın amacı belirlemede, benim hangi yanlışlara düştüğümden kaynaklandığı beliriyor?

Varlığımın düşünce ve duygu yapılarıyla doğal güdülerinde, yaşamımın; hangilerinden, hangi konularda, ne şekilde etkilendiği görülüyor? Yaşam çizgimi, öncelikle bunlardan hangisi belirliyor? Yanlışlarımı gördüğümde, “ne yapayım, ben böyleyim” diye çaresiz mi kalıyorum; yoksa istencimle (irademe) bunlara karışabiliyor muyum?

İlk açıklamalarımızda “bilim ne yapıyor?” sorusuna yanıt olarak; gözlemliyor, inceliyor, araştırıyor, deniyor, kuramlar (teoriler) çıkarıyor, bulduklarından kuşkulanıp, başka ortam ve koşullarda yeniden gözlemliyor, inceliyor, araştırıyor, deniyor, kuramlar (teoriler) çıkarıyor, bulduklarından kuşkulanıp, başka ortam ve koşullarda yeniden gözlemliyor, inceliyor, araştırıyor ve yeni sonuçlara, kurallara, yasalara, yorumlara ulaşıyor demiştik. Öte yandan, son olarak da yaşambilimin tanımını; “insanın özkişisel yaşamının yönetim ve iletişim süreç, konu, sorun ve yorumlarıyla uğraşan bir bilim alanı;” biçiminde, kendimize göre yapmıştık. Ayrıca bilimin özünün düşünce olduğu; bilimin düşünceden beslenip, düşünceyi beslediği; her insanın yaşamında, açıklasın veya açıklamassın, ona yön verdiği bir düşüncesinin bulunduğu, buna da yaşam felsefesi denildiğini yine daha önce belirtmiştik. Birbirine sıkı sıkıya bağlı bulunan sözkonusu üç kavram çerçevesinde yaşambilimin amacını tanımlamaya çalışırsak; karşımıza şöyle bir anlatım çıkabilmektedir:

**YAŞAMBİLİMİN AMACI;** insanın özkişisel yaşamının kaynaklandığı temel düşünce ile bunun yönetim ve iletişimin gözlemlenmesi, incelenmesi, araştırılması; sonuçlara bağlı kuramların geliştirilmesi, bunların uygun ortamlarda denenmesi, başkalarıyla gerektiğinde karşılaştırmalar yaparak, bireyin yaşamını yönlendiren yasa, kural ve yorumlara ulaşılmasıdır.

Yaşambilim için böyle bir amaç tanıma, eğer biraz uzun ve karmaşık görünüyorsa, kuşkusuz siz kendiniz için çok daha sade, etkili, tutarlı bir başka tanımlama yolunu deneyebilirsiniz. Yaşam sizin olduğuna göre, bunun amacını da, bilimini de kuşkusuz en iyi siz ele alabilirsiniz.

## YAŞAMBİLİMİN İŞLEVLERİ

Yaşambilimin tanımını yaparken; insanın özkişisel yaşamının yönetim ve iletişim süreç, konu, sorun ve yorumlarıyla uğraşan bir bilim alanı, biçiminde bir anlatıma yer vermiştik. Öte yandan, aynı bilim alanının amacını da; insanın özkişisel yaşamının kaynaklandığı temel düşünce ile bunun yönetim ve iletişiminin gözlenmesi, incelenmesi, araştırılması, sonuçlara bağlı kuramların geliştirilmesi, bunların uygun ortamlarda denenmesi, başkalarıyla gerektiğinde karşılaştırmalar yaparak, bireyin yaşamını yönlendiren yasa, kural ve yorumlara ulaşılması; olarak açıklamıştık. Bu tanım ve amaç çerçevesinde, acaba yaşambilimin işlevleri, diğer deyişle görevleri nasıl belirlenebilir? Bunun için öncelikle, yaşambilimin tanımında geçen temel öğelere bir göz atmak gerekecektir. Dikkat edilirse, sözkonusu tanımda kavram niteliğinde üç temel öge görülmektedir. Bunlar, özkişisel yaşam, yönetim ve iletişimdir.

Kuşkusuz yaşambilimin çalışma alanı, insanın özkişisel yaşamıdır. Göreceği işlevler de doğal olarak, bu alanın yönetim ve iletişimine dönük bulunacaktır. O zaman ilk soru hemen belirlemektedir, şöyle ki; Yaşambilimin, insanın özkişisel yaşamının yönetimine ilişkin ne gibi işlevleri vardır veya olabilir?

Yine önceki açıklamamızda “insanın, özkişisel yaşamında kendini yönetme başarısı, alt ve üst benliklerine bağlı güçleri, doğal benliğinde, istencinin (iradesinin) denetimi altında, belli bir kişiliği geliştirme amacıyla eşanlamlıdır” biçiminde bir saptamada bulunmuş olmaktadır. Buradan yola çıkarak, yaşambilimin özkişisel yaşamımızın yönetimine ilişkin işlevlerini, kanımca, şöylece belirleyebiliriz:

- 1- Kişinin, alt ve üst benliklerinin kapsamına giren güçlerini belirlemek;
- 2- Alt ve üst benliklerin arasında yeralan doğal benliğin, yapısal öğelerini açıklığa kavuşturmak;
- 3- Doğal benlik içinde, istencin ve ona bağlı akıl ile bilincin denetim gücünü arttırmak;
- 4- Alt ve üst benlikler ile bunlara bağlı kişilik yapılarının (örneğin “kozmetik” ve “karmik” kişiliklerin), denetimli katkılarıyla etkili bir doğal kişilik gelişmesini sağlamak;
- 5- Doğal benlikle, toplumsal benlik arasındaki uyumu gerçekleştirmek.

Özkişisel yaşamın yönetimi açısından, ortaya koymaya çalıştığımız bu işlevler, aslında yaşambilimin ana başlıklar olarak ele alabileceği işlevlerdir. Kuşkusuz bunları böyle bütünleşik konularıyla incelemek, çok kaba ve yanıltıcı sonuçlara götürebilir. Bunun yerine, herbirini tek tek kendi yapıları içinde incelemeye almak gerekir ki; bu tür bir yaklaşımı şimdiki sınırlı yazı koşulları

kaldırmaz. Ancak zaman içinde, konular ve kavramlar açıldıkça, sözkonusu işlev alanlarına daha yakından bakmak fırsatı çıkabilecektir. Örneğin “derin düşünmek”, yaşambilimin, özkişisel yaşamın yönetim işlevleri arasında belirttiğimiz; doğal benlik içinde, istencin ve ona bağlı akıl ile bilincin denetim gücünü arttırmak ana işlevinin kapsamına girmektedir. Böyle bir alt işlevle ilgili olarak, aşağıdaki yoruma gidilebilmiştir,

- Her iş düşüncede başlar ve fizik ortama yansır. Bir yapı, önce mimarın planında biçimlenir. Onun için iyi, doğru ve derin düşünmeyi öğrenmeliyiz ki, çabalarımız verimli ve uyumlu olsun.

- İnsan kendini yaşamın gelip, geçen olaylarına kaptırmadan, her olayın arkasındaki ruhsal etkiyi, bilgiyi almağa çalışmalıdır.

- Bunun için yan tutmadan, dingin olarak düşünmeli, durumu iyice inceleyip, gözden geçirmelidir.

- Derin düşünerek pek çok sezgiler elde edilebilir. sezgiler ruhsal iletilerdir. Yaşamadan kazanılmış, kestirme, sonuç bilgilerdir.

- Çeşitli kavramlar üzerinde derin düşünmek, gelişmeyi (tekamülü) hızlandıran, yararlı ve değerli bir içe bakış (meditasyon) yöntemidir.

- Her olayı çok yönlü görmeye, çok boyutlu düşünmeye çalışmalıyız. Tren vagonları gibi peşpeşe, doğrusal (linear) düşünmek, özellikle ruhsal sorunlarda yanıltıcı olabilmektedir. Her olayın olumlu, olumsuz (pozitif, negatif) iki yönü vardır. Yine aynı şekilde her olayın görünen, görünmeyen pek çok nedeni ve amacı vardır. Geniş boyutlu düşünerek, küresel anlayışa doğru gidebiliriz.

Yine aynı biçimde, “kendimize benzemeliyiz” iletisi; özkişisel yaşamın yaşambilim alanına giren yönetim işlevlerinden; alt ve üst benlikler ile bunlara bağlı kişilik yapılarının, denetimli katkılarıyla etkili bir doğal kişilik gelişmesini sağlamanın bir alt işlevi niteliğini taşımaktadır. Bunun anlamı ise şöyle açıklanabilmektedir:

- Her insan ayrı ayrı gelişme gereksinimiyle doğar ve farklı yaşam uygulamalarıyla ömür sürer.

- Ne kadar yüksek, gelişmiş ya da saygınlık görürse görsün, bir başka kişinin kopyası olmamak gerekir. Çünkü o kişinin gelişme düzeyi, gereksinimleri, görevleri ve içinde bulunduğu koşullar kendine özgüdür, bir başkasına benzemez.

- Başkasına benzemek adına, düzmece (sahte) tavırlara girmek, gelişmeyi yavaşlatır.

- Aşırı hayranlık, duygusal bir zayıflıktır.

- Böyle bir durum, insanın kendi duyuncuna (vicdanına) göre değil, başkasınınkine bağlı davranmasıdır ki, bu zorla değil, gönüllü kölelik anlamını taşır.

- Başkası tarafından hoş görülme de, kendimizi yaşamalı, kendimiz olabilmeliyiz. Eksik ve fazlalıklarımızı ancak böyle öğrenebiliriz. “Göründüğün gibi ol, olduğun gibi görün” özdeyişi de aslında bu insanlık gerçeğinin kestirme anlatımıdır.

Yaşambilimin, yukarıda örnekleriyle belirtmeye çalıştığımız, özkişisel yaşamın yönetimine ilişkin işlevleri yanında; aynı yaşamın iletişim alanına dönük işlevleri de bulunmaktadır. Bunları da şimdilik, ayrıntılarına girmeden, şöyle özetleyebiliriz:

- 1- Bireyin çeşitli benlik yapılarının, kaynak ve alıcı olarak karşılıklı konumlarının belirlenmesi;
- 2- Üst, doğal, alt benlik yapılarının kendi iç öğeleri arasında iletişim düzenlerinin incelenmesi;
- 3- Benliklerin ve iç yapılarının, bireysel ve karşılıklı iletilerinin gerçek anlamlarının açığa çıkarılması ile gerektiğinde yeniden düzenlenmesi, düzenlenemeyenlerin en azından denetim altında tutulması;
- 4- Benlik yapılarının iç ve dış iletişim oluklarının (kanallarının) saptanması, çarpıklıkların düzeltilmesi;
- 5- Benlik yapılarının iç ve dış yaşam dünyasına dönük ileti etkileriyle, bunların yansımalarının sık sık incelenerek, değişen koşullara uygun uyarlamaların yapılması.

Yönetim işlevlerinde olduğu gibi, iletişim işlevlerinde de incelemenin bütünüyle değil, alt işlevler kapsamında yapılması zorunluluğu vardır.

## YAŞAMBİLİM YÖNTEMLERİ

Yaşambilimin tanımı, amaçları ve işlevlerinden sonra, bu bilimden yararlanma yöntemlerini açığa çıkarma çabasına da girişmek gerekmektedir. Aslında ne olursa olsun, herhangi bir konunun tanım, amaç, işlev bağlamında ele alınması, NE, NİÇİN sorularına yanıt arama anlamına gelirken; NASIL, NEREDE, NE ZAMAN, KİM TARAFINDAN sorularını yanıtlamaya çalışmak, uygulamada bu konuya yaklaşma YÖNTEMİNİ bulma çabasını göstermektedir. Eğer konumuz olan yaşambilime böyle bir açıdan bakarsak; buraya kadar hep NE, NİÇİN sorularına yanıt aradık. Şimdi ise yaşambilimin nasıl, nerede, ne zaman, kim tarafından uygulamaya konulacağı sorularına yanıt aramak gerekmektedir ki; buna kısaca “yöntem arayışı” diyebiliriz.

Özünde “bilim” ve “yöntem” kavramları arasında çok sıkı bağlar bulunmaktadır. Bilgiyi felsefeden çıkarıp yaşama geçirerek, onu bilim konusu

durumuna getiren kavram yöntemdir. Başlangıçta bilim ne yapıyor? sorusuna yanıt ararken; gözlemliyor, inceliyor, araştırıyor, kuramlar (teoriler) çıkarıyor, bulduklarından kuşkulunup, başka ortam ve koşullarda yeniden gözlemliyor, inceliyor, araştırıyor ve yeni sonuçlara, kurallara, yasalara, yorumlara ulaşıyor; açıklamasını yapmıştık. Yaşambilimin konusu, kendi özkışisel yaşamımızın yönetim ve iletişimi olduğuna göre; bu bilim alanının yöntemlerini, bilim kavramını oluşturan eylemler içinde aramamız gerekecektir. Başka deyişle, aşağıda sıraladığımız sorulara, kendimize göre yanıtlar bulmaya çalışacağız:

**ÖZKİŞİSEL YAŞAMIMIZI;** nasıl, nerede, ne zaman, kimlerle birlikte veya yalnız gözlemleyip, inceleyip, araştırıp, sonuçlar çıkaracağız?

**ÖZKİŞİSEL YAŞAMIMIZIN YÖNETİMİNİ** nasıl, nerede, ne zaman, kimlerle birlikte veya yalnız başaracağız.

**ÖZKİŞİSEL YAŞAMIMIZIN İLETİŞİMİNİ** nasıl, nerede, ne zaman, kimlerle birlikte veya yalnız başaracağız?

Özkişisel yaşamın temelinde **BENLİK** kavramı yer almaktadır. Buna göre yukarıda birinci soruya verilecek yanıtı yardımcı olmak üzere, yine daha önce düzenlediğimiz bir sorudan yararlanabiliriz, şöyle ki: "Fiziksel yaşamımı yönlendiren alt benliğim (ego) ile tinsel (manevi) yaşamımı yönlendiren üst benliğim (vicdan), bana insan yaşamının amacına ilişkin hangi iletileri (mesajları) vermektedirler? Doğal benliğim (akıl) bunları, şimdiki kadarki yaşamımda nasıl karşılamış, hangisine, hangi zaman ve yer koşullarında uymuştur? Geriye baktığımda, bunları ne dereceye kadar başarılı veya başarısız tutumlar olarak görmekteyim? Bundan nasıl davranmayı, yaşam amacıma uygun bulacağım?"

Özkişisel yaşamı denize benzetirsek, bu denizin üzerinde seyreden gemiye doğal benliğimizi; yüzeyindeki ve dibindeki akıntılarıyla denize alt benliğimizi; üzerindeki güneşi, bulutları, fırtına, yağmur ve rüzgarlarıyla havaya üst benliğimizi örnek gösterebiliriz. Yaşam gemimiz, alt benliğimizin merkezindeki "egonun" denizde yarattığı akıntıların içinde, merkezinde "vicdanın" bulunduğu üst benliğin ortaya çıkardığı hava koşulları altında, doğal benliğin güç merkezi "akıl" ile seyretmektedir. Gemi kaptanının "seyir defteri" gibi, özkişisel yaşamımızın benlik yapılarında meydana gelen olayları bir "deftere" yazmamız gerekmektedir ki, bu kayıtlara **YAŞAMBİLİM KAYITLARI** demekteyiz. Doğum ve ölüm noktaları arasında süren fiziksel temelli yaşayışımızda tutacağımız yaşambilim kayıtlarının, doğum öncesi ve ölüm sonrası tinsel ve ruhsal yaşamlarımızın izlerini de bilinç düzeyimize çıkaracağı açıktır. Sezgilerimiz, düşüncelerimiz, duygularımız, güdülerimiz, davranışlarımız; nerede başlayıp, nereye gittiğini bilmediğimiz yaşam serüvenimiz içinde, özkişisel yaşamımızı gözlemleyip, inceleyip, araştırıp, sonuçlar çıkaracağımız olguları meydana getirmektedir.

## ÖZKİŞİSEL YAŞAMIMIZIN YÖNETİMİ

İnsan; yaşamı yönetmek ve yönetilmek eylemi içinde geçen bir canlıdır biçiminde de tanımlanabilmektedir. Daha önce de belirttiğimiz gibi, yönetmek; ister kendimiz, ister başkaları için olsun, bir iş ya da eylemi yerine getirmede, “güç kullanmak” anlamını içerir. Başkaları için kullanılıyorsa, bu gücün adı yetki; kendimiz için ise istenc (irade) olur. İnsanın, özkişisel yaşamında kendini yönetme başarısı, alt ve üst benliklerine bağlı güçleri, doğal benliğinde, istencinin denetimi altında, belli bir kişiliği geliştirme amacıyla eşanlamlıdır.

Toplumsal yaşamda, niteliği ne olursa olsun, örgütlerin yönetiminde şu altı işlev geçerlidir: Planlama, örgütlenme, yürütme, uyumlaştırma (koordinasyon), denetleme, yetiştirme. Yönetim, bu işlevler ve içlerindeki karar düzenekleriyle (mekanizmalarıyla) örgütü çalıştırır. Örgütün güç kaynağı yönetim; yönetimin doğal güç kaynağı, yöneticinin kişiliğidir.

Özkişisel yaşamın yönetiminde de birey, yönetimin yukarıda belirttiğimiz işlevlerinden yararlanır ve sonuçta, doğal benliğine bağlı doğal kişiliğinde, olumlu (pozitif) ya da olumsuz (negatif) bir gelişme elde eder. bireyin kendi kendini yönetimi de diyebileceğimiz özkişisel yaşamın yönetimi başarısında, doğal benliğe bağlı istenc (irade), bilinc, algı (idrak), usamlama (muhakeme) gibi akıl güçleri büyük rol oynar.

## ÖZKİŞİSEL YAŞAMIN İLETİŞİMİ

Özkişisel yaşamın iletişim süreçleri; bir yandan varlığımızın benlik, kişilik gibi temel yapılarını birbirlerine bağlarken; diğer yandan, bunların toplumsal yaşamla ilişkilerini düzenler. Başka deyişle iletişim, hem iç dünyamızın kendi yapıları arasında, hem de bu dünya ile dış dünyamız arasında değişik nitelikte köprüler kurar. Dış dünyanın olayları, içimizde çeşitli etkilere yolaçarken; bunların yansınası da dış dünyamızdaki birtakım olayların nedenini oluşturur. Bunlar nasıl, nerede, ne zaman, kime karşı meydana gelir? Oluşumlarındaki bilinc, bilinçaltı, bilinçdışı özellikler nelerdir? Kuşkusuz her bireyin yaşam özgünlüğüne (orijinalliğine) göre bunlar farklı durumlar gösterir. Yakın, uzak çevremizde insan insana iletişimimizi, dostluk temelinde ne kadar güçlendirirsek, yaşambilim deneyim ve birikimlerimizin düzeyini de o kadar yükseltmiş oluruz. Tıpkı toplumsal yaşamımızda olduğu gibi, özkişisel yaşamımızda da güçlü konuma gelmemiz, birbirimize yaşambilim yöntemleri konusunda destek olmamıza bağlı kalmaktadır.



## YAŞAMBİLİM ARAÇLARI

Daha önce yaşambilimin amacından söz ederken, şöyle bir tanım yapmıştık: YAŞAMBİLİMİN AMACI; insanın özkıişisel yaşamının kaynaklandığı temel düşünce ile bunun yönetim ve iletişiminin gölemlenmesi, incelenmesi, araştırılması; sonuçlara bağı kuramaların geliştirilmesi, bunların uygun ortamlarda denenmesi, başkalarıyla gerektiğinde karşılaştırmalar yaparak, bireyin yaşamını yönlendiren yasa, kural ve yorulmlara ulaşılmasıdır.

Konusu ne olursa olsun, bir amaca ulaşmanın belli yolu, yordamı ya da yöntemi olduğu gibi, bunun bir de aracı veya araçları vardır. Amaç, kendisine uygun yöntemin; yöntem de kendisine uygun aracın bulunmasını zorunlu kılar. Amaçlar ne kadar iyi saptanırsa saptansın, bunlara ulaşmadaki yöntem ve araçların belirlenmesindeki başarısızlık, amaçları temelsiz, “havada” bırakır.

Öte yandan, yöntemden ayrı olarak, amaçlar ile araçlar karşı karşıya kaldıklarında; çoğı kez bunların birbirleriyle karıştırılmaları sorunu çıkmaktadır. Bazen araçlar o kadar etklili olabilmektedir ki; birey amacı kaybedip, onu araç ile özdeşleştirebilmektedir. Sözelimi günlük yaşamımızda, “para” yaşamı kolaylaştırıcı ve bizi toplumsal yaşam amaçlarımıza ulaştırmada yardımcı bir “araç” olduğu halde; birçok kişinin “para peşinde” koşarken, “amaç” düşüncesini yitirip, kendisini salt “zengin olmak” tutkusuna kaptırdığını apaçık görebilmekteyiz. Aynı şekilde amaç, araç karışması “din” ve “ibadet” kavramlarında da meydana gelebilmektedir. Birey, sırasında din ve ona bağı ibadet koşullarının, toplumsal kişiliğinin geliştirme amacı olduğunu unutarak, aslında dinine bağı bir kişinin göstermemesi gereken büyük davranış bozukluklarını, son derece “dindar” bir toplumsal kimlik görünümü içinde sergileyebilmektedir. Böylece kişi, toplumsal yaşam ahlakı açısından, “sahteci” kişiliğın en uç noktası olan, “kendi kendini aldatma” düzeysizliğine inebilmektedir.

Toplumsal yaşamımızda sık sık düşebildiğimiz amaç-araç özdeşleşmesine, acaba özkıişisel yaşamımızda düşebilir miyiz? Aslında güçlü bir özkıişisel yaşam bilinci bunu engeller. Çünkü, böylesi bir bilinç dünyadaki toplumsal yaşamımızı, özkıişisel yaşamımızın aracı sayar. Türü ne olursa olsun, bilim insanın hizmetindedir. Bilimin konusu, insanın, toplumun sorunlarıdır. Bilim geliştikçe, bu sorunların çözümlerinde de ileri noktalara varılacaktır. Toplumsal (sosyal) bilimler, insanın toplum yaşayışının amaç ve araçlarını birbirlerine uygun biçimde belirlemede görev yapmaktadırlar. Öne sürmeye çalıştığımız yaşambilim ise, insanın özkıişisel yaşamının amaç ve araçlarını en iyi biçimde saptamasında kendisine yardımcı olacaktır.

## YAŞAMBİLİMİN AMAÇ VE ARAÇ BAĞLAMI

Yaşambilim için yaptığımız amaç tanımına bakacak olursak, burada başlıca şu öğelere ağırlık verildiği görülmektedir:

- İnsanın özkişisel yaşamının kaynaklanacağı, temel düşüncesinin bulunması.
- Bu düşünceye bağlı olarak özkişisel yaşamın yönetim ve iletişiminin gözlemlenmesi, incelenmesi, araştırılması.
- Elde edilen sonuçlara bağlı kuramların geliştirilmesi.
- Kuramların, uygun ortamlarda denenmesi, gerektiğinde başkalarıyla karşılaştırmalar yapılması:
- Bireyin yaşamını yönlendiren yasa, kural ve yorumlara ulaşılması.

Yaşambilim yöntemlerinden söz ederken, genelde “yöntem” kavramının, bilimde NASIL, NEREDE, NE ZAMAN, KİM TARAFINDAN sorularına yanıt arama anlamına geldiğini belirtmiştik. Bunu yaşambilime uyguladığımızda, özkişisel yaşamımız ile bunun yönetim ve iletişiminin nasıl, nerede, ne zaman, kimlerle birlikte veya yalnız başarma konusunun, bir “yöntem” arayışı içine girmek olacağını, daha ayrıntılı bir biçimde açıklamaya çalışmıştık. Her yöntemin bir aracı olduğuna göre yaşambilimin gerek amaç, gerek yöntemlerinde öngörülen eylemlerin, HANGİ ARAÇLAR ile yürütüleceği, çözülmesi gereken ilk sorun niteliğini taşımaktadır. Sözgelimi, yukarıda belirttiğimiz amaç öğelerinden yola çıkacak olursak, bunlara uygun düşen araçların belirlenmesinde, şu soruların yanıtlarını araştırmamız gerekecektir:

- Özkişisel yaşamımızın kaynaklanacağı temel düşünceyi edinmede kişi, olay, deneyim, görüş, çeşitli yayın, vb. hangi araçlardan yararlanacağız?
- Özkişisel yaşamımızın yönetim ve iletişiminin gözlemlenmesi, incelenmesi ve araştırılmasında hangi araçları kullanabileceğiz?
- Elde ettiğimiz sonuçlara bağlı kuramların geliştirilmesi ile bunların uygun ortamlarda denenmesi ve gerektiğinde karşılaştırmaların yapılmasında hangi araçlara başvuracağız?

Dikkat edilirse, özünde tüm bu soruların temelinde bir BİLGİ TOPLAMA çabası yeralmaktadır. Bilgi toplama da bir araçla sağlanabileceğine göre, bu araçların bir bölümünü kendimizden, bir bölümünü de başka kaynaklardan elde edebileceğiz. Kişisel yaşamımızın olayları, kayıtları, ilişkileri, deneyimleri, belgeleri kullanacağımız kendi yaşambilim araçları olurken; yakın ve uzak yaşam çevrelerinden tanıdıklarımızın yaşamları, tanık olduğumuz olaylar, okuduğumuz yayınlar, dinlediklerimiz, izlediklerimiz, konuştuklarımız kendi dışımızdan başvurabileceğimiz araç niteliği taşımaktadır. Kuşkusuz her zaman belirttiğimiz gibi, yaşambilim kişinin kendisinin uğraş alanı olduğundan, bunda kullanacağı

araçları da yine kendisinin, kendi ihtiyaçlarına en uygun biçimde seçmesi gerekeceği açıktır.

## **YAŞAMBİLİM KAYITLARI**

Tarih yazıyla başlar. İnsan, geçmiş ya da tarih bilinci olan bir varlıktır. Böyle bir bilinç insan; “geçmiş” bilen, “şimdiyi” algılayan, “geleceğe” bakan bir konuma getirir. Bu konum, şu tür soruları içerir: Neydim? Neyim? Ne olacağım? - Nasıldım? Nasılım? Nasıl olacağım. - Neredeydim? Neredeyim? Nerede olacağım? - Kimdim? Kimim? Kim olacağım?

Yaşambilimin çalışma alanı, bireyin özkişisel yaşamı olduğu için; bu kısa, ancak anlamı ve yanıtları oldukça derin soruların, insanda herşeyden önce, güçlü bir “varlık bilinci” ortamının yaratıcısı olabileceğini gözardı etmemek gerekir. Daha önce, özkişisel yaşamı denize benzeterek, şöyle bir yorumda bulunmuştuk:

“..., bu denizin üzerinde seyreden gemiye doğal benliğimizi; yüzeyindeki ve dibindeki akıntılarıyla denize alt benliğimizi; üzerindeki güneşi, bulutları, fırtına, yağmur ve rüzgarlarıyla havaya üst benliğimizi örnek gösterebiliriz. Yaşam gemimiz, alt benliğimizin merkezindeki egonun denizde yarattığı akıntıların içinde; merkezinde vicdanın bulunduğu üst benliğin ortaya çıkardığı hava koşulları altında; doğal benliğin güç merkezi akıl ile seyretmektedir. Gemi kaptanının seyir defteri gibi, özkişisel yaşamımızın benlik yapılarında meydana gelen olayları bir deftere yazmamız gerekmektedir.”

Yine önce belirttiğimiz gibi; doğum ve ölüm noktaları arasında süren fiziksel temelli yaşayışımızda tutacağımız yaşambilim kayıtlarının, doğum öncesi ve ölüm sonrası tinsel ve ruhsal yaşamlarımızın izlerini de bilinç düzeyimize çıkaracağı açıktır. Sezgilerimiz, düşüncelerimiz, duygularımız, güdülerimiz, davranışlarımız; nerede başlayıp, nereye gittiğini bilmediğimiz yaşam serüvenimiz içinde, özkişisel yaşamımızı gözlemleyip, inceleyip, araştırıp, sonuçlar çıkaracağımız olguları meydana getirmektedir. Bu olguların niteliği nedir? Nerede, nasıl, ne zaman oluşmaktadır? Onları yaratan nedenler nelerdir? Başkalarında meydana gelenlerle karşılaştırıldıklarında ne gibi farkları ortaya koymaktadırlar? Tüm bu ve benzeri soruların yanıtlarıyla uğraşmak, kişiyi bir ic hesaplaşmanın içine sokacaktır ki; bununla gemi kaptanının “rota tayini” arasında fazla bir fark yoktur. Çeşitli boyutlarda, uçsuz, bucaksız yaşam denizinde, kendisine yol bulmaya çalışan insanın bitip, tükenmeyen serüveni; onu altından öyle kolay kolay kalkamayacağı bir “yaşam tarihi” yükü ile karşı karşıya bırakmaktadır.

## YAŞAM YOLCULUĞUNUN “SEYİR DEFTERİ”

Yaşamın denizi ve hava koşulları altında yol almaya çalışan gemimiz, başka deyişle doğal benliğimiz; bir yandan toplumdaki kişisel yaşamımızdan gelen etkiler; diğer yandan özkişisel yaşamdan gelen uyarılarla “rotasını” bulmaya çalışmaktadır. Sözkonusu etki ve uyarıların kaynaklandığı ortamın genel adı OLAY’dır. İçiyile, dışıyla yaşam bir bakıma OLAY ZİNCİRİ’dir. İster toplumdaki kişisel; ister özkişisel yaşamımızda olsun, kendimizi sürekli bir “olay halkası” içinde buluruz. Olaylar karşısında durumumuz da, birkaç türde görülebilir. Ya olayların içine çekilir; ya olayları üzerimize çeker; ya da olaylara itiliriz. Bu çekilme, çekme ve itilme eylemleri, toplumsal ve özkişisel yaşam bağlamında değişik biçimlerde görülür. Sözelimi, bir genel seçimde oy vermeye gitmek ile bir “kuruntumuzun” üzerine gitmek arasında büyük farklar vardır. Oy vermek belki bizi üç, dört yılda bir uğraştırırken; kuruntularımız bir ömür boyu uğraştırır. Her iki olay da kuşkusuz, kayda geçirilebilir. Ancak, ikisinin kayıt biçimi birbirinin tıpkısı olmayacaktır. Birinci türde, toplumdaki kişisel yaşamımızın olaylarını sürekli veya zaman zaman bir deftere yazabiliriz ki, buna günlük yaşamımızda ANI DEFTERİ deriz. Oysa özkişisel yaşamımızın olaylarını yazacağımız YAŞAMBİLİM DEFTERİMİZ veya diğer deyişle tutacağımız YAŞAMBİLİM KAYITLARI; arasına canımız istedikçe okuyup, eski günlere döneceğimiz anıları değil, onlardan öte, yaşamımızı yöneten, onunla aramızda değişik boyutlar ve konumlarda iletişim kurmamızı sağlayan sezgi, düşünce, duygu, inanç, güdü ve davranışlarla; bunlara bağlı olarak yaptığımız yorum, değerlendirme, karşılaştırma, inceleme, gözlem ve araştırmalarla; sonunda ulaştığımız değer yargıları, kanılar, tutumlar, yaşam ilke, kural ve yasalarını kapsayacaktır.

## YAŞAMBİLİMİN “OLAYI” VE KAYIT BİÇİMİ

Bir kere öncelikle belirtmek gerekirse, yaşambilime konu olan olayların boy verdiği yaşam kültürü, özkişisel yaşamdır. Özkişisel yaşamın üst, doğal, alt benlik yapılarıyla bağıntısı kurulamayan, bu yapılarla yansımaları olmayan olaylar, yaşambilim kayıtları içine girmeyecektir. Anı defterlerimize yazdığımız olaylardan yaşambilim defterlerine aktarabileceklerimiz olabilir, ancak bunların aktarılma biçimi, doğal olarak, farklı bir tutumla gerçekleştirilecektir.

Yaşambilim kayıtları arasına girecek bir olaya, aşağıdaki biçimde yaklaşmamız yerinde olabilir:

- 1- Olayın kayıt zamanı (gün, ay, yıl, saat)
- 2- Kayıt sırasındaki çevrenin ve hava koşullarının tanıtımı
- 3- Olayın kaynaklandığı üst, doğal, alt benlik yapılarına bağlı sezgi, düşünce, duygu, güdü, inanç, tutum, davranış, vb. olguların içtenlikle açıklanması.
- 4- Olayın, özkişisel yaşamımızda bıraktığı olumlu, olumsuz izlerin incelenmesi, değerlendirilip, yorumlanması.

5- Eğer varsa olayın, toplumdaki kişisel yaşamımıza etkileri, başkalarıyla ilişkilerimizde yol açtığı sonuçların değerlendirilmesi.

6. Olayın, kişiliğimizin üst, doğal, alt benlik yapılarındaki konumlarında yol açtığı değışiklerin araştırılıp, incelenerek, ortaya çıkardığı sonuçların belirlenmesi.

7. Olayın özkişisel yaşamımızın yönetim ve iletişimde meydana çıkardığı değer yargılarıyla, yaşam ilke, kural ve yasalarının saptanması.

8. Eğer varsa, olayın toplumdaki kişisel yaşamımızda yeniden düzenlenmesine neden olan sonuçlarının gözden geçirilip, gerekli davranış, tutum kararlarının alınması.

Kuşkusuz her yaşam bilim kayıt biçiminin yukarıdaki sıraya uygun olarak yapılması gerekmecektir. Başından beri sık sık sık belirttiğimiz gibi, yaşambilim insanın kendi özkişisel bilim yaşamıdır. Bu yaşamın kayıtlarının tutulmasında, herkes kendine özgü ve kendine uygun düşen en iyi yolu zamanla bulacaktır. Aşağıda bazı örnekleri size vermeye çalışacağız.

## **YAŞAMBİLİM KAYIT ÖRNEKLERİ- I**

Burada yaşambilim kayıt tutma biçimine uygun olarak hazırlanmış bir örnek kayıda yer verilmiştir. Şöyle ki:

1- 3 NİSAN 1992- Cumartesi Saaat: 5, Bayram (Ramazan) sabahı.

2- Çevre sessiz, henüz ortalık karanlık, ancak gökyüzünde yıldızlar var. hava açık, bulutsuz.

3- Orta yaşlı bir insan olarak, belleğim beni eski çocukluk günlerime götürüyor. Şimdi hayatta olmayan babamın, bayram namazına gitmek için beni uyandırışını anımsıyorum. Yıllarca buna o kadar alışmışım ki, şimdi o hayatta olmadığı halde, ben o varmış gibi uyanıyor, onun ev halkını uyandırmamak için sessizce hazırlanışını sanki yeniden yaşıyorum. Ben yarı uykulu dolaşırken, “eğer uykunu açamayacaksan gelme, git yat” deyişi, benim biraz duraksama geçirdikten sonra, akşamdan kendisine sık sık “beni de sabahleyin kaldır” diye direktmelerimi anımsayın; “hayır, geleceğim” demem, hepsini şu anda yeniden yaşıyorum. Bilmiyorum, çocuk yaşta böyle bir istenç (irade) göstermem, ileride “baba” olmanın bir koşulu olarak mı beni zorluyordu? Yoksa, ona özgü bir yaşamı paylaşarak, onunla özdeşleşmek mi istiyordum? Ya da annem ve kardeşimden, babama yakın bir saygınlık mı görmek istiyordum? Henüz bu yaşında bile, doğal benliğime; bayram sabahı, uykuyu kesip, babamla camiye gitmenin yansıttığı duygu ya da duygular karmaşasının içinden çıkmış değilim. Ancak şurası kesin ki, aslında bir zorlama olmadığı halde, dinsel kültürün çok etkisinde kaldığım açıktı. Tüm çevremizdeki insanlar, Ramazan ayının oruç, namaz gibi kendine özgü ibadetlerini yerine getirirken, onların dışında kalan bir yaşam sürmek, daha çocuk iken beni kaygılandırıyor, giderek ürkütüyordu.

4- Toplumun bayram kültürüne, sabahleyin camiye giderek katılmak ve orada

insanlarla paylaşılacak birşeyler bulmak, kuşkusuz kişiye bir yaşama sevinci verecek kadar olumlu duygular yaratabiliyor. Ancak ne var ki, camideki ibadetin, Tanrıyı sadece oradaymış gibi düzenlenişi, aslında Yunus Emre'nin dediği gibi Tanrının evinin “gönül” olmaktan öte, belli bir ibadet yerine bağlanması ve bunun din adamlarınca, bilerek ya da bilmeyerek bazan aykırı biçimlerde yorumlanması; bu kültürel paylaşmanın verdiği sevincin yanında bir de tedirginliğe, giderek gerginliğe bile yolaçabiliyor. Oysa kanımca, din de bilim de insanın “Tanrı bilinci” üzerinde bu kadar baskı yapmayı, tersine, bireyde o bilincin, kendiliğinden oluşmasına yardımcı olmaları çok daha yerinde olurdu.

5- Bayram sabahı, yaşanan bu duyguların bir yönüyle toplumdaki kişisel yaşamda, insanlara dönük davranışlarda daha sevecen, hoşgörülü, sabırlı, nazik tutumlara yolaçtığını görmekteyim. Kuşkusuz, özellikle günümüz koşullarında, birbirlerine gittikçe yabancılaşan insanların, eğer yapabiliyorlarsa, kısa sürede olsa, bayram ziyaretlerinde biraraya gelip, kendilerinden birbirlerine bilgi aktarmaları, gerek kişide, gerek toplumda güven duygusunun gelişmesi bakımından önem kazanıyor. Ancak ne var ki, günümüz insanı, bayram olayının altında yatan bu amacın dışında bir davranış sergiliyor. Sözelimi artık dinsel bayram tatilleri, insanların değil başkalarını ziyaret etmek, tersine buldukları yerlerden kaçarcasına geziye çıkma amacına bağlanıyor. Böyle olunca da, bayrama bağlı dinsel ödevler, sıradan, geçiştirme, bilinçsiz eylem biçimine dönüşüyor. Başka deyişle, böylesi günlerde insanlar “bencil” davranışlarının üzerine gideceklerine bu tür tutumları daha da ileri götürebiliyorlar. Geleneklerin özündeki anlamın zamanla sapıtılması, ona bağlı sevinci, “üzüntüye” dönüştürebiliyor.

6- Bir bayram sabahı geleneğine uygun davranmanın insanda sağladığı “iç huzuru”, altbenliğin “uyku” arzusunun üzerinde gerçekleştirmiş bulunmanın, doğal benlikteki istencin (iradenin) gücüyle sağlandığı açıktır. Ancak bunu yaparken, herhalde dinin gereğini yerine getirirken, dolayısıyla çoğu kez, vicdanlara din adamlarınca yanlış biçimde yerleştirilmiş olan “günahtan kurtulmuş” olmanın yaratacağı “iç huzurundan” uzak kalmak yerinde olacaktır. Doğal benliğime yansıyan sözkonusu “iç huzurunu” incelediğimde, bunun altında herhangi bir “günah” ya da “cehennem azabı” korkusunun bulunmadığını mutlulukla gördüm. Oysa sanıyorum birçok kişi, bayramın ibadet koşuluna uyarken, bilinç altlarına din adamlarınca yerleştirilmiş birtakım korkuların etkisi altındaydı. Üst benliğimizi temsil eden “vicdanın”, dışarıdan böyle bir baskıyla zorlanması, sanki inançlarımız bile bize bırakılmıyormuş gibi bir kanyı bende yaratıyordu. Camilerde, kiliselerde din adına, insanların yaşamlarına zorla biçim verme çabalarını çok yersiz ve “çirkin” buluyordum.

7- Orta yaşa kadar geçen süre içinde, bir bayram kültürünün koşullarını yerine getirerek bir yaşam alışkanlığı kazanmanın, doğal benliğimdeki “yaşama bilincimi” güçlendirdiğini görüyordum. Böyle bir liniç, “ego” dediğimiz alt benlikteki saldırganlık içgüdüsünün uluorta doğal benliğime baskıda bulunup, yıpratıcı sonuçlara yolaçmaktan da koruyucu olabiliyordu. Buradan anlıyordum ki, sağlam bir

mantık temeline bağlı kalarak, toplumsal çevreyle güçlü kültürel iletişim içinde bulunmak, ben de hem kendime, hem de başkalarına karşı saygı duyma düzeyini yükseltiyordu.

8- Toplumun din kanalından gelen bayram kültürüne uyumlu davranışım, orta yaşına gelmiş bir kişi olarak, başta ailem olmak üzere, yakın çevremdeki insanlarla ilişkilerimde, her yıl yeniden düzenleme incelemesi yapmamı sağlamıştı. Yaşım ilerledikçe, daha bağışlayıcı ve hoşgörülü olduğumu duyumsuyordum. İnsanlarla olan kırgınlıklarımın üzerine gidebiliyordum. Örneğin bu bayram, daha önce sıkı dostluğum bulunan, ancak uzun süredir görüşemediğimiz eski arkadaşlarımı aramaya kararlıyım. Her yıl bana bayram tebriği yollayan, benden yaşça küçük tanıdıklarına, bu kez onları beklemeden “tebrik” yazmayı uygun gördüm. Ruh yüceliğini belli bir yaş piramidine sokmanın anlamı yoktu. Üst benliğimden kopup gelen “alçakgönüllülük” duygusunu birtakım yaş rakamlarıyla engellemeyip, bunu dost çevreme yansıtmalıyım. İnsanlara tepeden bakmak çok kolaydı. Bunu sık sık bilerek ya da bilmeyerek yapıyorduk. Ancak sanıldığı gibi, “alçakgönüllü” davranış olanaklarını elde etmek, o kadar kolay insanın eline geçmiyordu. İşte hazır vicdanım, böyle bir sezgiyi doğal benliğime ulaştırmış iken, bundan yararlanmasını bilmeliydim. Kendi kendime, “iyi ki şu bayram sabahları erkenden kalkmaya alışmışım” diyorum.

## **ÖRNEK OLAY-II**

Orta yaşlı bir kişinin yaşambilim kayıtlarından örnek verdikten sonra; şimdi de bir genç kızın, değişik zamanlarda tuttuğu yaşambilim kayıtlarından örnekler vereceğiz.

Samimiyet bir ilişkinin en nazık unsurudur. İlişki kurduğın insanlarla yirmi, otuz yılda kuracağın samimiyeti, sakın bir ya da iki yılda kurmaya kalkışma; zira bu durum senin aleyhine olur. Hem o insan senden uzaklaşır; hem de sen üzüürsün. Ayrıca bir de saygısız olarak nitelendirilirsin. şunu bil ki; sevdiğin insanı daha çok saymalısın. Çünkü bu iki unsur (sevgi ve saygı) beraberdır ve öyle olmalıdır. Bir insanı seviyorum diye, ona karşı tavırlarında çok rahat olma. Bu senin sevgini de yok eder ya da kalıcı olmaktan uzaklaştırır. Saygı sevgiyi kalıcı ve birleştirici kılar. Samimiyet ise, bu ikisinin tamamıyla pekişmelerinden ortaya çıkar ki; tabii bu da yıllar alır.

Bugün kahvaltıda babamla konuşurken; şu düşüncelerin bana yararlı olacağı kanısına vardım:

1- Asla ihtiyacın olmadığı birşeyi almaya kalkma. Aksi taktirde bu seni şımartabilir ve ilerde de, seni kontrol edecek biri kalmadığı zaman, bu şımarıklık seni alabildiğince sarar ve istediğın gibi, kimseyi düşünmeden, yanlış hareket etmene yol açabilir.

2- İnsan yalnızlığı, yalnız yaşamayı en iyi evlilik yaparak anlayabilir. Çünkü,

artık bir düzen kurulmuştur. Birtakım kararları kendisi olmak durumundadır. Ancak, dağ başında oturarak, yalnız yaşamak öğrenilmez. Çünkü hoşgörü, fedakarlık, sorumluluk gibi duygular ancak insanların yanında öğrenilir, kazanılır. Ölünce de, insan yalnız olduğu için, eğer dünyada yalnız, yapayalnız yaşamışsa, çok korkar ve böylece başka insanların yanında olmak ister; dünyadan kopamaz. Bu tekinsiz evler, hortlaklar, işgaller hep bundan olmaktadır.

Birileri, senden birşey yapmanı isterse, eğer çok önemliyse ve bunu yapacağına söz veriyorsan, kendi işlerini bir kenara bırakıp, mutlaka o kişinin işini ilk önce bitirmelisin. Ancak eğer yapamayacağın birşeyse, söz vermemeli veya hiç üstüne almamalısın. Aksi taktirde, hem o kişi seni üzer; hem de sen, kendin vicdani bir sorumluluğun altında ezilirsin.

Hayatımızda mutlaka bizi üzecek birşeyler olaylar olur. Önemli olan, bunlardan etkilensek bile, bunu derinleştirmemek ve fazla üzülmemektir. Eğer bu etkileri derinleştirip, içimide yaralar açarsak, mutlaka ardından bizi üzecek başka olaylar olacaktır. bunlar peşpeşe gelecekler ve bizi yıkacaklardır. Çünkü üzüldüğümüz, derinleştirdiğimiz için bu olayları biz çekmiş olacağız, onlar bize gelmeyecektir.

Eğer hayatını bir insanla birleştirmek istersen, bulunduğun mesleğin o kişiye uymasına ve o kişinin mesleğinin de sana uymasına dikkat et. Örneğin, sen sosyal bir dal seçmişsen ve birlikte olacağın insan fenle ilgileniyor ve öyle bir mesleğe sahipse, bu çok tehlikeli bir durumdur. Çünkü o kişinin hayat anlayışı, felsefesi senden çok farklıdır. Konuları ele alış biçimi, yargılayışı tam bir mühendis gibidir. Kısacası, problem çözer gibi hayatını yaşar. Ama sen öyle değilsindir. Bu nedenle de, başta sözkonusu kişiye göre, sosyal açıdan güçlü olmak ve onu yönetmek sana en doğru ve cazip şey gelebilir. Fakat zaman geçtikçe, sen de bir gelişme olmaz; çünkü hep veriyorsundur. İşte bu yüzden o kişi seni, kendine çekmiş olur. Gelişmen olmadığı için, artık hep o kişinin davranışları sana yansımaya başlar, onun gibi hareket etmeye ve en kötüsü yavaş yavaş onun gibi düşünmeye başlarsın. Kısacası, onun hayat felsefesi sana geçmiş, düşüncelerinde yer etmiş olur. Böylece, varlığın da, kişiliğin yok olur gider. Bir de bakarsın ki, bir gün bütün düşüncelerin, bir zamanlar savunduğun görüşler sana yabancılaşır. İşte, hayatını beraber paylaşacağın insan, mutlaka senin hayat kanalında olmalıdır; yoksa bu hayatın hiçbir anlamı ve gereği kalmaz. Bugün yolcu edeceğimiz annemin bir arkadaşının oğlunun birdenbire meslek dalı seçiminde, kararını değiştirmek üzere olduğunu öğrendim. Hem de üçbuçuk yıl çok ayrı bir dalda öğrenim gördükten sonra...

Sonuçta şu düşüncelere vardım: Hiçbir zaman seçeceğim mesleği, deneme yanılma yöntemiyle aramaya kalkışmamalısın. Çünkü bu senin hem zamanının kaybına, hem de emeğinin yataklık olmasına yolaçar. Eğer bir meslek dalı seçeceksen,



ne kadar zaman sürerse sürsün, iyice düşünmeli ve ona göre sağlam bir karar almalısın. Tabii bu kararın içinde senin eğilimlerin, mizacın, kafa yapın önemli bir yer tutmalıdır. İşte bunları iyice ayrıntılı olarak düşündür de, kararını ona göre verirsen, bir daha hiç pişman olmazsın ve artık zaman kaybın hiç olmaz, emeklerin de boşa gitmez. Ayrıca birlikte olduğun insanları da üzmezsin, onları hayal kırıklığına uğratmak şöyle dursun; gururlandırırısın.

Bir evlilik sana gayet düzenli, mutlu ve hatta mükemmel gelebilir. Fakat o evliliğin ürünü olan çocuklar, düzensiz, mutsuzsa; bu durum evliliğin çok kötü bir yoldu olduğundan gösterir. Önemli olan o evlilikte anne ve babanın uyumu kadar, ondan da öte çocuğun hayata bakış tarzıdır. İşte bu yüzden anne ve baba, çocuğa;

- 1- Kişilik kazandırmalı,
- 2- Kazandırdığı ve güçlendirdiği bu kişiliği korumalı,
- 3- Korunan ve güçlenen bu kişilikten, insanları yararlandırmalıdır.

Bir evlilikte, maddi imkanların olması, bu unsurlar kadar önemli değildir. Çünkü bunlar, yaşamın belli bir kesitinde mutluluk getirdikleri gibi, işin sonrasında acı sonuçlara yolaçabilirler.

Bağımsızlık, özgürlük, özerklik... Bu üç ana kavram, çok önemli yaşamımızda. Düşüncede bağımsızlık, ruhta özgürlük, kişilikte ise özerklik (gücümüzün kendimizden alınması). Eğer bunlardan biri olmazsa, yaşamımızın hiçbir anlamı yoktur ve tekamülümüz imkansız veya çok zordur.

### ÖRNEK OLAY-III

Yaşambilim kayıt örneklerinden olmak üzere, sunacağımız bu son örnek, daha önce sunduğumuz örnekten biraz farklı olarak, artık üniversite yaşamını bitirip, yaşama çıkmak üzere olan, bir genç kızın, salt iç konuşma olgusunu yansıtmaktadır. Günlük yaşamımızda, bu tür iç konuşmaları sık sık yaparız. Eğer bunları zaman zaman kayda alıp, bilinçaltımızın derinliklerinde bırakmasak, herhalde yaşamımız için çok değerli verileri, bir “zihinsel arşiv” işlevini görmek üzere, yanımızda sürekli hazır bulundurabiliriz. Kuşkusuz, bu “arşivimizdeki” kayıtları, gerektiğinde daha önce sözünü ettiğimiz yaşambilim kayıtlarına çözümleyici yaklaşım biçimiyle inceleyebilirsek; genelde “yaşam başarımız” için çok değerli ve etkileyici sonuçlara ulaşabiliriz. Şimdi yukarıda belirttiğimiz genç kızın iç konuşmasına kulak verelim.

Unutma ki bir gün, bugünkü gibi olmayacak. Eski neşelerin ve mutlulukların kayboluşu gibi, yepyeni farkındalıklar ve yaşanmışlıklarla dolacaksın. Her geçen gün, eğer yaşıyorsan, geçmişini dolduruyor; gelecek endişesiyle. Yapılsın veya yapılmaz herşey, her düşünce senin bir parçan; kimi gerçek, kimi Ütopya. Şunu bil ki, hepimiz yalnızız; gerçekte yolumuzda. Oysa ki, bilsek bile, inkarı ne kadar hoş değil mi? Hep kendi düşüncelerimiz ve hislerimizle oluşturduğumuz beklentiler ve aldığımız kararlarla değişen olayları; aslında bir hareketle, tam da zıttını

yaşayabiliriz. Belki de hiç denemediklerimizin sonucunun endişesidir, bizi yeniliklere sürükleyen...Varlıklarız hepimiz, farklı beklentilerimizle, düşkünlüklerinin sürekli yaşanmışlığı ile tebessüm ve kahkahaların aldatici varlığı arasında devamlı derinleşen; düşündükçe çözemeyen; çözemedikçe yaşayamayan bizler, duvarların arasına sıkışıp, şu her anı farklılaşabilecek olan kısacık zamanımızı insafsızca terk ediyoruz; çoğunluklukla bir hiç uğruna. hep doğrular peşindeyiz, yanlışlarla birlikte.

Sen ve içindeki sen; belki de üzerindeki sene giderken ve sen bunca farkındalığınla hala bu kadar çaresizken; hep şimdi ne olacak sorusunu sorduğun anların biraz sonra kaybolduğunu ve hep de birşeylerin olup o anı sildiğini görmedin mi? Hep gördün, hep bildin ama ne görmek, ne de bilmek istedin. Bugün kahvaltıda babamla konuşurken; şu düşüncelerin bana yararlı olacağı kanısına vardım:

1- Asla ihtiyacın olmadığı birşeyi almaya kalkma. Aksi taktirde bu seni şımartabilir ve ilerde de, seni kontrol edecek biri kalmadığı zaman, bu şımarıklık seni alabildiğince sarar ve istediğin gibi, kimseyi düşünmeden, yanlış hareket etmene yolaçabilir.

2- İnsan yalnızlığı, yalnız yaşamayı en iyi evlilik yaparak anlayabilir. Çünkü, artık bir düzen kurulmuştur. Birtakım kararları kendisi olmak durumundadır. Ancak, dağ başında oturarak, yalnız yaşamak öğrenilmez. Çünkü hoşgörü, fedakârlık, sorumluluk gibi duygular ancak insanların yanında öğrenilir, kazanılır. Ölünce de, insan yalnız olduğu için, eğer dünyadan kopamaz. Bu tekinsiz evler, hortlaklar, işgaller hep bundan olmaktadır.

3- Birileri, senden birşey yapmanı isterse, eğer çok önemliyse ve bunu yapacağına söz veriyorsan, kendi işlerini bir kenara bırakıp, mutlaka o kişinin işini ilk önce bitirmelisin. Ancak eğer yapamayacağın birşeyse, söz vermemeli veya hiç üstüne almamalısın. Aksi taktirde, hem o kişi seni üzer; hem de sen, kendin vicdani bir sorumluluğun altında ezilirsin.

4- Hayatımızda mutlaka bizi üzecek birşeyler olaylar olur. Önemli olan, bunlardan etkilensek bile, bunu derinleştirmemek ve fazla üzülmemektir. Eğer bu etkileri derinleştirip, içimizde yaralar açarsak, mutlaka ardından bizi üzecek başka olaylar olacaktır. Bunlar peşpeşe gelecekler ve bizi yıkacaklardır. Çünkü üzüldüğümüz, derinleştirdiğimiz için bu olayları biz çekmiş olacağız, onlar bize gelmeyecektir.

5- Eğer hayatını bir insanla birleştirmek istersen, bulunduğun mesleğin o kişiye uymasına ve o kişinin mesleğinin de sana uymasına dikkat et. Örneğin, sen sosyal bir dal seçmişsen ve birlikte olacağın insan fenle ilgileniyor ve öyle bir mesleğe sahipse, bu çok tehlikeli bir durumdur. Çünkü o kişinin hayat anlayışı, felsefesi senden çok farklıdır. Konuları ele alış biçimi, yargılayışı tam bir mühendis gibidir. Kısacası, problem çözer gibi hayatını yaşar. Ama sen öyle değilsindir. Bu nedenle de, başta sözkonusu kişiye göre, sosyal açıdan güçlü olmak ve onu yönetmek sana en doğru ve cazip şey gelebilir. Fakat zaman geçtikçe, sen de bir

gelişme olmaz; çünkü hep veriyorsundur. İşte bu yüzden o kişi seni, kendine çekmiş olur. Gelişmen olmadığı için, artık hep o kişinin davranışları sana yansımaya başlar, onun gibi hareket etmeye ve kötüsü yavaş yavaş onun gibi düşünmeye başlarsın. Kısacası, onun hayat felsefesi sana geçmiş, düşüncelerinde yer etmiş olur. Böylece, varlığında, kişiliğin yok olur gider. Bir de bakarsın ki, bir gün bütün düşüncelerin, bir zamanlar savunduğun görüşler sana yabancılaşır. İşte, hayatını beraber paylaşacağın insan, mutlaka senin hayat kanalında olmalıdır; yoksa bu hayatın beraber paylaşacağın insan, mutlaka senin hayat kanalında olmalıdır; yoksa bu hayatın hiçbir anlamı ve gereği kalmaz.

Bugün yolcu edeceğimiz annemin bir arkadaşının oğlunun birdenbire meslek dalı seçiminde, kararını değiştirmek üzere olduğunu öğrendim. Hem de üçbuçuk yıl çok ayrı bir dalda öğrenim gördükten sonra...

Sonuçta şu düşüncelere vardım: Hiçbir zaman seçeceğim mesleği, deneme yanılma yöntemiyle aramaya kalkışmamalısın. Çünkü bu senin hem zamanının kaybına, hem de emeğinin yazık olmasına yolaçar. Eğer bir meslek dalı seçeceksen, ne kadar zaman sürersen sürsün, iyice düşünmeli ve ona göre sağlam bir karar almalısın. Tabii bu kararın içinde senin eğilimlerin, mizacın, kafa yapının önemli bir yer tutmalıdır. İşte bunları iyice ayrıntılı olarak düşünür de, kararını ona göre verirsen, bir daha hiç pişman olmazsın ve artık zaman kaybın hiç olmaz, emeklerin de boş gitmez. Ayrıca birlikte olduğun insanları da üzmezsin, onları hayal kırıklığına uğratmak şöyle dursun; gururlandırırısın. Sevgininin hep kendi içinde yumak olduğunu gördün; ama verirken hep senin verdiğin kadar alınmadığını; ya da senin vermek istemediğin kadar istendiğini gördün.

Birtakım çakışmamışlıklar, çelişkileri oluşturamaz mı zaten!.. Ayrıca, hep o çelişkilerdir seni düşündüren, güvensiz kılan. Oysa ki yaşam, tam da güvenden ve cesareten oluşurken, bütün bunlar bir oyun demek geliyor içimden ve bizler devamlı rol değiştiriyoruz. Hep bize verilen birtakım rolleri seyrettirirken, aslında kendi oyunumuzu oluşturuyoruz. Bitmek, tükenmek bilmeyen mutluluk ve denge arayışı yüzünden, umutlarımıza gitgide daha fazla sarılıyoruz, yepyeni düşkırıklıklarının geleceğini bilerek...

## SONUÇ

KURGU'nun 13. sayısında insanın yaşamı üzerinde durup; bu aşamın nasıl bir bilim konusu olabileceğini irdeleyerek; sonunda ÖZKİŞİSEL yaşam temelinde, YÖNETİM VE İLETİŞİM kavramları bağlamında bir YAŞAMBİLİM tanımı yapma durumuna gelmiştik. Bu çalışmamızda ise sözkonusu bilimin amacı işlevleri, yöntemleri, araçları üzerinde durarak; sonunda kaptanların "seyir defteri" niteliğinde "yaşambilim kayıtlarının" tutulmasının önemini değinip; bundan bazı örnekler vermeye çalıştık.

Canlı, cansız; evrende her VARLIĞIN bir yaşamı var. Bilineni ve henüz bilinmeyenini ile BİLİM; tüm bu yaşamları kendisine inceleme, araştırma alanı ya da konusu olarak seçebiliyor. Zaman ilerledikçe bilim dallarının sayısında artışlar görülüyor. Bir yandan eski bilim alanları, kendi içlerinden yeni bilim dalları çıkarırken; şimdye kadar duyulmamış özgün (orijinal) bilim alanı ya da konuları, bilim ağacının "yeni sürgünleri" olarak ortaya çıkıyor. Başka deyişle, bilim toprağında "çınarlaşan" eski alanların yanında; yeni dikilen "fidanların" da hızla boy attığı görülüyor. İşte kanımızca, YAŞAMBİLİM de bunlardan biri. Fidan tutar mı; tutmaz mı bunu zaman gösterecek. Ancak, tutsun ya da tutmasın veya sadece KURGU'nun alçak gönüllü sayfaları arasında kalsın; yeryüzünde insanlar varolduğu sürece, "yaşamlar" varolacaktır. YUNUSEMRE asırlar öncesinden, asıl bilimin insanın kendisini bilmek olduğu gerçesine ışık tutmuş. Bizim yaptığımız, sözkonusu ışığın aydınlatdığı yerde bir bilim alanının filizlendiğini görmektir. Sayımız, eğer bakılır, gübrelenir, çapalanırsa bu filizin "bilim ormanında" gelecek yıllarda ulu bir çınar olabilecek gelişme gücünde olduğudur. Kuşkusuz YUNUS'un, çalışmamızın başlangıcında yer verdiğimiz ünlü;

**İLİM İLİM BİLMEKTİR**

**İLİM KENDİN BİLMEKTİR**

**SEN KENDİNİ BİLMEZSEN**

**BU NİCE OKUMAKTIR.**

deyişinde büyük bir bilim alanının bulunduğu düşüncesini bize sağlayan bilim dalları YÖNETİM ve İLETİŞİM olmuştur. Bu iki büyük bilim alanının öncülüğünde, YUNUSEMRE'nin ışık tuttuğu yolda YAŞAMBİLİM "kapısının" ayırdığına varılmıştır. bu kapı, insan yaşamının binlerce, belki milyonlarca yıllık "gizemine" açılmaktadır. Biz bu gizemi hep yaşadık ve dünya durdukça da yaşayacağız. Peki hiç mi yol gösterenimiz olmayacak.? olmaz olur mu; Büyük Önder ATATÜRK'e kulak verelim:

**"YAŞAMDA EN GERÇEK YOL GÖSTERİCİ BİLİMDİR"**

Bu yol gösterici neden YAŞAMBİLİM olmasın!...