

WILHELM SCHMID
Dokunmanın Gücü Üzerine

WILHELM SCHMID 1953'te Almanya'da Bavyera-Süebya (Schwaben) bölgesinde doğdu. Berlin, Paris ve Tübingen'de felsefe eğitimi aldı. Çeşitli Alman üniversitelerinde çalıştı, Riga ve Tiflis üniversitelerinde misafir öğretim üyeliği yaptı. Bir dönem Zürih'te bir hastanede hastalara "felsefeyle manevi destek" hizmetinde çalıştı. Halen Erfurt Üniversitesi'nde dışarıdan felsefe dersleri veriyor. Almanya'da ve dünyanın çeşitli yerlerinde tebliğler sunuyor. On sekiz dile çevrilen kitaplarının dünya çapındaki satışı bir milyona yakındır. İletişim'den daha önce *Mutsuz Olmak. Bir Yüreklen-dirme* (2014), *Aşk. Neden Bu Kadar Zordur? Ve Yine De Nasıl Mümkün Olur?* (2014), *Sakin Olmak. Yaşlanırken Kazandıklarımız* (2015), *Arkadaşıltaki Saadet Üzerine* (2015), *Düşmanlığın Faydaları* (2017), *Anne Baba ve Büyükanne Büyükbaba Olmanın Sevinçleri Üzerine* (2018), *Hediye Vermek ve Hediye Almak Üzerine* (2018) ve *Kendiy-le Dost Olmak Hayatı Nasıl Kolaylaştırır?* (2019) kitapları yayımlandı.

Von der Kraft der Berührung

© 2019 Insel Verlag, Berlin

İletişim Yayınları 2904 • Psykhe 39

ISBN-13: 978-975-05-2928-3

© 2020 İletişim Yayıncılık A.Ş. / 1. BASIM

1. Baskı 2020, İstanbul

DIZI EDITÖRÜ Bahar Siber

KAPAK Suat Aysu

KAPAKTAKI ÇİZGİ Turgut Demir

UYGULAMA Hüsnü Abbas

DÜZELTİ Bahri Özcan

BASKI Sena Ofset · SERTİFİKA NO. 45030

Litros Yolu, 2. Matbaacılar Sitesi, B Blok, 6. Kat, No: 4NB 7-9-11

Topkapı, 34010, İstanbul, Tel: 212.613 38 46

CILT Güven Mücellit · SERTİFİKA NO. 45003

Mahmutbey Mahallesi, Devekaldırımı Caddesi, Gelincik Sokak,

Güven İş Merkezi, No: 6, Bağcılar, İstanbul, Tel: 212.445 00 04

İletişim Yayınları · SERTİFİKA NO. 40387

Cumhuriyet Caddesi, No. 36, Daire 3, Seyhan Apartmanı,

Harbiye Mahallesi, Elmadağ, Şişli 34367 İstanbul

Tel: 212.516 22 60-61-62 • Faks: 212.516 12 58

e-mail: iletisim@iletisim.com.tr • web: www.iletisim.com.tr

WILHELM SCHMID

Dokunmanın Gücü Üzerine

Von der Kraft der Berührung

ÇEVİREN *Tanıl Bora*



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	7
BİRİNCİ BÖLÜM	
DOKUNMANIN HAYAT İÇİN TAŞIDIĞI ANLAM ÜZERİNE	13
İKİNCİ BÖLÜM	
YERE DOKUNMAK: ŞİMDİ DERİN BİR NEFES ALIN	21
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
KENDİNE DOKUNMAK: BENLİĞİN DUYUSALLIĞI	25
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	
BİRBİRİNE DOKUNMAK: AŞKA HEP YENİ BİR BAŞLANGIÇ	31
BEŞİNCİ BÖLÜM	
HİSSEDİLEN DOKUNUŞ: GÜLMEK VE GÜLÜMSEMEK ÜZERİNE	37
ALTINCI BÖLÜM	
DERİNDEN DOKUNAN: SUSMA ÜZERİNE	45
YEDİNCİ BÖLÜM	
DÜŞÜNSEL DOKUNUŞ: OKUMA SANATI ÜZERİNE	51

Not: Kitaptaki tüm dipnotlar çevirmene aittir.

ÖNSÖZ

Dokunmanın insanlar için nasıl bir anlamı olabileceğini, ancak bir süreliğine bir hastanede filozof olarak çalıştığım ve pek çok kişiyle konuşmalar yaptığım zaman sahiden idrak ettim. O sırada fark ettim ki, mesela yataklarının baş ucunda oturduğum yaşlı insanlar, onlara uzattığım elimi bir türlü bırakmak istemiyorlardı. Veya yine fark ettim ki, hekimler hastalarının üst kolunu tutarak konuştuklarında onlarla daha fazla yakınlık kuruyorlardı. Birçok gündelik karşılaşmada da, insanlar arasındaki yakınlık veya mesafe –ister el sıkışırken ister kucaklaşırken olsun–, dokunmaya ne derece açık olduklarına bakarak anlaşılabilirdi. Bütün bu tecrübeler, dokunma fenomenini daha yakından inceleme fikrinin zihnimde olgunlaşmasını sağladı.

İnsanlar belirli bir doğallıkla görür, işitir, koklar, tat alırlar. Peki ya dokunma hissi, temas? Kuzey ülkeleri dokunmacı kültürler olarak öne çıkmamışlardır şimdikiye kadar, öylesi kültürleri daha ziyade güney güneşinin altında buluruz. Bu dokunma mahrumiyetinin sonuçlarının ne olduğunu, insana hoş gelen dokunuşlar kuvvetli tecrübeler olarak yaşandı-

ğında sezinleyebiliriz: Şimdiye kadar neler kaçırmışım? Evet, dokunmak fazlasıyla haz dolu olabilir. Eksikliği çekildiğinde, o oranda acı verir. Bununla ilgili kültürel bir fark olmasını bekleyebilir miyiz? Eski çağların dokunmaya düşman tavırlarıyla kıyaslarsak, aslında çok şey değişmiştir. Ama yeni teknolojilerin kullanımına bağlı olarak yeni bir perhizcilik de geliyor gibi görünüyor. Kimileri ilişkilerde, *dokunmatik ekrandan* gözünü bir an alamadan, başkalarına “*Bana bak! Bana dokun!*” diye seslenmenin ayartıcılığına kapılıyorlar.

Bu bakımdan dokunma, şaşırtıcı biçimde, eskisinden daha fazla odağa yerleşiyor. Tam da şeylerin ve ilişkilerin gitgide daha fazla dijitalleştiği bir zamanda, analog olan, dokunulabilir olan, tekrar ilginç hale geliyor. Dijital duyusuzlaşma, aletlerin ötesindeki duyusallığı yeniden keşfetmeye sevk ediyor. Cansız ekranları parmaklamalar ve silip ovalamalar, canlı ötekilere dokunma ve onları okşama ihtiyacını uyandırıyor. Artan sayıda insan, duyularından mutluluk devşiren bir hayat sürmeyi yeniden öğreniyor veya buna ilk defa başlıyor. İnsanın kendi hayatındaki dijitalleşmeyle baş etmeye dair sorunlara el atması için bundan daha uygun bir strateji zor bulunur: Analog hazların zevkine varanın, dijital detoksa ihtiyacı kalmaz.

Her kadın ve her erkek yaşayabilir bu tecrübeyi: Dokunmanın gücü, aynı anda hem tüy gibi hafif hem son derece tescirlidir, çünkü taze bir yaşama cesareti aşılır. Göze görünmez, lakin gözler mutlulukla ışıdığı anda gayet açık algılarınız onu. Sayesinde daha fazla sükûnete erişebiliriz. Üzerimizdeki yük, daha katlanılır hale gelir. Dokunmanın yoğun olduğu bir ilişkide, iki insan kendilerini birbirlerine kalıcı biçimde bağlı hissederler. Arzulanan dokunuşların açığa çıkardığı enerjiler, doyurucu bir hayat için vazgeçilemeyecek kadar üretkendirler. O nedenle birçoklarında öyle büyüktür, dokunma özlemi.

Dokunma tecrübelerinin bu yanı, istenmeyen dokunuşlar karşısındaki en az arzulanarlardaki kadar bariz olan sakınma, hatta tiksintiyle gölgelenir. Bunlar insanın güçlerini ablukaya alır, bir daha kolayca geri kazanamayacağı enerjilerini çalarlar. O halde dokunmanın gücünden bahsediyorsak, sadece teşvik, yüreklendirme, kuvvetlendirme ve ötekilerle bağ kurma gibi olumlu veçheleri konuşmayacağız. Dokunmanın gücü, insanları ezen, aşağı çeken ve cesaretini kıran olumsuz bir güç de olabilir. Zorla dokunma, bir şiddet edimidir. Arzulanan, tacize varan ve şiddete dayalı dokunmaların hangi ölçülere vardığını, 2018’de dünya çapında başlayan, öncelikle kadınların “Benim de başıma geldi” diyerek tanıklık ettiği *MeToo* tartışması çarpıcı biçimde gözler önüne serdi. Bu sebeple de dokunmak, el yakan bir konudur artık.

Lakin istenmeyen dokunmaların olacağı ihtimalinden ötürü her türlü dokunmayı zan altında bırakmak da vahim bir şey olurdu. Dokunuşlara dair hassasiyetimizi artırmak, daha iyi sonuç verecek bir yol gibi görünüyor. Burada bize yardımcı olacak şey, kendi kendimizi gözlemlemektir: Bana sempatik gelen veya sevdiğim birisine dokunabildiğimde kendimi nasıl hissediyorum? Bana dokunulduğunda bundan nasıl etkileniyorum? Peki ya bana dokunulmasından hoşlanmadığımda? Ya tam tersine, dokunuşun eksikliğini hissettiğimde? Daha dikkatli bakarak ve hissetmeye çalışarak, dokunmayla ilişkimizi ayarlamakta daha bilinçli hale gelebiliriz.

Dokunuşlar ilişkilerin sebebi olabilir ve onları koruyabilir. Dokunuşlar insanı alıp götürülebilir ve basbayağı alt üst edebilir: İyi geliyordur, daha fazlasını istersiniz! İnce bir iktidar söz konusudur orada, o kadar hoştur ki, onu bir iktidar olarak algılamazsınız bile. Diğer yandan dokunuşların, hoş karşılanmadığında veya ölçüsüz kaçtığında ya da eksik-

liği insanı hayata küstürdüğünde, ilişkileri yıpratacak ve nihayetinde yok edecek bir kudreti de vardır. İktidar kullanmanın bir şekli de dokunmaktan geri durmaktır; sadece bilinçli değil, bilinçsizce de olur bu. Dokunmanın doğru ölçüsü, ilişkileri kemale erdirir, fazlası veya azı ise içlerini boşaltır. Doğru ölçüyü bulmak için şu gibi sorulara cevap bulmak gerekir: Ne zaman, kime, kimin hangi dokunuşu uygun düşer; az geldiğinde nasıl bir yoksunluğa yol açar, çok geldiğinde hangi sınırları koymak lazımdır?

Dokunmanın anlamına hakkını vermek için, herkesin hayatında bir *dokunma sanatı* olmalıdır aslında. Yaşama sanatı birçok tekil sanattan meydana gelir, bunların hepsi de onaylanmaya değer, güzel bir hayata kendi katkılarını sunarlar. Bunlar arasında bakmayla, dinlemeyle, koklamayla, tat almakla ve işte dokunmayla ilgili duyuşsal sanatlar olduğu gibi, konuşmayla, hediye vermeyele, aşkın bakımıyla, arkadaşlık ve meslektaşlıkla ilgili sosyal sanatlar da vardır. Her sanat bir pratikle onun üzerine düşünmemizin kesişme noktasında doğar ve bir bilgi ve beceriye ihtiyaç duyar. Beceri, sabırlı idmanla ve pratik tecrübelerle edinilebilir. Bilgi, geçirilen tecrübelerin, başkalarıyla alışverişin, kaydedilen veri ve malumatın ve pratiği nasıl iyileştirip daha incelikli hale getirebileceğimize dair sürekli yeniden düşünmenin hasılatıdır. Herkes, böylece sanatçı olabilir.

Dokunmanın yeniden keşfedilmesi ve başkalarıyla karşılıklı dokunma oyunu, hayata sırf duyuşsal düzlemde bile çok anlam katar. Fakat dokunmanın etkisi, bedensel veçhesinin çok ötesine uzanır. Ruhumuza dokunan hislerden, *dokunaklı bir an* diye bahsederiz; bu ruhsal dokunuş, arkadaşlar ve sevenler arasında *bilhassa tecrübe* edilir. İnsanlar konuşarak veya kitaplar aracılığıyla fikirlerle temas ettiklerinde ve başkalarına düşünceleriyle dokunduklarında da, zihinsel bir dokunuş gerçekleşir. Bunun ötesinde, bir dinsellik ve ma-

neviyatla bağlantılı, aşkın dokunuşlar yaşayabilirsiniz. Dokunmanın farklı türlerine dikkatimizin açık olmasını ve her şekilde dokunma sanatını idman etmeyi sağlamak... İşte bu küçük kitap size bunun için şevk vermek istiyor – ki şu alıngan hassasiyetler çağında tekrar bir parça ince duygululuk, bir dokunma duyarlılığı oluşabilsin.