

EDGAR CABANAS - EVA ILLOUZ  
Mutlu Yurttaş İmalatı

*Happycracy. How the Science of Happiness Control Our Lives*

© 2018 Edition Premier Parallèle

Bu kitabın yaym hakları Anatolialit Telif Hakları Ajansı aracılığıyla  
L'autre Agence'tan alınmıştır.

İletişim Yayınları 3313 • Politika Dizisi 236

ISBN-13: 978-975-05-3519-2

© 2023 İletişim Yayıncılık A.Ş. / 1. BASIM

1. Baskı 2023, İstanbul

*EDITÖR* Bahar Siber

*DIZI KAPAK TASARIMI* Utku Lomlu

*KAPAK* Suat Aysu

*UYGULAMA* Hüsni Abbas

*DÜZELTİ* Yağmur Yıldırım

*BASKI* Ayhan Matbaası · SERTİFİKA NO. 44871

Mahmutbey Mahallesi, 2622. Sokak, No: 6/31 Bağcılar 34218 İstanbul

Tel: 212.445 32 38 • Faks: 212.445 05 63

*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

EDGAR CABANAS - EVA ILLOUZ

# Mutlu Yurttaş İmalatı

Mutluluk Endüstrisi  
Hayatımızı Nasıl Kontrol Ediyor?

*Happycracy*

*How the Science of Happiness Control Our Lives*

ÇEVİREN *Tufan Göbekçin*



EDGAR CABANAS 1985'te Madrid'de doğdu. Halen Bağımsız Madrid Üniversitesi'nde psikoloji profesörü olarak çalışıyor. Çeşitli yayınlarda bilimsel makaleleri ve kitap bölümleri yer aldı. Popüler psikoloji, kişisel gelişim ve mutluluk ekonomisi konularında araştırma projeleri yürütüyor.

EVA ILLOUZ 1961'de Fas'ta dünyaya geldi. Halen Kudüs İbrani Üniversitesi'nde sosyoloji profesörü ve Paris Sosyal Bilimler Yüksek Okulu (EHESS) yöneticisi olarak görev yapıyor. Duygular, kültür ve kapitalizm sosyolojisi alanlarında çok sayıda kitap ve makalesi bulunan yazarın eserleri yirmiye yakın dile çevrilmiştir. Aralarında Légion d'honneur'ün de bulunduğu pek çok uluslararası ödülün sahibi ve Center for the Study of Rationality üyesidir. Türkçede yayımlanan eserleri şunlardır: *Soğuk Yakınlıklar. Duygusal Kapitalizmin Şekillenmesi* (İletişim, 2011), *Aşk Neden Acıdır* (Jaguar, 2014).

*Sınırsız sevgisi, berrak zihni  
ve örnek adalet anlayışı için Jara'ya...*  
– EDGAR CABANAS

*Mutluluk yerine adaleti tercih eden  
babam Emile-Haim'in hatırasına,  
Bana mutluluktan fazlasını veren çocuklarım  
Nathanael, Immanuel ve Amitai'ye...*  
– EVA ILLOUZ



Œimdiye dek hangi kıyamet bu kadar yumuŒak olmuŒtur?

– PHILIP RIEFF,  
*The Triumph of the Therapeutic*





# İÇİNDEKİLER

<b>Giriş</b> .....	11
<b>Parıldayan her şey altın değildir: Kaygılar ve kuşkular</b> .....	19
<b>Kitabın yapısı</b> .....	22
BİRİNCİ BÖLÜM	
<b>İyiliğinizin Uzmanları</b> .....	27
<b>Seligman'ın pozitif düşüleri</b> .....	27
<b>Uzmanlar en iyisini bilir</b> .....	46
İKİNCİ BÖLÜM	
<b>Bireyciliğin Canlanması</b> .....	69
<b>Mutluluk ve neoliberalizm</b> .....	69
<b>İçsel sığınağa çekilmek</b> .....	85
<b>Mutluluk eğitimi</b> .....	99
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
<b>İşte Pozitiflik</b> .....	111
<b>Mutlu kurumların bekleme odası</b> .....	115
<b>“İhtiyaç piramidini” tersine çevirmek veya başarılı olmak için artık mutluluğa ihtiyaç duyulması</b> .....	121

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

<b>Market Raflarındaki Mutlu Benlikler</b> .....	147
<b>Duyularınızı yönetin!</b> .....	154
<b>Kendin ol!</b> .....	166
<b>Kendini geliştir!</b> .....	176

BEŞİNCİ BÖLÜM

<b>Yeni Normal: Mutluluk</b> .....	189
<b>Ortalama insana dönüş</b> .....	194
<b>Yanıtıcı bir ayırım</b> .....	202
<b>Dayanıklı olun ve endişelenmeyin</b> .....	210
<b>Nafile acılar</b> .....	220
<b>Sonuç</b> .....	227
<b>KAYNAKÇA</b> .....	235

## Giriş

2006 yılında gişede toplam 307.077.300 dolar gelir elde ederek uluslararası bir başarıya imza atan Hollywood filmi “Umudunu Kaybetme” (“The Pursuit of Happyness”) sefalet içinde yaşarken başarılı bir iş insanı, borsacı ve ilham verici bir konuşmacı haline gelen alt-orta sınıf Afro-Amerikalı Christopher Gardner’in çok satan anılarına dayanır. 1980’lerin başında geçen film, Ronald Reagan’ın televizyonda ekonomiye dair karamsar bir tablo çizmesiyle başlar. Her ikisi de kendilerini ve beş yaşındaki oğullarını yoksulluktan uzak tutmak için mücadele veren Gardner ve karısı Linda için bundan daha kötü bir zamanlama olamaz. Gardner ailesinin durumu gerçekten korkunçtur: Kira, faturalar ve çocuklarının günlük bakım masraflarını zar zor karşılayabilmektedirler. İnatçı ve yetenekli Gardner, daha iyi bir kariyer özlemi duyan azimli biridir ve her şeye rağmen iyimserliğini korur.

Gardner bir gün ülkenin en prestijli borsa şirketlerinden birinin önünde dururken işten çıkan brokerlerin yüzlerine bakar: “Lanet olsun, hepsi çok mutlu görünüyor,” diye geçirir içinden; “neden onlar gibi olmayayım?” Bu düşünce ona

aynı şirkette borsacı olmak için ilham verir. Cazibesi ve sosyal becerileri sayesinde şirkette oldukça rekabetçi ancak ücretsiz bir staj programına kabul edilir. Ne var ki karısı Linda onun hayallerini desteklemez. Gardner ona broker olma niyetinden bahsettiğinde alaycı bir şekilde, “Neden astronot olmuyorsun?” diye karşılık verir. Gardner’ın tam zıddı olarak tasvir edilen Linda dırdırcı, kötümser ve korkak biridir ve tam işler daha kötüye gidemezmiş gibi görünürken ailesini terk eder. Karısının ekonomik desteği de kalmayınca Gardner kendini tam bir mahrumiyet hali içinde bulur. Oğluy-la birlikte önce evlerinden, ardından da motelden atıldıktan sonra bir evsizler yurduna yerleşmek zorunda kalır.

Her şeye rağmen Gardner içinde bulunduğu koşullara boyun eğmez: Programın CEO’ları ve Sarmaşık Birliği’nden<sup>1</sup> rakiplerinin önünde, başarılı kişi görüntüsünü korur. Gece gündüz çalışıp didinir; son staj sınavına hazırlanırken iki ayrı işte çalışır ve oğlunu da ihmal etmez. Gardner azimlidir: Oğluyla birlikte basketbol oynarlarken, “Birisinin sana bir şeyi yapamayacağını söylemesine asla izin verme,” der. “Bir hayalin varsa ona sahip çıkmalısın. Bir şey istiyorsan git al.” Gardner programı en iyi dereceleyle bitirir ve sonunda hayalindeki işi alır. Filmin sonunda “İşte mutluluk bu!” der.

Filmin uluslararası başarısının ilginç bir yönü, hem mutluluk ideali hem de mutluluk arayışının günlük hayatımızın her alanına ne ölçüde nüfuz ettiği hakkında çok şey söylemesidir. Mutluluk her yerdedir: televizyonda ve radyoda, kitaplarda ve dergilerde, spor salonunda, yiyecek ve diyet tavsiyelerinde, hastanelerde, işte, savaşta, okullarda, üniversitelerde, teknolojide, internette, evde, siyasette ve elbette ki market raflarında. Mutluluk kültürel imgelemimize musallat olmuştur; hayatlarımızda *gündelik olarak (per diem)* ve *bıkkınlık verecek ölçüde (ad nauseam)* yer etmiştir; mutluluk hakkında bir şey

1 ABD’nin en iyi sekiz üniversitesinin oluşturduğu birlik – ç.n.

duymadan veya okumadan geçirdiğimiz günler nadirdir. Gerçekten de internette “mutluluk” kelimesi için basit bir arama yaptığımızda yüz binlerce sonuca ulaşırız. Örneğin Amazon’da adında mutluluk kelimesi geçen kitapların sayısı yılın başından önce 300’ün altındayken bugün 2.000’i aşmıştır. İnsanların Twitter, Instagram ve Facebook’ta mutlulukla ilgili paylaşımlarının haftalık sayısında da aynı artış gözlemlenir. Mutluluk, kendimiz ve dünyamız hakkında sağduyulu anlayışın temel bir parçası haline gelmiştir. Mutluluk kavramına artık öylesine aşınayız ki, onu kanıksamış durumdayız. Bu bize öylesine doğal gelir ki, mutluluğu sorgulamak cüretkârca değilse bile alışıl gelmişin dışındadır.

Bununla birlikte son birkaç on yılda kökten değişen tek şey, mutluluk kavramının karşımıza çıkma sıklığı ve yaygınlığı değildir. Mutluluğu anlama şeklimiz de kökten değişime uğramıştır. Artık mutluluğun kadere veya koşullara bağlı –hastaliksız olma hali, ömrün tamamına biçilen değer veya aptallar için küçük bir teselli– olduğuna inanmıyoruz. Mutluluğu artık genel olarak irade yoluyla tasarlanabilen bir zihniyet; içsel güçlerimizi ve özgün benliklerimizi hayata geçirmenin bir sonucu; hayatı yaşamaya değer kılan tek hedef; biyografilerimizin değerini, başarılarımızın ve başarısızlıklarımızın boyutunu, ruhsal ve duygusal gelişimimizin büyüklüğünü ölçmenin bir kıstası olarak görüyoruz.

En önemlisi de, mutluluk bugünün ideal vatandaş imajının özü ve vücut bulmuş hali olarak sunulmaya başlanmıştır. Gardner’ın hikâyesi bu bakımdan özellikle ilginç hale gelir. Gerçekten de “Umudunu Kaybetme” filminin en etkileyici yönlerinden biri, *kendi başına* mutluluk kavramı hakkında söyledikleri değil mutluluğu hak ederek yakalayan vatandaş türü hakkında ima ettikleridir.<sup>2</sup> Gardner’ın hikâyesi-

---

2 Edgar Cabanas, “‘Psyitzens’, or the Construction of Happy Individuals in Neoliberal Societies”, *Emotions as Commodities: Capitalism, Consumption*

nin gerçekte önerdiği şey, mutluluğun asıl olarak belirli bir insan türü olduğudur: Mutlu insan bireyci, kendine sadık, dayanıklı, kendini motive eden, iyimser ve yüksek duygusal zekâyâ sahip biri. Film bu anlamda Gardner'ı mutlu insanın vücut bulmuş hali gibi gösterirken bir yandan da mutluluğu benliğin belirli ideolojik değerler, antropolojik varsayımlar ve politik erdemlere göre örgütlenip harekete geçirilmesinin ibret verici bir anlatısı şeklinde takdim eder.

Bununla birlikte Gardner'ın hikâyesi filmin ötesine geçer. Gerçek Christopher Gardner'ın hikâyesi medyada Gardner'ın hayatına ve bu hayat hikâyesinin zenginlik ve yoksulluğun, başarı ve başarısızlığın, mutluluk ve mutsuzluğun aslında tercih olduğu fikrini aşılıyarak milyonlara nasıl ilham verebileceğine odaklanır. 2006'da filmde Gardner'ı canlandıran Will Smith bir dizi röportajda Gardner'ı “Amerikan rüyasının vücut bulmuş hali olduğu için” sevdiğini söyledi. Smith, *Oprah Winfrey Show*'da “Amerika'nın dünyada Chris Gardner'ın var olabileceği tek ülke olduğu için büyük bir ideal olduğunu” da söyledi. Ne var ki Gardner gibi örneklerin aslında Kuzey Amerika'da da dünyanın geri kalanında olduğu kadar istisnai olduğunu belirtmeyi unuttu. Amerika'nın dünyada gelir eşitsizliği ve sosyal dışlanmanın en çok görüldüğü ülkeler arasında yer aldığını ve nüfusun çoğunluğu için zengin olmanın ve sınıf atlamanın çok zor olduğunu göz ardı etti.<sup>3</sup> Smith, Kuzey Amerika'nın ister kazanan ister kaybeden olsun bireylerin kendi başarıları ya da sefaletlerinin tek sorumlusu olduğu inancının kültürel ve ulusal bilinçdışının derinlerine işlediği ülkelerden biri olduğundan da söz etmedi. Bu meritokratik varsayım, insanın içinde

---

*and Authenticity*, yay. Eva Illouz, Routledge, Londra ve New York, 2018, s. 173-196.

3 Thomas Piketty, Emmanuel Saez ve Gabriel Zucman, “Distributional National Accounts: Methods and Estimates for the United States”, NBER Working Paper No. 22945, Aralık 2016, <https://doi.org/10.3386/w22945>

bulunduğu koşulları yapısal süreçler üzerinden değil, bireysel hak edişler üzerinden görme eğiliminin giderek ağırlık kazandığı Batılı ülkelerde çok yaygındır.<sup>4</sup> Film bunun çok temsili bir örneğidir: Gardner kendi kendini yaratan bireyin ta kendisidir ve hayatı bir tür Sosyal Darwinist sınıf atlama mücadelesi olarak tasvir edilir. Sonunda kararlılık ve kişisel çaba her zaman ödüllendirildiği için meritokrasinin işe yaradığı mesajını verir.

Filmin başarısı, takip eden yıllarda gerçek Christopher Gardner'a muazzam bir küresel şöhret getirdi. Gardner yüzlerce röportaj vererek mutluluk sırrını paylaştı ve “*happiness*” (mutluluk) sözcüğünün neden “y” ile telaffuz edildiğini açıkladı: “Orada ‘y’ harfinin olması hepimize bunu hatırlatmak için var. Bu tamamen SENİN (YOU) hakkındadır. Arzuladığın hayatı inşa etmek SENİN (YOUR) sorumluluğundur. Seni kurtarmaya süvariler gelmeyecek. Her şey SENİN elinde.” Başarılı bir borsacıdan motivasyon konuşmacısına dönmüş olan Gardner hayattaki gerçek misyonunu buldu: İnsanların kendi öz-imbânlarını kullanarak yükselme ve olumsuz koşulları gelişim ve başarı için fırsata dönüştürebilme potansiyeli hakkında sayısız zorluğa katlanarak edindiği bilgeliği dünyayla paylaşmak için kolları sıvadı. Dünya genelinde 40 milyondan fazla üyeye sahip, kâr amacı gütmeyen AARP (Amerikan Emekliler Derneği) adlı kuruluş tarafından 2010 yılında mutluluk elçisi seçilen Gardner kendini basit bir mesajı yaymaya adanmıştı: Benliklerimizi irade gücüyle ve doğru yöntem bilgisiyle (*know-how*) yoğurmamız, şekillendirmememiz ve dönüştürmememiz nasıl mümkünse mutluluk da tasarlanabilir, öğretilebilir ve öğrenilebilir.

---

4 Jonathan J.B. Mijis, “Visualizing Belief in Meritocracy, 1930-2010”, *Socius: Sociological Research for a Dynamic World*, sayı 4, 2018, <https://doi.org/10.1177/2378023118811805>