

## Müntehiri damgalamadan anlamak

E.Timuçin Oral<sup>1</sup>

*İntihar temel bir insan hakkıdır. Bu, ahlaki olarak istenen bir şey olduğu anlamına gelmez.  
Yalnızca toplumun buna karışmaya ahlaken hakkı olmadığı anlamına gelir*

**Thomas Szasz**

- *Şu şair intihar mı etmişti?*
- *Hayır, o girişimde bulundu ama ölmedi, asıl oğlu intihar etti ve bıraktığı notta da “bak işte böyle intihar edilir” dedi.*
- *A bilmiyordum, ama zaten şiirlerinden anlaşılıyor.*

Bu aslında hayali bir konuşma ama eminim çoğunuza yabancı gelmemiştir çünkü olabilirliği epeyce yüksek. Belki kişiyi şiirlerinden çok, yanlış da olsa, edimiyle anımsıyor olduğumuz için ya da bitmeyen merakımız nedeniyle böylesi bir durumu “anlamıştım” ya da “belliydi zaten” ile değerlendiriyoruz.

Bu yalnızca günlük konuşma dilinde olmuyor. Örneğin sanatta psikopatoloji ya da intihar da ilgi uyandıran bir konu. Zaman zaman, ortak noktaları kendi canına kıymak olan kişilerin anlatıldığı kitaplarla karşılaşıncı, bu kişilerin tam olarak neden aynı kategoride değerlendirildiğini anlamıyorum. İntihar tek bir gerekçesi olan bir durum ya da tektip bir hastalığın belirtisi değil ki, “*artık yadırgamıyor ya da yiğitçe ve erdemli bir davranış olarak kabul ediyor*” olalım. Her biri kendince “*haklı*” ya da “*hastalıklı*” gerekçelere dayanan, her biri birbirinden bağımsız, tek ve biricik kişilerin birbirinden farklı kararlarını neden sadece bir tek eylemden yola çıkarak aşağılayalım veya kutsayalım? Neden “*aydın, sanatçı ve entelektüel*” olmak “*sıradan insana göre daha fazla intihar fikri etkisi altında*” olmayı gerektirsin ki? İntiharlarına odaklanıyor olmamızın pek çok sanatçının yapıtlarının görmezden gelmemize sebep olacak biçimde yer kaplaması da cabası. Ursula Le Guin biraz da sarkastik bir biçimde şöyle diyor bu konuda: “*Eğer yazdıklarınız ciddiye alınsın istiyorsanız, evlenip çocuk sahibi olmayın, hatta dahası ölmeysin. Ama eğer ölecekseniz, intihar edin. Bakın bunu onaylarlar*”

Neden böyle yapıyoruz? Neden soğukkanlı bir biçimde veya yansız, tepkisiz karşılayamıyoruz intihar olgusunu? Neden bir hastalık veya kazaya kıyasla çok daha karmaşık duygular yaratıyor içimizde? Sanırım bu soruya kestirmeden bir yanıt vermek pek mümkün değil. Burada hem bizzat intihar eyleminin varoluşsal anlamı, hem de bizim intihar eylemine ve o kişiye öznel bakışımız söz konusu. Alın yazımız, genetik determinizmimiz ya da nasıl adlandırcağsak, biyolojik varoluş programımız, sağkalım arzusu ile doğup büyümemize neden oluyor. Ölmek için hemen her türlü önlemi alan, uyku ilaçları için, başına bir torba geçirip son olarak da ellerini kendi kendine bağlayan bir hastanın uyku uyanıklık arası bir hal içindeyken, bilinçsiz (!) bir biçimde, ölmesine

---

<sup>1</sup>Metne olan önemli katkısı nedeniyle Burcu Alkan’a teşekkür ederim

neden olacak tüm etmenleri ortadan kaldırdığını ve uzun, derin bir uykudan sonra kendine gelip bana başvurduğunu anımsıyorum. Aile içinde depresyon genetik olarak aktarılmaktaydı ve dedesi ile teyzesi de intihar ederek yaşamlarına son vermişlerdi. Görüşmemizde bunları anlattıktan sonra “ben beceremedim” demişti. “İyi ki farkında olmadan kendi kendinizi korumuşsunuz” diye cevap vermiştim hatırladığım kadarıyla.

Hastalık ya da tercih, intiharla karşı karşıya kaldığımızda yaşamaya programlanmış canlılar olarak dehşete düşüyoruz. Can derdine düşme hali hiçbirimize yabancı değil. Tam da bu nedenle, bir insanın kendi elleriyle hayatını sonlandırması bu duygumuzu kökünden sarsıyor. Yaşamaya programlı olduğumuz için, korktuğumuz için, bile bile ondan vazgeçen biri bizi şaşırtıyor ve nedenini merak ediyoruz, inanması zor geliyor; belki de bu nedenle hem kızıyor hem de saygı duyuyoruz. Cesareti ve kararlılığı yüceltiyoruz ya da kendi korkularımızdan dolayı aşağılıyoruz. Bir yerimiz incindiğinde bu denli bir duygusal, düşünsel yatırım olmuyor. Kaza veya hastalık ile olmayıp kişi kendini yaraladığında psikolojik bağlantılar kuruyoruz. Biri başımıza gelen, diğeri kendi kendimize yaptığımız bir durum olarak görülüyor. Aslında tüm psikiyatrik rahatsızlıkların damgalanması da bundan. Gözle görülmeyen, kişinin bir bakıma kendi kendine sebep olduğu (dolayısıyla da kendi kendine yenmesi gereken) bir durum olarak algılanıyor.

İçgüdüsel algımız bir yana, hemen hepimiz çocukluğumuzdan itibaren intihar eden kişilerin utanılacak durumda, zayıf, bencil, başkalarına zarar verme potansiyeli taşıyan, günahkar kişiler oldukları düşüncesi ile de yetiştiriliyoruz. Öte yandan, onu hastalıklı görüp damgalayan yaygın anlayışa karşın, intihar, Japonya gibi bazı toplumlarda, onurlu bir davranış olarak kutsanabiliyor. Yine Hindu kadınlarının eşlerinin ölümünden sonra kendilerini yakarak öldürme davranışı da, onların inanışında intiharın yüceltilen bir tutum olduğunu gösteriyor<sup>2</sup>. Biz, Japon ve Hint toplumlarından farklı olarak, müntehere (canına kıyana) biraz “yukarıdan” bakıyoruz belki ama aslında bu toplumda yetişmiş biri olarak o da kendisine böyle bakıyor. Ruh sağlığı çalışanlarının en yaygın olarak duyduğu klişelerden biri de “ben o kadar zayıfım ki, bunu bile beceremedim” cümlesi. İyi ki beceremiyorlar, çünkü bunların hiçbiri doğru değil; ya da daha bilimsel bir dille ifade etmek gerekirse, intihar eden kişinin zayıf ya da beceriksiz olduğu görüşü bugüne dek hiçbir çalışma ile kanıtlanmış değil.

Bir hastalık söz konusu olduğunda doğal olarak o durum bizi güçsüz kılar. Örneğin sıradan bir soğuk algınlığında dahi halsiz, mecalsiz hissederiz ama bunu kendi başarısızlığımız olarak algılamayız. Bir yerimiz incinse doktora başvurmaktan, tedavi olmaktan kaçınmayacağımız gibi sonrasında da eve gizlenmeyiz. Hatta bazılarımız ayrıntıları ile anlatmayı da sever başından geçenleri. Bedensel incinmemiz ayıp olarak görülse, zayıflık addedilse, işimizi kaybetmemize, damgalanmamıza neden olsa bu rahatlıkta davranamayız. Ruhsal rahatsızlıkların, davranışlarımızla ilgili sorunların bu

---

<sup>2</sup> Desjarlais ve ark. (1995)'dan aktararak Sayar K. (2002)

kadar kolay damgalandığı bir zeminde, insanın canına kıyması gibi varoluşumuzu da kökten sorgulayan bir eylemin soğukkanlı bir biçimde değerdendirilmesi ve kategorize edilmemesi, sonuç olarak da damgalanmaması düşünülemezmiş gibi görünüyor. Dahası, hepimiz için çok doğal bir süreç haline geliyor. Şöyle konuşmalar oluyor örneğin:

- *İntihar videosunu gördün mü?*
- *Hangisini? hani şu facebooktan yayınlananı mı?*
- *Evet! Sence depresyonda mıydı o?*
- *Valla değil sanki, ama olabilir de; orada resimleri de var, eşcinselmiş galiba.*

Oysa, bir adı var bu insanın ve adı bilinsin de istemiş. İstemese paylaşmazdı ve hiç kimse bilmezdi, ya da yalnızca arkadaşlarının haberi olurdu. Bir intihar notu bırakmış geride ve görebilen herkes görsün istemiş. Neden bilmiyorum ama istediğini görebiliyorum. Hatta başka istekleri de olmuş ölümünden sonrasına dair; ölmüş bedeni ile ilgili yerine getirilmeyen istekleri. Aslında, Karl Marx'ın da söylediği gibi "*İntihar insanın kendi varoluşu üzerine söyleyebildiği son sözüdür*". Bu nedenle onun sağken kendisi hakkında söyledikleri dışında bir şey bilmemiz ve iddia etmemiz mümkün değil. Herhangi biri, hekim ya da din adamı kimliği ile söyleyebileceğimiz her şey spekülasyon, dedikodu veya ahkam kesmekten ibaret kalıyor. Oysa, hemen herkesin bir fikri vardı duyduğunda. Fark ettiğimiz anda bakmak, görmek, izlemek, değerdendirmek ve adlandırmak için dayanılmaz bir istek duyuyoruz. Bu değerdendirme girişimi onunla ilgili her yazının, her fotoğrafın, her *tweet* ya da *facebook* paylaşımının didik didik edilmesiyle sürüyor. Kazara gökkuşağı renkli bir bayrak altında bir fotoğrafı bulunuyor ve intihar etmesiyle ilgili damgalama yetmezmiş gibi bir de eşcinsel olup olmadığı tartışmaya açılıyor. Videodaki sözleri yeniden konuşuluyor, satır araları değerdendiriliyor, yerli yersiz çıkarsamalar sürüp gidiyor.

Çok değil ondan bir ay kadar önce hemen herkesin çok sevdiği Amerikalı bir aktör öldüğünde de aynı duygusal dalgalanmayı yaşadık. Medya, genelde, intihar haberini verirken, neredeyse istisnasız olarak, bir "gerekçe" sunup insanın kendisini yok etmesinin mantıksızlığına bir anlam vermeye çalışıyor. Bu tür akla uydurmalara özellikle ünlülerin intiharlarında rastlanıyor, çünkü sonsuz bir maddi başarıya rağmen insanın perişan olabileceği düşüncesini aklımız kolay kabul etmiyor. Pek çoğumuzun istediklerine sahip olabilmiş bir insan neden hayatını sona erdirir ki? Solomon, *The New Yorker*'da "herşeyi izah etme endüstrisi böyle durumlarda hemen bize o kişinin kötü bir evliliği olduğunu, bağımlılıklarından kurtulamadığını, meslek hayatında büyük bir felaket yaşadığını ya da bir tarikatın kiskacına takıldığını söyler" diyor. Gerçekten de, zaten kolayca kabul edemediğimiz intihar olgusu bir de ünlü bir insanın kaybı ile gözümüze sokulunca biraz önce söz ettiğim davranışlar da iyice abartılı hale geliyor. Nitekim, beni sevdiğim bu aktörün ardından bir yazı yazmaya iten de bu damgalama meselesiydi. Zaten hastaymış, bağımlıymış, mutsuzmuş vs. sözleriyle ortaya çıkan ve masum gibi görünen akla uydurma çabaları, aslında "mutlak damgalama" ile sonuçlanıyordu.

Damgalamanın iki boyutu vardır: kişinin ortalamadan ayrılan bir özelliğinin fark edilmesi ve sonra o kişinin değersizleştirilmesi. AIDS, uyuşturucu kullanımı, kürtaj veya cinayet sonucu ölüm gibi damgalamanın olduğu benzer başka ölümlere benzer şekilde, intihar sonucu ölümlerde de, ailelerin sağlıklı biçimde yas tutması ve sosyal destek alması engellenebiliyor. Utanç, suçlanma, dışlanma gibi duygularla ölümü ve sonrasında yaşananları başkalarıyla paylaşmak zor oluyor. Benzer duyguların yaşanması intihar girişimi sonrasında kurtarılan kişilerin için de söz konusu. Zaten epeyce zor olan intihar kararı ve girişimine bir de, onun hakkında konuşma güçlüğü ekleniyor. Utanç, suçlanma ve dışlanma bu kişilerin aileleriyle ve arkadaşlarıyla ilişki kurmalarını engelleyebiliyor<sup>3</sup>.

Sık karşılaşılan durumlardan birisi de, dindar kişilerin yaşadıkları kayıpla başa çıkabilmek için genellikle inançlarına ve dine sığınmalarıdır. Oysa, bu alandaki en büyük zorluklardan birisi pek çok dinin intihar eylemini günah olarak adlandırıp dışlaması. Örneğin halk arasında islamda intihar eden kimsenin cenaze namazının kılınmayacağı şeklinde yaygın bir inanış olsa da, Diyanet İşleri Başkanlığı İlmihalinde *“İşlediği cürmün ağırlığını göstermesi bakımından bu görüş yerinde olmakla birlikte, bu durumun acılı ailenin acısını bir kat daha artıracığı düşüncesiyle, böyle kimselerin de namazının kılınabileceği söylenmiştir”* yazılı. İlmihal bir yandan iyi niyetle geride kalanın ailesinin acısını dikkate alırken, diğer yandan da intihardan bir cürüm (yani kabahat, kusur, suç) olarak bahsediyor.

Tarihi kayıtlara bakarsak, orta çağda intiharla ilgili damgalamanın daha kurumsal biçimde yapıldığını görüyoruz: intihar edenlerin bedenleri tümüyle parçalanıyor ki kötü ruh içinde barınmasın, kilise mezarlıklarına gömülmüyorlar, aileleri toplumdan dışlanıp malları yerel yönetime devrediliyor ya da o kadar ağır ceza ve vergi ödemeye mahkum ediliyorlar ki zaten buna mecbur kalıyorlar<sup>4</sup>. Bunun günümüzdeki uzantısı ise damgalamanın daha görünmez biçimde sürmesi: örneğin kurtulan kişiye yönelik aşırı tepki, ölen kişiyi suçlama eğilimi, yakınlarının kayıpları nedeniyle taziyeye yerine suçlama ile karşılaşmaları ve hatanın onlarda aranması. Sigorta şirketlerinin intihar edenin varislerine para ödememelerini saymazsak maddi yaptırımlar orta çağda kalmış gibi görünüyor.

Türkiye Psikiyatri Derneği'nin açıklamasına göre<sup>5</sup>, ülkemizde intihar edenlerin sayısı geçtiğimiz yıl 3225 kayıp ile en yüksek rakama ulaşmış; dahası, Türkiye'de son 20 yılda yaklaşık 40 bin kişi kendi hayatını sonlandırmış. İntihar edenlerin %72'sinin erkek %28'inin kadın olduğu ve yaklaşık her iki buçuk saatte bir kişi intihar ederek hayatını kaybettiği ifade ediliyor. Her yıl 10 Eylül gününü “İntiharı Önleme Günü” olarak ilan etmiş

---

<sup>3</sup> Brosnan A. (2013) [http://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/158](http://sophia.stkate.edu/msw_papers/158)

<sup>4</sup> Feigelman ve ark. (2009) Death Studies

<sup>5</sup> Yılmaz T. (2014) TPD Basın Açıklaması. [www.psikiyatri.org.tr](http://www.psikiyatri.org.tr)

bulunan Dünya Sağlık Örgütü'nün 2014'de intiharla ilgili küresel bilinçlendirme teması "olumsuz etiketleme" idi. Damgalanma endişesi, intihar düşüncesinin gizlenmesine, tedavi için başvurulmamasına, intiharın bildirilmemesine, kayıt sisteminin ihmaline ve sonuç olarak da önleyici strateji geliştirilememesine neden oluyor.

Elbette, hem alanın profesyonelleri, hem de maruz kalanlar açısından intihar başa çıkılması zor bir olgu. Öyle ya da böyle, bu durum karşısında bir şey hissediyoruz ve onunla yüzleşmek, kendimize bakıp bunu anlamaya çalışmak yerine onu kendimizden uzaklaştırıyoruz. Ya adlandırıp, kategorize ederek entellektüelize ediyoruz, ya da inkar edip, yok sayarak kendimizi rahatlatıyoruz. Neden böyle yaptığımızın yanıtı ise kendimizde aslında, o anda ne hissettiğimizde. Engin Geçtan, *"Kişi başkalarının arkasından konuştuğunda bazen onlardan çok kendi hakkında fikir veriyor"* diyor. Gerçekten de, belki de onun ardından söylediklerimiz intihar edenin özelliklerinden çok bizi yansıtıyor.