

Kuantum Mekaniğinin Bugünkü Geldiği Noktada Psikoterapideki Öznelerarasılık Kuramı ve Carl Gustav Jung'un "Eşzamanlılık" Olgusunun Değerlendirilmesi

Ümit AKÇAKAYA^{1*}

Özet

ÖZ: İnsan, tarih boyunca kendisi açısından belirsizlikler içeren olguları, farklı paradigmalara başvurarak açıklama yoluna gitmiştir. İnsanoğlunun olay ve olgulara bir açıklık getirme ihtiyacı ve bu konudaki girişimleri, ister istemez onun dünyayı algılayış biçimini değiştirmiş ve davranışlarında birtakım değişikliklere ya da düzenlemelere gitmesine neden olmuştur. İnsanoğlunda oluşan bu değişim ve dönüşüm, yaşamı anlamlandırmak amacıyla başvurduğu model ve yöntemlerin de süreç içerisinde değişmesine ve daha karmaşık bir hal almasına yol açmıştır. Bu durum, bireyi anlamaya çalışan psikoloji kuramları açısından da benzer bir süreci doğurmuş ve birbirinden farklı psikoterapi yaklaşımları açığa çıkmıştır. Bu hususta psikoterapi kuramları açısından gelinen önemli noktalardan biri de kurulan her terapötik etkileşimin içeriğinde çok derin dinamikler barındırdığını ve her birinin kendi içinde ele alınması gerektiğini iddia eden öznelerarasılık kuramı olmuştur. Bu kuramsal düzlem, belirli kuramsal tanımlamalar ve çerçeveler dâhilinde insanı ve onun etkileşimini anlamaya çalışmanın çoğu zaman sınırlayıcı hatta zaman zaman da yanıltıcı olabileceğine dikkat çekmiştir. Bu nedenle öznelerarası bir bakış açısıyla, psikoterapi seanslarında terapistin danışanıya kurduğu her ilişki ve etkileşimin bağlamsal olarak ele alınması gerektiği vurgulanmış ve kurulan her ilişkinin kendi içinde çözümlenmeyi bekleyen derin dinamikleri olduğu fark edilmiştir. Bu noktada danışanla senkronize olmuş etkin bir eş duyumun yanı sıra sezgilerin de sürece dâhil edildiği terapötik müdahalelerin; terapistlerin psikoterapi seansı esnasında başvurabileceği en etkili yöntemler olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu bilgiler ışığında bu çalışmanın konusu, bugün bilimin ulaştığı nihai nokta ve bu nokta açısından psikoterapideki öznelerarasılık ve Carl Gustav Jung'un bu minvaldeki görüşleri olacaktır. Çalışmanın amacına uygun bir şekilde nitel bir yaklaşımla alan yazın taraması yapılmıştır. Bu bağlamda ilk olarak insanoğlunun bilinmeyenleri anlamlandırma serüveninde başvurduğu modellere kısaca yer vermekle başlanacaktır. Bu altyapıyı oluşturulduktan sonra kuantum mekaniğinin temel ilkeleri ile Jung'un yaklaşık yüzyıl öncesine dayanan Analitik Psikoloji Kuramı karşılaştırmalı olarak incelenecektir. Son kısımda ise kuantum mekaniği perspektifinden öznelerarasılık kuramı ve Jung'un kuramının bu noktadaki kilit rolü yorumlanacaktır.

Anahtar Kelimeler: Kuantum mekaniği, eşzamanlılık, Carl Gustav Jung, öznelerarasılık

The Theory Of Intersubjectivity In Psychotherapy And The Evaluation Of Carl Gustav Jung's "Synchronicity" Phenomenon At The Point Where Quantum Mechanics Is Today

Abstract

Throughout history, human beings have tried to explain the phenomena that contain uncertainties for themselves by applying different paradigms. Human being's need to clarify events and phenomena and his attempts on this subject have inevitably changed his way of perceiving the World and this caused him to make some changes or arrangements in his behaviour. This change and transformation in human beings has led to the change in the models and methods he uses to make a sense of life and to become more complex. This situation has led to a similar process in terms of psychology theories trying to understand the individual and different psychotherapy approaches have emerged. In this regard, one of the important points reached in terms of psychotherapy theories has been the theory of intersub-

^{1*} Dr. Psikolojik Danışman, Serbest Çalışan.
ORCID: 0000 0002 3147-8272

jectivity, which claims that every therapeutic interaction has very deep dynamics in its content and that each one should be handled within itself. This theoretical plane drew attention to the fact that trying to understand man and his interaction within certain theoretical definitions and frameworks can be limiting and sometimes misleading. For this reason, from an intersubjective point of view, it was emphasized that every relationship and interaction that the therapist establishes with the client in psychotherapy sessions should be considered contextually, and it was realized that each established relationship has deep dynamics waiting to be resolved in itself. At this point, therapeutic interventions in which intuitions are included in the process as well as an effective empathy synchronized with the client; it was concluded that these are the most effective methods that can be applied during the psychotherapy sessions by the therapists.

In light of this information, the subject of this study will be the final point reached by science today and the intersubjectivity in psychotherapy in terms of this point and Carl Gustav Jung's views in this regard. In accordance with the purpose of the study, a literature review was conducted with a qualitative approach. In this context, it will start by briefly giving a place to the models that human beings resort to in their adventure of making sense of unknown. After creating this infrastructure, the basic principles of quantum mechanics and Jung's Analytical Psychology Theory, which dates back about a century, will be examined comparatively. In the last part, intersubjective theory and the key role of Jung's theory at this point will be interpreted from the perspective of quantum mechanics.

Keywords: Quantum mechanics, Synchronicity, Carl Gustav Jung, Intersubjectivity

Giriş

İnsan, kendini fiziksel olarak güvenceye aldıktan ve temel bir takım sosyal ve fizyolojik ihtiyaçları karşıladıktan sonra sürdürdüğü yaşamı ve etkisi altında kaldığı olay ve olguları anlamlandırma ihtiyacı duymaya başlayan tek varlık olma özelliği taşımaktadır. Bu anlamlandırma ihtiyacına bağlı olarak insan, tarih boyunca kendisi açısından belirsizlikler içeren olguları, farklı paradigmalara başvurarak açıklama yoluna gitmiştir. İnsanın olay ve olgulara bir açıklık getirme ihtiyacı ve bu konudaki girişimleri, ister istemez onun dünyayı algılayış biçimini değiştirmiş ve davranışlarında birtakım düzenlemelere gitmesine neden olmuştur. İnsanda oluşan bu değişim ve dönüşüm, yaşamı anlamlandırmak amacıyla başvurduğu model ve yöntemlerin de süreç içerisinde farklılaşmasına yol açmıştır.

Evren ve İnsan Anlayışının Tarihsel Gelişim Süreci

Tabiata ait olan her unsurda, şuurlu bir işleyiş bulunduğunu ve tüm olayların ortak bir ruhun kontrolünde gerçekleştiğini iddia eden animist düşünce, dünyadaki olay ve olguları anlamlandırmada çok uzun bir süre temel paradigma görevi görmüştür (Şahin, 2019). Bu süreç M.Ö. 6. yüzyılda yaşamış olan ve evrendeki her şeyin insan aklı tarafından anlaşılmasına açık olduğunu öne süren Miletli Filozof Thales'in dönemine kadar bu şekilde devam etmiştir. Bu bağlamda Thales'in animist ve dogmatik olan düşünceye karşı bir devrim gerçekleştiren ilk kişi olduğunu söylemek mümkündür. Thales'in bu fikirleri sayesinde insanoğlu, aklı ve gözlemi ön plana çıkartarak belirsizlikleri anlamlandırma yoluna gitmiş, bu yaklaşım da zamanla olayları ve olguları anlamlandırmada felsefi bir bakış açısı kullanımının önünü açmıştır (Şengör, 2014).

İlkçağdaki felsefe bugün bilim olarak kast edilen olgudan çok farklı bir durum olarak anlaşılmamış ve matematik, fizik, astronomi gibi alanlar da irdelenmiştir (Arslan, 2013). Bu bağlamda M.Ö. 5'inci ve 4'üncü yüzyıllarda Atina ve çevresi önemli bilimsel görüşlere şahitlik etmiştir. Atom kuramını keşfeden Demokritos ve Leukippos gibi büyük filozoflar, Kioslu Hippokrates gibi matematikçiler, Philolaus gibi astronomlar, 'tıbbın babası' olarak kabul edilen Koslu Hippokrates gibi hekimler bu dönemlerde yaşamışlardır. Bu altın çağ, Sokrates'in M.Ö. 399'da politik bir cinayete kurban gitmesiyle kapanmış olsa da kendisinden sonra gelecek olan ve etkileri bugüne kadar ulaşacak iki önemli filozof tarihe damga vurmayı başarmışlardır. Bunlar Atina Akademisi'nin kurucusu olan Platon ve Lise'nin kurucusu olan öğrencisi Aristoteles olmuştur (Sarton, 1995). Bu felsefi bakış açıları, birbirinden farklılaşan kimi fikirler açığa çıkarsa da en temelde insanoğlu bu sayede dogmatik olanı sorgusuz ve sualsiz kabul etmek yerine aklını kullanarak bir anlam oluşturma becerisi ve kazanımı elde etmiştir. İnsanoğlunun elde ettiği bu kazanım, zaman içerisinde birçok felsefi ve bilimsel bilgiyi ortaya çıkararak insanın ufku genişletmesine de imkân sağlamıştır.

MS 350'li yıllarda kavimler göçü ile başlayan süreç Avrupa'da Orta çağın yaşanmasına sebebiyet vermiştir ve Thales'le başlayan bilimsel gelişiminin önü de bu dönemde tıkanmıştır. Bu dönemde olay ve olguları anlamlandırmada akıl ve mantık temelli görüşler yerine dogmatik kökenleri olan ideolojiler, kör adanmışlıklar ve mantık dışı inançlar tekrar ön

plana çıkmaya başlamıştır (Ertangil, 2017). Skolastik düşünce olarak adlandırılan bu düşünce biçimi ne eleştiriye ne de özeleştiriyeye açık olabilmıştır. Bu durum da kaçınılmaz olarak sorgulamanın ve dolayısıyla doğayı ve yaşamı rasyonel bir zeminde anlamlandırmanın önüne geçmiştir. Nitekim bu bakış açısı neredeyse tüm Avrupa'da derin bir buhran ve kaotik bir süreç ortaya çıkarmıştır.

Klasik Antik dönemin bilim dalları, bin yılı aşkın bir süreyle susturulmasının ardından Orta çağ sonlarına doğru Arap düşünürlerinden gelen seslerin hafif yankıları, Avrupa öğrenim programlarına sızmaya başlamıştır (Sagan, 2019). Bu gelişmeler neticesinde 16. yüzyılda Kopernik'in yaptığı incelemeler sonucunda dünya merkezli evren anlayışı yerine, güneş merkezli bir evren fikri doğmuştur. Kepler ise, Tycho Brahe'nin gözlemlerinden de faydalanarak Kopernik'in modelinde düzeltmeler yapmış ve güneş sisteminin matematiksel açıklamasını başarılı bir şekilde sunmuştur. Kepler, Tanrı'nın lütfu sonucunda insanın, anlayabileceği yegâne evren olan matematiksel bir evrende yaratıldığını belirtmiştir. Kopernik ve Kepler gibi Galileo da Güneş merkezli sistemi, kendi dindarlığıyla hiç çelişkili görmediğini vurgulamıştır (Demir ve Borand, 2014). Tüm bu devrim niteliğindeki açıklamalar Avrupa'da yüzyıllardır ben merkezli bir fanus içine hapsolmuş skolastik düşüncenin ilk çatlağını oluşturmuştur. 17. yüzyıl başlarında ise bu çatlak; Descartes, Spinoza, Hobbes, Leibniz gibi düşünürlerin ortaya sunduğu yine devrimsel nitelikte olan birtakım fikirlerle daha da büyük ve geniş bir hal almıştır. Bu süreç içinde Gassendi, Toricelli, Fermat, Huygens gibi Avrupa'nın diğer önemli düşünürleri de -aralarındaki bütün ayrılıklara ve zaman zaman rastlanan şiddetli tartışmalara karşın- doğanın bir makine olduğu ve bilimin de bu makinayı kullanma ve yeni makinalar üretme sanatı olduğu fikrine varmışlardır (Bumin, 2019). Bu süreç içerisinde kaçınılmaz olarak skolastik düşüncenin birçok dogmatik bilgisi de sorgulanmaya başlanmıştır. Antik çağ düşünürlerinin fikirlerinin yer aldığı eserlerin olay ve olguları anlamlandırmada başvurulabilecek nesnel referanslar olarak saklandıkları tozlu depolardan tekrar gün yüzüne çıkartılmasıyla; çatlak fanusta artık düzeltilmesi imkânsız bir parçalanma oluşmuştur. Böylelikle 18. yüzyıl başlarında Avrupa'da büyük bir aydınlanma hareketi açığa çıkmış ve zaman içerisinde dogmatik temelli, geleneksel ve değişmez kabul edilen varsayımlar; yerini yavaş yavaş özgür düşünceye ve nihai olarak olayları ve olguları öznellikten ve önyargılardan bağımsız bir şekilde anlama ve anlamlandırma çabasına bırakmıştır (Arslan, 2013). Bu sürecin kaçınılmaz bir sonucu olarak bilim ve teknik alanlarında da büyük gelişmeler yaşanmış ve bu sayede doğada bir nedensellik zincirinin var olduğu fark edilmiştir. Örneğin belirli bir kuvvet uygulanarak havaya fırlatılan bir nesnenin, yerçekiminin etkisiyle belli bir süre sonra ivme kaybedip sonrasında yere düştüğü ya da belli bir sıcaklık derecesine gelen suyun, buhar makinesini aktive ederek ortaya bir enerjinin çıkmasına neden olduğu gibi olaylar gözlenmiştir. Tüm bu gözlemler neticesinde varılan düşünsel nokta ise şu olmuştur: "belli nedenler, belli sonuçları doğurmaktadır." Bu çıkarım, aslında evrende nedensiz ya da rastgele oluşmuş gibi görünen birçok hadisenin, henüz keşfedilememiş bir nedensellik ilişkisine bağlı olarak geliştiği teorisini de açığa çıkarmıştır. Nitekim Pierre Simon De Laplace gibi bilim insanlarının öncülüğünde gelişen ve bilimsel determinizm diye de bilinen bu paradigma, zamanla evrenin işleyişini anlama ve anlatmada temel bir ölçüt olarak kullanılmaya başlanmıştır (Hawking, 2013).

Modern Fiziğin ve 17. yüzyıl Bilim Devrimi'nin kendisiyle özdeşleştiği sembol isim Isaac Newton olmuştur. İnsanlık ilk defa, Newton'un Principia (İlkeler) adlı eseriyle detaylı bir kozmoloji (evrenbilim) görüşüne kavuşmuştur (Demir ve Borand, 2014). Bu bağlamda doğadaki hareket ve kuvvetleri yasalarla inceleme işine girişen Newton fiziği -diğer bir adıyla klasik fizik- determinist bakış açısının eseri olarak ortaya çıkmıştır. Newton'a göre evren, zamanın başlangıcında Tanrı tarafından kurulmuştur ve o zamandan beri O'nun yasalarına göre çalışmakta olan devasa bir mekanik saat özelliği taşımaktadır (Hellman, 2008). Newton fiziğindeki başarılar insan aklına güveni arttırmış ve bu durumun 'Aydınlanma'nın oluşmasında da önemli bir rolü olmuştur. Bu anlayışla Newton, kendi dehasını da kullanarak fiziksel evrende var olan ve bir bilinmezlik arz eden birçok unsuru, evrensel anlamda geçerliliği olacak birtakım formüllere dönüştürme işine girişmiştir. Algılanabilir olanın fiziği olarak da bilinen Newton fiziğinin çıkarımları sayesinde birçok bilimsel yasa belirlenmiş ve ortaya çıkan bu yasalar sayesinde atom üstü evreni anlamaya yönelik birçok bulgu ortaya çıkartılmıştır (Hawking, 2013). Sonuç olarak doğa karşısında bin yıllardır reaktif bir durumda olan insanoğlu; elde ettiği bu güç sayesinde daha proaktif bir duruma geçmiş, önceleri izah ve formüle edilmekte zorlanılan birçok doğa olayı üzerinde yönetimi ve denetimi nispeten ele geçirmeye başlamıştır. Geline bu nokta, bilinmeyi anlama ve anlamlandırma peşinde koşan bilim insanlarına da büyük bir özgüven aşılamış ve onları evrende kaotik bir durum arz eden her olguyu açıklama yarışı içine sokmuştur.

Bu sürecin sonunda, nedensellik ilkesine dayalı bu determinist yaklaşım ve akli merkez alan kartezyenci anlayış, insan davranışlarının nedenlerini açıklamaya yönelik de heyecan verici bir şekilde kullanılmaya başlanmıştır. Aynı paradig-mada, başlangıçta insanın dışarıdan gözlemlenebilir bir durumda olan kesimlerinin nedenselliği açıklanmaya çalışılmış ve bunun neticesinde insan davranışlarına ve hayvanların kullanıldığı belli deneylerle çeşitli izahlar getirebilme çabası içerisine girilmiştir. Sonraki süreçte hayvan davranışlarını incelemenin, çok daha kompleks özellikler barındıran insanı anlamak için yeterli olmayacağına kanaat getiren bilim insanları, incelemek için bu sefer hedefine direkt insanın ken-

disini koymuştur. Neticede bu araştırmacılar, insanı tanımak adına en dış katman olarak kabul edilen gözlemlenebilen davranışlardan yola çıkarak yavaş yavaş daha iç katmanlara doğru ilerleyecek bir inceleme süreci başlatmıştır (Schultz ve Schultz, 2001). Bu sürecin en ön basamaklarında tüm psikolojik yaşantıyı 'uyaran' ve 'uyarana verilen yanıt' şeklinde bölerek bir etki-tepki yasasıyla açıklamaya çalışan davranışçı kuram bulunmaktadır. Fakat salt davranışçı bir bakış açısı, insanı anlamaya yönelik olarak belli bir düzeye kadar etkili olabilmiş, bunun üzerine öğrenme ya da düşünme gibi dışarıdan net olarak gözlemlenemeyen bilişsel birtakım süreçlerin de hesaba katılması kanaatine varılmıştır. Neticede gelinen nokta, bugünkü bilişsel davranışçı kuram olarak geçen ekolün temellerini oluşturmuştur (Özakkaş, 2017).

Diğer taraftan insan davranışlarının nedenselliğini açıklama işine girişen ve bulguları ile yaşadığı çağa damgasını vuran bir başka kişi de Sigmund Freud olmuştur. Bir nörolog olarak Freud; insanının duygu, düşünce ve davranışlarını belirgin bir şekilde etkileyen bilinçdışı alanın varlığını keşfedip bu alandaki işleyişi, belli birtakım kuramlara dönüştürerek standart hale getirmeye çalışan ilk kişi olmuştur. Freud, o dönemde hâkim olan neden-sonuç ilişkisine bağlı bilimsel paradigma çerçevesinde, bilinçdışının çalışma prensiplerini dikkate alarak ruhsal süreçleri bir nevi formüleştirmeye girişmiş ve neticede ilk olarak onun meşhur topografik kuramı ortaya çıkmıştır (Freud, 2018). Bu kuramla Freud'un özetlemeye çalıştığı temel husus şu olmuştur: çocuklukta bütün istekler, içgüdüsel kıpırtılar, çeşitli tepki ve davranışlar; erişkinlerde de varlığını sürdürmekte, uygun koşullarda yeniden kendilerini açığa çıkarabilmekte ve asla yok olmamaktadır. Freud bu kuramıyla bilinç ve bilinçdışı katmanları ve her iki katmanın dinamik bir halde etkileşimini izah etmeye çalışırken; tüm bu etkileşimlere bağlı olarak insan da 'özgür irade' denen bir olgunun da mümkün olmayacağını altını çizmiştir (Monnoni, 1992). Aynı zamanda Freud, bilinçdışının bebeklikten itibaren cinsellik ve saldırganlık gibi son derece 'nahos' içeriklerden ibaret bir yapı olduğunu iddia ederek, Hristiyan teolojisinde yüz yıllardır hüküm sürmüş -cennetten kovulduğu için- 'günahkâr doğan insan' fikrini de farkında olmadan desteklemiştir. Sonuç olarak Freud, sıra dışı bulguları ile yaşadığı çağa damga vurmuş, Viktorya Devri'nin baskıcı tutumu karşısında bunalan halkın, kendi hakikatlerini -ilk başlarda gizli gizli de olsa- tanınması ve anlamlandırmasına o dönem için büyük bir katkı sağlamıştır.

Carl Gustav Jung'un 'Psişe Modeli'

Psikoloji alanında gerçekleşen tüm bu devrim niteliğindeki buluşlara rağmen dünyada fizik bilimlerinin nesnel bakış açısıyla kavranamayan ve varlığı inkâr edilemez öznel fenomenlerin varlığından söz edilmeye başlanmıştır. Bu bakış açısı insanın salt bir neden sonuç kalıbına sığdırılmayacak kadar farklı ve öznel bir varlık olduğu düşüncesini de doğurmuş; hatta bu farklılığın her insanın öznelliğinde çok daha zengin bir çeşitlilik arz ettiğini iddia edilmiştir (Revonsuo, 2017). İnsanı bu yönleriyle de anlamaya gönüllü olmuş araştırmacılar arasında en dikkat çeken isimlerden biri ise İsviçreli Psikiyatrist Carl Gustav Jung olmuştur. Jung, aslında Freud'un uzun yıllar takipçiliğini yapmış, insan ruhuna (psişe) dair Freud'un ortaya sunduğu birçok fikri kabul etmiş bir teorisyendir. Ancak Jung araştırmacı ve sorgulayıcı bakış açısıyla, Freud'un kuramının insanı anlamada ve anlamlandırmada yetersiz kaldığına kanaat getirmiş ve süreç içerisinde onun bir takipçisi olmaya son vermiştir.

Jung, kendi üzerinde derinlemesine yaptığı bilinçdışı analizlerden de yola çıkarak bilinç ve bilinçdışı alanın salt nedensellik ilkesine bağlı olarak izah edilemeyecek nitelikte birtakım başka içerikler de barındırdığını fark etmiştir. Jung'a göre psişenin -insan ruhunun- bir parçası, zamanı, bilinen lineer zamanın ötesinde deneyimlemekte ve buna bağlı olarak kişiye akılla izah edilmesi güç farklı tecrübeler yaşatmaktadır (Jung, 2004). Örneğin kişinin rüyaları, ona gelecekte olacaklara dair bir takım sembolik mesajlar verebilmekte ya da iki insanın gerçekleştirdiği etkileşimlerinde, her iki tarafın da farklı şekillerde etkilendiği zaman ve mekân kavramının sınırları ötesine geçebilecek durumlar oluşabilmektedir (Jung, 2015). Jung'un tespit ettiği tüm bu fenomenlerin izahında determinist bakış açısı o dönem için yetersiz kalmıştır.

Jung'un Psişe Anlayışı ve Einstein'ın İzafiyet Teorisi İlişkisi

Bu dönemde açığa çıkan bir diğer ilginç durum da şudur; Jung'un fark ettiği neden sonuç ekseninde izahı mümkün olmayan bu tür fenomenleri, Albert Einstein da gözlemlediği bazı fiziksel unsurlar üzerinde de fark etmiştir. Bunun üzerine Einstein, uzay ve zaman boyutundaki birçok olgunun aslında görecelik arz ettiğini ve tüm bu olan bitenin klasik fiziğin formülleriyle açıklanamayacak kadar kompleks unsurlar barındırdığını tespit etmiştir (Russell, 2019). Örneğin, Einstein'ın özel görelilik kuramına göre, uzayı ve dördüncü boyut olarak kabul edilen zamanı algılama biçimi, kişinin bulunduğu konuma ve nasıl hareket ettiğine göre değişmektedir; hatta Einstein'ın bu teorisini açıklamak için verilen en çarpıcı örneklerden biri de meşhur ikizler paradoksu olmuştur. İkiz kardeşlerden birinin dünyada kalması diğerinin gezegenler arası bir yolculuk için füzeyle yola çıkartılması durumunda, ikizlerin aradan yıllar sonra bir araya

geldikleri takdirde, uzay seyahatine gönderilen ikiz kardeşin, diğerine nazaran daha genç kalacağı sonucu ortaya çıkmıştır (Hawking, 2013). Dolayısıyla, bu paradoksa göre, sabit kabul edilen ışık hızına yakın bir hızla hareket eden bir cismin içindekiler için zaman daha yavaş akmaktadır; diğer bir deyişle eğer bir cisim, ışık hızına erişebilirse, o cismin içindekiler için zaman durmaktadır. Hatta bu çarpıcı bilgidен hareketle "zamanı yavaşlatmamız mümkünse, geriye doğru çevirmemiz de mümkün olabilir mi?" sorusu açığa çıkmış ve bir zaman makinesi yapmanın mümkün olup olmayacağı tartışılmıştır (Kaku, 2018).

Tüm bu bilgilerden hareketle, Einstein'ın gözlemlenebilir fiziksel dünyada fark ettiği görecelik barındıran unsurlarla, Carl Gustav Jung'un insan psişesinin işleyişine dair gözlemediği neden-sonuç ilişkisi ile açıklanamayacak nitelikteki kimi olguların paralellik arz ettiğini söylemek mümkündür. Nitekim tüm bilim dünyası Einstein'ın ortaya sunduğu bu izafiyet teorisi ile sarsılmış bir haldeyken, Jung ve Einstein'ın psişenin bir parçasının izafiyet teorisine uygun hareket edip edemeyeceği konularında o dönemlerde mektuplaşmaları bilinmektedir (Purrington, 2022). Hatta Einstein'ın o dönemlerde sarf ettiği şu sözler, Jung'un bu yöndeki tespitlerini destekler nitelikte olmuştur: "*Elinizi sıcak bir sobanın üzerine koyduğunuzda bir dakika bir saat gibi geçer. Hoş bir kızla geçirdiğiniz bir saat ise bir dakika gibi geçer. İşte bu izafiyettir.*" (Miralles & Garcia, 2017).

Tüm bu devrim niteliğindeki gelişmeler devam etmekteyken Jung, kendi kuramında neden-sonuç ilişkisinin açıklamada yetersiz kalacağı bir başka teori daha ortaya sunmuştur: Jung'un 'eşzamanlılık' olarak tanımladığı bu olgu, üç boyutlu mekân ve lineer zaman ölçütlerinin dışında, evrendeki birçok unsurun ortak ve senkronize hareket etmesi sonucunda birtakım anlamlı olayların vuku bulabiliyor olmasıdır. Örneğin Jung, hayatımız düz bir çizgide ilerlerken karşımıza çıkan yaşamsal birtakım krizlerin, çeşitli sorunların ya da kazaların; bizim hayatımızda önemli birtakım anlamları olduğunu iddia etmiştir. Jung'a göre kozmik sistemin bazı unsurları bir araya gelip ortak hareket ederek, insanın karşısına bazı olaylar çıkartabiliyor ve o olay ya da kriz, psişede fark edilmesi ve değiştirilmesi gereken bazı unsurlar olduğunun bir nevi habercisi niteliği taşıyordu. Aynı şekilde kişinin ruhsal gelişimi ve dönüşümüne etki edecek bir takım başka olaylar, birbirlerinden sanki haberdar gibi yine eşzamanlı bir şekilde hareket ederek yaşamda bazı manidar rastlantılar açığa çıkartabiliyordu (Jung, 2004).

Eşzamanlılık ilkesine paralel olarak, Jung'a (2015) göre rüyalar da insanın geçmişinden ve bugününden birtakım izler taşımakla birlikte, muhatabı olan insana -bir fragman niteliğinde gelecekte yaşanacaklara dair birtakım sembolik mesajlar vermeye çalışan unsurlar barındırmaktadır. Bu bağlamda Jung'un Analitik Psikoloji Kuramı, yaşadığı dönemde bilim camiası tarafından bilimsellikten uzaklaşıp, bilimin ölçülebilir nitelikteki bir konusu olamayacak derece öznel, göreceli, spiritüel ve kaotik bir alana kaydığı için eleştirilmiştir (Geçtan, 2020). Fakat o zaman için Jung'un kuramına yönelik tüm bu eleştirileri yapan kişilerin öngöremedikleri başka birtakım olgular bulunmaktadır: atom altı parçacıkların işleyişleri ve kuantum mekaniğinin bugünkü geleceği nokta olmuştur.

Atom üstü bir seviyedeki kaba nesnelere ve etkileşimleri ölçmede son derece işe yarar formüller geliştiren kartezyenci bilim ve klasik fizik; bugün sezgisellik, canlılık, belirsizlik ve aynı anda iki farklı şey olma gibi özelliklere sahip olan atom altı parçacıklar söz konusu olduğunda geçerliliğini yitirmiştir. Artık kuantum mekaniği sınırlarında ele alınan atom altı parçacıkların işleyişleri, neden-sonuç ilişkisi ile açıklanamayacak ve herhangi bir şekilde formüleştirmeye mahal vermeyecek kadar karmaşık ve kaotik bir durum arz etmiştir. Örneğin meşhur çift yarı deneyi ile atom altı parçacıklardan biri olan elektronların, aynı anda hem dalga hem de parçacık olarak görünebildikleri ve üstelik bu durumlarının o an ortamda bulunan gözlemciye göre farklılık arz ettiği çarpıcı bir şekilde fark edilmiştir (James, 2021). Ya da atom altı parçacıkların konumları söz konusu olduğunda kesin sonuçlardan ziyade, sayısının tahmin bile edilemeyeceği çoklukta olasılıkların ortaya çıktığı anlaşılmıştır (Popüler Science Türkiye Dergisi, 2019). Hepsinden ilginç ise Einstein'ın bile "ürkütücü" kelimesine ve "uzaktan hayalet etkisi" gibi bir tanımlamaya başvurarak tarif ettiği ve varlığı bugün bilimsel olarak da ispatlanmış olan kuantum dolanıklığı olmuştur.

Danimarkalı fizikçi Daniels Bohr, klasik fizikçilerin güç ya da enerji değişimi gibi etkiden sorumlu bir olayın yokluğuna rağmen; elektronlar ya da fotonlar gibi atom altı parçacıkların bir kere temas ettiklerinde birbirlerini tanıdıkları ve aralarında ne kadar uzun mesafe olursa olsun birbirlerini hissederek zamandan ve mekândan bağımsız bir şekilde, eş zamanlı olarak etkileşime geçtiklerini keşfetmiştir (Mctaggart, 2009). Buradaki 'eşzamanlı' kelimesinin altını çizerek tüm canlıların ve nesnelere de atom altı parçacıklardan oluştuğunu göz önünde bulundurulduğunda; bu durumu iki farklı nesnenin ya da varlığın zaman ve uzaydan bağımsız olarak birbirinden haberdar olup senkronize olarak işlem yapabilmesi ihtimalini de düşündürmektedir. Dolayısıyla Carl Gustav Jung'un yıllar öncesinde 'eşzamanlılık' olarak açıklamaya çalıştığı buna benzer bir olgu, bugün bilimsel olarak da ispatlanmış olan dolanıklık ilkesiyle oldukça örtüşen yanlar barındırdığını söylemek mümkün hale gelmiştir.

Kuantum Mekanığı ve Psikoterapi

Atomaltı ölçekte kuantum teorisi, Newton'ın yasalarının artık geçerli olmadığını göstermiştir; zira ışık ve elektromanyetik radyasyonun diğer formlarının ne dalga ne de parçacık olabildiği; aynı anda ikisi birden olmak gibi garip bir durumu oluşturduğu fark edilmiştir. Newtoncu mekaniğe göre, herhangi bir nesnenin konumu ve momentumu teoride aynı anda isabetli olarak ölçülebilirken, kuantum mekaniğine göre atomaltı ölçekte, bir parçacığın konumu ve momentumu aynı anda ölçülemez olduğu çünkü bizzat onu gözlemlemenin ölçüm sonucunu değiştirdiği tespit edilmiştir (Black ve Crofton, 2022). Bu bağlamda kuantum mekaniğindeki sayısız etkileşim ve olasılıktan hareketle, yeryüzünde aynı kalan ve tam manasıyla ölçülebilir hiçbir şeyin olmayacağı ve her şeyin tam bir devinim içerisinde sürekli olarak kendi içinde ve çevresiyle etkileşim halinde olduğu fark edilmiştir. Hatta konu, çok boyutlu bir varlık olan insanın çevresiyle ya da diğer insanlarla etkileşimi söz konusu olduğunda, olguların daha da iç içe geçmiş, kaotik ve sonsuz olasılıkları içeren bir hal aldığı anlaşılmıştır. Aslında varılan bu sonucun yıllar evvelinden; *"Fizik dünyada determinizm vardır, insan dünyasında ise hürriyet hüküm sürer"* (Meriç, 2007) açıklamasında bulunan Cemil Meriç'i de bir nevi haklı çıkarmış olduğunu söylemek mümkündür. Bu bağlamda iki insanın bir araya geldiği psikoterapi ortamının da her milisaniye içinde birbirinden farklı, sayısız ve dinamik etkileşimlerin hüküm sürdüğü bir ortam olduğunu belirtmek mümkün görünmektedir. Bu durum, kaçınılmaz olarak şu gerçeği de doğurmuştur: terapist, danışan, seans ortamı, konuşulan konunun içeriği, danışanın geçmişine ve de geleceğine yüklediği anlamlar, keza terapistin kendisinin yanı sıra danışanın geçmişine ve geleceğine yüklediği anlamlar, hiçbir zaman sabit kalamamakta hem danışanın hem de terapistin kişisel hayatlarında olan sayısız başka parametrelere bağlı olarak bir değişim ve dönüşüm arz etmektedir. Üstelik tüm bu değişiklikler; terapistte, danışanda, hatta her ikisinin de çevresinde ölçülemeyecek kadar çeşitli ve birbirinden farklı etkileşimlere yol açmaktadır. Özetle atom altı parçacık seviyesinde olan biten sonsuz sayıdaki çeşitliliğin bir benzeri, iki insanın etkileşimi sırasında da oluşmaktadır. Sürece dâhil olan her insan, varlık, olay ya da olay örüntüsü ise; sürecin daha da karmaşık bir hal almasına yol açmaktadır. Bu bağlamda Carl Gustav Jung, açığa çıkan bu oldukça kompleks ama dönüştürücü özellikteki etkileşimlerin sırrına, yıllar öncesinde vakıf olduğunu ve bu durumu şu cümlesi ile izah ettiğini belirtmek mümkün görünmektedir: *"İki kişinin bir araya gelişi iki kimyasal maddenin birbirleriyle temas etmeleri gibidir, eğer bir reaksiyon meydana gelirse ikisi de dönüşür."* (Jung, 2007).

Bu bilgilerin paralelinde, Carl Gustav Jung'un Analitik Psikoloji kuramı açısından, tüm bu açık ve gizil etkileşimlerin ortaya çıkardığı psişik enerjiler hem kişisel hem de toplumsal yaşantıları anlamlandırmak açısından üzerinde titizlikle durulması gereken son derece önemli hususlar arz etmektedir. Bu bağlamda Jung'a göre insanoğlu için en büyük tehlike; açlık, depresyon, mikroplar, kanser olmayıp, yalnızca insanın kendisi olduğu göz kamaştırıcı bir açıklıkla ortaya çıkmaktadır. Bu gerçekten hareketle Jung, kendi döneminde henüz emekleme evresinde olduğunu düşündüğü psikolojinin, geleceğin bilimi olacağına inanmıştır. Ona göre bunun nedeni ortadadır: ruhsal yaraları saracak, etkili bir çare henüz tam manasıyla bulunamamıştır; oysa bu yaralar, doğanın en acımasız, en büyük yıkımlarından daha da yok edicidir ve yine Jung'a göre insanı olduğu gibi halkları da korkutan en büyük tehlike aslında psişik tehlikedir (Jung, 2011).

Psikoterapide Öznelerarasılık

Tüm bu bilgiler ışığında psikoterapide bugün gelinen nokta hayli dikkat çekicidir: Konu insan ve onun psikolojik dinamikleri olunca, bu konudaki sağlıklı değerlendirmelerin ancak her etkileşimin kendi içinde ele alınmasıyla mümkün olabileceğini iddia eden öznelerarasılık kuramı daha ön plana çıkmıştır. Öznelerarasılık, hem deneyim odaklı hem de ilişki bir psikoterapi kuramı olmakla birlikte sistem içerisinde kişisel deneyimin örgütlenmesine ve bu konudaki değişkenliklerin kavramsallaştırılmasına çabalamaktadır. Öznelerarasılık aynı zamanda bir süreç kuramıdır ve 'yalıtılmış bir zihin' olmayacağını dolayısıyla etkileşim süreçlerinin ancak bağlamsal olarak ele alınarak anlamlandırılabilceğini savunmaktadır (Stolorow ve Atwood, 2014). Öznelerarasılık, terapötik etkileşimin gözleyen ve gözlenen farklı biçimlerde örgütlenmiş öznel dünyaları arasındaki karşılıklı etkileşime odaklanan bir bilim olarak da tasvir edilmektedir. Gözlemsel duruş, gözlenmekte olan öznelerarası alanın veya 'bağlamsal birim'in dışında değil her zaman içindedir (Özeren, 2020). Bu bakış açısıyla, belirli kuramsal tanımlamalar ve çerçeveler dâhilinde insanı ve onun etkileşimini anlamaya çalışmanın son derece sınırlayıcı hatta zaman zaman da yanıltıcı olabileceğinin altı çizilmiş; her insan ruhunun, birtakım kalıplarla sınırlandırılmayacak kadar çok, zengin, izah edilmesi zor, zaman ve mekândan bağımsız bir biçimde gizemini halen koruyan unsurlar barındırdığı iddia edilmiştir (Brandchaft, 2014). Bu nedenle öznelerarası bir bakış açısıyla, psikoterapi seanslarında terapistin danışanı kurduğu her ilişki ve etkileşimin bağlamsal olarak ele alınması gerektiğinin ve kurulan her ilişkinin kendi içinde çözümlenmeyi bekleyen derin dinamikleri olduğunu söylemek mümkün görünmektedir. Bu noktada danışanla senkronize olmuş etkin bir eş duyumun yanı sıra sezgilerin de sürece dâhil edildiği terapötik müdahalelerin; terapistlerin psikoterapi seansı esnasında başvurabileceği en etkili yöntemler olabileceği sonucuna varılmıştır (Levenson, 2013). Bu bağlamda Jung'un bu alandaki öngörüsünün, onun yıllar öncesinde söylediği şu sözle ortaya çıktığını söylemek mümkün görünmektedir: *"Kuramların iyi öğrenin ama yaşayan ruhun mucizesine dokunabildiğinizde onları bir kenara bırakın."* (Jung, 2006).

Sonuç ve Tartışma

İnsanın algılamadaki yetersizlikleri ve kişisel deneyimlerindeki farklılaşmalar, nesnel birtakım bilgilerin çarpıtılmasına sebebiyet verebilmektedir. Objektif olmayı ilke edinmiş bilim ise, içinde yasanılan karmaşık, hassas ve hayranlık uyandıran evreni hiçbir çarpıtılmaya yer vermeden keşfetme amacı gütmektedir. Bu yönüyle bilim, başvurduğu yöntemler sayesinde dogmatik ve sabit fikirleri de sorgulayabilme özgürlüğü vererek; evreni ve insanın gerçekte olduğu gibi görebilme şeffaflığı sunmaktadır. Bu manada bilimsel düşünceye açık olmak, paradigma değişimine, devrimsel ve sarsıcı olana da açık olmak anlamına gelmektedir. Bu bağlamda akla dayalı her bilimsel paradigma, belli bir düzlemde yayılmakta ve ortaya çıktıkları dönemlerde birtakım bilinmeyen alanları aydınlatmaktadır. Ancak şimdiye kadarki bilimsel paradigmlar, evrensel geçerliliği olan sonuçlar sunmakta yetersiz kalmışlardır; zira bir dönem için geçerli olan bir paradigma, zaman içerisinde geçerliliğini yitirmiş ya da olay ve olguları daha geniş bir perspektiften ele alabilecek bir başka paradigmanın ve düzlemin inşa edilmesine aracılık etmiştir. Dolayısıyla bilimsel teorilerin amacı içinde yaşanan dünyayı anlamak ve çevredeki olayları anlaşılabilir birimlere indirgemek olsa da bilim, kullandığı yöntemler gereği mutlak bir gerçeğe ulaşmak konusunda yetersizlik arz etmektedir. Böyle bir tablo evrenin mekanik bir saat olmaktan ziyade insanın bugünkü algısal sistemi açısından oldukça kaotik görünen ve sınırsız derecede karmaşık deneyimleri içermektedir. Söz konusu insanın öznel ve değişken deneyimleri olduğunda, nesnellikten ödün vermeme ilkesi ile hareket eden bilimsel anlayış modelinin, insanın bütününe kapsama ve anlamada da yetersiz kaldığı aşikârdır. Bu sınırlılık, kuantum mekaniğinin bugünkü geldiği nokta açısından da kabul edilir bir gerçeklik arz etmektedir.

Bu sınırlılığın en fazla ortaya çıktığı bilim dallarından biri de psikolojidir; zira söz konusu, gözlenen, anlamlandırılmaya ve ölçümlenmeye çalışılan insanın psişik deneyimleri olunca -tıpkı atom altı parçacıkların hareketlerinde olduğu gibi- gözlemcinin de süreci etkilediği ve birçok parametrenin sürece dahil olduğu bir durum ortaya çıkmaktadır.

Psikoterapideki öznelerarası kuram da terapist-danışan ilişkisinde nesnellik arz eden terapötik bilgi ve tekniklerin ötesinde öznellik ve biriciklik arz eden deneyime ve ilişkiye odaklanılmasının sağaltımda etkin sonuçlar doğuracağını vurgusunu yapmıştır. Bu görüşe paralel olarak Jung (2007) da bir bireyi anlamının en etkili yolunun, ortalama insan hakkındaki tüm bilimsel bilgileri bir yana atıp, tüm teorileri göz ardı ederek tümüyle yeni ve önyargısız bir tavır benimsemekten geçtiğinin vurgusunu yaparak; kuantum mekaniğinin bugünkü geldiği nokta ve geçerliliği ilerleyen yıllarda daha da belirgin bir hal alacağı düşünülen öznelerarası kuram ile çelişmeyecek bir görüşün yıllar öncesinden altını çizmiştir. Bu bağlamda günümüzde psikoterapideki öznelerarası kuram, her ne kadar yeni bir bakış açısıymış gibi görünse de modern psikolojide bu görüşün temelini Carl Gustav Jung tarafından atıldığının yorumunu yapmak mümkün görünmektedir.

Kaynakça

- Arslan, A. (2013). *Felsefeye Giriş*. İstanbul: Adres Yayınları.
- Black, J. ve Crofton, L. (2022). *Bir Solukta Evren ve Dünya Tarihi*. (I. Yıldız, çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Brandchaft, B. (2014). *Özneler Arası Bakış Açısı*. (Ö. Gelbal, çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bilim ve Teknik Dergisi (2020). Sayı: 626. Tubitak Yayınları.
- Bumin, T. (2019). *Tartışılan Modernlik: Descartes ve Spinoza*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Demir, F. ve Borand, G. (2014). *Kuantum Felsefesi*. <https://depo.btu.edu.tr/>.
- Ertangil, T. (2017). *Çağımızın Yanılgıları Üzerine*. İstanbul: Cinius Yayınları.
- Freud, S. (2018). *Psikanaliz Üzerine*. (K. Şipal, çev.). İstanbul: Cem Yayınevi.
- Freud, S. (2006). *Cinsellik Üzerine*. (E. Kapkın, çev.). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Geçtan, E. (2020). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Hawking, W. S. (2013). *Büyük Tasarım*. (S. Övünç, çev.). İstanbul: Doğan Kitap.
- Hawking, W. S. (2013). *Zamanın Kısa Tarihi*. (B. Gönülşen, çev.). İstanbul: Alfa Yayıncılık.
- Hellman, H. (2008). *Büyük Çekişmeler*. (F. Baytok, çev.). İstanbul: Tubitak Yayınları.
- James, T. (2021). *Parçacıksal*. (Y. Konyalı, çev.). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Jung, C. G. (2006). *Analitik Psikoloji*. (E. Gürol, çev.). İstanbul: Payel Yayınları.
- Jung, C. G. (2004). *Eşzamanlılık: Nedensellik Dışı Bağlayıcı Bir İlke*. (L. Özşar, çev.). İstanbul: Biblos Yayınevi.
- Jung, C. G. (2011). *İnsan Ruhuna Yöneliş*. (E. Büyükkinal, çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Jung, C. G. (2007). *Keşfedilmemiş Benlik*. (B. İlhan, çev.). İstanbul: Barış İlhan Yayınları.
- Jung, C. G. (2015). *Rüyalar*. (A. Kayapalı, çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Kaku, M. (2018). *Paralel Dünyalar*. (A. C. Çevik, çev.). İstanbul: ODTÜ Geliştirme Vakfı Yayınları.
- Mctaggart, L. (2009). *Niyet Deneyi*. (S. Malkoç, çev.). İstanbul: Butik Yayınları.
- Meriç, C. (2007). *Sosyoloji Notları ve Konferanslar*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Monnoni, O. (1992). *Freud*. (V. Atayman, çev.). İstanbul: Yeni Alan Yayıncılık.
- Miralles, F. ve Garcia, H. (2017). *İkigai-Japonların Uzun ve Mutlu Yaşam Sırrı*. İstanbul: İndigo Kitap.
- Popüler Science Türkiye Dergisi (2019). Sayı: 85. Çift Yarık Deneyi. Doğan Burda Dergi.
- Purrington, M (2022). *Carl Jung on "Einstein" – Anthology*. <https://carljungdepthpsychologysite.blog/2020/08/22/carl-jung-on-einstein-anthology/#.YkRr2ihBy3A>, Erişim Tarihi: 30.03.2022.
- Özakkaş, T. (2017). *Bütüncül Psikoterapi* (9. Baskı). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Özeren, G. S. (2020). *Terapötik Etkileşim Uygulama Deneyimlerinde Bütüncül Yaklaşım ve Öznelerarasılık*. Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi. Cilt 3/5, s. 113-125.
- Levenson, H. (2013). *Kısa Dinamik Terapi*. (P. Turanlı, çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Revonsuo, A. (2017). *Bilinç Öznelliğinin Bilimi*. (S. Değirmenci, çev.). İstanbul: Küre Yayınları.
- Russell, B. (2019). *Sorgulayan Denemeler* (6. Baskı). (N. Arık, çev.). İstanbul: Farklı Yayınevi.
- Sagan, C. (2019). *Kosmos - Evrenin ve Yaşamın Sırları*. (R. Aşçıoğlu, çev.). İstanbul: Altın Kitaplar.
- Sarton, G. (1995). *Antik Bilim ve Modern Uygarlık*. İstanbul: Gündoğan Yayınları.
- Stolorow, R., Atwood, G. ve Brandchaft, B. (2014). *Öznelerarası Bakış Açısı*. (Ö. Gelbal, çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Şahin, S. (2019). *Paradigmasal Değişimde Kuantum*. İstanbul: Aram Yayınevi.
- Şengör, C. (2014). *Bilgiyle Sohbet*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Schultz, Duane P. ve Schultz, Sydney Ellen (2016). *Modern Psikoloji Tarihi* (6. Baskı). (Y. Aslay, çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.