

Modern Zamanlarda Kaybolan Bağlar, Aşk Etiği ve Yalnız Yaşam Üzerine Sosyolojik Tefekkürler

*Sociological Reflections on Disappearing Connections, Love Ethics and Living
Alone in Modern Times*

Özgür Kaya¹

Öz

Bu makale, araçsal aklın tezahürü olarak deneyimlediğimiz modernliğin ortaya çıkardığı huzursuz insan tasavvurundan hareketle, yitirdiğimiz anlamlı sosyal bağlara, gelenekten moderne değişen aşk etiğine ve yalnız yaşam tercihi üzerine birtakım önemli fikirlere dikkat çekmeyi amaçlar. Dolayısıyla bu yazıda okuyucu, sosyolojik olarak yakın ilişkileri ele alma imkânı, utanma duygusunun toplumsal işlevi, modern zamanlarda romantik aşkın çelişkili yapısı, sosyal medyanın ilişkiler üzerine dramatik etkisi ve en nihayet, yalnız yaşlanma olgusuna ilişkin birtakım ampirik verilerin eşliğinde kuramsal değerlendirmeleri bulacaktır. Bir anlamda temel amaç, küresel çapta gittikçe daha da belirgin hale gelen bir kültürel narsisizm salgınına karşı toplumsal bağlamı dikkate alan çözümler üretmeksizin salt terapötik müdahalenin yetersiz kalacağını vurgulamaktır.

Anahtar Kelimeler: Araçsal Akıl, Kaygı, Sosyal Bağlar, Aşk Etiği, Yalnız Yaşam

¹ Doktora Öğrencisi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji A.B.D., ozgvrkaya@gmail.com,
ORCID numbers: 0000-0002-1719-3895

Bu makale iThenticate sistemi tarafından taranmıştır.

Gönderim Tarihi: 26 Temmuz 2022

Kabul Tarihi: 21 Eylül 2022

Erişim Tarihi: 11 Kasım 2022

Abstract

This article tries to draw attention to the meaningful social ties we have lost due to the restless human imagination revealed by the conformist ideology of instrumental reason, the love ethics that changed from traditional to modern, and some essential ideas on the choice of living alone. Therefore, in this article, the reader will find the opportunity to deal with close sociological relationships, the social function of the feeling of shame, the contradictory structure of romantic love in modern times, the effect of social media on relationships, and finally, the theoretical evaluations with some empirical data on the phenomenon of aging alone. In a sense, the fundamental aim is to emphasize that purely therapeutic intervention will not be sufficient without producing solutions that consider the social context against an epidemic of cultural narcissism that is becoming increasingly evident globally.

Keywords: Instrumental Reason, Anxiety, Social Connections, Love Ethics, Living Alone

1. Giriş

Bir bebek dünyaya geldiğinde, her şeyden önce, yavaş yavaş kendini dış dünyadaki nesnelere ayırmasına imkân veren kendine özgü bir benlik algısı geliştirmek durumundadır. Bu bilişsel kavrayış, yaklaşık 18 aylık bir bebeklik süreci sonunda büyük ölçüde kazanılır. İkinci olarak, mevcut davranış kalıplarını içeren sosyo-kültürel teamülleri; yani içinde doğup büyüdüğü çevrede hangi eylemlerin kabul edilebilir hangilerinin kabul edilemez olduğunu bu gelişim süreci içinde kavrar. Üçüncü olarak, kendi eylemini, söz konusu sosyo-kültürel teamülleri referans almak suretiyle değerlendirmek; hatalarını, eksiklerini tespit etmek durumundadır -ki son kertede bu eyleminin sorumluluğunu üstlenebilsin. Türümüze özgü bu yaşantı silsilesi, aynı zamanda “toplum halinde” birlikte yaşamayı mümkün kılan bir hakikatin de ifadesidir kuşkusuz.² Üyelerinin eylemlerinde neyin “makul” ve neyin “uygunsuz” olduğunun tespit edilmesinde toplum, tarihsel-kültürel bir onaylama/dışlama ilkesine göre belli bir referans çerçevesini işletir. Tam bu noktada, utanma duygusu, herhangi bir eylem sosyo-kültürel teamüllerin dışına taşıp da diğerlerinin nazarında etik açıdan ayıplanması meşru bir konuma düştüğü anda belirlediği için *en temel sosyal duygu* olarak kabul edilir (Scheff, 2000: 92). Başka bir ifadeyle, bir kişi eylemi adına utanmıyorsa, bu, söz konusu eylemin sonuçları bakımından toplumda “meşru” bir yere sahip olduğu; yani kişide herhangi bir hukuksal caydırıcılık veya ahlaki yaptırım baskısıyla pişmanlığın tetiklenmesine gerek olmadığı anlamına gelir. Böylesi bir kamusal küçük düşme tehdidinin kişiyi etik-dışı eylemlerden alıkoyması utanma duygusuna ahlaki bir güç verir ve bu güç, toplumun güven içinde sürdürülmesine önemli bir katkı yapar. Fakat, bu, eylemin mutlak anlamda doğru veya yanlış olduğunu göstermez; yalnızca söz konusu eylemin *toplumun kahir ekseriyeti tarafından doğru veya yanlış olarak algılandığını* gösterir. Zira hangi eylemin utanç verici -hatta damgalayıcı- hangi eylemin makul olduğu, kültürden kültüre farklılık gösterir (Önderman, 2020). Bir kültürde deyim yerindeyse “yer yarılıydı da yerin dibine girseydim” dedirten bir durum, başka bir kültürde kayıtsızlıkla karşılanabilir. Örneğin, toplumumuzda erkeğin ağlaması kadına göre daha utandırıcı olarak karşılık bulurken, buna karşın, kadının “aldatması” erkeğin “çapkınlığına” göre çok daha utandırıcı bir durum olarak kabul görür. Bunun gibi yalancılık, kısırlık, iktidarsızlık, evlilik-dışı gebelik, ihanet, AIDS, eşcinsellik, bekaret, boşanma vb. pek çok olguya toplumların atfettikleri önem ve anlamlar farklı olduğu için faillerin utanma durum ve yoğunlukları da farklı olur.

² Bu anlatım, Talcot Parsons’un (2022) toplumsal eylemin yapısının, Erik H. Erikson’un (2014) insani gelişim evrelerinin ve Anthony Giddens’in (2020) yapılaşma kuramının ana hatları itibarıyla mutabık oldukları nesnel bir gerçekliğin oldukça kısa ve öz bir ifadesidir.

Ayrıca, utanç, toplumsal olduğu kadar son derece insani ve normal bir duygudur. Aksine, patolojik olan, utanılacak eylemler yaparken bile hiçbir şekilde utanç hissetmemektir. Bir toplumun kendini yeniden ve yeniden kurma sürecinde utanç duygusu denetimsel bir işleve sahipse ve bu duygudan giderek yoksunlaşmanın genel bir eğilim olma ihtimalinden şüphe ediliyorsa, araştırmacıların öncelikle, narsisizm, anhedoni, mizantropi, apati (hissizlik/kayıtsızlık) ve dürtüsellik gibi kolektif yaşamı aksatan yatkinlıkların toplumsal durumuna ilişkin düzenli ölçümleri yapmalarında fayda vardır. Zira bu çalışmada araçsal aklın güdümünde inşa edilen modernliğin -ki bununla bireycilik, popüler kültür ve gösterişçi tüketimin tahakkümü kastedilmektedir- bu eğilimlerin yaygınlaşmasını nasıl desteklediğine ve böylece bireylerin ruh sağlığını nasıl tehdit ettiğine işaret eden çok sayıda ampirik veri paylaşılmaktadır. Ayrıca, bu olumsuz yatkinlıkların tırmanma nedeni, kuvvetle muhtemel, bireylerin eylemlerine kılavuzluk edecek olan bir sosyo-kültürel referans çerçevesinin sosyalleşme süreci içinde onların zihinlerinde ya çok cılız kalmış ya da hiçbir yer edinememiş olmasından kaynaklanır. Nitekim eşyanın tabiatı boşluk kabul etmeyeceğinden bireylerin zihinleri başka birtakım dış dinamiklerin belirleyiciliğine açık hale gelir:

İçsel bir sembolik sistemi olmayan insanlar, medyanın çok çabuk kölesi olur. Demogolar tarafından kolayca manipüle edilebilir, eğlendiriciler tarafından pasif duruma getirilerek satacak bir şeyi olan herkes tarafından suiistimal edilebilirler. Televizyona, uyuşturucuya, politik veya dini kurtuluşun göstermelik çağrılarına güveniyorsak bunun nedeni sırtımızı dayayacak çok az şeyimizin olmasıdır, diğer bir deyişle, zihnimizin, yanıtlara sahip olduğunu iddia edenler tarafından ele geçirilmesini engelleyecek çok az iç kuralımız olduğu içindir (Csikszentmihalyi, 2017: 190).

Dolayısıyla narsistik bir dünyada yaşamak, anlam açısından derinliksiz bir dünyada yaşamakla eş anlamlıdır. Böylesi bir dünyada “nitelik olmadığında kurtuluşu nicelikte ararız” (Bauman, 2017: 83). Toplumsal eyleme ilişkin tinsel, dinsel, felsefi veya kültürel açıdan tutarlı bir referans çerçevesi sunmayan modern zamanlarda, sarsılmaz temeller üzerine sürdürülebilir ilişkiler inşa etmek ne kadar mümkündür? Kendi kültürümüzden örnek vermek gerekirse “70’lerde aşk demek biraz da mektup demektir. Aşklar mektupla başlar, mektupla alevlenir ve yine mektupla biterdi” (Tunç, 2018: 446). Sevgiliye plak hediye etmek çarpıcı bir jestti. 80’lerde açık hava sineması ve muhallebiciler romantik aşkı simgeliyordu. 90’lara gelindiğinde, sevgilinin ev telefonunu aramak, telefonu kimin açacağı bilinmediğinden ciddi cesaret gerektiren bir işti ve ayrıca, özenle seçilmiş aşk şarkılarından “doldurulmuş kasetler” sevgiliye bu dönemde hediye edilirdi. Oysa 21. yüzyılın narsist insanı, *nasıl seveceğine* henüz karar verebilmiş görünmemektedir. Zira geç modern toplumlarda yabancılaşma sadece “işin aşkla yapıldığı” bir dönemin sonuna değil; aynı zamanda “aşkın iş gibi yapıldığı” mekanik bir

dönemin başlangıcına da işaret eder. İşte bu çalışma, söz konusu problemin muhtemel neden ve sonuçları üzerine düşünmeye dair mütevazı bir davet olarak görülmelidir.

2. Araçsal Akıl ve Huzursuz İnsan

Homo Faber [alet yapmaya muktedir-teknik insan] ifadesi, türümüzü tarih boyunca yaşamış tüm öteki canlılardan ayıran bir bilinçli farkındalığın en yüksek tezahürü olarak amaca yönelik araçlar üretme kapasitesini vurgulayan edebi bir metafordur. İlk kez Hannah Arendt ve Max Scheler'in çalışmalarında görünür olan ifade, aynı zamanda İsviçreli yazar Max Frisch'in 1957 yılında yayınlanan romanının da adıdır. Söz konusu roman; duygusallığa, mistisizme, şans veya kadere karşı salt matematiksel olasılıklar ve teknik bir rasyonellikle yaşamına mutlak biçimde hükmedebileceğine yürekten inanmış Walter Faber isimli baş karakterin hayatını konu alır. Bu kurguda Walter'ın başına gelen birtakım talihsiz olaylar, şok edici varoluşsal deneyimlerle bunlara bağlı gelişen paradoksal anlamlandırma krizlerinin onun pozitivist kimliğini yansıtan belirlenimci mantığını nasıl derinden sarstığı üzerinde durulur (Frisch, 2019). Bugün içinde yaşadığımız dünya Walter Faber karakterinin niçin bu şekilde kurgulandığını anlamamıza fazlasıyla yetecek kadar teknik araçlarla kuşatılmış durumdadır. Zira *Homo Faber*, ateşin kullanımı, tekerlekler, taş baltalar, mızraklar, oklar, su ve yemek kapları, vb. doğayı etkin biçimde kontrol etmesinde ve böylece hayatta kalmasında etkili olan öncü aletleri yapmayı öğrendiği eski çağlardan 19. yüzyılın ortalarına dek oldukça uzun bir yol kat etti.³ Ancak her ne kadar bu yol uzun soluklu olsa da Tarım Devrimi'nden sonra ortaya atılan tekno-bilimsel yenilikler toplumların üretim ilişkilerini, tüketim ve dağıtım alışkanlıklarını Sanayi Devrimi kadar kökten biçimde dönüştürmemiştir kuşkusuz. Zira Sanayi Devrimiyle birlikte

tüm sabit, yerleşik ilişkiler kadim ve saygı duyulan kanaat ve önyargılarla birlikte süpürülüp atılır, yeni şekillenen tüm ilişkilerse daha kemikleşmeden köhneleşir. Katı olan her şey buhar olup havaya karışır, kutsal olan her şey dünyevileşir ve sonunda insan, gerçek yaşam koşullarıyla ve kendi türüyle olan ilişkileriyle yüzleşmeye mecbur kalır (Marx ve Engels, 2007: 12).

Sanayi Devrimi, *Homo Faber*'den *Homo Economicus*⁴a doğru bir atılım noktasını temsil eder. Bu dönemde araçsallık kavramı, yaşam konforu sağlayan araçlar yapmanın ötesine geçer; *başka insanların etkin biçimde kullanılmasına* yönelik 'kurnaz ve hesapçı' bir mantığın yoğun

³ *Homo Faber*'in bu üretken/yaratıcı potansiyeline dayalı kendini gerçekleştirme biçimlerinin tarihsel izlerini süren kapsamlı bir anti-pozitivist analiz için bilhassa bkz. Bergson, H. (2017). *Yaratıcı Tekâmül*. (M. Ş. Tunç, Çev.). Dergâh Yayınları.

⁴ Bir konuda karar alırken bireylerin kendi çıkarlarını azami düzeyde karşılamak için sonsuz akılcılık kapasitesine sahip öznel olduklarına vurgu yapan bir kavram. Kavramın kökeni John Stuart Mill'in 1800'lerin ortalarında yayımlanan politik ekonomi yazılarına dayanmaktadır.

biçimde işletilmesini de içerir artık. Frankfurt Okulu düşünürlerinin Weberci karamsarlığı yeniden formüle etmek suretiyle eleştirilerinin merkezine aldıkları bu araçsal akıl formu hem doğanın hem de insan ilişkilerinin manipüle edilip tahakküm biçimlerinin kurumsallaştırılmasına yönelik verili bir amaca ulaşmak için en etkili aracı -ki bu başka bir insan olsa bile- seçme kapasitesi olarak özetlenebilir: “Araçsal akıl, dünyaya ve kuşkusuz başka insanlara, onları nasıl sömürebileceğimiz temelinde bakmakta, olgu ile değeri birbirinden ayırmakta ve değerleri, bilgi ve yaşam açısından önemsiz bir role indirgemektedir. Bu düşünce tarzı sanayi toplumunun tipik bir özelliğidir” (Marshall, 2020: 180).

Aydınlanmanın Diyalektiği'nde Adorno ve Horkheimer ilk olarak toplumsal yaşamdan mitleri kovma iddiasıyla ortaya çıkan Aydınlanmanın, insanın özgürlüğü ve mutluluğuna ilişkin nihai ereğine ihanet etmek suretiyle sonunda kendisini totaliter bir mite dönüştürdüğünü öne sürerler. Çünkü onlara göre, “akıl kendisi her şeyi kuşatan iktisat aygıtının yardımcısına dönüşmüştür. Akıl katı amaçları doğrultusunda tüm diğer araçları üretmeye uygun, maddi üretimdeki kesin hesaplanmış uğraş kadar melun, genelgeçer bir araç işlevi görür” (Adorno ve Horkheimer, 2010: 52). Araçsal aklın azami kullanımı (bürokratik devlet, kapitalist ekonomi ve teknolojik toplum gibi) tek biçimci ve her şeyi nicelleştiren bir modernliği dayattığı için, eleştirel teorisyenler bu tür bir insanlık durumunun nesneleştirici yapısını ifşa etmek amacıyla iki akıl formunu karşıt cephelelere yerleştirirler: “Tek amacı üretim için üretim, birikim için birikim, para için para olan, bütünüyle biçimsel ve araçsal rasyonelleşme – *Zweckrationalitat* ile ‘şeylerin doğal hali’yle alakalı olan kişilerin mutluluğu, onların maddi ihtiyaçlarının tatmini anlamında, bir değerle ilişkilenen rasyonelleşme – *Wertrationalitat*” (Löwy, 2018: 44).

Bununla birlikte, eleştirel kuramcılar, Aydınlanma modernliğini mahkûm ederken sosyal sisteme egemen olan yönetsel konumdaki güçlerin ideolojik manipülasyonunu, ortaya attıkları *kültür endüstrisi* kavramıyla çözümlenmeye çalışırlar. Önemli bir husus, bu kavramda esas vurguyu endüstri sözcüğünün değil, kültür sözcüğünün taşımasıdır. Zira “tüm kültür endüstrisi pratiği, kar güdüsünü dolaysız olarak kültürel formlara aktarır” (Adorno, 2005: 77). Adorno ve Horkheimer’in başarısı, Birleşik Devletler’de geç kapitalizmin koşulları altında yaşarken araçsal aklı fazlaca öne çıkaran liberal modernliğin çok daha şeyleşmiş (popüler) bir kültürü üreteceğini öngörmeleri olmuştur kuşkusuz. Özellikle de Adorno, Benjamin’in sanat eserlerinin teknik çoğaltım olanaklarıyla metalaştırılmasına yönelik eleştirisinden de yararlanmak suretiyle, edebiyat, film ve müziğin kitlesel üretimindeki sahicilik kaybına dikkati çeker; buradan hareketle, yüksek kültür ve popüler kültürün -her ikisinin de aleyhine olacak biçimde- iç içe geçtiğini vurgular (Adorno, 2005). Bununla birlikte, araçsal akılla inşa edilen tahakküm

biçimlerinin toplum tarafından içselleştirilme başarısı, kültür endüstrisinin kitle iletişim araçları üzerinden konformist bireyler üretme kapasitesiyle ilişkilendirilir. Adorno'ya (2005: 81) göre kültür endüstrisi bireylere “şöyle der: Neye uyacağınız belirtilmemiş olsa dahi uyacaksınız; gücüne ve her an her yerdeliğine bir refleks olarak, herkesin, öyle ya da böyle düşündüğü şeye, öyle ya da böyle varolana uyum sağlayacaksınız. Kültür endüstrisinin ideolojisi o kadar güçlüdür ki, bilincin yerini konformizm almıştır.”

Eleştirel kuramcılarının araçsal akılla tezahür eden bu tekelci kapitalizme dönük erken dönem çözümleme ve eleştirileri, teknolojik yeniliklerin sonraki toplumsal dönüşümler üzerindeki etkisinin habercisi olması bakımından önemlidir. Nasıl ki 19. yüzyılın son çeyreğinde başlayan Sanayi Devrimi kültürün şeyleşmesine -ya da Marx'ın dediği gibi katı olan her şeyin buharlaşmasına- yol açıyorsa, 20. yüzyılın son çeyreğinde internet tabanlı teknolojilerin tetiklediği Dijital Devrim de bu şeylerin (ilişkilerin) sanallaşmasında etkili olmuştur. Günümüz insanı, elektrikli diş fırçaları, robot süpürgeler, dijital fotoğraf makineleri, kişisel sağlık bilgilerini kaydeden kol saatlerinden, anlık bankacılık işlemleri, GPS konum ve ziyaret bilgileri, çevrimiçi toplantılar, anlık randevulaşmalara kadar zahmetsiz birkaç dokunuşla işlem yapmasını sağlayan daha pek çok konfor aracını dünyanın hemen her yerinde üretme, tüketme ve dağıtmaya muktedir bir *Homo Digitalis* haline gelmiştir artık. Bugünün dünyasında neredeyse her iki ayda bir internete bağlanmak suretiyle “akıllandırılan” yeni bir nesne tüketici piyasasındaki yerini almaktadır. Üstelik, günlük yaşamdaki zaman-mekân ilişkisini kökten biçimde dönüştüren ve böylece zaman ve enerjiyi total biçimde planlamaya imkân veren tüm bu araçların koordinasyonu, sadece parmak ucundaki yegâne merkezden yürütülebilmektedir: “Akıllı” cep telefonları. Ne Adorno ne de Horkheimer kültür endüstrisinin geldiği bu son aşamayı görebildi. Fakat kültür endüstrisi, dijital dünyada da onların öngörülleri doğrultusunda katlanarak işlemeye devam etmektedir. Bilhassa da Adorno'nun şu ifadeleri sosyal medya dünyasına ve bu dünyada şöhret olma peşindekilere işaret etmek için yazılmış gibidir: “Kültür endüstrisinin işleyiş yöntemleri ve içeriği insani olmaktan ne kadar uzaklaşırsa, o kadar gayretli ve başarılı bir şekilde, sözde yüce kişilikleri yaygınlaştırır ve başarıyla iş görür” (Adorno, 2005: 78).

Araçsal aklın ürünü olarak ortaya çıkan tüm bu teknik gelişmeler ve tüketim odaklı kültürel üretimler piyasası gözetildiğinde çağdaş insanın ruhsal açıdan huzurlu ve mutlu olması mümkün müdür?

Kapitalist modernleşme ‘başarı’ ve ‘rekabet’ unsurları üzerinden işleyen araçsal akılcı bir sürecin tezahürü olduğu için insan ilişkilerinde şeyleşmenin tırmanması kaçınılmaz olmaktadır.

Zira mutluluğu maddi olanakların sahipliğine ve sürekli yenilenmesine dayandıran modern toplum, bireyleri, daha büyük bir ev, daha prestijli bir meslek, daha dolgun bir maaş, daha şık elbiseler, kadınlar için daha ince ve erkekler için daha kaslı bedenler, daha fazla şöhret gibi statü ve ödül simgeleri üzerinden birbirleriyle kıyasıya mücadeleye sevk eder. Oysa modernleşme sürecine içkin olan araçsal akıl, gerçekte sadece üretilen mal ve hizmetlerin satış hacmini yükseltmeye yönelik nicel mantığın ötesine nadiren geçer.⁵

Avcı-toplayıcı ve geleneksel tarım toplumlarından farklı olarak, çağdaş sınıflı toplumlarda mesele, doğa koşullarına karşı “hayatta kalma” mücadelesinin ötesine taşınır; toplumsal hiyerarşinin üst sınıflarına doğru, görece “daha iyi yaşama” ilişkin bir konfor rekabetini besler. Özellikle 1945-sonrası teknolojik gelişmelerle birlikte yükselen (Batılı) refah toplumlarının lüks ve konforlu yaşam olanakları, Marcuse’ye göre kitleleri apolitik kılma işlevi gören *sahte gereksinimlerden* başka bir şey değildir: “Rahatlamaya, eğlenmeye, reklamlar doğrultusunda tüketmeye ve davranmaya, başkalarının sevdiği ve nefret ettiği şeyleri sevmeye ve nefret etmeye ilişkin hâkim gereksinimlerin çoğu bu sahte gereksinimler kategorisine aittir” (Marcuse, 2002:7). Benzer şekilde, eleştirel teorinin son temsilcisi Jürgen Habermas’a göre de bu durum, paranın (ekonomi) ve gücün (siyaset) araçsal akıl yardımıyla yönettiği sistemin, içerisinde bireylerin kültür, kimlik ve kişilik oluşum süreçlerinin işlediği yaşam dünyalarını sömürgeleştirmesinin sonucunda ortaya çıkmıştır (Habermas, 2001: 359). Habermas için “bilgi, çıkarlarla bağlıydı; bilim ve teknoloji giderek üretim ve idarenin denetimine girmişti; toplumsal bilinç teknokratik bir hal almış ve araçsal akla dayalı bir yapıya sahip olmuştu” (Swingewood, 2014: 314). Dolayısıyla içinde yaşadığımız modern toplumlarda sadece satın almak için üretilen bolca sahte gereksinimler yeniden ve yeniden bireylerin tüketimine sunulur. Dahası, “pazarlamacılar bunlara sahip olduğumuzda daha iyi hissedeceğimizi söylemekte ustadır, banka ve finans kuruluşları da bunları alabilmemiz için bize borç ve kredi vermeye hazırdır. Ne yazık ki istenen nesne elde edildiğinde içimizdeki boşluk dolmaz” (Durvasula, 2021: 93). Materyal olan ile tinsel olan arasında bocalayan bireyler, rekabet ve başarı tanımlı çağdaş yaşamlarında stres ve huzursuzluğun yeni biçimleriyle karşı karşıya kaldıkları içindir ki, “psikiyatristlerin bekleme odaları kırklı ve ellili yaşlarında lüks evleri, pahalı arabaları ve hatta iyi bir üniversite eğitiminin bile huzur getirmediğini birdenbire anlayan zengin ve başarılı hastalarla doludur” (Csikszentmihaly, 2017: 76). İronik olan ise, 1950’lerde bu çelişkinin ilk

⁵ Bu arada Alexis de Tocqueville Amerika seyahatini kaleme aldığı eserinin *Amerikalılar Rahat Koşullar İçinde Neden Böylesine Kaygılılar?* başlıklı kısmında söz konusu maddi konfor yarışının modern insanı nasıl huzursuz ettiğine ilişkin gözlemlerini paylaşan ilk araştırmacılardan. Bkz. Tocqueville, A. D. (2016). *Amerika’da Demokrasi*. (S.S. Özdemir, Çev.). İletişim Yayınları.

farkına varanlardan birinin “pazarlamacı” psikolog Ernest Dichter olmasıdır. Zira Dichter, maddi açıdan konforlu bir yaşam ile vicdani açıdan rahat bir tüketim alışkanlığı arasında konsensüs sağlamak adına bir “ahlaki meşruiyetin” icat edilmesine bizzat öncülük etmiştir:

Bugün ortalama bir Amerikalıya flört ederken, para harcarken, hatta harcamazken, yılda iki kez seyahat ederken, ikinci ya da üçüncü arabayı alırken ahlaklı hissettirmek için izin verme problemiyle karşı karşıyayız. Bu refahın temel sorunlarından biri insanlara ona sahip olmanın haklı gerekçesini ve onayını vermek; yaşamına hazcı yaklaşımının ahlaksız değil, ahlaklı olduğunu göstermektir. Tüketiciye verilen bu kendi yaşamından özgürce keyif alma izni, ona haz veren ve yaşamını zenginleştiren ürünlerle kuşatılmasının ahlaki açıdan doğru olduğuna ilişkin bu kanıt, her reklam gösterimi ve satış geliştirme planının merkezi temalarından biri olmalıdır (Akt. Packard, 2007: 237-238).

Bu durum, tüketimin sağladığı konfor ile dingin bir ruh halinin tamamıyla karşıt cephelerde yer aldıkları anlamına gelmemektedir kuşkusuz. Buradaki mesele, toplumsal dayanışmanın altın standardı olan diğerkâmlık ilkesinin, modern toplumun hemen her veçhesinde işletilen araçsal akılcı mantık nedeniyle giderek yerini “narsistik bir kültüre” bırakmasıdır. Özellikle de son kırk yılda “etik sorunlar birer duygusal sağlık meselesi haline” dönüşmeye başlamıştır (Keyes, 2019: 150). Başka bir ifadeyle, Andre Comte-Sponville’in (2012) *kapitalizm ahlaki midir?* diye sorması ile Erich Fromm’un (2005) *kapitalizm ruhsal açıdan sağlıklı mıdır?* diye sorması bireylerin pratik yaşamlarında karşılaştıkları sosyal problemler açısından bir noktada birleşmiş görünmektedir. Fakat bir nüans; meselenin ahlaki zeminde ele alınması her zaman için ölçümü zor öznelci algıyı olgu gibi kabul görme riskini taşıırken, ruh sağlığı zemininde ele alınması çok daha ölçülebilir nesnel bir perspektifi destekler. Yine de çoğu durumda -bilhassa da ruh sağlığı terminolojisiyle söylem üretirken- bu iki zeminin mutlak sınırlarla ayrılmadığını da belirtmekte fayda vardır.⁶

Bugün insanoğlu her işini yapabilen nesnelere üretebiliyorsa, serbest zamanlarda can sıkıntısıyla huzursuz olmaktan başka ne yapmaktadır? Gerçekten de kendine özgü habitatında yaşayan başka hiçbir canlıda can sıkıntısına bağlı böylesi bir huzursuzluk görülmez. Zira doğadaki tüm öteki canlılar hayatta kalmak için (barınma, beslenme, üreme vb.) temel ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmakla o kadar meşguldür ki can sıkıntısıyla huzursuz olma lüksüne hiçbir zaman sahip olamazlar. Marinoff’a kulak vermek gerekirse:

⁶ Ayrıca, bu konuda Nurdan Gürbilek’in toplumsal sorunlara yaklaşırken tıbbi terminolojinin meşrulaştırıcı bir işlevi yerine getirmek üzere araçsal kullanımına ilişkin bir örneğe (12 Eylül 1980 darbesine) dikkati çektiği *Vitrinde Yaşamak* kitabının *İktidarın Sağlığı* adlı bölümüne bkz. Gürbilek, N. (2001). *Vitrinde Yaşamak*. Metis Yayınları.

Hayvanlar çevreleri üzerinde insanlardan daha az kontrol gücüne sahip olduğundan, gündelik hayatta daha fazla tehlikeyle karşılaşır. Biz düşünerek ve mücadele ederek kendimizi görece rahat bir yola koyduğumuzdan, gelişmiş ülkelerdeki çoğu insan için hayat yeterli gıdanın peşinde uzun uğraşlardan ibaret değildir. Ancak ihtiyaç duyduğunuz şeye sahip olmak daha da tehlikelidir. Amacınız maddi şeylere sahip olmaksızın ve bu amaca ulaşırsanız, tırmanacak başka dağ kalmadığını görerek moraliniz bozulabilir. Büyük İskender söylentilere göre önünde fethedilecek başka yer kalmadığı için ağlamıştı (Marinoff, 2015: 291).

O halde, çağdaş *Homo Economicus* 'un ve konforunu pekiştirmek için -kendine yabancılaşma pahasına- araçsallaştırma patikalarını izleyerek son kertede kendini yeni bir insanlık durumuna; “Homo Anxius” a [endişeli insan] dönüştürdüğü öne sürülemez mi? Zira endüstriyel toplum için Veblen'in betimlediği türden yalnızca burjuva sınıfına özgü bir aylıklığın, nesnelere interneti çağında toplumun geniş kesimlerine yayılması, toplumsal yaşamda başka ne gibi bir sonuç doğurabilirdi? Günlük yaşamın yönetsel işlerinin dışındaki serbest zamanın artmasıyla insanın zihinsel ve bedensel açıdan büyük ölçüde esenlikli bir yaşam sürdürüyor olması gerekmez miydi? Durum buysa, kafalarımız ve hayatlarımız neden hala bu denli meşgul? Ya da neden çağdaş insan hiçbir şeye zaman yetirememekten şikâyet ederek “etkili zaman yönetimi” seminerlerine katılmaktadır? Açıktır ki, insanoğlu, araçsal aklın güdümünde günlük yaşamın koordinasyonunu nesnelere internetine emanet etmekle bir kez daha Aydınlanmacı özgürlük ve mutluluk vaatlerinin yerle bir edilmesine katılır. Zira günlük yaşamın her bir veçhesini teknolojik araçlarla donatmak, insanın maddi dünya karşısındaki anlamlandırma istencine yalnızca palyatif bir tatmin biçimi sunar. Tabiri caizse, bu, susuzluğu gidermek için deniz suyu tüketmeye benzerdir; tuzlu su tüketirseniz susuzluğunuz daha çok artacak ve nihayetinde sağlığınız bozulacaktır. Araçsal akılcı mantığın çalışma prensibi de bu şekilde işler; yaşamın olağan akışını sekteye uğratan zorlukları kısa vadede semptomatik olarak yatıştırırsa bile dingin ve esenlikli bir yaşam için gerekli terapötik manayı üretmekten çok uzaktır. Böylesi bir mantıkla inşa edilen modernliğin koşulları altında yaşayan insanlar olarak; “olabileceğimizle o anda olduğumuz arasındaki aşılabilir mesafenin doğurduğu sonu gelmez bir endişe yakamızı bırakmaz haldedir artık” (De Botton, 2021: 74). En nihayet, modernliğin savaş, tüketim, kâr, sekülerlik gibi aşırılıklarının kuşatması altındaki bireyler, dışsal-nesnel gerçekler ile içsel-öznel beklentileri arasındaki mesafe asimetric biçimde açıldığı için *hastalanırlar*. İyi ama çağdaş insanın endişe ve huzursuzluğun pençesinde kıvrandığı nasıl anlaşılır? Bunun için modern insanın anlam çığılığını muazzam bir kâr sağlama fırsatına çeviren iki ticari eğilimdeki yükselişe bakmak gerekmektedir: Antidepresan kullanımları ve Yeni Çağ maneviyatçılığı.

Ülkemizde 2003 yılında 14,24 milyon kutu antidepresan satılırken, bu sayısı 2012 yılı sonunda %162'lik bir artışla 37,35 milyon kutuya, 2015'te 43,5 milyon kutuya ve 2018 yılı itibariyle de 55 milyona ulaşmıştır (Yalçın, 2019:190). Ayrıca, Sağlık Bakanlığı tarafından yayınlanan *Sağlık İstatistikleri Yıllığı (2019)* raporunda yer alan *1000 Kişiye Düşen Günlük Antidepresan İlaç (ATC-N06A) Tüketim Miktarının Uluslararası Karşılaştırması* tablosu antidepresan tüketimindeki muazzam artışa rağmen hala OECD ülkelerinin gerisinde olduğumuzu göstermektedir. Bu da, şüphesiz ülkelerin modernleşme dereceleri ile ruh sağlığı yapıları arasındaki ters orantıya işaret etmesi bakımından ilginç bir veri olarak karşımıza çıkmaktadır.⁷ Ayrıca, Amerikalı Gallup araştırma firmasının her yıl 122 ülkede gerçekleştirdiği *Gallup Küresel Duygular*⁸ araştırma verileri 2006-2021 yılları arasında küresel mutsuzluğun istikrarlı bir biçimde artma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Araştırma raporunda; En Yüksek ve En Düşük Olumlu Deneyimler ile En Yüksek ve En Düşük Olumsuz Deneyimler şeklinde 4 farklı sıralama verileri sunulmaktadır. Geçen yıla kıyasla Türkiye, *En Düşük Olumlu Deneyimler* listesinde 46 puandan 42 puana (10. sıradan 12.sıraya) gerilemiş; *En Yüksek Olumsuz Deneyimler*'de 2021 yılında listede yer almazken, 2022 yılı itibariyle 46 puanla 6. sıradan listeye giriş yapmıştır. Üstelik, bu ülkelerin, her yıl antidepresan kullanımındaki küresel artışa rağmen *en az gülen, en stresli ve en öfkeli* ülkeler olarak bulgulandıkları da göz ardı edilmemelidir.

Tablo 1. Gallup Global Emotions 2022



Tüm bu veriler gözetildiğinde *Kaybolan Bağlar*'ın yazarı Johann Hari'nin depresyonun hakiki nedenlerini, yitirdiğimiz toplumsal hasletlerin bir sonucu olarak okuması oldukça manidardır:

⁷ Ayrıntılı rapor için bkz. <https://www.saglik.gov.tr/TR,84966/saglik-istatistikleri-yilligi-2019-yayinlanmistir.html> (11.05.2022).

⁸ 2022 araştırmasının ayrıntılı raporuna www.gallup.com adresine ücretsiz üyelikten sonra ulaşabilirsiniz.

“Depresyon ve kaygının bu kadar yükselişte olmasının öncelikli sebebi kafamızın içinde değildi. Ben bu sebebin büyük ölçüde etrafımızdaki dünyada ve o dünyada nasıl yaşadığımızda yattığını keşfettim” (Hari, 2019: 25-26). Sayısız bilimsel araştırmaya ve farklı uzman görüşüne başvurduktan sonra depresyon ve kaygının *beyindeki kimyasal bir arızadan kaynaklandığına dair yerleşik miti*⁹ sorgulama cesaretini gösteren Hari, -tıpkı Durkheim’ın intihar olgusuna ilişkin sosyolojik tutumuna benzer bir yaklaşımla- pek çok kimsenin gerçekte birtakım sosyal kırılmalardan mustarip olduğunu ve insanlara etkisi tartışmalı ilaçları yüklemenin çözüm olmadığını savunur. Başka bir ifadeyle, ona göre, *değer-odaklı* değil de *hedef-odaklı* şekilde yapılandırılmış modernliğin koşulları içindeki birey, 1) belli bir fark yaratmak suretiyle kendini gerçekleştirmesine imkan sağlayacak anlamlı ve doyumlu bir *çalışma hayatından* yoksundur; 2) öteki insanlarla etkileşimlerinde *içten ve sahici bir iletişim* kurmaktan uzaklaşmıştır; 3) derin anlamlı değerlerden uzaklaşıp aldatici bir *materyal konfora* teslim olmuştur; 4) acı verici *çocukluk travmalarıyla* yüzleşme konusunda aşırı kırılğan ve gönülsüz haldedir; 5) sahte ihtiyaçlar, yüksek başarı ve yaşam standardı beklentileri onun *çıplak statüsünü ve saygınlığını* tehdit etmektedir; 6) gitgide daha fazla *doğadan* kopmuş ve 7) umutlu ya da güvenilir bir *gelecek tasavvur edemez* hale gelmiştir. Tüm sorunların sorumlusu ilan edilen 8) genlerin ve beyindeki kimyasal değişimlerin gerçekteki rolüye sanılanın aksine çok azdır ve sahici bir iyileşmenin gerçekleşmesi, ancak bu sosyo-kültürel eğilimlerin tersine çevrilmesiyle mümkün olabilir (Hari, 2019: 77-176).

İkinci olarak, maddi olanakları artırmak için kıt kaynaklardan daha fazla pay alma rekabetine dayalı modernlik deneyimi, çağdaş insanın ontolojik kaygısını alabildiğine kısıktığı için, günümüz kentli-seküler bireyciliği ile kolektif din arasındaki uzlaşsızlığın doğurduğu anlam boşluklarına bağlı gelişen huzursuzluktan en çok Yeni Çağ (*New Age*) maneviyatçılıkları faydalanmaktadır.¹⁰ Zira “hayat anlamlarının ticareti, piyasaların en rekabetçisidir, ama bu piyasada satışa sunulan metaların ‘marjinal fayda’sının azalma ve rekabetçi arza yol açan talebin tükenme ihtimali yoktur” (Bauman, 2011: 13). “New Age” ifadesi, 1980’lerden itibaren ilkin Kuzey Amerika’da beliren; maddi-manevi dünyalar arası kanal olma (*channelling*), taş ve kristallerle biyoenerji, reiki, reenkarnasyon, renklerin enerjisi, numeroloji, astrolojik ve kozmik okültizme dayalı ezoterik şifacılık furyasına işaret etmek için kullanılmaktadır. Bunlar, bilhassa da metropollerde her gün kıt kaynaklardan pay alabilmek için kıyasıya rekabet eden anonim

⁹ Söz konusu mitin nasıl üretilip bir hakikat gibi topluma sunulduğunu gösteren karşı bir görüş için bkz. Moncrieff, J. (2017). *İlaçla Tedavi Efsanesi: Psikiyatrik İlaç Kullanımına Eleştirel Bir Bakış*. (T. Alıcı, Çev.). Metis Yayınları.

¹⁰ Bu konuda ülkemizde yapılmış kapsamlı ve güncel bir araştırma için bkz. Cengiz, K., Küçükural, Ö., Gür, H. (2021). *Türkiye’de Spiritüel Arayışlar*. İletişim Yayınları.

kalabalıklara, dingin ve tazeleyici bir nefes vaadiyle ortaya çıkmışlardır.¹¹ Genelde Uzak Doğu'dan ihraç edilen ve bireylere, kişisel ihtiyaç ve beklentilerine göre ekleme/çıkarma imkânı da sunan bu seküler teslimiyet biçimleri; ibadet, emir ve yasaklara itaat, ahirette hesap verme vb. tek tanrılı dinlerin kolektif niteliklerine sahip değillerdir. Dolayısıyla da serbest pazarın akışkan koşullarına daha kolay ve hızlıca uyarlanabilmelerinde bu seküler, kişiselleştirilebilir ve şimdi/burada etkili olma özelliklerinin hatırı sayılır payı olduğu düşünülmektedir (Niedzviecki, 2011: 62-76). Sonuç olarak, bu iki örnek olay, sosyal ilişkilerin kalitesindeki *tinsel derinlik, güvenilirlik ve sahicilik* gibi niteliklerin erozyonuna ilişkin bir şeyler söylediği için kıymetlidir kuşkusuz. Başka bir ifadeyle, niceliğin niteliğe tahakküm kurmasını kolaylaştıran araçsal aklın toplumsal kullanımları, yaşamı şekillendiren günlük olayların kamusal değil de kişisel algılanmasını (*privatism*), bu olaylara karşı kayıtsızlığı, rastlantısal, dürtüsel ve pragmatik tavır alışları normalleştirerek zamanın ruhunu tayin etmektedir.

Buraya kadar çerçevesi çizilen (makro) nesneleştirici eğilimler sosyal ilişkilerde sorunlar yaratacak anomik davranış kalıpları için mükemmel bir üreme alanı sağlamaktadır. Bu eğilimlerin bireylerin (mikro) günlük yaşamlarındaki sosyal ilişki kalitesini nasıl etkilediğini göstermek için, takip eden bölümlerde sosyolojik analizin merceği, a) duygusal karakteri gereği araçsallaştırma kapasitesinin en az işlevsel olması beklenen romantik ilişkilerin kurulma biçimlerine, b) toplumsal ruh sağlığını tehdit eden narsistik eğilimin -yayılmasında katalizör görevi gören sosyal medya ile birlikte- söz konusu romantik ilişkiler üzerine etkisine ve c) son olarak da, anlamsal derinlik, güvenilirlik ve sahicilik açısından köksüzleşmiş bu ilişkiler dolayısıyla yakın gelecekte ülkemizde de artması muhtemel yalnız yaşlanma olgusuna odaklanacaktır.

3. Yakın İlişkilerde Aşk Etiği

Aşk etiği nedir? Aşk etiği, kısaca romantik ilişkileri *nasıl anladığımıza ve yaşadığımıza ilişkin* bir ifadedir. Bir kimsenin benimsediği aşk etiği anlayışı, toplumsal sınıf, statü ve cinsiyet konumu, tarihsel-kültürel anlamda verili bilgi seti ve alışkanlıkları ile parasal-siyasal güce sahip olup olmama gibi sosyolojik unsurlardan etkilenir. Başka bir ifadeyle, bir kimsenin çocukluktan itibaren içselleştirmeye başladığı kendi toplumsal koordinatlarına ilişkin algısı, aşkın inşasında ve/ya eş seçiminde sosyal aktöre bilinçli veya bilinçdışı “sufleler” olarak hangi güzergahları

¹¹ Bu konuda yapılmış bir diğer kapsamlı çalışma için bkz. Arslan M. (2006). *Değişim Sürecinde Yeni Dindarlık Formları: “Yeni Çağ” İnanışları Örneği*. Değer Eğitimi Dergisi. 4 (11), 9-25.

kullanabileceğine ilişkin bir şeyler fısıldayan bir çeşit *duygusal habitus* olarak işlev görür. Kültürel kimlik ve kişiliğin gelişim süreçlerinde bireyler sosyal yaşantılarını araçsal akılcı bir mantıkla düzenlemeyi özümstediklerinde özel yaşamlarını bunun dışında tutmaları pek de mümkün değildir. İster evlilik, isterse de adı konmamış bir ilişki biçimi olsun, bir “hesapçı akıl” ile bir “katışksız aşk”, romantik ittifak ruhunu zedelemeksizin nasıl bir arada bulunabilirler? Örneğin, bu durum en iyi, taraflar arası evlilik sözleşmesine ilişkin kafa karışıklığında gösterir kendini: Evlilik için güven faktörü, olmazsa olmazdır ve şüphesiz kimse boşanmak için evlenmez. “Olur da boşanırsam” mantığıyla mal rejimine ilişkin tedbir alma ihtiyacı beraberliğin sürdürülmesi için gerekli güveni derinden sarsar. Burada hesapçı akıl ile saf sevgi diyalektiği -adeta Russell paradokslarını anımsatırcasına- bir açmaz girer. İlişkilerdeki sorunların en temel nedenlerinden biri, hesapçı akıl ve saf sevgiden birini diğerine indirgemek suretiyle bir çözüm üretmeye çalışmaktır. Ancak çoğu kez bu indirgeyici yaklaşım da etkili bir çözüm olmamaktadır. Zira “kim iki cins arasındaki ilişkileri sadece gördükleri şeymiş gibi; cinsiyetler arasında kurulan cinsellik, şefkat, evlilik, ebeveynlik vs. temalı bir ilişki olarak görürse, onların böyle, ama aynı zamanda diğer şeyler olduğunu da; iş, meslek, eşitsizlik, politika, ekonomi, gözden kaçırmış olur” (Beck, 2012: 32). Demek ki meselenin özü, hesapçı akıl ve katışksız sevgi arasında görece bir dengeye (*homeostasis*) ulaşmak için daha incelikli yolların nasıl inşa edilebileceğiyle ilgilidir.

Bununla birlikte, ikili ilişkiler tarihinde romantik aşkın ortaya çıkışı modernlik öncesine gitmemektedir. Aşağıda gösterileceği üzere, Bourdieu’nun çalışması, kırsal toplumun aile olma/yuva kurma anlayışını aşk duygusundan daha fazla etkileyen çok sayıdaki faktör üzerinde durması bakımından önemlidir.

3.1. Toplumsal Sınıf, Kültür ve İktidar Bağlamında Aşk Etiği

Toplum denilen birimin Maslow’un ihtiyaçlar hiyerarşisine göre bölümlenmesi, hayat oyununun en gerçekçi ve temel kurallarından birini ortaya koymaktadır: Toplumun bir kısmı sosyal yaşamda yer edinmek adına bir “hayatta kalma” (*survival*) mücadelesi verirken, halihazırda daha önceden yer edinmiş olan diğerleri “daha iyi yaşam” (*living better*) mücadelesiyle meşguldür. Aşk da daha iyi yaşama arzusu adına verilen mücadelenin bir parçasıdır. Örneğin, “aşk dünyanın dönmesini sağlar sözü eylemlerimizin çoğunun, doğrudan ya da dolaylı olarak cinsel ihtiyaçlar tarafından harekete geçirildiğini söylemenin kibar bir yoludur. Çekici olmak için yıkanır, giyinir ve saçımızı tararız, çoğumuz bir partneri ve evi geçindirmek için işe gider, hayran olunmak ve sevilmek için statü ve güç mücadelesi veririz” (Csikszentmihalyi, 2017: 154). Dolayısıyla içinde yaşadığımız toplumda halihazırda

bulduğumuz konum ile bulunmayı arzuladığımız konum arasındaki gerilimli ilişki, -çağdaş insan ilişkilerinin her veçhesinde olduğu gibi- romantik ilişki denkleminde de kendini gösterir. Öyle ki, halk arasında “zengin kız fakir oğlan” olarak popülerleşmiş asimetrik aşkın dramı, edebiyattan sinemaya kadar pek çok sanat dalında defaatle kendine yer bulmuştur ve bulmaktadır. Bu nokta, geçinme biçimlerimiz ve statülerimizin ilişki biçimlerimiz üzerindeki etkisini en somut biçimde açığa vurduğu yerdir: Genel sosyal ilişkilerin sınıfsal yapısı, aşk ve evlilik olguları özelinde de bir sınıfsal endogami üretimine ve yeniden üretimine katkı sağlar. Bu nedenle ekseriyetle memur memurla, işçi işçiyle müşterek mekânlarda benzer yaşam tarzlarını ve beğenilerini paylaşır. Başka bir ifadeyle, bir bahçıvan ile bir hekimin veya bir kuryeyle bir savcının hayatlarının romantik bir ilişki veya evlilik birliği adına yan yana gelmesi oldukça güç ve norm-dışı bir durumu ifade eder. Zira “aynı tüyden (soydan) kuşlar bir araya toplaşır”¹² ya da kendi tabirimizle “davul bile dengi dengine çalar.” Ancak *beklentiler* ile *gerçekler* örtüşürse “tencere yuvarlanmış kapağını bulmuş” denir, işler ters giderse de “ne doktorlar ne mühendisler” istemiştir.

Modern yaşamın rekabetçi politikası, daha çocukluğundan itibaren bireye, kendini gerçekleştirmenin ve böylelikle başkaları tarafından sevilip kabul görmenin ancak kendine statü kazandıran başarılar gerçekleştirmekten geçtiği şeklindeki anlayışı aşılır. Bu anlayışın hiç de masum olmayan yanı ise, toplumsal hiyerarşinin daha alt basamaklarında yer tutanların daha az değerli kimseler olduklarına; yukarıdakilere kıyasla sevilip kabul görmeyi daha az hak ettiklerine ilişkin örtük mesajı topluma yayıp pekiştirmesidir: “Yeni meritokratik devirde bir insanın iyi, zeki ve yetenekli olmasına karşın neden hala fakir olduğu sorusunu cevaplamak, başarısız insanların yüreğinde çok daha keskin bir acı ve utanç hissi uyandırıyor artık” (De Botton, 2021: 100). Bu nedenle, modernlikle birlikte kişinin sahip olduğu unvan, gelir, meslek, mal varlığı gibi statü sembolleri toplumun üyelerince “adam olma”nın alameti farikası olarak içselleştirilir ve bu sembollerin hem genel sosyal ilişkileri hem de romantik ilişkileri şekillendirmedeki gücüne ve etkisine bir hayli önem atfedilir. *Ahlaki Duygular Kuramı*’nda Adam Smith “toplumun her bir kademesi zenginliğe özenir” demektedir (Smith, 2018: 77). Bu bağlamda, sınıf konumunu ve saygınlığını yükseltme amacıyla bireyler, -güzellik/yakışıklılık, zekâ, vb. doğuştan birtakım özellikler de dahil- pek çok açıdan kendilerinden daha avantajlı ve ayrıcalıklı konumda bulunan kişilerle romantik ilişki kurmayı idealleştirirler. Nitekim “bin adet ‘arkadaş arama’ ilanının incelenmesi sonucu, erkeklerin ‘doğurganlık değerine dair işaretler (dış görünüş ve gençlik), kadınlarınsa ‘kaynak edinme becerisine dair işaretler’ (olgunluk ve o

¹² *Birds of a feature flock together* şeklindeki İngilizce atasözü.

andaki veya gelecekteki finansal güvence) aradığı saptanmıştır” (Pines, 2020: 171). Fakat bu gibi ilanlar üzerinden toplumsal yapıyı gözlemlemek suretiyle tarafların birbirinden beklenti ve talepleri az çok anlaşılır olsa da, yine de bireyler kendileriyle ilgili nahoş gerçekleri gizleme ve statü sembollerini manipüle etme davranışları sergilemekte bir beis görmeyebilirler. Özellikle yeni tanışan flört aşamasındaki bireyler, sıklıkla gerçekte olduklarından daha zengin, daha ünlü, daha sağlıklı, daha güzel/yakışıklı veya güçlü görünen bir benlik sunmaya çalışabilirler.

Toplumsal sınıf ve statünün romantik ilişkilere etkisi bağlamında yapılmış öncü çalışmalardan biri, 1950’lerin sonlarında Pierre Bourdieu’nun Fransa’nın güneyindeki Béarn kırsalında yaptığı bir çalışmadır. Cinsler arası ilişkiler ve evlilik sistemini anlamak üzere yürüttüğü bu araştırmanın başında Bourdieu, köylü ve kentli gençlerin bir araya geldikleri bir *Baloya* katılır. Burada biri geleneksel diğeri modern iki evlilik piyasasının kaotik biçimde iç içe geçtiğine,

gençlerin beden pratiklerini gözlemlemek suretiyle tanık olur ve bu durum onu kırsaldaki gençlerin bekar kalma nedenlerini araştırmaya teşvik eder. *Bekârlar Balosu* adıyla yayınlanan bu çalışma, toplumsal sınıf konumunu simgeleyen koşulların ve nesnelerin kırsaldaki gençlerin gittikçe bekar

Tablo 2.

		Büyük aile		Küçük aile	
		Büyük oğlan	Küçük kardeş	Ağabey	Küçük kardeş
Büyük aile	Büyük kız	0	1	0	0
	Küçük kız	1	0	0	0
Küçük aile	Büyük kız	0	½	0	1
	Küçük kız	½	0	1	0

Kaynak: Bekârlar Balosu

kalması üzerine nasıl bir etkide bulunduğunu açığa çıkarmadaki başarısı açısından oldukça önemlidir. Bourdieu, elde ettiği çeşitli etnografik veriler yardımıyla kırsaldaki mal veraset rejiminin cinsler arası ilişkilerin ve evliliğin yapılanma biçimleri üzerindeki etkisini analiz etmek amacıyla araştırmaya koyulur. Bunu yaparken kullandığı matrisi ise; a) büyük veya küçük aile üyesi olma, b) ailenin büyük veya küçük çocuğu olma, c) erkek veya kız olma değişkenlerine dayandırır. Zira geleneksel toplum tipinde *bireyler arası romantik aşktan* değil, Bourdieu’nun ifadesiyle, “malvarlığının bütünlüğünü tehlikeye atmadan soyun devamlılığını güvenceye alma” kuralına göre yapılan *aileler arası evlilikten* söz edilir (Bourdieu, 2009: 22). Bu tarihlerde (1950’ler) Bourdieu *habitus*’tan ara sıra bahsetse de kavram üzerine henüz enine boyuna bir incelemeye girişmemiştir. Fakat cinsler-arası müşterek bir frekansta buluşmayı gittikçe zorlaştıran ve böylece bekarlığın artmasında etkili olan yönleri saptamak adına onun; veraset rejimi, mirasçı statüsü, anne-baba otoritesi, doğum sırası, çeyiz işlevi, soyun devamı, toprağa bağlı iş gücünün akıbeti, hane itibarını temsil eden evin simgesel görkemi, aile soyadının şerefi, gençlerin beden kullanımı (*hexis*) gibi toplumsal konum hakkında simgesel

değere sahip geniş bir yelpaze açısından örtüşen ve çelişen yaşam tarzlarını ayıklamaya olan azmi, yine de kolektif bir hafıza zincirinin halkalarını sabır ve titizlikle gün yüzüne çıkarmanın peşinde olduğu hissini verir. Başka bir ifadeyle, tıpkı bir psikoloğun şimdi ve buradaki sorunların kaynağını bireyin (travmatik) çocukluk yaşantılarında aramasına benzer şekilde, Bourdieu da, kırsal bireyin, içinde yetişip büyürken bedenine kayıtlanmış toplumsallığın haritasını gün yüzüne çıkarmak ister.¹³ Zira söz konusu kırsal birey, âşık olduğunu her ne kadar şimdi ve buradaki heyecan dolu çarpıntılar, iştahsızlık, yüzde kızarma, midede kelebeklerin uçuşması gibi bedensel duyumlar üzerinden anlıyorsa da, gerçekte onun nasıl birine âşık olacağına ve/ya hangi özelliklere sahip biriyle evleneceğinin toplumsal imleri ve ip uçları, nevi şahsına münhasır olarak şekillenmiş yatkınlıklar repertuarında içkindir. Ayrıca, bu evlilik oyununun altın kuralı veya stratejik standardı denebilecek çıkar veya niyet (*illusio*) de sıkça vurgulanır: Bu, basitçe “bir evlilik yapmayı değil, ‘iyi bir evlilik yapmayı’, yani kazançları en yüksek noktaya çıkarmayı ve/veya çok özel türden bir anlaşma olarak evliliğin ekonomik ve sembolik masraflarını en aza indirmeyi amaçladıkları” iktidar ilişkilerine dayalı bir niyettir (Bourdieu, 2009: 144-145).

Bekârlar Balosu kırsaldaki romantik ilişki kurma ve evlilik stratejilerini çözümlemesi bakımından oldukça önemli olsa da söz konusu araştırma 1950’lerde yapıldığı için kırsaldaki gençlerin karşısında incelenen kentli bireylerin modernlik deneyimleri 1980’lerden sonra küresel çapta hızla gelişen dijital teknolojilerin, yeni tüketim alışkanlıklarının ve psiko-sosyal eğilimlerin öncesinde kaldığı için güncelliğini büyük ölçüde yitirmiştir. Başka bir ifadeyle Bourdieu’nun da belirttiği üzere “beden toplumsal dünyanın içindedir, ama toplumsal dünya da bedenin içindedir” (Bourdieu ve Wacquant, 2021: 56). Bu nedenle, yukarıda serimlenen makro toplumsal politikaların aradan geçen zamanda bireylerin zihinlerindeki *toplumsal* nasıl etkilediğini göstermek için, takip eden kısımda romantik ilişki biçimlerini derinden etkileyen bir psiko-sosyal yatkınlık (*narsisizm*) ile bu yatkınlığın hızla yaygınlaşmasında katalizör işlevi gören sosyal medya teknolojileri üzerinde durulacaktır.

3.2. Narsisizm, Sosyal Medya ve Aşk Etiği

¹³ Ancak, Bourdieu’nun yaklaşımını, -kendisinin de mesafe koymaya özen gösterdiği- davranışçı psikolojiden ayıran önemli bir fark; Bourdieu’nun analizlerinde yapısal koşullar karşısında özneye cüzi bir irade atfetmek suretiyle, öznenin pratiğine stratejik bir manevra kabiliyetini de dahil etmesidir. Bourdieu kuram ve pratik arasında mekik dokumayı gerektirdiği için başlarda paradoksal bir izlenim veren bu yaklaşımın altından ustalıkla kalkmayı başarır.

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) yayımlamış olduğu *Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı* (DSM-5) patolojik narsisizmin çerçevesini aşağıdaki 9 davranış kalıbına dayandırır:

1. Özel ve önemli biri olduğuna dair abartılı inanış (Mevcut başarılarını ve yeteneklerini abartır, vasat başarıları için bile üstün görülmeyi bekler.)
2. Sınırsız başarı, güç, deha, güzellik veya ideal aşk fantezileriyle meşguldür.
3. Eşsiz biri olduğuna inandığı için kendisini ancak onun gibi eşsiz ve özel (yüksek statülü) kişi veya kurumların anlayabileceğini düşünür.
4. Başkalarından hayranlık, beğeni ve takdir görmeyi fazlasıyla arzular.
5. Başkalarının otomatik olarak ona uyarlanmasını; makul olmayan beklentileri için kendine özel ve ayrıcalıklı muamelede bulunulmasını hakkı olarak görür.
6. Başkalarıyla ilişkilerinde sömürücüdür; kendi amaçlarını elde etmek için başkalarını kullanır.
7. Empatiden yoksundur; başkalarının ihtiyaçlarını ve duygularını umursamaya isteksizdir.
8. Başkalarını kıskanır veya başkalarının kendini kıskandığına inanır.
9. Kibirli, tepeden bakan tutum ve tavırlar sergiler (APA, 2013: 671-672).

Fiziksel hastalıklardan farklı olarak, çoğu psikiyatrik rahatsızlığın -bilhassa da kişilik bozukluğu olarak sınıflandırılanların- sağlığın *normal kabul edilen sınırlarını* ne zaman ve hangi koşullarda aştığı tam olarak açık değildir. Başka bir ifadeyle, söz konusu tanı kriterleri ara sıra çoğu kimsede az veya çok görülmesi muhtemel insani davranış kalıplarıdır. Örneğin, söz konusu *El Kitabı*'nın kaygı bozukluklarını anlatan kısmında (s.189) belirtilerin süresi için “gelişimsel olarak uygun sürenin ötesi” ve “6 ay ya da daha fazla sürmesi” gibi muğlak ifadeler yer almaktadır. Bu durumda kaygı bozukluğundan mustarip bir kişi, sadece 5 ay 29 gün atak geçirmiş ve daha sonra hiç atak geçirmemişse bu kişinin sağlıklı kabul edilmesi mi gerekmektedir? Bu tartışma, narsisizmin (ve kimi diğer mental durumların) psikolojik rahatsızlık kategorisinden çıkarılmasını savunmamaktadır kuşkusuz. Buradaki önemli bir nokta, kategorileştirmenin mantığı açısından narsisizmin psikolojik bir rahatsızlık olarak kabul görmesinde söz konusu davranış kalıplarının ihlal ettiği *sosyo-kültürel teamüller açısından neyin normal, ahlaki veya değer kabul edileceğini belirlemedeki gücünün ve etkisinin vurgulanmasıdır*. Zira bu davranış kalıplarının *neye göre norm-dışı veya aşırı* addedilip rahatsızlık olarak *kabul edildiğini* kavramak, esasen sağlıklı bir toplumun işleyiş biçimine dair bir şeyler söyleyecektir. Nihayetinde hepimiz meşru davranış standartlarını kendimizden önce

kurulmuş bir sosyal ilişkiler ağından ve bu ağın temsil ettiği verili tarihsel-kültürel bağlamdan öğreniriz. Dolayısıyla narsisizm, toplum halinde birlikte yaşamının ilkelerini ihlal etmesi ve böylece sağlıklı insan ilişkilerini baltalaması bakımından Durkheim'in anomi kavramıyla kesişir.¹⁴

Kolektif işlevlerini sağlıklı şekilde işleten bir toplumda veya grupta (örf, adabı muaşeret, vb.) “müştereklik ilkelerine” aykırı davranışlar çabuk fark edileceği için narsistik bireylerin tespit edilip dışlanması görece kolaydır. Ancak toplumsal birimin çoğu üyesi bir *kültürel narsisizmden* mustaripse sorun daha karmaşık bir hal alır. Bununla birlikte, narsisizmin toplumu -özellikle de toplumun genç üyelerini- kolektif olarak kuşatmasının temelinde utanma duygusunun toplumsal ilişkilerden yitip gitmiş olması yatıyor olabilir. Bir bütün olarak örgütlü, toplumsal bir birim halinde birlikte yaşamak, grup üyelerinin her birinin riayet etmek üzere mutabık olduğu birtakım verili sosyo-kültürel teamüllerin, tarihsel olarak sürdürülen değer atıflarının ve yazılı olmayan kuralların işletilmesine dayanmaktadır kuşkusuz. Bu bağlamda, “dolaylı ya da açık sosyal dışlama ve damgalama, utancın üretimine yönelik önemli sosyal mekanizmaları oluşturmaktadır” (Önderman, 2020:47). Öyle ki, bir sosyal grup, üyelerinin eylemlerini ödüllendirme (takdir) ve cezalandırma (dışlama) yoluyla varlığını yeniden ve yeniden üretir. Thomas Scheff'e (2000) göre, edimleri kolektif olarak takdir edilen bir grup üyesi -ki bu onun kendini gerçekleştirme onayını aldığı için benlik saygısını yükselten bir durumdur- kendisiyle “gurur” duyarken, edimleri kolektif olarak dışlanan grup üyesi -ki bu onun başarısız olduğu için benlik saygısını tehdit eden bir durumdur- kendinden “utanır” veya “utandırılır.” Dolayısıyla “utanç, bir sosyal kontrol mekanizması olarak, daha çok informel yüz yüze ilişkilerin veya etkileşimlerin mantığına uygundur. Utancın sosyal kontrol mekanizmaları arasında yer alması, utandırmayı – ya da utandırılmamayı- da sosyal bir değer, bir statü davranışı veya saygınlık göstergesi haline getirir” (Önderman, 2020: 48).

O halde, kültürel narsisizm, utancın aleyhine bir şekilde kolektif vicdanı yansıtan sağduyu bilgisinin ve bu bilgiyle bireyin sergilediği davranışların, onun sosyal çevresini oluşturan “anlamli diğerlerinin” nazarındaki önemini kaybetmesiyle ilgili olabilir. Utancın içsel veya dışsal sosyal kontrol arasındaki karmaşık düzenleme işlevi yitip gittiğinde, birlikte yaşamının kaynaştırıcı-duygusal bağları zayıflar; birlikte yaşam, paylaşımların en aza indiği salt yan yana yaşama; grup üyelerinin bireyselliği de “başına buyruk” veya norm-dışı bir bencilliğe dönüşür:

¹⁴ Dahası, narsisistlerin kendilerinin tedavi gerektiren bir ruh sağlığı sorunundan mustarip olduklarını kabul etmemeleri ve çoğu durumda onlarla ilişki içinde olan yakınlarının terapi desteğine ihtiyaç duyması, bunun patolojik bir rahatsızlıktan ziyade kültürel bir fenomen olduğu yönündeki şüpheleri güçlendirir.

“Utanç, belirli davranış normlarının ihlalinde yaşanan bir duygu olarak görülebilir. Böylece bu duygunun hissedilmesinin, toplumun ahlaki düzeninin korunmasına hizmet ettiği söylenebilir” (Önderman, 2020: 53).

Bu durumda nasıl bir toplum ortaya çıkar? Birbirlerinin duygularına, düşüncelerine, inanç ve ihtiyaçlarına karşı saygısız -ya da en iyi ihtimalle kayıtsız-, şahsi menfaatlerine odaklanmış, ilişkilerinde her şeyi karşı taraftan bekleyen, kendinden alt sınıftakilere tepeden bakıp, üst sınıftakilerin nüfuz ve yetkilerini kendi amaçları açısından kullanışlı gören, her şeyin en iyisini kendisinin hak ettiğine inanan, beğeniye aç, isteklerinin hemen şimdi ve burada doyurulmasını bekleyen, başkalarının başarılarını kıskanan ve/veya acılarından keyif alan, hedonist yaşam tarzının etkisi altında ölüm terbiyesinin faziletlerinden uzak olduğu için hastalık, kayıp vb. durumlarla karşılaştığında dehşete kapılan insanların oluşturduğu huzursuz bir kitle... Araçsal aklın işlevsel olduğu modern toplumlarda bu yatkınlıkların tanıdık ve belki de oldukça sıradan görünmesi hiç de şaşırtıcı değildir. Üstelik, bu durum yalnızca terapi odalarında çözümlenmesi gereken kişisel sorunlar olmanın ötesine geçer. Böylece, yukarıda daha geniş (makro) bir çerçevede ele alınan kapitalizmin kültürel mantığı kendini gösterir; bireycilik, gösterişçi tüketim ve popüler kültür politikaları, sosyal ilişkileri giderek daha kırılğan bir hale dönüştürür. Zira araçsal aklın tezahürü olarak işleyen tekno-modernlik, kadın-erkek ayırt etmeksizin bireyleri tekdüze benliklere -ve dolayısıyla da sığ yakınlıklara- mahkûm eder: “Yalnızca tüketimin renkli dünyası bize hala görünürde bir çeşitliliğin dünyasını sunar, ancak bunun arkasında gözlerin, kulakların ve damağın hızla tüketilmesi için ucuz duyusal uyarıların sonsuz bir monotonluğu vardır” (Bauer, 2022: 111). Bu tekdüzeleşme eğilimini, kapitalizmin serbest zamana ilişkin dayattığı standartlaşmış her çeşit eğlence faaliyeti ve tüketim pratiklerine biraz daha yakından bakınca görmek mümkündür. Olabildiğince büyük kitlelere dağıtılması için anlam kodlarını kısıtlı tutmaya dayalı bir nicelik politikasıyla üretilen kültür endüstrisinin manipülatif ürünleri, romantik ilişkilere dair beğeni algımızı, nicel ve maddi biçimlere boyun eğdirir. Örneğin, 20. Yüzyıl Hollywood filmlerinin “aptal sarışın” karakterini canlandıran aktris Marilyn Monroe kısa sürede popüler kültürün seks sembollerinden biri haline gelmiştir. Bireycilik, gösterişçi tüketim ve popüler kültür üçgeninde; maddi olan manevi olana, nicel olan nitel olana, araç amaca, rekabet dayanışmaya, fevri düşünme ve hareket tarzı tefekküre baskın gelir. Sonuçta, yeni kuşaklarla birlikte katlanarak artan narsistik bir tekdüzeleşme, toplumun kanıksadığı genel bir eğilim halini alır. Lasch’in ifadeleriyle “tarihsel devamlılık duygusunu, geçmişten doğan ve geleceğe uzanan bir kuşaklar silsilesine ait olduğumuz duygusunu” hızla kaybederiz (Lasch, 2021: 24).

Kültürel narsisizm bir toplumda hâkim fenomen olduğunda aşk etiği bu durumdan nasıl etkilenir? Pre-modern toplumlarda cinsellik üreme içindi, üreme için aile kurmak ve aile kurmak için de *yeterince iyi* biriyle evlenmek adettendi. Aşk ve cinsellik aile kurmadaki rolü gerilerden gelen tabiri caizse “sessiz konular” idi. Hatta, Giddens’a (1994: 41) göre “yalnızca aristokrat gruplara mensup ‘saygın’ kadınlara cinsel serbesti tanınıyordu.” Buna karşın, evlenmek için tutkulu bir aşk arzusu ve mutlu olma ihtiyacı üzerine söylem ve taleplerin ortaya çıkışı oldukça yakın tarihlidir. 1960’lar ve 1970’lerden itibaren ivme kazanan modernleştirici toplumsal değişimler, ilişkilere ve evliliğe dair beklentileri de derinden etkilemiştir. Bu süreçte, “etkili doğum kontrol yöntemleri, yasal kürtaj, bedenin ‘gerçekçi’ ve ‘sağlıklı’ bir biçimde kabullenilmesi bir zamanlar cinselliği aşk, evlilik ve üremeyle ilişkilendiren bağları zayıflattı” (Lasch, 2021: 279). Buna karşın, yakın ilişkilerin bugünkü durumu oldukça farklı bir manzaraya sahiptir. Meseleyi Almanya’nın resmi verilerden hareketle inceleyen Ulrich Beck ilişkilerin mevcut durumunu gösteren şu çıkarıma varır:

Artık insanın evlenip evlenmediği ve birlikte yaşayıp yaşamadığı, çocuğu aile içinde mi yoksa dışında mı yaptığı ya da yetiştirdiği, bunu birlikte yaşadığı kişiyle mi yoksa başka biriyle birlikte yaşamasına rağmen asıl sevdiği kişiyle mi yaptığı ve bunu kariyerinden önce mi, sonra mı yoksa kariyerinin tam ortasında mı yaptığı sorularının yanıtları son derece muğlaktır. Bu türden bütün planlar ve kararlaştrırmalar prensip olarak iptal edilebilir durumdadır (Beck, 2012: 35).

Mahremiyetin kapsam ve sınırlarını dönüştüren teknoloji destekli bu gelişmeleri “plastik cinsellik” olarak ifade eden Giddens (1994: 14) da şöyle yazmaktadır: “Bu dünya, yeni ‘bağlanma’ ve ‘mahremiyet’ terminolojilerinin öne çıktığı, cinsel müzakereler ve ‘ilişkiler’den oluşan yeni bir dünyadır.” Bu teknoloji destekli değişimlere, yerleşik sosyo-kültürel teamüllere karşı bir başkaldırı hareketi olarak doğan cinsel devrim hareketi eşlik etmiş, kadınların eğitim ve iş yaşamına etkin katılımlarıyla ekonomik bağımsızlıklarını kazanmalarını destekleyen feminist hareket kadınların kendi bedenleri üzerinde tam denetim sahibi olmaya başladıkları bir sosyo-kültürel dönüşüm süreçlerini hızlandırmıştır. Bu değişimler ışığında zamanla romantik ilişkiler masasındaki varlığını daha fazla hissettiren kadınlar, mutlu olmak için mükemmel uyumu bulmayı umdukları ideal “ruh eşleri”nden ev işi, çocuk bakımı vb. konularda yeni iş bölümü talepleri ve dayanışma beklentileriyle öne çıktılar.

Bugün erkekler, kendilerinden eril toplumsal cinsiyet rollerini değiştirmeleri beklentisi karşısında bocalarken, kadınlar özgürleşmenin kapsam ve sınırlarını belirleme konusunda acemilik çekmektedirler. Ötekinin nazarında değerli hissetmenin ölçüsü egosantrik taleplerle belirlendiği için cinsiyetler arası uçurum daha da derinleşmekte; heteroseksüel ilişkilerin

müzakere masasından sürdürülebilir ilişkilerin çıkma ihtimali gitgide azalmaktadır.¹⁵ Sonuçta, ister erkek isterse kadın olsun, özellikle bugün çoğu genç, azami düzeyde haz çeşitliliği barındırmayan hiçbir ilişki biçimine zaman ve enerji yatırımı yapmayı tercih etmemektedir. Dahası, duygusal taahhütler ve hevesli âşık pozları güvenilir bir izlenim bırakmadığı gibi, dikkatle sakınılması gereken bir ürkütücülük olarak algılanır. Ansari'nin ifadeleriyle söylersek “beklentilerimiz çok yüksek olduğu için, günümüzde ilişkiler bu beklentilere karşılık vermediğinde onlardan çok daha çabuk vazgeçebiliyoruz” (Ansari, 2016: 34).

Giddens'in ilişkilerin müzakere edilebilir (demokratik) hale gelmesine yönelik olumlayıcı çözümlenmesi, denklemin içine narsisizm faktörü girdiğinde modernlik lehine erken bir kutlama olarak kalır. Zira modernlik-öncesi toplum yapısının, tabiri caizse, “otomatik pilot”undan çıkıp modernlikle birlikte bireyin artık kendi özgür seçimlerini yapabiliyor olması daha doyumlu bir yaşamı garanti etmez. Elbette eskiye -bilhassa da antropolojik toplumlara- kıyasla “bugün harika bir romantik partnerle veya daha da ideali, bir ruh ikizi arayışında olan herkesin sınırsız seçeneği var. Cinsiyeti, etnik kökeni, dini veya ırkı ne olursa olsun, hatta nerede yaşarsa yaşasın, istediğimiz hemen herkesle evlenebiliriz” (Ansari, 2016: 38). Fakat kötü haber şu ki, her çeşit teknik imkanlarıyla sınırsız seçenekler sunan modern zamanlarda gerçek aşkı bulma çabası, hayat boyu hiç bitmeyecek beyhude bir arayışa da dönüşebilmektedir. Bu sınırsız seçenekleri “deneme-yanılma” şeklinde ayıklama yönteminin sonucu olarak hafızanın “çöp sepetini” gitgide dolduran başarısız duygusal deneyimler, ruh sağlığını tehdit eden ciddi sorunlar olarak geri dönebilmektedir. Bir dönem gençlerin sıkça izlediği *How I Met Your Mother* (Annemizle Nasıl Tanıştım?) adlı Amerikan romantik-komedi dizisinin en trajik yanı, duygusal Ted Mosby karakterinin tam 9 yıl boyunca ruh eşini (çocuklarının annesini) ararken tanıştığı 58 kadınla olan maceralarının nasıl hüsrana verici şekilde sonuçlandığını yansıtmasıdır. Gerçek hayatta bu denli çok sayıda deneme-yanılmanın bireylerin ruh sağlığı üzerinde ne gibi izler bırakabileceğini hayal edebiliyor musunuz? Zira pozitif psikolojinin “Kurucu Babalar”ından olan Csikszentmihalyi'nin (2017: 58) de dediği gibi, “bilince girmesine izin verdiğimiz bilgi [hatıra], son derece önemlidir; aslında bu, hayatın içeriğini ve kalitesini belirler.”

Ayrıca, tanışmayı, aldatmayı ve ayrılmayı kolaylaştırmadaki çarpan etkisi göz önüne alındığında, narsistik benliklerin tabiri caizse “değirmenine su taşıyan” internet-tabanlı sosyal medya teknolojilerinin romantik ilişkilerin kalitesi üzerindeki etkisi de göz ardı edilemez

¹⁵ Dahası, cinsiyetler arası derinleşen rol beklentileri ve çatışmaları, çoğu durumda kadına karşı şiddet ve cinayet vakalarının altındaki temel motivasyon olarak karşımıza çıkmaktadır.

kuşkusuz. Zira “sosyal medya yüzeyselliğin en üst platformudur; rötuşlanmış fotoğraflar, kusursuz mekanlar ve imrenilecek yaşamlar ister. Yüzeysel insanlar için olay, dolu dolu yaşamak veya sağlıklı ilişkiler kurmak değil, hayatın Instagram’a uygunluğudur” (Durvasula, 2021:90). Yalnızca “2010’da insanlar dünyanın dört bir yanına 6.1 trilyon mesaj gönderdiler; yaklaşık olarak dakikada 200.000 mesaj” (Ansari, 2016: 48). *We Are Social* adlı şirketin her 3 ayda bir dijital olarak yayınladığı küresel raporun güncel (Şubat 2022) verilerine göre, bugün dünyada 4.62 milyar aktif sosyal medya kullanıcısı bulunmaktadır. 16-64 yaş arası internet kullanıcılarının %96,2’si akıllı telefona sahiptir. Türkiye, aynı yaş grubundaki insanların internette günlük harcadıkları ortalama 8 saat süreyle (ki bu sürenin 4 saat 16 dakikası akıllı telefon bağlantısı olarak kaydedilmiştir) 14. sırada ve dünya ortalaması olan 6 saat 58 dakikanın üzerindedir. Tüm dünyadan katılımcılar, ziyaret ettikleri web siteleri ve mobil uygulamaların ilk sıradaki kullanım amacı sorulduğunda, %95,6 ile sohbet ve mesajlaşma, ikinci kullanım amacını ise %95,2 ile sosyal ağlar olarak bildirmişlerdir. Dünya, internet kullanımında günde ortalama 2 saat 27 dakikasını yalnızca sosyal medyada geçirirken, Türkiye sadece sosyal medyaya ayırdığı günlük 2 saat 59 dakikayla ortalamanın üzerinde yer almaktadır. Tüm dünyada favori olan sosyal medya platformlarından ilki Whatsapp (%15,7), ikincisi Instagram (%14,8) olarak kaydedilmiştir. Bu konuda çarpıcı bir veri, Instagram uygulamasında günlük geçirdiği ortalama süreyle (%20,2) Türkiye’nin ilk sırada yer almasıdır.¹⁶

İnsanoğlunun doğal tarihi boyunca hiçbir şekilde var olmayan; insan-yapımı bir icat olarak internet, nasıl oldu da su, hava vb. doğal gereksinimlerimiz gibi bu denli önemli hale geldi? Birleşik Devletler’de topladıkları sayısız ampirik bulgudan hareketle narsisizmin tıpkı bir salgın hastalık gibi hızla bulaşmasında internetin muazzam bir pekiştirme işlevi gördüğünü öne süren Twenge ve Campbell (2015: 371) “çoğu genç ve çok sayıda yetişkin, internette vazgeçmek yerine her akşam makarna yemeye ya da yeniden ailesinin yanına taşınmaya razı olur” derken gerçekten abartmıyor olabilirler. Sosyal medya, birbirlerini tanıyan görece az sayıdaki insanın fiziksel olarak bir araya gelip yüz yüze iletişim kurdukları sosyal ilişki biçiminin üzerine anonim kimliklerin 7/24 temasta kalmalarına imkân veren sanal ilişki biçimini eklediğinden beri romantik aşkın tinsel kimyası oldukça değişmiştir; cinsellik artan teşhircilikle birlikte pornografik bir imaj kazanırken, mevcut evliliklerin istikrarı da tehlikeye girmektedir. Bu duruma çoğu sosyal medya platformunda özenle sunulan şaşalı hayat tarzlarına seyirci kalmanın yarattığı hayal kırıklığı da eklenince, ayrılık veya boşanma konusunda

¹⁶ Dijital raporun tamamına ulaşmak için bkz. <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/>

anlaşmak, ilişki veya evlilik içinde başka herhangi bir konuda (örneğin, çöpü kimin dökceği vb.) anlaşmaktan daha kolay hale gelmeye başlamıştır.

Ayrıca sosyal medya söz konusu olduğunda mahremiyet iki uçlu bir fenomen olarak karşımıza çıkmaktadır: Bir yüzünde, özel yaşamın gizliliğinin ihlal edilmesi suçunu oluşturan kişisel bilgilerin çalınma riski, diğer yüzünde, sosyo-kültürel teamüllere aykırı olan birtakım mahrem bilgilerin ifşa edilmesiyle yaşanacak itibar kaybı riski yer alır. Bu nedenle, internet tabanlı sosyal medya teknolojilerinin küresel çapta yaygınlaşmasıyla eşzamanlı olarak romantik ilişki biçimlerinde açık seçik cinsel görüntüler içeren erotik mesajlaşmaların artmış olmasından şüphelenilmektedir: “Akıllı telefon çağından önce cinsel görüntülerin ne sıklıkla paylaşıldığına dair elimizde herhangi bir [net] veri yok fakat mevcut sayılar dudak uçuklatan cinsten. Erotik mesajlar özellikle de gençler arasında, henüz norm haline gelmemişse de yakındır” (Ansari, 2016: 211).

Ayrıca, sosyal medyada günün her anı yeni birileriyle tanışabilme olanağının “ceplerimizde” olmasının kırılğan ilişkileri çoğaltmak suretiyle aldatma ve boşanmaları kolaylaştırdığı öne sürülmektedir. Örneğin, ülkemizde son beş yıldaki sosyal medya kullanımlarının ayrılık ve boşanmalar üzerindeki etkisini inceleyen bir araştırmanın bulguları, katılımcıların, “%59,1’inin sevgilisinin/eşinin internette neler yaptığını kontrol ettiği, %70,9’unun sevgilisinin eşinin internette eski sevgilisi/eşiyle görüşmesini olumlu karşılamadığı ve %87’sinin internetin boşanma ve aldatmaları artırdığını düşündüğünü göstermiştir” (Atalay ve ark., 2019: 62). Şüphesiz, insanlar yüz yüze görüşmenin baskısı altında ilk adımı atmaya cesaret edemedikleri durumlarda bilgisayar veya telefon ekranının arkasında olmanın verdiği rahatlıktan yararlanırlar. Bununla birlikte, Instagram vb. uygulamalar medeni durum fark etmeksizin potansiyel adayları defaatle sergilenen birer meta haline getirir. (Tıpkı şu anda satın almaya ihtiyaç duymaksak bile, olur da bir ara ihtiyaç hasıl olursa bilinçaltımızda aşinalık oluştursun diye çevremizde devamlı reklamları dönen ürünleri görmemiz gibi.) Bu nedenle, aldatmaya bağlı boşanma davalarında yaklaşık son on-on beş yıldır sosyal medyada paylaşılan içeriklerin hukuki açıdan meşru kabul edilen kanıtlar olarak yaygın şekilde görünür olması hiç de şaşırtıcı değildir.

3.3. Yalnız Yaşama Dönüş

“Yaşamakla ilgili Latince ifade *inter hominem esse* idi ve bu doğrudan çevirisiyle *insanlar arasında olmak* anlamına geliyor; *ölmek* ise *inter hominem esse desinere*’dir ve bu da *insanlar arasında olmamak* olarak çevrilebilir” (Csikszentmihalyi, 2017: 238). Yalnızlığı, bireyin bir

şekilde toplumda faydasız, işlevsiz veya zararlı görülmesine istinaden “ıskartaya çıkarılmış” olma hissini tecrübe etmesi olarak ölümle eşdeğer sayan bu kadim ifadelerden daha iyi bir anlatım olamazdı. Açıktır ki, yalnız olmakla ilgili en kaygı verici nokta, bireyi, *anlamli ötekilerin* gözündeki değer kaybı ve izolasyona bağlı dışlanmışlığın verdiği iç sıkıntısıyla başa bırakmasıdır.

Söz konusu romantik ilişkiler olduğunda ise kabarık ilişki geçmişlerinin ağır yükü altında travmatik tecrübelerin yıprattığı bireyler çözüm olarak yalnız hayatları kabullenmeye razı olmaktadır. 2004 yılında Amerikalı yazar Sasha Cagen’in *Quirkyalone: A Manifest for Uncompromising Romantics* (Acayip Yalnız: Uyumsuz Romantikler Manifestosu) adlı bir kitabı yayımlandı. *Manifesto*’da “Acayip Yalnızlar” (*Quirkyalones*) kavramını ortaya attıktan kısa bir süre sonra Cagen, bekar olmaktan keyif alan ve/veya hiç bitmeyen ideal ruh eşi arayışından bezmiş insanların hissiz ve anlamsız ilişkilere karşı başkaldırısı olarak beliren kült bir hareketin öncüsü bir konuma yükseldi. Öte yandan, bu hareket ilişkiye ya da evliliğe karşı bir duruşu temsil etmiyordu; hatta, kendi dertlerini dinlemeye hevesli partnerler bulamadıklarından ortak yazgısı yalnızlık olan on binlerce insanın anlamlı ilişkiler özlemini vurguluyordu: “Acayip Yalnızların, sadece yalnız kalmamanın hatırına birileriyle çıkmaya karşı tahammülleri yoktur. Biz mucize istiyoruz. Milyonlarcasının içinden bizi anlayacak olanları bulmak durumundayız” diyordu Cagen.¹⁷ Herkesin ötekini dinlemeye değil de kendini ötekine anlatmaya bu denli aç oluşu, size de derinlerden yankılanan narsisizm tınısını hissettirmiyor mu?

Acayip Yalnızlar hareketi, “seçilmiş” yalnızlığın tefekkür avantajına sahip inziva durumu ile kimsesiz kalma ıssızlığı olarak yalnızlığı birbirinden ayırmayı sağduyulu bir yaklaşım olarak benimsemişse de (Cagen, 2004: 69-86) zamanın bir noktasında hastalık, yaşlılık ve ölüm durumlarıyla yüzleşmek bu kültürel tercihi devre-dışı bırakır. Bir asır öncesine göre insan ömrünün uzadığı, ilk evlilik yaşının yükseldiği ve boşanmaların arttığı bir dünyada, yalnız yaşlanıp ölenlerin sayısı da giderek artmaktadır. Açıkçası, yaşlılık nedeniyle eşlerini kaybedenlerin yalnızlığı, özünde zaten dramatik olan ölüm meselesine insanoğlunun binlerce yıllık aşinalığından ötürü görece daha vakarlı bir tavır almaya izin veren sıradan bir olay olarak anlaşılabilirken, buna karşın, bir şekilde hiç evlenmemiş; yan yana ama izole şekilde yaşlanan bireylerin durumu çağdaş bir fenomen olarak karşımıza çıkar:

1950’de 65 yaşın üzerinde sadece on Amerikalıdan biri yalnız yaşarken, bugün yaklaşık 3 Amerikalıdan biri yalnız yaşamaktadır ve bu durumun sıklığı daha yaşlılar

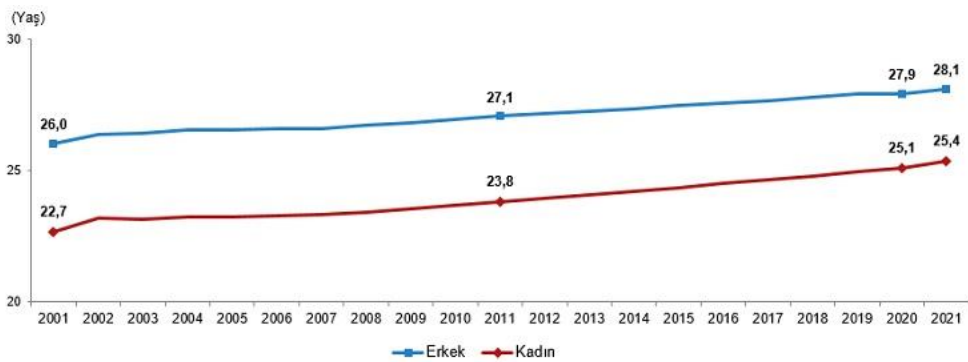
¹⁷ Çevrimiçi yazının tamamı için bkz. <https://content.utne.com/mind-and-body/the-quirkyalone/>

-75 yaş ve üzeri- arasında daha yüksektir. Benzer bir durum Avrupa’da da var. Bazı ulusal değişkenliklere rağmen Avrupa Komisyonu 2010 yılında kıtadaki yaşlıların üçte birinin yalnız yaşadığını tahmin etmiştir. Aynı yıl Japonya’da 65 yaş üzeri on erkekten ve beş kadından biri yalnız yaşıyordu. Fakat bu bile 1950’den bu yana dramatik bir artışı temsil etmektedir ve hükümet gelecek yirmi yıl içinde bir dalga beklemektedir. Aynı durum, halihazırda nüfus bilimcilerin yalnız yaşlanma artışından kaygı duydukları Hindistan, Çin ve Güney Kore için de geçerlidir (Klinenberg, 2013: 157).

Ulrich Beck de Almanya’da tek kişilik evlerin genel içindeki payının %35’i geçtiğine ve yalnız yaşamayı tercih edenlerin sayısının devamlı şekilde artma eğiliminde olduğuna dikkat çeker (Beck, 2012: 36). Gelişmiş dünya nüfusunun durumunun böyle devam etmesi halinde yakın gelecekte tek kişilik hanelerden oluşan modern toplumlarla mı karşı karşıya kalacağız? Öte yandan, aceleci bir çıkarımla bu durumu küresel kapitalizmin krizlerine veya geleceğine ilişkin belirsizliğine indirgemek de pek mantıklı görünmemektedir. Zira en müreffeh ülkelerin başında sayılan İsveç, aynı zamanda yalnız yaşlananların yaşadığı ülkeler arasında ilk sırada yer almaktadır: “Tüm meskenlerin yaklaşık %47’sinde sadece bir kişi yaşamaktadır ya da daha spesifik olarak, Stockholm’deki tüm meskenlerin %60’ı tek başına yaşayan bir kişi tarafından işgal edilmektedir” (Klinenberg, 2013: 212).

Henüz bu kadar belirgin olmamakla birlikte ülkemizde de evlenmemenin tetiklediği yalnız yaşlanma olgusuna yol açabilecek potansiyel işaretler görülmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK] (2022) verileri, 2001-2021 yılları arasında ortalama ilk evlilik yaşının her iki cinsiyet için de istikrarlı biçimde artma eğiliminde olduğunu göstermektedir:

Tablo 3. Cinsiyete Göre Ortalama İlk Evlenme Yaşı, 2001-2021



İlk evlilik ortalama yaşı 2001 yılında erkeklerde 26,0’dan 2021’de 28,1’e yükselirken, kadınlarda ise 2001’de 22,7’den 2021’de 25,4’e yükselmiştir. Ortalama ömür süresinin uzaması, bu ömür süreci içinde ergenliğe özgü sürenin uzaması, 90’larda ortaya çıkan ve çocuğa karşı korumacı/şımartıcı tutumlarla özdeşleştirilen “helikopter ebeveynlik” tarzının gençlerde yetişkin sorumluluklarını üstlenme gönülsüzlüğünü pekiştirmesi, eğitim ve kariyer

süreçlerinin uzaması, sekülerleşmeyle birlikte insana, doğaya ve topluma karşı yabancılaştırıcı; narsistik, materyalist ve hedonist yaşam tarzının yükselişi ve günlük yaşamın her alanını kuşatan internet-tabanlı dijital devrim... Tüm bu toplumsal değişim olguları, evlenmek isteyip evlenemeyenleri, hiç evlenmek istemeyenleri, boşanma oranlarını ve boşanmış olanların evliliğe ilişkin bakışlarını derinden ve karmaşık biçimlerde etkilemektedir kuşkusuz.

Bu bağlamda, romantik ilişki yaşamının açmazları sonucunda yalnız yaşlanmaya örnek olan bir vakayı paylaşmak, yakın gelecekte gençlerin nasıl bir yaşantıyla karşılaşma ihtimali içinde olduklarına dair bir fikir vermesi açısından önemli olabilir. Yalnız yaşlanan hayatlar üzerine CNN Türk'ün yapımcısı olduğu “O” Belgeseli'nin bir bölümünün hayatını konu aldığı Mehmet Eymir (72) yalnız yaşlanmaya doğru evrilen yaşamını şöyle özetler:

1950 yılında İstanbul'da doğdum. İlkokulda Galatasaray'a başladım. Lise bitene kadar Galatasaraylıydım. Ailemin birtakım maddi olanakları fazla olmadığı için Fransız Konsoloslğu tarafından açılan bir burs sınavına girdim. Orada Sorbonne Üniversitesi'ni kazandım. İşte o Sorbonne'un son 2 yılı yaşamımı altüst eden yıllar oldu. Ve orada Fransız kökenli Cezayirli bir hanımla tanıştık. En büyük hata belki de! Bu kızcağız orada kraliyet sülalesinden geliyormuş. Kaprisi sonsuz. İlk tanışmamız da onun kraliyet sülalesinden gelmesinin kapisleri üzerine oldu. Beraber Türkiye'ye döndük. O, yapamadı. Yıllarca süren kavgalar sonucunda ülkesine döndü. Ben burada kaldım. Yaşamımı kitap tercüme ederek kazandım. Ama ihtiyaçlarımı kazandım. Yıllar öyle geçti. Bir beyin kanaması geçirdim. Beyin kanamasının ardından gözümü burada [Darülaceze] açtım. Varlığımı biliyordum ama yerini filan hiç bilmiyordum. O gün bugündür iki seneyi geçiyor burada yaşıyorum. Yaşamaya çalışıyorum. Konuşacak kişi bulmak çok zor. Arkadaşlık bir şeyleri paylaşarak olan bir şey. Bu 72 yılın 50 yılı heba olmuş yıllar, bana göre. Ne diye okulda tanıştığın bir hanımla hiç tanımadan yaşamı bölüşmeye kalktın! Bu 14 sene sürdü. Ben sosyologum. Sosyoloji bitirdim. Mesleğimi yapmak isterdim. 40'larıma dönmek isterim. Çevrede sükse yaptığım yıllardı o yıllar. Benimsemesiniz dahi birtakım şeyler konusunda donanımlı olabildiğiniz yıllardı. El alem... “İşte şu öğrenci çevirmiş, vay be!” filan diyordu. Sükse dediğim o. Kendi kendimle çok kavga ediyorum. Düne ilişkin, bugüne ilişkin, bir de yarına ilişkin. Ne bileyim “Yalnızlık, insanın en büyük silahıdır” diye bir şey ezberlemişiz kafamızdan. Doğru bir şey değilmiş demek (CNN Türk, 2021).

4. Sonuç

Bu çalışmanın ilk tohumları, günümüzde bireylerin -özellikle de gençlerin- rastlantısal, dürtüsel, hazcı eğilimlerinin temel sosyal nedenlerine ilişkin bilimsel bir ilgiden yola çıkmıştır. Bu amaçla, makro düzeyde, araçsal akılcılığın hâkim olduğu kapitalist modernleşmenin tarihsel-toplumsal süreçte ürettiği bireycilik, tüketim toplumu ve popüler kültürün nasıl yeni normalimiz haline geldiği; huzursuz insanın sosyal ilişkilerini -bilhassa da yakın ilişki kurma

biçimlerini- nasıl etkilediği üzerinde durulmuştur. Bununla birlikte, sosyo-kültürel teamüllerin by pass edilmesiyle yükselen bir kitlesel egosantrizm veya kültürel narsisizmin orta-uzun vadede yalnız yaşlanan bir toplumu ortaya çıkarması ihtimaline dikkat çekilmiştir.

Narsisizm kültürü, hiçbir sorumluluğun altına girmeksizin ve ciddi gayret göstermeksizin, dünyanın, tüm olanaklarını kendisinin önüne sermesi gerektiğine dair kof özgüvene dayalı bir “yüksek beklentiler” kümesinden oluşur. Başkalarının duygu ve düşüncelerini önemsemeksizin bireyin yalnızca kendi varlığına yönelik ihtiyaçlarının hemen şimdi ve burada karşılanmasına dayanan bu egosantrik tutum, karşılaşılan olayların sonrasına ilişkin bir tefekkür süreci olmaksızın fevriliğin kışkırttığı dürtüsel hareket tarzını onaylar, dobralık adı altında her şeyi dilediği herkese utanmaksızın söyleyebilmeye dayalı filtresiz bir dilin kullanımını destekler. Başkalarını kendi hedeflerini elde etmek için azami düzeyde kullanmaya dayalı hesapçı bir aklın benimsendiği böylesi bir toplumsal atmosfer, tüm sosyal ilişkilerde olduğu gibi, duygusal derinliğe sahip olması gereken romantik ilişkilerde de sahicilik, güven, sadakat, empati vb. hasletleri yerinden eder. Ne var ki, can alıcı soru hala masadadır: Bu ahir zamanlarda nasıl bir aşk etiği derinlikli, anlamlı ve istikrarlı ilişkilerin inşasına katkı sunabilir? Hangi sosyal politikalar yalnız yaşlanma fenomeniyle yakın gelecekte karşılaşmaya engel olabilir? Genel ahlakı tartışmanın çoğu zaman bizatihi kendisi *tartışmalı* olduğu için bu sorulara kuramsal düzeyde yanıt vermek elbette hiç kolay değildir. Bu nedenle, bu sorunların yanıtlanmasında disiplinler arası bir yaklaşımla yürütülecek güncel ampirik çalışmalara ihtiyaç vardır. Zira günün sonunda insanlık, “aile olma/yuva kurma” biçimlerini sabote eden bu nesneleştirici eğilimlerin kaynağını yine toplumsal bağlamında bulup bertaraf etmek durumundadır.

Kaynakça

- Adorno, T. W. (2005). “Kültür Endüstrisini Yeniden Düşünürken”. (B. O. Doğan, Çev.). *Cogito Adorno: Kitle, Melankoli, Felsefe Özel Sayısı* (E. E. Çakmak ed.) içinde. Yapı Kredi Yayınları, sayı: 36, s.76-84.
- Adorno, T. W., Horkheimer, M. (2010). *Aydınlanmanın Diyalektiği*. (N. Ülner, E. Ö. Karadoğan, Çev.). Kabalcı Yayınevi.
- American Psychiatric Association. [APA] (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. (DSM-5). American Psychiatric Publishing.
- Ansari, A. (2016). *Modern Zamanlarda Aşk*. (E. O. Gezmiş, Çev.). Pegasus Yayınları.

- Arslan M. (2006). *Değişim Sürecinde Yeni Dindarlık Formları: “Yeni Çağ” İnanışları Örneği*. Değer Eğitimi Dergisi. 4 (11), 9-25.
- Atalay, G. E., Akhuy, N. K., Candan, T., Çoban, G., Güneş, Z. (2019). “Son Beş Yılda Türkiye’de Boşanmalara Etki Eden Bir Faktör Olarak Yeni Medya Teknolojileri ve Sosyal Medya”, *II. Halit Aydın Bilim ve Araştırma Ödülleri 2018* içinde. İAÜ TARMER.
- Bauer, T. (2022). *Dünyanın Tekdüzeleşmesi: Müphemlik ve Çeşitlilik Kaybı Üzerine*. (M. Kaya, Çev.). Albaraka Yayınları.
- Bauman, Z. (2011). *Bireyselleşmiş Toplum*. (Y. Alogan, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2017). *Akışkan Aşk: İnsan İlişkilerinin Dayanıksızlığı*. (I. Ergüden, Çev.). Alfa Yayınları.
- Beck, U. (2012). “Özgürlük ya da Aşk: Aile İçinde ve Dışında, Birlikte, Ayrı, Karşı Karşıya Olmaları Üzerine.” *Aşkın Normal Kaosu* (N. Ermiş, Çev.) içinde. İmge Yayınları.
- Bourdieu, P. (2009). *Bekârlar Balosu*. (Ç. Eroğlu, Çev.). Dost Kitabevi Yayınları.
- Bourdieu, P., Wacquant, L. (2021). *Düşünümsel Sosyolojiye Davet*. (N. Ökten, Çev.). İletişim Yayınları.
- Cagen, S. (2004). *Quirkyalone: A Manifest for Uncompromising Romantics*. HarperSanFrancisco.
- CNN Türk (Yapımcı). (2021). “O” Yarım – “O” Belgeseli. <https://www.cnnturk.com/tv-cnn-turk/belgeseller/o-belgeseli/o-yarim> adresinden edinilmiştir.
- Comte-Sponville, A. (2012). *Kapitalizm Ahlaki midir? Zamanımızın Kimi Gülünçlükleri ve Zorbalıkları Üzerine*. (D. Yankaya, Çev.). İletişim Yayınları.
- Csikszentmihalyi, M. (2017). *Akış: Mutluluk Bilimi*. (B. Satışmış, Çev.). Buzdağı Yayınevi.
- De Botton, A. (2021). *Statü Endişesi*. (A. S. Bayer, Çev.). Sel Yayıncılık.
- Durvasula, R. S. (2021). “Sen Benim Kim Olduğumu Biliyor musun?” *Narsisizm, Ayrıcalık Sanrısı ve Kabalık Çağında Ruh Sağlığımızı Korumak*. (N. D. Ünalçın, Çev.). Görünmezadam Yayıncılık.
- Frisch, M. (2019). *Homo Faber*. (S. Duru, Çev.). Can Yayınları.
- Fromm, E. (2005). *Sağlıklı Toplum*. (Y. Salman, Z. Tanrısever, Çev.). Payel Yayınları.
- GALLUP. (2022). *Global Emotions Report*. <https://www.gallup.com/analytics/349280/gallup-global-emotions-report.aspx> adresinden edinilmiştir.
- Giddens, A. (1994). *Mahremiyetin Dönüşümü*. (İ. Şahin, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Habermas, J. (2001). *İletişimsel Eylem Kuramı*. (M. Tüzel, Çev.). Kabalcı Yayınları.

- Hari, J. (2019). *Kaybolan Bağlar: Depresyonun Gerçek Nedenleri ve Beklenmedik Çözümler*. (B. E. Aksoy, Çev.). Metis Yayınları.
- Keyes, R. (2019). *Hakikat Sonrası Çağ: Günümüz Dünyasında Yalancılık ve Aldatma*. (D. Özçetin, Çev.). Delidolu-Tudem Yayın Grubu.
- Klinenberg, E. (2013). *Going Solo: The Extraordinary Rise And Surprising Appeal Of Living Alone*. Penguin Books.
- Lasch, C. (2021). *Narsisizm Kültürü*. (A. Tekşen, Çev.). Alfa Yayınları.
- Löwy, M. (2018). *Demir Kafes*. (N. Çetinkaya, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Marcuse, H. (2002). *One-Dimensional Man: Studies in the Ideology of Advanced Industrial Society*. Routledge Classics.
- Marinoff, L. (2015). *Prozac 'i Bırak Platon 'a Bak*. (E. Başer, Çev.). Profil Yayıncılık.
- Marshall, G. (2020). "Eleştirel Kuram". *Sosyoloji Sözlüğü* (O. Akınhay, D. Kömürcü, Çev.) içinde. Bilim ve Sanat Yayınları. s.179-181.
- Marx, K., Engels, F. (2007). *The Communist Manifesto*. (F. Engels, Trans.). International Publishers.
- Moncrieff, J. (2017). *İlaçla Tedavi Efsanesi: Psikiyatrik İlaç Kullanımına Eleştirel Bir Bakış*. (T. Alıcı, Çev.). Metis Yayınları.
- Niedzwiecki, H. (2011). *Ben Özelim! Bireysellik Nasıl Yeni Konformizm Haline Geldi?* (S. Erduman, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Önderman, M. (2020). *Utancı: Sosyo-Kültürel Bir Fenomen*. Vakıfbank Kültür Yayınları.
- Packard, V. (2007). *The Hidden Persuaders*. New York: Ig Publishing.
- Sağlık Bakanlığı (2022). *Sağlık İstatistikleri Yıllığı 2019*. www.saglik.gov.tr/TR,84966/saglik-istatistikleri-yilligi-2019-yayinlanmistir.html adresinden edinilmiştir.
- Pines, A. M. (2020). *Aşık Olmak: Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz?* (M. Y. Uluengin, Çev.). İletişim Yayınları.
- Scheff, T. (2000). "Shame and the Social Bond: A Sociological Theory". In *Sociological Theory*. Vol. 18, No. 1, 84-99.
- Smith, A. (2018). *Ahlaki Duygular Kuramı*. (D. Kızılay, Çev.). Pinhan Yayıncılık.
- Swingewood, A. (2014). *Sosyolojik Düşüncenin Kısa Tarihi*. (O. Akınhay, Çev.). Agora Kitaplığı.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K. (2015). *Asrın Vebası: Narsisizm İletti*. (Ö. Korkmaz, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Tunç, A. (2018). *Bir Maniniz Yoksa Anneler Size Gelecek / 70'li Yıllarda Hayatımız*. Can Yayınları.

Türkiye İstatistik Kurumu (2022). *Evlenme ve Boşanma İstatistikleri 2021*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568> adresinden edinilmiştir.

We Are Social. (2022). *Digital 2022: Another Year of Bumper Growth*. <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/> adresinden edinilmiştir.

Yalçın, S. (2019). *Kara Kutu: Yüzleşme Vakti*. Kırmızı Kedi Yayınları.

Makale Bilgi Formu

Yazar(lar)ın Katkıları: Makale tek yazarlıdır.

Çıkar Çatışması Bildirimi: Yazar tarafından potansiyel çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Destek/Destekleyen Kuruluşlar: Bu araştırma için herhangi bir kamu kuruluşundan, özel veya kâr amacı gütmeyen sektörlerden hibe alınmamıştır.

Etik Onay ve Katılımcı Rızası: “Modern Zamanlarda Kaybolan Bağlar, Aşk Etiği ve Yalnız Yaşam Üzerine Sosyolojik Tefekkürler” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış, karşılaşılabilecek tüm etik ihlallerde “*Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi*” hiçbir sorumluluğu olmayıp, tüm sorumluluk yazarlara aittir.