



Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi

The Journal of International Social Research

Cilt: 9 Sayı: 43 Volume: 9 Issue: 43

Nisan 2016 April 2016

www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581

**UZAK FİLMİ'NİN VAROLUŞÇU TERAPİNİN TEMEL KAVRAMLARI AÇISINDAN
DEĞERLENDİRİLMESİ**
**AN ANALYSIS OF THE FILM "UZAK" IN TERMS OF FUNDAMENTAL CONCEPTS OF
EXISTENTIAL THERAPY**

Selda SAKIZCIOĞLU*
Nilüfer VOLTAN ACAR**

Öz

Bu çalışmada varoluşçu terapinin temel kavramlarının açıklanması, ayrıca bu kavramlarla ilişkili "Uzak" filminde yer alan sahnelerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla çalışmada öncelikle varoluşçu terapinin temel kavramları olan dünyada var olma, kaygı, yaşama ve ölme, özgürlük, sorumluluk ve seçim, soyutlanma ve sevmeye, anlam ve anlamsızlık, öz aşkınlık, özgünlük açıklanmış ve açıklanan kavramın hemen altında, filmde, o kavramla ilişkili sahnelere yer verilmiştir. Çalışma kapsamında filmin esas kahramanlarından Mahmut'un içinde bulunduğu yalnızlık, hayatının anlamını yitirishi, Yusuf'un sorumluluk olarak yaptığı seçimler, iş bulma ümidiyle geldiği büyük şehirde zamanla yaşamadaki değerlerini kaybederek içine düştüğü "boşluk" varoluşçu terapi açısından ortaya konmuştur. Sonuç olarak "Uzak" filminin varoluşçu terapi açısından yorumlanmaya uygun olduğu gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sinema, Varoluşçu Terapi, "Uzak", Film.

Abstract

The aim of this study is to explain fundamental concepts of existential therapy and to scrutinize the scenes relevant to these concepts in the movie titled "Uzak". For this purpose, the fundamental concepts of existential therapy, which are being-in-the-world, anxiety, life and death, freedom, responsibility and choices, isolation and love, meaning and meaninglessness, self-transcendence, authenticity are described, below each of which the scenes associated with the described concept are presented. In scope of the study, the loneliness of the hero of the plot, Mahmut, the loss of the meaning of his life, choices which Yusuf makes by assuming responsibility, and the "void" he falls into after gradually losing his life values in the big city he moves with the hope to find a job, are all explained in terms of existential therapy. In conclusion, the movie "Uzak" was observed to be suitable for interpretation in terms of existential therapy.

Keywords: Cinema, Existential Therapy, The Film "Uzak".

1. GİRİŞ

Varoluşçuluk, bireylerin kendi nesnel dünyalarıyla, diğer insanlarla ve kendi öz duygularıyla nasıl ilişki kurduklarıyla ilgilenir. Bireyler başkalarından soyutlanarak var olmadıkları için başkalarıyla dürüst ve samimi ilişkiler geliştirme baştanbaşa varoluşçu terapinin konusudur (Sharf, 2014: 144).

J. P. Sartre (1996), "İnsan, insanın geleceğidir." der ve "Bilir ki, desteksizdir kişiöğlü, yardımsızdır, her an insanı bulmak (keşfetmek) zorundadır." diye ekler. İnsanın insanı arama, bulma uğraşında bize en somut çerçeveyi sunan ise sanattır, sanat eserleridir. Sanat, her çağın sanatı aynı zamanda o çağın insanlık durumunu gösteren bir aynadır (aktaran, Savaş, 2001: 131). Sanat eserlerinden sinema, içinde bulunduğu toplumu bir yandan yansıtmakta, diğer yandan belirli şartlarda toplumu etkileme gücünü elinde bulundurmaktadır. Bu bakımdan sinema, toplumla ilişkisi çift yönlü olan bir araçtır (Yiğit, 2009; aktaran, Tümlü ve Voltan-Acar, 2014: 62). Sinema, sanatların en genci, ama insan varoluşunun en derinlerindeki sırlara ulaşmada en yetkinidir. Önemli akımların önemli yönetmenlerinin eserlerini izlemek, bunlar hakkında düşünmek, insanı sinema alanının da dışına, bambaşka bir düşünce ve var olma alanına çeken bir şeydir.

Geçmişten bugüne birçok yapımda, sinema ve psikoloji ile birlikte çalışılmıştır. Sinema karakterlerini ve öğelerini oluştururken psikoloji alanından, psikoloji de kendini ifade ederken somutlaştırma gereği duyduğunda sinemadaki görsellerden yararlanmışır (Köse, 2007). Nitekim bazı araştırmacılar, ruh sağlığı meslek elemanları yetiştirme sürecinde kişilik kuramları, çocuk gelişimi, psikopatoloji (Paddock, Terranova ve Giles, 2001), çiftlerle psikolojik danışma kuramları (Shepard ve Brew, 2005), psikolojik danışma kuramları, psikolojik danışmada tanı, müdahale, etik (Toman ve Rak, 2000), çok kültürlü psikolojik danışma (Villalba ve Redmond, 2008) gibi konuların

* Doktora Öğrencisi, Hacettepe Üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı.

** Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı.

öğretiminde filmlerden yararlanabileceğinden söz etmişlerdir (aktaran, Acar ve Voltan-Acar, 2013: 39). Aynı zamanda Babam ve Oğlum ve Issız Adam filmleri de çeşitli psikolojik danışma kuramları açısından incelenmiştir.

Varoluşçuluk, felsefi akımlar içinde sinemayla en güçlü bağı kuran akımdır. Varoluşçuluğun yaşama ve ölme, yalnızlık, özgürlük, seçim, sorumluluk, anlam ve anlamsızlık gibi en belirgin temalarını Forrest Gump, American Beauty, Amour, Manhattan, Vanilla Sky, Matrix gibi ünlü filmlerde görmek mümkündür. Türk sinemasında ise varoluşçu temaların izleri Ömer Kavur, Zeki Demirkubuz, Semih Kaplanoğlu, Nuri Bilge Ceylan gibi yönetmenlerin filmlerinde görülür. Bu filmlerden biri de Nuri Bilge Ceylan'ın senaristliğini ve yönetmenliğini yaptığı "Uzak" adlı filmidir.

20 Aralık 2002 tarihinde vizyona giren "Uzak" 64.000 kişi tarafından izlenmesine rağmen birçok ödüle layık görülmüştür. Filmin aldığı bazı ödüller şöyle sıralanabilir: 56. Cannes Film Festivali (2003), büyük ödül (Nuri Bilge Ceylan), en iyi erkek oyuncu (Mehmet Emin Toprak), en iyi erkek oyuncu (Muzaffer Özdemir); 39. Antalya Altın Portakal Film Festivali (2002), en iyi yönetmen (Nuri Bilge Ceylan), en iyi film, en iyi senaryo (Nuri Bilge Ceylan), en iyi yardımcı erkek oyuncu (Mehmet Emin Toprak); 14. Ankara Uluslar arası Film Festivali (2002), en iyi yönetmen (Nuri Bilge Ceylan), en iyi görüntü yönetmeni (Nuri Bilge Ceylan), en iyi kurgu (Nuri Bilge Ceylan), en iyi yardımcı kadın oyuncu (Zuhal Gencer Erkaya); 24. Siyad Türk Sineması Ödülleri (2002), en iyi film, en iyi yönetmen (Nuri Bilge Ceylan), en iyi görüntü yönetmeni (Nuri Bilge Ceylan); 22. Uluslar arası Film Festivali (2003), en iyi film, Dr. Nejat F. Eczacıbaşı Vakfı yılın en iyi Türk yönetmeni (Nuri Bilge Ceylan), FIPRESCI Ödülü; 25. Montpellier Film Festivali (2003), Altın Antigone (Nuri Bilge Ceylan) (wikipedia.org, 2014).

Yönetmenliğini ve senaristliğini Nuri Bilge Ceylan'ın üstlendiği "Uzak" 2002 yapımı, dram türü bir filmidir. Orijinal dili Türkçe olan 110 dakikalık filmin oyuncularını Muzaffer Özdemir (Mahmut), Mehmet Emin Toprak (Yusuf), Zuhal Gencer Erkaya (Nazan), Nazan Kırılmış (Serap), Feridun Koç (Kapıcı), Ebru Ceylan'dır. (Yusuf'un hoşlandığı genç kız). Filmin konusu ise kısaca şöyledir: Kasabasından kalkıp büyük gemilerde çalışmak ve dünyayı görmek amacıyla büyük kente, İstanbul'a, gelen genç Yusuf, daha önceden kente yerleşmiş olan akrabası Mahmut'un evine yerleşir. Yusuf, bu konaklamanın bir hafta kadar süreceğini söyleyerek gelmiştir fakat iş bulması geciktikçe, Mahmut, evindeki istenmeyen konuktan rahatsızlık duymaya başlar (wikipedia.org, 2014).

Bu çalışmada, özellikle günümüzün toplumunu yansıttığı düşünülen "Uzak" filminin, varoluşçu terapinin temel kavramlarıyla ilişkilendirilerek sunulması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda varoluşçu terapi kavramlarına ve bu kavramların "Uzak" filminden yansımalarına yer verilmiştir.

2. VAROLUŞÇU TERAPİNİN TEMEL KAVRAMLARI VE "UZAK" FİLMİNDEN BAZI SAHNELERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Varoluşçu psikoloji, bireylerin doğduklarında, geliştiklerinde ve var olduklarında karşılaştıkları dinamik veya sürekli değişen dönüşümlerle ilgilenir (Sharf, 2014: 149). Varoluşçu terapi, bireylerin, eyleme geçme özgürlüğünün risklerini ve sorumluluğunu kabul etmelerini sağlamayı hedeflemektedir. Varoluşçu terapi bireylerin, yaşamlarını tam anlamıyla sürdürmediklerini ve kendilerini, kapasitelerinin elverdiği birey haline getirecek seçimler yapmaları konusunda farkındalıklarının artması gerektiğini vurgular (Corey, 2008: 149). Dolayısıyla, insanlar ve varoluşlarıyla ilgili felsefi bir yaklaşıma dayalı olan varoluşçu psikoterapi, önemli yaşam temalarını ele alır. Bu bağlamda aşağıda varoluşçu terapi ile ilgili kavramlara, bu kavramlara ilişkin ayrıntılı bilgiye ve her bir kavrama ilişkin "Uzak" filminden bazı sahneler ve bazı diyaloglara yer verilmiştir.

2.1. Dünyada Var Olma

Bilinçli olarak kendilerinin ve başkalarının farkında olma becerisi insanları diğer türlerden ayırır. Boss (1963) ve Binswanger (1975), olaylar hakkında düşünebilen, olaylara tepki verebilen ve kendilerine anlam yükleyebilen bireylerin becerilerini kasteden "Dasein" ya da "dünyada var olma" terimini kullanmışlardır (aktaran, Sharf, 2014: 149). Başka bir deyişle, yaşam olayları kavramı, Dasein kavramı ile açıklanır ve bu yaşam olaylarına, birey olarak insanın bir anlam yüklediğini ifade eder.

Bireyin kendisini, kendi dünya tasarısı yoluyla gösterdiği düşünülür (Lawrence, 1960). Varoluşçular dünyada var olmanın dört yolunu belirlemişlerdir. İnsanoğlu eş zamanlı olarak Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt ve Überwelt'te var olur (Sharf, 2014: 150).

Umwelt, genel dünyevi deyişle, insanın etrafındaki nesnelere dünyasıdır. Tüm canlılar Umwelt'e sahiptir. Umwelt insanlar ve hayvanlar için biyolojik ihtiyaçları, dürtüleri ve içgüdüleri içerisinde barındırır (May, 2012). Umwelt; uyku ile uyanıklığın, doğum ile büyümenin, sınırlılık ile

biyolojik determinizmin dünyası olmanın yanında, her insanın içine "fırlatıldığı dünya" ve yine her insanın uyum sağlamak durumunda olduğu dünyadır (Hjertaas, 2004: 398). Dolayısıyla Umwelt, insanın çevresindeki nesnelere dünyası ya da doğal dünyadır. Umwelt, biyolojik dünyayı ya da çevreyi kasteder.

Mitwelt, "dünyayla" anlamına gelir ve insanların kendi aralarındaki ilişkilerin dünyasıdır. Mitwelt'in ayrıştırıcı niteliği, bir hayvan sürüsü ile bir grup insan arasındaki farkları kaydederken görülebilir. Hayvanların bir çevresi, insanlarınsa bir dünyası olduğu söylenebilir (Lawrence, 1960). Mitwelt'te uyum için doğru kategoriyi sunan terim "ilişki"dir (May, 2012). Mitwelt, sadece insanoğlunun sahip olabileceği ilişkileri kasteder. Başkalarıyla ilişkinin anlamı insanlar için, kendinin ne kadar ilişkinin içine girdiğine bağlıdır. Eğer birey, bir başkasının kendisini, ona uydurması konusunda ısrar ederse, onu bir kişiden ziyade bir araç olarak görür. Hiç kimse insanlardan kesin olarak "seks objesi" olarak bahsedemez. Keza kişi, birey için seks objesi olursa, artık bir "kişi"den bahsedilmez. İlişkinin özü, birbiriyle karşılaşan iki kişinin değişmesinde yatar (May, 2012). Kısacası Mitwelt, insan ilişkileriyle ilgilendir.

Eigenwelt, "öz dünya"dır ve öz-farkındalığı gerektirir ve sadece insanlarda bulunur. Eigenwelt sadece öznel, içsel bir deneyim olmaktan ziyade insanın gerçek dünyayı doğru görünümüyle gördüğü, ilişkileri üzerine kurduğu temeldir. Bir başka deyişle, Eigenwelt, insanın kendi varoluşunun bilincinde olmasıyla ilişkilidir.

Überwelt, kişinin manevi veya dini değerlerle ilişkisini anlatır ve Van Deurzen-Smith tarafından dünya hakkındaki inançların önemini vurgulamak için eklenmiştir. Überwelt, bireyin olmasını istediği dünyayı ifade eden ideal dünyadır (Sharf, 2014: 150). Diğer bir ifadeyle Überwelt, olan değil, istenen dünyadır.

Mahmut ile Yusuf televizyon izlerlerken...

Mahmut ile Yusuf salonda yan yana koltuklarda oturmakta ve televizyon izlemektedirler. Ancak Mahmut, Yusuf yokmuş gibi davranır ve onunla hiç konuşmaz. Bu durumdan sıkılan Yusuf, bir süre sonra yatmak için odasına çekilir.

Bu sahne, film boyunca birçok kez tekrarlanır. Varoluşçu terapide dünyada var olmanın dört yolundan biri Mitwelt'tir. Mitwelt, sadece insanoğlunun sahip olabileceği kişilerarası ilişkileri kasteder. Bu sahnede, Mahmut da Yusuf'la anlamlı ve içten bir ilişki kurmayı, yani Mitwelt'te (insan ilişkilerinde) olmak istemez. Mahmut, ayrıca yüzeysel ve samimiyete dayanmayan ilişki kurmasıyla, özgün birey olmadığını gösterir.

Mahmut ile Serap cinsel ilişkiye girdikten sonra...

Filmin başlarında Mahmut ile Serap birlikte olurlar. Bu sahneden sonra, Mahmut ile Serap, içki içtikleri bir mekânda karşılaşır. Serap'ın yanında biri vardır. Birbirlerini görürler ancak Mahmut, Serap'ı tanımazlıktan gelir ve içkisini içtikten sonra oradan ayrılır. Serap, bu durumdan rahatsız olur. Filmin ilerleyen bir sahnesinde Mahmut ile Serap tekrar birlikte olurlar fakat sonrasında Mahmut, Serap'la hiç konuşmaz. Serap, kendisini banyoya kilitler ve uzun bir süre öylece kalır. Kendini kötü hisseder ve ağlar. Daha sonra evden çıkmak üzere giyinir. Çıkarken durup Mahmut'a bakar. Ancak Mahmut, dönüp Serap'a bakmaz ve tek kelime dahi etmez.

Varoluşçu terapi ilişkide, her iki insanın karşılıklı farkındalığını vurgular ve ilişkinin anlamı, kişinin ilişkinin içine ne kadar girdiğine, karşındakini ne kadar yaşadığına bağlıdır. Kişiyi eğlence ya da seks objesi gibi nesne olarak davranıldığında, kişi kişisizleştirilir ve kişiye diğerinin ihtiyaçlarını karşılamanın bir yolu olan araç (Umwelt) olarak davranılır (May, 2012; Sharf, 2014.). Bu sahnelerden anlaşılacağı üzere; Mahmut da dışarıda karşılaştıklarında Serap'la konuşmayarak, hatta birlikte olduktan sonra Serap evden çıkarken onu görmemek için kafasını çevirerek Serap'ı cinsel doyum aracı olarak kullanır, ona bir nesne gibi davranır ve onu kişisizleştirir.

Mahmut ile Yusuf fotoğraf çekimi için gittikleri köyün camiinde...

Mahmut ile Yusuf fotoğraf çekmek için camiye girerler. Bu sırada imam ve cemaat namaz kılmaktadır. Mahmut ile Yusuf ise arkada rahat rahat oturup onları izlemektedirler.

Bu sahneden Mahmut ile Yusuf'un manevi ve dini değerlerinin zayıf olduğu, dolayısıyla Überwelt'te yeterince bulunmadıkları ifade edilebilir.

2.2. Kaygı

Kaygı -zevk ya da üzüntü gibi- birçok duygu arasında herhangi bir duygu değildir. Kaynağını insanın varoluşunun kendisinden alan, ontolojik bir insan niteliğidir. Kaygı, varoluşun merkezine yönelik ve hep var olan bir tehdittir (May, 2012). Başka bir deyişle kaygı, var olmanın temel doğasından ortaya çıkar.

May, kaygıyı, normal kaygı ve nevrotik kaygı olmak üzere ikiye ayırır. Normal kaygıyı nevrotik kaygıdan ayıran üç özellik vardır. İlk olarak, normal kaygı, bireyin yaşamında ilgilendiği duruma uygundur. İkincisi, normal kaygı genellikle bastırılmaz. Üçüncüsü, normal kaygı ölmek, sorumluluk ve seçimler gibi varoluşçu ikilemlerle yüzleşmek için bir fırsat sağlayabilir (aktaran, Sharf, 2014: 152-153; Corey, 2008: 161). Kısacası, normal kaygı gelişim için potansiyel bir kaynak olarak görülebilir.

Normal kaygının önemli bir alt kümesi ve varoluşçu psikoterapistlerin ilgi odağı varoluşçu kaygıdır. Varoluş kaygısı, normal kaygının yapıcı şeklidir ve gelişim için uyarıcı bir nitelik taşıyabilir. Bu kaygı, özgürlüğün giderek daha çok farkına varıldığında yaşanır ve bunun sonucu olarak özgürlük ya kabullenilir ya da reddedilir (Corey, 2008: 161). Bir başka deyişle, varoluş kaygısı bireyin yaşamının, sorumluluğunun, özgürlüğünün farkında olabilmesi için bir uyarıcı niteliği taşır.

Lucas (2005: 337) varoluşçu kaygıyı, kişinin geçmişinde, bir seçim yapmadığı için duyduğu pişmanlıktan kaynaklanan bir durum olarak görür. Bu pişmanlık, kişiyi, kendini ifşa etmesi için varoluşçu suçluluk duygusuna götürebilir (aktaran, Sharf, 2014: 153).

Nevrotik kaygı ise tam tersine şişirilen ya da belirli bir olay için uygun olmayan bir tepkidir (Sharf, 2014: 153). Nevrotik kaygı, kişinin durumunun abartılmasını içermektedir. Yıkıcı ve paralyze edicidir, bastırılma eğilimindedir (Murdock, 2013). Dolayısıyla varoluşçu kaygıda pişmanlık ve suçluluk duygusu egemenken, nevrotik kaygıda uygun olmayan tepkiler görülür.

Yusuf İstanbul'a gelmiş ve bir apartmanın önünde beklerken...

Mahmut'un akrabası Yusuf, memleketten İstanbul'a geliyor. Kapısı kapalı bir apartmanın önünde bekliyor. Mahmut'un kaldığı dairenin ziline basıyor ancak cevap vermiyor, kapı açılmıyor. Yusuf, çaresizce etrafına bakıyor ve "off"luyor.

Yusuf, kasabasından, hiç bilmediği bir şehre gelmiştir. Bu şehirde, Mahmut'tan başka, tanıdığı hiç kimse, maddi imkânları kısıtlı olduğu için kalabileceği başka bir yer de yoktur. Dolayısıyla Mahmut'u bulamayan Yusuf'un hayatta kalmak, korunmak ve varlığını savunmakla yüz yüze geldiği ve içinde bulunduğu duruma uygun olan "normal kaygı" yaşadığı söylenebilir.

Mahmut ile eski karısı Nazan sohbet ederken...

Nazan ile Mahmut boşanmışlardır. Nazan, Orhan'la yeniden evlenmiştir. Orhan'a iyi bir iş teklifi geldiği için Kanada'ya yerleşeceklerdir ve Mahmut'a veda etmek istemiştir. Sohbet sırasında Mahmut ile Nazan boşanırken Nazan'ın hamile olduğu ve Mahmut'un zorlamasıyla kürtaj yaptırdığı anlaşılır. Nazan ile Orhan çocuk sahibi olamamışlar ve doktorlar bu durumun Nazan'ın daha önce yaptırdığı kürtajdan kaynaklandığını söylemişlerdir. Mahmut da doktorların nasıl bu kadar emin olabildiklerine şaşırır, Kanada'da tekrar doktora gitmelerini önerir ve başını yavaşça öne eğer.

Varoluşçulukta, suçluluk duygusu temel duygudur; geriye dönmek için derin bir arzu ve bilinçli seçim yapılarak başarısız olunan geçmiş deneyimi değiştirmeyi içeren varoluşsal pişmanlık da kapsar (Lucas, 2005: 341). Boşanmak üzere oldukları için, üç aylık hamileyken Nazan'ı kürtaja, Mahmut zorlamıştır. Mahmut geçmişte yaptığı bu seçim nedeniyle Nazan'ın anne olamamasına inanmak istemeyerek, ona Kanada'da tekrar doktora gitmesini önererek, açığa vurmak istemese de aslında suçluluk duyar.

Mahmut'un evindeki fare, tuzağa düştüğünde...

Mahmut'un evinde günlerdir bir fare vardır. Mahmut fareyi yakalamak için fare yapışkanı sürdüğü kartonu mutfağa koyar. Günler sonra bir gece bir sesle uyanırlar. Beklenen olur ve günlerce aranan fare nihayet kurulan tuzağa düşer. Mahmut, sabah olduğunda, kapıcıya, fareyi çöpe attıracağını söyler. Ancak Yusuf, farenin can çekişmesine dayanamaz ve bu işi üstlenir. Fareyi kartona sarıp naylon torbaya koyar ve torbanın ağzını bağlar. Sonra dışarı çıkıp torbayı çöpe atar. Torbanın etrafını hemen kediler sarar. Bunun üzerine Yusuf geri döner, torbayı duvara vurarak fareyi öldürür ve daha sonra çöpe atar.

Bu sahnede Yusuf, farenin sabaha kadar can çekişmesine göz yummak istemez. Fareyi alıp çöpe atar ancak, hala ölmediğini bildiği fareyi çöpe attığı için pişmanlık ve suçluluk duyar. Bu nedenle poşetin etrafını kediler sarınca, farenin canlı canlı kedilere yem olmasını istemez, geri döner ve fareyi, öldürdükten sonra çöpe atar.

2.3. Yaşama ve Ölme

Yalom (1980) şöyle der: "Hayatın en tartışmasız gerçeklerinden biri; her şeyin solmakta olduğudur, solmaktan korkulur ve her şeye rağmen, solup gitmekle yüzleşerek, korkuyla yüzleşerek yaşamak gerektiğidir." (aktaran, Whipple ve Tucker, 2012). Yaşamla ilgili kesin olan şey, sona ereceğidir. İnsan nasıl ya da ne kadar yaşayacağını bilmez, fakat ölümün farkında olmak kaçınılmazdır (Sharf, 2014: 153). Ölümün farkında olmak, insanı diğer canlılardan ayıran özelliklerden biridir.

Yaşam konusu düşünülürse, ölümün de düşünülmesi gerekir. Sonuçta birey, öleceği gerçeğine karşı kendisini savunursa yaşam tatsız ve anlamsız gelir. İnsan, ancak ölümlü olduğunun farkındaysa, projelerini tamamlamak için sonsuz zamanı olmadığını ve geçen her dakikanın çok önemli olduğunu bilir (Corey, 2008: 163). Öyleyse ölümün farkında olmak, bireyde korku yaratabilmesine rağmen bireyin yaşama daha fazla sarılmasının, yaratıcılığını geliştirmesinin ve hayatı dolu dolu yaşamasının kaynağı da olabilir. Dolayısıyla ölüm düşüncesi bireyi korur ve geliştirir.

Mahmut ile annesi hastanedeyken...

Annesi ameliyat olmuştur ve Mahmut, annesinin yanında refakatçi olarak kalır. Annesi acılar içindedir ve biraz yürümek ister. Hastane koridorunda yürürlerken Mahmut'un sigara içmesi üzerine konuşurlar.

Bu sahneden sonra Mahmut kendi evine döndüğünde, Yusuf'a sigarayı bıraktığını söyler. Belki de hasta annesini gören Mahmut'un, ölümün farkına vardığı, bu durumun da kendisinde korku yaratarak kendi ölümüyle yüz yüze gelmesine ve sigarayı bırakmasına neden olduğu söylenebilir.

2.4. Özgürlük, Sorumluluk ve Seçim

Varoluşçuluğun kendine özgü özelliği, kişilerin seçenekler arasından kendine uygun olanı seçme özgürlüğüne sahip olduklarını ve buna göre kaderlerini belirlediklerini vurgulamasıdır. Özgürlüğün farkında olmak, seçme sorumluluğunu verir. Birey, farkında olmasa bile, sürekli seçimler yapar (Norcross, 1987; aktaran, Murdock, 2013). Birey, sadece seçim yapmakta özgür değil, aynı zamanda seçimlerinden de sorumludur. Bu öyle bir sorumluluktur ki insanı özgürlükten korkutur, bireyi, yaşamın hükmediciliğine sarılmaya iter (Whipple ve Tucker, 2012).

İnsanın kendi hayatını yaşama özgürlüğü, bu durumun sorumluluğunu da beraberinde getirir. Bireyler, özgürlük arayışlarında kendi dünyalarından, kendi hayat planlarından ve kendi seçimlerinden sorumludurlar. Özgürlük, sorumluluk ve seçim terimleri, insanın hayatını yürütmekte hangi yönlerden sorumlu olacağı ve dolaylı olarak hangi değerlerin onun için önemli olduğunu seçmekte özgür olduğu için bütünsel olarak bağlantılıdır (Sharf, 2014: 154). Diğer bir ifadeyle; özgürlüğün farkında olmak ve özgürlük duygusunu yaşamak, seçme sorumluluğunu da beraberinde getirir.

İnsanın, seçme özgürlüğü bulunduğu için yaşamını yönlendirme sorumluluğunu kabullenmesi gerekir (Lawrence, 1960). Sorumluluk, kişinin kendi seçimlerinin olmasına ve özgürlükle dürüstçe baş etmeye atıfta bulunur. "Kötü talih" ile ilgili bir söyleminde Sartre (1971), "Güvensizlik, kişisel sorumlulukların kabul edilmemesidir." demiştir. Kötü talih ile ilgili kurulan cümlelere, "Bu yolda olmam çok doğal; çünkü, alkolik bir ailede büyüdüm." gibi bir örnek verilebilir. Sartre, ne tür bir insan haline geldiği konusunda sürekli seçimlerle yüzleşilmesi gerektiğini ve varoluşun bu tür seçimlerle hiçbir zaman sona erdirilemeyeceğini belirtir (aktaran, Corey, 2008: 156). Öyleyse "kötü talih", sorun için başkasının suçlanması ve kişinin kendi sorumluluğunu kabul etmemesidir.

İnsan yaşamından, eylemlerinden ve eyleme geçmekteki başarısızlıklarından kendisi sorumludur. Sartre'in bakış açısına göre insanlar, özgürlüğü suçlarlar. Var olma suçu, farkına vararak bir sorumluluğun yükümlülüğünden kaçmak veya tercihlerde bulunmamayı seçmektir (Whipple ve Tucker, 2012).

Kısacası varoluşçulara göre, özgür olmak ve insan olmak birbiriyle eş anlamlıdır. Sorumluluğun, değişim için temel koşul olduğu varsayılır. Özgürlük, seçim yapmaya; seçim de sorumluluğu beraberinde getirerek insanların yaşamlarını inşa etmelerine olanak sağlar.

Yusuf ile Mahmut mutfakta sohbet ederlerken...

Mahmut, Yusuf'un neden İstanbul'a geldiğini anlamak ister. Yusuf, kasabadaki fabrika kapatıldığı için işsiz kaldığını, gemilerde çalışmak için İstanbul'a geldiğini ifade eder. Mahmut, Yusuf'a gemilerde çalışmanın kolay olmadığını, yalnız kalacağını söyler. Ancak Yusuf, gezmeyi sevdiğini, para kazanmak için geldiğini ve kasabada kalırsa bir daha oradan çıkmasının mümkün olmayacağını anlatır.

Yusuf, köyde kalmayıp İstanbul'a gelerek bir seçim yapmıştır. Bu seçimle adeta bundan sonraki yaşamını ve varoluşunu şekillendirmiş, değiştirmiştir. Varoluşçu terapide değişim için, sorumluluk şarttır. Yusuf da para kazanmak amacıyla kasabadan ayrılmış ve yaşamına bambaşka bir yön vermiştir. Mahmut, gemilerde çalışmanın getirebileceği sıkıntılara dikkat çekmesine rağmen, Yusuf seçiminden dolayı kararlı, bu doğrultuda ilerlerken karşılaşılabileceği güçlüklerin sorumluluğunu almış görünür.

Mahmut ile Nazan veda etmek için buluştuklarında...

Nazan ile Mahmut boşanmaya karar verdiklerinde Nazan üç aylık hamiledir ve Mahmut'un zorlamasıyla kürtaj yaptırır. Bu olaydan sonra Nazan, ikinci evliliğinde çocuk sahibi olamaz.

Nazan: Doktora çok para harcadığımız için bu evi satmak istiyorum.

Mahmut: Çocuk olmamasının sebebi boşanırken yaptırdığımız kürtaj mı? Doktorlar nasıl bu kadar emin olabiliyorlar?

Nazan: Ben alıştım da Orhan alışamadı. Çocukları çok seviyor. "İstiyorsan bırak beni." dedim. Bırakmıyor da.

Varoluşçu terapiye göre insanlar, seçimlerinde özgürdür. Ancak seçim yaptıklarında seçimin diğer yanıyla da yaşamak zorundadırlar. Nazan, hamileyken kürtaj yaptırarak bir seçimde bulunur ancak, sonucunda bir daha çocuk sahibi olamama ile karşı karşıya kalır. Kürtaj yaptırmasa bir çocuğu olacaktı. Orhan da Nazan'dan boşanmak istemez. Eğer boşanmayı seçerse, bir başkasıyla evlenerek çocuk sahibi olabilir ya da kimseyle evlenmezse yalnızlıkla baş etmek zorunda kalabilir. Orhan, Nazan'dan boşanmamayı seçerek, diğerleriyle evlenmeme ve çocuk sahibi olamama kararıyla baş başa kalır ve seçiminin sorumluluğunu da üstlenir.

Nazan'ın gidişi...

Nazan, Mahmut'u arar ve ertesi gün Türkiye'den ayrılacaklarını söyleyerek veda eder. Mahmut, Nazan'a bir şey söyleyecek olur ancak susar. Ertesi gün Mahmut, havaalanına gider. Nazan ile eşinin gidişini gizli gizli izler.

Mahmut'un Nazan'a söylemek istedikleri vardır ancak söyleyemez. Karşısına çıkan imkânları değerlendiremediği için, geçmişte boşanma kararı alarak seçiminden dolayı suçluluk ve pişmanlık yaşar. Ayrıca varoluşçu terapiye göre insanlar seçim yaptıklarında, seçimin diğer yanıyla da yaşamak zorundadırlar (Sharf, 2014: 155). Mahmut da Nazan'dan boşanmayı seçerek, sonucunda yalnızlıkla baş başa kalır.

2.5. Soyutlanma ve Sevme

Yalom (1980), şuna dikkat çeker; kişi, başka biriyle ne kadar yakın olursa olsun tüm insanlar bu dünyaya yalnız gelir ve dünyadan yalnız başına ayrılırlar (aktaran, Whipple ve Tucker, 2012). Yalom, üç tip soyutlanmayı birbirinden ayırır. Bunlar; kişilerarası, içsel ve varoluşsal soyutlanmadır. Kişilerarası soyutlanma coğrafi, psikolojik ya da sosyal açıdan diğerlerinden uzaklığı kasteder. İçsel soyutlanma, kendi isteklerinin farkına varmamak için savunma mekanizmasını ya da diğer metotları kullanarak kişi, kendini ayrı tuttuğunda gerçekleşir. Varoluşçu soyutlanma dünyadan ayrı olmaya göndermede bulunur ve varoluşçu soyutlanmada derin bir tür yalnızlık ve soyutlanma mevcuttur (Sharf, 2014: 155).

Yalom, kişilerarası soyutlanmanın, yalnızlık olarak yaşandığını ileri sürer. Yalnızlığın ve kişilerarası soyutlanmanın nedeni ise uygun sosyal becerilerin eksikliği ve doyum sağlayıcı etkileşime engel olan kişilik yapısı gibi değişkenlerdir (Adams, 2014).

Buber (1970), iki kişinin diğerini tamamen yaşadığı "ben-sen" ilişkisinin önemini vurgular. İlgilenmek, iki taraflı etkin ve diğer kişiyi tamamen yaşamının bir yolu olmalıdır. Olumlu bir kavram olan "ben paylaşımı"nda bağlantı kurma ya da düşkün olma duygusu, insan, bir anı diğerinin yaptığı şekilde yaşadığında gelişir. Bu, varoluşçu soyutlanmanın aksi olan varoluşçu temas etme hissini yaratır (Sharf, 2014: 156). Öyleyse varoluşçu terapiye göre yalnızlık, insanın vazgeçilmez bir yönüdür; hem yalnız hem de ilişkide bulunma bir ikilem gibi görünse de sonuç olarak insanlar yalnız doğarlar ve yalnız ölürlər.

Mahmut evdeyken telefon çalar.

Mahmut, akşam eve gelir. Ev telefonu çalar ancak Mahmut bakmaz. Arayan annesidir. Telesekretere not bırakır. Gündüz de aradığını ancak Mahmut'u bulamadığını söyler. Bunun üzerine Mahmut, telefonu eline alır, numarayı çevirir ancak telefon çalmadan vazgeçer ve telefonu kapatır.

Filmin başlarında geçen bu sahnede, Mahmut'un kişilerarası soyutlanma yaşadığı söylenebilir. Numarayı çevirir ancak annesiyle konuşmak istemediği için telefonu kapatır. Aslında Mahmut, annesiyle herhangi bir kırgınlığı olduğu için değil, kendini soyutladığı için, herhangi biriyle iletişim kurmak istemediğinden dolayı telefonu kapatır. Ayrıca Mahmut, tek başına yaşar. Dolayısıyla coğrafi ve sosyal açıdan ailesine uzak olduğundan bu sahnede kişilerarası soyutlanma kavramının görüldüğü ifade edilebilir.

Mahmut fotoğraf çekimi için gittiği köyden eve geldiğinde...

Mahmut, köyden geldikten sonra telesekreteri dinler. Mesajda, ablası, annelerinin hastalandığı, onu acile kaldırdıkları haberini verir. Bir sonraki mesajda ablası, annesinin ameliyat olacağını, kaç gündür refakatçi

kaldığından çocuklarının ortada kaldığını söyler, Mahmut'tan yardım ister ve bir cep telefonu bile almadığını söyleyerek onu sorumsuzlukla suçlar. Mahmut, mesajları dinler, kayıtsız ve tepkisiz kalır.

Mahmut, annesi için telaşlanmayarak ailesi ile ilişki kurma konusunda isteksiz olduğunu gösterir. Annesi için kaygı duymayarak, onunla bağlantı kurmaya çaba göstermeyerek Mahmut'un kişilerarası soyutlanma yaşadığı söylenebilir.

Final...

Mahmut tarafından, üstü kapalı hırsızlıkla suçlanan Yusuf evi terk eder. Olaydan bir gün sonra Nazan da Türkiye'den ayrılır. Mahmut, havaalanına giderek Nazan'ın gidişini gizli gizli izler. Havaalanından ayrıldıktan sonra denize karşı bir bankta oturur, Yusuf'un evde unuttuğu paketten bir sigara yakar ve dalıp gider.

Yusuf'un ve Nazan'ın gitmesi ile Mahmut yine derin yalnızlığına gömülür, tek kişilik dünyasıyla baş başa kalır. Belki de yaktığı sigara ile geçmişini bugüne taşır, hayatının nasıl bir yönde ilerlediğini, seçimlerini ya da anlamını nasıl yitirdiğini düşünmektedir.

2.6. Anlam ve Anlamsızlık

Varoluşçu psikoterapide bir diğer faktör, anlam arayışıdır. Yaşamın meydan okumalarından biri de; kimlik duygusunun yanı sıra yaşama sevinci verecek bir anlam yaratmak ve bulmaktır (Whipple ve Tucker, 2012). İnsanı ayıran özelliklerden biri de anlamlılık duygusuna sahip olmak ve yaşamda bir amaç edinmek için mücadele vermektir. Yaşamın anlamıyla ilgili sorular, insanların yaşamları boyunca farklı zamanlarda akıllarından çıkmayabilir. İnsanların aklından çıkmayan sorular; "Neden buradayım, yaşamdan ne istiyorum, bana yaşam amacını sağlayan nedir, yaşamda benim için anlamın kaynağı nedir?" sorularıdır (Corey, 2008: 159; Sharf, 2014: 156).

Anlam bulmadaki yaratıcılık ile yaşam doyumu, mutluluk ve psikolojik sağlık arasında önemli bir ilişki olduğunu vurgulamak gerekir (Adams, 2014). Anlam hissi, bireye dünyada olan olayları yorumlama yolu ve insanların nasıl yaşadıklarına ve nasıl yaşamayı istediklerine göre değerlerin gelişimi için bir araç sağlar (Sharf, 2014: 156).

Anlamsızlık olgusu, bir başka ifadeyle yaşamda anlam kaybı, yaşamın gerçeği olarak tanımlanır. Amacını ya da yaşamının anlamını yitirdiğini hisseden kişi, varoluşsal bir boşluk ve kaygı yaşar (Lawrence, 1960). Kısacası, anlam arayışı, insan olabilmeyin temel koşuludur; insanın anlam bulma çabası sürekli devam eder. Yaşamda anlam bulma, hedefler edinme ve değerler sistemi kazanma insanın önceliğidir.

Mahmut, arkadaşları ile yemek yemek için buluştuğunda onlarla sohbet ederken...

Mahmut ile arkadaşı arasında şöyle bir diyalog geçer:

Arkadaş: Para seni mutlu etmiyor. Şu masada geçmişini arıyorsun. Beyazsu Vadisi'nin tek bir kare fotoğrafını daha iyi açıdan çekebilmek için Reşko Tepesi'ne tırmandığımız günleri ne çabuk unuttun? Bize derdin ki "Sinemaya geçip Karkowski gibi filmler yapacağım.". Niye kendini saklıyorsun ki.

Mahmut: Oğlum bitti, bitti! Fotoğraf diye bir şey kalmadı.

Arkadaş: Bittiyi sen yarattın. İnsanlar kendileriyle yaşarlar, kendileriyle ölürler. Sen ölümünü çok erken ilân ettin. Sen gitmiyorsun diye hayat devam etmiyor anlamına gelmiyor.

Varoluşçu terapi, insanın bir anlam arayışı içinde olduğunu ve herkesin yaşamda bir amaç ve yaşama anlam katacak bir değer bulabileceğini vurgular. Mahmut bir fotoğrafçıdır fakat artık sanatsal çekimlere ilgisini kaybetmiş ve reklam fotoğrafçılığı yapar. Buradan hareketle, Mahmut'un eskiden çok sevdiği, kendisini heyecanlandıran ve zevk alarak yaptığı sanat fotoğrafçılığından vazgeçerek yaşamdaki amacını, bir başka deyişle yaşamının anlamını yitirdiği söylenebilir.

Mahmut ile Yusuf fotoğraf çekimi için gittikleri köyden dönerlerken...

Dönüş yolunda otlayan koyunlar, karşıda bir göl... Mahmut, manzarayı çok beğenir, tam fotoğrafçılık olduğunu düşünür. Tebessüm ederek etrafına bakar. Yusuf hemen kamerayı kurmak ister. Ama Mahmut, Yusuf'un tüm ısrarlarına rağmen "Boşver ya! Kim uğraşacak şimdi." diyerek yoluna devam eder.

Bu sahnede Mahmut, belki de eskiden hiç düşünmeden fotoğraflayacağı, çok beğendiği manzarayı çekmeden yoluna devam eder. Bu, hayatında heyecan duyduğu şeylerin artık anlamını yitirdiğini gösterir.

Yusuf, hoşlandığı kızı başkası ile gördükten sonra...

Yusuf, mahalledeki bir genç kızdan hoşlanmaktadır. Bir gün, hoşlandığı kızı takip eder. Genç kız, parkta bekler ve biraz sonra yanına bir erkek gelir, sarılarak oradan ayrılırlar. Yusuf da olup bitenleri gizli gizli izler.

Bu sahneden sonra Yusuf'ta büyük değişimler görülür. Tıpkı Mahmut'un yaptığı gibi içki içmeye, onları rahatsız edecek kadar başka kadınlara ilgi duymaya, vaktini televizyon karşısında geçirmeye başlar. Aynı zamanda iş bulmak için gittiği her kapı yüzüne kapandığından artık eskisi

gibi iş de aramaz. Bütün bunlardan hareketle Yusuf'un da hayatına anlam katan amacını kaybetmeye başladığı söylenebilir. Yusuf'un dünyada olan olayları yorumlama şekli ve yaşamla ilgili değerleri değişmeye başlamıştır, adeta bir boşluğa düşmüş gibidir.

Mahmut ile eski karısı Nazan sohbet ederlerken...

Mahmut ile Nazan boşanmışlardır. Nazan, Orhan'la evlenmiştir. Orhan'a iyi bir iş teklifi geldiği için Nazan'lar Kanada'ya yerleşeceklerdir. Bu nedenle Nazan, Mahmut'a veda etmek ister ve ikili buluşup bir süre konuşurlar. Sohbet sırasında aralarında şöyle bir diyalog geçer:

Nazan: Yeni bir ülkede, yeni bir hayata başlayacağız.

Mahmut: Zor!

Nazan: İnsanın geride bırakacağı bir şey olmayınca zor değil.

Yukarıdaki diyalogdan Nazan'ın kaybedeceği, bu ülkede yaşamına anlam katacak ve uğruna yaşayacağı bir şeyin olmadığını düşündüğü, dolayısıyla yaşama ilişkin anlamını yitirdiği söylenebilir. Yeni bir ülkede yeni bir yaşama başlama durumu onda yaşama sevinci yaratır. Ancak yeni bir ülkede yeni bir yaşama başlama fikrini Mahmut heyecan verici bulmaz, bu durumu "zor" olarak değerlendirir. Nazan ile Mahmut'un söz konusu duruma yaklaşımları birbirinden farklıdır. Anlam hissinin, bireye, dünyada olan olayları yorumlama olanağı sağladığı düşünüldüğünde Mahmut'un yaşamdaki anlamını kaybettiği söylenebilir.

2.7. Öz Aşkılık

İnsan, var olan, dinamik ve her an oluşmakta olan bir canlı olarak kavranırsa, o anki durumu aşma kapasitesi görmezden gelinemez. Bu kapasite özellikle sosyal ilişkilerde, daha geniş bir deyişle, normal bir kişinin toplumla olan ilişkisinde kendini gösterir. Öz farkındalık, öz aşkılık da beraberinde getirir. Kişinin, öteki olmadan, herhangi bir gerçekliği yoktur (May, 2012). Diğer bir deyişle; insanı insan yapan, diğer nesnelere ve insanlarla birlikte varoluşudur. İnsan, diğer insanlarla birlikte yaşadığı için insan olur. İnsan, etkileşimde bulunduğu kişinin dünyasına girmek için samimi olarak çaba göstermelidir.

Boss (1963), bireylerin kendi var oluşlarını anlama ve var olma sorumluluğunu alma becerisine sahip olmalarından dolayı, acil durumlarını aşma kapasitesine sahip olduklarına dikkat çekmiştir. Bireyler hayal etmeyi ve yaratıcılığı kullanarak, başkalarının farkında olabilmeleri ve onlara karşı sorumlu davranabilmeleri için kendi ihtiyaçlarını aşarlar. İnsan, kendini aşabilir ve kendini başkalarının yerine koyabilir ve başkalarının yaşayabileceği stres veya üzüntüyü hissedebilir (aktaran, Sharf, 2014: 157).

Yusuf annesi ile telefonda konuşurken...

Yusuf, Mahmut'tan gizli, annesini arar. Annesine dişinin ağrısının geçip geçmediğini sorar. Annesinden, diş işini ihmal etmemesini, dişini veresiye çektirmesini ister. Kazanınca parasını göndereceğini ifade eder. Annesi, Yusuf'u merak eder ve ne yaptığını sorar. Yusuf da annesine, kendisini düşünmemesini, iş aradığını söyler.

Bu sahnede, Yusuf'un öz aşkılık sergilediği söylenebilir. Günlerdir aramasına rağmen iş bulamaz, kendisini evinde istemeyen bir insanın yanında kalır. Zor durumda olmasına rağmen içinde bulunduğu durumu unutup annesine karşı sorumlu davranır, dişini çektirmese annesinin yaşayacağı stresi, acıyı, üzüntüyü hisseder. Kendisi daha zor durumda olmasına rağmen annesi için endişelenerek, Yusuf'un kendini aştığı düşünülebilir.

2.8. Özgünlüğü Arama

Özgünlüğe yolculuk, genellikle varoluşçu terapinin odağıdır. Kobasa ve Maddi (1977, aktaran, Sharf, 2014: 157-158), özgünlük kavramını, özgün bireylerin ve özgün olmayan bireylerin değerlerini, deneyimlerini, sosyal ilişkilerini, duygu ve düşüncelerini kıyaslayarak açıklarlar. Gerçekçi olmayan bireyler, başkalarının değerlerine dayanan hedeflere sahip olabilirler ve kendileri için neyin önemli olduğunun daha az bilincinde olabilirler. Gerçekçi bireylerin değer ve hedefleri daha çok kendilerindedir. Sosyal ilişkilerde, özgün olmayan bireyler yüzeysel ilişkilerle daha çok ilgilenirlerken, özgün bireyler samimiyete yönelirler. Kendilerinin farkında olan özgün bireyler, özgün olmayan bireylerden daha esnek ve değişime açıktırlar. Özgün kişi özgürlük, sorumluluk, ölüm, soyutlanma ve anlama ilgili konular üstüne varoluşsal kaygı yaşarlar. Özgün olmayan bireyler tersine, değiştirme ya da riskli kararlar alma cesaretine sahip olmadığından cesaretsizlik kadar, kaçan fırsatlarla ilgili suç da yaşarlar. Özgün kişi, kaygı üreten varoluşçu krizler yaşayabilirken; özgün olmayan birey, daha çok krizle başa çıkmanın psikopatolojik ve uyumsuz aracını yaşamaya yatkındır. Öyleyse özgün kişi; seçimlerini ve bunların sorumluluğunu kabul eden, özerk, kendisiyle ve toplumla bütünleşmiş, başkalarına karşı daha toleranslı, geçmiş ve gelecekte ziyade "şimdi ve burada" olan kişidir.

Mahmut, Yusuf'a, geldiği ilk gün kalacağı odayı gösterirken...

İstanbul'a geldiği ilk gün Mahmut ile Yusuf mutfakta biraz sohbet ederler. Ardından Mahmut, Yusuf'a kalacağı odayı gösterir. Bu sırada Mahmut, sert bir ifadeyle; "Sigara mutfakta içilecek, banyodaki tuvaleti değil, girişteki küçük tuvaleti kullanacağım." der.

Mahmut'un kendince oluşturduğu bir düzeni vardır. Bu düzenin bozulmasına pek tahammül edemez. Filmin ilerleyen sahnelerinde ayakkabılarını dolaba koymadığı için Yusuf'a sinirlenir ve ayakkabıları dolaba fırlatır. Yusuf'un açık unuttuğu lambaları sert bir şekilde kapatır. Mahmut, düzenini bozduğunu düşündüğü için Yusuf'u evinde istemez, bir an önce Yusuf'un iş bulup evinden gitmesini diler. Burada anlatılanlardan yola çıkarak Mahmut'un esnek ve değişime açık olmadığı, dolayısıyla özgün birey olmadığı söylenebilir.

Yusuf, Gemiciler Kahvehanesi'nde çay içerken...

Yusuf, gemilerde iş bulma ümidiyle sık sık Karaköy'e gider. Bir gün Gemiciler Kahvehanesi'nde otururken sohbet ettiği adam; "Senin gibiyken ben de öyle düşünüyordum. Ne parası ne pulu. Eve para gönderemedim. Tarzan gibi gidip geliyordum. Sen beni dinle, kafandan sil, o macera işi." der. Ancak Yusuf, adamın söylediklerini dikkate almaz, gülüp geçer.

Yusuf, kendisine bir hedef belirler. Bu hedef; gemilerde çalışmak, para kazanmak ve ailesine maddi yardımda bulunmaktır. Ayrıca kasabada iş imkânı olmadığı için bunu, bir çıkış yolu olarak görür. Bu konuda Yusuf, kendisi için neyin önemli olduğunun bilincindedir ve kendi değerlerine uygun bir hedefe sahiptir. Bu hedef âdeta Yusuf'un hayatına anlam katar. Yusuf, kahvehanedeki adamın söylediklerine kulak asmayıp hedefinden vazgeçmeyerek riskli bir karar alma cesareti gösterir. Dolayısıyla Yusuf'un özgün bir birey olduğu söylenebilir.

Yusuf'un evden ayrılışı...

Mahmut'un gümüş köstekli saati kaybolur. Yusuf'tan şüphelenir ve Yusuf'un çantasını arar. Yusuf eve geldiğinde Mahmut, ona saatini görüp görmediğini sorar. O da görmediğini söyler. Bu arada Mahmut, çekmeceleri karıştırırken aradığı saati bulur ancak bunu Yusuf'tan gizler. Odasına giden Yusuf, çantasının karıştırıldığını anlayınca ağlar ve Mahmut'a haber vermeden evden ayrılır.

Dürüst ve onurlu olmak, özgün bireyin özelliklerinden biridir (Murdock, 2013). Mahmut, evdeki krizle sağlıklı bir şekilde başa çıkamaz. Evindeki misafire hırsız muamelesi yapar. Saati bulduktan sonra gerçeği Yusuf'a açıklamak yerine, gizlemeyi tercih eder. Dolayısıyla Mahmut'un dürüst olmadığı, başka bir deyişle özgün bir birey olmadığı söylenebilir. Yaşanan olay karşısında onurlu bir davranış sergileyerek evden ayrılan Yusuf'un ise özgün bir birey olduğu düşünülebilir.

SONUÇ

Varoluşçu terapiye göre insan özgür, kendi yaptıklarından sorumlu ve davranışlarını belirleme gücüne, kendi geleceği ve şimdiki durumu için karar verme yetisine sahip bir varlıktır. Özgürlüğün getirdiği seçenekler arasından seçme gücü ise insan olmanın temel bir yönüdür. Birey sürekli gelişme, ilerleme ve değişim içerisindedir. O yüzden sürekli keşfedilmeye ve anlaşılmaya çalışılmalıdır. Varoluşçu terapiye göre bireyi anlamının yolu, fenomenal alanına girmekle mümkün olabilir. Bireylerin içsel dünyalarını, insanın insanla ilişkilerini ele alan sinema; insanları anlama ve eylemlerinin ne anlama geldiğini ifade etme açısından önemli bir unsurdur. Gerçek yaşamın sinemada damıtılarak sunulması, insana dair her şeyin filmlerde var olması mümkündür. Bu noktadan hareketle, "Uzak" filmi varoluşçu terapi kavramları açısından incelenerek, filme yeni bir boyut kazandırılmıştır.

Mahmut'un kendi içindeki yalnızlığı, insanlardan soyutlanmışlığı, çok sevdiği sanat fotoğrafçılığına ilgisini kaybederek bir anlamda, yaşamdaki amacını yitirdiği; kasabadan, iş bulma ve güzel bir yaşam sürme hayaliyle İstanbul'a gelen Yusuf'un hiç bilmediği bu şehirde, yaşamdaki değerlerini kaybederek nasıl bir "boşluğa" düştüğü varoluşçu terapinin kavramlarıyla ifade edilmiştir. "Uzak" filminin varoluşçu terapiye ilişkin birçok kavramı içerdiği ve bu kavramlara ilişkin örüntülerin filmin çeşitli sahnelerine yansıdığı söylenebilir. Bu nedenle bu çalışmanın, varoluşçu terapinin bireye bakışını anlamak isteyen alan çalışanlarına katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu film, sinema terapi" kapsamında bireylere farkındalık kazandırmada, bireylerin davranışlarının değiştirilmesinde bir metafor olarak kullanılabilir.

KAYNAKÇA

ACAR, Tülin ve VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2013). "Babam ve Oğlum Filminin Çok Kuşaklı/Kuşaklararası Aile Terapisinin Temel Kavramları Açısından Değerlendirilmesi", *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13 (1), s. 37-53.
ADAMS, Martin (2014). "Human Development and Existential Counselling Psychology", *Counselling Psychology Review*, 29 (2), p. 34-42.
COREY, Gerald (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*, (T. Ergene, Çev.), Ankara: Mentis Yayıncılık.

- HJERTAAS, T. (2004). "Adler and Binswanger: Individual Psychology and Existentialism", *Journal of Individual Psychology*, 60 (4), p. 396-407.
- KÖSE, Bahar (2007). "Panel: Sinemada Psikoterapistler ve Psikoterapi Etiği", *Türk Psikoloji Bülteni*, 13 (41), s. 1.
- LAWRENCE, A. Pervin (1960). "Existentialism, Psychology, and Psychotherapy", *American Psychologist*, 15 (5), p. 305-309.
- LUCAS, Marijo N. (2005). "Existential Regret", *Existential Analysis*, 16:2, p. 336-346.
- MAY, Rollo (2012). *Varoluşun Keşfi*, (Orijinal basım tarihi: 1983), (A. Babacan, Çev.). İstanbul: Okyanus Yayıncılık.
- MURDOCK, Nancy L. (2013). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*, (F. Akkoyun, Çev. Ed.), Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- SAVAŞ, Hakan (2001). *Sinema ve Varoluşçuluk*, Yayımlanmış Doktora Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- SHARF, Richard S. (2014). *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kavramlar ve Örnek Olaylar*, (5. basımdan çeviri), (N. Voltan-Acar, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- TÜMLÜ, G. Ülker ve VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2014). "İssız Adam Filminin Gerçeklik Terapisine Dayalı İncelenmesi", *İnsan&İnsan*, S. 2, s. 62-73.
- WHIPPLE, Jennifer, and TUCKER, Catherina (2012). "Using Cinema and Literature to Explore Existentialism", *Journal of Creativity in Mental Health*, S. 7, p. 95-106.
- wikipedia.org. http://tr.m.wikipedia.org/wiki/uzak_%28film,_2002%29. Erişim tarihi: 29.11.2014.