

## SEVGİ EMEĞİ

Sevgi Bağlarını Nasıl Kurar, Nasıl Koparız

**Stephen Grosz** 1952 yılında ABD'nin Indiana eyaletinde doğdu. California Berkeley Üniversitesi'nde ve Oxford Üniversitesi'nde okudu. Londra'da, Psikanaliz Enstitüsü'nde ve University College London'a bağlı Psikanaliz Birimi'nde ders veriyor. Yazıları *Financial Times Weekend Magazine*'de ve *Granta*'da yayınlandı. *İncelenen Hayatlar* ilk kitabıdır.

**Ali Karatay** 1971 yılında Filyos'ta (Zonguldak) doğdu. Kamu yönetimi ve iktisat alanlarında lisans, siyaset bilimi alanında yüksek lisans yaptı. Otuz beşten fazla kitap çeviren Karatay, İletişim Yayınları tarafından yayınlanan *Demir Çelik Karabük-Bir İşçi Kentinin Hikâyesi* kitabının da yazarıdır.

Stephen Grosz'un  
YKY'deki kitapları

İncelenen Hayatlar -  
Kendimizi Nasıl Yitirir, Nasıl Buluruz (2014)

Sevgi Emegi -  
Sevgi Bağlarımı Nasıl Kurar, Nasıl Kopardırız (2026)

**STEPHEN GROSZ**

**Sevgi Emeği**  
Sevgi Bağlarını Nasıl Kurar,  
Nasıl Koparıırız

**Deneme**

Çeviren  
Ali Karatay



YAPI KREDİ YAYINLARI

*Aileme, sevgiyle...*

Bir başka insanı sevmek, bütün görevlerimizin belki de en zorlusu, bütün diğer yapıp ettiklerimizi ona hazırlık olsun diye yaptığımız bir şeydir.

Rainer Maria Rilke,  
*Genç Bir Şaire Mektuplar*

Unutmayın ki bütün başarısızlıklarımız son tahlilde sevgi başarısızlıklarıdır.

Iris Murdoch, *Çan*

# İçindekiler

|                                 |
|---------------------------------|
| Önsöz: Teslimiyet • 11          |
| Evlen Benimle • 15              |
| Kaybedilmiş Sevgi • 33          |
| Tatmini İmkânsız Bir Arzu • 46  |
| Cinsi Münasebet: Üç Vaka • 66   |
| Bağlantılar • 77                |
| Hediye • 94                     |
| Kıvılcımlar • 98                |
| Sevgi ve Zaman • 104            |
| Eve Dönmek • 111                |
| Musallat • 114                  |
| Sonsöz: Sevgi ve Mutluluk • 133 |
| Kaynakça ve Notlar • 136        |
| Teşekkür • 142                  |

## Önsöz Teslimiyet

1983 yılının ilk ayının ilk pazartesi günü. Gökyüzü kararır; şiddetli ve soğuk bir yağmur yağıyor. Harley Caddesi'ne bir sürü taksi dolmuş. Trafik lambaları onlara yeşil yandığında bile yerlerinden kıpırdamıyorlar, sıkışık kalmış durumdadır. İnsanlar çarpışmalardan kaçınmak için bir o tarafa bir bu tarafa eğdikçe, şemsiyeleri tuhaf açılar yapıyor.

Upper Wimpole Caddesi 6 numarayı bulup zili çalıyorum. Resepsiyonist beni lambaderlerin aydınlattığı bir bekleme odasına yönlendiriyor. Odadaki şöminede kömür yanıyor. Koyu renkli döşemelerin üstüne büyük bir halı serilmiş. Odanın karşı ucuna geçip, kapıyı karşıdan görebileceğim bir yere oturuyorum.

Bir psikanalist olmak istiyorsanız önce kendinizi analiz ettireceksiniz; eğitim amaçlı bu analiz kendi psik(o)analiz (*psychoanalysis*) tarzımız üzerinde büyük etkiler yaratır –yaratmaması mümkün mü ki? Birazdan kendi psikanalizimin ilk seansına gireceğim.

Saat tam 09:00'da kapıda beliren Dr. Limentani hafifçe gülümseyip başıyla selamlıyor. Beni sade döşenmiş, bekleme odasından da sıcak bir odaya yönlendiren Bay Limentani, psikanaliz divanının arkasındaki kendi sandalyesine oturuyor.

“Rahatınıza bakın. Sandalyeye ya da kanepeye oturabilirsiniz.” Duraksıyor. “Bence kanepede daha rahat edersiniz.”

Dönüp kırk yıl geriye, psikanalistlik hayatımın bu ilk gününe baktığımda, dışarıdan gelen gürültünün yerini sessizliğe, soğuğun yerini sıcağa bıraktığını hatırlıyorum. O zamanki halimi de hatırlıyorum.

Otuz bir yaşında, toy bir insandım. Davranışlarına dürtülerin yön verdiği, yoğunluk ile derin bir yakınlığı (*intimacy*) sık sık birbirine karıştıran şıpsevдинin tekiydim. Gözümünden bir şey kaçmaz sanıyordum ama aşka popüler kültür hikâyelerinin dar ve daraltıcı penceresinden bakıyordum. Arkadaşlarıma aşkı sanki bir komitenin

atama yaparak en iyi şekilde doldurabileceği bir makamış gibi anlatıyordum. “Doğru” insanı buldum mu mutluluk kendiliğinden gelir sanıyordum.

İdrak edemediğim çok Şey vardı. Her birimizin kendi mutluluğundan sorumlu olduğunu idrak edememiştim. Kendime karşı anlayışlı ve özenli olmazsam, başkalarının bana karşı anlayışlı ve özenli olmasının pek beklenemeyeceğini de öyle.

Acıyı idrak edemiyordum. Başka bir insanı sevdiğimizde ıstırabını çektiğimiz çeşitli acıları –iştiyak, endişe, yas–, kaçınlması gereken hisler, ortadan kaldırılacak semptomlar olarak görüyordum. Acının neyi arzuladığımızı bilmemizi sağlayan elimizdeki en iyi araç olduğunu idrak edemiyordum.

Sevgi hakkında, sevginin ne olduğu, kimi neden sevdiğimiz hakkında kendimizi kandırır dururuz. Ama bu kendini kandırmaya bir son vermek de bizim elimizde. Sevgi emeği, kendimizi ve sevdiklerimizi nasılsak öyle görebilmek için hasretmemiz gereken bir emektir. Mevcut haliyle dünyaya dahil olma girişimimizdir. “Sevgi,” diye yazar Iris Murdoch, “bireylerin algılanmasıdır. Sevgi, insanın kendisi dışındaki Őeylerin gerçek olduğuna dair, son derece zorlukla ulaştığı bir kavrayıştır.” Ardından ekler: “Sevgi, gerçekliğin keşfidir”.

Sevgi hakkında aldığım ilk ders: Teslimiyet ile itaat arasında bir fark vardır.

Dr. Limentani'nin kanepesine uzandım ve akan gözyaşlarıma Őařtım kaldım. İlk seansımın büyük kısmında doğru dürüst konuşamadım bile. Őimdi düşünüyorum da, karşımda beni dinleyen birinin olduğunu ve yarın, ertesini gün, ben istediğim sürece orada olmaya devam edeceğini bilmenin yarattığı rahatlamaya verdiğim (ve o zamandan beri kendi hastalarımnda da gözlemlediğim) bir tepkiydi bu.

Birkaç gün geçip de nihayet konuşabilecek hale geldiğimde psikanalistime Oidipus kompleksinden, içe ve dışa yansıtılmalarımdan bahsettim. Freud ve Lacan, Klein ve Winnicott hakkındaki fikirlerimi anlattım. *Journal of the American Psychoanalytic Association* ve *International Journal of Psychoanalysis* dergilerinde son çıkan makaleler hakkındaki düşüncelerimi ifade ettim. Dr. Limentani

bir süre bu minvalde devam etmeme izin verdi, ta ki birkaç hafta sonra şu soruyu yöneltinceye kadar: “Psikanaliz teorisi hakkında benden çok konuştuğunuzun farkında mısınız?”

Ne söylemeye çalışıyordu? Soruyla yanıt verdim: “Freud *Psikanalize Giriş Dersleri*’nde psikanaliz pratiğinin psikanaliz teorisine dayandığını söylemiyor mu?”

“Tamam, psikanaliz teorisi hakkında da konuşabiliriz tabii” dedi. “Ama siz bu tartışmanın neresindesiniz?” Bir keresinde de şöyle sordu: “Neden bütün seanslarınızda size Freud ya da başka bir büyük psikanalist eşlik ediyor? Burada tek başınıza olmaktan niye bu kadar korkuyorsunuz?”

O zaman Dr. Limentani’nin psikanaliz teorisine sarılarak yanlışlıkla flört ettiğimi, klinik psikanalizle, yani pratiğin kendisiyle takılmam gerektiğini ima ettiğini düşünmüştüm. Ama anlaşıldı ki Dr. Limentani, varlığını fark edemeyecek kadar ayrılmaz parçam olmuş bir şeyi çözmeye başlamıştı.

Psikanaliz teorisi hakkındaki malumatfuruşluğuma ek olarak, inanılmaz derecede –ve belki de bir şartlanmışlıkla– itaatkâr bir hastaydım: Asla seanslarıma geç kalmadım, asla tek bir seansımı bile kaçırmadım, faturayı gelir gelmez ödedim. Dr. Limentani onu memnun etme, yapmamı istediğini düşündüğüm her şeyi yapma arzusunun farkındaydı. İlerleyen günlerde, eğer *itaat edersem* –yani onun olmamı istediğini sandığım türden bir hasta olursam– beni kabul edeceğine, bu kabulün de beni yücelteceğine, iyileştireceğine ve hayatıma dönmemi sağlayacağına inandığımı gösteren bir dizi net, kaçacak yer bırakmayan yorumda bulundu.

Benim için önem taşıyan diğer insanların çoğuna nasıl yaklaşıtıysam Dr. Limentani’ye de öyle yaklaşıyordum. Beni onamasının –sevgisinin– beni değiştireceği umuduyla, bana kanı kaynasın istiyordum. Yaptığı yorumlar sayesinde anlamaya başladım ki hayatımdaki temel bir örüntü olmaktan da öte, hayatımın ta kendisiydi bu.

Bir şeye teslim olmak ile itaat etmek arasında hayati önemde bir ayrım olduğunu artık net bir şekilde anlamıştım. Daha önce idrak etmiş olsam beni bazı acılardan kurtaracak bir ayrımdı bu. Teslim olmak; akışına bırakmak, kendini salmaktır. İki insan birbirine teslim olduğunda, yaşadıklarını, güçlendiklerini, kabullenildiklerini hissederek. Sevgiyi hissederek.

İtaat ya da itaatkârlık ise farklıdır. Bu da sevilme iştiyakıyla başlar ama başka bir insana itaat etmek bize onların kontrolü altına girmiş hissi verir. İtaat karşılıklı bir al ver ilişkisidir: Ben sana istediğini vereceğim –istediğin gibi *olacağım*–, bunun karşılığında sen de beni seveceksin. Bu anlaşma uygulanamaz bir anlaşma olduğundan başarısızlığa mahkûmdur ve itaat genellikle vazgeçiş ya da depresyon hislerini de beraberinde getirir.

Nihayet Dr. Limentani'ye güvenip bütün o teorik lafazanlıkları bir kenara bıraktığımda –yani psikanalize teslim olduğumda–, eskisi kadar sık gözyaşlarına boğulmadığımı fark ettim. (Keza ağlayınca dünyanın sonunun gelmediğini de anladım.) Teoriler dışında söyleyeceklerim vardı. Bunları tam olarak hangi kelimelerle ifade ettim, tam olarak ne yanıt aldım hatırlamıyorum ama hayatımda olup bitenlerden bahsetmiş olmalıyım: Kız arkadaşımın ayrılmam, araştırmalarım ve eğitimim hakkındaki hislerim, annemin kanseri. Sakin ama ısrarlı bir tavırla hislerimi, rüyalarımı ve ilişkilerimi anlatmamı isteyen Dr. Limentani, beni ağır aksak ilerleyen bir iç dünyamı haritalandırma sürecine soktu. Arzular şurada; haset burada; işte şurası kederin yeri.

İç dünyam ile dış dünyam arasındaki iletişim giderek iyileşti ve ben bunu bir kendini salma edimi olarak deneyimledim. Daha önce benim için birer muamma olan şeyleri artık daha iyi anlamlandırabildiğimi fark ettim. Dahası, yalnızlık hissim hafiflemiş, çıksızlık hissim ise ortadan kalkmıştı.

Psikanaliz sürecime başlarken Dr. Limentani'nin en başından itibaren benim hakkımda her şeyi bildiğine, psikanalist olmanın zaten bilmek anlamına geldiğine inanıyordum. Ama tam tersi doğrudur: Psikanaliz özel bir bilmeme formudur. Psikanaliz iki insanın birlikte bilmemesidir. Psikanaliz süreci, birlikte düşünme ve anlamlandırma sürecidir. Dr. Limentani'nin beni gerçekten tanımaya başlamasının –beni gerçekten tanımaya başlamamızın– tek yolu konuşmak ve dinlemekten geçiyordu.

# Evlen Benimle

## 1

Şu an 1989 yılından kalma Filofax ajandama bakıyorum ve Kasım ayının son Cumartesi gününü Cambridge'de, Kettle's Yard sergisinde geçirmeyi planlamış olduğumu görüyorum. Bir resim sergisini görme niyetindeydim. Cuma akşamı geç bir saatte Sophie A.'dan bir telefon alınca plan iptal olmuştu.

Sophie numaramı bir arkadaşından almıştı ve acilen birisiyle konuşma ihtiyacı duyuyordu. O ve nişanlısı Nicholas (Nick) son hafta sonlarını nikâh davetiyelerini postalanmaya hazır hale getirmekle geçirmişlerdi. Pazartesi sabahı Nick davetiyelerin yarısını alıp postaya vermişti. Sophie'nin sorumluluğunda olan altmış davetiye ise hâlâ onun ofisinde, çalışma masasının altındaki bir poşette duruyordu. Ne bunları postaya verecek, ne eve getirecek ne de Nick'e bu sorundan bahsedecek gücü kendisinde bulabilmişti. Ne yapacağını bilmiyordu. Hatta beni aramanın iyi bir fikir olduğundan bile emin değildi. Bir sonraki gün muayeneye gelmesini önerdim.

Ertesi gün randevu saati gelip çatığında Sophie ortada yoktu. On beş dakika geçip de hâlâ randevuya gelmeyince ya davetiyeleri nihayet gönderdiğini ya da nişanlısıyla sorunu konuşmuş, kararlarının sonuçlarıyla yüzleşmekte olduğunu düşündüm. Muayene odamın yanındaki küçük mutfakta kendime kahve hazırlayıp postalarımı kontrol ediyordum ki kapı zili çaldı.

Kapıda uzun boylu, şık giyimli bir kadın vardı. Düz ve siyah saçları tam çene hizasında alagarson stilinde kesilmiş, tel çerçeveli bir gözlük takmıştı. Kot pantolonu hariç giydiği her şey siyahtı. Tereddütlü adımlarla muayene odasına girdi. Kabanını çıkarmadan karşımdaki sandalyenin ucuna ilişen Sophie geç kaldığı için birkaç kez özür diledi. Gelirken anne babasının evine uğradığını, onlara davetiyelerden bahsetmek istediğini ama bunu yine yapamadığını anlattı.