

YAZAR HAKKINDA

1986 yılında İzmir’de doğdum. İzmir Ekonomi Üniversitesi İç Mimarlık Fakültesi’yle başlayan eğitim hayatımı NIU Üniversitesi Davranış Bilimleri ve Psikoloji bölümünden mezun olarak bitirdim. İnsan psikolojisi, davranış bilimleri ve kişisel gelişim üzerine eğitim veren birçok kuruluşun sertifika programlarına katıldım. Konuşmacı olarak katıldığım seminerlerde “Giyisileriniz Konuşuyor, Renk Terapisi, İlişki Yönetimi” üzerine eğitimler verdim.

New York Digital Film Academy’de kamera önü oyunculuk ve senaryo yazarlığı eğitimi aldım. Küçük yaşlardan itibaren tasarım ve illüstrasyonla ilgilendiğim için okurken kendi reklam ajansımı kurarak tasarımcılığa ilk adımımı attım.

19 yaşındayken Türkiye geneline dağıtımı yapılan bir magazin dergisi çıkardım. 5 yıl kendi dergimde genel yayın yönetmenliği yaptıktan sonra iş hayatıma firmaların marka yöneticiliği, reklam metin yazarlığı ve kurumsal tasarımcı olarak devam ettim.

Hayallerinin peşinden yol almaya devam eden bir düş bükücü olarak tasarımın her alanını denemeye devam ediyorum. “Kullanılabilir Sanat” fikriyle kurduğum tekstil markamın hem desinatörlüğünü yapıyorum hem içerik üretiminde çalışıyorum.

Kitap yazmak, çocukluğumdan beri kurduğum bir düşü. Masallara ve şiirlere âşık büyüdüm. İçimdeki yazma ve tasarım içgüdüleriyle *Ben Kendimi Hiç Böyle Görmemiştim Senden Önce* adlı ilk kitabımı kaleme aldım, Destek Yayınları tarafından basıldı.

Nefes aldığım sürece yazmaya, üretmeye ve düş kurup gerçekleştirmeye devam edeceğim.

Bana ulaşabileceğiniz sosyal medya hesaplarım:

<https://www.facebook.com/melisvemelina>

<https://www.instagram.com/melinavemelis>

<https://twitter.com/Melinavemelis>



DESTEK YAYINLARI: 1540

PSİKOLOJİ: 22

MELİS BOZKURT / KUSUR İMZADIR KUSURSUZLUK BİR YALAN!

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu

Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun

Yayın Koordinatörü: Özlem Esmegül

Üretim Koordinatörü: Semran Karaçayır

Editör: Özlem Esmegül

Son Okuma: Devrim Yalkut

Kapak Tasarım: Melike Doğan

Sayfa Düzeni: Melike Doğan

Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak-Mesud Topal

Destek Yayınları: Aralık 2021

Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-515-9

© Destek Yayınları

Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul

Tel. (0) 212 252 22 42

Faks: (0) 212 252 22 43

www.destekdukkani.com

info@destekyayinlari.com

facebook.com/DestekYayinevi

twitter.com/destekyayinlari

instagram.com/destekyayinlari



Destek Dukkan

Deniz Ofset – Çetin Koçak

Sertifika No. 48625

Maltepe Mahallesi

Hastane Yolu Sokak No. 1/6

Zeytinburnu / İstanbul



Davranış Bilimleri ve Psikoloji Uzmanı

MELİS BOZKURT

KUSUR İMZADIR
KUSURSUZLUK BİR YALAN!



Bu kitabın yazılmasında bana her zaman olduğu gibi sevgiyle
verdiği destek ve ilhamları için canım eşim Can Ertöz'e

Desteđini iyi ve kötü günde hep hissettirdiđi için Gözde & Ali Can
Bozkurt'a ve anneme

Aynaya baktığımda gördüğüm kişiden gurur duymamı sağlayan
canım babama

Hayatta hep daha iyi olmamı sağlayan canım kızım Melina'ya

Hiçbir destekten kaçınmayan Destek Yayınevi'nin Genel Yayın
Yönetmeni Ertürk Akşun ve sevgili editörüm Özlem Esmergül'e

Ve yolumun keřiřtiđi tüm güzel kalpli dostlarıma

Çok teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

YAZAR HAKKINDA	1
ÖNSÖZ	9
I. BÖLÜM	
KUSURLARIN KUSURSUZLUĞU	13
Kusursuzluk Arayışı	
Beğenilin!	
Sadece Beğenilin!	
Hunharca Beğenilin!	30
II. BÖLÜM	
ENDİŞE ÇAĞI	37
En mutlu 10 ülke	49
En mutsuz 10 ülke	50
Her 100 bin kişi üzerinden intihar oranları	50
Ey boşluk!	
Sen mi beni yeneceksin ben mi seni?	57
Benlik Alanı	66
Uygulama	68

Sınırların Önemi	
“Buralar benim.”	72
Sınır nedir?	74
“Hayır” diyebilmenin püf noktaları	77
Sınırlarımız olmadığında... ..	79
Kaybetme korkusu kaybettirir	79
Uygulama	80
Test:	85
Değerlendirme:	87
Senin Otoriten Kim?	
Kişisel Gelişim Endüstrisi	88
Elit Seçimler	91
Sadece İyi Olmak Neden Yetmiyor?	95
Magazin Baldan Tatlıdır	97
Test: Manipülasyon	102
Kalıcı Mutluluk Yoktur	
Yere Çakılıp Ayağa Kalkabilenlere Selam Olsun	105
Mutlu görünmek mutlu olmaya yeter mi?	114
İnsan toplumsal bir hayvandır!	117
Sevmeyi Öğrenmek	120
Narsistik İşler Bu İşler	
Doğrusunu Bilin	122

III. BÖLÜM

İSTATİSTİKLER, ARAŞTIRMALAR, DENEYLER VE TRAJEDİLER	127
Kusursuz Sayı Dünyası	127
Farklı Olmak İsterken, Birbirimize Benzedik: Neden?	131
Enerji Vampirlerine Dikkat!	134

IV. BÖLÜM

KUSUR, KIYMETLİDİR WABİ-SABİ	137
Wabi-Sabi'yi yaşam felsefesi olarak benimseyen ünlüler	141

V. BÖLÜM

KAHVE MOLASI	143
Kendinle Bir Kahve İçer miydin?	143
SON SÖZ	151
KAYNAKÇA	155

“Taklitten kaçınmak, intikamların en iyisidir.”

– Marcus Aurelius

ÖNSÖZ

Kusur nedir?

TDK'ya göre: Eksik, noksan, bozukluk, özür, sakatlık... Ancak bu tanım çok da bir şey ifade etmiyor. Çünkü bir şeyin neye göre eksik ya da bozuk olduğu konusuna bir açıklık getiremiyor. Sokrates'in felsefeye kattığı ve benim de yaşamımda dikkat ettiğim bir husus var, bahsettiğim kavramları önce tanımlamak. Böylece konuştuğum kişiler ya da okurlar kendi bildikleri üzerinden değil benim tanımım üzerinden okuma ya da dinleme yapabiliyorlar. Bu da aynı şeyden bahsediyor olmamız demek. Şimdi izninizle kusur kavramını felsefedeki anlamıyla tanımlayarak konuya gireyim.

Bildiğiniz gibi kavramları tanımlarken sadece kendilerini değil zıtlarını da kullanırız. Çünkü her zaman tanımlar kendini zıddıyla var ederler; güzel-çirkin, zayıf-şişman, karanlık-aydınlık, iyi-kötü gibi. Burada da önce kusursuzluğu anlamalıyız ki kusurun tanımını yapabilelim. Kusursuzluk nedir ki ondan farklı olan şey kusurlu olabiliyor?

Sizce kusursuz olan bir şey ya da bir varlık var mıdır diye sorduğumda alacağım yanıt tektir: Tanrı! Bilim insanları evrenin işleyişini de kusursuz olarak tanımlarlar çünkü bildiğimiz astronomi kurallarının dışına çıkmaz evren. Demek ki kusursuzluk bazen tutarlılıkla eşdeğer olabiliyor. Matematikte çember mükemmel geometrik şekil olarak kabul edilirken ezoterizmde daire tamlık ve kusursuzluk simgesi oluyor. Burada kaç farklı kusursuzluk tanımı olduğunu görebiliyoruz ve bunların arasında insanın doğası anılmıyor bile. Tam tersi

insanın ölümlü, kusurlu ve eksik olarak var olduğunu yazar tüm kutsal kitaplar. Hatta insanlığın savaş, özünde kendi kusurlarına karşı başlattığı mücadeledir. Şayet insan kusursuz olsaydı ahlak var olabilir miydi? Dinler indirilir miydi? Sufizme göre sufi tüm ömrü boyunca Tanrı'nın mükemmelliğine âşık olur, bu aşkla kusurlarından arınmaya çalışır. Çünkü insan ancak kendinden çok daha iyi olduğuna inandığı bir şeye âşık olur. Tüm iyiliklerin kaynağı, ezeli ve edebi, kusursuz olan tek varlık Tanrı'dır ve sanki aşk sırf Tanrı için var olmuş bir duygudur. Dünyada var olan her şey, iyiliğin bizzat kendisi olan Tanrı'dan geldiği için iyidir. İnsanın aşkının son ve en büyük nesnesi, Augustinus'a göre, Tanrı'dır.

Yine Bonaventura kusurlu, sonlu, bileşik, değişken ve olumsal varlıkların insanı sonsuz, yetkin, basit, değişmez ve zorunlu varlığa yükseltebileceğini söyler. Yetkinlik bir şeyin en üst olma durumudur. Bonaventura'ya göre, sonlu ve olumsal şeylerin eksik ve kusurluluğu mutlak yetkinliğin varoluşunu kanıtlar, zira bir şeyin eksik ve kusurlu olduğuna, ancak ve ancak elinizde bir yetkinlik standardı varsa eğer, karar verilebilir. Yani insanın kusuru Tanrı'nın kusursuzluğunun bir ispatı olarak kabul edilebilir. Tanrı'nın özü her tür kusur ve eksiği dışta bıraktığı ve mutlak yetkinliği içerdiği için, O'nun varoluşu, apaçık, mutlak ve kesindir der Spinoza. Descartes da benzer bir söylemde bulunur ve şöyle der: Şayet bir insan olarak sahip olmadığımız ve olamayacağımız mutlak yetkinliği düşünebiliyorsak demek ki mutlak yetkinlik diye bir şey vardır ve bu düşünce, yetkin olan Tanrı tarafından zihnimize işlenmiştir. Çünkü doğada bu tanıma uyan hiçbir şey yoktur. Descartes'a göre, insan, demek ki hem kendi varoluşunun hem de Tanrı'nın varoluşunun bilgisine sahiptir. Düşünüyorum, öyleyse varım!

Kusurun bizi getirdiği yere bakar mısınız? Bir anda bize Tanrı'nın varlığını ispatladı. Kusursuzluğa her yaklaşan varlıkta

Tanrı'nın suretini hissetmemiz de çok normal o zaman. Tanrı tüm iyilik ve güzelliğin kaynağı olduğuna göre güzel ve iyi olan her şey Tanrı'nın bir lütfudur. Binlerce yıldır güzel insanların kötü olamayacağına dair inancımız da ne yazık ki arka planda çalışan bu fikre dayalı. Çirkin veya sakat olan kişilerin kötülükleri yüzünden Tanrı tarafından lanetle işaretlenmiş olduğuna dair inanç bu yüzyılın başına kadar toplumlarda vardı ve edebiyata konu olmuştu. *Notre Dome'nin Kamburu* kusurun çirkinleştirdiği bir insanın değil sevmeye sevmeye dahi layık olmadığını düşünen bir toplumu anlatmıyor mu? Aslında bir gerçek var, o da hiçbirimizin kusursuz olmadığı. Kusur, Tanrı'nın her insana farklı attığı bir imza aslında. Ama hepimiz kusurluyuz gerçeğini kabul edememişiz de kusurları karşılaştırıp hiyerarşik bir sıraya koymuşuz. Sonra da başka bir insanın karşısında kendimizi eksik ya da kusurlu hissederek aşağılık kompleksini icat etmişiz, sanki karşıımızdaki kişinin kusuru bizimkinden daha önemsizmiş gibi...

Bu kitapta elimden geldiğince toplumun ve medyanın pompaladığı içi boş mükemmel insan kavramını çürütmek ve ne kadar etki altında kaldığımızı göstermek istedim. Herkesin kusurunun kendine özel olduğunu, bir hiyerarşik yapıya sokamayacağımızı anlatmaya çalıştım. Kusurlarımızın bize kattığı muhteşem avantajlara odaklanmanızı, bu potansiyelleri kullanmanızı önerdim. Var olmayan bir şeyin yani kusursuzluğun peşine boşu boşuna takılıp mutsuz olmamanızı istedim. O yüzden de size önce kusursuzluk kavramını verdim. Sadece Tanrı'ya ait bir sıfatın peşinde bir ömür geçirmek ama bunu sadece görsel anlamda ortaya dökmek mantıklı mı size? Aşkla Tanrı'nın sıfatını gerçekleştirmek için kendinizi adamanız müthiş bir irade ve elit bir seçimdir. Gerçek kusursuzluk özdedir çünkü. Öze yapılan bu müthiş yolculuk zaten bu kitabın konusu değil, sadece kitapta yapılan kusursuzluk tanımının bir yorumudur. Ancak mükemmel yüz, mükemmel vücut,

mükemmel saç gibi tamlamalar galiba mükemmelin tanımına zarar veriyor. Tanrısal bir özelliği küçültüyor, küçültüyor ve hokka bir buruna indiriyor, kavramı basitleştiriyor. Ardından da üzerimizde buna sahip olmadığımız için eksiklik duygusu yaratıyor. Açıkçası kimsenin buna hakkı yok.

Tüketim çılgınlığını desteklemek ve bazı sektörleri zengin etmek amacını güden, insanlar arasında ayırım yaratan, standart bir güzellik tanımıyla herkesi birbirine benzetmeye kalkan, çeşitliliğin yarattığı armonideki uyumu göremeyip onu yok etmeye kalkan mükemmellik ve kusursuzluk anlayışını onaylamıyorum. İlk taşı günahsız olan atsın! Kusurumu kusursuz biri küçümsesin. Tanrı bile kusurumu imzam yapıyorsa bir kulun bunu eleştirmesi ne gereksiz bir cürettir!

Bu kitapta kusurlarınıza sahip çıkmanızı ve potansiyellerini keşfetmenizi istiyorum. Günümüzde birçok kişinin bunu yapabildiğini görüyor umutlanıyorum. Artık bazı kadınlar saçları beyazladığında bunu bir kusur olarak görmüyor ve boyamayı reddediyorlar. Tanrı'nın hediyesini şükürle kabul edip yaşlarını gururla taşıyorlar. Çok ünlü bir modaevi melek yüzlü bir manken yerine etnik yüz hatlarına sahip bir genç kızya podyuma çıkarabiliyor. Sıfır beden modellere podyum yasağı getirildiğinden ve büyük beden mankenlerin de podyumlara çıkabildiğinden bahsetmiş miydim? Peki, tekerlekli sandalyede olmasına rağmen podyuma çıkan modeller olduğunu biliyor muydunuz?

Tüm bunlar kusurun bizim bir parçamız olduğunu, onu kabul ettiğimizde aslında kendimizi kabul edip sevdiğimizi gösteren örnekler. Bunların çoğalması umuduyla bu kitabı yazdım. Umarım sizler de bu cesur insanlar arasında yerinizi alırsınız, kendiyi gurur duyan bu ordunun ön saflarına katılırsınız. Bir başkasına örnek ve ilham olursunuz.

I. BÖLÜM

KUSURLARIN KUSURSUZLUĞU

*“Dünyada kusursuz iki insan vardır:
Biri ölmüştür, diğeri de doğmamıştır.”*

– Çin Atasözü

Bir zamanlar küçük bir kız varmış. Güzel, tatlı, akıllı... Ailesi iyi bir eğitim alırsa sıkıntısız bir yaşam süreceğine inanıyormuş. Kızlarının eğitimi için ellerinden geleni yapmaya razılar bu yüzden.

Yıl kaç diye sorarsanız.

1930'lar derim...

O güzel, tatlı, akıllı kız sekiz yaşında o sıralar. Gelecektekine yana ailesine umut vaat ediyor çünkü çok zeki, bu güzel minik kız. Ancak bir kusuru var. Kimseye huzur vermiyor okulda. Düzeni bozuyor. Herkesin sistemi altüst oluyor onun yüzünden. Öğretmenleri ve okul yönetimi öğrenme zorluğu çektiği yolunda fikir yürütüyorlar kendi aralarında. Derslerine odaklanamıyor. Yerinde durmuyor. Anlatılanı dinlemiyor. Sürekli hareket etmek istiyor. Onunla iletişim kurmak mümkün değil.

Sonunda dayanamıyorlar ve bir gün bu küçük kızın evine mektup yolluyorlar okuldan.

“Kızınızın muhtemelen öğrenme zorluğu var. Yazık ki sınıfın düzenine uyum sağlayamıyor. Derslerine odaklanamıyor. Ödevlerini ya yapmıyor ya da çok geç getiriyor. Bu şekilde devam etmesi maalesef mümkün değil” diyorlar.

Annesi çok üzülüyor tabii... Akıllı kızının hareketli oluşunun bir kusur kabul edilerek okuldan uzaklaştırılmasını istemiyor. Keşke bir yolu olsa diye düşünüyor ve başlıyor araştırmalara. O dönemde henüz psikoloji, özellikle de çocuk psikolojisi alanında günümüzdeki kadar güçlü ve derin bilgilere hâkim değil kimse. Bugün olsa büyük ihtimalle minik kızın hiperaktivitesi olduğu söylenirdi annesine.

Neyse ki annesi bir uzman bulmayı başarıyor ve küçük kızını, odaklanamama kusurundan nasıl kurtarabileceğini öğrenmek için muayenehanesine gidiyor uzmanın.

Yanındaki sandalyeye küçük kızını oturtuyor ve başlıyor okuldaki sorunları anlatmaya. Kızının derslere odaklanmadığını, herkesin düzenini bozduğunu, dersi anladığı halde ödev yapmamayı tercih ettiğini anlatıyor. Bu başına buyrukluğun toplum içinde özellikle de okullarda bir kusur kabul edildiğini ve iyileştirilmesi yolunda yardıma ihtiyaçları olduğunu dile getiriyor üzülecek.

Uzman dinliyor anneyi sabırla. Sonra minik kızın yanına gelip eğiliyor kulağına, “Annemi işittin” diyor. “Benim şimdi onunla yalnız konuşmam lazım. Sen burada bizi bekle. Biz hemen döneceğiz anlaştık mı?”

“Anlaştık” diyor minik kız.

Uzman odadan çıkmadan evvel masadaki radyoya dokunuyor ve hoş bir müzik açıyor küçük kız için, beklerken sıkılmasın diye...

Anneyi odadan alıp çıkan uzman, camekândan kızını izlemesini istiyor ondan ve “Ona iyi bakın lütfen” diyor. “Kızınız

hasta değil... Onun bir kusuru yok. O sadece bir dansçı... Onu bir dans okuluna verin.”

Çocuğunun kusurlu olmadığına çok seviniyor tabii ki anne... Kızını bir dans okuluna veriyor. İyi bir mesleği, düzenli bir işi ve maaşı olmayacağı için içi buruk belki biraz ama yine de olsun. Kusurlu değilmiş ya evladı, önemli olan bu...

Dans okuluna yazılınca dünyanın en mutlu insanı gibi hissediyor kendini küçük kız. Kendini ifade etmek için hareket etmeyi arzulayan dansçılarla bir arada olmanın gücünü ve keyfini tadıyor sonuna dek. Derken Royal Bale Okulu'nun sınavlarına da giriyor ve kazanıyor. Buradan mezun olduktan sonra kendi oluşumunu kuruyor. Dünya sahne sanatları tarihinin en iyi müzikallerini hazırlıyor. *Cat's* ve *Phantom of Opera*'ya koreograf olarak imzasını atıyor. Düzenli bir maaşı olmuyor belki ama bir milyarder oluyor.

Evet...

Gillian Lynne'den söz ediyorum. Kusurlu olduğu için okuldan uzaklaştırılması istenen Gillian Lynne'den. Sürüye uyum sağlamak zorunda olduğunu öğrenmeden başkalarının “kusur” diye tarif ettiği şeyin içinde özgünlüğünü ve varoluş biçimini bulan bir kadından...

Aman dikkat!

Size “kusur” diye dayatılan şeyin sistemin bir dayatması olup olmadığından emin olun lütfen. Kimse için kendinizi onarmaya kalkmayın. Bazen bir şeylerin kusurlu kalması gerekir ki kendi olabilsin.

Unutmayın ki “kusur” tamir edilmesi gereken şey değildir, doğru değerlendirilmesi gereken şeydir. Çünkü kusur imzadır. Kusur özgünlüktür, otantikliktir.
