

# YARATICILIK ve DEPRESYON:

Timuçin Oral

Yaratıcılık, olmayanı var etmek anlamına gelir ve doğal olarak tanrısal bir özellik gibi algılanır. Öte yandan, sanki bu tanrısal atıf hiç yokmuş gibi tamamen karşıt biçimde yaratıcı kişilerin tuhaf kişilik özellikleri olduğu varsayılır ya da beklenir. Oysa Rothenberg'in (1990) de belirttiği gibi özgün bir yaratıcı kişilik yapısı söz konusu değildir. Yani, yaratıcı kişiler çocuksu ve tepkisel, beklenmedik biçimde egoist, asi veya ayrık, dürtüsel, takıntılı, mükemmeliyetçi, dahası sanıldığı gibi üstün zekalı da değildirler. Belki yukarıda sayılan özelliklere sahip pek çok yaratıcı insan da vardır ama yaratıcılık için bunların hiçbiri olmazsa olmaz koşullar değildir. Olmazsa olmaz denilebilecek tek özellik ise çalışma ve üretme için alışılmışın dışında bir motivasyona sahip olmalarıdır. Kısacası, yapmadan var olamayacakları bir gereksinimdir yaratmak. Bu eylemi *Sait Faik* 1952'de yayınladığı *Haritada Bir Nokta* öyküsünü şu cümlelerle tamamlarken çok özlü biçimde ifade etmektedir: "Söz vermiştim kendi kendime: Yazı bile yazmayacaktım. Yazı yazmak da, bir hırdan başka ne idi? Burada, namuslu insanların arasında sakın, ölümü bekleyecektim; hırs, hiddet neme gerekti? Yapamadım. Koştuğum tütüncüye, kalem, kağıt aldım. Oturdum. Adanın تنها yollarında gezerken canım sıkılırsa küçük değnekler yontmak için cebimde taşıdığım çakımı çıkarttım. Kalemi yontuktan sonra tuttum öptüm. Yazmasam deli olacaktım." Bazen yaratıcılık bir şimşek gibi çakmakta ama yine de bunun düzenlenmesi bilişsel süreç tarafından gerçekleştirilmektedir. Bu durumuyla yaratıcı süreci, en çok stres ve ona verdiğimiz yanıt karşısında bedenimizin aldığı tutuma benzetebiliriz. Yaratıcılık sıklıkla benzersiz ya da sıradan olmayan bir algılama, düşünce, eylem süreciyle oluşmakta bu nedenle de bunların davranış alanında bir işlev bozukluğu ile seyretmesi hiç kimse için şaşırtıcı olmamaktadır. Belki de yaratıcılığın sık sık şizofreni ya da bazı epilepsilerdeki psikotik hallerle birlikte anılması bundandır.

Yaratıcı kişilerin farklı olması, yaratma sürecinin olağandışı bir özellik taşıması beklentisi yaratma sürecinin çeşitli ruhsal bozukluklarla, en çok da psikozla bağlantılandırılması ile sonuçlanmıştır. Bir yanı sıra psikozun temelini oluşturan birincil süreç, dereistik ya da otistik düşünce biçiminin sanatsal yaratıcılıkta da var olmasından yola çıkılırsa, bu bağlantı girişiminin haklı göndermeler içerdiği öne sürülebilirse de, diğer taraftan birincil süreç düşüncenin rüyalar, fantaziler gibi bilinç dışı düşünce içeriğinin ortaya çıktığı sağlıklı koşulların da var olabileceği unutulmamalıdır. *Freud* yaratıcılığın kökeninin bilinç dışında olduğunu söylemekte ve sanatçının yapısı bakımından içe dönük ve nevroza yakın olduğunu söylemektedir. Ona göre sanatçı, gerçekleşmesi mümkün olmayan güçlü içgüdüsel gereksinimlerini doyuramadığı için, gerçeklikten uzaklaşarak tüm ilgisi ve libidosunu kendi fantazi yaşamının dileklerine aktarmaktadır. Tıpkı rüyalar, fantaziler, sürçmelerde olduğu gibi çocukluk döneminin de içeriğini oluşturan birincil süreç düşüncenin yaratıcılıkla ilgisini *Freud* şu sözleriyle çok veciz biçimde ifade etmektedir: "Oyun oynayan tüm çocuklar kendilerine özgü bir dünya yaratır; daha yerinde bir deyişle, yaşadığı dünyanın nesnelere kendi beğenisine uygun olarak kurduğu yeni bir düzen içine yerleştirir, böylece tıpkı bir sanatçı gibi davranır. Buna bakıp da, yaşadığı dünyanın çocuk tarafından ciddiye alınmadığını söylersek haksızlık ederiz; tersine, çocuğun yaptığı, oynadığı oyunu pek ciddiye almaktır; oyun uğrunda harcayıp tükettiği duygular kabarık toplamlara varır. Oyunun karşıtı ciddilik değil gerçektir. Duygu donatımındaki eksikliklere karşın, oyunla ilgili dünyasını gerçek dünyadan kuşkusuz ayırır çocuk; gerçek dünyanın gözle görülür elle tutulur somut nesnelere, hayalinde yarattığı nesne ve durumlara dayanarak yapar. Gerçek dünyaya böyle bir yaslanış dışında çocuk oyunlarını düşlemlerden ayıracak başka bir ölçüt yoktur. Sanatçı da tıpkı oyun oynayan bir çocuk

*gibi davranır; o da kendine bir hayal dünyası yaratarak, bu dünyayı ciddiye alır, yani zengin bir duygu hazinesiyle donatarak, gerçeklikten kesin sınırlarla ayırır onu".*

Yukarda söz edilen şimşek çakması metaforundan hareketle, yaratma eylemi bir anda oluşan ilhamın bir esere dönüştürülmesi biçiminde olabildiği gibi, bilişsel işlem sonucu eserin üzerinde uzun uzun ve sabırla çalışılmasıyla da kendini var edebilmektedir. *Milos Forman'ın, Amadeus'unda* imparator *Mozart'ın* eserini dinledikten sonra bazı notaların fazla olduğunu ve biraz kısaltırsa çok uygun olacağını söyler; *Mozart'ın* yanıtı "*Anlamadım. Orada sadece olması gerektiği kadar nota var majesteleri, ne az ne de fazla*" olur. Besteci eserin tamamını kafasında yaratıp tamamladıktan sonra kağıda geçirdiğini dinleyenlerin ise sonucu gördüklerini düşünmektedir. Yaratı ya da eser tamamıyla oluştuktan sonra var olmuştur. Oysa örneğin *Cahit Sıtkı Tarancı, Ziya Osman Saba'ya* yazdığı mektuplarda şiirin yazılıp hatta basılıp ortaya çıkmasının yeterli olmadığını, yaratıcının daha güzel mısralar bulduğunda bunları değiştirebileceğini ve sürekli üzerinde çalışabileceğini söylemektedir. Bu iki örnek yaratıcı sürecin iki farklı biçimini yansıtmaktadır. Buradan hareketle yaratma eylemi her zaman anlık ve ille de bir çeşit "delilik" içermesi gereken bir süreç anlamına gelmemektedir denilebilir. Elbette psikotik düşünceden mustarip pek çok yaratıcı insanın olabileceğini göz ardı etmeden ama bu kişiler psikotik olmasalardı da yaratma eyleminin muhtemel olacağı gerçeğini de unutmadan. Nitekim, sonraları *Kris* tarafından ifade edilen "*egonun hizmetinde regresyon*" kuramıyla, anlatılmak istenen de sanatta görülen bu regresyonun geri dönüşlü, geçici ve kontrol edilebilir olduğudur; yani, yaratma eylemi estetik ve toplumsal bir olgu olarak benlik sağlamlığına bağlıdır. *Arieti* de yaratıcı kişinin olağandışı düşünce süreçlerini kontrol altında tuttuğunu, bunları bir ürün oluşturmada işe yarar hale getirdiğini, kısacası bunlardan faydalandığını söyler. *Plokker* ise psikoz ve yaratıcılık arasında doğrudan bir ilişki olmadığını, benlik parçalanması gösteren bir psikotik hastanın hastalık öncesinde hiç bir sanatsal becerisi yoksa, hastalık belirmeye başlar başlamaz "bir eser" ortaya koymasının mümkün olamayacağını iddia etmektedir. Bunun için uygun bir örneği "*Çiğlik*" adlı tablosuyla yakından tanıdığımız *Edward Munch* oluşturmaktadır. *Munch* çocukluğu boyunca annesinin erken ölümü, kızkardeşinin hastalığı vs gibi pek çok olumsuzluk, zorluk yaşamış tablolarında ölüm, hastalık, kadın temel konuları oluşturmuştur. Tabloları için "*soluk alıp veren, hissedemeyen, acı çeken ve seven canlı varlıklar olmaları gerekir. Bir dizi bu tür resim yapacağım, insanlar bunların kutsal niteliğini kavrayacaklar ve sanki kilisedelermişcesine bunların karşısında şapkalarını çıkaracaklar*" derken aslında tüm bu geçmişi de ifade etmeye çalışmaktadır. Hemen tüm önemli eserlerini psikotik durum yaşamadan önce yaratmıştır. Sonraları yaşadığı psikotik dönem onun yaratıcılığını tam da psikotik sürecin gelişimi içinde etkilemiş yani, aşırı uyarı bombardımanından rahatsız olarak içe kapanık bir ortam içinde yapıt vermeye devam etmiştir. Psikotik yaşantı eserlerini çok da fazla etkilememiş ama yapıtlarıyla ilişkisi değişmiştir. Tabloları temel sevgi nesnelere haline gelmiş, onlardan çocukları gibi söz etmeye başlamıştır. Resimlerinden ayrılmamakta, onları satmamakta, her gittiği yere hepsini birlikte götürmeye çalışmaktadır. Bu örnekte, zaten yaratıcı olan bir sanatçının nasıl bir zihinsel değişim gösterdiği çok açık biçimde ortaya çıkmaktadır.

Kay Jamison gibi bazı yazarların biyografik çalışmaları, yazarların ressamların ve bestecilerin, melankoli ve depresyon dönemlerini sıklıkla oldukça ayrıntılı bir biçimde tanımladıklarını, fakat hipomani ya da açıkça psikotik duygudurum geçişlerini "egzantrik olma", "yaratıcı ilham" veya "artistik mizaç"a bağladıklarını göstermektedir. Böylece belirgin depresyon öyküsü yanısıra epizodik hipomani/mani öyküsü taşıyan pek çok birey, manik-depresif bozukluk yerine melankolik olarak değerlendirilmişlerdir. Bu da giderek sanatçıların daha melankolik kişiler olduğu ya da depresyondan beslendikleri vs gibi mitlerin sık sık tekrarlanmasına neden olmaktadır. Öte yandan, örneğin *Ayşe Arman'a* verdiği röportajda kendisini manik depresif olarak tanımlayan şair *Lale Müldür* çok güzel

bir biçimde açıklıyor depresyon ile yaratıcılık ilişkisini: “Yazdıklarım manikdepresivitenin sonucu... diyemem! Zaten depresif dönemde pek bir şey yapılamıyor. Manik dönemde ise, kafama birlerce düşünce üşüşüyor, inanılmaz enerjik ve yüksekte oluyorum, ne var ki hiçbir düşüncede derinleşemiyorum. Bütün evreni çözmüşüm gibi geliyor ama manik dönem geçtiğinde “Ben neyi bulmuştum?” oluyorum, hiçbir şey gelmiyor aklıma... Depresif zamanlarımda kendime çok eziyet ediyorum. Kendimi de, başkalarını da suçluyorum. İnsanlar bana “Hava güzel!” dese, “Eteğin sökülük!” demişler gibi geliyor. Sürekli kuruyorum...”. Fakat Müldür söyleşisinin belki de en önemli cümlesini yaratıcılığın depresyon veya akıl hastalığı ile olmazsa olmaz bir ilişki içinde olduğunu düşünenlere yanıt oluşturabilecek şu sözler oluşturuyor: “Şiir, manik depresifliğin değil, disiplinli bir çalışmanın ürünü...”. Şair ve depresyon sözcüklerini birlikte andığımızda hemen akıllara gelen bir başka örnek ise *Sylvia Plath*. Hastalığının trajik sonu ile hemen herkesin yakından tanıdığı, yakın zamanda kendisiyle aynı trajik sonu paylaşan oğlunun ölümüyle bir kez daha hatırlanan şairin yaratıcılık süreci ile depresyonu arasındaki ilişki pek çok makale veya yazıya da konu olmuştur. Genellikle umulan yaratıcılığın kendini yaratmaya da dönüşmesidir oysa, bu örnekte yaratıcılık yıkıcılıkla sonuçlanmıştır. İlk şiirini 8 yaşında yayımlayan *Plath*, 20 yaşında da ilk intihar girişimini gerçekleştirmiş, çeşitli çalkantılarla süren hayatında bir yandan hastalıkla boğuşurken bir yandan da yaratmayı sürdürmüştü. Son olarak, Londra'nın o dönemde yaşadığı en soğuk kış günlerinden birinde, 1963 şubatında sabah çok erken kalkan *Sylvia*, çocuklarına bir tabak dolusu kurabiye ve iki bardak süt hazırlayıp bir tepsiyle yataklarının yanına bırakmış, onlar hala uyuyorken yavaşça odalarının kapısını kapatmış ve kapının altındaki boşluğu birkaç havlu ile sıkı sık doldurduktan sonra mutfığa geri dönüp, fırının kapağını açmış, düğmesini çevirmiş, dizlerinin üzerine çökerek bir havlunun içine aldığı başını fırının açık kapağına dayayarak canına kıymıştı. İntihar gerçekleştiğinde 30 yaşındaydı. Ölümünden altı gün önce kaleme aldığı “Kenar” adlı şiirinde bir bakıma kendi ölümünü anlatmaktaydı:

Kusursuzlaştırdı kadın  
Kendi ölümünü.

Kuşanmış bedeni başarmanın gülüşünü.  
Bir Yunan gerekliliğinin yanılması

Akar harmanisinin kıvrımlarında.  
Çıplak

Ayakları konuşur sanki:  
Çok yol aldık, sonuna geldik.

Kıvrılmış her ölü çocuk, beyaz bir yılan,  
Şimdi boşalmış

Küçük süt sürahisi yanında.  
Kadın katlayıp onları

Geri soktu bedenine gül yaprakları gibi.  
Kapanırdı gül kaskatı kesilen bahçede

O gece çiçeğinin şirin ve derin gırtlığından  
Yükselen kokular kanarken.

Kemik kukuletasından dikkatle bakan  
Ay için üzülecek bir şey yoktur.

Bu tür şeylere alışkındır.  
Karanlıkları çatırdar ve sürüklenir. (çeviri İsmail Aksoy)

Plath'ın bu şiirini değerlendiren *Rothenberg* şiirin başlangıç mısralarının güzel ama aynı zamanda ürpertici olduğunu düşünür: *"Kusursuzlaştırdı kadın/Kendi ölümünü/ Kuşanmış bedeni başarmanın gülüşünü"* ve sonucu bildiğimiz için geriye dönük değerlendirdiğimizde

bu dizelerdeki intihar eğilimini açıkça görebildiğimizi, fakat yine de bunu bir şairin dizelerle oynaması olarak niteleyip çok da yaratıcı bulduğunu söyler. Ona göre asıl mesele, *"Kıvrılmış her ölü çocuk, beyaz bir yılan/şimdi boşalmış/küçük süt sürahisi yanında/ Kadın katlayıp onları/geri soktu bedenine gül yaprakları gibi/Kapanırdı gül kaskatı kesilen bahçede/o gece çiçeğinin şirin ve derin gırtlığından/yükselen kokular kanarken"* dizelerinin yaratıcılıktan uzak, gerçekçi ve yıkıcı aşırılığındadır.

Memelerindeki süt bitmiş, onlar da kendisi gibi kurumuş, çocuklar kendi bedenine geri sokulmuş ve kendisi gibi onlar da ölüdürler, hatta beyaz sıfatıyla hafifletilmeye çalışılmış olsa da birer yilandır onlar. Gül (rose) kapanma (close) ile uyak oluşturması için konudan bağımsız seçilmiş izlenimi vermekte, kullanılan imge ve metaforlar parçalı, öne sürülen düşünceler olumsuz ve düşmanca niteliktedir. Plath şiirine adeta ölümü yenip zafer kazanmış edasıyla başlamış ama bu zaferi sonuna dek sürdürememiş, böyle bir zaferin özgürlükle devam etmesi beklenirken özgürleşmeyle ilgili hiçbir kavram yer almamıştır.



Burada yazılanları eleştirel de bulabilirsiniz çünkü yaygın kanı depresyon ile yaratıcığın yakından ilişkili olduğu yönündedir. Kuşkusuz bunda Van Gogh örneğinin de rolü önemlidir ve ister istemez depresyon ile yaratıcılık arasında tıpkı psikoz örneğindeki gibi doğrudan bir ilişki olduğunu akla getirmektedir. Van Gogh'un melankolik olduğunu düşündüğü ve bu görüşünü yansıttığı meşhur Doktor Gachet portresi ve onunla ilgili olarak kardeşi Theo'ya yazdığı şu sözleri: *"Onun şahsında gerçek bir arkadaş buldum, başka bir kardeş gibi,*

*fiziksel ve ruhsal olarak da birbirimize çok benziyoruz.*

*Çok sinirli bir adam ve çok tuhaf davranıyor...."* bu melankolik ruh halinin kendisini de iyi bildiği bir şey olduğunu gösteriyor. Bir başka mektubunda ise yaratıcılığının yaşadıklarından etkilenmediğini yazıyor kardeşine: *"Çalışmalarım iyi gidiyor. Yıllar yılı boşuna aradığım bir çok şeyi buluyorum.. Bunu farketdiğimde de, Delacroix'nın, senin de bildiğin o sözü geliyor aklıma hep.. Hani, artık soluğu da dışleri de kalmadığı zaman resmi keşfettiğini söylemiş ya... Peki, başımda bu ruh hastalığı var, tamam.. Ruhsal bunalımlar geçiren birçok sanatçıyı düşünüyorum ve hiçbir şey yokmuş gibi, hastalığın resim yapmayı sürdürmeme engel olmadığını yineliyorum kendime".* Burada Van Gogh'un da belirttiği gibi böyle bir ilişki her zaman söz konusu olmayacağı gibi buna bir de artık yaşamayan bir yaratıcı sanatçıyı geçmişe dönük olarak değerlendirmenin zorluğu eklendiğinde Jamison'un da dediği gibi *"bir çok yönden ayrıntılı psikolojik bir yap-boz oyununun parçalarını*



*yerleştirmek ya da karışık ama dikkatli bir sıralamayla bir esrarın çözümleri*” gibi bir durum ortaya çıkmaktadır. Bir yandan da Dante, Burns, Cervantes, Çehov, Elio, Ibsen, Dumas, Hardy, Mann, Zola, Brueghel, El Greco, Moore, Renoir, Rubnes, Titian, Raphael, Van Dycke, Bach, Brams, Debussy, Haydn, Sibelius gibi herhangi bir psikiyatrik bozukluğu olmadığı bilinen çok yaratıcı sanatçılara bakıldığında da yaratıcılık için ruhsal rahatsızlığın ille de bir koşul olmadığını söyleyip sözü Salvador Dali’ye bırakabiliriz: “Benimle bir deli arasındaki tek fark benim deli olmamamdır.”

#### **Kaynaklar**

Cahit Sıtkı Tarancı, Ziyaya Mektuplar, 2001

Haldun Soygür, Sanat ve Delilik, 2009

Albert Rothenberg, Creativity and Madness, 1994

Milos Forman, Amadeus, 1984

Ayşe Arman, Ben bir manikdepresfim, Hürriyet 30.02.2002