

Jungiyen Rüya Analizi

Teori ve Pratik El Kitabı

James A. Hall

Çeviri: Özgür Ertana



İÇİNDEKİLER

Çevirenin Önsözü	9
Önsöz	12
1. Bölüm	
Jungiyen Psikolojinin Temel Kavramları.....	17
Genel Yapılar.....	19
Kişisel ve Nesnel Psişe Arasındaki İlişki	22
Kompleks ve Arketip	26
Kimlik Yapıları: Ego ve Gölge.....	28
İlişkisel Yapılar: Anima/Animus ve Persona	30
Bireyleşme Süreci	36
2. Bölüm	
Rüyanın Tabiatı	39
Telafl Olarak Rüyalar	41
Rüyaların Yorum Dışı Kullanımları.....	45
Rüya Yorumu ve İmajinal Teknikler	48
Ego Kimliği ve Komplekslerin Yapısı	49
3. Bölüm	
Rüyalara Jungiyen Yaklaşım.....	56
İmgelerin Amplifikasyonu	58
Rüyanın Bağlamı	60

4. Bölüm

Teşhis Aracı Olarak Rüyalar	62
Analizin İlk Rüyaları.....	62
Bir Rüya Serisi İçinde Birbiriyle İlişkili Olan Rüyalar	65
Ayrıcı Tanı.....	71
Depresyon	72
Kaygı.....	73
Psikoz	79
Fiziksel Sorunlar	80
Ölüm Rüyaları.....	82
Hatırlanması Gereken İlkeler	84

5. Bölüm

Teknikle İlgili Konular	85
Aktarım ve Karşı Aktarım	85
Analizde İlaç	91
Redüktif Analiz ve Prospektif Analiz	93
Duygu-Ego ve Rüyalar.....	96
Ertelenen Yorumlama ve Yorumlamama.....	100
Eşzamanlı Grup Terapisi ve Bireysel Terapi	103
Hatırlanması Gereken Noktalar	105

6. Bölüm

Rüyalarda Ego-İmgeleri ve Kompleksler	106
Komplekslerin Tespit Edilmesi.....	107
Yapısal Değişimler: Sınırlar ve Hudutlar.....	109

İlişkisel Yapılar ve Kimlik Yapıları	110
Persona.....	111
Gölge	113
Anima/Animus	114
Benlik ve Ego-Benlik Ekseni	117
Arketipsel Amplifikasyon	120
7. Bölüm	
Yaygın Rüya Motifleri.....	123
Ensest.....	124
Yas	125
Evler	126
Otomobiller	128
Alkol ve Uyuşturucular	131
Ölüm	133
Yılanlar	135
8. Bölüm	
Rüya Çerçevesi.....	138
Rüya İçinde Rüya	138
Gerçekliği Olduğu Gibi Yansıtan Rüyalar.....	140
Zaman ve Mekâna Atıflar.....	141
Eşzamanlı Olgular.....	143
9. Bölüm	
Simya Sembolizmi.....	149
Rüyalarda Simyevi Motifler	151
Coniunctio: Birlik İmgeleri.....	154

10. Bölüm

Rüyalar ve Bireyleşme 157

Nevrozun Tabiatı..... 157

Egonun İzafileştirilmesi..... 163

Bireyleşen Ego 164

Rüya Egosu ve Uyanıklık Hali Egosu 167

Odaksal ve Örtülü Bilgi..... 169

11. Bölüm

Rüya Yorumunda İki Gerilim 172

Nesnel ve Öznel Yorum..... 172

Kişisel ve Arketipsel Anlam..... 175

Kısa Bir Özet 178

Jungiyen Terimler Sözlüğü

(James A. Hall)..... 181

EKLER..... 185

KAYNAKÇA 223

DİZİN 224

Çevirenin Önsözü

.....

Marie-Louise von Franz, Jung'un, rüyayı çok daha mahir; içimize dokunan, bilinmeyen bir yerden gelen bir mesaj olarak gördüğü için entelektüel bir rüya teorisi ortaya koymadığını; her rüyanın, kendi emsalsizliği gözetilerek yeni anlamlar keşfetmek üzere defalarca aydınlatılması gerektiğine inandığını; dinlediği binlerce rüyayı en iyi şekilde yorumlamak için elinden geleni yaptığı halde, onun için rüyaların her zaman tabiatın yaratıcı kaynağından gelen gizemli mesajlar olarak kaldığını söyler. Bu nedenle Jung, hiçbir rüyaya zoraki bir yorum dayatmamış; yapılan bir yorumun rüya sahibinde, 'canlandırıcı, özgürleştirici' bir "İşte bu!" tepkisi uyandırmadığı müddetçe yanlış bir yorum olduğunu söylemiştir. ¹

Günümüzde zekice kurgulanmış ufuk açıcı post-Jungiyen çalışmalarda rüyaların herhangi bir niyete hizmet etmediğini,

1 Von Franz, M.L., *Dreams: A Study of the Dreams of Jung, Descartes, Socrates, and Other Historical Figures*, London, Shambala, 1998, s.25-26

özel bir anlam ve mesaj taşınmadığını ve hatta Jung'un söylediği gibi bilinçli ego tutumunu telafi edici olmadığını son derece ikna edici argümanlarla ifade edenler var. Elinizdeki kitap, kimi yeni perspektif ve açılımları da dikkate almakla birlikte, arketip, persona, gölge, Benlik, Jungiyen psişe modeli, anima, animus vb. önemli kavramları ve Jungiyen rüya analizini ilgilendiren süreç ve metotları daha ziyade klasik kabul edilebilecek bir perspektiften ele alıyor. Buna dayanarak, terminoloji çevirisinde Jungiyen psikolojideki bazı gelişmeleri ve katkıları dikkate almakla beraber yazarın bakış açısına sadık kalmayı tercih ettim (rüya 'analizi-tabiri-tercümesi-yorumu' veya 'hasta-danışan-analizer' sorunsalı da buna dahildi).

Jungiyen Rüya Analizi: Teori ve Pratik El Kitabı, imgeleri bağlamları dışında açıklayan bir 'rüya sözlüğü' değil. Zira Jungiyen psikoloji, sembollerin 'birebir' yorumunu savunmaz (ki semboller yalnızca kısmen bilindikleri için böyle bir şey zaten mümkün değildir). Bu kitap, daha ziyade, rüyanın ve rüya analizinin farklı unsurlarına, analitik psikolojinin 'ilkeleri' ve klinik gözlem ışığında yer yer pratik örneklerle açıklık getiren teorik bir başvuru kitabı. Ülkemizde son yıllarda hızla artan Jungiyen çevirilere, rüyalar konusunda, zaman zaman başvurulabilecek kısa ve öz bir zemin sağlayacağına inanıyorum.

Bahsettiğim hızlı artışa rağmen, dilimizdeki Jungiyen eserler, henüz çevrilmeyen külliyata kıyasla çok kısıtlı olduğu için *Gölgeyle Buluşma*'daki gibi bu çeviride de bazı kavramlara Jungiyen kaynaklardan alıntılarla açıklık getirmenin gerekli olduğunu hissettik. Yazarın kendisi kitabın sonuna küçük bir Jungiyen Terimler Sözlüğü eklemiştir. Bu nedenle bahsettiğim kavramları dipnot olarak bırakıp başvuru kolaylığı sağlamak için bunlardan

bir dizin oluşturmayı tercih ettik. Kitabın sonunda bulabileceğiniz 'Ekler' bölümü dipnotlara sığmayan metin ve çevirileri içeriyor.

Bu çeviri de her zamanki gibi bir ekip çalışmasıydı. Bu önsöz vesilesiyle değerli katkıları ve manevi desteğiyle her zaman yanımda olan çeviri editörüm Berin Orhan'a, metnin redaksiyonunu hassas ve duyarlı bir dikkatle yapan Seval Akbıyık Erdoğan'a ve emeği geçen tüm Timaş çalışanlarına teşekkür ederim. Doğmak isteyen bir şey kendi uygun koşullarını yaratıyor.

Önsöz

.....

Psikiyatri pratiğimin ilk iki yılı boyunca farklı rüya yorumu teorilerine karşı tarafsız bir tutum sergilemeye çalıştım. Tüm bu teorileri eşit derecede geçerli kabul ederek nihayetinde her teorinin avantajlarını ve dezavantajlarını klinik gözlem temelinde ayırt edebilmeyi; hangi rüya yorumu teorisinin daha tercih edilebilir olduğuna mantık yoluyla kendim karar vermeyi umut ediyordum.

Teoriler arasındaki bu yarışmanın iki büyük rakibi Freud ve Jung'un rüya yorumu ile ilgili yaklaşımlarıydı. Tıp ve psikiyatri eğitimim boyunca rüyalardan bahsedilen ender zamanlarda daha çok Freud'un teorileri vurgulanmıştı. Duke Üniversitesi Tıp Merkezi'ndeki psikiyatri ihtisasım boyunca analiz sürecimi, rüya malzemesinin erken aile örüntüleri ve bu ilişkilere dayanan ego kimlikleri ile ilişkisini vurgulayan Sullivancı¹ Doktor Bingham Dai ile tamamladım. Onunla 75 saatlik analizden sonra sabır-

1 Herbert Stack Sullivan (1892-1949) Kişiliğin, kişiler arası ilişkilerin karmaşık yapısından ayrı ele alınamayacağını savunan ve Amerikan psikanalizinde en önemli 'yeraltı' etkisi olarak kabul edilen neo-Freudcu psikiyatr ve psikanalist. -ç.n.

sızca “Anne kompleksimi biliyorum, rüyada yeniden bulmamıza gerek yok!” dediğimi hâlâ hatırlıyorum. Sonradan benim de takdir ettiğim gibi, ‘bilişsel bir içerik olarak *bilme*’ ile ‘yaşanmış bilgelik olarak *bilme*’ arasındaki ayrımın farkında olarak kibarca güldü. Teksas’a dönmek üzere Duke Üniversitesi’nden ayrılırken Dr. Dai’nin bana son tavsiyesi, “Jungiyen teoriye hızlı bir şekilde derinlemesine girme” olmuştu. Jungiyen bakış açısına daha sonraki derin ilgimi önceden hissetmiş gibiydi.

Fakat sonunda rüyaları Jungiyen olmayan bir perspektiften gönül rahatlığıyla ele alamaz hale geldim. Diğer tüm rüya teorileri Jungiyen görüşe ait özel vakalar gibi görünüyordu ama benim için Jung’un geniş vizyonunu mevcut başka herhangi bir teoriye sıkıştırmak mümkün değildi. Artık ikna olmuş bir Jungiyendim.

Kendi Jungiyen analizim rüyaların anlamına dair başlıca öğretenim oldu; bu konuda analistlerim Rivkah Scharf Kluger², Dieter Baumann³, Marie-Louise von Franz⁴ ve Edward Whit-

-
- 2 Rivkah Scharf Kluger(1907-1987). Lisansüstü eğitimini sırasında C.G. Jung’un da öğrencisi olmuştur. Eski Ahit’te Şeytan konulu bitirme tezi daha sonra kitap olarak yayınlanmıştır. Kluger uzun yıllar Los Angeles’ta analist olarak çalışmış; mitoloji ve İncil hikâyeleri üzerine seminerler vermiştir. Jung’un teşviki üzerine yazdığı *The Archetypal Significance of Gilgamesh: A Modern Ancient Hero* (Gılgamiş’in Arketipsel Önemi: Modern Bir Antik Kahraman) Gılgamiş mitini Jungiyen bakış açısıyla inceleyen tanınmış bir eserdir. -ç.n.
 - 3 Dr. Dieter Baumann (1928 - ?) C.G. Jung’un torunudur. Psikiyatriye ve büyükbabasının çalışmalarına duyduğu ilgi nedeniyle analist eğitiminden de geçmiş, Zürih ve Milan’da analist olarak çalışmış ve dünyanın pek çok yerinde seminerler vermiştir. -ç.n.
 - 4 Marie-Louise von Franz (1915-1998) Otuz bir yıl beraber çalıştığı Carl Jung’un belki de en önemli öğrencisi olarak değerlendirilen İsviçreli

mont'a⁵ her zaman minnettarım. Uzun yıllar boyunca klinik pratiğimde pek çok analizan ile çalışmanın teyit ettiği bilgiler de oldu. 1977'de Jungiyen rüya teorisini diğer önemli teorilerle karşılaştırarak farklılıklara ve benzerliklere işaret ettiğim rüya yorumu üzerine temel bir metin yayınladım: *Clinical Uses of Dreams: Jungian Interpretations and Enactments*.⁶ Kitapta, Jungiyen rüya teorisini uyku ve rüya görmeyle ilgili laboratuvar çalışmalarıyla ilişkilendirmek yönünde mütevazı bir çabaya da yer verdim.

Elinizdeki cilt bu karşılaştırmalara tekrardan değinmiyor. Daha ziyade rüya yorumu ve rüya yorumunun Jungiyen psikolojinin temel ilkeleri ışığında kullanımına dair kolay anlaşılır ve pratik tavsiyeler veriyor. Örnekler göstererek ve belirli yorumların tam olarak neden tercih edildiğini anlatarak, çoğu durumda da bu yorumların klinik değişimle nasıl ilişkili olduğunu açıklayarak tekrarlayan klinik sorunlara eğildim. Bazı

psikanalisttir. Kendi çapında özgün ve kıskırtıcı bir düşünür olmakla beraber eserleri Jung'un düşüncesinin özünü somutlaştırır. Üretken bir yazar olan von Franz'ın eserleri, 2021'den itibaren Chiron Publications tarafından *The Collected Works of Marie-Louise von Franz* başlığıyla (Toplam 28 cilt olması planlanan Toplu Eserler) yayımlanmaya başlanmıştır. -ç.n.

- 5 Edward Whitmont (1912-1998) Uluslararası Analitik Psikoloji Derneği ve New York C. G. Jung Enstitüsü'nün kurucu üyelerindedir. Jungiyen psikanalist ve homeopati doktorudur. *The Symbolic Quest* adlı kitabı, Jung'un arketipler üzerine yazılarını terapist-hasta ilişkisine uygulayan ilk çalışma olarak değerlendirilir. Whitmont hayatının önemli bir bölümünü zihin, beden ve ruhun kesiştiği bölgeyi keşfetmeye, psikoloji, tıp, bilim ve dinin kullandığı yöntemleri sentezlemeye adanmıştır. -ç.n.
- 6 *Rüyaların Klinik Kullanımı: Jungiyen Yorumlar ve Canlandırmalar*

yararlı referanslar belirtildi fakat rüya yorumu konusunda gide-
rek büyüyen literatürün ayrıntılı bir incelemesini tekrar sunma
amacı gözetilmedi.

Rüya yorumu için genel kurallar verilebilir ancak prosedüre
ilişkin kesin kurallar vermek mümkün değildir. Yetenekli bir
süpervizör gözetiminde kişisel analizin ve klinik deneyiminin
yerini hiçbir şey tutamaz ki bunların her ikisi de hangi okuldan
olursa olsun tüm psikanalitik eğitimlerin temel unsurlarıdır.

**Burada klinik tasvirler için kullanılan rüyalar, gerçek bir
analiz saatinde meydana gelebilecek tüm amplifikasyon⁷ bi-
çimleriyle sunulmamıştır. Çoğu durumda, analiz esnasında
bir rüyanın içinde yer alabileceği zengin kişisel anlam mat-
risini göstermeye de çalışmadım.** Böyle bir 'ihmal' kısa ve öz
bir anlatım için ve tasvir edilen klinik soruna odaklanabilmek
adına gerekliydi.

7 **Amplifikasyon:** Amplification (İng.) kelimesinin 'çoğaltma' veya 'bü-
yütme' ve 'genişletme' olarak çevrildiğine denk geldim. Kanaatimce
bu çeviriler kelimenin Jungiye psikolojideki anlamını karşılamakta
yetersiz kalıyor. 'Zenginleştirme' belki biraz daha uygun ancak bu alan-
daki çeviri terminolojisi henüz oturmadığı için 'amplifikasyon' olarak
bırakmayı yeğledim. Amplifikasyon, Jung'un yorum (özellikle de rüya
yorumu) için kullandığı yöntemin bir ögesidir: ÇAĞRIŞIM vasıtasıyla
bir rüyanın kişisel bağlamını belirlemeye çalışmış, AMPLİFİKASYON
vasıtasıyla rüyayı evrensel imgelemeyle ilişkilendirmiştir. Amplifikasyon,
rüya sembolizminin metaforik içeriğini açıklığa kavuşturmak ve zen-
ginleştirmek için mitik, tarihsel ve kültürel paralelliklerin kullanılmasın-
ı içerir. Jung bundan imgenin içinde gömülü olduğu 'psikolojik doku'
olarak bahseder. (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian
Analysis*, Londra, Routledge and Kegan Paul, 1986). Terimin daha
geniş bir açıklamasını bu kitabın üçüncü bölümünde bulabilirsiniz.

Tüm rüyalar rüya sahiplerinin izniyle kullanılmıştır ancak benzer motifler ve rüya türleri genellikle farklı kişilerde de görülür. Bu nedenle hiçbir analizim rüyalardan birinin kendisine ait olduğunu düşünmemeli ve örnek olarak sunulan bir rüyaya ilişkin yorumları kendi rüyalarına gönderme olarak algılamamalıdır. Bu rüyalar klinik Jungiyen analizin zengin matrisinden alınmış ve belli noktaları resmetme amacıyla sunulmuştur.

1. Bölüm

Jungiyen Psikolojinin Temel Kavramları

.....

Jung, psişenin bilinç dahilinde ve bilinçdışı olan farklı kısımlarını tarif etmek için belirli terimler kullandı. Bu kavramlar, poligraf testinin (modern yalan dedektörü) ve psikolojik kompleksler kavramının temelini oluşturan Jung'un kelime çağrışım deneyi ile yaptığı ilk çalışmaları da içermek üzere çok sayıda klinik materyalin gözlemlenmesinden ampirik olarak elde edilmişti. (Freud'un 1900'de yayınlanan *Interpretation of Dreams*¹ adlı çalışmasını ilk defa okumadan önce Jung halihazırda kelime çağrışım çalışmalarıyla yoğun bir şekilde meşguldü.)

Temel Jungiyen kavramları birkaç kategoride ele almak yararlıdır ancak bu ayrımların nispeten keyfi olduğu ve tanımlama ve anlatım kolaylığı açısından kullanıldığı hatırd tutulmalıdır zira canlı psişede farklı düzeyler ve çeşitli yapılar organize bir bütün

1 Rüyaların Yorumu -ç.n.

olarak işlev görürler. İki temel topografik bölüm mevcuttur: Bilinç ve bilinçdışı. Bilinçdışı ayrıca kişisel bilinçdışı ve nesnel psişe olarak ikiye ayrılır.

Jung'un nesnel psişe için ilk zamanlar kullandığı terim 'kolektif bilinçdışı' idi ve Jungiyen teoriden bahsedilirken hâlâ en yaygın olarak kullanılan da bu terimdir. Nesnel psişe terimi, kolektif bilinçdışının insanlığın çeşitli kolektif gruplarıyla karıştırılmasını önlemek için ortaya atıldı çünkü Jung'un özellikle vurgulamak istediği şey insan psişesinin derinliklerinin, kolektif bilincin 'dışsal' ve 'gerçek' dünyası kadar nesnel bir gerçeklik olduğuydu.

Buradan yola çıkarak, psişenin dört seviyesi mevcuttur:

- 1) *Kişisel bilinç* veya sıradan farkındalık.
- 2) *Kişisel bilinçdışı*; bireysel bir psişeye özgü fakat bilinç dahilinde olmayan kısım.
- 3) Evrensel bir yapıya sahip görünen *nesnel psişe* veya kolektif bilinçdışı.
- 4) *Kolektif bilincin* dışsal dünyası; ortak değer ve biçimlerin kültürel dünyası.

Bu temel topografik bölümler içinde genel ve özelleşmiş yapılar bulunur.² Genel yapılar, arketipsel imgeler ve kompleksler³ olmak üzere iki türdür. Hem bilinç dahilinde hem de bilinçdışı

2 Bu bölümü desteklemek amacıyla sevgili çeviri editörüm klinik psikolog Berin Orhan, Jung'un psişe modeli üzerine kitabın 'ekler' bölümünde bulabileceğiniz bazı Türkçe kaynaklardan da bahseden kısa bir metin hazırladı. -ç.n.

3 Veya 'karmaşalar'. -ç.n.

olmak üzere psişenin kişisel kısımlarına ait olan özel yapılar ise dörde ayrılır: *Ego*, *persona*, *gölge* ve *animus/animadan* meydana gelen *sizigi* (çift grupta)⁴. Nesnel psişede sayılarını tam olarak bilmediğimiz arketipler ve arketipsel imgeler yer alır fakat bunların arasında özellikle dikkate şayan bir arketip mevcuttur: Merkezi düzen arketipi olarak da adlandırabileceğimiz *Benlik*.

Genel Yapılar

Kompleksler, ortak bir nüansla bir arada tutulan ve birbiriyle ilişkili olan imgelerin gruplaşmış halidir. Jung kelime çağrışım testinde duygu nüanslı komplekslerin varlığını katılımcının yanıtlamakta geciktiği veya ıskaladığı çağrışımlarda belli bir düzen olduğunu fark ederek keşfetti. Bu çağrışımların her katılımcıda belirli temalar etrafında kümelenme eğiliminde olduğunu gördü (örneğin anne ile ilgili çağrışımlar → ‘anne kompleksi’). Kompleks terimi uzun bir süredir takribi manasıyla genel kültürde de kullanıma geçmiştir. Kompleksler kişisel bilinçdışının temel içerikleridir.

4 **Sizigi:** İster bir arada olsunlar ister karşıt pozisyonlarda yer alsınlar, iki karşıtlıktan bir çift olarak bahsedildiğinde kullanılan terim. Jung bu kelimeyi en çok anima ve animus bağlantısıyla ilgili olarak kullanmıştır. (Samuels, A. et al., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, London, Routledge and Kegan Paul, 1986) Sizigi üç unsurdan meydana gelir: Erkekteki dişillik ve kadındaki erillik; erkeğin kadını ve kadının erkekle ilgili deneyimi ve eril ve dişil arketipsel imge. (Jung, C. G., (*CW 9ii*) *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self* (Ed. Read. H. et al.), London, Routledge, 1981, par.41 n.5)

Arketipsel imgeler, nesnel psişenin⁵ temel içerikleridir. Arketiplerin kendileri doğrudan gözlemlenemezler fakat tıpkı manyetik bir alanda olduğu gibi, zihnin görünür içerikleri, arketipsel imgeler ve kişileştirilmiş veya imgeleşmiş kompleksler üzerindeki etkileri sayesinde ayırt edilebilirler. Arketip deneyimlerimizden üreyen imgeleri belirli bir biçimde düzenleme eğilimidir fakat imgenin kendisi değildir.⁶ Jung bunu doymuş bir çözeltideki kristal oluşumuna benzetmiştir: Bir kristalin kafes yapısı belirli ilkeleri (arketip) takip eder ancak belirli bir kristalin alacağı gerçek biçim (arketipsel imge) önceden tahmin edilemez. Herkes belirli imgeler oluşturma eğilimiyle doğar, imgelerin kendileriyle değil. Örneğin insanlarda anne imgesi oluşturan evrensel bir eğilim mevcuttur ancak her birey bu evrensel insani arketipe dayalı olarak belirli bir anne imgesi oluşturur.

Arketipsel imgeler, bireysel psişede biriken deneyimler üzerinde arketiplerin etkisi sonucunda oluşan temel ve derin imgelerdir. Arketipsel imgeler, kompleks imgelerinden daha evrensel ve genel bir anlama sahip olmaları bakımından farklıdır ve çoğunlukla numinoz⁷ bir duygu taşır. Çok sayıda insanın uzun bir

-
- 5 Yazar kitap boyunca Türkçe çevirilerden alışık olduğumuz 'kollektif bilinçdışı' yerine 'nesnel psişe' kavramını kullanıyor. -ç.n.
 - 6 Arketip ve arketipsel imge çoğu zaman birbirine karıştırılır. Arketipsel imge arketipin kendisi değildir. -ç.n.
 - 7 **Numinoz, Numinos veya Numinosum:** 'Kutsal' kavramını, ona genellikle yüklediğimiz ahlaki faktör veya rasyonellik olmadan tanımlayabilmek için Rudolf Otto'nun *numen* (Lat.) kelimesinden türettiği bir sıfattır. Açıklanamaz, gizemli ve esrarenğizdir. Ama sanki buna rağmen oldukça etkileyici bireysel bir mesaj taşır. Jung, bilinçli veya bilinçdışı bir şekilde inancın, yani aşkın bir güce güvenmeye evelden hazır olmanın, numinosum tecrübesi için bir ön koşul olduğunu hissetmişti. Numinoz olan fethedilemez; insan ancak kendisini ona

süre boyunca anlamlı bulduğu arketipsel imgeler kültürel olarak kolektif bilinçte yerleşik hale gelmeye meyllidir. Kral ve kraliçe, Meryem Ana, İsa ve Buda gibi dini figürlerin imgeleri bunun kültürel biçim almış örnekleridir. Pek çok kolektif figür ve durum arketipsel imgeler taşıy ve genellikle kimse bu yansıtmanın⁸ farkında olmaz. Bir başkan ya da kral, film yıldızı veya dini lider gibi kamuya mal olmuş bir kişinin suikasta uğramasından ya da ölümünden sonraki güçlü duygusal tepkiler, o figürün pek çok kişi için arketipsel bir yansıtma taşıdığıının göstergesidir.

Tekrarlanan her insan deneyimi arketipsel bir temele dayanır: Doğum, ölüm, cinsel birleşme, evlilik, karşıt güçlerin çatışması, vb. Arketipler evrimleşmiş olsalar bile o kadar yavaş değişirler ki tarihsel zaman içinde onları sabit olarak kabul etmek de mümkündür.

Jung'un modelinde **Benlik** tüm psişenin düzenleyici merkezi, **ego** ise yalnızca kişisel bilincin merkezidir. Benlik, psişik alanı koordine eden düzenleme merkezidir. Ayrıca, bireysel ego-kimliğinin arketipsel şablonudur. Benlik terimi psişeden bir bütün olarak bahsetmek için de kullanılır. Dolayısıyla Benliğin ayrıt edebildiğimiz üç anlamı mevcuttur:

- 1) Bir bütün olarak psişe; bir ünite halinde işlev gören psişe.
- 2) Merkezi düzen arketipi (egonun bakış açısından).

açabilir. Fakat numinosum muazzam ve zorlayıcı bir gücün etkisini yaşamaktan öte bir tecrübedir; henüz ifşa olmamış, çekici ve mukadder bir anlam ifade eden bir güçle yüzleşmedir. (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, London, Routledge and Kegan Paul, 1986)

8 Yansıtma (bkz. Yazarın hazırladığı Jungiyen Terimler Sözlüğü - Bundan sonra JTS)

3) Egonun arketipsel tabanı.

Benlik egodan daha kapsamlı bir teşekkül olduğu için ego tarafından algılandığı zaman genellikle daha yüksek değere sahip bir sembol biçimini alır: Tanrı imgeleri, güneş sisteminin merkezindeki güneş, atomun çekirdeği vb. Benlikle ilgili bir deneyimin duygusal nüansı genellikle numinoz veya büyüleyicidir ve huşu uyandırır. Benliğin etkisine tabi olan ego kendisini üstün bir gücün nesnesi olarak hissedebilir. Ego dengesini kaybettiğinde Benlik güven verici bir düzen sembolü olarak belirebilir. Bu genellikle bir mandala veya net bir çevresi ve merkezi olan bir figür, örneğin dörde bölünmüş daire veya daire içinde kare gibi bir şekil alabilir fakat aslında bu biçimler sonsuza kadar çeşitlendirilebilme kapasitesine sahiptir. Doğunun dini geleneklerinde mandala aranjmanları genellikle tanrı imgeleri içerir ve meditasyon uygulamalarında kullanılır. Benlik Jung'un yapısal kavramları arasında en az ampirik olanı olduğu halde (zira klinik anlamda kanıtlanabilmesi zordur) tanımlanması imkânsız olan bir şeyi psikolojik açıdan tanımladığı için yararlı bir terimdir. Aslında fenomenolojik olarak Benliği, genellikle Tanrı olarak adlandırdığımız şeyden ayırt etmek neredeyse imkânsızdır.

Kişisel ve Nesnel Psişe Arasındaki İlişki

Psişedeki referans noktamız ego kompleksidir. Birinci tekil şahıs 'ben' zamirini kullandığımızda atıfta bulunduğumuz bu yapıdır. Fakat **psişenin kişisel katmanları, nesnel psişedeki veya diğer adıyla kolektif bilinçdışındaki arketipsel bir temele dayanır**. Hem bilinç dahilindeki hem bilinçdışındaki kişisel alan, nesnel psişenin matrisinden ortaya çıkıp gelişir ve psişenin bu

derin kısımlarıyla mütemediyen engin ve organik bir şekilde ilişkilidir. Ancak gelişmekte olan ego kaçınılmaz bir saflıkla kendisini psişenin merkezi olarak görmeye meyleder. Bu durum, güneşin dünya etrafında dönmesiyle dünyanın güneş etrafında dönmesi arasındaki farka benzer.⁹

Psişenin derin katmanlarının faaliyeti, evrensel bir insan deneyimi olan rüyalarda net bir şekilde görülür ve akut psikozda defansları kırarak aşırı bir güçle açığa çıkabilir. Yoğun bir Jungiyen analizde analizan, nesnel psişenin, egonun ampirik bireyleşme sürecine yardımcı olan faaliyetini zamanla takdir etmeye başlar. Bazı analizanlar, psişenin bu derin katmanlarıyla uyanık iken maksatlı bir şekilde temas kurmayı mümkün kılan Jungiyen **aktif imgelem**¹⁰ tekniğini öğrenirler.

9 Heliyosentrizm (Güneş merkezlik) ve Geosentrizm (Dünya/yer-merkezlik) arasındaki farka dair benzetme Jung psikolojisini ayırt eden önemli bir özelliğe işaret etmek için de kullanılır. Egoyu psişenin merkezi olarak (Güneş dünyanın etrafında döner) gören yaklaşıma karşı Jung, Psişenin merkezinin Benlik olduğunu söylemiştir (Dünya Güneş'in etrafında döner). Bu anlamda Jung'un psişe modeli tıpkı 'Kopernik Devrimi'nde olduğu gibi bir paradigma değişikliğine işaret eder. -ç.n.

10 **Aktif imgelem:** Jung'un geliştirdiği bir tekniktir. 1935'te Jung bu teknikten 'gözler açıkken rüya görmek' olarak bahsetmiştir (CW 6, par. 723n) Aktif imgelemin amacı, kişiliğin normalde işitilmeyen taraflarına (özellikle anima/animus ve gölgeye) ses vererek bilinç ile bilinçdışı arasında bir iletişim hattı oluşturmaktır. Nihai ürün (çizim, resim, yazı, heykel, dans, müzik vb.) yorumlanmasa bile yaratan kişi ile yaratılan ürün arasında bilincin dönüşümüne katkıda bulunan bir şeyler gerçekleşir. (Sharp, D., *Jung Lexicon: A Primer of Terms and Concepts*, Toronto, Inner City Books, 1991) -ç.n.

Robert A. Johnson yalın bir dille bu teknikten şöyle bahseder: "Aktif imgelem bilinçdışında yaşayan farklı parçalarınızla girdiğiniz bir

Yapısal açıdan, (bilinç dahilinde veya bilinçdışı olan) kişisel alandaki her kompleks nesnel psişede yer alan arketipsel bir matris üzerinde şekillenir. **Her kompleksin özünde bir arketip vardır.** Ego, Benliğin arketipsel merkezi etrafında şekillenir; kişisel anne kompleksinin arkasında¹¹ Büyük Ana arketipi vardır; baba ve anne imagosunun¹² merkezinde arketipsel kutsal ebeveyn imgesi yer alır; gölgenin ve pek çok kişilik rolünün de derin arketipsel kökleri bulunur. Arketipsel bir biçim, farklı biçimlerin kombinasyonunu içerebilir; örneğin ilahi evlilik ya da *hieros gamos* aynı zamanda karşıtların birleşimini de imgeler. **Psişenin arketipsel katmanları, kişisel düzeyde uzlaştırılması mümkün olmayan içerikleri fiilen birleştiren semboller oluşturma yeteneğine sahiptir.** Nesnel psişenin uzlaştırıcı semboller oluşturma yeteneğine bilinçteki karşıtların gerilimini aşabildiği için *aşkın işlev*¹³ denilir.

diyalogdur. Deneyim boyunca tamamen uyanık ve bilinçli olmanız dışında esasen rüya görmeye benzer. Aslında bu tekniğe ayırt edici niteliğini veren de budur. Rüyanın içine girmek yerine uyanık olarak imgeleminize girersiniz. İmgelerin bilinçdışından yükselmesine izin verirsiniz ve onlar uyku esnasında rüyada olduğu gibi fakat bu sefer imgelem düzeyinde size gelirler. Hayal gücünüzde imgelerinizle konuşmaya ve onlarla etkileşime geçmeye başlarsınız.” (*Inner Work: Using Dreams and Active Imagination for Personal Growth*, New York, HarperOne, 1989) -ç.n.

11 Merkezinde -ç.n.

12 **İmago:** Jung’un ileri sürdüğü (CW 5) ve psikanalizin benimsediği bir terimdir. ‘İmge’ yerine ‘imago’ kelimesini kullanıldığımızda bu, özellikle de diğer insanlara ilişkin imgelerin öznel olarak üretildiği gerçeğinin altını çizmek içindir. Yani nesne öznenin içsel durumuna ve dinamiklerine göre algılanır. (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, Londra, Routledge and Kegan Paul, 1986) -ç.n.

13 Aşkın İşlev (Bkz. JTS)

Bu süreçte çatışmalar ortadan kalkacak diye bir kaide yoktur; daha ziyade çatışmalar aşılar ve göreceleştirilir.

Kişisel psişedeki her kompleks nesnel psişedeki arketipsel bir temele dayandığı için yeterince nüfuz edebildiğimiz herhangi bir kompleks kendisiyle ilgili arketipsel çağrışımları da açığa çıkaracaktır. Jungiyen analiz sanatının önemli bir kısmı, ego arketipsel dünyayla bağlantısını sağaltıcı bir etki olarak hissedene kadar imgeleri **amplifike etmektir**¹⁴ fakat bu amplifikasyon, egonun ilişkilendirilmemiş bir arketipsel içerikler denizinde boğulacağı raddeye getirilmez. Örneğin ego, Benlik ile bağlantısını deneyimlediğinde bir **ego-Benlik eksen**¹⁵ meydana gelir ve ego psişenin merkeziyle olan ilişkisini artık daha kalıcı bir şekilde hisseder. Ancak zayıf veya gelişmemiş bir ego bu deneyimi yaşadığında Benlik tarafından özümsemeye ihtimali mevcuttur ki bu durum ya psişik şişirme¹⁶ ya da bilinçte yönelim bozukluğu veya daha

14 **Amplifike etmek** → Amplifikasyon (bkz. 7. dipnot). -ç.n.

15 **Ego-Benlik Eksen**: İlk olarak Erich Neumann'ın ileri sürdüğü ve Edward Edinger'in popülerleştirdiği bir kavram. Egonun, 'bireyleşme süreci' boyunca Benlik ile uroborik özdeşleşmesinden çeşitli aşamalarla ayrılırken geliştirdiği varsayılan teorik eksen. Ego-Benlik ilişkisinin rüyalarındaki tezahürü için bkz. Bu kitabın 6. bölümü -ç.n.

16 **Şişkinlik/Şişirme/Enflasyon**: Jung'un psişik şişkinlik hakkındaki yorumlarının çoğu egonun bir arketipin numinoz enerjisi ile özdeşleşerek çarpıtılması veya çözülmesine dairdir. Yukarıdaki paragrafta bahsedilen Benlik arketipiyle özdeşleşmedir. "Şişkinlik veya enflasyon ... bilinçdışı arketipsel içeriklerin istilası nedeniyle veya bilinçteki bir genişleme sonucunda kolektif psişe ile özdeşleşmeyi anlatır. Ya muazzam bir güç ve benzersizlik hissinin ya da değersizlik duygusu ve önemsizlik hissinin eşlik ettiği bir yönelim bozukluğu söz konusudur. İlki hipomanik bir durumu, ikincisi ise depresyonu temsil eder." (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, Londra, Routledge and Kegan Paul, 1986) -ç.n.

da kötüsü geçici psikoz olarak kendisini gösterir. LSD ve psilosibin gibi psikedelik ilaçlar kullanıldığında sıkça görülen kendini ‘Tanrı’ zannetme, uyuşturulmuş egonun kendi arketipsel merkezini yani Benliği tecrübe etmesidir. Ne var ki bu ego, istikrarlı bir ego-Benlik ekseni oluşturabilecek derecede gerçeklik içinde temellenmiş değildir.

Kompleks ve Arketip

Her kompleks özünde arketipsel olan merkezi bir anlam etrafında oluşmuş birbiriyle ilişkili bir imgeler grubudur. İlk farkındalık anından itibaren psişedeki bu arketipsel olasılıklar kişisel deneyimle doldurulur ve böylece yetişkin ego bilinçli, öznel içeriklerin kendi geçmiş kişisel deneyimlerinin bir toplamı olduğunu hisseder. Gelişmiş ego, komplekslerin gerçek arketipsel temellerini genellikle yalnızca analizde, rüyalarda veya derin bir etki yaratan duygusal olaylarda deneyimleyebilir. Analizde bu farkındalığı kolaylaştırmak için pek çok teknik kullanılabilir: Rehberli imgelem, geştalt teknikleri, çizim, kille çalışma, dans, kum tepsisinde projektif formların inşası, hipnoanalitik teknikler veya en sade haliyle aktif imgelem. Bireyleşmenin en dolaysız bir şekilde ilerlemesi için ego her zaman nesnel psişenin bu faaliyetlerde açığa çıkan içeriklerine yönelik bir tavır almalı, büyücü çırağı gibi bu içerikleri uyandırmakla yetinmemelidir.

Her komplekste kişisel imgeler arketipsel bir matriste yer alır. Bu nedenle kişisel çağrışımları kompleksin özülle karıştırma tehlikesi her zaman söz konusudur ki bu mevcut çatışmaları sadece erken çocukluk deneyimlerinin ışığında yorumlama gibi indirgemeci bir analize yol açabilir. Bunun aksine, imgelerin aşırı