

Uykunun Kıyısında Bekleyen Bir İnsan Grubu Olarak: Yoksullar

Emma Saygı Doğru

Bugün açız yine evlatlarım, diyordu peder,
Bugün açız yine; lâkin yarın, ümid ederim,
Sular biraz daha sakinleşir... Ne çare, kader!

-Tevfik Fikret (Balıkçılar Şiiri)

“İnsanın kişisel tarihi, başka ne olursa olsun, insanın itaatının tarihçesidir.” diyor A. Phillips ve ekliyor Edna O’Shaughnessy “Bir çocuk daima kısmen süttten kesilmek ister.” Yoksulluk, süttten kesilmek isteyen çocukların cezası, yoksulluk yardımı da bebeklerin ağızlarına süt yerine dökülen şekerli sudur o vakit. Yoksulluğa kanaat etmenin olduğu gibi etmemenin de bir bedeli vardır. İtaat etmenin bedeli, kaygı ve kaygının beraberinde getirdiği tedirginlik, tereddüt, utanç dolu bir yaşam iken itaatsizliğin bedeli ise otorite tarafından cezalandırılmadır. Peki o zaman yoksulluğa

boyun eğen, kaderi ve kanaat etmeyi önceleyen bir kimse neye razı olmuştur? En kısa cevabıyla “uykusuzluğa”...

Bir yoksulluk semptomu olarak uykusuzluk yoksulların hayatının başat problemlerinden ama aynı zamanda üzerine hiç konuşulmayanıdır. Uyku veya uykusuzluk sadece günümüze ait değil, Eski Mısır, Antik Yunan ve Eski Çin’e dayanan tarihçesiyle üzerine metinler yazılmış, araştırmalar yapılmış tarihî bir olgudur. Eski Mısır’da M.Ö 1600’lü yıllarda papirüslerde yerini alan uyku, Antik Yunan’da M.Ö 3. Yüzyılda Hipokrat tarafından

sağlıkla ilişkilendirilmektedir. Hipokrat, uyku ve sağlıklı olmak arasındaki ilişkiyi “Sağlıklı olmak için hastanın gündüz uyanık kalması, gece ise uyuması gerekmektedir. Eğer bu kural ihlal edilirse, hasta için iyi olmaz. Ancak, en kötüsü hastanın ne gece ne de gündüz uyumamasıdır. Bu uyuyamama durumu, hastanın çektiği acı ya da kederindendir; ya da hastanın hezeyanından kaynaklanmaktadır.” diye tanımlar. Eski Çin’de ise uyku/uyanıklık halleri ying ve yang gibi birbirini tamamlayan iki zıt uç olarak tasvir edilir. Eski uygarlıklardan dinlere, geleneksel tıptan modern tıba tüm dönemlerin merak ve ilgi konusu olarak “uyku/uykusuzluk” olguları günümüzde yoksullar açısından “uyku hakkı” olarak ele alınması gereken bir tür temel ihtiyaç halini almıştır. Bu çerçevede “yoksulluktan kaynaklanan uykusuzluk hali” yoksulluk çalışmalarında üzerinde durulmayan ancak yoksulların yaşamlarının temel “yoksunluk”larından biridir (akt. Gökçay ve Arda; 2013).

Yoksulların gündelik yaşamlarına dair yapılan görüşmelerde bu kimselerin oldukça kaygılı oldukları gerçeği bu alanda çalışma yapan hatta yapmayan ancak yoksul mahallelere yolu düşen kimselerin bildiği, yine de üzerine neredeyse hiç konuşulmayan bir konu olarak gözden kaçmaktadır. Yoksulluk, başlı başına bir kaygı nedenidir. Kaygı ise genel tanımıyla “nesnesiz bir korkma halidir” (Salecl, 2004). Yani, sebep belli bir nesnenin

varlığı değil, korku yaratan nesnenin ne olduğunun bilinmemesidir. Bir belirsizlik sarmalı olarak kaygıda neden, niçin, ne zaman, neyden korkulması gerektiğine dair bir kıstas yoktur. Yoksulların yaşamında ise kaygının neden olduğu en birincil durum “uykusuzluk hali”dir.

“Uyuyamıyorum. Herşeyi kafama takarım yarın ben ölsem bu çocuklar nereye gider, acaba bu insanların hali ne olacak... Kim bunlara bakacak...Acep çocuğumu yurda atarlar, acep başına ne gelir, ancak bunları düşün düşün kafam ağrıyor, sonra gözüme uyku giriyor.. Öyle uyuyabiliyorum. Uğraşıyor, işte bu rızka sebep, rızk ne etmişse onu yeriz...” (69 yaşında bir kadın görüşmeci*).

69 yaşındaki bir insana gece kafasını “kaygısızca” yastığa koyma hakkının verilmediği bir yaşamda kişinin bedenini rahat ettirme hakkı gasp ediliyor demektir. En kısa tanımıyla “uyku” yoksullar için bir tür zenginlik emaresidir. Uyuyabilenler, ertesi güne dair kaygısını alt edebilecek derecede “yetkin” olduğuna inananlardır. Diğer bir deyişle uyku bir inanç meselesidir. Zira, yoksullar uyuyabileceklerine inanmamaktadır.

“Ben uyrgezer oldum. Uyku problemi çok yaşadım hatta doktor uyku ilacı verdi. Onları kullandım. Hem de yoğun bir biçimde. Kampüste psikolojik danışma servisi var, oradan yardım aldım. PDR öğrencileri danışmanlık



yapıyor, onlardan ders aldım. Uyuyamadığımda hesaplaşma oluyor. Sonra baktım olmuyor, hesaplaş hesaplaş nereye kadar. Mümkün mertebe bıraktım.” (40 yaşında bir kadın görüşmeci).

Uyku, geleceğe dair umutlarımızı, hayallerimizi kendimize tekrar hatırlatarak kollarına kendimizi bıraktığımız bir dinlenme hali olarak bir tür zenginlere has tüketim nesnesi halini almış gibidir. Bu biçimde bakıldığında lüks bir tüketim nesnesi olarak uykunun diğer bir işlevi de unutmaya imkân tanınmasıdır. Oysa yoksullar açısından “unutmak” söz konusu değildir. Aksine her an yaşamda kalmak zorunda olduklarının bilinciyle “gözleri açık” kalmaktadır.

“Sıkıntılarım, çarpıntılarım oluyor tabii. O da işte geçim derdi, ne yapacan ne edecen düşünce. Yeri geliyor uyuyamıyorsun oluyor yani. Maaşa yakın sıkıntım, yetecek mi yetmeyecek mi?. Bir kere yetmeyecek o kafadan belli de, acaba başka bir şey yapabilecek miyim...” (34 yaşında bir kadın görüşmeci).

“Herşeyin bittiği yerdeyiz biz... Her gün öyle [uykusuz], her gün öyle. Kafama bir şey takılır, şöyle olacak böyle olacak derken uyuyamam işte. Maddi anlamda problemlerim oluyor oğlanı evlendirecem nasıl olacak, oğlan evlenecek her şey lazım. Bir gün uyursam 3 gün uyuyamam ben. Gece 3 buçukta uyudum geldim ben. Gece 12 de oradan çıkıyoruz vardiyalı. Haftada bir gün tatil Çarşamba günü benim onda da ilaç falan yazdıracam mesela.” (55 yaşında kadın bir görüşmeci).

Günümüz modern devletleri yoksulluğu salt olarak bir organizmanın hayatta kalabilmesi için gerekli temel maddelere indirgemıştır. Buna göre elle tutulan gözle görülen somut maddi ihtiyaçlar olarak “beslenme” ve “barınma” ihtiyaçları bahsi geçen sosyal devlet olma iddiasındaki yönetimlerin olmazsa olmazlarıdır. Pek tabii devletler tarafından karşılanması nispeten kolay, somut gösterenleri olan bu ihtiyaçlar, yoksulların yaşamlarında “belirsizlik” diye tanımladıkları sayısız mikro zamansallık ve mekânsallık içeren ihtiyaçları içeren “sağlıklı olma” halini tanımlamaktan oldukça uzaktır.

“İşte kafaya taktın mı uyuyamıyorum. Ne olacak nasıl olacak, çocuklarımı düşünüyorum. Takarsam uyuyamam. Geçen ay bayağı bir uyuyamadım. Sıkıntılıydı. Okula gitti çocuk, git gel para lazım oldu hep. Çok git gel yaptılar, kayıt parası o, bu derken para gitti, kaç gece uyuyamadım ben. Nasıl yetişecek diye. İşte bunları bazen yetiştiremeyince, üzüntü oluyor, stres oluyor. Ben de 3 kuruş borcum olsun sıkıntıya girerim. Korkarım. Beni rahatsız eder, kafama takıyorum,” (40 yaşında kadın bir görüşmeci).

İşkence, amaca götüren bir eylem biçimi olarak fiziki şiddetin en katıksız halidir. Yunanca’da işkence kelimesi içerisinde “kaçınılmaz” anlamını da barındırmaktadır. Bir kan toplumu için durum böyle iken modern toplumda artık elle tutulamayan gözle görülmeyen halleriyle ruhsallık alanına kaydırılmıştır. Dışsal şiddette acının ağırlık noktası beden iken, ruhsal şiddette acı, içselleştirilmiş biçimleriyle arz-ı endam eder (Byung- Chul Han, 2012). Şiddetin inceltilmiş ve ruhsallaştırılmış biçimlerinden biri de şüphe yok ki sürekli kaygı ve uykusuzluk olarak karşımızda durmaktadır. Bu sebeple, belki de yoksulluk sadece “mutlak – görelî” yoksulluk kavramları, sayılara indirgenmiş istatistiki gösterenlerle değil varlık mücadelesinin bir tür ruhsallık mücadelesi olarak da ele alınmasını şart koşmaktadır. Tanımlanmamış bir temel ihtiyaç olarak “uyku hakkı” belki de soruyu tersten sorduğumuzda olgunlaşacaktır. Bir insan hangi

ihtiyaçları karşılandığında uyur? Bir bebek ne zaman annesinin memesinden gelen sütü elinin tersiyle iter ve otorite karşısında itaatsizlik gösterir? Şüphe yok ki, iyi bir uykunun olmazsa olmazları olan karın tokluğu ve sıcak bir kucak koşulları sağlandığında, diğer bir değişle kaygıları giderildiğinde...

*Bu makalede kullanılan veriler makale yazarı tarafından 2016 yılında yapılan “Eskişehir’de Sosyal Yardım Sisteminin Yoksulların ve SYDV Çalışanlarının Gözüyle Değerlendirilmesi.” isimli doktora tezi çalışmasından elde edilmiştir.

Kaynaklar

- Byung Chul Han (2012). Şiddetin Topolojisi. Metis Yayınları.
- Gökçay, B. ve B. Arda(2013). “Sleep and Sleep Medicine in the Light of History of Medicine” Lokman Hekim Journal, 2013;3(1):70-78.
- Phillips, A. (2015). Yasak Olmayan Hazlar, Metis Yayınları.
- Salecl, Renata (2004). Kaygı Üzerine, Metis Yayınları.
- Saygı Doğru, E. (2016). Eskişehir’de Sosyal Yardım Sisteminin Yoksulların ve SYDV Çalışanlarının Gözüyle Değerlendirilmesi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.