

Güzel ölme sanatı

Prof. Dr. Kemal Sayar



1966 yılında Ordu'da doğdu. İlkokulu Zonguldak'ta, liseyi Eskişehir'de tamamladı. 1989'da Hacettepe Üniversitesi İngilizce Tıp Fakültesi'ni bitirdi. Uzmanlığını Marmara Üniversitesi'nde tamamladı. Karadeniz Teknik Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde ve Kanada McGill Üniversitesi'nde öğretim üyesi olarak bulundu. En son Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde ergen ve genç kliniğini kurdu ve dört yıl boyunca klinik şefliğini yürüttü. Yurtdışında pek çok ülkede çeşitli eğitimlere katıldı, eğitimler verdi. Birçok kitabı olan Sayar, ulusal ve uluslararası dergilerde editörlük ve yayın kurulu üyelikleri yapmaktadır. Sayar, evli ve iki çocuk babasıdır.

Tıp, günümüzde hayatı uzatmaya çalışmıyor, ölümü uzatıyor. Hastanın insan ve kişi olarak saygınlığı, hanidir tıp mesleğinin ilgi alanında değil. O yüzden hayatın mevsimleri olduğunu ve yaşlılığın tedavi edilmesi gereken bir sorun olarak telakki edilemeyeceğini kabullenemiyoruz. Ölüm kişisel bir bozgun değil. Hayatın da çevrimleri var ve insan için önemli olan ecel vakti gelip çatana dek anlamlı bir hayatın izini sürmektir. Modern tıp, hastalığa ardındaki toplumsal anlamı da hesaba katarak bakmak yerine, bir organın düzeltilmesi gereken işlev bozukluğu olarak bakıyor. Tıp bilimi, insanın ölümlülüğünü kabullenmekte ayak direttiği oranda, “bir can çekişme olarak hayat” uzuyor.

1.

Kendi ölümlülüğümüzle yüzleşmek, öleceğimiz gerçeğini bihakkın kavramak demektir. Ölümün farkındalığı olmaksızın hayatı da tam manasıyla keşfedemiyoruz. Ölümüne dair imgeler çevremizde kol gezse de hem kültürel hem de bireysel düzlemde ölümü inkâr etmeyi yeğliyoruz. Ölüm hakkında konuşmak için neredeyse bir toplumsal tabu var. Ernest Becker, ünlü kitabı *Ölümü İnkâr*'da Batı uygarlığının ölümü inkâr üzerine temellendiğini söylüyor. Güzellik, gençlik, zenginlik ve tüketiciliği kutsuyoruz. Hayatlarımızı uzatacak ve ölümü geciktirecek ne varsa rağbet gösteriyoruz. Gençliğin ve cinsel cazibenin bilgelik ve olgunluğa galip gelmesi, yaşlılarımızın giderek daha fazla bakım

evlerine terk edilmesine yol açıyor. Ölüm hastanelerde gözden uzaklaştırılıyor ve tıbbileştiriliyor. Tıp bilimindeki ilerlemeler bize her şeyin önünde sonunda tamir edilebileceğini, kimsenin hasta kalmasına izin verilmeyeceğini ima ediyor. Hastalık bir zayıflık, ölüm ise nihai bir başarısızlık olarak telakki ediliyor. Aşırı tıbbileştirme ölümlülüğünü sarmalaması gereken tefekkürü gönülden irak tutuyor ve onun yerine içimizi utanç ve felaket hissiyle dolduruyor. Böylece kendi hayatlarımızı kontrol edemediğimiz hissiyle temas ediyoruz.

Artes moriendi, iyi ölme sanatı, kayıplara karışıyor. Modern toplumda insanın ölümüne düşünerek, aile fertleri tarafından sevgiyle kuşatılmış olarak kendi yatağında ölmesi adeta haram edildi. İyi ölme sanatına sahip toplumlarda ölümün geliştiği hissedilir ve kişi ona hazırlanırdı. Üç yüz yıl önce insanların ölümü inkâr edebilecek bir lüksleri yoktu, ölüm de hayatın bir parçasıydı. Modern endüstri toplumunda tıp teknolojisinin ilerlemesiyle çocuk ölüm hızları düştü, ölümcül hastalıklar azaldı ve ölüm daha az görünür hale geldi. Yine de ekranlarda, video oyunlarında veya sinema filmlerinde ölümün her halini her gün izliyoruz, adeta ölüm pornografisiyle baştan çıkıyoruz. Sanırım popüler kültürde ölümüne dair imge ve temsillerin çoğalması bizim onunla kendi içimizde baş etmemizi kolaylaştırıyor, onun uyandıracığı endişe ve travmadan bizi masun kılarak ölümü ehlileştiriyor. Başkasının kurgusal ölümü bize sahte bir emniyet hissi bağıslıyor. Kendi ölümlülüğümüzle barışmıyor oluşumuz, haddi zatında kendi ölümümüze bakamıyor

oluşumuzdan kaynaklanıyor.

Istirap bizi insan kılar. İnsan kaybettiklerinin yasındadır. Yas tutmayı reddetmek, bir bakıma yaşamayı da reddetmektir. Ölümle yüzleşmek yaşama cesareti ister. Hayatın trajedisi ölmek değil, yaşarken içimizde ölmesine izin verdiklerimizdir. Rilke'nin söylediği gibi, “insanların çoğu yaşanmamış bir hayattan ölüyor”. Ölümün olmadığı bir hayat seyrelmiş, yoğunluğunu ve canlılığını kaybetmiş bir hayattır. Hayatın geçiciliğidir ki ondan aldığımız neşeyi tırmandırıyor. Ancak ölüme bakmakla, ölümle yüzleşmekle anlam ve gayemizi keşfetmenin derdine düşeriz. Eğer öleceksek, var olmamızın anlamı ne?

Ölüm korkusuyla yüzleşmek bizi kendi iç dram, korku, duygu ve dehşetlerimizle baş başa bırakır, onlara temas etmemizi sağlar. Bu duyguları derin bir biçimde yaşamak bizi insan olmanın ne demek olduğu sorusunun ortasına getirip bırakır. Kendisine değebilen insan başka ruhlarla da değer. Kendisiyle konuşabilen insana bir başkasının umutsuzluğu da konuşur. Hayatın meselesi, bu dünyadaki var oluşumuz sonlanmadan ve can ten kafesinden uçup gitmeden önce, hayatın ve ölümün neye hizmet ettiğini keşfedebilmektedir. Hayatı tam manasıyla keşfedebilmek, önceliklerimizi iyi belirleyebilmek ve hem kendimizle hem ötekilerle daha derin bir bağ kurabilmek için kendi ölümümüze çıplak gözle bakabilmek zorundayız. Ölüm anı geldiğinde, yaşadığı ömür için pişmanlık duymaktan korkmalı insan. Korkuyu tatmamış olan, cesareti de bilemez.

Ölüm korkusu ölümü durduramaz ama hayatı durdurur.

Ufak bir hayal alıştırmayla bitirmeye ne dersiniz? Hastane acilindesiniz ve ölüm size göz kırıyor. O an sizin için en öncelikli olan şey neyse, hayatta da öncelikli olan odur. İçinde taşıdığı ölümle yüzleşebilen insan, hayatı da anlamlı yaşar.

2.

Bilimsel dünya görüşünün kaçınılmaz sonuçlarından biri de ölümün sekülerizasyonu olmuştur. Tıpkı doğa gibi adeta ölümün de tilsimi bozulmuştur. Tıp, ölümü bir manevi geçiş olarak değerlendirmekten uzaklaşmış, ruhların bakımı artık yerini *hayata yıllar ekleme* uğraşına bırakmıştır. Tıbbın rehberliğinde *yıllara hayat ekleyen* bir tasavvur değil, hayata yıllar ekleyen bir tasavvur vardır. Ölüm döşeginde rahip ve imamların yerini doktor ve hemşireler almış, hastane idarecileri ve yaşam destek üniteleri, neredeyse görünmez hale gelen aile üyelerinin ve maneviyat erbabının yerini doldurmuştur. Artık ölüm başka bir varoluşa açılan bir kapı değil, def edilmesi gereken bir beladır. Bir insanlık durumu değil, tıbbi bir sorundur. Pek azımız sevdiğimiz ölümüne tanık oluyoruz artık, ölüm anı itina ile gözlerden uzak tutuluyor. “Ölümün binlerce kapısı var, insanlar çekip gidebilirsin diye” demişti John Webster. Şimdi o kapıları hastane odalarında sıkı sıkıya kapamanın derdindeyiz.

Bir istatistiğe göre ABD'lilerin yüzde sekseni ve İngilizlerin üçte ikisi modern seküler hastanelerde can veriyor. Batı dünyasında ölüm gibi ölüm sonrası hizmetler de giderek sekülerleşiyor ve cenaze törenleri, öte âleme göçen kişinin ruhuna dua edildiği bir mecran olmaktan ziyade onu anlatan, onunla ilgili anıları paylaşan bir tür anma merasimine dönüşüyor. Müteveffa artık Allah'tan günah ve taksiratının affedilmesi dilenen bir kişi değil, o anda hayatı kutsanan insandır. Modern Batı'da, cenaze merasimi gibi ölü bedenle ilgili işlem de sekülerleşmiş ve geleneksel gömülmenin yerini yakılma almıştır. Bugün İngilizlerin yüzde yetmişinin bedenlerinin ölüm sonrasında yakılarak küle dönüştürüldüğü bildirilmektedir. “İman kişinin özel meselesidir” yollu seküler/Hristiyan düşünce, modern ölümü de bir özel seçim meselesine dönüştürmekte ve ona kendi rengini vermektedir. Protestanlıkta müteveffa için dua istenmez, sekülerizmde ise insanın ölümden sonra da var olmaya devam edeceği düşüncesi inkâr edilir ve ölü kişiye ihtimamın yerini bir bellek söylemi alır: “Seni asla unutmayacağız”. Çağdaş yas kuram ve terapisi de bu seküler zeminde yükselir.

Fransız toplum tarihçisi Philippe Aries, ölümle ilgili gelenekleri anlattığı klasik kitabında ölmenin modern zamanla birlikte çirkin ve pis bir şey olduğunu ve bizim çirkin ve pis şeylere tahammülümüz olmadığını söylüyor. Bu yüzden ölümün gözlerden uzak, tecrit edilmiş yerlerde gerçekleşmesi gerekiyor: “Duyularımız artık, on dokuzuncu yüzyılın başlarında, acı ve hastalıkla birlikte günlük hayatın parçası olarak düşünülen görüntülere ve kokulara tahammül edemiyor. Fizyolojik etkiler günlük yaşamdan, aseptik hijyen, tıp ve ahlak dünyasına kaydı. Bu dünyanın mükemmel tezahürü ise, hücre disiplininin hüküm sürdüğü hastanedir... Her zaman itiraf edilmese de hastane, ailelere ne dünyanın ne de kendilerinin dayanabildiği uygunsuz hastaları saklayabilecekleri bir ortam sunar... Hastane tek başına bir ölüm mekânı haline gelmiştir”. Oysa geçtiğimiz çağlarda, acil saati çatana dek, geride bıraktıklarıyla helalleşmesine ve onlarla son bir paylaşım yaşamasına izin verilir insanın. Ölüm döşegindeki kişiden bu asla esirgenmez, o kişi de bu hakkından kolaylıkla feragat etmezdi. Sherwin B. Nuland'ın satırlarıyla devam edelim: “Gerek ölen kişi, gerekse de sevdiği için bir teselli olurdu bu son paylaşım. Hem ayrılığın hem de ayrılık öncesinde muhtemelen yaşanmış olan büyük acıların tesellisi. Çoğu insan için bu son paylaşım, iyi bir ölüm güvencesi anlamına gelmekten öte, Tanrının ve ölümden sonraki hayatın var olduğuna dair bir umut kaynağı olurdu.”

Ancak hikâye burada bitmiyor. Endüstri sonrası toplumlarda hayatı tehdit eden hastalıklar artık giderek daha erken tanınıyor. Hayat biraz daha uzatılabilse de kanser, AIDS veya kalp hastalığı gibi hayatı sonlandırabilen hastalıklar tamamen yok edilebilmiş değil. Bu durumda endüstri sonrası toplumlarda giderek daha fazla insan son yıllarını ölümcül bir hastalığın koynunda geçiriyor. Bu da onlara ölümlülüğün ışığında nasıl yaşamak istediklerini düşünecekleri bir zaman bırakıyor. İnsanlar yas ve palyatif bakım süreçlerini artık maddecilik ötesi (postmateryal) değerlerle yaşamayı yeğleyebiliyor. Sağlık sisteminin insanı bir bütün olarak değerlendirmesi ve postmateryal bakışla birlikte ölmekte olan insana yaklaşım da değişiyor. Ölüm artık bir tıbbi yetmezlik hali olarak değil, profesyonel tıbbi bakışı aşan bir merhametle ele alınmayı gerektiren bir süreçtir. Sözelimi geleneksel İslam ve Hindu merasimlerinde, kalanların duygularından ziyade giden kişinin manevi menzili önemlidir. Maddecilik ötesi yaklaşım, insanların değer sitemlerini dikkate alan bir manevi bakım önerir ve ruhun bakımını yeniden öne çıkarır.

Biz hekimler, Sherwin B. Nuland'ın

harikulade kitabı “*Nasıl Ölüyoruz?*”de dile getirdiği gibi bilgimiz arttıkça daha da kibirli hale geliyoruz. Bilimsel bilgi alanında patlama tarzında bir çoğalmaya tanık olsak da hala istediğimizin çok daha altında bir kontrol gücüne sahibiz. Ölüme karşı savaşı kaybedeceğimizi anladığımızda zamanlamayı kontrol etmeye ve son noktanın konacağı anı belirlemeye çalışırız. Böylece kontrol konusunda asıl söz sahibi olması gereken kişileri, hastayı ve ailesini bu haktan mahrum bırakabiliriz: “Modern çağda tıp mesleği büyük ölçüde, klinik bilimlerde, hedefin zafer kazanmak olduğu bir alıştırmaya haline gelmiştir. Bilim insanının nihai hedefi, bilgiyi bilgi aşkı için edinmek değil, düşmanca olarak algıladığı yaşadığımız çevreyi alt etmesini sağlayacak bilgiye erişmektir. Ne zaman bir hasta ölse, doktor, kendinin ya da insanlığın doğa üzerindeki gücünün sınırlı olduğunu ve sonsuza dek sınırlı kalacağını hatırlar.”

3.

Atul Gawande'nin *Being Mortal* adlı kitabında tartıştığı gibi, tıp sadece sağlık ve hayatta kalmakla ilgili değildir. Aynı zamanda yıllık hissimizle de ilgilidir. Palyatif bakım ölmekte olan hastaların bakımıyla ilgili son yıllarda öne çıkan bir alan olarak bize şu can alıcı soruları sordurur: Hastalık gelip çattığına göre bunu ve olası sonuçlarını nasıl anlamalıyız? Korku ve ümitleriniz nedir? Neyi bırakmaya razısınız, neyi tutmak istersiniz? İnsan olmak sınırlı bir varlık olmak demektir ve bakım veren meslekler de mütevazı olmalı, insanın sınırlarını kabullenmelerine kılavuzluk etmelidir. Tıp mesleğindeki insanlar olarak bazen bir şifa sunar, bazen de hiç işe yaramayabiliriz. Ancak neyi sunarsak sunalım, müdahalelerimiz içerdikleri risk ve fedakârlıklarla, sadece insan hayatının o büyük amaçlarına hizmet ettiği kadar anlamlıdır. Bunu unuttuğumuzda, yol açtığımız acı devasa boyutlarda olabilir. Hatırladığımızda ise hastalarımızın ruhunun en derinlerine dokunmuş oluruz. Güzel ölmek, her insanın hakkıdır.

Kaynaklar

Atul Gawande. *Being Mortal. Illness, Medicine and What Matters in the end.* Profile Books, 2014, London.

CM Parkes, P. Laungani ve B. Young (Editörler) *Death and Bereavement Across Cultures, Second edition,* Routledge, 2015, London.

Ernest Becker. *Ölümü İnkâr.* (Çev. A. Tüfekçi). İz Yayıncılık, 2014, İstanbul.

Philippe Aries. *Batılının Ölüm Karşısındaki Tavrı.* (Çev. M.A. Kılıçbay) Gece Yayınları, 1991, İstanbul.

Sherwin B. Nuland. *Nasıl Ölüyoruz/ Yaşamın Son Döneminden İzlenimler.* (Çev. Ş. Taş) H2O Kitap, 2013, İstanbul.