

## ÇOK ŞEY SÖYLEMEK İSTİYORUM AMA KONUŞAMADAN...

HASAN PATİR



İnsan bazen kelimelerle dolup taşar ama dudakları kıpırdamaz. İçinde cümleler kurar, tartışmalar yapar, itiraflar eder; fakat dışarıya yalnızca bir suskunluk yansır. “Çok şey söylemek istiyorum ama konuşamadan” hâli, insan ruhunun en ağır yüklerinden biridir. Çünkü söylenmeyen her söz, içeride yankılanmaya devam eder.

Konuşamamak her zaman kelime eksikliğinden değildir. Bazen kelimeler fazladır ama cesaret azdır. Bazen de insan, karşısındaki tarafından anlaşılmayacağına o kadar inanır ki, susmayı güvenli bir liman gibi seçer. Oysa suskunluk, çoğu zaman bir korunma biçimi olsa da uzun vadede insanı kendi içine hapseder.

### *Suskunluğun Psikolojisi*

**Carl Rogers**, insanın en temel ihtiyaçlarından birinin “koşulsuz kabul” olduğunu söyler. Anlaşıldığını ve yargılanmadan dinlendiğini hissedene insan konuşur. Fakat eleştirilme, küçümsenme veya yanlış anlaşılma korkusu varsa, sözler geri çekilir. Suskunluk, bu korkuların gölgesinde büyür.

Bir çocuk düşünelim: Duygularını dile getirdiğinde susturulmuş, “abartma” denilmiş, “ayıp” denilmiş. Zamanla öğrenir ki konuşmak risklidir. İçine atmak daha güvenlidir. Bu öğrenilmiş sessizlik, yetişkinliğe kadar taşınır. Artık insan, ne kadar dolu olursa olsun, susmayı alışkanlık edinmiştir. Fakat bastırılan duygular yok olmaz. Onlar biçim değiştirir. Bazen öfkeye dönüşür, bazen kırgınlığa, bazen de anlamsız bir yorgunluğa. İnsan konuşmadıkça hafiflemez; aksine ağırlaşır

### *Söylenmeyen Sözlerin Ağırlığı*

**Sigmund Freud**, bastırılan duyguların bilinç dışında yaşamaya devam ettiğini ve farklı yollarla kendini gösterdiğini savunur. Söylenmeyen her söz, iç dünyada bir iz bırakır. Bu izler zamanla birikir ve insanın davranışlarına, ilişkilerine sızar. “İyi” denir ama iyi olunmaz. “Sorun yok” denir ama içerde fırtına kopar. Çünkü konuşamamak bazen bir maske takmaktır. İnsan, güçlü görünmek ister. Zayıf, kırılğan ya da muhtaç görünmekten çekinir. Oysa gerçek bağlar, tam da bu kırılğanlık alanında kurulur.

**Konuşamamak, çoğu zaman yalnızlıktır.** Kalabalık bir ortamda bile insan kendini görünmez hissedebilir. Çünkü kimse onun içindeki cümleleri bilmez. O cümleler yalnızca zihninde yankılanır. İletişim çağında iletişimsizlik modern dünyada iletişim araçları çoğaldıkça, paradoksal biçimde gerçek iletişim zorlaşmıştır. Mesajlar hızlıdır, emojieler hazır, cümleler kısadır. Fakat derin konuşmalar azalır.

**İnsan “çevrimiçi”dir ama içsel olarak erişilemezdir.** Sosyal medyada herkes konuşur; fakat çoğu zaman kimse gerçekten dinlemez. Bu yüzden insan, söylemek istediklerini yüzlerce kelimeyle yazabilir ama bir cümleyi yüz yüze söyleyemez. Çünkü gerçek konuşma, risk taşır. Göz teması vardır, sessizlik vardır, beklenmedik tepkiler vardır. Oysa gerçek konuşma, insanı özgürleştirir. Söylenen söz, ağırlığını kaybeder. *Paylaşılan duygu, bölünür ve hafifler.*

## ***Konuşamamanın Varoluşsal Boyutu***

**Martin Buber**, insanın “Ben - Sen” ilişkisiyle var olduğunu söyler. Gerçek karşılaşma, iki varlığın birbirine açık olduğu anda gerçekleşir. Eğer insan sürekli kendini saklıyorsa, gerçek bir “karşılaşma” yaşanmaz. Yalnızca yüzeysel temaslar olur. Konuşamamak, insanın kendi hakikatini ertelemesidir.

Oysa hakikat dile gelmedikçe şekillenmez. İnsan, duygularını ifade ettikçe onları daha iyi anlar. *Konuşmak yalnızca anlatmak değildir; aynı zamanda anlamaktır.* Sessizlik her zaman zayıflık mıdır? Elbette her sessizlik olumsuz değildir. Bazen susmak bilgeliktir, bazen sabırdır. Ancak burada söz edilen sessizlik, zorunlu ve bastırılmış olandır. İçeride biriken, ama dışarı çıkamayan sözlerin sessizliği... Bu tür bir sessizlik, zamanla insanın kendi sesini bile duyamamasına neden olur. Ne istediğini, neye kırıldığını, neye sevindiğini bile ayırt edemez hâle gelir. Çünkü ifade edilmeyen duygu, bulanıklaşır.

### ***Sonuç:***

#### ***Konuşmak Bir Cesarettir***

“Çok şey söylemek istiyorum ama konuşamadan” demek, aslında bir eşikte durmaktır. Bir taraf suskunluğun güvenli karanlığıdır. Diğer taraf açıklığın riskli ışığı. Konuşmak cesaret ister. Yanlış anlaşılma ihtimalini göze almayı, kırılğan görünmeyi, belki de reddedilmeyi... Fakat konuşmamak, insanın kendini inkâr etmesidir. Söylenmeyen sözler, zamanla insanın içini daraltır. Oysa ifade edilen duygu, özgürleşir.

Belki de ilk adım büyük cümleler kurmak değildir. Küçük bir “kırıldım” demek, küçük bir “yardıma ihtiyacım var” demek, küçük bir “seni özledim” demek... İnsan bazen bir kelimeyle bile zincirini kırabilir. Sonunda mesele şudur: İnsan konuşarak var olur. ***Sesini bulmak, kendini bulmaktır.*** Ve belki de en büyük özgürlük, içimizde biriken o cümleleri, titreyen bir sesle de olsa, dünyaya bırakabilmektir.

