

S İ N A N C A N A N

iFA

İNSANIN FABRİKA AYARLARI

III. KİTAP
**SINIRLARI
AŞMAK**



İÇİNDEKİLER

| | |
|--|----|
| SINIRLARI AŞMAK | 11 |
| Tatmin Olamayan Bir Canlı: İnsan | 13 |
| Akıntıyla Gitmek, Akıntıda Yüzmek | 17 |
| Bedenimizin Kaderi..... | 19 |
| İnsanın En Kısa Tanımı | 21 |
| “Konfor” dan “Kaos” a Atlamak | 24 |
| Konfor Neden Bozulmalıdır?..... | 32 |
| “Ben” Nedir?..... | 38 |
| Ben Kimim?..... | 41 |
| İnançlar “Bizim İçin” Neden Bu Kadar Önemli?..... | 46 |
| İnançlarım Ne Kadar “Gerçek”?..... | 47 |
| İnancıyla Övünmek?..... | 49 |
| Beynimizdeki Editör | 51 |
| Benliğin Kurucu Direkleri..... | 54 |
| Sonsuz Bir Olasılık Evrenine Doğmak | 56 |
| Ben’i Genişletmek..... | 58 |
| Sınırlarını Yıkabilen İnsanların Ortak Özelliği | 62 |
| Büyük Başarılarla İmza Atanlar Bizden Farklı mı? | 63 |
| Kendi Akış’ımızı Nasıl Tetikleyebiliriz?..... | 68 |
| Sıradan Hayatlardaki Sınır Aşımaları..... | 71 |
| Hangi Sınırı Nasıl Aşacağız?..... | 74 |
| Akıl Nedir, Ne İşe Yarar? | 77 |
| Hikâyelerin Gücü | 79 |
| Hayatta Yapmam! | 81 |
| Ben’ini Genişletmek, Kendini Dönüştürmek | 84 |
| En Güçlü Soru: Nereden Biliyorum? | 85 |
| En Cesur İtiraf: “Bilmiyorum.” | 88 |
| Hayaller ve Gerçekler..... | 91 |

| | |
|--|------------|
| Değişimin Anahtarı: Niyet-Gayret-Cesaret | 93 |
| Zorlanmayı Bekleyen Sınırlar | 105 |
| Sonuç..... | 144 |
| ÇIKIŞ | 147 |
| Nöroevrimsel Bakış ve Terkiplerin İFA'sı | 149 |
| Benzersizliğe Dikkatli Bakmak | 149 |
| Maddeyi Kullanan Bir "Fikir": Can..... | 151 |
| Canlının Kodlarını Çözememek | 154 |
| Uzmanlar Neden Anlaşamaz? | 156 |
| İFA'nın Kadim Kökenleri..... | 158 |
| Naçizane Çıkarımlar | 162 |



iFA-5

SINIRLARI AŞMAK

“Eğer bile bile gücünüzün yettiğinden
daha azı olmayı planlıyorsanız sizi uyarıyorum:
Hayatınızın geri kalan kısmında mutsuz olacaksınız.
Kendi yeteneklerinizden ve imkânlarınızdan
kaçıyor olacaksınız...”

Abraham Maslow

TATMİN OLAMAYAN BİR CANLI: İNSAN

Kendinizi bambaşka şartlar altında düşlediniz mi hiç?¹ Farklı imkânlara sahip, farklı bir zamanda yaşayan, bambaşka güçlere ve yeteneklere sahip biri olmayı hepimiz en azından birkaç kez hayal etmişizdir. Şimdi sizi bir başka hayale davet edeceğim. Dünyada düşünebileceğiniz en olumsuz koşullarda doğmuş olduğunuzu hayal edin. Evet, hayal edebileceğinizin en kötüsünü... Afrika’da bir lokma yiyecek bulamayan yoksul bir kabile ailesinin hayatta kalmayı bir şekilde başarmış 12 çocuğundan sonuncusu yahut dünyayı kasıp kavuran İkinci Dünya Savaşı sırasında Almanya’da yaşayan, anne ve babası ile toplama kampına gönderilen Yahudi bir çocuk olarak dünyaya geldiğinizi düşünün bir... Veya hiçbir teknolojinin henüz icat edilmediği 200 bin yıl önceki bir mağarada yahut aşırı nüfus yoğunluğundan dolayı insanların 30 yaşına geldiğinde zehirlenerek öldürüldüğü, tüm hasta ve sakatların doğmadan önce ortadan kaldırıldığı distopik bir gelecekte, bizzat siz olarak, şu ana kadar var olan tüm özelliklerinizle, aynen böylece doğduğunuzu düşünün. Nasıl bir hayatınız olurdu?

1 Bu satırları yazdığım ilk zamanlarda dünya hepimiz için “gayet normal” bir yerdi. Fakat aylar sonra, son kontrolleri yaptığım 2020 Nisan ayı itibariyle, tüm dünya insanları Covid-19 kod adlı bir salgın virüs hastalığının şaşkınlığını yaşıyor. Artık çoğumuz kendimizi hiç ummadığımız “bambaşka” şartlar altında buluverdik! Bu bölümde yazılan birçok şeyin kitap henüz tamamlanmadan bu denli ani bir şekilde gerçekleşmesi, dürüst olmalıyım ki beni de oldukça şaşırttı... Sanırım bu durumu “zamanın ruhu” dedikleri şeye bağlamak en mantıklısı olacak. Umarım bu bölümde yazılanlar, şu küresel şaşkınlığımız içinde hepimize yol gösterici ipuçları verir.

Lütfen detaylıca düşünün. Keyif aldığınız hiçbir şey, sevdiğiniz insanlardan hiç kimse, “onsuz yaşayamam” dediklerinizin hiçbiri yok. Bebekliğinizden bu yaşınıza kadar hasbelkader hayatta kalmış olduğunuzu ve neler yaşamış olabileceğinizi düşünün. Geçireceğiniz travmaları, yaşayacağınız korkuları, imkânsızlıkları, te-laşları, sevinçleri, üzüntüleri (...) ve o yaşadıklarınızın sonucunda nasıl bir insana dönüşebileceğinizi de hayal etmeye çalışın.

Bu egzersize hiç olmazsa bir üç-beş dakika zaman ayırdıysanız, şimdi size bir teklifim daha olacak. O hayalden çıkıp şu anki “sıradan” hayatınıza çevirin zihninizi. İyice bir bakın; etraflıca... Nasıl görünüyor? Belki zaman zaman canınızı sıkan, bazen sizi kızdıran, kendinizi sıkışmış hissettiren, sürekli eksiklikleri ile sizi daraltıyor gözükken bu hayat şimdi nasıl görünüyor?

“Şikâyet ettiğiniz sıradan hayatınız, belki bir başkasının hayali-dir.”² sözü, ilk duyduğumda beni çok etkilemişti. Öyle ya; aslında çoğumuz, başka milyonlarca insanın sahip olmak için canını tehlikeye atmaktan çekinmeyeceği nice imkânlarla donatılmışız. Şu anda elinizde tuttuğunuz satırları okuyabilmekle dünyada çok küçük bir şanslı yüzdenin içine giriyorsunuz: Temel düzeyde de olsa eğitim alabilmiş, okuma yazma öğrenmiş, temiz içme suyu ve temel gıdalara ulaşabilmiş, kitap okuyacak kadar zaman bulabilmiş, hayatta kalma endişesini aşırp daha fazla bir şeyler öğrenme arayışına girebilmiş, genel olarak (veya kısmen de olsa) sağlıklı biçimde hayatta kalabilmiş o şanslı yüzde birkaçlık dilimdeki insanlardan birisiniz. Fakat huyumuz kurusun, çoğu zaman bu paha biçilmez hediye-yi fark edemeyecek kadar meşgul yahut şikâyetçiyiz.

Peki, hayatımız bize normalde neden öyle görünmüyor? Neden biri “Şanslısın, kıymetini bil!” dediğinde, bu bize çoğu zaman pek de anlamlı gelmiyor? Hatta bazen böyle hatırlatmalara neden kızıyoruz?

İnsan; yetinemeyen, tatmin olamayan bir canlıdır. Bu onun ana kurgusunun temel taşlarından biridir. Karnı tok, güvende ve sağlıklı olduğunda yerinde pek duramaz ve sıklıkla yeni arayışlara girer. Sorgulamaya, yapılmamışı yapmanın yollarına kafa yormaya

2 Lev Nikolayeviç Tolstoy.

başlar. Riskler alır. Dener, yanılır, tekrar dener ve elinde olmadan hem dünyayı hem de kendini adım adım değiştirir.

Kendimizi ansızın içinde bulduğumuz bu hayat, nerede ve ne koşulda doğarsak doğalım, sürekli bizim için “aşılması gereken” sorunlar sunar. Temel yaşamsal ihtiyaçlar eksikse bunların giderilmesinin, onlar tamamsa başka psikolojik ihtiyaçların hallinin yolları ana konumuz olur.

Elimizdeki imkânlar ne kadar büyük olursa olsun gerek maddî gerekse mânevî imkânlarımızı genişletme konusunda devamlı bir hareket ihtiyacı hissederiz. Çoğu insansa bu hissi duyamayacak kadar meşgul hayatlar sürdürür. Hatta bazısı doğrudan bunu tercih eder ki içinde bulunduğu o zengin rutini kırıp ne kendi rahatını ne de başkasının rahatını kaçırmazın.

İnsan topluluğunun yerleşik hayata geçişi ve gittikçe kalabalıklaşmasıyla birlikte, insanın “çıkıntılık yapan” bu tip arızalı özelliklerini bir şekilde zapt etme ihtiyacı ortaya çıkmış olmalı. Yerleşik hayattan önceki hayatımızda muhtemelen hiç yeri olmayan (zira tabiatta da hiç rastlamadığımız) “kanunlar” ve “kurallar”, hayatımızı düzene sokabilmek ve bizi belli bir rayda tutabilmek için ihdas edilmeye başlanmış görünüyor. Zaten tabiatta kanunlar değil “âdetler” vardır; evrilir ve değişirler. Fakat insan, en azından belli bir zaman büyük enerji harcayarak sabit tutmaya gayret ettiği “kural” ve “kanunlar” koyar. Bunların amacı, kurduğumuz modelin olabildiğince sorunsuz işlemesidir. Tüm Batı ülkelerindeki siyasetçi, diplomat veya resmî görevle görevli çalışanların boyunlarına taktıkları tuhaf renkli uzun ve anlamsız bez aksesuar yani kravat, her görüşümde bana bu kuralları bir bütün olarak çağırıştırır. Çoğu kuralımız, tabiatın işleyiş mantığına kıyasla kravat kadar yakışsız, anlamsız, kısıtlayıcı ve işlevsizdir. Fakat bizim bir şekilde işimize yararlar. Mesela kravat takan birini yahut kravat taktığımızda bizzat kendimizi zihnen farklı bir yere konumlandırırız. Ciddiyetimizi takınmaya başlarız.³ Davranışlarımızı etkileyen bir semboldür kravat.

3 Psikolojide “beyaz önlük etkisi” (white-coat effect) olarak geçen bu etki, tıpta yine benzer bir adla bilinen “beyaz önlük tansiyonu” denen bir durumla ilgili-

Miami’de katılmak zorunda kaldığım bir akşam yemeği öncesinde, yemeğin bir “*black tie event*” olduğu bilgisi geldi. Yani siyah takım elbise zorunluluğu varmış. Bırakınız Amerika seyahatimde yanımda takım elbise taşımayı, evde tek bir tane bile takım elbisesi olmayan biri olarak sevinçli bir şekilde, “madem öyle, o zaman toplantıya katılamayacağımı” bildirdim. Fakat baş konuk ekibinden birisi olarak katılmamın zorunlu olduğunu söylediklerinde, yanımda ihtiyâten bulunan beyaz ve derviş yaka gömleğim ile kot pantolonumu giyerek davete icabet ettim. O akşamki izlenimlerim gerçekten ayrı bir kitapçık konusu olabilir. Ancak burada konumuzu ilgilendiren kısmı şu: Her gün rahat ettiğim kıyafetler, o gün hem bana hem de herkese adeta “battı”. Sosyal kuralları belirli amaçlarla belirlenmiş bu tip organizasyonlara katılıyorsanız ortama uymanın iyi bir fikir olacağını bana bir kez daha öğreten bir gece geçirdim. Başıma kötü bir şey gelmedi; konuştuğum herkes “kıyafetimi çok beğendiğini” (!) belirtmeden geçemedi ve çok da eğlendik. Ama hissedilen “uygunsuzluk”, insan olmanın ve diğer insanlarla bir arada bulunmanın dinamikleri hakkında oldukça öğreticiydi.

Sosyal bir canlı olarak diğerleri ile bir arada kalmak ve uyumlu davranışlar gösterebilmek için ortak bazı kural ve inançları kabul etmemiz gerekir. Fakat bireysel hayatımız genellikle bu kurallara pek sığmaz. Bu nedenle çoğu insan sosyal hayatı ve özel hayatı arasında bir ayırım yaşar. Sokakta, evde davrandığı gibi davranmaz. Her düşüncesini eyleme dökmemesi gerektiğini bilir. İnsanın toplum içindeyken ön beyinin frenlerini sıklıkla devreye sokması gerekirken, daha samimi olduğu veya yalnız olduğu ortamlarda bulunan bir kişi ise daha rahat davranır. Bu toplum sağlığı için elbette iyi bir şeydir. Fakat her birimizin içinde o kendimize has tarzımız, hayallerimiz, meşgalelerimiz ve adına iç dünya

dir. Kişilerin tansiyon ölçümleri beyaz önlüklü bir doktor tarafından alınırsa bir miktar daha yüksek ölçülür; zira insanlar beyaz önlük karşısında normalden biraz daha heyecanlıdır. Sosyal beyaz önlük etkisinde ise kişiler, karşılarında takım elbiseli yahut doktor önlüğü gibi profesyonel kıyafetli insanları görünce, onların söylediklerini daha ciddiye alma eğilimindedirler. Bu kıyafetleri giyen kişilerde de benzer bir değişim görülür: Kendilerine normalden daha çok güvenir ve daha isabetli, daha cesur kararlar alabilirler.

dediğimiz o zengin iç evrenimiz, varlığını her zaman sürdürmeye devam eder; biz onu sosyal kural ve teamüllerin ardına ne kadar gizlersek gizleyelim...

AKINTIYLA GİTMEK, AKINTIDA YÜZMEK

İnsanların sosyal kurallara uyması şüphesiz bize büyük rahatlık sağlar. Birlikte iş görebilme ve sosyal organizasyonun hatasız işlemesi için kurallara ihtiyacımız vardır. Fakat biz medeniyetin “icadından” beri geçen zaman ve nesiller boyunca, medeniyetin kuralları içinde yaşamaya o kadar alıştık ki, bu kuralların olmadığı yüz binlerce yılda bizi tabiatta hayatta tutan düşünüş ve davranış kalıplarımızın çoğunu modern hayat içinde susturmak ve bastırmak zorunda kaldığımızı göremez hale geldik. Binlerce yıllık kanun, kural, teamül, gelenek ve alışkanlıklarımız bize sanki “insanın doğası böyleymiş” gibi gelecek kadar içsel kontrol unsurlarına dönüşmüş gözüküyor.

Avcı-toplayıcı dönemlerde neredeyse her bir bireyin hayatta kalmak için devamlı yeni çözümler aramak, sürekli risk almak ve katotik bir yaşam örgüsünde yolunu yenilikçi yöntemlerle bulabilmek gibi kadim ihtiyaçları olduğunu rahatlıkla öngörebiliriz. Bu kadar zorlayıcı bir ortamda şekillenmiş ve seçilmiş canlıların; kendi yarattığı kurallar örgüsünde tıkr tıkr işleyen, bolluk ve güvenlik hedefi üzerine inşa edilmiş günümüz medeniyeti içinde bir türlü rahat edememesi de gayet doğal karşılanabilir. Çünkü temel yapısı ve kadim dürtüleri, onu sürekli sınırlarını zorlamaya, yenilikler yaratmaya ve riskli denemelere iter. Şehir hayatı ise bunları sevmez; şehirde düzen, tertip, kurallar ve belirli bir ortak davranış örüntüsü vardır. Bunların dışında davranış gösterenler huzuru ve asayışı bozar; en azından sistemin işleyişinde öngörülemez rahatsızlıklara sebep olma potansiyeli taşırlar. Böyle durumların yaşanmaması için de elimizden geleni yaparız. Ailemiz, kültürel olarak aldıkları “kural dizgelerini” sözsüz olarak, davranışlarıyla bize aktarır. Eğitim de bunları pekiştirir; bizi “iyi yurttaşlar” haline getirmek için tasarlanmış müfredatlarıyla kafamızı dipten tavana formatlar. Kültürün bizlerde yerleştirdiği hedef, hayal ve arzuların peşinde

sorgulamadan koşmaya başlarız. Sürekli çalışırız, sürekli başarılı olmaya uğraşırız; hedefini dahi bilmediğimiz bir akıntıda diğerleriyle uyum içinde akıp giderken “kim olduğumuzu” ve “ne yapmak için burada bulunduğumuzu” sormaya bile fırsat bulamayabiliriz.

Bir birey olarak toplum içinde yaşadığımızda belirgin bir “akıntı” içindeyizdir. Bu akıntı, tüm toplumu yönlendiren genel inanç, değer, kabul ve geleneklerden oluşan karmaşık bir sürücü güçtür. Toplumun bize öğrettiği değerleri ne kadar içten benimserseniz, akıntıya o kadar sorunsuz katkıda bulunur, toplumun “debi”sini yükseltir ve ortak gücü desteklemiş oluruz. Bazense akıntıya itiraz eden, ondan farklı bir yöne gitmek isteyen bireyler çıkar. Hem de bu öyle pek nâdir de olmaz. Özellikle gençlerde sıra dışı olmak, kendilerine konan sınırları zorlamak gibi dürtüler çok açıkça baskın hale gelebilir. Bu tip “akıntıya ters” davranış ve düşünceler, aynen akan bir nehirde olduğu gibi türbülansa, girdaplara ve neticede bir enerji kaybına neden olacaktır. Genel akıntıyı yavaşlatma riski taşıyan bu tip durumları en aza indirmek için de bu tip istenmeyen davranışları baskılayacak her türlü önlemi almak şarttır. İşte eğitim, kültür, değerler ve inançlar şeklinde grupladığımız o zihinsel kodların büyük kısmı böyle bir sıradanlaştırmaya hizmet eder. Fakat ne yaparsanız yapın; çizgi dışı, anarşist, sorgulayıcı, denenmemişi denemeye kalkan, düzeni bozan ve arıza çıkartan tiplerle her zaman karşılaşacaksınız. Bu bir arıza değildir, (diğer İFA maddeleri gibi) kadim kuralların tüm çabalara rağmen sıklıkla gün yüzüne çıkmalarının işaretidir. Zira insan, sınırlar içinde mutlu mesut yaşamaya değil, sınırlarını aşmaya ve yenilikler keşfetmeye ayarlı özel bir varlıktır. Bunu sadece geçici bir süre unutulabilir ama bu temel içgüdü, er ya da geç ya riskli atılımlar ya ani aydınlanmalar yahut suç veya bunalımlar gibi istenmeyen sonuçlar olarak kendini bir şekilde gösterecektir. İnsanın bu güdünün baskısına ömür boyu direnebilmesi çok zordur.

Akıntıyla gitmek uzun sürede bizi yoruyor gibi görünüyor. Bu bölümdeki amaçlarımdan biri de var olan toplumsal akıntı içinde kendi Akışımızı nasıl oluşturabileceğimize dair bir çerçeve çizmek olacak.

BEDENİMİZİN KADERİ

İnsan bedeni, diğer canlılarla aynı temel yapıya sahip olmasına rağmen eksiklik ve çıplaklığıyla büyük bir fark gösteriyor demiştik (bkz. *İFA-1. Kitap: Beden*). Bizi zeki ve sıra dışı olmaya zorlayan şey de işte bu bedensel yetersizliğimiz olmuş gibi görünüyor. Bedenimizin diğer benzer bedenlere göre çok daha iyi yaptığı şeyler; iki ayak üzerinde durmak, yürümek, koşmak ve terlemektir. Bu “yeni” özellikler, Homo cinsinin geniş bir alana yayılması ve tüm rakiplerine üstünlük sağlaması için en önemli özelliklerinden gibi duruyor.

Bedenimizin bir başka özelliği, neredeyse hiçbir işe tam olarak uygun olmamasıdır. Bedenimiz hiçbir ortama doğrudan uyum sağlayarak yaşamamıza imkân vermez. Ağaçlara tırmanmaya, dallara tutunmaya, sert besinleri tüketmeye veya sulak, sıcak, soğuk yerlerde yaşamaya doğrudan uyumlu bir bedenimiz yoktur. İnsanın bedeninin bu “uzmanlaşmamış” hali, bir başka açıdan ona ilginç bir avantaj daha sağlar: Bu zayıf beden, girilecek birçok işte ve uyum sağlanacak birçok ortamda yepyeni çözüm ve uyum imkânları keşfetmemize olanak verir. Ağaçların dallarına kolayca tutunup tırmanacak ellerimiz ve kuyruklarımız olsaydı, böyle parlak icatlar geliştirmemize hiç gerek kalmazdı. Nitekim mesela maymunlar tam olarak böyle, sahip oldukları donanımları ile mutlu mesut yaşayıp gitmekte.

Bu acemi beden, deneyimle ustalaşma becerisine sahiptir. Farklı ortamlara yerleşen insan grupları, bin yıllar içinde ve nesiller boyunca o bölgelerdeki şartlara uygun adaptasyonlar geçirerek, ufak tefek farklılıklarla her türlü çevreye gayet kolay uyum sağlayabilmiştir. Mesela kuzey enlemlerindeki soğuk bölgelere yerleşen gruplar, bugün Eskimolarda olduğu gibi görece daha küçük, bol yağlı bir beden ile kısa kol ve bacaklarla, bedenlerindeki ısı kaybını en aza indirecek şekilde ortamlarına uyum gösterirler. Öte yandan Afrika savanlarında yaşayan kabilelere mensup insanların bedenleri genellikle daha zayıf, uzun ve bol ter bezi ile dışarıya ısı transferini çok daha hızlı yapabilen versiyonlardır. Bu tip farklılıklara rağmen, tüm farklı insan çeşitliliği birbiri ile çok ama

çok yakın akrabadır ve aralarında bir “ırklaşma”dan bile bahsedemeyiz; yani genetik farklılıkları çok küçüktür. Bunun anlamı, Homo sapiens sapiens’in temel yapısının bu ve bunun gibi onlarca farklı adaptasyonu içinde taşıyacak kadar çok amaçlı olması ve adaptasyon yeteneği ileri düzeyde yüksek bir beden tasarımına dayanmasıdır.

Yakın kuzenlerimiz Neanderthallerin 50 bin yıl öncesine kadar bütün Avrasya bölgesine dağılmış olmalarına rağmen bugün soylarının tükenmesinin sırrı belki de onların beden yapılarında gizlidir. Özellikle soğuk Kuzey Avrupa iklimlerine uyumlu aşırı kaslı, tıknaz ve kısa bedenleri ile Neanderthaller ileri düzeyde özelleşmiş, yani belirli iklim koşullarına ileri düzeyde uyum sağlamış canlılardı. Son dönemlerinde soylarının tükenmesine neden olan etkiler hâlâ tartışmalı olsa da bundaki en büyük etkenin hızla değişen ve ısınmaya başlayan atmosfer koşulları olduğunda araştırmacıların çoğu hemfikirdir. Buradan alınacak temel hisse şu olsa gerektir: Bizlerin ataları olan Homo sapiens öncülleri, hiçbir ortama tam uyum göstermemiş ama her türlü ortama göre uyum sağlayabilme potansiyeli taşıyan uzmanlaşmamış bedenleri ile bu değişken dünya şartlarında ipi göğüsleyen şampiyon Hominid türü olmuş gibi görünüyor. Dolayısıyla bu beden, birbirinden çok farklı koşullara uyum sağlayabilme potansiyeli taşıyor. Buna bir de bireysel çeşitliliği yani her birimizin diğerlerinden farklı özelliklerle dünyaya gelişimizi eklersek, insanların nesiller içerisinde ne kadar farklı koşullara uyum sağlayabilecek çeşitler üretebileceğini biraz anlamaya başlayabiliriz.

Bu tarihenin burada bizi bireysel olarak ilgilendiren kısmı şudur: Tabiiattaki “imkânsız” koşullarda hayatta kalmak, hatta galip gelmek üzere bütün canlı türleri gibi incelikle uyumlanmış insan türünün bireyleri olarak, pek az yeteneğimiz doğuştan gelir. Aklinıza gelebilecek tüm insan başarıları bu nedenle dehâdan yahut şanslı doğmaktan değil, bu çok potansiyelli bedeninin ve aşırı gelişmiş zihinsel donanımının imkânlarının “çalışma ve deneme” ile keşfedilmesiyle, geliştirilmesiyle oluşur.

Hiçbirimiz yaşayacağımız hayatın detayları genetik kaderimizde programlanmış olarak buraya gelmiyoruz.⁴ Bir kurbağadan, bir semenderden, bir çınar ağacından, bir zürafadan yani herhangi bir canlı tekinden en büyük farkımız; bir “primat” olarak dünyaya gelip kimsenin hayal dahi edemeyeceği şeyler yapabilme, kimsenin düşünemeyeceği bir insana dönüşme potansiyelimizdir. Hepimize yerleştirilmiş bu gizli güç; yaşama başladığımız yer, zaman, kültür ve coğrafyanın yanı sıra yaşamda alacağımız kararlar ve kendi üzerimizde girişeceğimiz denemelerle öngörülemez derece ve şekillerde gerçeğe dönüşür ya da hiç dönüşmeyebilir. Bu konuya “ben nedir” ve “ben’i genişletmek” bahisleri altında az sonra yine döneceğiz.

İNSANIN EN KISA TANIMI

Sürekli insan davranışlarının kökenleri konusunda çalışan ve eğitim veren bir insan olarak, özellikle medyada “İnsan nedir?” sorusuna çokça muhatap olanlardanım. Böyle doğrudan sorulmasa da genellikle cevabı aranan bir sorudur bu. Aslında ne olduğumuzu, hakikatimizi hep merak ederiz. Bu merak da aslında “bundan ibaret olmadığımızı” yani günlük hayatta bize uygun görülen tanım ve tariflerin bizi kapsamadığını zımnen kolayca anlayabiliyor olmamızdan gelir. Bir gün yine bir TV programında bu minvalde bir dizi soruyu yanıtlarken dilime gelen bir tanım, sanıyorum bulabildiğim en kısa insan tanımını oldu ve o günden beri bunu hep kullanıyorum: **İnsan, karnı doyduğu zaman sorun çıkartan tek canlıdır.**

4 Bu noktada kafa karışıklığını azaltmak için sıklıkla kullandığımız bazı terimlere yeni açılımlar vermek yerinde olabilir. Mesela **genetik** ve **kalıtsal** kelimelerini genellikle eş anlamlı kullanırız; fakat genetik, adı üstünde, sadece “genler” yani hücrelerimizdeki nükleik asit kodları üzerine kodlanmış biyolojik veri aracılığıyla nesilden nesile aktarılan ve sıklıkla değişime maruz kalan genetik bilgiyi ve onun içeriğini ifade eder. Kalıtım ise yaygın olarak genetik bilginin aktarımı anlamında kullanılsa da daha geniş bir kapsamı da işaret edebilir. İleriki bölümlerde bahsedeceğimiz genetik kodun dışında kalan ve yine ilk yetiştirme çevremiz tarafından mecburi olarak bize aktarılan epigenetik, kültürel ve bilişsel kodlar, hayatımızın ve zihinsel çerçevemizin şekillenmesinde çok belirleyicidir. Yani “kalıtsal” derken, genetik kodlarla birlikte tüm bu genetik dışı faktörleri de dahil eden daha kapsayıcı bir çerçeve düşünebilirsek, kalıtım denen sürecin etkisini daha iyi anlayabiliriz.

İNSANIN FABRİKA AYARLARI

III. KİTAP SINIRLARI AŞMAK

Hepimiz "daha doğru yaşamaya" çalışıyoruz. Sürekli öğrenme peşindeyiz ama gittikçe genişleyen bilgi havuzundan çoğu zaman doğruları seçemiyoruz. Uzmanlar da sıklıkla görüş ayrılığına düşüyorlar. Konu "insan" iken, bilim de bu kadar açık ve net bir araçken bu kadar anlaşmazlık nereden geliyor?

Elinizdeki kitap, bir üçlemenin üçüncü kitabıdır. *İnsanın Fabrika Ayarları* serisi bir bütün olarak insanlığın gereklerini İFA edebilmek için, bilimsel gerçeklere farklı bir çerçeve öneriyor. *İnsanın Fabrika Ayarları*, kendinizi başka bir bakış açısından bir kez daha anlamaya davet ediyor.

- İnsan neden bu kadar çıplak ve aciz?
- Bedensel ihtiyaçları karşılanan insan neden mutlu olamıyor?
- Yüz yıl önceki insanların bilmediği bunca yeni "ölüm nedeni" nereden çıktı?
- Neden hareketsiz kalınca hastalanıyoruz?
- Fazla yemek bize neden iyi gelmiyor?
- Yalnız kalınca neden erken ölüyoruz?
- Bedenin stres tepkileri, tüm hayvanların hayatta kalmasına yardımcı olurken, bizi neden bu kadar yoruyor hatta hasta edip öldürebiliyor?
- Sınırlarını aşamayan, zihnini ve bedenini zorlamayan insanlar neden bunalıma giriyor?
- Yaratılışımıza uygun bir yaşam kurmak ve bunu sürekli hale getirmek bu kadar zor mu?

Bu kitap, bu ve benzeri soruların cevaplarını vermekten ziyade kendiniz için en doğru cevapları bizzat sizin bulabilmeniz için yazıldı. Bundan sonrası ise size kalıyor.

Kendinize iyi bakın, göreceksiniz...

