

Terör en çok dirençli toplumlardan korkar



İSA TATLİCAN



ABONE OL

Google News



“Darbe ve Terör Zamanında Ruhsal Direnç; Karanlıkta Görmek” kitabını okurlarıyla buluşturan Psikiyatrist Prof. Dr. Kemal Sayar: Teröristler dirençli insanlardan korkar. Direnç, terörü mağlup eder

Türkiye toplumu, [15 Temmuz](#) ile başlayan süreçte tüm dünyaya örnek olacak destansı bir mücadele veriyor. Fetullahçı darbeyi püskürten bu millet şimdi [FETÖ](#), [DEAŞ](#) ve [PKK](#) terörünün yaralarını sarmaya çalışıyor.

Terörün tek bir hedefi var: İnsanları yılgınlığa ve ümitsizliğe sevk ederek ülkeyi ekonomik ve siyasi olarak yönetilemez hale getirmek. Türkiye bu oyunun farkında. Toplum, tam da bu nedenle terörün vermeye çalıştığı bu alçak mesajı kabul etmeyerek birlik ve beraberliğini korumaya devam ediyor.

Terörün doğrudan toplumun psikolojisini yönetmeye çalıştığına vurgu yapan Psikiyatrist Prof. Dr. [Kemal Sayar](#) "Darbe ve terör zamanında ruhsal direnç; KARANLIKTA GÖRMEK" isimli bir kitap kaleme alarak bu toprağın insanları olarak bundan sonra ne yapmamız gerektiğini bize anlatıyor.

Kemal Sayar, toplum olarak bu süreçten güçlenerek nasıl çıkabileceğimizin yöntemlerini anlattı.

-Terörün toplumun zihinsel kodlarıyla oynayarak yılgınlığa düşmemizi istiyor. Buradan başlayalım isterseniz



Evet, terör korku salmak, güvenlik hissimizi ve birbirimize duyduğumuz güveni imha etmek istiyor. Terörizm, hep söylendiği gibi, psikolojik savaştır. Terör eylemini medyadan izleyenler için korkunun çapı, ölüm ve yaralanmaların hasarından çok daha büyüktür. Terör bizi korku içinde aşırı tepki vermeye zorlar. Korkuyu yaymak ve tepkisel politikaları tetiklemeyle, teröristler bir ölçüde amaçlarına ulaşır. Bize fiziksel zarar vermenin ötesinde bütün toplumda psikolojik hasar bırakarak insanlarımızı yılgınlık ve teslimiyetçiliğe

zorlamak istiyor.

TERÖR UMUTLARIMIZI GASPETMEK İSTİYOR

-Terör topluma hangi mesajı veriyor?

Söyletmek istediği şu : Terörle baş edemeyiz, ona direnemeyiz. İnsan olarak bizi bu dünyada ayakta tutan bazı temel inançlarımız var. Dünyanın özünde müşfik, tahmin edilebilir ve anlamlı bir yer olduğuna inanırız. Kendimizi sevilesi ve değerli varlıklar olarak görürüz. Bu inançlar bize bir güvenlik duygusu ve incinmezlik yanılması verir. Sabah işimize giderken akşam eve döneceğimizin bilgisiyle yaşarız. Oysa travmalar, büyük ruhsal örselenmeler bu inançları kökünden sarsar. Kötülüğe maruz kaldığımızda veya ona tanık olduğumuzda, dünyaya dair inançlarımız ve onun hakkında bugüne dek geliştirmiş olduğumuz izahlar yara alır. İşte terör bu ruh yarasından içeri sızarak bizi esir almak, geleceğe dair umut ve düşlerimizi gasp etmek istiyor.

-Toplum , terörün vermek istediği bu mesaja nasıl bir cevap vermeli?



Ruhsal travma bireysel düzlemde çaresizlik ve yalnızlık hissi üretiyor, iyileşebilmek için düştüğümüz yerden daha güçlü bir biçimde doğrulabilmemiz ve çevremizle yeniden bağ kurabilmemiz gerekiyor. İnsanlar ve toplumlar ruhsal örselenmelerden daha da güçlenerek çıkabilir. İyileşme üç safhada gerçekleşiyor: Evvel emirde emniyetin sağlanması gerek. Sonra kaybettiklerimizi hatırlayacak ve yas tutacağız. Ama kendimizi yaralarımıza hapsedmeyecek ve hayata devam edeceğiz. Gündelik hayatla bağımızı devam ettireceğiz. Umuda tutunmak ve geleceği, bu ülkenin birbirinden farklı düşünen

insanları birlikte kurmak zorundayız. Bunun için milli bir dayanışma duygusunun harekete geçirilmesi, güven ve kardeşliğin onarılması gerek. Ruh yarasını iyileştirecek olan yürek hizasıdır. Yenilmemiz ancak umudu elden bırakmamız ve teslim olmamızla olur. Kötülüğü asla kabullenmeyelim ve öfkemizi birbirimize değil, hain terör odaklarına yöneltelim.

TERÖR KARŞI BİRLİK OLMAYI ÖĞRENDİK

-Toplumun 15 Temmuz'dan sonra terör olayları karşısında daha olgun bir tepki verdiğini düşünüyor musunuz?

İnsanımız son dönemde yaşanan terör saldırılarını, elindeki son vatani kaybedebileceğinin bir işareti olarak okuyor ve sessiz kalabalığın bilgeliği, o vatani korumak yönünde tezahür ediyor. Vatan önünde sonunda bir güvenlik duygusudur. Vatan orada olduğunuz için kimsenin sizi aşağılayamayacağı, aş ve işinizi gönül huzuru ile temin edeceğiniz, başınız dara düştüğünde istimdat edeceğiniz birilerinin muhakkak bulunabileceği o emin beldedir. Terör bizi bölmekten çok birbirimize sokulmamızı, birbirimizi daha iyi anlamamızı sağladı. Ona direnmek ve kötülüğü geriletmek için birbirimizi daha fazla sevmemiz gerektiğini fark ediyoruz.



-Birkaç maddede özetlemeniz gerekirse ne yapmalıyız?

Evela, dayanışma. Omuz omuza durmak, dostlarımızla bir ruh yakınlığında durmak bize güç ve yeniden başlama cesareti verir. Sonra özgüven, yapabileceğine inanıyorsan ve bunun için gerekli içsel kaynak ve kuvvetlere sahipsen yapabileceğin daha fazladır. Organize kötülük karşısında geri adım atmayacak ve ülkemiz için elimizden hangi iyilik geliyorsa yapmaya devam edeceğiz. Üç, olayları farklı bir biçimde okuyabilmek. Bütün bu yaşadıklarımızı bugün yaşıyor olmamızın anlamı nedir? Dört, iyimserlik. Geçmiş için pişmanlık duymak yerine gelecekte neyi yapabileceğine odaklanmak. Beş, özdenetim. İradeyi kuvvetlendirerek arzularını denetim altına alabilmek. Hepimiz irademizi biricik vatanımız için seferber etmeli ve düş kurmaya devam etmeliyiz.

SOSYAL MEDYA TÜRKİYE'Yİ YANSITMIYOR

-Bu tür terör olaylarında sosyal medyayı doğru kullanıyor muyuz? Sosyal medya bu konuda toplumu nasıl etkiliyor?

Sosyal medya ortamının Türkiye'yi yansıttığını düşünmüyorum. Bu ortamın ani tepkilere açık ve anonim yapısı, insanların tepkilerini bir süzgeçten geçirmeden daha fevri ve ilkel biçimlerde ortaya koymasına yol açıyor. İnsanlar sosyal medyayı adeta bir arınma, duygularını boşaltma mekanı olarak

kullanıyorlar. Çok fevri, ilkel, agresif tepkiler gösteriyorlar. Adeta kendileri gibi düşünmeyenleri düşmanlaştırarak, şeytan ilan ederek, şeytan taşıyarak içlerindeki belirsizlik endişesini boşaltmak ve rahatlamak istiyorlar. Bazen kendisinden nefret eden kişilerin bu nefreti toplumsal gruplara yansıtarak rahatlamak istemesi de söz konusu olabilir. Nefret söylemleri ve linç kültürü terörizmin fideliğidir ve görüldüğü yerde kınanmaları gerekir. Diğer insanın insanlıktan çıkarılması ve ona her türlü aşağılamanın reva görülmesi şiddet ve terörün ilk basamağıdır.



Medya, terörün sosyal ve psikolojik etkisi noktasında toplumu doğru yönlendirdiğini düşünüyor musunuz?

Görebildiğim kadarıyla zaman içinde bu konuda bir bilinç oluştu. Terörün psikolojik ayağını tamamlayan görüntüler konusunda çok daha özenli davranılıyor. Medya, terörün yaratmak istediği panik duygusuna karşı umudu ve sükuneti öne çıkaran haber ve programlarıyla toplumsal rehabilitasyona hizmet edebilir. Kötümserlik ideolojisinin terörün psikolojik hareketinin bir parçası olduğunu unutmamalıyız. Umuda, direnç, dayanışmaya dair haber ve hikayelere her zamankinden fazla ihtiyacımız var.

Toplumun moralinin yüksek tutulması ve terörün bu konuda amacına ulaşmaması noktasında siyasilere düşen görevler nedir?

Siyasi liderler birer terapist gibi ruhun yaralarını iyileştirmeye gayret etmeli. Siyasi liderleri sık sık bir arada görmeye, onların dilinden ortak birlik ve beraberlik cümlelerini işitmeye ihtiyacımız var. Toplum böylesi buhran zamanlarında liderlere daha çok yüzünü döner çünkü onlardan güven ve emniyet almak ister. Onlarda kararlılık, dirayet ve istikrar hissederse, gelecek hakkında daha fazla umutlanır.



YAŞAM TARZINA MÜDAHALE TERÖRÜN BİR OYUNU

-DEAŞ saldırıları ile yaşam tarzına müdahale arasında bir ilişki kurulmaya çalışılmasını nasıl değerlendiriyorsunuz?

Reina saldırısını yaşam tarzına müdahale açısından okumak kanımca terörün oyununa gelmektir. Bu saldırıdan hemen önce yılbaşı kutlamaları etrafındaki tartışma köpürtüldü ve bu konuda bir toplumsal yarık oluşturulmak istendi. Terör de işte bu yarıktan içeri girerek insanlar arasında bir güvensizlik iklimi oluşturmaya yeltendi. Ne olur, hakikati sadece kendi malımız sayan tekçi düşünceden bir anlığına sıyrılmaya çalışalım. Belki o zaman terör mağduru insanlarımızın birer istatistik sayı olmadığını, her birinin anlam dünyaları olan, çocukları, anne ve babaları olan küçük bir evren olduğunu fark edeceğiz. Onlar için gerçekten üzölmeyi başarabileceğiz.

TERÖR DİRENÇLİ TOPLUMLARDAN KORKAR

- Türkiye toplumuna bundan sonraki süreçte ne tavsiye edersiniz?

Sükunet, itidal, umut, özgüven, irade. Etkin bir umuda ihtiyacımız var, cesaretle sarmalanmış bir umuda. Umut etmek cesaret etmektir, yanlış giden bir şeylerin değişebileceğine ve dünyayı ve ölkemizi bulduğumuzdan daha güzel bırakabileceğimize duyduğumuz inançtır. Etkin umut, bu başımıza gelen bir daha başımıza gelmesin için bize ne sorumluluk düşüyorsa onu yerine getirmektir. Kimse ruhumuzdaki direnci yenemez. Bu toprakları dün bir yurt bellemedik, bin yıldır buradayız. Teröristler dirençli insanlardan korkar. Direnç terörü mağlup eder. Aynı yürek hizasında duralım ve bu ölkenin geleceğine inanalım.

ŞABAH