



MORRIE İLE HER SALI FİLMİ'NİN VAROLUŞÇU TERAPİNİN TEMEL KAVRAMLARI AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

AN ANALYSIS OF THE FILM "TUESDAYS WITH MORRIE" IN TERMS OF FUNDAMENTAL CONCEPTS OF EXISTENTIAL THERAPY

Ayşenur BAYSAL*

Öz

Bu makalede varoluşçu terapinin temel kavramlarının açıklanması, aynı zamanda bu kavramlarla ilişkili olarak "Morrie ile Her Salı" filminde yer alan sahnelerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla çalışmada ilk önce varoluşçu terapinin temel kavramları olan dünyada var olma, yaşama ve ölme, özgürlük, sorumluluk ve seçim, soyutlanma ve sevmeye, anlam ve anlamsızlık, öz aşkınlık, özgünlük kavramları açıklanmış ve açıklanan kavramın altında, filmde, o kavramla ilişkili sahnelere yer verilmiştir. Varoluşçu terapinin temel kavramları olan bu kavramlar filmdeki sahne, senaryo ve diyalog açısından düşünüldüğünde filmin destekleyici yönden incelenmesi uygun görülmüştür. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman/film inceleme kullanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sinema, Varoluşçu Terapi, "Morrie ile Her Salı", Film.

Abstract

The aim of this study is to mention about vital concepts of existential therapy and to scrutinize the scenes relevant to these concepts in the movie titled "Tuesdays with Morrie". For this purpose, the fundamental concepts of existential therapy, which are being-in-the-world, life and death, freedom, responsibility and choices, isolation and love, meaning and meaninglessness, self-transcendence, authenticity are described, below each of which the scenes associated with the described concept are presented. It has been found appropriate to examine the movie in a supportive way according to existential therapy concepts. In this study, document / film review was used in qualitative research methods.

Keywords: Cinema, Existential Therapy, The Film "Tuesdays with Morrie".

Giriş

Varoluşçu yaklaşım insanın yegâne bir varlık olduğunu ve eşsiz olma özelliğini görmezden gelerek kişiyi sıradan bir nesne gibi gören düşüncelere bir tepki olarak ortaya çıkmıştır. Varoluşçu düşüncenin dayandığı ilke insanın yaşadığı zaman içinde var olabileceği ve kendisini değiştirebileceğidir. Her şeyden önce varoluşçu yaklaşıma göre insan tanımlanması gereken bir nesne değil bir var oluştur. İnsan yaşamının belirleyicileri insanın içsel dürtüleri ve geçmiş yaşantılarıyla kısıtlanamaz niteliktedir. Varoluşçu yaklaşımda bireyin problemlerinin çözümü geçmiş yaşantılarında ya da biyolojik yapısında değil hayatındaki özgürce seçimleri ve bunların sorumluluğunu üstlenmesindedir (Corey, 2015, 171).

Varoluşçu terapi, insan ile ilgili önemli yaşam temalarını konu edinir. Bu bağlamda varoluşçu terapi teknik metotları belirlemek yerine yaşamsal konularla ilgilenen davranışsal bir yaklaşımdır. Temalar, yaşamayı ve ölmeyi, özgürlüğü, kendine ve başkalarına karşı sorumluluğu, hayatın anlamını bulmayı ve anlamsızlık duygusuyla baş etmeyi kapsar. Varoluşçuluk, bireylerin kendi nesnel dünyalarıyla, diğer insanlarla ve kendine ait öz duygularıyla nasıl ilişki kurduklarıyla ilgilenir. Bireyler başkalarından soyutlanarak var olmadıkları için başkalarıyla dürüst ve samimi ilişkiler geliştirme tamamıyla varoluşçu terapinin konusudur (Sharf, 2016, 144).

Varoluş, değiştirilemez şekilde özgür ve belirsizdir. Kültürel kurumlar ve psikolojik yapılar çoğu kez bu durumu anlaşılabilir hale getirir ama kişinin varoluşsal durumuyla yüzleşmesi kişiye paradigmanın, belirsizlik durumuna karşı gelen çok ince engeller olduğunu gösterir. Önemli olan bu belirsizliğin hoş görülmesidir (Yalom, 2018, 43).

Varoluşçuluk, özgürlüğüyle sinemayla en güçlü bağı kuran felsefi akımlardan biridir. Varoluşçuluğun yaşama ve ölme, yalnızlık, özgürlük, seçim, sorumluluk, anlam ve anlamsızlık gibi en belirgin temalarını Forrest Gump, American Beauty, Amour, Manhattan, Vanilla Sky, Matrix gibi ünlü filmlerde görmek mümkündür (Voltan-Acar-Sakızcıoğlu, 2016). "Öğretmenim Morrie ile Salı Buluşmaları" kitabından uyarlanan "Morrie ile Her Salı" filminde de varoluşçu terapiye ait izleri görüyoruz.

Mitch Albom'un en çok satan kitabı "Öğretmenim Morrie ile Salı Buluşmaları"dır. 1997 yılında yayımlanan bu kitap, Albom'un ticari bir kült olmasını sağlamış ve ününü artırmıştır. 1997'de New York Times en çok satanlar listesine girmiş listede bir numaraya 6 ay sonra çıkmıştır. 205 hafta boyunca çok satanlar listesinde kalmıştır. 42 dile çevrilen bu kitap aynı zamanda 14 milyondan fazla satmıştır. Sinemaya 1999'da Mick Jackson'ın yönetmenliğinde uyarlanmıştır. Filmin yapımını Oprah Winfrey üstlenmiş, kitabın

* * İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi, aysenurdayioglu@gmail.com



ana karakterleri Morrie Schwartz ve Mitch Albom'a Jack Lemmon ve Hank Azaria hayat vermiştir. Bu televizyon filmi ile Jack Lemmon 2000 yılında Altın Küre'de televizyon için çekilen bir filmde en iyi erkek oyuncu ödülü için yarışmış fakat başarılı olamamıştır. Aynı yıl bu film ile 4 Primetime Emmy Ödüllü kazanmıştır (wikipedia.org, 2013).

Yönetmenliğini Mick Jackson'ın yaptığı "Morrie ile Her Salı" 1999 yapımı, dram türü bir filmidir. Orijinal dili İngilizce olan 89 dakikalık filmin oyuncularını Mitch Albom: Morrie'nin Brandeis Üniversitesinden eski öğrencisi aynı zamanda hikâyenin anlatıcısıdır. Morrie Schwartz: Mitch'in en sevdiği sosyoloji profesörü ve kitabın da ana karakteridir. "Ted Koppel: Ünlü televizyon sunucusu ve Morrie'nin arkadaşıdır. Charlotte: Morrie'nin eşidir. Janine: Mitch'in kız arkadaşıdır. Peter: Mitch'in erkek kardeşidir. Charlie: Morrie'nin babasıdır. David: Morrie'nin genç kardeşidir." Film Mitch Albom'un yani kitabın anlatıcısının, 1979 yılında üniversiteden mezuniyetini hatırlamasıyla başlar. Emekli Profesör olan Morrie Schwartz (Jack Lemmon), mükemmel kişiliği ve hayata bakış açısıyla hayatı boyunca öğrencilerine ışık olmuş örnek bir insandır. Ondan en çok etkilenen kişilerden birisi de, eski öğrencisi Mitch Albom'dur. Bir piyanist olmayı isterken kendini ünlü bir spor muhabiri olarak bulan Mitch, özel hayatında sorunlar yaşamaktadır. Bir gün TV'de en sevdiği hocası Morrie'nin ölümcül ALS hastalığına yakalandığını öğrenince, son günlerini onun yanında geçirmeye karar verir. Hayatının son döneminde bile, etrafındakilere hayattan keyif almayı öğreten Morrie, eski öğrencisinin gelişimiyle tekrar hayata sarılır. Her Salı gerçekleştirdikleri sıcak sohbetleriyle genç dostunun dünyasına ışık tutan Morrie, son günlerini mutlu bir şekilde geçirecektir.

Bu çalışmada, "Morrie ile Her Salı" filminin, varoluşçu terapinin temel kavramlarıyla ilişkilendirilerek sunulması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda varoluşçu terapi kavramlarına ve bu kavramların "Morrie ile Her Salı" filminden yansımalarına yer verilmiştir.

1. Varoluşçu Terapinin Temel Kavramları ve "Morrie ile Her Salı" Filminden Bazı Sahnelerin Değerlendirilmesi

Varoluşçu psikoloji, bireylerin doğduklarında, büyüdüklerinde ve var olduklarında karşılaştıkları dinamik veya sürekli değişen dönüşümlerle ilgilenir (Sharf, 2016, 149). Varoluşçu terapi, bireyin var olmasından kaynaklanan endişelere odaklanan bir yaklaşım türüdür (Yalom, 2018, 17). Varoluşçu yaklaşıma göre insanlar kendi varlığını keşfetme ve bu varlığı anlamlı hale getirme yeteneğine sahiptir (Corey, 2015, 177). Varoluşçu terapi danışanların inançlarını ve değerlerini anlamasına, kendilerine güvenmesine ve bazı kararlar alarak hayatlarını şekillendirmesine yardım eder (Sharf, 2016, 149). Terapi özgürlük ve özgürlüğü kısıtlayan sorunlar, yabancılaşma, yaşama ve ölme cesareti, hayatın anlamı, kaygı ve suçlulukla baş etme gibi varoluşçu yaşam konularına odaklanır (Corey, 2015, 174). Gerçek anlamda insan olmak için bireyler "Kim olacağım? Ben kimim? Nereden geliyorum?" sorularını sorarak kendilerinin dünyada var olmalarının farkına varmak isterler. İnsanlar kendi planlarından ve kaderlerinden sorumludurlar. Varoluşçuluk, bireylerin kendi nesnel dünyalarıyla, diğer insanlarla ve kendi öz duygularıyla nasıl ilişki kurduklarıyla ilgilenir (Sharf, 2016, 149). Bu bağlamda aşağıda varoluşçu terapi ile ilgili kavramlara, bu kavramlarla ilgili bilgiye ve bu kavramlara ilişkin "Morrie ile Her Salı" filminden bazı sahneler ve bazı diyaloglara yer verilmiştir.

1.1. Dünyada Var Olma

Varoluşçu yaklaşımın ana kavramı olan "dasein" dünyada var olma anlamına gelmektedir. Freud'un ego kavramı Jung'un arketip kavramı gibi insanın sadece bir özelliği değildir. İnsan ve içinde bulunduğu dünya bir bütün olarak değerlendirilmelidir (Koçak-Gökler, 2008).

Varoluşçular dünyada var olmanın dört alanını belirlemişlerdir. Bunlar Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt ve Überwelt'tir (Sharf, 2016, 150). Umwelt, çevreyi; Mitwelt insan ilişkilerini; Eigenwelt öz farkındalığı; Überwelt ise manevi değerleri temsil eder. İnsan aynı zamanda dört alanda da var olabilir (Sharf, 2016, 150).

Umwelt, genel anlamıyla, insanın etrafındaki nesnelere dünyasıdır. İnsanlar ve hayvanlar için biyolojik ihtiyaçları, dürtüleri ve içgüdüleri, uyumak uyanmak, yaşamak ve ölmek gibi doğal olayları içerisinde barındırır (May, 2012). Aynı zamanda insanın, çevresinde kontrol edemediği bir takım doğal afetler, hastalık ve yaşlanma gibi durumlar da Umwelt'e aittir (Sharf, 2016, 150). Yani Umwelt insanın uymak zorunda olduğu bazı yasaları ve müdahale edemediği yaşam olaylarını kapsamaktadır.

Morrie'nin ALS hastalığına yakalanması umwelt için bir örnek olabilir. Filmin başında Morrie arabasına binerken nefesinin daraldığını, bacağının aksadığını arabayı kullanırken ayağını kaldıramadığı için frene basamayıp bir kaza yaptığını görüyoruz. (1.kısım 2'.47") Bu hastalık Morrie'nin kontrol edemediği ve müdahale edemediği bir durumdur.

Mitwelt, 'dünya ile' anlamına gelir. Dünyada var olma kişinin sadece kendi yaşamının farkında olmasıyla değil başkalarının hayatlarının da farkında olmasıyla yani kişi ile gerçek bir ilişki kurması ve onun yaşamıyla gerçekten ilgilenmesi ile mümkündür. Sadece insanların kurabildiği, kişiler arası ilişkiler



“Mitwelt” tir. Kişi başkalarıyla ilişkilerine kendisini ne kadar dâhil ederse ilişki o kadar anlamlı olur. Çünkü bu ilişki iki insanda da gelişim ve değişime neden olacaktır (Sharf, 2016, 150).

Mitch ile Janine evdeyken Janine Mitch ile konuşmaya çalışır ancak Mitch onu dinlemez. Janine “bakıyorum yine başardın” der. Mitch ise “bende açım iki dakika sonra gideriz” der ve farklı konulardan bahseder. Janine “ben gidiyorum” der ve hazırlanmaya başlar. Mitch ise onu dinlemez ve “nerde yiyelim?” diye sorar. Tam Janine giderken ona nereye gittiğini sorar. (3.kısım 1’.6”) Bu sahnede, Mitch Janine ile anlamlı ve içten bir ilişki kurmayı, yani Mitwelt’te (insan ilişkilerinde) olmayı istemez. Mitch’in yüzeysel ve samimi olmayan bir ilişki kurması özgün birey olmadığını gösterebilir.

Eigenwelt, “öz dünya” anlamına gelir bu alan kişinin kendisinin ve kendi varoluşunun farkında olmasıyla ilişkilidir. Kişinin kendi bilincine, kendi ihtiyaçlarına ilişkin farkındalığı, var olmanın başka bir yönüdür (Sharf, 2016, 145). Kendine yönelik farkındalık becerisi insanın kendi yaşamını geliştirmesine kaynaklık eder (Corey, 2015, 174).

Morrie Mitch ile konuşurken hastalığından dolayı ona “bağımlı olmak utanç duyulacak bir şey değildir. Bebekken başkalarına ihtiyaç duyarız. Ölürlen de başkalarına ihtiyaç duymaya başlarız. İşin sırrı ne biliyor musun ikisinin arasında daha çok başkalarına ihtiyaç duyarız” der. Mitch de “nasıl öleceğini bilirsen nasıl yaşayacağını anlarsın değil mi?” der. (8.kısım 1’.40”) Bu konuşmalardan yola çıkarak Morrie ve Mitch’in eigenwelt te oldukları yani kendine yönelik farkındalıklarının olduğu söylenebilir.

Überwelt, kişinin inançları manevi veya dini değerlerle olan ilişki alanıdır. Überwelt, bireyin olmasını istediği dünyayı ifade eden ideal dünyadır (Sharf, 2016, 151). Aslında überwelt, olan değil, olması istenen dünyayı ifade eder.

Filmin sonunda Morrie için inançlarına uygun bir cenaze töreni yaptılar ardından şiirler okudular. “Ölecek

Sonra onu yıldızlara göndereceğiz

Öylesine parlayacak ki

Bütün dünya geceye âşık olacak, parlıtlarına” (9.kısım 7’.28”) Bu sahneden yola çıkarak dini değerlerine bağlı oldukları ve überwelt’te buldukları söylenebilir.

1.2. Yaşama ve Ölme

Varoluşçu yaklaşımda ölüme olumsuz olarak bakılmamaktadır. Bu yaklaşım ölümün farkına varmanın yaşama anlam getireceğini savunur. Bir gün öleceğimizin farkındaysak, eksiklerimizi tamamlamak ve hedeflerimize ulaşmak için sınırsız vakte sahip olmadığımızı ve geçen her dakikanın kıymetli olduğunu biliriz. Ölüme dair farkındalığımız yaşam ve üretkenlik için önemli bir kaynaktır (Corey, 2015, 187). Yani ölümün farkında olmak, bireyde korkuya sebep olsa da kişinin yaşama daha fazla sarılmasına, üretici olmasına ve hayatı daha dolu yaşamasına da neden olabilir. Ölüm düşüncesinin bireyi koruyup geliştirdiğini söylememiz mümkündür.

Morrie ölümü ile ilgili bir televizyon programında şunları söylemiştir. “Artık son yolculuğuma çıkmak üzereyim bunu hepimiz yaşayacağız. İnsanlara bunun nasıl karşılanacağını gösterebilirim. Benim ölümüm belki bir işe yarar. Bundan bir şeyler öğrenebiliriz. Tıpkı bir kitap gibi. Hayatım boyunca öğretmenlik yaptım şimdi bırakacak değilim.” (1.kısım 6’.4”) Bu sahneden yola çıkarak Morrie’nin ölümün farkında olduğu, ölümü ile insanlara bir şeyler öğretmek istediği ve bir ders vermek istediği söylenebilir.

1.3. Özgürlük, Sorumluluk ve Seçim

Varoluşçu yaklaşıma göre, kişi belli seçenekler arasında kendine uygun olanı seçme özgürlüğüne ve bununla birlikte kaderini belirlemede önemli etkiye sahiptirler. Yaşam içinde özgürlüğümüzün farkında olurken aynı zamanda kendi özgürlüğümüzden kaçma gayretinde de oluruz (Corey, 2015, 179). Çünkü varoluşçuluğa göre özgürlük, bireyin yaşadığı çevrenin yapılandırılmamış olmasını ifade etmektedir. Bu anlamda özgürlük bireyler için korku ve kaygı verici olabilir (Yalom, 2018, 293).

İnsanın kendine dair özgürlükleri, sorumluluklarını da beraberinde getirir. Bireyler, özgürken aynı zamanda kendi dünyalarından, hayat planlarından ve seçimlerinden sorumludurlar. Özgürlük, sorumluluk ve seçim kavramları, insanın yaşarken nelerden sorumlu olduğu ve nelerin onun için önemli olduğunu seçmekte özgür olduğu için birbirleriyle bağlantılıdır (Sharf, 2016, 154). Yani, yaşamımızdan, eylemlerimizden ve harekete geçmekteki başarısızlıklarımızdan kendimiz sorumluyuz (Corey, 2015, 179).

Varoluşçu yaklaşıma göre özgür olmak ve insan olmak birbirleriyle çok yakın kavramlardır. Özgürlük ile sorumlulukla birliktedir. Kaderimizi, yaşam durumumuzu ve sorunlarımızı var ederek kendi hayatlarımızın mimarları haline gelmekteyiz (Russell, 1978, akt., Corey, 2015, 180).

Kısacası; varoluşçulara göre insanlar kendi hayatlarını kendileri şekillendirmekte özgürdürler. Bu özgürlük bir takım seçimleri gerektirir. Bu seçimlerle insan kendi varoluşunun sorumluluğunu üstlenmiş olmalıdır. Kişinin hayatıyla ilgili seçimler yapması sorumluluk aldığını gösterir.



Mitch'in Janine ile yeterince ilgilenmemesi sonucunda Janine onu terk ettikten bir süre sonra Mitch Janine'i arar ve "merhaba uyku tutmadı sesini duymak istedim" der Janine ise "bende seni arayacaktım bir daha görüşsek çok daha iyi olur" der. Mitch bunu kabul etmez sebepleri sorgulamaya başlar Janine'i çok sevdiğini söyler. (4.kısım 6'.18") Varoluşçuluğa göre insanlar seçimlerinde özgürdürler. Mitch Janine ile yeterince ilgilenmeyerek bir seçim yapmıştır. Geçen zamandan sonra seçiminden pişman olarak Janine'i aramıştır. Varoluşçu yaklaşıma göre insanlar seçim yaptıklarında, bu seçimin sorumluluğunu taşımalıdır. Mitch seçiminin sorumluluğunu üstlenmemiş pişman olmuştur.

1.4. Soyutlanma ve Sevme

Bireyler kendine özgü olma ve ilgi odağını koruma konusunda çaba sarf ederken eş zamanlı olarak, diğer insanlarla ilişki kurmak için dünyaya açılma ihtiyacı duyarlar. Düşünen bir varlık olarak insan diğer kişilerle bağlantı kurmak için çaba harcar. Kendisini diğer insanlarla ilgilenmeye odaklar ve diğerleri için kaygı duyar (Corey 2015, 181).

Kişiler birbiriyle ne kadar yakın olursa olsun tüm insanlar bu dünyaya yalnız gelir ve dünyadan yalnız başına ayrılırlar (Whipple-Tucker, 2012, akt., Voltan-Acar-Sakızcıoğlu, 2016). Yalom, üç tip soyutlanmadan bahseder. Bunlar; kişilerarası, içsel ve varoluşsal soyutlanmadır. Kişilerarası soyutlanma fizyolojik, psikolojik ya da sosyal açıdan diğerlerinden uzaklığı ifade eder. İçsel soyutlanma, kişi kendi isteklerinin farkına varmamak için savunma mekanizmasını ya da diğer metotları kullanarak kişinin, kendini ayrı tuttuğunda gerçekleşen soyutlanmadır. Varoluşçu soyutlanma dünyadan ayrı olma ile ilgilidir ve varoluşçu soyutlanmada derin bir tür yalnızlık ve soyutlanma mevcuttur (Sharf, 2016, 155).

Mitch Morrie'nin hayatı ile ilgili ses kaydı yaparken Morrie annesinin erken yaşta ölmesinden, babasının onun başını hiç okşamamasından, başka biriyle evlenip Morrie'ye yeni bir annesi olduğunu annesini unutmaması gerektiğini söylemesinden, annesinden bahsetmesine izin vermemesinden sanki annesi hiç yaşamamış gibi hayatına devam etmesinden, babasının sevgiden korktuğundan bahsetti. (5.kısım 4'.25") Bu sahneden yola çıkarak Morrie'nin babasının kişilerarası soyutlama yaşadığı söylenebilir.

Varoluş olarak insanlar hem yalnız hem de bağımlıdır. Yalnızlık hissi onay almak için başka birine bağımlı olamayacağımızı fark ettiğimiz zaman meydana gelmektedir

Başkalarıyla gerçek ilişkiler kurmadan önce kendi kendimizle ilişki kurmamız önemlidir (Corey 2015, 183). Buber (1970), ilişkide iki kişinin diğerini tamamen yaşadığı "ben-sen" ilişkisinin önemli olduğunu belirtir (akt., Sharf, 2016, 156). Ben-sen tarzı ilişkide bireyler birbirlerinin varlığını kabul eder birbirlerinin farkında olur ve canlı, karşılıklı bir ilişki kurmak ister. Gerçek bir ilişkide, kişiler birbirleri üzerinden çıkar ve ihtiyaçlarını karşılamaz, birbirleriyle sevgi bağı ile yakından ilgilenir (Yalom 2018, 489).

Mitch Janine'nin yanına geldiğinde "sık sık Morrie ile birlikte oluyorum. Onunlayken başka bir yerde olmak istemiyorum işimi bile düşünemez oldum" der. (6.kısım 1'.00")

Bu sahneden yola çıkarak Mitch'in Morrie ile gerçek bir ilişki kurduğu ona gerçek bir sevgi bağıyla bağlandığı söylenebilir.

1.5. Anlam ve Anlamsızlık

Anlamlılık duygusunun varlığı ve yaşamda amaç edinmek için mücadele vermek insanı diğer canlılardan ayıran özelliklerden bir diğeridir. Kişi hayatı boyunca kendisine "Neden buradayım?", "Yaşamdan ne istiyorum?", "Bana yaşam amacını sağlayan nedir?", "Yaşamda benim için anlamın kaynağı nedir?" şeklinde bir takım sorular sormaktadır (Corey, 2015, 184).

Morrie ile Mitch sohbet ederken Morrie "öleceğim için bu kadar üzülmene gerek yok Mitch bir gün herkes ölecek sen bile. Kimse buna inanmaz omzunda kuşu taşımalısın. Budistler öyle yapar omuzlarında hayali bir kuş taşırlar her gün bugün mü öleceğim küçük kuş diye sorarlar. Yaşamak istediğim hayatı yaşıyor muyum? Olmak istediğim gibi bir insan mıyım? Her an ölebileceğimizi düşünseydik farklı yaşamlarımız olurdu" der. (5.kısım 7'.38") bu sahnede Morrie yaşamda önemli olanın neden yaşadığını bulmak olduğundan, anlamlılık duygusuna sahip olmanın öneminden bahsetmiştir.

Anlam bulmadaki üreticilik ile yaşam doyumu, mutluluk ve psikolojik sağlık arasında önemli bir ilişki olduğunu vurgulamak gerekir (Adams, 2014, akt., Voltan Acar-Sakızcıoğlu, 2016). Frankl (2014, 125) anlamın, "kişinin kendi içinde kapalı bir sistem şeklinde olmadığını ve dünyada keşfedilmesi gerektiğini" ifade eder. Yaşamın anlamı ifadesi her dönem değişir ama hiçbir zaman yok olmaz. Bir başka ifadeyle kişinin önemsendiği insanlar, hayatındaki önemli olaylar, değerleri, inançları ve hedefleri hayatındaki anlamı yansıtır.

Morrie, Janine ve Mitch masada birlikte otururken Mitch Morrie'nin ona önceden anlattığı okyanus hikâyesini Janine'de anlatmasını ister. "Küçük bir dalga varmış, öyle pervasızca dolaşır gününü gün edermiş. Diğer dalgaların kıyıya vurduğunu görmüş ve çok korkmuş. Başka bir dalga ona neden böyle üzgün olduğunu sormuş. Çünkü kıyıya vurup öleceğim demiş. Diğer dalga ona sen dalga değilsin okyanusun bir parçasısın demiş" bu sahneden yola çıkarak yaşamın ona katılan anlamla değer bulacağı ya da değersizleşeceği söylenebilir.



(7.kısım 2'.05'') Bir konu, olay veya obje değerli bulunduğunda bir anlam oluşur ve bu bağlılık yaşamı anlamlı kılan bir amaç sağlar (Corey, 2015, 185).

İnsanlar, yaşadıkları dünya anlamsız gelmeye başladığında, yaşamın yaşamaya değer olup olmadığını düşünürler. Ölüm gerçeğiyle yüzleştiklerinde "Ölmeden önce yapacağım başka bir şey kaldı mı? Ölüm ile insanlar beni unutacak mı? Ölüm varken neden başka bir şeyle meşgul oluyorum? Şeklinde sorular sormaya başlayacaktır. Frankl'a göre (1978) modern hayatın başlıca nevrozu böyle bir anlamsızlık hissiyatıdır (Corey, 2015, 184).

1.6. Öz aşkınlık

İnsan varoluşu gereği kendisiyle ilgili acil durumlarını ve kendisiyle ilgilenmelerini aşma kapasitesine sahiptir. Bireyler hayal etme ve üreticilik yoluyla diğerlerinin farkında olurlar ve kendi ihtiyaçlarını aşarak başkalarına karşı sorumlu davranırlar. Bir anlamda insanlar kendilerini başkalarının yerine koyabilir onların yaşadığı stresi ve üzüntüyü yoğun bir şekilde hissedebilirler (Sharf, 2016, 157).

Mitch hayata dair bazı sorulara cevap ararken "Acaba Morrie buna ne derdi? O kendini hiç düşünmezdi. Ölüm üstüne doğru son hız gelen bir tren gibi yaklaşırken oturmuş fikirlerini yazıyordu." (3.kısım 3'.45'') sözlerinden Morrie'nin öz aşkınlık sergilediği söylenebilir. Morrie hayatının son demlerinde olmasına rağmen içinde bulunduğu durumu ön plana çıkarmayıp insanlar için faydalı olacağını düşünüp hayata dair fikirlerini yazdığı için Morrie'nin kendisini aştığı düşünülebilir.

1.7. Özgünlük

Özgünlük insanın varoluş sınırlarıyla, ahlaki seçimleri, hayatın anlamı ve insan olmak kavramlarıyla bağlantılıdır. Özgünlük kavramı açıklanırken özgün bireylerin ve özgün olmayan bireylerin özelliklerinden bahsedilir. Özgün olmayan bireyler ne istediklerinin pek farkında değildirler ve başkalarının değerlerine göre hedefler belirleyebilir, özgün bireylerin ise kendilerine özgü değer ve hedefleri olur. Özgün olmayan bireyler yüzeysel ilişkiler kurarken, özgün bireyler samimiyeti tercih eder, derin ilişkiler kurarlar. Özgün bireyler kendilerinin farkındadır ve değişime daha açık ve hayatta daha esneklerdir. Özgün bireyler özgürlük, sorumluluk, ölüm, soyutlanma ve anlam gibi varoluşsal konularla yüzleşir. Özgün olmayan bireyler riskli durumlardan uzak dururlar, cesur değildirler kaçırdıkları fırsatlar için de suçluluk ve pişmanlık yaşar. Özgün bireyler zekâsının farkındadır, sorunlarla ve krizlerle başa çıkabilir mücadelecilerdir (Sharf, 2016,157).

Mitch ile Janine'nin ilk başlarda ki ilişkisine baktığımızda Mitch ilişkisinin sorumluluğunu üstlenmemektedir. Janine ile yeteri kadar ilgilenmeyip bir seçim yapmıştır. Ama sonra pişman olmuştur. Buradan yola çıkarak Mitch'in özgün olmayan bir birey gibi davrandığı söylenebilir. Mitch ile yapmış olduğu Salı buluşmalarından sonra kendinin farkına varmıştır. Etrafındaki insanlarla samimi ilişkiler kurmaya, Janine ile olan ilişkisine sahip çıkmaya başlamıştır. Zamanla özgün bir birey haline geldiği söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak Morrie ile Her Salı filmi, varoluşçu terapinin temel kavramları olan Dünyada var olma, Yaşama ve ölme, özgürlük, sorumluluk ve seçim, soyutlanma ve sevmeye, anlam ve anlamsızlık, öz aşkınlık ve özgünlük açısından incelenmiştir.

Varoluşçu terapiye göre insan kendi varoluşunu belirlerken özgürdür. Kişiden kim olduğunun ve nasıl bir hayat yaşadığının farkında olması, hayatına dair seçimler yapması ve bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenmesi beklenir. Kişi varoluşunun getirdiği sorumluluk, özgürlük, yalnızlık, sevmeye, yaşam ve ölüm gibi durumlarla yüzleşmelidir. Bu konularda yaşanacak problemlerin üstesinden gelmek bireyin varoluşunun devam etmesini sağlar.

Morrie'nin hastalığı, öleceğini bile bile hayata bağlılığı, Mitch'in hayattaki seçimleri, sevmeye ile ilgili problemleri, Morrie'nin Mitch'in hayatına dokunuşu, Mitch'in hayattaki son günlerini yaşayan Morrie'nin hayata tekrar bağlanmasını sağlayan ziyaretleri, birlikte her Salı hayata dair gerçekleştirdikleri sohbetleri varoluşçu terapinin temel kavramlarıyla ifade edilmiştir.

"Morrie ile Her Salı" filminin varoluşçu terapiye dair kavramları içerdiği ve bu kavramların filmdeki sahnelere yansıdığı söylenebilir. İzleyen herkesin hayatına bir şekilde dokunacak bu film bireye kendi varoluşu ile ilgili farkındalık kazandırmada, davranışlarının değiştirilmesinde bir metafor olarak kullanılabilir. Aynı zamanda bu çalışma ile varoluşçu terapinin bireye bakışını somut bir şekilde anlamak isteyen alan çalışanlarına da katkı sağlanabilir. Lisans ve yüksek lisans öğrencilerine psikolojik danışmada kuramlar dersi kapsamında bu çalışma örnek olarak sunulabilir. Bu film başka yaklaşıma göre de incelenebilir. Aynı zamanda bu çalışma kitabın bibliyoterapi çalışmasında da kullanılabilir.

KAYNAKÇA

Adams, Martin (2014). Human Development and Existential Counselling Psychology. *Counselling Psychology Review*, 29 (2), p. 34-42.



- Bilgili, Habibe; Acar, V. Nilüfer (2016). Martin Eden Romanının Varoluşu Terapinin Temel Kavramları Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi/The Journal of International Social Research*, S. 51(10), s. 1307-9581.
- Corey, Gerald (2015). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. çev. T. Ergene, Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Koçak, Recep ve Gökler, Rıza (2008). Varoluşsal Yaklaşımında Psikolojik Danışma ve Gruba Uygulanışı. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, S. (2), s. 91-107.
- Sakızcıoğlu, Selda; Acar, V. Nilüfer (2016). Uzak Filminin Varoluşu Terapinin Temel Kavramları Açısından Değerlendirilmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi/The Journal of International Social Research*, S. 49(3), s. 1307-9581.
- Sharf, Richard S. (2016). *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kavramlar ve Örnek Olaylar*, (5. basımdan çeviri), (N. Voltan-Acar, Çev. Ed.), Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yalom, Irvin D. (2018). *Varoluşu Psikoterapi*. (Z. İyidoğan-Babayiđit, Çev.), İstanbul: Kbalcı Yayınevi.
- wikipedia.org.http://tr.m.wikipedia.org/wiki/Tuesdays_with_Morrie(film), Eriřim tarihi: 05.04.2018.