**RECOVERIST BİLDİRGESİ**

**GİRİŞ**

**YAZAN: WILL SELF**

Hangi açıdan bakarsanız bakın,
uyuşturucu bağımlıları ve alkoliklerden
medyada kötü şekilde bahsediliyor. Bu anlaşılabilir bir durum: umursamaz,
dikkatsiz, bencil ve yıkıcıyız; aileleri,
işleri, hayatları mahvediyoruz;
hem maddi hem de ruhsal alemlerde
tahribat yaratıyoruz; hastane, sosyal
yardım, polis, mahkeme ve hapishane
hizmetlerinin zamanını tüketiyoruz ve
onların bizim için yaptıklarına karşı
pek de minnettarlık duymuyoruz. Sonunda uyuşturucu ve içkiyi
bıraktığımızda ve bir miktar ayıldığımızda,
dünyanın kalanının çabalarımızı
alkışlamaktan uzak olmasını, bizimle alay
etmeye devam etmesini
hep şaşkınlıkla karşılıyoruz. Bu yine, çoğu zaman
anlaşılabilir bir durum: o kadar çok
hasar verdik ki (bireyler olarak değilse
bile topluca) telafisi için birçok insan
ömrü kadar süre yetmeyebilir; ayrıca,
baskı altında olan profesyonellerden
önemli ölçüde destek almaya devam
ediyoruz, ama en azından bir zaman sonra
sunulanlar için minnettar
olmaya başlıyoruz.

Yine de iyileşmekte olan madde bağımlısı
ve alkoliklerin maruz kaldığı aşağılanmanın
büyük kısmının bununla hiçbir ilgisi yok;
bu daha ziyade, sarhoşu veya uyuşturucu
bağımlısını komik bir figür haline getiren
aynı arka plan gürültüsünün bir parçası. Sarhoşluğun sadece doğuştan
gelen bir hak olarak görülmediği, aynı zamanda
ritüellerinin topluca yalnız bırakılmanın mekaniğine
son derece kusursuz bir şekilde dahil edildiği bir
toplumda yaşıyoruz ve dolayısıyla bir kadının
çakırkeyifliğinin nerede sona erdiğini ve toptan
ahlaksızlığın nerede başladığını
belirlemek zor. Böyle
koşullar altında, bir kişinin içki (veya sigara,
toz ya da hap) tüketimini yönetememesi bir
tür evrensel aykırılığa dönüşüyor: iyileşen
madde/alkol bağımlısı, herkesçe bilinen
ortamın tadını kaçıran kimse oluyor ve mutlu
eğlence düşkünlerine, içtikleri
şampanyanın gerçek bir acıya
dönüşmesinin (koşullar veya
kalıtsal özellikler sorunluysa) tamamen
mümkün olduğunu hatırlatıyor.

Onları suçlayabilir miyiz? Hiç kimse, özellikle
sevilen bir yüzün mükemmel
geometrisine bakarken, cildin
altındaki kafatasının dikkatini
çekmesinden hoşlanmaz; ancak,
iyileşmekte olan madde bağımlısı/alkolik
kişinin kendini içinde bulduğu durum,
tuhaf şekilde izbe bir durumdur:
iyileşmekte olanlar, kişiler arasındaki
ayırt edici özellikleri bulanıklaştıran
sarhoşluk ritüellerinden dışlanırlar
(insanlar, genellikle başkalarının zihnini
etkilemek için kendi zihinlerinden çıkarlar)
ve sadece bu gerçek yüzünden bile kabul
görmekten ihraç edilirler. Eğer ayık olanların ne kadar “meşakkatli”
veya “sıkıcı” olduklarını okuduğum her
sefer için bir sterlin alsaydım, zengin bir
adam olurdum; sarhoş olanların biz, yani
ayık olanlar kadar bize meşakkatli görünmesi
konu dışı bir durum: bu rahatsızlığımız yüzünden
başkalarının davranışlarını yargılama
hakkımızı yitirmiş bulunmaktayız.

Bunun üzerinde fazla cenkçilik yapmak için
bir gerekçe olduğunu düşünmüyorum:
iyileşen alkolik/madde bağımlısı, kurallı
dünyanın somurtkan kayıtsızlığını (diğer
birçok şeyle birlikte) kabul etmek zorunda;
ama herkesin yapmaya çalıştığı, yapılabilecek
bir şey var: kendi sesinizi bulmak. Çoğu zaman,
bireyin özerklik duygusunu ve bununla
birlikte amaç duygusunu yeniden
kazanması sadece sesinin duyulmasıyla
gerçekleşir. Recoverist Bildirgesi’nin şart
koştuğu unsur budur; saldırgan veya
azarlayıcı olması amaçlanmamış olup,
sadece duyguların bir ifadesidir ve eğer
bağımlılık hastalığının iniş çıkışlarının bize
öğrettiği bir şey varsa o da son analizde
önemli olanın koşullarımız veya deneyimlerimiz
değil (düşüncelerimizden bahsetmiyorum bile),
duygularımız olduğudur: hissetmeye ve başka
hisseden insanlar tarafından hissedilmeye
ihtiyacımız var. Buna terapiden,
dinden veya sözde başarıların maddi
tuzaklarından daha çok ihtiyacımız var;
buna ihtiyacımız var, çünkü bu, ulaşmaya
çalıştığımız maneviyatın
gerekli bir koşulu.

Profesyonel bir yazar olarak, sırf kötü duygulardan arınmak için kalemi kağıda (veya parmaklarımı klavyeye) koymak konusunda temkinli davranıyorum, ama çoğu zaman rahatlama tam da bu şekilde elde ediliyor; bu, sürecin bir yan ürünü; tıpkı mutlu ve makul ölçüde ayık bir yaşam tarzının yan ürünlerinden birinin mutluluk olabilmesi gibi.

**Will Self**

**RECOVERIST
BİR BİLDİRGEYE
DOĞRU**

2012 ve 2014 yılları arasında Birleşik Krallık, İtalya ve Türkiye'de madde bağımlılığından kurtulan kişiler, kültür ve sanatın hayatlarındaki rolünü keşfetmek üzere sanatçıların öncülüğünde düzenlenen çalıştaylara katılmıştır. Üç ülkeden profesyonel sanatçılarla çalışan pek çok kişi, ilk kez çağdaş sanatı deneyimlemiş ve geniş çaplı sergilerin yanı sıra sempozyumlar aracılığıyla deneyimlerini paylaşmışlardır. Recoverist Bildirgesi, zihinlerin, kültür çatışmalarının ve farklı ideallerin bir araya gelmesi sonucunda ortaya çıktı.

Bildirge, söz konusu çalıştayların gizli bir sonucu olarak burada sunulmuştur. Logo ve mülkiyet içermemekte olup, görünmez madde bağımlılığı iplikleriyle birbirine bağlanan insanların özgün seslerini temsil etmektedir. Bu çalışma, farkında olmadan bize güç veren antropolog Margaret Mead'in ruhunun bir parçasıyla doğmuş, kendisi şu beyanda bulunmuştur: Küçük bir grup düşünceli ve kararlı vatandaşın dünyayı değiştirebileceğinden asla şüphe etmeyin; gerçekten de şimdiye kadar dünyayı değiştiren tek şey bu olmuştur.

Bu bildirgeye katkıda bulunanlarımız bir şekilde madde bağımlılığından etkilenmiştir ve okuyacağınız her kelime bazen farklı, bazen de bir noktada birleşen korkular, özlemler ve vizyonlarla sentezlenmiş bildirge oturumlarından derlenmiştir. Üç ülke arasında bazı kültürel farklılıklar ortaya çıksa da, aramızda bağ kuran şey benzerliklerdir. Netlik sağlamak amacıyla, Recoverist Bildirgesi’nin bu ilk basılı Türkçe sürümü, tartışmayı, fikir alışverişini ve dayanışmayı teşvik etmek için kullanılan bazı materyallerle desteklenecektir.

**recoverist@aol.com**

**isbn - 978-1-900756-76-1**

**KISA BİR GEÇMİŞ DENEYİM**

**- UTANÇ**

1980'de yapılan bir televizyon röportajında, aktör Richard Burton'a, başının alkolle dertte olduğunun nasıl ve ne zaman farkına vardığı soruldu. Burton'un cevabı şu oldu:

**"Sanırım hiç kimse o kişiyi
sadece sosyal veya içten
gülen bir içici olmaktan çıkarıp,
titreyen, gıcırdayan, terleyen
ve kabuslar gören, asık
suratlı ve akşamdan kalma
zavallı bir yaratığa dönüştüren
içkinin hangisi olduğunu tam
olarak bilmiyor; ayrıca her
zaman Kasım ayı ve yağmur
yağıyor ve sabahın üçü ve
gidecek hiçbir yer yok;
ardından bir sigaraya uzanıp
tüttürüyorsun ve hayatında
yaptığın tüm korkunç şeyleri,
[...] katlandığın ve çektiğin
bütün utançları, başkalarına
yaşattığın utançları ve
başkalarına yaptığın
bütün haksızlıkları
düşünüyorsun. Alkolikler bunu bu kadar güzel
bir şekilde ifade edebilir mi
bilmiyorum; genellikle sadece
şunu söylerler, iki yıl boyunca
pencereden dışarı baktım; ve
öyledir, inanın bana, [.] bu
gülünecek bir konu değil;
gerçekten gülünecek
bir konu değil."**

Karanlıkta görünmeyen stüdyo
seyircisinin anlamsız kahkahalarına
atıfta bulunan Burton, paylaştığı
aşağılanmalarla ilişkili gerginlik
dolu utancını vurguladı. Bu utanç,
belki de günümüzün gündüz kuşağını
takip eden televizyon izleyicileri tarafından,
sadece onları teşhir edip alay konusu
yapmak, gelecek nesillerin dolaylı zevki
için kendisinin ölümünden sonra YouTube'a
yüklemek amacıyla ünlü olma açlığı çeken
katılımcılarını kötüleme konusunda kararlı,
mutaassıp sunucular tarafından kan dökme
arzusuna sürüklenerek daha da büyütüldü.

Hazır ve nazır şekilde pazarlanan hayallere
dair iyi beslenen iştahımız ve 21. yüzyılın
teknokrat ütopyasının tuzaklarıyla,
mükemmel bir yaşam tarzı
yanılgısından kaçış yok.
Bize bir yandan giderek daha ucuz
alkol satılıyor, öte yandan sağlık ve
esenlik için sahte ilaç haberleri
pompalanıyor. Bize içki satan kim ve bizi pasif
tutmak, korkularımızı ve öfkemizi
kontrol altına almak için kim neye
(hazır gıda, uyuşturucu, kaşık kaşık
ilaçlar ve iksirler) bağımlı?
Vergilerini ödeyenler veya sokak
köşelerinde (yasal veya yasadışı
şekilde) takılanlar, kârlarını kim ölçüyor?

Belki de hepimiz "düzensiziz" (gergin ve
takıntılıyız) ve bağımlılığı neyin teşkil
ettiği konusunda kafamız karışık. Ruhsal
Bozukluklara Dair Tanısal ve İstatistiksel
Kılavuz (DSM), dünyadaki tüm psikiyatristlerin
bizi kategorilere ayırmak ve ince farklılıklarımızı,
tutumlarımızı ve davranışlarımızı bozukluklara
ve bağımlılıklara tercüme etmek için
kullandıkları köktenci bir
saha rehberidir.
Burada kumar, seks, alışveriş, kafein,
sigara, uyuşturucu, alkol ve çok daha
fazlası, hepsi bir tanı şeklinde özenle
hazırlanmış (patolojik sınıflara ayrılmış
ve sınıflandırılmış) olup, bizi bu sınıflara
koyan şeyleri rahatlıkla unutmaktayız. Richard
Burton sadece alkol ve sigara bağımlılığını
anlatmıyordu; aynı zamanda kendi
zaaflarını, bağımlılığının yarattığı yalnızlığı
ve utancı da resmediyordu.



**KISA BİR GEÇMİŞ DENEYİM - ONUR**

İtalya, Türkiye ve Birleşik Krallık'taki
insanlar, Margaret Mead'in sözlerini akılda
tutarak küçük gruplar ve bazen daha
büyük gruplar halinde müzakerelere
başlamış ve kendimizi, değerlerimizi ve
geleceğimizi nasıl gördüğümüzü araştırmışlardır. Bu
konuşmalardan bir bildirge
fikri doğmuştur.

Sanatçıları, bildirgeleri ve aktivizm
kavramını araştırdık ve bunların
merkezinde temel insan hakları
fikri yer almıştır. Kamuoyunda
ve siyasi olarak “terörist” tabirinden
“aziz” tabirine yükseltilen Nelson
Mandela'nın ruhundan bir parça ile
kendimizi pasif şekilde iyileşmeden
kurtararak yeniden tanımlayıp
recoverist’lere, yani bağımsız seslere
ve ulusal sınırların ötesinde ortak bir
vizyona sahip duyarlı insanlara
dönüşmeye başladık.

Madde bağımlılığının görünmez iplikleriyle
bağlı olduğumuz sürece utanç, yetersizlik
ve ayıplanma ile tanımlanmayacağız;
bunun yerine değerimiz ve
potansiyelimizle tanımlanacağız. İyileşmeye insani bir
yüz kazandırarak, diyalog kurmanın
önündeki engelleri ortadan kaldıracağız. Ortak seslerimiz, bizi
şeytanlaştıran ve damgalayanlarla
yüzleşecek ve onlara eğitim verecektir.

Dolayısıyla birbirimizle konuşmaya
başladık, pasif bireyler olmanın ötesine
geçerek bir ses (yüksek bir ses)
edindik ve kendimizi sayılar veya
istatistikler, hastalıklar ve patolojiler
değil, açıkça bu dünyada eşit haklarla
doğmuş insanlar, aktivistler olarak
düşündük.

Bunlar, çocuklarını kaybeden kadınlardan
ailelerini kaybeden erkeklere,
eğitimsizliklerinin kendilerini değersiz
kıldığını düşünenlerden erkeklerin asla
ağlamaması gerektiği söylenenlere kadar,
cahil ve korkak insanlar tarafından bencil
olarak damgalanmış insanların sözleridir.

**Böylece, üç ülkemizden iyileşmekte olan insanların, madde bağımlılığından etkilenen ailelerin ve sahada çalışan profesyonellerin birleşmiş, samimi sesleriyle, ilk Recoverist Bildirgemizin şiirsel tanıtımıyla karşınızdayız.**

**RECOVERIST
BİR BİLDİRGEYE
DOĞRU**

Nedir bu yalan masalı, bu çürümüşlük hali, bu yalnızlığın yarattığı boşluk?

Hüzünlü, kaotik, insanlıktan çıkmış ve nesneleştirilmiş bir dünya.

Huzur bulamıyorum ve bu buz gibi farkındalığın cazibesine kapılamıyorum.

Gelecek göremiyorum, sizinkine de lanet olsun!

Kayıp mıyım?

KAYIP ve kalbi kırığım!

Bu acı ve yalnızlık, bu utanç, hepsi beni tüketiyor

Bütün bunların içinde isimsizim, bu kaotik ve adaletsiz hayatta görünmezim.

...ve bu uyuşturan dünyada hepimiz bağımlı değil miyiz; açgözlülüğe bağımlı değil miyiz?

Geçmişimiz ve günümüz yalanlarla, iftiralarla, entrikalarla dolu.

Geleceğimizde aynı oyunlar iktidar sahipleri tarafından, insanların refahını ya da eğitimini istemeyenler tarafından oynanacak.

Hayatımızı kontrol edeceksiniz, sesimizi bastıracaksınız; ön yargılarınız ve korkularınız beni şaşırtmıyor.

Aç olan birinin hayatta başka şeylerden keyif alması nasıl mümkün olabilir? Başka bir şey düşünemiyorum, çünkü çok uykusuzum ve açım.

Ah bu fani, adaletsiz dünya.

Ama aç gözlerini, ölüyorsun...

İşte kefenin ve işte kara, kapkara toprak.

Daha kötüyken durum daha mı iyiydi? Mücadelemizin ölçülemediği zamanlar?

Yoksa sadece gelecekte yaşamak için mi geçmişte öldük?

Tek bildiğim geçmişle savaştığım ama mücadelemi tüm gücümle verdiğim.

Elbette hayatımda yaptığım hatalar oldu ama cesurca yeniden ayağa kalkacak ve cesurca ileriye doğru yürüyeceğim...

Peki bu girdaba çekilmekten nasıl kurtuluruz?

Bu bazen bir kara delik gibi geliyor... ama sorun değil... başını suyun üzerinde tut ve yüzerek geç. Elini tutacağız.

**HER ŞEY İYİ OLACAK...**

Korkma; görüyorsun ki biz (sen ve ben) geleceği yaratıyoruz; onu her zaman yaratıyoruz...

Sorunları olan insanları yargılamayı bırak; kimse mükemmel değil...

Ve sen, kendine karşı acımasız davranıyorsun.

Gözlerini sil, dertlerini geride bırak ve elini bana uzat.

Dinle... tüm bu beyaz gürültünün, varoluş kaosunun arkasında daha sessiz sesler var. Zifiri karanlıkta hareket eden, güzel, yeşil dünyamız var.

Yüzeysel görünümün ötesinde, gerçekte kim olduğunu ortaya koyabileceğin bir alan var...

Haydi sadece bakıp yargılamayı değil, dinlemeyi de öğrenelim...

Haydi bu ilgisizliğin ötesine geçelim.

Haydi arka plandaki sesleri, kenarlardaki pek de tanıdık olmayan sesleri dinleyelim.



...içimde yeni bir yıldız doğuyor... Çok derinlerde gizlenmiş bir geleceği görebiliyorum.

Dinliyorum... Duyuyorum...

...ama bu doğum sancılı olacak, her doğumda olduğu gibi.

DAYAN...

...bu tehlikeli; tehlikeli ve güzel

Hayallerimize ulaşmak için ter dökeceğiz... küçük ve dev gibi dünyayı ellerimizde tutuyoruz

İsteklerimizi teşvik edelim, olasılıklarımızı besleyelim

Paylaşmak ikiye katlamaktır; bu dünyayla tamamen yalnız yüzleşmek zorunda değiliz

Öyleyse evrenin gücünü toplayalım ve gerçekte kim olduğumuzun muhteşemliğinin keyfini çıkaralım...

**BİLGİMİZ GÜCÜMÜZDÜR**

Ama dünya bizi duymak, dinlemek istiyor mu...?

Berrak, dinlenmiş gözlerini aç, gökyüzüne bak; bize bak, bize saygı göster, bizi sev; bu kafa karışıklığından korkma. Yıllardır süren belirsizliğimizden ileriye doğru gidelim.

...hayal ettiğimiz şeylere dönüşelim.

Güçlü bir sesiz, yaşam enerjisiyiz; daha büyük bir şeyin parçasıyız.

Haydi birlik olalım, vicdanımızı uyandıralım, uyuyan hayal gücümüzü harekete geçirelim.

Yaratıcı ol, meraklı ol, hep bir amacın olsun.

**KORKACAK BİR ŞEY YOK**

Bütün cevapları bilmiyorum ama sorun değil.

Değişime hazır mıyım? Ne söylersem söyleyeyim, dinlerken sen de benim kadar kararlı olacak mısın?

Kendi adıma konuşmazsam,

**BAŞKA KİMSE KONUŞMAZ...**

**ÖYLEYSE KONUŞACAĞIM**

**KONUŞACAĞIZ**

**Biz Recoverist’iz, dayanışma ve eşitlik konusunda kararlıyız**

**Biz Recoverist’iz, saygı ve hoşgörü istiyoruz**

**Biz Recoverist’iz, çeşitlilik içeriyoruz ve gelişiyoruz**

**Biz Recoverist’iz, sesimizi besliyoruz**

**Bizler ileriye doğru ilerleyen Recoverist’leriz**

**Bağışlama ve Eğitim, Aile, Samimiyet ve Özgürlük, Dostluk ve Sevgi adına.**

**Kendim yapamam, ama birlikte yapabiliriz**

I

**RECOVERIST BİLDİRGESİ**