

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 karşıyoruz. 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 kaçırın 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 bulunduğu 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 olurdu; 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 olduğuna 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 hissedenden 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:

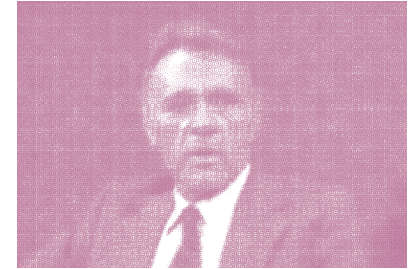
“Sanırım hiç kimse o kişiyi sadece sosyal veya içten gülen bir içici olmaktan çıkarıp, titreyen, gıcırdayan, terleyen ve kabuslar gören, asık suratlı ve akşamdan kalma zavallı bir yaratığa dönüştüren içkinin hangisi olduğunu tam olarak bilmiyor; ayrıca her zaman Kasım ayı ve yağmur yağıyor ve sabahın üçü ve gidecek hiçbir yer yok; ardından bir sigaraya uzanıp tütürüyorsun 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 “düzensiz” (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 yükseltelen 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 kaldıracacağız. 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 şiişsel tanıtımıyla karşınızdayız.

RECOVERİST BİR BİLDİRGEYE DOĞRU

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.

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.

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 döküceğiz... 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 geliyoruz
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**

RECOVERIST BİLDİRGESİ