

BENLİĞİN TASARIMI OLARAK TOPLUM VE BEDEN (BİNGÖL ÖRNEĞİ)*

Hakan ÖNALAN**

Özet

Bir insanı başka insanlardan ayıran, kendisini başkalarından farklı olarak bilme (özbilinç) ve tanıma anlamında (özvarlık) kullanılan benliğin oluşumu her toplum ve zamanda ötekinin varlığı ile mümkün oluyorsa da bireysel bir performans olarak - şahsın bizatihi kendi tercih ve arzuları doğrultusunda- şekillenmesi zamandan zamana ve toplumdandan topluma farklılık gösterebilmektedir. Geleneksel topluma nazaran içinde bulunduğumuz tüketim toplumunda benlik, hiç olmadığı kadar bedenin sembolik görünümüyle iç içe geçmiş durumdadır. Daha açık ve kapsayıcı olarak bir kişinin kendini nasıl görüp algıladığı beden dolayımında daha bir görünür olmaktadır. Bu anlamda Bingöl gibi geleneksel toplumdan geç modern topluma geçişin gerilimli ilişkisini bir arada tecrübe eden bir toplumda fitness salonlarına gidenlerin beden algılarını ve beden inşalarını, yine onların bakış açısı ölçüsünde ve yapısal değişimler bağlamında değerlendirmek önemli görünmektedir. Bu amaç doğrultusunda çalışma nitel araştırma yöntem ve teknikleri esas alınarak yapılmaktadır. Özellikle de Bingöl merkezde son yıllarda sayıları gittikçe artan fitness salonlarına giden bireylerin beden ve benlik algıları ile beden ve benlik inşaları üzerine yapılan bu çalışma, fenomenolojik desenle örülü nitel bir çalışmadır. Söz konusu çalışma boyunca katılımcılarla yapılan derinlemesine görüşmelerden elde edilen verilerin analizi, toplumun geçirdiği yapısal dönüşümlere bağlı olarak yaygınlaşan beden endüstrisinin araçları ile mümkün olabilen estetik düzenlemelerin benliğin bireysel tercihler doğrultusunda tasarlanmasında önemli bir yeri olduğunu göstermektedir. Toplumun bireysel ideallere, tercih ve yaşam tarzlarına gösterdiği müsamaha, çözülen katı toplumsal normlar, bireyselliğe ortam hazırlayan refah düzeyinde yükselişler, kalabalıklaşan kent nüfusu, etkisi her geçen gün daha bir ivme kazanan küresel iletişim ağlarının varlığı ve onlar vasıtasıyla her yanımızı saran moda ve kozmetik reklamlarının görünürlüğü ölçüsünde benlik inşası; estetik ameliyatlar, fitness, diyetetik destek hizmetler gibi bedensel endüstrisinin araçlarıyla daha performatif bir hal almaktadır. Ki bu, çalışma boyunca katılımcılardan elde edilen verilerle de desteklenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden, Benlik, Geleneksel Toplum, Modern Toplum

* Bu çalışma, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsünde Prof. Dr. Hüsnüye CANBAY TATAR danışmanlığında yapılan “*Fitness Salonlarına Gidenlerin Beden Algıları ve Beden İnşaları (Bingöl Örneği)*” isimli doktora tezinden türetilmiştir.

** Doktor, Bingöl İl Millî Eğitim Müdürlüğü, 60 Yıl Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi.

ORCID: 0000-0002-7562-7428

(Makale Gönderim Tarihi: 28.04.2021- Makale Kabul Tarihi: 22.06.2021)

DOI: <https://doi.org/10.53440/bad.929389>

**BODY AND SOCIETY AS THE DESIGN OF THE SELF
(BINGOL EXAMPLE)**

Abstract

Although self-formation, which distinguishes one person from others and is used in the sense of cognition (self-consciousness) and identification (self-existence), is possible with the presence of other people in every society and time, its formation as an individual performance - in accordance with the individual's own preferences and desires - can vary from time to time and from society to society. In the consumption community we are in, compared to the traditional society, the self is more intertwined with the symbolic appearance of the body than ever before. More clearly and inclusively, the body becomes more visible because of how someone sees and perceives themselves. In this sense, in a society such as Bingöl, which experiences the tense relationship of the transition from traditional society to late modern society together, it seems important to evaluate the body perceptions and bodybuilding of those who go to fitness center in the context of their perspective and structural changes. The research carried out for this purpose is based on qualitative research methods and techniques. This study, which focuses on body, self-perception and self-building images of individuals who go to fitness halls that have increased in number recently, particularly in city center, is a qualitative study with a phenomenological design. The analysis of the data obtained from the in-depth interviews with the participants throughout the study shows that the aesthetic arrangements that can be possible by the tools of the body industry, which has become widespread depending the structural transformations that the society has undergone, have an important role in designing the self in accordance with individual preferences. The tolerance that society has towards the individual ideals, choices and lifestyles has turned into a more performative form due to social issues that were overcome, the rises in the welfare level which makes society more sensitive towards individuality, the growing urban population, the global communication network of which effect has increased in time, fashion surrounded us due to the global communication, self-construction in accordance with cosmetic advertisements, body industry tools such as plastic surgeries, fitness, and dietetic support services. This finding is also supported by data from the participants throughout the present study.

Key Words : Body, Self, Traditional Society, Modern Society

Giriş

Bir insanın kendisine dair duygu, düşünce ve inançların tamamını içeren benlik olgusunun varlığı en temelde insanlar arası ilişkilerle mümkündür. Daha doğrusu benlik toplumla birlikte anlaşılabilir sosyo-psikolojik bir olgudur. Benliğin oluşumuna yönelik bütün kuramsal açıklamaların ortak noktasını da bu düşünce oluşturmaktadır. Benlik, her ne kadar toplumdan bağımsız tasavvur edilemeyecekse de her bireyin benliği üzerinde tasarruf hakkını daha fazla elinde tutabilme imkânı toplumun niteliğine göre değişiklik arz edebilmektedir. Örneğin kendine yeter, geçimlik ekonomisinin hâkim

olduğu, atalardan miras normların geçerliliğine itimat edildiği, dinin başat ve belirleyici bir kurum olduğu, aidiyet hislerinin birincil ilişkilerle güvenceye alındığı, ferdin toplumun organik bir uzantısı olduğu görelî olarak küçük ve kapalı toplumlarda benlik çerçevesi sosyal normlarla tanımlı rol ve statülerin baskın etkisi altında şekillenir. Bunun aksine gelişkin pazar ekonomisinin hüküm sürdüğü, kültürel alışverişlerin yoğun ve kentleşme oranının yüksek olduğu, bireysel ideallerin önemsendiği ve dikkate alındığı, cemiyet tipi toplumsal yapılanmanın sosyal ilişkilere yansıdığı modern toplumlarda benliğin tasarımı bireyin kişisel tercihleri ölçüsünde daha mümkün olmaktadır. Söz konusu ikili taslağın izlerini belirgin bir şekilde bağrında taşıyan, sınır çizgileri iç içe geçmiş toplumlarda benliğin tasarımı gerilimi yüksek bir hat üzerinde cereyan etmektedir. Bireyin talepleri ile toplumun kanıksanmış normlarındaki beklentileri arasında sıkışmışlık kimi zaman kişiyi çeşitli tereddütlerle baş başa bırakmış olsa da nihayetinde modern hayatın akışkanlığı bireysel talepler doğrultusunda benliğin tasarlanmasına imkân tanır. Hele ki küresel etkilere açık kalındığı, kimliğin pazar dolayımında belirlendiği, var olmanın imrenilir bir görünüme endekslendiği post modern tüketim toplumuna yelken açan birçok toplumda beden kısa bir zaman aralığında en çarpıcı izlenimi bırakmanın imkânıdır. Bu cihetten hareketle içinde bulunduğumuz toplum benliğin tasarımı -medyanın kılavuzluğunda edinilen imajların çeşitliliği ölçüsünde- bireysel bir alan açmaktadır. İlgili olgunun varlığı, Bingöl ili sınırları içerisinde on sekiz yaşından büyük, çeşitli meslek ve yaş kategorisinde olan sekizi kadın, altısı erkek olmak üzere düzenli bir şekilde fitness salonlarına giden toplam on dört kişiyle yapılan derinlemesine görüşmelerle de teyit edilmektedir. Benlik tasarımının toplumun geçirdiği yapısal dönüşümler ölçüsünde, beden temelinde edindiği yer ve öneme odaklanan çalışma “geleneksel toplum” ve “modern toplum” gibi ideal tip dikotominin Bingöl özelinde yerel bağlamına odaklanmaktadır.

Geleneksel ve Modern Toplum İkileminde Benlik ve Beden

Genel bir tanımıyla benlik, “şahsın kendisine bakış açısı, kendisini zihninde temsil ediş biçimi şeklinde tanımlamak mümkündür. Ayrıca, benlik kavramı şahsın kendisi ile ilgili algılamalarının, kişisel atıflarının (yüklemelerinin), geçmiş yaşantılarının, gelecekle ilgili hedeflerinin, sosyal rollerinin onun zihninde temsil edilişi ve zihinde kavramsal ben olarak odaklaşmasıdır.” (Aydın, 1996: 41). Bir insanın kendisini tanımasını, kendisi hakkındaki yargı, düşünce ve tutumlarının bütünselliğini içeren benlik tasavvurunun her sosyal ortamda görünüme çıkışı aynı olmadığı gibi, her toplumda algılanışı da farklılık gösterebilir.

Örneğin modern öncesi dönemlerin “ben ve benlik” kavramından anlamlarının modern dönemden çok farklı olduğunu söyleyebiliriz. Şöyle ki, modern öncesi dönemlerde benlik bir insanın kemale ulaşması için terbiye edilmesi gereken “normatif bir kavram”dı. Kişinin kendini bilmesini ifade eden “kendini bil” veyahut “nefsini bilen rabbini bilir” özdeyişlerinde açığa çıkan düşünce modern anlamdaki benlik bilincinden farklıdır. Modern öncesi dönemlerde benlik kozmik âlem içerisinde tek hakikat olan Cenab-ı Hakk’ın bilinmesinin ön şartıdır. Varlık âleminin en şerefli varlığı olan insanın kendisini tefekkür etmesi, onun üstünde daha yüce ve mükemmel bir varlık olduğunu hayret, acziyet ve huşu ile anlaması demektir (Güven: 2015: 36-38). Yine Ortaçağ düşüncesinde benliği ifade eden “self” tıpkı tensel hazlar gibi ruhsal kurtuluş adına vazgeçilmesi gereken bir şeydir (Kara, 2014: 36). Burada benlik ilahi varlığa yönelmesi ölçüsünde anlamlıdır. Ayrıca topluma olan ferdi bağlılık ve aidiyet hissi modern bir “ben” algısına da izin vermemektedir.

İnsan ilişkilerinin daha kapalı bir evrede sürdürüldüğü, geçimlik ekonomisine dayanan, kendine yeterli ve dış topluluklara pek de bağımlı olmayan “geçmişin klasik toplulukları” üyelerine kendilerini topluluğun diğer üyeleri ile özdeşleştirdikleri güvenilir bir dünya sunmuşlardı. Toplumsal normların baskın olduğu, biz duygusunun ağır bastığı, ilişkilerin yüz yüze ve samimi bir çerçevede sürdürüldüğü geleneksel toplumlarda “benlik topluluk içinde temellenen ve onun tarafından onaylanan güçlü bir sosyal duygusuyla tanımlanan istikrarlı bir nesne” durumundadır. Burada “benliğe devamlılığını ve bütünlüğünü” toplum içerisinde sahip olduğu sosyal kimliği verir ve “insanlar kimliklerini güvence altına alıp sürdürmek için fazla enerji sarf etmezler.” Bu toplumlarda modern anlamıyla kişinin kendini toplumdan yalıtın, kimliğini bir performansa bağlayan ve her ne olmak istiyorsa o olmasını ifade eden kişisel kimlik duyguları toplumca “kişinin yaşam doğrultusunu” sabitleyip tayin eden sosyal kimliklerinin altındadır (Hewitt-Shulman, 2019: 193-195). Dolayısıyla insanların kim ve ne olduğunu seçebildiği, kimliğini kendi tercihleri doğrultusunda belirli sınırlamalar ölçüsünde kurgulayabildiği, herkesten farklı ve özel olduğuna dair bir benlik bilinci bahsi geçen toplumlara görece olarak daha uzak bir deneyimdir.

Modern öncesi sözlü toplumlarındaki insanların modern anlamıyla “bilen ve bilinen benlik” şeklinde bir ayırım yapmadığını bir saha araştırmasında alınan sonuçlar da göstermektedir. Araştırmaya göre köylüler, “kendinizi nasıl tanımlarsınız?” sorusuna babalarının ismi, çocuklarının sayısı, sahip oldukları mal varlıkları ile cevap vermişlerdir. Soru daha açıklayıcı örneklerle

yeniden sorulduğunda kendilerini “iyi insanlarız, misafirperveriz” gibi ‘biz’ zamiri ile tanımlamışlardır. Sonuç olarak kendini tanımlamak günümüz modern psikolojinin “benlik” olgusu çerçevesinde değerlendirilmemiştir (Ong 2018; Aktaran Güven, 2015: 38-39). Dolayısıyla benlik her toplumda farklı bir şekilde algılanmıştır diyebiliriz.

Ben ve benlik bilincinin insanın kendi iradesi cihetinde kendisini bir “incelenme ve tasarım nesnesi” haline getirmesi modern zamanların ürünüdür. Söz konusu durum “öz yönetim”, “yeniden yaratım”, “öz kavrayış”, “öz bilinçlenme”, “kendi üzerine düşünme” ve “yaşam deneyimi” gibi olgularla doğru orantılı olarak ortaya çıkmaktadır. Berman, tüm üyelerinin verili, basmakalıp, değişmez norm ve statülerle belirli aidiyetler çerçevesinde çizildiği geleneksel toplumlarda “insan idealleri” diye bir olgudan bahsetmenin mümkün olamayacağını belirtir (2011: 22-24). Benzer doğrultuda J. S. Mill, insanın başkalarının kural ve istemlerine göre yaşadığı yerlerde mutluluğun ve kendilik hissinin eksik olacağını ifade eder. Yine Karl Marx, birey düşüncesinin doğuşunu normatif anlamda olmasa da feodal toplumun çözülüşüyle ilişkilendirir (Aktaran Berman, 2011: 22-25). İnsanın kendini bir tasarı, bir proje haline getirmesi eski toplumsal yapının çözülüp yerine yeni bir toplumsal yapının geçmesiyle mümkün olur. Ki bu, modern toplumdur. Burada karşı karşıya getirilen toplum türleri geleneksel ile modern toplumlardır. Hatta modern toplumun hanesine, post modern veya geç modern toplum türlerini de ekleyebiliriz.

Genel anlamda sosyoloji literatürüne bakıldığında geleneksel toplumlar düşük kentleşme, düşük okuma yazma oranı, geniş aile, yaşa endeksli otorite, geçimlik ekonomi, verili statülerin varlığı, gelişkin pazarların yokluğu, teknolojik araçları kullanmada kısıtlılık, dinsel düşüncenin baskın varlığı, yatay ve dikey sosyal hareketliliğin sınırlılığı gibi niteliklerle tanımlanır. Nereden bakılırsa bakılsın geleneksel toplumlar durağan, değişim hızının oldukça seyrek bir seyirde yol aldığı, içe kapanık bir toplum olarak nitelendirilir. Bu toplumlarda insanlar ailelerinden tevarüs eden ekonomik ve kültürel mirası çok değiştirmeden muhafaza eder; toplumsal statüleri de buna göre belirlenir.

Yukarıda nitelikleri yazılan toplum tipini Emile Durkheim mekanik toplum, Marx feodal toplum, Tönnies cemaat toplumu, Toffler ise birinci dalga toplum olarak nitelendirir. Durkheim’e göre mekanik toplum; basit ve asgari bir iş bölümünün, ziyadesiyle imece usulü bir dayanışma türünün, üyeleri arasında ortak duygusal birlikteliğin ve birbirine benzerliğin fazla olduğu

tutarlı bir toplumdur. Mekanik toplumda yaşam, nihayetinde hiçbir endişe ve şüpheye yer vermeyen organize inançlar bütününde bir araya gelir (Aron, 2006: 296). Mekanik dayanışmacı bu toplumu Tönnies, ortak iradeleri din, gelenek, örf ve adetler üzere olup ortak mülkiyet, inanç ve menfaatlerle bir araya gelmiş cemaat toplumu olarak nitelendirir (Sorokin 1975, Aktaran Gezgin, 1998: 193-199). Cemaat toplumu, üyeleri arasında resmi ilişkilerin olmadığı ve yakın birlikteliğin sevgi, samimiyet, fedakârlık, yardımlaşma, güven ve dostluk duyguları üstüne kurulu olduğu aile, kır, klan ve dini tarikat gibi topluluklardaki ilişki biçimine atfen “birincil grup” olarak da tanımlanabilir (Cooley 1966, Aktaran Coser, 2008: 273-276). Ezcümle bir taslak ile şunları söylemek mümkündür: Bireysel açıdan topluluğa bağlılık, ilişkiler samimi ve yakın, sosyal farklılaşma düşük, topoğrafik yer köy, anahtar kurumlar din ve ailedir (Kivisto, 2008: 131-132). Karl Marx’ın üretim ilişkileri üzerinden incelediği feodal toplum ise para ve pazar ekonomisinin sınırlı kaldığı, bir nevi toprak kölesinin yani serfin daha çok efendisi için çalıştığı durağan bir toplum tipidir. En genel anlamıyla değişim hızı düşük, örgütlü uzmanlık sistemleri oluşmamış, sosyal normları güçlü, duygusal bağları yüksek geleneksel toplumlarda ferdin kendini toplumdaki ayrı ve bağımsız bir kişi olarak değerlendirmesi nihayetinde zor görünmektedir. Böyle bir olasılığın vuku bulması yani birey ve çıkarlarının baskın bir değer haline gelmesi bu toplumun çözülmesi ile mümkün olur ki bu toplum modern toplumdur.

Modern toplum ve ona ilişkin geç modern ya da post modern toplumların varlığı, son iki yüz yıldır süregelen toplumsal çözülmenin devinim hızındaki artışla yakından bağlantılıdır. Giddens, modern toplumu önceki toplum tiplerinden ayıran temel niteliğin “değişim hızı” ve “değişim alanı” olduğu düşüncesindedir. Geleneksel toplumlara kıyasla modern toplumun devingenlik oranı çok daha yüksektir. Değişimi bilim, teknoloji ve ekonomi alanıyla sınırlamak eksik bir okuma olur. Çünkü modern toplum önüne gelen her şeyi süpüren dev bir tsunami dalgası gibidir. İkinci ayırıcı özelliği olan değişim alanı ise modernleşmenin radikalleşmesinin bir sonucu olan küreselleşme olgusu ile izah edilir (Giddens, 2010b: 12-14). Eisenstadt ise geleneksel toplumun kültürel olarak çözülmesi, değişmesi ve dönüşmesi ile hız kazanan sekülerleşmenin bireye ideallerini gerçekleştirme noktasında birçok demokratik fırsat sunduğu düşüncesindedir (Eisenstadt, 2007: 17-20). Taylor ise modernliği insanların yaşamlarını, özgür tercih ve edimleriyle yönlendirebilme gücüne atfen “bireysellik”, dünyayı kutsal halesinden uzaklaştıran bilim ve teknolojinin artan hâkimiyetine atfen “araçsal akıl” ve toplumun yukarıdan aşağıya doğru bürokratik mekanizmalarla kontrol edilmesine ve düzenle-

mesine atfen de “siyasal düzlem” olmak üzere üç nitelikte tanımlar (Taylor, 1995: 10-18). Touraine’ye göre de modernlik, Tanrı imgesinden sıyrılan insanın aklı ile toplumu sil baştan inşa etmesidir (Touraine, 2004: 32). Modernliğin insan özerkliğine, özgürlüğüne ve kendini yeniden gözden geçirmeye imkân tanıma olarak geleneksel toplumdaki oldukça farklı bir dönemi imlediği söylenebilir. Aynı vurgulara modernleşmenin şafağında bir Rönesans manifestosu olarak takdim edilen Mirandola’nın ‘İnsanın Değeri Üzerine Bir Söylev’ adlı eserinde rastlamak mümkündür (2013: 20). Mirandola ticari hareketliliğin Akdeniz etrafında yoğunlaştığı, burjuvazi adı altında yeni bir sınıfın ortaya çıktığı, cumhuriyetçi bireyselliğin yükseldiği, eski düşünürlerin tartışıldığı, yeniyeye dair düşüncelerin arttığı, kilise otoritesinin yavaş yavaş çatladığı bir zamanda insana asıl değer kazandıran şeyin özgür düşünce ve bireysel otonomi olduğunu belirtir.

Gündelik hayat, geleneksel tarım toplumlarında Giddens’in vurguladığı ‘ontolojik güvene’ karşılık gelir. Ontolojik güven; toplumun değer, norm, rol ve davranış kalıplarının ferde vermiş olduğu emniyet duygusuna bir atıftır (Gardiner, 2016: 19). Yani fert, böyle bir güven içinde toplumsal belirsizliklerden kaynaklı kaygıları bertaraf etmekle kalmaz; muhtemel sürprizlere de daha kapalı olur. Ontolojik güveni Giddens’ten aktaran Esgin ise onu belirli rutinlerin devam edeceğine dair bireylerde beliren inanç olarak tanımlar. Bunun karşısında ise “güvensizlik” değil, “ontolojik kaygı” yer alır (Esgin, 2008: 465-467). Ontolojik kaygı ise modernliğin ürettiği imal edilmiş belirsizliklerden kaynaklanır. Bu ise risk sosyolojisi bağlamında modernleşmenin düşünümünü koşullar.

Konumuz açısından, modernliğin ürettiği öngörülemez ve sonuçları kestirilemez olan risklerin yarattığı kaygıların ortadan kaldırılmasına yönelik ikincil modernleşmenin imkânlarını seferber eden modernleşmenin düşünümünü olgusunu daha farklı bir noktadan işleyebiliriz. Beck ve Giddens gibi risk sosyologları açısından küresel ısınma, nükleer facialar, bulaşıcı hastalıklar gibi küresel felaketlerin nedeni Beck’in ifadesiyle birincil modernleşmedir. Onlara göre sorun modernleşmeyse çözüm de modernleşmededir (Beck, 2011: 8-15). Bu risk sosyologları için modernliğin kendisinden hâlâ umutlu olmamızı gerektirecek çeşitli potansiyeller bulunmaktadır. İşte bu potansiyellerin başında bireyin yapıp ettikleri üzerine düşünebilmesi ve onları kontrol edebilme becerisi gelir. Öyle ki bu imkân makro ölçekteki çevresel, ekonomik, toplumsal sorunların çözüm kaynağı olarak görülür. Mikro ölçekte ise insanın dışsal etkilere daha açık kaldığı günümüz küreselleşme çağında insanların kendi varoluşsal sorunlarını değerlendirme ve çözme ka-

pasitelerinin daha bireysel bir hal aldığını düşündürmektedir. Onlara göre bu imkân, bireyi benliğini yapılandırma sürecinde daha aktif kılmaktadır.

Park ve Burgess, şehrin toplumsal haritasına odaklandıkları çalışmalarında birincil gruplarda yaşayan insanların birbirileriyle olan etkileşimlerinin doğrudan, dolaysız ve yansız olduğunu; buna karşın şehrin toplumsal biçimi olan ikincil gruplarda ise etkileşimlerin kalıcı olmaktan ziyade geçici ve tesadüfi olduğunu ifade ederler (Park- Burgess, 2016: 62-63). Şehirdeki etkileşimlerin doğasının bu şekilde tasviri önceden sınırlandırılmış, ön belirlenmiş rol ve beklentilerin daha düşünömsel biçimde yeniden gözden geçirilmesine imkân tanır. Özellikle yirmi ve yirmi birinci yüzyıllar modernliğin kurumsal olarak yükselişe geçtiği on dokuzuncu yüzyıldan daha fazla çoğul ve çekişmeli bir kültürel alana ev sahipliği yapar. Çünkü geç modern dönemde meslek tarzları, cinsiyet ve sınıf gibi kategoriler yerlerini tüketim ve boş zaman aktivitelerine bağlı olarak ortaya çıkan yeni türde kimlik örüntülerine bırakmaktadır. Daha doğrusu geç modern dönemde “bireyler kendi kimliklerini giderek daha çok kültür ve medya endüstrilerinden alınmış imgeler ve nesnelere kullanarak şekillendirdiklerinden... kültür gittikçe daha çeşitli hale gelen kimlik projelerini kapsayan son derece çoğul ve parçalı bir hale gelir.” (Bennett, 2013: 14-15). Yani kimliğin geleneksel parametrelere göre belirlendiği zamanlar yerini bireyin kimliğini kendi içsel parametrelerine göre belirlediği bir döneme bıraktığından bireysel kimlik ve benlik daha refleksifleşir. Boş zaman ve medya endüstrisi ile yeşeren tüketiciliğin en çok nesneleştirdiği beden çoğul kimliklerin kerteriz noktası olur.

Bireysel-kimlik anlatıları, toplumların kitle iletişim araçlarıyla uzaktaki etkileşimlere daha açık olduğu bir zamanda daha fazla refleksif olarak oluşturulur ve sürdürölür. Kimliği bireyselleştirme ve onu kendince bir anlatıya dönüştürme bireylerin kendini gerçekleştirme olanaklarına kavuştuğu geç modern toplumlara özgü bir gelişmedir (Giddens, 2010a: 268). 1960'larda 'kişisel olan politiktir' sloganıyla siyasallaşan yeni türde toplumsal hareketler kimliği bireysel bir anlatıya dönüştürme noktasında pekiştirici bir rol üstlendi. İtirazlar her ne kadar siyasal taleplere kapı aralasa da post modern kapitalizm bu tür isyanları sermayeye çevirmede gecikmeyecekti.

Giddens'e göre “geç modern çağda artık beden geleneksel ritüeller temelinde 'alınmaz', 'bakılmaz' ve 'süslenemez'; o refleksif tasarımın merkezi bir parçası haline gelmiştir.” Yani beden bireysel kimliğin ayrılmaz parçalarından biri olmaktadır. Giddens'e göre, beden çeşitli yaşam tarzları arasındaki seçimlerle kendini tasarlamının merkezi noktalarından biridir

(2010a: 225). Giddens, bedenini kişi açısından yarattığı kaygıları denetim altına almak için onu kendince düzenleme çabasını refleksif benlik gelişiminin yolu olarak görür. Hatta refleksif benlik, küresel çapta sayısı artan hayat tarzları üzerine danışmanlık yapan psikolog, diyetisyen, aile danışmanı, imaj maker gibi otoritelerin fazlalığı ile birçok öneriyi açık hale getirir. Yani geç modern dönemde birey, farklı noktalarından gelen önerileri kendi perspektifinden geçirerek, benliğini tercih ve istemlerine göre tasarlayabilme imkânına kavuşmuş olur (2010: 102-109). Konumuz açısından öne çıkan husus bedenini geç modern veya postmodern toplumda kimliğin ve benliğin bir tasarımı olarak nasıl öne çıktığı ve bunun katılımcılarımız tarafından nasıl deneyimlendiğidir. Bu aynı zamanda değişen toplumsal koşulların bireyin kendi benliğini tasarlama noktasındaki itici gücünü de vurgulamak demektir.

Araştırma Yöntemi

Araştırmanın amacı, konusu ve problemi dikkate alındığında en uygun yöntem fenomenolojik desenle örülür nitel araştırma yöntemidir. Bedenlerini duygu ve zihin dünyalarındaki ideale göre inşa etmek isteyen bireyleri motive eden içsel ve dışsal deneyimlerinin neler olduğunu bilmek ve anlamak nitel bir çalışma ile daha mümkündür. Bu yöntem bireylerin bedenlerini nasıl algıladıkları, nasıl deneyimledikleri ve buna nasıl bir anlam verdiklerini anlamak noktasında en doğru seçenek olarak görülmektedir. Nitel bir çalışmanın özü insan davranışlarını, içinde bulunduğu ortamda ve çok yönlü olarak ortaya çıkarmaya çalışmaktır. İnsanların bir fenomeni nasıl algıladıkları ile ilgili öznel deneyimlerinin bilinmesi nitel bir çalışmanın gereğidir. Araştırmacıya düşen görev burada netleşir. O, bireylerle aynı ortamı paylaşmalı, yüz yüze görüşmeli ve onların davranışlarını gözlemelidir (Yıldırım-Şişek, 2003: 14-17). Araştırmacı ancak bu şekilde bireyin bakış açısını anlam dünyasını ve düşüncelerini anlayabilir (Kuş, 2003: 87).

Nitel bir çalışmada asıl olan genelleme değil, bütüncül çerçevede bir resim elde edebilmektir. Bundan dolayı nitel bir araştırma, çalışılan konuyu derinlemesine ve tüm olası yönleriyle incelemeye alır. Bu amaç doğrultusunda araştırmacı, belirli bir evrenden örneklem grubu oluşturmak zorundadır. Çünkü araştırma kaynaklarının sınırlılığı çok sayıda bireye ulaşmayı güçleştirir. Dolayısıyla nitel bir çalışmada örneklem seçimi probleme ve araştırmacının sahip olduğu kaynaklara göre belirlenir (Yıldırım-Şişek, 2003: 68-73). Bu, araştırma alanına yakın durarak gözlem yapmayı ve örneklem dâhilindeki bireylerle yüz yüze görüşmeyi gerektirir.

Araştırmanın yapısı ve bütünlüğü göz önüne alındığında en uygun örneklem alma tekniği amaçlı örnekleme tekniği gibi görünmektedir. Amaçlı örnekleme, araştırmacının örnekleme seçiminde aktif olduğu, katılımcıları kendisinin belirlediği bir örnekleme şeklidir. Amaçlanan ise istediği bilgilere daha nitelikli bir şekilde ulaşabilmektir. Amaçlı örnekleme tekniği ve onun alt türevi olan farklı yaş, cinsiyet, meslek, medeni durum gibi farklı kategorileri içine almaya elverişli maksimum çeşitlilik yoluyla belirlenen katılımcıların bakış açıları, duyguları, algıları ve deneyimleri öncellenir. Örnekleme grubuna dâhil olanlarla güven ve empati duygusu ile yüz yüze derinlemesine görüşmeler yapılır. Nitel bir çalışmada görüşmelere konu olan ‘değişkenlerin ilgili diğer değişkenlerden etkilendiği ve bu birlikteliğin ilgili değişkene gerçek anlamı kazandırdığı’ varsayımdan hareketle bütüncül bir perspektif dikkate alınır (Yıldırım-Şimşek, 2008: 41-44). Belirtilen yönerge doğrultusunda “yarı yapılandırılmış gözlem formu” ile toplanan veriler betimsel ve içerik analizine tabi tutulur. Bununla “toplanan verileri açıklayabilecek kavramlara ve ilişkilere” ulaşılır. Katılımcılarla yapılan derinlemesine görüşmelerde elde edilen veriler önce betimlenir, sonrasında yorumlanarak analiz edilir. Betimleme aşaması, verilerin doğrudan alıntılanmasıdır. Yani görüşmecinin “ne” söylediğini olduğu gibi aktarmaktır. Analiz aşaması alıntıların kavramsal olarak kodlanması ve belirli temalar altında organize edilmesidir. Üçüncü aşama ise “bulgular arasındaki ilişkileri açıklamak”, “neden sonuç ilişkilerini kurmak” ve “bulgulardan birtakım sonuçlara” varmayı içermektedir (Yıldırım-Şimşek, 2008: 222-239). Araştırma, genel itibarıyla yukarıda çerçevesi çizilen nitel araştırma yöntem ve teknikleri esas alınarak yürütülmüştür.

Toplumun Yapısal Dönüşümü Bağlamında Benlik Tasarısı ve Beden Temsilleri

İnsanlar, nihayetinde hangi toplum içerisinde yaşadığımızı bakılmaksızın “rol yaparak ve alarak, belirli durumlarda anlatılar kurarak ve kendilerini daha geniş toplumsal birimlerin üyeleri olarak hayal ederek benliklerini kurarlar.” (Hewitt-Shulman, 2019: 191). Bu anlamıyla toplum, benliğin oluşumunda, şekillenmesinde ve sürdürülmesinde önemli bir rol oynar. Her ne kadar benlik ile toplum arasında kopulmaz bir bağ olsa da benliğin tasarımında toplumların edindiği yer, onların niteliğine göre değişebilmektedir. Geçmişin klasik toplumlarına nazaran içinde yaşadığımız güncel toplumlarda yaşayan insanlar, bireysel kimliklerini yaratır veya sürdürürken daha özgür bir farkındalığa sahiptirler. Yani “güncel insan geleneksel bir topluluğun sakininden birçok bakımdan daha fazla öz-farkındalığa sahiptir.” Bir ayrımla “modern benlik”, “bulunması, keşfedilmesi ve geliştirilmesi gereken bir

şeydir.” (Hewitt-Shulman, 2019: 197). Dolayısıyla modern benlik, toplumun birey üzerinde bir zamanlar çerçevesi katı sınırlarla belirlenmiş normların çözülmesine bağlı olarak “kim” ve “ne” olacaklarına dair seçimlerini bireysel performanslarla tercih edebilir olmalarının sonucudur. Bu olgu, hayatın birçok alanında tecrübe edilebilir. Örneğin güncel toplumlarda, bir birey yaşından daha genç, ait olduğu sosyal sınıfın üyelerinden çok farklı bir görünümle yaşam tarzına dair simgesel işaretleri sergileyebilir veya fiziksel görünümüne beden endüstrinin olanakları aracılığıyla müdahale edip olduğundan daha “çekici” veya “güzel” görünebilir. Söz konusu örnekler, bireyin sosyal kimliğini tasarlayabilme noktasında güncel toplumların artan müsamaha politikasıyla yakından ilgilidir. Benzer ilişkiyi katılımcılarımızın deneyimlerinde de gözlemleyebiliriz.

Örneğin Ayça Hanım, “Dış görünüşe verilen önemin arttığını düşünüyorum musunuz?” sorusuna duyduklarından ve tecrübelerinden hareketle verdiği cevaplar, toplumun geçirdiği yapısal dönüşümlerin bireyin kendi benliğini tasarlama noktasında belirleyici etkisini göstermektedir.

“Eskiden en fazla kollarına altın takarak süslenirlermiş, öyle fiziklerine çok dikkat etmezlermiş diye duydum büyüklerimden. Yakın zamana kadar ben bile çok istediğim gibi giyinemiyordum. Özel bölgelerin kapatılması gerektiği söylenirdi. Şu an öyle değil ama. Şimdi herkes kendisine daha çok bakıyor. Moda, yeni tarz giyimler, farklı takı ve süs eşyaları, zıt kombinler daha fazla deniyor. Her geçen daha bir fark oluyor. Şu an fizik daha ön plana çıkmış gibi. Özellikle de spor yapma oranında bir artış olmuş. Ben bu kadar bilmiyordum. Mesela hiçbir şey olmasa bile herkes daha fazla yürüyüş yaparak formunu koruyor. Bir de şuna inanıyorum: Çirkin kadın yoktur. Bakımlı, bakımsız kadın vardır. Kendinize bakarsanız güzel olursunuz.” (25, Mimar)

Ayça Hanım görüşlerini bildiren diğer katılımcılara nazaran daha genç olmasına rağmen duyduklarından ve gözlemlerinden yola çıkarak insanların daha iyi bir görünüme sahip olmak için modayı takip ettiğini, yeni tarz kıyafetler giydiğini, gösterişli süs takılar kullandığını ve spor yaptığını belirtmektedir. O da beden inşasının her geçen gün daha fazla bir kişisel çabaya dönüştüğünü düşünmektedir. Özellikle de dış görünüş üzerine yaygın kanaatlerde azalan baskının buna daha fazla katkı sunduğunu ifade etmektedir. Bu durum, modern dönemle birlikte benliğin beden üzerinden nasıl tasarlanabileceğini örneklemektedir. Daha doğrusu o, günümüz kültürel atmosferinin ve beden endüstrisinin insanların başkalarından daha farklı bir görünüme kavuşabilmesi noktasında birçok opsiyonu mümkün kıldığını vurgulamaktadır.

Sevda Hanım da benzer doğrultuda fikirlerini şöyle dile getirmektedir:

“Geçmişte insanlar dış görünüşlerine çok fazla dikkat etmiyordular. Belki kıyafetlere dikkat edilse de kimse kilosuna çok dikkat etmezdi. Şu an çok fazla bir dikkat var. Özellikle kadınlar açık kapalı, evli bekâr ayrımı olmaksızın çok spor yapıyor. Bence insanların fiziksel görünümüne özen göstermeleri güzel bir şeydir. Eskiden bir kadın evlenip çoluk çocuğa karıştığında kendini salardı. Şimdi öyle değil. Evlendikten sonra, hamile olduğunda veya çocuk yaptıktan sonra da kendisine bakmaya devam ediyor. Spor yapmaya çalışıyor. Beslenmesine daha dikkat ediyor. Kişisel bakımını ihmal etmiyor. Daha iyi görünmeye çalışıyor.” (Öğretmen, 48)

Sevda Hanım da eski dönemlere nazaran kadınların evli bekâr, açık kapalı ayrımı olmaksızın daha zinde bir vücuda kavuşmak için spor yaptıkları, kişisel bakımlarına özen gösterdikleri, fiziksel görünümünü daha önemsedikleri düşüncesindedir. Hatta kadınların hamilelik ve doğum sonrasında da kendi bakımları için titizlenmelerini olumlu karşılamaktadır. Ayrıca o, “kendini salmayı” kilolu olmakla, kendinden vazgeçmeyle, bakımsızlıkla ilişkilendirerek benliğin tasarımı fiziksel görünüme gösterilen özenle ilişkilendirmektedir. Burada benliğin tasarımı, kişisel kimliğin çeşitli performatif davranış setleriyle yapılandırılabilmesine ve onu mümkün kılan sosyal değişimlere endekslenir.

Beden geleneksel toplum yapısının hâkim olduğu dönemlerde Tanrı'nın bir ihsanı ve emaneti olarak görülmüş ve onun rızası doğrultusunda sınırlandırılmış, kontrol edilmiş ve terbiye edilmiştir. Modern dönemle birlikte beden “ihsan”, “lütuf” ve “emanet” söyleminden kopmakta, kişinin bizzat kendi mülkü olarak algılanmaya başlanmakta ve bu bağlamda bir tasarı ve proje nesnesi olmaktadır. Beden hayat tarzlarının çokluğu içerisinde tercih edilen seçeneklerle şekillendirilen, düzenlenen ve bu vesileyle kim ve ne olunacağına dair sembollerin görünür yüzüne dönüşmüş durumdadır. Bunu ‘bedenim benimdir’ sloganında ortaya çıkan hak söylemi meşrulaştırmakta, teşvik etmekte, desteklemektedir. “Her insan tekinin bedeni üzerinde nihai söz hakkına sahip olması” ve tüketim kültüründe açığa çıkan ‘tercih’ ve ‘hayat tarzı’ gibi kültürel kavramlarla birlikte beden pazarın esareti altına girmektedir. Bedenin bir imkân ve tercih meselesi olarak benliğin oluşumu ve tasarımı doğrultusunda bir proje haline getirilmesi süreci “genç ve güzel beden imajının sarmalında” kozmetik sanayiden estetik cerrahiye, spor salonlarından beslenme ve diyetetik merkezlerine varıncaya kadar birçok alanda tüketim kültürüne olan bağımlılığı koşullandırmaktadır (Şişman, 2016: 38-40). Ya-

lirik ve bireyselleştirilmiş bir toplumsallığın salık verildiği, insanın tükettiğiyle var olduğu, özkimliğin pazardan toplanan parçalarla oluşturulduğu bir zamanda beden yaşam tarzlarının çokluğu ölçüsünde puzzle oyununun malzemesi gibi heyecan veren bir mülk olmaktadır. Bu durum, katılımcılardan elde edilen verilerle de desteklenmektedir.

Katılımcıların birçoğu içinde buldukları dönemde azalan toplumsal baskı ve artan kozmetik endüstrisi, spor salonları, yüzme havuzları ve açık spor alanları sayesinde insanların kendi kişisel kimliklerini arzuladıkları gibi tasarlayabildiklerini ifade etmektedirler. Katılımcılarımızdan Zeynep Hanım, toplumun geçirdiği dönüşüm ve artan bakım teknolojileri ile birlikte benliğin daha rahat ve özgür bir şekilde tasarlanabildiğini şöyle ifade etmektedir:

“İlk gençliğimde buralarda kozmetik ürün satan bir dükkân bile yoktu. Varsa da ben hatırlamıyorum. Doğru düzgün kıyafet alabileceğiniz bir mağaza bile yoktu. Yeni yeni alışveriş merkezleri yapılıyor. Hele ki bu tür salonları ancak televizyonlarda görebilirdik. Sanırsam yüzme havuzları da açılalı birkaç yıl oldu. Yine o zamanlar kültürel olarak da ciddi bir baskı ile karşı karşıyaydık. Yani öyle süslenmek falan o kadar hoş görülmezdi. Biraz süslenmeye çalışsaydınız farklı bir şekilde damgalanabilirdiniz. Oysa şimdi durum değişmiş görünüyor. Herkes istediği gibi giyinebiliyor, spor yapabiliyor, makyaj yapabiliyor. Doğrusu (tebessüm ederek) ben sağlığım açısından buraya geliyorsa da buraya gelenlerin birçoğu bu durumdan gayet memnun görünüyor.” (48, Ev Hanımı)

Zeynep Hanım'ın ifade ettikleri geç modern veya post modern diye tabir edilen dönemin benliğin tasarımını nasıl teşvik ettiğini, ona nasıl bir zemin hazırladığı ile ilgili önemli ipuçları içermektedir. Zeynep Hanım, ilerlemiş yaşına bağlı olarak yaptığı karşılaştırma geleneksel toplum ile modern toplumun benliği şekillendirme açısından farkını bedensel görünüm üzerinden ortaya koymaktadır. Bu anlamda onun ilk gençlik dönemlerinde yaşadığı bölgenin sosyo-kültürel özellikleri daha çok geleneksel bir toplumu andırmaktadır. Bu zamanlarda insanların her kimse öyle oldukları, verili cinsel rolleri olduğu gibi kabul ettikleri, en azından kim ve ne olduklarına dair bir sorgulama içerisinde olmadıklarını söyleyebiliriz. Ferdin toplumsalın ayrılmaz bir uzantısı olduğu bu toplumlarda farklı ve dikkat çekici bir şekilde görünmek, toplumdaki ayrı bir hayat tarzına sahip olduğunu göstermek, kolektif kabulleri zorlayıcı bir düşünceye sahip olmak toplum açısından dışlanma, küçük görülme veya alay konusu edilebilirdi. Bunun aksine herkes gibi olmak, göze

gelmek ise muteber olandı. Bu durum, kentleşme olgusunun yaygınlaştığı, sosyal bağ ve normların azalmaya başladığı, bireyselleşmenin artan gelir düzeyi ile birlikte arttığı, küresel etkilere sosyal medya imkânları ile daha açık kalındığı son çeyrek yüzyıldır değişmektedir. Değişen hayat koşulları insanların kendi benliklerini hiçbir baskı altında ve herhangi bir eleştiriye maruz kalmaksızın mevcut imkânların varlığı ile daha fazla tasarlayabildikleri Zeynep Hanım'ın da ifadelerinde açığa çıkmaktadır. O her ne kadar fitness salonlarını sağlığı açısından tercih ettiğini belirtiyorsa da beden algısının ekonomik ve sosyo-kültürel değişimlerle iç içe geçtiğini söyleyebiliriz. Şöyle ki, sosyal normların çok güçlü olduğu dönemlerde kendisi de dâhil olmak üzere toplumun birçok üyesinin baskı altında olduğunu, bundan sebep kendilerini farklı sunamadıklarını, böyle bir ihtimalin ise yanlış anlaşılmalara mahal vereceğini açık bir şekilde dile getirmektedir. İçinde bulunduğumuz dönem tam tersi bir mahiyet taşımaktadır. Yani bir birey, eşsiz ve benzersiz bir görünüm için kendisini bir sanat eseri gibi tasarlayabilmektedir. Artık herkes tıpkı bir ressam gibi resmini, bir heykeltıraş gibi de kendi yontusunu yapabilmektedir. Bu doğrultuda beden bir ressamın tuvalini, bir heykeltıraşın da yontulmaya hazır bir malzemesini andırmaktadır. Daha doğrusu Zeynep Hanım içinde bulunduğumuz geç modern veya post modern dönemdeki diğer birçok katılımcımız gibi "kendini yontan adam" heykelinde olduğu gibi bedenindeki fazlalıkları atmakta, tıraşlamakta, varsa pürüzlerini gidermekte ve bu şekilde "kusursuz" bir görünüme kavuşmaya çalışmaktadır.

Katılımcılarımızdan Gülten Hanım'ın, "İnsanların kişisel bakımları özen göstermeleri açısından kendi gençlik döneminiz ile şimdiki dönem arasında nasıl bir fark görüyor musunuz?" sorusuna verdiği cevap, geleneğin daha verili bir güzelliğe öncelik verdiğini, insanın bedeni üzerinde günümüzdeki kadar tasarruf sahibi olamadığını şöyle dile getirmektedir:

"Az evvel de size bahsetmiştim. Bizim gençlik dönemlerimiz şu anki gibi değildi. Biz şu anki gençlere oranla daha az özgürdük. Bizden öncekilerde bizden daha az özgürdüler. Şimdiki gençliği kontrol etmek daha zorlu bir çaba istiyor. Kendi yeğenlerimden biliyorum. Çok şükür öyle kötü ahlakları yok ama daha talepkârlar şimdi. Her şeylerini tam istiyorlar. Yemeği beğenmezler, aldığı elbiseyi giymezler, odasını kimseyle paylaşmak istemezler vs. bir de bakımlarına daha fazla dikkat ediyorlar. Benim yeğenler öyle mesela. Birkaç yıldır Gratis diye kozmetik ürün satan bir mağaza açıldı. Her ay içerisinde birkaç defa gidip alışveriş yapıyorlar. Ablam çok şikâyetçi ama yapılacak bir şey yok. Yeni nesil biraz böyle artık..." (29, Memur)

Gülten Hanım'ın söylediklerine atfen "Yeni nesil daha mı fazla kişisel bakımına dikkat ediyor?", "Bu durumu kendiniz için de geçerli olduğunu düşünüyor musunuz?" şeklindeki sorulara verdiği cevap, beden endüstrisinin imkânları ölçüsünde benliğin beden üzerinden daha kişisel bir tasarrufa açık olduğunu göstermektedir.

"Evet, bu benim için olduğu gibi yeni nesil içinde geçerli. Sadece onlar biraz daha aşırıya kaçıyorlar. Örneğin saçlarını sık boyatmaları, epilasyon yapmaları, makyajlarını her gün tazelemeleri, üst başlarını sık değiştirmeleri ve kilolarına daha dikkat etmeleri vs. Bu salonlara bu kadar kişinin gelmesi de bunu açıklıyor." (29, Memur)

Gülten Hanım'ın ifadeleri "beden" üzerinden benliğin tasarımının her geçen gün daha bir artarak, kuşaklar arası mesafelerin daha kısa zaman aralıklarına bölündüğünü göstermektedir. Gülten Hanım, ilerlemiş bir yaşta olmasına rağmen kendi beden algısı ile mevcut gençliğin bedensel görünümelerini bir takıntıya dönüştürmeleri arasında gördüğü fark, geç modern çağın benliğin beden üzerinden tasarımına daha fazla imkân tanıdığına dair ipuçları içermektedir. Bu, "belirli bedensel dış görünüş tipleri ve davranış tarzları özellikle modernitenin ortaya çıkışıyla açık önem" kazandığının kanıtıdır. Onun üç kuşaktan gençlerin dış görünümüne verdikleri önemi toplumsal yapının zihinsel haritasına göre karşılaştırıldığında ortaya çıkan manzara toplumsal yapının aşınmasıyla birlikte benliğin beden üzerinden daha fazla bireyselleştiği üzeredir. Örneğin modern çağ öncesine ait kültürdeki çoğu ortamda "dış görünüş büyük ölçüde geleneksel kriterlere göre standartlaş"tığı için makyajdan giyim tarzına, cilt bakımından saç tasarımına, diyetten fiziksel aktivitelere kadar birçok yol "bireyselleşmenin araçları olsa da, bunun mümkün olma veya arzu edilme derecesi genellikle sınırlı"ydı. Bu kültürlerde "dış görünüş esasen kişisel kimlikten ziyade toplumsal kimliğin işaret"leriydi. Şimdi ise artan serbestlik, güzellik sektörünün piyasaya sunduğu ürün çeşitliliği, dünyanın geri kalanıyla artan temas, modanın devridaim hızındaki artış gibi faktörler ölçüsünde dış görünüş refleksif benlik tasarımına daha fazla dâhil olmaktadır (Giddens, 2010a: 132-133). Gülten Hanım'ın çocuk, genç ve orta yaş grubunu da içine alan ve her geçen gün kapsam alanı genişleyen dış görünüş takıntısına dair düşünceleri modern çağla birlikte bedenin şahsi tasarrufa daha açık hale gelmesiyle izah edilebilir. Söz konusu dönemde beden hem benlikle hem bireysel kimliğin yapılandırılmasıyla daha fazla iç içe geçmektedir. Bu ifade ve tespitlerden hareketle Gülten Hanım ve gözlemine konu ettiği gençlerin üyesi olduğu toplumun çok değil, belki yirmi ya

da otuz yıl öncesinde bedenleri üzerinde böyle bir tasarrufta bulunmalarına yok denilirse de daha az imkân tanıdığını söyleyebiliriz.

Benzer doğrultuda Mahmut Bey'in ifade ettikleri sağlıklı bir yaşam için artan farkındalığın, azalan kültürel baskıların ve her geçen gün sayısı çoğalan spor merkezlerinin benliğin tasarımına nasıl dâhil olduğunu toplumsal değişimler ölçeğinde şöyle dile getirmektedir:

“Küçük bir şehirde yaşıyorsanız gözler sizin daha çok üstüne olur. Sorunuzla bağlantılı olduğu için söylüyorum. Örneğin eskiden bırakın yetişkin bir insanı bir gencin bile böyle dışarda eşofmanla ya da şortla gezdiğini görmezsiniz. Buralarda bir dönem böyle şeyler ayıp sayılır, hoş karşılanmazdı. Ben mesela günün belirli bir saatinde dışarıda eşofmanı veya şortuyla spor yapanı hiç hatırlamıyorum. Şimdi öyle mi? değil. Hemen hemen her mahallede yürüyüş parkurları, spor alanları ve içlerinde çok çeşitli spor aletleri var. Yaşlısı genci, erkeği kadını birçok insan buralara spor yapmak için geliyor. Eskisi gibi kimse tuhafsamıyor. Çünkü insanlar sağlıklarına ve bakımlarına daha fazla dikkat gösteriyor. Çevreme bakıyorum aynı hassasiyeti görebiliyorum. Bakıyorsunuz çok kişi sigarayı, ekmeği veya şekeri ya azaltıyor ya bırakıyor.” (54, Memur)

Mahmut Bey'in söylediklerine yakın bir görüş bildiren Müjgan Hanım da benzer bir kıyaslamadan hareketle içinde bulunduğumuz dönemde artan hoşgörünün iyi bir görünüme sahip olmayı daha teşvik ettiğini şu düşünceleriyle vurgulamaktadır:

“Eski dönemlerde kendilerine çok bakan kadınlar gözümün önüne geldi. O dönem yaptıkları bakımla daha fazla dikkat çekiyorlardı. Haliyle bu da riskli bir şeydi. Bu da içinde yaşadığımız toplumun kapalı olması ile ilgili bir şeydir. Çok bakım yapmak yanlış anlaşılmalara neden olabiliyordu. Onlar birçok eleştiriye maruz kalıyorlardı. Ama şimdi öyle değil. Şimdi daha rahat spora gidiliyor. Birçok kadın estetik ameliyat yapıyor. Kendi bakımına daha dikkat ediyor ve güzelleşmek istiyor. Hatta tam tersine bugün kendine bakmayan, paspal insanlar daha fazla dikkat çekiyor.” (40, Öğretmen)

Teyit etme amacıyla “Geçmişte güzelleşmek için çaba sarf etmek, şimdi ise sarf etmemek mi ayıpsanıyor?” sorusuna verdiği şu cevap, iyi bir görünüm için çaba göstermenin ne kadar önemli ve gerekli olduğunu gösterir niteliktedir: “Etrafınızda bakımlı, göze hitap eden o kadar kadın var. Ki bunlar çok para harcayıp çok emek veriyorlar. Böyle bir ortamda siz kendinize bakmadığınızda ya da kendinizi ihmal ettiğinizde silikleşirsiniz gibi.” İfade edilenler

benliğin beden üzerinden bir tasarı nesnesi haline gelmesinde artan hoşgörünün önemini göstermektedir. Ayrıca o, içinde bulunduğu toplumun bir dönem farklılıklara ve değişime kapalı olmasından ötürü güzelleşme çabalarını hoş görmediğini, ayıp saydığını ve kınadığını belirtmektedir. Öyle ki, bir kadının güzelliği ile sivrilmişse birtakım ağır ithamlara dahi maruz kalabilirmiş. Oysa her şeyin çok değiştiği, mevcut kültürel ortamın daha özgür olduğu, farklılık ve çeşitliliğe daha müsamaha gösterdiği kanaatindedir. Hatta toplumun şu an itibarıyla güzel ve bakımlı olmaya daha önem verdiği düşüncesindedir. Ona göre bir dönemler güzelliğine, giyimine, makyajına dikkat edenler dışlanmışsa, günümüzde de kendine özen göstermeyenler gözden düşerek silikleşebilmektedir. Burada güzel, bakımlı ve iyi bir görünüme sahip olma var olma ile eş değer kılınmaktadır. Yani var olmak, görünmeye değer dış görünüme ve fiziksel bir cazibeye sahip olmakla eşitlenmektedir.

İçinde bulunduğumuz hiper modern çağda benlik ve beden “düşünümsellik ile iç içe geçmiş” durumdadır. Bedene yönelik bir ilgi olagelmeye de “günümüzde bedensel görünüş ve denetimle ilgilenme tarzımızın, bariz şekilde geleneksel kaygılardan farklı olmasının nedeni”ni modern dönemde bedenin verimliliğini artırmaya dönük biyo-politik stratejiden daha fazla bir şeyle açıklamak gerekmektedir. Bu ise, bedenin “giderek artan bir şekilde bireyin verdiği kararlar” ölçüsünde benliğin yani öz kimliğin taşıyıcısı olmasıyla yakından ilgilidir (Giddens, 2014: 35-36). Söz konusu olgu, özen gösterilen diyetlerin, estetik ameliyatlara ve kozmetik ürünlere ayrılan bütçelerin, fitness salonlarında bir forma göre şekillendirilen bedenlerin varlığını açıklamaktadır. Beden modern öncesi çağda olduğu gibi ulvi gerekçelerle veya sosyal normlarla denetlenip kontrol edilmemekte, artık benliğin özgün bir tarzda tasarlanması ve sunulması için bireysel idealler doğrultusunda denetlenmekte, kontrol edilmekte ve gözden geçirilmektedir.

Dış görünüşe, kişisel bakıma, güzelleşme ve süslenmeye verilen önemdeki artış, sadece güzellik sektöründe artan ürün çeşitliliği veya cinsiyet eşitliğine yönelik toplumsal değişimle açıklanamaz. “Bunlara aynı derecede derin bir değişim, kimlikle ilgili bir kopuş, bireysel imgeye ve onun özel anlamına özel bir yatırım da eşlik eder. Bu kimlik bugün hiçbir zaman olmadığı kadar bireyin kendisine, buradalığına bedenine indirgenir.” (Vigarello, 2013: 260). Bu, her bir bireyin artık ne ve kim olmak ya da nasıl algılanması gerektiğiyle ilgili kişisel kararlarının daha bir ön plana çıktığına gönderme yapar. Müjgan Hanım’ın da anlatımlarında açığa çıktığı üzere birçok kişi kendi var olma biçimlerine bedenlerini daha özgün tarzlarda tasarlayarak karar vermektedirler. Güzellik sektörü de verdiği önerilerle kişinin herkesten farklı ve benzer-

siz olduğuna dair bir benlik algısına ziyadesiyle katkıda bulunmaktadır. Bu bağlamda beden, “kişinin ayrıcalıklı ifadesi haline gelir.” Daha doğrusu onu daha görünür kılan ürünler bireye kendi kişiliğini ortaya koyan, yansıtan ve yücelten bir imkân sunar. Böylece benliğin “içsel hakikatine” dair bir anlatıya “kendinin en derin parçasını maddileştiren bir beden”le, yani üzerinde çalışılarak, oynanarak, değişiklikler yapılabilecek bir proje bedenle ulaşılır (Vigarello, 2013: 263-264). Bedenin bir proje nesnesi olarak görülmesi, benliği yansıtacak bir metne dönüştürülmesi büyük resimde geleneksel yapının bireyselleşme lehine ortadan kalmasıyla ilintilidir. Müjgan Hanım ve diğer birçok katılımcının benzer doğrultuda aktardıkları benliğin beden vasıtasıyla yapılandırılmasını mümkün kılan en önemli şeyin geleneksel yapıda meydana gelen güç aşınması olduğunu göstermektedir.

“Yirmili yaşlarınızda bugünkü spor yapabilme şansınız var mıydı?”, “O döneminizle şimdiki kıyaslarsanız kişisel bakımda artan bir artıştan bahsedebilir miyiz?” sorularını Senay Hanım da geleneksel inanç ve normların daha kabul gördüğü geçmiş zamanlar ile günümüz toplumunun kabul, norm ve beklentilerini karşılaştırmak suretiyle cevaplamaktadır.

“O yaşlarımızda spor yapabilme şansımız çok yoktu. Örneğin sırf spor yapma amacıyla dışarıya çıkılıp yürünebileceği üzerine bir bilincimiz yoktu. Eskiden bir insanın öyle tek başına spor amacıyla tempolu bir şekilde yürüyüş yaptığını hatırlamıyorum. Sanırsam bir kaç yıl evveldi. Bizim şu ana köprüde bir genç kızın yalnız başına, eşofmanlarıyla spora çıktığını gördüğümde çok sevinmiştim. Gerçekten çok mutlu olmuştum. Niye? Böyle artık bir şeyleri aştığımızı, dünyaya bakış açımızın değiştiğini gösterir. Yani akşamın bir saatinde bir kızın o şekilde spor yapmasını kimse artık yanlış bir şeye yormaması güzel bir şeydir. Ama on beşli, on yedili yaşlarımızda bir kızın o şekilde çıkıp spor yapabileceğini tahayyül bile edemezsiniz. Sadece o değil. Mesela bir kadın çok süslüyse ya da kendine çok bakım yapsaydı acaba bu kendine bir şey mi arıyor diye bir dedikodu başlardı. Hele kadınlar arasında bir dedikodu konusu olurdu. Daha doğrusu kendine bakmak olumsuz bir şeymiş gibi algılanırdı. Yani başkasını ayartmak için mi yapıyor diye konuşulurdu. Şimdi ise öyle bir algı yok. Daha çok kendisini çok sevdiği için yapıyor. Keşke ben de öyle kendime bakabilseydim deniliyor. Bir de imkânlar çoğalmış. Geçen PRP tedavisi (saç tedavisi) için bir pasaja gittim. Tam olarak beş tane güzellik merkezi bir yerde bulunuyordu. Bunun bir sebebi de benlik algısıyla ilgili. Herkes nasıl görünmek ve algılanmak istiyorsa o şekilde kendilerine bakıyorlar. Spora gideninden tutun da güzellik merkezine gidenlerine kadar herkes böyle düşünüyor. Mesela ben botoks da yaptırıyorum. Altı yedi ayda

bir gözden geçiririm. Eğer rahatsız edici bir görüntüm varsa gider botoks yaptırırım. Öncelikle kendime iyi görünmem lazım. Yani yaşlı görünmek istemem haliyle.” (46, Öğretmen)

Senay Hanım'ın ifadeleri, Higgins'in “ayrışık benlik kuramı” gereğince üç türde tanımlanan mevcut durumumuzu ifade eden “gerçek benlik”, olmasını istediğimiz “ideal benlik” ile “ne olmamız gerektiğine dair düşüncemizi” ve inancımızı karşılayan “olması gereken benlik” şeklindeki benlik türleri ve bunun modern dünya ile olan ilişkisine dair düşünceleri ile örtüşmektedir. Burada öne çıkan husus, son iki türün benliğe kılavuzluk etmesidir. “Benlik kılavuzları”ndan olan ideal benlik, Seray Hanım'ın da kim “*nasıl algılanmak ve görünmek istiyorsa*” ifadesinde olduğu gibi ulaşılmak istenen hedeflerle, “olması gereken” benlik imgesi de kişinin kendisinde olması gerektiğine inandığı özellikler bütünüyle ilgilidir. Bireysel benliğin beden üzerinden tasarımı söz konusu benlik kılavuzlarıyla yakından ilintilidir. Bu bağlamda beden bireysel benliğin içeriden dışarıya, dışarıdan içeriye doğru diyalektik etkileşimlerinin önemli bir vechesidir. O, ne ve kim olmak istediğimize dair tasarımların temsil edildiği, içerisine birçok psikolojik gerilimlerinde dâhil olduğu sembollerle örülür bir yüzey olmaktadır. “Olmaktadır” derken “görünür olanın altında karmaşık bir bireysel benliğin yattığı yolundaki düşünce”nin varlığını mümkün kılan büyük çaplı toplumsal değişimin yaşanmasına atf yapılmaktadır. Söz konusu dönüşümün evrildiği yer modern toplumu, hareket noktasını da geleneksel toplum imler. Bu iki ucun bir ucunda yer alan “toplumsal ilişkilerin sabit ve istikrarlı”, “din tarafından meşrulaştırıldığı”, sosyal normları güçlü ve baskın olduğu geleneksel toplumlarda benlik bir kişinin toplumsal düzendeki “aile, sosyal mevki, doğum yeri, doğum sırası”, gibi sosyal konum ve mevkilere bağlıydı. Denilebilir ki burada benlik verili sosyal rol, statü ve konumlarla belirlenir, kişi ölümüne kadar verili bir benliğin içinde yaşardı. Oysa sekülerleşme, sanayileşme, aydınlanma, şehirleşme, bireyselleşme ve kapitalizm ile müşahhas olan moderniteyle birlikte benlik geçmişe nazaran bir kişinin kendi tercih, arzu ve istekleriyle inşa edilebilen bir şeye dönüşmektedir (Hogg-Vaughan, 2007: 138-146). Bunun imkânı ise beden üzerinden her geçen gün daha bir artmaktadır. Estetik bir ameliyat, moda bir kıyafet veya sportif aktivitelerle inşa edilmiş bir bedenle birey, Seray Hanım'ın da vurguladığı gibi “*nasıl görünmek ve algılanmak*” isteniyorsa öyle olabilir. Şimdiki durumunuz size cildinizin kırıştığını, selülitlerinizin arttığını, vücudunuzun sarktığını ve bu halinizle yaşlandığınızı veya yaşlı göründüğünü söylüyorsa bir kararla ideal bir tasarım olan gençliğe ulaşmanız tıpkı Seray Hanım'ın durumunda olduğu gibi kolaylaşabilmektedir. O, mev-

cut görünümüyle yaşlandığına dair bir benlik algısına sahip olduğunu düşünmüşse de beden endüstrisinin olanaklarından faydalanarak idealize ettiği kılavuz benliğe birkaç saati aşmayan estetik bir operasyonla veya bundan daha fazla emek ve çaba gerektiren fiziksel aktivitelerle kavuşabilmektedir. Daha doğrusu o, beden teknolojileri vasıtasıyla bedenini arzu ettiği benliğe ulaşma noktasında inşa edebilmektedir. Oysa ilk gençlik dönemlerindeki toplumsal yapıyı veri alan aktarımlarını esas alırsak, bunun ilgili zamanlarda çok da mümkün olamadığı anlaşılmaktadır. Çünkü söz konusu dönemlerde baskın olan sosyal normların, biz düşüncesine dair güçlü aidiyet bağların, benliğin bir tasarı nesnesi olarak düşünülmemesi veya buna imkân tanıyan beden endüstrisinin yokluğu gibi belirleyici nedenlerin varlığı hem bedene hem benliğe istikrarlı bir yapı kazandırmaktaydı. Yani beden üzerinden çok büyük bir değişimin ve dönüşümün gerçekleşmesi imkân dâhilinde değildi.

Müjgan Hanım, Senay Hanım ve Mahmut Bey'in yaşadığı yerden hareketle ifade ettikleri eskiye nazaran günümüz toplumlarında bireyin istemleri, arzuları ve idealleri doğrultusunda benliğini bedeni üzerinden tasarlayabildiğini göstermektedir. Günümüzde benliğin zemin bulduğu bedenin edindiği değer artıkça, ona yüklenen anlamlar da daha bir artmaktadır. Geleneksel toplumlarda toplumun ve doğanın verili bir unsuru olarak görülen beden, her ne ise o olarak görülmüş ve kendisine bir işlem nesnesi olarak bakılmamıştır. Oysa günümüz toplumlarında beden, bireyin kendi kişisel anlatısının merkezi nesnelere biri olarak görülmektedir. Bu anlamda beden, benliğin tasarlandığı sembolik kodlarla örülü bir yüzey olmaktadır diyebiliriz. Hal böyle olunca beden sağlığı ve güzelliği konularında uzmanlaşan otoritelerin sayısında hem bir artış olmakta hem de bu kişiler daha fazla dikkate alınmaktadır. Dolayısıyla mesajların fazlalığı bireylere alternatifler arasında bir tercih yapmaya imkân tanımaktadır. Böylece birey bedenini daha fazla gözden geçirme şansı edinmektedir. Konuya katılımcımız Meltem Hanım'ın şu söyledikleriyle açıklık kazandırabiliriz:

“Televizyonların sabah kuşakları alabildiğince sağlık ve güzellik programıyla dolu... Bir doktorun veya iş yerinin bekleme salonunda mutlaka bu konularla ilgili dergiler görürsünüz. Haliyle bir şekilde sağlık ve güzellikle ilgili birçok öneri ile karşılaşılıyorsunuz. Şahsım dâhil birçoğumuz bunları dikkate alıyoruz. Dolayısıyla bu dikkat üzere hem sağlığımıza hem de güzelliğimize daha fazla yoğunlaşmak durumunda kalıyoruz. İşin belki en ilginç yanı her birimiz farkında olmadan bir uzmana dönüşüyoruz. Çünkü kendi arkadaşlarımızdan bile birçok tavsiye almaya başlıyoruz.” (23, Serbest Meslek)

Doğrusu günümüz insanı, otoritelerin çokluğundan memnun görünmektedir. Beden endüstrisinin uzmanlarından alınan tavsiyeler ise birebir uygulanmamakta aksine gözden geçirilerek değerlendirilmekte ve uygulanmaktadır. Katılımcılarımızdan Meltem Hanım'ın, yukarıdaki ifadelerine ek olarak söyledikleri durumu izah etmektedir: *“Evet, biz her ne kadar bu önerileri dikkate alıyoruz da her önerinin gereğini yapmıyoruz. Sağlığa zararı var mı, ileride bir hastalığa neden olur mu? diye düşünüyoruz.”* Burada beden bireyin kendi düşüncesi ve denetiminde yeniden gözden geçirilerek refleksifleştirilmektedir. Çünkü Meltem Hanım, uzmanların görüşlerini mutlak bir doğru olarak kabul etmemekte, onları eleştirel bir değerlendirmeye tabi tutmaktadır. Özellikle de sağlık ve güzelliğe ilişkin kaygı düzeyinin arttığı bir zamanda o da birçok kişi gibi bedeni konusunda daha fazla bir sorumluluk almaktadır. Bu durum bedenin refleksifleştiğinin yani kişinin düşünüm alanına daha fazla içerildiğini göstermektedir. Söz konusu süreç, modernliğin radikal bir evresini ifade eden küreselleşme olgusuyla daha bir hız kazanmaktadır.

Benliğin tasarımı küresel etkilere açık olma oranında artmaktadır. Değişim hızı düşük ve dış etkilere daha kapalı geleneksel toplumlarda benliğin oluşumu toplumun baskın normları dolayımında gerçekleştiği için farklı bir görünüm edinme arayışları pek mümkün olmamıştır. Günümüz toplumlarda ise gelişen iletişim ve ulaşım teknolojileri ile birlikte insanların değer yargılarından tüketim alışkanlıklarına kadar her şey de hızlı bir değişim yaşamaktadır. Öyle ki, insanlar benliklerini medyadan edindikleri izlenimler üzerinde tasarlayabilmektedirler. Bir insanın nasıl bir görünüme sahip olması gerektiğini ve bununla kendini ne hissedeceği artık sanal âlem uygulamaları veya televizyon aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bu ise benliğin refleksivitesini bedenin kişisel bir mülk olarak algılanması ile birlikte daha fazla koşullandırmaktadır. Şöyle ki, hızla küreselleşen bir dünya da benliğin refleksivitesi, “daha az dışsal olarak daha çok ‘verili’ bir şey haline” gelen bir beden üzerinden daha çok inşa edilmektedir. Daha açık olarak “bedensel dış görünüşün narsist terbiyesi yönünde genel bir gelişme olarak görülen şey, gerçekte bedenin daha çok kapsamlı aktif ‘inşası’ ve kontrollünün temelinde” kişisel bir çabaya dönüşmektedir (Giddens, 2010a: 19). Dolayısıyla küresel medya endüstrisinin yaygınlaştırdığı imajların varlığı her geçen gün gerçeklik kazanmakla kalmamakta bir örneklik olarak benliğin tasarımına da dâhil olmaktadır. Katılımcılarımızla yaptığımız görüşmeler, beden algısının sanal medya uygulamaları ile nasıl belirlendiğini ve bunun benlik tasarımını ne yönde etkilediğiyle ilgili çeşitli verileri içermektedir.

Katılımcılardan Erhan Bey, sanal medya uygulamaları ile popüler olan kişilerin, insanların beden algılarını nasıl belirlediklerini ve bu sayede popülerleşen imajların bir örneklik olarak benliğin tasarımına nasıl dâhil olduğunu şu açıklamalarıyla ifade etmektedir:

“Son dönemlerde vücut güzelliği daha önemli hale gelmektedir. Eskiden de insanlar saç, makyaj, bakım gibi şeylerine dikkat ediyordular. Ama kesinlikle günümüz kadar değil. Arada inanılmaz bir fark var. Mesela son dönemde özellikle genç kızların tek tip olma hevesi var. Örneğin resim çekinirken dudaklarını şişirmeleri, gözlerini büyük göstererek poz vermeleri bunu gösteriyor. Şu anda birilerinden etkilendikleri çok açık ve bu aşırı bir derecededir. Mesela ünlü biri bir akım başlatıyor. Böylece herkes o akıma ayak uydurmaya çalışıyor. Dediğim gibi bir şey akım haline geldiği zaman herkes aynısı yapıyor. Eskiden böyle bir imkân yoktu. Sosyal medya ve internet falan olmadığı için bir güzellik ölçütü popüler olmuyordu. Şu an medyadan gördükleri ile kendi üstüne çok daha fazla düşmeye başlıyorlar. Bir de yeni uygulamalarla yüzünü, vücudunu filtreliyorlar. Sosyal medya ortamında bu fotoğraflarını paylaşıyorlar. Ya da makyaj kullanarak başka bir tipten çok farklı bir tipe dönüşebiliyorlar. Hoşlarına giden görüntülerle kendilerini olduklarından farklı gösteriyorlar. Buradaki güzellik algısına göre yapıyor.” (39, Öğretmen)

Medya iletişim ve sosyoloji bölüm mezunu Burak Bey, son yıllarda sportif aktivitelere artan ilgiyi küreselleşme süreciyle birlikte dünya çapında popüler olan kişilerin beden ölçüleri ile ilişkilendirmektedir. Ayrıca o, kitle iletişim araçları vasıtasıyla insanların birbirlerinden daha fazla etkilendiklerini ve bu olgunun da fitness salonlarına artan ilgiyi açıklayabildiği düşüncesindedir. Daha doğrusu ona göre benliğin beden üzerinden tasarımı küresel etkilere açık olma ile yakından bağlantılıdır. Başka bir bağlamda dile getirdiği düşüncelere bakılırsa Burak Bey’in kendisi de fitness alanında popülerleşen sporcuların fiziksel görünümünden etkilenerken benliğini tasarlamaya çalıştığını görebiliriz. Yani o, örnek aldığı ünlü kişilerin bedenini kendisine model alarak, onlar gibi bedenini inşa ederek diğer sporcu arkadaşlarından daha farklı biri olduğunu göstermek istediğini tespit edebiliriz. Nihayetinde bu tespit, Giddens’in modernliğin süreksizliklerinden biri olarak işaret ettiği “değişim alanı” olgusuna gönderme yapar. Değişim alanı ise modernliğin küreselleşme süreciyle radikalleşerek yaygınlaştığını ifade eder.

“Küreselleşen bir dünyadan bahsedebiliriz. Dünyanın bir ucunda meydana gelen bir olay kitle iletişim vasıtasıyla çabucak yaygınlaşabiliyor. Ya da bir akım kitle iletişim araçlarıyla kolayca kabul edilip benimsenebiliyor. Ya

da kitle iletişim teknolojilerinin insanların birbirinden etkilenme derecesini artırıyor diyebilirim. Ben sporun da böyle yaygınlaştığı kanaatindeyim. Mesela Türkiye’de özellikle de doğu bölgesinde bu kadar spor merkezleri yoktu. Bu şekilde sporla uğraşan insanların sayısı epey arttı. Örneğin Amerika’da Arnold Schwarzenegger’i bir düşünelim. Onun vücudunu çok kişinin taklit etmesi veya ona özenmesi bunu açıklıyor. Eski dönemlerde bizim köyden Ahmet’e, Mehmet’e sorsaydın onu tanımaz, bilmezdi. Bugün belki onlar bil-mese de onların çocuğu biliyor ve tanıyor artık. Onun videolarını, resimlerini görüp fitness salonlarına gidiyorlar. Bu şekilde herkes ‘Niye o kaslı görünüyor ben görünmüyorum’ deyip spora başlayabiliyor. Adam böyle bir vücudun daha çekici olduğunu, karşı cinsi daha etkileyebileceğini görüyor ya da duyuyor. O da bu niyetle harekete geçiyor. Bu da tek tipleşmeyi doğuruyor. Böyle bir arayıştan bahsedebiliriz.” (25, Güvenlik Görevlisi)

“Gençlik döneminizle bir kıyaslama yaptığınızda fiziksel görünüme artan bir ilgiyi gözlemleyebiliyor musunuz?” sorusuna Metin Bey’in verdiği cevap, benliğin beden üzerinden her geçen gün daha fazla tasarlanabildiğine bir küreselleşme aracı olan televizyonun etkisi ile açıklık kazandırmaktadır.

“Şimdi öyle değil. Birçok fitness salonu var. Bildiğim kadarıyla hepsi de dolu. Birçok kişi televizyon programlarından daha fazla etkileniyorlar. Oradaki vücutlara özeniyorlar. Onlar gibi olmak istiyorlar. Galiba bu da onlara kendilerini iyi hissettiriyor. Şu an eskisi kadar dikkat çekmiyoruz. Herkes vücut yapmaya başlayınca eskisi gibi göze gelmiyorsunuz.” (44, Öğretmen)

İfadesine binaen “Daha iyi hissetmekten tam olarak kastınız nedir?” sorusuna verdiği cevap, beden inşasının benliğin tasarımı ile doğrudan ilişkisini gözler önüne sermektedir. “Şunu demek istiyorum: İnsanlar kendilerini böyle daha iyi görmeye başlıyor. Yani iyi bir vücudun birçok kişiye bir özgüven kazandırdığı düşünüyorum.” Metin Bey, fitness salonlarına her geçen gün artan ilgiyi, insanların televizyon programlarında gördüğü kişilere özenmek suretiyle daha özgüvenli bir kişiliğe ve benliğe sahip olma istemi ile açıklamaktadır. O da insanların benliklerini medya üzerinden popüler hale gelen ünlülerin beden ölçüleri ile tasarladıklarını belirtmektedir. Birçok kişinin onlar gibi bir görünüme kavuşmasını benliğin oluşumu açısından önemli bir unsur olarak değerlendirmektedir. Burada benlik, çeşitli modeller arasında yapılan seçimler eşliğinde şekillenmektedir. Günümüzde artık birçok insan, nasıl bir benliğe sahip olması gerektiğine belirli gösterenlerle algılanan modellerin hayat tarzları, giyimleri, tüketim alışkanlıkları, fiziksel görünümüne bakarak karar vermektedirler.

Modern dönemle birlikte her geçen gün daha bir gelişen ve bir o ölçüde hayatlarımıza daha fazla dâhil olan sosyal medya uygulamaları vasıtasıyla popüler olan imajların birçok konuda olduğu gibi güzellik ve beden algısını da yakından belirlediği gözlemlenebilir. Bu şekilde küresel çapta etkili olan medya ikonlarının beden ölçüleri ve yüz modellerinin beden inşasına temel bir motif olduğu söylenebilir. Hele ki, insanların birbirilerinden yalıtık bir şekilde yaşamaya başladığı günümüz dünyasında insanların benliklerini arzu ettikleri tarzda tasarımları, kimliklerini oluşturmaları daha imkân dâhilinde olmaktadır. Daha doğrusu geleneğin muteber toplumunda olması mümkün olmayan böyle bir olgunun her geçen gün daha fazla görünür olduğu ifade edilebilir.

Beden, sadece bireyin içinde yer aldığı fiziksel bir varlık olmanın ötesinde kendi yaşantısı içinde belirli bir tutarlılıkla oluşturduğu benliğinin önemli veçhelerinden biridir. Bedenin bir ifade aracı olarak benliği temsil etmesi, ona dair mesajlar iletmesi modern ve geç modern toplumlar açısından daha fazla olanaklıdır. Bu ise geç modern toplumlarda bireyin bedenini benliği ile eşgüdülerken onu algılaması, gözden geçirmesi, değerlendirmesi ile mümkün olur. Daha doğrusu bu çaba, bedenini tanıması ve ona bakması ile gerçekleşir. Böylece beden, üst modern toplumlarda daha bir bireyselleşen hayat tarzlarına, yaşam politikalarına bağlı olarak modernitenin refleksif bir unsuru olur. Hal böyle olunca bireyin temel sorumluluklarının başında bedeni tasarlamak, yapılandırmak ve inşa etmek gelir (Giddens, 2010a: 137-142). Burada beden, en nihayetinde bireysel kimliğin -sağlık, güzellik, zindelik veya gençlik adına- refleksif parçası olur. Bunun kaynağında hastalık, çirkinlik, formdan düşme veya yaşlılık kaygısı yer alır. Kaygılar belirdikçe kişi kendi benliğini utanmayacağı, yabancılık hissetmeyeceği, dışlanmayacağı veya suçluluk hissetmeyeceği bir şekilde tasarlamak ister. Bunun için birey kusur veya rahatsızlıklarını beslenme rejimleri, bedensel egzersizler veya tıbbi yardımlarla gidermenin gereğini duyar. Dolayısıyla tehdidin boyutu, şiddeti ve tehlikesi tedbirin ölçüsünü belirler. Söz konusu olguya ilişkin birçok veri, katılımcıların deneyimlerinde açığa çıkmaktadır.

Örneğin katılımcılarımızdan Nuray Hanım'ın, Okan Bey ve Mustafa Bey'in fitness salonlarına kayıt olma hikâyeleri, dış görünüşlerinden duydukları bir kaygı ile başlar. Örneğin Nuran Hanım, vücudunda gördüğü orantısızlığın estetik görünümüne dair kaygılarını artırdığı için spora başladığını şöyle beyan etmektedir:

“Yine de spora başlamam gerektiğine dair bir baskı hissediyordum. Çünkü bedenim beni geriyordu. Vücut hatlarım arasında bir dengesizlik hissediyordum ve her aynaya baktığımda bunu daha fazla görüyordum. Eğer dikkat etmezsem daha kötüye gideceğinden endişeleniyordum. Bunun beni ileride daha rahatsız edeceğinden emindim. Bu düşünceler içerisinde spora başlama kararı verdim. Aslında bana yine zahmetli geliyorsa da buna değer diye düşünüyorum.” (26, Sigortacı)

“Spor yapmaya başlamanızın gerekçesi neydi?”, “Niçin spora başladınız?” sorusunu Okan Bey de (36, Mimar), aynada gördüğü bedeninde bir orantısızlık sezindiği için spora başladığını belirterek cevaplamaktadır. *“Özellikle de göbük ve bel çevresinde yağlanma olmuştu. Duruşumda ve sağlığımda biraz bozulma olmuştu. Ondan dolayı spor salonuna gitmeye başladım. Sağlık olarak bana iyi geldiğini düşünüyorum.”* Okan Bey devamla *“Beden ölçüsüne çok dikkat etmiyorum.”* gibi bir ifade kullansa da vücudunda gördüğü orantısızlığı bir endişe kaynağı olarak gördüğünü ve bunun da spora başlamasında etkili bir faktör olduğunu belirtmektedir.

Fitnessa başlamadan önce çok sıksa, kuru ve çelimsiz biri olan ve bu haliyle de çok çekingen bir kişiliğe sahip olduğunu düşünen Mustafa Bey, vücudunu geliştirmekle benliğini nasıl tasarladığını şöyle ifade etmektedir:

“Fitnessa başlamadan önce çok çelimsiz ve zayıf biriydim. Bu halimden dolayı çok utangaç ve çekingen biriydim. Bu halimden ötürü beğendiğim bir kıza bile açılmıyordum. Bu da beni üzüyordu doğrusu. Fitnessa başlamamla birlikte her şeyin nasıl da değişebileceğini görebiliyordum. Artık eskisi gibi değildim. Bir özgüven gelmişti bana. Şu an tanışmak istediğim birine daha rahat açılabilirim.” (21, Öğrenci)

Mustafa Bey, çelimsiz ve zayıf bir bedende kendisini özgüveni düşük, utangaç ve çekingen biri olarak gördüğünü, doğru bir beslenme ve egzersizlerle geliştirdiği vücuduyla özgüven kazandığını ve bu haliyle eskisi gibi utangaç ve çekingen biri olmadığını belirtmektedir. Mustafa Bey, benliğini memnun kalabileceği fit bir bedeni inşa etmek suretiyle tasarladığını söyleyebiliriz.

Nuray Hanım, Okan ve Mustafa Bey’in spora başlama hikâyesi dış görüşlerine dair hissettiği endişelerden kaynaklanmaktadır. Nuray Hanım, Okan ve Mustafa Bey gerilimlerinden kurtulmak, kaygılarından uzaklaşmak ve kendilerini daha iyi hissetmek için spora başladıklarını ifade etmektedirler. Böylece onların bedenlerini bireysel kimliklerini güven içerisinde sürdürecekleri bir forma göre biçimlendirmek istedikleri gözlemlenebilir.

Katılımcılardan elde edilen verilerden hareketle geç modernlik diye tanımlanan dönemde politik olanda radikal düzeyde bir değişikliğin olduğu görülmektedir. Modernliğin ana eksenini oluşturan “özgürleştirici politikalar” hayat fırsatlarına erişimi zorlaştıran sömürü, baskı, eşitsizlik gibi engellerin müsebbibi olarak düşünülen yapı, kurum, sınıf veya zümrelerin sebep olduğu toplumsal ve politik baskılardan kurtulmaya yöneliktir. Özgürleştirici politikalar, “konumlarından dolayı temel toplumsal haklardan mahrum olan grupları özgürleştirmek veyahut en azından kolektifler arasındaki güç dengesizliğini” hayata standartlarının sağlanması noktasında azaltmaya dönüktür. Oysa “geç modern” dönem, özgürleştirici politikalarından yöneldiği hedefler ve kuramsal tabiiyeti bakımından farklı bir politikanın varlığını görünür kılmaktadır. Giddens bu yeni politikayı “hayat politikası” olarak tanımlar (Giddens 1990, Aktaran Lemke, 2017: 111-112). Söz konusu politika kendi ifadesiyle “herkes için hayatın yeni tatmin edici ve doyurucu olanaklarının arandığı radikal sözleşmeler”i ifade eder. Lemke’nin taşı gediğine koyan tespitiyle bu, özgürleştirici politikalar gibi hayat fırsatlarına yönelik olmayan bizzat “bedenle benliğin giderek daha fazla” iç içe geçtiği, benliğin beden üzerinden var kılındığı, tasarlandığı hayat tarzına yönelik bir politikayı içerir (Lemke, 2017: 113). Hayat tarzına yönelik politikalar içerisinde “beden artık değişmez fizyolojik-biyolojik bir varlık olarak görülmez; aksine düşünömsel modernlik projesiyle ilişkisi içinde görülür.” (Giddens 1991, Aktaran Lemke, 2017: 113). Böylece beden nihayetinde geleneğin rol, statü ve konumları belirleyen gücündeki düşüşle birlikte bireysel kimliğin referans noktası haline gelir. Geç modern dönemde beden doğanın ve kaderin bir vergisi olmaktan çıkmakta, bireyin kendi benliğini biyoteknolojinin, tıbbın, estetik ameliyatların, fitness salonlarının, modanın imkânları ölçüsünde tasarlayabildiği kişisel bir mülk olmaktadır. Bu ise Giddens’in ifadesiyle doğanın sınırlarının kültür içerisinde berhava edildiği, doğanın bizzat “biyoteknolojik ve tıbbi müdahaleler” ile sonunun geldiğini gösterir (Giddens 1991, Aktaran Lemke, 2017: 113) Daha doğrusu “beden gitgide organik bir töz olarak değil de, okunabilir ve yeniden yazılabilir moleküler bir yazılım olarak görülür.” (Lemke, 2017: 105-106). Öyle ki bedene “şekil verme, örtme, bastırma, takviye etme, biçimlendirme ya da ‘terbiye etme’ ve hatta vücudun bazı bölümlerini aldırma konusunda gösterilen çabalar, kolektif bilinçdışımıza öylesine kazandı ki, artık ‘doğal’ bir” bedenden dahi bahsedemiyoruz (Yalom, 2002: 159). Doğanın sonunu getiren yeni teknolojiler ve bilimsel gelişmeler bedenin de doğal halini yapay bir görünüm adına dönüşüme uğratabilmektedir. Geleneksel sonrası

bu toplumda artık her insan kendini nasıl görmek istiyorsa öyle görebileceği bir tasarım ile bedenini modifiye ederek benliğini tasarlayabilmektedir.

SONUÇ

Ruhsal tekâmül adına benliğini “kendini bil” düsturu üzerine konumlandırılan hikmet ehli ile bu kaygıdan uzak ama benliğini çerçevesi toplumsal normlarla belirlenmiş rol ve statüler içerisinde oluşturan, belirli bir yaşa, cinsiyete, mesleki konuma ve dinsel inanca ilişkin kimlikleri deneyimleyen geleneksel insanın benliğini toplumdan gayri bir şekilde yapılandırması yapısal koşulların yetersizliği ölçüsünde imkân dışı bir olguydu. Oysa ticari hareketliliğin yaygınlaşması, artan kentleşme oranı, iş bölümünün yarattığı boş zamanlar, dinsel ve kozmik doğa tasarımında yaşanan paradigmatik değişimler, insan aklına ve özgürlüğüne yapılan hümanist vurgular, insanın mükemmelliğine ve ilerlemeye duyulan inancın paydası olan aydınlanma düşüncesinin öncülüğünde kurumsallaşan modernleşmenin imkân tanıdığı bireyselliğin varlığı, benliği performatif bir çabaya dönüştürebildi. Böylece beden, benliğin kişisel bir çaba ile yapılandırılmasının kaygılarla, korkularla, gerilimlerle, beklentilerle, heyecanlarla ve tutkularla dolu en karmaşık hikâyesinin yazıldığı bir yüzeye dönüşmektedir.

Bir insanın olduğundan daha genç, sağlıklı, güzel, bakımlı, albenisi yüksek biri olması artık işten bile değildir. Estetik ameliyatlardan tutun da bedeni biyonik bir varlık haline getiren tıbbi ve teknolojik gelişmelere, modadan kozmetik ürünlere, fitness salonlarından diyetetik danışmanlığa kadar birçok sahada vücuda gelmiş güzellik sektörü benliğin kişinin iradesi, tercih ve kararlarıyla nasıl oluşturulabileceğine imkân tanımaktadır. Bu minvalde birçok katılımcı çözülen geleneksel bağ ve normlarla birlikte benliğini bedeni üzerinden yapılandırmaya olanak tanıyan tıbbi teknolojilerin, kozmetik ürünlerin ve fitness salonları gibi bedensel formu belirli ölçüler dâhilinde biçimlendirme merkezlerinin yaygınlaşan varlığıyla nasıl bir görünüme kavuşacağına karar vermektedirler.

Hele ki, Bingöl gibi nüfus artış hızı seksenlerden sonraya, kentsel dönüşümü yakın zamanlara denk gelen, birincil ilişkilerle örülü toplumsal dokusu ikincil ilişkilerle, küresel etkilerle, görelilik olarak artan kültürel hoşgörülle ve bireysel ideallere verilen önemle çözülen bir şehrin insanı olan katılımcılarımızın benlik algıları da önemli bir değişim geçirmektedir. Örneğin birçoğunun bireyin bedeniyle zihinsel olarak bu kadar meşgul olmasına izin vermeyen geleneksel yapının bağlayıcı normlarındaki artan çözülmeye birlikte kendilerinde görmek istedikleri bir anlam üzerine bedenlerini inşa ettikleri

gözlemlenebilmektedir. Eskiye nazaran daha modern nitelikleriyle ön plana çıkmaya başlayan yaşadıkları yer, kendi benliklerini arzu ettikleri ölçüde tasarlayabilmelerine imkân tanımaktadır. Birçoğu artan fitness salonları, güzellik merkezleri, bireyselleştirilmiş tedavi koşulları, çeşitliliği her geçen gün artan moda kıyafet ve kozmetik ürünlerle nasıl biri olduklarını beden modifikasyonlarıyla şekillendirebilmektedirler. Onların birçoğu açısından genç, güzel veya sağlıklı bir görünüm Tanrı vergisi, doğal bir şey olmaktan çıkmakta kişisel bir başarı hikâyesinin en değerli çıktısı olmaktadır. Bedeni bir gösterge değerine dönüştüren bu bakış, nihayetinde beden ile benliğin belirli sembolik kodlarla iç içe geçerek bireyin arzulanır hedefleri doğrultusunda dönüştürülebilir olmasına da gönderme yapar.

Kaynakça

- ARON, Raymond, *Sosyolojik Düşüncenin Evreleri*, çev. Korkmaz Alemdar, Kırmızı Yayınları, İstanbul 2006.
- AYDIN, Betül, "Benlik Kavramı ve Ben Şemaları" *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, Sayı: 8, İstanbul 1996.
- BECK, Ulrich, *Risk Toplumı: Başka Bir Modernliğe Doğru*, çev. Kazım Özdoğan-Bülent Doğan, İthaki Yayınları, İstanbul 2011.
- BENNETT, Andy, *Gündelik Hayat ve Kültür*, çev. Burcu Şenel-Umut Yener Kara-Nagehan Tokdoğan, Phoenix Yayınları, Ankara 2013.
- BERMAN, Marshall, *Özgünlüğün Politikası*, çev. Nursel Yıldız, Sel Yayınları, İstanbul 2011.
- COSER, Lewis, *Sosyolojik Düşüncenin Ustaları*, çev. Himmet Hülür-Serhat Toker-İbrahim Mazman, De Ki Basım Yayın, Ankara 2008.
- ESGİN, Ali, *Anthony Giddens Sosyolojisi*, Anı Yayıncılık, Ankara 2008.
- GEZGİN, Mehmet Fikret, "Cemaat-Cemiyet Ayırımı ve Ferdinand Tönnies", *Sosyoloji Konferansları*, Cilt 0, Sayı: 22., İstanbul 1998.
- GİDDENS, Anthony, *Modernite ve Bireysel Kimlik*, çev. Ümit Tatlıcan, Say Yayınları, İstanbul 2010a.
- GİDDENS, Anthony, *Modernliğin Sonuçları*, çev. Ersin Kuşdil, Ayrıntı Yayınları, İstanbul 2010b.
- GİDDENS, Anthony, *Mahremiyetin Dönüşümü*, çev. İdris Şahin, Ayrıntı Yayınları, İstanbul 2014.
- GIOVANNI Pico Della Mirandola, *İnsanın Değeri Üzerine Bir Söylev*, çev. Levent Özşar, Biblos Kitabevi, Bursa 2013.
- GORDINER, Micheal, *Gündelik Hayatın Eleştirileri*, çev. Deniz Özçetin-Babacan Taşdemir-Burak Özçetin, Heretik Basın Yayın, Ankara 2016.
- GÜVEN, Mehmet, "PreModern'den Postmodern'e Benliğin ve Kutsal Dönüşümü: Narsist Benliğin Kutsal Algısı" *İnsan ve İnsan Bilim Kültür Sanat ve Düşünce Dergisi*, Sayı: 5, İstanbul 2015.
- HEWİTT, John P.-SHULMAN, David, *Benlik ve Toplum: Sembolik Etkileşimci Sosyal Psikoloji*, çev. Büşra Aktaş, Bilge Yayıncılık, İstanbul 2019.
- HOGG, Micheal A.-VAUGHAN, Graham M., *Sosyal Psikoloji*, çev. İbrahim Yıldız-Aydın Gelmez, Ütopya Yayınları, Ankara 2007.
- KARA, Umut Yener, *Kimlik Oyunu*, İletişim Yayınları, İstanbul 2014.
- KIVISTO, Peter, *Sosyolojinin Temel Kavramları*, çev. İhsan Çapcıoğlu-Sefer Yavuz, Birleşik Yayınevi, İstanbul 2008.
- KUŞ, Elif, *Nicel-Nitel Araştırma Teknikleri*, Anı Yayınları, Ankara 2003.
- LEMKE, Thomas, *Biyopolitika*, çev. Utku Özmakas, İletişim Yayınları, İstanbul 2017.
- PARK, Robert E.-BURGESS, Ernest W., *Şehir: Kent Ortamındaki İnsan Davranışlarının Araştırılması Üzerine Öneriler*, çev. Pınar Karababa Kayalığıl, Heretik Yayınları, Ankara 2016.

- ŞİŞMAN, Nazife, *Emanetten Mülke: Kadın, Beden, Siyaset*, İz Yayıncılık, İstanbul 2016.
- TAYLOR, Charles, *Modernliğin Sıkıntıları*, çev. Uğur Canbiten, Ayrıntı Yayınları, İstanbul 1995.
- TOURAİNE, Alain, *Modernliğin Eleştirisi*, çev. Hülya Tufan, YKY, İstanbul 2004.
- VİGARELLO, Georges, *Güzelliğin Tarihi*, çev. Erkan Ataçay, Dost Yayınları, Ankara 2013.
- YILDIRIM, Ali-ŞİMŞEK, Hasan, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, Seçkin Yayıncılık, Ankara 2003.