

Koronavirüs Korkusu Zihinsel Bir Salgın ve Bu Savaşabileceğimiz Bir Şey¹

Ben Okri

Çeviri: Nefes Tekin

Panik olmak ve farkındalık arasında büyük bir fark var. Farkında olmak hususunda, sorumluluk, problemin ölçeğine saygı ve yapılması gerekenlerin sakin bir bilinci vardır.

Birey, koronavirüsün farkında olabilir, yayılmasını en aza indirmek için neler yapılması gerektiğinin farkında olabilir –ve bunu yapmalıyız. Fakat birey, olumsuz hayal gücü yani korkuyla durumu daha da kötüleştirmemelidir. Çünkü, tıpkı ateş gibi, hayal gücü yaratabilir ya da yok edebilir. En kötü benliklerimizle hareket etmemize sebep olabilir. Panik böyle yapar. Panik, steroidli korkudur. Panikle, akıl sağlığı kaybolur. Virüs akıl kültürümüze girdiğinden beri, her yerde ve zamanda var oldu. Onun dünyasında, onun korkunç kuvvetinde yutulduk.

Telefonda konuştuğum birçok arkadaş, sadece hakkında çok fazla şey okumaktan, bazen geceleri göğsünde ağrı hissettiğini veya geçici bir nefes alma yetersizliği yaşadıklarını söylediler. Birkaç dakika sonra kendilerini daha iyi hissediyorlarmış. Bir kontrolden sonra, kendileriyle ilgili herhangi bir sorun bulamadılar. Okudukları belirtileri yoğun bir şekilde hayal etmişler ve bunları bedenlerinde yaşamaya başlamışlar. O anda, salgının zihinsel salgın olarak adlandırılabilir bir boyutu olabileceği aklıma geldi.

Onunla hasta olana kadar bir şeyi saplantı haline getirmek mümkün mü? İnsanlar kendi zihinleriyle kendilerini hasta etmişlerdir. Bireysel saplantıyla bu gerçekleşebiliyorsa, bütün bir kültür mevcut salgın gibi hayal gücüne tesir edebilen bir şeye takıntılı olduğunda ne olur?

Belki de ölümcül olanın gücüne karşı koymak için, başka bir zihinsel salgın geliştirmenin zamanı gelmiştir. Belki de cesaret, sağlık ve dayanışma salgını geliştirmenin zamanı gelmiştir. Zihinsel durumumuzun virüsle mücadeledeki rolü hakkında yeterince söz söylenmedi. Korku, içimizdeki en kötü bizi ortaya çıkarır, bizi panik alıcısı yapar. Ancak ruhun cömertliği, ortak bir şekilde hayatta kalmayı düşünmemizi sağlar. Bu, virüsün yayılmasını kontrol altına almak için gerekli önlemlerden kaynaklanan stresle başa çıkmanın yaratıcı yollarını içimizde uyandırıyor. Asla cesaretle hareket ettiğimizden daha becerikli değiliz.

Sadece bu salgından kurtulmakla kalmayacak, aynı zamanda nasıl kurtulduğumuzla, sonrasında

¹ Orijinal Kaynak: Okri, Ben. (2020, March 26). “Fear of Covid-19 is a Mental Contagion – and that’s Something We Can Fight” *The Guardian*, Link: <https://www.theguardian.com/commentisfree/2020/mar/26/fear-of-covid-19-is-a-mental-contagion-ben-okri>

Atıf Şekli: Okri, Ben. (2020, Nisan 12) “Koronavirüs Korkusu Zihinsel Bir Salgın ve Bu Savaşabileceğimiz Bir Şey”, Çev. Nefes Tekin. *sosyalbilimler.org*. Link: <https://sosyalbilimler.org/koronavirus-zihinsel-salgın>

ne olacağına karar verişimizle yargılanacağız. Ya yaptığımız şeyle dönüştürüleceğiz ya da iyilik potansiyelimize ulaşamadığımız için zarar göreceğiz. Kendimizi her daim oluşturuyoruz, ama hiçbir zaman varoluşsal bir krizle karşı karşıya kaldığımız zamanlardaki kadar fazla değil.

İkinci Dünya Savaşı esnasında İngiltere, ulusun sıkıntıdan daha büyük olduğunu kanıtlamasına yardımcı olan bir lidere sahip olduğu için şanslıydı. Britanya'nın o ana tepkisi karakterini tanımladı. Bir tür olarak kaderimizi sonsuza kadar değiştirebilecek olağanüstü bir tepki ile kendimizi ödüllendirmemiz için tarihte benzeri görülmemiş bir krizin verildiği anlardan birindeyiz. Biz bir dayanak noktasındayız. Son yüz elli senede bu gezegende yaşamı yönetme şeklimize bakılırsa, bir felaket kaçınılmazdı. Geleceklerimizin kıyısında aşırıya kaçtık. Gezeğenin iyi niyetini tükettik. Mevcut salgın hakkında, doğanın sıfırlama düğmesine bastığını, onu düşünülemez yollarla suiistimal ettiğimiz ve tükettiğimiz için insanlığa karşılık verdiğini konuşanlar var. Bunu, doğanın kibrimize yanıtı olarak görüyorlar.

Bu nedenle, bir tür olarak vicdanımızı yeniden incelemek adına bu önemli bir andır. Durumu değerlendirmek için bir an. Salgınla gündeme gelen sorular, gelecekteki afetler kanalıyla ortaya çıkabilecek diğer tüm sorunlara, iklim değişikliği, gözetim, sivil haklar, evrensel sağlık hizmetleri, adalet ve yoksulluk konularına yayılmalıdır. İnsanlık, trajediden en yüksek dersleri alanlar tarafından dönüştürülür. Britanya'da İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra yapılan en büyük değişikliklerden biri, sağlık hizmetlerinin kıymetli olduğu refah devletinin yaratılmasıydı. NHS (Ulusal Sağlık Servisi), son 20 yıldır büyük bir baskı altında. Ancak şimdi, bu salgın sırasında, vatandaşlar tarafından ödenen bu evrensel sağlık hizmetleri idealinin değerini görüyoruz.

Bir bencillik salgını, dünyanın iki dünya savaşından öğrendiği en iyi şeyleri aşındırdı. Yavaş yavaş uluslararası iş birliğinin değerini unutuyoruz. Pazarın değerleri, insan dayanışmasının değerlerini devraldı. Ve hatta insan hayatının değerlerini bile. Kararlarımız kalbin ölçüleri yerine paranın ölçüleri tarafından çarpıtıldı.

Bu, yolumuzu kaybettiğimizi söylemenin bir başka yoludur. Yeni bir çorak arazinin içerisindeyiz. Buraya geldik çünkü sadece bir çeşit ses güçlü bir şekilde duyuldu, finansal başarının sesi. Değerli diğer seslerse yeterince duyulmadı. Bunlar hangi sesler? Bunlar doğa, yoksullar, adalet için konuşan seslerdir: kolayca alay edilen sesler.

Felaket çağına girdik. Bu felaketler, tesirleri açısından evrensel olacaklar, çünkü dünyanın sorunları artık evrensel. İklim felaketi bir ülkeyi diğerine tercih etmeyecektir.

Son zamanlarda öyle çok acı bizi ayırmıştı ki... Bölünme öğretileri bizi götürecektir hiçbir yere sahip değil. Küçük düşünen rüyalar için artık gerçek bir kader yok. Sorunlarımızın ölçeği, önsüzü tepkimizin ölçeğini değiştirmelidir.

Korkudan kaynaklanan panik, gezegen ve insanları için daha iyi bir yaşam tutkusuyula değiştirilmelidir. Bu salgınla başa çıkmamız için gereken sakinliği ölüm korkusuyula elde edemeyiz. İhtiyacımız olan şey, ölüme saygı ve hayata karşı yeni bir açıklıktır. Şimdi, insanlık hikâyesindeki en iyi bölümü oluşturmaya başlayabiliriz. Gelecekte, viral bir felaketle karşı karşıya kaldığımızda şaşırtıcı bir

şey yaptığımız söylenebilir. Dünya liderlerinin şu anda iklim değişikliğini tersine çevirebilecek, tüm insanlara sağlık ve eğitim getirebilecek ve tarifsiz sefaleti yayan yoksulluk virüsünü öldürecek politikaları uygulamaya koymayı seçtiklerini düşünün.

Bu, kulağa gerçek dışı gelebilir. Fakat tarih, her zaman en büyük kriz anlarımızda öngörüyle bize rehberlik edenler tarafından yazılmıştır. Bütün efsanelerimiz iki yöne işaret ediyor. Ya yukarı doğru, medeniyetin gerçek anlamına doğru gidiyoruz, ya da kıyamete yöneliyoruz.

Trajik zamanlar olağanüstü nitelikler gerektirir. Kahramanca gerçekler için yaratıldık. Ne yapacağımızı her zaman bildik. Atalarımız bizim için seçimlerimizi masallara ve efsanelere kodladılar. Ama en çok duymamız gereken şeylere sağır kaldık.

En çok duymamız gereken şey, şimdi ölümün uğursuz sesiyle konuşuyor. Belki de dinlemeye başlayacağız.

Gerçek trajedi, bu salgını daha iyiye doğru değişmeden atlarsak olur. Sanki tüm bu ölümler, tüm bu acı, gelecek tüm ölümler, gelecek tüm acılar hiçbir şey ifade etmiyormuş gibi olur.

Kayda Değer Akademik Metinler mottosuyla, 10 Ağustos 2015 tarihinde yayın hayatına başlayan *sosyalbilimler.org*, sosyal bilimler alanında çalışma yürüten her bireyin yararlanmasına veya katkı sunmasına açık akademik bir web sitesidir. Hakkında detaylı bilgi almak için sosyalbilimler.org/hakkinda sayfasını ziyaret edebilirsiniz.

Facebook, Twitter, Instagram ve YouTube'da @sosbilorg kullanıcı adıyla *Sosyal Bilimler*'i takip edebilirsiniz.

sosyalbilimler.org/abonelik sayfasından e-bülten aboneliği olarak, her pazar günü, o hafta içinde sosyalbilimler.org'da yayımlanan çalışmaların tamamını size gönderilecek bir e-posta ile alabilirsiniz.

Aynı zamanda yayımlanan çalışmaların size WhatsApp üzerinden gönderilmesini talep ederseniz sosyalbilimler.org/whatsapp linki üzerinden "Sosyal Bilimler WhatsApp Grubu"na katılabilirsiniz.