

İnsanlığın Ortak Dili Gülmek

Gülmeyi seviyoruz; gülümsüyoruz, kıkırdıyor, sırtıyoruz, yeri gelince de kahkaha atıyoruz. Espriler, fıkralar, mizah yazıları yaşantımızda özel bir yer tutuyor. İnsan oluşumunun en temel özelliklerinden biridir gülmek. Bu yetimizi kullanmak hoşumuza gidiyor. Peki gülmek nedir? Hiç düşündük mü bu sorunun üzerinde? İnsan niye ve ne zaman güler? Neden kimi insanlar bir olay ya da duruma çok güler de kimileri küçük bir tebessümle yetinir?



GÜLMEK duygusu insan kadar eskidir. Bir Afrika söylencesine göre Tanrı dünyayı gülererek yaratmıştır: "Tanrı güler gülmez yedi ilah doğdu ve dünyayı yönetti; kahkahalarla gülünce ışık belirdi; ikinci gülüşünde su oldu ve gülüşünün yedinci gününde ruh oldu..." Kimbilir belki de bu yüzden insanlığın ortak dilidir gülmek. İngiliz, Alman, Türk, hangi ulusun üyesi olursa olsun gülen insanlar ortak bir dili konuşurlar. Bununla birlikte tek tek incelendiğinde hiçbir gülüşün birbirine tam olarak benzemediği görülür. İnsan kahkasının melodisi ve ritmi parmak izleri kadar farklıdır. Erkek ve kadın gülüşüne bakalım. Bir erkek güldüğünde diyafram saniyede ortalama 280, bir kadın güldüğünde ise 500 kere titreşir. Bize çok komik gelen bir olayda soluğumuz ağzımızdan çıkarken ve öyle hızlı titreşir ki bir opera sanatçısı bile o en üst seslere ulaşamaz.

Kahkahalarla gülerken insanın diyaframı zıplar, kalp atışları hızlanır, göz bebekleri büyür, parmak uçları nemlenir. Bacak kasları, bazen de idrar kesesi kasları gevşer ve nefesimiz tükeninceye değin güleriz. Bir sonraki "ha ha ha" için derin bir nefes almamız gerekir.

Gülmemizin ne kadar sesli ve güçlü olacağı ise kişilik yapımıza göre değişir. Bir insan yapılan bir espriyi çok komik

bulabilir; ama yine de göstereceği tepki dudak kenarlarını hafifçe yukarı kaldırmaktan öteye gitmeyebilir. Böyle bir insana eski çağlarda Hipokrat öğretisi doğrultusunda, vücut sıvılarından en önemlilerinden biri olan "mizah"ın eksikliği tanısı konabilirdi.

Yüzyılımızda, insan duygularına ve onlara ilişkin olaylara değinen binlerce kitap ve makale yayımlanmıştır. Ancak, bunların çoğu korku ve endişeyle ilgili olmuştur. Gülmeye yönelik kuramlar sürekli olarak geçerliliğini korumaz, çünkü insanların mizah anlayışları hep aynı kalmaz değişir. Bu bağlamda yeterli bir gülmek kuramından yoksunuz. Buradaki temel güçlük, çok değişik durumlarda güldüğümüzden, bütün gülmek durumla-

rını kapsayacak tek bir tanıma varmasının zorluğudur. Bir insan çeşitli nedenlerden dolayı gülebilir. Muz kabuğuna basıp düşen birini gördüğünde, bir fıkrayı dinlediğinde, piyangodan para çıktığında güler. Sinirli olduğunda, nazik olmak istediğinde, gıdıklanınca hatta lunaparkta galaksiye binip içi korku dolduğunda bile güler. Çocuklarsa her zaman yetişkinlerden daha fazla gülerler. İncelemeler göstermiştir ki çocukların en eğlenceli buldukları şey, başkalarının acı çekmeleridir, bunlara gülerler. Çocukların kendilerine benzemeyen geleceklere, elbise biçimlerine ve benzeri şeylere hoşgörülü olabilmeleri için değişik insan gruplarıyla karşılaşmaları gerekir. Başkalarının acılarına karşı duyarlı olmayı öğrenmeleri zamanı ve ahlaksal eğitimi gerektirir; öyle ki onların acılarıyla eğlenmek yerine üzülüp ilgilenbilsinler.

Bergson'a göre tümüyle insana özgü olanın dışında komik yoktur. Bir görünüm güzel, zarif, anlamsız ya da çirkin olabilir ama hiçbir zaman gültünç olamaz. Herhangi bir hayvana gültüyorsa eğer, onda bir insan davranışı ya da insana özgü bir yüz anlatımı bulduğumuz için güleriz.

Gülmek üzerine temel bir kuram ortaya konamasa da, insanın güldüğü durumlar sınıflandırılabilir. Gülüşümüz mizahi bir durumda ortaya çıkabileceği gibi, fiziksel ya da psikolojik dürtülerin etkisiyle de ortaya çıkar.



Mizahi Olmayan Gülme Durumları

- Gıdıklama
- Cee yapma (bebeklerde)
- Havaya atılıp tutulma (bebeklerde)
- Sihirbazlık numarası izleme
- Tehlikeyle karşılaşmanın ardından kendini yeniden güven içinde duyumsama
- Bir bulmaca ya da bir sorunu çözme
- Bir spor etkinliğini ya da bir oyunu kazanma
- Yolda eski bir dostla karşılaşma
- Piyangodan para çıktığını öğrenme
- Zevkli bir işe girişme
- Utanç duyma
- Histeri
- Azot oksit soluma

Mizahi Gülme Durumları

- Fıkra dinleme
- Birisinin bir fıkrayı mahvettiğinin ayırımına varma
- Bir fıkrayı anlamayan birine gülme
- Birisini garip giysiler içinde görme
- Bir örnek giyinmiş erişkin ikizlere rastlama
- Birisinin bir başkasının taklidini yaptığını görme
- Saçma sapan böbürlenmelere ya da abartılı öykülere kulak misafiri olma
- Sunturlu hakaretlere kulak misafiri olma



Üstünlük Kuramı

En eski ve en yaygın gülme kuramı, gülmenin bir kişinin diğer insanlar üzerinde üstünlük duygularının bir ifadesi olduğudur. Üstünlük kuramı, Platon'a kadar geriye götürülebilir. Platon'a göre gülmeye yol açan şey insana özgü şeytanlık ve budalalıktır. Platon için bir kişiyi gülünç kılan şey onun kendini bilmezliğidir. Bizim bu tür insanlara gülmemiz belli bir kötümeyi içerir ve kötümeye de zararlı bir şeydir. Platon onu "ruh acısı" olarak nitelendirir. Bunun dışında gülmede dikkatimiz kusur üzerinde odaklanmaktadır. Platon "Gülmeyi beslememeliyiz" der.

"Ola ki güldüğümüz kusurlardan bazıları bize de bulaşabilir." Şiddetli gülmelerde ussal denetimimizi yitiririz, bu anlamıyla insani yanımız da yitirilmiş olur. Platon edebiyatta da insanın gülerken betimlenmesini zararlı bulur. "Saygıdeğer insanlar gülmenin tutsağı olmuş gibi sunulmamalıdır..." der. Ayrıca Platon, yurttaşların gereksiz yere gülmelerini güvence altına almak için katı sansüre başvurulması gerektiğini öne sürer.

Aristoteles de gülmenin aslında alayın bir türü olduğu konusunda aynı görüşü paylaşır. Espri bile ona göre aslında adam edilmiş küstahlıktır. Bununla birlikte insanlar kendilerine gülünmesinden hoşlanmadıkları için gülme, haksızlık yapanları doğru yola sokan toplumsal bir düzenleyici olarak hizmet verebilir. Ancak gülerken aşağılık olan şeye ilgi gösterdiğimiz için, aşırı gülme iyi yaşamla uyumsuz; şakacı tutum insanı önemli şeylere karşı gayri ciddi yapacağından kişinin karakterine zararlı olabilir.

Aristo, mizahi niteliği büsbütün kınamaz. Onun beklemediği ılımlılıktır. Ancak çok az durumlarda ılımlı olunur; çoğu insan gereğinden fazla eğlenmekte zevk alır. Aristo'ya gö-

- Bir çocuğun büyüklere özgü bir ifadeyi yerli yerinde kullandığını görme

Günümüzde kimi kuramcılar gülmenin duyguyla bağdaşmadığı konusunda diretirken, kimileri de gülmeyi bir duygu olarak sınıflandırmıştır. Bir bakıma gülmenin duygu değil, bir davranış biçimi olduğunu söylemek doğru gibi görünse de, gülmenin esnemek ya da öksürmek gibi yalnızca fizyolojik bakımdan açıklanacak bir davranış olmadığı da açıktır.

Gülme sıklıkla fizyolojik rahatsızlıklara da yol açabilir. Soluk alma bir an kesilir, kaslarda güç yitimi görülür; hatta şiddetli gülmelerde kas denetimi bile yitirilebilir. (İnsanın bacakları bükülebilir, elinde olmadan idrarını kaçırabilir vs.)

Gülme üzerine yerleşmiş yeterli bir kuram yoksa da bazı öneri niteliğinde kuramlar ortaya konmuştur.





re nükte, alay etmenin bir türüdür. Bu nedenle yasa koyucular alay etmenin bazı türlerini yasakladıkları gibi nükenin de bazı türlerini yasaklamalıdır.

Uyumsuzluk Kuramı

Uyumsuzluk kuramına geldiğimizde, ilginç bir yönü değişir; gülmenin duygusal ya da duyumsal yanından bilişsel ya da düşünsel yanına çeviririz onu. Eğlence, üstünlük kuramında birincil derecede etkilidir. Uyumsuzluk kuramı içinse umulmadık, mantıksız

ya da şöyle ya da böyle uygunsuz olan bir şeye karşı gösterilen zihinsel tepkidir bu.

Uyumsuzluk kuramının ardındaki temel düşünce çok genel ve oldukça basittir. Nesnelere kuşatılmış, nesnelere olaylar arasında belirli kalıpların bulunmasını beklediğimiz düzenli bir dünyada yaşamaktayız. Bu kalıplara uymayan herhangi bir şeyle karşılaşmış olduğumuzda güleriz.

Aristoteles "Retorik" adlı eserinde dinleyicileri arasında belirli bir beklenti yaratıp sonra da onları beklenmedik bir şeyle vurmanın bir konuşmacı için iyi bir güldürme yolu olduğuna dikkat çeker.

Öte yandan bir başka düşünür olan James Beatti, gülmenin uyumsuzluğa bir tepki olduğu savına bir nokta daha ekler. Ona göre bir kişinin farkına vardığı her uyumsuzluk gülme dürtüsünü başlatmaz. Beatti bu konuda şöyle der: "Eğer bir uyumsuzluğun farkına varırsam, ancak bu uyumsuzluk bir şekilde beni rahatsız ederse bu duruma gülmem. Korku, acıma, ahlaksal kaygılardan doğan hoşnutsuzluk, öfke ya da nefret uyumsuzluğa gülme eğilimi karşısında ağır basabilir.

Rahatlama Kuramı

Üstünlük kuramı gülmeyle ilgili duygular üzerinde, uyumsuzluk kuramı da gülmeye yol açan nesnelere ya da düşünceler üzerinde yoğunlaşır. Rahatlama kuramıysa bu iki kuram içinde çok az tartışılan bir soruyu yöneltir kendisine: "Gülme neden girdiği fiziksel biçimi alır ve bu olgunun biyolojik işlevi nedir?"

Herbert Spencer'a göre gülme, duygusal enerjinin sıradan boşalma yöntemlerinden farklıdır. Gülmenin ilk evrelerinde ortaya çıkan kas hareketleri, bazı başka duygulanımların ilk evrelerinde ortaya çıkan kas hareketlerinden farklılıklar gösterir. Yumruklarımızı sıkma ya da ayaklarımızı yere vurma, sinirsel enerjinin göstergesidir; eğer kızgınlığımız artarsa bu hareketler fiziksel saldırıya dönüşebilir. Ama gülmeye ortaya çıkan kas hareketleri başka bir şeye dönüşmezler. Gülmek bizi tehlikeli bir durumdan kurtarmaz, kavgaya ya da başka şeylere neden olmaz. Gülmenin insanı bir şeye hazırlamak yerine bir şeylerden alıkoyuyor olması şeklindeki kimi kuramlar böyle ortaya çıkmıştır. Spencer, gülmenin, o sırada yapılan bedensel hareketlerin hiçbir dayanakları olmadığı için yalnızca sinirsel enerjinin boşaltılmasına hizmet ettiğini söyler. Spencer'a göre gülme ile buhar borularındaki güvenlik tıpasını açma arasında benzerlikler vardır. Güvenlik tıpasının açılarak buharın boşaltılması sırasında en yüksek basınç tıpanın açıldığı anda boşalıyor ve sonra giderek azalıyor, gülmenin de seyri benzer şekildedir. Önce güçlü bir kahkaha atılır, daha sonrasında yumuşak kıkırdamaların ardından başka kahkaha gelmez.

Gülme olumlu duygularla artar, bu durum olumsuz duyguların azalması ya da bastırılmış duyguların açığa çıkmasının sonucudur. Zevk aldığımız bir oyuna katıldığımızda ya da sevdiğimiz birine rastladığımızda da güleriz.

Gülmek, doğal olmayan yollardan da gerçekleştirilebilir. Nitrik oksit, alkol, ya da marihuana gibi maddeler kişinin kendi ve çevresindekiler hakkındaki algılamalarını etkileyerek gülmesine yol açarlar. Bu maddeler genellikle bizim çevremizi görme bi-



çimimizi değiştirir. Kişi bu maddeleri alınca içinde bulunduğu durumun sıkıntılarını kendini soyutlar; daha önce önemli ve acil olan şeyler artık öyle değildir, eğer gergin ve heyecanlı idiye artık gergin ve heyecanlı da değildir. İnsanın kendisini böyle birden her şeye boşvermiş hissetmesi bile gülmenin ortaya çıkması için yeterlidir.

Bütün kuramların ötesinde gülme eyleminin akla getirdiği ilk şey komik bir durumdur. Komik olanın tanımını yapmak ise ortaya bir gülme kuramı atmak kadar zordur. İnsanların komik bulduğu olaylar, olgular, durumlar ve düşünceler tarihin çeşitli devrelerinde aynı kültürü paylaşırsalar bile farklılıklar gösterir. Sözelimi İngilizler, çatalı birkaç yüzyıl önce bir yemek yeme aracı olarak ilk kez gördüklerinde çok komik bulmuşlardı. Biz de geçmiş kuşakların elbise modellerine ve geleneklerine baktığımızda onları komik bulup eğlenebiliriz, çünkü onlar bizimkinden çok farklıdır.

Bir kültür için yalnızca zaman içinde çeşitlilik gösteren belli komik durumlar yoktur; mizah anlayışları zamanla değişebilir. Belli bir kültürden olan yetişkinlerin belli bir dönemde komik bulduğu şeyler bile değişebilir. Bir insanın eğitim düzeyi, toplumsal konumu, meslek ve cinsiyeti onun mizah anlayışında değişiklik yaratabilir.

Gülme uyarıcı değişik biçimlerde uyumsuzluk da içerir. Karşılaşılan uyumsuzluğun en basit olanı ve bizi en çok güldüreni bir nesnedeki ya da bir insandaki bazı bozuklukların o nesneyi ya da kişiyi beklenmeyecek kadar bayağılaştırmasıdır. İnsanlarda gülmemize yol açan bozukluklar nesnelere oranla sayıca daha fazladır. Bunlar: Fiziksel bozukluklar, bilgisizlik ya da aptallıklar, ahlaki bozukluklar ve başaramayan işler olarak sayılabilir. Günümüzde töresel duyarlılığımız bizleri başkalarının fiziksel bozukluklara gülmekten alıkoymaz, ama bunlara sinemada, tiyatrodaki, çizgi filmlerde ve şakalarda hâlâ güleriz. Şişman ya da çok büyük burunlu biri bizi güldürebilecek şeyler arasındadır. Palyaçoların kıyafetlerine bakacak olursak bunların tümüyle bedensel bozukluğa dayandığını görürüz. Kıpırmızı bir burun, kocaman ve ka-



ba ayakkabılar, beceriksizce davranışlar palyaçonun temel özellikleridir.

Cahilliğe ya da aptallığa gülmemiz fiziksel bozukluklara gülmemize çok benzer. Çocukların çocuksuluğuna güleriz çünkü çocukluk da bir çeşit cahilliktir. Köyün delilerine de genellikle gülmür. Tarih boyunca töresel bozukluklar da insanı güldüren demirbaş konulardan biri olmuştur. Cimri, yalancı, sarhoş, tembel, dedikodu, iki yüzlü karakterler hep komik karakterler olmuştur. Moliere'in "Cimri" adlı oyunundaki "Harpagon" karakteri, bizi aşırı ölçüde cimri olması özelliğinden dolayı güldürür.

Bize komik gelen şeyler yazma ve konuşma durumlarında da ortaya çıkabilir. Söyleyişte, imlada, gramerde bilinçli ya da bilinçsiz yapılan yanlışlar da gülünç olabilir. Sözelimi dil sürçmeleri ya da konuşurken heceleri karıştırmak bunlardandır. Çoğunlukla şivelere dayalı fıkralar bunlardandır.



Karadenizli, doğulu, Egeli gibi tiplemeleri kullanan komedyenler, bu tür bir mizah yaparlar. Benzer bir uyumsuzluk, kişinin konuşurken tonlama, el-kol hareketleri ve mimikleriyle anlatmak istedikleriyle bunların anlamsal içeriği arasında vardır. Ciddi bir konuşmayı gayri ciddi bir tonlamayla ya da gereğinden çok daha ciddi yapan, konuşmaya uygun olmayan el-kol hareketi yapanlara güleriz. İğnelenici konuşmalar da genellikle komiktir; çünkü kişinin söylediğini kasdetmediğini biliriz.

İnsanlar yalnızken kendi başlarına gelen garip şeylere gülmezler. Gülmenin birleştirici etkisi, içinde bulunduğumuz durumdan bizi uzaklaştırmayı başarması ve bunun verdiği zevkin paylaşılmasıyla ortaya çıkar. Gülmeyi başkalarıyla paylaşmak dostça ve toplumsal bir davranıştır. Bu durum arkadaşlarımızla birlikte olmak ve onları mutlu etmek isteğimizin bir göstergesidir. Yabancı biriyle karşılaştığımızda heyecanlanıyorsak, bunun nedeni bu insanın bize nasıl davranacağını bilemeyişimizdir; paylaştığımız ilk gülüş önemli olacaktır, çünkü ilk gülüş o kişinin bizi kabul edişinin bir göstergesidir.

Gülme kimi zaman bulaşıcı olabilir. İnsanların genellikle tek başlarına değil de arkadaşlarıyla birlikteyken güldüğü bir gerçektir. Neden güldüğümüzü bilmeden, çevremizdekilerin gülüşlerine katılır, kıkırdamaya başlarız. Bu komik olana gülmekten öte, kendimizi iyi ve güvende hissetmenin getirdiği bir rahatlamadan kaynaklanan gülmedir. Ters durumlar da geçerlidir; gülmenin sağaltıcı yanları olduğu da ortaya çıkmıştır. Morali düzgün, neşesi yerinde hastalar, diğer hastalara oranla daha çabuk iyileşmektedir.

"Güldüğün zaman dünya da seninle birlikte güler." der bir atasözü. Toplumsallaşmanın en iyi yollarından biridir gülmek. İnsanın çevresine olumlu mesajlar göndermesinin yanı sıra, birey olarak kendini de iyi hissetmesini sağlar.

Gökhan Tok

Kaynaklar:
Baudelaire, C., "Gülmenin Özü", Çev: İlhan Yalçın, İris, 1997
Bergson, H., "Gülme", Çev: Yaşar Avcunç, Ayrıntı, 1996
Freud, S., "Espri Sanatı", Çev: Erdoğan Alkan, Toplumsal Dönüşüm, 1996
Morreal, J., "Gülmeyi Ciddiye Almak", Çev: K. Ayseven, Ş. Sayer, İris, 1997