

The Journal of Academic Social Science Studies



International Journal of Social Science

Volume 5 Issue 7, p. 553-571, December 2012

**POPÜLER KÜLTÜRDE BEDENİN DÖNÜŞÜMÜ VE
TEKNO-BİLİMSEL GÜZELLİĞİN İNŞASI**

*TRANSFORMATION OF BODY AND CONSTRUCTION OF TECHNO-SCIENTIFIC
BEAUTY IN POPULAR CULTURE*

Doç. Dr. K. Oya PAKER

Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Radyo, Televizyon ve Sinema Bölümü

Arş. Gör. Dr. Onur O. AKŞİT

Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Görsel İletişim Tasarımı Bölümü

Abstract

Global popular culture, nowadays, becomes a field of ideological negotiation and struggle in context of health and beauty. Self and body as a display and a physical expression of self, build an order of discourse by various representation forms. Large number of sectors, mostly health, sports and cosmetics, become the founder sources of a new self and body discourse by putting 'healthy life' theme into the center of their fields of activity.

In this study; reality, as an order of discourse constructed by *fit* body which is one of the common prototypes in popular culture, is examined in context of health and beauty discourse. Interpretative repertoires, which mean characteristic language constructs, expression and content patterns, are focused in the analysis. This self and body discourse which is confronted with popular magazines and newspapers is researched through four basic interpretative repertoires: (a) "scientific and rational approach to body"; (b) "body as a potential which is needed to be developed by interventions"; (c) "body as a work place, which needs care"; (d) "happiness and joy orientation". Each one of the interpretative repertoires is connected with the discourse source, which could be named "healthy life and beauty" presenting explanations of what, why and how must be done to possess healthier and more beautiful body. Self and body discourse is explained and argued through interpretative repertoires in psycho-social and cultural context.

Keywords: Popular culture, *fit* body, techno-science

Öz

Günümüzde küresel popüler kültür, sağlık ve güzellik bağlamında ideolojik bir müzakere ve mücadele alanıdır. Benlik ve onun bir vitrini ve fiziksel bir dışavurumu olan beden, çeşitli temsil biçimleri ile bir söylem düzeni oluşturur. Sağlık, spor ve kozmetik başta olmak üzere birçok sektör ‘sağlıklı yaşam’ temasını merkeze alan faaliyetleri ile yeni bir benlik ve beden söyleminin kurucu kaynakları olmaktadır.

Bu çalışmada popüler kültürde yaygın beden prototiplerinden biri olan *fit* bedeninin bir söylem düzeni olarak ortaya koyduğu gerçeklik, sağlık ve güzellik söylemi bağlamında ele alınmaktadır. İncelemede *fit* beden söylemine kaynaklık ederek onu kuran karakteristik dil yapıları, ifade ve içerik örüntüleri anlamına gelen yorum repertuarlarına odaklanılmıştır. Popüler dergi ve gazetelerde sıkça karşılaşılan söz konusu beden ve benlik söylemi, dört temel yorum repertuarı üzerinden ele alınmaktadır: (a) “bedene bilimsel ve rasyonel yaklaşım”; (b) “müdahaleler yoluyla geliştirilmesi gereken bir potansiyel olarak beden”; (c) “dikkat gerektiren bir çalışma alanı olarak beden”; (d) “mutluluk ve haz yönelimi”. Yorum repertuarlarının her biri, daha geniş ölçekte, “sağlıklı yaşam ve güzellik” şeklinde adlandırılabilir, kişinin daha sağlıklı ve güzel olabilmesi için neyi, neden ve nasıl bir çalışma ile yapabilir konusunda açıklamalar sunan söylem kaynağı ile bağlantılıdır. Çalışmada benlik ve beden söylemi psiko-sosyal ve kültürel bağlamda yorum repertuarları üzerinden ele alınmış ve tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Popüler kültür, *fit* beden, tekno-bilim

Giriş

Günümüzde sağlıklı yaşam ve güzellik düşüncesi, ‘yağ yakma’, ‘*fit* olma’, ‘diyet’, ‘ara öğün’, ‘metabolizma hızlandırma’ gibi birçok kavram ve açıklama ile benlik ve beden üzerinden bir söylem düzeni olarak karşımıza çıkmaktadır. Sağlıklı ve güzel olma tekniklerinin günlük yaşamda hâkim bir kültür ve söylem düzeni oluşu, bireyselleşmenin yanı sıra, kitle iletişim araçları sayesinde modernliğin tekno-bilimsel değerlerinin popülerleşerek sıradan insanın günlük hayatına nüfuz etmesiyle yakın ilişkilidir. Shilling (1993) giderek artan sayıda insanın bireysel kimliklerinin ifadesi anlamında dış görünüşleri ile ilgilenirken bedeninin şimdiye kadar görülmemiş ölçüde bireyselleştirildiğine ve denetim nesnesi haline getirildiğine dikkat çeker. Denetim teknolojilerinin en meşru ve yaygın kaynağı ise bilimsel bilgidir. Görünmeyen *maytları* yok eden elektrikli süpürgeler, içerdiği kalsiyumla çocukların boyunu uzatan gıdalar, kolesterol düşmanı yağlar, bakteri ve mikroplarla savaşan temizlik ürünleri, dişlerimizi bakteri ve tartardan koruyan diş macunları, yılların bizden söküp aldığı kolajeni yerine koyan kremlerle kendimiz ve sevdiklerimiz için daha sağlıklı, güzel ve mutlu bir dünya kurma peşindeyiz.

Beden, kişiye özel bir varoluşu cisimleştirmekle birlikte kişinin diğer insanlar ve çevre için varlığını garantileyen fiziksel bir icraattır. Her çağda bedeni güzelleştirmek, diğerlerini etkileyecek şekilde biçimlendirmek üzere belli teknik uygulamalara başvurulduğunu görürüz. Bedene gösterilen özen ve sağaltımın izi, tarihin başlangıcına kadar sürülebilir. Sağlık ve canlılığı yansıtmak üzere yanakları ve dudakları pembeleştirme benzeri basit işlemlerin yanı sıra bazı uzuvların deforme edilmesi gibi radikal pek çok uygulamalar ile beden, Foucault’un dikkat çektiği gibi, çağlar boyunca belli normlar çerçevesinde denetlenen ve müdahale edilen bir alan olmuştur. Çin’de kız çocuklarının ayaklarının büyümesine engel olmak için demir ayakkabı giydirilmesi ya da bazı Afrika kabilelerinde boyna halkalar takılarak boyunun uzatılması, bu türden örnekler olarak sıralanabilir. Yine çağlar boyu sağlık, gençlik ve güzellik arasında kurulan yakın ilişki, beden idealinde belirleyici olmuştur. Kısaca beden, tarih boyunca hem zihinde kurulan sosyo-kültürel bir gerçeklik hem de teknik bir müdahale alanıdır.

Günümüzde sağlık ve güzellik bağlamında bedene müdahalelerin harici uygulamalar (makyaj, giyim tarzı, estetik operasyonlar vb) kadar dahili uygulamalar (besin takviyeleri, cilt altı enjeksiyon uygulamaları vb) içerdiği görülür. Spor faaliyeti ise bedeni biçimlendirmenin yanında biyolojik bir müdahaledir. Beden bir dizi gelişmiş müdahale teknikleri ile üzerinde tasarruf edilen bir imgeye dönüşürken, farklı beden sunumlarının birbirinden farklı ideoloji ve yaşam biçimlerini ifade ettiği görülür. Popüler kültür ürünlerinde birbirinden farklı yaşam biçimi ve iktidar beden ile ilişkide inşa edilir. Kurtlar Vadisi ve Ezel dizilerinde ‘delikanlılık ve iktidar’ söylemine göre kurulan beden, Şubat dizisindeki marjinal ve kıyıda kalanların ayrıksı gücünü inşa eden beden ve Kavak Yelleri’nde orta ve üst-orta sınıf gençliğini ifade eden beden farklı kültürel kodlarla kurulan farklı dünyalara işaret eder. Kültür endüstrisinde farklı yaşam biçimlerini temsil eden farklı bedenler, çoğu zaman, adeta belli bir yaşam biçimini, yaşama bakışı, inanç ve moral değerleri yansıtan ikonik ideallerdir ve bunlar aynı zamanda bir benlik tipini yansıtır.

Sağlık ve güzellik temsillerinin, popüler kültür ürünlerinde karşılaştığımız beden prototiplerinde farklı şekillerde tezahür ettiğini görürüz. Sıradan günlük hayatımızda örnekleriyle ender karşılaştığımız bu prototipler, dizi, film, gazete ve dergi yazılarının kahramanları olarak günlük düşüncenin öğeleri arasına girerler.

Bu çalışmada popüler kültürde yaygın beden prototiplerinden biri olan *fit* bedeninin bir söylem düzeni olarak ortaya koyduğu gerçeklik, sağlık ve güzellik söylemi bağlamında ele alınmaktadır. İncelemede *fit* beden söylemine kaynaklık ederek onu kuran karakteristik dil yapıları, ifade ve içerik örüntüleri anlamına gelen yorum repertuarlarına odaklanılmıştır.

Kültür Endüstrisinde Güzel Beden Prototipleri

Günümüzde farklı yaşam biçimlerinden çeşitli popüler kültür kahramanlarını kuşatan sağlık ve güzellik prototiplerini, ‘klasik güzel’, ‘*fit beden*’, ‘*zen beden*’ ve ‘*siborg*’ olarak adlandırabileceğimiz kategoriler içinde görmek mümkündür.



‘Klasik güzellik’

Resim 1¹
Liz Taylor

Resim 2²
Marlon Brando

‘Klasik güzelliği’ ifade eden beden tipine, İkinci Dünya Savaşı sonrası gelişen, modern, aile değerlerine bağlılık ve toplumda ölçülülük anlamında muhafazakâr, ilerlemeci,

¹ <http://antiqueauctionforum.com/marilyn-monroe-subway-dress-liz-taylor>

² http://www.allposters.com.tr/-sp/Marlon-Brando-A-Streetcar-Named-Desire-Posterler_i1252776_.htm

bilinçli tüketiciyi temsil eden kahramanlarda rastlanır. Burada güzellik ölçülü, aşırılığa kaçmayan, mümkün derece doğal görünümü koruyan ve kusurları saklamaya dönük müdahaleler ile sağlanır; *fit* beden ve *zen* bedene kıyasla sağlık ve canlılık ikincil plandadır.

Geçen yüzyılın son çeyreğinden itibaren popüler kültürde belirgin bir yer kazanan diğer iki beden prototipi, dışavurumu canlılık, enerji ve neşe olan *fit* beden ile dinginlik-bilgelik arayışını ifade eden '*zen* beden'dir. Fakat burada zen beden terimi ile geleneksel Doğu felsefesine uygun yaşayan ve ruhsal egzersizleri ibadet olarak yerine getiren bir inanan değil, bu düşüncenin Batı popüler kültürü içinde bir tüketim alanı ve yaşam *trend*'i olarak yeniden üretimi kast edilmektedir. Yeniçağ düşüncesinin prototipi olan zen bedene özgü teknikler, klasik güzellik ve *fit* beden tekniklerinden farklılaşır. Burada amaç, ruhsal ve bedensel bir 'iyi ve dengede oluş'a ulaşmaktır ve yoga, pilates, yogalates vb. bedensel egzersizler, telkin ya da olumlamalar (*afirmasyonlar*) içeren meditasyon çalışmaları, özel diyetler gibi çeşitli uygulama ve müdahaleler bu amaca hizmet eder.

Resim 3³Resim 4⁴

'Fit beden'

Resim 5⁵Resim 6⁶

'Zen beden'

Popüler kültür metinlerinde gözlenen diğer bir beden prototipi olan siborg ise 1990'larla beraber entelektüeller ve bilim insanları arasında yaygınlaşan evrimci görüş temelli trans-hümanist akım ile de bağlantılı olarak inşa edilmektedir. Trans-hümanistler, hayatı mümkün olan en üst düzeye çıkarma idealinde olan hümanistlerden farklı olarak insan tipini biyolojik anlamda dönüştürme talebini gündeme getirir (Mul, 2008:293).

Nitekim günümüzde bilimin kendisi de dönüşüm içindedir. Tekno-bilim kavramı, pek çok insani beceriden daha yüksek kapasiteyi ortaya koyan elektronik alanındaki buluşlar,

³ <http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-photo-fit-body-young-healthy-woman-arms-over-head-image17841885>

⁴ <http://fitbodyclub.org/faliyet.html>

⁵ <http://reviews.in.88db.com/index.php/healthbeauty/health-clubs/4911-recharge-with-meditation>

⁶ <http://gentleforest.blogspot.com/2012/05/meditation.html>

genetik ve nanobilim temelli gelişen teknoloji ile bilimsel yaklaşım ve disiplinlerin birbirine eklemlenmesine işaret eder. Tekno-beden ise tekno-bilimsel buluş, yaklaşım ve değerlerin günlük hayatta insan bedenini nasıl yeniden inşa ettiğini açıklamak üzere kullanılan bir kavramdır. Biyoloji ve onun uygulama alanı olan tıpta kullanılan yeni biyo-fizik araçlar, bilgisayar yazılım ve donanımları ile yarı-iletkenler ve mikro-elektronik alanlarındaki gelişmeler, bedene müdahalede yeni ve radikal yolların oluşmasına imkân vermiştir. Bedene müdahale yollarının tekno-bilimsel anlamda kolaylaşması ve yaygınlaşması, kültürel anlamda beden nosyonunun yeniden şekillenmesi ve bedene dair tecrübelerin kolektif temsillerindeki dönüşümün dramatik boyuta ulaşmasına katkıda bulunmuştur (Gaggioli, Vettorello ve Riva, 2003). Tekno-beden kavramı, insanların artık doğrudan değil, müdahaleler yoluyla, dolayımli bir beden duyumuna sahip olabildiklerine; bedenin biyolojik müdahale ile dönüşümüne vurgu yapar. Yazarlara göre tekno-beden, birbiri ile iç içe şekillerde karşımıza çıkan, iki alt kategoride ele alınabilir: Yapay ya da sentetik nakiller ve uzantılarla bedene müdahaleyi içeren *siborg* ve sinir iletimleri ile dijital araçlar arasında kurulan nesnel iletişimler yoluyla, belli eşyaların beden uzantıları haline gelmesini anlatan *siber-beden*.



Resim 7⁷
'Battlestar Galactica'



Resim 8⁸
'Iron Man'

'Siborg beden'

Siborg figürü, bir beden prototipi olarak fantastik ya da bilim-kurgu çağrışımı yapsa da Haraway'e (2006:3) göre bilim-kurgu ve gerçek hayat arasındaki ayrımın kaybolmakta; günlük hayatta bedene tekno-bilimsel uygulamalar artmakta ve yaygınlaşmaktadır. Estetik operasyonlar, kontak lensler, kalp pilleri, cep telefonları, kişisel bilgisayarlar gibi ekler ile insan bir *siborga*, yani sibernetik organizmaya, dönüşmektedir. Haraway'e (2006:2) göre *siborg* "Bir sibernetik organizma, makine ile organizmanın oluşturduğu bir melez, kurgusal bir yaratık olmanın yanı sıra toplumsal gerçekliğe ait bir yaratıktır". Kozmopolit şehirlerde yaşayan insanların yazmak, oyun oynamak, film izlemek, müzik dinlemek, iletişim kurmak, günlük hayatı planlamak vb. için kullandığı bilgisayarlara bağımlılığı onları düşük bir seviyede bile olsa *siborga* yaklaştırmaktadır. Bedene takılan protezler ya da bedenin içine yerleştirilen biyo-teknolojik ürünlerle ve insanın sanal ağların öznesi olabilmesiyle oluşan *siborg*, kendisinin de rıza gösterdiği şekilde bir müdahale nesnesidir ve bedenin organik ya da yapay nesnelere eklemlenerek, yenilenme-iyileşme, gelişmiş davranış ve yetenekler kazanma potansiyelini ortaya koymaktadır.

⁷ http://battlestarrevealed.wordpress.com/2008/06/29/final_cylon_five_head_character_revealed/

⁸ <http://cybunny54.blogspot.com/2011/05/iron-man-2-as-cyborg-fable.html>

Söz konusu beden prototipleri, günlük düşüncede popüler kültür ürünleri sayesinde yayılan ve paylaşılan arzu nesnelere olarak yer alır. Bunların tümü belli bir sosyo-ekonomik ve kültürel bağlamda ortaya çıkmışlardır ve modern ve postmodern ideolojilerde köklenirler. Söz gelimi *siborg* beden, köklerini modernlikten almakla birlikte, diğer klasik beden tiplerinden bir kopuşa işaret eder. Tekno-bilimsel *siborg* beden, ölçülü ve muhafazakâr klasik güzel, bilge *zen* beden ve enerjik ve sağlıklı *fit* beden ile farklılaşarak; her tür saldırıya karşı kendini koruyabilen, onaran, hatta yeniden üretebilen; güçlü, dayanıklı, duygulara kolay kolay yenilmeyen bir kişiliği ve varoluşu temsil eder. Bu prototipte resmedilen aşırı bireyselleşmiş, kendi kendine yeten insan varoluşu, Soğuk Savaş'ın bitiminden bu yana bilgisayar ve biyoteknoloji bilimlerindeki ilerleme ile paralel yürüyen 'tarihin, temsili demokrasinin ve öznenin sonu' tartışmalarında kimi zaman anti-ütopya, kimi zaman da ütopya kahramanı olarak bir tarafa ait olur. Örneğin Virilio'ya göre gen-ötesi, insan-ötesi gibi kavramlar açıkça, insan türünü tehdit eden bir bilim anlayışı ile siyaset ötesi bir bilimciler topluluğunun sahneye çıkışını anlatır (Virilio, 2003: 132). Diğer bir ifadeyle beden prototipleri, ideoloji ve söylemden bağımsız, nötr oluşlar değildir.

Bu çalışmada odaklanılan *fit* beden, tekno-bilimden beslenmesi anlamında *siborg* beden ile ortak bir temele sahiptir. Ancak *siborg* bedeninkinden tamamen farklılaşan bir benlik ve yaşam biçimini ifade eder. *Fit* beden tipi enerjik olma vurgusu, dünyevi bir haz yönelimi ve diğerinin beğenisine dönük, baştan çıkarıcı bir beden performansını hedeflemesi ile hem yeniçağcı *zen* beden hem de *siborg* ile farklılaşırken; tekno-bilimsel değerleri ve uygulamaları benimsemesi bakımından *zen* bedenden uzak, *siborg* a daha yakındır.

Fit beden ideali, genel olarak spor faaliyetleri ile bedeni biçimlendirmede ve sağlığı koruma ve yaşlanma karşıtı (*anti-aging*) uygulamalarda kendini gösterir. Burada güzellik daha önceden olduğu gibi, doğuştan gelen ve bir süre sonra insanın doğası gereği olarak sona eren bir şey olarak değil, çalışılarak kazanılması ve mümkün olduğunca korunarak sürdürülmesi gereken, sağlıkla yakın ilişkili bir potansiyeldir.

Bu beden yöneliminde güzellik bütünlüklü değil parçalı olarak ele alınır. Örneğin, her kas grubu için ayrı bir hedef ve program oluşturulabilir. Kalp damar çalışması (*kardio*) için farklı, kas kitlesini arttırmak için farklı ve kasları uzatarak şekillendirmek için farklı şekilde düzenlenen egzersiz programlarının tümü sağlık ve estetik açıdan ayrı işlevlere sahiptir. Bunun yanında güzelliği oluşturan farklı öğelerin ihtiyaçları ve ne yönde değişim gerektirdiği ayrı ayrı tespit edilerek uygun yönde müdahale programları geliştirilir. Belli bir bölgeye biriken yağların eritilmesi ya da eksik görülen bir yanın kas ile geliştirilerek dolgunlaştırılmasına odaklanan egzersiz programları beden formu üzerinde çalışılması, kaşların yüzdeki konumunu yeniden belirlemek üzere *Botox* yapılması, aynı bedeni biçimlendirmek ya da yeniden tasarlamak üzere ayrı uygulama alanlarına işaret eder. Cilde canlı bir görüntü vermek için cilt altına enjekte edilen nemlendiriciler ya da kök hücre aşılı; zayıflama hapları ya da kas geliştiren protein tozları vb. uygulama ve kullanımları gibi farklı işlemler, ayrı uzmanlık alanlarını ve üreticilerini 'bakımlı' olmak isteyenlerin hizmetine sokar. Dolayısıyla bu beden, çeşitli sektörlerin denetim ve uygulama alanı olarak belli bir sınıfa ait sermaye ilişkilerine bağlanmış olur.

Bir Benlik Alanı Olarak Beden

Beden, günlük hayatta insan psişesinden bağımsız, nötr bir oluş olarak ele alınamaz. Beden, her zaman bir benlik algısı sunar ve insanları belli bir kimliğe ve kim olduğuna ilişkin bir hissiyata teşvik eder. Benlik, genel bir çerçevede, herkesin kendi öz kişiliği hakkında sahip olduğu bilişsel ve duygusal nitelikte bileşik bir zihinsel şema, bir temsil örüntüsü (Bilgin, 1994:224-225) ya da söylem pratikleri boyunca inşa edilen bir yapı (Shotter, 1997; Edwards ve Potter, 1992) olarak kavranır. Benlik bilgisine ve duygusuna kaynaklık eden alanlar çeşitlidir;

fiziksel görünüş, demografik özellikler, çeşitli eğilimler, sayısız oto biyografik anıyı bir örüntü halinde kurgulayan bir bellek yapısı olarak benlikte kaydedilmiştir.

Modernlik, insan bilgisine duyulan aşırı güveni ve gerçekliğin akıl ve bilim yoluyla olduğu şekliyle bilinebileceği inancını kurmanın yanında, bireye ve insan iradesine merkezi bir önem atfeder. Modern dünyada birey, kendi eylemleri ve yaşamı üzerinde tasarruf sahibi olduğuna sarsılmaz bir inanç besler ve kendisini bir aktör olarak tasarlar. Böylelikle, Touraine'nin ifadesiyle, bireyin bir aktör gibi hareket etme ve tanınma iradesi demek olan özne belirir (Bilgin, 1994; Touraine, 1994).

Modernlikle birlikte özne ve benlik, bireyin iç dünyasına vurgu yaparak intra-psişik bir dünya bağlamında kurulur ve modern özne, fiziksel bir varlık olarak bedende şeyleşir. Bu şeyleşme sürecinde benlik, tüketim ve gösteri dünyasının epistemolojisine demirlenmiştir. Tüketim kültürü ise ağırlıklı olarak duygular üzerinden işlerlik kazanır. Kişi, dünyayla etkileşimlerini önceleyen, günlük epistemolojiyle iç içe geçen ve aynı zamanda bunların sonucu olan bir dizi duyguya sahiptir. Dünyayla kurulan kişiselleşmiş ilişki, bireysel varoluşun yüceltilmiş farklılığı bağlamında abartılı bir duyarlılık, arzular ve tutkular, kişinin kendini diğerlerinden farklı bir birey olarak idrakinde temel harç olmuştur (Gutman, 1999). Sennett (2002) kişi dışı alanın, ben'in içine çekildiğine, ben'in adeta yoğun bir kütle kazandığına işaret eder. Duygu/his dünyası, bu kendi içine dönmüş benliğin, kendini anlamasında, bilmesinde temel referans alanı olmaktadır. Bu anlamda popüler kültür metinleri, kendi içine dönmüş modern benliğe göre inşa edilir ve modern benliği inşa eder.

Bedenle kurulan ilişki aslında tarihsel dönemlere ve epistemolojilere göre dönüşür. Bauman, modernliğin bedenini “üretici-asker beden”, postmodern dönemin bedenini ise “duyum alıcısı beden” olarak tarif eder. Her iki tip de sıkı sıkıya dönemin ruhu ile refleksif ilişki içindedir. Üretici-asker beden, akıllıca idare edilen, kurallara bağlı, dış güçlerce üretilen bedendir. Bu beden için önemli olan, sürekli bir motivasyon ile dışarıdan gelen uyarılara doğru şekilde ve “gerekli canlılıkla” tepki vermektir. Bauman bu “gerekten iç gücü kendisinde toplama yetisine” sağlık denildiğine; bu yetinin kaybının ise hastalığı simgelediğine işaret eder. Bu şekilde tanımlanan sağlığın korunması ve güçsüzlüğün önlenmesi, beslenme ve iş-askerlik standartları için gereken miktarda gıdanın alınması ve uygun egzersiz programı sıkı bir ilişki içindedir. Bauman'a göre bu beden, muhafazakâr moral değerlerle kuşatılmıştır. Söz gelimi belli bir miktarın üstünde tüketmek lükse girdiği için ahlak sınırlarının dışında görülebilir. Postmodern beden ise öncelikle sahip olunan uyarılma kapasitesi ile bir haz aracıdır ve ‘fitness,’ yani ‘uygunluk’ bu uyarılma kapasitesine işaret eder. Uygun olmama hali ise iştahsızlık, uyuşukluk, kayıtsızlık, bezginlik, uyarıcılara tepkisiz kalma, yeni duyum ve deneyimler karşısında beklenenin altında tepki vermekle kendini gösterir. Dolayısıyla “bedeni uygun tutmak demek (cinsel-midesel, fiziksel vb) deneyimleri almaya ve uyarılmaya hazır tutmak demektir” (Bauman, 2001:156-157). Kişi, ortaya koyduğu performanstan ziyade, bu performans sırasında bedenin aldığı duyumlardan ve sahip olduğu uygunluğu (fitness durumunu) teşhir etmekten haz almakta; böylelikle daha da motive ve canlı hissetmektedir.

Bu söylem, dengeli ve doğru beslenme, *fit* olma amacından ayrı düşünülmeyen spor etkinlikleri ve kişinin bedenine ve ruh sağlığına dair dikkate dayalı bir hakikat dünyası kurar. Burada sağlık kavramı, güzel olma çabasından ayrı değildir; beslenmenin, spor yapmanın ve bakımlı olmanın örtük amacı bedenin canlılık potansiyelini geliştirmek, korumak ve güzel olmaktır.

Günümüzde benlik sunumunun önem kazanmasıyla birlikte beden imajı, bireyler açısından bir kaygı konusuna dönüşmüştür (Bilgin, 2003:416). Sağlık ve güzellik, tehdit altında olan ve yeterliliğinden şüphe edilen, bu nedenle de sürekli bir dikkati gerektiren temalar olarak günlük düşünceye nüfuz eder. Popüler kültürde özellikle medya aracılığı ile diri tutulan bu şüphe ve tehdit algısı, bedenin, zorunluluklar dışında da teknik müdahaleler gerektiren bir platform haline gelmesine neden olmuştur. Bedenin sağlık ve güzelliğinden şüphe duymak, insanı neyi, nasıl yemek gerekiyor, hangi beden egzersizleri yapılmalı şeklinde bir dizi soruya yönlendirir. Bu da gündelik hayatta sıradan insanın uzmanlara ve çeşitli uzmanlık bilgilerine bağımlı hale gelmesine işaret eder.

“Önermeler, otorite ve yeterli kaynakların desteğiyle bilgiyi doğrulatma eğilimi bizleri ‘uzmana bağımlı’ yapıyor. Böylelikle bizler er ya da geç ‘bilgili insanlar’dan güvenilir rehberlik temin etme arayışına giriyoruz. Kendi yargımıza güvenmeyi bıraktığımız an yanlış yolda olma korkusuna tutuluyoruz. Günah diyoruz, suç diyoruz ya da utanç diyoruz. Fakat ne dersek diyelim, bizi yeniden kesinliğin rahatına çekecek bir uzman yardımına gereksinim duyuyoruz. İşte uzmanlığa bağımlılık böyle bir korkunun üzerinde büyüyor.”

Bauman, 2001:23

Foucault’cu bir perspektiften bakarsak, sağlık ve güzellik söylemini, belli bir bilgi, iktidar ve etik alanını bir arada bir hakikat olarak kuran karkas nitelikteki fikir, anlam, eylem örüntüleri olarak ele almak mümkündür. Bunlar çeşitli öznellikler, anlam kategorileri, temaları kuran içerik öbeklerinin düzenli, tanınabilir dilsel ve görsel ifadeleridir. Foucault (2005) düşünce ile hakikat ilişkisini ele alırken, özne deneyim biçimlerinin sorunsallaştırılması üzerinde durur. Ona göre “sorunsallaştırma, herhangi bir şeyi doğru ve yanlış oyununa sokan ve onu (ister ahlaki düşünce biçiminde, ister bilimsel bilgi, isterse siyasi analiz, vb biçiminde olsun) bir düşünce nesnesi olarak kuran söylemsel ya da söylemsel olmayan pratikler bütünüdür” (Foucault, 2005:86) ve bilgi, iktidar ve etik eksenleri üzerinden gerçekleşir. İnsani deneyimler, çeşitli kavramlar ve kuramlar içeren bir bilgi alanını; belli normlar ve kurallar içeren bir iktidar alanını ve bu bilgi ve iktidar alanları bağlamında bireyin kendisiyle kurduğu belli bir ilişki biçimini, yani kişinin kendi eylemlerinin öznesi olarak kurulduğu etik alanını yan yana getirir (Keskin, 2005).

Sağlık ve güzellik söyleminde insan bedeni ve iradesi sorunsallaştırılır. Bu söylem, sıradan insana çeşitli kavramlar ve kuramlar derlemesi içeren bir bilgi alanı sunar. Bu bilgi alanı, doğru, uygun ve güzel olana ilişkin normlar ortaya koyar ki bu ideallere ulaşmada ilke ve yollar öneren uzman kişilere bir iktidar alanı açar. Sağlık ve güzellik söylemi aynı zamanda, kişileri, bilgi ve iktidar alanlarına referansla, belli görev ve sorumlulukları içinde kurmak suretiyle etik bir alanı tanımlar.

***Fit* Beden Söylemindeki Yorum Repertuarları⁹**

Yorum repertuarları, eylemleri, olayları ve diğer birçok olguyu değerlendirmede ve nitelirmede belirli bir stil ve gramer yapısı içinde tekrarlanarak kullanılan; sıklıkla kendine özgü metaforlar ve konuşma şekilleri etrafında organize edilen; tanınabilir temalar, klişe ve mecazlar etrafında toplanmış, kültürel olarak aşına ve alışlagelmiş argüman dizini, rutin tanımlar ve değerlendirmeler demeti olarak tarif edilir (Potter ve Wetherell, 1987; Wetherell ve Potter, 1988; 1992). Bunlar genel olarak, sistematik bir biçimde birbiriyle ilişkili terimler ve ifadeler seti (Potter, 1996); insanların önemli bir olayın versiyonlarını inşa ederken ve sosyal yaşamı ifade ederken kullandıkları, diğerleri tarafından bilinip paylaşılan anlam yapıları olarak söylemsel eylemin icra edici yapı taşları olarak kabul edilmiştir. Yorum repertuarları tarihsel, sosyal ve kültürel bir bağlamda inşa edilmiş, süreklilik gösteren ve nispeten değişime dayanıklı açıklama çerçeveleridir. Bu söylem araçları, günlük etkileşimlerde el altında hazır bulunan ve çeşitli iletişimlere öznel eylemler olarak kuran ifade örüntüleridir. Bir anlamda, insanların konuştukları ya da yazdıkları orijinal olsalar dahi, dinleyen veya okuyanın aşına olduğu farklı yorum repertuarlarından alıntılara dayanır (Edley, 2001; Reynolds ve Wetherell, 2003).

Bu çalışmada yorum repertuarlarını; *fit* bedeni inşa eden, sağlıklı yaşam ve güzelliğe dair bir anlam dünyası ve hakikat oyunu kuran tutarlı, görece olarak değişmez söylem kaynakları olarak tarif ediyoruz. Yorum repertuarlarını taşıyan ve aynı zamanda görsel kültür ürünleri olan bu yayınlarda söz ile görsel öge, söylemi bir arada inşa eder. Sağlıklı ve güzel bir bedenin nasıl görünmesi gerektiği bu bedenlerin abartılı, gündelik hayatta karşımıza pek çıkmayan halleriyle kurulurken sözel ifade, görsel ifade ile ayrıştırılmaz şekilde iç içe geçer. Çoğu insan için profesyonel olmadıkça görüntülenen böyle bir bedene ulaşmak imkânsızdır ancak bu abartılı imgeler, ulaşılması gereken bir hedef olarak okurun karşısına tekrar tekrar çıkar. Belli yaşam biçimlerine angaje olan grupların bedene ilişkin normlar inşa etmesi ve böylelikle bedenle ilgili denetim ve yönetimler bilgisi temelinde kurulan bir hakikat oyununa dâhil olmasında yazılı metinlerden çok görsel metinler etkilidir. Bu nedenle sadece sözel metinler değil, onun yanı sıra sözün gömülü olduğu görsellik incelemeye dâhil edilmiştir.

Yorum repertuarı 1: Bedene bilimsel ve rasyonel yaklaşım

Modernlik, temelinde hayatın insan aklına dayalı olarak bilinebilir, kontrol edilebilir, öngörülebilir olduğu fikri yatan bilişsel bir kosmos kurar. ‘Günlük hayatın bürokratizasyonu’ ve ‘günlük hayatın bilimselleşmesi’, modernliğin söylemini oluşturan temel kaynaklar arasındadır. Bu söylem düzeninde insan, artık önceden olduğu gibi kutsal bir kozmosun parçası değil, bilinebilen, yani neden sonuç ilişkilerine dayalı açıklanabilen, mekanistik bir modelde ele alınabilen bir nesne niteliğine bürünmüştür. Modernleşmeyle birlikte insan psişesi ve bedeni birer uzmanlık alanı haline gelmiştir ve diğer tüm uzmanlık alanları gibi medya aracılığıyla günlük sıradan hayata yeni sosyal temsiller üzerinden nüfuz etmektedir

⁹ Çalışmamızda yorum repertuarlarına verilen ifade örnekleri, ‘Women’s Health’ (Kadın Sağlığı) ve ‘Men’s Health’ (Erkek Sağlığı) dergilerinin Türkçe baskılarına ait web sitelerinden alınmıştır (www.womenshealth.com.tr ve www.menshealth.com.tr). Bu dergilerin orijinal adları korumakla beraber içerikleri tamamen Türkçedir. Derginin yayıncı şirketinin web sitesinde yer alan bilgiye göre eğitilmiş, sosyo-ekonomik ve kültürel anlamda kentli üst sınıftan insanlar dergilerin okur grubunu oluşturmaktadır (www.mayaiiletisim.com/tr/womens-health ve www.mayaiiletisim.com/tr/mens-health).

(Moscovici, 1984; 1988). Çeşitli alanlardaki bilimsel bilgi ya da uzman bilgisi medya içerikleri olarak sıradan insana ulaşmakta; popülerleşerek sosyal olarak paylaşılan zihinsel temsiller halinde günlük hayatımızın parçası olmaktadır. Türkiye'nin jeopolitik önemi, AB ilişkileri, Osmanlı toplum düzeni gibi karmaşık tarihsel, toplumsal ve siyasal konular kadar bağışıklık sistemi, sağlıklı yaşamda sporun önemi, çocuk eğitimi, beslenmenin kolesterol ve diyabet üzerindeki etkileri, vitaminler ve saç hücreleri, DNA kodu, cinsel problemler vb. pek çok konu, medyada yer alan popüler bilim içeriklerine örnektir. Popülerleşen ikinci el bilgiler, uzmanların kontrolünden adeta özgürleşerek, sosyal dünyanın nesneleşmiş, yani gerçeklik kazanmış öğeleri haline gelir; anlam dünyamıza, sosyal temsiller halinde eklenir ve ona nüfuz eder. Öte yandan uzman bilgileri toplumun genelinde aynı şekilde anlamlandırılmaz. Kişi veya grupların özelliklerine veya içinde buldukları bağlama göre söz konusu bilgiler farklı duygu, düşünce, imaj veya çağrışımlara yol açar; farklı temsiller etrafında anlam kazanır ve naif uzmanlar yaratır (Moscovici, 1984; 1988). Diğer bir ifadeyle medya, bilimsel ve yarı-bilimsel program ve haber içerikleri, kişiye koruyucu, geliştirici yönde kendine müdahale imkânı vermekte; adeta bir tür naif uzman olma hakkı tanımaktadır. Sağlık ve güzellik bağlamında kaynağını çeşitli yaklaşımlar ve popüler bilimden alan yeni temsiller, toplum genelinde arzu nesnelere, sağlık ve beden normlarını ve ideale ulaşma reçetelerini betimlerken, bunlara olan inanç ve bağlılık aynı zamanda sınıfsal ve kültürel olarak değişir.

Modern varoluşta bilgi bilgelikten bağımsızlaşmış, dışsal, kanıtlanabilir ve teknik olarak uygulanabilir bilimsel bilgi olarak değer kazanmıştır. Bu anlamda içinde yaşadığımız dünyada bedenimiz ve hissiyat dünyamız bizim halinden anladığımız, bilebildiğimiz olmaktan çıkmış, uzmanların anlayıp bize anlatabildiği bir nesne haline gelmiştir. Günümüz sıradan düşüncesinde kendi bedenimizle ya da ruhsal durumumuzla ilgili en doğru bilgiyi ve danışmanlığı yine profesyonellerden alabileceğimiz yolunda bir sözbirliği bulunmaktadır. Ancak bilimselleşen günlük hayatta profesyonellerin alanı da hayatın diğer alanları gibi yekpare olmaktan çıkmıştır. Sözelimi tıp profesyonelleri artık insanların kendi bedenleri için sorgulanmaksızın kabul ettikleri ve uyguladıkları bilgi ve yaklaşımların tek kaynağı değildir. Günümüz medyasında, yaklaşımları birbirlerinden farklılaşan tıp profesyonelleri kadar, spor eğitmenleri, fitoterapistler, ayurveda, yoga vb birçok farklı alandan uzman, bedenle ilgili bilgi ve uygulamalar önermektedir. Rasyonel ve bilimsel bilgi doğrultusunda düşünen ve davranan insan, artık farklı bilim anlayışları, hatta farklı bilimler ya da yaklaşımlar arasında tercih yapmak durumundadır. Tercihler farklılaşsa da sonuçta, bilimsel bilgi ve/veya alternatif yaklaşımların uzman bilgileri, modern hayatın anlam yapılarının kurumsallaştırılmasında temel olan bir sembolik düzenek işlevi görür ve kişinin kendisiyle kurduğu ilişkide merkezi bir önem taşır (uzmanlık bilgisi ve öz-kimlik inşası için bkz: Giddens, 1991; 1994).

Aşağıdaki örnek ifadelerde sporun, belli bedensel egzersizlerden oluşan bir aktivite olmanın ötesinde, optimum faydanın hedeflendiği bilimsel bir program haline geldiği görülür. Bu ifadelerin birincisinde, kalp damar sisteminin performansına yönelik egzersizlerin kasların gelişmesi ve büyümesi için yapılan çalışmanın etkisini kitleme ihtimali göz önünde alınması gerektiği hatırlatılırken, ikincisinde yağ yakmanın optimum seviyede olması için egzersizin nasıl yapılması gerektiği yolunda uzman bilgilere yer verilmektedir. Bu önerilerde ikna edici retorik öğenin, bilimsel-uzman bilgisi olduğu gözlenmektedir.

Örnek ifade 1:

“Ağırlık antrenmanı ile kardiyo çalışmasını mümkün olduğunca ayrı günlerde yapmaya çalışın. Böylece kardiyo çalışmalarınızın kas gelişiminize etkisi tamamen sıfıra inecektir. Mesela, squat ve lunge hareketleriyle bacak kaslarınızı çalıştırdığınız bir antrenmandan sonra bisikletin yolunu tutmak pek iyi bir fikir değil. Böyle bir durumda kardiyo çalışmanızı bir sonraki güne saklayın, bacak kaslarınıza dinlenmesi için zaman

verin. Kardiyo ve ağırlık çalışmasını aynı günde yapacak olsanız bile, akıllı davranmalısınız. Eğer kardiyo çalışmanızı kürek çekerek yapmayı planlıyorsanız, bunu üst vücudunuza fazla yüklenmediğiniz bir antrenmandan sonra gerçekleştirin.”¹⁰

Örnek ifade 2:

“Araştırmalar da ne kadar fazla egzersiz yaparsan o kadar yağ yakacağını doğruluyor. Koch, interval egzersiz gibi az ve çok yoğun hareket aralıklarını harmanladığı programlar uyguladığında, epinefrin hormonu salgıladığını böylece hareketsiz olduğunda bile kalori yakmaya devam ettiğini söylüyor. *Medicine & Science in Sports & Exercise*'a göre, 20 dakika boyunca yüksek süratte pedal çevirenler, bir saat boyunca hafif süratli pedal çevirenlerden daha fazla kalori yakmış.”¹¹

Yorum repertuarı 2: Müdahaleler yoluyla geliştirilmesi gereken bir potansiyel olarak beden

Beden, benlikle bütünleşik bir gösterge olarak üzerinde müdahalelerde bulunmak suretiyle insanın iktidar ilişkilerine bağlandığı bir ara yüz gibidir. Tahakküm biçimleri, hayatı kuşatan teknoloji ve değerlerin köklendiği paradigmaya göre değişim gösterir. Eski kapitalist dönemde ataerkil baskı türü hâkim iken, modern ve posmodern dönemde enformasyon ağları ile dolayimli etkileşimlerde üretilen rıza temelinde bir baskı söz konusudur (Işık, 1998: 61).

Foucault, insanın temel biyolojik öğelerinin oluşturduğu bir takım mekanizmaların, politik bir stratejinin, genel bir iktidar stratejisinin nesnesi haline dönüştüğünü analiz eder (Foucault, 2007: 16). Foucault'ya göre beden tahakkümün bir nesnesidir. Modern çağdaki biyolojik iktidar kavrayışı, ortaçağ ve öncesinden farklı olarak, bir ölüm tehdidinden ziyade hayatın doğurganlığı ve üretimini vurgular. Böylece insanlara sağlanan haz, uzun ve sağlıklı yaşam beklentisi, yeni iktidar araçları olmuştur. Tekno-bilimsel kültür bu politik iktidar stratejisinin bir uzantısı olarak bedeni çeşitli iktidar yapılarının teknolojinin aracılığıyla üzerinde söz sahibi olduğu bir müzakere ve mücadele alanı haline getirmiştir.

“Teknolojik gelişmelerin sonucunda bugün sosyal teoride beden hem her yerde hem de hiçbir yerdedir. Bu durumu bedeni akışkan, çoklu, parçalı ve dağınık olarak yeniden kuran yapısalcılık sonrası düşünce çizmiştir. Bedenin ne olduğundan çok neye dönüşebileceği sorusu öne çıkar.”

Bell, 2001:160

Postmodern kültürde beden algısı tekno-kültür bağlamında yeniden şekillenmiştir. Aslında giysiler, jestler, ortama göre farklılaşan davranış kodları gibi kamusal alanda bedenin sunumuna ilişkin pek çok gösterge ve norm çerçevesinde, bedenin her zaman, diğerine yönelik toplumsal bir alanı teşkil ettiği görülür (bkz. Sennett, 2002:145-151). İçinde bulunduğumuz dönemin bedeni ise sağlıklı, güzel ve *fit* olma ideallerine göre disipline edilir. Çeşitli tahakküm araçları (toplumsal ilişkilerde beğeni, sağlık politikaları vb) kişiyi bedenine sağlıklı ve güzel olma yönünde müdahaleye yönlendirirken, bedenin sağlıklı oluşu kadar estetik yanı da tekno-bilim kültürünün teknik ve teknolojik doğasına uyumlanabilme kapasitesine göre tanımlanır.

Günümüzde henüz tıbbi gereksinimler karşısında yapılan işlemler (protez, implant) dışında *siborg* beden henüz filmlerle sınırlı görünmekle beraber, incelenen dergilerdeki *siborg*

¹⁰ <http://menshealth.com.tr/altin-kurallar/>

¹¹ <http://www.womenshealth.com.tr/daha-fazla-yag-yakmali/>

benzeri ideal beden imajı ayrıntılı egzersiz teknikleri, vücuda alınan takviyeler, özel kimyasallar içeren kozmetik ürünleri, tıbbi estetik müdahaleler vb. yoluyla sıradan insanın günlük hayatında ulaşılabilmesi mümkün görünen bir hal almıştır ve bu kaslı, pürüzsüz cilde, parlak saçlara sahip bedeni tekno-beden olarak kabul etmek yanlış olmaz. Müdahale edilmiş tekno-beden, postmodernliğe özgü bir dönüşümü temsil eder.

Aşağıdaki örnek ifadelerde ve ifade 3'e ait resim 9'da gözleneceği gibi beden canlı bir mekanizma olarak kavranmaktadır. Fakat bu kavrayışta, geçen yüzyılın romantik beden algısı, yerini yabancılaşmanın hâkim olduğu bir söyleme terk eder. Bu karmaşık, mükemmel ve canlı aygıtı ne denli tanır ve anlarsak, ona o denli etkili ve istedik yönde müdahale etmek mümkündür. Örnek ifade 4'de ise cinsiyete dayalı kimliklerin yüz ifadesine yapılan müdahalelerle pekiştirilmesi adeta özendirilmektedir.



Resim 9

Örnek ifade 3:

“Dizler Nedir? Bacağın arkasından dize doğru diyagonal olarak uzanan üç kas grubu. Ne işe yarar? Kalça ve dizleri sabitler. Böylece yüzüstü düşüp incinmeden eğilip tekme atabilirsin. Kalçaya ne faydası var? Deadlift hareketini mükemmel olarak yapabilmek için güçlü diz kaslarına ihtiyacın var. Deadlift kalça kaslarını geliştirmek için idealdir çünkü popo kısmının düşmesini engeller. Kalça Nedir? Maksimus, vücuttaki en büyük kas grubudur. Onun altında ise minimus ve medius kas grupları bulunur. Bu yelpaze şeklindeki kaslar kalçanın iki yanına bağlıdır. Ne işe yarar? Maksimus, oturma, kalkma ve koşmayı sağlarken diğerleri sola ya da sağa kaymanı engeller. Kalçaya ne faydası var? Kalçadaki kas gruplarının her üçünü de çalıştırdığında kalçaların yukarı kısmı daha yuvarlak, aşağı kısmı ise daha dar görünür.”¹²

Örnek ifade 4:

“Daha çıkık ve sert hatlı bir çene, hafif içe çökük yanaklar ve dik bakışlı kaşlarla masculenlik daha da artmakta. Uzakdoğulu bayanların yuvarlak yüzlerini ovalleştirmek için kullanılan botox tekniğinde elde edilen başarı bu konuda erkek hasta üzerinde hafif çökük bir yanak elde etmek için kullanılmaya başlandı. Yine kalıcılık süresi 6 yada 8 ay süren hyalüranik asit dolgu maddeleri ile çene sivriliğinin sağlanması ve köşelendirilmesi mümkün oldu. Böylece daha erkeksi hatlara sahip yüz yakalanabilmekte... Elbette düzgün hatlarla çerçevelediğiniz bir yüzü en iyi gösteren bir diğer ayrıntı sıkı ve nemli görünen bir cilttir. Burada yine erkek hastalarda kristal peeling ve vitamin therapy ler yer almakta, tek bir seansda bile sıkılık nem ve canlılık veren bu tedavilerde elbette belirli periyotlarda tekrarlanmalı. Erkek hastalara uygun hazırlanan tedavi protokolleri ile çaktırmadan estetikli ve bir o kadar da masculen olmak mümkün”¹³

¹² <http://www.womenshealth.com.tr/kaslarin-etkisi/>

¹³ <http://menshealth.com.tr/caktirmadan-estetikli-ama-erkeksi/>

Yorum repertuarı 3: Dikkat gerektiren çalışma alanı olarak beden

Bauman, modern tıbbın normal-anormal arasındaki ayrımı temel kaygısı yaparak sağlık-hastalık arasında kesin ve gözle görülebilir bir hat çizdiğine işaret eder. Ona göre tıp bilimi, beden ısı gibi dışarıdan ölçülebilir ya da ancak özel testlerle belirlenebilir ölçümlerle bedeni, nesnel ve kesin olarak ölçülebilen bir nesne olarak tanımlamış ve normalite sınırlarını ortaya koymuştur; fakat bedenle ilgili, gerek sağlık gerekse performans bağlamında müphem alanlar bulunur ki müphemlik daima uzmana talebi üretir. Her zaman daha iyi, sağlıklı, güzel ve verimli olma arzusundaki birey, kendi içinden ve dışından gelen tehditlerle başa çıkmak ve potansiyelini en yüksek noktaya getirmekten sorumludur; ancak bu sorumluluk duygusunun karşısında her gün artan şekilde ilgili enformasyon bombardımanı bireyde oryantasyon kaybına, bir tür belirsizlik içinde kalışa yol açar. Bauman, uzmanların “belirsizlikten kaçışın ebedi ve güvenli bir yolunu bulma vaadinde bulunma eğilimi” taşıdıklarına; fakat bu uzmanların pratikte önerdikleri şeyin mevcut ikilemin müphemliğini azaltmayacağına dikkat çeker. Burada uzmanın işi, problemin nasıl çözüleceğine dair bir kararı ortaya koymasıdır. Uzman görüşü, insanlar için ortak görüş ve uzlaşım alanları da yaratır.

“... (uzmanlara) otorite olarak herkes güvendiği için bizim de güvenebileceğimiz birileri olarak ihtiyacımız var. Bunların önerilerine uymakla kendi başımıza hareket ettiğimiz zamandakine göre kuşkulardan ya da suçluluk duygularından daha az azap çekebiliriz.”

Bauman, 2001:111

Uzman bilgisi, modern günlük hayattaki sağlıklı ve genç kalma, güzellik ve ölümsüzlük mitosunun en temel dayanağı olmaktadır. Buradaki biçimlendirici temalar, bedene yapılan dış müdahale, bunun içte yaratacağı olumlu sonuçlar ve nihai sonuç olarak sağlık, güzellik ve mutluluktur. Fakat uzman bilgisine yönelim, kişinin sürekli olarak kendi bedenini ve ruh sağlığını gözlemesi ve gözetmesi ile birlikte bulunur. Bu ikisi arasında aracılığı ise medya üstlenir. Medya, bu konuda yapılması ve yapılmaması gerekenleri, titizlikle gerekçelendirir ve bir dizi alanda detaylı enformasyon sunar. Bu enformasyon alanlarını şöyle sınıflandırabiliriz: (a) Kendi bedenini ve ruh halini tanıma ve gözetim bilgileri (Psiko-biyofizyolojik süreçlerle ilgili uzman bilgileri. Örneğin hormonların, enzimlerin işlevleri, psikolojik durumu betimleyen normalite sınırları, bedendeki bazı semptomlar ve hastalık bilgileri vb.). (b) Bedenin iç ve dış uyarana karşı olası tepkilerine ilişkin bilgiler (Bedenin karşılaştığı etkenlere karşı koruyucu önlemler, imkân ve koşulların yararlılık maksimizasyonu. Örneğin sağlık için beslenme reçeteleri, olumsuz çevre etkilerine karşı önlemler, şifacılık, detoks ve alternatif tıp bilgileri, spor, yoga, *tai-chi*, meditasyon, olumlu düşünce ve benzeri alternatif ve tamamlayıcı teknikler yoluyla bedenin sağaltımı, bu eylemlerin yararlılıkları vb.). (c) Bedene teknolojik ve genetik müdahale imkânı (Hastalıkların tedavisi, organların yenilenmesi için çeşitli özel müdahaleler ve yaşlanma karşıtı özel uygulamalar. Örneğin gen haritası, kök hücre araştırmaları, organ nakli, nanoteknoloji araştırmaları vb.). Kısaca, medyada sıklıkla, hastalıktan korunma ve sağlığın devamı; yaşam kalitesini korumak, arttırmak, daha fazla haz almak ya da hastalıklarla mücadele için yapılması ve yapılmaması gerekenler konusunda çeşitli yönergeler ile karşılaşırız ve bunlar bedenimiz üzerine bir dikkati sürekli olarak canlı tutar.

Bu bilgilere yönelmede Bauman’a göre postmodern birey tipolojisi olan “duyum koleksiyoncusunun ihtimamı” ve “yaşanılan her şeyin daha da iyileştirilebilir” olduğu düşüncesi temel teşkil eder. Fakat öte yandan “... Kişi hayatı boyunca kendi duyularının

standarda uyup uymadığı ve daha acısı da öteki insanların ulaşabileceği zirveye kendi duyularının ulaşip ulaşamayacağı kuşkusuyla yaşamaya mahkûmdur” (Bauman, 2001:157). Sağlık ve güzellik bağlamında hemen her bilgi, yaşam kalitesine aşırı bir vurgu yapan, yaşamdan tat alma performansının arttırılmasına dönük kampanyalara içerik oluşturmaktadır. Kişi bedeninden sorumlu olduğu ölçüde bu kampanyalara duyarlı olmak, bedeniyle bir öz-gözetim/denetim ilişkisi kurmak durumundadır. Sunulan reçetelere uygun yaşamamak, kişinin sahip olduğu sağlık ve güzellik potansiyeline ihanettir.

Bauman’a göre bedenin kuşatılmışlığı, beslenme hakkındaki zihniyet ve gıdalarla kurulan ilişkide gözlenir. Kişi, yediği her lokmadan şüphe duymakta; adeta, bedenin her faaliyetinde olası patojenik yan etkileri gözden geçirmektedir.

“... Kişinin yapabileceği tek şey belli gıdalara ve özel bazı bedensel hareketlere karşı yürütülen kampanyalarla hiç durmadan bir kuşku ve engelleme davranışına girmektir. Bu kampanyalardaki enerji, şu rahatlatıcı ve geçici olarak güven verici duyguyu doğuruyor. ‘Kapıdaki düşman yenildi’ ve artık bundan korkmaya gerek yok.”

Bauman, 2001:163

Bauman, bu tür kampanyaların geçici avunmaların ötesine geçemeyeceğine işaret eder. Belli gıdalardan, belirli bedensel egzersizlerde kaçılrsa da durum aynen eskisi gibi çelişkilerle dolu olmaya, bedenin maksimum iyilikte, güzellikte ve uygunlukta kalması (hatta daha da iyileşmesi) hedefi kişiye her zaman belli bir uzaklıkta kalmaya mahkûmdur. Diğer bir ifadeyle bedenin canlılık, duyum ve coşku kapasitesine ilişkin nihai bir ideal noktaya ulaşmak imkânsızdır. Dolayısıyla da bedene gösterilen özen, yaptırılan talimler hiçbir şekilde potansiyeli maksimum seviyeye çıkarma ya da kusurluluk ve eksiklik kuşkusunu bertaraf etme anlamında yeterli olmayacaktır (Bauman, 2001:157). Tam da bu noktada bedende cisimleşmiş günümüz modernliğinin benliği, tüketim dünyasına kendine özgü bir biçimde bağlanır. Tüketim davranışı artık doğrudan yaşam biçimi ile ilişkilidir. Bu yaşam biçiminde şeyler yeniden tanımlanır. Örneğin çay artık basitçe bir sosyal ve bireysel lezzet, alışkanlık değildir; hatta böyle olmamalıdır da. Çay içme davranışı, çay çeşitlerinin çoğalmasının (yeşil çay, form çayları, değişik bitki çayları) yanı sıra ritüellere bürünerek estetik anlamda da cazibe kazanmakta (çeşitli uzak doğu ritüelleri, yeni çay setleri vb); fakat en önemlisi, artık günlük hayata sağlıklı beslenme ve beden yararı üzerinden girmektedir.

Aşağıdaki örnek ifadede, insan bedeni doğru şekilde idare edilmesi gereken bir mekanizma olarak kurulurken, hem içecekler, hem de bedenin olası tepkileri dışarıdan bir dikkat ile gözlenmektedir.

Örnek ifade 5:

“İçtiklerine dikkat ediyorsun musun? Unutma ki eğer göbeğini eritmek istiyorsan sadece yediklerine değil içtiklerine de dikkat etmelisin. (Daima) Su: Suyu ana içeceğin olarak görmelisin. Kaslarının yüzde 80’i sudan oluşan bir canlı olarak her gün bol bol su içmeliyiz. Ama çok abartmaya da gerek yok. Günde üç adet 500 ml’lik şişelerden içersen gereksinimini rahatça karşılayabilirsin. (Ara ara) Çay: Dünyadaki içilme oranına bakıldığında suyun ardından ikinci sırada çay geliyor. Çayın faydası içindeki antioksidanlardan kaynaklanıyor. Bunlar kansere karşı etkili. Kahve: Aynı çay gibi kahvedeki bileşimler de vücut için faydalıdır ve çok az kalori içerir. Günümüzdeki sorun etrafta birçok kahve seçeneğinin bulunması. Eğer illa canın bunlardan çekiyorsa, o zaman içmeden önce içeriğinde ne olduğuna dikkat et. (Az miktarda) Alkol: Günde bir veya iki kadeh alınan alkolün hem iyi, hem de kötü yanları var. Her ne kadar kalp hastalıkları riskini azaltıyor olsa da kalori bakımından olumsuzdur. Ayrıca içki içmek insanın karnını acıktırır. Alkolün yağ, karbonhidrat ve proteinlerden farkı, bedende

*biriktirilmiyor olmasıdır. Vücutta hazmedilene kadar yağ yakma işlemi durduğu için, hemen kullanılması gerekir. O yüzden her yeni kadehi alırken durup düşünmekte fayda var.*¹⁴

Yorum repertuarı 4: Mutluluk ve haz yönelimi

Postmodern benlik ve beden dış dünyadan gelen uyarıcılara gereksinim duyar. Bedenin kendisini tüketimci ortamda zengin uyarıcılara, dolayısıyla zengin bir deneyim potansiyeline olabildiğince açması beklenir. Ancak bu gereklilik, bireyin bedensel uygunluk üzerindeki denetimini azaltır. Buradaki paradoks, dış dünyadaki deneyimler arasında seçim yapmakla ilgilidir. Seçici olmak, ulaşılabilir duyum kaynağını yoksullaştırabilir, bedenin bilinmeyen birçok şeyi tatmasını engelleyebilir. Bu aşılması güç problem, tüketim ürünlerinde somutlaşır (Bauman, 2001:162). Bauman örnek olarak yemek ve diyet kitaplarının her zaman çok satanlar listesinde olduğuna işaret eder. Yemek kitapları duyum koleksiyoncusu açısından haz veren ama zararlı ve ayartıcı olabileceken, diyet kitapları birincinin hazzından doğan zararları bertaraf etme amacı taşımaktadır.

Bu anlamda spor ve beslenme, kendileri birer haz aracı olmalarının yanında, yaşamdan tat alma yolundaki duyarlılığı arttıran müdahale teknikleridir. Fakat bu müdahalelere postmodern nitelik kazandıran şey, bunların, modernliğin ülküsü olan bütün insanlar için belli bir düzeyde yaşam kalitesi standardını yakalama hedefi yerine, refah ve mutlulukları zaten garantiye alınmış insanların “daha fazla mutluluğu”na yönelmiş olmasıdır (Bauman, 2001:108).



Resim 10

Resim 11

Resim 12

Yukarıda alıntılanan örnek ifadelerle eşlik eden Resim 10, 11 ve 12 mutluluk ve haz yönelimi bir beden algısını ortaya koymaktadır. Burada somutlaşan benlik prototipi açısından bakılırsa, uzman bilgisi ve teknoloji, belli bir ekonomik sosyo-kültürel standarda, belli bir benlik ve beden algısına sahip bir grup insana yönelik, sağlık, güzellik ve mutluluk sağlayan müdahale araçlarıdır. Burada kendi ve başkaları için estetik bir hazzın kaynağı olan bir beden imajı ön plana çıkar. Beden daha estetik ve duyumlara açık hale getirilirken, kişi, kendi bedeninin heykeltıraşı gibidir. Bu çabalar ile fazlalıkların atılması, kusurlu yanların düzeltilmesi, bedenin neredeyse fetiş bir estetik nesneye dönüştürülmesi mümkündür. Öte yandan görsel metinlerde, gerçek hayatın tüm trajedisinden soyutlanmış, adeta gerçek dışı kurgusal bir zaman ve mekâna ait beden imgesi, kişiyi bir süreliğine, vekâleten de olsa kendi sıradan gerçekliğinin dışına taşıma kapasitesine sahiptir ki hazzın esas kaynağı budur.

¹⁴ <http://www.womenshealth.com.tr/ictiklerine-dikkat-ediyor-musun/>

Sonuç

Ele alınan üç beden, üç eksen de değerlendirilebilir. Dünyaya büyüsunü iade etme girişiminin sonucu olan *zen* beden, ‘narsisizm kültürü’ne özgü bir faillik taşıyan *fit* beden ve kişinin kendi, öteki ve dünya ile yeni bir etkileşim kurma ihtiyacını taşıyan *siborg* beden. Bu üç beden prototipinin ortak tarafı narsisizmin ortak tonlarına sahip olmasıdır. Narsisizmde arzunun giderilmesinin yolları abartılı bir haldedir ve narsisizm kültüründe birey kendini bir haz dünyasına adanmıştır. Neşeyi, hafifliği, hazzı ve sağlık ve güzellik uğruna bedene müdahaleyi merkeze alan bir beden prototipi *fit* beden olarak karşımıza çıkar. Bu anlamda *fit* beden popüler kültür endüstrisi ve tüketim dünyası ile uyum içindedir ve *fit* bedene ulaşma arzusunun daha merkezi bir konuma yerleştiği, dolayısıyla onun *zen* beden ve *siborg* bedene göre hegemonik gücünün daha yüksek olduğu gözlenebilir.

‘Dünyanın kutsallığından arınması/çıkması’ ya da ‘dünyanın büyüsunün bozulması’ olarak dilimize çevrilen ‘*desenchantment*’ kavramı bilinemez, irrasyonel ve batıl olanın kontrol altına alınışını ifade etmektedir (Bilgin, 1995: 34-58). Yeniçağ söylemi, yaşama büyüsel olanı tekrar kazandırırken bunu, bilimci ve rasyonel bir gerçeklik üzerinden yapar. Bu girişim, her ne kadar modernitenin eleştirisini yapıyorsa da benlik, bireycilik ve dünyevileşme üçgeninde onun temelleri üzerinde yükselir. Temsil ettiği yaşam biçimleri farklılaşsa da, klasik güzellik, *fit* beden ve dinginlik arayışındaki *zen* beden, modernliğin idealleri ile tutarlıdır. Bauman’a göre modern beden ideali, ölçülülük ve ılımlılık, dinginlik, sükûnet ve istikrar ilkesince yönlendirilen Rönesans tipi bir armoniye bağlıydı; mükemmellik, daha fazla ilerlemenin imkânsız olduğu bir son nokta, “bütün hareketlerin durduğu bir durum olarak görülüyordu” (Bauman, 2001:163). Klasik güzellik ve *zen* beden bu armoniyi nesneleştirirken, *fit* bedende ölçülülük ve istikrar ağırlık kazanır. Bunun yanında klasik güzellik, belli bir yaşa ve konuma uygun ulaşılabilen en iyi durumu korumaya odaklı iken, *zen* beden ile *fit* beden için önemli olan bedende nesneleşen, bedeni merkeze alan yaşam tarzını sürdürmek, mükemmelliğe ulaşma yolunda motivasyon ve çalışmanın sürekliliğini korumaktır.

Sağlıklı yaşam, güzellik ve bedene teknik müdahale konuları, beslenme, egzersiz, uyku gibi gündelik yaşama ilişkin çeşitli rutinleri disipline eden, biyoloji temelli bir iktidar alanı içindedir. Bu iktidar ilişkileri medya aracılığıyla etkili şekilde yürütülür. Dünyada ve ülkemizde sayısız dergi ve gazete ya da TV programı bu konuları merkeze alır. Bu yayınlarda bir yandan ‘iş ya da aile yaşamında stres ve bunalım ile nasıl baş edilebilir’, ‘hangi besinler mutluluk hormonu salgılamayı destekler’ gibi konular gündeme gelirken, aynı zamanda büyük bir sebat, zaman ve maddi güç gerektiren uygun benlik ve bedene ulaşma baskısı ve çabası bir stres kaynağı olarak görülmez.

“Popüler kültürün göz önünde tutulması gereken en önemli özelliği, onun hem hegemonik ideolojiye ait öğeleri, hem de ‘acılar içindeki’ insanlığın özgürleşme beklentilerini yansıtan karşıt ideolojik öğelerini birlikte içinde barındırmasıdır.”

Oskay, 1980:250

Öte yandan günlük düşünce, ideolojik dilemmalar ile kuşatılmıştır (bkz: Billig ve ark, 1988). Günümüzde bilimsel ve rasyonel düşüncenin eleştirisi, aşırı bilimselleşme ve rasyonelleşmeyle yan yana yürür. Kişi, yalnızca sağlık ve güzellik çabasında değil, yaşamın her alanında dilemmayı yaratan tarafların çeşitli savları arasında gidip gelerek durumunu tartışmak zorundadır. Dilemmalar, tartışmayı sürekli ve canlı tutarken insan için çoğu zaman etik temelde çözülmeyi bekleyen bir sorun alanını inşa eder. Sağlık ve güzellik bağlamında dilemmalardan daha belirleyici olan gerçek ise insanın maddi olarak sahip oldukları ile sınırlı bir dünyada yaşamasıdır. Bu durum arzu ile imkânsızlıkları bir arada tutar ve huzurlu ve barışık olmayı daima gölgeler.

“Aşırı rasyonellik ve rasyonalite karşıtlığının bir aradalığı, bugün birçok insana ıstırap veren yersizlik, deplasmanda olma, acı ve yoksunluk (*duyguları*) ve ‘her şeye sahip olabilirsiniz’ ile insanların sınırlılıklarının gerçekliği arasındaki zıtlıktan beslenir”

Lasch, 1991:248

Günlük hayatta hemen her yerde görebileceğimiz *fit* bedene ait imgelerde dijital fotoğraf tekniklerinin müdahalesi bulunan, yalıtılmış mutluluk ve haz anları resmedilmektedir. Kendini şımartarak, hayatın stresinden uzaklaşmaya çalışan, egzersizle güçlü, hafif, güzel ya da antik Yunan ve Roma heykellerinin ete kemiğe bürünmüş versiyonlarını temsil eden bu imgelerde çalışarak hak edilmiş sağlık, mutluluk ve haz ile birlikte bir güzellik ve ölümsüzlük mitosu kurulur. Bu vadin insanlar arasında inandırıcılığı ve sıradan yaşamlardaki yansıması ise gelecek çalışmalarda ele alınmaya değer bir konudur.

KAYNAKÇA

- BAUMAN, Z. (2001). *Parçalanmış Hayat: Postmodern Ahlak Denemeleri*, çev. İsmail Türkmen. İstanbul: Ayrıntı.
- BELL, D. (2001). *Introduction to Cybercultures*. New York: Routledge.
- BİLGİN, N. (1994). *Sosyal Bilimler Kavşağında Kimlik Sorunu*. İzmir: Ege Yayınevi.
- BİLGİN, N. (2003). *Sosyal Psikoloji Sözlüğü. Kavramlar, Yaklaşımlar*. İstanbul: Bağlam.
- BILLIG, M., CONTOR, S., EDWARDS, D., GANE, M., MIDDLETON, D. & RADLEY, A. (1988). *Ideological Dilemmas*. London: Sage.
- EDLEY, N. (2001). Analysing masculinity: interpretative repertoires, ideological dilemmas and subject positions, in M. Wetherell, S. Taylor & S. J. Yates (eds.), *Discourse as Data: a Guide to Analysis*, pp. 189–228. London: Sage.
- EDWARDS, D. & POTTER, J. (1992). *Discursive Psychology*. London: Sage.
- FOUCAULT, M. (2005). *Özne ve İktidar, Seçme Yazılar 2*, der. I. Ergüden ve T. Birkan, çev. I. Ergüden ve O. Akınhay. İstanbul: Ayrıntı.
- FOUCAULT, M. (2007). *Security, Territory, Population: Lectures at the College de France, 1977-78*, in M. Senellart (ed.). Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- GAGGLIOLI, A., VETTORELLO, M. & RIVA, G. (2003). From cyborgs to cyberbodies: the evolution of the concept of techno-body in modern medicine, *PsychNology Journal*, pp. 75-86.
- GIDDENS, A. (1991). *Modernity and Self-Identity*. Cambridge: Polity.
- GIDDENS, A. (1994). Living in a post traditional society. U. Beck, A. Giddens, S. Lash (ed.), *Reflexive Modernization: Politics, Tradition and Aesthetics in Modern Social Order*, pp. 56-109. Cambridge: Polity.
- GUTMAN, H. (1999). Bir benlik teknolojisi: Rousseau'nun itirafları. *Kendini Bilmek*, çev. G. Ç. Güven, ss. 76-101. İstanbul: Om Yayınevi.
- HARAWAY, D. (2006). *Siborg Manifestosu*, çev. O. Akınhay. İstanbul: Agora Kitaplığı.
- IŞIK, E. (1998). *Beden ve Toplum Kuramı*. Ankara: Bağlam.
- KESKİN, F. (2005). Özne ve İktidar. Foucault, M. *Özne ve İktidar, Seçme Yazılar 2* içinde, der. I. Ergüden ve T. Birkan, çev. I. Ergüden ve O. Akınhay, ss. 11-24. İstanbul: Ayrıntı.
- LASCH, C. (1991). *The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminishing Expectations*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.
- MOSCOVICI, S. (1984). The phenomenon of social representations. R. Farr & S. Moscovici (eds.), *Social Representations*, ss. 3-69. Cambridge/Paris: Cambridge University Press, Maison des Sciences de l'Homme.
- MOSCOVICI, S. (1988). Notes towards a description of social representations. *European Journal of Social Psychology*, Vol. 18, pp. 211-250.
- MUL, de J. (2008). *Siberuzayda Macera Dolu Bir Yolculuk*, çev. A. Özdamar. İstanbul: Kitap Yayınevi.

- OSKAY Ü. (1980). Popüler kültür açısından 'ideoloji' kavramına ilişkin yeni yaklaşımlar, *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, s.XXXV, Aralık-Ocak.
- POTTER, J. (1996). *Representing Reality: Discourse, Rhetoric and Social Construction*. London: Sage.
- POTTER, J. & WETHERELL, M. (1987). *Discourse and Social Psychology*. London: Sage.
- REYNOLDS, J. & WETHERELL, M. (2003). The discursive climate of singleness: the consequences for women's negotiation of a single identity. *Feminism and Psychology*, 13(4), pp. 489-510.
- SENNETT, R. (2002). *Kamusal İnsanın Çöküşü*, çev. S. Durak ve A. Yılmaz. İstanbul: Ayrıntı.
- SHILLING, C. (1993). *The Body and Social Theory*. London: Sage.
- SHOTTER, J. (1997). The social construction of our inner selves. *Journal of Constructivist Psychology*, Vol 10 (1), pp.7-24.
- TOURAINÉ, A. (1994). *Modernliğin Eleştirisi*, çev. H. Tufan. İstanbul: YKY.
- VIRILIO, P. (2003). *Enformasyon Bombası*, çev. K. Şahin. İstanbul: Metis.
- WETHERELL, M. & POTTER, J. (1988). Discourse analysis and the identification of interpretative repertoires. C. Antaki (ed.), *Analysing Everyday Explanation*, pp. 168-183. London: Sage.
- WETHERELL, M. & POTTER, J. (1992). *Mapping the Language of Racism: Discourse and the Legitimation of Exploitation*. London: Harvester Wheatsheaf.