

Sevinçte Zihinsel Fonksiyonlar

(Reşat ÖNDER)

Sevinç heyecanının, insan üzerine fizyolojik ve psikolojik tahribi en az olan bir heyecan olduğunu belirtmiştik. İnsanları birbirine en çok yaklaştıran, yaşamı manalandıran bir heyecan çeşidi olduğunu, ancak insanı üzen bazı olumsuzlukları yaratabileceğini vurgulamıştık. Burada aşırı sevincin zihin üzerine etkisine değineceğiz. Zihinsel işlevlerin yozlaşması, kişinin tavır ve davranışlarının kontrolsüz hale gelmesi, ilkelleşmesi demektir. Buda insanlar arası ilişkilerde ciddi rahatsızlıklar doğurur. Bugün içinde yaşadığımız uygarlık şartları, bir çok duygusal tepkilerin baskı altına alınmasına yol açmaktadır. Medeni hayatta öfke, sevinç, kıskançlık gibi duyguların aşırı şekilde açığa vurulması hoş karşılanmaz. Duygusal hassasiyet makbul sayılmakta beraber hislerin itidal ile ifadesi istenir.¹ İnsan heyecanlarına hakim olmayı, bunları belli şekillerde ifade etmeyi bulunduğu topluma, aldığı eğitime ve zeka seviyesine göre ayarlar.²

Duygular, çok yeğün olduğu zaman, çalışmalarımızı aksatır, uyumumuzu zorlaştırabilir. Organizmayı psikolojik ve fizyolojik yönden bütünüyle sarsan bir heyecan hali, yapıcı faaliyete izin vermez.³ Doğru, kesin ve objektif algılamayı çok kere engeller. Bu yüzden çok heyecana kapılmış kişilerin mahkemelerde tanıklığı makbul değildir. Ana-babanın çocuklarının kusurlarını göremeyeceği sık sık tekrarlanan bir gerçektir. Doktorlar kendi yakınlarına teşhis koymazlar. Aşırı particiler, memleket olaylarını gerçekte olduğu gibi kavrayamazlar. Bir insan çok sevdiği bir kimseyi tam objektif olarak değerlendiremez. **Bir insan sevdiklerinin kusurlarını, sevmediklerinin ise iyi taraflarını görmekte zorluk çeker.**⁴

Çoğunlukla şiddetli duygular olumsuz davranışlara yol açarlar.⁵ Örneğin; bir seçim sonrası kazanan partinin mensuplarının veya bir maç sonrası kazanan takımın taraftarlarını aşırı sevinç taşkınlıklardan doğan üzücü olaylar bunlardandır. Ayrıca her heyecan kanağanlığı kolaylaştırır; harp sırasında en doğruya benzemez hikayeler itibara mazhar oluyordu . Halk kitleleri kanağandır.⁶ Bundan dolayı gurup ve toplulukların provake edilmeleri çok kolaydır.

Sevincin bile sonu çoğu zaman faydasız ve asabî bir taşkınlıktır.⁷ Prof. Dr. **Özcan Köknel**, “*Alkolden Eroine Kişilikten Kaçış*” adlı yapıtında şöyle anlatmaktadır: “Duygulanım yaşantısı, aşırı, ölçüsüz, gereksiz neş’e ve sevinç durumuyla dikkati çeker: çoğunlukla aşırı ve marazi neş’e durumu biçiminde

¹ BAYMUR, a.g.e., s. 65.

² BAYMUR, a.e., s. 64.

³ BAYMUR, a.e., s. 65.

⁴ BAYMUR, a.e., s. 118.

⁵ KÖKNEL, a.g.e., s.19.

⁶ GUILLAUME, a.g.e., s.276.

⁷ GUILLAUME, a.e., s.85.

ortaya çıkar. Marazi neş'e (euphoria) elverişsiz koşullarda bile insanın kendisini çok güçlü, mutlu, rahat, sevinçli olarak değerlendirmesi, bu durumunu sürekli olarak düşünce ve hareketleriyle dışarıya yansıtmasıdır. Alkol, uyuşturucu ve uyarıcı maddeleri kullanmaya yeni başlayanlar balayı dönemi adı verilen ve kısa süren marazi neş'e durumu yaşarlar.⁸ Hıfz-ı sıhhat (sağlığı koruma) bilginleri aşırı derecede sevincin tehlikeli olduğunu bildirmişlerdir. Yunan hekimlerinden bazıları ve diğer bazı filozoflar, sevinç hastalığına yakalayıp ölen kişilerden söz etmişlerdir.⁹

⁸ HANÇERLİOĞLU, Ruhbilim, a.g.e., "Haz" mad.

⁹ RIFAT, a.g.e., s.273.