

UYKUNUN POLİTİK TARİHİ

ANTİK DÜNYADAN GÜNÜMÜZE GECE VE İKTİDAR

ALİ MURAT İRAT



ALİ MURAT İRAT

Felsefe ve Eczacılık alanında lisans, Siyaset Bilimi ve Farmakoloji alanında iki ayrı doktora derecesine sahip olan İrat, siyaset bilimi çalışmalarında kimlik, etnisite ve milliyetçilik teorilerine odaklanmakta; felsefi tartışmalarını beden felsefesi, ölüm ve eros kavramlarıyla sürdürmektedir. Modern ve geleneksel toplumlarda aşk ve ölüm deneyimlerini de karşılaştırmalı biçimde inceleyen İrat, bireysel varoluş sorularını toplumsal yapılarla kesiştiren özgün bir perspektif sunmaktadır. Paris'te École Normale Supérieure'de davetli araştırmacı olarak da bulunan İrat'ın disiplinlerarası yürüttüğü çalışmaları BirGün, Birikim, Bilim ve Ütopya, Ayrıntı, Natama gibi dergilerde yer bulmuş; uluslararası toplantılarda yaptığı sunumlar ve televizyonda katıldığı tartışmalar, toplumsal sorunlara dair düşünsel katkılarının geniş bir çevrede görünür olmasını sağlamıştır.

Başlıca eserleri: *Peygamberden İŞİD'e Modern Dünyada İslami Yaklaşımlar* (2015), *Yalnızlığa Övgü* (2017), *Yitik* (2018), *Aşkım Tarihi-Doğumundan Ölümüne Eros* (2021), *Bin Yılın Aşk Mektupları* (2021, Sıla Gençoğlu ile birlikte), *Gölgede Büyüyen Kimlik: Kürt Sağı* (2025)

İÇİNDEKİLER

PROLOG	13
SERÇENİN UYKUSU	18
GEÇENİN OĞLU UYKU	25
İKİZ KARDEŞLER: UYKU VE ÖLÜM	29
ZEUS’UN UYKUSU	34
TAPINAKTA ŞİFA UYKUSU	39
PLATONİK HYPNOS	47
ARİSTOTELES: UYKU VE RÜYALAR ÜSTÜNE	70
ROMA’NIN UYKUSUZLUĞU	77
KEŞİŞİN UYKUSU	92
ORTAÇAĞ ŞEHRİNİN UYKUSU	106
GÜNEŞ KRAL’IN UYKUSU	119
CADININ UYKUSU	128
KARANLIĞIN FETHİ	138

LAMBALAR VE POLİSLER	142
FABRİKALARIN UYKUSU	149
DİNLENMENİN KAYBI	153
BEDENİN UYKUSU	158
MAKİNE BEDENİN UYKUSU	164
BEDENDEN BİLİNÇALTINA: FREUD’UN UYKUSU	169
İŞÇİNİN UYKUSU	176
İŞÇİLERİN DUYGULARI KEŞFEDİLİYOR	182
UYKU İLAÇLARINI KİM KULLANIYOR?	186
YETERİNCE “UYU”DAN, “FAZLA UYUMA”YA	191
UYANIK İŞÇİNİN DOĞUŞU	197
EVSİZLERİN UYKUSU	206
“SON BİR KEZ TELEFONUMA BAKAYIM”	213
GÖZLERİNİ KAPATAN HAYVAN	220
KAYNAKÇA	225
DİZİN	238

PROLOG

Kendimi bildim bileli gün ışııyla aram pekiyi olmadı. Nedenini bilmiyorum. Okul yıllarım boyunca da erken kalkmaktan nefret ettim. Zamanımın görece bana ait olduğu dönemlerde ise, dersim ya da işim yoksa geceleri okur, sokaklarda dolaşır, yazar ya da müzik dinlerdim. Ama asla erkenden uyumazdım. Erken uyumaya ve erken uyanmaya karşı her zaman bir sevgisizliğim oldu.

Yazmayı da, konuşmayı da, düşünmeyi de geceleri daha çok seviyordum. Uykuya teslim olmayı da seviyordum ama uyanacak olmak benim için hep bir kaygı meselesiydi. Çoğu zaman uyanma kaygısını yenebilmek için uyumak istemedim. Gecenin biraz daha uzamasını, sabahın biraz daha geç gelmesini istedim. Ama uyku geldiğinde kendimi ona büyük ve huzurlu bir teslimiyetle bıraktım.

Elbette geceyi neden bu kadar sevdiğimi kendime sordum. Verdiğim cevapta ilk bakışta bir çelişki vardı: Bir yandan gecenin, gündüzün aceleciliğinden arınmış yavaşlığını; diğer yandan şehrin ve insanların geceyle birlikte bambaşka bir ritme, hatta kendilerine özgü bir hıza kavuşmalarını seviyordum. Gece hem yavaşlıyor hem de kendine özgü, farklı bir hız kazanıyordu. Biraz düşününce, bu çelişkinin aslında gecenin mümkün kıldığı başka bir yaşam biçiminden kaynaklandığını fark ettim. Toplumun baskısı, denetimi ve beklentileri karanlıkla birlikte bütünüyle ortadan kalkmasa da gevşiyor; insan, gündüz kendisine biçilen rollerden bir ölçüde uzaklaşabiliyordu. Gündüzün içinde hız da yavaşlık da vardı elbette fakat geceninkiler toplumsal bağlardan görece azade, biraz daha insana ait ritimlerdi.

Benim için dünya sessizleşiyor, toplum geri çekiliyor ve geriye yalnızca düşüncelerimin ya da sevdiklerimin sesi kalıyordu. Kendimi en çok o saatlerde kendime ve sevdiklerime ait hissediyordum. Her şey tıpkı bir Turgut Uyar şiiri gibi geliyordu bana: “Bu karanlık böyle iyi aferin Tanrıya/ Herkes uyusun iyi oluyor hoşlanıyorum/ Hırsızlar polisler açlar toklar uyusun/ Herkes uyusun bir seni uyutmam bir de ben uyutmam/ Herkes yokken biz oluruz biz uyumayalım.”

Ne var ki insanın hayatını, sevdiği saatlere göre düzenleme lüksü pek olmuyor. Aile, okul, çocuklar, ebeveynler, iş... Hepsi zamanı kendi ihtiyaçlarına göre yeniden örgütlüyor. Sabahları ne zaman uyanacağımızı, günün hangi saatinde çalışacağımızı, ne zaman dinleneceğimizi, hatta ne zaman uyumuzun gelmesi gerektiğini bile büyük ölçüde onlar belirliyor. Hayatın insana oynadığı en zarif oyun belki de bu: Bizze ait bir zamanı yaşadığımızı sanıyoruz; oysa çoğu zaman kendi zamanımızdan çok, başkalarının zamanı içinde yaşamayı öğreniyoruz.

Dolayısıyla bu kitap yalnızca geceye duyduğum sevgiden değil, aksine ona olan sevgimin ve ilgimin sürekli kesintiye uğramasından doğdu. Çünkü insan, ne zaman uyuyacağına yalnızca kendisinin karar verdiğini sanıyor; oysa her sabah yatağının başucunda görünmeyen bir kalabalık bekliyor: aile, okul, iş, şehir, devlet, makineler ve artık hiç susmayan ekranlar... Hepsi gecedен ve uykudan bir parça istiyor, hepsi bedenimiz için başka bir saat kuruyor. Başlangıçta kendi hayatımda beliren küçük bir aksaklık gibi gördüğüm şeyin, yüzyıllar boyunca sayısız insanın uykusuna dokunmuş büyük bir tarihin içimdeki yankısı olduğunu zamanla anladım. Bu kitap da tam orada, en mahrem sandığımız yerde başladı: Gözlerimi kapattığımda dünyanın benden çekilmediği, tersine bütün ağırlığıyla yatağımın kenarına oturduğu yerde.

Ancak kitabı yazmaya başladığımda beni daha fazla uykusuz günlerin beklediğini bilmiyordum. Tam da bu günlerde, hayat bu çalışmanın dışında kalmayı reddetti.

Babam mesane kanseri nedeniyle uzun ve zorlu bir tedavi sürecine başladı. Hastaneler, ameliyat günleri, patoloji sonuçları ve kontrol tarihleri... Bir hastane odasında Ortaçağ manastırlarında gece ibadetlerini okuyorken, ertesi gün ameliyat sonrası bakım üzerine doktorların söylediklerini dinliyordum. Tarih ile gündelik hayat birbirine karışmıştı.

Aynı dönemde annemin Alzheimer hastalığı ilerledi. Belleğin insanı bir anda değil, yavaş yavaş terk edebildiğini ilk kez bu kadar yakından görüyordum. Bazen çok eski zamanlara ait ayrıntıları büyük bir açıklıkla anlatıyor ancak birkaç dakika önce yaptığımız konuşmayı yeniden ve defalarca soruyordu. Hafızanın yalnızca unutmakla değil, zamanı kendine özgü bir biçimde yeniden kurmakla da ilgili olduğunu düşündüren tuhaf bir deneyimdi bu.

Ama hepsi bu kadarla kalmadı. Kitap ilerliyordu ama hayat da bildiği gibi ve bizlerin ne kadar önemsiz olduğunu hatırlatırcasına akıyordu. Doğduğu günden beri serebral palsiyle yaşayan ablam yoğun bakıma alındı. Bu satırları yazarken hâlâ oradaydı. O günlerde şunu fark ettim: Her hastalığın kendine özgü bir zamanı vardı. Kanser, sonucu beklemenin; Alzheimer, yavaş yavaş vedalaşmanın zamanıydı. Yoğun bakım ise saatlerin bile ilerlediğinden emin olamadığımız bir bekleyişti. Aynı takvimin içinde yaşıyor olsak da her biri zamanı bambaşka bir ritimle akıtıyordu.

Bu olayları burada kişisel bir hikâye anlatmak ya da kitabın yazılma sürecini dramatize etmek için aktarmıyorum. Hayatın güçlükleri ne yalnızca bana özgü ne de yaşadıklarım başkalarınınkinden daha ağır. Sıkıntılar ve acılar yaşama dair. Fakat bunlar kitabın yazıldığı yılların sessiz arka planını oluşturdular. Başlangıçta yalnızca tarihsel bir araştırma konusu gibi görünen beden, uyku, kırılganlık, bekleyiş ve gece, zamanla araştırmanın nesnesi olmaktan çıkıp gündelik hayatın sıradan gerçeklerine dönüştü.

Bu yaşananlar, araştırmanın yönünü değiştirmede fakat bazı kavramların ağırlığını değiştirdi. Daha önce tarihsel bir

olgu olarak üzerine düşündüğüm beden, bekleyiş, uyku, kırılğanlık ve gece, artık yalnızca okuduğum metinlerin değil, gündelik hayatımın da parçasıydı. Tarih, Tanrı ve hayat birbirine karışınca insan, aynı cümleleri yeniden okumaya ve farklı yorumlamaya başlıyor. Yüzyıllar önce yazılmış bir metin, birden bugünün diliyle konuşabiliyor. Belki de tarih dediğimiz şey tam olarak budur: Geçmişin, yaşadıklarımız aracılığıyla her defasında başka bir anlamla bugüne dönmesi.

Bu yüzden elinizdeki kitap yalnızca arşivlerde, kitaplarda, eski metinlerde ve bilimsel çalışmalarda biçimlenmedi. Yazdıklarımın bir kısmı hastane koridorlarında belki yeniden anlam kazandı; bir kısmı gece yarısı çalan telefonlarla, ertelenen uykularla ve sabah hiçbir şey olmamış gibi çalışma masasına dönmek zorunda kaldığım günlerle sınandı. Kitabın içinde tarihle bugünün, okuduklarımla yaşadıklarımın zaman zaman birbirine yaklaşması bundandır. Çünkü bazı kavramları anlamak için onları yalnızca okumak yetmiyor; hayatın bir gün gelip o kavramları insanın önüne bütün ağırlığıyla koyması gerekiyor.

Bu kitabın düşünsel başlangıçlarından biri, A. Roger Ekirch'in geçmişte insanların geceyi "birinci uyku" ve "ikinci uyku" olarak ikiye böldüğünü gösteren çalışmalarıydı. Bugün doğal ve değişmez sandığımız kesintisiz sekiz saatlik uykunun, aslında belirli bir tarihin ürünü olduğunu görmek beni derinden etkiledi. Ardından gecenin aydınlatılması, manastırların vakit düzeni, saray ritüelleri, fabrikaların saatleri, vardiyalı çalışma, uyku ilaçları, amfetaminler ve nihayet yatağımıza kadar giren telefonlar geldi. Bir süre sonra uykunun yalnızca biyolojik bir ihtiyaç olmadığını; dinin, iktidarın, emeğin, bilimin ve teknolojinin üzerinde iz bıraktığı tarihsel bir alan olduğunu daha açık görmeye başladım. Elinizdeki kitap, insanın gözlerini kapattığı o en savunmasız anda bile tarihin ve iktidarın dışında kalamadığını anlatma çabasından doğdu.

Bu süreçte, kitabın son hâlini almasında, doğrudan ya da dolaylı olarak birçok insanın değerli katkısı oldu. İçerik üze-

rine yaptığımız tartışmalarla düşüncelerimi yeniden gözden geçirmemi sağlayan Cansev Özkezer'e; metnin belirli bölümlerini dikkatle okuyup düzeltmeleriyle katkıda bulunan Esra Kırtay'a; kitabın yayımlanması için gösterdiği gayreti ve desteği her aşamada hissettiren değerli editörüm Cansu Aksoy'a ve kitaplarla kurduğu ilişki sayesinde çalışma heyecanımı her zaman diri tutan Okay Bensoy'a içtenlikle teşekkür ederim. Çalışmalarım sırasında özverili çalışmalarıyla desteklerini her zaman hissettiren çalışma arkadaşlarım Gülüzar Karayılan ve Tuğba Darı da bu kitabın gizli mimarlarındandır. Metindeki bütün eksiklik ve hataların sorumluluğu ise elbette yalnızca bana aittir.

ALİ MURAT İRAT, 25 TEMMUZ 2026
KAVAKLIDERE