FELSEFİ DANIŞMANLIK

Kuramlar ve Perspektifler

Genel Editör
Mustafa Çevik

Cilt Editörleri
Hüseyin Sarıoğlu
Nebile Eroğul

FELSEFİ DANIŞMANLIK
Kuramlar ve Perspektifler
2.cilt

Genel Editör
Mustafa Çevik

Cilt Editörleri
Hüseyin Sarıoğlu
Nebile Eroğul

Takım ISBN: 978-625-92983-2-0
2.Cilt ISBN: 978-625-92983-4-4

FELSEFİ DANIŞMANLIK
Kuramlar ve Perspektifler

Genel Editör
Mustafa Çevik

Cilt Editörleri
Hüseyin Sarıoğlu
Nebile Eroğul

ÖNSÖZ

İçinde bulunduğumuz modern dünyanın temel parametreleri insan yaşamında birçok kolaylıkla birlikte devasa sorunlar ve buhranlar üretmiştir. Sanayi devrimiyle birlikte ortaya çıkan sosyal, siyasal ve ekonomik dönüşümler, kentleşme ve nüfus artışı gibi sorunlar, geleneksel dünyayı derinden sarsan büyük çıkmazları da beraberinde getirmiştir. Günümüzde insanlar kitleleşen toplumda yalnızlaşan, devlet ve siyasal iktidar süreçlerine katıldıkça tikelleşen süreçler yaşamaktadırlar. Modern psikolojinin doğması ve diğer bilimlerden bağımsız hale gelmesi de büyük oranda yalnızlaşan insanların sorunlarına çözümler üretmek motivasyonuyla olmuştur. Bu çerçevede yaşadığımız çağda birçok bilimsel yöntem ve teknik geliştirilmiş; danışmanlık ve koçluk gibi yeni meslek dalları üzerinden daha çok insana ulaşılmıştır.

Modern psikolojinin konu, problem, yöntem ve teknikleri, esasında felsefenin öteden beri ilgilendiği hususlardır ama felsefenin 'soyut' ve 'devasa' diğer sorunları yüzünden filozoflar, uzun süre yaşamın pratik alanlarına ilgisiz kalmışlardır. Ancak yirminci yüzyılın sonlarına doğru Almanya ve Amerika Birleşik Devletleri'nde felsefeyi yaşam ve gündelik sorunlarla bir araya getiren, pratik bilgelik alanı olarak nitelenen ''felsefi danışmanlık'' alanı ortaya çıkmıştır. Bu çerçevede psikolog ve psikoterapistlerin icra ettiği süreçlere ışık tutan, onları geliştiren felsefi danışmanlık, farklı bir bakış açısıyla insanların sadece anksiyete, depresyon, ilişki sorunları, ailevi sorunlar, ölüm korkusu, yas süreçleri gibi ruhsal sorunlarıyla değil aynı zamanda yaşamın anlamı, etik değerler, toplumsal süreçlere katılım gibi konuları da içine alan bir perspektif sunmaktadır.

Ülkemizde de uygulamalı felsefe ve felsefi danışmanlık alanında yeni gelişmelerin olduğu hem sivil alanda hem de üniversitelerimizde kurumsallaşmaların başlandığı görülmektedir. Bu çerçevede 2024 yılında kurulan Felsefi Danışmanlık Derneği ve Ankara Sosyal Bilimleri Üniversitesi, felsefi danışmanlığın teorik ve pratik boyutlarını içeren çalışmaların değerlendirilip bilim dünyasının dikkatine sunulacağı akademik bir platforma ev sahipliği yapacağını duyurmuş ve tüm ilgili kişi ve kurumları ''I. Uluslararası Felsefi Danışmanlık Kongresi''ne davet etmiştir. Bu kongrede sunulan bildirilerden seçilen metinler bu kitapta bir araya getirilmiştir. Elinizdeki eserde Antik okullardan günümüz felsefi akımlarına kadar felsefi danışmanlığın tarihsel bir seyri izlenmiştir.

TAKDİM

Prof. Dr. Musa Kazım ARICAN
Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Rektörü

İçinde bulunduğumuz çağı dijitalleşme ve yapay zekâ çağı olarak adlandırabiliriz. Bu süreçte, dijitalleşme sürecinin fırsatlarını ve imkanlarını dile getirmekten ve programlarımızı dijital teknolojilere entegre etme hususundan sıklıkla bahsedilmektedir. Ancak yakın bir zamanda yaşadığımız Covid-19 pandemi süreci ile insanların belli tehditlerle, korkularla bir anda kendi dünyalarına hapsedilebildiğini gözlemledik. Böyle süreçlerin insanı yalnızlaştırabildiğini ve insanı tecrit edilebildiğini gördük. İnsanların bireyselleştiği, içe kapandığı, yalnızlaştığı, intiharların arttığı, artık yalnızlık bakanlıklarının kurulduğu bir dünyaya doğru gidiyoruz.

Gelecek kuşakları daha zor bir dünyanın beklediğini düşünüyorum. Yapay zekâ teknolojilerinin, akıllı telefonların, bilgisayarların, internet oyunlarının insanları özgürleştirdiği ya da insanlara keyif ve mutluluk verdiği düşünülürken, aslında insanların mahkûm edildiklerini ve yanlış mecralara sürüklendiklerini gözlemliyoruz. Ben bu anlamda özellikle de dijital çağda felsefi danışmanlığın çok iyi tahlil edilmesi gerektiğini düşünüyorum.

Psikolojik danışmanlıkla felsefi danışmanlığın birbirinin alternatifi değil, aslında tamamlayıcıları olduğunu, iş birlikleri yapmaları gerektiği kanaatindeyim. Özellikle sosyal medya algoritmaları, filtre balonları, sahte ve yalan haberler, dezenformasyon ve post-truth söylemlerinin etkin bir biçimde rol aldığı dönemde felsefi olarak epistemik duruşlar çok büyük tehdit altındadır. Bunun yol açtığı ontik ve ontolojik sorunlar, aksiyolojik problemler, etik ve ahlaki sorunlar ortaya çıkmaktadır.

Aslında yapay zekâ teknolojilerini ve dijital mecraları, felsefi danışmanlık ya da felsefe anlamında daha çok konuşacağımız bir dönem içerisindeyiz. “Felsefenin Tesellisi”nin yazıldığı, Stoacıların felsefe yoluyla hayatın anlamını sorguladıkları ve dile getirdikleri, Spinoza'nın

Conatus ile hayata dair söylemlerinden, Kindî'nin "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri" ya da Ebû Bekir Zekeriyyâ er-Râzî'nin filozofça yaşam perspektiflerini bizce bugün tüm bu mecralar üzerinden yeniden düşünmek ve konuşmak zorundayız. Bu bağlamda da felsefi danışmanlığın bu yeni şartlar altında çok daha güçlü bir biçimde ihtiyaç duyulan bir pratiğinin olduğunu düşünüyorum.

Felsefi danışmanlık ve psikolojik danışmanlığın benzeştikleri, farklılaştıkları yerler de söz konusu ve bu anlamda özellikle dijital çağın zorlukları karşısında bu iki alanın sunmuş olduğu fırsatların iyi bir şekilde analiz edilmesi gerekmektedir.

Psikolojik danışmanlık ve psikoterapi; genel olarak zihinsel sağlığı korumak, bozuklukları tanımlama, tedavi etme, duygudurum düzenlemesi, davranışsal müdahalelerle bireyi destekleme amacı gütmektedir. Zihinsel rahatsızlıklara, patolojilere ya da davranışsal bozukluklara odaklanmakta, tanı koymakta, tedavi planı geliştirip alternatif stratejiler sunmaktadır.

Felsefi danışmanlık, bir başka deyişle "pratik felsefe" ya da "uygulamalı felsefe", filozofça düşünme yöntemlerinin kavramlarını, değer sorgulamasını, hayata dair temel sorunları merkeze almaktadır. Felsefi danışmanlar danışanın görüşlerini ahlak, anlam, kimlik, değerler sistemi, özgürlük, ölüm, adalet, siyaset felsefesinin tüm konularını vicdan, merhamet ve adalet gibi temel konularla birlikte irdelemektedir. Aslında felsefi danışmanlıkla birlikte bir tartışma ve kritik etme sürecinin de söz konusu olduğunu görüyoruz.

Felsefi danışmanlık, psikolojik patolojilerin teşhisini belki koyamamakta ama bireyin felsefi açıdan yaşam görüşünü birlikte sorgulayarak geliştirmesine imkân tanımaktadır. Bu anlamda bazı yaklaşımlar ve özellikle hibrit modellerin de geliştiğini görüyoruz. Psikoterapi ile felsefi danışmanların birleştirilmeye çalışıldığı yönelimler de var. Örneğin felsefi danışman danışanın değer inançlarını, mantıksal tutarsızlıklarını, kavramsal karışıklıklarını açığa çıkarıp tadil etmeye çalışmaktadır.

Bu hibrit ve entegratif yaklaşımlar filozofik yaklaşımla psikoterapiyi asla ayırmayıp birlikte bir model geliştirmektedir. Bu örneklerden bir tanesi de Mantık Temelli Terapi (Logic-based Therapy) dediğimiz yaklaşımdır. Aslında felsefi danışmanlık, mantıksal analiz ve bilişsel yönü birleştirmekte ve bu yaklaşım ile bireyin irrasyonel düşüncelerini mantıksal araçlarla çürütmek amaçlanmaktadır. Rasyonel Duygusal Davranış Terapisi (REBT) olarak adlandırılan yaklaşım ile de benzerlik taşımakta ve ruhsal sıkıntıları azaltmayı hedeflemektedir. Aslında bu tür hibrit modeller psikolojik ve felsefi boyutları bağlayan bir köprü oluşturabilir.

İşte bu durumda danışmanın sınır bilinci, etik çerçeve ve yeterliliği çok kritik bir önem taşımaktadır. Bu yüzden dijital çağ ve yapay zekâ ortamındaki zorlukları başlıklar olarak dile

getirmenin faydalı olacağını düşünüyorum. Aslında içerisinde bulunduğumuz bu dönemde belki de felsefi danışmanlığın başlangıcındayız. Prof. Dr. Mustafa Çevik Hocamızın öncülüğünde kurulan Felsefi Danışmanlık Derneği'nin çok kritik bir önem arz ettiğini düşünüyorum.

Daha biz dijital çağın başındayız, yapay zekâ teknolojilerinin daha başındayız. Chatgpt, Gemini gibi programlar aracılığıyla şiirlerin, makalelerin, ödevlerin ve tezlerin yazıldığı, seminerlerin hazırlandığı bir dönemdeyiz. Yani, zihnin kolaycılığa gittiği bir dönemdeyiz. Bilindiği üzere kullanılmayan şeyler aslında zayıflamakta ve yok olmaktadır. İnsan aklı ve zihni en çok kullanılması gereken bir organ olmakla birlikte yapay zeka programları ise düşünce ve tahlil gücünü zayıflatmaktadır.

Aşırı bilgi yükü durumu da birinci önceliğimizi oluşturmaktadır. Bireyler sürekli olarak çok büyük miktarlarda içerikle karşılaşmakta ve hangisini seçip güveneceğini bilememektedir. Böyle zorluklar dönemi içerisinde hangi yaş grubundan olursa olsun herkes bu duruma maruz kalmaktadır.

Filtre balonlar ve algoritmalar, kullanıcıların tercihlerine ya da arama geçmişlerine uygun olarak içerikleri önüne çıkarmaktadır. Bu durum da görüş eşitliklerinin azalmasına veya kutuplaşmalara yol açmaktadır. Kullanıcılar bazen bir veya iki hususa dair bir araştırma yaptıklarında, bir anda kendilerini onlarca veri ve görsel yığını ile karşı karşıya bulabilmektedir. Yani bu algoritmalardan hareketle yoğun maruz kalmalar mevcuttur.

İşte felsefi danışmanlık, başta bu süreçler olmak üzere dijital mecraların nitelikli ve verimli bir şekilde kullanılabilmesinin imkanlarını ortaya koymalıdır. Sahte hesap ve haberler, dezenformasyon, manipülasyonlara karşı dijital ortamda nasıl baş etme söz konusu olabilir? Post-truth dönemi içerisinde, yani hakikat sonrası dönemde, insanlar söylemlerine, duygularına, inançlarına, ideolojilerine doğru böyle bir tercih yönlendirmelerine maruz kalmaktadırlar.
Dijitalleşmenin egemen olduğu günümüzde hepimiz yapay zekâ ve derin sahte içeriklerle, yine görsel, ses ve metinlerle yoğun bir müdahale altındayız ve ciddi bir bilgi zehirlenmesine maruz kalıyoruz. Epistemik güvensizlikler, yine bilginin güvenilir olup olmadığının test edilemediği bir ortamı bize sunmaktadır. Ayrıca zaman ve hız baskısı ve dikkat dağınıklığı gibi durumlarla da karşı karşıyayız.

İşte tüm bu sorun alanları felsefi danışmanlık bağlamında kritik düşünme becerilerinin çok yoğun bir şekilde geliştirilmesine ihtiyaç duyulduğunu bizlere göstermektedir. Felsefi danışmanlık aracılığıyla bireye eleştirel düşünme, kavramsal netlikler ve analizler kazandırma becerilerinin verilmesini gerçekten gerekli kılmaktadır. Bunların artık daha tanımlı eğitimlerinin yapılması gerektiği kanaatindeyim. Epistemik rehberlerin hazırlanması, değerler

ve etik alana yönelik çerçevelerin çizilmesi, anlam ve kimlik krizlerine yanıt geliştirme yöntemleri ile dekonstrüksiyon ve direnç alanları oluşturulması, teknoloji etiği bilincinin geliştirilmesi gibi felsefi danışmanlığın işlevinin artacağı bu detayların, teknik çalışmaların yapılması gerekmektedir.

Özellikle varoluşsal boyutta ölüm, özgürlük, sorumluluk, adalet kavramlarının tartışıldığı; 'ben kimim, nasıl yaşamalıyım, hayatın anlamı nedir?' gibi sorular da bu anlamda yeniden düşünülmelidir. Epistemolojik boyutta yine dijital çağdaki bu epistemik krizlere yanıtlar oluşturacak felsefi danışmanlıklar oluşturulmalı ve yine bu bağlamda oluşan aksiyolojik krizlere de değer boyutlu irdelemelerin yapıldığı normların ve iyi-kötü ayrımlarının çok iyi bir şekilde kazandırıldığı beceriler oluşturulması gereklidir.

Günümüzde teknoloji fetişizmi ve çıkar odaklı eğilimler insanlarda maalesef bir körlük oluşturmaktadır. Bunu engelleyebilmek adına, artık tüm üniversitelerde standartlarının çok sağlam bir şekilde konulduğu felsefi danışmanlık merkezlerinin kurulması gerektiği kanaatini taşıyorum. Üniversitelerde psikoloji danışmanlar var. Hatta öğrenciler tarafından en çok rağbet edilen yer psikoloji danışmanları ve psikoloji görüşmeleri olmaktadır. Aslında psikolojik danışmanlık için gelinen, danışılan konuların birçoğu gerçekte felsefi sorunlar olarak göze çarpmaktadır. Dolayısıyla yüksek öğretimde, üniversitelerde bu alanın uzmanlarını ve uzmanlıklarını iyi ve sağlam bir şekilde belirleyerek felsefi danışmanlık merkezleri kurulması çok faydalı olacaktır.

Yine Millî Eğitim Bakanlığı aracılığıyla eğitim müfredatında eleştirel düşünce derslerine yer vermenin çok kıymetli olacağını düşünüyorum. Artık çocuklarımız çok erken yaşlarda, örneğin 2-3 yaşlarında, dijital mecralara maruz kalmaktadır. Özellikle bunları dikkate alarak; felsefi okuryazarlık gibi, kritik düşünme gibi, etik dijital farkındalık gibi tüm konuları içeren ve çocuklarımızın eleştirel ve sorgulayıcı bakışlarını ön plana çıkacak bir felsefi danışmanlık müfredatının geliştirilmesi gerektiğini düşünüyorum.

Tabi bunlarla beraber Felsefi Danışmanlık Derneği, bu vesileyle tüm üniversitelerle iş birliği yaparak; felsefi okuryazarlık, kritik düşünme, etik dijital farkındalık gibi seminer, eğitim ve çalıştayları yaygınlaştırırlar diye düşünüyorum. Bunu da bir temenni ve bir dilek olarak dile getiriyorum.

Bu vesileyle bu kongrenin hayata geçirilmesinde özellikle Felsefi Danışmanlık Derneği Başkanı, aynı zamanda Üniversitemiz Felsefe Bölümü Başkanı Prof. Dr. Mustafa Çevik Hocam başta olmak üzere emek veren tüm değerli hocalarımıza, kıymetli bildirileri ve sunumlarıyla bu kongreye büyük bir akademik derinlik ve ilmi zenginlik sağlayan değerli katılımcılara, Felsefi Danışmanlık Derneği ve Üniversitemiz Felsefe Bölümüne çok teşekkür ederim. Türkiye'de bir

ilki de başlatmış oluyorlar. Tüm felsefe bölümlerimizin iş birliğinde bu dönüşümü yeniden yakalamamız gerektiğini düşünüyorum.

Sadece Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Rektörü olarak değil, aynı zamanda Felsefi Danışmanlık Derneği kurulduğu ilk günden beri bir üyesi olarak da Üniversitemizin ev sahibi ve paydaşı olduğu bu kıymetli faaliyet ve bu kitap aracılığıyla kalıcı hale gelen bu çalışmanın bundan sonra gerçekleştirilecek faaliyetler için bir başlangıç ve ufuk açıcı bir çalışma olmasını temenni ediyorum.

Prof. Dr. Musa Kazım Arıcan
Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Rektörü

TAKDİM

Prof. Dr. Mustafa Çevik

Felsefi Danışmanlık Derneği Başkanı

Felsefi danışmanlık, insanlığın binlerce yıllık düşünsel birikiminin çağdaş dünyadaki en güncel ve en ihtiyaç duyulan uygulama biçimlerinden biri olarak yeniden şekillenmektedir. Modern dünya insanının karşı karşıya kaldığı sorunların niteliği, yalnızca teknik veya psikolojik çözümlerle giderilemeyecek kadar derindir. Teknolojik hızlanmanın, dijitalleşmenin, toplumsal ayrışmaların, ekonomik baskıların ve anlam kayıplarının belirlediği çağımızda birey, hem dış dünyada hem de kendi iç dünyasında yönünü bulmakta zorlanmakta; yaşadığı bunalımların çoğu, doğrudan doğruya zihinsel, kavramsal ve varoluşsal sorunlara dayanmaktadır. Bu nedenle günümüzde felsefi danışmanlık yalnızca yeni bir danışmanlık türü değil, aynı zamanda modern insanın yaşamını yeniden düşünme, düzenleme ve anlamlandırma çabalarının merkezinde yer alan bir düşünme biçimi hâline gelmektedir.

Dünyada felsefi danışmanlığın kurumsallaşması yaklaşık kırk yıllık bir geçmişe sahip olsa da, fikrî temelleri Antik Yunan'dan Helenistik okullara, İslam düşünce geleneğinden modern kıta felsefesine uzanan geniş bir tarihsel süreklilik içinde ele alınmalıdır. Sokrates'in *elenchus* yöntemiyle insanı kendi düşüncesiyle yüzleştirmesi; Stoacıların içsel bütünlük, erdem ve itidal öğretisi; Epikürcülerin kaygıdan arınma ve dinginlik arayışı; İslam filozoflarının nefis terbiyesi, hikmet ve ahlâki olgunluk üzerine kurdukları sistemler; Descartes, Spinoza, Kant ve daha nicelerinin kendi dönemlerinin zihinsel krizlerine karşı geliştirdikleri eleştirel tutumlar, bugün felsefi danışmanlığın içinde yer alan yöntemsel ve kavramsal damarların tarihsel zeminini oluşturmaktadır.

Yirminci yüzyılın sonlarında Almanya'da Gerd Achenbach ile kurumsal kimliğini kazanan felsefi danışmanlık, kısa süre içinde hem Avrupa'da hem de Amerika Birleşik Devletleri'nde hızla yayılmış; "günlük yaşamın felsefesi", "uygulamalı felsefe", "varoluşsal rehberlik" gibi alanlarla etkileşim içinde gelişerek geniş bir literatür oluşturmuştur. Bugün pek çok ülkede üniversitelerde ders olarak okutulan, profesyonel standartları belirlenen, farklı yöntem ve okulları oluşan felsefi danışmanlık, hem akademik hem de pratik bir alan olarak güçlü bir kurumsallaşma eğilimi göstermektedir. Uluslararası Philosophical Practice Kongreleri, farklı disiplinlerle yapılan ortak çalışmalar, etik kodların geliştirilmesi ve alanda yayımlanan akademik dergiler, felsefi danışmanlığın modern toplumlarda giderek artan bir ihtiyaç olarak ortaya çıktığını göstermektedir.

Türkiye'de ise felsefi danışmanlık, uzun yıllar bireysel girişimler, bağımsız çalışmalar, sınırlı çeviriler ve akademik meraklar üzerinden ilerlemiş olsa da, son yıllarda belirgin bir kurumsallaşma ivmesi kazanmıştır. Bu ivmede iki önemli yapı belirleyici bir rol üstlenmiştir: Felsefi Danışmanlık Derneği ve Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi (ASBÜ) Felsefe Bölümü.

2024 yılında kurulan Felsefi Danışmanlık Derneği, Türkiye'de bu alanı mesleki, etik ve akademik temeller üzerinden geliştirmeyi amaçlayan ilk kurumsal yapı niteliğindedir. Dernek, yalnızca danışmanlık süreçlerinde mesleki standartları belirlemekle kalmamış; aynı zamanda Türkiye'de felsefi danışmanlığın tanınması, yaygınlaşması, akademik niteliğinin güçlendirilmesi için çeşitli seminerler, atölyeler, eğitim programları ve araştırmalar yürütmüştür. Derneğin en önemli girişimlerinden biri, felsefi danışmanlık faaliyetlerini dünya standartlarıyla uyumlu biçimde kurumsallaştırmak ve bu alanda disiplinlerarası bir etkileşim zemini oluşturmaktır.

Bu kurumsallaşma çabasının ikinci ve tamamlayıcı unsuru, ASBÜ'nün Felsefe Bölümü olarak Türkiye'de felsefi danışmanlık üzerine yüksek lisans programı açan ilk devlet üniversitesi olmasıdır. Bu program, hem akademik literatürün gelişmesine hem de alanın mesleki olarak yetişmiş uzmanlar aracılığıyla icra edilmesine yönelik güçlü bir adım niteliğindedir. Programın felsefi yöntemlere, kuramsal derinliğe, etik ilkelere ve uygulamalı felsefe pratiklerine dayanan yapısı, Türkiye'de felsefi danışmanlık alanının geleceği açısından kritik bir dönüm noktasıdır.

Bu iki kurumsal girişimin doğal bir sonucu olarak, 2024 yılında Türkiye'de ilk kez "I. Uluslararası Felsefi Danışmanlık Kongresi" düzenlenmiştir. Kongre, hem Türkiye'de hem de dünyada felsefi danışmanlık alanında çalışan akademisyenleri, filozofları, danışmanları ve uygulayıcıları bir araya getiren kapsamlı bir platform olmuştur. Farklı ülkelerden araştırmacılar, felsefi danışmanlığın yöntemsel sorunlarından tarihsel kökenlerine, modern terapi teknikleriyle

ilişkilerinden dijital çağdaki anlam krizine, çocuklar için felsefe (P4C), mantık temelli terapi, varoluşsal danışmanlık gibi özel alanlara kadar geniş bir tartışma yelpazesi sunmuştur.

Bu kongrenin en önemli çıktılarından biri, elinizdeki iki ciltlik kitabın ortaya çıkmış olmasıdır. Birinci cilt, felsefi danışmanlığın tanım ve sınırlarını; anlam, yöntem ve ruh sağlığı ilişkisini; mantık temelli terapi ve çocuklar için felsefe gibi özel temaları ele alan çağdaş bir çerçeve sunmaktadır. İkinci cilt ise, felsefi danışmanlığın tarihsel kökenlerini, Helenistik okullar, İslam düşüncesi ve modern felsefedeki kavramsal karşılıklar üzerinden inceleyen zengin bir perspektif sunmaktadır.

Bu iki cilt, alanın hem teorik hem de uygulamalı yönünü kapsayan bütüncül bir yapının parçası olarak değerlendirilmelidir.

Felsefi Danışmanlığın Günümüzdeki Rolü ve Türkiye'deki Yeri

Bugün felsefi danışmanlık, modern toplumların yüz yüze kaldığı üç temel problem alanına yönelik özgün bir çözüm imkânı sunmaktadır:

1. Anlam Krizi: Küresel ölçekte artan yalnızlaşma, belirsizlik, tüketim baskısı ve dijitalleşme, bireyin yaşamını anlamlandırma biçimlerini zayıflatmaktadır. Felsefi danışmanlık, insanın kendi yaşam hikâyesini, değerlerini, amaçlarını ve dünyadaki yerini felsefi bir perspektifle yeniden düşünmesini sağlar.
2. Varoluşsal Sıkıntılar: Ölüm, özgürlük, sorumluluk, kaygı, seçim, değer çatışmaları gibi terapötik çerçevelerin tam olarak kapsayamadığı derin sorunlar, felsefenin soruşturma yöntemlerine ihtiyaç duyar. Felsefi danışmanlık bu noktada alternatif değil, tamamlayıcı ve özgün bir yol sunar.
3. Düşünme ve Kavramsallaştırma Sorunları: Modern birey, çoğu zaman yaşadığı problemleri kavramsallaştıramadığı için çözüme ulaşamaz. Felsefi danışmanlık, kavramları berraklaştırarak, düşünce süreçlerini düzenleyerek ve zihinsel alışkanlıkları sorgulayarak bireyin düşünsel özerkliğini güçlendirir.

Bu bağlamda Türkiye'de felsefi danışmanlığın gelişimi, yalnızca akademik bir yenilik değil; toplumsal, kültürel ve zihinsel bir dönüşümün parçası olarak değerlendirilmelidir. ASBÜ'nün yüksek lisans programı ve Felsefi Danışmanlık Derneği'nin çalışmaları, Türkiye'de hem akademik literatürü zenginleştirmekte hem de profesyonel felsefe uygulamalarının gelişmesine katkı sunmaktadır.

Her iki ciltte yer alan yazılar, Türkiye'de felsefi danışmanlık alanında yapılan çalışmaların niteliğini ortaya koymakla kalmamakta; aynı zamanda alanın geleceğine dair güçlü bir

entelektüel zemin oluşturmayı hedeflemektedir. Bu kitapların temel amaçlarını şu şekilde özetlemek mümkündür:

- Felsefi danışmanlığın akademik temellerini güçlendirmek,
- Uluslararası literatüre Türkiye'den özgün katkılar sunmak,
- Alanı yalnızca uygulama değil, aynı zamanda araştırma disiplini hâline getirmek,
- Yöntemsel çoğulluğu ve teorik derinliği bir araya getirmek,
- Yeni araştırmacılara örnek teşkil edecek bir kaynak sunmak.

Bu ciltler, aynı zamanda ASBÜ Felsefe Bölümü ile Felsefi Danışmanlık Derneği'nin ortak bir vizyonu paylaştığını; Türkiye'de felsefi danışmanlığın kurumsallaşması için akademik bir mirasın inşa edilmeye başlandığını göstermektedir.

Kurumsallaşma Yolunda Bir Dönüm Noktası

Bu kitaplar, sadece bir kongrenin bildirilerini bir araya getiren bir çalışma değildir; Türkiye'de felsefi danışmanlık alanının kurumsallaşma sürecinin en önemli kültürel belgelerinden biridir. Felsefi danışmanlık, hem dünyada hem Türkiye'de yeni bir döneme girmektedir. Bu dönemin en belirgin özellikleri, disiplinlerarası işbirliği, akademik derinlik, etik standartların oluşması, yöntemsel çeşitliliğin gelişmesi ve toplumsal karşılığın giderek artmasıdır.

Türkiye'de bu alanda yüksek lisans eğitimi veren ilk devlet üniversitesi olarak ASBÜ'nün katkısı ve Felsefi Danışmanlık Derneği'nin vizyoner çalışmaları, bu süreçte kritik bir rol üstlenmektedir. Bu iki ciltlik kitabın, hem Türkiye'de hem dünyada felsefi danışmanlık alanına anlamlı katkılar sunacağına inanıyorum.

Bu çalışmada emeği geçen tüm yazarları, editörleri, bilim kurulunu ve kongre organizasyon ekibini tebrik ediyor; felsefi danışmanlığın Türkiye'deki gelişim sürecine katkı sunan tüm akademisyenlere, öğrencilere ve danışmanlara teşekkür ediyorum.

Prof. Dr. Mustafa Çevik
Felsefi Danışmanlık Derneği Başkanı
Genel Editör

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ 3
TAKDİM 4
TAKDİM 9

ANTİK OKULLARDA FELSEFİ DANIŞMANLIK

Antik Roma'da Bir Felsefi Danışmanlık Örneği Olarak Stoacılık 16
Kemal Bakır 16
Felsefi Danışmanlık Ekseninde Epikouros'un Terapötik Felsefesi: Modern Bilişsel Psikoterapiler İçin Felsefi Bir Temel 36
Ahmet Faruk Çağlar 36
Felsefi Danışmanlık ve Helenistik Okullar: Nussbaumcu Bir Değerlendirme 51
Emine Cengiz 51

İSLAM FELSEFESİ VE FELSEFİ DANIŞMANLIK

Rereading Philosophical Texts in the Islamic World: Developing the Groundwork for Philosophical Counseling in the Islamic world 68
Seyed Amirreza Mazari 68
İslam Düşünce Mirası Felsefi Danışmanlık Alanına Katkı ve Açılım Sağlayabilir mi? 85
Hüseyin Sarıoğlu 85
Felsefi Danışmanlık Bağlamında Klasik İslam Ahlak Filozoflarında Ölüm Korkusunun Üstesinden Gelme Yaklaşımlarının Güncel Değeri 112
Hakan Çoşar 112

MODERN VE ÇAĞDAŞ DÜŞÜNCEDE FELSEFİ DANIŞMANLIK

Therapeutic Themes in Schopenhauer's Philosophy 126
Özlem Ünlü 126
Isdırap ile Can Sıkıntısı Arasında Salınan İnsan: Schopenhauer'ın Felsefesinden Bir Felsefi Danışmanlık Pratiği 137
Nebile Eroğul 137
Schopenhauer'ın Nedensellik Kavrayışı Bağlamında Felsefi Danışmanlığın İnsan Varlığının Kültür ve Toplum Varlığı Oluşuna Etkisi 156
Zafer Gündüz 156
John Stuart Mill'in Utilitarizm Görüşleri Kapsamında Felsefi Danışmanlık 174
Nilüfer Karadağ 174
Benliğin Gerilimlerine Felsefi Danışmanlık Üzerinden Fenomenolojik Bir Bakış: Husserl'de Transandantal Bilinç ve Yaşam Dünyası Kavramı 189
Hatice Bilek 189

Felsefi Danışmanlık Açısından Henri Bergson Felsefesinin Değerlendirilmesi 200
M. Nesim Doru 200
Bergson'un Saf Bellek ve Élan Vital Kavramlarıyla Felsefi Danışmada Kimlik ve Anlam Arayışı 210
Esra Korkmaz 210
Dil, Anlam ve Sağaltım: Wittgenstein ile Rorty Arasında Terapötik Felsefe 224
Ferdi Selim 224
Reclaiming Existential Meaning Beyond Logic: An Existential Philosophical Counseling .. 245
Navneet Chopra 245
Felsefi Danışmanlıkta Heideggerci Yaklaşım: Sahici Varoluş *(Eigentliche Existenz)* 256
Dilek Arlı Çil 256
Olay Fenomenolojisi Açısından Paul Ricoeur'de Anlatı-Sağaltım İlişkisi 267
Deniz Kanay 267
Felsefede Arzu: Yıkıcı Bir Güçten Epistemik Bir İtkiye 279
Esma İşcan 279

ANTİK OKULLARDA FELSEFİ DANIŞMANLIK

Antik Roma'da Bir Felsefi Danışmanlık Örneği Olarak Stoacılık

Kemal Bakır*

Özet
Bu çalışmanın amacı, modern bir uygulama olan felsefi danışmanlığın tarihsel köklerini ve Antik Çağdaki ilk örneklerini tespit ederek insanın problemlerinin çözümü yolunda geçmişten bugüne devreden felsefe mirasından nasıl en etkili bir biçimde yararlanılabileceğini ortaya koymaktır. Dikkatlice incelendiğinde modern dönemde "felsefi danışmanlık" adı altında gündeme gelen pratiklerin ve dayandığı ilkelerin aslında daha farklı biçimlerde Antik Çağda da mevcut olduğu, Antik Yunan ve Roma felsefesinin felsefi danışmanlığa kaynaklık ettiği görülebilmektedir. Özellikle uzun bir tarihsel süreçte Antik Yunan'dan Roma'ya uzanan Stoa felsefesi ve Cicero, Seneca, Epiktetos ve Marcus Aurelius ile bir pratik bilgelik olarak şekillenen Roma'daki versiyonu (Geç Stoa Okulu) antik bir felsefi danışmanlık örneği olarak belirginleşmektedir. Stoacılık geliştirdiği ahlâki kavrayış ve hayata dair ortaya koyduğu ilkeler ile Roma İmparatorluğunun depresif-çalkantılı dünyasında ciddi insani-varoluşsal sorunlarla yüzleşen topluma rehberlik eden bir düşünme ve eyleme biçimi olarak işlev görmüştür. Stoacı filozoflar, özellikle de Epiktetos ve Marcus Aurelius ahlâkı epistemik bir temele oturtmuş, mutluluğu erdemli eylemle özdeşleştirmiş ve özgürlüğü içsel bir irade pratiği olarak tanımlamışlardır. Bu bağlamda Stoacılık, dışsal koşullardan bağımsız olarak insanın iç dünyasında denge ve huzur arayışına yönelen bir danışmanlık modeli sunmaktadır. Roma'daki toplumsal eşitsizlik, kölelik ve ahlâki yozlaşma ortamında, Stoacı düşünürler şiddetsizliği, kadere rıza göstermeyi ve doğaya uygun yaşamayı öğütleyerek bireysel iyilik ve toplumsal adalet arasında bir denge kurmaya çalışmışlardır. Epiktetos'un kölelik deneyimiyle temellenen iç özgürlük öğretisi ve Marcus Aurelius'un doğa yasalarına dayalı erdem anlayışı, Stoa felsefesinin hem etik hem de psikolojik bir yönelim kazandığını göstermektedir. Sonuç olarak bu çalışma, Stoacılığın Antik Roma'da yalnızca bir ahlâk felsefesi değil, aynı zamanda insanın içsel dönüşümünü hedefleyen erken bir felsefi danışmanlık biçimi olarak değerlendirilebileceği sonucuna ulaşmaktadır.
Anahtar Kelimeler: Felsefi Danışmanlık, Stoa Etiği, Pratik bilgelik, Epiktetos, Marcus Aurelius

Stoicism as an Example of Philosophical Counseling in Ancient Rome

Abstract
The aim of this study is to identify the historical roots and early examples of philosophical counseling as a modern practice and to demonstrate how the philosophical heritage transmitted from antiquity to the present can be utilized most effectively in addressing human problems. A careful examination reveals that the practices and principles that emerged in the modern era under the name of "philosophical counseling" had, in fact, existed in different forms in antiquity, and that ancient Greek and Roman philosophy provided the intellectual foundation for these practices. In particular, Stoicism, which developed over a long historical process from Greece to Rome, and its Roman version shaped by Cicero, Seneca, Epictetus, and Marcus Aurelius (the Late Stoa School), stands out as an ancient example of philosophical counseling. Through its moral understanding and the principles, it established regarding life, Stoicism functioned as a way of thinking and acting that guided Roman society, which was facing serious human and existential problems in the depressive and turbulent world of the Empire. Stoic philosophers, especially Epictetus and Marcus Aurelius, grounded ethics in epistemology, identified happiness with virtuous action, and defined freedom as the practice of inner will. In this context, Stoicism offers a counseling model that directs the individual toward the pursuit of balance and tranquility within the inner world, independent of external conditions. In the context of social inequality, slavery, and moral corruption in Rome, Stoic thinkers advocated nonviolence, acceptance of fate, and living in accordance with nature, thereby seeking to establish a balance

* Prof. Dr., Erzurum Teknik Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Felsefe Bölümü e-Posta: kemalb@erzurum.edu.tr
ORCID: 0000-0002-9335-6422

between individual goodness and social justice. Epictetus's doctrine of inner freedom, based on his experience of slavery, and Marcus Aurelius' virtue ethics grounded in the laws of nature demonstrate that Stoic philosophy acquired both ethical and psychological orientations. Consequently, this study concludes that Stoicism in ancient Rome can be regarded not only as a moral philosophy but also as an early form of philosophical counseling aimed at the inner transformation of the human being.
Keywords: Philosophical Counseling, Stoic Ethics, Practical Wisdom, Epictetus, Marcus Aurelius

Giriş

Modern zamanlarda bilim ve teknolojinin hızlı gelişimi insan hayatına ciddi anlamda dokunmuş, insani imkân ve kabiliyeti geliştirmiş, bilgiye erişim oldukça kolaylaşmış ve ciddi bir bilgi birikimi vücuda gelmiştir. Bu da yeni eylem ve düşünme sahalarını ve bunlarla birlikte yeni insani-etik ve epistemik problemleri, insani keşmekeşlikleri, daha derin insani krizleri doğurmuş, insanın problemleri kat be kat artmıştır. Bilimin henüz felsefeden ayrışmadığı ve psikolojinin bağımsız bir disiplin olarak şekillenmediği Antik Çağda insan ve problemlerini çözümlemek, insanın âleme ve hayata bakışını ve dünya görüşünü şekillendirmek daha çok felsefeye ve bu kapsamda felsefi antropolojiye ve etiğe, dolayısıyla da pratik bilgeliğe düşmekteydi. Felsefe bugün de bu işlevini güçlü bir şekilde korumaktadır. Zira bu problemlerin üstesinden gelebilmek sadece psikoloji temelli bireysel danışmanlık uygulamaları ve sağaltım yöntemleriyle halledilebilecek bir iş gibi durmamakta, daha geniş, kapsayıcı ve kuşatıcı bir kavrayışa ve felsefi çözümlemelere ve ilkelere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu noktada da iş geçmişte olduğu gibi bugün de pratik felsefeye düşmektedir ve "felsefi danışmanlık" insanın sorunlarının çözümünde; gündelik hayatın sorunlarından daha derin ve çetrefilli varoluşsal sorunlara kadar pek çok insani sorunun halli yolunda insanlara rehberlik etmede başvurulacak en önemli uygulamalardan biri olarak öne çıkmaktadır.

Modern anlamda, oldukça yakın sayılacak bir zaman diliminde –1980'lerin başında- ortaya çıkan (Altunbaşak, 2019, s. 410) "felsefi danışmanlık insanların gündelik yaşamda karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olmak için felsefenin araçları olan sistematik düşünme, sorgulama ve problem çözme becerilerinin kullanılması süreçlerini içermektedir" (Eroğul ve Çevik, 2024, s. 1208). Ancak felsefenin refleksif özelliği, geçmişten bugüne insan doğasının asli nitelikleri ve insanın problemleri dikkate alındığında felsefi danışmanlığın düşünsel anlamda oldukça eski tarihsel köklere sahip olduğu ve tarihte de örneklerinin bulunduğu görülecektir. Hatta ileride ele alacağımız üzere modern psikolojik danışmanlık ve terapilerde dahi felsefi ilkelere ve referanslara ciddi anlamda baş vurulmakta ve bu kadim ilkelere dayalı yeni terapi yöntemleri keşfedilmekte ve geliştirilmektedir.

Bu bağlamda felsefi danışmalık eski bir felsefi geleneği bugüne taşıyan "yeni bir felsefe yapma tarzı" olarak değerlendirilebilir ki, Sokrates, Antik Çağda şekillendirdiği felsefi gelenek

(okullar) ve kendine özgü sorulama tekniğiyle modern felsefi danışmanlık uygulamalarının öncüsü olarak nitelendirilmektedir. Benzer şekilde Antik Çağ Yunan ve Roma felsefesinde kendini gösteren okullar (Kinikler, Epikürcüler ve Stoacılar) soyut teorik spekülasyonlara odaklaşmaktan ziyade *'nihai ereği mutluluk olan bir sanat olarak hayat'*ın gerçekleştirilme imkânını ve yöntemini soruşturarak insanlara rehberlik edecek pratiğe dönük düşünceler/ilkeler ileri sürdüler. Amaçları insanlara kişisel sorunlarıyla nasıl baş edeceklerini öğretmek, erdemli ve mutlu bir hayat üzerine düşünmelerini ve onu gerçekleştirmelerini sağlamaktı. Bu bağlamda bahsi geçen bu felsefe okulları/gelenekleri felsefi danışmanlık uygulamaların ilk örnekleri olarak görülebilir (Altunbaşak, 2019, s. 411). Bunların, kendi zamanlarından bugüne, en etkili olanlarından biri de Antik Çağda üç dönem halinde gelişim gösteren ve felsefi antropolojiye ve dolayısıyla pratik bilgeliğe yaptığı önemli katkılarla öne çıkan stoa felsefesidir.

Felsefi danışmanlığın oldukça popüler olamaya başladığı günümüzde Bilişsel Davranışçı Terapinin öncülerinden olan Albert Ellis (1913- 2007) ve Aaron T. Beck (1921-2021) kendi yaklaşımlarının felsefi habercisi olarak stoacılığı işaret etmişlerdir. Ellis, Rasyonel Duygucu Davranış Terapisi (RDDT) teorisine psikolojiden ziyade büyük ölçüde felsefenin kaynaklık ettiğini açıkça dile getirmiş, bu yaklaşımın felsefi temelini, bireyin dışsal etmenlerden ziyade "algıları, tutumları veya harici şeyler ve olaylar *hakkındaki* içselleşmiş düşüncelerinden" duygusal açıdan etkilenmesi ilkesine dayandırmış (Robertson, 2024, s. 35) ve bunu şu şekilde ifade etmiştir:

> Son birkaç yıldır çok sayıda hasta [danışan] ile gerçekleştirdiğim psikoterapi seansları sonucunda ulaştığım bu ilke, ilk olarak eski Stoacı filozoflar, özellikle de (okulun kurucusu) Kitionlu [Kıbrıslı] Zenon, (Zenon'un en etkili öğrencisi) Khrysippus, (Roma'ya Stoacılığı tanıtan) Rodoslu Panaetus, Cicero, Seneca, Epiktetos ve Marcus Aurelius tarafından keşfedilmiş ve ortaya konmuştur. Stoacılığın gerçekleri, belki de en iyi şekilde MS 1. Yüzyılda *Enkheiridion*'da şu satırları yazan Epiktetos tarafından açıklanmıştır: "İnsanları rahatsız eden şeylerin kendileri değildir, o şeylere dair bakış açılarıdır" (Robertson, 2024, s. 35).

Ellis'e göre, aynı düşünce yüzyıllar sonra Shakespeare'in *Hamlet*'inde *"iyi ya da kötü diye bir şey yoktur; düşünmek, bir şeyi iyi ya da kötü yapar"* şeklindeki deyişle yeniden ifade bulmuştur. Zaten rasyonel-duygucu psikoterapi teorisini şekillendiren ilkelerin çoğu yeni ortaya çıkmış değildir, bir kısmı antik Yunan ve Romalı Stoacı filozoflar (Epiktetos, Marcus Aurelius vd.) ve bazı antik Taoist ve Budist düşünürler tarafından birkaç bin yıl önce ortaya konulmuştur. Yeni olan, başlangıçta farklı bağlamlarda ileri sürülmüş bu bakış açılarının psikoterapiye uygulanmasıdır. Ancak *Bilişsel-Davranışçı Terapi Felsefesi, Rasyonel ve Bilişsel Psikoterapi Olarak Stoa Felsefesi* başlıklı kitabında Ellis'in bu düşüncelerini tartışan Donald Robertson'a göre, Ellis, bu son düşüncesinde yanılmaktadır. Zira Antik Yunan'da ve Roma'da filozoflar bu ilkeler aracılığıyla bir tür psikolojik terapi uyguladıklarının bilincindeydiler. Sokrates'ten beri filozoflar, "felsefeyi konuşan bir kür – ruh için bir ilaç- olarak gören 'tıbbi bir model'

kullandılar. ‘Terapi’ (therapie) terimi Yunan Filozofları tarafından, felsefi doktrinlerin ve pratiklerin psikolojik ıstırabı dindirmek üzere kullanımı olarak tanımlandı” (Robertson, 2024, s. 36). Gerek antik gerekse yeni bu minvaldeki psikoterapilerin modern anlamda felsefi danışmanlığı karşılayıp karşılamadığı hususu tartışılabilir ancak bu filozofların kendi dönemleri için bu işlevi yerine getirdikleri ve doğrudan ya da dolaylı bir tür felsefi danışmanlık yaptıkları rahatlıkla söylenebilir.

Modern bilişsel davranışçı terapiyi Antik Yunan ve Roma felsefesiyle, bilhassa da Stoacılıkla bütünleştirmeye çalışan ve bu yöndeki çalışmalarıyla bilinen bir bilişsel davranışçı psikoterapist olarak Robertson, adı geçen eserinde Stoacılığın ve Stoacı ilkelerin çeşitli bilişsel terapiler ile olan ilişkisini etraflıca tartışır ve farklı örnekler sunar. *Rasyonel Psikoterapinin Tarihsel ve Felsefi Bağlamı: Epiktetos’un Mirası* başlıklı kitabın yazarları olan Arthur Still ve Windy Dryden’in Rasyonel Duygucu Davranış Terapisi (RDDT) ile Stoacılık arasındaki ilişkiyi inceledikleri “Stoacılık ve RDDT’de Rasyonalitenin Yeri” başlıklı makalede Epiktetos’un “İnsanları rahatsız eden şeylerin kendileri değildir, o şeylere dair bakış açılarıdır” deyişinin RDDT’nin ayırt edici özelliği olduğunu ve dahası meselenin özünü kavramaları için henüz ilk seanslarda danışanlara söylendiğinin altını çizerler (Robertson, 2024, s. 36; Still and Dryden, 1999, s. 146). Robertson, Albert Ellis’in de Robert A. Harper ile birlikte kaleme aldığı *Rasyonel Yaşamaya Dair Bir Rehber* (A Guide to Rational Living) adlı kitabında benzer şekilde; “hem kendilerini değiştiren hem de inatçı fikirlerle başkalarının kendilerini değiştirmesine yardımcı olan birkaç seçkin insan” olarak Stoa okulunun kurucusu Kitionlu Zenon, Epiküros, Epiktetos, Marcus Aurelius ve diğer bazı rasyonalist filozofların ismini zikrederek Stoacı Filozofların RDDT ile ilişkisine dikkat çektiğini belirtir. Ayrıca, Ellis’ten etkilenen Aaron T. Beck ve meslektaşları da *Depresyonun Bilişsel Terapisi*’nde yaklaşımlarının felsefi köklerinin antik Stoacılığa, bilhassa da Kitionlu Zenon’a, Khrysippus’a, Cicero’ya, Senaca’ya, Epiktetos’a ve Marcus Aurelius’a uzatılabileceğini ifade etmişlerdir (Robertson, 2024, s. 37). O halde modern felsefi danışmanlık ve psikolojik terapi uygulamalarına kaynaklık eden Stoacılığın tarihsel gelişimini, temel argümanlarını ve ilkelerini ele almak yerinde olacaktır.

Stoacılığın Tarihsel Gelişimi[1]

Sokrates öncesi antik Yunan düşüncesinde filozoflar genelde doğa felsefesi üzerine yoğunlaşırken Sokrates’in insanî problemleri gündeme getirerek “erdem” (*areté / ἀρετή*) ile yapılandırdığı ahlâkı epistemik bir temele oturtma çabaları ile başlayan insan felsefesi daha sonra ortaya çıkacak olan Stoa felsefesinin de temelini oluşturmaktadır. Büyük İskender’in

[1] Metnin bu başlıktan sonraki kısımları daha önce yayımlanmış bir çalışmamızdan (Bkz. Bakır, 2009) derlenip felsefi danışmanlığa örnek teşkil edecek şekilde yeniden kurgulanarak iktibas edilmiştir.

doğu seferinin bir sonucu olarak, antik Yunan düşüncesinin antik doğu düşüncesi ile kaynaşmasından ortaya çıkan ve İskender'in İmparatorluğunun dağılmasıyla etkisini yitiren Helenistik düşünce (MÖ 300 – MS 200) ile Batı Roma İmparatorluğunun çöküşüne (MS 476) kadar geçen süre içerisinde en etkili felsefe kuşkusuz Stoa felsefesidir (Timuçin, 2000, s. 357). Beş yüzyıl boyunca ana ilkeleri değiştirilmeksizin pek çok filozofun katkılarıyla gelişen Stoa felsefesi, geniş zamansal seyrine bağlı olarak Helenistik döneme paraleldir ve Helenistik etkiler taşır fakat doğal olarak kökleri antik Yunan düşüncesinde yatar. Stoa felsefesinin ve okulunun kurucusu olan ve felsefeyi ilk kez mantık, fizik (metafizik) ve etik olarak üçe ayırdığı iddia edilen Kıbrıslı Zenon, antik Yunan filozoflarının derslerini izlemiş, "Sokratik erdem" düşüncesinden ve Diogenes'in kinizminden oldukça etkilenip ilk eserlerini bu etki ile yazmış fakat daha sonra her tür dünyevî nimete sırtını dönen kinizmi farklı bir tarzda ele alarak insanın ahlâkî özgürlüğüne, kinikler gibi uygarlık kazanımlarını reddederek değil *üstün bir doğallıkla* ulaşabileceği düşüncesine varmıştır. Sokrates gibi ahlâkı epistemik-bilimsel bir temele oturtma gayreti içerisinde olan Zenon, fiziği zorunlu saymış ve mantığı da fizik ve ahlâkı desteklemek için kullanmıştır (Cevizci, 2002, s. 9-11). Böylece bir anlamda doğa felsefesi ile insan felsefesini desteklemiş, doğa felsefesinin yöntemlerini insan problemlerine, ahlâka uyarlamıştır. Zenon'un bu düşünceleri Stoa felsefesinin ana ilkelerini oluşturmaktadır.

Stoa felsefesi tarihçe itibariyle de üç büyük döneme ayrılır. Birincisi MÖ III. yüzyılda, yukarıda bahsi geçtiği üzere, Kıbrıslı Zenon'un merkezde olduğu Atina'daki Eski Stoa, ikincisi MÖ II. yüzyılda eski keskinliği yitirerek Latin etkiler taşıyan Orta Stoa ve üçüncü olarak da, MS I. ve II. yüzyıllarda Roma İmparatorluğu bünyesinde, mantık ve fizik bir kenara bırakılarak neredeyse tamamen ahlâka adanmış, Cicero, Seneca, Musonius Rufus özellikle de Epiktetos ve Marcus Aurelius ile doruğa ulaşan Geç Stoa, diğer adlarıyla Roma ya da İmparatorluk Stoası gelir (Burn, 2006, s. 13).

Antik Roma'da Stoacılık ve Felsefi Danışmanlık

Kuşkusuz Roma'da felsefe deyince ilk akla gelen de stoa geleneğinin sonuncusu ve en verimlisi, ahlâki argümanları ile meşhur İmparatorluk Stoasıdır (Timuçin, 2000, s. 359). Stoa felsefesinde de tıpkı antik Yunan felsefesinde Sokrates ve sofistlerle birlikte doğa felsefesinden insan felsefesine doğru keskin bir yöneliş gibi, İmparatorluk Stoası ile ahlâka ve insan felsefesine doğru keskin bir yöneliş gözlenmektedir. Bu noktada, İmparatorluk Stoa felsefesinin, erken ve orta Stoa felsefeleri ile aynı geleneği paylaşmasına ve Zenon'un sistematize ettiği ahlâk düşüncesini devam ettirmesine rağmen onlara kıyasla neden daha çok ahlâk üzerine yoğunlaştığı? sorusu öne çıkmaktadır. Bu, aynı zamanda felsefi danışmanlığı gerekçelendirecek temel insani problemleri de ortaya çıkarmaya yönelik bir sorudur. Bu

sorgulama bağlamında; "krallık"tan "cumhuriyet"e ihtişamlı bir geçmişe sahip olan Roma devletinin "cumhuriyet"ten "imparatorluğa" geçiş (MÖ son yüzyılın ortaları) ve imparatorluğun kurumsallaşma aşaması ve de Roma'nın tartışılan bir "imparatorluk" haline gelmesi ile İmparatorluk Stoasının gelişiminin zamansal paralelliği oldukça dikkat çekicidir, keza ikisi de aynı döneme, *Pax Romana*'ya[2] (MÖ 27- MS 180) denk düşmektedir. O halde bu sorunun cevabı, o dönemdeki "imparatorluk" egemenliğinin, Rousseaucu bir ifadeyle, "kötülüklerin kaynağı olan yapay eşitsizlikler"e, aşırı şiddet içeren günübirlik çatışmalara, köleliğe ve sosyal bunalımlara dayanmasına, hukukun üstünlüğünün kabul edilmesine rağmen *Pax Romana*'yı sürdürme uğruna etnik, kültürel ve düşünsel farklılıkların reddedilerek üniter bir yapıya kavuşma özlemiyle devlet terörünün ve iç şiddetin kol gezmesine, kısaca Roma'nın görünürde bir barışı sağlamış olmasına rağmen gerçek anlamda bir barışı, iç huzuru ve sosyal adaleti bir türlü sağlayamayan sosyal imparatorluk modelinin başarısızlığında (Le Roux, 2005, s. 103) ve doğurduğu insani problemlerde aranabilir. Zira bu tür bir düzenin ya da düzen adı altında kaba güç ve şiddet ile meşrulaştırılmaya çalışılan düzensizliğin (kaos) ve mutsuzluğun ahlâki açıdan sorgulanması gayet doğaldır. Şimdi bu sorgulamanın gündeme getirilmesindeki amaç, tarihî bir değeri, koskoca bir imparatorluğu yargılamak değil mevcut veriler ışığında sorgulanan durum ve döneme ait çıkarımlarla bugünkü ahlâk düşüncesine ve modern felsefi danışmanlığa katkıda bulunabilecek argümanlar geliştirebilmektir. O halde öncelikle söz konusu tarihsel aralıkta Stoacılığın gelişimini ve felsefi danışmanlığı gerekçelendirecek başlıca insani problemleri daha da açmak gerekir.

Bu dönemde Roma'da, yönetici kesim ve devlet himayesi ile refah içinde yaşayan ayrıcalıklı kesim, sosyal devletin başlıca savunusu olan "sosyal adaleti" gerçekleştirme ve yoksulluğu gidermek gibi bir kaygı gütmemenin yanı sıra toplumsal eşitsizliğin ve bu anlamda kötülüğün, ahlâksızlığın en açık göstergesi olarak değerlendirilen köleliğin[3] ortadan kaldırılması bir tarafa giderek daha da yaygınlaşmasına karşı etkili bir önlem alma zahmetinde dahi bulunmamış ya da bulunamamışlardır. Roma yurttaşları, devlete hizmet edenler ve askerler devlet himayesi altına alınıp ayrıcalıklı bir konuma getirilerek (Le Roux, 2005, s. 103) çeşitli

---

[2] Pax Romana, İmparatorluk bünyesindeki eyaletlerin, kavimlerin ve bunların liderlerinin birbirleriyle giriştikleri sonu gelmez mücadelelerin Roma Hukuku esasınca ve yer yer de şiddetli bir biçimde durdurulmasından doğan ve Latince Roma Barışı anlamına gelen, MÖ 27 ile MS 180 tarihleri arasında Roma İmparatorluğu'ndaki barış dönemine verilen isimdir. Pax Romana'yı Roma İmparatoru Augustus (MÖ 27- M. S. 17) başlatmıştır ve filozof-imparator Marcus Aurelius'un ölümüyle (MS 180) son bulmuştur (Tekin, 2008, s. 226). Bu dönemde savaşlar azaldığı için savaş esiri olan kölelerin sayısı da azalmıştı fakat yine bu sebeple azalan savaş ganimetleri ekonomiyi oldukça sarsmış ve pek çok efendi kölelerini bakamadığından azat etmek zorunda kalmıştır. Fakat kölelik yine de varlığını sürdürmeye devam etmiştir (Tahiroğlu ve Erdoğmuş, 2005, s. 128).

[3] Kölelik bugünün bakış açısıyla her ne kadar ahlâki görülmese ve o dönemde Seneca gibi Stoa filozofları köleliğin ahlâki olmadığını vurgulasa da ilkçağda kölesiz bir toplum düşünmek imkânsızdı. Her toplumun kendi hukuku içerisinde köleler bir "hiç" idi (Umur, 1999, s. 157).

derecelerde hak ve özgürlükleri sağlanıyordu. Fakat ahlâki çöküntü içerisindeki yöneticiler ve ayrıcalıklı kesim, özgürlüğü kendilerine has bencillik, keyfilik ve aşırılıklarla bezendirilmiş bir yaşam ile anlamlandırırken yoksulluk içerisindeki halkın ve kölelerin bu kavramı ve kendi hayatlarını nasıl anlamlandırdığı bir muamma haline gelmişti. Çünkü yoksul halk ve özellikle köleler özgürlük ile güvenlik arasında bir yerde konumlanmışlardı ve bu şiddet ve aşırılık ortamında özgür olmak bir anlamda güvenlik içerisinde olmamak, ölmek hariç, hattâ çoğu zaman bu bile değil, hiçbir özgürlüğe sahip olamamak anlamına geliyordu.

İmparatorluk ekonomisinde savaş ganimetleri oldukça büyük bir rol oynuyordu ve köleler de savaş ganimetleri arasında yer alıyordu. Kölelik bu dünyanın vazgeçilmez bir parçasıydı ve yüzyıllarca var olmuştu. Çünkü Roma İmparatorluğunun başlangıcından itibaren, "kölelerin, galip olanın öldürme hakkına sahip olduğu ya da ertelenmiş bir ölüm hükmünün gölgesinde korumayı seçtiği, yenilgiye uğratılmış düşmanlar olduğu" yönündeki yerleşmiş olan bu anlayış, "yenilen bu düşmanların", yani kölelerin Roma ideolojisinde kendilerini son derece aşağılanmış olarak görmelerine –ki, gerçekte de *şiddetli* bir şekilde aşağılanmışlardır-[4] ve bunu da doğuştan gelen bir tür talihsizlik, yazgı olarak değerlendirerek köle olmalarına, kölelik ruhunu yaşatmalarına sebep olmuştur (Freeman, 2005, s. 528). Kölelerin yanı sıra İmparatorluktaki kadınların büyük çoğunluğu da pek çok alanda yetersiz oldukları düşünülerek hem hukuken hem de fiilen aşağılanmış, benzer şekilde, dar bir dünyada yaşayan köylüler, etnik gruplar ve toplumsal saygınlığı olmadığı düşünülen meslek erbapları da –ki, bunlar diğer insanları eğlendirmenin ve onlara hizmet etmenin zorunlu bir vazife olduğu kabul ettirilmiş gladyatörler, arabacılar ve aktörlerdir- bu aşağılanmadan paylarını almışlardır (Le Roux, 2005, s. 103-104). Kadınlar ve adı geçen diğer aşağılanmış kesimler belki kölelere oranla özgürdüler fakat bu özgürlüğün de onlar için ne anlama geldiği ve hayatlarının neresinde yer aldığı yine bir muammadır. Roma'da ayrıcalıksız, güvenliksiz, himayesiz bir yaşamın ve bu yaşam şartları altındaki özgürlüğün nasıl bir anlamı olabilirdi ki? Bu da köleliğin farklı bir biçimi olarak görülebilir. Köle olmayan ayrıcalıksız kesim bir tarafa azat edilmiş, sözde özgürlüğüne kavuşmuş köleler bile ayrıcalıklı birinin himmetine, himayesine ihtiyaç duyuyorlardı (Freeman, 2005, s. 531). O halde şu sonuca varılabilir ki, Roma'da halk köleler ve köle olmayanlar olarak

[4] Bu aşağılanma sadece akli veya insani vasıflar açısından değil aynı zamanda ahlâki açıdan da bir aşağılanmadır; kölelere, doğuştan erdemsiz varlıklar oldukları düşüncesiyle sahtekâr muamelesi yapılır sürekli denetim altında tutulmaya çalışılırdı. Bu sebeple geceleri hapishaneye tıkılır ve birbirlerine zincirlenir, gündüzleri de en ağır şartlar altında çiftliklerde, madenlerde ve her tür gündelik işlerde istihdam edilirlerdi. Ev ortamında istihdam edilen köleler diğerlerine nispetle daha iyi şartlarda olsalar da Roma'da hiçbir kölenin hiçbir şekilde şiddetten, kötü muameleden ve cinsel istismardan korunma garantisi yoktu. Çünkü efendiler köleleri üzerinde her türlü tasarrufa sahipti (Freeman, 2005, s. 530).

iki ana gruba ayrılmakta ve köle olmayan yönetici kesim ile himayesindeki ayrıcalıklı kesimin dışında kalan tüm insanlar için *imparatorluk* tek bir şey ifade etmekteydi: *kölelik*.

Diğer toplumlarda da, özellikle doğuda, Roma'daki kadar olmasa da kölelik mevcuttu. Fakat hiçbir yerde Roma'da olduğu gibi neredeyse nüfusun yarısını, yüzde 40'ını köleler oluşturmuyordu ve kölelik bu kadar yozlaşmış kaba güce, şiddete dayalı değildi. Zira kölelik Roma tarihinin ayrılmaz bir parçasıydı, tarihin kaydettiği en büyük köle isyanları, Cumhuriyet dönemindeki Sicilya isyanı (MÖ 130) ve Spartaküs isyanı (MÖ 73) Roma İmparatorluğunda yaşanmıştı (Freeman, 2005, s. 528-529). Bunun haricinde *Pax Romana*'ya kadar köleliğe dair "şiddetsiz" fakat kayda değer felsefi bir sorgulama yapılmamıştı. İmparatorluk Stoa felsefesi işte tam da bu noktada, köleliğin gölgesinde kalan özgürlük probleminin pratik karakterine binaen, ahlâk-siyaset ilişkisi çerçevesinde felsefenin pratik, yol gösterici yönünü (felsefi danışmanlığı) ortaya koyan bir sorgulama ile kendini hissettirdi. İnsan yaşamının anlamlandırılmasında oldukça olumsuz bir rol oynayan eşitsizlik, şiddet ve kölelik gibi "kötülük"leri salık veren İmparatorluk ideolojisi ve sistemi "ahlâki" bir biçimde sorgulandı. Aranan şey, ahlâkın ana idesi olan "iyi"ye doğru sürekli pratik yönelimi, insan yaşamına ve "insan varlığına en zengin, en gerekli dolgun anlamını veren ahlâki niteliklerin toplamı"nı (Cevizci, 2005, s. 626) ifade eden "erdem" idi. Çünkü stoa felsefesinde erdem, insanın akli eylemlerde bulunarak doğal düzene rıza göstermesi ve kendini kontrol edebilmesi gibi meziyetleri ifade etmekteydi ve doğa kanunu aynı zamanda potansiyel ahlâk kanunuydu (Özlem, 2004, s. 60). Bu doğrultuda stoacı bütüncül doğa anlayışında *erdem* (*areté*) tekil bir ifade idi ve bir bireyin buna sahip olup olmamasında kısmi, parçalı bir durum söz konusu değildi; ya hep ya da hiç şeklinde. Bu durumda ise iyi bir insan, erdemli bir kişi aynı zamanda bilge bir kişidir (MacIntyre, 2001, s. 250-251). Stoa filozofları Sokrates'ten hareketle, erdemi epistemik-bilişsel bir çerçevede ele alarak erdemsizlik ve kötülüğün aslında bilgisizlikten kaynaklandığı ve bu bağlamda erdemin öğrenilebilir bir şey olduğu düşüncesini benimsemişti. Çünkü "stoacılar için tüm doğa incelemesinin amacının ahlâk için bir hazırlık olmasına paralel olarak, tüm ahlâk incelemelerinin amacı da insan için mutluluk sağlamaktır. Öte yandan mutluluk ancak insanın rasyonel faaliyetinde veya erdemde aranması ve bulunması gereken şeydir. Başka bir deyişle, *en yüksek iyi sadece erdemdir ve mutluluk da sadece erdemli bir hayattan ibarettir"* (Arslan, 2008, s. 399). Bu bağlamda muhtemelen İmparatorluk stoa filozofları da Roma'da erdemli, dolayısıyla da mutlu bir hayatın mümkün olup olmadığını sorgulamak durumunda kalmışlar, en azından yaşadıkları dünya bunu yapmaları için onları zorlamıştır.

Erdem arayışı içinde bu ahlâk düşüncesiyle İmparatorluk stoa felsefesinde felsefi danışmanlığa örnek teşkil edecek şu sorulara cevap arandığı görülmektedir: İnsan yaşamının anlamı nedir? Kader nedir? Erdemli ve mutlu bir hayat nasıl mümkün olur? İyi bir davranış nasıl olmalıdır? Adalet nedir? Haksızlık ve adaletsizlik karşında ne yapmalı, nasıl tepki verilmelidir? Özgürlük ne anlama gelmektedir? Köle olmak insan olmakla eş değer midir? Kölelik ahlâki midir? Köle olmak erdemli bir insan olmaya engel midir ve *Pax Romana* döneminde İmparatorluğun geliştirmeye çalıştığı Roma Yurttaşlığı'na bağlı olarak; yurttaşlık nedir ve köle de bir yurttaş mıdır? Bu ve benzer sorular aslında o çağın insanlarının yaşadıkları dünyayı anlamlandırmak ve kendi yaşam pratiklerini yapılandırmak üzere cevap aradığı sorulardı ve Stoa filozofları bu soruları cevaplayarak bireysel ve toplumsal kanaatleri şekillendirmiş ve o dönem için bir felsefi danışmanlık örneği ortaya koymuşlardır.

Yukarıda sıralanan sorulara binaen, İmparatorluk Stoasının ilk filozofu Cicero (MÖ 106 - MÖ 43) modern ahlâk ve siyaset felsefesi argümanlarını hiç de aratmayacak düşünceler ileri sürdü. Cicero, Roma tarihinin en önemli cumhuriyetçilerindendi ve bir kamu görevlisi olması nedeniyle düşünceleri daha çok siyaset felsefesi odaklıydı, buna bağlı olarak da ahlâk, düşünce karakteristiğinin bütününde kendini hissettiriyordu. O, sosyal adaletsizliğe, eşitsizliğe, kaosa ve siyasî kargaşaya ancak istikrarın ve sürekliliğin teminatı olan bir "hukuk devleti" yaratılarak son verilebileceğini düşünüyordu. O'nun siyaset felsefesi, iyi yurttaş için ahlâk ve toplum kurallarını öngörüyordu ve Stoa geleneğine bağlı olarak onun kozmolojisi ve teleolojisi ile ahenkli bir bütünlük oluşturuyordu (Cevizci, 2006, 465-466). Diğer bir İmparatorluk Stoa filozofu olan Seneca ise yine yukarıdaki sorgulamalara binaen düşüncelerini şöyle dile getirmekteydi: "Köle diye çağırdığın insanın seninle aynı tohumdan geldiğini, aynı gün ışığının tadını çıkardığını, senin gibi soluk aldığını, senin gibi yaşadığını, senin gibi öldüğünü unutmazsan eğer, onun seni bir köle olarak tasavvur edebildiği gibi, sen de kolaylıkla onun özgür bir insan olduğunu düşünebilirsin" (Freeman, 2005, s. 528-529). Seneca, yaşam şekli, siyasî konumu ve servetinden dolayı sürekli eleştiriye maruz kalmış ve düşünceleri de yine bu sebeplerden dolayı spekülatif ve kendisiyle çelişik olarak algılanmaktan kurtulamamıştır (Russell, 1997, s. 385-386). Cicero ve Seneca'nın ardından, yukarıda sıralanan sorulara en mânidar cevabı ise, hem ait oldukları toplumsal sınıflar itibariyle hem yaşam tarzlarıyla hem de düşünceleriyle İmparatorluk Stoa felsefesinin, biri köle diğeri imparator olan erdem peşindeki iki meşhur ahlâk filozofu; köle Epiktetos ve onun düşünsel takipçisi Roma İmparatoru Marcus Aurelius vermiştir.

Epiktetos

Düşünce tarihi boyunca Roma'da ve belki de tüm dünyada, adı isyan ve "şiddet"le anılmayan kölelerin en bilineni stoacı Epiktetos'tur.[5] Bilindiği üzere Roma ile özdeşleşmiş meşru (!) bir kurum olarak kölelik ve köleliğe bağlı şiddet yüzyıllarca varlığını sürdürmüş ve "bertaraf edilmesi" için yer yer şiddetli isyanlar gerçekleşmiştir. Bu isyanlardan birinin başını çeken Roma'nın diğer meşhur bir kölesi olan Spartaküs köleliğe, "şiddet"e karşı "şiddetli" bir isyanı tercih ederken ondan ortalama 150 yıl sonra kendisi gibi bir köle olan Epiktetos, Stoa ruhuna bağlı kalarak, insanın yaşadığı ve yaşayacağı olumlu veya olumsuz her şeyi, hattâ köleliği bile "yazgı" olarak nitelendirerek, insanda adaletsizlik, hoşnutsuzluk, aşağılanmışlık ve isyan duyguları uyandıran şiddete maruz kalma, kölelik ve benzeri her tür dış etkene karşı "aldırmazlık" biçiminde "pasif direniş"i, bugünün tabiri ile bir tür *sivil itaatsizlik* sayılabilecek pratiklerle yapılandırdığı "erdemli olma"yı tercih etmiştir.[6] Bu bağlamda Epiktetos, sessiz fakat anlamlı, yumuşak ve ironik bir tavırla, isyan ya da tepki olarak algılanmayan etkili bir tepki ortaya koymuş, söylemlerinde hep bunu dile getirmiştir.

Epiktetos, Sokrates ve Diogenes'i kendine örnek almış ve onlar gibi düşüncelerini pratik yaşantısı ile somutlaştırmış bir filozoftur (Cevizci, 2002, s. 58). Kendini, fakir topal bir köle fakat Tanrının sevgili bir kulu olarak tanımlayan Epiktetos, yeryüzünde olup biten her şeyi iradi ve irade dışı olmak üzere ikiye ayırır. Duygu, düşünce, yaşantı, arzu, nefret ve eğilimler, kısaca tüm insan eylemleri iradidir ve insan bu açıdan doğal olarak özgürdür, hiçbir şey insanın bu açıdan özgürlüğünü engelleyemez. Mülkiyet, şöhret, makam ve statü ise irade dışıdır ve insan bu açıdan onlara karşı zayıf, köle, tahakküm altında, sayısız engel ve karşıtlık içerisindedir ki, bu tamamen insana aykırıdır. Bu sebeple, insan iradi tasarrufu bulunmayan alana yönelir kendine ait olmayan şeyleri, mevki, statü, mülk vb. elde etmeye çalışırsa daima engellerle karşılaşacak büyük sıkıntılar yaşayacak ve sürekli Tanrıdan ve insanlardan yakınacaktır. Halbuki bir insan kendine ait, iradesi tasarrufundaki özgür olduğu alana yönelse, kendine ait

---

[5] Epiktetos olarak bilinen bu filozofun asıl adı bilinmemektedir, zira "epiktetos" ona sonradan takılan bir ad, onun lakabı idi ve satılmış köle anlamına geliyordu. MS 1.yüzyılın başlarında Phrygia'da Hierapolis'te bir köle olarak dünyaya gelen Epiktetos, Neron zamanında Roma'ya götürüldü ve burada imparatorun azatlı kölesi olan Epaprodithos'a satıldı. Epaprodithos oldukça kaba mizaçlı, bön ve bencil bir adamdı, sırf eğlenmek için bir işkence aletiyle Epiktetos'un bacağını kırdı. Epiktetos daha genç yaşta, topal, hasta ve zincire vurulmuş halde olmasına rağmen "düşünce" sayesinde kendini ihtirastan, insanî zevk ve arzulardan arındırarak kendini aşmayı başarmış ve stoa geleneğini sürdürerek gelişimine büyük katkılar yapmıştır. Efendisi Epaprodithos'un ölümünden sonra serbest kalan Epiktetos, yine büyük bir sadelik içerisinde, bir masa, tahta bir sedir ve paçavra halinde bir yataktan ibaret olan eşyasıyla, kapısı olmayan terk edilmiş bir evde yaşamını sürdürdü. MS 90 yılında imparator Titus Flavius Domitianus'un bütün filozofların Roma'dan kovulması hususunda bir ferman çıkarması üzerine Epiktetos Yunanistan'ın Niğbolu (Nicopolis) kasabasına yerleşti ve orda bir felsefe okulu kurdu. Ölümüne dek orda yaşadı. O da Sokrates gibi hiçbir şey yazmadı, öğrencilerinden biri onun sohbetlerini sekiz kitap halinde yazıya döktü ve onlardan sadece dördü bugüne ulaşabildi (Epiktetos, 1997, s. 9-15).

[6] Epiktetos'un bu tavrı Spartaküs'ün ve önderliğindeki tüm kölelerin erdemsiz olduğu sonucunu doğurmaz, bu tamamen yöntemsel bir farklılıktır. Zira Epiktetos bir filozof, Spartaküs ise bir eylemciydi.

olanı benimser ve başkasına ait olanı başkasının iradesinde sayar ve bundan dolayı bir sıkıntı çekmez, böylece de hiç kimse ona istemediği bir şeyi yaptıramadığı gibi istediği şeyi yapmasına da engel olamaz. Bu insan kimseden yakınmaz, kimseyi suçlamaz, istemeden bir eylemde bulunmaya mecbur olmaz, kimse ona kötülük edemez, düşmanlık edemez ve başına kötü bir şey gelmez (Epiktetos, 1997, s. 16-17). İşte özgürlük istençli eylem alanını kapsar ve önemli olan da budur. İnsan istemini elinde bulundurduklarına yöneltir ve istençli eylemlerini kendine ait olan üzerinden gerçekleştirirse o zaman mutlu olabilir. Özgürlüğün pratiği istençli eylemlere bağlıdır.

Özgürlüğün yolunu, dünyevî arzulardan arınarak "iyi"ye, istençli eylemler gerçekleştirebilecek alana yönelmekte gören Epiktetos'a göre, önemli olan dış özgürlük değil iç özgürlüktür, bu açıdan köleliğin de bir anlamı yoktur. "Köleler de başka insanlara eşittir, tüm insanlar tanrının çocuğudur" (Russell, 1997, s. 389). Önemli olan şu devletin ya da bu devletin yurttaşı olmak değil, evrensel düşünmek ve dünya yurttaşı olmaktır. Dış kaynaklı her türlü baskı, şiddet, açlık ve yoksulluğa karşı duyarsız kalmak, yakınmamak ve kabullenmek, her tür ihtiras ve tutkudan arınmak bir erdemdir. Bir insanın en gerçek ve en büyük nimeti, onu hayvandan ayıran yönüdür. Bu yönünü, arzu, ihtiras ve aşırılıklarını kontrol altına alabilme iradesini güçlendirmesi ve erdemin düşmanı olan kötülükleri bertaraf etmesi için uyanık bulunması onun esenliği ve hiçbir şeyden korkmaması için yeterlidir (Epiktetos, 1997, s. 11, 71). Bu bağlamda stoacı anlamıyla özgürlük Sokrates'e dayanmaktadır ve Epiktetos, özgürlüğü her aklına geleni yapabilme gücü olarak değil, insanın kendine yönelmesi ve mutlu olabileceği eylemlerde bulunabilme iradesi olarak tarif eder. Mutluluk (eudaimonia) ise insanın hayvani arzular peşinde koşması ile elde edebileceği bir şey değil kendi iç dünyasına yönelerek akli eylemlerde bulunmasıdır. Eğer bir eylem insanın doğasına uygun değilse bu insanın mutluluğuna da ters düştüğü anlamına gelmektedir. Bu ilkeler Sokrates'in felsefesinde de mevcuttur. Epiktetos, Sokrates gibi, yaşama ve doğaya karşı fantastik bir iyimserlik ile yaklaşır ve yaşam koşulları ne olursa olsun doğaya uygun davranan insanların "iyi" olduğunu ve bütün iyi insanların da mutlu olduğunu vurgular. Bu doğrultuda, hiçbir kötü insanın hiçbir iyi insana zarar veremeyeceğini ifade eder (Epictetus, 1964, s. xvii). Bu sebeple Epiktetos'un felsefesinin neredeyse tamamı ahlâk felsefesiydi ve bu felsefe şu üç konu ile açılım buluyordu: "istekler ve iğrenmeler, peşinden koşulanlar ve kaçınılanlar ve etkin güçlerin uygulanımı veya anlığın onadıkları." Bu çerçevede "istekler ve iğrenmeler, mutluluğa veya mutsuzluğa götüren bir şeyin kavranılışından doğan yalın tinsel duygulanımlardır. *İyi* her zaman isteğin, *kötü* de iğrenmenin nesnesi olmalıdır" (Arat, 1996, s. 28-29). Böylece Epiktetos'un bütün felsefesi şu iki kelimenin pratiğine dayanıyordu: *"Katlan, mahrum ol!* Yani ıstıraba veya ihtirasa meydan vermeden her

şeye tahammül et. Görünen şeyleri ve hareketleri bakir say, bunları yapma ve bu yüksek, güzel ahlâkı tevazu ile; susarak *öğünmeden* tatbik et: *"'Felsefe ile uğraşıyorum!' deme. 'Kendimi kurtarıyorum!' de"* (Epiktetos, 1997, s. 11). İşte Epiktetos'un bir felsefi danışman gibi insanlara öğütlediği şeyin özü tam da budur.

Epiktetos'a göre, felsefe insanın kendine yönelmesidir. Her ne kadar "felsefe uzun ve zahmetli bir yol" olarak tanımlansa da o kadar uzun değildir. Çünkü felsefenin öğretmek istediği şey, Tanrının yolundan gitmek, arzuları dengelemek ve düşünceleri iyi bir tarzda uygulamaktır. Asıl uzun olan, arzuların ne olduğunu keşfetmektir. Her tür dış etmene karşı duyarsız kalmayı salık veren Epiktetos, bunu şöyle örnekler; nasıl ki, bir taşa küfredince herhangi bir tepki vermiyor, seni duymuyorsa sen de bu hususta taşı taklit et. Kendine ait olanı iyi muhafaza et, kendine ait olmayana da tamah etme, böylece hiçbir şey mutluluğuna engel olamaz. Böylece de insan özgür olur. Aksi takdirde, dış etmenlere duyarlı bir insan başkalarının kendisine zarar verebileceği düşüncesiyle onlara karşı hürmette kusur etmez ve bir anlamda korktuğu için onlara dalkavukluk, kulluk etmiş olur ki, bu da Roma'nın ortasına dikilmiş bir mihrap veya bir mezbahadan farksızdır ve gerçek anlamda esaret, köleliğe giden yolun başlangıcıdır (Epiktetos, 1997, s. 67, 69-70). Madem ki, dünya nimetleri, makam, şöhret, mal, mülk sahibi olmak, köle ya da efendi olmak insanın elinde değil o halde her tür kötülüğe, şiddete sebep olan ihtiras ve arzuların da kölesi olmamak, arzuları kontrol altına alarak iyi'ye yönlendirmek gerekir.

Epiktetos'un felsefesinde en önemli bağlayıcı etken *yazgı* idi ve o, dış etmenlere karşı duyarsızlığı, aldırmazlığı ve özgürlüğü bu *yazgı* çerçevesinde ele alıyordu. Bu sebeple Epiktetos, filozofların insanın özgür olduğunu söylemelerinin, imparatorun otoritesini küçük görmeleri anlamına gelmediğini, kendisinin ve hiçbir filozofun, hiçbir zaman, köleliği salık veren devlet idaresine ve yöneticilerine karşı şiddetli isyanı, onların iktidarını sarsacak bir eylemi tasvip etmediğini, öğretmediğini ifade eder. "Buyurun işte vücudum, işte servetim, işte şöhretim, işte ailem hepsini size veriyorum, alınız ve eğer size rağmen herhangi bir kimseye bunları ellerinden bırakmamasını talim ediyorsam beni öldürünüz, ben bir âsiyim. Benim insanlara öğrettiğim bunlar değildir. Ben onları yalnız kanaatlerinde hürriyeti muhafaza etmelerini öğretiyorum" (Epiktetos, 1997, s. 71-72). Bir insanın özgür olup olmaması onun sosyal statüsüne bağlı değildir, insanın statüsü yükseldikçe daha fazla köleleşir. Epiktetos bunu şöyle ifade eder:

> Küçük ve büyük esirler vardır. Küçükler küçük şeyler için; bir yemek, ufak tefek yardımlar için esir olanlardır. Büyükler ise konsüllük, valilik gibi şeyler için esir olanlardır. Vilayet makamının timsali olan baltaların ve okların kimin önünde taşındığını görüyorsun, o vali diğer esirlerden daha esirdir. Eğer bu insanın statüsüyle keyfinin istediği gibi yaptığı ve bu anlamda özgür olduğu söylenecek olursa; o aslında kendine bahşedilenleri sorumsuzca kullanan, bayramda efendisinin yokluğunu fırsat

> bilen bir köledir ve efendisi geri döndüğünde ona bahşettiklerini her an geri alabilir (Epiktetos, 1997, s. 119).

Bu noktada Epiktetos, yine yazgısallık çerçevesinde, sosyal statünün de Tanrısal bir lütuf olduğunu ve buna sahip olan kişinin çok daha dikkatli olması gerektiği üzerinde durur. Bu örneği hem mecazî hem de gerçek anlamında kullanan Epiktetos, ilkinde Tanrıya kulluğu ve bu anlamdaki sorumluluğu ve özgürlüğü vurgularken, ikinci anlamda insani ihtirasların sürükleyiciliğiyle dalkavukluk ile (kula kulluk etmekle) elde edilen bir tür köleliği vurgular.

Bu bağlamda özgürlüğü, olayların insanın istediği gibi gelişmesi değil, kendiliğinden, olduğu gibi gelişmesi (Epiktetos, 1997, s. 59) olarak tanımlayan Epiktetos, devlet himayesindeki kesime de gönderme yapar. Onları himaye edip koruyan, her tür tehlikeden uzak huzur içinde yaşatan devlet varsa, tüm insanları koruyup himaye eden Tanrı da vardır, fakat asıl sıkıntı Tanrının insanlara verdikleri ile yetinmemektir (Epiktetos, 1997, s. 57). Epiktetos mevki ve makam sahiplerine şöyle seslenir:

> Yüksek bir makamı işgal ediyorsun. İşte derhal hemcinsinin müstebidi ve zâlimi oluverdin. Artık kim olduğunu ve kimlere hükmettiğini hatırlamayacak mısın? Akrabana ve kardeşlerine hükmediyorsun. –İyi ama ben mevkiimi satın aldım. Benim imtiyazlarım ve haklarım vardır. –Bedbaht senin bütün endişelerin balçık ve çamurdur; yalnız ölülerin kanunu olan beşerî kanunları göz önüne getiriyorsun ve gözlerini ilahî (doğal) kanunlara açmıyorsun (Epiktetos, 1997, s. 60).

Oysa irade özgürlüktür ve Tanrı vergisidir, insanın kendisi istemedikçe, ihtiraslarının peşine düşmedikçe ve iyi'ye yöneldiği müddetçe özgürdür (Epiktetos, 1997, s. 64).

Marcus Aurelius

Düşünce tarihi boyunca Platoncu devlet ütopyasının ilk ve tek temsilcisi filozof-imparator Marcus Aurelius Antonius'tur.[7] İmparator olması sebebiyle diğer stoa filozoflarından farklı bir konuma sahip olan Marcus Aurelius tıpkı Epiktetos gibi düşüncelerini yaşayan ve onunla aynı çizgide buluşan bir filozoftur. O, stoa ahlâkı doğrultusunda sınıfsal ayrımların ötesinde tüm insanları kardeş gibi görmüş ve Roma yurttaşlığını değil dünya yurttaşlığı anlayışını benimsemiştir (Karadeniz, 2009, s. 16). Marcus Aurelius da Sokrates ve Stoa filozofları gibi ahlâkı epistemik bir yaklaşımla ele alarak, onun öğrenilebilirliğine dikkat çekmiş, bu anlamda felsefe ile ahlâkı özdeşleştirmiş, felsefeyi insanı eğiten, ahlâkı öğreten akli bir eylem olarak (etik) görmüştür. Fakat burada dikkat edilmesi gereken nokta onun felsefesinin bütüncül bir doğa anlayışına dayandığıdır. Bu sebeple felsefe, ayrılmaz bir bütünlük içindeki doğanın kanunlarının, doğal oluşun yine doğanın ayrılmaz bir parçası olan insanın rasyonel kavrayışıyla

---

[7] Tüm yaşamı boyunca felsefe ile uğraşmış, dürüstlüğü ile bütün imparatorlar arasında müstesna bir yere sahip olan ve tarih sayfalarına Roma'nın filozof-imparatoru olarak geçen Marcus Aurelius, Platon'un "eğer filozoflar hüküm sürer ya da hüküm süren filozof olursa kentlerin yıldızı her zaman parlar" şeklindeki ifadeleri ile bir ideal olarak betimlediği filozof-yönetici karakterinin en bilindik temsilcisidir (Historia Augusta, 2002, s. xi, 15).

öğrenmesidir ki, doğa aynı zamanda Tanrının kendisi de olduğu için doğal olan daima iyidir. Bu bağlamda Marcus Aurelius'un bakış açısıyla, *felsefe iyiyi (Tanrıyı) öğrenmektir*. Bu sebeple o, bir felsefi danışman gibi daima doğal olana uyumu ve itaati salık verir ve bu doğrultuda iyi, erdemli olmayı öğütler: "Dikkat et, bir Caesar olma, erguvana[8] boyama kendini; çünkü böyle şeyler oluyor. Öyleyse yalın, dürüst, namuslu, ölçülü, içten, haksever, dindar, iyiliksever, sevecen, işine bağlı biri olarak kal. Felsefenin seni eğittiği gibi kalmaya çaba göster" (Marcus Aurelius, 2009, s. 88). Bu ifadeler aynı zamanda Marcus Aurelius'un insan doğasına ilişkin düşünceleri hakkında ipucu vermektedir ki, bu ipucu sosyal statüsü ve konumu her ne olursa olsun insanların doğal olarak eşit oldukları sonucuna ulaşır. Eğer insanlar arasında bir ayrım yapılacaksa o da iyiye adanmışlıkta erdemli ya da erdemsiz olmak gibi insanın iradi tasarrufunda bulunan alanda yapılabilir, bunun dışında insanın iradi tasarrufunda olmayan sosyal statü, mülkiyet vb. durumlara göre bir ayrımlama söz konusu olamaz, zira bunlar tamamen yazgısaldır.

Bu açıdan Marcus Aurelius'un düşüncesinde, efendi, soylu, gladyatör, sıradan insan ya da köle olmak fark etmez, insanlar doğal olarak eşittir. Bu doğal eşitlik düşüncesi şu ifadelerinde daha açık olarak görülebilir: "Makedonyalı İskender ve seyisi ölünce başlarına aynı şey geldi: çünkü ya her ikisi de her şeyin doğduğu evrenin döl yatağına döndüler ya da parçalanıp atomlara ayrıldılar" (Marcus Aurelius, 2009, s. 87). Marcus Aurelius'un insan doğası üzerine dolaylı olarak yorumsanan bu düşünceleri ondan yüzyıllar sonra Rousseau'nun ortaya koyduğu insan doğası, doğal eşitlik ve eşitsizliğin kaynağı ve de kötülük problemi üzerine düşüncelerini de oldukça çağrıştırmaktadır. Marcus Aurelius, Rousseau'dan çok önce kötüyü ve kötülüğü doğal olmayan bir fenomen olarak görmüş ve bu bağlamda Roma'da ve tüm dünyada kötülüğün doğallıktan kopuştan kaynaklandığını, kötülüğü ortadan kaldırmak ve iyiye ulaşmanın yolunun da doğaya yönelmek ve ona uygun yaşamak olduğunu vurgulamıştır. *İnsanlar arasındaki eşitsizliğin kaynağı* noktasında ise Marcus Aurelius dünyevî nimetlerin yazgısallığına inandığı için onun eşitlik kavramı varoluşsal bir eşitlik ile sınırlanmaktadır.

"Doğaya uygun olarak meydana gelen hiçbir şey kötü olamaz" (Marcus Aurelius, 2009, s. 45) deyişiyle yola çıkan Marcus Aurelius'a göre, "iyi" de, evrensel doğa tarafından takdir edilmiş ve yaşamın doğasına katılmış olan yazgısallıkla, insan var olduğu andan itibaren başına gelenlerdir. Önemli olan bu doğal yazgıya uygun davranmak, rolünü "iyi" oynamaktır: "yaşam

---

[8] Erguvan kırmızı-mor arası bir renktir ve Roma'da soyluların giydiği togalar erguvan rengindedir. Bu sebeple erguvan rengi soyluluk belirtisi olarak görülmektedir ve Marcus Aurelius da "erguvan boyama kendini" derken, soyluluğa özenme demektedir (Karadeniz, 2009, s. 94). Toga ise, Roma yurttaşı olmayanlara, hattâ bir dönem sıradan halka bile yasaklanmış Antik Roma'nın karakteristik giysisidir.

kısadır, şimdi'den yararlanmalısın ama sakınımla ve adaletle. Dikkatin dağılmışken bile ayık ol" (Marcus Aurelius, 2009, s. 63). Çünkü dünyevî arzular insanı kötülüğe, erdemsiz davranmaya itebilir. Yazgıya, yani doğal olana uymak erdeme, bilgeliğe giden tek yoldur ki, bu da koşulsuz iyiliğin bizzat kendisidir. "Tanrıların eserleri tanrısal öngörüyle dopdolu; yazgının işleri de doğal düzenden yoksun değildir, tanrısal öngörünün ağlarıyla iç içe geçmiş, onlarla örülüdürler. Her şey bundan çıkar. Öte yandan, her şeyin zorunluluktan kaynaklandığını ve senin de bir parçasını oluşturduğun evrenin bütünün yararına da olduğunu eklemeliyim. Ama doğanın her yerinde, iyi; evrensel doğanın ürettiği şeydir ve onu ayakta tutmaya yarar" (Marcus Aurelius, 2009, s. 41). Marcus Aurelius'un bütüncül doğa anlayışına sahip olması, onu da tıpkı Stoa felsefesinin kurucusu Kıbrıslı Zenon gibi mantığı, fiziği ve ahlâkı bir bütünlük içerisinde, felsefe çatısı altında ele almasına ve felsefenin etik, siyaset gibi pratik yönünü ortaya koyan insan felsefesinin doğa felsefesinden bağımsız olmayacağı ve doğa felsefesinin dahi yaşamın içinde anlam bulacağı sonucuna götürmüştür. Hadot'un da ifade ettiği üzere:

> Stoacılar felsefi söylemi ve felsefenin kendisini ayırıyorlardı. Felsefi söylemi mantık, fizik ve etik olarak üçe ayırarak, felsefe eğitimi verildiği zaman öğrencilere mantık teorisi, fizik teorisi, ahlak teorisi anlatılır demek istiyorlardı. Ama felsefi söylemin felsefenin kendisi olmadığını da söylüyorlardı. Felsefe ise fiili, somut, yaşanmış alıştırmaydı; mantığın, etiğin ve fiziğin pratiğiydi. Hakiki mantık, mantığın salt teorisi değil, fakat yaşanmış mantıktır, yani isabetli şekilde düşünme edimi, gündelik yaşamda düşünceyi isabetli bir şekilde işletmektir. O halde yaşanan bir mantık söz konusudur ve bu, stoacıların dediği gibi, temsilleri yani dış dünyadan gelen imajları eleştirmeye ve ora dan gelen bir şeyin iyi ya da kötü olduğunu söylemekte acele etmemeye dayanan ama düşünen, eleştiren bir mantıktır… Şüphesiz bu etik için de geçerli. Hakiki etik, etik teorisi değil, ama başka insanlarla olan hayatta yaşanan etiktir. Fizik için de durum aynıdır. Hakiki fizik, fizik teorisi değil, fakat yaşanan fiziktir, yani kozmos karşısında bir tavırdır. Bu yaşanan fizik, ilk olarak, şeyleri oldukları gibi görmeye, insanbiçimci ve bencil bakış açısından değil, fakat kozmosun ve doğanın perspektifinden bakmaya dayanır. Marcus Aurelius'un fizik tanımlamaları diyebileceğimiz ifadelerinde bu tavır açıkça ortaya çıkar. Bu tanımlamalar, tanımlanacak nesneyi evrenin bir parçası olarak görür: Yeryüzü ve insani şeyler, sonsuz büyüklük içindeki sonsuz küçük noktalardır; bir istiridyenin kanı, imparatorluğun erguvanı; ölüm ise doğadaki bir fenomendir (Hadot, 2012, s. 140).

Marcus Aurelius'a göre, "evrenin doğasının ne olduğunu, benim doğamın ne olduğunu, bunların birbirleriyle ilişkisinin ne olduğunu; hangi parçanın bütünün hangi parçası olduğunu göz önünde bulundurmak gerekir; hiç kimse, yaptıklarının ve söylediklerinin, senin parçasını oluşturduğun doğayla her zaman uyum içinde olmanı engelleyemez" (Marcus Aurelius, 2009, s. 42). Bu açıdan sınıfsal farklılık ya da sosyal statü, köle, efendi, imparator ya da sıradan insan olmak fark etmez her insan doğaya uygun yaşamalı, öyle davranmalıdır. Köle ya da efendi olmak erdemli yaşamaya engel değildir, önemli olan kendine biçilmiş rolü "iyi" oynamaktır. Bir insan tahakküm altında, ölüm hükmünün gölgesi altında bir köle olsa bile, iradi tasarrufu olan alanda kendisi istemedikçe ona hiç kimse kötü bir şey yaptıramaz, iyi bir şey yapmasına da mâni olamaz. Bu açıdan özgürdür. Eğer şiddet görüyorsa bu başkalarının kötülüğüdür, buna katlanmak ve şiddete karşı şiddetsizlik de onun erdemidir. "Düşmanından öç almanın en iyi

yolu, onun gibi davranmamaktır" (Marcus Aurelius, 2009, s. 83). Bu noktada Marcus Aurelius'un özgürlük kavramı pratik anlamından büyük oranda yoksun olsa da, onun felsefesindeki bağlayıcı etken olan yazgısallık ve erdemlilik göz önünde bulundurulduğunda, insanın kötüden sakınma ve iyiye yönelme özgürlüğü söz konusudur.

Felsefesini genelde kötülükten sakınma üzerine kuran Marcus Aurelius, iyi'nin zaten *doğal* halde mevcut olduğu, yapılması gerekenin doğaya uygun yaşamaktan ibaret olduğu üzerinde durarak etraflıca bir kötülük tanımından ziyade, kötülüğü nefsanî, dünyevî arzuların peşinde gitmek olarak tanımlamayı yeğler. "Kötülük nedir? Birçok kez gördüğün şeydir. Şunu aklından çıkarma: olup biten her şey, birçok kez gördüğün bir şeydir. Nereye baksan hep aynı şeyleri göreceksin; antik tarih, daha sonraki çağların tarihi, yakın zamanın tarihi onlarla doludur; şimdi de kentlerimizi, evlerimizi onlar dolduruyor. Yeni olan hiçbir şey yok: her şey kendini yineliyor ve hemen geçip gidiyor" (Marcus Aurelius, 2009, s. 96). Bu noktada tarihten süre gelen ve Roma'da da devam eden erdemsizliğe, kötülüğe –belki de bir açıdan kölelik sistemine- dikkat çeken Marcus Aurelius, bitimli ömrüyle yazgısı gereği ölüme mahkûm olan insanı, genelde bu dünyada özelde ise Roma'da kötülükten alıkoyacak ve koruyacak tek şeyin felsefe olduğunu vurgular:

> Bize koruyacak ne kalıyor geriye? Tek, biricik şey, felsefe. Bu da; içimizdeki koruyucu ruhu el değmemiş ve arı olarak koruyabilmekte yatar, her zaman hazlara ve acılara egemen, rastgele ya da yapmacık amaçlar ya da ikiyüzlülükle davranmayan, başkalarının belli bir şeyi yapmalarından ya da yapmamalarından bağımsız; bundan başka kendisine ait olan her şeyi, ona ayrılan her şeyi, kendisiyle aynı kaynaktan gelen bir şey gibi alır; her şeyden önce de ölümü dingince bekler, çünkü, onun her canlının oluştuğu öğelerin serbest bırakılmasından başka bir şey olmadığına inanır (Marcus Aurelius, 2009, s. 45).

O halde bir an gibi gelip geçen ömürde insanın yönelmesi gereken şey "erdemli olmak"tır ki, ona ulaşmak da insanın kendine ait olanla ilgilenmesi ve kendini (arzularını) kontrol etmesi ile mümkündür.

Marcus Aurelius'a göre, insanın kendisi ile ilgili şeyleri değil de başkaları ile ilgili şeyleri düşünmesi kendisini ötekileşmiş hissetmesine, bu his ile de başkalarına özenmesine ve onlar gibi olmak isteğiyle güç, ihtişam, mülkiyet, statü sahibi olmak gibi kabaran nefsanî arzularının peşinden koşmasına ve böylece de ömrünü heba etmesine sebep olur. Bu ise bilgelik yolundan saparak erdemsizliğe sürüklenmekten başka bir şey değildir. Başkalarıyla ilgili şeyleri düşünmek sadece kamu yararı gözetildiğinde "iyi" bir nitelik taşır, aksi takdirde "filancanın ne yaptığını ve hangi nedenle yaptığını ne söylediğini ve aklında ne olduğunu ne tasarladığını" düşünmek insanı yönetici ilkesine gerekli dikkati göstermekten alıkoyarak ve de bu tür başka şeyleri kurarak onu başka etkinliklerden yoksun bırakır (Marcus Aurelius, 2009, s. 50). Marcus Aurelius'un "yönetici ilke" ile kastı doğaya uygun yaşama ve yazgıya (kader) rıza göstermektir.

Bu bağlamda ölüm de doğal, yazgısal bir zorunluluktur ve bu anlamda "iyi"dir. "Ölüm; duyuların aldatıcılığından, insanı kukla gibi oradan oraya çekiştiren içgüdülerden, saçma sapan düşüncelerden, tenin tutsağı olmaktan kurtarır bizi" (Marcus Aurelius, 2009, s. 88). Ömrün karşısında duran ölüm yalnız iyi olmakla kalmaz aynı zamanda insanın iyiye yönelmesi için hatırlanması gereken bir fenomendir: "önünde daha yaşanacak on bin yıl varmış gibi yaşama. Yazgı başının üstünde duruyor. Yaşadıkça, elinden geldiğince iyi ol" (Marcus Aurelius, 2009, s. 61). "İyi"yi aynı zamanda mutluluk kaynağı olarak da gören Marcus Aurelius'a göre, insan her zaman mutlu yaşayabilir, çünkü doğru yolu, doğayı takip etmek ve ona göre düşünüp ona uygun yaşamak insanın elindedir, insan akli eylemlerle Tanrının yolundan gidebilecek iradi tasarrufa sahiptir. Akıl ve akıl yürütme yöntemi kendi kendine yeten ve kendini idame ettiren yetilerdir (Marcus Aurelius, 2009, s. 76) ve "şu iki ilke Tanrı'nın ve insanların ve her ussal yaratığın ruhlarının ortak niteliğidir: Başkalarının seni engellemesine izin verme, kendi iyiliğini doğruyu istemekte ve doğru davranmakta ara ve arzularını buna göre sınırlandır" (Marcus Aurelius, 2009, s. 80). Bu bağlamda Marcus Aurelius şu öğüdü salık verir: "adalete uygun ve iyilikle davranmaktan doyum sağlayan dürüst bir insan gibi yaşamaya çalış" (Marcus Aurelius, 2009, s. 63).

Düşüncelerinden anlaşılacağı üzere, Marcus Aurelius'un hem filozof hem de imparator olması onun insani-toplumsal problemlere duyarsız kalmasını imkânsız kılmış, gündelik yaşamın içinden insanın ve toplumun problemlerini de ahlâki bağlamda ele alıp daima toplumun yararının gözetilmesi gerektiğini üzerinde durarak, 'Tanrıyı hiç unutmadan sürekli toplum yararına çalışma'nın memnuniyet ve sevinç duyulması gereken tek şey olduğunu vurgulamıştır (Marcus Aurelius, 2009, s. 83). Bu açıdan da birey ve toplum için kötü bir karakteri, "erkeksi olmayan, inatçı, yabanıl, hayvansı, çocuksu, umursamaz, yapmacık, başkalarının sırtından geçinen, para canlısı, zorba" (Marcus Aurelius, 2009, s. 63) olarak tanımlayarak "iyi"yi bunların karşısına koymuştur.

Sonuç

Sonuç olarak Roma'da felsefe doğa felsefesinden insan felsefesine doğru keskin bir yönelişle oldukça büyük oranda ahlâk odaklıdır ki, İmparatorluk Stoası Roma felsefesine damgasını vurmuş en etkili öğretidir. İmparatorluk Stoasının özgün bir yanı da, insan felsefesini doğa felsefesi ile bir bütünlük içinde ele alması ve insan felsefesini, bu bağlamda ahlâkı ve siyaseti doğa felsefesi ile desteklemesidir. O halde imparatorluk stoasının tamamen insan felsefesi ile meşgul olduğunu iddia etmek hatalı bir tespit olur, doğa felsefesinden yapılan çıkarımlarla insanın problemlerine bir çare aranmıştır ki, bu bağlamda insan felsefesi yapılmış ve bir felsefi danışmanlık örneği ortaya konulmuş demek daha doğru olur. Çünkü stoa geleneği

doğa ile insanı ayrı inceleme alanları olan birer fenomen olarak ele almaz, insan ve doğa aynı bütünün parçalarıdır, daha doğrusu insan doğanın ayrılmaz bir parçasıdır ve doğa koşulsuz olarak iyidir. Kötü olan insani (hayvani) istek ve arzular peşinden koşmak ve bu doğrultuda doğal yazgıya, bir anlamda Tanrıya itaatsizlik etmek ve baş kaldırmaktır. Erdem, yazgısallıkla sınırlandırılmış alanda doğaya uygun istençli, akli eylemlerde bulunmaktır, bu açıdan erdemli, bilge bir kişi olmak için insanın yazgısını kabullenmesi zorunludur. Bu kabul mutluluğa giden yolun başlangıcıdır.

Bu bağlamda kölelik, imparatorluk, soyluluk vb. insanın sosyal konumu tamamen yazgıya bağlanmış ve bu durumdan yakınmak ve bunu değiştirmeye çalışmak, arzu ve istekler peşinde koşmak biçiminde kötü olarak değerlendirilmiştir. Kuşkusuz burada en önemli etken Roma'da kölelik kurumunun, sınıfsal farklılıkların ve sosyal statülerin değiştirilmesinin çok zor ya da imkânsız oluşudur. Gerçekten de Roma'daki sınıf ayrımları ve kölelik o kadar kökleşmiş ve insanların zihninde o kadar yer etmiştir ki, filozoflar bile artık bunu bir yazgı olarak ele almak zorunda kalmışlardır. Özgürlük ise insanların zihnini kurcalayan pratik bir problem olarak gündemdeki yerini korumuş, fakat o da yine bu yazgısallık ve ahlâk anlayışıyla bugünkü pratik anlamından yoksun, daha çok teorik bir biçimde, iç özgürlük ya da iradi özgürlük biçiminde ele alınmış ve bu anlamıyla pratiğe yansımıştır. Stoacılığın mülkiyet ve özgürlük anlayışı daha çok soyut idi ve bireysel vicdan ya da bilincin özerkliğinde anlamlandırılıyordu. Bireysel özgürlüğün faaliyet alanı ise her bir bireyin sahip olduğu doğal hak ya da Tanrının lütufları, yani bireyin elinde olanlar idi ve özgürlük bu alan içerisinde anlamlandırılmaktaydı (Long, 2006, s. 358). Fakat o dönemin şartları göz önünde bulundurulduğunda yapacak başka bir şey de yoktur; yapılacak en iyi şey, en iyi çıkış yolu felsefe olmuştur. Çünkü Felsefe, doğa felsefesiyle yazgıyı desteklemiş, en azından felsefe yapmak bağlamında bir özgürlük sağlamıştır. Aslında felsefe bir tür başkaldırıdır, mutlak imparatorluk egemenliği yazgısallık ile şiddetsiz bir şekilde pasifize edilerek doğanın (Tanrının) egemenliği salık verilmiş, insanların zihninde bir doğal eşitlik, özgürlük düşüncesi yeşertilmiş ve bu da daha sonra ortaya çıkacak olan "doğal hukuk" doktrininin temelini oluşturmuştur. Kuşkusuz stoa felsefesi *Pax Romana*'ya paralel olarak Roma hukukunun gelişmesinde de oldukça önemli bir yere sahiptir.

İmparatorluk stoa filozofları, özellikle de Epiktetos ve Marcus Aurelius, bizzat pratik yaşantıları ile felsefelerini ortaya koymuş ve bu açıdan ahlâk-siyaset ilişkisi çerçevesinde özgürlüğe vurgu yaparak özgürlük yolunda insanların en az zarar görmesi için yazgıya uymayı, şiddetsizliği, bir anlamda devlete aldırmazlığı ve bugünkü siyaset felsefesi söylemiyle bir tür sivil itaatsizliği salık vermişlerdir. Zira o dönemde kölelik kurumunu eleştirmek ve ortadan

kaldırılmasını hedeflemek ekonomisi büyük oranda şiddete, yani savaşa ve savaş ganimetlerine, dolayısıyla da köleliğe dayalı bir devletin, Roma'nın yıkılmasını hedeflemek anlamına geleceğinden, buna hiç kimse cesaret edememiştir. Ayrıca özgürlük yolundaki köle isyanlarının ve de devlete karşı her tür itaatsizliğin aşırı şiddet ile karşılık bulması ve sayısız insanın canından olması bu tür bir düşüncenin ortaya çıkmasını engellemiştir. Bu sebeple Epiktetos ve Marcus Aurelius insanların şiddetten sakınmaları için sağduyulu bir tavırla, özgürlüğü iç dünyalarında ve irade sahibi oldukları alanlarda yaşamalarını salık vermişler ve kendileri de bu doğrultuda yaşayarak insanlara örnek olmaya çalışmış, deyim yerindeyse o dönemin koşullarında birer felsefi danışman gibi öğütler vermişlerdir. Çünkü eşitlik ve özgürlük istemiyle yola çıkmak, devlete karşı başkaldırı olarak algılanıp aşırı şiddeti doğuracağından ve halkın da bu şiddeti bertaraf edecek gücü olmadığından, bu istem mutsuzluk ile sonuçlanacaktır. Şayet bu istem gerçekleşecek, halkın şiddeti bertaraf edecek gücü olsa bile yine ötekinin yıkımında aracı etken şiddet olacaktır. Yani her halükârda bir taraf mutsuz olacaktır ki, bu da stoa ahlâkı açısından olumlanması imkânsız bir şeydir: çünkü tüm insanlar Tanrının çocuğudur ve her insan doğanın ayrılmaz bir parçasıdır. O halde yapılacak en iyi şey özgürlüğü ve eşitliği bu anlamda ele almaktansa, stoacı anlamda ele almak, yazgıyı değiştirmeye çalışmadan mutlu olmaya çalışmak, kendiliğinden gelişen doğal akışa uyum sağlamak ve daha önce de ifade edildiği üzere felsefe yapmak ve insanlara bu felsefeyi benimsetmektir. Çünkü felsefe doğanın kanunlarına (Tanrının buyruklarına) uygun yaşamayı, iyi, erdemli, bilge bir insan olmayı öğretir. Eğer evrene bu düşünce hâkim olur, tüm insanlar bu düşünceyi benimserse ve ona uygun davranırsa hem bütün kötülükler ortadan kalkmış olur hem de ne kölelik kalır ne de efendilik. Stoa filozoflarının, Epiktetos ve Marcus Aurelius'un birbirlerinden tamamen farklı statülerde ve sosyal sınıflarda olmalarına rağmen aynı çizgide buluşmalarının ve bu şekilde bir ahlâk anlayışı geliştirmelerinin, felsefeyi oldukça işlevsel bir şekilde hayata yansıtmalarının ve bu doğrultuda dolaylı yollardan birer felsefi danışman gibi insanlara öğütler vermelerinin sebebi de bu olsa gerek.

Kaynakça

Altunbaşak, İ. (2019). Felsefi danışmanlığı 'felsefi' yapan nedir?. *FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi)*, 27, 409-426.

Arat, N. (1996). *Etik ve estetik değerler*. Telos Yayıncılık.

Arslan, A. (2008). *İlkçağ felsefesi tarihi – 4, Helenistik dönem felsefesi: Epikürosçular, Stoalılar, Septikler*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Bakır, K. (2010). Roma'da felsefe Stoa ahlâkı, kölelik ve imparatorluk: Epiktetos ve Marcus Aurelius. *Doğu Batı*, 2(50), 67-86.

Burn, J. (2006). *Stoa felsefesi* (M. Atıcı, Çev.). İletişim Yayınları.

Cevizci, A. (2002). *Etiğe giriş*. Paradigma Yayınları.

Cevizci, A. (2005). *Paradigma felsefe sözlüğü*. Paradigma Yayıncılık.
Cevizci, A. (2006). *İlkçağ felsefesi tarihi*. Asa Kitabevi.
Epictetus. (1964). *The moral discourses of Epictetus* (T. Gould, Ed.). Washington Square Press.
Epiktetos. (1997). *Düşünceler ve sohbetler* (B. Toprak, Çev.). Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları.
Eroğlu, N., & Çevik, M. (2024). Varoluş deneyimine felsefi danışmanlıkla müdahalenin imkânı. *Beytulhikme An International Journal of Philosophy*, 14(4), 1207-1230.
Freeman, C. (2005). *Mısır, Yunan ve Roma Akdeniz uygarlıkları* (S. K. Angı, Çev.). Dost Kitabevi Yayınları.
Hadot, P. (2012). *Yaşam için felsefe* (K. Kahveci, Çev.). Pinhan Yayıncılık.
Historia Augusta: *Filozof imparator Marcus Aurelius Antoninus*. (2002). (Ç. Menzilcioğlu, Haz. ve Çev.). Arkeoloji ve Sanat Yayınları.
Karadeniz, Ş. (2009). Öndeyiş. *M. Aurelius, Düşünceler içinde* (Ş. Karadeniz, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.
Le Roux, P. (2005). Roma imparatorluğu (İ. Yerguz, Çev.). Dost Kitabevi Yayınları.
Long, A. A. (2006). *From Epicurus to Epictetus: Studies in Hellenistic and Roman philosophy*. Oxford University Press.
MacIntyre, A. (2001). *Erdem peşinde: Ahlâk teorisi üzerine bir çalışma* (M. Özcan, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
Marcus Aurelius. (2009). *Düşünceler* (Ş. Karadeniz, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.
Özlem, D. (2004). *Etik-ahlâk felsefesi*. İnkılâp Yayınları.
Robertson, D. (2024). *Bilişsel-davranışçı terapi felsefesi: Rasyonel ve bilişsel psikoterapi olarak Stoa felsefesi* (F. E. Önder, Çev.). Albaraka Yayınları.
Russell, B. (1997). *Batı felsefesi tarihi: İlk çağ* (M. Sencer, Çev.). Say Yayınları.
Still, A., & Dryden, W. (1999). The place of rationality in Stoicism and REBT. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 17(3), 143-164.
Tahiroğlu, B., & Erdoğmuş, B. (2005). *Roma hukuku dersleri.* Der Yayınları.
Tekin, O. (2008). *Eski Yunan ve Roma tarihine giriş*. İletişim Yayınları.
Timuçin, A. (2000). *Düşünce tarihi 1*. Bulut Yayınları.
Umur, Z. (1999). *Roma hukuku ders notları*. Beta Basım Yayım.

Felsefi Danışmanlık Ekseninde Epikouros'un Terapötik Felsefesi: Modern Bilişsel Psikoterapiler İçin Felsefi Bir Temel

Ahmet Faruk Çağlar*

Özet
Antik ve Helenistik dönem boyunca Yunan felsefesinin her şeyden önce, kişiyi mutluluğa ulaştırmayı hedefleyen bir yaşam pratiği olarak görüldüğü söylenebilir. Epikouros ve Epikourosçu okul da mensubu olduğu Sokratesçi geleneğe paralel olarak felsefenin asli görevini "insanın mutluluğu için rasyonel temeller oluşturmak" olarak tanımlamış, filozofu ise bir tür ruh sağlığı doktoru olarak görmüştür. Epikouros'a göre, mutlu bir yaşam için bireyin tüm hayatı boyunca felsefe ile meşgul olması, her daim aklını kullanması ve doğal olmayan arzularının peşinden sürüklenmemesi gerekmektedir. Genel olarak Epikourosçu felsefe ve daha özel olarak Epikourosçu etik, insanların ruhsal sorunlarının başlıca sebeplerini yanlış inanç ve bunların doğurduğu kaygılarda arar. Özellikle ölüm korkusu ve öte dünyada karşılaşılması beklenen cezaların yol açtığı kaygının bireyin mutluluğu önünde ciddi bir engel oluşturduğunu belirtir. Epikouros bu korku ve kaygıları aşmanın yolunu ise kişinin aklını doğru kullanarak batıl ve hatalı inançlarından kurtulmasında görür. Filozof, zihinsel/ruhsal huzura ancak kişinin yaşamını akıl ve itidal ile yönettiği, dışsal koşullara bağımlılığı asgariye indirdiği bir mutluluk anlayışıyla sahip olunabileceğini savunur. Bu çalışmada, Epikouros'un görüşlerinin modern (bilişsel) terapi yöntemleriyle olan paralellikleri vurgulanacak ve filozofun önerilerinin modern bireyin psikolojik sorunlarının sağaltımı için sağladığı imkânlar değerlendirilecektir. Bu genel çerçeve içinde, Epikouros'un terapötik önerilerinin felsefi danışmanlık için uygun bir araç olarak kullanılabileceği iddiası ileri sürülecektir.
Anahtar Kelimeler: Antik Felsefe, Helenistik Dönem, Epikouros, Mutluluk, Modern Bilişsel Terapi, Psikolojik Sağaltım, Felsefi Danışmanlık.

Epicurus' Therapeutic Philosophy: A Philosophical Foundation for Modern Cognitive Psychotherapies

Abstract
Throughout the ancient and Hellenistic periods, Greek philosophy could be seen as a life practice aimed at achieving happiness. In line with the Socratic tradition to which he belonged, Epicurus defined the primary function of philosophy as "establishing rational foundations for human happiness," viewing the philosopher as a kind of mental health practitioner. According to Epicurus, a happy life requires an individual to engage in philosophy throughout their lives, to constantly exercise reason and to avoid being led by unnatural desires. Epicurean philosophy in general, and Epicurean ethics more specifically, seek the primary causes of human spiritual problems in false beliefs and the anxieties they engender. He argues that the fear of death and the anxiety caused by anticipated punishments in the afterlife constitute serious obstacles to an individual's happiness. Epicurus sees the way to overcome these fears and anxieties as the correct use of reason and the elimination of superstitious and erroneous beliefs. The philosopher argues that mental/spiritual peace can only be achieved through a concept of happiness that involves managing one's life with reason and moderation, minimizing dependence on external circumstances. This study will highlight the parallels between Epicurus's views and modern (cognitive) therapy methods and evaluate the possibilities offered by the philosopher's proposals for treating the psychological problems of the modern individual. Within this general framework, it will be argued that Epicurus's therapeutic proposals can be used as a suitable tool for philosophical counseling.

* Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, faruk.caglar@medeniyet.edu.tr

Keywords: Ancient Philosophy, Hellenistic Period, Epicurus, Happiness, Modern Cognitive Therapy, Psychological Treatment, Philosophical Counseling.

Giriş

Bu kısa bildiri metninde ben de felsefenin en kadim ancak aynı zamanda en güncel işlevlerinden birini, felsefenin sağaltımsal (terapötik) işlevi'ni Epikourosçu felsefe dolayımında ele almayı deneyeceğim. Kongrenin düzenleniş amaçlarına paralel bir şekilde konuyu felsefi danışmanlık pratiği ekseninde tartışmaya çalışacağım. Çalışmamın temel amacı özetle, felsefenin yalnızca akademik ya da teorik bir uğraş değil, insan yaşamını doğrudan dönüştürmeyi hedefleyen, onu daha iyiye ve mutluluğa götürmeyi amaçlayan, teorik ve pratik bir etkinlik olduğunu hatırlatmak olacak. Bu genel çerçeve içinde Epikouros felsefesi, Epikouros'un kişiyi iyiye ve bunun öznel bir sonucu olacak mutluluğa ulaştırmayı amaçlayan önerileri üzerinde özellikle duracağım.

Antik ve Helenistik felsefenin her şeyden önce kişiyi mutluluğa ulaştırmayı hedefleyen bir yaşam pratiği ve düşünme etkinliği olduğu iddiasını somutlaştırmak için Antik Çağ'dan başlayacağım zira –Pierre Hadot'nun da ısrarla vurguladığı gibi– Antik Yunan dünyasında felsefe, günümüzde ortalama ilgililer ve dahi felsefeciler tarafından anlaşıldığından çok farklı ve kapsamlı bir işleve sahipti. O dönemde felsefe yalnızca mantık, epistemoloji, ontoloji ya da metafizik gibi soyut ve teorik alanlarla sınırlı kabul edilmiyordu; yüzlerce yıl boyunca felsefe her şeyden önce bir yaşam sanatı olarak anlaşıldı ve çeşitli felsefe okullarınca belirli bir yaşam pratiği olarak tatbik edildi. Felsefe insana nasıl düşünmesi gerektiğini, hatalı akıl yürütmelerden nasıl kaçınabileceğini, yaşamını nasıl en doğru şekilde sürdürebileceğini, hangi değerlerin peşinden koşulmaya değer olup benimsemesi gerektiğini ve daha önemlisi, nasıl mutlu olabileceğini öğreten bir yol gösterici, bir arayıştı.

Artık hemen herkesin bildiği ve tekrar ettiği bir vecizede Sokrates, "sorgulanmamış hayat yaşanmaya değmez" derken felsefeyi bizzat hayatın merkezine yerleştirmişti. Stoacılar için felsefe, doğaya uygun yaşamanın ve aklın rehberliğinde içsel özgürlüğe ulaşmanın yegâne yoluydu. Epikouros ise felsefeyi belki de tarihte ilk defa, doğrudan "ruhun sağaltımı" olarak görüyordu. Epikouros ve takipçileri için filozof aynı zamanda bir tür ruh hekimiydi, öyle olmalıydı (Erler, 1992, s.281-303).

Buradan hareketle, günümüzde ülkemizde de gelişmekte olan felsefi danışmanlık alanı, kanaatimce, aslında Antik Çağ'ın bu terapötik geleneğinin yeniden canlanışı olarak değerlendirilebilir. Felsefi danışmanlık, yalnızca bir entelektüel uğraş ya da sohbet değil; danışanın yaşadığı varoluşsal kaygıları, korkuları, anlam arayışlarını felsefi kavram ve

argümanlarla ele alan bir sağaltım biçimidir. Kuşkusuz modern psikoterapi yöntemleri ile kesiştiği pek çok nokta vardır ama birçok psikoloji ekolünden farklı olarak felsefi danışmanlık, özellikle dünya görüşü ve anlam arayışı üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu yönüyle, modern bireyin anlam arayışında hiçbir psikoloji ekolünün sağlayamayacağı denli kapsamda bir yol gösterici, bir kılavuz olabilir.

Kısaca ifade etmeye çalıştığım bu genel çerçeve içinde benim aşağıda gerekçelendirmeye çalışacağım temel savım şu olacak: Epikouros'un felsefesi, felsefi danışmanlığın sağaltımsal boyutunu göstermek için eşsiz bir örneklik teşkil etmektedir. Zira Epikouros, insanı mutsuz eden kaygıların çoğunun yanlış inançlardan ve hatalı akıl yürütmelerden kaynaklandığını savunmuş ve bunları rasyonel argümanlarla aşmanın mümkün olduğunu iddia etmiştir. Bilindiği gibi bu yaklaşım, günümüzdeki pek çok bilişsel-davranışçı terapi yönteminin de temel yaklaşımıdır.

Dolayısıyla, Antik Çağ'dan günümüze uzanan bir köprü kurarak ve işaret etmeye çalıştığım süreklilik vurgulanarak rahatlıkla şu iddiada bulunulabilir: Felsefe, en başından itibaren, aynı zamanda bir yaşam ve dünyaya bakış biçimi, bir terapi yöntemi ve bu çerçevede ruhun sağaltılması çabasıdır. Bu genel bağlam içinde ben de modern felsefi danışmanlık uygulamalarını, bu geleneği hatırlama ve günümüze taşıma çabası olarak görüyorum.

1. Felsefenin Sağaltımsal Özelliği

Felsefenin sağaltımsal özelliği, Antik Çağ filozoflarının en çok üzerinde durduğu konulardan biridir. Bu özelliği anlamak için Antik Çağ'dan Helenistik Döneme, felsefenin tarihsel bağlamına kısaca bakmak yeterli olacaktır.

1.1. Antik Yunan'da Felsefenin Anlamı

Günümüzde, ortalama bir ilgili için felsefe çoğunlukla akademik bir disiplin, üniversitelerde okunan ya da okutulan dersler ve spekülatif konular üzerinde yapılan sonu gelmez tartışmalar ya da yazılan makaleler olarak anlaşılmaktadır. Oysa bilindiği gibi, Antik Yunan'da felsefe bundan çok daha fazlasıydı. Felsefe, her şeyden önce bir yaşam pratiği idi ve bu genel çerçeve içinde insanın felsefi kabulleri doğrultusunda kendi düşünme biçimini ve yaşamını sorgulaması ve düzenlemesi anlamına geliyordu.

- Sokrates, felsefeyi yaşamı sorgulama ve kişinin kendisini ve çevresindekileri erdemli yaşama yönlendirme sanatı olarak görüyordu. Onun kendi çağdaşları ile yaptığı sohbetler ya da tartışmalar, salt teorik tartışmalar olmaktan ziyade, karşısındaki kişinin dünyaya ve kendisine bakışını gözden geçirmeye, dahası ruhunu iyileştirmeye yönelik birer terapötik müdahaleydi.

- Platon, felsefeyi her şeyden önce "ölüme hazırlık" ya da "ölmeyi öğrenmek" olarak tanımladı (Platon, 2012, 64-64b, 67e-68). Çünkü ona göre felsefe, insanın ruhunu bedensel arzu ve tutkuların esaretinden kurtararak hakikate yöneltmesi demekti. Bu, belirli bir yaşam biçiminin benimsenmesiyle ruhu bütünüyle iyileştiren bir süreç ve pratikti.
- Aristoteles, diğer Sokratesçi okullarla paralel olarak mutluluğu (eudaimonia) insan yaşamının en yüksek amacı olarak belirledi ve felsefeyi, bir diğer ifade ile kişinin aklını doğru kullanmasını bu mutluluğa götüren yegâne rehber olarak anladı ve anlattı.
- Helenistik dönem ekolleri Antik dönemden aldıkları bu miras üzerinde kendi etik görüşlerini olgunlaştırarak belirli topluluklar ve yaşam pratikleri inşa ettiler. Stoacılıktan Epikourosçuluğa, Yeni-Platonculuktan Şüpheciliğe/Pyrrhonculuğa kadar hemen tüm ekollerin temel amacı takipçilerine kaygıdan uzak, psişik dinginliğe erişilmiş, mutlu bir yaşam sağlamaktı.

Bütün bu örnekler, Antik ve Helenistik Çağ'da felsefenin bir "yaşam pratiği" olarak görüldüğünü açıkça göstermektedir. Yüzlerce yıl boyunca felsefe yalnızca soyut bazı konular üzerinde düşünmek değil, bundan çok daha önemlisi, doğru ve mutlu yaşamayı ve ölmeyi öğrenmek olarak anlaşılmıştır.

1.2. Felsefe ve Hekimlik Benzerliği

Özellikle Helenistik dönemde sıkça kullanılan bir metafor vardır: Felsefe ruh hekimliğidir. Nasıl ki tıp bedeni iyileştirme sanatı ise, felsefe de ruhu iyileştirme sanatıdır.

- Sokrates'in kendi felsefe yapma tarzını "ebelik sanatı"na benzetmesi, aslında salt bir doğum metaforu olmanın ötesinde, ruhun sağaltımıyla ilgilidir. Nitekim Sokrates ve ondan bu mirası devralan Platon insanlara farkında olmadıkları hatalı akıl yürütme biçimlerini fark ettirerek onların dünyaya ve kendilerine yönelik bakış açılarını sorgulamayı öğretmeye çalışmıştır. Hayata dair daha farklı, daha sağlıklı bir bakış benimsenmesi ise kişi için bir yönüyle yeniden doğmak anlamına gelir.
- Önerileri üzerinde özellikle duracağım Epikouros bu benzetmeyi daha doğrudan yapar: Ona göre filozof, her şeyden önce bir ruh hekimidir. Onun önerdiği reçeteler, ruhu kaygılardan, yanlış inançlardan ve korkulardan arındırarak mutluluğa ulaştırma amacı gütmektedir.

Bütün bu benzetmeler, felsefenin sağaltımsal özelliğinin Antik ve Helenistik Çağ zihniyetinde ne kadar güçlü bir yere sahip olduğunu açıkça göstermektedir.

1.3. Felsefi Danışmanlık Açısından Önemi

Bugün "felsefi danışmanlık" olarak nitelenen alan, kanaatimce, işbu Antik mirası günümüze taşıma olarak anlaşılabilir. Felsefi danışmanlık, kişiye mantıksal akıl yürütme süreçlerini öğretmekten çok veya ona paralel olarak, kişinin yaşamını değiştirmesine ve dahi dönüştürmesine yardımcı olmayı hedeflemektedir. Felsefi danışman, danışanın kaygılarını, varoluşsal sorunlarını, anlam arayışlarını binlerce yıllık felsefe geleneğinden faydalanarak, yine felsefi bir bakış açısıyla ele alır ve/veya almalıdır.

Örneğin, ölüm korkusuyla yüzleşen bir danışanla Epikouros'un ölüme yaklaşımı üzerine konuşmak, kuşkusuz ki yalnızca teorik bir tartışma olmayacaktır. Bu aynı zamanda danışanın zihnindeki kaygıyı azaltabilecek, ona, hayata ve ölüme yönelik daha dingin bir bakış açısı kazandırabilecek bir terapötik müdahale de olacaktır.

Dolayısıyla felsefi danışmanlığın, felsefenin sağaltımsal özelliğini çağımıza taşıyan modern bir pratik olduğu söylenebilir.

1.4. Felsefenin Sağaltımsal İşlevinin Günümüz İçin Anlamı

Modern dünyada insanlar, artık iyice atomize olmuş bireysel yaşamlarında her şeyden çok psikolojik sorunlar, kaygılar, depresyon ve tükenmişlik sendromlarıyla mücadele etmektedirler. Özellikle ekonomik refah seviyesi yüksek ülkelerde bu sorunlara yönelik olarak geliştirilen psikoterapiler elbette alana çok önemli katkılar sunmaktadır. Ancak kimi zaman modern psikoterapiler bireyin anlam krizini çözmekte ziyadesiyle yüzeysel ve yetersiz kalabilmektedir. İşte tam da bu noktada felsefenin sağaltımsal işlevi devreye girmektedir. Felsefi danışmanlık, insanın yalnızca davranışlarını değil, dünya görüşünü, yaşam anlayışını dönüştürmeye odaklanmaktadır. Bu, bireyin kendisini daha geniş bir bağlamda konumlandırmasına, binlerce yıllık düşünce ve yaşam geleneklerinden faydalanmasına ve daha derin ve kalıcı bir iyileşme yaşamasına imkân verecektir.

2. Epikouros'un Sağaltıcı Felsefesi

Epikouros, Helenistik dönemin en özgün filozoflarından biridir. Epikouros'un ve Epikourosçuluğun özel olarak etik kuramının, genel olarak tüm felsefesinin merkezinde insanın mutluluğa ulaşması ve bu dünyada ruh dinginliğini elde etmesi bulunur. Epikouros mutluluğu bedensel ve ruhsal acılardan uzak olmak (aponia ve atarksia) olarak tanımlar. Ancak Epikouros bunu yalnızca soyut bir hedef ya da ideal olarak bırakmaz; takipçilerine adım adım

uygulayabilecekleri öneriler de sunar ve bu önerileri herkesten önce bizzat kendi yaşamında tatbik eder.

2.1. Kaygının Kaynakları

Epikourosçu felsefenin özeti olarak görülebilecek, ruh sağlığını temine yönelik ünlü "dörtlü çare/ilaç" (*tetrapharmakon*) bilinmektedir. Epikouros'a göre:

- Tanrılar korkulacak varlıklar değildir,
- Ölüm korkulacak bir şey değildir,
- İyiye ulaşmak kolaydır,
- Kötüye katlanmak kolaydır.

Bu genel reçeteye paralel olarak denilebilir ki, Epikouros'a göre insanın kaygılarının, dolayısıyla mutsuzluğunun başlıca üç kaynağı vardır:

1. Tanrı Korkusu: İnsanların birçoğu tanrının (ya da tanrıların) keyfî olarak dünyaya müdahale ettiğine ve onlara itaat etmeyenleri bu dünyada ya da ötekinde cezalandırabileceğine inanır. Epikouros'a göre, yerinde olmayan bu inanç insanda sürekli bir kaygı doğurur, ona bu dünya hayatını zehir eder, edebilir.
2. Ölüm Korkusu: Benzer şekilde, ölümün ardından neler olacağına dair belirsizlik veyahut da cezalandırılabileceğine dair korku ve kaygılar insanların ruhsal sağlıklarını bozarak, onların bu dünya hayatından keyif almalarını engeller.
3. Tatmin Edilmesi Zor ya da İmkânsız Arzular: Doğal olmayan, tatmin edilmesi zor ya da imkânsız arzu ve istekler insanı sürekli bir dış dünya bağımlılığına ve huzursuzluğa mahkûm eder.

Epikouros'un asırlar önce işaret ettiği işbu hatalı düşünce ve kabuller, modern psikolojide "irrasyonel inançlar" ya da "bilişsel çarpıtmalar" olarak adlandırılabilecek türden düşüncelerdir. Buna karşın Epikouros'un çözüm önerisi ise kişiye bu inançların yanlışlığını göstermek ve irrasyonel inanç ve düşüncelerin yerine daha makul/sağlıklı düşünceler yerleştirmektir.

2.2. Tanrı Korkusuna Yönelik Rasyonel Çözüm

Asırlar boyu iddia edildiğinin aksine Epikouros tanrıların varlığını inkâr etmez, bilakis Diogenes Laertios'un da aktardığı üzere, Epikouros son derece dindar bir filozoftur (Laertios, 2019, X.123); bununla birlikte Epikouros tanrının ya da tanrıların kendi kusursuzlukları içinde varlıklarını sürdürdüklerini, bu nedenle insanların fani işlerine karışmadıklarını savunur. Zira aksini düşünmek sahip olunan tanrı tanımı ve/veya tasavvuru ile çelişecektir. Epikouros'a göre

insanların zihinlerini kemiren ve onları kaygıya sürükleyen de esasen, sahip oldukları yanlış inançlar ve tanrı tasavvurlarıdır.

Özetle ifade etmeye çalıştığımız bu bakış açısı, felsefi danışmanlıkta da kullanılabilir. Bir danışan, hayatındaki olumsuzlukları sürekli surette "kader" ya da "takdir-i ilahi" ve hatta doğrudan Tanrı'nın müdahalesi ve cezalandırması ile açıklıyorsa, bu onun üzerinde yoğun bir baskı ve kaygı oluşturabilir. Felsefi danışman, Epikouros'un önerilerini gündeme getirerek danışanın bu inancı sorgulamasına yardımcı olabilir. Onun tanrıya ya da tanrısala dair tasavvurlarını analiz edebilir, irrasyonel inançları üzerinde tekrar düşünmesini sağlayabilir. Böylece danışanın, Tanrı'nın keyfî olarak davranmayacağını, hiç kimseye haksızlık etmeyeceğini, bu inanç ve düşüncelerin tanrı ve din tanımları ile çelişeceği fark etmesi sağlanabilir. Bunun sonucunda ise danışan kendi yaşamı üzerinde daha fazla kontrol duygusu kazanabilir. Kişinin kendi mutluluğu ya da mutsuzluğu üzerinde etkide bulunan asil failin yine kişinin kendisi olduğu fark ettirilebilir.

2.3. Ölüm Korkusuna Yönelik Rasyonel Çözüm

Tarih boyunca birçok düşünür ve filozof, insanın en temel ve büyük korkusunun "ölüm" olduğunu vurgulamıştır. Bu olgu, bilinen en eski edebi metin olan Gılgamış Destanı'ndan (Bottero, 2024, s. 17) modern metin ve yazarlara dek, pek çok yerde ifade edilmiştir (Gezgin, 2022, s. 197). Buna paralel olarak, inanç ve düşünce tarihinde bu olgu defaatle işlenmiş, ölüm gerçeğinin insan hayatında en doğru şekilde konumlandırılması için çaba sarf edilmiştir. Epikouros da bunun farkında görünür, onun mutlu bir yaşamın asgari şartı olarak üstesinden gelmeye çalıştığı en büyük korkulardan biri ölüm korkusudur. Zira ölüm korkusu ile yaşanamayacağını, bu korkunun sürekli eşlik ettiği bir hayatın katlanılmaz olacağını birçok yerde ima ve ifade eder. Nitekim Epikouros'un en ünlü tezlerinden biri, artık hemen herkesin bildiği, "Biz varken ölüm yoktur, ölüm geldiğinde ise biz olmayacağız" ifadesidir (Laertios, 2019, X.124). Ona göre ölümden korkmak anlamsızdır; çünkü ölüm geldiğinde fiziksel ve psişik varlığımız, bir diğer ifadeyle bedenimiz ve bilincimiz bileşenlerine ayrılacak ve bireysel varlığı son bulacaktır. Dolayısıyla ölüm bizim için korku verici bir şey olamaz, olmamalıdır, zira bize acı vermesi ve bizi mutsuz etmesi mümkün değildir.

Epikouros'un bu argümanı, modern bilişsel terapinin yeniden çerçeveleme [*reframing*] tekniğini andırmaktadır. Ölümden korkan bir danışan, bu argümanla yüzleştiğinde ölümün aslında korkulacak bir şey olmadığını, ona bakış açısını değiştirirse ölümün hayatını zenginleştirecek bir olgu olarak görülebileceğini fark edebilir. Bu farkındalık, ölüm korkusunun yarattığı kaygıyı azaltabilir. Günün birinde (belki de) her şeyin bitecek olması, elimizdekilerin

tümüyle yitirilecek olması, hayatı daha dolu dolu yaşamaya ve bu kısa yaşam içinde sadece gerçekten değer verilmesi gerekenler şeylere değer vermeye bizi sevk edebilir.

2.4. Tatmin Edilmesi İmkânsız Arzulara Yönelik Rasyonel Çözüm

Epikouros'un terapiye en yakın önerilerinden biri, arzuların tasnifidir. İlk kez Platon'un *Devlet*'inde (*558 d*) rastladığımız bu tasnife göre arzular üçe ayrılır:

- Doğal ve zorunlu arzular: Beslenmek, barınmak gibi temel ihtiyaçlar.
- Doğal ama zorunlu olmayan arzular: Pahalı yiyecekler, cinsel hazlar.
- Ne doğal ne de zorunlu arzular: Şöhret, sınırsız zenginlik, siyasi güç gibi doyumsuz arzular (Laertios, 2019, I.45).

Epikouros'a göre, bu kısa hayatta mutlu olmak isteyen insanın yalnızca doğal ve zorunlu arzularını tatmin etmesi fazlasıyla yeterlidir. Zira diğer arzular, insanı hiç bitmeyecek arayışlara sürükleyecek, onu kaçınılmaz olarak mutsuz edecektir.

Bugün modern bireyin tüketim kültürüyle kuşatıldığını düşünürsek, Epikouros'un bu uyarısı son derece günceldir. Felsefi danışman, danışanın doyumsuzluk ve tükenmişlik duygularını bu çerçevede ele alabilir. Sürekli yeni ve daha fazla şeye sahip olmak istemenin kişiyi büyük bir tatminsizliğe ve mutsuzluğa sürükleyebileceği fark ettirmeye çalışabilir. Gerçekten arzu edilmeyi hak eden şeyler için çaba sarf etmenin, onun dışındaki tüm arzulara karşı daha kayıtsız bir tutum benimsemenin kişinin mutluluğa daha kolay ulaşmasını sağlayacağı gösterilebilir.

2.5. Ataraksia ve Aponia

Hâlihazırda ifade edildiği gibi, Epikouros'un mutlu yaşam tanımı iki kavram etrafında şekillenir: ataraksia ve aponia.

- Ataraksia, ruhsal dinginlik, kaygıdan uzak bir zihin olarak tanımlanabilir.
- Aponia ise bedensel acının yokluğunu ifade eder.

Epikouros'a göre insan ancak bu iki koşulu sağladığında gerçekten mutlu olabilir. Epikouros'un bütün etik sistemi, bu iki kavrama ulaşmanın yollarını göstermek üzerine kuruludur. Bu yaklaşım, günümüzde "psikolojik iyi oluş" dediğimiz kavramın Antik bir ifadesi gibidir. Epikouros'a göre özellikle ruhsal dinginliğe sahip olmayan birinin mutlu olması kesinlikle mümkün değildir. Bu nedenle onun en büyük çabası kişiye psişik olarak acı veren olay, olgu ve düşüncelerin tespit edilmesi, bunlar üzerinde yeniden düşünülmesi ve zihinde, kişiye huzursuzluk ve rahatsızlık vermeyecek şekilde konumlandırılmasıdır.

3. Bilişsel Terapi ile Paralellikler

Yukarıda özetlenmeye çalışılan düşünceleri dolayımında, Epikouros'un önerilerinin modern bilişsel terapilerle dikkat çekici benzerlikler taşıdığını söylemek abartılı olmayacaktır. Bunu fark etmek için çağımızın önde gelen iki önemli terapistine, Albert Ellis ve Aaron Beck'in çalışmalarına göz atmak yeterli olacaktır.

3.1. Albert Ellis ve REBT

Albert Ellis'in geliştirdiği Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (REBT), insanların akılcı olmayan düşünce ve inançlarının duygusal sorunların başlıca kaynağı olduğunu savunur . Terapinin amacı, bu irrasyonel düşünce ve inançları kişiye fark ettirmek ve onları rasyonel düşüncelerle değiştirmektir (Ellis, 2022, s. 26, 69). Bu yaklaşım, Epikouros'un "yanlış inançlar ruhumuzu zehirler, felsefe bu inançları düzeltir" anlayışıyla birebir örtüşür.

3.2. Aaron Beck ve Bilişsel Terapi

Aaron Beck'in bilişsel terapisi de benzer şekilde, bireyin olumsuz otomatik düşüncelerini yakalamayı ve bunları daha gerçekçi ve rasyonel düşüncelerle değiştirmeyi hedefler. Örneğin "Ben başarısızım, hayatımdaki hiçbir şey, hiçbir zaman yolunda gitmeyecek" düşüncesi bireyi depresyona sürükleyebilir. Terapist, bu düşüncenin irrasyonel olduğunu göstermeye çalışır. Nitekim Epikouros da insanların "ölümden sonra korkunç cezalar beni bekliyor" veya "bu dünyada mutlu olmak için sınırsız servete sahip olmak gerekir" gibi düşüncelerinin irrasyonel olduğunu göstermeye çalışmış, bu hatalı inanç ve akıl yürütmelere karşı daha makul ve rasyonel düşüncelerin benimsenmesini temine çalışmıştır.

Dolayısıyla, Albert Ellis'in de bizzat vurguladığı gibi, REBT uygulamaları ile Epikouros'un önerileri arasında büyük bir benzerlik vardır.

3.3. Benzerliklerin Önemi

Bu benzerlikler, felsefi danışmanlık için önemli bir mesaj taşır: Modern terapilerin işaret ettiği irrasyonel inançların kökenine dair çözümlemeler, felsefi gelenekte çok daha önce yapılmıştır. Epikouros'un önerileri, yalnızca tarihsel bir merak değil, aynı zamanda günümüz danışmanlık uygulamaları için teorik bir kaynak olarak görülebilir.

3.4. Felsefi Danışmanlıkta Kullanım Alanları

- Ölüm kaygısı yaşayan bir danışan: Epikouros'un ölüm üzerine argümanları üzerine düşünerek kaygıyı yeniden çerçevelemek.
- Tükenmişlik yaşayan bir danışan: Arzuların tasnifiyle "doğal olmayan ve tatmin edilmesi zor ya da imkânsız arzular"ın farkına varmasını sağlamak.

- Kadercilik eğilimi olan bir danışan: Epikouros'un, "Bilgenin yaşamında talihin/kaderin çok az yeri vardır" sözüyle kendi yaşamı üzerindeki kontrol algısını güçlendirmek.

Bu örnekler, Epikouros'un önerilerinin felsefi danışmanlıkta yalnızca teorik değil, pratik olarak da kullanılabilir olduğunu göstermektedir.

4. Felsefi Danışmanlık Perspektifi

Buraya kadar Epikouros'un önerilerini ve bunların modern bilişsel terapilerle benzerliğini gösteremeye çalıştık. Bununla birlikte, bu noktada önemli bir soru karşımıza çıkmaktadır: Epikourosçu öğretiler felsefi danışmanlıkta doğrudan kullanılabilir mi, veyahut da nasıl kullanılabilir?

4.1. Felsefi Danışmanlığın Temel Farkı

Felsefi danışmanlık, psikoterapiye benzer bir şekilde, danışanla birebir yürütülen bir süreçtir. Ancak kanaatimce aralarında iki önemli fark vardır:

1. Kavramsal çerçeve: Psikoterapi çoğunlukla bilimsel-psikolojik bir terminoloji kullanırken, felsefi danışmanlık felsefi kavramlar ve argümanlar üzerinden ilerler. "Haz", "ölüm", "mutluluk", "anlam", "erdem" gibi kavramlar doğrudan tartışmanın merkezinde yer alır.
2. Amaç: Psikoterapinin temel amacı işlevselliği artırmak, toplumsal uyumu sağlamak ve semptomları mümkün olduğunca azaltmaktır. Felsefi danışmanlık ise daha geniş bir hedefe sahiptir: O, danışanın yaşamına dair anlam çerçevesini yeniden kurmasına yardımcı olur. Amacı rahatsızlık verici düşünce ve semptomların (bir süre için) ortadan kaldırılması değildir sadece, bilakis, kişiye hayata karşı bir anlayış, bir bakış kazandırarak yaşam boyunca devam edecek bir huzur ve mutluluk teminine çalışır.

Dolayısıyla felsefi danışmanlık, insanın yalnızca duygusal ve davranışsal sorunlarına değil, aynı zamanda varoluşsal sorunlarına da yönelir. Bu şekilde daha kalıcı bir ruhsal dinginliğin elde edilebileceğini iddia eder.

4.2. Ölüm Kaygısı ile Çalışmak

Daha önce de ifade edildiği gibi, psikolojik sorunların en yaygın sebeplerinden biri ölüm korkusu ya da kaygısıdır. Psikoloji literatüründe yer alan birçok vaka öyküsünde görüleceği üzere danışan, ölümün kaçınılmazlığı karşısında yoğun bir huzursuzluk hissedebilir ve kimi zaman bu huzursuzluk gündelik yaşamını sürdürmesini engelleyebilir.

Kanaatimce, Epikouros'un yaklaşımı burada güçlü bir araç olarak işe yarayabilir. Onun meşhur cümlesi –"Biz varken ölüm yoktur; ölüm geldiğinde biz olmayacağız"– ölümün korkulacak bir şey olmadığını göstermek için pekâlâ kullanılabilir. Bu argüman, danışanın ölüm korkusunu tamamen ortadan kaldırmasa bile, bu olguya bakış açısını değiştirerek kaygısını hafifletmesini sağlayabilir. Ölümün kaçınılmaz gerçekliğini yaşama bakışında daha doğru bir yere yerleştirmek kişinin yaşamdan aldığı tatmini arttıracak, daha verimli ve huzurlu bir yaşam sürdürmesini sağlayacaktır.

Bu noktada felsefi danışman, Epikouros'un düşüncelerini aktarırken dogmatik bir tavırla değil, sorgulayıcı bir üslupla ilerlemelidir. Danışanın kendi düşünce süreçlerini harekete geçirerek, onun ölüm hakkında daha rasyonel bir bakış açısı geliştirmesine yardımcı olabilir.

4.3. Arzular ve Tükenmişlik

Modern bireyin en sık yaşadığı sorunlardan biri tükenmişlik sendromudur. Sürekli daha fazla tüketmeye, daha başarılı olmaya, daha fazla görünür olmaya zorlayan kültürel ve sosyal baskılar, bireyi doyumsuz ve bir süre sonra bütün bu baskılar karşısında yetersiz hâle getirir. Karşılanamayan beklentiler, bir türlü doyurulamayan arzular bir süre sonra insan ruhunu hastalandırır.

Epikouros'un arzular sınıflaması bu noktada terapötik bir araç olarak kullanılabilir:

- Danışanla birlikte onun arzuları incelenebilir.
- Hangi arzuların doğal ve zorunlu, hangilerinin doğal ama zorunlu olmayan, hangilerinin ise ne doğal ne de zorunlu olduğu karşılıklı olarak tartışılabilir.
- Böylece danışan, aslında tatminsizliğinin ve mutsuzluğunun büyük ölçüde "doğal ve zorunlu olmayan arzuların peşinde koşmaktan" kaynaklandığını fark edebilir.

Bu farkındalık, danışanın yaşamını daha sade, daha ölçülü ve daha huzurlu bir şekilde düzenlemesine yardımcı olabilir.

4.4. Kadercilik ve Kontrol Algısı

Psikolojik sorunlara yol açan bir diğer yaklaşım kaderciliktir. Danışan, başına gelen olumsuzlukları tamamen "kader" ya da "talih" ile açıklıyor olabilir, hayatında kötü giden şeylerin kendi kontrolünde olmadığına inanıyor olabilir. Bu, onun kontrol duygusunu zayıflatır ve çaresizlik hissini güçlendirir. Bu noktada, Epikouros'un şu sözünü hatırlamak önemlidir: "Bilge kişinin yaşamında talihin çok az yeri vardır; o en büyük ve en önemli işlerini bizzat kendi aklıyla düzenler" (Laertios, 2019, X.144).

Epikouros'un bu yaklaşımı, danışanın yaşamındaki sorumluluk ve özgürlük duygusunu güçlendirebilir. Danışan, kendi mutluluğu üzerinde asıl belirleyici olanın dışsal faktörler değil, kendi düşünce ve kararları olduğunu fark edebilir.

4.5. Felsefi Danışmanın Rolü

Kimi psikoterapi yöntemlerinden farklı olarak, felsefi danışman bir "öğretmen" ya da "doktor" değildir, bilakis felsefi danışman bir yol arkadaşı rolü üstlenir ya da üstlenmelidir. Onun görevi, danışanın kendi düşüncelerini sorgulamasına, yanlış inançlarını ve akıl yürütmelerini fark etmesine ve onların yerine daha sağlıklı ve rasyonel düşünceler koymasına yardımcı olmaktır. Epikouros'un reçeteleri bu süreçte son derece kullanışlı bir araç işlevi görebilir.

5. Felsefenin Sağaltımsal İşlevinin Güncelliği

Bu noktada şu soruya değinmek önemli görünmektedir: Neden bugün, 21. yüzyılda, felsefenin sağaltımsal işlevine yeniden ihtiyaç duyulmaktadır?

5.1. Modern Krizler

Modern birey, tarih boyunca hiç olmadığı kadar fazla seçenek, bilgi ve imkânla karşı karşıya bulunmaktadır. Ancak bu alternatif ve imkân bolluğu, çoğu zaman mutluluk değil, kaygı ve tükenmişlik hissi doğurmaktadır.

- Tüketim kültürü, bireyi bitmeyen arzuların peşinde koşmaya zorlamaktadır.
- Teknolojik hız, sürekli yeni uyarılara maruz kalmayı ve onlara uyum sağlama itkisini beraberinde getirmektedir.
- Anlam krizleri, dinî ve metafizik referansların zayıflamasıyla daha görünür hâle gelmektedir.

Bütün bu faktörler, modern bireyin ruh sağlığını tehdit etmektedir. Elbette psikoterapiler bu sorunları belirli ölçüde ele almakta, bilişsel ve davranışsal iyileşme sağlamaktadır fakat çoğu zaman sorunların anlam(landırılma) boyutu eksik kalmaktadır. Bu durum ise elde edilen iyileşmenin kalıcılığını tehlikeye atmaktadır.

5.2. Felsefi Danışmanlığın Katkısı

Felsefi danışmanlık son yıllarda bu boşluğu doldurabilecek bir pratik olarak öne çıkmaktadır. Çünkü felsefe –şayet felsefenin başlangıcından bahsedilebilirse– başlangıcından itibaren insanın anlam arayışına yanıt vermeye çalışan zihnî ve pratik bir etkinliktir.

- Ölüm, mutluluk, özgürlük, kader, adalet gibi kavramlar, felsefenin binlerce yıllık temel tartışma alanlarıdır.
- Bu kavramlar üzerine düşünmek, daha önce nasıl düşünüldüğünü öğrenmek, danışanın kendi yaşamını daha geniş bir bağlama yerleştirmesine yardımcı olabilir.
- Böylece birey yalnızca semptomlarını hafifletmekle kalmaz, aynı zamanda yaşamına dair yeni bir anlam da inşa edebilir.

5.3. Epikouros'un Güncelliği

Kanaatimce, Epikouros'un önerileri modern dünyada güncelliğini korumaktadır zira şartlar değişse de insanın temel korku ve kaygıları bir anlamda hep aynıdır:

- Ölüm korkusu hâlâ en temel kaygılarımızdan biridir. Epikouros'un ölüm argümanı bu kaygıyı rasyonel biçimde hafifletme imkânı sunabilir.
- Doyumsuz arzular bugün tüketim kültürüyle daha da büyümüştür. Epikouros'un arzular tasnifi, minimalizm ve bilinçli tüketim hareketleriyle şaşırtıcı bir uyum içindedir.
- Kontrol algısı geçmişte olduğu gibi, günümüzde de önemlidir. Epikouros'un "mutluluğun asıl failinin kişinin kendisi olduğu" vurgusu, bireye güç kazandırır, yaşamı üzerinde asıl belirleyici olanın onun kendi seçimleri olduğunu hatırlatır.

5.4. Sağaltımsal Boyutun Önemi

Buradan çıkarılacak sonuç şudur: Felsefenin sağaltımsal işlevi, modern birey için yalnızca entelektüel bir merak değil, aynı zamanda ruhsal bir ihtiyaçtır. İnsan yalnızca davranışsal ya da duygusal düzeyde değil, varoluşsal düzeyde de iyileşmeye ihtiyaç duyar. Felsefi danışmanlık, günümüzde, bu ihtiyaca cevap verebilecek bir pratik olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çerçevede, Epikouros'un felsefesi rahatlıkla bu pratiğin tarihsel ve teorik dayanaklarından biri olarak okunabilir.

Sonuç

Bu çalışmada Epikouros'un felsefesini merkeze alarak felsefenin sağaltımsal işlevini tartışmaya çalıştım. Buraya kadar söylediklerimi toparlamak gerekirse üç ana nokta öne çıkmaktadır:

1. Felsefe en başından beri bir sağaltım biçimidir.

Antik ve Helenistik Çağ'da felsefe, yalnızca teorik bilgi değil, yaşamı dönüştürmenin yolu olarak anlaşılmıştır. Sokrates'in sorgulayıcı yöntemi, Platon'un ruhu hakikate

yönlendirme çağrısı, Aristoteles'in erdem etiği ve Epikouros'un bedensel ve psişik acıdan uzak ruhsal dinginlik öğretisi, bütün bu yaklaşımlar felsefeyi bir tür ruh hekimliği olarak konumlandırır. Bu yönüyle felsefe, modern psikolojinin çok öncesinde, insanın zihinsel ve varoluşsal sorunlarına çözüm arayışı olarak anlaşılmıştır.

2. Epikouros'un öğretileri modern terapilere şaşırtıcı ölçüde yakındır.

Epikouros, insanı mutsuz eden temel kaygıların yanlış inanç ve düşüncelerden kaynaklandığını iddia etmiştir: Tanrı korkusu, ölüm korkusu ve tatmin edilmesi imkânsız arzular peşinde koşmak. Onun bu sorunlara getirdiği çözümler –tanrıların keyfî olarak insan hayatlarına müdahale etmediğini belirtmesi, ölümün bizim için korkutucu bir şey olmadığını/olmaması gerektiğini savunması, tatmin edilmesi zor ya da imkânsız arzuların belirlenip onlardan kaçınılması– günümüzde bilişsel terapilerin kullandığı yöntemlere benzer: irrasyonel düşünce ve inançları fark etmek, onları sorgulamak ve yeniden çerçevelemek. Bu nedenle Epikouros, yalnızca bir tarihsel figür değil, felsefi danışmanlık için güncel bir kaynak olarak değerlendirilebilir.

3. Felsefi danışmanlık modern insan için bir ihtiyaçtır.

Günümüz toplumunda bireyler, tarih boyunca hiç olmadığı kadar, tüketim kültürü, teknolojik hız, anlam kaybı ve varoluşsal kaygılarla karşı karşıyadır. Psikoterapi bu sorunları ele alırken çoğunlukla davranışsal ya da duygusal düzeyde kalmaktadır. Felsefi danışmanlık ise insanın yaşamına dair anlam çerçevesini sorgulamasına ve yeniden kurmasına yardımcı olabilir. Epikouros'un öğretileri, bu anlam arayışında terapötik bir derinlik sunmaktadır: Ölüm korkusunu hafifletmeye ve adım adım aşmaya çalışmakta, tatmin edilmesi zor ve dahi imkânsız arzular karşısında ölçülülüğü öğretmekte ve kadercilik karşısında kişinin kendi aklının ve iradesinin belirleyiciliğini hatırlatmaktadır.

Felsefi Danışmanlığın Günümüzdeki Önemi

Bu bağlamda felsefi danışmanlık, modern psikoterapiye alternatif değil, onun yanında tamamlayıcı bir yol olarak görülebilir. Terapilerin sağladığı davranışsal ve duygusal iyileşmenin yanında, felsefi danışmanlık bireyin kendisine ve eşyaya bakışına varoluşsal bir derinlik kazandırabilir. Bu sayede insan toplumsal yaşama uyumlu ve "daha işlevsel" hâle gelmez sadece, aynı zamanda daha anlamlı bir yaşam sürme kapasitesine de ulaşır.

Felsefenin sağaltımsal özelliğini günümüze taşıyan felsefi danışmanlık, bireyin kendisini yalnızca sorunları olan bir hasta/danışan olarak değil, hakikati arayan bir özne olarak görmesini sağlar. Bu bakış açısı, insanın kendi yaşamının öznesi olmasına, kendi kararlarının sorumluluğunu almasına ve adım adım kendi mutluluğunu yine kendi elleriyle inşa etmesine imkân sağlayabilir.

Kaynakça

Algra K., Barnes J., Mansfeld J., Schofied M. (ed.) (1999), *The Cambridge History of Hellenistic Philosophy*, Cambridge University Press.

Aristoteles, (2020). *Nikomakhos'a Etik* (S. Babür, Çev.) Bilgesu Yayıncılık.

Aristoteles, (2019) *Magna Moralia* (G. Sev, Çev.), Pinhan Yayıncılık.

Botteor, J. (2024), *Gılgamış Destanı* (O. Suda, Çev.), Yapı Kredi Yayınları.

Cicero. (2022) *İyi ve Kötü Şeylerin Gayeleri Üzerine* (C. Çevik, Çev.), Albaraka Yayınları.

Cicero. (2021), *Tusculum Tartışmaları* (Ö. Kerim, Çev.), Dorlion Yayınları.

Duralı, T. (2011), *Gılgamış Destanı*, Dergâh Yayınları.

Ellis, A. (2022), *Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi* (D. Aksoy, Çev.), Okuyanus Yayınevi.

Gezgin, İ. (2022), *Gılgamış – Tabletler Ne Anlatır*, Redingot Yayınları.

Gosling, J. C. B. ve Taylor, C. C. W. (1982), *The Greeks on Pleasure*, Cleardon Press.

Jones, H. (2012), *The Epicurean Tradition*, Routledge.

Klein, D. (2012), *Filozofun Mutluluk Seyahatnamesi* (A. Sezgintüredi, Çev.), Aylak Kitap.

Laertios, D. (2019), *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri* (C. Şentuna, Çev.), Yapı Kredi Yayınları.

Lucretius. (2011), *De Rerum Natura* (T. Uyar – T. Uyar, Çev.), Norgunk Yayıncılık.

Peters, F.E. (2004), *Antik Yunan Felsefesi Terimleri Sözlüğü* (H. Hünler, Çev.), Paradigma Yayınları.

Platon (2012), *Phaidon* (N. Kalaycı, Çev.), Kabalcı Yayınları.

Platon (2022), *Protagoras* (A. Çokona, Çev.), İş Bankası Kültür Yayınları.

Platon (2006), *Gorgias* (M. Rifat – S. Rifat, Çev.), İş Bankası Kültür Yayınları.

Platon (2019), *Devlet* (S. Eyüpoğlu – M. Cimcoz, Çev.), İş Bankası Kültür Yayınları.

Platon (2023), *Philebos* (Ö. Orhan, Çev.), Fol Yayınları.

Sharpley, R.W. (2002), Epikurosçular – Nasıl mutlu olurum?, *Felsefelogos Dergisi.*

Soccio, D. J. (2015), *Archetypes of Wisdom*, Paperback.

Taylor, A. E. (2021), *Epikuros* (C. Üstünel, Çev.) Fol Yayınları.

Tsouna, V. (2009), Epicurean Therapeutic Strategies, (*The Cambridge Companion to Epicureanism* içinde), Cambridge University Press.

Usener, H. (2010), *Epicurea*, Cambridge University Press.

Warren, J. (2009), Removing Fear (*The Cambridge Companion to Epicureanism* içinde), Cambridge University Press.

Vlastos, G. (1991), *Socrates: Ironist and Moral Philosopher*, Cambridge University Press.

Felsefi Danışmanlık ve Helenistik Okullar: Nussbaumcu Bir Değerlendirme

Emine Cengiz*

Özet

Çağımız soykırımların, savaşların, göçlerin, salgınların, iklim değişikliğinin, hızlı gelişen teknolojinin şekillendirdiği, kendisi kriz olan ve çoklu krizleri yaratan bu durumların tarihi olmuştur. Yaşananlar insanı bunalımlara sürükleyerek yaşamda anlam ve amaç arayışına, kendini, değerlerini keşfetme ve yönetme, içsel dengeye ulaşma, diğeriyle birlikte uyum içerisinde yaşama pratiğini geliştirme açısından ciddi bir çaba sarf etmesine neden olmuştur. Zira fiziksel yaralanma vb. varlığını aşan günümüz pozitif sağlık tanımı insanların içinde bulundukları böylesi durumları da içermektedir. Nitekim felsefe tarihinde sağlığın bu pozitif tanımlamasına Helenistik okullarda da karşılaşılmaktadır. Bu okullardan Epikürcüler, Şüpheciler ve Stoacılar felsefeyi bir yaşam sanatı (technē tou biou) şeklinde ele alarak onun teorik yapısının ötesine geçip yaşama nüfuz etmesini sağlamıştır. Felsefeyi konumlandırış biçimleri felsefenin amacını ve görevinin de ne olduğunu şekillendirmiştir. Bu çerçeve dahilindeki felsefe pratiği ile, öğrencilerine bir yaşam tarzına doğru rehberlik etmeye, yönlendirmeye, dönüştürmeye ve şekillendirmeye çalışırlar. Onların bu yönünü yeniden fark etmemizi sağlayan çağdaş filozoflardan biri olan Martha Craven Nussbaum'a göre bu okullar felsefenin terapötik bir yanı olduğunu görmüşlerdir. Çünkü onlar için felsefe; insanın acısını hafifleten, iç dünyasını dönüştüren, ruhunu tedavi eden dolayısıyla yeşeren bir yaşamı koruyan bir etkinlikti. Nasıl ki tıp bedeni iyileştiriyorsa felsefe de insanın mental iyiliğini sağlayabilirdi. Aksi durumda Epikür'ün dediği üzere felsefe işe yaramaz bir uğraş, filozof da boş sözler söylen bir insan olacaktır. Adı geçen okullar insanların acil ihtiyaçlarının giderilmesi, kafa karışıklıklarıyla yüzleşilmesi adına kendilerine özgü yöntem ve pratikler sunmuşlardır ki Nussbaum için felsefenin yaşama sızması bağlamında bu çaba etkileyicidir. Tıbbî çalışmalardan farklı, yardımcı bir alan olarak felsefi danışmanlık için bu okullar bir kaynak ve temel oluşturmaktadır. Bu çalışmanın amacı ise Helenistik okulların Nussbaumcu bir okuması yapılarak bu okulların yaklaşımlarının terapötik özelliğinin felsefi danışmanlık ile bağlantısı, bu özelliğin yaratabileceği sakıncalı durumlar (hakikati aramaktan uzaklaşma vb.) kritik edilmeye çalışılacaktır. Bu dönemin oldukça geniş bir zaman dilimine karşılık gelmesi dolayısıyla belirli düşünürler ve temel tartışmalar ele alınacaktır.

Anahtar kelimeler: Felsefi Danışmanlık, Epikürcüler, Stoacılar, Şüpheciler, Nussbaum

Philosophical Counselling and the Hellenistic Schools: A Nussbaumian Assessment

Abstract

The contemporary era has been shaped by genocides, wars, migrations, pandemics, climate change, and rapidly developing technology; it is a history of circumstances that are not only crises in themselves but also engender multiple further crises. These events have driven individuals into anguish, compelling them to undertake a significant effort to search for meaning and purpose in life, to discover and manage themselves and their values, to achieve inner equilibrium, and to develop the practice of living harmoniously with others. Indeed, the contemporary definition of positive health, which transcends the mere absence of physical injury, encompasses such existential conditions. This positive conception of health is also found in the Hellenistic schools of philosophy. The Epicureans, Sceptics, and Stoics of these schools treated philosophy as an art of living (*technē tou biou*), enabling it to transcend its theoretical framework and permeate life itself. Their particular positioning of philosophy thereby shaped its very purpose and function. Through philosophical practice within this framework, they strive to guide, direct, transform, and shape their students toward a way of life. According to Martha Craven Nussbaum, a

* Arş. Gör. Dr., Manisa Celal Bayar Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, emineyurtyurt@gmail.com, ORCİD: 0000- 0003-4167-2973

contemporary philosopher instrumental in our rediscovery of this facet, these schools recognised that philosophy possesses a therapeutic dimension. For them, philosophy was an activity that alleviated human suffering, transformed the inner world, healed the soul, and consequently protected a flourishing life. Just as medicine heals the body, so too could philosophy secure an individual's mental well-being. Otherwise, as Epicurus stated, philosophy would be a futile pursuit and the philosopher a purveyor of empty words. The aforementioned schools offered their own distinctive methods and practices to address people's urgent needs and to confront their confusions; for Nussbaum, this endeavour is particularly striking in its demonstration of how philosophy can infuse lived experience. For philosophical counselling, as an ancillary field distinct from medical practice, these schools constitute a source and a foundation. The purpose of this study is, through a Nussbaumian reading of the Hellenistic schools, to critically examine the connection between the therapeutic character of their approaches and philosophical counselling, as well as the potential disadvantages this character might entail (such as a departure from the search for truth). Since this period corresponds to a very broad period of time, certain thinkers and basic debates will be discussed.
Keywords: Philosophical Counselling, Epicureans, Stoics, Sceptics, Nussbaum

Giriş

Yaşanılan olumsuz durumlar, krizler insanı zorlamakta, anlam ve amaç arayışına, kendini, değerlerini keşfetme ve yönetme, içsel dengeye ulaşma, diğeriyle birlikte uyum içinde yaşama pratiğini geliştirme açısından ciddi bir çaba sarf etmesine neden olmaktadır. Bu çaba sağlığı, bireysel refahı korumaya yöneliktir. Sağlık, Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımına göre "yalnızca hastalık veya sakatlığın olmaması değil, fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hali" dir (WHO, 1948). Fiziksel yaralanma ve benzeri durumları aşan bu günümüz pozitif sağlık tanımı, insanların içinde bulunduğu sıkıntıları, kafa karışıklıklarını, çıkmazlarını da içermektedir. Nitekim felsefe tarihinde sağlığın bu pozitif tanımına Helenistik okullarda (Epikürcülük, Stoacılık ve Şüphecilik) da karşılaşılmaktadır. Bu okullar felsefeyi, yaşam sanatı (technē tou biou) şeklinde ele alarak yaşama nüfuz etmesini sağlamışlardır. Kökleri Sokrates'e dayanan okullar kişinin iç huzura ulaşabilmesi, onları hasta eden arzulardan kurtulmaları/ kontrol edebilmeleri için kendilerine özgü teknik ve stratejiler uygulamışlardır. Onların bu yönünü yeniden fark etmemizi sağlayan çağdaş filozoflardan biri olan Martha Craven Nussbaum antik felsefeyi bir tür terapi olarak yorumlamakta, bu okulların da terapötik yanları olduğunu belirtmektedir. Onlar için felsefe, insanın acısını hafifleten, ruhunu tedavi ederek dinginliğe ulaştıran bir etkinlik olarak anlam bulmaktadır. Tıbbın bedeni iyileştirmesi gibi felsefe de ruhu iyileştirecektir. Epikürcülüğün kurucusu Epikür'ün savunduğu gibi, insanın acısını gidermeyen felsefe işe yaramaz bir uğraş, filozof da boş sözler söylen bir insan olacaktır. İnsanların ihtiyaçlarını karşılamaya, kafa karışıklıklarını gidermeye yönelmiş bir etkinlik amacını elde etmek için bir takım yöntem ve teknikleri içerecektir. Nussbaum okulların sunduğu stratejileri onların felsefenin yaşam sızmasını sağladığı için etkileyici bulur. Felsefi danışmanlık açısından bu ekoller incelendiğinde kaynak ve temel olarak kullanılabileceği

görülmektedir. 20. yüzyılın sonlarında yeni bir uygulama alanı olarak ortaya çıkan felsefi danışmanlığın köklerini dolayısıyla antik felsefeye kadar götürmek mümkündür. Felsefenin teorik boyutunun yanında gündelik yaşamla ilgili, hayatın bütün yönlerine sızdığı ve sorunların çözümünde etkili olan, uygulamaya dayalı bir boyutunun olduğunu tekrar hatırlatmaktadır. Yaşam ile felsefenin koparılan bağının kurulması, "felsefi söylemin davranışsal ve duygusal dönüşüme dayanan köklerine geri gitmesi" (Robertson, 2010) arzusunu ifade etmektedir. Aynı zamanda bunu, akademik felsefe yapma geleneğine bir reaksiyon şeklinde okumak mümkündür. Felsefi danışmanlık; felsefi kaynak ve yöntemleri kullanarak bireylerin gündelik yaşam sorunlarıyla ilgilenmekte; bu sorunların yarattığı anlam arayışlarının, değer çatışmalarının, ilişki çıkmazlarının nasıl çözümleneceği, ortaya çıkan kaygı, stres ve korkularla nasıl başa çıkılacağı noktasında bireye yardımcı olmayı amaçlayan felsefi pratiktir. Bütün bu özellikleri hesaba katıldığında Helenistik okullar ile felsefi danışmanlık arasındaki bağ kurulabilir. Bu çalışmada da yapılmak istenen; Nussbaum'un görüşleri temel alınarak felsefi danışmanlık ve Helenistik okullar arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çağdaş felsefe yapma geleneğinin aksine bu okullar pratiğe yönelmişler ve kendini dönüştürme, değiştirmeyi önemli görmüşlerdir. Birçok yönden felsefi danışmanlık ile benzerlikler taşıyan özellikleri olsa da Nussbaum'u endişeye sürükleyen birtakım hususlar da bulunmaktadır. Bu meseleler, geniş bir dönemi kapsaması dolayısıyla yer yer filozofların görüşlerine değinilerek kritik edilmeye çalışılacaktır.

1.Nussbaum'un Işığında Felsefi Danışmanlık ve Helenistik Okullar

Helenistik dönem, Aristoteles'in ölümü M.Ö. 322 ile Mısır kraliçesi Kleopatra'nın ölümü M.Ö.30 yılları arasını kapsayan bir zaman dilimini tarihlendirir (Eco,2020, s.13). Bu süreçte Platon'un Akademiası'nın ve Aristoteles'in Lykeion'un yanı sıra birbirleriyle rekabet halinde olan, felsefe, edebiyat ve siyaset gibi alanlarda oldukça etkili düşünce okulları ortaya çıkmıştır. Sırasıyla Epikürcülük, Stoacılık, Şüphecilik ve Yeni Platonculuk bu dönemin baskın dört büyük felsefe okuludur.

Oldukça uzun bir süreyi ifade eden bu dönem sosyal ve politik değişimlere tanıklık etmiştir. Kent devletlerinin yıkılmasıyla imparatorlukla karşılaşan bireylerin kendilerine, topluma ve dünyaya bakış açılarını değiştirmiş, onları yabancılaşmaya sürüklemiştir (Cevizci, 2009). Yaşananlar yalnızlaşan insanların acılarını unutmak, sıkıntılarından kurtulmak, avunmak için felsefeye yönelmesine sebep olmuştur. Bu durum felsefenin odağı, ele aldığı konuları ve rolünü de belirlemiştir.

Nussbaum'a göre Helenistik dönemde birçok başarı ile karşılaşılmaktadır. Oldukça ilgisini çeken bu dönemin hem etkisi hem de hacimli bir literatüre sahip olması bakımından

incelemenin hiç de kolay olmadığını ifade eder (Nussbaum, 1994). Therapy of Desire adı eserinde de Helenistik dönem ile ilgili belirli konuları işlemektedir. Bu çalışmasını felsefe ve tıp arasında kurulan analojiden hareket ederek felsefeyi bir yaşam sanatı olarak merkezileştiren ve onu rehber kılan, filozofu da insanların acısını dindirmeye çalışan bir hekim şeklinde sunan bir tema üzerine kurmuştur ve bu temayı Helenistik okullar çerçevesinde ele almaktadır (1994). Tıbbi bir etik prosedürün taşıdığını düşündüğü birtakım özelliklerinden bahsetmekte ve sempatiyle yaklaştığı üç okulu bu kriterlere bağlı kalarak tahlil etmektedir. Nussbaum'un kurduğu bu yapı bizi modern felsefi danışmanlığın ilk örneklerine, Aristoteles'ten Helenistik okullara dek izini sürmemizi sağlamaktadır.

Öncelikle tıbbi argümanlar pratik bir amaca sahiptir. Helenistik okullar "iyi, anlamlı, yaşanmaya değer bir hayat nedir, bu tür bir yaşam neler içermektedir ve nasıl elde edilir?" sorularını sormuşlar ve soyut fikirlerin ötesine geçerek bu fikirleri hayata uygulamaya çalışmışlardır. Filozofumuza göre Helenistik okulların temel uğraşısının ve felsefeye en büyük katkıları bu noktada gerçekleşmiştir: "felsefenin sosyal ve siyasal işlevleri yerine getirerek dünyada fark yaratabilecek olmasıdır" (1994). Ve şöyle der:

> Pratik ve şefkatli bir felsefe fikri- insanlığın iyiliği uğruna, onların en derin ihtiyaçlarını karşılamak, en acil kafa karışıklıklarıyla yüzleşmek ve onları sefaletten daha büyük bir yeşermeye/refaha kavuşturmak için var olan bir felsefe- felsefenin dünyayla ne ilgisi olduğunu merak eden bir filozof için Helenistik etiği dikkat çekici hale getirir. (1994)

Onun sempatiyle yaklaştığı bu okullar- Epikürcülük, Stoacılık ve Şüphecilik- farklılıklarına rağmen felsefe pratiğini eudaiomonia, Nussbaumcu bir ifadeyle insanı yeşerdiği bir yaşama ulaştıran, acılarını dindirmeye yönelik bir etkinlik olarak görmektedir (Nussbaum, 1994). Üç okulun hedeflerine ulaşmalarını sağlayan birtakım uygulamaları ve yöntemleri vardır. Terapötik nitelikteki anlayışları ve stratejileri Sokrates'ten beri var olan felsefenin ruha çare olduğu anlayışını sürdürdüklerini göstermektedir (Plessis, 2024; Robertson, 2010). Sokrates, döneminin Atina'sının aksine mutluluğu ruhun iyiliğine bağlamaktaydı. Mutlu bir yaşamın yeni bir tanımını vermiş; felsefe de böylesi bir yaşama ulaştıracak yüksek mertebedeki bir eğitim şeklinde ifade bulmuştur (Malkovich, 2022).

Üç okul için felsefe; insanın acısını hafifleten, iç dünyasını dönüştüren, yeşeren bir yaşamı koruyan etkinliktir. Nussbaum'a göre felsefeye böylece tıbbi bir görev yüklenmiştir ki bu felsefi yöntem ve prosedüre dair de yeni bir anlayış ortaya koydukları anlamına gelmektedir (1994). Tıp ile felsefe arasında kurulan analojiden hareketle söyleyeceksek felsefe ruhun bakımıyla ilgilenmektedir. Stoacılığın kurucularından Chrysippus'un vurguladığı üzere filozof da bu durumda ruhun doktoru olmaktadır (Robertson, 2010). Kitabında esasen bu benzetmenin felsefi bağlamda açıkça geliştirenin Demokritos olduğunu ifade eder (Nussbaum, 1994).

Sokrates, Platon ve Aristoteles'in daha sonra tıbbi analojiyi etiğe dayalı felsefe yapmada yönlendirici konuma getirdiklerini söyleyerek devam eder. Ancak Nussbaum onların Aristoteles'ten farklı bir konumda olduğunu belirtir. Çünkü ona göre, metaforik ifadesiyle Aristoteles, sağlıklılara vitamin takviyesi yapmaktır (1994).

Tıbbın beden üzerindeki etkisi ile felsefenin ruh sağlığı üzerindeki etkisi arasında paralellik kurulmaktadır. Bu koşutlukla birlikte felsefeye pratik bir amaç yüklenmektedir. Epikür'ün felsefeyi insanın acısını hafifletmesiyle kurduğu bağ diğer okullar tarafından da paylaşılmaktadır (Nussbaum, 1994). Felsefe terapötik nitelikte bir etkinlik durumundadır.

Nussbaum için felsefenin yaşama sızması bağlamında bu çaba etkileyicidir ve akademik ahlak felsefesinden de farklıdır.

Platon ve Aristoteles'ten sonra bu Sokratik mirası devam ettiren terapötik gündemleri, felsefi danışmanlık ile ilişki kurulmasını sağlamaktadır (Plessis, 2024). Felsefi danışmanlık benzer bir işleve sahiptir: Danışanların anlam arayışlarına, gündelik sorunlarına, ahlaki ikilemlerine, karar verme güçlüklerine, kafa karışıklıklarına, çatışmalarının giderilmesine, kendisi ile dünyayla uyumlanması vb. sorunların çözümüne felsefi kaynak ve yöntemlerle yardımcı olmaya çalışır. Danışmanlığın bu çabasının yarattığı etkiler göz önüne alındığında terapötik nitelik gösterdiği söylenebilir. Seneca'nın ifade ettiği üzere;

> Felsefe bize konuşmayı değil eylemde bulunmayı öğretir; her insanın kendi standartlarına göre yaşamasını, yaşamının sözleriyle uyumsuz olmamasını ve dahası bütün eylemlerinin iç yaşamıyla uyumsuz olmamasını ve aynı tonda olmasını gerektirir. İşte diyorum ki en büyük görev ve en büyük hikmet delili budur: Eylem ve söz uyumlu olmalı, insan her durumda kendisiyle eşit olmalı ve her zaman aynı kalmalıdır. (aktaran Robertson, 2010)

Pratiğin odak yapılmasıyla argümanların değeri, amacın yerine getirmesine bağlanmaktadır. Bu okullar insanların acil ihtiyaçlarının giderilmesi, kafa karışıklıklarıyla yüzleşilmesi hedefi için tasarlanmış, interaktif, retorik ve edebi nitelikli karmaşık stratejiler benimsemişlerdir (Nussbaum, 1994). Rivayete göre Stoacılığın kurucusu Zenon MÖ. 4. yüzyılın sonlarında "tarihi ve mitolojik savaşların resmedildiği büyük bir "boyalı sütun" olan Atine Stoa Poikile'sinde kendi okulunu kurar (Robertson, 2010). Bu sütun ile Stoacılığın felsefeyi anlamlandırılışı arasında bir benzerlik kurulur. Yaşam da tıpkı bu sütunda resmedildiği gibi bir savaştır ancak felsefenin silahlarıyla mücadele edilen (2010). Her okul öğrencilerinin savaşta mücadele edebilmesini sağlayan modellerini oluşturmuşlardır. Bu şekilde öğrencinin içsel bir dönüşüm yaşayarak zenginlik, statü gibi dışsallıklardan bağımsızlaşması sağlanır. Felsefi danışmanlık için de danışanların sorunlarının üstesinden gelmeleri veya onlarla baş etme yollarını öğrendikleri oranda başarılı olarak değerlendirilir.

Helenistik okullar etik ile insani yeşerme arasında bağ kurmuş ve bu hat üzerinden ilerlemişlerdir. "Etiğin bir yaşam felsefesi olarak rolü, dengeli ve mutlu bir yaşam için ilkeler sunarak ruhu tutkulardan uzaklaştırmaktır (Fatic, 2013). Dolayısıyla etik ruhsal sağlıktan ayrı düşünülemez. Bu okullar için kötü olan, şeyler değildir bireylerin onlara yüklediği değer yargılarıdır (Robertson, 2010). O halde bireyi hasta eden bu kötülüklerden kurtulmak değer yargılarını değiştirmeyi gerekir. Dolayısıyla Hadott'un da belirttiği gibi felsefe bu açıdan terapötik bir nitelik arz eder. Öyle ki felsefi danışmanlığın önemli bir parçası olarak kişinin kendine ve diğerlerine yönelik olumlu tutumlar geliştirmesi; değer seçimlerine, değerler arasındaki ilişkileri keşfetme ve bağlantı kurmasına, kavramsal karışıklıkların giderilmesine dayanır. Felsefi danışmanlığın ilgilendiği konuların, bu okulların görüşleriyle ilişkili olduğu görülmektedir.

İyi bir yaşama etki etmek burada değer biçmenin ölçütü olmaktadır. "Etik, aklın tüm kullanımları üzerinde mimari bir öneme sahiptir" (Nussbaum, 1994). Mantıksal çalışmalar amaca ulaşmada ancak araç olarak kullanılabilir, amacın kendisi değildirler (Kirby, t.y.). Stoacıların bakışından söyleyecek olursak felsefe bir meyve bahçesidir ki mantık bahçenin koruyucu duvarlarına, fizik ağaçlarına, etik ise meyvelerine karşılık gelir (Malkovich, 2022). Felsefenin birbirine bağlı bu üç kısmından mantık ve fizik, bahçenin amacı olan meyvelerin yetişmesinin zemini hazırlar (Eco, 2020). Helenistik filozoflar felsefeyi geçerli ve sağlam argümanlarla ilgilenen, gerçeğe bağlı, ihtiyacımız olan bir sanattan başka bir şey olmadığını savunurlar (Nussbaum, 1994). İnsana her zaman gerekli olan bir sanattır. Ve etiğin şekillendirdiği bu sanatın teoriyi, akıl yürütmeyi reddettiği düşünülmemelidir.

Etiğin aklın kullanımları üzerindeki baskınlığı Nussbaum'u endişelendirir. Çünkü bu durum birtakım değerleri gerçek anlamlarından saptırabilir (Martin, 2001). Helenistik okulların terapötik karakteri bir sağlık tutusunun peşindedir ve bu tutku diğer her şeyi kendine tabi kılabilir. Bunun sonucu olarak iyileştirmek; gerçeği aramaktan hakikati keşfetmekten öncelenir ve değerli görülür. Yararlılık, gerçeği belirleyen unsur haline gelir (2001). Gerçek ve yararlık arasındaki ilişkin yarattığı risk felsefi danışmanlık içerisinde farklı yorumları da beraberinde getirmektedir. Örneğin Lou Marinoff, felsefeyi kılavuz edinerek diyalog yoluyla ne tür bir sorunla karşı karşıya kalınmış, bu sorunun bileşenlerine ve çıkarımlarına ayırarak sınıflandırmak, çözüm üretmek, çözüm bulunamasa da problemi idare edebilmeyi, üstesinden gelmek için planlama, ruhani ve felsefi bir bütünlüğe ulaşabileceğini söyler (2015). Prozac'ı Bırak Platon'a Bak adlı kitabında "özellikle ahlaki çelişkilerle; profesyonel etik çatışmalarla, deneyimlerinizi inançlarınızla birleştirmede yaşadığınız zorlukla; akıl ile duygu arasında yaşanan uyuşmazlıklarla, anlam, amaç veya değer krizleriyle; kişisel kimlik arayışlarıyla,

ebeveynlik için strateji arayışıyla...karşı karşıya kaldığınızda felsefeden faydalanma yöntemlerini göreceksiniz…" diyerek "müşterilerinin çıkarlarını savunduğunu" (2015) ifade eder.

Diğer taraftan felsefi danışmanlığın kurucusu olan Gerd B. Achenbach ise Helenistik okullarından farklı bir noktada konumlanır. O, felsefeye pratik bir amaç yüklemenin doğru olmadığını savunmaktadır. Felsefeyi üretim yapan, belirli bir amaca odaklı bir etkinlik değil de sorgulamaya dayanan, herhangi bir kısıtlamaya, bağlılığa tabi olmayan düşünme olarak ele alır:

> Felsefi pratik yukarıdaki tanımdan tek bir unsurla, insanlar arasındaki etkileşim ile ayrılabilir ki bu, (hasta ve terapistler) rollerin terapötik olarak belirlenmesinin aksine olan; standartlaştırılmış eğitimin eleştirisi olarak felsefi eğitim; önceden belirlenmiş herhangi bir "amaç"a tabi olmayan bir anlayış olarak felsefi aydınlanma; rahatsızlıkları ve acıyı "tedavi etme" iddiasının bir reddi olarak felsefi-hermeneutik yakınlık; "psikolojik araçlar" hakkında iç görüler içeren ancak bunları yalnızca sınırlı anlara indirgeyen bir söylem olarak; "öğretilebilir tekniklerin" bir reddi olarak felsefi düşüncelerin değişimi; herhangi bir "hedef belirleme"nin kesin bir reddi ve ortadan kaldırılması olarak böylece hedefin süreci ve sürecin hedefi belirlediği, felsefi iç görünün gelişim ve ilerlemesidir (Achenbach, 1995).

Achenbach için danışman, danışanın sorununu kendi bakış açısından anlamasını, kendi yolunu bulmasını sağlayan kişidir. Danışana, danışman tarafından belirlenmiş bir yol haritası vermesi beklenmez. Yol her daim yeniden belirlenir.

Nussbaum'un Helenistik ekoller üzerine kaygıları anlaşılacağı üzere modern çağdaş felsefi danışmanlığın hala tartıştığı sorunları içermektedir. Gerçek ve yararlılık gerilimi insan yaşamının her anında karşılaşılan bir sorun olarak karşımızda durmaya devam edecektir. Çünkü danışanların birçoğu problemlerinin çözümü için felsefi danışmanlık almak istemektedir. Antrparantez felsefenin hakikat arayışı ve terapi olarak bir yaşam sanatı olarak görülmesi arasındaki gerilim, çağdaş ve antik felsefe yapma biçimleri arasındaki farkın bir yansımasıdır (Banicki, 2015). Bir tarafta felsefenin teorik diğer tarafta pratik yönünün daha baskın olarak ön plana çıkarıldığı görülmektedir. Elbette bu tartışma filozofa yüklenen anlamın değişmesine de sebep olmuştur. Antik dönemde filozof "zihnin gerçek bir savaşçısı, Herkül'e benzer manevi bir kahramanken, Helenistik okulların çöküşüyle daha kitapsever bir şeye yalnızca zihin kütüphanecisine dönüşmüştür" (Robertson, 2010).

Hem Helenistik okullarda hem de felsefi danışmanlıkta argümanın başarısı öğrencinin somut ihtiyaçlarını karşılaması oranında değerlendirilir. Nussbaum için Helenistik okulların kişinin somut ihtiyaçlarına dikkatleri ve felsefenin amacına dair vurgularıyla çağdaş ahlak felsefenin ders çıkarması gereken özelliklerdir (1994). Bu okullar soyut teoriler arasında sıkışıp kalmayıp kişilerin yaşamlarına somut bir teması arzulamaktadır. Seneca'ya göre felsefe bize konuşmayı değil, eylemde bulunmayı öğretir" (aktaran Banicki, 2015). Onlar kişilerin iyi bir yaşama ulaşmaları, acılarını, sıkıntılarını dindirme amacıyla felsefeyi teorik boyutunun yanında pratik bir boyutu olduğunu göstermektedir (Lahav ve Tillmanns, 1995; Martin, 2001). Felsefi

danışmanlığın felsefe ile günlük yaşam arasındaki mesafeyi kapatma yöneliminin, bu okulların felsefeye yükledikleri rol ve amacın iz düşümü olarak görülebilir. Zira felsefi danışmanlığın konusu Lahav'ın ifade ettiği gibi "hayatın ortaya koyduğu felsefi sorulardır" (1995). Dolayısıyla felsefe bireyin somut yaşamından uzak düşünülemez.

Felsefeyi bir yaşama sanatı (technē tou biou) olarak görmeleri, onu akademinin sınırları içerisinde akademisyenlerin veya seçkinlerin alanından çıkarak günlük yaşama, bireye temas etmesini, onu "herkesin erişimine açık bir "ana disiplin" haline gelmesini" (Malkovich, 2022) sağlamıştır. Yönelimleri felsefenin niteliğini de değiştirmiş, aristokratik bir uğraş olmaktan onu çıkarmıştır (2022). Felsefi danışmanlık da benzer bir işlevi yerine getirmektedir: Gündelik sorunlar felsefi kaynak ve metotlarla çözümlenmeye çalışılmaktadır. Bu, danışman ve danışanın birlikte yürüttükleri bir süreçtir. Diyalogla, tartışmayla şekillenen süreçte kişinin kendisiyle karşılaşması, farkına varması sağlanır. Bu şekilde felsefe pratiği, onu öğrenen herkes tarafından uygulanabilir duruma gelir. Felsefi danışmanlığın işlevi, Helenistik okulların bakış açılarıyla uyumlu görünmektedir.

Akademik felsefenin kalın, yüksek duvarlarını aşıp günlük yaşama sızan ve muhataplık sınırlarını genişleten bir felsefe aynı zamanda buna uygun bir dili de gerektirmektedir. Nussbaum bu okulların konuşma ve yazma konusunda dikkatli davrandıklarını ifade etmektedir (1994). Süslü, sadece belirli bir topluluğun anlayabileceği özel bir dil kullanımı kişinin sorununu anlamasını, ona nüfuz etmesini ortadan kaldıran unsurlardan biridir. Ona göre "edebi ve retorik stratejiler, sadece argümanları süslemekle kalmadığı gibi aynı zamanda terapötik bir argümanın ne olduğuna dair genel bir fikri şekillendirdiği ve biçimsel somutluklarıyla öğrencinin ihtiyacına saygı duymanın ifade edildiği çok derin bir düzeyde yöntemlere dahil olurlar" (1994). Yazının veya konuşmanın biçimi ve içeriği, tasarlanmıştır, rastlantısal bir kullanım söz konusu değildir; insanın ihtiyaçlarına yönelik kişinin hayal gücünü hareket ettirici özelliktedir. Nitekim Nussbaum dil konusunda da çağdaş ahlak felsefesinin bu yöne bakması gerektiğini vurgulamaktadır (1994). İfade edildiği gibi felsefeye yüklenen amaç, metinlerin de hedefini belirlemektedir. Bu minvalde şekillenen eserlerin amacı "kişinin varoluş ve yaşam biçiminde bir dönüşümü ve bilgelik arayışını teşvik etmektir" (Plessis, 2024). Helenistik filozofların "iyi bir yaşama ulaşmanın reçetesini sunan bir eğitimi ortaya koymaya, bunu haklı çıkaramaya ve teşvik etmeye" (Malkovich, 2022) dayalı eserleri bu gruba dahildir. Onların bir yaşam tarzına doğru döndürmeyi, dönüştürmeyi, biçimlendirmeyi yönelik projeleri, felsefi söylemlerinin ve eserlerinin karakterini belirlemektedir. Terapötik modellerinin bir sonucu olarak bu durumu okumak mümkündür. Zira Nussbaum'a göre "edebi biçim felsefi içerikten ayrılamaz aksine içeriğin bir parçasıdır" (1994). Kendisi de Therapy of Desire adlı kitabında

gerçekte var olmayan Nikidion adını verdiği bir hayat kadınından bahseder. Onun eğitimi üzerinden bu okulların karakterini, vaka karşısında nasıl konumlandığını, terapötik özelliklerini, sorunu nasıl ele aldığı ve sorunun çözülmesi için yöntem ve prosedürlerini somutlaştırmaya çalışır. Nikidion vakası ile okuyanı konuya dahil etmek istemektir (1994). Gustave Lanson'un dediği gibi "Yazmak, bir davete icap etmektir" (Meriç, 2009). Daveti kabul eden okuyucu aktifleşir, düşünmeye ve muhakemeye teşvik edilir. Love's Knowledge adlı kitabında Nussbaum şöyle söyler:

> Dünyaya ve içinde nasıl yaşanması gerektiğine dair -özellikle dünyanın şaşırtıcı çeşitliliğini, karmaşıklığını ve esrarengizliğini, kusurlu ve eksik güzelliğini vurgulayan görüşler- ki bunlar geleneksel felsefi nesir dilinde, oldukça düz ve meraktan yoksun bir stille tam veya yeterli bir şekilde ifade edilmeyen bazı görüşler olabilir; ancak bu, yalnızca daha karmaşık, daha imalı, ayrıntılara daha dikkatli bir dilde ve biçimlerde gerçekleşir. Belki de bir şeyi ortaya koymayı amaçlayan ve bunu şaşırtmadan, olaysız bir şekilde yapan felsefenin geleneksel açıklayıcı yapısında değil de ancak yaşamın önemli sürprizler içerdiğini, fail olarak görevimizin iyi bir hikayedeki iyi karakterlerin yaptığı gibi yaşamak, olan biteni önemseyerek, her yeni şeyle akıllıca yüzleşerek yaşamak olduğunu ima eden bir biçimde (1990).

Bireyin duygulanma ve davranış biçimi geliştirmesi noktasında edebi ve kültürel eserlerin kullanımı işleve sahiptir. O, bu yüzden felsefi danışmanların "eleştirel düşüncenin estetik, kültürel ve üslup boyutuyla ilgilenmeleri" (Sergent ve Marshall, 1999) gerektiğini ifade etmektedir. Felsefi danışmanlıkta kullanın bir yöntem de felsefi metinlerin, materyallerin analiz edilmesi, metinlerin okunarak danışanla tartışılmasıdır. Danışana sorunlarıyla ilgili olan metinler önerilir, metinlerdeki argümanlar, kavramlar danışanla analiz edilir ve mevcut soruna tatbik edilir. Metinlerin kullanımı; danışanın kendi gibi başkalarının da aynı sorunla karşılaştığının anlaşılması, öz farkındalığın sağlanması, farklı seçeneklerin görülmesi işlevlerini yerine getirir. Bu açıdan Helenistik filozofların metinleri felsefi danışmanlık için kaynak görevi görebilir. Ayrıca Nussbaum'un eserlerinin protreptik[1] bir nitelik taşıdığı düşünülmektedir. Nussbaum'un eserinde kullandığı yöntemiyle birlikte Helenistik okulları içerik olarak ele alması onlara canlılık kazandırmakta, etkinliklerini göstermektedir.

Epikürcü ve Stoacı bu tür metinlerdeki duygu çözümlemeleri ona göre kıyas kabul etmeyen bir ustalığa ve telkin gücene sahiptir (Nussbaum, 1994). Anlatılar kullanılarak duyguların okuyucuya geçmesi, bu konudaki somut ve soyut önermelerin kavranmasından daha etkilidir. Lucretius'un duygular ve edebi anlatı arasındaki kurduğu bağın bu açıdan kıymetli olduğunu ekler. Özellikle ahlak felsefesi düşünüldüğünde anlatıların rolü oldukça önem

---

[1] "Protreptik terimi klasik anlamda bir eylem tarzına açık bir teşviki ifade eder. Bir kişiyi bir şey yapmaya teşvik eden veya cesaretlendiren bir konuşmaya atıf yapan Yunanca protreptik konuşma (*λόγος π ρ ο τ ρ ε π τ ι χός*) *ifadesinden türetilmiştir (ana Latin eşdeğerleri adhortatio ve exhortatio'dur.) Bu genel anlamda, protreptik mutlaka belirli bir eylem veya çalışma türü ile ilişkili değildir. Felsefi protreptik özellikle dinleyicilerini felsefe pratiğine ve çalışmasına açıkça teşvik eden konuşmacılar sunan metinleri ifade eder. Bir söylem biçimi olarak felsefi protreptik, yeni bir yaşam tarzı ve yeni söylemsel bir pratik olarak felsefeye dayanır. " (Malkovich, 2022, s.2)*

kazanmaktadır. Filozofumuzun edebiyat-felsefe ilişkisini kurması ve bunun önemini sürekli vurgulaması, insan hayatının karmaşık yapısının anlaşılmasındaki rolünden ileri gelmektedir.

Helenistik dönem ona göre duygular üzerine çalışanların uğrak noktası olmalıdır (1994). Nitekim o, eudaimonistik ahlak teorilerine ilginin; duygusal yaşam hakkındaki bir incelemeyi de beraberinde getireceğini savunur. Çünkü böylesi etik anlayışlar nasıl yaşamalıyım sorusuyla ilgilenir ve kişinin yeşermesi veya eudaimonistik anlayışında cevabını bulur (Nussbaum, t.y.). Yani duyguların incelenmesi kişinin gelişimi ile ilgili bir mesele olarak görülür.

Duygular, kişinin hayatı ve dünyaya yüklediği anlamı, neyin değerli veya önemli bulunduğunun bir göstergesidir. Günlük seçimler, eylemler, planlar bu duygusal ifadelerle şekillenmektedir. Bu açıdan Epikürcülük, Stoacılık ve Şüphecilik iyi bir yaşamın anahtarını duyguların anlaşılması ve yönetilmesine dayandırır. Duygusal dönüşüm sağlanarak yaşam biçimlendirilmeye çalışılır ki felsefe bunu yapmaya yarayan bir sanattır. Velhasıl bu durum terapötik nitelikteki felsefeyi sadece bilişsel sorunlarla ilgilenen bir alan olmaktan çıkartarak duygularla ve özellikle duyguların inançlarla bağlantısını da içeren sorunları uğraş edinen bir alan haline getirmektedir. Ona göre;

> Tıbbi açıdan anlaşılan felsefe hem inançlarla hem duygu veya tutkularla ilgilenir. Daha önce anlatılan gerilimin ortaya çıkmasının bir nedeni, felsefenin sadece basitçe hastanın geçersiz çıkarımları ve yanlış öncülleriyle başa çıkması değil aynı zamanda da irrasyonel korkuları ve anksiyetesi, aşırı sevgisi ve felç edici öfkesiyle boğuşması için istenmesidir (Nussbaum, 1994).

Felsefi pratik bireyin ruhsal huzursuzluğunu giderecek ve dinginliğe kavuşmasını sağlayacaktır. Modern felsefi danışmanlığın bireyin varoluşsal zorluklarla yüzleşmesine, üstesinden gelmesine, kaygı, stres vb. yönetmesinde rehberlik etmektedir. Bireyin duygusal refahını da kapsayan felsefi sağlığını korumasına yardım eder (Çevik, 2025). Felsefi danışmanlığın duygularla ilgili rolü bu açıdan Helenistik geleneğin kesişim noktalarından birini oluşturmaktadır.

Helenistik okullar terapötik stratejilerini öğrenciye uygulayarak durumlara, ilişkilere, inançlara, topluma, dünyaya yönelik ruhunda acıya sebep olan sıkıntıyı giderme, onu dinginliğe ulaştırmayı hedefler. Onları bu anlamda felsefi sağlıkla bağlantılandırmak mümkündür. Öyle ki felsefi danışmanlığın erken biçimi olarak ifade edilebilecek bu okulların sağlığı pozitif anlamda tanımladığı görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü sağlığı "yalnızca hastalık veya sakatlığın olmaması değil, fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hali" (1948) şeklinde tanımlamaktadır. Ne var ki kişinin sağlıklı bir yaşam sürebilmesi, sağlıklı yaşam becerilerini geliştirmesine bağlıdır. "Yaşam becerileri; bireylerin günlük yaşamın talep ve zorluklarıyla etkili bir biçimde başa çıkmasını sağlayan uyum sağlayabilen ve pozitif davranışa yönelik becerilerdir" (1997). Bunlar arasında eleştirel düşünme, öz farkındalık, duygularla ve stresle

başa çıkma gibi beceriler (1997) bulunmaktadır. Felsefi danışmanlığın ifade edilen yaşam becerilerinin güçlendirilmesine katkıda bulunduğu, teşvik ettiği söylenebilir ki bu, sağlığın pozitif yanına atıfta bulunmakta ve desteklemektedir.

Nussbaum terapötik etikle ilgili oldukça önemli ve tartışmalara yol açan bir özellikten daha bahseder: rol asimetrisi ve öğrencinin alternatif görüşleri incelemesinin engellenmesi durumu. Rol asimetrisi; danışanın rolünün, danışmanın pozisyonun ne olduğuyla ilgilidir. Epikürcülük, bireyin aktif bir şekilde kendi başına akıl yürütmesine açık değildir. Bu okul Epikür'ün kılavuzluğuna bağımlıdır, Philodemus'un söylediği gibi "Yaşamayı seçtiğimiz Epikür'ün otoritesine itaat edeceğiz (Nussbaum, 1994). Öyle ki Seneca okulun temel öğretisinin de "sic fac omnia tamquam spectet Epicurus (daima Epikür seni izliyormuş gibi davran) olduğunu söyleyecektir" (Eco, 2020). Epikür öğrencileri üzerinde otoriteye sahiptir. Lidere saygı duyulur ve söyledikleri takip edilir. Nussbaum aslında tıbbi modelin böyle bir asimetri yarattığını ifade eder: doktor-hasta, aktif-pasif, otorite-itaatkâr (1994). Asimetri; filozofu doktora dönüştürür ve öğrenci ile arasında mesafeye neden olur. Ona göre bazı Yunan Stoacıları ve Epikürcü örneklerde filozof/doktorun, öğrenciyle arasında oluşan bu uzaklık sebebiyle ortak bir duyguyu paylaşamayacağı durumlara yol açtığını vurgular (1994). Bu anlamda Epikürcülüğün felsefi danışmanlığın danışan-danışman arasındaki ilişki açısından farklılaştığı görülmektedir. G. Achenbach felsefi danışmanlık-psikolojik danışmanlık, psikoterapi ayrımını ortaya koymaya çalışırken danışan ve danışman arasındaki ilişkiyi bir kriter olarak ele alır. Ona göre psikoterapist bireyi "hasta" etiketiyle değerlendirilir dolayısıyla danışmandan daha aşağıda bir konumda bir tanı nesnesidir (Sergent ve Marshall,1999). Onu anormallik ile normallik arasındaki yelpazede bir yere konumlandırmaya çalışır. Danışman konumu itibariyle hastalığına çare olma amacını gerçekleştirmek için uğraşır (Martin, 2001).

Stoacılıkta ise Epikür gibi "kurtarıcı" (Malkovich, 2022) yetke sahibi bir öğretmen imgesi söz konusu değildir. Öğrencinin aktif akıl yürütmesine değer verdikleri için otoriteye bağlılıktan ziyade onun kendi düşüncelerini oluşturması ve sorumluluğunu alması istenir. Öğrencinin otoritenin değil de kendi aklı merkezdedir. Olaylar karşısında ne yapacağıyla ilgili daha önceden belirlenmiş bir tarife verilmez. Zira pratik akıl yürütmeye içsel bir değere atfedilmiştir (Nussbaum, 1994). Örneğin Seneca, Epikürcülüğe karşıtlığını şu şekilde ifade etmektedir:

> Biz bir kralın yönetimi altında değiliz. Her birimiz kendi özgürlüğümüzü talep ediyoruz. Onlarda, Hermarchus'un söylediği her şey, Metro Dorus'un söylediği her şey tek bir kaynağa atfedilir. Bu grupta, herhangi birinin söylediği her şey tek bir kişinin önderliği ve emri altında söylenir. (1994)

Nussbaum onların öğrencinin pratik akıl yürütmesine saygı duymasının simetrik bir ilişkiye yol açtığını ifade eder (1994). Belirtmek gerekir ki Nussbaum pratik akıl yürütme ile yeşeren bir yaşam arasında bağ kurar. Bu bağ da Sokrates'in sorgulanmamış bir hayat yaşanmaya değmez." anlayışını yansıtmaktadır.[2] Nitekim Marinoff danışmanın rolünü, danışanın Sokrates'in sorgulanmış hayat dediği türden bir yaşam sürmesinde yardımcı olmak olarak tanımlamaktadır (aktaran Sergent ve Marshall, 1999).

Filozofun/danışmanın kendini konumlandırışı, öğrenci ile arasındaki ilişkiyi belirlemektedir. Otorite/bilge/uzman tavrının karşısında öğrencinin geçmişine yönelik anlama çabasıyla şekillenen bir duruş yer almaktadır. Felsefi danışmanlık diyalojik, danışanın aktif katılımının olduğu, konum açısından da danışman ve danışanın eşitliğinin kabul gördüğü bir etkinliktir (Raabe, 2002). Bu sebeple birey "hasta"dan "ziyaretçi- kaygılarının farkında, öz-bilinçli, rasyonel temsilci"ye geçiş yapar (Sergent ve Marshall, 1999). Nitekim psikoterapi kişinin zihinsel sağlığıyla ilgiliyken felsefi danışmanlık felsefi sağlığıyla alakadardır yani kişinin anlam arayışı, kendisi ve toplumla uyumlanması, denge haline kavuşması için felsefi yöntem ve kaynakları kullanarak pozitif sağlığına katkı yapan bir destekleyici, yardımcı bir alan konumundadır (Çevik, 2025; Martin, 2001). Ran Lahav felsefi danışmanlığı bu açıdan "psikolojileştirmeye, yani felsefi konular da dahil olmak üzere yaşamın tüm yönlerini psikolojik bir bakış açısıyla yorumlama" (1995,), "bireyin yaşamını nedensel olarak etkileyen gizli psikolojik süreçleri ortaya çıkarmaya" (1995) *karşı* bir yönelim olarak okumak gerektiğini belirtir. Ya da bireylerin kafa karışıklıklarını, çatışmalarını patolojik bir durum olarak ifade etmez diyebiliriz (Raabe, 2002).

Bir doktor hastasının semptomlarından yola çıkarak hastalığı bulur ve tedaviye yönlenir. Tıbbı modelde hasta olan bedendir ve hastalığın kaynağını orada arar. Oysa Helenistik okullarda hastalığın kaynağı toplumun hastalıklarıdır, onlar tarafından oluşturulan arzular, inançlardır (Nussbaum, 1994). Bireyler yaşadıkları toplumsal yapı tarafından biçimlendirilirler. İşte bu okullar, toplum tarafından enfekte olan öğrencilerle ilgilenir ve onları dışsallıklara bağlılıklarından kurtarmayı, onlara karşı kayıtsız kalabilmelerini amaçlamaktadır. Onlara dünyanın nimetlerine, güzelliklerine nasıl ulaşacaklarını değil de bu nimetlere bağlılıklarına sebep olan inançlarından kurtulmayı, değiştirmeyi, dönüştürmeyi öğretmektedirler. Örneğin Şüpheciler güvenli bir hayatın bütün bağlılıklardan kurtulmayı, herhangi bir inanç unsuru

---

[2] Nussbaum'un yapabilirlikler yaklaşımında pratik akıl yürütme ile ilgili görüşlerine bakılarak bu durum daha anlaşılır hale gelebilir. Bkn. Nussbaum, Vom Nutzen der Moroltheorie für das Leben; Creating Capabilities: The Human Development Approach.

bırakmamayı gerektirdiğini savunur. Bunun için tüm inançları içine alan bir epokheden ve bunun sonucunda tesadüfen ortaya çıkan ataraksiyadan bahsederler.

Onlar kusursuz, mükemmel bireyler yaratmayı kendilerine görev edinmişlerdir (Nussbaum, 1994). Hepsi de doğaya uygun bir yaşamı öğütler ve öğrencilerine bu tür bir yaşamı vaat ederler. Doğa ise toplumsal hastalıkların engellerinin olmadığı bir gelişmeyi ifade eder. (1994). Üç ekol de ölümü kabullenme, doğaya uygun olmayan arzulardan vazgeçme ve doğaya uygun yaşam anlayışlarıyla felsefi danışmanlığın fonksiyonlarıyla kesişmektedir. Felsefi danışmanlık bireyin anlam krizleri, gerçekçi bir şekilde karşılanamayan beklentileri, çelişkili değerlerini konu edinerek bu sorunların üstesinden gelmesine yardımcı olmaktır. Kontrolcülüğe karşı Stoacılık, ölüm korkusuna karşı Epikürcülük danışanlara bir perspektif sunabilir. Öyle ki Nussbaum için üç ekolun "sonlu varlıklar olarak insanca düşünmeye teşvik etmesini büyük bir katkıdır." (1994).

Nussbaum için üç ekolün toplum eleştirisi ve toplum-arzu ilişkisini gözler önüne sermesi oldukça etkileyicidir. Terapötik anlayışlarıyla bir eğitim tasarımı ortaya koymuşlardır. Bu şekilde ideal olarak gördükleri bir topluluğu da yansıtmış olurlar. Nussbaum, onların toplumun ve kurumlarının insanın içsel dönüşümü ile ilgili kurdukları bağıntının, örneğin Stoacılıkta karşılaştığımız köleliğe karşı argümanlar, uygulamaya yönelik bir siyaset felsefinin görevlerini yerine getirmesi noktasında destekleyici olduğunu düşünmektedir (1994). Onların eleştirilerinin çağdaş toplumun kulak vermesi gerektiğini de ekler. Yeşeren bir yaşamın nasıl olması gerektiğini açıklamak ve sürdürmek üzerine odaklanmışlardır. Kendilerince "doğru" buldukları bir yaşam tarzını ortaya koymuşlardır. Bu da normatif bir perspektife sahip olarak onları yorumlamaya neden olmaktadır.

Hazır kalıplar sunmanın ve uygulamanın, bireyin özerkliğine ve biricikliğine zarar vereceği ifade edilmektedir. Bireyin düşüncelerini, dünya görüşünü, kültürünü, ihtiyaçlarını görmezden gelmeye neden olmaktadır. Bu durum ayrıca manipülasyonu içeren bir karaktere bürünmeye zemin hazırlıyor olabilir. Nitekim Nussbaum'un Helenistik ekollerle ilgili bir endişesi de buradan ileri gelmektedir.

Ele alınan okulların amaçlarını yerine getirecek evrensel bir reçete sundukları iddia edilmektedir. Şu hâlde ortak bir insan doğası anlayışına sahip olduğu da söylenebilir. O zaman bir insan doğası fikri kabul ediliyorsa arzulanan değişim için bireylere sistematik müdahale gerekecektir. Onlar felsefeyi bir yaşam sanatı olarak gördüklerinden, bireyin evrensel doğasına uygun yaşaması için yaşam pratikleri geliştirmişlerdir. Her ne kadar bu okullar evrensel bir çerçeveden bahsetseler de uygulamada bireylerin durumuna, ihtiyaçlarına dikkat ettikleri söylenebilir. Örneğin Seneca "ruh ilaçları kadim insanlar tarafından keşfedildi, ancak bunları

nasıl ve ne zaman uygulayacağımızı bulmak bizim işimiz" (aktaran Raabe, 2002) demektedir. Tıbbi modellin etkisi ile felsefi anlayışlar sıkıntıları, hastalıkları iyileştiren çeşitli ilaçlar şeklinde düşünülmektedir. Hangi ilacın hangi hastalığa iyi geldiği bulunmuşsa da uygulama kişiselleştirilir. İnsanlar başka bölgede başka bir zamanda yaşasa da ölümle, mutlulukla, adaletsizlikle, hakkaniyetle muhakkak karşılaşmıştır. Yaşam çizgisinde benzer sorunlarla baş etmeye çalışılmıştır. Ancak her bir bireyin bu sorunlara verdiği tepkileri, duyguları, çözüm yöntemleri farklılaşır. Felsefi danışmanlık açısından söylenecek olursa Helenistik ekollerden yararlanabilir, onların evrensel fikirlerini kullanabilir. Danışan için neyin anlamlı olduğu, neyi istediği önemlidir (2002). Bu yüzden antik felsefeden gelen kaynak bireye özgü olarak uyarlanır. Hem bu okullar hem de felsefi danışmanlıkta kişilerin heterojenliği uygulama boyutunda gözetilmekte, bireyin refahı desteklenmektedir.

Felsefi danışmanlık danışmana bağımlı olmayan, aktif bir danışanla olan diyaloga, ortak akıl yürütmeye dayalı süreçle şekillenmektedir. Bu sebeple danışanın manipüle edilmesiyle bir yaşam tarzının diktesi, her danışana benzer, belirli bir kalıbın uygulanması danışanın özerkliğini tehlikeye düşürür. İfade edildiği gibi danışanların deneyimleri onlara özgüdür. Danışman, danışanın sorununa yönelik seçenekleri ifade eder, bunlar üzerine tartışır; danışan kendisine uygun olduğunu düşündüğünü seçer ve takip eder. Danışanın ne yapması gerektiğine kendi karar verdiği, özerkliğine saygı duyulan bir süreç işletilir. Nussbaum özellikle Şüphecilerin argüman kullanımının manipülatif doğasının öğrenciyi aktiflikten pasifliğe geçirmesi noktasında olumsuz bir örnek teşkil ettiğini, bunun sonucunda öğrencinin sosyal ve toplumsal hayatında sorun yaşayacağını ifade eder (1994). Çünkü stratejileri ortada hiçbir inanç kalmaması üzerine tasarlanmıştır. Bu sebeple öğrencinin aktif bir bilişsel etkinlikte olması beklenmez. Nussbaum, Şüphecilerin bu tutumunun yoksullaşmış bir yaşamı ortaya çıkaracağını savunur. Çünkü gerçek ve iyi akıl yürütme normlarının olmadığı bir yaşamdır bu (1994). Aynı zamanda filozofumuz için felsefeyi terapi olarak uygulayacaksak argüman önemli bir yer edinmelidir. Ona göre ruh sağlığına giden yol, felsefi argümana ve akıl yürütmeye dayalıdır. Bunun yanında sorgulamanın, tartışmanın olmadığı, danışanın/öğrencinin doğrudan yönlendirilerek dönüşümün gerçekleştirilmesi felsefi danışmanlık açısından söylenecek olursa felsefi olma niteliğini kaybettirir. Bireyin tercihlerinin göz ardı edilmesi, aktifliğini kaybetmesi; otoritenin ya da ideolojinin altında hareket etmesine yol açacaktır. Filozof için bu felsefi değil de siyasi veya inançla ilgili bir yönlendirme şeklini alabilir (1994).

Sonuç

Nussbaum'un Helenistik üç okula dair değerlendirmeleri bu dönemi canlı tutmaktadır ve felsefi danışmanlıkla bağlantı kurulmasını sağlamaktadır. En önemlisi de onun analizinin,

felsefi danışmanlığa teorik bir temel sağlama noktasında önemli bir çaba olarak görülebileceğidir. Antik felsefeyi bir tür terapi olarak okuması, felsefeyi sadece teorik boyutuyla değerlendirmeyip yaşama sızan, onu iyileştirmeye yönelik bir pratik olarak görmesi felsefi danışmanlığın entelektüel dayanaklarını güçlendirmektedir. Helenistik okullara dair savları felsefi danışmanlığın geçerliliği noktasında materyaller sunmaktadır.

Kendisinin de çeşitli eserlerinde ifade ettiği insanın kırılganlığını, bu okulların kırılganlığın yarattığı durumların üstesinden gelmeyi sağlayan yaşam pratiklerini vurgulamaktadır. Modern etiğe ve genel olarak felsefeye eleştirileri bu yönde şekillenir. Bu pratikler açısından ayrıca edebiyat ve felsefe bağlantısını kurmaktadır. Anlatılar yoluyla felsefenin teşvik edici, harekete geçirici bir tarafının olabileceğini de gündeme getirmektedir.

Her ne kadar bu okullar birçok açıdan felsefi danışmanlığın özü ile uyumlu olmasına rağmen özellikle manipülasyon riski ve rol asimetrisi meseleleri ciddi farklılıklar yaratmaktadır. Antik felsefe ile çağdaş felsefe arasında köprü kurulması, önemli problemlerin (manipülasyon riski ve rol asimetrisi) yeniden gündeme getirilmesi, tartışmaya açılması noktasında Nussbaum'un girişimleri ve fikirleri teşvik edicidir. Onun değerlendirmeleri felsefi danışmanlığın ilk örnekleri sayılabilecek ekollerle karşılaşmayı, teorik alt yapısının güçlendirilmesi açısından değerli bulunmaktadır.

Kaynakça

Achenbach, B. G. (1995). Philosophy, philosophical practice, and psychotherapy. R. Lahav& D.M. Tillmanns (Ed.), *Essay on philosophical counseling.* (s.61-75). University Press of America.

Banicki, K. (2015). Therapeutic arguments, spiritual exercises, or the care of the self: martha nussbaum, pierre hadot and michel foucault on ancient philosophy, *Ethical Perspectives*, no.4, 601-634. https://philarchive.org/archive/BANTAS

Cevizci, A. (2009). *Felsefe tarihi*. İstanbul: Say Yayınları.

Çevik, M. (2025). The impacts of philosophical counseling on psychological resilience: an evulation of the philosophical health model. *Beytulhikme Int. J. Phil.* 15 (1), 203-220.

Eco, U. (2020). *Felsefe tarihi: helenizmden augustinus'a.* İstanbul: Alfa Basım Yayın.

Fatic, A. (2013). Epicurean ethics as a foundation for philosophical counseling. *Philosophical Practice,* 8 (11), 1127-1141.

Kirby, J. (t.y.) *Nussbaum, Therapy of desire*. https://bmcr.brynmawr.edu/1995/1995.03.15/ adresinden erişilmiştir.

Lahav, R. (1995). A Conceptual framework for philosophical counseling: worldview interpration. *Essay on philosophical counseling*. (s.3-24). University Press of America.

Lahav, R., Tillmanns, D. M. (Ed.). (1995). *Essay on philosophical counseling.* University Press of America.

Malkovich, D. (2022). *Promoting a new kind of education: greek and roman philosophical protreptic.* Brill Publishers.

Marinoff, L. (2015). *Prozac'ı bırak platon'a bak*. İstanbul: Profil yayıncılık.

Martin., W. M. (2001). Ethics as therapy: philosophical counseling and psychological health. *International Journal of Philosophical Practice*, vol 1., ıssue 1, 1-31.

Nussbaum, C. M. (1990). *Love's knowledge: essays on philosophy and literature*. New York: Oxford Press.

Nussbaum, C. M. (1994). *The therapy of desire: theory and practice in hellenistic ethics*. New Jersey: Princeton University Press.

Nussbaum, C. M. (t.y.) *Emotions as judgments of value and ımportance*. https://eclass.uoa.gr/modules/document/file.php/PHS384/EMOTIONS%20AS%20JUDGMENTS%20OF%20VALUE%20AND%20IMPORTANCE_Nussbaum.pdf adresinden erişilmiştir.

Plessis, D.G. (2024, 16-18 Ekim). *Philosophy as a way of life and psychotherapy*. At the Mapping Philosophy as Way of Life Final Congres, Universiidade NOVA de Lisboa.

Robertson, D. (2010). *The philosophy of cognitive- behavioural therapy (CBT)*. London: Karnac Books Ltd.

Raabe, B. P. (2002). *Issue in philosophical counseling*. Westport: Praeger.

Sargent, K. D., Marshall M. (1999). A Rethorical turn in philosophical counseling? An invitation. 1-22. https://npcassoc.org/docs/ijpp/Marshall.pdf

WHO. (1948) Constitution of the world health organization. https://apps.who.int/gb/bd/pdf/bd47/en/constitution-en.pdf

WHO. (1997). Life skills education for children and adolescents in schools. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=18

İSLAM FELSEFESİ VE FELSEFİ DANIŞMANLIK

Rereading Philosophical Texts in the Islamic World: Developing the Groundwork for Philosophical Counseling in the Islamic world

Seyed Amirreza Mazari*

Abstract

One of the most serious challenges to the development and institutionalization of philosophical counseling among Muslims is that they hardly accept philosophy. Many religious thinkers, influenced by theological jurisprudence (fiqh), perceive philosophy as inherently non-religious. This problem has become even more intensified in the encounter with the modern world, to the extent that philosophy is often considered as conflicting to religion. This tension is rooted in the modern understanding of philosophy—as an academic discipline only oriented toward truth through logical and abstract reasoning. In other words, one can call "academic philosophy," a model that also dominates the teaching of Islamic philosophy in contemporary universities across the Islamic world. However, if we follow Pierre Hadot's reading of ancient philosophy, philosophy as a way of life, and apply this understanding of philosophy to Islamic philosophy, it becomes possible to reconsider and remove some of the obstacles mentioned. In this view, philosophy in the Islamic world was not limited to logical reasoning and rational discourse but functioned as a way of life grounded in Tawhid (divine unity). Despite the prevailing perception that early Islamic philosophers such as Al-Kindi, Al-Farabi, and Avicenna were primarily concerned with abstract metaphysical inquiry, evidence suggests that they did not understand philosophy in the same purely academic way it is often understood today. This study focuses on Al-Kindi's Treatise on *The Art of Dispelling Sorrows* to show that his philosophical discourse was inseparable from his way of life—a tawhid-oriented way of living in which philosophy was never divorced from religious teachings at any level. By rereading this and similar texts, we can begin to build the foundations for philosophical counseling in contemporary Muslim contexts.

Keywords: Philosophical counseling, Islamic philosophy, philosophy as a way of life, tawhid-based way of living

İslam Dünyasında Felsefi Metinlerin Yeniden Okunması: İslam Dünyasında Felsefi Danışmanlık İçin Temel Oluşturmak

Özet

Müslüman toplumlarda felsefî danışmanlığın gelişimi ve kurumsallaşmasının önündeki en ciddi engellerden biri, felsefenin genel olarak kabul görmemesidir. Fıkıh temelli düşünme biçiminden etkilenen birçok dinî düşünür, felsefeyi doğası gereği din dışı bir etkinlik olarak değerlendirmektedir. Modern dünya ile karşılaşma süreci bu sorunu daha da derinleştirmiş, felsefe çoğu zaman dinle çatışan bir alan olarak görülmeye başlanmıştır. Bu gerilim, felsefenin yalnızca soyut ve mantıksal akıl yürütme yoluyla hakikate yönelen akademik bir disiplin olarak anlaşılmasından kaynaklanmaktadır. Bu anlayış, günümüz İslam dünyasındaki üniversitelerde İslam felsefesinin öğretimini de büyük ölçüde şekillendirmektedir. Pierre Hadot'nun "yaşam biçimi olarak felsefe" yorumundan hareketle bu anlayış İslam felsefesine uygulandığında, söz konusu engellerin bir kısmını yeniden değerlendirmek ve aşmak mümkün hale gelmektedir. Bu yaklaşıma göre, İslam dünyasında felsefe salt akıl yürütmeye indirgenmemiş; tevhid (ilahi birlik) temelli bir yaşam tarzı olarak varlık bulmuştur. Erken dönem İslam filozofları—özellikle Kindî, Farabî ve İbn Sînâ—çoğunlukla soyut metafizik sorunlarla ilgilenmiş düşünürler olarak tanımlansa da, onların felsefeyi günümüzdeki anlamıyla yalnızca akademik bir uğraş olarak görmedikleri anlaşılmaktadır. Bu çalışma, Kindî'nin Hüzünleri Giderme Sanatı Üzerine Risalesini merkeze alarak, onun felsefî söyleminin yaşantısından ayrılmaz bir bütün oluşturduğunu göstermeyi amaçlamaktadır. Kindî'nin felsefesi, tevhid eksenli bir yaşam biçimi olarak dini öğretilerle iç içe bir düşünme tarzını temsil etmektedir. Bu ve benzeri metinlerin yeniden okunması, çağdaş Müslüman bağlamlarda felsefî danışmanlığın temellerini kurmak için imkân sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Felsefî danışmanlık, İslam felsefesi, yaşam biçimi olarak felsefe, tevhid temelli yaşam

* PhD, Kalam and Philosophy of Religion, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran. mazari.amir@gmail.com https://orcid.org/0000-0003-0255-1386

Introduction

The present article seeks to identify the obstacles to the development and establishment of philosophical counseling in Muslim societies, arguing that the roots of these obstacles lie in contemporary thinkers' understanding of the nature of philosophy. In other words, those scholars in various domains of thought within the Islamic world have advanced a conception of philosophy that has propagated among Muslims. Consequently, many Muslims, as well as non-religious individuals living in these societies, rarely turn to philosophy as a form of counseling or psychological therapy. The present research maintains that the roots of this issue trace back to the understanding of nature of philosophy in the Islamic world, particularly among those who assert that philosophy in this context can be characterized as "Islamic philosophy." Their understanding of Islamic philosophy is primarily oriented toward the validity and structure of rational arguments. According to the influence of early Muslim philosophers' views on the nature of philosophy, contemporary thinkers argue that philosophy cannot be understood by the public and thus has no connection with daily life. In addition, common believers, guided by the clergy, hold that religion, as defined by the religious authorities, provides all that is needed for life. Therefore, it can be concluded that Muslims in these societies who practice only the outward aspects of jurisprudence (fiqh), either oppose philosophy, or, at best, consider Islamic philosophy merely as an academic discipline.

In fact, it may be argued that there are two serious obstacles preventing Muslims seeking philosophy as a form of counseling. The first obstacle stems from contemporary Muslim philosophers' conception of the nature of philosophy, which itself has two roots: first, the influence of the naturalistic spirit prevailing in modern academia worldview, and second, the distinctive features of Islamic philosophy that arise from the history of Islamic thought. The second obstacle lies in the understanding of traditional Muslim clerics, who condemn any philosophical endeavor, an outlook that has permeated Muslim society. The first factor, in effect, separates philosophy from life, while the second is in open conflict with philosophy itself, recommending instead jurisprudence as the practical guidance for life.

Ultimately, one may ask: why do most Muslims not turn to philosophy as a form of counseling or therapy? It seems that unless contemporary philosophers' conception of philosophy is corrected, the growth and establishment of philosophical counseling in these societies, especially in Iran, will either proceed very slowly or encounter serious difficulties.

The present study aims to demonstrate that what contemporary philosophers take to be "Islamic philosophy" is merely a philosophical discourse, whereas Islamic philosophy appears to have been, in addition to a discourse, also a way of life. To this end, the article first outlines the main existing readings of the nature of philosophy in the Islamic world and describes how academic thinkers understand it. It, then, drawing on Pierre Hadot's approach, presents Al-Kindī's conception of philosophy as an example from an early philosopher, in order to show the inadequacy of contemporary thinkers' understanding of philosophy.

1. Models of the Definition of Philosophy in Islamic Studies

Considering the above, this section addresses one of the primary challenges faced by researchers in Islamic studies: namely, the nature of Islamic philosophy. We begin by providing a brief overview of the frameworks that have offered definitions of philosophy in the Islamic world.

Various categorizations of these readings can be formulated, but this study introduces four models in the study of the nature of Islamic philosophy as follows. It should be noted that since the focus is on the fourth model, which is specific to contemporary Islamic philosophy scholars in Iranian universities, this model will be elaborated upon in detail in the following section. Furthermore, among philosophy scholars in the Islamic world, especially in Iran, there exists a perspective that denies the existence of Islamic philosophy altogether, regarding it as a paradoxical description. Because this group stands in direct opposition to the fourth model, they will also be briefly addressed in the next section.

The first model, often referred to as Traditional Orientalism, was widely prevalent among Western researchers for a long time. Its most prominent feature is the attribution of Greek origins to Islamic philosophy. In addition, two core ideas in Orientalism, its marginality, meaning that philosophy was promoted only among a small elite, and the perceived conflict between reason and religion, form the foundation of this model for understanding the nature of philosophy in Islam. Both ideas led scholars adopting this approach to conclude that Muslim philosophers had an esoteric orientation. According to the first idea, orientalists believed that Islamic philosophers held that their views and teachings should only be revealed to a select group of rational and enlightened individuals capable of comprehending complex deductive reasoning. Moreover, the second idea, concerning the clash of faith and disbelief, was seen as a conflict between religion and philosophy. In fact, orientalists regarded Islam as a weakened

version of Christianity. Accordingly, the tension between philosophy and religion was perceived as a constant concern for philosophers. In the Middle Ages, this conflict often manifested as a debate between religiosity within religion and issues such as immortality. In fact, orientalists, based on their perception of Islam as a weaker version of Christianity, have interpreted the works of Muslim philosophers as a struggle between religion and reason, a premise that led to the notion of esoteric writing among Muslim philosophers.

The second model may be identified as the critical approach to Orientalism. This model emerged as a critical response to traditional Orientalism and developed along three distinct trajectories. In all three sub-models, the three central assumptions of Orientalism, dependence on Greek philosophy, marginality, and conflict with religion, are subjected to critique.The first sub-model, most prominently associated with Henry Corbin, defines Islamic philosophy as prophetic philosophy. While it presents a positive and affirmative view of Islamic philosophy and defends the concept, traces of traditional Orientalist thought remain evident within it. The second sub-model, characterized by its political orientation in philosophical studies, is primarily linked to Leo Strauss and his followers. The debate continues as to whether Strauss, like Corbin, retained elements of traditional Orientalist perspectives in his work. For instance, the critics of Straussian view deny that conflict between philosophy and religion would be of central importance for understanding Islamic philosophy. Leaman and Gutas see it rather as a product of the history of western scholarship, which has devoted a disproportionate amount of attention to the relationship between philosophy and religion (Mattila, 2011, p.19)

The third sub-model may itself be identified with Oliver Leaman. While sharing many perspectives with Seyyed Hossein Nasr, one of the leading figures of the first sub-model, Leaman nevertheless diverges in significant ways. Although he rejects both the notions of marginality and conflict with religion in Islamic philosophy, he regards the term ‘Islamic philosophy’ as inherently ambiguous. He states that there is certainly no one philosophical approach present in Islamic philosophy, but a large variety of different techniques which depend upon the particular point of view of the thinkers themselves. The very diversity of approach might lead one to query yet again the notion of philosophy being "Islamic" at all, since we might expect that label to represent a common view or a consensus as to how to do philosophy. If that expectation was justified, then the philosophy which resulted would be of far less interest, since it would be comparatively narrow and represent something of a party line on how to operate (Leaman, 2008, p.10).

The third model, by contrast, appears to take an analytical-historical perspective on philosophy in the Islamic world, a perspective now adopted by many contemporary Western scholars of Islamic philosophy. Beyond comparative study, critical editions, and textual analysis of manuscripts, this approach also evaluates the arguments of Muslim philosophers and exposes the foundational assumptions underlying their reasoning in order to grasp their larger philosophical projects. Scholars such as Dimitri Gutas, Peter Adamson, McGinnis, and others, through this perspective, have opened a new chapter in the study of Islamic philosophy.

2. The Common Reading

In addition to the aforementioned models, there exists another approach among Iranian scholars that is the primary focus of this study. This view, which represents the widely accepted position of most philosophers in the academic sphere, requires the following clarifications in order to properly understand what they mean by "Islamic philosophy":

(a) Academic philosophers hold that when one speaks of Islamic philosophy, it does not refer to a non-realized ideal or to a research program yet to be accomplished. Rather, the term designates a historical tradition that actually came into being, and which contemporary historians of philosophy now refer to under the label of "Islamic philosophy."

(b) They acknowledge that this philosophy first arose in the Islamic world through the translation of Greek texts, particularly the works of Aristotle, along with his Greek commentators and the Neoplatonists, beginning in the second Islamic century. Yet they insist that what decisively shaped Islamic philosophy on this basis was precisely the translation of Greek philosophical works, especially those of Aristotle. They further emphasize that Muslim philosophers were not merely translators and commentators of Greek thought. Through their creativity and innovation, they transformed and reshaped the structures and problems of Greek philosophy. Representative figures of this philosophical tradition include Al-Kindī, Al-Fārābī, Avicenna, Averroes, Suhrawardī, Naṣīr al-Dīn Ṭūsī, Mīr Dāmād, and Mullā Ṣadrā, each of whom articulated distinct schools of thought, such as Peripatetic mashshāʾī, ishrāqī, and Transcendent Philosophy (ḥikmat-i mutaʿālīya), within the broader framework of Islamic philosophy.

(c) For thinkers who affirm the existence of Islamic philosophy, the term primarily designates this philosophical movement that arose within the history of Islamic civilization (though it was not confined to the Islamic world, since from the late Middle Ages onward it also entered Europe through Latin translations). The crucial point for these contemporary Islamic philosophers is that, although the label "Islamic philosophy" was not widely used among medieval Muslim philosophers

themselves, it was adopted in the modern period as a way of recognizing and studying the existing philosophical tradition within Islamic civilization. They reject any attempt to replace this designation with alternative labels. In their firm conviction, titles such as "Iranian philosophy," "Arabic philosophy," or even "Philosophy in the Islamic World" (the term suggested by Peter Adamson) cannot and have not succeeded in replacing the title "Islamic philosophy," either for intrinsic reasons or for historically and philosophically methodological ones.

(d) Proponents of Islamic philosophy, in response to their colleagues who strongly deny the existence of such a philosophy, argue that this philosophical tradition is characterized both by a serious connection with Islam and by the fact that it is genuinely philosophy rather than theology or kalām. Indeed, they maintain that it is a robust and successful form of philosophy. According to them, thinkers such as Al-Fārābī, Avicenna, and Mullā Ṣadrā can rightly be placed on par with the greatest philosophers in the history of philosophy. For these proponents, Islamic philosophy does not consist of philosophical views merely extracted from, or directly based on, Islamic texts, for such views, by definition, would not constitute philosophy. Philosophy is a rational discipline that begins from premises derived through ordinary epistemic sources. While certain philosophical conclusions may find parallels in Islamic texts, the method of arriving at them differs. On this basis, religion and philosophy remain distinct, even though they entertain profound and serious relations.

(e) From their perspective, because Islamic philosophy is neither based upon nor extracted from the sacred texts of Islam, it is not itself a sacred philosophy. In other words, the kind of sanctity attributed by believers to religious propositions does not apply to the propositions of this philosophy. The domain of reason is one of argumentation, and Islamic philosophy is not a creed consisting of fixed, immutable doctrines. On the contrary, what has historically developed under the name of Islamic philosophy is marked by a plurality of divergent and even conflicting positions. Like other humanities, Islamic philosophy is a human endeavor, subject to change, transformation, and development.

(f) For these thinkers, Islamic philosophy is not simply "the philosophy of Muslims." The reason it is called Islamic is not merely because it originated within the historical and geographical context of Islam. Rather, when one speaks of Islamic philosophy, one refers to a distinct school within the broader philosophical tradition, characterized by specific features that set it apart from other forms of philosophizing. A philosopher in an Islamic land may pursue philosophy in a manner independent of Islamic philosophy, just as a philosopher outside the Islamic world may think within the framework of Islamic philosophy.

In light of the six considerations outlined above, the definition of Islamic philosophy, as understood by its proponents, can be articulated. This definition rests upon the premises already explained, and it will be formulated on their basis in the following section.

The First Premise: Every discipline possesses both a form and a content. By the formal aspect is meant that which constitutes the essence and nature of the discipline. For example, when we speak of physics, the discipline of physics has a form by virtue of which it is identified as physics. Any claim or proposition that conforms to this formal aspect is considered part of physics; otherwise, it falls outside its scope. The formal aspect of a discipline establishes its methods and criteria of analysis, explanation, and evaluation in relation to its specific subject matter. Importantly, the formal aspect of disciplines is not subject to historical or geographical divisions; it cannot be classified as religious or non-religious, Islamic or non-Islamic. This principle applies universally across all sciences in the broadest sense: the formal aspect of all genuine disciplines, grounded in human cognitive capacities, must possess autonomy and universality. While the formal aspect of disciplines may undergo refinement, development, or correction, once it is stripped of universality and autonomy it ceases to exist as science.

The Second Premise: Alongside its formal aspect, every discipline also has a content that arises within the discipline's subject domain. Hypotheses are formulated, questions are posed, and various answers are proposed. These questions and answers cannot be derived merely from the definition of the discipline itself; rather, they emerge from human life in the world and its confrontation with historical and non-historical issues. Thus, the geographical and historical setting in which one lives, as well as the intellectual traditions and ideas encountered, play a significant role in shaping the content of disciplines. Consequently, the content of knowledge is subject to diversity and change, influenced by historical and cultural contexts.

The Third Premise: Based on the first premise, the formal aspect of philosophy is that which is expressed in the definition of philosophy. Any discourse consistent with such a definition can be regarded as philosophical discourse. For those who affirm the existence of Islamic philosophy, philosophy is a rational discipline, that is, it employs rational arguments and analyses of the kind studied in logic. Whenever such reasoning is applied to the specific subject matter of philosophy, it constitutes philosophical discourse.

The Fourth Premise: In accordance with the second premise, philosophy is not exempt from the content. Philosophers articulate questions and answers in response to lived realities,

situated within the cultural and historical contexts in which they dwell or with which they engage. A philosopher's culture, society, geography, and history shape their concerns, their approach to problems, their classification of issues, and the manner in which they formulate answers. In this sense, one may ascribe historical, geographical, or cultural designations to philosophical traditions, speaking, for example, of Islamic, Christian, modern, or traditional philosophy.

The Fifth Premise: Advocates of Islamic philosophy maintain that Muslim philosophers, following Aristotle, defined the subject matter of philosophy or metaphysics as being qua being. This refers to studying beings not insofar as they are restricted by a specific determination (e.g., as plant, human, animal, or number), but precisely insofar as they are beings, together with the properties that follow from this aspect of being. For instance, every existent may be material or immaterial, cause or effect, necessary or contingent, independent or dependent, free or determined, conscious or unconscious. Philosophy investigates the existence of each thing and its particular mode of being.

From the above premises, the following conclusions may be drawn:

(a) (Derived from premises 1, 3, and 5): Philosophy is a rational and demonstrative discipline, characterized by the features of demonstrative knowledge. Accordingly, philosophy, in its formal aspect, is rational and demonstrative inquiry into being as such. From this perspective, there is no essential distinction between Islamic, Western, Eastern, or traditional philosophies.

(b) (Derived from premises 2 and 4): When, however, one speaks of Islamic philosophy within this framework, what is meant is a philosophy whose content has been significantly shaped by Islamic thought and culture. This influence affects the kinds of problems posed, the answers formulated, the hierarchy of issues, and similar aspects. It imparts a distinctive character to the philosophy without undermining its philosophical status. The formal aspect of philosophy, its rationality, universality, and autonomy, remains intact and must remain so. Hence, dialogue between philosophers of diverse traditions is always possible, since the formal essence of philosophy is one and the same. What differs is the material content, shaped by particular historical, geographical, cultural, and religious conditions.

On this basis, Islamic philosophy may be defined as a philosophy whose content is decisively shaped by Islamic thought, while its form consists of rational and demonstrative argumentation concerning the subject matter of philosophy. Thus, it possesses both the criteria

of philosophy, rational autonomy and universality, and a substantive connection with Islamic intellectual traditions.

However, this study argues that this definition of philosophy among contemporary Muslim philosophers does not provide adequacy. It seems that for early Muslim philosophers, philosophy was not merely a rational discipline. This point can be better appreciated in light of Pierre Hadot's approach. To demonstrate this, we turn to the case of Al-Kindī 's philosophy. If Al-Kindī 's thought is read through Hadot's lens, philosophy appears as something more than rational discourse. Indeed, by appealing to the above premises, one may only see that form and content in philosophy cannot be strictly separated when philosophy from the foregoing premises, the conclusion that content cannot be separated from form in philosophy follows only if philosophy is not conceived as mere rational discourse. While form and content, as Hadot describes them, are incommensurable, they are nevertheless inseparable. The flaw in the common reading lies in its effort to legitimize Islamic philosophy by grounding it in the division of form and content, thereby reducing philosophy to nothing more than orientation toward truth and rational discourse.

Accordingly, we will first provide a brief account of Hadot's view, and then, by outlining Al-Kindī 's philosophical system with particular attention to his treatise Device for Dispelling Sorrow, we will substantiate our claim.

3. Philosophy as a Way of Life

Pierre Hadot's theses of ancient philosophy challenged prevailing modern understandings of antiquity. The goal of ancient philosophy was primarily self-transformation, envisaged as a gradual process of perfecting oneself by transforming the way we look at the world, a process that culminates not only in a new way of perception, but also a state of being in which, it is claimed, we can come to be or exist more intensely. This process of self-transformation was to be carried out by means of spiritual exercises (Chase, 2024, p.137). For the ancient philosophers, philosophizing was essentially an exercise in becoming the best version of oneself in light of approximation to wisdom. Philosophy, therefore, was conceived as an art of living; transformation and self-transcendence lay at the very heart of philosophical practice.

By the time of the Platonic dialogues Socrates was called *atopos*, that is, "unclassifiable." What makes him atopos is precisely the fact that he is a "philo-sopher" in the etymological sense of the word; that is, he is in love with wisdom. For wisdom, says Diotima in Plato's

Symposium, is not a human state, it is a state of perfection of being and knowledge that can only be divine. It is the love of this wisdom, which is foreign to the world, that makes the philosopher a stranger in it (Hadot, 1995, p. 57).

Each ancient philosophical school, moreover, offered an image of the sage—an ideal of human perfection that philosophers themselves never actually attained. (Hadot, 1995, p.57). The philosopher recognized that the natural vocation of the human being was wisdom, understood as "seeing things as they truly are." Yet he also knew that this ideal remained unattainable. Thus, he experienced estrangement both from the world and from other people, who regarded him as fundamentally different. Nonetheless, in daily life he sought a way of living that could be reconciled, at least provisionally, with ordinary existence (Hadot, 1995, p.58).

In the various Hellenistic schools, the choice of a school, often shaped by one's existential inclinations, was itself an attempt to live differently from the world as given. Hadot's use of the term spiritual is not meant in a strictly religious sense, but rather denotes a movement toward self-transcendence. For example, in Stoicism, the acceptance of hardship was itself a philosophical way of inhabiting daily life and one's relations with others. The individual who joined the Stoic school was dissatisfied with his current condition, and this dissatisfaction drew him toward philosophy. His participation in Stoic life involved both philosophical instruction and practical exercises, understood as a kind of spiritual progress toward a higher state of being. Through intellectual and physical exercises, the philosopher sought to cultivate himself in light of the sage, striving to become the best possible version of himself within the framework of his chosen school.

All ancient schools offered a vision of life defined by the ideal of wisdom. Each school developed spiritual exercises designed to secure the student's progress toward the ideal state of the sage. As Hadot himself explains: I mean practices which could be physical, as in dietary regimes, or discursive, as in dialogue and meditation, or intuitive, as in contemplation, but which were all intended to affect a modification and a transformation in the subject who practiced them. The philosophy teacher's discourse could also assume the form of a spiritual exercise, if the discourse were presented in such a way that the disciple, as auditor, reader, or interlocutor, could make spiritual progress and transform himself within (Hadot, 2002, p.6).

Such exercises transform one's deepest beliefs and habits, resulting in a stable moral and spiritual transformation. Philosophy, for the ancients, was thus simultaneously philosophical discourse and philosophical life: we have recognized the existence of a philosophical life-more precisely, a way of life-which can be characterized as philosophical and which is radically opposed to the way of life of nonphilosophers. On the other hand, we have identified the existence of a philosophical discourse, which justifies, motivates, and influences this choice of life. Philosophy and philosophical discourse thus appear to be simultaneously incommensurable and inseparable (Hadot, 2002, p.172).

Hadot argues that ancient philosophizing was a comprehensive spiritual and intellectual practice that engaged the whole person, orienting him toward wisdom and the ideal of the sage. Its practical dimension was not limited to ethics but encompassed all areas of philosophy, including physics and logic.

In this way, Hadot reshaped modern understandings of ancient philosophy. He criticized the tendency of modern philosophy to separate theory from practice, locating the source of this misunderstanding in the misreading of the terms *theoretical* and *theoretic*[1].

Whereas modern philosophy, influenced by Aristotle, has opposed the theoretical to the practical, Hadot observes that Aristotle himself did not use the term theoretical in this sense. Hadot described that for Aristotle philosophy consists in a "theoretical" way of life. "Theoretic" is a word of Greek origin but does not appear in Aristotle. In a nonphilosophical context, it meant "referring to processions." In modern parlance, "the theoretic" is opposed to "the practical" the way the abstract and speculative is opposed to the concrete. From this perspective, then, one may oppose a purely theoretic philosophical discourse to a practical, lived philosophical life. Aristotle himself, however, uses only the word "theoretical" (theoretikos), and he uses it to designate, on the one hand, the mode of knowledge whose goal is knowledge for knowledge's sake, and not some goal outside itself; and on the other, the way of life which consists in devoting one's life to this mode of knowledge. In this latter meaning, "theoretical" is not opposed to "practical." In other words, "theoretical" can be applied to a philosophy which is practiced, lived, and active, and which brings happiness (Hadot, 2002, pp. 80–81). Indeed, For Hadot, both the theoretical and the practical dimensions of philosophy were united in the

[1] The term Theoretical originates from the Latin root Theoretikos, whereas Theoretic is derived from the Latin root Theoriai.

pursuit of happiness; they belonged to a single lived philosophical practice oriented toward self-transformation and wisdom.

Ancient philosophy, therefore, was holistic. It was never a merely theoretical discipline but a way of life. In Hadot's view, philosophizing was not confined to the accumulation of abstract knowledge but was a spiritual path in which the philosopher sought happiness and closeness to wisdom through lived practice. The starting point of ancient philosophy was always a practical mode of existence, from which the theoretical teachings and worldview of each school arose.

Viewed through Hadot's lens, Islamic philosophy too can be understood more fruitfully and effectively for the present age. Muslim philosophers accepted philosophy as a way of life. Al-Kindī, the first Muslim philosopher, offers a particularly illuminating example of Hadot's thesis. In light of his religious outlook, Al-Kindī integrated his philosophical practice into the framework of Tawḥīd(divine unity). The aim of philosophizing, for him, was first to achieve rational understanding of the ultimate purpose of the cosmos and, ultimately, to employ philosophy in the service of the higher practical goal of human perfection.

4. General Features of Al-Kindī 's Philosophical System

Al-Kindī does not regard philosophy merely as a theoretical project for attaining truth to the extent of human capacity. Rather, he conceives it as a way of life, a practical art of living grounded in that same theoretical project. He perceives an intrinsic connection between physics, epistemology, and ethics. From Al-Kindī 's perspective, once one accepts something as the truest reality, that conviction profoundly changes the life one chooses and the kind of person one becomes. He defines philosophy in theoretical terms as "knowledge of the real nature of things as far as human capacity allows," adding that the task of the philosopher is to reach the truth in knowledge and to act in accordance with it:

The most noble philosophy of the highest degree is the first philosophy, by which I mean the knowledge of the first truth who is the cause of all truth. The complete and most noble philosopher is therefore necessarily the man who comprehends this most noble knowledge, because the knowledge of the cause is more noble than the knowledge of the effect. For we only know each of the effects completely when we comprehend the knowledge of its cause (Al-kindi, 2012, p.11).

This formulation expresses the very core of Al-Kindī's thought. Accordingly, he calls philosophy the highest of the human arts by rank and the noblest by dignity. The ultimate goal of philosophy, in his monotheistic outlook, is closeness to God. Alluding to the Koranic epithet for God, al-Haqq ("the Truth"), Al-Kindī asserts that "everything that has being has truth," and that God, the First Truth, is the cause of all truth insofar as He is the cause of all being (Adamson, 2007, p. 22).

For him, truth coincides with divine knowledge, the knowledge of unity, and knowledge of actuality. Philosophy is becoming similar to God's acts to the extent of human capacity. He meant that the human should be perfect in virtue.

For Al-Kindī, philosophy is both theoretical, study of essences, and practical, guidance for action, though always within the limits of human capacity. Human effort can never fully comprehend the ultimate truth, i.e., God. The philosopher's goal, therefore, is to reach the truth in knowledge and to act upon the truth in practice. The ultimate aim of philosophizing is to empower the human being to attain happiness. Since happiness in the material world cannot be secured through contemplation alone without simultaneous ethical refinement, the philosophical life consists in the cultivation of intellectual and moral virtues alike.

Al-Kindī's philosophical quest for truth is inseparable from his religious faith. Indeed, as Adamson said, Al-Kindī is not saying that the philosophical pursuit of truth is to be detached from religious belief. Rather, Al-Kindī argues that the rejection of his own project amounts to "unbelief [kufr]." This is a startling accusation. Al-Kindī bases it on the fact that the opponents reject the attempt to use philosophy in supporting the main tenets of Islam: God's oneness and divinity. Insofar as philosophy can contribute to knowledge of these truths, to reject philosophy is in effect to reject Islam itself (Adamson, 2007, p. 25). For him, God as the First Truth is both the metaphysical principle of being and the direct agent of all reality. Unlike created beings, who act and are acted upon, God alone is pure actuality. In this sense, theology was a part of philosophy, and that philosophy and the revelations of God to Muhammad are in agreement with each other. He then added that the pursuit of theology is supported by logic, meaning that, in his view, it was natural for people to question the meaning of life and creation, and to conclude that a supreme creator was responsible for everything in existence (Lim & Viegas, 2017, p. 55). Human inquiry into life and creation naturally culminates in recognition of the transcendent Creator as the source of all things.

At the same time, Al-Kindī maintains that the human soul (*nafas or nafs*) has a divine essence. This soul is capable of apprehending the whole cosmos; illuminated by divine light, it attains unity with that light. On this basis, his philosophy links metaphysics and theology with practical ethics, culminating in tahdhīb al-nafs (self-purification). His monotheistic outlook underpins both his designation of philosophy as the noblest of sciences and his emphasis on the soul's separation from the body. This becomes particularly evident in his practical writings, such as his treatise on coping with sorrow, where his monotheistic orientation decisively distinguishes him from the Stoics.

Al-Kindī's philosophical project thus represents a return to the self: by controlling passions such as grief, one moves toward true serenity, assimilation to God. This orientation defines both his theoretical philosophy and his practical counsel.

5. The Treatise on the Art of Dispelling Sorrow (On Dispelling Sorrow)

Now that we have become acquainted with the general outlines of Al-Kindī's philosophical system, as an example, we shall examine his treatise *On the Art of Dispelling Sorrow* in order to demonstrate that his philosophy represents a way of life grounded in his monotheistic worldview.

The aim of Al-Kindī's treatise is to explain how one may confront and overcome sorrow, and ultimately to encourage readers to adopt a philosophical way of life. Al-Kindī composed this treatise at the insistence of one of his friends. Apparently, this work constitutes his most significant surviving contribution to ethics, in which he offers practical recommendations concerning happiness and the art of attaining it. In reality, however, Al-Kindī, who was influenced by the tradition of ancient Greek philosophy, particularly Epicurean and Stoic thought on happiness and the means of achieving it, conceived of this treatise not merely as an ethical work but as a guide to a way of life. It is evident that Stoic influence upon him manifests itself in all three branches of philosophy, logic, physics, and ethics, within this treatise. To this end, while drawing on certain parables and anecdotes from the Greek tradition, he grounds his central ideas in the teachings of Islam.

The treatise begins with a description of what sorrow is and what its roots are. Al-Kindī states that the causes of sadness(sorrow) are already apparent from what has just been said: it occurs because one loses what one loves or is frustrated in obtaining what one seeks (Al-Kindī, 2012, p. 249). He concludes that the causes of sorrow lie in both the deprivation of what one

possesses and the non-realization of what one desires. From this, he poses his fundamental question: Is it possible for anyone to be free of these causes?

Following the Stoics, he reproaches his audience for persisting in their erroneous mode of thinking about the world. He challenges the assumption that things should conform to our wishes, and instead asserts that our wish and desire should be directed towards things within our reach, and we should not be disappointed by something transitory, or demand from the sensible something beyond our reach seeks (Al-Kindī, 2012, p.250). Hence, we ought to accept things as they are and adjust our desires in proportion to what is attainable.

Al-Kindī provides two key theoretical insights as the basis for his practical advice:

> 1. Human likes and dislikes are not fixed by nature but shaped by habit. What we deem pleasant or unpleasant is not intrinsic to human nature but the product of habituation. it is therefore clear that the sensibles which one loves or hates are not something determined by nature, but rather by habit and frequent use (Al-Kindī, 2012, p.252). Therefore, habits must be trained. For al-Kindī, tarbiya (education or cultivation) means moral formation, aligning character with divine attributes. Self-reform and habituation are exercises in becoming like the divine.
> 2. One should begin with small, admirable habits. He counsels that the soul should first accustom itself to minor yet praiseworthy actions, since these are easier. or we improve our souls by firmly resolving to adhere to whatever can better us; not through potable drugs, nor through the pain of cautery and fire, nor by paying money, but by accustoming the soul to the right behaviours, [first of all] in a small matter where this can be easily done, and [later] moving from this up to something greater (Al-Kindī, 2012, p.253).

The background of this teaching lies in his monotheistic anthropology: the body is perishable, while the rational soul, the true essence of the person, endures.

The most famous allegory of the treatise, adapted from Epictetus, is the parable of the ship. Life is likened to a sea voyage, with passengers disembarking at a port to satisfy temporary needs. Some return promptly, others linger to collect flowers and fruits, while others are distracted and miss the ship altogether. For Al-Kindī, those who immerse themselves in transient pleasures fall into sorrow, while those who transcend them attain salvation. The voyage symbolizes the soul's passage through this world toward divine truth (ʿilm al-ḥaqq).

The true homeland is an eternal realm, free from loss and regret. To grieve over worldly deprivation is unwise, for it reveals attachment to what is transient. Everything that we have

and that we love is merely on loan. Nothing can be kept forever, not least because we will not be here forever (Sellars, 2019, p.46).

Al-Kindī asserts that if external goods such as wealth and health are regarded as valuable, then a healthy soul is even more important and precious. Because these intelligible things are not subject to corruption, and cannot be taken away from us. The stability that allows intellectual objects to be suitable objects of knowledge also makes them appropriate objects of value. Conversely, the transient nature of sensible things makes them not only unknowable, but also undesirable for one who is wise (Adamson, 2007, p. 153).

Thus, for Al-Kindī, happiness consists in intellectual contemplation and moral purification, not in external acquisitions. His monotheistic reinterpretation of Stoic ethics centers on detachment from the transient world, directing the soul instead toward the eternal.

The treatise exemplifies philosophy as a way of life. Its theoretical principles, such as the immortality of the soul and the superiority of the intelligible realm, directly inform its practical guidance, namely self-discipline and detachment. Al-Kindī thus integrates Greek philosophical insights with his Islamic worldview into a coherent art of living oriented toward assimilation to God.

Conclusion

Present study explored the analysis of why philosophical counseling has failed to emerge or develop in Muslim societies such as Iran, with a particular focus on how contemporary academic philosophers conceptualize the nature of philosophy. The central claim of the research is that unless the prevailing understanding of Islamic philosophy among contemporary thinkers undergoes a fundamental transformation, the possibility of establishing or advancing philosophical counseling for religious communities will remain severely constrained.

Drawing upon Pierre Hadot's reading of philosophy among the ancient Greeks, the study demonstrated that early Muslim philosophers likewise approached philosophy as a way of life. For instance, the case of Al-Kindī and his treatise On Dispelling Sorrows illustrates that philosophy for him was not confined to abstract reasoning but was deeply tied to practical guidance for living. This implies that the development of philosophical counseling in Muslim contexts requires a reconceptualization of philosophy itself: so long as philosophy is reduced to a purely rational or theoretical discourse, the emergence of philosophical counseling will remain impossible. At the same time, Al-Kindi's example shows that the prevailing

contemporary reading of Islamic philosophy neglects the lived and practical dimensions embraced by early Muslim thinkers.

The dissertation concludes that recovering philosophy as a way of life is necessary both for advancing philosophical counseling in Muslim contexts and for achieving a holistic and independent account of Islamic philosophy itself. Such an approach, it suggests, may be extended to the systems of al-Farabi and Avicenna, especially within Avicenna's philosophical framework, which, though deeply influenced by Aristotle and highly theoretical, still allows for reinterpretation through the lens of philosophy as a way of life, as suggested by Hadot's reading of the ancients.

References

Adamson, P. (2007). *Al-Kindī (Great Medieval Thinkers)*. Oxford University Press.

Al-Kindi, (2012). *On Dispelling.* In *The Philosophical Work of Al-Kindi*, pp. 3-58. Adamson, P., & Pormann, P. E. Oxford University Press UK.

Al-Kindi, (2012). *On First Philosophy*. In *The Philosophical Work of Al-Kindi*, pp. 245-267. Adamson, P., & Pormann, P. E. Oxford University Press UK.

Chase, M. (2024). *Pierre Hadot and His Critics on Spiritual Exercises and Cosmic Consciousness*. *From Ancient Philosophy to Contemporary Neurology*. In *Hadot and Foucault on Ancient Philosophy*, pp. 137-162. Faustino, M., & Telo, H. (eds.). Koninklijke Brill NV, Leiden, Netherlands.

Hadot, P. (1995), *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*. Translated by Michael Chase, Blackwell Oxford UK & Cambridge USA.

Hadot, P. (2002). *What Is Ancient Philosophy?* Translated by Michael Chase, Belknap Press of Harvard University Press Cambridge: Massachusets, London, England.

Leaman, O. (2008). *Introduction* in *History of Islamic Philosophy*, pp. 1-11. Nasr, S.H. & Leaman, O. (eds.). London & New York: Routledge.

Lim, B., & Viegas, J. (2017). *Al-Kindī the Father of Islamic Philosophy*. Rosen Publishing Group: New York.

Mattila, J. (2011). *Philosophy as a Path to Happiness: Attainment of Happiness in Arabic Peripatetic and Ismaili Philosophy*. Helsinki University Print, Helsinki.

Sellars, J. (2019). *The Pocket Stoic*. The University of Chicago Press, Chicago.

İslam Düşünce Mirası Felsefi Danışmanlık Alanına Katkı ve Açılım Sağlayabilir mi?

Hüseyin Sarıoğlu*

Özet

Bu bildiri, İslam düşünce mirasının, modern felsefi danışmanlık (FD) için yalnızca tarihsel bir referans değil, günümüz insanının varoluşsal sorunlarına çözüm sunabilecek canlı ve pratik bir bilgelik kaynağı olduğunu savunmaktadır. Çalışma, Kindî, Hâris el-Muhâsibî, Ebû Bekir er-Râzî ve Gazzâlî gibi sekiz öncü İslam düşünürünün ahlak felsefelerini, modern FD ekolleriyle (Marinoff, Cohen vb.) karşılaştırmalı olarak analiz etmektedir. Temel tezi, her iki geleneğin de birçok insani sıkıntının temelinde tıbbi bir patoloji yerine felsefi, ahlaki veya manevi bir sorun gördüğü ortak zeminine dayanmaktadır.

Bildiri, bu mirasın "ruhsal tıp" (tıbb-i rûhânî) olarak tanımlanan terapötik yönünü ve akıl ile nefsani arzular (heva) arasındaki çatışmayı merkeze alan psikolojik modelini vurgulamaktadır. Muhâsibî'nin diyalog formatının Sokratik yöntemle, Kindî'nin üzüntü analizinin ise Stoacı ve Bilişsel-Davranışçı Terapi ilkeleriyle şaşırtıcı paralellikler taşıdığı ortaya konulmaktadır. Çalışmanın en yenilikçi yönü, bu felsefi kavramları kurgusal danışan senaryoları ve diyaloglar aracılığıyla günümüz sorunlarına (kariyer tükenmişliği, sosyal medya hasedi, otantiklik krizleri) uygulamasıdır. Bu yaklaşım, soyut ilkeleri somut danışmanlık araçlarına dönüştürerek metni bir "uygulama kılavuzu" haline getirmektedir.

Sonuç olarak, modern FD'nin seküler yapısı ile İslam düşüncesinin teolojik çerçevesi arasındaki temel farklara dikkat çekilmektedir. Naif bir entegrasyon yerine, kendi ontolojik bütünlüğünü koruyan, özgün bir "İslami Felsefi Danışmanlık" modeli geliştirilmesi önerilmektedir. Böyle bir modelin, modern insanın anlam krizine daha bütüncül bir yanıt sunarak FD alanını zenginleştireceği savunulmaktadır.

Anahtar Kavramlar: Felsefi Danışmanlık, İslam Düşünce Mirası, Ahlak Felsefesi, Tıbb-i Rûhânî, Nefs Muhasebesi, Akıl-Heva Çatışması, Erdem Etiği, Kindî, Hâris el-Muhâsibî, Ebû Bekir er-Râzî, Fârâbî, Gazzâlî, Kınalızâde Ali Efendi, Varoluşsal Bunalım, Anlam Arayışı

Can the Islamic Intellectual Heritage Provide a Contribution and Insight to the Field of Philosophical Counseling?

Abstract

This paper argues that the Islamic intellectual heritage is not merely a historical reference but a vibrant and practical source of wisdom for modern philosophical counseling (PC), offering potent solutions to contemporary existential problems. The study systematically analyzes the ethical philosophies of eight seminal Islamic thinkers, including al-Kindī, al-Muhāsibī, al-Rāzī, and al-Ghazālī, placing them in a comparative dialogue with modern PC schools (e.g., Marinoff, Cohen). Its core thesis rests on the common ground that both traditions view many forms of human distress as stemming from philosophical, ethical, or spiritual issues rather than medical pathology.

The paper highlights the therapeutic dimension of this heritage, often termed "spiritual medicine" (al-ṭibb al-rūḥānī), and its central psychological model of the conflict between reason ('aql) and appetitive desires (hawā). It reveals striking parallels, such as the structural similarity of al-Muhāsibī's dialogical format to the Socratic method and al-Kindī's analysis of sorrow to the principles of Stoicism and Cognitive-Behavioral Therapy. The study's most innovative feature is its practical application of these philosophical concepts through fictional client scenarios and dialogues addressing modern issues like career burnout, social media-induced envy, and authenticity crises. This approach transforms abstract principles into concrete counseling tools, effectively creating an "application guide."

In conclusion, the paper acknowledges the paradigmatic gap between PC's secular framework and the theological foundations of Islamic thought. Instead of a naive integration, it proposes the development of a distinct and authentic "Islamic Philosophical Counseling" model. Such a model, it argues, would

* Prof. Dr., Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi Felsefe Bölümü, sariogluh@gmail.com, https://orcid.org/0000-0002-3450-646X

maintain its ontological integrity while engaging in dialogue with other approaches, offering a more holistic response to the modern crisis of meaning and enriching the field's intellectual diversity.
Keywords: Philosophical Counseling, Islamic Intellectual Heritage, Ethics, Spiritual Medicine, Self-Accounting, Reason and Passion, Virtue Ethics, al-Kindī, al-Muhāsibī, al-Rāzī, al-Fārābī, al-Ghazālī, Kınalızâde Ali Efendi, Existential Crisis, Search for Meaning

Giriş: Felsefenin Pratik Amacına Yeniden Dönüş

Felsefi danışmanlık, modern yaşamın karmaşık sorunları karşısında bireyin anlam arayışına, değer çatışmalarına ve varoluşsal bunalımlarına yanıt vermek amacıyla ortaya çıkmış, diyalog temelli bir pratik felsefe disiplinidir. Bu sunum, felsefenin akademik "fildişi kulesinden" çıkarak gündelik hayatın somut problemlerine uygulanabilir bir bilgelik kaynağı olarak yeniden konumlandırılması çabasını temel almaktadır (Altunbaşak, 2021, s. 24). Bu çalışmanın amacı, felsefi danışmanlığın mevcut yapısını ve önde gelen ekollerini inceleyerek, Kindî, Hâris el-Muhâsibî, Ebû Bekir er-Râzî, Fârâbî, Râgıb el-İsfahânî, Mâverdî, Gazzâli ve Kınalızâde Ali Efendi gibi İslam düşünürlerinin ahlak felsefelerinin bu alana sağlayabileceği potansiyel katkıları tahlil etmektir. Tahlil, anılan düşünürlerin konuyla ilişkili belirlenmiş metinlerine dayanan, her bir düşünürü kendi iç sistematiği ve modern felsefi danışmanlık ekolleriyle (örnek olmak üzere Mantık Temelli Terapi, PEACE Modeli, Yaşam Sanatı Yaklaşımı) karşılaştırmalı olarak inceleyen analitik ve eleştirel bir yöntemle gerçekleştirilmiştir.

FD disiplinin/alanının modern dönemde yeniden canlanmasının arkasındaki temel dinamiklerden biri, *din, toplumsal normlar ve ideolojiler gibi geleneksel anlam ve otorite kaynaklarının zayıflamasıyla ortaya çıkan derin bir "anlam boşluğu"*dur. Bu boşluk, modern bireyin yaşamında bir *"varoluşsal vakum"* yaratmış ve bu durumu aşmak için yeni bir rehberlik arayışını tetiklemiştir (Marinoff, 2015, s. 16, 20). Felsefi danışmanlık, bu varoluşsal arayışa geleneksel kurumlardan tatmin edici yanıtlar alamayan bireylere yönelik felsefi bir yanıt olarak ortaya çıkmış/konumlanmıştır (Altunbaşak, 2021). Bu durum, sunumun ana tezi için kritik bir zemin oluşturur, zira incelenecek İslam düşünürleri de benzer bir insani duruma, farklı, teolojik ve metafizik temellerden hareketle yanıt sunmuşlardır.

1. Felsefi Danışmanlık Disiplini: Kapsamlı Bir Çerçeve

1.1. Tanım, Amaç ve Yöntemler

Felsefi danışmanlık, bireylerin yaşam sorunları, değer çatışmaları, anlam krizleri ve varoluşsal bunalımlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olmak amacıyla felsefi yöntemleri,

teorileri ve eleştirel düşünmeyi kullanan diyalog temelli bir uygulamadır (Marinoff, 2015; Altunbaşak, 2021; Çevik, 2024). Disiplinin temel amacı, patolojiyi teşhis edip tedavi etmek değil, danışanın kendi dünya görüşünü, inanç sistemini ve akıl yürütme süreçlerini sorgulayarak daha tutarlı, anlamlı ve erdemli bir yaşam felsefesi inşa etmesine rehberlik etmektir (Marinoff, 2015; Altunbaşak, 2021).

Felsefi danışmanlığın kavramsal ve pratik kökleri, felsefenin soyut bir entelektüel egzersiz olmaktan ziyade bir "yaşam sanatı" olarak görüldüğü Antik Çağ'a kadar uzanmaktadır. Sokrates, günümüz felsefi danışmanlarının rol model aldıkları en önemli isimlerden biridir. Onun yöntemi, danışmanın bir bilgi otoritesi olarak cevapları sunması yerine, bir "felsefi ebe" gibi hareket ederek, danışanın kendi içindeki bilgeliği ve doğruları "doğurmasına" yardımcı olmaktır (Marinoff, 2015, s. 8, 21, 25, 79, 153; Altunbaşak, 2021, s. 22, 51-53). Bu "maiotik" (doğurtma) yöntemi, danışanın özerkliğine yapılan vurgunun temelini oluşturur; danışman, danışana ne yapacağını söylemez, sadece doğru soruları sorarak kendi çözümlerini bulmasına rehberlik eder. Stoacılar ve Epikürosçular gibi Helenistik felsefe okulları da felsefeyi doğrudan pratik yaşam sorunlarına çözüm bulma aracı olarak görmüşlerdir.

1.2. Psikoterapi ile Sınır Tartışması: "Yaşam Bir Hastalık Değildir" Eleştirisi

Felsefi danışmanlık, bazı yaklaşımlar tarafından, kendini doğrudan ve açık biçimde psikolojik danışmanlık ve psikiyatriye bir alternatif olarak konumlandırılır ve bu disiplinlerle arasındaki sınırlar belirgin bir şekilde çizilir. Felsefi danışmanlığın en temel iddiası, birçok kişisel sıkıntının altında yatan nedenin "ruhsal bir bozukluk" olmaktan ziyade, hatalı bir dünya görüşü, mantıksal bir yanılgı veya bir anlam boşluğu gibi felsefi bir sorun olduğu varsayımına dayanır (Marinoff 2015, s. 16-17; Cohen, 2016, s. xxx). Bu nedenle, çözümün medikal veya terapötik müdahalelerden çok felsefi sorgulamada yattığını savunur. Disiplin, psikolojik modellerin aksine, nedensellikten ziyade gerekçelendirme ile ilgilenir. Odak noktası, "Bu duyguya neden olan nedir?" sorusundan çok, "Hangi gerekçeyle bu inancı taşıyorsun?" sorusudur (Cohen 2016, s. xxiii). Bu, bir bakıma, sosyal bilimlerin nedensellik arayışına karşılık, beşeri bilimlerin gerekçelendirme ve anlamlandırma arayışının bir yansımasıdır (Marinoff 2015; Cohen, 2016).

Felsefi danışmanlığın en güçlü itici güçlerinden biri, modern psikiyatri ve psikolojinin gündelik yaşamdaki insani sıkıntıları aşırı derecede tıbbileştirerek patolojikleştirme eğilimine yöneltilen derin eleştiridir. Bu eleştiriye göre, üzüntü, kaygı, hayal kırıklığı ve ahlaki çatışma gibi normal insan deneyimleri, giderek artan bir şekilde "akıl/ruh hastalığı" olarak

etiketlenmektedir (Marinoff 2015, s. 31-32; Altunbaşak 2021, s. 106). Lou Marinoff, bu durumu "psikopatolojizasyon" olarak adlandırır ve "yaşamın bir hastalık olmadığı"nı savunur (Marinoff 2015, s. 34). Felsefi danışmanlıkta bu eleştirel duruş, geleneksel psikoterapideki hiyerarşik "hasta-terapist" ilişkisinin yerine, danışman ve danışanın "eşit iki taraf olarak birlikte felsefe yaptıkları" bir anlayışı ikame eder (Mussenbrock, 2013, s. 238-239; Altunbaşak 2021, s. 157).

1.3. Önde Gelen Ekoller ve Terapötik Modeller

Felsefi danışmanlık, tek bir monolitik yapıdan oluşmaz; aksine, farklı felsefi geleneklerden ve terapötik hedeflerden beslenen çeşitli ekol ve modelleri söz konusudur.

- **Lou Marinoff'un PEACE Modeli:** Cohen'in teorik modeline kıyasla daha pragmatik, erişilebilir ve çözüm odaklıdır. Marinoff, felsefeyi karmaşık teoriler yığını olarak değil, gündelik sorunlara pratik çözümler sunan bir bilgelik kaynağı olarak görür ve beş aşamalı, akılda kalıcı bir süreç olan PEACE modelini geliştirmiştir: Problem, Emotion, Analysis, Contemplation, Equilibrium (Marinoff, 2015).

- **Andreas Mussenbrock'un "Yaşam Sanatı" Yaklaşımı:** Felsefeyi belirli sorunları çözmek için kullanılan bir araç setinden ziyade, bütünsel bir "yaşam sanatı" ve derin bir "kendini tanıma" (kendini tanı) süreci olarak ele alır. Bu model, yapılandırılmış yöntemlerden kaçınır ve danışanın varoluşsal durumuna en uygun olan tarihsel filozofların bilgeliğini diyalog yoluyla hayata geçirmeye odaklanır (Mussenbrock, 2013). Bu yaklaşımda danışman, bir "terapist" veya "doktor" değildir, aksine danışanın kendi gerçekliğini ve anlamını keşfedeceği bu zorlu yolculukta ona sadece "eşlik eden" bir rehberdir (Mussenbrock, 2013, s. 238-239).

- **Elliot D. Cohen'in Mantık Temelli Terapisi (MTT):** Duygusal ve davranışsal sorunların temelinde hatalı (irrasyonel) akıl yürütmelerin yattığı önermesine dayanan, son derece yapılandırılmış bir modeldir. MTT, 11 Temel Yanılgı (örneğin felaketleştirme, lanetleme) tanımlar ve bu yanılgıları mantıksal analiz ve Sokratik sorgulama yöntemleriyle düzeltmeyi amaçlar. Model, bu yanılgıların her biri için kılavuz erdemler önerir ve altı adımlı sistematik bir süreç izler (Cohen, 2016; Çevik, 2024).

Felsefi danışmanlık alanı içindeki temel bir gerilim, psikoterapiden radikal bir kopuşu savunan "pürist" kanat (Achenbach, Mussenbrock) ile profesyonel sınırları netleştirerek mevcut sistemle entegre olmaya çalışan "pragmatik" kanat (Cohen, Raabe) arasındadır (Mussenbrock, 2013, s. 238; Altunbaşak, 2021, s. 82, 95). Bu gerilim, belgede ele alınan İslam düşünürlerinin yaklaşımlarını değerlendirmek için bir mercek sağlar. Hangi düşünürlerin (örneğin, Râzî ve

Fârâbî) modern pragmatik yaklaşımlara daha yakın, hangilerinin (örneğin, Gazzâlî ve Muhâsibî) ise pürist bir İslami danışmanlık ekolüne temel oluşturabileceği sorusu bu gerilim üzerinden değerlendirilebilir.

2. Felsefi Danışmanlık Bağlamında İslam Düşünce Mirasına Kısa Bir Bakış

2.1. Hâris el-Muhâsibî: Nefs Muhasebesi ve İçsel Sorgulama

Hâris el-Muhâsibî, İslam düşüncesinin teşekkül döneminde, bireyin kendisiyle yüzleşmesi ve ahlaki arınması üzerine kurulu bir düşünce sistemi inşa etmiştir. Muhasibî'nin düşünce sistemi, bireyin içsel motivasyonları (*niyet*) ile dışsal eylemleri arasındaki tutarlılığa odaklanır. Onun felsefesi, modern insanın en temel sorunlarından olan otantiklik krizine ve materyalist yaşamın getirdiği anlamsızlık hissine derinlikli bir teşhis sunar. Muhasibî için temel sorun, kalbin asıl amacından saparak geçici ve dışsal hedeflere yönelmesidir. Bu bağlamda, *riya* (gösteriş) ve *dünya sevgisi* kalbin en tehlikeli hastalıkları olarak öne çıkar.

Riya, "dışta iyilik, içte gizli bir arzu" olarak tanımlanır ve modern çağın "performans kültürü", "imaj yönetimi" ve sosyal medya üzerinden yürütülen sosyal onay arayışının felsefi bir eleştirisidir (Muhasibi, 2005, s. 224; Muhasibi, 2011, s. 158). *Dünya sevgisi* ise, kalbi ahiret düşüncesi gibi daha ulvi amaçlardan alıkoyan ve onu "âtıl bırakan" bir meşguliyet olarak görülür (Muhasibi, 2005, s. 149; Muhasibi, 2011, s. 41, 46). Bu kavram, kariyer odaklı yaşamın getirdiği tükenmişlik ve anlamsızlık krizleriyle doğrudan rezonans kurar. Muhasibî'nin bu hastalıklara karşı önerdiği tedavi yöntemi, *nefs muhasebesi* (sürekli bir öz-sorgulama pratiği) ve samimiyet/otantiklik anlamına gelen *ihlâs*'tır. Bu kavram, en genel anlamıyla Sokrates'in işaret ettiği "sorgulanmamış hayat"a karşı hem geçmişteki amelleri/davranışları sorgulamayı (tevbe) hem de gelecekteki olası hatalara karşı tedbirli olmayı içerir (Muhasibi, 2005, s. 56, 81). Muhâsibî'nin en önemli eseri olan *er-Ri'âye*'de başvurduğu "Dedim ki" ve "Dedi ki" şeklinde ilerleyen diyalogsal format bilginin dışarıdan dayatılmak yerine, danışanın içsel bir sorgulama ve yüzleşme süreciyle elde edildiğini vurgulamaktadır. Bu, modern felsefi danışmanlıktaki "açık uçlu sorgulama" (Altunbaşak 2021, s. 82) yöntemiyle yapısal olarak birebir uyuşmaktadır. Muhâsibî, riya, kibir ve hasedi kalbin manevi hastalıkları olarak tanımlar ve bu hastalıkları, dışsal olaylardan ziyade, nefsin arzu ve isteklerinden kaynaklanan içsel sorunlar olarak ele alır (Muhasibî, 2005, s. 28, 224; Muhasibî, 2012, s. 79, 158).

2.2. Kindî: Üzüntüyü Yenmenin Akli Yolu

İslam felsefesinin ilk filozofu Kindî, *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* (2002) adlı risalesinde, üzüntü fenomenine dair bütüncül bir felsefi analiz sunar. O, üzüntüyü "sevilenlerin kaybından ve isteklerin gerçekleşmemesinden kaynaklanan psikolojik bir rahatsızlık" olarak tanımlar. Kindî, üzüntünün temel nedenini yanlış bir ontolojik kavrayışta, yani gelip geçici olan "duyusal varlıklar" ile kalıcı olan "akıl âlemi" arasındaki ayrımı göz ardı etme yanılgısında bulur. Bu felsefi yanılgı, Kindî'ye göre doğrudan mutsuzluğa yol açar (Kindî, 2002, s. 287-288). Kindî'nin bu yaklaşımı, modern felsefi danışmanlığın, danışanın sıkıntılarının altında yatan nedenin "mantıksal bir yanılgı" veya "hatalı bir dünya görüşü" olduğu varsayımıyla güçlü bir paralellik taşır (Çevik 2024, s. 10) ve ayrıca modern felsefi danışmanlığın "psikopatolojizasyon" eleştirisiyle birebir örtüşür (Marinoff 2015, 36). Risalesinde sunduğu on maddelik çözüm listesi, duyusal olandan akli olana yönelmeyi teşvik eden pratik bir ahlaki disiplin ve eğitim programıdır (Kindî 2002, s. 291-302).

2.3. Ebû Bekir er-Râzî: Ahlak ve "Ruhun İyileştirilmesi"

Ebû Bekir er-Râzî (2016), hekim-filozof kimliğiyle hem beden sağlığı hem de ruh sağlığı arasında doğrudan bir ilişki kurmuştur. Onun ahlak felsefesinin temeli, ahlaki sorunları "ruhun hastalığı" olarak ele alan ve bu hastalıkların felsefi yöntemlerle "tedavi" edilebileceğini savunan *et-Tıbbü'r-Rühânî* adlı eseridir. Râzî, insanı, Tanrı'nın en büyük nimeti olan aklıyla hayvanlardan ayrışan bir varlık olarak görür. Ahlaki sorunların temelinde, aklın heva (nefsani arzular) karşısındaki yenilgisi yatar (Râzî, 2016, 4, 86). Râzî'nin hazza yönelik eleştirisi, hazzı bir elemden kurtulma hali olarak tanımlaması ve anlık haz peşinde koşmanın uzun vadede daha büyük acılara yol açacağını savunması, Stoacı felsefenin ve modern bilişsel terapilerin temel bir ilkesiyle uyum içindedir. Onun düşüncesi, ahlakı rasyonalist ve deist bir çerçevede temellendirerek, vahyi ve peygamberliği aklın yanında gereksiz gören radikal bir yaklaşım sergiler (Kaya, 2016, s. 15, 27).

2.4. Fârâbî: Mutluluk ve Erdemli Toplum

Fârâbî'nin felsefesinin merkezinde, insanın nihai amacı olan mutluluğa (*sa'âdet*) ulaşma yolu yer alır (Fârâbî, 2013, s. 53). O, gerçek mutluluğun geçici hazlardan ziyade, ruhun Fa'al Akıl vasıtasıyla kozmik düzenle uyumlu hale gelerek ulaştığı ontolojik bir yetkinlik durumu olduğunu savunur (Fârâbî, 2013; Fârâbî, 1987). Bu yolun ana duraklarını dört temel erdemin (nazari, fikri, ahlaki, pratik) kazanılması ve erdemli bir toplumun (*el-Medinetü'l-Fâzıla*) inşası oluşturur. Fârâbî, bireysel mutluluğun, adalet ve iyilik üzerine kurulmuş bir toplumda yaşamakla, yani toplumsal bağlamla olan ayrılmaz ilişkisini vurgular (Fârâbî, 2013; Fârâbî,

1987). Bu, aşırı bireyci danışmanlık yaklaşımlarını dengeleyici ve tamamlayıcı bir katkı sunabilir.

2.5. Râgıb el-İsfahânî: Yaratılışın Gayesi ve Ahlak

Râgıb el-İsfahânî, insanı melek ve hayvan arasında bir terkip üzere yaratılmış teleolojik bir varlık olarak görür. Ona göre insanın yaratılışının üç temel gayesi vardır: yeryüzünü imar etmek, kulluk ve ilahi hilafet. İsfahânî'nin ahlak felsefesi, nefs-i nâtıka (akleden nefs), şehvet ve öfke güçleri arasındaki dengeye dayanır. Bu güçlerin aklın rehberliğinde disipline edilmesiyle "nefs temizliği" sağlanır ki İsfahânî'nin heva-akıl çatışmasını somutlaştırmak için kullandığı metaforlar (nefsin bir şehir, aklın dürüst bir vezir olması gibi) (İsfahânî, 2015, 83-90) modern danışmanlıkta danışanların içsel mücadelelerini görselleştirmelerine yardımcı olabilir.

2.6. Mâverdî: Din ve Dünya Edebini Birleştirme Çabası

Ebu'l-Hasan Mâverdî'nin etik sistemi, din ve dünya işlerini birbirinden bağımsız veya çatışan alanlar olarak değil, birbirini tamamlayan birer bütün olarak ele alan bütüncül bir yaşam sanatı (*edeb*) üzerine kuruludur. O, aklı, tüm faziletlerin esası ve kaynağı olarak görür ve aklı doğuştan gelen (*garîzî*) ve sonradan kazanılan (*mükteseb*) olmak üzere ikiye ayırır. Mükteseb akıl, ilim öğrenme, tecrübe ve doğru düşünceyle gelişen, sınırı olmayan, pratik hikmetin kaynağıdır (Mâverdî, 2019, s. 26, 28, 40). Bu yaklaşım, modern felsefi danışmanlığın danışanın rasyonel kapasitesini keşfetme ve geliştirme hedefiyle doğrudan örtüşür.

2.7. Gazali: Kalb/Şahsiyet Arınması ve Manevi Yolculuk

Gazzâlî'nin ahlak felsefesi, bireyin kendini bilmekle Allah'ı tanıma yolunu açtığı (*ma'rifet-i nefs*) fikrine dayanır. Gazzâlî'ye göre insanın hakiki varlığına "nefs" ya da "kalb" adını verir ve bu kalbin temel amacı Allah'ı tanımak ve O'nun cemalini müşahede etmektir. İnsanın varoluşsal sorunlarının temelinde, kalbin dünyevi arzulardan dolayı paslanması yatar. Gazzâlî'nin sistemi, ruhun kötü huylardan (*mühlikat*) arındırılması ve kurtuluşa götüren iyi ahlaklarla (*münciyat*) donatılması üzerine kuruludur. Bu dönüşüm yolculuğu, *riyazet* (nefsi terbiye), *muhasebe* (öz-eleştiri) ve *murakabe* (öz-gözetim) gibi pratiklerle desteklenir (Gazzâlî, [t.y.], s. 18-19, 27, 389, 710).

2.8. Kınalızâde Ali Efendi: Ruh Doktorluğu ve Orta Yol

On altıncı yüzyıl Osmanlı âlimi Kınalızâde Ali Efendi, *Ahlak-ı Alai* adlı eserinde "amelî hikmet"i (pratik ahlak) insan ruhunun "hakikî olgunluğa" ulaşmasının yolu olarak tanımlar. O, ahlak ilmini "tıbb-i rûhânî" (ruh hastalıklarının çaresini gösteren doktorluk ilmi) olarak tanımlar ve insan nefsindeki "çirkin ahlâkı" hastalık olarak görür. Kınalızâde'nin felsefesi, Aristoteles'ten devraldığı *vasat* (orta yol) prensibine dayanır ve faziletleri (şecaat, iffet, hikmet) ifrat (aşırılık) ve tefrit (eksiklik) olarak adlandırılan iki reziletin ortası olarak tanımlar (Kınalızâde[t.y.], s. 18, 36, 95).

3. Ortak Görüşler ve Farklılaşan Yönler

3.1. Ortak Görüşler ve Temel Yaklaşımlar

İncelenen tüm İslam düşünürleri, insan sıkıntılarının ve ahlaki kusurların temelinde psikolojik veya tıbbi bir bozukluktan ziyade, ahlaki, manevi veya felsefi bir sorun olduğu konusunda modern felsefi danışmanlığın bakış açısıyla ortak bir zemin paylaşmaktadır. Bu, modern felsefi danışmanlığın "yaşam bir hastalık değildir" iddiasıyla doğrudan kesişir. Her bir düşünür, duygusal ve davranışsal sıkıntıların kaynağını akıl ve nefsani arzular (*hevâ*) arasındaki çatışmada bulur. Akıl, bu çatışmada yol gösterici ve dönüştürücü bir güç olarak konumlandırılır. Kindî, üzüntünün temelinde "akılsızlık" olduğunu söylerken Râzî, aklın heva üzerindeki hakimiyetini savunur. Benzer şekilde, İsfahânî, heva-akıl çatışmasını, Fârâbî, akıl ile iradenin uyumunu, Mâverdî, garîzî ve mükteseb aklı ve Gazzâlî, kalbin dört kuvveti arasındaki dengeyi merkeze alır. Tüm düşünürler, felsefeyi teorik bir uğraşın ötesinde, pratik hayata uygulanabilir bir bilgelik kaynağı olarak görürler. Kindî'nin "üzüntüyü yenmenin on çaresi", Gazzâlî'nin "riyazet" ve "muhasebe" ve Kınalızâde'nin "amelî hikmet"i bu ortak pratik felsefe anlayışının göstergeleridir.

3.2. Farklılaşan Yönler ve Paradigmatik Ayrışmalar

Düşünürler, paylaştıkları bu ortak zeminlere rağmen, temel metafizik ve teleolojik yaklaşımları nedeniyle birbirlerinden ve modern felsefi danışmanlıktan farklılaşır. Kindî, Fârâbî ve Râzî gibi filozoflar, ahlakı akılcı bir felsefe üzerine inşa ederken, Gazali, Muhâsibî, Mâverdî ve İsfahânî gibi âlimler, ahlak felsefelerini teolojik naslara (Kur'an ve Hadis) ve ilahi bir teleolojiye dayandırırlar. Bu ayrışma, Râzî'nin peygamberliği ve vahyi gereksiz gören deist yaklaşımında radikal bir şekilde belirginleşir.

Danışman-danışan ilişkisi bağlamında da önemli farklılıklar göze çarpar. Modern felsefi danışmanlığın savunduğu eşitler arası, Sokratik diyalog modeli, Gazali'nin Mürşid-Mürid

ilişkisindeki otorite ve teslimiyet anlayışıyla veya Râzî'nin "güvenilir dosttan" geri bildirim alma modeliyle çelişir.

4. İki Gelenek Arasında Analitik ve Eleştirel Bir Köprü

4.1. Kesişme Noktaları ve Benzeşen Yaklaşımlar

İslam düşünce mirası ve modern felsefi danışmanlık arasında şaşırtıcı bir yöntem ve kavramsal paralellik bulunmaktadır. Muhâsibî'nin en önemli eseri olan *er-Ri'aye,* "Dedim ki" ve "Dedi ki" şeklinde ilerleyen diyalogsal bir formata sahiptir. Bu yapı, Sokrates'in danışanı kendi içindeki bilgeliği "doğurtmaya" teşvik eden maiotik yöntemine yapısal olarak benzerlik gösterir. Bu, bilginin dışarıdan dayatılması yerine içsel bir sorgulama süreciyle elde edildiğini vurgulayan bir modeldir.

Kavramsal düzeyde ise, Stoacıların "bizi rahatsız eden, şeylerin kendisi değil, onlara dair yargılarımızdır" ilkesi ile Kindî'nin üzüntünün kaynağını fani olana duyulan bağımlılıktan kaynaklanan "ontolojik bir yanılgıda" bulması ve Râgıb el-İsfahânî'nin heva-akıl çatışması arasında güçlü bir paralellik vardır. Bu benzerlik, modern felsefi danışmanlığın bilişsel-davranışçı terapiyle olan ilişkisinin, İslam düşünce mirasındaki kökenlerini göstermektedir. Düşünürler, duygusal rahatsızlıkların temelinde dışsal olayların değil, bu olayları yorumlama biçimimizdeki mantıksal veya ahlaki hataların yattığını savunurlar.

4.2. Ayrışan Yönler ve Paradigmatik Farklılıklar

İki gelenek arasındaki en önemli ayrışma noktası, seküler otonomi ve teolojik teleoloji arasındaki temel farkta yatmaktadır. Modern felsefi danışmanlık, bireyin kendi otonomisiyle yaşam felsefesi inşa etmesini hedeflerken, İslam düşünürlerinin neredeyse tamamı, bu süreci ilahi bir gayeye (Allah'ın rızası, saadet) ulaşmanın bir yolu olarak görür. Bu temel teleolojik ayrışma, entegrasyonun en büyük zorluğudur. Felsefi danışmanlıkta gerekçe, danışanın akıl yürütmesinin mantıksal tutarlılığı iken, İslami düşünürlerde ise nihai gerekçe, ilahi vahyedilen hakikat ve ahlaki sorumluluktur.

Fârâbî'nin "erdemli şehir" ülküsü, modern felsefi danışmanlığın "yaşam sorunlarını" bireysel düzeyden çıkarıp toplumsal ve sistemsel bir boyuta taşıma potansiyelini barındırır. Bu yaklaşım, aşırı bireyselliği eleştiren ve toplumsal sorumluluğu önemseyen danışmanlık modellerine yeni bir kapı açar. Ayrıca, Cabiri'nin Râgıb el-İsfahânî ve Râzî gibi düşünürlerin Yunan felsefesinden etkilenmesini bir zayıflık olarak görmesine rağmen (Cabiri, 2009, s. 679) bu durum paradoksal olarak onların modern felsefi danışmanlığa entegrasyonu için bir güç

kaynağıdır. Bu düşünürler, zaten farklı entelektüel gelenekleri sentezleme yeteneğine sahip oldukları için, modern felsefi danışmanlığın seküler ve Greko-Romen kökenlerini İslami etik mirasla harmanlama projesi için doğal bir köprü görevi görürler.

4.3. Felsefi Danışmanlık Alanına Yapılacak Özgün Katkılar

Hâris el-Muhâsibî ve Kognitif Etik: Muhâsibî'nin nefs muhasebesi, modern danışmanlıkta öz-farkındalık ve öz-denetim tekniklerine (günlük tutma, duygu kaydı vb.) sistematik bir yapı kazandırabilir. Onun *Havf* ve *Recâ* kavramları, umutsuzluk ve anlamsızlık krizleri karşısında duygusal dengeyi sağlayan güçlü bir mekanizma sunar. Bu, modern danışmanlığa, danışanın motivasyonel durumunu anlamak ve onarmak için dinamik bir yapı sunar.

Kindî ve Mantıksal Tedavi: Kindî'nin "üzüntü"nün temelinde yatan mantıksal yanılgı tespiti, Cohen'in Mantık Temelli Terapisi (MTT) için tarihsel bir öncül ve Kindî'nin *kıyas-ı hulf* (reductio ad absurdum) yöntemi, irrasyonel inançları çürütmede pratik bir araç olabilir.

Ebû Bekir er-Râzî ve Rasyonel Terapi: Râzî'nin "ruhun hastalığı" teşhisi, felsefi danışmanlığın patolojiye karşı duruşunu etik bir dille yeniden çerçevelendirir. Onun hazzın mantıksızlığına yönelik analizi, Stoacılığın rasyonel etik yaklaşımıyla uyum içindedir.

Fârâbî ve Bütüncül Mutluluk: Fârâbî'nin *Sa'âdet* kavramı, varoluşçu danışmanlıktaki anlam arayışına aşkın ve bütüncül bir amaç sağlar. Onun *Erdemli Şehir* düşüncesi, bireysel sorunları toplumsal bağlamda ele alarak aşırı bireyci yaklaşımlara eleştirel bir boyut ekler.

Mâverdî ve Pragmatik Etik: Mâverdî'nin *din* ve *dünya* edebini bütünleştiren yaklaşımı, modern bireyin yaşadığı yaşamın parçalanmışlığı sorununa bütüncül bir çözüm sunar (Mâverdî 2019). *Mükteseb akıl* kavramı, danışmanlık sürecini bir "zihinsel ve ahlaki gelişim" projesi olarak yeniden tanımlar.

Râgıb el-İsfahânî ve Teleolojik Rehberlik: İsfahânî'nin yaratılışın gayesi (*hilafet*) üzerine teorisi, modern felsefi danışmanlığın anlam krizi sorununa, teolojik bir motivasyon kaynağı sunar. Onun *heva* ve *akıl* çatışmasını somutlaştıran metaforları, danışanların içsel mücadelelerini görselleştirmelerine yardımcı olur.

Gazzâlî ve Manevi Dönüşüm: Gazzâlî'nin *muhasebe* ve *murakabe* pratikleri, modern danışmanlıkta kullanılabilecek somut ve etkili öz-denetim teknikleridir. *Riyazet* ve *muhasebe*, bilişsel-davranışçı terapi tekniklerinin manevi bir karşılığı olarak işlev görebilir.

Kınalızâde Ali Efendi ve "Huy"un Değiştirilebilirliği: Kınalızâde'nin ahlakı "ruh doktorluğu" olarak adlandırması, felsefi danışmanlığın patoloji eleştirisini destekler. Onun "vasat" (orta yol) prensibi, danışanların sorunlu davranışlarını bir denge arayışının parçası olarak görmelerine yardımcı olan güçlü bir teşhis aracıdır.

5. İslam Düşünce Mirası Işığında Felsefi Danışmanlık: Günümüz Sorunlarına Yönelik Örnek Kurgusal Senaryolar ve Diyaloglar

Bu kısımda, çalışmada ele alınan İslam düşünürlerinin felsefi danışmanlıkta kullanılabilecek temel kavramları ile bu kavramların uygulanacağı modern sorunlar tablo halinde özetlenmekte ve her bir düşünürün özgün felsefi çerçevesi, günümüz sorunlarına uyarlanmış kurgusal bir senaryo ve bu senaryoya özel danışman-danışan diyaloğu ile somutlaştırılmaktadır.

Tablo 1. *İslam Düşünürlerinin Temel Kavramları ile Felsefi Danışmanlıkta Ele Alınan Temel Sorunlar*

Düşünür	**Temel Kavramlar**	**Modern Sorun/Senaryo**
Muhasibî	*Riya, İhlâs, Nefs Muhasebesi, Dünya Sevgisi*	Sosyal Onay Bağımlılığı, Otantiklik Krizi, Kariyer ve Değerler Çatışması
Kindî	*Duyusal ve Akli Değerler, Emanet, Üzüntünün Mantıksal Analizi*	Haset, Kayıp ve Yas, Kontrol Edilemeyen Durumlara Karşı Kaygı
Fârâbî	*Sa'âdet, Fazilet, Erdemli Şehir, Akıl Gücünün Yetkinleşmesi*	Anlam ve Amaç Arayışı, Varoluşsal Boşluk, İlişkisel Çatışmalar
Râzî	*Akıl-Heva Çatışması, Öz-Eleştiri, Orta Fiiller, Ruhun Ölümsüzlüğü*	Kişilerarası Çatışmalar, Kibir, Ölüm Kaygısı, Varoluşsal Anlamsızlık
İsfahânî	*Yaratılışın Gayesi, Nefs Temizliği, Heva-Akıl Mücadelesi*	Varoluşsal Bunalım, İrade Zayıflığı, Etik İkilemler ve Adalet Arayışı
Mâverdî	*Din ve Dünya Edebi, Sıdk, Hilm, Kanaat*	Söz-Fiil Tutarsızlığı, Öfke Kontrolü, Haset ve Tatminsizlik

Gazzâlî	*Gaflet, Makam Sevgisi, Tevbe, Muhasebe, Haset*	Şöhret Bağımlılığı, Geçmişe Takılı Kalma, Varoluşsal Kaygı, Kıskançlık
Kınalızâde	*Vasat, Hulk'un Değişebilirliği, Riyazât, Ruhî Hastalık*	Mükemmeliyetçilik, Değişime Direnç, Değerler Çatışması, Ebeveynlik Zorlukları

5.1. Muhasibî ve Otantiklik Arayışı: *Riya* ve *Dünya Sevgisi* Bağlamında Değerler Çatışması

Senaryo 1: Kariyer ve Değerler Çatışması (Adnan)

30'lu yaşlarının sonlarında, yüksek statülü bir finans şirketinde başarılı bir kariyer inşa eden Adnan, sürekli olarak yükselmesine rağmen içsel bir anlamsızlık ve huzursuzluk hissi taşımaktadır. İşinin etik dışı yönleri onu rahatsız etmekte, ancak elde ettiği maddi başarıdan ve sosyal statüden vazgeçmeye cesaret edememektedir. Bu çelişki içinde bir "anlam krizi" yaşamaktadır ve başarının getirdiği anlık mutluluğun "hiç doymayan bir açlık gibi" olduğunu hissetmektedir.

Muhasibî'ye Dayanan Diyalog (Adnan):

Danışman: "Adnan Bey, anlattıklarınızdan anladığım kadarıyla kariyerinizde dışarıdan bakıldığında oldukça başarılı bir noktadasınız, ancak bu başarı size kalıcı bir huzur vermiyor. Muhasibî, *dünya sevgisinin*, kalbi ahiret düşüncesinden alıkoyarak âtıl bıraktığını söyler. Maddi başarı olarak elde ettiğiniz bu şeyler, iç dünyanızda ne gibi bir karşılık buluyor? Bu durum, kalbinizin asıl meşgul olması gereken şeylerden uzaklaşarak sizi bu anlamsızlık hissine mi sürüklüyor?"

Danışan (Adnan): "Kesinlikle öyle. Başarı beni anlık mutlu ediyor, ama kalıcı bir huzur vermiyor. Sanki hiç doymayan bir açlık gibi hissediyorum. Sürekli bir sonraki hedefi kovalıyorum ama vardığımda yine boşluktayım."

Danışman: "Muhasibî, rızık kazanırken helal-haram konusunda titiz davranmanın gerekliliğinden bahseder ve seleflerin, 'Haramın bir kapısından içeri gireriz korkusundan helâlin yetmiş kapısını terk ediyorduk' dediğini aktarır. Sizin işinizdeki bu 'şüpheli şeyler'den uzak durmak ne kadar mümkün görünüyor? Bu durum, kendi içsel değerlerinizle, yani vicdanınızla bir çatışma yaratıyor olabilir mi? Bu çatışma, bahsettiğiniz huzursuzluğun kaynağı olabilir mi?"

Bu diyalog, danışanın sorununu psikolojik bir "tükenmişlik sendromu" olarak etiketlemek yerine, onu *verâ'* (şüpheli olandan sakınma) ve *ihlâs* (içsel tutarlılık) gibi ahlaki kavramlar üzerinden yeniden anlamlandırmaya davet eder. Amaç, danışanın sadece dışsal başarıya odaklanmak yerine, içsel ahlaki bütünlüğün kalıcı huzur için ne kadar önemli olduğunu sorgulamasını sağlamaktır.

Senaryo 2: Sosyal Onay ve Riya (Elif)

Genç bir akademisyen olan Elif, mesleki çevresinde dürüst ve ahlaklı bir figür olarak tanınmaktadır. Ancak içten içe, bu imajı sürdürmek için sürekli bir performans sergilediğini, başkalarının beğenisi için konuştuğunu ve davrandığını hissetmektedir. Gerçekte kim olduğunu ve neye inandığını sorgularken bir "sahtelik" bunalımı yaşamaktadır.

Muhasibî'ye Dayanan Diyalog (Elif):

Danışman: "Elif Hanım, dışarıdan bakıldığında ahlaklı ve dürüst bir insan olarak tanınıyorsunuz. Ancak içeride bir 'sahtelik' hissi yaşadığınızı söylüyorsunuz. Muhasibî, *riyanın* dışta iyilik, içte ise övülme arzusu gibi gizli bir arzu olduğunu söyler. Sizin durumunuzda, dışarıdan görünen bu ahlaklı davranışlarınızın altında yatan, başkaları tarafından beğenilme veya eleştirilmekten korkma gibi duygular nelerdir?"

Danışan (Elif): "İnsanların beni iyi bir insan olarak görmesinden hoşlanıyorum. Onların eleştirilerinden, hakkımda kötü düşünmelerinden çok korkuyorum. Bu yüzden bazen aslında tam inanmadığım şeyleri bile savunuyorum."

Danışman: "Bu eleştiri korkusu oldukça anlaşılır. Ancak Muhasibî, bu konuda bize farklı bir bakış açısı sunar. Ona göre, 'kınanmaya rıza göstermek sadakatin bir göstergesi olabilir.' Hatta 'kınayanın kınanana fazilet bakımından üstünlüğü vardır, çünkü kınama seni iyileşmeye yöneltebilir' der. Belki de bu eleştiriler, korkulacak şeyler değil, sizin daha samimi ve bütünlüklü bir benliğe ulaşmanız için birer fırsattır. İnsanların geçici övgüsü yerine, kendi içsel doğruluğunuza, yani *ihlâs*'a odaklanmak size nasıl bir özgürlük hissi verirdi?"

Bu diyalog, danışanın otantiklik krizini, modern psikolojinin "benlik saygısı" veya "sosyal anksiyete" gibi kavramlarının ötesinde, *ihlâs* ve *nefs muhasebesi* gibi daha derin ahlaki ve manevi kavramlarla analiz etmesini sağlar. *İhlâs*, felsefi danışmanlıkta kullanılan "otantiklik" kavramına, eylemlerin sadece kendine sadık olması değil, aynı zamanda daha yüksek bir ahlaki amaca yönelik olması gerektiği fikrini ekleyerek derinlik katar.

5.2. Kindî ve Üzüntünün Yönetimi: Kayıp, Haset ve Kaygıya Karşı Akli Çözümler

Senaryo 1: Kariyer Haseti ve Yetersizlik Hissi (Orhan)

Orhan, 30'lu yaşlarında, iyi bir finansal pozisyona sahip olmasına rağmen, sosyal medyada takip ettiği başarılı kişileri görerek sürekli kendini kıyaslayan ve yetersizlik hisseden bir danışan. Bu durumun ona "hiç bitmeyen bir üzüntü" getirdiğini ifade etmektedir.

Kindî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Orhan Bey, anlattıklarınız, başkalarının sahip olduğu şeylere odaklanmanın size sürekli bir üzüntü getirdiğini gösteriyor. Kindî, bu durumu 'hasetçinin ahlakı' olarak nitelendirir ve haset edenin aslında en çok kendine zulmettiğini söyler. Kendinizi, başkalarının doğal olarak sahip olduğu şeylere üzülmeye razı olan biri olarak tanımlar mısınız?"

Danışan (Orhan): "Hayır, tabii ki istemem. Ama elimde değil, onların sahip olduğu şeylere sahip olmak istiyorum ve bu beni üzüyor."

Danışman: "Peki, arzuladığınız bu şeylerin doğasını düşünelim. Kariyerinizin 'duyusal' değerleri, yani unvan, maaş, sosyal statü gibi şeyler var. Bir de 'akli' değerleri var: kazandığınız bilgi, edindiğiniz erdemler, insanlara olan faydanız. Kindî'ye göre, duyusal olan her şey 'oluş ve bozuluş dünyasına' aittir ve geçicidir. Akli olan ise kalıcıdır. Sizce bu değerlerden hangileri kaybedince üzülmeyeceğiniz değerlerdir?"

Danışan (Orhan): "Bilgim ve tecrübem bende kalır... Sanırım onlara daha çok odaklanmalıyım."

Danışman: "Belki de Kindî'nin dediği gibi, 'istediğimiz olmadıysa olanı istemeliyiz'. 'Olan', belki de zaten sahip olduğunuz bu kalıcı ve akli değerlerdir. Dikkatinizi geçici ve dışsal olandan, kalıcı ve içsel olana çevirmek, bu üzüntü döngüsünü kırmanıza yardımcı olabilir."

Senaryo 2: Kayıp ve Yas Süreci (Seda)

Seda, uzun yıllar ailesinden kalan ve manevi değeri yüksek el yazması bir kitabı kaybeden ve bu kaybın acısıyla derin bir yas süreci yaşayan bir danışan. Bu kaybın telafi edilemez olduğunu düşünerek hayata karşı isteksizlik duymaktadır.

Kindî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Bu kitabın sizin için ne kadar değerli olduğunu anlıyorum. Ancak Kindî, bu tür bir acıyı farklı bir açıdan görmemizi önerir. O, elimizi dolduran her şeyin, Nimeti Yaratan'ın bize verdiği bir *emanet* olduğunu ve dilediği zaman emanetini geri alabileceğini söyler. Sizce o kitap, sizin mutlak malınız mıydı, yoksa size bir süreliğine verilmiş bir emanet miydi?"

Danışan (Seda): "Hiç böyle düşünmemiştim... Emanet olarak görmek, acımı biraz hafifletiyor."

Danışman: "Ayrıca, kitabın kendisi fiziksel olarak yok oldu. Ancak, Kindî'nin 'akıl âlemi' kavramı üzerinden düşünürsek, sizin o kitapla olan anılarınız, ondan öğrendiğiniz bilgiler, o kitabın sizde bıraktığı akli değerler de yok oldu mu?"

Danışan (Seda): "Hayır, onlar hala bende."

Danışman: "Kindî, en değerli emanetin hiçbir elin uzanamadığı ruhumuz ve aklımız olduğunu söyler. Sizce, en değerli olan sizde kaldığına göre, daha az değerli olanı geri verdiği için üzülmeli mi, yoksa belki de bu kalıcı değerleri fark ettiğimiz için sevinmeli miyiz?"

Bu yaklaşım, danışanın sahiplik ve kayıp algısını *Emanet* kavramıyla radikal bir şekilde dönüştürür. Üzüntünün kaynağını, olayın kendisinden ziyade, olaya yüklenen felsefi anlamda (mutlak sahiplik yanılgısı) bulur ve bu yanılgıyı düzelterek terapötik bir etki yaratır.

5.3. Râzî'nin Ruhsal Tıbbı: *Heva*, Kibir ve İlişkisel Sorunların Rasyonel Tedavisi

Senaryo 1: Varoluşsal Anlamsızlık (Metin)

Metin, maddi başarısına rağmen derin bir boşluk hisseden, yaşamın amacını sorgulayan ve "sabahları yataktan kalkmak için bir neden bulamayan" genç bir profesyonel.

Râzî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Bu boşluk hissi, tam olarak hangi beklentilerinizin karşılanmamasından kaynaklanıyor? Gerçek mutluluğu nerede aradınız ve onu bulamadınız mı?"

Danışan (Metin): "Sanırım hep daha fazla başarı, daha fazla para aradım. Ama şimdi bunların beni tatmin etmediğini görüyorum."

Danışman: "Râzî'ye göre, 'en erdemli amaç bedensel zevkler değil, bilgi edinme ve adaleti uygulamadır'. Bu, ruhun nihai kurtuluşuna ve kalıcı mutluluğa giden yoldur. Sizin

mevcut arayışlarınız, yani anlık ve maddi hazların peşinden gitmeniz, ruhunuzun gerçek potansiyelini gerçekleştirmesine engel oluyor olabilir mi? Bu durum, aklın değil, *heva*'nın, yani geçici arzuların rehberliğinde bir yaşam sürmenin bir sonucu olabilir mi?".

Senaryo 2: Kişilerarası Çatışma ve Güven Sorunları (Arzu)

Arzu, eşiyle sürekli tartışan, her zaman kendisinin haklı olduğuna inanan ve bu nedenle ilişkisinde güven sorunu yaşayan bir danışan.

Râzî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Râzî, 'insanın kendisine ait sevgisi onda kendini beğenmeye yol açmaktadır' der. Kendi haklılığınıza bu kadar odaklanmanız, durumun gerçekliğini nesnel olarak görmenize engel oluyor olabilir mi?"

Danışan (Arzu): "Sanırım kendimi hep haklı görüyorum. Başkalarının ne düşündüğünü pek önemsemiyorum."

Danışman: "Râzî, bu kendini beğenmişliğin üstesinden gelmek için dışarıdan, tarafsız bir bakış açısı aramamızı önerir. Çünkü 'dışarıdan bakan birinin aklı 'saf hale gelmiş, *heva* tarafından etkilenmemiştir'.'. Bir an için duygusal tepkilerinizden arınıp, durumu tarafsız bir gözlemci gibi değerlendirmeye çalışsanız ne görürdünüz? Aklınızın görevi, öfke ve arzu gibi duyguların etkisinden sıyrılarak durumu nesnel olarak değerlendirmektir. Bu 'iyi ayırt etme gücü'nü kullanmak, çatışmanın kökenini daha net görmenizi sağlayabilir."

Râzî'nin yaklaşımı, sorunları rasyonel analiz ve öz-eleştiri yoluyla çözmeyi hedefler. Danışanı, duygusal tepkilerinin ve arzularının (*heva*) mantıksal tutarsızlıklarını görmeye ve aklın rehberliğinde daha dengeli ve "orta fiillere" dayalı bir yaşam sürmeye teşvik eder.

5.4. Fârâbî ve Anlamın İnşası: *Saadet*, *Fazilet* ve Bütüncül Bir Yaşam Amacı

Senaryo 1: Varoluşsal Kaygı ve Amaç Arayışı (Suna)

Sema, maddi rahatlığına rağmen hayatının "derin bir anlamdan yoksun bir dizi rutinden ibaret olduğunu" hisseden, kariyerinde başarılı bir danışan. Bu durum, modern yaşamda sıkça karşılaşılan bir amaç eksikliği ve varoluşsal boşluk sorununu yansıtmaktadır.

Fârâbî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Hayatınızın bir dizi rutinden ibaret olduğunu ve bir anlamdan yoksun olduğunu hissediyorsunuz. Fârâbî, mutluluğu ikiye ayırır: geçici ve görünürdeki mutluluk ile gerçek ve kalıcı mutluluk, yani *Sa'âdet*. Sizin şu an sahip olduğunuz maddi rahatlık ve kariyer başarısı, Fârâbî'nin tanımına göre daha çok görünürdeki mutluluğa benziyor. Eğer mutluluk en yüksek iyiyse, bu geçici zevklerin ötesinde, sizin için gerçek, kalıcı mutluluk neye benzerdi?"

Danışan (Suna): "Sanırım yaptığım işin sadece para kazanmanın ötesinde bir değere sahip olması... Kendimi geliştirdiğimi, daha bilge bir insan olduğumu hissetmek ve belki de topluma bir faydamın dokunduğunu görmek."

Danışman: "Bu çok değerli bir nokta. Fârâbî, gerçek mutluluğun tam da bu olduğunu söyler: akıl gücünün yetkinleşmesi ve erdemlerin geliştirilmesi. 'Hangi erdemleri (örneğin bilgelik, adalet, cesaret, yaratıcılık) takdir ediyor veya hayatınızda daha fazla geliştirmek istiyorsunuz? Bu erdemlerin peşinden gitmek nasıl bir amaç duygusu sağlayabilir?'. Mevcut yaşamınız, Fârâbî'nin 'yetkinleşmiş bir ruh' dediği bu ideale ne kadar yakın? Bu ideale ulaşmak için nelerin değişmesi gerekebilir?"

Senaryo 2: Aile İçinde Sürekli Çatışma (Oğuz)

Oğuz, aile hayatının sürekli anlaşmazlıklar, karşılıklı destek eksikliği ve sorumlulukların adaletsiz dağılımıyla geçtiğini, bu durumun kendisini tükettiğini hissetmektedir.

Fârâbî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Ailenizi küçük bir şehir veya bir organizma gibi düşünelim. Fârâbî, *Erdemli Şehir*'i, tüm üyelerinin ortak bir amaç olan mutluluk için işbirliği yaptığı uyumlu bir organizmaya benzetir. Sizin ailenizin 'ortak amacı' nedir? Herkesin bireysel ve rekabetçi istekleri mi, yoksa ailenin kolektif mutluluğu mu?"

Danışan (Oğuz): "Sanırım daha çok herkes kendi çıkarını düşünüyor. Ortak bir hedefimiz yok gibi."

Danışman: "'Eğer aileniz kolektif mutluluğu hedefleseydi, hangi paylaşılan 'erdemlerin' veya ilkelerin uygulanması gerekirdi (örneğin ev işlerinde adalet, iletişimde dürüstlük, karşılıklı yardım)?'. Her aile üyesinin bu uyumlu organizmaya katkısı ne olmalıydı? Belki de ailenizde, erdemli bir şehrin yasalarına benzer şekilde, adaleti ve işbirliğini teşvik eden yeni 'kurallar' veya anlaşmalar oluşturmak üzerine düşünebiliriz."

Fârâbî'nin felsefesi, danışanın sorunlarını sadece kişisel psikolojik dinamikler olarak değil, daha büyük bir teleolojik (amaçsal) ve toplumsal yapının parçası olarak görmesini sağlar. Bu, özellikle modern bireyciliğin getirdiği izolasyon ve anlamsızlık hissine karşı güçlü bir panzehir sunar.

5.5. İsfahânî ve İrade Terbiyesi: Akıl-*Heva* Mücadelesinde Pratik Rehberlik

Senaryo 1: İçsel Çatışma ve Erteleme (Caner)

Üniversite öğrencisi Caner, sınavlarına çalışması gerektiğini rasyonel olarak bilmesine rağmen, anlık eğlenceye (sosyal medya, video oyunları) olan arzusu (*heva*) nedeniyle sürekli ders çalışmayı ertelemektedir. Bu içsel çatışma, onda suçluluk ve kararsızlık döngüsü yaratmaktadır.

İsfahânî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Caner, içinde birbiriyle çatışan iki ses olduğunu söylüyorsun. Biri geleceğini düşünen ve çalışman gerektiğini söyleyen 'akıl', diğeri ise anlık eğlenceyi öneren '*heva*'. İsfahânî, bu durumu açıklamak için güçlü bir metafor kullanır: Nefsi bir şehir, aklı dürüst bir vezir ve *heva*'yı ise anlık zevkler için şehri tehlikeye atan hilekâr bir hizmetçi olarak tasvir eder. Senin içindeki bu 'dürüst vezir' olan aklın, uzun vadede sana neyi vadediyor?"

Danışan (Caner): "Akıl, çalışmamı söylüyor ama *heva* çok daha güçlü. Kendime engel olamıyorum."

Danışman: "İsfahânî, ahlakın değişebileceğini ve doğru eylemlerin tekrarıyla güçlenebileceğini söyler. Tıpkı bir kası geliştirmek gibi. Bugün, o 'hilekâr hizmetçinin' talebine karşı direndiğin küçük bir eylem, yarın aklının yönetimini güçlendirmek için bir zemin hazırlar. Sence aklını bu çatışmada güçlendirmek için atabileceğin ilk küçük adım ne olabilir?"

Senaryo 2: Değerler Krizi ve Toplumsal Adalet Sorunu (Ayla)

Bir banka çalışanı olan Ayla, yöneticisinin liyakatsiz birini haksız yere terfi ettirdiğine şahit olmuştur. Bu duruma karşı çıkmak istiyor ancak işini kaybetme korkusuyla sessiz kalmaktadır. Bu, Ayla'nın adalet duygusu ile dünyevi çıkar ve korku arasında sıkışmasına neden olmaktadır.

İsfahânî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Ayla Hanım, bir zulme tanıklık ettiğinizi ve sessiz kalmanın kendi adalet duygunuzla çeliştiğini hissediyorsunuz. İsfahânî, adaleti terk edenin erdemli olamayacağını söyler. Kariyerinizi kaybetme korkusu, ne kadar rasyonel bir gerekçe? Bu durum, İsfahânî'nin bahsettiği gibi, şehvet (dünyevi çıkar) veya hamiyet (korku) güçlerinin, aklın adalet talebine baskın gelmesi mi?"

Danışan (Ayla): "Korkuyorum. İşimi kaybetme düşüncesi beni felç ediyor."

Danışman: "İsfahânî, yiğitliğin, 'korku ve hırs gibi yerilmiş hallerden nefsini alıkoymak' olduğunu belirtir. Bu durum, sizin için yiğitlik erdemini kazanma fırsatı olabilir. Sessiz kalmanın yaratacağı sürekli içsel huzursuzluk ile adaleti tesis etmek için bir eylem planı oluşturmanın getireceği riskleri tarttığımızda, aklınız size hangi yolun uzun vadede daha huzurlu olduğunu söylüyor?"

İsfahânî'nin felsefesi, danışanın içsel çatışmalarını somut metaforlar ve net ahlaki ilkelerle anlamlandırmasına yardımcı olur. Çözüm, sadece bir davranış değişikliği değil, aklın irade üzerindeki egemenliğini yeniden kurarak karakteri güçlendirmektir.

5.6. Mâverdî ve Ahlaki Bütünlük: Söz-Fiil Tutarlılığı ve Sosyal Erdemler

Senaryo 1: Haset ve Kanaat Sorunu (Zeynep)

İşinde başarılı bir pazarlama uzmanı olan Zeynep, sosyal medyada ve iş çevresinde başkalarının başarılarını sürekli kıskanmakta, bu durum onda derin bir huzursuzluk ve tatminsizlik yaratmaktadır.

Mâverdî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Zeynep Hanım, başkalarının başarısı karşısında hissettiğiniz bu sıkıntıyı anlamaya çalışalım. Mâverdî, haseti, 'başkalarının mazhar olduğu nimeti çekememek ve o nimetin onlardan gitmesini isteme' hali olarak tanımlar. Ancak bunu, bir başkasının sahip olduğu fazileti kendi için de arzu etmek olan *gıpta*'dan ayırır. Sizin hissettiğiniz, daha çok gıpta mı, yoksa o kişinin nimetini kaybetmesini dilediğiniz haset mi?"

Danışan (Zeynep): "Galiba ikisi de var. Başarılı olmasını istiyorum, ama o başarılı oldukça içim sıkılıyor."

Danışman: "Mâverdî, hasetin en kötü sebeplerinden birinin 'nimete karşı cimrilik' olduğunu söyler. Bu, sanki evrendeki nimetler sınırlıymış ve başkasına giden nimet sizden eksiliyormuş gibi bir yanılgıya dayanır. Oysa bu, 'Allah'ın taksimine rıza göstermemektir'. Bu düşünce, içsel huzursuzluğunuzun kaynağı olabilir mi? Unutmayın, Mâverdî'ye göre haset, haset edilene değil, haset edene zarar verir, çünkü onu devamlı bir keder ve darlık içinde bırakır."

Senaryo 2: Söz ve Fiil Tutarsızlığı (Sena)

Dürüstlük ve güvenilirliğin kendisi için çok önemli olduğunu savunan Sena, günlük yaşamda küçük yalanlar söylemekten veya başkalarını gıybet etmekten kendini alamamaktadır. Bu çelişki nedeniyle özsaygısını yitirmiştir.

Mâverdî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Sena Hanım, kendiniz için belirlediğiniz yüksek değerler ile bazen bu değerlere uymayan eylemleriniz arasında bir çelişki yaşıyorsunuz. Mâverdî, yalancılığı hırsızlığa benzetir; çünkü hırsız malı, yalancı ise aklı çalar. Değerlerinizden uzaklaştığınız her an, kendi aklınızın ve özsaygınızın bir parçasını mı yitiriyorsunuz?"

Danışan (Sena): "Kesinlikle. Kendime olan saygım azalıyor, ikiyüzlü gibi hissediyorum."

Danışman: "O halde, bu anlık eylemlerin temelinde yatan *hevâî* arzuların ne olduğunu bulmaya çalışalım. Sizi bu küçük tutarsızlıklara iten şey nedir? Anlık bir sosyal avantaj mı, bir çatışmadan kaçınma isteği mi? Mâverdî, aklı, *hevânın* karşısında bir bekçi olarak görür. Bu bekçiyi güçlendirmek ve sözlerinizle fiilleriniz arasındaki uyumu sağlamak için hangi adımları atabiliriz?"

Mâverdî'nin yaklaşımı, danışanın sorunlarını net bir şekilde tanımlanmış erdemler (*hilm, kanaat, sıdk*) ve erdemsizlikler (*haset, gadab, kizb*) çerçevesinde ele alır. Bu, danışmanlık sürecine net bir ahlaki yön ve pratik bir hedef kazandırır.

5.7. Gazzâlî ve Kalbin Arındırılması: *Makam Sevgisi*, *Gaflet* ve *Tevbe* Yoluyla Dönüşüm

Senaryo 1: Makam (Şöhret) ve Gaflet Problemi (Hakan)

25 yaşındaki sosyal medya fenomeni Hakan, büyük bir takipçi kitlesine sahip olmasına rağmen, elde ettiği bu sanal itibarın içindeki derin boşluk (*gaflet*) hissini gidermediğini fark etmiştir. Her yeni övgü anlık bir haz verse de, kalıcı bir tatmin sağlamamaktadır.

Gazali'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Hakan, bu sanal itibarın size getirdiği anlık hazzın kalıcılığı hakkında ne düşünüyorsunuz? Gazzâlî, *makamın*, insanların gönlünü almaya bağlı zayıf bir şeref olduğunu ve insanların gönlünün 'deniz dalgası gibi çabuk değiştiğini' belirtir. Bu sanal padişahlık, sizin için ne kadar kalıcı olabilir?"

Hakan: "Bazen düşündüğümde, bir gün her şeyin biteceği korkusuyla panik oluyorum. O boşluk hissi daha da büyüyor."

Danışman: "İşte o boşluk, Gazzâlî'nin *gaflet* dediği şeyin bir tezahürü olabilir. Kendinizi, her gün sanal bir dünyada biriktirdiğiniz, ancak ölümle bir anda yok olacak bir şeref ile meşgul ediyorsunuz. Bir an için tüm bu sanal onayın, övgülerin ve beğenilerin bir anda yok olduğunu hayal edin. Geride ne kalırdı? Kalbinizin, bu meşguliyetten arındığında asıl neyi arzuladığını hiç düşündünüz mü?"

Senaryo 2: Tevbe ve Varoluşsal Kaygı Problemi (Umut)

Umut, geçmişte ailesine yaptığı bir haksızlıktan dolayı derin bir pişmanlık duymaktadır. Bu pişmanlık zamanla onu umutsuzluğa sürüklemiş, kendisini affedilemez görmesine ve gelecekte hiçbir şeyin iyi olamayacağına inanmasına neden olmuştur.

Gazzâlî'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Umut, geçmişteki hatanızın yükünü taşıyorsunuz. Gazzâlî, pişmanlığın kendisinin, Allah'ın bir lütfu olduğunu söyler. Sizin bu derin pişmanlığınız, kalbinizdeki zehirli bir eylemin farkına varan 'iman nurunun' bir tezahürü olabilir. Bu duygu, aslında iyileşmeye giden yolda olduğunuzun bir işaretidir."

Danışan (Umut): "Ama bu kadar büyük bir hatanın telafisi yok gibi hissediyorum. Umutsuzluğa kapılıyorum."

Danışman: "Gazali'ye göre *tevbe*, sadece bir pişmanlık anı değil, aynı zamanda şimdiki, geçmiş ve gelecek zamanla ilgili üç eylemi içerir: geçmişteki hatayı telafi etmek, şu an ondan

vazgeçmek ve gelecekte bir daha yapmamaya azmetmek. Sizin için geçmişteki bu hatayı telafi etmek ne anlama gelir? Mesela ailenizden helallik istemek gibi... Bu yolculukta size eşlik edecek olan *murakabe* (her an kendini gözetleme) ve *muhasebe* (gün sonunda kendini hesaba çekme) pratiklerini nasıl hayatınıza dahil edebiliriz?. Unutmayın, Gazali'ye göre Allah'ın rahmetinden ümidi kesmek, büyük günahlardandır."

Gazali'nin felsefesi, modern bireyin anlamsızlık, şöhret bağımlılığı ve geçmişe takılıp kalma gibi sorunlarını, kalbin ontolojik durumu ve nihai amacı bağlamında ele alarak derin bir manevi çerçeve sunar.

5.8. Kınalızâde ve Karakterin Islahı: *Hulk*'un Değişebilirliği ve *Vasat* İlkesi

Senaryo 1: "Hulk"un Değişmezliği Sanrısı (Vedat)

Vedat, uzun süredir içselleştirdiği "korkak" ve "çekingen" kimliğinden muzdarip bir danışan. Bu halini "doğuştan gelen bir huy" olarak kabul etmekte ve bu nedenle değişim için çaba göstermemektedir.

Kınalızâde'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Kendinizi 'korkak' olarak tanımlıyorsunuz ve bunun doğuştan gelen, değişmez bir huy olduğuna inanıyorsunuz. Kınalızâde, 'Huy değişir mi?' sorusuna en doğru cevabın, ahlakın değişebilir olduğu yönünde olduğunu belirtir. Sizin 'korkaklık' olarak adlandırdığınız bu huy, yaratılışınızın ayrılmaz bir parçası mıdır, yoksa sonradan kazanılmış bir 'alışkanlık' mıdır?"

Danışan (Vedat): "Hep böyleydim, sanırım bu benim yapım."

Danışman: "Bu düşünce, sizi değişim için 'gayret sarfetmekten uzaklaştırır'. Gelin bu duruma Kınalızâde'nin *vasat* ilkesiyle bakalım. Korkaklık, *şecaat* (cesaret) faziletinin *tefrit* (eksiklik) halidir. Bunun diğer aşırı ucu ise *tehevvür* (gözü karalık) reziletidir. Hedefimiz sizi gözü kara birine dönüştürmek değil, bu iki aşırılık arasında denge noktası olan cesareti bulmaktır. Kınalızâde'ye göre bu, 'riyazât' ve 'mücahede' gerektirir. Sizin için bu mücadele, korkaklığın zıddı olan eylemleri küçük adımlarla denemek anlamına gelebilir mi?"

Senaryo 2: Ebeveyn-Çocuk İlişkisinde Değer Aktarımı Problemleri (Rana)

Modern bir anne, 10 yaşındaki çocuğunun disiplinsiz ve bencil davranışlarından şikayetçidir. Çocuğuna sınır koymakta zorlandığını, çünkü kendi çocukluğunda çok kısıtlandığını ve ona "fazla yumuşaklık" gösterdiğini ifade etmektedir.

Kınalızâde'ye Dayanan Diyalog:

Danışman: "Çocuğunuza olan sevginiz ve merhametiniz çok açık. Ancak bu 'fazla yumuşaklık' konusunu ele alalım. Kınalızâde, aile reisinin rolünü hem 'çoban' hem de 'doktor' olarak tanımlar. Çoban sürüsünü zararlı şeylerden korur, doktor ise bedenin itidalini, yani dengesini sağlar. Sizce 'fazla yumuşaklık', çocuğunuzun ahlaki dengesini koruma görevinde bir eksiklik yaratıyor olabilir mi?"

Danışan (Rana): "Onu üzmek istemiyorum. Disiplinli olmak bana zalimce geliyor."

Danışman: "Kınalızâde, 'Çok yumuşak olmamalıdır. Terbiye ve düzeltmesinde aciz kalmamalı' der. Çünkü bu 'fazla yumuşaklık'la, onun ileride yaşayacağı 'gam, keder ve belâ' için bir zemin hazırlamış olursunuz. Sınır koymak, ona zalimlik etmek değil, onu hayatın zorluklarına karşı daha dayanıklı hale getiren bir 'ruh doktorluğu' olabilir mi? Bu, sevginin bir parçası olarak görülebilir mi?"

Kınalızâde'nin felsefesi, danışanın kendini hapsettiği "değişmez kimlik" algısını kırar ve ahlaki gelişimi, somut, ölçülebilir ve ulaşılabilir hedefler (vasatı bulmak) içeren pratik bir sürece dönüştürür.

5.9. İslam Düşüncesinde Ortak Temalar Üzerine Kurulu Bütüncül Bir Danışmanlık Modeli

Bireysel düşünürlerin felsefelerindeki ortak unsurlar sentezlenerek, modern sorunlara uygulanabilecek bütüncül bir felsefi danışmanlık modeli ve bu modele dayalı diyaloglar sunulabilir.

Sentez: Akıl-Nefs Mücadelesi ve Ruhsal Tıp Olarak Ahlak

İncelenen düşünürlerin neredeyse tamamı, insanın içsel yapısını bir mücadele alanı olarak tasavvur eder: *Akıl* (rasyonel, ilahi parça, dürüst vezir) ile *Nefs* veya *Heva* (iştahlar, tutkular, hilekâr hizmetçi) arasındaki. Istırap, kaygı, anlamsızlık ve ahlaki başarısızlıklar, temelde *Heva*'nın *Akıl*'a üstün gelmesinin bir sonucudur. Bu ortak teşhis, ortak bir tedavi modelini de beraberinde getirir: ahlak, bir tür "ruhsal tıp" (*Tıbb-i Rûhânî*) veya "nefis terbiyesi"dir. Bu

tedavinin amacı, aklın egemenliğini yeniden kurmak, erdemleri (*fazilet*) geliştirerek ve erdemsizlikleri (*rezilet*) ortadan kaldırarak ruhsal bir dengeye (*itidal* veya *vasat*) ulaşmaktır. Bu yaklaşım, modern felsefi danışmanlığın "hatalı düşünceleri düzelterek daha bilgece bir yaşam sürme" amacının teolojik ve ahlaki bir karşılığıdır. Bu ortak çerçeve, danışmanlık sürecine net bir ahlaki ve teleolojik yön verir. Danışanın hedefi sadece "daha iyi hissetmek" değil, ahlaki ve varoluşsal olarak "daha iyi olmaktır".

Danışman-Danışan Diyaloğu I: Modern Çağda Anlamsızlık ve Kariyer Bunalımı (Ebru)

Senaryo: Yüksek bir pozisyonda çalışan ancak işini anlamsız bulan, "tükenmişlik" yaşayan ve "tüm bu çabalar ne için?" diye sorar danışan Ebru.

Diyalog Akışı:

Danışman: "Ebru Hanım, hissettiğiniz bu boşluk, yaptığınız işin size sağladığı maddi ve sosyal kazanımların, ruhunuzun daha derin bir ihtiyacını karşılamadığını gösteriyor olabilir. **Gazzâlî** bu durumu *gaflet*, yani insanın asıl varoluş amacını unutarak dünyevi meşgalelere dalması olarak tanımlar. **Muhâsibî** ise buna *dünya sevgisi* der ve kalbi âtıl bıraktığını söyler. Sizin 'başarınız', **Kindî**'nin tabiriyle geçici ve 'duyusal' bir değer taşıyor olabilir mi?"

Danışan (Ebru): "Evet, tam olarak bu. Geçici bir tatmin ama kalıcı bir boşluk. Peki bu amaç ne olabilir?"

Danışman: "Bu noktada **Fârâbî** bize bir yol gösterebilir. O, gerçek mutluluğun, yani *Sa'âdet*'in, sadece kazanmakla değil, ahlaki ve entelektüel olarak 'yetkinleşmekle' mümkün olduğunu söyler. Belki de amacınız, kariyerinizi **İsfahânî**'nin 'yeryüzünü imar etme' gayesiyle birleştirmektir. Yani yeteneklerinizi sadece kendiniz için değil, topluma fayda sağlayacak şekilde kullanmaktır. Bu, **Kınalızâde**'nin *vasat* ilkesiyle, yani kariyer hırsı ile tamamen pasiflik arasında dengeli bir yol bulmakla mümkün olabilir. Değerlerinizle eylemleriniz arasında **Mâverdî**'nin vurguladığı *sıdk*'ı, yani tutarlılığı sağladığınızda, bu anlamsızlık hissi yerini bir amaca bırakabilir."

Danışman-Danışan Diyaloğu II: Sosyal Medya Çağında Haset, Kaygı ve Öz-Değer (Ersin)

Senaryo: Sosyal medyada sürekli başkalarıyla kendini kıyaslayan, bu nedenle *haset* ve yetersizlik hisseden, aynı zamanda küresel krizler gibi kontrol edemediği olaylar karşısında yoğun *kaygı* yaşayan genç bir danışan Ersin.

Diyalog Akışı:

Danışman: "Yaşadığınız bu duyguların temelinde, odağınızı kendi kontrolünüzdeki alanlardan dışarıya kaydırmanız yatıyor olabilir. Kindî, hasetin en çok haset edene zarar verdiğini, çünkü onun 'kendine zulmetmek' olduğunu söyler. Bu duygu, Gazzâlî'nin belirttiği gibi, altta yatan bir *kibir* veya *makam sevgisi*nden, yani başkalarından daha değerli görülme arzusundan kaynaklanıyor olabilir. Kontrol edemediğiniz küresel olaylara dair kaygınız ise, yine Kindî'nin ifadesiyle, 'önlenmesi imkânsız olan şeyden korkmanın akılsızların işi' (Kindî, 18) olduğu felsefi hatasına dayanıyor."

Danışan (Ersin): "Biliyorum mantıksız olduğunu ama bu duygulardan kurtulamıyorum."

Danışman: "Bu duygulardan kurtulmak bir anda olmaz. Kınalızâde, 'huyun değişebilir' olduğunu ancak bunun 'şiddetli riyazât', yani disiplinli bir pratik gerektirdiğini söyler. Hasetin panzehiri, Mâverdî'nin *kanaat* erdemini, yani elindekine rıza göstermeyi ve şükretmeyi pratik etmektir. Kaygının ilacı ise, Râzî'nin önerdiği gibi, aklımızı kullanarak aşırı korku ve pervasızlık arasında 'orta fiilleri' bulmaktır. Bu pratikleri hayata geçirmek için Muhâsibî'nin *nefs muhasebesi* yöntemini kullanabiliriz. Her günün sonunda, aklınıza gelen kıyaslama ve kaygı düşüncelerini, bu felsefi ilkeler ışığında yeniden değerlendirebilirsiniz. Bu, zamanla aklınızın, *heva*'nız üzerindeki kontrolünü artıracaktır."

Sonuç ve Genel Değerlendirme

İslam düşünce mirası, felsefi danışmanlık için sadece tarihsel bir referans olmanın ötesinde, bu disiplini zenginleştirebilecek teolojik ve teleolojik bir derinlik, pratik yöntemler, bütüncül bir insan anlayışı (birey-aile-toplum) ile zengin bir ahlaki ve kavramsal araç seti sunan canlı bir kaynak konumundadır. İncelenen düşünürlerin her biri, insan sıkıntılarının kaynağını ahlaki, manevi veya felsefi bir sorunda bularak, modern felsefi danışmanlığın patolojiye karşı duruşunu tarihsel bir derinlikle desteklemektedir. Özellikle "ruhsal tıp" metaforu, akıl-nefs çatışması modeli ve erdem etiği vurgusu, bu mirasın günümüzün varoluşsal ve ahlaki sorunlarına ne denli uygulanabilir olduğunu göstermektedir.

Entegrasyonun önündeki temel zorluklar, modern felsefi danışmanlığın seküler, otonomi odaklı yapısı ile İslam düşüncesinin teolojik, nas temelli ve bazen didaktik/otoriter yaklaşımları arasındaki paradigmatik çatışmalardır. Ancak, bu çatışma bir engel teşkil etmekten ziyade, kavramların dikkatli bir şekilde uyarlanmasını ve danışanın inanç sistemine saygı duyan bir yaklaşım geliştirilmesini gerektirir. Örneğin, Kindî ve Râzî gibi düşünürlerin Yunan

felsefesinden etkilenmesi, onların modern felsefi danışmanlığın Greko-Romen kökenlerini İslami etik mirasla harmanlama projesi için doğal bir köprü görevi görmesini sağlar.

Ancak, temel teleolojik ve otorite farklılıkları, bu mirasın seküler danışmanlık ekollerine doğrudan "entegre edilmesinden" ziyade, onlarla diyalog halinde, kendine özgü ve bütüncül bir "İslami Felsefi Danışmanlık" modeli olarak geliştirilmesinin daha verimli olacağını göstermektedir. Bu potansiyel model, modern insanın yaşadığı anlam krizi ve değer çatışması sorunlarına hem akli hem de manevi boyutları kapsayan, daha kapsamlı ve bütüncül bir yanıt sunma kapasitesini barındırmaktadır. Bu çalışma, böyle bir modelin temel taşlarını ve pratik uygulanabilirliğini ortaya koyarak, felsefenin sadece teorik bir uğraş olmadığını, aynı zamanda farklı kültürel ve tarihsel bağlamlarda yaşamı iyileştiren pratik bir bilgelik kaynağı olduğunu bir kez daha teyit etmektedir. Bu mirasın yeniden keşfedilmesi, felsefi danışmanlık alanının kültürel ve entelektüel çeşitliliğini genişleterek, geleceği için kapsamlı ve zengin bir vizyonun kapılarını aralamaktadır.

Kaynakça

Altunbaşak, İ. (2021). Felsefe bunalımlara çare midir?: Bir felsefi danışmanlık denemesi. Ötüken Neşriyat.

Cohen, E. D. (2016). Logic-based therapy and everyday emotions: A case-based approach. Lexington Books.

Çevik, M. (2024). Mantık temelli terapiye giriş: Ruh sağlığı için felsefi çözümler. MCK Yayınları.

el-Cabirî, M. A. (2000). Arap-İslam kültürünün akıl yapısı (H. Hacak, E. Demirli & B. Köroğlu, Çev.). Kitabevi.

el-İsfahânî, R. (2015). Erdemli yol: ez-Zerî'a ilâ mekârimi'ş-Şerî'a (M. Tan, Çev.). İz Yayıncılık.

el-Mâverdî, E. H. (2019). Din ve dünya edebi: Edebü'd-dünya ve'd-dîn (S. Kip, Çev.). Ravza Yayınları.

el-Muhasibi. (2005). er-Ri'aye: Kalb hayatı 1-2 (A. Yüce, Çev.). Işık Yayınevi.

el-Muhasibi. (2012). Hakkı arayanlara nasihatler (M. Coşkun, Çev.). İlk Harf Yayınevi.

Fârâbî. (1987). el-Fusulü'l-Medeni: Siyaset felsefesine dair görüşler (H. Özcan, Çev.). Dokuz Eylül Üniversitesi Yayınları.

Fârâbî. (2013). Mutluluğun kazanılması (A. Arslan, Çev.). Divan Kitap.

Gazâlî. (t.y.). Kimyâ-i saâdet: Mutluluk hazinesi (A. F. Meyan, Çev.). Bedir Yayınevi.

Kaya, M. (2002). Kindî. TDV İslam ansiklopedisi içinde (Cilt 26). Türkiye Diyanet Vakfı.

Kaya, M. (2016). Giriş. E. B. Z. Râzî, Felsefe risaleleri içinde (M. Kaya, Çev.). Türkiye Yazma Eserler Kurumu.

Kınalızâde, A. E. (t.y.). Ahlâk-ı Alâî (H. Algül, Haz.). Tercüman 1001 Temel Eser.

Kindî. (2002). Üzüntüyü yenmenin çareleri. Felsefi risaleler içinde (M. Kaya, Çev.). Klasik.

Marinoff, L. (2015). Prozac'ı bırak Platon'a bak: Felsefe terapisi. (2. Basım). (E. Başer, Çev.). Profil Yayıncılık.

Mussenbrock, A. (2013). Felsefeyle terapi: Felsefe yoluyla kişisel gelişim (N. Ermiş, Çev.). Büyülüdağ Yayınları.

Râzî, E. B. Z. (2016). Ahlâkın iyileştirilmesi. Felsefe risaleleri içinde (M. Kaya, Çev.). Türkiye Yazma Eserler Kurumu.

Felsefi Danışmanlık Bağlamında Klasik İslam Ahlak Filozoflarında Ölüm Korkusunun Üstesinden Gelme Yaklaşımlarının Güncel Değeri

Hakan Çoşar*

Özet

Bu çalışma, felsefi danışmanlığın temel varoluşsal sorun alanlarından biri olan "ölüm korkusu"nu (thanatophobia) klasik İslam ahlak felsefesinin dört ana temsilcisi—Kindî, Ebû Bekir er-Râzî, İbn Miskeveyh ve Nasîrüddîn Tûsî—ışığında ele almaktadır. Problem, literatürde felsefi danışmanlık ile İslam düşüncesi arasındaki ilişkinin çoğunlukla betimsel kalması ve danışma süreçlerine aktarılabilir, kuramsal tutarlılığı yüksek bir çerçevenin yeterince geliştirilmemiş oluşudur. Çalışmanın amacı, söz konusu filozofların ölüm korkusunu bilgi-cehalet, doğallık-kabullenme, erdem terbiyesi ve manevi teslimiyet eksenlerinde nasıl temellendirdiklerini karşılaştırmalı biçimde çözümlemek ve buradan çağdaş felsefi danışmanlığa uyarlanabilir ilkeler tespit etmektir. Yöntem olarak nitel, metin temelli doküman analizi benimsenmiştir. Birincil/ikincil metinler içerik analiziyle ele alınmış; konular dört ana başlıkta toplanmıştır: (i) epistemik aydınlanma ve bilişsel yeniden çerçeveleme (Kindî), (ii) ölümün doğallaştırılması ve rasyonel kabullenme (Râzî), (iii) erdem etiği, nefs terbiyesi ve "yaşam muhasebesi" (İbn Miskeveyh), (iv) cesaret erdemi, tevekkül ve manevi olgunlaşma (Tûsî). Bulgular, bu eksenlerin çağdaş danışmanlıkta Sokratik sorgulama, değer/erdem odaklı yönelim, kabul ve sorumluluk alma ile anlam-merkezli çalışma gibi müdahale hatlarıyla uyumlu olduğunu göstermektedir. Çalışmanın önemi, klasik mirası kültürel olarak yerli, teorik olarak tutarlı ve uygulamaya dönük bir "felsefi danışma çerçevesi"ne dönüştürmesidir. Danışman eğitimine yönelik soru setleri ve kavram haritaları ile seans içi protokollere (yansıtıcı diyalog, değer netleştirme, ölümle yüzleşme alıştırmaları) ilişkin öneriler sunulmaktadır. Sınırlar, dört düşünürle yetinilmesi ve metin temelli olmasıdır. Sonuç olarak ölüm korkusu, salt bir semptom değil; bilgelik, erdem ve anlam arayışıyla dönüştürülebilir bir imkân olarak kavramsallaştırılmakta; felsefi danışmanlık bu dönüşümü mümkün kılan disipliner bir arayüz olarak konumlanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Felsefi danışmanlık, ölüm korkusu, İslam ahlak felsefesi, Kindî, Ebû Bekir er-Râzî, İbn Miskeveyh, Nasîrüddîn Tûsî

The Contemporary Relevance of Classical Islamic Moral Philosophers' Approaches to Overcoming Death Anxiety in the Context of Philosophical Counseling

Abstract

This study paper reconsiders death anxiety—a core existential concern in philosophical counseling—through four major figures of classical Islamic moral philosophy: al-Kindī, Abū Bakr al-Rāzī, Ibn Miskawayh, and Naṣīr al-Dīn Ṭūsī. The research problem addressed is that the Turkish literature tends to remain descriptive about the relationship between philosophical counseling and Islamic thought, lacking theoretically coherent and practice-transferable frameworks. The aim is to analyze how these philosophers conceptualize fear of death along four axes—ignorance versus knowledge, naturalization and rational acceptance, virtue cultivation and character education, and spiritual surrender—and to extract principles adaptable to contemporary counseling. Methodologically, the study employs qualitative, text-based document analysis: primary and secondary texts were coded via content analysis and thematized into four clusters: (i) epistemic clarification and cognitive reframing (Kindī); (ii) naturalizing death and rational acceptance (al-Rāzī); (iii) virtue ethics, self-discipline, and "life accounting" (Ibn Miskawayh); and (iv) the virtue of courage, trust in God, and spiritual maturation (Ṭūsī). Findings indicate strong convergence with current intervention lines in philosophical counseling—Socratic inquiry, value-/virtue-orientation, acceptance and responsibility, and meaning-centered work—thus enabling culturally resonant and

* Dr. Öğretim Üyesi, Kastamonu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, ORCİD 0000-0003-4220-5955, e-posta: hakancosar72@gmail.com

theoretically consistent guidance for practice. The paper's significance lies in translating the classical heritage into a counseling framework that is locally grounded yet transferable to session protocols (reflective dialogue, value clarification, guided confrontations with mortality) and counselor-training tools (concept maps, structured question sets). Delimitations include focusing on four thinkers and a text-based approach; limitations stem from the absence of empirical testing. In conclusion, death anxiety is reframed not merely as a psychological symptom but as an opportunity for wisdom, virtue, and meaning; philosophical counseling serves as a disciplinary interface that facilitates this transformation by integrating epistemic, ethical, and spiritual resources from the Islamic philosophical tradition.
Keywords: Philosophical counseling; death anxiety; Islamic moral philosophy, al-Kindī, Abū Bakr al-Rāzī, Ibn Miskawayh, and Naṣīr al-Dīn Ṭūsī.

Giriş

Felsefi danışmanlık, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları sorunları felsefi düşünce aracılığıyla anlamlandırmalarını amaçlayan ve özellikle 1980'li yıllardan itibaren gelişen bir uygulama alanıdır. Bu yaklaşım, 1981 yılında Alman filozof Gerd Achenbach tarafından sistematik hale getirilmiş ve bireylerin yaşamsal sıkıntılarının büyük bir kısmının aslında felsefi nitelikli olduğu varsayımına dayanmıştır. Felsefi danışman, bir tür "felsefi terapist" gibi hareket eder; danışanın varoluşsal sorularını birlikte düşünerek ele alır ve bireyin kendi yaşam felsefesini oluşturmasına rehberlik eder. Bu bağlamda felsefi danışmanlık, özellikle ölüm korkusu gibi derin varoluşsal kaygılar karşısında bireylere felsefi perspektifler sunarak zihinsel bir destek sağlamayı hedefler. Kuramsal temel olarak felsefi danışmanlık, Antik Yunan'da görülen "felsefenin terapötik işlevi" fikrine dayanmaktadır. Örneğin Stoacılar ve Epikürosçular, felsefeyi ruhun hastalıklarına deva bulacak bir yaşam sanatı olarak görmüşlerdir. Nitekim Epiktetos ve Marcus Aurelius gibi Stoacı filozoflar, felsefenin görevinin insanları duygusal ıstıraplardan kurtararak erdemli ve huzurlu bir yaşama kavuşturmak olduğunu vurgulamıştır. Modern felsefi danışmanlık yaklaşımı da bu çizgiyi yeniden canlandırarak, "felsefe, pratik hayata rehberlik eden bir araç olabilir" düşüncesini merkeze almışlardır. (Altunbaşak, 2021, ss.57-56; Altunbaşak, 2015, ss.26-30; Bor, 2024, ss.22-24)

Felsefi danışmanlığın kuramsal çerçevesi, 20. yüzyılın son çeyreğinde belirginleşmiş, Gerd Achenbach, 1981'de ilk felsefi danışmanlık kliniğini açarak bu alanın öncülüğünü yapmış; daha sonra Lou Marinoff gibi isimler bu yaklaşımı popülerleştirmiştir. Günümüzde felsefi danışmanlık uygulamaları dünya genelinde yaygınlaşmakta; hayatın anlamı, değerler, karar verme, ölüm ve yaşamın sonluluğu gibi konularda danışanlara destek sunulmaktadır. Özellikle varoluşsal kaygılar konusunda felsefi danışmanlığın etkili olabileceği düşünülmektedir. Örneğin Viktor E. Frankl'ın logoterapi yaklaşımı, psikolojik olsa da felsefi içerikleriyle (yaşam anlamı, irade, özgürlük gibi) felsefi danışmanlığa ilham vermiştir. Neticede felsefi danışmanlık, uygulamalı felsefe ile danışmanlık kesişiminde yer alan, henüz kuramsal

standartları tam sabitlenmemiş ancak gün geçtikçe teorik birikimi artan bir disiplindir. (Altunbaşak, 2021, ss. 45-53; Bor, 2024, ss. 24-30)

Bu tebliğin ana konusu olan ölüm korkusu, felsefi danışmanlıkta sıkça gündeme gelen varoluşsal sorunlardan biridir. Ölüm korkusu (thanatophobia veya ölüm anksiyetesi), insan zihninin en derin ve evrensel kaygılarından biridir. Gerçekten de ölüm olgusu, tarih boyunca hem felsefenin hem de psikolojinin temel meselelerinden biri olmuştur. Antik Yunan'dan günümüze dek pek çok düşünür, insan zihnini ölüm karşısında eğitmenin yollarını aramış ve ölümle yüzleşmenin bireyin yaşamı daha anlamlı kılmasında oynadığı rolü vurgulamıştır. (Aydın, 2011, 27)

Klasik İslam filozofları da benzer şekilde felsefeyi "ölüme hazırlık" biçiminde değerlendirmişlerdir. Onlara göre, ölümün mahiyetini kavrayabilmek ve bu kaçınılmaz gerçek karşısında ruhsal dengeyi koruyabilmek felsefenin temel amaçlarından biridir. Bu düşünürler, ölüm korkusunun kökenlerini akıl yoluyla irdelemiş ve bu korkunun üstesinden gelmek adına hem zihinsel hem manevi çözüm yolları sunmuşlardır. Başta Kindî, Ebû Bekir er-Râzî, İbn Miskeveyh ve Nasîrüddîn Tûsî olmak üzere, pek çok İslam ahlak filozofu ölüm korkusunu "ruhun bir hastalığı" olarak görmüş; bu hastalığın iyileştirilmesinin de bilgelik ve erdem yoluyla mümkün olduğunu savunmuşlardır. Onların amacı, felsefeyi soyut bir entelektüel uğraş olmaktan çıkarıp, bireyin ruhsal sağlığını koruyacak pratik bir rehberliğe dönüştürmekti. Bu bağlamda, söz konusu filozofların ölüm ve ölümlülük üzerine ortaya koydukları yaklaşımlar, günümüzde giderek önem kazanan felsefi danışmanlık pratiği için değerli ve ilham verici bilgiler sunmaktadır.

Bu çalışmanın temel amacı, klasik İslam ahlak filozoflarının ölüm korkusunu aşma konusundaki yaklaşımlarını incelemek ve bu yaklaşımların çağdaş felsefi danışmanlık bağlamında ne tür katkılar sunabileceğini ortaya koymaktır. Bu kapsamda Kindî, Zekeriyyâ er-Râzî, İbn Miskeveyh ve Nasîrüddîn Tûsî'nin ölüm korkusuna yönelik düşünceleri ayrı başlıklar altında ele alınacaktır. Her bir düşünürün ölüm korkusunu nasıl temellendirdiği, bu korkunun kaynağını nasıl yorumladığı ve önerdiği çözüm yolları ayrıntılı biçimde değerlendirilecektir. Çalışmanın ikinci aşamasında ise, söz konusu klasik fikirlerin modern dönemde özellikle felsefi danışmanlık ve varoluşsal terapi gibi yaklaşımlar çerçevesinde bireylerin ölüm kaygısını anlamlandırma ve yönetme süreçlerine nasıl katkı sunabileceği tartışılacaktır. Böylece kadim felsefi düşünce ile çağdaş psikolojik pratikler arasında anlamlı bir köprü kurularak, klasik İslam düşüncesinin günümüz insanının varoluşsal sorunlarına hâlâ ne ölçüde cevap verebildiği gösterilmeye çalışılacaktır.

1. Felsefi Danışmanlık, Ölüm Korkusu ve İslam Ahlak Felsefesi

Felsefi danışmanlık uygulamalarında en sık karşılaşılan konulardan biri, insanın faniliği karşısında duyduğu varoluşsal kaygı ve korkulardır. Bu korkuların en belirgin olanı, ölüm korkusudur. Literatürde "thanatophobia" olarak adlandırılan bu durum, bireyin kendi ölümünü ya da ölüm fikrini düşündüğünde hissettiği derin kaygı şeklinde tanımlanır ve neredeyse her bireyde, farklı düzeylerde de olsa, mevcuttur.

Felsefi boyutta, ölüm korkusu meselesi antik dönemden beri filozofların zihinlerini meşgul etmiştir. Epiküros, ölümden korkmanın akıl dışı olduğunu savunmuş; ünlü argümanında "Biz varken ölüm yoktur, ölüm geldiğinde de biz artık yokuz" diyerek ölümün bize aslında dokunmayacağını belirtmiştir. Epiküros'a göre ölüm, duyum ve bilinç olmadığı için "bize hiçbir şey ifade etmeyen" bir durumdur; bu nedenle ölümden korkmak yersizdir. Stoacı filozoflar da benzer şekilde ölümün doğanın bir parçası olduğunu, doğaya uygun yaşayan bir kişinin ölümü kötü bir şey olarak görmeyeceğini ileri sürmüşlerdir. Marcus Aurelius, *Kendime Düşünceler* adlı eserinde, "Ölüm, bir canlıyı oluşturan elementlerin ayrışmasıdır. Bu olayda korkunç bir şey yok; tabiattaki her şey gibi, ölüm de tabiidir" diyerek, insanın ölüm karşısında sakin ve metanetli olması gerektiğini öğütler. Platon ise özellikle Fedon diyaloğunda, gerçek filozofun hayatı boyunca ölüme hazırlık yaptığını, ruhun ölümsüzlüğünü kavrayan birinin ölümden korkmayacağını dile getirmiştir. (Aydın, 2011, ss. 28-29; Pattabanoğlu, 2015, ss.74-76)

Çağdaş felsefi danışmanlık pratiğinde danışanların ölümle ilgili düşünce, inanç ve korkularının ele alınması oldukça önemlidir. Felsefi danışman, danışanın ölüm kavramına atfettiği anlamları keşfetmesine; varsa bu konudaki sorgulanmamış varsayımlarını fark etmesine ve daha dengeli, bilinçli bir bakış açısı geliştirmesine yardımcı olur. Bu süreçte danışmanın hem felsefe tarihinden hem de danışanın kültürel ve dinî arka planından faydalanması mümkündür. Nitekim felsefi danışmanlar, sıklıkla geçmişteki büyük filozofların ölüm üzerine söylediklerine atıfta bulunurlar. Dolayısıyla, felsefi danışmanlık ölüm korkusunu yalnızca psikolojik değil, aynı zamanda kültürel ve metafizik bağlamda da ele alır. Modern birey her ne kadar teknolojik ve bilimsel gelişmelerle ölümden uzak bir yaşam inşa etmeye çalışsa da bu kaçınılmaz gerçekle yüzleşme ihtiyacı içseldir ve felsefi danışmanlık bu yüzleşmeye zihinsel ve duygusal bir hazırlık sunar. (Altunbaşak, 2019, ss.410-413)

İslam ahlak felsefesi, ölüm korkusuna üstesinden gelmeye yönelik yaklaşımları içeren önemli bir düşünce geleneğidir. Bu felsefe, geleneksel İslami değerlerle okunarak hem bireysel ruh sağlığını güçlendirmeyi hem de toplumsal barışı sağlamayı amaçlar. Kindî gibi ilk dönem filozoflar, insanın ölüme karşı duyduğu korkunun doğal ve kaçınılmaz olduğunu kabul etmiş, ancak bu korkunun üzerini kılavuzluk eden ilahi kader ve ahiret inancıyla hafifletilebileceğine işaret etmişlerdir. Kindî, ölümden sonra yaşanacak hayrı ve hakikati vurgulayarak, ölüm

korkusunun geçici ve sınav niteliğinde olduğunu vurgulamıştır. Zekeriyya er-Râzî, özellikle psikolojik açıdan ölüm kaygısının bireyin ruh halini nasıl etkilediğine dikkat çeker ve dini inançların, bu kaygıyı hafifletici güçlü araçlar olduğunu belirtir. İbn Miskeveyh, ahlaki gelişimin ve içsel yücelişin, ölüm korkusunu aşmadaki anahtar olduğunu savunur; ona göre insanın iç huzuru, ahlaki erdemlerle biçimlenir. Nasırüddin Tûsî ise, akıl ve irade yoluyla ölüm korkusunun kontrol altına alınabileceğini öne sürer ve akılcı yaklaşımlarla insanın ruhunu olgunlaştırmayı hedefler. Tüm bu düşünürlerin ortak noktası, ölüm korkusunun insanoğlunun fıtri bir kaygısı olmasının yanında, uygun dini ve ahlaki tavırlarla aşılabileceğine inanmalarıdır. Bu anlayışlar, günümüzde de psikolojik ve ahlaki danışmanlık alanlarında, insanın yaşam ve ölüm döngüsünü sağlıklı şekilde kabullenmesine katkı sağlayacak temel ilkeleri oluşturur. Dolayısıyla, İslam ahlak felsefesinin ölüm korkusuna ilişkin yaklaşımları, bireylerin yaşamı anlamlandırması ve ölüm kaygısıyla başa çıkması açısından güncel bir anlam taşımaktadır. Şimdi sırasıyla bu filozofların ölüm korkusunun üstesinden gelme ile ilgili görüşlerini inceleyebiliriz.

2. Kindî: Bilgi ve Hakikat ile Ölüm Korkusunu Yenmek

İslam dünyasında ilk filozof olarak kabul edilen Kindî (ö. 873), çok yönlü ve ansiklopedik bir düşünürdür. Metafizikten tıbba kadar birçok alanda eserler kaleme almıştır. Özellikle "Üzüntüyü Gidermenin Çareleri" (Risâle fî ḫīle li-def'i'l-aḥzān) adlı risalesinde, insanların çeşitli psikolojik sıkıntılarını felsefi bir bakış açısıyla ele almıştır. Kindî'ye göre, insanın en büyük üzüntü ve kaygı kaynaklarından biri ölüm korkusudur. Bu korkunun temelinde ise bilgisizlik, yani ölümün gerçek doğası hakkında yanlış ve eksik inançlar yatmaktadır.

Kindî'ye göre ölüm, hakikatten uzak biçimde yalnızca bir yok oluş olarak algılandığında korku yaratır. Ancak doğru bilgiyle donatılmış bir bilinç için ölüm, doğanın kaçınılmaz ve zaruri bir parçasıdır. Kindî şöyle der: "Ölümün kendisi kötü değildir; kötü olan, ölüm hakkındaki yanlış inanışlarımızdır." Ona göre ölüm, varoluşun doğal bir sonucudur ve insan doğasının tamamlanmasını temsil eder. Hatta filozofun düşüncesine göre, eğer ölüm olmasaydı, insan türü de var olamazdı. Bu noktada Kindî, aklın rehberliğine büyük önem verir. Ölüm korkusunun ancak düşünsel berraklıkla, yani aklın gücüyle aşılabileceğini savunur. İnsanların çoğu, akıl yürütme yetilerini yeterince kullanmadıkları için ölüm fikrinden korkarlar; akıldan uzaklaşan zihnin gerçekliği çarpıttığını ve bu çarpıklığın korkuya yol açtığını belirtir. Bu nedenle, Kindî'nin çözüm önerisi temelde "ölümü doğru biçimde kavramak"tır. Ona göre ölüm, bedenden ayrılan ruhun daha yüce bir varoluş alanına geçişidir. Bu bakış açısıyla ölüm, ruhun asıl yurduna, yani ebedî âleme yolculuğu olarak değerlendirilmelidir. (Kindi, 2002, ss.287-291; Saruhan, 2006, ss.91-92; Akyol, 2015, ss.96-99; Yıldırım, 2024, ss.63-64)

Kindî, bu anlayışı desteklemek için oldukça etkileyici bir metafor kullanır: Eğer rahimdeki bir cenin düşünebilseydi ve doğumun ne olduğunu bilmeden, rahimden çıkmak üzere olduğunu fark etseydi büyük bir korkuya kapılırdı. Ancak dünyaya geldiğinde, rahmin dışındaki yaşamın çok daha geniş ve zengin olduğunu görürdü. Aynı şekilde, bu dünyaya alışmış olan insan da ölüm karşısında bilinmeze dair korku yaşar; oysa ruh için ölüm, daha büyük ve sonsuz bir hayata açılan kapıdır. (Kindi, 2002, ss.300-301)

Günümüz felsefi danışmanlığı açısından Kindî'nin yaklaşımı son derece değerlidir. Onun bilgi ve akıl vurgusu, modern psikolojideki bilişsel yaklaşımlarla da örtüşmektedir. Özellikle bilişsel-davranışçı terapilerde, kişinin irrasyonel düşüncelerinin değiştirilmesiyle duygusal iyilik hâlinin sağlanabileceği savunulur. Kindî'nin öğretisi de benzer şekilde, doğru bilgiyle bireyin kaygılarının azaltılabileceğini vurgular. Bir felsefi danışman, ölüm korkusu yaşayan bir danışana Kindî'nin perspektifinden yaklaşarak şu soruları yöneltebilir: "Ölüm gerçekten mutlak bir yok oluş mudur?", "Yoksa yaşamın doğal bir evresi mi?" Bu sorular danışanın düşünsel çerçevesini yeniden yapılandırmasına yardımcı olabilir. Ayrıca Kindî, maddi dünyaya aşırı bağlanmanın da ölüm korkusunu artırdığını savunur. Mal, mülk ve geçici zevklere duyulan bağımlılık, insanı ölüm karşısında daha da savunmasız kılar. Kindî'ye göre, bu tür dünyevî tutkular yerine, kalıcı ve manevi değerlere yönelmek ruhsal dengeyi sağlar. Bu bakış açısı, danışanın yaşam önceliklerini yeniden değerlendirmesine yardımcı olabilir. Zira birçok bireyin ölüm korkusunun ardında, sevdiklerini kaybetme, başarılarını yitirme ya da tamamlanmamışlık hissi gibi endişeler yatmaktadır. (Durum, 2024, ss.108-111, 171-172; Gümüşsoy, 208, ss.128-131; Yıldırım, 2024, ss.73-)

Kindî'nin akılcı, dengeli ve maneviyatla bütünleşmiş yaklaşımı, çağdaş felsefi danışmanlık bağlamında oldukça güçlü bir yöntemsel temel sunmaktadır. Onun "ölüm kötü değildir; kötü olan onu yanlış anlamaktır" sözü, bugün de insanlara zihinsel berraklık ve içsel huzur kazandıracak niteliktedir.

3. Zekeriyyâ er-Râzî: Ölümü Doğal ve Kaçınılmaz Bir Gerçek Olarak Kabullenmek

İslam düşünce tarihinde hem filozof hem de hekim kimliğiyle öne çıkan Ebû Bekir Zekeriyyâ er-Râzî (ö. 925), ölüm korkusuna dair yaklaşımlarını özellikle *et-Tıbbü'r-Rûhânî* (Ruhani Tıp) adlı eserinde detaylı biçimde ele almıştır. Bu eser, nefsin hastalıklarına yönelik felsefi çözümler sunmakta olup ölüm korkusu da bu hastalıklar arasında önemli bir yer tutar.

Râzî'ye göre ölüm, hayatın doğal ve kaçınılmaz bir parçasıdır. Bu nedenle, ondan korkmak mantıksızdır. İnsanların ölümden korkmasının temelinde iki tür inanç yatar. İlki, ölümün tam bir yok oluş olduğuna inanmaktır. Bu inanca sahip kişiler, bedenle birlikte ruhun

da yok olduğunu düşünür. Ancak Râzî, böyle düşünenlerin dahi ölümden korkmamaları gerektiğini savunur. Çünkü ölüm bir yok oluşsa bile, yoklukta acı, sıkıntı ve bilinç de olmayacaktır. Epiküros'un klasik argümanına benzer şekilde, "Biz varken ölüm yoktur; ölüm geldiğinde biz artık yokuz" düşüncesini andırır biçimde, Râzî de "Yoklukta elem olamayacağına göre, ölüm korkulacak bir şey değildir" der. İkincisi, ölüm sonrası yaşamın var olduğu inanancıdır. Ancak bu inancı taşıyan kişiler de ölümden sonra başlarına ne geleceğine dair belirsizlikten dolayı korku duyarlar. Râzî bu gruba yönelik olarak, ölüm korkusunun ancak ahiret umuduyla aşılabileceğini belirtir. Ona göre insan, ölümden sonraki hayatın daha iyi olacağına içtenlikle inanıyorsa, bu korkuyu yenebilir. Aksi takdirde, tamamen dünyevi arzulara yönelir ve ölüm, tüm sahip olduklarını elinden alacak bir felaket gibi görünür. Oysa Râzî'ye göre, ölüm sonrasına inanan kişi hem bireysel olarak huzura kavuşur hem de toplumsal düzlemde daha erdemli davranışlar geliştirir. (Razi, 2023, ss.137-140; Karaman, 2017, ss.157-161)

Râzî'nin yaklaşımında akıl, merkezi bir role sahiptir. Ölüm korkusu da dâhil olmak üzere, tüm ruhsal sıkıntıların kaynağı cehalet ve akıldan uzaklaşmadır. Ona göre Yüce Allah'ın insanlara verdiği en büyük nimet akıldır; çünkü akıl, ruhun karanlıklarını aydınlatabilecek yegâne ışıktır. Bu anlamda akıl, ruhun doktoru gibidir. Tıpkı fiziksel hastalıkları teşhis eden ve tedavi eden bir hekim gibi, akıl da ruhun korku, endişe ve keder gibi olumsuz duygularını analiz eder ve onları iyileştirir. Râzî açıkça belirtir: "Ölüm korkusu, hayat ve ölüm hakkında yeterli bilgi sahibi olmamaktan kaynaklanır." Bu durumda çözüm, ölümün ne olduğunu anlamak, onun kaçınılmaz ve doğal olduğunu idrak etmektir. Pratik düzeyde Râzî, yaşamın doğal akışına razı olmayı, kanaatkâr olmayı ve erdemli bir yaşam sürmeyi önerir. Ona göre birey, değiştiremeyeceği gerçekleri kabul etmeli ve enerjisini yaşamı anlamlı kılacak değerlere yöneltmelidir. Bu bakış açısı, günümüz psikoterapi yaklaşımlarında yer alan "kabul ve kararlılık terapisi" ya da Stoacı düşüncenin etkileriyle oldukça örtüşmektedir. Râzî, kaçınılmaz olan ölümü kabullenmeyi öğütlerken, aslında kişinin dikkatini ölümün geleceği ana değil, yaşadığı âna yönlendirmesini önerir. (Razi, 2023, ss.137-140; Karaman, 2017, ss.157-161; Saruhan, 2006, ss.92-93; Aydın, 2011, ss.32-46; Yıldırım, 2024, s.73)

Felsefi danışmanlık bağlamında Râzî'nin bu rasyonel yaklaşımı oldukça kıymetlidir. Danışman, ölüm korkusu yaşayan bireye onun kontrol edemeyeceği şeyleri (ölümün zamanı, biçimi vs.) bırakmasını ve kontrol edebileceği alanlara (yaşamın içeriği, değerleri, eylemleri) yönelmesini tavsiye edebilir. Böylece birey, ölüm korkusunu pasif bir kaygıdan, yaşamı anlamlandıran aktif bir motivasyona dönüştürebilir. Râzî'nin önerdiği gibi, yaşam anlamlı kılındıkça, ölüm bir tehdit değil, doğal bir kapanış haline gelir. (Aydın, 2011, ss.32-46)

Râzî'nin “ölüm korkusu mantıksızdır” yönündeki vurgusu, modern danışmanlıkta da kullanılan “rasyonel yeniden çerçeveleme” teknikleriyle birebir örtüşmektedir. Kişi, korkularının düşüncelerinden beslendiğini fark ettiğinde ve bu düşünceleri dönüştürdüğünde, duygusal deneyimi de değişir. Bu noktada Râzî’nin yaklaşımı hem entelektüel hem de pratik düzeyde çağdaş birey için güçlü bir çözüm modelidir.

4. İbn Miskeveyh: Nefs Terbiyesi ve Erdem ile Ölüm Korkusunu Aşmak

İslam ahlak felsefesinin önemli temsilcilerinden biri olan İbn Miskeveyh (ö. 1030), özellikle *Tehzîbü’l-Ahlâk* adlı eseriyle tanınır. Aristotelesçi ve Yeni-Platoncu öğretileri İslam düşüncesiyle sentezleyen filozof, insanın ahlaki gelişimini nefsin eğitimi ve ruhsal olgunlaşma üzerinden temellendirir. Onun düşüncesinde, ölüm korkusunun aşılması bu olgunlaşma sürecinin doğal bir parçası olarak değerlendirilir. İbn Miskeveyh’e göre ölüm korkusunun kaynağı cehalettir. İnsan, ölümün gerçek mahiyetini bilmediği ve kendi varlığının (özellikle ruhunun) hakikatini kavrayamadığı ölçüde ölümden korkar. Oysa filozofun bakış açısına göre ölüm, eğer erdemli bir yaşamın ardından ebedî saadete ulaştıracak bir geçitse, korkulacak değil umut edilecek bir sondur. Bu nedenle esas kötü olan, ölümün kendisi değil; ölüm hakkındaki yanlış inançlar ve bu inançlardan doğan korkudur. (İbn Miskeveyh, 2011, ss.327-330; 2018, ss.246-250; Saruhan, 2006, ss.94-95)

İbn Miskeveyh, ölüm korkusunun farklı bireylerde farklı saiklerle ortaya çıktığını belirtir. Kimileri, ölümü bir yok oluş olarak gördüğü için korkar; bazıları ise ölüm sonrası cezalandırılmaktan, fiziksel acılardan ya da bilinmezlikten endişe duyar. Bazı bireyler de dünyevi servetlerini, statülerini ve sevdiklerini kaybetme düşüncesiyle ölümü tehdit olarak algılar. Bu farklı korku biçimlerine karşı filozofun önerisi, akıl yürütme ve nefs terbiyesi ile erdemli bir yaşama yönelmektir. İbn Miskeveyh’e göre insanın öz tanımı “ölümlü ve düşünen bir varlık” olmaktır. Bu tanım gereği, ölüm insan doğasının ayrılmaz bir parçasıdır. Bir varlığın kendi doğasının gereği olan sona karşı korku duyması, bilgisizliğin ve ruhsal eksikliğin göstergesidir. Bu yüzden ölümden korkmak yerine, yaşamı erdemli ve bilinçli bir şekilde sürdürebilmek asıl hedef olmalıdır. Filozof, dört temel erdem üzerinden (hikmet, adalet, iffet ve cesaret) bireyin ahlaki olgunluğa ulaşabileceğini belirtir. Bu bağlamda özellikle cesaret erdemi, ölüm gibi sarsıcı gerçeklerle yüzleşme cesaretini de kapsar. Cesur birey, ölüm fikriyle soğukkanlı biçimde yüzleşebilir; çünkü yaşadığı hayatın ahlaki değerlerle inşa edilmiş olmasından kaynaklı bir iç huzura sahiptir. Ayrıca adalet ve iyilik erdemlerine sahip olan birey, geride bırakacağı dünyaya karşı daha az endişe taşır. Bu anlamda erdemli bir yaşam, ölüm

korkusuna karşı içsel bir güvenlik duvarı oluşturur. (İbn Miskeveyh, 2011, ss.330-332; 2018, ss.250-255; Saruhan, 2006, ss.94-95; Yıldırım, 2024, ss.79-80)

Modern felsefi danışmanlık açısından bakıldığında, İbn Miskeveyh'in bu yaklaşımı büyük bir potansiyele sahiptir. Günümüzde "değer odaklı danışmanlık" ya da "erdem temelli terapi" gibi uygulamalar bireyin kendi değerlerini keşfetmesine ve bunlarla uyumlu bir yaşam sürmesine öncelik verir. Felsefi danışman da bu çerçevede danışanına şu soruyu yöneltebilir: "Ölüm geldiğinde, geride nasıl bir hayat bırakmış olmak istersin?" Bu tür sorular, danışanın yaşamını gözden geçirmesini ve daha anlamlı bir şekilde yönlendirmesini sağlayabilir. İbn Miskeveyh'in önerdiği nefs terbiyesi yaklaşımı da bu noktada devreye girer. Danışanın zararlı alışkanlıklarını terk etmesi, ilişkilerini onarması, kendini geliştirmesi teşvik edilebilir. Böylece birey, zamanla daha "tamamlanmış" bir benlik duygusuna ulaşır ve ölüm fikriyle yüzleştiğinde daha sakin, daha kabullenici bir duruş sergileyebilir. Ayrıca filozofun ölümün doğallığına dair yaptığı akıl yürütmeler de danışmanlık sürecinde önemli bir katkı sunar. Örneğin, "eğer önceki nesiller ölmeseydi, bugünkü nesiller var olamazdı" düşüncesi, ölümün yaşamın sürdürülebilirliği açısından gerekli ve doğal olduğunu gösterir. Danışan bu tür felsefi düşünce deneyleriyle ölümün yalnızca kendisine özgü kişisel bir felaket olmadığını; tüm canlıların ortak kaderi olduğunu fark eder. Bu farkındalık, korkunun kişiselleştirilmiş yapısını çözerek bireye psikolojik bir rahatlama sağlar. (Saruhan, 2006, ss.94-95)

Netice olarak İbn Miskeveyh, ölüm korkusunu sadece düşünsel değil, aynı zamanda ahlaki bir sorun olarak ele alır. Onun yaklaşımı, bireyin karakterini inşa ederek ruhsal güvenlik kazanmasını hedefler. Bu nedenle, felsefi danışmanlık süreci içinde onun öğretileri, danışanın yalnızca ölümle değil, yaşamla da sağlıklı bir yüzleşme içine girmesine yardımcı olabilir.

5. Nasîrüddîn Tûsî: Manevi Gelişim ve Ahlaki Mükemmellikle Ölüm Korkusunu Yenmek

Nasîrüddîn Tûsî (ö. 1274), İslam düşünce tarihinde hem büyük bir bilim insanı hem de önemli bir ahlak filozofu olarak öne çıkar. *Ahlâk-ı Nâsırî* adlı kapsamlı eserinde ahlak felsefesini sistematik bir biçimde ele almış; özellikle İbn Miskeveyh'in fikirlerini geliştirerek daha bütüncül bir ahlaki teori ortaya koymuştur. Tûsî'nin ölüm korkusuna yaklaşımı, ahlaki erdemler, nefs terbiyesi ve manevi gelişim ekseninde şekillenmiştir.

Tûsî, insan nefsinin üç temel kuvvetten oluştuğunu savunur: akıl (düşünme), şehvet (arzu) ve gazap (öfke/savunma). Her bir kuvvetin fazlası veya eksikliği, ahlaki dengesizliklere neden olur. Ölüm korkusu da bu bağlamda, gazap kuvvesinin sapmasından kaynaklanan bir ruhsal bozukluk olarak değerlendirilir. Cesaret erdemi, bu kuvvenin dengeli hâlidir; dolayısıyla ölümden aşırı şekilde korkmak, cesaret erdeminden sapmanın bir göstergesidir. Tûsî'ye göre,

bu tür sapmaları düzeltmek, felsefi ve ahlaki eğitim yoluyla mümkündür. Tûsî'nin düşüncesinde ölüm korkusunun başlıca nedeni bilgisizliktir. İnsan, ölümün ne olduğunu yeterince kavramadığında, bu bilinmezlik onu korkuya sürükler. Bu noktada, Kindî ve İbn Miskeveyh ile benzer şekilde Tûsî de aklın önemini vurgular. Ancak o, sadece akıl değil, aynı zamanda dini inanç ve manevi teslimiyetin de ölüm korkusunu aşmada belirleyici olduğuna dikkat çeker. Kur'an ve hadislerden sıkça alıntı yapan Tûsî, Allah'a tevekkül ve teslimiyetin bireye ölüm gerçeği karşısında sükûnet kazandıracağını savunur. Tûsî'ye göre, ölüm gerçekte bir "doğum"dur; ruhun bu dünyadan ayrılarak asıl yurduna, yani ebedî âleme geçişidir. Onun bu yaklaşımı, Kindî'nin "ölüm bir gemidir, bizi gerçek vatanımıza taşır" metaforuyla benzerlik gösterir. Dolayısıyla ölüm, sadece bir son değil; yeni bir varoluş düzeyinin başlangıcıdır. Tûsî, bu anlayışın bireye anlatılması hâlinde "ölüm vehminin" dağılacağını belirtir. Danışmanlık bağlamında bu, bireyin ölüm korkusunu felsefi ve manevi bir yeniden çerçeveleme ile dönüştürmesi anlamına gelir. Öte yandan Tûsî, dünya hayatına aşırı bağlanmanın da ölüm korkusunu derinleştirdiğini ifade eder. Lüks, hırs ve aşırı tutkulara sahip olan bireyler, bu geçici zevkleri kaybetme korkusuyla ölümü büyük bir tehdit olarak görürler. Oysa sade, dengeli ve ölçülü bir yaşam süren kimseler, ölümü daha kolay kabullenebilir. Bu nedenle Tûsî, zahidâne (dünyadan elini eteğini çekmiş) bir yaşamı över ve aşırı maddi bağlılıkların terk edilmesini önerir. (Tusi, 2007, ss. 27-30, 38-60, 149-165; Gafarov, 2012, ss.61-70, 135-142)

Günümüz felsefi danışmanlık uygulamaları açısından bakıldığında, Tûsî'nin yaklaşımı son derece değerli çıkarımlar sunar. Özellikle danışanın korkularının cesaret erdemi eksikliğinden kaynaklandığı tespiti, modern psikolojik müdahale teknikleriyle örtüşmektedir. Danışman, danışanın korkularıyla yüzleşmesini teşvik ederek onun cesaret kapasitesini artırabilir. Küçük korkularla başa çıkmak, zamanla daha derin korkuların da yönetilebilir olmasını sağlar. Ayrıca, Tûsî'nin vurguladığı manevi boyut, özellikle inanç sahibi danışanlar için önemli bir kaynak teşkil eder. Tevekkül, teslimiyet ve ilahi takdir gibi kavramlar, bireyin ölüm karşısında kontrol edemeyeceği durumları kabullenmesine yardımcı olabilir. Modern psikoloji araştırmaları da güçlü bir inanca ve ölüm sonrası yaşama yönelik olumlu beklentilere sahip bireylerin ölüm anksiyetesinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda Tûsî'nin düşünceleri, danışanın inançlarıyla uyumlu bir danışmanlık süreci geliştirilmesine olanak tanır. Tûsî'nin yaklaşımı aynı zamanda bireyin toplumsal rollerini de önemser. Ona göre birey, yalnızca kendi iç dünyasında değil; ailesi, mesleği ve toplumu içerisindeki görevlerini de yerine getirerek ahlaki olgunluğa ulaşabilir. Bu yönüyle felsefi danışmanlık, yalnızca bireyin içsel korkularına değil, yaşamın bütünsel anlamına da odaklanmalıdır. Danışan, ölüm korkusunu "henüz yapamadıklarım" kaygısıyla yaşıyorsa, bu kaygı bir farkındalık aracına

dönüştürülerek bireyin yaşamını daha bilinçli planlaması sağlanabilir. (Gafarov, 2012, ss.226-240)

Tûsî ölüm korkusuna yaklaşımını rasyonel, ahlaki ve manevi unsurları bütüncül biçimde harmanlamaktadır. Onun "ölüm korkusu bir vehimdir, akıl ve imanla giderilebilir" yönündeki yaklaşımı, modern bireyin ruhsal dengesini güçlendirebilecek güçlü bir felsefi çerçeve sunmaktadır.

Sonuç ve Değerlendirme

Klasik İslam ahlak filozofları olan Kindî, Zekeriyyâ er-Râzî, İbn Miskeveyh ve Nasîrüddîn Tûsî'nin ölüm korkusuna yönelik yaklaşımları, yüzyıllar öncesine ait olmalarına rağmen günümüzde hâlâ geçerliliğini ve uygulanabilirliğini korumaktadır. Bu düşünürlerin ortak noktası, ölüm korkusunu insan doğasının bir parçası olarak kabul etmeleri ve bu korkunun akıl, bilgi, erdem ve maneviyat aracılığıyla yönetilebileceğini savunmalarıdır.

Kindî, ölüm korkusunun temelinde bilgisizliğin yattığını belirtmiş ve bu korkunun ancak doğru bilgiyle, yani ölümün mahiyetinin kavranmasıyla aşılabileceğini savunmuştur. Râzî, ölümün kaçınılmaz bir gerçek olduğunu kabul etmenin önemine dikkat çekmiş; ölümden korkmanın mantıksızlığını, aklın rehberliğiyle ortaya koymuştur. İbn Miskeveyh ise ruhun olgunlaşması ve erdemli bir yaşam sürmenin, bireyi ölüm karşısında cesaretli ve dingin kılacağını vurgulamıştır. Tûsî, bu önceki yaklaşımları sistematik bir çerçevede birleştirerek, cesaret erdemi, tevekkül ve nefs terbiyesi ile ölüm korkusunun üstesinden gelinebileceğini ifade etmiştir.

Bu felsefi yaklaşımlar, günümüz felsefi danışmanlık uygulamaları için son derece kıymetli ipuçları sunmaktadır. Modern birey, her ne kadar bilimsel ve teknolojik gelişmelerle ölümden uzak bir yaşam inşa etmeye çalışsa da ölüm korkusu bilinçdışında etkisini sürdürmektedir. Bu nedenle bireyin ölümle yüzleşmesini sağlayacak zihinsel, duygusal ve ahlaki bir hazırlığa ihtiyaç duyduğu açıktır. Bu hazırlık sürecinde klasik filozofların önerileri hem seküler hem de inanç temelli danışan profilleri için etkili bir yol haritası sunabilir.

Örneğin, ölümün mutlak bir yok oluş olduğunu düşünen bir birey, Kindî'nin bilgi merkezli yaklaşımı ile ölüm fikrini yeniden çerçeveleyebilir. Ölüm sonrası hayata inanan ama korku duyan biri ise Râzî veya Tûsî'nin önerdiği gibi tevekkül, teslimiyet ve erdem yoluyla huzur bulabilir. Hayatını anlamlı yaşamadığına inanan danışanlar ise İbn Miskeveyh'in erdem etiği ve yaşam muhasebesi önerileri doğrultusunda kendi değerlerini gözden geçirme fırsatı yakalayabilirler.

Ayrıca bu filozofların yaklaşımları, danışmanın danışanla yapacağı derinlemesine felsefi diyaloglar için güçlü kavramsal çerçeveler sunmaktadır. Ölüm korkusunu yalnızca bir problem

olarak değil, bireyin içsel dönüşümüne vesile olabilecek bir fırsat olarak değerlendirmek; bu korkuyu yaşamın anlamına dair arayışların tetikleyicisi hâline getirmek mümkündür.

Sonuç olarak, klasik İslam ahlak filozoflarının ölüm korkusuna yönelik yaklaşımları, modern felsefi danışmanlık pratiğinde hem teorik hem de pratik açıdan büyük bir potansiyele sahiptir. Bu yaklaşımları çağdaş dile tercüme ederek ve günümüz yaşam koşullarına entegre ederek, bireylerin varoluşsal kaygılarını anlamlandırmalarına ve yaşamlarına daha derin bir anlam kazandırmalarına katkı sağlanabilir. Ölüm korkusu, insan varoluşunun ayrılmaz bir parçasıdır; ancak bu korku, bilgelik, erdem ve farkındalık ile dönüştürülebilir bir deneyime de evirilebilir.

Kaynakça

Akyol, E. (2015). *Üzüntüyü yenmenin çareleri: Kindî merkezli bir inceleme* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Altunbaşak, İ. (2015). *Felsefî danışmanlık ve Nermi Uygur'un felsefî söylemi.* [Doktora tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü].

Altunbaşak, İ. (2019). Felsefî danışmanlığı "felsefî" yapan nedir? *FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi)*, 27, 409–426.

Altunbaşak, İ. (2021). *Felsefe bunalımlara çare midir? Bir felsefi danışmanlık denemesi*. Ötüken Yayınları.

Aydın, H. (2011). Ölüm korkusu karşısında felsefenin tesellisi: Marcus Tullius Cicero ve Ebû Bekr er-Râzî. *Felsefe Dünyası*, 2011/2, 27-52.

Bor, M. S. (2024). *Felsefi danışmanlık: Yaşamın anlamını keşfetmeye yönelik rehberlik*. Dört Öge, 26, 21–34.

Durum, H. B. (2024). *Boethius ve Kindî'de felsefenin sağaltıcı işlevi*. [Doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü].

Gafarov, A. (2012). *Nasîruddîn et-Tûsî'nin ahlâk felsefesi*. İsam-İslam Araştırmaları Merkezi Yayınları.

Gümüşsoy, M. B. (2018). Kindî'nin ahlak felsefesi ve modern bilişsel terapide üzüntü, depresyon ve çözüm teknikleri. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(2), 121–133.

İbn Miskeveyh. (2011). Ölüm korkusu, mahiyeti ve nefsin ölümden sonraki durumu (İ. Aslan, Çev.). *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 52(2), 327–332.

İbn Miskeveyh. (2018). *Ahlak eğitimi – Tehzîbu'l-ahlak*. (Abdulkadir Şener, Cihat Tunç, İsmet Kahyaoğlu, çev.). Büyüyenay Yayınları.

Karaman, H. (2017). *Ebû Bekir Râzî'nin ahlak felsefesi*. İz Yayıncılık.

Kindî. (2002). *Felsefî risaleler* (M. Kaya, haz. ve çev.). Klasik Yayınları.

Pattabanoğlu, F. Z. (2015). İslâm filozoflarının ölüm hakkındaki düşüncelerinde Stoacı filozofların etkisi. *EKEV Akademi Dergisi*, 19(64), 73-90.

Râzî, E. B. (2023). *Ruh Sağlığı* (H. Karaman, haz. ve çev.). İz Yayıncılık.

Saruhan, M. S. (2006). İslam filozof ve düşünürlerinde ölüm korkusu ve tedavisi. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47(1), 87–105.

Tûsî, N. (2007). *Ahlâk-ı Nâsırî* (Anar Gafarov, Zaur Şükürov çev.). Litera Yayıncılık.
Yıldırım, E. T. (2024). *İslam Felsefesi ve modern psikolojide ölüm korkusu*. Nobel Akademik Yayıncılık.

MODERN VE ÇAĞDAŞ DÜŞÜNCEDE FELSEFİ DANIŞMANLIK

Therapeutic Themes in Schopenhauer's Philosophy

Özlem Ünlü*

Abstract
One of the most significant figures in the history of philosophy to demonstrate that philosophy can serve as a profound theoretical resource for psychiatry and psychotherapy is Arthur Schopenhauer (1788–1860). By reinterpreting Kant's concept of the thing-in-itself as a non-rational, non-volitional will, Schopenhauer radically overturned the foundations of Western metaphysics. Unlike German idealism, he de-intellectualizes the will, presenting it as the irrational and all-encompassing principle of existence. In Schopenhauer's world—where the Aristotelian hierarchy of being collapses—there exists a blind, ceaseless striving for life within everyone and everything. The world, therefore, is the representation through which the will manifests itself. Yet, it is a representation that the subject recognizes as conditioned by causal relations. The philosophical problem then becomes in a world where we cannot be absolute agents, how can we exist as individuals. Schopenhauer's metaphysics suggests several therapeutic possibilities for addressing this question. First, by distinguishing reason from perception, the capacity of intuitive perception can be strengthened while bodily awareness—closer to perception—can reclaim its central role in human cognition. Second, since reason continually projects itself into past and future, it may obstruct one's capacity to remain in the immediacy of the present, which is the domain of perception. Thus, rethinking the body as the locus of presence offers a way to inhabit the present moment as a response to the suffering inherent in the world. Thus, Schopenhauer's metaphysics ultimately yields a therapeutic mode of subjectivity—one that becomes self-aware not in the past or future, but in the immediacy of the present as will itself.

Keywords: Schopenhauer, philosophical counselling, therapy, present, consciousness

Schopenhauer Felsefesinde Terapötik Temalar

Özet
Felsefenin, psikiyatri ve psikoterapi için önemli bir kuramsal kaynak olduğunu, felsefe tarihinde açık bir şekilde gördüğümüz figür Arthur Schopenhauer'dir (1788-1860). Kant'tan ödünç aldığı kendinde şey kavramını iradi olmayan bir isteme tasarlayarak Batı metafiziğini ters yüz etmiştir. Özellikle Alman idealizminden farklı olarak, Schopenhauer istemeyi iradi olmaktan çıkartır, irrasyonel öğeleri de içine alacak şekilde istemenin evrenin bütünü olduğunu öne sürer. Dolayısıyla, Aristoteles'ten beri gelen varlık hiyerarşisinin ortadan kalktığı Schopenhauer evreninde, herkeste, hepimizde ve her şeyde varolmaya dair kör bir isteme vardır. Dünya ise, özneden bağımsız her şeyde bulunan bu üst istemenin sahnelendiği bir tasarımdır. Dünya öznenin tasarımıdır ama öznenin nedensel ilişkilerle belirlendiğini bildiği bir tasarımdır. O zaman soru, mutlak fail olamayacağımız bu dünyada bireysel olarak nasıl varolacağımızdır. Schopenhauer'in bu soruya vereceği bazı terapötik cevaplar olabilir. İlkin aklı, algıdan ayırarak sezgisel algının kapasitesi güçlendirilebilir, algıya daha yakın olan bedenin insan bilişindeki etkisi göz önünde bulundurularak bedensel faaliyetlere yer açılabilir. İkinci olarak, yine akıl kendini, geçmiş ve geleceğe sürekli projeksiyon yaparak kurduğu için, algının yeri olan şimdide kalmanın önünde engel olarak görülebilir. Dolayısıyla, beden üzerinden şimdide kalmanın yollarını bulmak, bu dünyanın acısı karşısında alacağımız bir tavır olabilir. Schopenhauer'in metafiziği bize, belirli terapatik öğelerin doğal bir içerimiyle, kendi içsel varlığının isteme olarak, geçmişte ya da gelecekte değil, şimdinin farkında ya da özbilincinde olan bir öznellik sunacaktır.

* Asst. Prof., Selçuk University, Department of Philosophy. ozlmunlu@gmail.com, ORCID: 0000-0001-5260-5499

Anahtar Kelimeler: Schopenhauer, felsefi danışmanlık, terapi, şimdi, bilinç

Prelude

The relation between philosophy and therapy has always been made from a crucial point of reference for psychiatry and psychotherapy. Philosophical counselling, however, falls outside the scope of this essential relation till Irvin Yalom's work on Schopenhauer's therapeutic metaphysics. As Yalom uncovers in his 2005 novel, *The Schopenhauer Cure*, one of the most distinct figures through whom the relation of therapy with philosophy becomes visible is Arthur Schopenhauer (1788–1860). By reframing Kant's well-known concept of the thing-in-itself (*Ding an sich*) into the will (*Wille*), Schopenhauer profoundly influenced not only Sigmund Freud's theory of the unconscious but some of the greatest works of existential philosophy such as Jean-Paul Sartre's *No Exit* (Yalom, 2006, pp. 50, 64). In this respect, Schopenhauer obviously inspired theoretical frameworks that sought to bridge the gap between philosophical counselling, psychotherapy and even cinematherapy (Eroğul & Çevik, 2025, p. 129). To better understand the theoretical framework provided by Schopenhauer for the therapeutic themes of philosophical counselling, this contribution will initially focus on his engagement in Kant's critical project. Unlike the great figures of German idealism, Schopenhauer removes volition and agency from the concept of will, conceiving it instead as the totality of the world—one that encompasses irrational elements as well. The philosophical question, then, is 'in a world where we cannot be absolute agents, how are we to exist as individuals?' This question finds certain therapeutic responses throughout Schopenhauer's philosophy. As a natural implication of these therapeutic elements, Schopenhauer articulates a mode of subjectivity that becomes self-aware of its own inner being as will—no longer dispersed across past and future but situated into the immediacy of the present.

Recasting Thing-in-Itself as Will: Schopenhauer vs. Kant

Although it is posited as the ultimate ground of all phenomena, Kant's concept of the *thing-in-itself* remains theoretically inaccessible, since it does not pass through our representations and therefore cannot be integrated into the causal chain of perception. This Kantian notion notably inspired Schopenhauer's conception of the will. For Schopenhauer (2010b), "true and serious philosophy is still where Kant left it" (p. 443). Indeed, a return to Kant—to begin anew from within his critical framework—may itself be understood as a gesture of resistance to the absolutist tendencies embodied in the later figures of German idealism. As Schopenhauer (2010b) puts it: "I cannot see that anything has happened in philosophy between

Kant's time and my own, so I will take up directly from him" (p. 443). What Kant called the thing-in-itself, Schopenhauer (2010b) conceptualizes as the will (p. 448). Within the framework of German Idealism prior to Schopenhauer, the will was understood as a rational and conscious capacity—an intentional act of the subject. In Schopenhauer's philosophy, however, the will emerges as an immanent capacity inherent in all that exists—from the stone on the ground and the tree in the wood to animals and, ultimately, to human beings. The will is thus present immanently, in both the animate and inanimate alike.

Schopenhauer's appropriation of Kant's critical philosophy entails three major and interrelated philosophical consequences. First, in Schopenhauer's metaphysics, the Aristotelian hierarchy of being is abandoned since every single individual possesses the will. In Schopenhauer's world, the ontological hierarchy inherited from Aristotle collapses: there exists in everyone, in all of us, and in everything, a blind will to exist. The world, in turn, is a representation in which this will—present in all things independently of the subject—stages itself. *The world is my representation*, yet it is a representation whose causal relations determines the subject. Hence, the human being loses privileged position once secured through reason. Second, the will—common to all things—precedes thought, reason, and consciousness. Schopenhauer's conception of the will renders the human not an *actor* but a *spectator*; as a result, thought, reason, and consciousness are insufficient to restore the subject's agency (de Sousa, 2017, p. 157). Reason, rather than making the subject an agent, operates under the influence of the will; it is a faculty that merely executes the commands of will. Reason, says Schopenhauer, lives under the dominion of the will. No matter how strongly we believe that the world is constructed through the abstract concepts of reason and thought, the will remains powerful enough to act on its own. The highest human achievements—those we exalt as products of intellect and reason—are in fact expressions of the will: refined, sublimated, and ornamented manifestations of its fundamental striving. Consequently, from the standpoint of will, there is no qualitative difference between hunting in nature and pursuing a PhD in university. In both cases, the will objectifies itself within the world of representation.

Thus, Schopenhauer invalidates the *ego* or *subject* that German idealism had constructed through immense philosophical labour up to his time, by demonstrating that it is not at all what it was presumed to be. Since early modernity, the will has functioned as the capacity that constitutes the subject precisely through its negation of nature—its ability not to be determined by anything natural. This is evident, for instance, in Kant's "negative concept of freedom" (Kant, 1999, p. 13) and in Hegel's concept of abstract right (Hegel, 2008, 31). As this very capacity stands before us as the foundation upon which culture owes its existence,

Schopenhauer introduces a metaphysics that exposes the delusional construction of the subject itself. The philosophical question, then, is 'in a world where we cannot be absolute agents, how are we to exist as individuals?' This question finds certain therapeutic responses throughout Schopenhauer's philosophy.

The third consequence, as Schopenhauer himself formulates, is the conception of *the world as will and representation*. This duality, however, is not to be understood as antagonistic, nor as the division of two ontological realms; rather, it signifies two inseparable aspects of a single world. In contrast to Kant's distinction between the noumenal and phenomenal—or between the purely theoretical and practical—and unlike Plato's separation of ideas from appearances, accessible only through a philosophical ascent, Schopenhauer's duality resists any such hierarchical or moral separation (Schopenhauer, 2010b, 447). It is not a structure that presupposes a privileged standpoint, or the exceptional conditions required for moral action. Whatever takes place, takes place in everyone, in everything, and only within this world.

In the context of today's globalized world, which increasingly demands the homogenization of cultural forms, Western metaphysics appears to persist in the antagonistic engagement with nature. Humanity, if not yet extinguished, exists in a liminal state, unable fully to live or to die in peace. The enduring tension between culture and nature has, consequently, produced global culture as a structure that is anthropocentric, egocentric, and by extension, megalomaniacal. It is therefore imperative to reconceptualize the relationship between nature (*Natur*) and culture (*Bildung*), not as one of antagonism but as that of continuity. As long as metaphysical frameworks remain grounded in the oppositional logic of nature and culture, transformative change remains unattainable. Within this broader philosophical dynamic, the practice of philosophical counselling can be seen as a therapy that emerges from a conceptualization of the world committed to relationality among all forms of existence.

Schopenhauer's philosophy, unlike framing the antagonism between nature and culture, can be understood as offering a conceptual framework in which culture is constructed upon nature. For him, one may strengthen the capacity to distinguish reason from understanding and perception, while at the same time acknowledging the influence of the body—closer to perception—on human cognition, thereby creating space for bodily activities. Since reason is oriented toward the past and future, they can be seen as obstacles to remaining in the present, which is the locus of perception. Hence, finding ways to stay in the present with the help of the body may constitute a possible stance toward the suffering inherent in this world. In contrast to the constant affirmation of life by positive psychology and positive therapy, Schopenhauer's philosophical thought contains therapeutic elements that invite reflection on a form of *healthy*

asceticism—one that becomes possible only through the renunciation of certain social bonds and a turning inward toward oneself.

Before All Else: The Principle of Sufficient Reason

In the preface to his 1819 magnum opus, *The World as Will and Representation* (*Die Welt als Wille und Vorstellung*), Schopenhauer clearly states that before delving into his philosophy, it is imperative to read *On the Fourfold Root of the Principle of Sufficient Reason* () (Schopenhauer, 2010, p. 7). Having underpinned the "whole system", it is his doctoral dissertation accepted by University of Jena and published in 1814 (Schopenhauer, 2012, p. 3). Along with the law of identity, noncontradiction and excluded middle, the high principle of early modern rationalism, the principle of sufficient reason, operates on the assumption that 'everything has a reason' or "nothing is without a reason why it is" (*Nihil est sine ratione cur potius sit, quam non sit*) (Schopenhauer, 2012, p. 10). The principle of sufficient reason, although often regarded as the fourth principle of logic alongside the three classical ones, cannot properly be categorized as a formal logical principle, for it carries the claim of explaining all existence within the domain of being and becoming. Logical principles tell us which of the predicates belong to the subject whereas the principle of sufficient reason allows us to say *why* that predicate belongs to that subject or *why* "it is thus and not otherwise" (Leibniz, 2014, p. 32).

To this view, if the necessary and sufficient reason for a being can be found, then knowledge of that being is also to be attained. Explaining the existence of beings by grounding them in the principle is equivalent to demonstrating their causes; hence, to determine the reason for something is to know it. In this way, early modern rationalism, particularly in Leibniz's philosophy was able to formulate the problem of being—a metaphysical question—as an epistemological one. Yet, the first difficulty arising from the operation of the principle of sufficient reason stems from the idea that if everything has a sufficient reason to come into being, then everything must be determined. Why could not it be possible that being exists without reason? In other words, if all things are determined by a sufficient reason, where then, could freedom find its place? Second difficulty arising from the principle of sufficient reason is early modern rationalism and Cartesian philosophy's tendency to formulate the metaphysical question of being as to be an epistemological one and its consequent illusion of having thereby resolved it.

For the ultimate philosophical solution of both difficulties, Kant rejected the principle of sufficient reason by distinguishing between the theoretical and practical existence of an object.

A logical principle, for Kant, by itself, cannot make any claim about the domain of being, for it merely accounts for analytic propositions. Thus, Kant undermines the authority of the principle "as an epistemological principle and tool of metaphysical enquiry" (Gardner, 2017, p. 12). Only in this way, could Kant distinguish between pure reason and pure practical reason—that is, between the ideas of phenomenal objects and the postulations of noumena. It would not be inaccurate to say that Kant, in this way, sacrifices metaphysics as the principle of inquiry into being—both in the name of science and by rendering it scientific—and, in return, finds a way to reintroduce free will into the Critical project.

In returning to the principle of sufficient reason, Schopenhauer does not overlook the implications of Kant's rejection of this principle. For Schopenhauer, if the problem of metaphysics remains to be metaphysical rather than epistemological, the problem of free will is to be resolved into a conception of the will with no freedom. Thus, Schopenhauer approaches two difficulties above mentioned conjointly by engaging with the notions of Kantian transcendental idealism while departing from other post-Kantians of German idealism. He strictly denies any sort of absolute knowing, optimism, or progressivism, instead, embraces the Kantian idea of limiting human knowledge with the four types of the representations of relations of objects.

Schopenhauer's Fourfold Root

Schopenhauer restores the principle of sufficient reason—struck by Kant with a fatal blow—to metaphysics in a distinctly and ironically Kantian manner, as a principle of explanation about all phenomenal relations. In other words, Schopenhauer preserves Kant's secular distinction, albeit on an entirely different ground. Schopenhauer's principle of sufficient reason, with Kant's contribution, no longer aims merely to provide an explanation related to the 'why question' but rather to account for the very structure of experience. Consciousness, says Schopenhauer, cannot conceive of anything as objective until it reaches the point at which it can no longer ask the question 'why'. We can understand an object only insofar as we determine it as the reason or cause of something else. Thus, a limitary situation for consciousness can arise only within a specific context and relation.

On Schopenhauer's account of the fourfold root of the principle of sufficient reason, for one thing to be the sufficient reason of another is possible in four distinct ways, and these four kinds of reasons follow one another. Within the Schopenhauerian world, all necessary connections fall under one or more of the following four categories of causality. (1) The principle of sufficient reason of becoming explains "alteration" as the causal relations of

positive and natural sciences (Schopenhauer, 2012, p. 38). The causal relation between the liquid in temperature and outside temperature can be expressed in the form of law that the cause of the liquid's rise is the increase in temperature. For Schopenhauer, the ultimate explanation of causality in the physical world can be given in three forms: matter (the periodic table, fundamental particles), natural forces (energy, gravity, magnetism, electricity), and natural laws (e.g., the law of conservation). If you ask a scientist what matter, energy, or gravity *is*, they cannot answer. Here lies the limits of science. Gravity is understood only relational within a formula, such as $E = mc^2$. Thus, Schopenhauer maintains that the cause of an event can only be another event; it is never an individual object.

On Schopenhauer's account of the chain of causality where an event is both the effect of a prior and the cause of a posterior event, the principle of sufficient reason for becoming constitutes "a whole of nature" in which everything is related to everything else—like a big extended family in which you know all your relatives. A cousin can exist only through an aunt, yet "the inner essence of the forces" for all these relations remains unexplained by this principle; it simply *is* (Schopenhauer, 2010a, p. 122). There exists, says Schopenhauer, "a piece of marble" between the appearance and the inner essence (Schopenhauer, 2010a, p. 121). At this point, it would be appropriate to say that Schopenhauer heralds the return of metaphysics to the inner essence of things—its proper domain, long left impotent by Kantian critical philosophy (2010a, p. 120).

(2) The principle of sufficient reason of knowing accounts for abstract or sublimated representations of reason as distinct from intuitive representations of understanding (Schopenhauer, 2012, p. 94). The capacity of reason produces "representations of representations", thoughts, concepts, words, decisions, judgments, decisions, discretions (Schopenhauer, 2012, pp. 94-95). The cognitive faculty of reason, as being unique to human, says Schopenhauer, is what distinguishes human from animal. (3) The principle of sufficient reason for the form of any sort of representation provides spatiotemporal framework. According to this, every point in time is arithmetically determined by another, and every point in space is geometrically determined by another. This constitutes the mathematical form—that is, the form of geometry and arithmetic (Schopenhauer, 2012, pp. 124-125). (4) The last principle of sufficient reason is grounded in the subject of willing whose self-consciousness is aware of two things: the one cognizing and the other cognized. Just as the first common capacity of intuition is that through which the willing subject becomes aware of objects external to itself, here the willing subject becomes conscious of itself—not as sensing, understanding, or knowing, but as willing—and thereby attains self-consciousness.

The Double Consciousness of Body in the Present

Our way of perceiving, reasoning, and thinking about the world unfolds in these four modes of representation. As becomes apparent in the first principle of becoming, for Schopenhauer, to be aware of something in a way of consciousness—that is, to have conscious awareness of it—is to possess an intuitive representation of it. By this, Schopenhauer means having a direct representation of a particular spatiotemporal object that stands in causal relations with other objects. To perceive or to be consciously aware of something does not require the capacity to think about it. In other words, to transform sensory data into the *immediate* representation of an object, we need not possess concepts—general or abstract representations. Quite the opposite, "the concept derives its value solely and exclusively from perception" (Aktaş, 2024, p. 131). This, argues Schopenhauer, takes place "at neutral point between two divergent directions of time which is called the *present*" (Schopenhauer, 2012, p. 35). Self-consciousness is given "through inner experience", that is, "only in time" (Schopenhauer, 2012, p. 136). Thus, self-consciousness renders the willing subject an object of representations. At this juncture, Schopenhauer asserts that the 'I' stands at once as the subject and the object of both will and representation; and that, for this very reason, their 'inescapable identification' forms "the knot of the world"—the sole and proper subject of metaphysics (2012, p. 136). This is *body* in which every duality and antagonism is to overcome ultimately.

The body within the world as representation cannot be conceived apart from the body within the world as will. The same body plays a key role in disclosing "the whole riddle of the world" (Schopenhauer, 2010b, p. 447). As the immediate manifestation of the will, the body is a genuine act. The act—or manifestation—of the will is nothing other than the movement of the body itself (Schopenhauer, 2012, p. 125). Everything we apprehend through our senses and perception takes form in the empirical world as the objectification of the will. At this point, Schopenhauer maintains that no causal relation can be established between the will and the body; they are given either immediately or intuitively (Schopenhauer, 2012, p. 124-125). To say that this relation is immediate is to say that there is no distinction between them.

It is precisely at this juncture that Schopenhauer's reflection on the body acquires decisive importance. As subjects, we sense and perceive our own body as an object within the world of representation—thus we take it to belong to that order. Yet our subjectivity cannot be grasped through an act of perceiving the body merely as object. To unriddle it, we must think the first principle of sufficient reason along with the fourth principle in which "the identity of the will and the body" comes into being through self-consciousness. Within the tradition of Western

metaphysics, the subject has been imagined as "a winged cherub's head without body"—an abstraction purified of flesh (Schopenhauer, 2012, p. 124). Subjectivation has been wrongly equated with spiritualization, as though grasping the truth required the renunciation of embodiment. For Schopenhauer, however, such a conception does nothing but estrange the subject from the essence of things, from what he names the will.

Thus, insofar as the body is the immediate objectification of the will, it is not an object among other objects. The reason I raise my hand is not that I will it to be raised. Viewed from the standpoint of representation, my body—my hand, in this case—appears within the network of causality, and therefore also within the field of conflict as "[w]illing and doing are different only for reflection" (Schopenhauer, 2012, p. 125). Yet from the standpoint of the will, no such causality can be posited, and hence no conflict can arise. For Schopenhauer, Western metaphysics has always privileged the former perspective. And yet, our body is both representation from without and will from within. In this sense, *The World as Will and Representation* could also be read as *The Body as Will and Representation*: our body is both an object among objects and the dwelling in which we find ourselves. It is, at once, a representation that may estrange us as any ordinary object might, and the manifestation of the will in which we may feel most at home—both ordinary and singular, native and foreign, distant and near, will and representation.

Schopenhauer names this peculiar relation between the human being and the body the "double cognition" according to which "the body is only representation of which he is conscious, not just as a representation, but at the same time in an entirely different way, as a will" (Schopenhauer, 2012, p. 128). Human beings attain their very subjectivity within the world of representation only through the body. Here, the body—long burdened by Western metaphysics with conflict—emerges as a *topos* through which truth itself becomes accessible, no longer merely as an object but as the very site of proximity to the will.

The will, which renders all life possible and sustains its continuation, stands outside the forms of space, time, and causality. Continuous and unceasing, the Schopenhauerian will functions as a principle of life itself. To ask for the cause of the will is already to misplace the question, for no such cause can be given. The will, therefore, has neither cause nor purpose; it has no origin and no telos. Accordingly, within the causal chains that constitute the world as representation—those established through sense, perception, and understanding—we can conceive neither a first cause (past) nor a final cause (future). Representations are infinite precisely because they cannot be delimited by what is beyond representation. Hence there is no creation, as Christianity asserts, nor will there be an end—whether imagined as apocalyptic,

dystopian, or utopian. Any metaphysical demand, therefore, cannot be satisfied by an explanation that remains within the representational order out of reason. As Schopenhauer himself puts it, we can never reach the essence of things from without—that is, from the standpoint of the world merely as representation.

Life, from the very moment it enters the world, is a death endlessly deferred. Knowledge, wisdom, and reason cannot sever human beings from the consciousness that they live each day toward death. On the contrary, as one's capacity for reasoning deepens, so too does one's awareness of the cycles that govern existence—and, in parallel, one's suffering intensifies. In Irvin Yalom's *The Schopenhauer Cure*, the figure of psychiatrist diagnosed with skin cancer embodies this paradox: precisely because he is a doctor—because he knows too much—his pain, his panic, and his terror are all the greater. Yet for Schopenhauer, there remain certain possibilities by which this cycle might be broken. The first is through the artistic rupture of the cycle—precisely because the artist takes no pleasure in it. An ascetic disposition, likewise, may resist the demands of the body through a consciousness act of negation, thereby eluding the circularity of the will.

Yet if we are neither artists capable of suspending the will through aesthetic contemplation nor ascetics to renounce the willing altogether, there remains a subtler possibility: to dwell in the present as a subject. This does not mean the negation of the will, but rather its therapeutic attunement. To inhabit the present without projection, without stretching oneself toward a deferred past or imagined future, is to experience one's inner being as will only in the immediacy of the now.

Epilogue

Until Schopenhauer's intervention, we, the human being, were assumed to be unique in that, although originating from nature, we stand in opposition to it. This marks a profoundly disruptive beginning: human existence commences through the denial of that which is inherently part of itself. Western metaphysics has historically conceptualized this process as the *nature–culture* conflict. From the outset, being is framed within this struggle against nature. Humanity conceives of its habitation and development as achievable only through the subjugation and negation of the natural world, shaping it into instruments such as breakwaters, and in the process, discovering its identity and exercising its freedom.

With Schopenhauer, however, as the very founder, the ego, subject the centre of this conflict has been rendered invalid by reconstituting the willing subject not through its negation,

but through its sublimation of nature. The persistent tension between culture and nature keeps generating a global perspective that is fundamentally anthropocentric, egocentric, and, by extension, megalomaniacal so long as Western metaphysics continues to sustain an antagonistic stance toward nature. Thus, Schopenhauer's principal contribution lies in offering a metaphysics capable of transforming our very perspective which can give a way to a genuine transformation. Within this broader philosophical horizon, the practice of philosophical counselling may be understood as a form of therapy emerging from a perspective that affirms relationality, rather than hierarchical rationality, among all modes of existence. Only in this way, one might propose remaining in the present as a subject—not as a way of negating the will, but as a way of therapeutically engaging it. To act without projecting oneself into past or future, to do whatever one does within the concreteness of the present moment, is to be conscious of one's inner being as will only in the now.

References

Aktaş, A. O. (2024). Schopenhauer'in Kant eleştirisi. In S. Salman (Ed.), *Kant sonrası Kant*. (pp. 113-144). Alfa.

de Sousa, L. (2017). Schopenhauer on perception, consciousness, and self-awareness. In J. Head and D. V. Auweele (Ed.), *Schopenhauer's fourfold root*. (pp. 144-161). Routledge.

Eroğul N., & Çevik M. (2025). Sinematerapi ile felsefi danışmanlık: "Whiplash filmi örneği"nde Nietzsche ve ruhsal güçlenme. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 40, 127-153. https://doi.org/10.53844/flsf.1630542

Gardner, S. (2017). Schopenhauer's metaphilosophy: How to think a world without reason. In J. Head and D. V. Auweele (Ed.), *Schopenhauer's fourfold root*. (pp. 11-31). Routledge.

Hegel. G. W. F. (2008). *Outlines of the philosophy of right*. Oxford University Press.

Kant, I. (1999). *Metaphysical elements of justice*. Hackett Publishing Company, Inc.

Leibniz, G. W. (2014). Monadology. In L. Strickland, *Leibniz's monadology: A new translation and guide*. Edinburgh University Press.

Schopenhauer, A. (2010a). *The world as will and representation Vol*. I. Cambridge University Press.

Schopenhauer, A. (2010b). Appendix: Critique of the Kantian Philosophy. In A. Schopenhauer, *The world as will and representation Vol*. I. (pp. 441-567). Cambridge University Press.

Schopenhauer, A. (2012). On the fourfold root of the principle of sufficient reason. In D. E. Cartwright, E. E. Erdmann, & C. Janaway (Eds), *On the fourfold root of the principle of sufficient reason and other writings*. Cambridge University Press.

Yalom, I. D. (2006). *The Schopenhauer Cure: A Novel*. Harper Collins Publishers.

Isdırap ile Can Sıkıntısı Arasında Salınan İnsan: Schopenhauer'ın Felsefesinden Bir Felsefi Danışmanlık Pratiği

Nebile Eroğul*

Özet

Bu çalışma Arthur Schopenhauer'ın kötümser felsefesi bağlamında insan varoluşunun temel bunalımlarını -ısdırap ve can sıkıntısı- merkeze alarak, bu düşünsel çerçevenin felsefi danışmanlık pratiğinde nasıl yol gösterici olabileceğini incelemektedir. Felsefe tarihinde Stoacı, Spinozacı ve Epikürcü görüşlerin mutluluğu ve yaşam sevincini temel alan mutluluk felsefelerine rağmen Schopenhauer'ın varoluşu mutsuzluk söylemi ile ilişkilendirmesi kendisinden sonra gelen düşünürleri de derinden etkilemiştir. Schopenhauer'a göre insan hayatı, arzuların tatmin edilemezliği nedeniyle sürekli bir tatminsizlik döngüsü içinde salınan bir sarkaç gibidir ve bir uçta ısdırap, diğer uçta can sıkıntısı yer almaktadır. Bu döngü günümüz bireylerinde daha da belirginleşmiş, kalıcı mutluluğa ulaşma çabası çoğu zaman daha derin bir varoluşsal boşluğa dönüşmüştür. Çalışmada Schopenhauer'in irade kavramı ile mutluluğun "olumsuz" tanımı üzerinden bireyin yaşadığı içsel çelişkiler analiz edilmekte, bu yaklaşımın felsefi danışmanlık sürecinde bireyin farkındalığını artırıcı potansiyeli değerlendirilmektedir. Ayrıca çalışmada Rousseau ve Moravia gibi düşünürlerin can sıkıntısı üzerine fikirlerine de yer verilerek varoluşsal boşluk deneyiminin tarihsel ve kültürel sürekliliği de vurgulanmaktadır. Bu çalışmada terapi odasına gelen danışana Schopenhauer'ın felsefesinden bakılarak danışanın ısdırap ve can sıkıntısı ile ilgili varoluşsal boşluğuna nasıl yaklaşılabileceği, bu kapsamda felsefi danışmanların alet çantasına neler konulabileceği incelenmektedir. Çalışmada Schopenhauer'ın yaşamın trajik doğasına dair kötümser görüşlerinin, bireyin yaşamını anlamlandırma sürecinde özgürlük, kabulleniş ve değer inşası gibi felsefi danışmanlık ilkeleriyle yeniden yorumlanabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Danışmanlık sürecinin ise "ısdırap ile can sıkıntısı arasında salınan" bireyin yaşamında farkındalık ve düşünsel bir dönüşüm sağlamaya yönelik bir rehberlik işlevi üstlenebileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Felsefi danışmanlık, kötümserlik, ısdırap, can sıkıntısı, sarkaç metaforu

The Human Swinging Between Suffering and Boredom: A Philosophical Counseling Practice from Schopenhauer's Philosophy

Abstract

This study examines how Arthur Schopenhauer's pessimistic philosophy, which centers on the fundamental predicaments of human existence—suffering and boredom—can serve as a guiding framework in philosophical counseling practice. Despite the philosophies of happiness in the history of thought, such as the Stoic, Spinozist, and Epicurean perspectives that emphasize joy and the pursuit of happiness, Schopenhauer's association of existence with the discourse of unhappiness profoundly influenced subsequent thinkers. According to Schopenhauer, human life resembles a pendulum swinging within a cycle of perpetual dissatisfaction caused by the insatiability of desires, with suffering on one end and boredom on the other. This cycle has become even more pronounced in contemporary individuals, where the pursuit of lasting happiness often turns into a deeper existential void. The study analyzes the concept of will and Schopenhauer's "negative" definition of happiness to explore the inner conflicts experienced by individuals, while evaluating the potential of this approach to enhance awareness within the philosophical counseling process. In addition, the ideas of thinkers such as Rousseau and Moravia on boredom are included to highlight the historical and cultural continuity of the experience of existential emptiness. Within this study, attention is given to how a client in the counseling room, viewed through the lens of Schopenhauer's philosophy, may approach their existential void shaped by suffering and boredom, and what tools philosophical counselors might include in their toolkit in this regard. The study concludes that Schopenhauer's pessimistic views on the tragic nature of life can be reinterpreted through

* Dr., Millî Eğitim Bakanlığı, Ankara, nebileerogul@gmail.com

the principles of philosophical counseling—such as freedom, acceptance, and the construction of values—in the individual's process of making sense of life. The counseling process, in turn, is considered to fulfill a guiding function aimed at fostering awareness and intellectual transformation in the life of the individual who "swings between suffering and boredom."
Keywords: Philosophical counseling, pessimism, suffering, boredom, pendulum-swing metaphor.

Giriş

Felsefi danışmanlık varoluşsal sorunları, etik ikilemleri, metafizik krizleri ve varoluşun anlamına ilişkin sorunları çözmeye yönelik diyaloğa dayanan profesyonel bir uygulamadır. Bununla birlikte felsefi danışmanlık gerçekliği ve özgünlüğü, kişisel gelişim için çözümleri, kişisel ve profesyonel başarıyı felsefenin bakış açısı ile formüle eden bir etkinliktir. Felsefi danışmanlık sürecinde yaşam, ölüm ve mutluluk yanında kişisel düşünce ve duygular gibi pek çok konu ele alıp değerlendirilmektedir (Frunza, 2022). Başka bir deyişle felsefi danışmanlık danışanların kendi iyi yaşamlarına ulaşabilmeleri için gereken değerleri ve karakteri inşa etmelerine yardımcı olmak amacıyla felsefenin tüm kaynaklarını kullanan bir yaşam yoludur (Fatić, 2013).

Felsefi danışmanlık bireylerin yaşam durumlarını iyileştirmek için rehberlik etmekte, bu süreçte de danışan ile danışman felsefe yapmaktadır. Açık uçlu sorular yoluyla bireylerin yaşamları üzerine düşünmeleri sağlanırken felsefi danışmanlık psikolojik sorunların tedavisine bir alternatif olarak görülmektedir. Felsefi danışmanlığın bu özelliği, alan yazında felsefenin ortaya çıktığı ilk dönemlerden beri var olan pratik amaçlarına radikal bir geri dönüş olarak da değerlendirilmektedir (Schuster, 1992).

Felsefi danışmanlık pek çok disiplin gibi tek bir birleşik alandan oluşmamaktadır. Bu bağlamda felsefi danışmanlığın bir yaklaşımlar kümesinden oluştuğu düşünülmektedir (Lahav, 1996). Bunlar arasında varoluşçuluk, fenomenoloji, hermeneutik ve daha fazlası sayılabilir. Felsefi danışmanlık bir yaklaşımlar kümesinden oluşsa da tüm felsefi danışmanlık yaklaşımlarında ortak olan, danışman ile danışanın seans sırasında felsefe yapmalarıdır. Felsefi danışmanlık gibi diğer terapi yaklaşımlarında (örneğin varoluşçu terapide) danışman danışana belirli bir felsefi temelle yaklaşmaktadır ancak bu, terapi sırasında danışmanla danışan arasında felsefi bir diyalog başladığı anlamına gelmemektedir. Bu bağlamda felsefi danışmanlıkta diğer psikoterapi yaklaşımlarından farklı olarak seans içinde açık bir felsefi diyalog gerçekleştiği söylenebilir (Lahav, 2001).

Felsefi danışmanlıkta danışanın varoluşsal boşlukları, krizleri ve problemleri seansa taşınmaktadır ve varoluşsal problemler, etik ikilemler, metafizik krizler ve varlığın anlamıyla ilgili çözüm arayışları diyaloğa dayanan profesyonel bir uygulama ile seans içerisinde ele

alınmaktadır (Frunza, 2022). İyi oluş süreci kişinin gündelik yaşamını ve rutinlerini zorlanmadan devam ettirmesi yanında burada sözü edilen sorunlara bir yanıt bulmak, bu soruları konuşmak ve bilişsel olarak yanıt aramak ile de ilişkili görünmektedir.

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) seanslarında DSM-5 tanı kriterlerine göre depresyon, anksiyete, hipokondriya ve fobiler kapsamında değerlendirilen birçok işlev bozucu semptomun, sıklıkla varoluşsal anlam eksikliği veya bireyin yaşamına dair kapsamlı bir yönelimin bulunmamasıyla ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Bu semptomlarla seansa gelen danışanların önemli bir bölümünün çeşitli ahlaki ikilemlerle zihinsel ve duygusal düzeyde mücadele ettikleri tespit edilmiştir. Depresyon ya da anksiyete tanılarının, nadiren yalnızca yüzeyde gözlemlenen semptomların toplamı olduğu; bu semptomların semptomatik yaklaşımlarla geçici olarak hafifletilebilse de temelindeki varoluşsal yapısal unsurlar ele alınmadığı sürece kalıcı bir iyileşme sağlanamadığı ileri sürülmektedir (Popescu, 2015). Psikolojik semptomlar gösteren danışanlara aynı zamanda varoluşsal sorunlar da eşlik etmektedir. Çok çeşitli varoluşsal sorunların temelinde anlam sorunu, ölüm gerçekliği karşısında yaşamın anlamsızlaşması gibi bunalımlar söz konusudur. Bu yaşam olayları karşısında kişiler, ısdırap ve can sıkıntısı yaşayabilmektedir.

1. Günümüz İnsanının Can Sıkıntısı Deneyimine Tarihsel Bakış

Kültürler içerisindeki en güçlü ve belirleyici "gerçekler" çoğu zaman açıkça dile getirilmeyen ancak sessiz bir kabul ile sürdürülen yapılar olarak varlık göstermektedir. Bu bağlamda bireylerin pek çok davranışının temelinde çoğu zaman farkında olmadan, can sıkıntısını önleme ya da azaltma amacıyla "ilgi" ya da "eğlence" arayışına yönelmeleri yatmaktadır. Bu temel sav Batı düşüncesi açısından rahatsız edici ve marjinal kabul edilebilecek bir yaklaşımdır; zira Batı kültüründe egoya dayalı bireysel ve kolektif kimlikler, evrendeki diğer bireylerden, topluluklardan, türlerden ve nesnelerden ayrışarak değerli ve üstün bir "ben" inşasını merkeze alır. Egonun bu yapısal işlevi, öz-kavrayışın sürekliliğini sağlarken bireyin dünyayla kurduğu ilişkiyi de belirler (de la Peña, 2023). Bu bağlamda isteklerinin peşinde koşan günümüz insanının isteklerine ulaştıkça yeni istekler peşinde koşması ama diğer yandan da can sıkıntısı yaşaması farkına varılması gereken bir gerçekliktir.

Günümüzde insan sahip olduklarına ve işlevlerine indirgenen bir tavırla ele alınmaya başlanmıştır. Bu durum insanın tinselliğinin göz ardı edilmesine neden olmuştur (Karadağ, 2025). Bu kültür içerisinde insan, kendisini sahip olma ve daha fazla işlev elde etme arzusu ile baş başa bulmuştur. Bu arzu ve arzulara ulaşma sonrası can sıkıntısı yaşayan birey yaşamını anlamlı kılacak değer, amaç ve yönelimlerden kopmuş olması nedeniyle yoğun ve nahoş bir

varoluşsal deneyimi yaşamaktadır. Değişen bu duygu durumu geçici bir ilgisizlik gibi görünse de kişinin benliğiyle ve yaşamın anlamıyla kurduğu ilişkinin zayıflamasına işaret eden derin bir anlam krizidir. Alanyazında, bireylerin bu tehdit edici farkındalıktan kaçmak için nostalji, ideolojik bağlılıklar gibi kültürel anlam kaynaklarına yöneldikleri veya öz farkındalıklarını azaltan savunma davranışları sergiledikleri ifade etmektedir. Can sıkıntısı, bu yönüyle psikolojik bir semptom olmanın ötesinde, danışanın yaşamına dair temel bir sorgulamayı tetikleyen varoluşsal bir çağrıdır ve terapi sürecinde bu boşluğun yapıcı biçimde ele alınması önemlidir (Moynihan, Igou ve van Tilburg, 2021). Bu bağlamda kişinin yaşadığı ısdırap ve can sıkıntısı arasındaki salınım hâli varoluşsal boşluk yaşaması ile ilgili bir problem olarak görünmektedir.

Rousseau'dan başlayarak Moravia'ya uzanan tarihsel süreçte, can sıkıntısı modern bireyin içsel boşluk ve anlamsızlık deneyimiyle doğrudan ilişkilendirilmiştir. Rousseau, modernleşmenin birey üzerindeki etkilerini ele alırken özellikle bireyin doğallıktan kopuşuyla ortaya çıkan içsel boşluğa dikkat çekmektedir. Ona göre modern toplumun mekanizmaları bireyin doğal bütünlüğünü zedelemekte ve bu durum can sıkıntısına zemin hazırlamaktadır (Rousseau, 1762/2008). Bu boşluk bireyin kendini anlamlandırma kapasitesinde bir erozyona yol açmakta ve birey anlam arayışında çeşitli savunma mekanizmalarına yönelmektedir. Moravia ise bu temayı 20. yüzyılın modern bireyinin deneyimlerine taşımaktadır. Onun çalışmalarında can sıkıntısı modern yaşamın hız, teknoloji ve yabancılaşma koşullarında ortaya çıkan anlam yoksunluğunun bir belirtisi olarak görülmektedir (Moravia, 1960). Moravia'nın analizleri bireyin varoluşsal boşluğunu hem toplumsal hem de psikolojik açıdan derinleştirmekte, bu da çağdaş bireyin kimlik ve anlam krizlerini anlamada kritik bir çerçeve sunmaktadır.

Daly (2024) ise can sıkıntısı olgusunu modernliğin içsel bir sorunu olarak görmemekte, "tarihin sonu" bağlamında ele alınması gereken özgün bir varoluşsal-politik mesele olarak kavramsallaştırmaktadır. "Tarihin sonu" burada Francis Fukuyama'nın teriminden esinle, politik ve sistemsel dönüşümün olanaksızlaştığı, tarihsel devinimin ve kontenjanın (olumsallığın) kaybolduğu bir durumu ifade etmektedir. Bu bağlamda can sıkıntısı, zamansal boşluk ya da anlamsızlık hâli olması yanında, tarihsel devinimin durmasıyla ortaya çıkan varoluşsal bir donukluk ve özgürlüğün yitimi olarak yorumlanmaktadır.

Daly'nin (2024) can sıkıntısı olgusuna yönelik argümanı 4 unsura dayanmaktadır: Rousseau ve Fukuyama da tarihsel devinimin sona erdiğini, yani anlamlı politik değişimin artık mümkün olmadığını ifade etmektedir. Ona göre toplumlar, post-tarihsel bir can sıkıntısı ile

karakterize edilmektedir. Bu can sıkıntısı zamanın durağanlaştığı, yeniliğin ya da mücadelenin tükendiği bir durumla ilgilidir. Hem Rousseau hem Fukuyama tarih dediğimiz şeyin motoru olan "tanınma mücadelesi"nin post-tarihsel dönemde yok olduğunu savunmaktadır. Tanınma arzusunun kaybı, bireylerin toplumsal anlam üretme ve kendilerini gerçekleştirme kapasitesini zayıflatmakta, bu da can sıkıntısına neden olmaktadır. Fukuyama, post-tarihsel can sıkıntısını bir tür rahatsız edici dürtü olarak görmektedir. Bu dürtü ise tarihi yeniden başlatma potansiyeli taşımaktadır ama bu dürtü hiçbir zaman tam anlamıyla başarılı olamamaktadır. Rousseau ise bu durumu dengeli, huzurlu ve doğaya uygun bir varoluş hâli olarak yorumlamakta, can sıkıntısı burada bir tür dengeleyici istikrar işlevi görmektedir. Daly (2024) neoliberal toplumda görülen duygusal yoğunluk, haz, heyecan ve deneyim arayışının da post-tarihsel can sıkıntısıyla iç içe geçtiğini öne sürmektedir. Bu bağlamda can sıkıntısı bir boşluk hissi olması yanında aşırı uyaran arayışı ve yapay yoğunluk üretimi ile karakterize edilen bir çelişkili durumu temsil etmektedir. Günümüz insanı teknoloji, sosyal medya bağımlılığı gibi alanlarda zorlanmalar yaşarken aslında varoluşsal boşluk ile ortaya çıkan can sıkıntısını hafifletmeye çalışmaktadır.

Tüm bunlar can sıkıntısının bireysel bir deneyim olması yanında tarihsel ve toplumsal bir bağlama da sahip olduğunu göstermektedir. Tarihsel bağlamda can sıkıntısı, tarihin ilerleyişinin durduğu, yani büyük anlatıların ve devrimci dönüşümlerin sona erdiği bir çağın duygulanımıdır. Neoliberal toplumda bu sıkıntı, tüketimle, deneyimle ya da duygusal yoğunlukla telafi edilmeye çalışılmakta ancak bu telafi biçimleri de geçici olup can sıkıntısını yapısal olarak bastıramamaktadır. Varoluşsal düzeyde can sıkıntısı ise bireylerin kendilerini gerçekleştirme olanaklarının daraldığı, anlam ve hedef yitimine uğradığı bir ruh hali yaratmaktadır.

Felsefi danışmanlık, bu tarihsel ve kavramsal arka planı kullanarak danışanın can sıkıntısının altında yatan varoluşsal, tarihsel ve toplumsal dinamikleri fark etmesini sağlayabilir. Can sıkıntısının ardındaki tarihsel ve sosyal gerçekliği görmek, durumun bireysel bir psikolojik semptom olarak görülmemesi gerektiğini göstermektedir. Can sıkıntısının bireysel, tarihsel ve kavramsal arka planını görmek bireyin yaşamında anlam ve amaç inşasında bir dönüm noktası olabilir (Gibbs, 2011). Bu perspektif bireyin kendi varoluşuna ilişkin sorunlarını düşünmesine ve yaşamında özgün bir anlam yaratma sürecine aktif olarak katılmasına imkân vermektedir. Rousseau ve Moravia'nın can sıkıntısına dair tarihsel ve felsefi analizleri, günümüz bireyinin yaşadığı varoluşsal boşluk sorununu anlamak ve felsefi danışmanlık pratiklerine entegre etmek için bir temel oluşturmaktadır. Bu perspektif kapsayıcı bir bakışla tarihsel, toplumsal, kültürel ve küresel bağlamı kucaklayarak modern bireyin

karşılaştığı anlam krizlerine yanıt vermekte, danışanın yaşamının derinliklerine inerek özgürleşme ve anlam arayışını desteklemektedir.

Can sıkıntısının tarihsel sürekliliği ve insandaki varoluşsal krize etkisi düşünüldüğünde felsefe tarihinde "ısdırap ile can sıkıntısı arasında salınan insan metaforu" ile Schopenhauer'ın felsefi görüşleri akla gelmektedir. Bu sebeple bu çalışmada Schopenhauer'ın ahlak metafiziğine, kötümser ontolojisi bağlamında ısdırap ve irade kavramlarına, arzular, tatminsizlik ve mutsuzluk döngüsüne, sarkaç metaforuna ve yaşamın trajik doğasına yönelik bir analiz yapılmaktadır. Bu kapsamda çalışmada "Schopenhauer felsefesinden danışanın ısdırap ve can sıkıntısı ile ilgili varoluşsal boşluğuna nasıl yaklaşılabilir?" ve "Schopenhauer felsefesinden felsefi danışmanların alet çantasına neler koyulabilir?" sorularına bir cevap verilmeye çalışılmaktadır.

2. Schopenhauer Felsefesinin Temel İzlekleri

Arthur Schopenhauer (1788-1860) iyimser ahmaklar olarak nitelendirdiği Alman idealistlerinden etkilense de dünyayı oluşturan idea konusunda kötümser bir filozoftur. En önemli eseri *İstenç ve Tasarım Olarak Dünya* (1818)'dır (Zack, 2009). Filozof istencin her yerde bulunmasını sonsuz bir ıstırap nedeni olarak görmektedir. Bunu "dünya" anlamındaki Welt sözcüğüyle ifade etmektedir. "WELT'in oluşturan harfler, Weh (elem), Elend (ıstırap), Leid (acı) ve Tod (ölüm) sözcüklerini temsil ediyordu." (Zack, 2009, s. 278).

Schopenhauer felsefesinin iradeyi aşan ve dolayısıyla kötümser kategorisine indirgenemeyecek boyutları olduğunu, onun felsefesinin ne tam anlamıyla iyimser ne de bütünüyle kötümser olarak sınıflandırılabileceğini ileri süren görüşlere felsefe alanyazınında rastlamak mümkündür. Bu görüşlerde Schopenhauer'ın kötümserliğinin iradenin tezahür ettiği dünya ile sınırlı olduğu, kurtuluş öğretisindeki sorunların aşılması hâlinde felsefesinin ne tam anlamıyla iyimser ne de bütünüyle kötümser olarak sınıflandırılabileceği ileri sürülmektedir (Birtles, 2024).

Schopenhauer, *İstenç ve Tasarım Olarak Dünya* adlı eserinin ikinci cildinde kurtuluşun ancak "iradenin inkârı"" ile mümkün olduğunu belirtmektedir (Schopenhauer, 1969a). Schopenhauer'a göre yaşama istemi (will-to-life) insan doğasının kurucu bir unsurudur. Bu durum gerçek bir tatmine yapısal olarak elverişsiz varlıklar ortaya çıkarmaktadır. Bu nedenle yaşama isteminden kurtuluşa ihtiyaç duyulduğu fikri onun felsefesinde öne çıkan düşüncedir.

Schopenhauer ahlakı temellendirirken Kant'ın aksine insanların nasıl hareket etmesi gerektiğini değil insan davranışlarını anlama yolunu seçmiştir. Ona göre davranışlar bir evrensel etik ilkesine göre belirlenmemektedir, insanlar güdü ve motivasyon kaynaklarına göre hareket etmektedirler. Bu bakış açısı gündelik yaşamda bireylerin davranışlarını anlamak için etkili bir çıkış yoludur.

Schopenhauer, ahlakı insan deneyimleri ve gözlemleri üzerinden temellendirmeyi amaçlamaktadır. Ona göre insanların hareketlerindeki ortak özellikleri inceleyerek merhamet, fedakârlık ve adalet duygularını temel alan hakiki bir ahlak anlayışı ortaya konabilir. Schopenhauer, iyi duyguları en temel kaynaklarına kadar takip ederek insan faziletini aydınlık öğelerine ayırmayı hedefler ve böylece ahlak; soyut ve teorik yapılar ya da topluma empoze edilmiş ideal formlar yerine, deneyimlerin ortaya koyduğu gerçekçi bir temele dayandırılmış olur (Özkan, 2006).

Bu görüşleri ile Schopenhauer soyut bir ahlak sistemi yerine pratik, reel ve a priori olmayan bir ahlak sisteminden söz etmektedir. O hem hayvanda hem de insanda ortak olan bencillik güdüsünden söz eder ancak insan hayvandan farklı olarak yaratıcı bir varlıktır, irade sahibidir. Bu bağlamda En yetkin ahlak dışı güdü olarak insanda da bulunan bencillik bir eylemin ahlaki olup olmadığını belirlemektedir (Sans, 2006, s. 93). İnsan bencilliği tercih edebileceği gini merhameti de seçebilir.

İnsan davranışlarına yön veren ahlak dışı güdülerin karşısına insan deneyimlerinden hareketle ahlak karşıtı eğilimlere direnecek karşı güdüler belirleyen Schopenhauer, bu güdüleri dogmalardan uzak, insan doğasına dayanan bir temelde inşa etmektedir. Empirik temeldeki ahlak karşıtı eğilimlere direnecek güdüler ise merhamet ve cömertliktir (Tanyol, 1998, s. 57). Schopenhauer, empirik düzlemde ahlaki eğilimleri temellendirmenin güçlüğüne işaret eder. Ona göre adalet ya da bencil olmayan insan sevgisi gibi erdemlere dayalı davranışların, deneyim ve bilgiler üzerinden açıklanması kolay değildir. Çünkü eldeki deneyimler genellikle tekil olaylara bağlıdır ve bu olayları yönlendiren etkenler her zaman açık biçimde görülemez. Dolayısıyla olumlu davranışların dahi gerisinde olumsuz bir güdünün ya da ilk tetikleyici bir amilin bulunma ihtimali mevcuttur (Schopenhauer, 2020, s. 73-74).

Schopenhauer'in merhamet ve cömertlik üzerinden geliştirdiği yaklaşım, ahlaka yön veren güdülerin dogmatik olmadığını, insan deneyimlerine dayalı bir zeminde temellendirilebileceğini göstermektedir. Bununla birlikte, bu güdülerin işleyişini anlamak için

Schopenhauer'ın felsefesinin merkezinde yer alan daha temel bir kavram olan "yaşama istemi"ne yönelmek gerekir. Çünkü ona göre insan davranışlarını belirleyen ahlaki eğilimler, en nihayetinde yaşamı sürdürme, arzuları tatmin etme ve dünyaya bağlanma yönündeki bu istemin farklı görünümlerinden bağımsız değildir. Bu bağlamda ahlak anlayışını irade felsefesiyle birlikte değerlendirmek, Schopenhauer'ın düşünce sistemini bütünlüklü biçimde kavramayı mümkün kılmaktadır. Dolayısıyla Schopenhauer'ın ahlak anlayışı, nihayetinde insan davranışlarını belirleyen temel ilke olan irade kavramıyla ilişkilidir. Ona göre merhamet ve cömertlik gibi güdülerin anlaşılabilmesi, yaşam isteminin olumlanışı ve bireyin iradenin yönlendirdiği döngü içindeki konumuyla birlikte ele alınmalıdır.

Schopenhauer'a göre dünyada var olmanın iki temel biçimi bulunmaktadır. "Yaşama istemini olumlamak" (affirmation of the will-to-life) ve "iradenin kendisini inkâr etmesi" (negation of the will-to-life) insanın varoluşa karşı geliştirdiği iki temel tutumu ifade etmektedir. Bu kavramlar onun metafiziğinin ve kurtuluş öğretisinin (soteriolojisinin) merkezinde yer almaktadır.

Dünyada var olmanın bir biçimi olarak *Yaşama İstemini Olumlamak*, kişinin yaşamı sürdürme, arzularını tatmin etme, haz peşinde koşma ve dünyaya bağlanma yönündeki doğal eğilimini sürdürmesidir. Schopenhauer'a göre istemek, acının kaynağıdır çünkü istek doyduğunda can sıkıntısı başlar, doymazsa ısdırap verir. Bu döngüden çıkamayan kişi, sürekli yeni arzulara yönelerek yaşamı "olumlar" ve böylece iradenin kölesi hâline gelir. Bu tutum insanı acıya mahkûm eder. Bu duruma bireyin hayatta başarılı olma, sahip olma, güç elde etme, haz gibi hedefler peşinde koşma ve böylelikle istencinin kölesi olma durumunun yarattığı ısdırap durumu örnek verilebilir.

Schopenhauer'in felsefi sistemi, Kantçı metafiziğin sınırlarını aşarak gerçekliğin temel ilkesini "isteme" olarak tanımlamasıyla özgünleşmektedir. Schopenhauer'e göre dünya fenomenler olarak temsil düzeyinde kavranabilirken, bu temsillerin ardında yatan asıl gerçeklik kör, amaçsız ve rasyonel olmayan bir istemedir (*Der Wille zum Leben*). Bu irade yalnızca insanda bulunmamaktadır. Söz konusu irade tüm doğada kendini çeşitli derecelerde ortaya koyan evrensel bir metafizik ilkedir. Dolayısıyla insan yaşamı da bu istemenin öznel tezahürü olarak sürekli bir arzu, yönelme ve gerilim hâli içerisinde var olmaktadır (Schopenhauer, 1969b, s.19-23). İnsan isteyen bir varlıktır.

Schopenhauer'da istemin olumlanması; yaşamın sürdürülmesi, çoğaltılması ve arzuların peşinden gidilmesi anlamına gelmektedir. Bu yol bireyi doyumsuzluk ve ızdıraba mahkûm eder. İrade (will), hep bir eksiklikten veya arzudan doğar; yani varlıklar sürekli olarak bir şeyin eksikliğini hisseder ve bu eksiklik onları istemeye, yani hareket etmeye zorlar. Bu yüzden irade, doğası gereği ısdırap ve tatminsizlikle ilişkilidir. İnsanın istemesi, aslında acının ve doyumsuzluğun kaynağıdır.

Dünyada var olmanın bir biçimi olarak *İradenin Kendini İnkâr Etmesi,* kişinin istemeyi, yani arzuları, tutkuları ve dünyevi bağlılıkları bilinçli olarak terk etmesi, dünyaya karşı yöneltilmiş iradesini "sessizleştirmesi"dir. Schopenhauer'a göre bu inkâr hali, gerçek kurtuluşun anahtarıdır. Arzu etmeyen, istemeyen bir özne, artık dünyaya bağlı olmadığı için ısdıraptan da kurtulmuş olmaktadır. Bu dünyada var olma biçimi etik davranış, merhamet ve içsel dinginlik aracılığıyla gelişmektedir. Schopenhauer bu durumu Buda, Hristiyan azizleri ya da Hint fakirleri gibi figürlerde somutlaşan "kutsal istemsizlik" (Heiligkeit) haliyle ilişkilendirmektedir. Bu duruma kişinin dünyaya ilgisiz kalması, hazdan el çekmesi, derin merhametle başkalarının acısını paylaşması ve kendinden vazgeçmiş münzevi bir yaşam sürmesi örnek olarak verilebilir.

Schopenhauer'a göre "dünyanın gösterebileceği en büyük, en önemli ve en anlamlı olgu, dünyanın fatihi değil, kendi kendini boyun eğdiren kişidir." (Schopenhauer, 1969b, s. 605) Burada Schopenhauer, istemin inkârını etik ve metafizik kurtuluşun yolu olarak tanımlamaktadır. Schopenhauer'a göre iradenin inkârı yoluyla varoluşsal acıdan kurtulmak gerçek özgürlüğü temsil etmektedir. Böyle bir özne, kendi iç dünyasında egemenlik kurarak dünyevi bağlılıkların ve arzu zincirlerinin ötesine geçmektedir.

İstemi olumlayan kişi yaşamı arzularla ve hırslarla yaşar ama bu ızdırabı getirmektedir. İstemi inkâr eden kişi ise arzuları bırakmakta, içsel bir suskunluk ve teslimiyetle kurtuluşa ulaşabilmektedir. Schopenhauer'a göre felsefi ve etik olarak üstün olan ikinci yoldur çünkü ancak iradenin inkârıyla gerçek huzur ve kurtuluş mümkündür.

Schopenhauer'e göre "Her isteme, bir yoksunluktan, bir eksiklikten, dolayısıyla acıdan kaynaklanır." (Schopenhauer, 1969b, s. 573). Bu nedenle arzu edilen şeye ulaşıldığında kısa süreli bir haz yaşansa da hemen ardından yeni bir eksiklik hissi baş gösterir. Arzunun nesnesi ulaşıldığında arzu ortadan kalkar fakat irade doğası gereği yeni arzular üretmeye devam eder. Böylece insan, sürekli tatmin arayışında ama daima doyumsuz kalan bir varlık olarak süreğen

bir mutsuzluk döngüsüne hapsolur. Bu döngü söylemi ile Schopenhauer yaşamın temel yapısını ısdırap üzerine kurulu olarak görmektedir.

Schopenhauer insan yaşamını "ısdırap" ve "can sıkıntısı" arasında salınan bir **sarkac**a benzetir: "İnsan hayatı, istemenin iki kutbu arasında - ısdırap ve can sıkıntısı - salınan bir sarkaç gibidir" (Schopenhauer, 1969a, s. 57). Arzu edildiğinde tatminsizlik ve ıstırap, arzular gerçekleştiğinde ise anlamsızlık ve can sıkıntısı egemen olur. Bu metafor Schopenhauer'ın yaşamı trajik bir perspektiften kavradığını göstermektedir. İnsan varoluşu ya eksiklikle ya da doyumun ardından gelen boşlukla şekillenmektedir. Bu çifte sıkışmışlık Schopenhauer'ın insan mutluluğuna ilişkin umutsuzluğunu ve "kurtuluş" kavramını neden iradenin inkârında aradığını da açıklamaktadır.

Schopenhauer (1974) ***Parerga und Paralipomena*** (*Ekler ve Eksikler*, 1851) adlı geç dönem eserinde arzu ve tatminsizlik döngüsünü ahlaki-felsefi bir çerçevede yeniden tartışmaktadır. Mutluluğun "negatif" bir kavram olduğunu, yani aslında acının yokluğu anlamına geldiğini savunmaktadır. **Ayrıca** dünyanın temel yapısının acı üzerine kurulu olduğunu ve bireyin bununla yüzleşmesi gerektiğini tekrar etmektedir.

Schopenhauer (2021), ***Über den Willen in der Natur*** (*Doğadaki İsteme Üzerine*, 1836) adlı eserinde irade kavramını insan psikoloji yanında tüm doğaya yaymaktadır. Organik ve inorganik doğada gözlenen yasaları "isteme" kavramı üzerinden yorumlayarak iradenin metafiziksel evrenselliğini savunmaktadır. Bu bağlamda irade evrenseldir. **Über die Freiheit des menschlichen Willens** (*İnsanın Özgür İradesi Üzerine*, 1839) adlı eserinde ise insanın özgür iradeye sahip olup olmadığını tartışmakta ve özgürlüğün yalnızca karakterin derin yapısında bulunduğunu savunmaktadır. Burada da isteme, bireyin davranışlarını belirleyen temel güdü olarak değerlendirilmektedir. Bu etik iradenin inkârı ve bireyin etik eylem kapasitesi felsefi danışmanlık bağlamında özellikle değerlendirilebilir.

Schopenhauer, insan davranışlarını açıklarken eylemlerin amacını bireyin ya da başkasının mutluluğu ya da mutsuzluğu olarak dört temel yönelime ayırır: bireyin kendi iyiliği (egoizm), başkasının kötülüğü (kötülük), başkasının iyiliği (merhamet/şefkat) ve bireyin kendi mutsuzluğu (çilecilik/askese) (Schopenhauer, 1915, s. 170; 2016, s. 607-). Bu yönelimlere karşılık gelen dört temel güdü, bireyin etik karakterinin belirleyici bileşenleridir. Ona göre etik değerlendirme yalnızca eylemlerin sonucuna değil o eylemin temel güdüsüne dayanmalıdır. Bu bağlamda merhamet, gerçek ahlaki değere sahip eylemlerin yegâne kaynağıdır çünkü bu güdü,

bireyin istemesini başkasının yararına askıya almasını gerektirir (Schopenhauer, 1915, s. 158-162). Öte yandan, egoizm etik açıdan nötrdür çünkü eylem yalnızca kendi yararına yönelmiştir ve başkasının iyiliği ya da kötülüğü gözetilmemiştir. Kötülük başkasının zararına yönelmiş bir irade biçimi olduğu için açıkça kınanmalıdır. Çilecilik ise bireyin kendi iradesini bastırması yoluyla istemeden uzaklaşma çabasıdır ve Schopenhauer'in etik sisteminde "ahlaki olgunluğun son sınırı" olarak görülür (Schopenhauer, 1915, s. 162; 2016, s. 610).

Bu dört temel güdü, yalnızca bireysel farklılıkların belirleyicisi olmayıp aynı zamanda karakterin etik sınıflandırılmasının da temelidir. Schopenhauer'in ifadesiyle, "güdülerin baskınlığı bize karakterin etik sınıflandırmasındaki temel çizgiyi verir" (Schopenhauer, 1915, s. 158). Ancak bu sınıflandırma sabit değildir; bireyler çoğunlukla bu güdülerin hepsine potansiyel olarak yatkındır. Karakterin etik niteliği, hangi güdüye daha kolay ve sık yanıt verdiğiyle belirlenir. Merhamete eğilimli bireyler, diğer güdülere karşı daha az duyarlılık gösterebilirken; kötülük güdüsüne yatkın olanlar, başkalarının acısını amaçlayarak hareket eder. Schopenhauer, bu ayrımların bireysel karakteri doğrudan belirlediğini ve her bir bireyin etik tipolojisini güdüsel yatkınlık üzerinden anlamanın mümkün olduğunu savunur (Schopenhauer, 1915, s. 158-170).

Schopenhauer, ***Die beiden Grundprobleme der Ethik*** (*Ahlakın İki Temel Problemi*, 1841) adlı eserinde etik yaşamın ancak bireysel iradenin sınırlandırılmasıyla ve merhamet temelli eylemle mümkün olduğunu savunmaktadır. Buradaki "merhamet" anlayışı, iradenin aşılabileceği bir etik bilinç düzeyini işaret etmektedir. Arzularla yönlendirilen iradenin sınırlandırılması, acının azaltılması açısından doğrudan terapötik bir tema taşımaktadır.

Schopenhauer'a göre irade, dünyanın özü olarak bireysel varoluşun ve ıstırabın kaynağı olduğundan iradenin reddi, gerçek özgürlük ve huzurun ön koşuludur (Schopenhauer, 2009). Bu inkâr ne akıl yoluyla bastırma ne de geçici tatminlerle sağlanabilir; yalnızca içgörüye dayalı bir varoluşsal dönüşümle, yani iradenin içsel olarak terk edilmesiyle mümkündür. Schopenhauer bu süreci en yüksek biçimiyle azizlerde ve bilgelerde gözlemler; bu kişiler istemeden vazgeçerek "yaşamın taşıdığı yanılsamayı" aşar ve nihilist bir boşluğa değil "olumsuz bir mutluluk"a, yani ıstırabın yokluğuna ulaşırlar (Schopenhauer, 2009). Schopenhauer *Ölümün Anlamı*'nda ise bu görüşleri daha pratik bir çerçevede sunar; özellikle *Yaşam Bilgeliği Üzerine Aforizmalar'*da, arzuların sınırlandırılması, dış koşullardan çok iç huzurun önemsenmesi ve bireyin kendi doğasını tanıması gibi önerilerle, istemenin etkisini zayıflatmanın yollarını betimlemektedir. Schopenhauer'e göre gerçek kurtuluş, istemenin

metafizik düzeyde aşılmasıyla gerçekleşse de dünyevi yaşamda buna yaklaşmanın yolu, arzulardan uzaklaşmak ve geçici doyumlar yerine "dinginliğe yakın bir bilinç durumu"na yönelmektir (Schopenhauer, 2023). Felsefi danışmanlık sürecinde ise danışanın bu dünyada geçici doyumlar yerine yaşamında dinginliğe yakın bir bilinç durumuna yükseltilmesi temel bir hedef olabilir.

Schopenhauer, istemenin doğrudan metafizik inkârı yerine gündelik yaşam içinde onun etkilerini sınırlayabilecek pratik yollar önermektedir. Schopenhauer yaşam sanatına dair "olumsuz mutluluğa" (negative Glückseligkeit) ulaşmanın yollarını ortaya koymaktadır. Filozof, mutluluğun "acıların ve eksikliklerin yokluğu" biçiminde tanımlanabileceğini ifade ederek özsel ve öncelikli olanın birey için dışsal başarı olmadığını, aksine içsel bir dinginlik olduğunu vurgulamaktadır: "Mutluluğumuzun kaynağı büyük ölçüde neye sahip olduğumuzda değil kim olduğumuzda yatar." (Schopenhauer, 2023, s. 2). Bu bağlamda bireyin kendi karakterini tanıması ve onunla uyumlu bir yaşam sürmesi, istemenin yol açtığı çatışmaları azaltmada temel önemdedir. Ayrıca Schopenhauer arzuların çoğalmasını bir yük olarak görmekte ve "İstekler ne kadar çoğalırsa, hayal kırıklığı olasılığı da o denli artar." diyerek tatminsizlik döngüsüne karşı ölçülülüğü önermektedir (Schopenhauer, 2023, s. 3). Buna göre dışsal refah unsurlarına (servet, mevki, şöhret) aşırı bağımlılık, bireyi istemenin tahakkümüne daha fazla maruz bırakmaktadır; oysa sade bir yaşam ve ruhsal bağımsızlık, iradenin hükmünden görece bir özgürlük alanı yaratabilmektedir. Schopenhauer'in bu etik önerileri, istemenin tümüyle inkârını başaramayan bireyler için acıyı hafifletmeye ve içsel bir denge kurmaya yönelik felsefi stratejiler olarak değerlendirilebilir.

Günümüzde var olan tüketim kültürü düşünüldüğünde bireylerde yoğunlaşan sahip olma arzusu, bireyin kendisini nesneler ve gösteriler aracılığıyla tanımlamasına neden olmaktadır. Ancak bu dışsal tanımlama biçimi, kalıcı bir tatmin sağlamaktan uzaktır. Schopenhauer'in irade ve ısdırap teorisi bağlamında değerlendirildiğinde, sürekli artan ve doyumsuz olan bu tüketim isteği, bireyin "iradesinin olumlanması" olarak anlaşılabilir; bu da kaçınılmaz olarak tatminsizliği ve varoluşsal ısdırabı beraberinde getirir (Schopenhauer, 1969a). Böylelikle tüketim kültürü bireyi sürekli bir tatminsizlik ve anlamsızlık döngüsüne mahkûm etmektedir. Postmodern toplumun tüketim nesnesi hâline gelen birey problem yaşamaktadır. Bu durum onda "sahip olmanın ötesinde" bir varoluş arayışına yönelmesine neden olmaktadır. Felsefi danışmanlık pratikleri, özellikle Schopenhauerci perspektif ışığında, bireyin bu dışsal doyum arayışını aşarak içsel bir anlam ve özgürlük deneyimi geliştirmesine katkı sağlamaktadır.

İradenin inkârı ve farkındalık yoluyla, birey tüketimin yarattığı geçici tatminin ötesinde, daha kalıcı bir huzur ve varoluşsal dengeye ulaşabilir.

3. Felsefi Danışmanlıkta Schopenhauer Felsefesinin Katkısı

Schopenhauer'ın felsefesindeki özellikle irade, kabulleniş ve varoluşsal farkındalık temaları, felsefi danışmanlık pratiğinde önemli bir kaynak olarak değerlendirilebilir. Danışanla çalışırken bu kavramların kullanımı, bireyin içsel deneyimine yönelik derin bir farkındalık geliştirmesine, yaşamın anlamını keşfetmesine ve acısıyla daha uyumlu bir ilişki kurmasına olanak tanır.

Schopenhauer'e göre insan varoluşunun temelinde "irade" bulunur; bu irade, tatminsizlik ve ısdıraba yol açan doyumsuz bir isteme durumudur. Danışmanlık sürecinde, bireyin irade düzeyindeki arzu ve isteklerini fark etmesi, onların yaşamındaki yıkıcı etkilerini anlaması bir başlangıç noktasıda olabilir. Kabulleniş, iradenin yarattığı acının ve yaşamın sınırlılıklarının farkına varmak, bunlarla çatışmak yerine onları tanımak ve onlarla yaşama dair bilinçli bir duruş geliştirmektir. Böyle bir farkındalık, danışanın yaşamındaki anlamsızlık ve sıkıntı hissini azaltarak yeni anlam ve değer inşasına zemin hazırlayabilir.

Schopenhauer'in kurtuluş öğretisi, özellikle "iradenin inkârı" ve "merhametli isteme" kavramları, danışmanlıkta etik ve psikolojik dönüşüm için bir model sunmaktadır. Merhametli isteme, bir karakter erdemi olarak düşünülmektedir. Danışanın kendisini sadece isteme ve arzu düzeyinde tanımlamaktan çıkması, özgürlük arayışını ve varoluşsal kurtuluşunu destekler. Schopenhauercı perspektifle felsefi danışmanlık, danışanın iradeye bağlı kalmadan, daha geniş bir kimlik ve anlam arayışına girmesine yardımcı olabilir.

Felsefi danışmanlık sürecinde Schopenhauer'ın dört temel güdüsüne dayalı etik karakter sınıflandırması, danışanın eylem ve seçimlerinin ardındaki motivasyonel yapıyı sorgulamak için analitik bir çerçeve sunmaktadır. Bu çerçeve psikolojik ya da davranışsal olmayıp ontolojik ve etik bir düzlemde danışanın kendisini tanımasını amaçlamaktadır. Bu kapsamda danışanın belirli bir eylemdeki niyeti eylemin sonucuna bakarak değil eylemi yaptıran güdüye odaklanarak ele alınabilir. Örneğin danışan birine yardım etme davranışının temelinde takdir görme arzusunun yattığını fark ederse, bu eylemler merhamet olmayıp egoizm temelli olabilir. Bu durumda danışanın "iyilik yapma" eylemi etik olarak yeniden değerlendirilmeye açıktır. Danışanda başkasının zararına yönelik istekler ya da pasif-agresif eğilimler gözlemleniyorsa danışmanın dikkatle ve yargılayıcı olmayan bir tutumla "kötülük" güdüsünün etkisini fark ettirmesi gerekebilir. Kendi arzularından gönüllü feragat ya da acı çekmeyi seçme eğilimi,

“çilecilik” güdüsünün bir belirtisi olabilir ancak bu eğilim, bireyin kendi iradesini aşma çabasından mı, yoksa nevrotik bir kendini cezalandırma mekanizmasından mı kaynaklandığı yönünde incelenmelidir. Bu bağlamda felsefi danışmanlık, danışanın “neyi neden istediği”ni ve “seçtiğini” anlamasını sağlamaktadır ve filozofun dört temel güdü çerçevesi felsefi danışmanlıkta önemli bir çerçeve sunmaktadır.

Schopenhauer’a göre eylemin etik değeri yalnızca niyetin özsel doğasında yatmaktadır. Bu nedenle danışman, eylemlerin yüzeyindeki etik görünüşlerin ötesine geçerek danışanın güdüsel yatkınlıklarını açığa çıkarma görevini üstlenmelidir. Bu süreçte amaç, etik bir yargı vermek olmamalı, danışanın kendi karakter yapısını kendilik bilgisi yoluyla tanıması olmalıdır. Schopenhauer’ın etik güdü sınıflandırması, felsefi danışmanlıkta bireyin kendi davranışlarını ve kararlarını derinlemesine sorgulamasına yardımcı olmaktadır. Danışan, içsel güdüsel yapısını tanıyarak daha sahici, etik açıdan daha bilinçli ve sorumluluk taşıyan bir yaşam sürme potansiyeli kazanabilir.

Schopenhauer, gerçek özgürlüğün iradenin bilinçli inkârından geçtiğini savunmaktadır. Danışmanlık sürecinde bu fikir, bireyin kendi iradesinin kölesi olmaktan çıkıp kendisi üzerinde denetim ve seçim özgürlüğü kazanması olarak da yorumlanabilir. Bu bağlamda danışanın değerlerini kendi deneyimleriyle yeniden inşa etmesi ve varoluşsal sıkıntılara rağmen anlamlı bir yaşam sürme kapasitesi geliştirmesi mümkün olur. Schopenhauer’in etik çerçevesine göre özgürlük pasif bir vazgeçiş olmayıp aktif bir bilinç ve merhamet eylemdir. Schopenhauerci felsefi danışmanlık, danışanın varoluşsal sorunlarını irade, kabulleniş ve özgürlük ekseninde ele alarak hem derin bir içsel farkındalık hem de etik dönüşüm için sağlam bir zemin oluşturur.

Schopenhauer felsefesinde varoluşsal ısdırap ile can sıkıntısı arasındaki sarkaç, bireyin anlam arayışı bağlamında önemli bir psikolojik ve felsefi mesele olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda felsefi danışmanlık, özellikle Schopenhauer’ın felsefi perspektifi ışığında ısdırap ile can sıkıntısı arasında salınan bireye müdahâle etme potansiyeli taşımaktadır. Felsefi danışmanlık, danışanın varoluşsal kaygılarını derinlemesine sorgulamasına olanak tanırken bu deneyimlerin ardındaki temel kavramsal yapıları ortaya koyarak anlamlandırma süreçlerini desteklemektedir. Can sıkıntısı, anlam tehdidinin bir biçimi olarak ele alınabilir ve bireyin bu tehditle baş etme yollarını fark ederek anlamı yeniden inşa etmesine imkân tanır.

Schopenhauer’in felsefi görüşleri danışanın anlam inşa etme sürecine metafizik ve etik düzeyde bir çerçeve sunabilir. İradenin doğası ve onun getirdiği kaçınılmaz ısdırap ancak iradenin bilinçli bir biçimde inkârı veya aşılmasıyla sağlanabilir. Terapötik bağlamda bu yaklaşım, bireyin yaşamı ve benliğiyle ilgili temel varsayımlarını sorgulamasına ve varoluşsal sıkıntısına dair yeni bir tutum geliştirmesine katkı sağlar. Ayrıca Schopenhauer’ın merhamet

temelli etik anlayışı, danışanın kendi acısını ve başkalarının acılarını anlamlandırma kapasitesini artırarak etik bir dönüşümün zeminini hazırlar. Isdırap ile can sıkıntısı arasında gidip gelen bireylere yönelik Schopenhauercı felsefi danışmanlık geçici bir psikolojik rahatlama sunmaktan ziyade varoluşsal düzeyde anlamlandırma ve etik dönüşüm imkânı sunan bir yöntem olarak değerlendirilebilir. Bu yaklaşım bireyin kendisi ve dünyayla kurduğu ilişkide derinleşmesine olanak sağlamakta, felsefi açıdan özgürleşme ve içsel huzura ulaşma yönünde önemli bir katkı sağlamaktadır.

Schopenhauer'ın sisteminde merkezi bir konuma sahip olan "irade" anlayışı, insan yaşamının neden sürekli bir gerilim ve tatminsizlik içinde seyrettiğini açıklayan temel kavramdır. Schopenhauer'a göre her şeyden önce dünyanın özü akıl ya da aşkın bir ilke değil kör ve amaçsız bir yaşama iradesidir. İnsan da bu iradenin bir tezahürüdür ve irade sürekli olarak ister; arzuların ardı arkası kesilmez. Bu nedenle insan, arzular tatmin edilene kadar eksiklik ve yoksunluk içinde acı çeker. İstemenin bu niteliği, sarkacın bir ucunu oluşturan "ısdırap" durumudur. Ancak arzu tatmin edildiğinde de kalıcı bir huzur sağlanmaz; bu kez amaçsızlık ve boşluk duygusu ortaya çıkar. Bu da sarkacın diğer ucunu teşkil eden "can sıkıntısı"dır. Böylelikle insan yaşamı, yapısal olarak ısdırap ile can sıkıntısı arasında gidip gelmeye yazgılıdır.

Schopenhauer'in bu kötümser tabloya sunduğu çıkış yolları, felsefi danışmanlık açısından da işlevsel açılımlar barındırır. Estetik deneyimler aracılığıyla birey, iradenin baskısından geçici olarak kurtulabilir; bu durum danışanın yaşadığı varoluşsal sıkıntılara farklı bir perspektiften bakabilmesine olanak tanır. Daha kalıcı bir çözüm ise Schopenhauer'ın merhamet temelli etik anlayışı ve çileci(asketik) yaşam önerisinde ortaya çıkar. Arzulardan bilinçli bir biçimde vazgeçiş, iradenin olumsuzlanmasını ve bireyin hem kendi acısını hem de başkalarının acılarını derinlemesine kavrayarak etik bir dönüşüm yaşamasını mümkün kılar.

Dolayısıyla Schopenhauer'ın sarkaç metaforu, felsefi danışmanlıkta yalnızca bir teşhis aracı olmayıp danışanın varoluşsal deneyimlerini kavramsallaştırmasına ve yeni tutumlar geliştirmesine katkı sağlayabilecek bir yöntemsel çerçeve sunmaktadır. Onun felsefi görüşlerinin felsefi danışmanların alet çantasına eklenmesi danışanların kendileri ve dünyayla kurduğu ilişkiyi daha bilinçli bir düzleme taşıyarak varoluşsal kaygıların dönüştürülmesine imkân tanıyabilir.

Sonuç

Sonuç kısmında Schopenhauer'ın felsefesinin danışanın varoluşsal boşluğunu hafifletmek için nasıl kullanılacağı sorusu felsefenin teröpatik amaçlara hizmet etmesine

yönelik eleştirileri görmezden gelerek değerlendirilecektir. Nitekim filozofların felsefi sistemlerini, danışanın psikolojik rahatlama sağlamasına fayda eden nesneler olarak değerlendirmek pratik bir amaç gütmektedir. Bu bağlamda Schopenhauer'ın felsefesini bireylerin varoluşsal boşluğu anlamlandırmasına yardımcı olacak bir çerçeve olarak görmek ve değerlendirmek mümkün olabilir. Varoluşsal boşluk patolojik bir sorun olmaktan çok ontolojik bir gerçeklik olarak okunmaktadır. Schopenhauer yaşamda varoluşsal boşluğun istisna olmadığını adeta bir norm olduğunu düşünmektedir. Varoluşsal boşluk, isteyen özne olmanın bir getirisidir ve herkes bu boşluğu az ya da çok yaşamaktadır. Bu bağlamda danışanın kendisinde "bir eksiklik" olduğunu düşünmesi yerine insan varoluşunun ortak bir yönüyle karşı karşıya olduğunu anlaması gerekmektedir. Bu bilinç durumuna gelen danışan, yükü paylaşılmış bir deneyim duygusu yaşamış olmaktadır.

Schopenhauer felsefesi bağlamında, bireylerdeki iradenin geçiciliğini ve arzu etmenin döngüselliğini kavramak insan varoluşunun bir özelliği olarak değerlendirilebilir. Danışanın isteme hâlinin kendisini sürekli yeniden üretmesi, yaşadığı tatminsizlik ya da sıkıntıyı "kişisel başarısızlık" yerine varoluşsal bir koşul olarak görmesini sağlamaktadır. Danışanın bu aşamada kendisinde var olan isteme hâlini ve isteklerine ulaşınca yeni istekler koyması döngüsünü fark etmesi duygusal yükü azaltmaktadır. Yine Schopenhauer felsefesi bağlamında, danışanın sanat ve estetik deneyimin katarsis sağlayıcı rolünü fark etmesi önemlidir.

Sonuç olarak ısdırap ve can sıkıntısı arasındaki sarkacın, felsefi danışmanlık sürecinde bireyin kendini tanıma, arzularını sorgulama ve yaşamsal yönelimlerini yeniden yapılandırma aracı olarak kullanılabileceği düşünülmektedir. Isdırap ve can sıkıntısı arasındaki sarkaç metaforu, teorik bir metafor olsa da danışmanlık sürecinde danışanla yürütülen düşünsel diyalogda işlevsel bir araç olarak kullanılabilir. Filozofun felsefi görüşlerinin danışmanlık sürecinde kullanılması amacıyla kavramsallaştırma, kendini tanıma, arzuları sorgulama ve yaşamsal yönelimlerin yeniden yapılandırılması olmak üzere 4 aşamadan söz edilebilir.

Kavramsallaştırma aşamasında danışman, Schopenhauer'ın tasvir ettiği sarkaç metaforunu danışana aktarır. Örneğin *"Şu anda yaşadığınız yoğun sıkıntının, arzularınızın tatmin edilmemesinden doğan ısdırap mı, yoksa tatmin olduktan sonra boşlukta kalmanın yarattığı can sıkıntısı mı olduğunu birlikte düşünelim."* Bu yönlendirme danışanın yaşadığı duyguları soyut kavramlarla ilişkilendirmesine yardımcı olur. Kendini tanıma aşamasında danışan, bu metafor üzerinden kendi deneyimlerini sınıflandırmaya başlar. Örneğin *"Benim mutsuzluğum aslında hiç ulaşamadığım hedeflerden değil, ulaştıktan sonra boşluğa düşmekten*

kaynaklanıyor." Böylece kişi, kendi varoluşsal dinamiğini tanır. Arzuların sorgulanması aşamasında Schopenhauer'ın görüşleri, danışana arzularını eleştirel biçimde gözden geçirme fırsatı verir. *"Gerçekten ihtiyacım olan şey bu mu, yoksa sadece isteme hâlinden kaynaklı bir yönelim mi?"* Bu sorgulama, kişinin körü körüne arzuların peşinden sürüklenmesini engelleyebilir. Yaşamsal yönelimlerin yeniden yapılandırması aşamasında ise danışman, danışanı tamamen arzuların kölesi olmadan, daha bilinçli bir yaşam pratiği geliştirmeye yönlendirebilir. Sanat, estetik deneyim, düşünsel faaliyet, doğayla temas gibi Schopenhauer'ın acıdan geçici kurtuluş yolları danışanla birlikte tartışılabilir. Danışan, kendi değerlerini ve önceliklerini bu çerçevede yeniden düzenleyebilir. Schopenhauer için sanat, geçici de olsa istemeden kurtulmanın bir yoludur. Bu perspektif, danışanı metafizik bir kurtuluş telkin etmeksizin yaratıcı etkinliklere, doğa karşısındaki sessiz hayranlığa ya da derin estetik deneyimlere yönlendirme olanağı sunmaktadır. Bu bağlamda danışanı gerçek dünyadan koparmadan ve metafizik alana çekmeden, psikolojik ve etik bir biçimde yeniden yorumlamak mümkündür. Bu kapsamda danışanlara yönelik bazı pratik öneriler ise şunlar olabilir:

- Mindfulness (bilinçli farkındalık), geçici iradesizliğin yaşanabildiği anlara örnek olabilir.
- Gönüllü sadelik, Schopenhauer'ın övdüğü arzudan geri çekilmenin bir biçimi olarak anlaşılabilir.
- Minimalist yaşam tarzı, "daha çok istemek" yerine "daha az şeyle yetinme" yaklaşımıyla uyumlu bir etik yol olarak benimsenebilir.

Schopenhauer'ın sisteminden türetilen "negatif etik", yani acıdan kaçınma ve boşluğa yer açma etiği, çağdaş bireyin varoluşsal sıkışmışlığına anlamlı bir yanıt sunabilir. Schopenhauer'ın sarkaç metaforu, insan yaşamındaki trajik yapıyı yalın ama güçlü bir biçimde ifade etmektedir. Bu düşünceler felsefi danışmanlıkta, danışanı yaşamın acı ve boşluk kutupları arasında gidip gelmesinin anlamsız olmadığını, evrensel ve hatta paylaşılabilir bir deneyim olduğunu fark etmeye davet eder. Bu görüşler danışanı metafizik alana çekmeden hem düşünsel bir rahatlama hem de yaşam biçimi tercihlerine dair ahlaki bir pusula sağlayabilir.

Kaynakça

Birtles, T. P. (2024). Schopenhauer's Soteriology: Beyond Pessimism and Optimism. (Doctora Thesis, The University of Southampton). https://philpapers.org/archive/BIRSSB-3.pdf

Daly, E. (2024). Boredom at the End of History:'empty temporalities' in Rousseau's Corsica and Fukuyama's liberal democracy. *Philosophy & Social Criticism, 50*(3), 473-490.

de la Peña, A. (2023). Western Literature and Philosophy. *Boredom Experience and Associated Behaviors: A Lifelong Research by Dr. Augustin de la Peña*, 37-77.

Fatić, A. (2013). Projecting 'The Good Life'in Philosophical Counseling. *Philosophical Practice*, 1242-1252.

Frunza, S. (2022). Philosophical counseling-a useful tool for our daily life. *Journal for the Study of Religions and Ideologies*, 97-114.

Gibbs, P. (2011). The concept of profound boredom: Learning from moments of vision. *Studies in Philosophy and Education*, *30*(6), 601-613.

Karadağ, N. (2025). Gabriel Marcel'in "Bozulmuş Dünya" (The Broken World) adlı eserinde ele alınan "Parçalanmış İnsan". *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(2), 363-380. https://doi.org/10.18037/ausbd.1580746

Lahav, R. (1996). What is Philosophical in Philosophical Counselling? *Journal of Applied Philosophy, 13*(3), 259–278. https://doi.org/10.1111/j.1468-5930.1996.tb00171.x

Lahav, R. (2001). Philosophical Counselling as a quest for wisdom. *Practical Philosophy*, *4*(1), 6-18.

Schuster, S. C. (1992). Philosophy as if it matters: The practice of philosophical counseling. *Critical Review*, *6*(4), 587-599.

Moravia, A. (1960). Two American Writers (1949). *The Sewanee Review, 68*(3), 473-481.

Moynihan, A. B., Igou, E. R., & van Tilburg, W. A. (2021). Existential escape of the bored: A review of meaning-regulation processes under boredom. *European Review of Social Psychology*, *32*(1), 161-200.

Özkan, S. (2006). *Schopenhauer Paradokslar Üzerinde Raks.* Ötüken Yayınları.

Popescu, B. A. (2015). Moral dilemmas and existential issues encountered both in psychotherapy and philosophical counseling practices. *Europe's journal of psychology*, *11*(3), 509.

Rousseau J. J. (1762/2008). *On the social contract* (G. D. H. Cole, Trans.). Dover Publications.

Sans, E. (2006). Schopenhauer, (Işık, Ergüden, Çev.). Dost Yayınları.

Schopenhauer, A. (1915), Basis of Morality, (Tr. With Introduction and Notes by) Arthur Brodrıck Bullock, Ma. Trınıty College, Cambrıdge London.

Schopenhauer, A. (1969a). *The World as Will and Representation* (E. F. J. Payne, Trans.; Vols. 1–2). Dover Publications. (Original work published 1818/1844)

Schopenhauer, A. (1969b). *Die Welt als Wille und Vorstellung* (E. F. J. Payne, Trans., Vols. 1–2). Dover Publications. (Original work published 1819/1844)

Schopenhauer, A. (1974). *Parerga and Paralipomena: Short Philosophical Essays* (E. F. J. Payne, Trans.; Vols. 1–2). Clarendon Press. (Original work published 1851)

Schopenhauer, A. (2009). İsteme ve Tasarım Olarak Dünya. (L. Özşar, Çev.). Biblos Yayınları.

Schopenhauer, A. (2016). *Yaşam Bilgeliği Üzerine Aforizmalar* (T. Birkan, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları. (Orijinal eser 1851)

Schopenhauer, A. (2020). *İrade ve Tasarım Olarak Dünya* (T. Ilgaz, Çev., Cilt 1–2). Say Yayınları. (Orijinal eser 1819/1844)

Schopenhauer, A. (2020). Merhamet. (Z. Kocatürk, Çev.). Dergâh Yayınları.

Schopenhauer, A. (2021). Doğadaki isteme üzerine. (A. O. Aktaş. Çev.). Doğubatı.

Schopenhauer, A. (2023). *Yaşam bilgeliği üzerine aforizmalar*. Doğan Yayınları.

Tanyol, C. (1998). Schopenhauer'da Ahlak Felsefesi. Gendaş Yayınları.

Zack, N. (2009). *The handy philosophy answer book*. Visible Ink Press.

Schopenhauer'ın Nedensellik Kavrayışı Bağlamında Felsefi Danışmanlığın İnsan Varlığının Kültür ve Toplum Varlığı Oluşuna Etkisi

Zafer Gündüz*

Özet

Schopenhauer nedenselliğin doğada üç temel dayanağından bahseder, s. *Sebep, uyarı ve güdü*. Doğanın sürekliliğini ve yeniden kendisini üretmesini anlamaya dair çabasında sunduğu bu temel kökler üzerinden yaşamın anlaşılması ve kavranmasına bir açıklama getirmektedir. Bu çaba esasında insanın ne'liğine dair bir soruşturmaya kapı açmaktadır. İnsanın dünyayı ele alışının yöntemi olan nedensellik bir gaye olmayıp aksine ben olarak öznenin kendisi dışında gelişen ve dönüşen çokluğa dair zihinsel bir anlama yapısının işlevidir. İnsanın kendisinin de varolduğu bu yaşam dünyasına verdiği anlamın ve onu kavrama çabasının zihinselliğini öncül olarak ortaya koyduğumuzda yaşama seyrine verdiğimiz tüm anlam bir şekilde zihinsel bir önceliğe sahip olmaktadır. Bu bağlamda varolmanın kendisinin ön koşul olarak zihinsel bir zorunluluğa bağlanması, Schopenhauer'ın varoluşu açıklama biçiminde bir eksiklik açığa çıkarmaktadır. Bir ön zorunluluk olan ve tüm anlama çabasının içeriğinde dolayımsız bir şekilde katılan zihinsel tutum gereği sebep ve uyarı, güdünün içinde hapsolmakta ve varoluşun dışsal içeriği olan doğayı ulaşılamaz ya da dolayımsız olarak bilinemez bir müphemliğe hapsetmektedir. Tüm bu karşıtlığa ilaveten insan toplumsal ve kültürel bir varlıktır. Toplum ve kültür alanı bütünü ile insan üretimi olan ve özünde tamamen yapay içerikler ile kurulmuş, olgunlaşmış ve belirginleşmiş bir yapı arz etmektedir. Bu hali ile doğa ile kurulan müphem ilişkiden daha fazla olacak şekilde belirsizliği ve dolayımlılığı içinde taşıması beklenmelidir. İnsanın toplumsal ve kültürel alanda inşa ettiği her anlam bizatihi öznel bir içerik olsa da olgusal anlamda bu yapılar müphem olmamakta, aksine nedensellik ile sınırlandırılarak, insanın yaşama seyrinin bizatihi kurucu unsuru olmaktadır. Bu doğrultuda, çalışmamızda, Schopenhauer'ın nedensellik eleştirisinden yola çıkarak insanın toplumsallığının ve kültürel bir varlık oluşunun barındırdığı yapısallığın anlaşılma biçimine yönelik bir eleştiri getirilmeye çalışılmaktadır. İnsanın doğa ile ilişkisinde doğanın kendisini tali bir alana çekip asli olarak kültür ve toplumsallığı öne çekmesinin bir neticesinde varoluşun anlaşılma biçimi yaşama seyrinin içine hapsedilmekte ve bu da insanda anlam sorunlarına, varoluş sorunlarına neden olmaktadır. İnsan varlığının anlaşılmasında önceliği yaşam seyrine verip buradan hareketle de insanın toplumsal, kültürel bir varlık oluşuna yönelten yaklaşımlara eleştirel bir tutum takınılacaktır. Bu doğrultuda insanın anlaşılmasında önceliğin doğa, nedensellik ilişkisine şekil veren yaşamın, ontolojik bir önceliğe sahip olduğuna işaret edilecektir.

Anahtar Kelimeler: Schopenhauer, Nedensellik, Ontoloji, Felsefi Danışmanlık, Yaşam Seyri.

The Impact of Philosophical Counseling on the Formation of Human Existence as Cultural and Social Being in the Context of Schopenhauer's Concept of Causality

Abstract

Schopenhauer identifies three fundamental grounds of causality in nature, s. cause, stimulus, and motive. Through these foundational roots, he provides an explanatory framework for understanding and interpreting the continuity and self-reproduction of nature. This endeavor, in essence, opens a path toward an inquiry into the nature of human existence itself. Causality, as the method through which the human being grasps the world, is not an ultimate purpose but rather a function of the mental structure that enables the subject, as the self, to comprehend the multiplicity that exists beyond itself. If we assume that the meaning humans attribute to the world and their effort to comprehend it are primarily mental, then all interpretations of the course of life inevitably acquire a kind of mental precedence. In this regard, grounding existence itself upon a mental necessity as a precondition reveals a fundamental deficiency in Schopenhauer's account of being. The mental disposition, which participates immediately in every

* Dr. Öğretim Üyesi Zafer GÜNDÜZ, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Felsefe Bölümü, zgunduz@cumhuriyet.edu.tr. Orcid, s. https://orcid.org/0000-0002-2486-0780.

process of understanding, confines cause and stimulus within the sphere of motive, thereby relegating nature—the external content of existence—into an indeterminate realm that becomes inaccessible or unknowable in any direct sense. Moreover, the human being is both a social and cultural entity. The domains of society and culture are entirely human constructions, composed of artificial contents that have matured into complex and discernible structures. These domains, unlike the ambiguous relationship established with nature, are expected to embody an even greater degree of indeterminacy and mediation. Although every meaning constructed by humans within the social and cultural spheres is inherently subjective, these structures, in an empirical sense, are delimited through causality and thus become constitutive elements of the human course of existence. Accordingly, drawing upon Schopenhauer's critique of causality, this study seeks to offer an analysis of the structural content of human sociality and cultural being. By relegating nature to a secondary realm and foregrounding culture and sociality as primary, the modern understanding of existence becomes confined within the course of life itself—leading to crises of meaning and existence in human life. Therefore, this study adopts a critical stance toward approaches that prioritize the life-world and derive the human being's social and cultural existence therefrom. It argues, instead, that the relationship between nature and causality—shaping the very form of life—possesses ontological priority in understanding human existence.
Keywords: Schopenhauer, Causality, Ontology, Philosophical Counselling, Course of Life.

Giriş

Schopenhauer, Kant'ın felsefesine yaptığı kritik ile birlikte felsefede önemli bir sorun olan nedensellik ile ilgilenmiş ve kendi felsefesini bu ana çerçevede kurmuştur. O Kant'ın "zaman" ve "mekân", "a priori" ve "aposteriori", "kendinde şey", "sentetik yargı" ve "analitik yargı" kavramlarını kritik etmiş ve kendi doğa anlayışı çerçevesinde Kant'ın bu kavramlara verdiği anlamların eksikliklerine dikkat çekmiştir. *İsteme ve Tasavvur Olarak Dünya* (Alm. Die Welt als Wille und Vorstellung, İng. The World As Will and Idea) (2020a) adlı eserinin ve *Yeterli Temel İlkesi'nin Dörtlü Kökü Üzerine* (Alm. Ueber die vierfache Wurzel des Satzes vom zureichenden Grunde, İng. The Fourfold Root of the Principle of Sufficient Reason and on the Will in Nature) (2020b) eserinin son kısmında Kant'ın kavramlarını ele almıştır. Schopenhauer her iki eserinde nedenselliğin köklerini Kant'ın kurmaya çalıştığı zeminden kaçınarak doğada izlemeye çalışmış ve *nedenselliğin, doğada üç farklı biçimde* ortaya çıktığını belirterek (2020a, s. 96; 2020b, s. 92) bunları *sebep (causes)*, *uyarı (stimuli)* ve *güdü (motives)* olarak ifade etmiştir (2020b, s. 92-93). Nedenselliğin belirlendiği doğanın sınırlılığına neden olan bu üç beliriş biçimi doğanın kendinde sürekli oluşuna sınır çekmekte ve doğanın insana ait bir şey haline gelmesine vesile olmaktadır. Yine de Schopenhauer nedensellik ile sınırlandırılmış doğanın, oluşu ve insanın varoluşunu içinde barındırdığına ve özne olarak insanın bir imkân dahilinde var olabilmesine de olanak sağladığını ifade etmektedir. Zira yalnızca insan doğayı tasavvur eder, deneyimler ve etki-tepki bağlamında bir şey olarak açığa çıkarmaya çalışır. İnsanın doğayı tasavvur etme biçimi yaşamı tatbik etmesi, deneyimlemesi, edimselleştirmesi ile beraber düşünüldüğünde yaşamın toplumsal ve kültürel bir yönünü de doğurmaktadır. Zira yaşam seyri insanın yalnızlaşmasına müsaade edemeyecek biçimde başkalarının varlığını da

gerektirmektedir. Bu bağlamda insanın isteme yetisi ve tasavvur etme edimi ancak bir mekân ve zamana bağımlıdır ve bu bağımlılık beraberinde başka varlıkların da bu mekânda olmasını zorunlu kılmaktadır. Toplumsal bir yapıya doğan insan, yaşamın kendisini sürekli bir hareket ve yönelim dahilinde kavramaktadır. Bu doğrultuda insanın isteme imkanının somut karşılığı toplumsallıkta kendini gösterir ve bunun giderilmesine yönelik edimde yine toplumsal yaşamda tasavvura dönüşür. Yine de insanın toplumsal ve kültürel bir varlık oluşunun açığa çıkma imkanını zihinsel bir edime bağımlı kılan Schopenhauer, insanın yaşama seyri sürecinde kendi varlığını anlamlı hale getirmesini ve yaşam içinde bir zemine yerleştirebilmesini, zihinsel bir içeriğe indirgemesi gereği sınırlı ve sorunlu hale gelmektedir. Zira insanın kültürel anlamlar üretmesinin bir boyutu doğa ile kurduğu anlamlı ilişkiye dayanmaktadır. Doğa insanın zihinsel işlemlerinin bir sonucu değil aksine sebep ve uyarının bizatihi kendisidir. Bu açıdan insanın kendi anlam dünyasında kendi varlığına dair bakışı doğanın etkisi nezdinde belirmekte ve şekillenmektedir. Bu bağlamda insanın toplumsallığına dair anlama çabası doğanın zorunlu ön bir etki olduğunun farkında olunarak anlaşılması gerekmektedir. Oysa nedenselliğin zihinsel bir anlama biçimi olduğunu söyleyip, tüm kavrama edimlerini zihin işlevlerine bırakıp, nedenselliğin zorunlu olay ve olgularını göz ardı etmek, insanın kendi varlığını açığa çıkaracağı alandan ayırmaya neden olmaktadır. Bu açıdan insanın kültür ve toplumsal bir varlık oluşuna dair analiz ve felsefi danışmanlık tutumu, insanın kendi varlığını anlayacağı zemini zihne bırakmayıp onu doğanın dolayımsız etkisi ile şekillendiği bir biçimde soruşturması gerekmektedir.

Schopenhauer, insanın kendi varoluşunu ve bu doğrultuda anlama biçimini zihinsel işlemlere indirgeyerek onun kültürel ve toplumsal bir varlık oluşuna yönelen sürecini tek taraflı bir anlamlara indirgemesi, esasında zihin, kültür, toplum ve doğa ilişkisini birbirinden koparmaktadır. Her isteme nesnesi doğada bir şeye karşılık gelir, bu şeyin belirginleşmesi ya da isteme nesnesi haline gelişi toplumun bireyi inşa etmesine bağlıdır. Bu biçimselleştirmenin bir boyutu kültür ile ilişkilidir. Kültür ve toplumsal yapılar ile beraber insan, birey olmakta ve süreklilik arz eden bir isteme edimi göstermektedir. Bir süreklilik ve varoluş süreci olan doğa, kültür ve toplum ilişkisinin birbirini tamamlayan dinamik birlikteliğine rağmen bu ilişkiyi zihin ile ilişkilendirip, insanın tüm edimlerinde zihni bir ilinti olarak edimselleştirmekten ziyade zorunlu temel fonksiyon haline getirmesini temellendirmek için Schopenhauer devreye isteme ve tasavvuru sokmaktadır. Bu şekilde bir yönelim özü itibari ile tatmin olmayı ve bizatihi mutluluk arayışına işaret etmektedir. Oysa isteme bir yoksunluk ve noksanlık göstergesi olup istemenin tatmin edilişi bir tamamlanma üretmemektedir. Aksine yeni isteme nesnesini üreten bir yineleme/yenilenme sürekli olarak insanın karşısında durmaktadır. Benzer şekilde isteme

yani mekân ve zamana bağlı insanın toplumsal bir birey olarak inşa edilişinde karşımıza nedensellik çıkmaktadır. Nedenselliğin zaman ve mekâna bağlı bir yeterli temel dörtlü kökü olduğu gibi, onun doğa ile dolayımsız ilişkisine vurgu yapan sebep, uyarı ve güdü şeklinde de bir kökü bulunmaktadır. Bu açıdan insan içinden çıkılmaz bir paradoks bağlamında isteme ve acı ile iç içe varolan bir varlıktır. Oysa Schopenhauer *Aforizmalar* (2022) (Alm. Aphorismen Zur Lebensweisheit) adlı eserinde insanın nasıl mutlu olacağına yaşam bilgeliği temelinde bir zemin oluşturmaya çalışır ve tüm anlama ve uygulama çabasının köklerini de felsefi bir zeminde inşa eder. Bu şekilde insana mutluluk ve acı ile ilintili bir dinginleşme yönelimi sunan Schopenhauer, kendi felsefesinin temeli olan nedensellik ve yeterli temel ilkelerden hareket etme çabasını da korur. Schopenhauer, doğa, toplum ve kültür ilişkisini birbirinden koparıp, ana edim olarak insanın zihin fonksiyonunu yerleştirmesi mutluluk ve acı duygularının sorumluluğunu bizatihi insana bırakmaktadır ki bu felsefi danışmanlık sürecinin önemli parametrelerinden birini oluşturur. Oysa yine Schopenhauer, *Aforizmalar* da yaşam bilgeliği zemininde insanın varoluşunu kültür, doğa ve toplum bütünlüğünde kalarak kendi varlığını yerleştireceği yaşam seyrinin dinginleşmeden hareketle rahatlayacağına işaret etmektedir. Bu bağlamda zihin tek başına tüm edimlerin sorumlusu olmamakta eşit derece toplumsal inşa ile şekillenen bireye, bir yer açan toplum ve kültür de sorumluluğa ortak olmaktadır. Felsefenin bu hususta görevi nedenselliğin devreye girmesi ile biçimlenen varoluşu aslında zihnin tekelinden kurtararak doğa, toplum ve kültür ilişkileri bütününde bir alana çekmesidir.

Yeterli Temel İlkesi ve Nedensellik

Nedenselliğin bağlandığı doğa, özne olarak insanın da dahil olduğu kuşatıcı ve dolayımsız bir yerdir. Bu hali ile insanın tüm yapıp etmeleri ve zihinsel süreçleri bir şekilde doğanın ona sunduğu olanaklar ve kendi varoluşunda bulunan sınırlar dahilinde gerçekleşmektedir. Bununla birlikte insan varlığı bu şekilde tümüyle edilgen bir varolan değildir. Aksine özne olmanın getirdiği bazı olanaklar ile beraber yaşam ile bir ilişki kurmakta, yaşama ve daha derin anlamda varolduğu doğaya biçim kazandırmaktadır. "*Dünya benim tasavvurumdur", ...yalnızca insan, üzerine düşünerek bu hakikati soyut bilince taşıyabilir* (2020b, s. 69). İnsanın doğa ile kurmuş olduğu ilişki de tek taraflı bir yönelim olmayıp, aksine hem özne olarak insanın hem de doğanın etkin olduğu bir bütünlük bulunmaktadır. Yine de bu içeriğin nasıl ve ne derece olduğu belirsizliğini korumaktadır. Bu ilişkiye dair verilecek her türlü belirlenim üreten yaklaşım ilişkinin kendisini nedensellik ile kurmasını zorunlu kılmaktadır. Schopenhauer için *nedenselliğin art ardalıkla olan bu asli bağlantısından, "etkileşim" kavramı* çıkmaktadır (2020, s. 87). İnsan bir etkileşim varlığı olup tüm anlama yetisinin içeriği bir etkileşimdir sonucu da bu anlama biçiminden çıkmaktadır. Heidegger için

de insanın var olunan dünya ile ilişkisi bir rabıta ilişkisi olup, anlamın kendisinin kendinde bir içeriğinden bahsetmenin olanaksızlığı bulunmaktadır. İnsanın var olduğu yaşama seyrinde kendi varlığına dair anlama çabası ve başkası ile birlikte varolduğu yaşam dünyasını anlama çabasının önsel bazı içerikleri bulunmaktadır (Heidegger, 2011, s. 258). Schopenhauer bu önsel içeriği madde ve doğa kuvvetleri olarak ifade etmektedir. Bu açıdan insana dair her türlü analiz bu önsel içeriğin nasıl anlaşılması gerektiğine dair bir farkındalık ile hareket etmesi, insanın varoluşunun zorunlu yapılarına bu bağlamda mesafe koyması ve insanın bu zorunlu önsel yapılar ile etkileşiminden kazandığı dönüşüme karşı durmaması gerekmektedir. İnsanın nedensellik kavrayışını da kuran bu önsel zorunlu yapılar ile beraber bütün değişimlerin taşıyıcısı olan, değişimlerin gerçekleştiği yeri kuran bir mekân oluşmaktadır. Nitekim insan bu mekâna doğmaktadır. Özne olma çabasının sürekliliği ve olanaklılığı da bu mekân içinde şekil almaktadır. Yine de sebep ve etki ile kurulu olan doğa, insanın içinde varolduğu ve kavradığı manada bir doğa değildir. Schopenhauer bu ayrımı Kant'ın çalışmalarına dair eleştirilerinde belirgin bir şekilde ifade etmektedir (Shapsay, 2012). Ona göre *sebep ve etki, zamanın zorunlu art ardalığında birbirine bağlı değişimlerdir; buna mukabil bütün sebeplerin sayelerinde etki yarattığı doğa kuvvetleri, bütün dönüşümlerden muaftırlar ve dolayısıyla da bu anlamda zaman dışındadırlar* (2020, s. 91). Zaman ve mekân ile ilişkili bütün anlama biçimleri sebep ve etkiye dayanmakta, nedenselliğin parçası haline gelmektedir. Böylece Schopenhauer zaman ve mekan kategorisinin kendisini yaşam dünyasında açığa çıkardığını, bu dünyaya bağlı bir kategori olduğunu ifade etmektedir. Öyle ise zaman ve mekân bir idrak konusu olup, *doğa kuvvetinin sebep ve etkiler zincirindeki tezahürüne göre izlediği norm -yani tezahürü bu zincire bağlayan bağ- doğa yasasıdır* (2020, s. 91). Dolayısıyla zaman ve mekânın kendisi ve bu kategoriler ile ilişkili tüm anlama biçimleri bir idrak meselesi olup tezahürdür. Buradan hareketle insan varlığının varoluş sürecinde tüm kavrayışlar ister gerçeklik (maddi evren), isterse de metafizik konular ile alakalı olsun bir biçimde doğanın tezahür etmesi ve insanın tasavvur etmesi ile bağlı olmaktadır. Değişimin kendisini anlama çabamız bu temel ontolojiye uygun olmak durumundadır.

En temel hareket noktasının açığa çıkarılmasına dair araştırmanın gelmesi gereken bir diğer husus ise nedenselliğin ortaya çıkış biçimidir. Schopenhauer nedenselliğin belirişinin üç temel ayağı olduğu ifade eder, s. *Sebep (causa), uyarı (der Reiz) ve güdü* (2020, s. 92-93). Ona göre sebep, cansız doğanın akıbetini belirleyendir ve temel fiziğin konusunu oluşturur; uyarı, organik yaşamın bilinçsiz kısmını belirleyendir ve biyolojinin konusunu oluşturur; güdü hayvan yaşamının bilinçli eylemlerini belirleyendir ve idrak etme bu alanla ilgilidir (2020, s. 93-94). Schopenhauer insanın yaşam seyri yolculuğunda yolculuğu anlamasını, kendi varlığını anlamlı

bir varolan haline getirmesini ve özne olabilmesini sağlayacak düşünce biçimini ilkin nedenselliğe bağlamakta, sonrasında bu nedenselliğin belirişini sebep, uyarı ve güdülenmeye dayandırmakta, en nihayetinde ise bunun bir tasavvur olduğuna, varolanın kendini tezahür etmesine ve idrak ile zihinsel bir yapı inşa etmesine bağlamaktadır. Tüm bu süreçler duyular, dış dünya algısı ve zihinsel bir işlem sürecidir. Nitekim algının kendisi zihinsel ve dış dünya algısı esasında anlamanın işi ve anlamanın kendisi ise nedenselliğe bağlıdır (2020, s. 98). Schopenhauer bunun bir hakikat olduğunu ve felsefe profesörlerinin bu hakikati keşfedemediklerini ileri sürer. Kendisinin tüm çabasının da bu zemini yeter sebebe dayanacak biçimde kurmak olduğunu belirtir. Oysa varolan felsefi gelenek ya fizikalist ya da metafizik bir anlama çabasıyla hareket etmektedir (Colin, 2020, s. 784-785).

Varolanın anlaşılması ve özne olarak insanın bu varolma biçimi içinde nasıl bir yerde durması gerektiğine dair analizinin bir diğer basamağı algı ve duygulanım ile alakalıdır. Bu aşamada karşımıza *dokunma* ve *görme* çıkmaktadır (2020, s. 102). Schopenhauer'e göre anlamanın ortaya çıkacağı veriyi sağlayan varoluşsal bir imkân olan dokunma ve görme sayesinde nesnel dünya somutlaşmaktadır. Yine de sadece dokunma ve görmeye indirgenmiş bir anlama biçimi çağdaş psikiyatri açısından eksik bir nesneleştirme sunmaktadır. Zira psikiyatri açısından insanın hafızasının kurulumunda nesneler arası yakınlığın sağlanmasında koku duyusu diğer duyulara göre daha etken bir noktada durmaktadır. Bunun dışında farklı algı biçimleri de bulunmakla beraber en genel duyular dokunma, görme, işitme, duyma ve tat almadır (Herz and Engen, 1996, s. 300-313). Schopenhauer'in yaşadığı dönem göz önüne alındığında bu anlaşılır bir durum gibi gözükmektedir. Duyu algıları arasında bir ayrım yaparak varolanın tasarım halinde kavranışını ve anlaşılır olmasını duyma, görme ve zihin ile sınırlandırmaktadır. Ona göre koku duyusu ile bir şeyin biçimlendirilmesi ya da tasavvur edilmesi olanaklı değildir. Nitekim kör bir insan da havayı koklayarak ya da müzik notalarını işiterek hiçbir nesnel tasavvura sahip olmayabilir (2020a, s. 102). Yine de tasavvurun oluşmasında sadece dokunma ve görme yeterli değildir. Aksine bu algının anlamlı hale getirilmesi gerekmektedir. İdrak edilmesi gereken bu algıların, zihin tarafından tasarımının yapılması ve sunulan hale getirilmesi gerekmektedir (2020a, s. 103). Schopenhauer burada fizyolojik bir açıklama çabasına girerek, dokunma ve görme algısının, duyumunun nasıl bir idrak haline geldiğini ve devamında anlaşılır bir nesne haline geldiğini açıklamaya çalışır. Bu bağlamda varolmanın içeriği her şekilde nesnel bir gerçekliğin içine yerleştirilmiş olur. Nesnel gerçeklik ile dolu olan insanın anlama yetisinin, nesnel olan tüm süreçlerden ayrı bir olanağını bu noktada yaptığı analizin önüne getirerek tüm değişimin kendisinin özünde hem ontolojik bir zorunluluk olduğuna dikkat çekmeye, ama bunun anlaşılmasını da öznel bir alana yerleştirmeye

çalışmaktadır. Bu doğrultuda tüm anlama biçimlerimiz ve bu maksat ile kurduğumuz kavramların örtük olarak fiziksel bir varoluşu bulunup, açığa çıkması için gereken zihin nedeni ile de zihinsel bir varoluşa sahiptir. Nedenselliğin doğa yasalarında bulundurduğu zaman ve mekân kategorileri sadece zihinsel bir gereklilik olup varolma yolculuğunun bu açıdan önceliğini nedenselliğin kendisi kurmamakta, aksine zaman ve mekâna bağlı öznel bir algısallık kurmaktadır. *Elbette sebep olarak bu nesneye geçiş, zaten nedensellik ilişkisinin ve mekân yasalarının idrakini ortaya koymaktadır, s. ancak bu ikisi, tam da zihnin donanımıdır ki burada da zihnin salt hissiyattan algıyı yaratması gerekmektedir* (2020a, s. 107). Anlaşıldığı üzere tüm farkındalık, anlama ve bu süreçler dahilinde oluşacak olan yargı yetileri Schopenhauer için zihinsel bir gerekliliğe bağlanmaktadır. Dolayısıyla anlamanın önsel fiziksel yapısı ve kendini göstermesine olanak sağlayan görme ve dokunma bir biçimde, örtük bir etkiye sahip olmaktadır. Tüm varoluş özü itibari ile zihinselliğe bağlı görünmektedir. Zihinselliğe bağlı şekilde oluşturulacak varoluşun kendisi de öznelleşmekte ve her bireyin kendisine ait bir özel mekân üretmektedir. *Anlama, herhangi bir değişimi etki olarak tanıyıp bunun -mekân ve zamanın a priori temel algılarının zemininde- sebebine alaka kurarak, duyusal hissiyatın sadece ham birkaç veri sunduğu nesnel dünyanın beyinsel fenomenini (das Gehirnphönomen) ortaya çıkarır, ...ki kavram ve kelimeler ikincil idrakin, yani düşünmenin ve dolayısıyla da aklın materyalleridirler* (2020a, s. 122). Bu açıdan zaman ve mekânı da dahil edecek şekilde nedenselliğin kendisi zihinde a priori olarak bulunmaktadır. Oysa anlama sürecinde bir biçimde görme ve dokunmaya bağlı ampirik bir varolan ile temas da zorunlu bulunmaktadır. Schopenhauer'in zihinsel olanın esas olduğu zorunlu önermesi ve felsefi kavrayışının yok saymaya çalıştığı insanın var oluşu ve varoluşunu gerçekleştirdiği dünyanın empirik tarafının görmezden gelinmesi onun felsefesinde bir eksiklik üretmektedir. Yaşam seyri sürecindeki deneyime bağlı oluşan varoluş sürecinde insanın kavramları kültür, inanç, dil ve tarihsellik, nesnelliğini ancak deneyim ile sağlamaktadır. Oysa Schopenhauer anlamanın ve idrak etmenin olanağını sadece zihin edimine vererek gerçekliği özel (zihinsel) bir alana hapsetmektedir. Ona göre insanın varoluşuna dair analizin kendisine temel alması gereken husus zihin ile ilişkili biçimde olan isteme yetisidir. Onun için özne isteyen bir varolandır. İsteme sürekli bir arzu edişi, arzu nesnesini, tatmini, tatbiki getirmektedir. Bu açıdan burada salt olarak acı tezahür eden, tedirgin edici bir yönelimi çıkarmaktadır. Dolayısıyla bir şeyin ne olduğuna dair anlam insanın kendisine dair bir anlamı içinde örtük olarak taşımaktadır. Varolan bu doğrultuda insanın istemesinin tüm biçimlerinde açığa çıkan bir şeydir. İnsanın önsel bir anlayan, yönelen ve bir şeyi ne ise o olarak tanımlayacak bir gücü vardır. Bu varoluşsal bir güç olup, bu gücü elinde tutabilmesi için kendisine kullanacağı imkânı nedensellik ile sağlamaktadır. Bu anlama

biçimi her halükârda dışsal nesneyi dolayımlı bir şey olarak belirlemektedir. İnsan bu anlamanın tek ve gerçek güç sahibi olarak, varoluşa egemen olmaktadır. Oysa yine istemenin kendisi burada insana güçlü olmasının getirdiği mutluluğu engelleyen bir dayanak vermektedir. İnsanın isteme ile endi varlığını yerleştirdiği mekân etkiler ve deneyimler alanıdır ve dışsal nesne bir şekilde tedirgin eden bir şey olarak orada insanı sınırlandırmaktadır. Tam bu hususta Schopenhauer, doğa, kültür ve toplumu devreye zihinsel bir olanak olarak sokmakta ve bir ilişkiler bütünü olan etkiyi bir güç olarak insanın sınırlı bir varolan oluşuna neden olan algı biçiminden ayırmaktadır. Bu bağlamda kendi kavrayış biçimini de Kant kritiği ile ilişkilendirmektedir. Ona göre *bizim dışımızdaki gerçek bir nesnenin varlığı doğrudan algılayışta mevcut olamaz; bilakis bu, algının dışsal bir sebebi olarak düşünülebilir ve dolayısıyla da çıkarım yapılabilir. Ve Kant'a göre bunu yapan kişi bir "transandantal realist"tir ve yanlış yoldadır; zira Kant burada zaten "dışsal nesneler"den kendinde şeyi anlamaktadır* (2020a, s. 135). Kant'ın işaret ettiği hususun kendinde şey olduğuna ve herhangi bir maddeden bahsettiğimizde aslında bir şeyden bahsettiğimizi söylemeye çalışan Schopenhauer kendinde şeyin, saf doğanın kendisinin ulaşılamaz olduğunu ve zaman ve mekâna bağlı olmadığını göstermeye çalışır (2020a, s. 138).

Kendinde şeyin nasıl bir varoluşa sahip olduğuna dair her türlü soruşturma bir biçimde Schopenhauer için tasavvursal bir şey olup bu şeyin saf bir madde olduğunu ve bir sürekliliğe sahip olduğuna bağlanır. Buraya kadar Schopenhauer'ın açığa çıkarmaya çalıştığı husus ve bu çabanın nesnel karşılığı karşımıza bedeni çıkarmaktadır (Baptista ve ark., 2018, s. 123-140). Schopenhauer'ın ontolojik bir bağlama çektiği varolanın anlaşılma biçiminde ilkin dışsal nesneler, düşünsel nesneler ayrımı, sonrasında dışsal nesnelerin algılanması, duyumsanması ve devamında bu süreçlerin hepsinin özü itibari ile zihinsel bir işlem olduğu dikkati çekmektedir. Bu doğrultuda Schopenhauer idrak, anlama, ben olma bilinci, varlığın anlaşılması gibi konuları bireye ait öznel bir zihinsel işlemler sürecine bırakmaktadır. Kant'ın yol açtığı kendinde şey, saf doğa yargıları, a priori var olan, dolaysız nesne (madde) vardır ama özne olarak insanın bu madde ile teması bazı ilinekleri gerektirmektedir. Yine bu madde nedensellikten de bağımsızdır. Zira nedensellik insanın dünyayı, doğayı anlama biçiminin bir yöntemidir ve kendinde şey ise sürekli ve zaman-mekândan bağımsız bir özel varoluşa sahiptir. *Dahası "töz" maddeyle özdeş olduğundan şunu söylemek mümkündür, s. Töz, in abstracto değerlendirildiğinde etkidir, ilinek ise etkinin belli bir biçimi in concreto etkidir* (2020a, s. 138).

Dolayımsız nesne olan maddenin, ya da diğer bir ifade ile kendinde şeyin ne olduğuna ve dolayımlı nesneden bağımsız oluşunun sınırlarına dair analiz bir biçimde sınırlılıklar taşımakta ve olanaksız bir kavrayış süreci üretmektedir. Oysa insan, nesne ile temasını zaman ve mekân,

nedensellik, etki ve tepki gibi her zaman bir bağlamda kurmaktadır. Bu bağlamın aracısı ise bedenin kendisidir. O halde varoluş sürecinden insanın yaşama seyri sürecinin iki bileşeni öne çıkmaktadır, s. zihin ve organik yapı olan beden (2020a, s. 139). Tüm edimlerin dolaysız nesnesi, bu bakış açısından hareket ettiğimiz zaman, organik beden olmaktadır. Algı ve duyumun getirdiği varolanı tanıma ve ona temas etme, anlamanın ilk basamağıdır. Bu aşamada devreye zihin girmekte algı ve duyumdan gelen veriler anlamlı bir hale gelmektedir. Yine bu noktada deneyimin kendisinin ortaya çıkmasını da zihinsel olduğunu unutmamak gerekmektedir. Öyle ise tüm anlam süreçleri mekân ve zaman içinde gerçekleşmektedir ve tüm anlam olgusal bir dünya tasavvuru ortaya çıkarmaktadır. Bu hali ile anlama mekânsal bir varlık temeli üretmektedir.

Kendinde şey, nesne ve maddenin ne olduğuna dair bir soruşturma ve varlığın anlamını da bu soruşturma üzerinden okuma başlangıcın belirlenemediği bir sürece/analize yerleştireceği için tüm anlamı mekân ve zamana bağlı şekilde bir başlangıç üzerinden keşfetmek gerekmektedir. Zira madde kendini bir şey olarak hep bir etki bağlamında göstermektedir. *Her yerde, mekandaki varlık temelinde, "etkileşim" olarak adlandırılana bir benzerlik hakimdir* (2020a, s. 199). Etkileşim ve bir bağlam dahilinde var olanın kendini göstereceği bu dünyanın varlık soruşturması da zorunlu olarak bir sınıra dahil olacaktır. O halde anlama ve kavrama her biçimde öznenin algısına ve zihinsel süreçlerine bağımlı olmaktadır.

Öznenin deneyim sürecinde idrak edişi a priori bir anlama çabası değil istemenin biçimselleşmesidir. Zira özne sadece oluşun öznesidir ve nesnelerin ilişkilerini kavrayabilir bu hali ile ben idrak ediyorum gibi bir önerme hatalı olup, ben istiyorum gibi bir önerme ile varoluş sürecini incelemek gerekmektedir. Özne de bu açıdan istemenin öznesidir. O bir isteme tavrı ile varolana bağlıdır. Tüm varolma biçiminin kendini göstermesi de bu sentetik ifadeye göre biçimlenmektedir (2020a, s. 211). İstemenin kendisi üzerinden oluşu anlamaya çalışan Schopenhauer, istemeyi dürtülenme ve güdülenme ile ilişkilendirmektedir. Ona göre güdü içeriden görülen nedenselliktir (2020a, s. 214). Özne ve zihin merkezli bir kavrayış süreci olan yaşam seyri sürecinde tüm edimler ve yönelimler nedensellik ile bütünleşmiş olsa da ilk hareket istemedir. İsteme güdülenmeyi ve algı, duyum süreçlerini ortaya çıkarmaktadır. Schopenhauer için tüm yaşama seyri süreci öznelleşmiş ve özne üzerinden oluşmuş bütünlüğe bağlı durmaktadır. Bu doğrultuda varoluş sürecindeki yönelimin içeriği doğal olarak tasavvur olmakta ve dolayımsız nesnenin tasarımı kendinde şeyin yerine geçmektedir (2020a, s. 215). İsteme tasavvurun dünyasında anlamlı hale gelmiş her varolan zaten bir şey olarak orada işaret edilen varolan olacağından, halihazırda rastgele bir tekrara dayanan pratik süreçler de örtük olarak nedenselliğe bağlı olacaktır. Yine de bu nedenselliğin bilinçli bir belirişi ve varolanın

kavranılan hale getirilip, anlamın pekiştirilmesi tekrarı gerektirmektedir. Öyle ki, Schopenhauer tekrarı önemsemektedir.

Dil öğrenimi üzerinden tekrarın önemine vurgu yapan Schopenhauer, deneyimin bilinçli bir edim olmasını sürekli tekrara indirgemektedir. Bu bakış açısına bağlı olacak şekilde çocukların eğitim anlayışına da işaret ederek, çocukların bilinçli bir olgunlaşmayı sürekli tekrar ile sağladığını ifade eder. Zihinsel olgunlaşmayı sürekli tekrara ve belleğin dinamik tutulmasına bağlayan düşünür, insanın yaşama seyri sürecinde kendi olgunlaşmasını belleğin dinamik tutulması ile ilişkilendirmektedir. Büyük düşünürler kendileri için önemli olan şeyleri sürekli belleklerinde dinamik tutarken, gündelik hayatın küçük olaylarını ise hızlı bir şekilde unuturlar (2020a, s. 218).

Schopenhauer'ın anlamayı sebep, uyarı ve güdü üzerinden açıklama çabası, özne olarak insanın varoluş sürecini varolanlar ile özne arasındaki ilişkiye dayanarak açıklamasını gerektirmektedir. Oysa bu süreci idrak eden ve idrak edilen üzerinden anlaşılır hale getirmek kendi içerisinde bazı sorunlar üretmektedir. Zira insan olgusal bir dünya içinde varolmaya çalışmaktadır ve tüm zihinsel süreçlerine müdahale eden önsel zorunlu uğrakları bulunmaktadır. İdrak etme ve idrak edilme haklı olarak etkileşimi gerektirmektedir. Ki birçok filozofun insanın varolma sürecini oluş üzerinden açıklamasının nedeni de aynıdır. Varolma biçimi de yine zaman ve mekâna bağımlı bir anlaşılmadır. Her türlü anlamın temellerinde bu ilişkiler ve etkileşim zaman ve mekâna bağımlı olacak şekilde bulunmaktadır. Schopenhauer için haklı olarak bu içindelik üzerinden saf aklın yasaları, saf doğa yasaları ya da zaman ve mekândan bağımsız bir maddenin anlaşılır olması pek olanak dahilinde gözükmemektedir. Bu açıdan Schopenhauer her ne kadar Platoncu bir çizgi çizerek özneye ve zihin olgusuna öncelik tanısa da olgusal dünyanın dolayımsızlığına ve zorunlu yapısına gönderim yaparak bu gelenekten ayrılmaktadır. Yine varlığı anlama ve insanın varoluş sürecini anlamlı bir hale getirme çabasında bir temel üretmeyi de bu bağlamda anlamsız bulmaktadır. Zira tüm varolma oluşun içinde ve her şekilde bir bağlama dahil olarak belirmektedir. Etkinin ve tepkinin yok edildiği, nedensellikten bağımsız bir düşünme biçimi kabul edilemez gibi durmaktadır (2020a, s. 223).

Bu açıdan başlangıç arzusu ve varolma biçimini isteme ile anlamak gerekmektedir. Zira özne istemenin dünyasına doğmakta ve varolmaktadır. Yine de başkasını idrak eden öznenin kendisini idrak etmesini ve kendi varlığına dair soruşturma yürütmesinin olanağı da isteme açısından hatalı olmaktadır. Bu doğrultuda özne olarak insanın anlama çabasına yeter sebep ilkesi ile analiz etmek gerekmektedir. İnsan varolma edimini ve istemenin nesnesinin biçimlenmesini bir yeter sebep üzerinden sınırlandırmaktadır. Bütün zorunlu başlangıç

önermeleri ile oluşu açıklama çabası Schopenhauer için bir kelime oyunudur ve bu oyuna *bütün soyut kavramların* bir güdülenme olduğuna, *algılarla kontrol edilmeleri gerektiğini* söyleyerek karşı çıkar (2020a, s. 224). Oluşu bir zorunluluk (a priori önerme) üzerinden anlama biçimine insanın olgusal dünyada varolduğu gerçekliğini getirerek karşı çıkmakta ve bir başlangıç üretilecekse de yöntemin yeter sebep ilkesinin dört biçimine dahil ederek yapılması gerektiğini belirtir. Bunlar, s. Mantıksal zorunluluk, fiziksel zorunluluk, matematiksel zorunluluk ve ahlaki zorunluluk. Bu dört temel ilkenin güdülenme ve olgusal bir zemini olduğunu da belirten Schopenhauer bireysel deneyimler ile özneler arası deneyimi bütünleştirmektedir (2020a, s. 225). Tüm edimler bu sebeple ampirik, transandantal ya da meta mantıksal bir doğrultudadır. Bu aşama karşımıza yine bedeni çıkarmaktadır. Tüm edimler, etkileşim ve tepki üzerine inşa edileceğinden bu etkileşimin somut nesnesi bedendir. *Bedenin duyu hissiyatları, nedensellik yasasının ilk uygulanmasında verileri sağlar ve tam da bu yolla bu sınıftaki nesnelerin algısı ortaya çıkar*, tıpkı deneyimlenen diğer nesnelerde olduğu gibi insanın kendisi de bedensel bir varoluş ile yaşam seyri sürecinde var olur (2020b, s. 139). Bu hususta Schopenhauer insan bedeni ve beyni ile hayvan bedeni ve beyni arasında fark bulunduğuna işaret eder. İnsan diğer varolanlardan farklı olarak soyut tasavvurlar sahibidir (2020b, s. 156).

Bu tasavvurlar aklın yani zihnin kendi işi olup somut karşılığını dilde sağlar. Edimlerden elde edilen algısal verilerin kendisi dil ile zihinde somutlaşır, tekrardan dil ile beraber de nesnel yaşama aktarılır (2020b, s. 158). Dolayısıyla insanda zaman ve mekâna bağlı nedensellik ilişkisinin somutlanması ve nesnel dünyayı kavrayış dilsel bir içerik ile sağlanabilmektedir. Yine de dil zihinsel bir yapı olmayıp, yaşam seyrinden öğrenilen bir şeydir. Dilin doğru öğrenilmesi ve kullanılması için mantık kurallarına bağlı bir anlama yapısının inşası gerekmektedir. Bu açıdan nesnel yaşamın inşa ettiği toplumsal ve kültürel yapıların öğretilmesine dayalı olan dilin edinilmesi bir süreç iken bu dilin anlama ve kavrama edimlerinde düzenleyici, kapsayıcı olabilmesi mantıksal bir süreci gerektirmektedir.

Schopenhauer yaşam seyri içinde kültürel ve toplumsal inşa edişinin nesnesi olan insan kavrayışında, onun edimsel bir varolan olduğuna ama bu edimselliğin salt başına zihinsel olmadığına aksine bir varoluş sürecinde algısal bir varlık olduğuna ve her kültürün, toplumsal yapının kendi dili olduğuna bu dilin yapay bir eğitim üzerinden öğrenilen dil olsa dahi insanı hayvanlardan ayıran bir olanak sunduğunu bir biçimde zorunlu olarak kabul eder (2020b, s. 159). Bu zorunluluğa rağmen, insanın yaşam seyrinde varolanlar ile kurduğu ilişkinin içeriği zihinseldir. Schopenhauer için zihin insanın yaşam ile kurduğu ilişkiyi hem kurar hem şekillendirir hem de anlaşılır bir biçime sokar. Zorunlu bir ön içerik olan doğa, kültür ve toplum insanın ancak zihin ile kurduğu ilişkide hayat bulmaktadır ve bu bütün varoluşu algı, isteme ve

tasavvura indirgemektedir. Özne olabilmenin varoluşsal biçiminde, öznenin yaşam seyri sürecinde tüm edimler isteme ve tasavvur ile ilişkilidir. Bu doğrultuda öğrenme yapay bir içerik olup, istemenin formel inşasını ve toplumsal birarada oluşu gerçekleştirecek bir olanaktır. Öğrenilen şey de istemenin vesilesi ile bir tür tasavvurdur ve kültür, toplumsal inşa bu tasavvura bağımlıdır. Plessis, Nietzsche ve felsefi danışmanlık ile ilgili araştırmasında acı ve istemenin insanın yaşam seyrinde zorunlu bir karşılaşma olduğuna vurgu yaparak bunun teolojik bir tarafı olduğuna bu açıdan insanın toplumsal, kültürel ve inanç kavramları ile bu acıyı ve istemeyi dinamik tuttuğunu belirtir (Plessis, 2024, s. 259). Felsefenin insanın yaşam ile kurduğu dinamik ilişkide durması gereken taraf, insanın isteme ve tasavvura verdiği gücü haklı çıkaracak taraftır. Zira insan varoluşun edilgen bir varolanı değil, tersi olarak aktif tarafıdır. Bu nokta tam da felsefi danışmanlığın danışana fark ettirmeyi hedeflediği bağlam olmaktadır. Nitekim bu konumuyla insanın bir isteme ve tasavvur gücü, bunu hayata geçirecek yönelim, tatbik edebilme ve nihayetinde tatmin olmayı arzulama olanağı bulunmaktadır. Böylece o özel bir varolandır. Yaşam ile kurulan bu tek taraflı dinamik ilişkide onun varolanların dünyasını kendi varoluşunun bir tezahürüne dönüştüren zihin fonksiyonu neticesinde varolanların öncesinde insanın bizatihi kendi varoluşu bulunmaktadır. Bu bağlamda karşımıza doğanın, kültürün ve toplumun bireyi inşa edici bir özel imkanını nasıl anlamamız gerektiği çıkmaktadır, ki bu esasında Schopenhauer'ın zihin ve algıyı bu derece önemli bir noktaya taşımasının neticesinde çelişki üretmektedir. Nitekim felsefenin bu çelişkiye bir taraf olmasını bekleyen Schopenhauer, felsefecilerin bu görevi ifa etmemesi nedeni ile onları önemsiz ve değersiz bulmaktadır. Ona göre felsefeciler kendisine kadar hep felsefe tarihi yapan ve insanın yeter sebep ilkesine göre yaşamı anlaması gerektiğini fark etmemişlerdir. Kendisi bu eksikliği gidermekte ve felsefenin asli görevini insanın yaşam ile kurduğu dinamik ilişkiyi zihin fonksiyonunu öne çekerek gerçekleştirmesi gerektiğine getirmektedir. Bu noktada Schopenhauer, çelişkiyi gidermekten kaçınarak kendi tutumunda insanın yaşa seyrini de bir şekilde kabul ederek, insanın dinginleşmesi gerektiğini söyler. Felsefe ve felsefi danışmanlık işte bu dinginliği sağlayan bir olanağı insana sunmaktadır.

Öyle ise varoluşun ilk basamağı anlama, sonrasında akıl, devamında tekrar anlamaya olanak sağlayacak olan duyusallık ve kavrama üretecek olan içsel duyudur. Bu istiyor oluş, yaşam seyrinin öznesini açığa çıkarmakta, içsel deneyimin ve güdünün bütünleştiği bir isteme bize sunmaktadır (2020b, s. 214). İnsanın içsel deneyimi ve dışsal deneyimine olanak sağlayan güdülenme hem soyut dışsal gerçekliği hem de insanın içsel dünyasını etkilemektedir. Ancak yine de Schopenhauer için bu bir istemedir ve bireyin istemesi tüm mekanizmayı harekete

geçirmektedir. Sürekli bir deneyim ve edim ile beraber özne olabilmenin imkânı geçekleşmektedir.

Özne istemenin yönlendirdiği olgusal tecrübe ile her teması ve anlama, kavrama süreci bir önceki benzer deneyimden farklı olup, kendi içinde tekilliği barındırmaktadır. Aynı biçimde hatırlama ve zihin deposundan geri çağırma da tekildir. Geri çağırılan şey kesinlikle deneyimde oluşmuş tecrübe edilmiş şey olmayıp, zihin sürecinde farklı bir içeriğe bürünmüştür ve her geri çağırılışta da farklı bir anlamdadır ama yine de deneyimlenmesi gereken ile kurulacak ilişkide tatbiki kolaylaştırmaktadır (2020b, s. 217). Oysa zihinde depolanan bütün edinilmiş veri, içerik eğer geri çağırılmaz ve tatbik edilmez ise unutulmaya başlamaktadır ve zamanla hafızadan kaybolmaktadırlar. Hatırlamanın bu tarihsellik bağıntısı istemenin zihinsel tarafını baskılayacak ve bedenin dinginleştirilmesini sağlayacak bir açıklığı bulunmaktadır. Özne olabilmenin olanağını sunan sınırlandırma ve dinginleştirme hatırlama ve istemenin sürekli tatbiki ile ilişkilidir (Baptista, 2016).

Schopenhauer çocuklardan örnek vererek edimlerin neden tekrarlanması gerektiğine ve unutmanın sebeplerine değinmeye çalışır. Çocuklar basit ve sayısı az olan deneyimlerinden edindikleri bilgiyi sürekli tekrarlarlar bu sebeple de ona göre çocukluğun çevre ve olayları bellekte derin izler bırakır (2020b, s. 217). Schopenhauer insanın tasavvur etme biçimini yerleştirdiği dilsel mekânın içeriği hatırlama ile kuvvetlenmekte ve hatırlamanın tekil karakteri gereği de bireyselleşmenin önünü açmaktadır. İnsanın yaşam seyri içinde kendi varlığını başkaları ile birlikte inşa edebilmesinin ilk aşaması her edimin bir tecrübe inşa etmesine bağımlı iken, toplumsal bir inşa edişin olanağı ise mitik bir anlatıyı gerektirmektedir.

Bu doğrultuda Schopenhauer direk söylememiş olsa da insan kültür varlığı olmaktadır. Zira o bir mitsel dilin içine doğmaktadır. Bu bağlamı koruyabilmek için de kendi dönemine kadar olan felsefecilere yönelik bir eleştiri üzerinden kendi iddiasını açıklar. Ona göre her kavramı bağlamından ve tarihsel hafızadan arındırıp bir "-lık, -lik" ekini eklemek ve bir de ciddi surat yapmak basit ve kolaya kaçmak olacaktır. Kendi dönemine kadar felsefeciler böyle yapmaktadır ve böylece anlaşılması istenen şeyi, soyut bir kavramın arkasına saklanarak anlaşılması gereken şeyden koparmaktadırlar. Yapılan bu çaba ona göre kavramın ve soyut kelimelerin telaffuz edilmesidir (2020a, s. 513). Oysa "iyi" ifadesinde bunu rahatlıkla fark edebiliriz. İyi şeyin ne olduğuna dair anlama çabası bir şeyin iyi şeyidir ve hep isteme ile ilişkilidir, *kısacası istediğimiz şey iyidir* (2020a, s. 514). Oysa Kant eleştirisi üzerinden felsefecilere ve teologlara karşı çıkarak Schopenhauer, kendi dönemine kadar yapılan şeyin insanın kendi varlığını inşa ediş biçimini özsel bir alana taşıdıklarını ifade eder. Teologlar ve felsefeciler "iyi", "güzel", "adalet" gibi kavramları nesnesinden daha doğrusu algısı ve

tasavvurundan yalıtıp, bu kavramları bir dil ve kendinde soyut bir şey olarak sunmalarına ya da tanınan ve deneyimlenen dünyanın dışında başka dünyaları varsayarak kavrayarak izah etmelerine itiraz eder. Ona göre mutluluk ve yaşam seyri sürecinde insanın anlam arayışı ne tatbik edilen dünyadan bağımsız ne de başka dünyalarda aranması gereken bir şeydir, aksine tam zıttı yönde çabalamak gerekmektedir (2020a, s. 516). Dolayısıyla insan bir zaman ve mekanda varolan bir varlıktır ve bu varoluşa dayanacak biçimde kavramların anlaşılması gerekmektedir. Kavramların kendisi de yukarıda işaret edildiği üzere her bakımdan isteme ile güdülenmektedir. Böylece en yüce iyi, mutlak iyi gibi ifadeler bir çelişkidir. Zira isteme süreklidir ve her şekilde yeni bir isteme nihai tatmin olmanın önünden durur.

İstemenin kendisi bir tatmin olma ve talep etme olması ile beraber, istenilen şeyin elde edilmesi ile beraber mutluluktan bahsetme şansı Schopenhauer için olanaklı değildir. İstemenin sürekli oluşu, bir eksiklik, yoksunluk neticesinde gerçekleşmesi nedeni ile isteme aynı zamanda acı kaynağıdır. Bu açıdan Schopenhauer'ın felsefesi acı ile ilişkilidir ve pesimist bir karakteri bulunur (Janaway, 1999; 2020a, s. 518-519). İnsan varlığının toplumsal inşa edilişinde ortaya sunulan mitik anlatılar, kahramanlık ve epik söylemlerde dahi mutluluk arayışı bir son bulmaz ve her anlatı içinde acıları, arzuları, dolayısıyla istemeyi barındırır. İnsanın kültür varlığı olduğuna işaret eden yaşam seyri içinde varolma ve başkası ile olabilmenin olanağını sunan dilsel ortaklaşma, öğrenme edimlerinde de acıya vesile olan yoksunluk kendini göstermektedir. Bu doğrultuda insan sürekli bir isteme halindedir. Oysa aynı insanın tasavvur etme biçimi ve yaşam seyrini bir mekan içinde olarak anlama olanağını göz önüne aldığımızda istemenin mantıksal bir sınırlılığın olduğu kanaati öne çıkmaktadır. Schopenhauer bu söyleme itiraz edecek biçimde istemenin önceliğini öne sürer. Ona göre tüm edimler, tatbik, hatırlama isteme ile ilişkilidir ve her şekilde isteme, nesnesini arar, yoksunluk taşır ve nesnesi ile birleşmesi ya da nesnesini elde etmesi de yeni bir istemenin önünü açar. Bu açıdan Schopenhauer hatırlamayı ve tatbiki bireyselliğin alanına taşır. Tüm hatırlama tekildir ve insan güdüsel edim sergilediği için hatırlanılan şeyin güdülenmesi de farklı olacaktır. Yine ona göre güdü istemenin doğrultusunu değiştirebilse de istemenin kendisini değiştiremez (2020a, s. 525).

İstemenin doğrultusu mizaç ile ilişkili olup, yaşam seyrinden insanın edimlerini yönlendirir. Ne var ki Schopenhauer için tüm herkes için aynı olan bir iyilik, adaletten bahsetme şansı olmaz zira mizaç devreye girmektedir. Felsefecilere bir eleştiri getirerek bir mutlak iyiden yola çıkılan ahlak, etik değerlendirmelerin bu açıdan çelişki olduğunu belirtir. Nesnesinden bağımsız boş imgelerdir. Öznenin bir idraki söz konusudur ki soyut idrakten bahsedilemez. Her şekilde bir tasavvur ilişkisi devreye girmektedir. Bu bağlamda tasavvurun içinde anlaşılması gereken toplumsal inşa ediş ve bu toplumsallığın sağlayıcısı olacak soyut kavramların tatbik

edilen edimler ile ilintisi kabul edilmelidir. Öyle ki bu edimlerin tatbik edilmesi de hafızanın güçlü olmasını sağlamaktadır. Bu açıdan insan varlığının yaşam ile kurduğu ilişki sanal bir içeriği, tasarımsal bir önsel mekânı, yeter sebep dahilinde nedenselliğin biçimini barındırması gerekmektedir. Toplumsal inşa, kültür varlığı olma ve bireyselleşme de bu yönlendirme maksadına uyacak biçimde analiz edilmelidir. Schopenhauer dikkat edildiği üzere, yaşam ile karşılaşmanın ve yaşamı anlamanın asli sorumluluğunu bireye bırakmaktadır. Bu aynı şekilde bireyselleşmeyi de getirmektedir. Zira insan mekânın öznesi olarak kendi mekânını hem tasavvur etmekte hem de bu mekânı kendisine ait kılacak biçimde inşa etmektedir. Sorumluluk bu açıdan bireye ait olmalı ve herkes kendisi en iyi olacak biçimde tüm edimlerinde aktif bir tutum almalıdır (2022, s. 25).

Sonuç

Schopenhauer'ın isteme ve tasavvur kavramları bağlamında yaşam seyri sürecini anlama çabası, onu zorunlu bir şekilde nedenselliğin alanına sürüklemektedir. Zira isteme ve tasavvur her biçimde bir yoksunluk, bir belirtke, istenilen nesne, bu nesneye yönelim, nesnenin kendisinin tasavvur edilişi, zihinsel önsel tasavvur gibi çeşitli gereklilikleri kendisinde barındırmaktadır. Bu gereklilikler istemenin ve tasavvurun ortaya çıkmasında, istemenin tatmin edilmesinde zaman ve mekânı zorunlu olarak içermektedir. Dolayısıyla Schopenhauer'ın düşünme biçimi temel tartışması dikkate alındığında zaman ve mekâna bağlı bir içerikle şekillenmektedir. Bu doğrultuda tüm anlama biçimi, süreci ve fonksiyonu nedenselliğe bağlanmaktadır. Yine de Schopenhauer kendi felsefesinde insanın zorunlu ve mekanik bir bağlama dayanan nedensellik neticesinde varolmasının önüne geçebilmek için nedensellik ilkesine yeter sebep ilkesini de eklemektedir. Bu şekilde istemenin kendisi salt zaman ve mekânın kurmuş olduğu yapısallığa bağlanmamakta, bizatihi insan varlığının kendisine bağlanmaktadır. Bu açıdan yaşam seyri içinde varolmanın iki temel bileşeni olduğunu belirten Schopenhauer, ilkinin doğanın bizatihi kendisini referanslayan sebep, uyarı ve güdü olduğunu ve ikinci olarak da mekân içinde varolmaya işaret edecek biçimde varlıksal temel, dönüşüm temeli, davranış temeli, tanıma temeli olduğunu söyler. Schopenhauer'ın insanı, insanın kendisinden yola çıkarak anlama biçimine karşı bir tutumu olup, onu salt biyolojik bir varlık olarak ele almanın da yanlış olduğunu belirten bir düşünme biçimi bulunmaktadır. Bu açıdan özne ve nesne kendi aralarında bir bütün olmayıp, birbirlerini nedenselliğe bağımlı şekilde etkileyen bir özsel ilişkileri bulunmaktadır. Her ne kadar burada ilişki özne ve nesne ilişkisi olsa da insanın toplumsal ve kültürel bir varlık olduğuna işaret eden ve insanın ahlaki tarafını şekillendiren bir özel alanı olduğunu da ifade eden Schopenhauer, kültür ve toplumsal ilişkileri

de yine yeter sebep ilkesi (yeterli temel ilke, yeterli temel ilkesinin dörtlü kökü) üzerinden ele almaktadır.

Aforizmalar (2022) adlı eserinde insanın yaşam bilgeliği üzerine bir söylem geliştirmeye çalışır ve bu çalışmasında bir danışmanlık, rehberlik maksadı ile yaşam ile karşılaşmaları nasıl ele almak gerektiği üzerine tartışır. Yaşam ile karşılaşmanın önsel bir özne olmayı kendinde taşıdığına ve her deneyimin bu bağlamda öznel bir tarafı olduğuna işaret ederek, yaşamın bir bütünlüğü ve karşılaşmalar üzerine kurulu olduğuna değinir (2022, s. 13-15). Bu noktada karşımıza karşılaşmanın bedensel yani fiziksel bir içeriği olduğu çıkmaktadır. Schopenhauer insanın zihinsel olduğu kadar bedensel de bir karşılaşma içinde olduğunu ve istemenin kendisinin bizi yönlendirdiği yolculukta acıdan kurtulma ve mutlu olma çabası olduğunu ifade eder. Oysa mutlu olma istemenin tatbiki ve tatmini değil, aksine istenilen şeye yani acı kaynağına karşı daha büyük önlem almaya, dinginleşmeye bağlıdır (2022, s. 21). Dinginleşme, istemenin varoluşsal zorunluluk olmasından gelen bir yapıdan kurtulmak olmayıp aksine özne olmaktır. Özne olarak insanın kendi hatırasında tutması gereken husus herkesin kendi kendisine yeten ve edimlerinde başkalarına bağımlı olmayı azaltması gerektiğini belirtir (2022, s. 25). Yine Schopenhauer insanın mutlu olabilmesini çok şey istememesi gerektiğine bağlar. Bu açıdan ona göre toplumsal ve kültürel yapının insanı inşa etmeye ve varoluşunu gerçekleştirmeye çektiği alan istemenin dinginleşmesini sağlayacak bir alan olmadığını belirtir (2022, s. 121). Bu açıdan toplum, çevre ve salonlar bir tiyatro sahnesidir ve kötü bir senaryonun sergilendiği bu sahnenin bireyi olmaktan çıkıp, özne olabilmek, kendi kendisine yeten bir dinginleşmeyi kendisine referans almak gerekmektedir. Bu ise felsefi bir düşünüş biçimi olup, insanın ontolojik, biyolojik ve ahlaki yanlarına işaret eden bir anlamı bulunmaktadır. Her ne kadar Schopenhauer tartışmasını bu minvale yerleştirmemiş olsa da işaret ettiği dinginleşme, istemenin sınırlarının çizilmesi, varoluşsal yaşamın ahlaki bir belirişe sahip olması gerektiği hususlar, insanın ancak felsefenin konusu olması ve felsefi bir derinliği kendisine referans almasıyla mutluluğa yol açıp acısını azaltabileceği bir alan açacaktır. Felsefenin asli görevi ve felsefi danışmanlığın hedefi, bu açıdan insanın yaşam ile kurduğu dinamik ilişkide, ona yaşamda dinginleşmeyi sağlayacak bir anlayışı geliştirmesidir. Schopenhauer için yaşamın öznesi olan insanın isteme ve bu istemeye konu olan arzu nesnesinin edinilmesi için gereken tatbik ve neticesinde tatmin edilmesi sürecini tasavvur edişi felsefenin kendisini sorumlu tutması gereken alandır. Tam bu hususta bir itiraz mahiyetinde insanın doğa, kültür ve toplum varlığı oluşunun tüm zeminlerini zihin fonksiyonlarına indirgeyerek, varoluşu algıya indirgemesi, dinginleşme ile bir çelişki üretmektedir. Hem özneye kendi merkezli olacak şekilde bir anlama yönelimi kuran Schopenhauer, hem de insanın aslında zaman ve mekâna

bağlı, sebep ve uyarı ile de bu bağımlılığın edimselleştiren tarafını bir uzlaşıya sokması gerekmektedir. Bu açıdan Schopenhauer felsefesi insanın, kültür, toplum ve doğa içinde varolan, kendi varoluşunu açığa çıkaran ve daha ontolojik olarak da bu yaşama doğan ve yaşamın kendisini kendi özel imkânı (akıl) ile kuran varlık oluşuna kapı aralamamakta, aksine insanı isteme ile bir güç ilişkisine yerleştirmektedir. Oysa felsefenin bu anlama biçimine itiraz edecek şekilde insanın akıl sahibi oluşunun yanında, onun aslında yaşamda varolan ve bu yaşamın varoluş yolculuğu sürecinde doğa, toplum ve kültür varlığı olmasının da bir ilişkiler bütünü ürettiğine dayanan bir kavrama biçimi sunması gerekmektedir ki felsefi danışmanlık sürecinin temel işlevlerinden biri de budur. Bu izah insanın varoluş sürecini ontolojik bir önsel kavrayışa sokmaktadır ve yaşam bu bağlamda insana bağlanan bir şey olmaktan çıkmaktadır. İnsanın isteme edimi, arzusu ve tatmin olma isteği de ontolojik bir önsel kavrayış gereği sınırlı hale gelmektedir. Bu bakış açısı insana akıl sahibi bir varlık olmasının yanında akıl ile yaşamda bir konum elde ettiğini ve varoluşunu emanet aldığını sürekli biçimde hatırlatacaktır. Tam bu noktada karşımıza bu düşünce biçiminin ancak felsefenin rehberliğinde sağlanabileceği gerçeği çıkmaktadır. Nitekim felsefe insanın mutluluk arayışına, isteme ve tasavvur edişine yaşamın bütünlüğünü insana hatırlatarak sınır çizdirmekte ve belirginleştirmektedir.

Kaynakça

Baptista, T. (2016). Psychotherapists, s. should we meet Arthur Schopenhauer?. *Investigación Clínica*, 57(4), 409-426.

Baptista, T., Aldana, E., Araujo, L.B., Angeles, F. (2018). Arthur Schopenhauer and mental health education, *Revista Espanola De Estudios Sobre Schopenhauer*, number 3. https://sociedadschopenhauer.com/wp-content/uploads/2018/11/5-arthur-schopenhauer-and-mental-c.pdf. Erişim Tarihi, 23.09.2025.

Marshall, Colin (2020). Schopenhauer on the content of compassion. *Noûs* 55 (4):782-799.

Heidegger, M. (2011). *Varlık ve zaman* (çev. Kaan Ökten). Agora Kitaplığı.

Herz, Rachel & Engen, Trygg (1996). Odor memory, s. Review and analysis. *Psychonomic Bulletin & review*. Vol 3(3), pp 300-313. Doi, s. 10.3758/BF03210754.

Janaway, C. (1999). Schopenhauer's pessimism. *Royal Institute of Philosophy Supplements*, 44, 47-63.

Plessis, Gay du (2024). The Utility of Friedrich Nietzsche's Philosophy for Philosophical Counseling. *International Journal of Philosophical Practice*, 10(1), 252-277.

Schopenhauer, A. (2020a). *İsteme ve tasavvur olarak dünya* (çev. A. Onur Aktaş). Doğubatı Yayınları.

Schopenhauer, A. (2020b). *Yeterli temel ilkesinin dörtlü kökü üzerine* (A. Onur Aktaş). Doğubatı Yayınları.

Schopenhauer, A. (2022). *Yaşam bilgeliği üzerine aforizmalar* (çev. Mustafa Tüzel). İş Bankası Yayınları.

Shapshay, Sandra (2012). Schopenhauer's Transformation of the Kantian Sublime. *Kantian Review* 17 (3):479-511.

John Stuart Mill'in Utilitarizm Görüşleri Kapsamında Felsefi Danışmanlık

Nilüfer Karadağ*

Özet
Utilitarizm, modern etik teoriler içinde sonuç odaklı yaklaşımıyla öne çıkan bir düşünce sistemidir. Jeremy Bentham'ın haz ve acı ölçütüne dayalı fayda ilkesiyle temellendirilen bu anlayış, John Stuart Mill tarafından niteliksel haz ayrımıyla daha da geliştirilmiştir. Felsefi düzlemde utilitarizm, bireysel ve toplumsal eylemlerin ahlaki değerini, ortaya çıkardıkları faydaya göre değerlendirmeyi önermektedir. Ayrıca Mill'in faydacılık öğretisi hem etik felsefe literatüründe hem de uygulamalı etik alanlarında önemli bir yere sahiptir. Bu çalışmada, Mill'in haz ve acı temelli etik kuramı, aklın rolü ve niteliksel haz ayrımı üzerinden detaylandırılmakta, bu kuramın felsefi danışmanlık süreçlerinde bireysel karar verme, değer çözümlemesi ve etik sorumluluk bağlamında nasıl uygulanabileceği tartışılmaktadır. Bu kapsamda ampirist, romantik, natüralist olan Mill'in faydacılığı, danışanların yaşamlarındaki anlam ve etik yönelimlerini yeniden yapılandırmalarında etkili bir rehber olarak sunulmaktadır.
Anahtar kelimeler: Felsefi danışmanlık, Mill, beden, faydacı ahlak, etik sorumluluk.

Philosophical Counselling within the Scope of John Stuart Mill's Utilitarianism Views

Abstract
Utilitarianism is a system of thought that stands out among modern ethical theories for its outcome-oriented approach. Founded on Jeremy Bentham's principle of utility based on the criteria of pleasure and pain, this understanding was further developed by John Stuart Mill with his qualitative distinction of pleasure. On a philosophical level, utilitarianism proposes evaluating the moral value of individual and social actions according to the utility they produce. John Stuart Mill's doctrine of utilitarianism occupies an important place both in ethical philosophy literature and in applied ethics fields. This study details Mill's pleasure and pain-based ethical theory through the role of reason and the qualitative distinction between pleasures, discussing how this theory can be applied in philosophical counselling processes in the context of individual decision-making, value analysis, and ethical responsibility. In this context, Mill's utilitarianism, which is empiricist, romantic and naturalist, is presented as an effective guide for clients in restructuring the meaning and ethical orientation of their lives.
Keywords: Philosophical counselling, Mill, body, utilitarian ethics, ethical responsibility.

Giriş

Felsefi danışmanlık insanların günlük yaşamda karşılaştıkları problemlerle başa çıkmasına yardımcı olmak için felsefenin araçları olan sistematik düşünme, sorgulama ve problem çözme becerilerinin kullanılması süreçlerini içermektedir (Eroğul & Çevik, 2024). Felsefenin işe yararlılığı konusunu ön plana çıkaran bu danışmanlık şekli 20. yüzyılda felsefenin yeniden kendi köklerine dönmesi için ortaya çıkarılmıştır (İyi, 2006, s. 195). Felsefi danışmanlık ortaya çıkmadan önce, felsefe ile insanın somut yaşamı arasında köprü görevini uygulamalı etik alanları üstlenmekteydi. Modern çağda ise insanın dünya içindeki anlamını-anlamsızlığını, işlevini ve değerini sorgulaması felsefeyi günlük yaşama daha çok

* Dr., Millî Eğitim Bakanlığı, ORCID: 0000-0002-4658-2494

yaklaştırmıştır. Bu bağlamda uygulamalı etik alanlarından daha çok yeni bir alana olan ihtiyacın hissedildiği sonucuna ulaşılabilir.

Felsefi danışmanların yaptığı iş "Eski bir felsefi geleneğin yeni versiyonudur.". Böylece insanın günlük yaşantısında ya da varoluşuna dair ortaya çıkarttığı sorunlarla baş edebilecek alanın çözümünün felsefi danışmanlıkta olduğu düşüncesinin kaynağı açık bir şekilde görünmektedir (Altunbaşak, 2015, s. 1). 1980'lerde filozoflar felsefeyi yeniden günlük yaşamın içine dahil etmek ve bu yolla insanların sorunlarına çözüm üretmek adına felsefi danışmanlığı kurmuştur. Dolayısıyla toplumdan neredeyse soyutlanarak yaşayan filozofların artık insanların arasına karışması gerekmektedir. Çünkü filozof da hayatın anlamı ve çıkmazlarının üstesinden gelebilmek için iletişim kuracağı birine ihtiyaç duymaktadır (Marinoff, 2007, s. 21).

İnsanların en önemli iletişim aracı diyalogtur. Felsefe tarihinde insana etik bir varlık olarak yaklaşan ilk filozof olarak kabul edilen Sokrates, diyaloğa çok ayrı bir önem vermiş hatta diyaloğu yöntem olarak kullanmıştır. Çünkü zihinde a priori olarak var olan bilgilerin ortaya çıkışı ancak soru cevap şeklinde gerçekleştirdiği bu yöntem ile mümkündür (Gökberk, 2019). Felsefi danışmanlığın perspektifinden felsefi düşünce ve subjektif insan yaşamı birbirinden ayrılmamaktadır. İnsanın yaşamla kurduğu bağ ise sadece diyalogla mümkündür (Lahav, 1997). Dolayısıyla Sokrates'in yöntemi aynı zamanda felsefi danışmanlığın da en çok kullandığı yöntem olmaktadır.

Felsefi danışmanların insanların anlam arayışına çözüm üretebilmesi için de her danışanla "diyalog" hâlinde olması gerekir. Bu bağlamda Sokrates ilk felsefi danışman olarak kabul edilebilir. Yunan ve Roma felsefesine var olmuş birçok felsefe okulunda (Stoacılık, Epikürosçuluk gibi) felsefe, soyut kuramlar bütünü olmaktan ziyade yaşama sanatı olarak öğretilmektedir. Felsefe de bir yaşam şekli öğretme çabasındadır. Böylece insanlar mutlu olmalarını sağlamak adına bir yol arayışına girmişlerdir. Antik Çağ filozoflarının gerçekte amaçladıkları unsur, insanların düşünmelerini sağlarken yaşamda onlara rehberlik edecek bir yöntem öğretmektir (Hodot, 2012). Dolayısıyla bu okullar felsefi danışmanlık uygulamalarının ilk örnekleri olarak görülmektedir (Lahav ve Tillmanns, 1995, s. xi).

Ebeveynlerin çocukları üzerindeki etkileri gibi felsefi danışmanlıkta felsefeden etkilenerek gelişmektedir. 19. yüzyıldan itibaren etkin olan Varoluşçuluk akımının "varoluşçu terapiye" zemin hazırlaması, Gestalt Terapisinin fenomenolojik ve Rasyonel Emotif Davranış Terapisinin Stoacı temelleri örnek olarak verilebilir (Cohen, 1995). 20. yüzyılda çeşitli felsefe akımları ve psikolojik terapi yaklaşımlarının etkin rol oynaması ile felsefenin alternatif bir danışmanlık şekline alan açabileceği fikri gündeme gelmiştir (Schefczyk, 1995, s. 75). Dolayısıyla felsefe geçmişten beri süregelen özgün yapısı ile bireyin günlük yaşamında ya da

varoluşsal anlam arayışında karşılaştığı kaygı ve korkuların üstesinden gelmede yardımcı olabilir.

Felsefi danışmanlara göre yapılması gereken felsefeyi günlük yaşama yaklaştırmaktır. Felsefe teorik bir disiplin olmasına karşın günlük yaşamdaki somut problemlere ancak bu şekilde çözüm üretebilir. Felsefenin zaman içinde akademik hale gelmesi sebebiyle yaşam biçimi olduğunun bu sayede yeniden hatırlanması mümkündür (Lahav, 2008a). Felsefe yapmanın amacı bilgelik arayışı ve bireyin kendisini dönüştürmesi ise filozof da felsefe yaparken kendine dönmelidir. Ancak bu sayede felsefenin merkezinde insan olabilir ve insandan hareket edilebilir (Lahav, 2008b, s. 15). Dolayısıyla felsefi danışmanlar için felsefe yapmak; her bireyin kendi dünyasına anlamlı bir yolculuk, bir çeşit arayışta olma hâli, değerler, davranış ve tutumlar gibi dünya görüşlerine bizzat kendilerinin etkin olduğu bir değişim süreci olarak düşünülebilir (Lahav, 1996a, s. 276-277). Felsefi danışmanlar yaşamın nasıl sürdürülmesi gerektiği ile ilgili hazır reçeteler ileri sürmekten uzak dururlar. Onların hedefleri, bireylerde yeni bir felsefi anlamayı (philosophical understanding) başlatmaktır (Lahav, 1996, s. 260).

Kapsamına bakıldığında felsefi danışmanlık psikolojik danışmanlığa benzetilebilir ancak bahsedilen bu temalar aracılığıyla, felsefi danışmanlığın psikolojik danışmanlık veya psikoterapiden farklı olduğu görülür. Felsefi danışmanlığı felsefi yapan yaşam ve gerçeklikle ilgili temel soruların kökten felsefi oluşudur. “Felsefi soruya felsefe yaparak cevap verilir.” (Jaspers, 1981, s. 12). Felsefi danışmanlıkta da danışan ve danışman hiyerarşik hasta-terapist ilişkisinden uzak, karşılıklı, birlikte “felsefe yapar”lar. Bu da felsefi danışmanlığı psikolojik danışmanlık ve psikoterapiden ayıran en belirleyici özelliktir.

Felsefi danışmanlıkta danışan ve danışmanın yaptığı felsefenin içeriği danışanın yaşamı ve kişisel kaygılarıdır. Somut yaşamdaki iş, evlilik, maddiyat gibi ahlaki sorumluluklar, etik bir yaşamın nasıl yaşanacağı, yaşamın anlamsızlığı, değeri ve ölüm gibi varoluşsal zorluklardır. Terapi esnasında felsefi danışman, danışanın kaygı/sıkıntılarına, sorunlarına veya ikilemlerine kaynaklık ettiği düşünülen dünya görüşünü (Lahav, 1995) veya ilkeleri (Mijuskovic, 1995) araştırır, ortaya çıkarır. Danışman, danışan birlikteliğinde kendini gösteren felsefi danışmanlık etkinliği sırasında, danışana ait düşünce kalıpları, varsayımlar, önyargılar, ilkeler eleştirel olarak sorgulanır. Felsefi danışmanlar danışanların sorunlarının nedenlerini dünya görüşü yorumu, varoluşçu analiz, eleştirel düşünme, dilbilimsel ve kavramsal analiz, empatik dinleme, kavram analizleri veya fenomenolojik soruşturmalar gibi felsefi düşünme araçlarını kullanarak anlamalarına yardım ederler. Kişisel olmayan, genel kavramsal analizler şeklinde ele alınır (Altunbaşak, 2015, s. 1-6). Ayrıca felsefi danışmanlık aracılığıyla akademik olarak ele alınan

felsefe ile günlük problemleri çözümleyen felsefe arasındaki ilişkinin giderek birbirine yaklaştığını söylemek mümkündür (Bor, 2023, s. 5). İnsanın günlük ya da varoluşsal sorunlarına, kişinin kendini keşfetmesini sağlayarak çözümlemeye çalışan felsefi danışmanlığın somut yaşamın içinde olması onu faydacı filozoflara dönük hâle getirmektedir. Bu bağlamda etik pragmatist ve liberalist olan John Stuart Mill (1806-1873) felsefi danışmanlık seanslarında aktif olarak kullanılabilir.

John Stuart Mill, 19. yüzyılın önemli filozoflarından biri olarak, Jeremy Bentham'ın (1747-1832) faydacılık (utilitarianism) anlayışını derinleştirmiş ve genişletmiştir. Benthamcı faydacılık, insan davranışlarını haz ve acı temelinde değerlendirirken, Mill bu anlayışı daha karmaşık ve kapsamlı bir etik kuramına dönüştürmüştür (Mill, 2009). Mill'e göre, insan eylemlerinin doğruluğu, onların ortaya çıkardığı mutluluk miktarına bağlıdır; ancak bu mutluluk sadece niceliksel değil aynı zamanda niteliksel bir değerlendirmeyi gerektirir. Mill'in faydacılığı hem bireysel yaşamın yönlendirilmesinde hem de toplumsal etik bağlamda önemli sonuçlar doğurur.

Felsefi danışmanlık da bireylerin yaşamlarındaki anlam arayışlarını ve etik karar süreçlerini desteklemeyi amaçlayan bir disiplindir. Bu çalışmada Mill'in faydacılık öğretisinin temel kavramları açıklanmakta ve bu kuramın felsefi danışmanlıkta nasıl etkin bir şekilde kullanılabileceği üzerinde durulmaktadır.

1. J. S. Mill'in Hayatı ve Felsefesi

John Stuart Mill, İngiltere'de "Victoria Çağı" olarak adlandırılan devrin en tanınmış filozoflarından biridir. Mantık, siyasal-iktisat, ahlak, siyaset, yönetim ve yaşam üzerine eserler yazmıştır. Fikirlerinin esin kaynağı utilitarist/faydacı Jeremy Bentham'dır (Scarre, 1996, s. 83). Mill ampirisisttir, natüralisttir, romantik ve liberalistdir. Mill son derece eklektik bir felsefi duruş şekillendirmiştir (Halliday, 2004). Bilgi teorisinde ampirik gelenekten gelen bir filozof olarak Mill'in en önemli eserlerinden biri "Utilitarianism"dir. Bu eserde etik faydacılığı tüm yönleriyle ele almaktadır.

Faydacı gelenekte yetişen Mill, ilk olarak epistemoloji ve zihnin işleyişinin ilkeleri üzerinde durmaktadır. Çünkü faydalı olanın bilinebilmesi için önce aklî bir değerlendirme yapılmalıdır. Benthamcı gelenekte de acı ve haz eylemlerin temeli olarak görüldüğü için Mill'in teorisinde de önemli bir şekilde kabul görmektedir. Bilmek ve idrak etmenin öncesinin algı ve psikolojik unsurlara bağlı olması Mill'in bilgi ve mantık sisteminin altında psikolojizmin olduğu gerçeğini göstermektedir. İnsan psikolojisi ve zihnin işleyiş yapısı bilgi ve mantık düşüncesi üzerinde biçimlendirici bir etkisi olmaktadır (Mill, 2009). Bu sebeple Mill sezgicilik içeren (intitutionalism) tüm unsurları reddetmektedir (Capaldi, 2011, s. 168).

“Sadece bilme gücümüz kadar bilebiliriz.” ya da “Tüm bilgimiz bize göredir.” görüşünü savunan Mill’e göre de bilgi sübjektif, görecelidir. Yani Mill rölativiteye inanmaktadır (Scarre, 1996, s. 162). İnsanlar duyumsama ve algılamayı birbirinden farklı şekilde idrak etmektedir. Bu da dış dünyadaki fenomenler üzerinden bir bilgi alanı ortaya çıkarır. Dolayısıyla fenomenalizm ile varılan nokta rölativizmdir (Mill, 2008, s. 311). Ona göre mantığın amacı “Deneyimle sınanmaya ihtiyaç duymayan ve doğrudan sezgiyle bilinebilen zorunlu doğruların var olduğu düşüncesini çürütmektir.” (Mill, 2008, s. 12).

1.1. Mill’in Faydacılık Öğretisinin Temeli ve Kavramları

Mill faydacı gelenekten olsa da ahlaki teorisini oluştururken farklı bir yol izlemiştir. Mill ve diğer tüm faydacılar, tüm insanî davranışların sebebini haz ve acıda arar. Ancak temelde -birbiriyle özdeş değerlendirilen aslında özdeş olmayan- iyi olan haz değil mutluluk olmalıdır. Utilitarizm bir çeşit etik hedonizm yaklaşımı olmadığı için -çünkü etik hedonizmde haz ve mutluluk birbiri ile özdeştir- faydacı ahlak ve ereksel hazcılık birbirinden ayrılır. Faydacılığın temel amacı bireyselliğin yanında sosyal bir içerik de taşımaktadır ve bu doğrultuda “en fazla sayıda insanın en büyük mutluluğu” ilke olarak düşünülür. Hazcılıkta tek tek hazlar ön planda olduğu için her haz bireysel ve tekildir (Aral, 1988, s. 99). Mutluluk ise toplam hazzın, toplam acılardan fazla olduğu bir denge durumudur, insan yaşamındaki eylem ve tutumlarının temel ereğidir (Mill, 2009, s. 237).

Faydacılık nitelikler üzerinden düşünür ve çeşitli motiflerin amaca yönelik uygun niteliğini ifade eder. Bentham, amaca yönelik uygun yönelim durumunu “Herhangi bir nesnenin çıkarları söz konusu olduğu taraflara yarar, menfaat, haz, iyilik, mutluluk sağlayan veya onların kötülük, acı ve mutsuzluğa maruz kalmalarını engelleyen özelliği…” olarak belirtir (Bentham, 1907, s. 2). Faydacılık söz konusu olduğunda ise faydanın çıkara indirgenmemesi gerekir. Çünkü çıkar (interest, self-interest, simple expediency ve mere expediency) daha çok ekonomik bir avantajı ifade eder. Hirschman’a göre “çıkar” kavramı 17. yy. da kapitalist paradigmanın ortaya çıkışı ve gelişimi sonucunda oluşmuştur (Hirschman, 2008, s. 50). Mill’e göre tamamen bilinçli bir amaca yönelerek gerçekleşen ve kişisel olan çıkarın ahlaki bir değeri yoktur. Faydacılığın esas amacı olan en fazla sayıda insanın en büyük mutluluğu ile uyumlu olması şart değildir. Çoğunluğun çıkarına yani faydacı felsefenin amacı olan en büyük mutluluğa uygun ya da ona zarar vermeyen çıkarlar faydalı (yararlı) olarak nitelendirilebilir ve fayda/utility (Mill, benefit, expediency, useful, expedient ifadelerini de kullanır) terimiyle kavramsallaştırılır (Mill, 1969, s. 13).

Mill’e göre fayda ahlaki bir değer taşımaktadır. Bu sebeple faydalı olan, iyidir; iyi olan faydalıdır, hem birey hem toplum açısından iyidir. Ancak insanların göreceli olarak çıkar veya

dürtülerle (impulse) harekete geçtiğini düşünen Mill, çıkarın dürtüden farklı olduğunu da belirtir. Dürtünün sebebi içinde gizli bir hedef bulundurmayan duygulardır. Çıkarda ise bireye ait gizli amaçlar bulunabilir. Dolayısıyla faydacılar mutluluğu "en üstün iyi" (sunnum bonum) olarak kavrar ve onlara göre "mutluluk, insan eyleminin tek amacı" haline gelir (the sole end of human action) (Mill, 2009, s. 237). Kişinin amaçlarını (erek, gaye) belirleyen de "istenme"dir. (Mill, 2009, s. 234).

1.1.1. Duygu Olarak Haz ve Acı

Mill'e göre "Haz ve acıdan bağışıklık, birer amaç gibi arzulanabilir olan yegâne şeylerdir." (Mill, 2009, s. 210). Haz ve acı fiziksel duyumsama ile gerçekleşip zihinde varlık kazanan duygulardır. Bu duygular mutluluk hâline dair psikolojik göstergelerdir. İstenen şey temelde mutluluk olmasına rağmen, pratikte hazza dönüklük söz konusudur. Mill, bu duyguların hangi kategoride değerlendirilmesi gerektiğini Aristoteles'ten etkilenerek belirlemiştir. Bu bağlamda nesnelere yönelik ya da sebeplerine yönelik olarak haz ve acı aktif ve pasiflik kategorilerine dâhil olabilir (Mill, 2008, s. 47).

Mill, insan davranışlarında aklın işlevini araçsal bir boyuta indirger. Akıl, insanın amaçlarını belirlemez; bunun yerine, mevcut amaçlara ulaşmak için uygun araçları belirler. Bu durum, özellikle Bentham'ın faydacılığıyla ortak bir noktadır. Ancak Mill, insan eylemlerinin nihai amacının haz ve acı olduğunu vurgulayarak, bu dürtülerin ahlaki değerlerin temelini oluşturduğunu belirtir (Mill, 2008). Bu yaklaşım, aklı ahlakın kaynağı olarak gören Kantçı anlayıştan farklıdır. Kant'a göre akıl, ahlaki yasayı ve evrensel ilkeleri belirleyen bir güçtür (Kant, 2015). Mill ise aklı, değer belirlemede değil, değerlerin gerçekleştirilmesinde rol oynayan bir mekanizma olarak görür. Bu bağlamda insanın haz ve acıya dayalı arzuları, eylemlerinin nihai hedeflerini oluşturur. Mill'in faydacılığı, modern ahlâk kuramları içinde yalnızca sonuç odaklı (konsekansiyalist) yönüyle değil aynı zamanda insan yaşamının değerini haz ve acı üzerinden temellendirmesiyle dikkat çeker. Mill'e göre insan davranışlarını yönlendiren şey akıl değil, arzular ve duygusal eğilimlerdir. Bu yönüyle o, Kant gibi aklı ahlâkın kaynağı olarak gören düşünürlerden ayrılır. Aklın rolü ise yalnızca neden-sonuç ilişkilerini saptamak ve belirli amaçlara ulaşmak için uygun araçları belirlemektir (Mill, 2009, s. 9-13). Dolayısıyla Mill, ahlaki değerlerin belirlenmesinde insanın haz ve acı duyumlarını esas alır. Haz, arzu edilmesi gereken en yüksek iyidir; acı ise mutlak kaçınılması gereken bir değersizliktir. Bu anlayışa göre bir davranış sadece mutluluğu artırıyorsa doğrudur; arttırmıyorsa yanlıştır.

Bentham, hazzı niceliksel olarak ölçülebilir ve eşit olarak kabul ederken, Mill hazlar arasında niteliksel farklılıklar olduğunu savunur. Ona göre, entelektüel, ahlaki ve estetik hazlar,

salt bedensel hazların üstündedir. Bu düşünce, insan yaşamında daha derin ve anlamlı mutlulukların peşinde olunabileceğini gösterir (Mill, 2009). Mill'in "Mutsuz bir Sokrates, mutlu bir domuzdan iyidir" ifadesi bu görüşü özetler (Mill, 2009, s. 13). Bu niteliksel ayrım, faydacılığın basit bir haz-acı hesabından öte, yaşamın anlamına ve kalitesine dair bir etik anlayışı içerdiğini ortaya koyar. Mill'in öğretisi, sadece ne kadar haz alındığıyla değil ne tür hazların alındığıyla da ilgilenir. Bu durumda faydacılıkta insanın doğası sorununun irdelenmesine sebep olur.

1.2. Faydacılıkta İnsan Doğası Sorunu ve Mill

Faydacı filozoflar genel olarak bencil insan doğası tezini kabul eder. Ancak insanın sadece haz ve acı duyguları ile hareket etme görüşüne dair bir iddiada bulunmazlar. Bu bağlamda Mill'in de faydacılara göre -özellikle Bentham'a göre- insanın sosyal bir varlık olduğuna dair daha ılımlı görüşleri bulunmaktadır (Gürbüz, 2012). Mill, insanlar arasındaki toplumsallık ve duygudaşlık fikirlerinin, her bireyin haz ve acıya bakış açısını yetkinleştirerek daha iyi analiz edilebildiğini düşünür. Böylece insanlar nitelik olarak üstün hazları düşüklere tercih edebilir. Mill, önyargılar sebebiyle fayda-çıkar ya da haz-fayda kavramlarının birbirine karıştırılmaması gerektiğinin de altını çizmektedir. Bu ayrımlar net bir şekilde idrak edildiğinde faydacıların devlet yönetimi anlayışı ve devlete düşen görevler açısından belirleyici olduğu ortaya çıkar. Bu sebeple insan doğası doğru analiz edilmelidir.

Geleceğe dönük hedef modelini sunan faydacılık, etik teoriler arasında sonuçsalcı olarak değerlendirilir (Simmonds, 2008, s. 18-19). Dolayısıyla deontolojik teorilerin[1] aksine ahlaka bakış açısı da ileriye dönük bir araçsallık niteliği taşımaktadır (Frankena, 2007, s. 71). Bu bağlamda ahlak açısından doğru ve yanlış olan, olguların ve eylemlerin sonuçlarına bağlıdır (Mill, 2009, s. 221). Faydacılık, somut olguların ve eylemlerin değerlendirilmesi hususuna bağlı olarak deneyimci (experimental) niteliğe sahiptir (Bentham, 2017). Çünkü ahlak söz konusu olduğunda bir yönerge sunulması davranışların sonuçlarının önemini ortaya koymaktadır. Bu yönergeler de doğrudan eylemlerle ilgilidir.

Bir eylem faydacılığı (act-utilitarianism) olarak faydacılık, kişinin eylemlerinin alternatiflerinin oluşturacağı en büyük iyiyi üretebilmesinin muhtemelliği üzerine kuruludur. Bu faydacılık türünde tekil ve duruma bağlı bir şekilde, öncelikle ahlaki değerlendirmeye konu olan eyleme odaklanılır. Tekil bakış açısı ile kişi eylemde bulunmadan önce "aynı durumda ben

[1] Deontolojik teoriler, doğruyu yanlıştan ayırmak için belirli ahlak ilkelerini kullanan teorilerdir. Çağdaş ahlak felsefesinde deontoloji, hangi seçimlerin ahlaken gerekli, yasak veya meşru olduğuna ilişkin geliştirilen normatif ahlak teorilerinden biridir. Başka bir deyişle, kişinin ne tür bir insan olduğunu ve olması gerektiğini ortaya koyan ve bunları irdeleyen teorilerin aksine, ne yapması gerektiğine dönük seçimleri ortaya koyar ve bunları irdeler.

böyle bir eylemde bulunursam, iyiliğin durumu ne olur?" sorusunu sorar. Buradaki ahlaki değerlendirme, eylemi yapan öznenin, yapıyor olmasına yöneliktir. Değerlendirme de ise o anki koşullar değerlendirilir. Durum etiği olarak isimlendirilen bu anlayışta "Eylem, verili koşullar altında, ancak ve ancak öznenin onun yerine yapabileceği daha faydalı başka bir eylem yoksa doğrudur." (Frankena, 2007, s. 73). Feldman'a göre eylem faydacılığı hedonist bir tarafı olabilen, teleolojik ve sonuçsalcı bir yaklaşımı içerir. Bir eylemin normatif ahlak açısından değerini, alternatiflerinin yol açtığı acı ve hazza kıyasla, ne kadarına yol açtığına bağlı hâle getirmektedir (Feldman, 2023, s. 47). Eylemin normatif boyutları da kural faydacılığını ortaya çıkarmaktadır.

Kural faydacılığında (rule-utilitarianism) tekil eylemler doğrudan fayda ilkesine gönderme yapmadan düzenlendiği için eylemin alternatifleri önemli değildir. Herkes bu tür bir eylemde bulunduğunda ve kötüye kıyasla iyiliğin durumunun ne olduğu sorgulandığında ise bazı genel kurallara göre oluşturulan eylemlere değer biçildiği görülür. Dolayısıyla temelde fayda ilkesine bağlı olan bu kurallara göre oluşturulan eylemler tercih edilir. Dolaylı olarak ise fayda ilkesi ile iradi seçimler arasında arada yer alan Mill'in değimiyle ikincil prensiplerin ahlaki değerleri konu olmaktadır. Bu kurallara "doğası gereği doğru" (intrinsic) olarak bakılmaz. Bu kurallar kılavuz olarak kullanılır ve bu kuralların geçerlilikleri fayda ilkesine bağlıdır (Scarre, 1996, s. 14).

Mill bütün bu unsurların tekil ahlaki eylemler ile toplam refahın azamileştirilemeyeceğini öngörmektedir. Bu sebeple belli bir hesaba tabi tutulan ahlaki eylemlerin ancak devlet gibi kamusal alanda iyilik sunanların istisnai eylemleri ile mümkün olduğunu belirtmiştir (Mill, 2009, s. 216). O hâlde önemli olan bireysel faydayı da gözeterek kimseye zarar vermed""en (harm-principle) (toplam iyiliği azaltmamaya çalışarak) ve onların kendi yaşam yollarını belirleyebilmelerindeki asgari olanaklarına engel olmadan seçimler yapmaktır. Sonuç olarak amaç, negatif faydacılıkta[2] olduğu gibi toplam iyiliği arttırmak değil azaltmamış olmaktır (Mill, 2009, s. 220).

Faydacılığın, ahlakın pratik yönü üzerinde duran bu meselede "olan" eylemler ampirik temellere dayanır. Değer ve olgu önermeleri doğası gereği birbirinden farklı olsa da değerler üzerinde oluşan yargılar diğer insanların algılayabildiği biçimde takdir etme, beğenme ya da beğenmeme, kınama vs. olarak nesnelliğe bürünür. Bu sebeple faydacılar ahlak konusunda rahat bir çalışma zemini bulmuştur. Hatta tekil ve güncel olanın, olası tüm nesnellikler üzerinden iyi ya da kötü olarak değerlendirilmesinin de bilimsel olarak mümkün olduğunu düşünmüşlerdir.

---

[2] Negatif faydacılık, insanların toplam acı miktarını en aza indirmeleri ve ardından ikincil olarak toplam mutluluk miktarını artırmaları gerektiğini savunan bir negatif-sonuççuluk versiyonudur.

Dolayısıyla faydacı düşünceleri, ideal olanı ifade ettikleri sonucu ile eleştirmek deontolojik bir bakış açısından gerçekleştirilen bir eleştirinin bakış açısıyla yapılabilir (Güriz, 1963, s. 129).

Mill faydacılık düşüncesinin temelini, sadece arzuların tatmini düşüncesi üzerinden değil özel olarak bireyin kendini geliştirmesi (self-development) fikri üzerinden oluşturur (Hart, 2001, s. 97). Ona göre bireyin karakterinin asilliği, onun kendini geliştirebilme olanaklarının sunulduğu bir özgürlük alanından geçer. Bu bağlamda faydacılık amacına ulaşmanın nihai yolunun bireyin yetkinleşmesinden geçmesi özgürlüğe bağlıdır (Mill, 2009). Mill'in öz-gelişim ideali felsefi danışmanlıkta danışana yol gösterici olacaktır. Çünkü Mill bu düşüncesi ile bir taraftan özgürlüğü faydacı biçimde ele almakta diğer taraftan faydacılığı idealist düşünce ile bütünleştirmektedir.

2. Yaşam Teorisi Olarak Faydacılık ve Felsefi Danışmanlıkta Mill'in Faydacılığının Uygulanması

Toplumsal gelişim ve mutluluk söz konusu olduğunda ideal insan; kendisini doğaya, akışa, kutsal iradeye ya da kadere teslim etmeksizin, koşullarını iyileştirmeye çalışan aktif insandır (Mill, 1977, s. 407). Bu bağlamda toplumun gelişimi ve toplam mutluluğun artışını sağlayan en etkili unsur bireylerin özgür bir şekilde yetkinleşebilmesi ile mümkündür.

Mill'e göre bireysel iyi dışında genel iyinin olanağı haklara saygı yoluyla mümkündür. Ona göre yükümlülükler haklara göre tanımlanır. Yükümlülük ise hakkı olan birine saygı anlamına gelmektedir. Görülmektedir ki Mill hak kavramını da ahlaki bir çerçeve ile ele almaktadır (Mill, 1984, s. 179-180). Bu perspektif, bireyin yaşam hedeflerini ve değerlerini sorgulaması için sağlam bir temel sağlar.

Felsefi danışmanlıkta bireyler sık sık karmaşık karar süreçleriyle karşılaşırlar. Mill'in faydacılık öğretisi, bu süreçlerde sonuçlara dayalı bir değerlendirme aracı olarak kullanılabilir. Danışanlar, kendi eylemlerinin hem kendileri hem de çevreleri üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerini ölçerek daha bilinçli tercih yapabilir (Schmidt, 2001). Örneğin, bir kariyer değişikliği yapacak kişi, bu kararın kendisine getireceği haz kadar, ailesi ve sosyal çevresi üzerindeki etkisini de değerlendirebilir. Mill'in faydacılık öğretisi, bu tür çok boyutlu karar analizlerine felsefi bir temel sunar. Dolayısıyla felsefi danışmanlık Mill'in öğretisini kullanarak karar verme sürecinde etik bir rehberlik sunabilir.

Mill'in niteliksel haz ayrımı, danışanların yaşamlarındaki yüzeysel hazların ötesine geçmelerini teşvik eder. Bu, danışanın yaşamına derinlik ve anlam katacak değerlere odaklanmasına yardımcı olur. Felsefi danışmanlık sürecinde, danışanın şu soruları sorması teşvik edilir: "Gerçekten ne tür hazlar benim için değerlidir? Hayatımdaki tatmin duygusu hangi kaynaklardan gelir?" Bu farkındalık, danışanın kendi yaşamının kalitesini artırmak için bilinçli

seçimler yapmasına olanak tanır. Mill bireysel çıkarların ötesinde toplumsal refahı gözetir (Eggleston & Miller, 2014). Felsefi danışmanlıkta bu yaklaşım, danışanın eylemlerinin toplum üzerindeki etkisini düşünmesini sağlar. Böylece danışan, sadece kendi mutluluğunu değil, çevresindekilerin de mutluluğunu gözeten kararlar almayı öğrenir. Bu, etik sorumluluk bilincinin gelişmesine ve toplumsal bağların güçlenmesine katkı sağlar.

Mill'in *Utilitarianism* eserinde belirttiği gibi, faydacılık yalnızca bir ahlak kuramı değil aynı zamanda bir "yaşam kuramı"dır. Ona göre arzu edilebilir tüm şeyler ya doğrudan haz verdikleri için ya da dolaylı olarak hazzı artırıp acıyı azalttıkları için arzu edilir. Fayda sadece ahlakın temel bir ilkesi olarak kalmaz; aynı zamanda insanların yaşamlarını yönlendiren bir "yaşam teorisi" olarak da şekillenir. Ona göre arzu edilen her şey ya doğrudan haz verdiği için ya da hazzı artırıp acıyı önlediği için değerlidir (Mill, 2009). Bu çerçevede, bireyler seçimlerini yaparken sadece geçici zevklerin peşinde değil kalıcı ve nitelikli tatminlerin de peşinde olmalıdır. Bu görüş, "Bu seçim bana gerçekten nitelikli ve kalıcı bir mutluluk sunacak mı?" ya da "Geçici hazlar uğruna daha derin tatminleri feda mı ediyorum?" gibi bireylerin yaşamlarının anlamını, yönünü ve hedeflerini değerlendirirken faydalı bir ölçüt sunar. Bu tür sorular, danışmanlık sürecinde öz-değerlendirme yapmak isteyen bireyler için dönüştürücü olabilir.

Felsefi danışmanlık bağlamında Mill'in faydacılık anlayışı, bireyin yalnızca kendi yararını önceleyen seçimlerinin sınırlarını görünür kılarak, toplumsal faydanın dikkate alınmasını gerekli kılar. Danışan, geçmişteki kararlarının kendisine kısa vadeli faydalar sağladığını ancak ailesi ve sosyal çevresi açısından olumsuz sonuçlar doğurduğunu fark ettiğinde, Mill'in "en çok sayıda insana en fazla mutluluk" ilkesine yöneltilir. Bu bağlamda danışman, bireyi hem bireysel hem de toplumsal yararı birlikte artıracak alternatif davranış biçimlerini düşünmeye teşvik eder. Böylece danışan, nitelikli hazları gözeterek yalnızca kendi çıkarını değil, çevresinin iyiliğini de merkeze alan daha dengeli bir yaşam perspektifi geliştirebilir.

Felsefi danışmanlıkta bireylerin etik ikilemlerle baş etmesi sıklıkla karşılaşılan bir durumdur. Mill'in faydacılığı, bireyin eylemlerini değerlendirmesi için; "Bu eylem yalnızca bana mı yoksa başkalarına da mutluluk sağlayacak mı?", "Kısa vadeli bir tatmin mi, yoksa uzun vadeli bir anlam mı arıyorum?", "Hazın niteliği bu kararda belirleyici olmalı mı?" gibi sorular sorarak bireyin hem kendini hem de eyleminin toplumsal etkilerini sorgulamasına imkân tanır. Dolayısıyla karar analizi için etik bir rehberlik yapılabilir.

Mill'in niteliksel haz anlayışı, danışmanlıkta hedonist düşüncelere karşı uyarıcı olabilir. Sıkça rastlanan "Hayatımda birçok şeye sahibim ama tatmin hissetmiyorum." ya da "Sürekli yeni şeyler peşindeyim ama sonunda boşluk hissediyorum." gibi bir durumda danışman,

danışanı hazların niteliğini sorgulamaya teşvik edebilir. Böylece danışan gerçekten değerli olanın sadece iyi hissettiren mi, yoksa kendisini derinleştiren mi olup olmadığına daha rahat karar verebilir. Dolayısıyla bu yaklaşım, danışanla birlikte yaşam hedeflerini yeniden yapılandırmaya yönelik bir anlam arayışına yönelerek nitelikli bir tatmin aracı olabilir.

Mill, bireyin mutluluğu kadar toplumun genel mutluluğuna da önem verir. Bu yönüyle faydacılık, danışanları etik sorumluluk ve toplumsal etki açısından da farkındalığa çağırır. Danışanın yaşam alanında aldığı kararların bireyselliği ya da toplumsallığı sonucunda başkalarının rahatının danışanın seçimlerinden ne kadar etkilendiği irdelenebilir. Bu düşünceler, felsefi danışmanlığı salt bireysel karar alanından çıkarıp kamusal etik farkındalık düzeyine taşıyabilir. Böylece kişi toplumsal olarak daha duyarlı ve bir vatandaş haline gelebilir.

Örneğin, bir kişi, daha önce yüksek gelir getiren ama ailesinden uzak kalmasına neden olan bir iş seçmiştir. Bu tercih kendisine ekonomik fayda sağlamış, fakat ailesinde huzursuzluk ve ihmal duygusu yaratmıştır. Felsefi danışmanlıkta, Mill'in faydacılığı uyarınca kişi, gelecekte hem kendi mutluluğunu hem de ailesinin huzurunu artıracak bir kariyer seçeneği aramaya yönlendirilebilir. Danışan, boş vakitlerinde sürekli kendi zevkine yönelik aktiviteler (örneğin yalnızca oyun oynamak, seyahat etmek) yapmış, ancak sosyal çevresini ihmal etmiştir. Mill'in "nitelikli haz" anlayışı üzerinden, daha toplumsal fayda üreten etkinliklere (örneğin gönüllülük, bilgi paylaşımı, dostlarıyla anlamlı ilişkiler kurma) yönelmesi teşvik edilebilir. Kişi, bir iş kararında kendi çıkarını gözeterek kısa vadede kâr elde etmiş, ancak bu seçim iş arkadaşlarına zarar vermiştir. Mill'in ilkesi gereği, felsefi danışman, danışanın yalnızca kendisine değil, daha geniş bir topluluğa fayda sağlayacak alternatif yolları düşünmesine yardımcı olur. Danışan, zamanında bedensel isteklere yönelerek kişisel gelişim fırsatlarını kaçırmış, bu durum toplumdaki rolünü de olumsuz etkilemiştir. Mill'in "yüksek hazlar" anlayışıyla kişi, kendisinin ve toplumun gelişimine katkı sağlayacak bilgi, sanat, etik farkındalık gibi daha değerli uğraşlara yönlendirilebilir. Felsefi danışmanlığın kişiye Mill'in fayda ölçütünü kavratıp, yalnızca kendi mutluluğunu değil, çevresindekilerin iyiliğini de gözeten bir bakış açısıyla yeni kararlar almasına yardımcı olması bu örneklerin ortak noktasıdır.

"Kendisi için istediği faydalı şeyle toplumsal olarak faydalı olan şey arasında olan bağlantıyı danışanın kurması ve seçimlerinde bu ilkeyi gözetmesi için danışan nasıl yönlendirilebilir?" "Mill'in öğretisi doğrultusunda bu yönlendirme nasıl yapılabilir?" meselesinde ise Mill'in faydacılık anlayışı, bireysel fayda ile toplumsal faydayı birbirinden kopuk değil, aynı ahlaki ölçüt içinde ele alır. Ona göre, kişinin kendisi için arzuladığı iyi, toplumun ortak yararına zarar vermemelidir. Çünkü gerçek mutluluk, bireysel çıkarların daha geniş bir mutluluk çerçevesi içinde dengelenmesiyle ortaya çıkar.

Felsefi danışmanlık sürecinde bu yönlendirme birkaç aşamada yapılabilir:

a. **Farkındalık oluşturma**: Danışman, danışanın geçmiş seçimlerinin hem kendisi hem de çevresi üzerindeki etkilerini birlikte değerlendirmesini sağlar. Böylece birey, faydanın sadece kendine yönelik değil, toplumsal boyutta da sonuçları olduğunu kavrar.

b. **İlke ile bağlantı kurma**: Mill'in "en çok sayıda insana en fazla mutluluk" ilkesinden hareketle danışana, kişisel faydanın ancak toplumsal fayda ile uyumlu olduğunda kalıcı bir değer taşıyacağı gösterilir.

c. **Nitelikli hazlara yöneltme**: Danışan, yalnızca bireysel hazlara odaklanmak yerine, kendisiyle birlikte başkalarına da katkı sağlayan bilgi, dostluk etik sorumluluk gibi "yüksek hazlar"ı tercih etmeye teşvik edilir.

d. **Pratik kararlar geliştirme**: Danışman, danışana gelecekteki seçimlerinde şu soruları sormasını önerebilir: "Bu karar sadece bana mı fayda sağlıyor, yoksa başkalarının iyiliğini de gözetiyor mu?" "Kendi mutluluğumla birlikte toplumsal mutluluğu nasıl artırabilirim?" gibi soruları soran danışan, bireysel ve toplumsal faydayı bağdaştıran bir düşünme alışkanlığı kazanır. Mill'in öğretisi uyarınca, felsefi danışmanlığın rolü bireyi ahlaki özne olarak geliştirmek ve seçimlerinde hem kendi hem de toplum için en yüksek faydayı gözetmeye yönlendirmektir.

Sonuç

Mill'in faydacı ahlakındaki temel kavramlar, felsefi danışmanlıkta oldukça işlevsel biçimde kullanılabilir. Özellikle danışanın yaşam seçimlerini anlamlandırmasına, değerlerini gözden geçirmesine ve sorumluluk bilinciyle karar almasına yardımcı olur. Bu anlayış ile felsefi danışmanlıkta hem bireysel iç görü hem de etik yönlendirme için güçlü bir kuramsal zemin sunar. Özellikle haz kavramını nicelikten çok nitelikle temellendirmesi, yaşamın anlamı, mutluluğun içeriği ve sorumluluk bilinci gibi konularda bireye rehberlik edebilir. Bu sayede danışan yalnızca "ne yapmalıyım?" sorusunu değil aynı zamanda "Bunu neden ve kimin için yapmalıyım?" sorusunu da sorabilir. Örneğin, "Hayatta ne yaparsam gerçekten mutlu olabileceğimi bilmiyorum." diyen bir danışan için mutluluğun yalnızca haz almak değil, aynı zamanda "yüksek zevkler" olan entelektüel, ahlaki ya da estetik tatminleri de içerdiği söylenebilir ve insanın "daha yüksek nitelikli hazları" tercih etmesinin önemi vurgulanabilir.

Mill'e göre "özgürlük" kişinin kendi hayatı üzerinde seçim hakkına sahip olmasında ahlaki bir zorunluluktur. Başkalarının kişinin adına karar vermesi, yalnızca kişisel mutluluğu

değil, toplumun da gelişimini kısıtlar. Dolayısıyla karar alırken "başkalarının ne düşündüğünü" hesaba katan ve bu noktada hata yapmaktan korktuğunu ifade eden bir danışan için felsefi danışman; hata yapmanın öğrenme ve gelişmenin bir parçası olduğunu ve önemli olanın kişinin kendi yaşam deneyiminden yola çıkarak kendi yolunu bulması olduğunu ifade edebilir.

Mill'in düşünceleri felsefi danışmanlıkta hem bireysel etik karar alma süreçlerine hem de yaşamın anlamlandırılmasına güçlü bir kuramsal alan oluşturur. Haz ve acı ekseninde şekillenen bu etik çerçeve, danışanların hem kendileri hem de toplum için daha bilinçli ve sorumlu tercihler yapmalarına imkân tanır. İşinde başkaları için faydalı olmakla kendi çıkarları arasında karar vermek zorunda kalan bir danışan için felsefi danışman Mill'in faydacı yaklaşımda vurguladığı düşünceden hareket ederek doğru eylemin -aynı zamanda bireyin mutluluğunu da hesaba katarak- "en çok sayıda insana en yüksek mutluluğu getiren" eylem olduğunu vurgulayabilir. Zaten Mill'in bahsettiği mutluluk başkalarınınkinden tamamen ayrı değildir. Bu bağlamda kişinin kendi çıkarı ile başkalarının iyiliği arasında bir denge kurmaya çalışması etik açıdan daha yararlı olabilir. Çünkü bireysel özgürlük toplumun gelişmesi için bir ön koşuldur. Yani kişi kendi potansiyelini ortaya koyduğunda, topluma da katkı sağlamış olur.

Sonuç olarak Mill, faydacılığı natüralist ve ampirik temellendirme ile açıklamaktadır. Mantıkta ise tümevarımcı bir yol izlemesi felsefi danışmanlıkta kişinin yaşam koşullarına karşı bulduğu çözümleri genelleyebilmesi açısından rahatlıkla uygulanabilir niteliktedir. Onun düşünceleri felsefi danışmanlık pratiğine entegre edildiğinde, bireylerin yaşam kalitesini arttırmak ve etik olgunluk kazanmak için güçlü bir araç olabilir. Mutluluk, hazların niteliği, bireysel özgürlük ve sorumluluk, toplumsal ve kişisel yarar arasındaki dengenin kurulması, ahlaki gelişim ve eğitim açısından da Mill'in felsefesi oldukça etkili olabilir.

Kaynakça

Altunbaşak, İ. (2015). *Felsefi danışmanlık ve Nermi Uygur'un felsefi söylemi*. Maltepe Üniversitesi.

Aral, V. (1988). *Toplum ve adaletli yaşam: Sorumluluk ve kişiliğin kazanılması*. Filiz Kitabevi.

Bentham, J. (1907). *An introduction to principles on morals and legislation*. Clarendon Press.

Bentham, J. (2017). *Yasamanın ilkeleri* (B. Asal, Çev.). Onikilevha.

Bor, S. (2023). *Felsefi danışmanlık bağlamında Stoa felsefesinin yeniden değerlendirilmesi ve bir Stoa tutum ve davranışlar ölçeği geliştirilmesi*. İnönü Üniversitesi.

Capaldi, N. (2011). *John Stuart Mill* (İ. H. Yılmaz, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Cohen, E. D. (1995). Philosophical counseling: Some roles of critical thinking. In R. Lahav & M. Tillmanns (Eds.), *Essays on philosophical counseling* (s. 121–131). University Press of America.

Eggleston, B., & Miller, D. (2014). Introduction. In B. Eggleston & D. Miller (Eds.), *The Cambridge companion to utilitarianism* (s. 3–17). Cambridge University Press.
Feldman, F. (2023). *Etik nedir?* (F. B. Aydar, Çev.). Fol Yayınları.
Frankena, W. (2007). *Etik* (A. Aydın, Çev.). İmge Kitabevi.
Gökberk, M. (2019). *Felsefe tarihi*. Remzi Kitabevi.
Gürbüz, A. (2012). *Hukuk felsefesi açısından yararcılık teorisinin eleştirisi*. Beta.
Güriz, A. (1963). *Faydacı teoriye göre ahlak ve hukuk*. Ankara Üniversitesi Yayınları.
Hadot, P. (2012). *Yaşam için felsefe* (K. Kahveci, Çev.). Pinhan Yayınları.
Halliday, R. J. (2004). John Stuart Mill. In G. Perry (Ed.), *John Stuart Mill* (s. 1–29). Routledge.
Hart, H. L. A. (2001). Natural rights: Bentham and John Stuart Mill. In *Essays on Bentham: Jurisprudence and political theory* (s. 79–105). Clarendon Press.
Hirschman, A. O. (2008). *Tutkular ve çıkarlar: Kapitalizm zaferini ilan etmeden önce nasıl savunuluyordu?* (B. Cezar, Çev.). Metis Yayınları.
İyi, S. (2006). *Cumhuriyet döneminde aydınlanma ve insan felsefesi çalışmaları*. Toroslu Kitaplığı.
Jaspers, K. (1981). *Felsefeye giriş* (M. Karasan, Çev.). Remzi Kitabevi.
Kant, I. (2015). *Saf aklın eleştirisi* (A. Yardımlı, Çev.). İdea Yayınları.
Lahav, R. (1992). Applied phenomenology in philosophical counseling. *International Journal of Applied Philosophy*, *7*, 45–52.
Lahav, R. (1993). Using analytic philosophy in philosophical counseling. *The Journal of Applied Philosophy*, *10*(2), 243–252.
Lahav, R. (1994). *Philosophical personal investigation in philosophical counseling*. First International Conference on Philosophical Counseling, University of British Columbia, Kanada.
Lahav, R. (1996a). What is philosophical in philosophical counselling? *Journal of Applied Philosophy*, *13*(3), 259–278. https://doi.org/10.1111/j.1468-5930.1996.tb00171.x
Lahav, R., & Tillmanns, M. (1995). *Essays on philosophical counseling*. University Press of America.
Marinoff, L. (2007). *Felsefe hayatınızı nasıl değiştirir?* (İ. Erdener, Çev.). Pegasus.
Mijuskovic, B. (1995). Some reflections on philosophical counseling and psychotherapy. In R. Lahav & M. Tillmanns (Eds.), *Essays on philosophical counseling* (s. 101–120). University Press of America.
Mill, J. S. (1946). *Faydacılık* (Ş. N. Coşkunlar, Çev.). Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları.
Mill, J. S. (1969). Remarks on Bentham's philosophy. In J. M. Robson (Ed.), *Essays on ethics, religion and society* (Cilt 10, s. 3–19). University of Toronto Press; Routledge & Kegan Paul.
Mill, J. S. (1977). Considerations on representative government. In J. M. Robson (Ed.), *Essays on politics and society* (Cilt 19, s. 371–579). University of Toronto Press; Routledge & Kegan Paul.
Mill, J. S. (1984). Austin on jurisprudence. In J. M. Robson (Ed.), *Essays on equality, law and education* (Cilt 21, s. 165–207). University of Toronto Press; Routledge & Kegan Paul.
Mill, J. S. (2008). *System of logic-I*. John Parker & West Strand.
Mill, J. S. (2009). *Utilitarianism*. The Floating Press.
Scarre, G. (1996). *Utilitarianism*. Routledge.

Schefczyk, M. (1995). Philosophical counselling as a critical examination of life-directing conceptions. In R. Lahav & M. Tillmanns (Eds.), *Essays on philosophical counseling* (s. 75–84). University Press of America.

Schmidt, L. (2001). Understanding human agency: Ethics and consequential reasoning. *Ethics Journal*, *111*(3), 401–423.

Simmonds, N. E. (2008). *Central issues in jurisprudence*. Sweet & Maxwell.

Benliğin Gerilimlerine Felsefi Danışmanlık Üzerinden Fenomenolojik Bir Bakış: Husserl'de Transandantal Bilinç ve Yaşam Dünyası Kavramı

Hatice Bilek*

Özet

Felsefi danışmanlıkta, benlikte meydana gelen gerilimler psikolojik gerekçe ve yüklerden arındırılıp kavramsal bir çerçevede ele alınmaktadır. Bunun nedeni, bireye ait beklentilerin, yaşam dünyası algısının, bilinç etkinliklerinin, inanç ve düşünce kalıplarının her zaman psikolojik temelli olmamasıdır. Nitekim psikolojik süreçler bireyi birey yapan özelliklerin tamamını kapsamaz. Bu açıdan bireyin benlik ya da ben şeklinde ifade edilebilmesi onun bütünsel olarak incelenmesiyle olanaklıdır. Bu çalışma, Husserl'in bilincin yönelimsel yapısını ön plana çıkararak geliştirdiği transandantal fenomenolojisini temel alarak bireye yönelik bütünsel bir bakış açısının felsefi danışmanlık düzleminde nasıl kurulacağını gösterme amacındadır. Transandantal fenomenolojinin temel savı, bütün deneyim ve algıların ötesinde transandantal bilinçte deneyimlenen öze ulaşmaktır. Bu noktada felsefi danışman, transandantal fenomenolojik yöntem kapsamında danışana, kendi yaşam dünyasını transandantal boyutta sorgulama imkânı tanır. Gerek danışanın transandantal fenomenolojik yönlendirmeyle gerçekleştirdiği felsefi sorgulama gerekse danışman-danışan etkileşimiyle gerçekleştirilen kavramsal sorgulama bireyin kendi yaşam dünyasını nasıl inşa ettiğini açığa çıkarır. Böylece transandantal felsefi sorgulama, tüm bilinç etkinliklerinin alanı olan yaşam dünyasında meydana gelen benlik gerilimlerinin özüne ulaşmayı sağlar. Husserl'e göre gerilim, yirminci yüzyılın ilk döneminde iki baskın yaklaşım olarak yer alan natüralist ve psikolojist bilinç kavrayışlarından kaynaklanır. Doğa bilimlerinin bilinci doğanın bir parçası ve fiziksel bir olgu, psikolojistlerin de bilinci psikolojik süreçlerin alanı olarak görmesi bilincin doğalaştırılmasına ve psikolojik sürece indirgenmesine neden olmuştur. Ancak bilinç doğadaki herhangi bir şeye veya salt psikolojik süreçlere indirgenemez. Yapılması gereken söz konusu düşünce alışkanlıklarının bir kenara bırakılması ve benlikte meydana gelen gerilimleri açığa çıkarmak için transandantal fenomenolojik yöntemin uygulanmasıdır. Transandantal fenomenolojik yöntem aracılığıyla felsefi danışman, hazır ya da verili bir reçete sunmadan danışanın kendi gerilimlerinin kaynağına inmesini ve çözüm üretebilmesi için yeni bir bakış açısı kazanmasını amaçlar.

Anahtar Kelimeler: Benlik, Gerilim, Fenomenoloji, Yaşam Dünyası, Felsefi Danışmanlık.

A Phenomenological Perspective On The Tensions Of The Self Through Philosophical Counselling: Transcendental Consciousness and the Concept of the Lifeworld in Husserl

Abstract

In philosophical counselling, tensions arising within the self are addressed within a conceptual framework, stripped of psychological reasons and burdens. The reason for this is that an individual's expectations, perception of the world, conscious activities, and patterns of belief and thought are not always psychologically based. Indeed, psychological processes do not encompass all the characteristics that make an individual an individual. From this perspective, it is only possible to express the individual as a self or ego by examining them holistically. This study aims to demonstrate how a holistic perspective on the individual can be established within the framework of philosophical counselling, based on Husserl's transcendental phenomenology, which emphasises the intentional structure of consciousness. The fundamental claim of transcendental phenomenology is to reach the essence experienced in transcendental consciousness beyond all experience and perception. At this point, within the scope of the transcendental phenomenological method, the philosophical counsellor offers the client the opportunity to question their own life world in a transcendental dimension. Both the philosophical inquiry undertaken

* Doktorant., Erciyes Üniversitesi/Edebiyat Fakültesi/Felsefe Bölümü, hatice.durna@hotmail.com

by the counselee through transcendental phenomenological guidance and the conceptual inquiry conducted through counsellor-counselee interaction reveal how the individual constructs their own lifeworld. Thus, transcendental philosophical inquiry enables access to the essence of the tensions of selfhood that arise in the lifeworld, the domain of all conscious activities. According to Husserl, tension stems from the naturalist and psychologistic conceptions of consciousness that were the two dominant approaches in the early twentieth century. The natural sciences view consciousness as part of nature and a physical phenomenon, while psychologists view consciousness as the domain of psychological processes, leading to the naturalisation of consciousness and its reduction to psychological processes. However, consciousness cannot be reduced to anything in nature or to purely psychological processes. What needs to be done is to set aside these habits of thought and apply the transcendental phenomenological method to reveal the tensions arising within the self. Through the transcendental phenomenological method, the philosophical counsellor aims to help the client get to the root of their own tensions and gain a new perspective to produce solutions, without offering a ready-made or given prescription.
Keywords: Selfhood, Tension, Phenomenology, Life World, Philosophical Counselling.

Giriş

Moderniteyle birlikte gelişim ve değişim gösteren toplumsal, bilimsel ve kültürel yapılarda birey anlam sorunuyla karşı karşıya gelmiştir. Anlam sorunu zamanla yaşam dünyasının bütününü etkileyen bir krize dönüşmüştür. Husserl'e göre krizin temelinde modern dönemde doğa bilimlerinin ön plana çıkmasıyla etkinleşen natüralizm ve psikolojizm yer alır. Bu iki yaklaşımın düşünce alanındaki baskınlığı, önce bilimlerin, ardından felsefenin krizine neden olurken, bireyin öznelliği ve yaşantıların özü nesnellik arayışı nedeniyle örtülü kalmaktadır. Bu bağlamda şeylerin özüne dönme ilkesiyle yola çıkan fenomenolojik yöntem, bireyin içerisinde bulunduğu krizi nasıl deneyimlediğini serimlerken yaşam dünyasının inşasına yönelik olanak sağlar.

Krizin kökenine dair yapılacak araştırma, benlik ile yaşam dünyası arasında kurulan ilişkiye ve bu ilişki sırasında meydana gelen gerilimlere odaklanmalıdır. Bu odakta kalındığında fenomenolojinin yöntemsel bakış açısı ile felsefi danışmanlığın korelatif işleyişi sayesinde bireye ait yaşantıların özü kavramsal düzlemde aydınlatılabilir. Nitekim benliğin bütünlüklü yapısı, bilincin kendi iç yapısının yanında yaşam dünyasında karşılaşılan başka ben'lerle kurduğu ilişkide kendini göstermektedir. Bu açıdan bilince yönelik bütünsel bir bakışın imkânını sunan fenomenolojik yöntem, felsefi danışmanlığa da yeni bir metodolojik temel sağlar. Çünkü benlik, fenomenolojik çerçeveden kendi içine kapalı bir özne olarak değil daima yaşam dünyasına, fenomenlere ve başka ben'lere yönelen bir bilinç olarak tanımlanır. Bu tanımdan hareketle bu çalışma, deneyimlerin akışı içerisinde kendini ve yaşam dünyasını inşa eden benliğe felsefi danışmanlık ve fenomenoloji iş birliği üzerinden eğilmeyi amaçlamaktadır.

1. Yeni ve Temel Bir Bilim: Fenomenoloji

Yirminci yüzyıl Kıta Avrupası felsefe tartışmalarında önemli bir yaklaşım olarak karşımıza çıkan fenomenoloji, bilinci deneyim bakımından analiz eden bir yöntemdir. Husserl, fenomenolojik yöntem ile felsefenin kendine özgü araştırma alanında bilhassa modern dönemde baş gösteren yöntem eksikliğini gidermeyi amaçlar. Nitekim doğa bilimlerinin düşünce alanında hâkim olmasıyla felsefe ilksel tesisinden uzaklaşmıştır. Oysa Antik Yunanda felsefenin ilksel tesisi bütün bilimlere kaynaklık etmeye odaklıdır ve fenomenoloji felsefeye bu odağı yeniden kazandıracaktır. Husserl'e göre tüm bilimlere temel teşkil etmek fenomenolojiye dönüşmüş felsefeye bağlılığı gerekli kılar. Bu açıdan Husserl, felsefenin fenomenolojiye dönüşme yolcuğunu şu saptamalar üzerinden ifade eder:

Felsefede kesin bir bilim olmaya böyle tam bilinçli bir yönelme, Sokrates ve Platon'la ortaya çıkan dönüm noktasında ve aynı şekilde Yeni Çağ'ın başlangıçlarında Skolâstiğe karşı bilimsel tepkilerde, özellikle de Kartezyen dönüm noktasında baş göstermiştir. Bu tepki 17. ve 18. yüzyılların büyük felsefeleri üzerinden geçer ve köklü bir güçle Kant'ın akıl eleştirisine ve Fichte'nin felsefi düşüncelerine egemen olur. Durmadan yenilenen araştırmalar, gerçek başlangıçlara, önemli problemlerin kesin bir şekilde formüle edilmesine, doğru yöntem arayışlarına yönelir (Husserl, 2020a, s. 38).

Tüm bu gelişmeler içerisinde Husserl, Descartes ve Kant'ı fenomenolojinin ortaya çıkışı ve gelişimi açısından ayrı ve önemli bir konuma yerleştirir. Onun ifadesiyle fenomenoloji Descartes'ın *Meditasyon*'larına çok şey borçludur (Husserl, 2010, s.71). Bunun nedeni Descartes'ın bütün bilimler için gerekli olan reformu gerçekleştirme amacının fenomenolojinin amacıyla örtüşüyor olmasıdır. Bu bağlamda Husserl, iddialı ifadelerle fenomenolojinin gerçek anlamda fikir atasının Descartes olduğunu belirtir (Husserl, 2021, s. 23). Fenomenolojinin bir tür Yeni-Kartezyenizm olarak adlandırılmasının da mümkünlüğünü vurgular (Husserl, 1960, s.5).

Husserl'in Descartes'a yönelik düşünceleri derinlik kazandıkça yeni ve temel bir bilim olarak fenomenolojinin inşası için öncelikli adımların *Kartezyen Meditasyonlar*'daki akıl yürütmeler üzerinden atılması gerekli hale gelmektedir. Bu bakış açısıyla Husserl'e göre *Kartezyen Meditasyonlar*, kesin bir bilim için işe koyulan düşünürlere başlangıç sağlayan bir prototiptir (Husserl, 2010, s. 163). Bu başlangıç noktasında Descartes'a göre filozof, kendi bilincine dönüş gerçekleştirir ve şimdiye dek doğru olarak kabul ettiği bütün bilgilerden şüphe duyar. Şüphe yöntemiyle daha derin bir felsefe yapma noktası olan cogito'ya dönüş sağlanmaktadır. Böylece her şeyden şüphe edilse bile şüphe ettiğinden şüphe edilemeyen bilincin varlığı kesinlik kazanır (Descartes, 2021, s. 24-25).

Husserl'e göre fenomenolojinin gelişimi için Descartes'ın katkısı buraya kadardır. Çünkü Husserl'e göre Descartes, şüphe yöntemi sonucu ulaştığı bilinçteki transandantal yapıyı ortaya çıkaramamıştır. Transandantal perspektifin olanağı Husserl'i felsefesinde bilimsel anlamda bir devrim gerçekleştiren Kant'a yöneltir. Kant'ta a priori olarak mümkün olan transandantallik, bizim nesneleri bilme şeklimizle ilgili olduğundan bu yolla elde edilen bilgiler transandantal felsefe adını alır (Kant, 1971, s. 71). Kant, transandantal felsefe anlayışıyla bilginin ve deneyimin olanağı olarak öznede var olan değişmez yapıyı ön plana çıkarmaktadır. Değişmez yapı, her türden deneyimi önceleyen, deneyimin olanağı olarak öznede var olan ve deneyimi şekillendiren a priori yapıdır. Dolayısıyla Kant'ta a priori özneyle ilgilidir, özneldir (Husserl, 1994, s. 14). Bu bağlamda dünya, hem deneyimden hem de deneyimi gerçekleştiren özneden hareketle ele alınmakta, bilme ve deneyimleme sürecinde öznenin rolüne dikkat çekilmektedir.

Husserl Kant'ın transandantallik anlayışını önemli bir girişim olarak görür. Fakat Kant'ın a priori öznel yaklaşımından farklı olarak Husserl, öznelliği, transandantal olarak fenomenolojik bağlamda elde edilen özgün bir yapı şeklinde nitelendirir. Bunun nedeni Husserl'de a priorinin özneyle nesnenin korelasyonu şeklinde var olmasıdır ki a priori, öznenin nesneyi bilme ve deneyimleme tarzı olarak yönelimsel edimde kendini gösterir. Bu doğrultuda Husserl'e göre Kant'ın fenomen-numen ayrımı reddedilmesi gereken bir ayrımdır. Çünkü Husserl, görünüşe gelen her şeyin öznenin bakış açısından ve deneyiminden sunulduğunu ileri sürer. Başka bir ifadeyle fenomenin taşıdığı tüm epistemolojik ve ontolojik özler öznenin onu deneyimlemesi sırasında açığa çıkar (Husserl, 2021, s. 10).

Descartes ve Kant'tan etkilenen ancak onlardan belirgin düşünceler çerçevesinde ayrılan Husserl, bir kılavuz olarak geliştirdiği fenomenolojisini bilgi eleştirisinin yöntemi olarak tanımlar. Fenomenoloji, bilginin neliğine yönelik bilimin içerisinde yer alan genel öz veya nelik öğretisidir (Husserl, 2020b, s. 1). Fenomenolojiyi bu şekilde tanımlayan Husserl, bilginin ve deneyimin olanağına ilişkin problemlere değinmeyi amaçlarken, önceden belirlenen hiçbir metodu temel almayarak doğrudan bilince yönelmiştir. Bu yönelimle yirminci yüzyılın hemen başlarında bir dönüm noktası olarak ortaya çıkan Husserl fenomenolojisi, çağın sorunlarıyla karşı karşıya kalmıştır. Bu dönemin en belirgin sorunu filozofların nitelikli akıl yürütmeleri yerine kökleri çok daha önceye dayanan pozitivist bilim anlayışının benimsenmesi ve deneyin kaynak olarak görülmesidir. Oysa Husserl'e göre öznel deneyim pozitivist yaklaşımın değil fenomenolojik tavrın benimsenmesiyle aydınlatılabilir. Bu durumda deneyimin kaynağı olan transandantal bilinç ile deneyimin olanak ve anlamını taşıyan yaşam dünyasının ayrıntılı olarak analiz edilmesi gereklidir.

2. Transandantal Bilinç ve Yaşam Dünyası İlişkisi

Husserl fenomenolojisinin en temel kavramlarından biri olan transandantal bilincin anlaşılması, yirminci yüzyılın ilk döneminde bilinçten ne kast edildiğinin araştırılmasına bağlıdır. Husserl'e göre bilincin neliğine ilişkin bu dönemde var olan baskın iki bilinç kavrayışı olarak natüralist ve psikolojist yaklaşımlar nedeniyle felsefe sahip olduğu bilimsel değerden uzaklaşmıştır. Natüralist yaklaşım bilinci doğaya ait bir parça ve fiziksel bir olgu şeklinde tanımlarken, psikolojik yaklaşıma göre bilinçle, psikolojik süreçleri içeren alan kast edilmektedir. Husserl ise bilincin, bu iki yaklaşımın veya bakış açısının çok daha ötesinde yönelimsel ve kurucu bir yapı olduğunu belirtir. Bu açıdan bilinç araştırmasında bilinç şekillerinin özsel bağlantılarının ve bilince ait içeriklerin açığa çıkarılması önceliklidir. Bunun sağlanması için doğal düşünme güdüleriyle değil yeni ve özel bir felsefi düşünme biçimi olarak fenomenolojiyle işe koyulmak gerekir (Husserl, 2020b, s. 19).

Bu durumda algı, temsil, hatırlama vb. bilince ait temel yapıların çözümlenmesi ve deneyimin özüne erişilmesi için fenomenin oluşturduğu görüntünün, algıdaki görünüş birliğinin ve kullanılacak yöntemin neliği ifade edilmelidir. Husserl'e göre tam da burada doğa bilimleri ve psikolojinin bilince yönelik akıl yürütmelerinden bağımsız, daha önce üzerine derinlikli bir şekilde yoğunlaşılmamış bir bilinç analizinin olanağı söz konusudur ve şu sorulara yanıt aranmalıdır:

Algıların ve görünüşlerin çeşitliliğine rağmen bir ve aynı nesne, nasıl oluyor da tek bir görüntü haline geliyor? Algıları ve görünüşleri bağlayan bir birlik ya da özdeşlik bilinci olarak aynı şey olmalarını sağlayan şey nedir? Bu soruları yanıtlayacak en uygun bilim hangisidir? (Husserl, 2020a, s. 63).

Husserl'e göre bu soruların yanıtları için doğa bilimleri ve psikolojiye başvurulması büyük bir hatadır. Çünkü algıda fenomenin bütünsel bir görüntü olarak sunulmasını doğa bilimlerine ait modeli izleyerek açıklamaya çalışmak kaçınılmaz bir biçimde bilinci doğadaki herhangi bir şey türünden değerlendirmeye, daha açık bir ifadeyle bilinci 'şeyleştirmeye' neden olur (Husserl, 2020a, s. 56). Aynı şekilde doğa bilimleri metoduyla iş gören psikoloji de bu soruların doğru şekilde yanıtlanmasını sağlayamaz. Husserl'e göre fenomenin özüne yalnızca fenomenolojik yöntemle erişim mümkündür. Fenomenolojik yöntem, doğa bilimlerinin ve psikolojistlerin bilince ilişkin nesnel bakışını paranteze almayı (epokhe) ihtiva eder. Bilincin kendi saf yaşantısında ne ise o olarak analiz edilmesi bu sayede olanaklı hale gelir. Zira paranteze alma, bilinç analizi ve tüm fenomenolojik araştırmalar için bütünüyle yeni boyutlar açmaktadır (Spiegelberg, 2021, s. 868).

Husserl, fenomenolojik yöntemin ilk adımı olarak ön plana çıkardığı metodolojik aşama olan paranteze alma ile fenomenolojisinin en çarpıcı çağrısını ileri sürmektedir: "Şeylerin kendilerine dönelim!" Bu çağrıdan hareketle paranteze alma, fenomenlerin özsel içeriklerine ve dolayısıyla gerçekliğine yönelik belirli türden dogmatik ya da doğal tavrı dışlamak şeklinde tanımlanabilir. Paranteze almada doğal tavrın, yalnızca doğa bilimlerinde kazandığı işlerliği değil, aynı zamanda gündelik ya da teori öncesi yaşama olan etkisi de dışlanmaktadır. Doğal tavır, sorgulama yapmaksızın dünyanın, bilincin onu deneyimlemesinden bağımsız olarak var olduğunu ileri süren tavırdır. Fakat Husserl, bilgi eleştirisinin yöntemi olarak tanımladığı fenomenolojik yöntemden hareketle doğal tavrın söz konusu savını paranteze almaktadır. Bu noktada önemli bir ayrıntının altını çizen filozof, paranteze almayla, dünyanın varlığını yadsımadığını ya da dünyanın varlığından şüphe etmediğini şu sözlerle açıklar: "Bunu yaparak bir sofistmişim gibi dünyayı olumsuzlamış; şüpheciymişim gibi dünyanın varlığından şüphe duymuş olmuyorum, yalnızca beni dünyanın varlığı hakkındaki her türlü yargıdan uzaklaştıracak işlemi uyguluyorum" (Husserl, 1983, s. 61).

Paranteze alma işlemi önemli bir gerçeği açığa çıkarır: O da her şeyin paranteze alınabilirliği karşısında bilincin paranteze alınamayacağıdır. Bu nedenle Husserl'in, doğa bilimleri ve psikolojik yaklaşımların bilinci açıklamada yetersiz kaldığı savı, geçerliliğini koruyan bir itiraz olmayı sürdürmektedir. Bilincin paranteze alınamaması onun bu dünyadaki nesneler türünden bir varlık olmadığının göstergesidir (Uygur, 2021, s. 43). Husserl bu saptamasıyla deneyimin izini sürer ve nesnelerin kurulumunu bilinç süreçlerinden hareketle inceler (Zahavi, 2020, s. 36). Bu inceleme sırasında birinci şahsın deneyim alanına 'ben'in yerleştirilmesiyle Husserl fenomenolojisinde transandantal bir dönüşüm gerçekleşir. Söz konusu dönüşüm sonucunda her şeyin kökeni yeni bir varlık alanı olan transandantal bilinç aracılığıyla kavranır. Başka bir ifadeyle dünya ve dünyadaki tüm fenomenler transandantal bilinç aracılığıyla anlam kazanır (Smith, 2019, s. 111-112).

Fenomenolojisinde transandantal bir dönüşüm gerçekleştiren Husserl, transandantal bilinç alanına ve fenomenlerin transandantal bilinçte nasıl inşa edildiğine odaklanırken tüm bilinç etkinliklerinin vuku bulduğu alan olan yaşam dünyasını ön plana çıkarır. Husserl'e göre yaşam dünyası katmanlı bir yapıdır. Bu nedenle doğa, yeryüzü, dünya, çevre dünyası terimleri bizi yaşam dünyasına hazırlayan kök/kökensel terimler olarak kullanılır. Tüm özne ve nesneleri içerisine alan ve onların birbirleriyle kuracağı ilişkiye olanak sağlayan yaşam dünyası, kendisini ortak bir yapı veya kök şeklinde ortaya koymaktadır (Yazıcıoğlu, 2022, s. 190). Bu açıdan yaşam dünyası kavramıyla, katmanlı, ancak tek bir dünyaya işaret edilmektedir.

Açıklama, mukayese etme, birleştirme, ayırma vb. bilinç etkinliklerinin tamamı katmanlı bir yapı olan yaşam dünyasında deneyimlenmektedir (Husserl, 1983, s. 53). Transandantal bilinç, çeşitli bilinç şekilleriyle kendini gösterirken yaşam dünyasıyla ilişki kurar. Bu ilişki bilincin yönelimsel niteliğe sahip olduğunun en belirgin kanıtıdır. Husserl'e göre bilinci karakterize eden bütün süreçlerin tek bir bilince ait birlik ya da akış şeklinde ifade edilmesi yönelimselliğin tanımıdır (Husserl, 1983, s. 199). Yönelimsellik ile Husserl, şeylerin özüne dönmeye ilişkin yaptığı çağrının içini doldurur şekilde bilinç süreçlerinin temel niteliğini ortaya koyar: "Bilinç daima bir şeyin bilincidir." Bilinç, yönelim sırasında işlevseldir (noesis) ve bilinç süreçlerinin bileşenleriyle (noema) yaşam dünyasında fenomenlere anlam verir (Husserl, 1983, 213).

Husserl bilincin fenomenlere anlam verirken sabit bir yapı olarak kalmadığını, sürekli yeni anlamlandırmalarla yaşam dünyasını inşa ettiğini ifade etmektedir. Bilincin deneyim alanında başlattığı her yeni anlam verme süreci ve söz konusu sürecin sürekliliğinin sağlanması, deneyimi gerçekleştiren birinci şahıs olarak benliğin bazı gerilimlere açık hale gelmesine kapı aralar. Buradaki gerilim negatif bir ifade gibi görülse de fenomenolojik açıdan benliğin, başka bir ifadeyle paranteze alınamayan tek gerçeklik olarak bilincin keşfi, bilincin bütünselliği ve anlam verme süreci söz konusu gerilimle açığa çıkarılabilir. Bu açıdan bilinç etkinliklerinin olanak alanı olan yaşam dünyası bilincin her defasında yeniden inşa ettiği ve yorumladığı ufuktur. Dolayısıyla yaşam dünyasındaki hiçbir belirlenim nihai bir karar değildir, çünkü deneyimi gerçekleştirilen şey sonsuz bir olasılıkla örülü ufka sahiptir (Husserl, 1973, s. 32). Yaşam dünyası bu bakış açısıyla bir yandan daima "oradadır" ve bir yandan da henüz konu edilmeyen ya da deneyimlenmeyen ufku içinde taşır (Husserl, 1994, s. 53). Henüz deneyimlenmeyen ufuklara dair ortaya çıkan gerilim de pozitif bir ifade kazanarak benlikteki açıklığı, hareketliliği, oluşu ve bütünselliği görünür kılmaktadır.

3. Benlikteki Gerilimlerin Fenomenolojik Açıdan Yorumu ve Felsefi Danışmanlıkla Kesişim Olanağı

Fenomenolojik açıdan benlik durağan, sabit bir yapıya değil, daima yeni deneyimlere açık bir şekilde anlam vermeyi sürdüren dinamik bir yapıya işaret eder. Paranteze alma ve devamında gerçekleştirilen indirgemelerin (transandantal ve eidetik) sonucunda nesnel olan her şeyi kurmasının yanı sıra kendisini de özdeş bir biçimde kuran transandantal bilincin, dolayısıyla ben'in farkına varırım (Husserl, 1960, s. 99). Husserl'de Ben, transandantal bilincin yapısı olmakla birlikte tüm deneyimler için birleştirici ilkedir. Husserl Ben'i, dinamik, kendini inşa eden ve her eylemin gerçekleşmesinde merkezi rol oynayan bir varlık olarak görmektedir. "Algılıyorum, yargıda bulunuyorum, hissediyorum, tüm deneyimlerin ve yaşantıların

değişimine rağmen her durumda özne olarak ben'i buluyorum. Kendimin algılanana, istenilene, bilinene, hayal edilene, düşünülene yönelen şey olarak, ben olarak idrakindeyim" (Husserl, 1989, s. 103).

Ben'in kendini dinamik ve yönelimsel yapısıyla yaşam dünyasında daima yeni anlam katmanları arasında bulması benlik gerilimlerini görünür kılar. Ben'in kendi anlam ufkunu inşa etmeye çalışması kendi içinde içsel bir gerilimi barındırır. Bunun yanında ben'in yaşam dünyasında bir arada bulunduğu başka ben'lerle kurduğu öznelerarası ilişki, otantiklik ile uyum arasında başka bir gerilimin daha ortaya çıkmasına zemin hazırlar. Çünkü ben, öznelerarasılığı kurarken kendisi de bu kuruluma ayrıcalıklı bir üye olarak katılır (Hussel, 1970, s. 185). Öznelliğin öznelerarası topluluğa doğru genişlemesiyle bütün bir kültür dünyası ve tarihsel bağlam da söz konusu gerilime dahil olur.

Yaşam dünyası özü itibariyle sosyal bir çevredir. Nitekim Husserl'in yaşam dünyasına verdiği bir diğer isim çevreleyen dünya ya da çevre dünyası idi. "Ben, her zaman kendimden gördüğüm veya kendimi kendilerinden saydığım ailem ve akrabalarımla iletişim kurarım. Ayrıca aile ve akrabalar dışında benim komşularım; çevre bakımından daralıp genişleyebilen tanıdıklarım vardır" (Uygur, 2021, s. 185). Dolayısıyla yaşam dünyası nesnelerle, başka ben'lerle, onlara atfedilen sosyal karakterlerle ilişki kurulan alandır. Kurduğumuz ilişkide başka ben'leri dost, düşman, tanıdık, yabancı gibi değer ve anlam ifadeleri üzerinden tanımlıyoruz (Husserl, 1983, s. 52-53). Bu noktada bireyin gündelik yaşamında karşılaştığı sorun ya da sorunlar kendi iç dünyasından kaynaklanabileceği gibi, büyük ölçüde otantik bir 'ben' olabilme ile başka ben'lerle uyum içerisinde yaşama ikileminden de kaynaklanıyor olabilir. Başka bir ifadeyle en yoğun gerilim başka ben'lerle kurulan ilişkide kendini gösterebilir. Çünkü Husserl'e göre başka ben'ler, benim için, kendi dünya bilgimin aracılarıdır. "Ben, kendimi her ne kadar toplum-öncesi tek-ben olarak, hiçbir aracıya başvurmaksızın en özgün şekilde algılasam da kendimi gerçek anlamda kendim olarak deneyimleyebilmem için empati aracılığıyla başkasını deneyimlemek zorundayım" (Uygur, 2021, s. 178).

Husserl fenomenolojisinin bir sorun olarak değil kendiliğinden ortaya çıkan bir durum olarak gördüğü gerilim felsefi danışmanlıkta kullanılan 'sorun' kavramı ile paralellik göstermektedir. Felsefi danışmanlar kavramsal bir yaklaşımla bireylerin bilhassa içsel deneyimlerine odaklanarak onlara yaşamlarını anlamlandırmaları hususunda yardımcı olmaya çalışırlar. Danışan ve danışman birlikte felsefe yaparlar ve o esnada danışanın özerkliği vazgeçilmez koşuldur (Lahav, 1996, s. 260). Bu açıdan Husserl fenomenolojisi felsefi danışmanlığa bireyin anlam ufkunu keşfedebilmesi, bu yolla başkalarıyla ilişkilerine yön vererek uyum içerisinde yaşayabilmesi için yol gösterebilir. Husserl'in felsefeyi tüm bilimlerin

temeli olarak yeniden kurma isteği ile felsefi danışmanlığın bireyin sorunlarını her türlü psikolojik gerekçe ve yüklerden arındırma çabası birlikte iş gördüğünde bireyin yaşamındaki gerilim veya sorunlara kavramsal bir çerçeveden bakabilmesi olanaklı hale gelir.

Felsefi danışmanlığın önde gelen teorisyenlerinden Marinoff'a göre, felsefi danışmanlık tanıya değil diyalog kurmaya ihtiyaç duyanlar açısından gerekli olduğundan söz konusu diyalog felsefi bilgi ve birikime sahip kişilerle kurulmalıdır (Marinoff, 2009, s. 39). Aynı şekilde Schuster'e göre bireyin sorunlarından sıyrılıp iyi olması felsefi danışmanlığın ulaşacağı nihai nokta değildir. İyileşme, bireyin kendisini ve sorunlarını sorguladığı süreçte ortaya çıkan bir üründür ki bu ürüne felsefi danışmanla kurulan diyalog sonucunda ulaşılır (Schuster, 1998, s. 38). Bir başka teorisyen Walsh'a göre de felsefi danışmanlık, bilge bir şekilde rehberlik etmek ve bireyi içsel uyuma doğru yönlendirme pratiğidir ve bunu da bilgeliği içeren bir yaşam tarzına sahip bir felsefeci uygulayabilir (Walsh, 2005, s. 499). Bu bağlamda felsefi danışman, danışanın felsefi bilgeliğe ulaşmasını, yaşam tarzını ve dünya görüşünü biçimlendirmesini sağlamak adına ona yardımcı olmaya çalışan kişidir. Bu nedenle felsefi danışman tanı veya teşhis koymaz (Bor, 2025, s. 24). Bireye ait sorunları bireyin kendisinin felsefi bir bakış açısıyla ele almasını sağlar.

Felsefi danışmanlığın danışan için hazır bir reçete sunmayıp onu derinlikli bir soruşturmaya yönlendirdiği nokta Husserl'in transandantal fenomenolojik yöntemiyle kesişme olanağının olduğu noktadır. Husserl, yönelimsel yapıya sahip transandantal bilincin bir benlik olarak yaşam dünyasında her yeni ufukta yeni bir anlam verme sürecine giriyor olmasını ben'in kendini derinleştirmesi için bir imkân olarak görür. Bu doğrultuda birer yöntem olarak paranteze alma, transandantal ve eidetik indirgeme felsefi danışmana, danışanın benliğinde meydana gelen gerilimleri açığa çıkarması için yeni yollar açar. Felsefi danışman, bu fenomenolojik zeminden hareket ederek danışanın kendi deneyimlerinin farkına varmasına ve onları yeniden anlamlandırmasına aracılık eder. Dolayısıyla fenomenoloji ve felsefi danışmanlığın kesişiminde danışan için benlik gerilimleri birer yük olmaktan çıkar ve kavramsal açıdan yaşam dünyasının otantik bir açılımını olanaklı kılar.

Sonuç

Bu çalışmada benliğin dinamik yapısı ve benlikte meydana gelen gerilimler fenomenolojik yaklaşımın sunduğu yöntemler ve kavramsal çerçeve üzerinden ele alınmış ve gerilimlerin felsefi danışmanlık bağlamında nasıl açığa çıkarılacağı gösterilmiştir. Bu doğrultuda yirminci yüzyılın ilk döneminde Husserl'in felsefeyi çağın krizlerinden kurtarmak ve ona sahip olduğu bilimsel değeri yeniden kazandırmak amacında olması günümüzde felsefi danışmanlığın felsefe yapma edimiyle amaç bakımından örtüşmektedir. Husserl,

fenomenolojisini geliştirirken önceden verili hiçbir metodu kullanmayarak kendi yöntemini ortaya koymuş ve bilincin özgün yapısına dikkat çekmiştir. Felsefi danışmanlıkta da danışman-danışan iş birliğiyle yapılan felsefe özgündür ve diyalog sürecinde danışanın özerk benliği merkezdedir. Husserl'in "Şeylerin özüne dönelim!" çağrısı fenomenlerin epistemolojik ve ontolojik açıdan taşıdığı tüm gerçekliğin ben'in deneyiminde sunulduğunu ileri sürerken felsefi danışmanlık, danışanın benliğinde var olan içsel veya dışsal gerilimlerin kavram örgüsünü danışan için açık kılar.

Yaşam dünyasında gerçekleştirilen her yeni deneyim yeni bir gerilimin doğmasına zemin hazırlar. Çünkü Husserl'e göre yaşam dünyası, bilincin yönelimsel sürekliliği ve değişken ufuklar arasında her defasında yeniden inşa edilen alandır. Felsefi danışman bu fenomenolojik perspektiften yola çıkar ve bu perspektifi teorik düzlemden pratik düzleme taşıyarak, danışanın yaşam dünyasında filizlenen deneyimleri görünür kılmayı hedefler. Danışmanlık sürecinde danışan, kendi yaşam dünyasına döner, orada saklı olan gerilimleri ve anlam katmanlarını fark eder. Bu sayede danışan, benliğinde meydana gelen gerilimleri bir yabancılaşma olarak değil, kendi inşa ettiği yaşam dünyasının açılımları olarak görme eğilimi kazanır. Sonuç olarak felsefi danışmanlık, teknik bir çözüm sunma etkinliğinden ziyade, danışanın yaşam dünyasında hem var olan hem de henüz açığa çıkmamış olan anlam potansiyellerini ve ufuklarını görünür hale getiren bir praksis şeklinde belirginleşir. Bu açıdan fenomenoloji ile felsefi danışmanlığın kesişiminde bireyin inşa ettiği yaşam dünyası, benlik gerilimleriyle birlikte benlikteki olgunlaşmaya ve anlam çokluğuna açılan asli bir zemin olarak konumlanır.

Kaynakça

Bor, M. S. (2025). Felsefi danışmanlık: yaşamın anlamını keşfetmeye yönelik rehberlik. *Dört Öğe*, (26), 21-34.

Descartes, R. (2019). *Meditasyonlar*. Say Yayınları.

Husserl, E. (1960). *Cartesian meditations: an ıntroduction to phenomenology*. Martinus Nijhoff Publishers.

Husserl, E. (1970). *The crisis of european sciences and transcendental phenomenology: an ıntroduction to phenomenological philosophy*. Northwestern University Press.

Husserl, E. (1973). *Experience and judgment*. Northwestern University Press.

Husserl, E. (1983). *Ideas pertaining to pure phenomenology and to a phenomenological philosophy, first book.*. Kluwer Academic Publishers.

Husserl, E. (1989). *Ideas pertaining to pure phenomenology and to a phenomenological philosophy, second book*. Kluwer Academic Publishers.

Husserl, E. (1994). *Avrupa insanlığının krizi ve felsefe*. Afa Yayıncılık.

Husserl, E. (2020a). *Kesin bir bilim olarak felsefe*. Yapı Kredi Yayınları.

Husserl, E. (2020b). *Fenomenoloji üzerine beş ders*. Bilgesu Yayıncılık.

Husserl, E. (2010). Kartezyen meditasyonlar: fenomenolojiye giriş. *Baykuş Felsefe Yazıları Dergisi*, (6), 71-91.

Husserl, E. (2021). *Paris konferansları*. Bilgesu Yayıncılık.
Kant, I. (1993). *Arı usun eleştirisi*. İdea Yayınevi.
Lahav, R. (1996). Philosophical counseling and taoism: wisdom and lived philosophical understanding. *Journal For Chinese Philosophy*, (23), 259-276.
Marinoff, L. (2009). *Inghite platon, nu prozac! aplicarea înțelepciunii eterne la problemele de zi cu zi*. Trei.
Schuster, C. S. (1998). On philosophical self-diagnosis and self-help: a clarification of the non-clinical practice of philosophical counseling. *The İnternational Journal Of Applied Philosophy*, *1*(12), 37-50.
Smith, D. W. (2019). *Husserl*. Alfa Basım Yayın.
Spiegelberg, H. (2021). *Fenomenolojik hareket*. Pinhan Yayınları.
Uygur, N. (2021). *Edmund husserl'de başkasının ben'i sorunu*. Yapı Kredi Yayınları.
Walsh, R. D. (2005). *Philosophical counseling practice*. Janus Head.
Yazıcıoğlu, S. (2022). *Husserl fenomenolojisinde zaman, algı, bellek*. Fol Kitap.
Zahavi, D. (2020). *Fenomenoloji: ilk temeller*. Ayrıntı Yayınları.

Felsefi Danışmanlık Açısından Henri Bergson Felsefesinin Değerlendirilmesi

M. Nesim Doru*

Özet
Bu çalışma ünlü Fransız filozofu Henri Bergson'un perspektifinden felsefi danışmanlığa bir yaklaşım denemesidir. Felsefi danışmanlık ve bu etkinliğin taraflarının Bergson felsefi açısından neye benzediğini açıklamaya çalışmaktadır. Öyle anlaşılıyor ki icat ettiği kavramlar ve günlük hayata dair yaptığı dokunuşlar üzerinden Bergson'un felsefi mirası günümüzde felsefenin hala canlı ve yaratıcı olduğunu gösteren önemli bir düşünceye karşılık gelmektedir. Bu çalışmada dört temel problem ve kavramsallaştırma üzerinden konu analiz edilmektedir. Bu kavramlar; 'karşılaşma', 'sınır', 'aşkınsal' ve 'olumlama' olarak tespit edilmiş ve bu kavramlar üzerinden felsefi danışmanlığın dışarıdan bir okuması yapılmıştır. Çalışmanın temel tezi ise, insan varoluşunun imkan ve potansiyelleri, eylem ve kudretlerinin sürekli bir akışkanlık içerisinde devindiği ve herhangi bir ön belirlenime teslim edilmeyeceği şeklinde ifade edilebilir. Öte yandan bu çalışma, Bergson felsefesi açısından felsefi danışmanlığın bir öze sahip olmaması ve çokluklar içinde bir tekilliğe ve farka açılması gerektiğinin de altını çizmektedir.
Anahtar Kavramlar: Felsefi Danışmanlık, Bergson, Karşılaşma, Sınır, Aşkınsal, Amor-Fati

An Evaluation of Henri Bergson's Philosophy in Terms of Philosophical Counseling

Abstract
This study attempts to approach philosophical counseling from the perspective of the renowned French philosopher Henri Bergson. In other words, it attempts to explain what philosophical counseling and its aspects resemble from Bergson's philosophical perspective. It appears that Bergson's philosophical legacy, through the concepts he invented and the touches he made on daily life, represents a significant idea demonstrating that philosophy is still alive and creative today. This study analyzes the subject through four fundamental problems and conceptualizations. These concepts are identified as "encounter," "boundary," "transcendental," and "affirmation," and an external reading of philosophical counseling is undertaken through these concepts. The fundamental thesis can be expressed as follows: the possibilities and potentials, actions, and powers of human existence are in constant fluidity and cannot be surrendered to any predetermination. Furthermore, this study emphasizes that, from the perspective of Bergson's philosophy, philosophical counseling should not have an essence and should open up to singularity and difference within pluralities
Keywords: Philosophical Counseling, Bergson, Encounter, Boundary thought, Transcendental, Amor-Fati.

Giriş

Felsefeyi basitleştirmeliyiz. Felsefi konuları spekülatif durumdan ortalama zihinlerin kavrayabileceği bir düzeye indirgemek anlamında değil ama günlük hayattaki 'basit' durumlarla ilişkilendirip daha basitçe anlatmalıyız. İçeriği konu ile sahici bir biçimde birleştirip problemi ortaya koyma ya da problemi inşa etme becerisi göstermek durumundayız. Felsefi mirasımızda bugün hala canlılığını ve güncelliğini koruyan meseleleri bulmak anlamında değil ama felsefenin zaten canlı ve güncel bir uğraş olduğunu göstermek ile yükümlüyüz.

* Prof. Dr., Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi Felsefe Bölümü, mehmetnesim.doru@asbu.edu.tr, https://orcid.org/0000-0002-3519-7654

Bergson'un felsefesi bu çerçevede ele alındığında bugün de güncelliğini ve canlılığını hala korumaktadır. Çünkü Bergson, felsefenin zaten bu demek olduğunu bilen filozofa denk gelen bir felsefi deneyime imza atmıştır. Özellikle çağdaş Fransız filozofları üzerinde etkilerini görmek mümkündür. Deleuze'ün Bergson'un entelektüel biyografisi ile ilgili yazdığı ufuk açıcı çalışması dışında, Bergson'un kavramları 'post-modern' Fransız düşünürleri üzerinde önemli çığırlar açmıştır. Madde-bellek, anı-algı, asıl ben-yüzeysel ben, niteliksel zaman (süre)-niceliksel zaman, virtüel-edimsel, dinamik toplum-statik toplum, dinamik din-statik din, yaşam hamlesi, tekamül ve sezgi gibi kavramlar Bergson'u Deleuze'cü perspektifle kavram yaratan gerçek bir filozof yapmakla kalmaz ona aynı zamanda çağdaş felsefi problemlere bir ufuk çizgisi çizme payesini de verir.

Elinizdeki çalışmanın bakışı/perspektifi, felsefi danışmana veya danışana bir perspektif sunmaktan ziyade genel olarak dışarıdan bakıldığında bu işin neye benzediğini Bergson'un felsefi yaklaşımlarıyla izah etmeye çalışmaktadır. Belki de problemi inşa ederken şu sorularla başlamak bu perspektife ışık tutabilir. Danışan veya danışman ya da hem danışan hem de danışman olmuş veya olmayı düşünen biri neyle karşı karşıya kalır? Beklentileri ne olabilir? Psikologların yaptığından farklı olarak felsefi danışmanlık ne tür bir ilişkidir?

Bu çerçevede felsefi danışmalık meselesine katkı sağladığını düşündüğüm dört temel yaklaşım üzerinden Bergson felsefesini ele amayı uygun gördüm. Bu yaklaşımları da dört kavram üzerinden izah etmeyi amaçlıyorum. Bunlar, 'karşılaşma', 'sınır', 'aşkınsal' ve 'amor-fati' kavramlarıdır. Bu kavramlar üzerinden felsefi danışmanlıkta takip edilecek bir yönerge sunmaktan çok bu kavramların perspektifinden Bergson'un felsefi yaklaşımının felsefi danışmanlığı nasıl sorunsallaştıracağını tartışmayı amaçlıyorum.

1. Karşılaşma

Varoluş esasında bir bedenler kombinizasyonudur denilebilir. Bir bedenin başka bir bedenle -ya maruz kalmak ya da etkilemek bakımından- sonsuz bir etkileşim içinde olduğu gözlemlenebilir. Bu etkileşimlere Spinoza'cı anlamda bir tür 'karşılaşma' diyebiliriz. Ya da bu, Leibniz'ci anlamda bir 'ilişki' de olabilir. Bu karşılaşmanın en azından iki tarafı olmak zorunda olduğunu hesaba kattığımızda esasında varoluşun tek başına olması ihtimali imkan dışında kalır. Böylece karşılaşmada tekilliği içinde barındırmakla birlikte toplumsal bir boyut da vardır ve artık varyasyonlar içinde değişim ve dönüşümün çokluklarını gözlemleriz. Başka deyişle madem ki karşılaşma iki ve daha çok taraflıdır o halde bunun ne tür çokluklara yol açtığını, nasıl ve niye olduğunu ve kimler tarafından gerçekleştirildiğini analiz etmek gerekmektedir. Felsefi danışmanlık da en azından danışan ve danışman arasında vuku bulan bir tür karşılaşma olarak değerlendirildiğinde aynı soruları burada da yenileyebiliriz.

Bir karşılaşma nedir? Karşılaşmanın ne olduğu sorulduğunda onun tanımlamamız gerekir. Bir tanım yapmak ise bir şeyi sabitlemek, değişmez unsurlarının olduğunu varsaymak demektir. Başka deyişle bir olayı tanımlamak onu bir belirlenim çerçevesi içine sokmak, önceden keşfetmek, bir öz veya karakter varsaymak ve bir yerde değişmez tezlere sahip olduğumuz anlamına gelmektedir. O halde bir karşılaşmayı tanımlamak bir tür determinizme yol açar ve insan davranışlarının belirlenebilir olduğunu varsaymaya götürür ki karakterimizde açıkça bir belirlenim imkanından bahsetmek olanaksız görünmektedir. Çünkü insan varoluşları diğer tüm oluşlarla birlikte sürekli ve durmadan yani mütemadiyen değişir. Kişiliğimiz de sürekli doğar, büyür, gelişir ve değişir. Kişiliğimiz sabit olmanın ötesinde değişimin akışında her zaman yeni olup önceden keşfedilmezdir. Bedenlerimiz ile birlikte psikolojik hallerimiz de sürekli değişmektedir. Madde aleminin aksine psikolojik durumlarımızda bir illiyet ve zorunluluktan bahsetme olanağımız yoktur. Aksine insanın psikolojik hallerinde bir özgürlük ve imkanın bulunduğu görülmektedir. Davranışlarımızı koşullandıran etkenlerden bahsetmek mümkün olsa da bir belirlenimden bahsetmek zor görünmektedir.

Bergson'cu perspektiften ifade edildiğinde; insan benliği belirlenmiş ve değişmez bir öz olmaktan ziyade kendini bir akışkanlık durumunda sürekli yaratır. Bizim ne olduğumuz yaptıklarımızı koşullandırabilir ama daha doğru bir yaklaşım şudur: yaptıklarımız bizi ifade ediyor ve kendimizi de sürekli bir yaratma içinde var ediyoruz. İnsan varoluşu 'geçmiş' bir deneyimin, belleğin, anı'nın toplamıdır ve biz bu geçmişi algılarımıza denk gelen 'şimdi' vasıtasıyla hakiki olarak devam ettiriyoruz. Bu sebeple anılara bulanmamış algılarımız yoktur. Genellikle bu algılar bizim şimdide gerçekleşen algılarımızı yerinden eder. İnsan, geçmişini hatırlamak için geçmişe gitmez aksine insanın geçmişi lazım olduğunda kendiliğinden gelip şimdide çatar. Bu, geçmişin şimdi ile bir tür karşılaşmasıdır ve determine edilecek bir yapı da değildir. Anı ve algı arasındaki bu karşılaşma virtüel ve edimsel olanın karşılaşmasıdır. Virtüel olan edimsel olanın nedeni olmadığı gibi onu belirleyemez de. Başka deyişle insan nedenlerin doğurduğu sonuçlardan farklı olarak davranma özgürlüğünü her daim içinde barındırır. Bergson'da insanın özgür ve mümkün olan bu beni asıl ben olup, günlük ve dışsal olan zaman ve mekanın dışında gerçekleşir. Yüzeysel ben ise insana dışsal olup bir mekan içinde gerçekleşir. İnsan özgürlüğünün gerçekleştiği yer de işte bu temel ben olup, madde dünyasının yüzeyselliği düzleminde ortaya çıkan uzamsallık ve zeka değildir.

Felsefi danışmanlıkta danışan ve danışman arasındaki karşılaşma da Bergson'cu perspektifle ele alındığında determine edilebilecek bir ilişki değildir. Karşılaşmanın tarafları bütün çokluklarıyla ve bu çokluğun içerdiği bütün enstantane, zar atımı, tesadüf ve gelişigüzel düzlemleriyle orada hazırdırlar. Her an her şeyin olabildiği bir yerin sınırındadırlar. İkisinin de

elinde bir geçmiş yani virtüel alan vardır ama bu geçmişleri şimdilerini belirlemekten ve onu zorunlu bir programa sürüklemekten uzak, her an değişmeye ve başka yöne evrilmeye uygundur. Şimdi, hem danışan hem de danışman açısından geçmişi devam ettiren ama aynısıyla değil, onu literal olarak tekrar eden ama asla eski hal üzere değil aksine Nietzsche'ci bir tekrarla bakir ve onu yeniden yaratan bir edimsellik olarak belirir. Şimdi, artık olmayan saf bir oluş, geçmiş ise olan ama eylemde olmayı bırakmış bir virtüellik olarak belirir. Dolayısıyla danışan ve danışman arasındaki ilişki her zaman 'başka türlü' olabilecek, elimizde hazır, uygulanabilir, istatiksel ve verimli proje ve reçeteleri boşa çıkarabilecek bir karşılaşmadır. Tüm kartlar her an yeniden karılabilir ve her şey sonsuz bir kombinasyon ve ihtimaller varyasyonu içinde, geçmiş ve şimdi, virtüel ve edimsel olan, ruh ve beden, duygu ve fikir arasında mütemadiyen süren bir akışkanlıkla akar durur. Hazır ve paketlenmiş duygularımız ve fikirlerimiz burada iş görmez ve aslında böyle bir hazır ve paketlenmiş duygu ve fikirlerimiz de yoktur. Duygu durumlarımız ve buna bağlı olarak fikirlerimiz akışkanlıklar içerisinde yüzerken bize de yeni fırsatlar, yaratımlar ve özgürlük alanları açar. O halde insan varoluşunu dışsal olarak kaplayan bütün bu yüklerden kurtulmamız gerekliliği belki de karşılaşmanın sahiciliği için en önemli koşul olarak kendini bize duyurur.

Biz insan varoluşları olarak kendimizi maddenin uzamsallığında uzanan varlıklar olarak değil psişik varlıklar olarak algılarız. Bu sebeple zihnimiz yine bir madde olan beyinde gerçekleşmez. Bellek, beyin olaylarını aşar ve ondan taşar. Bellek her zaman iki durum arasında bir sınır durumu olarak belirir. Geçmiş ve şimdi, psikolojik ve fiziksel olgular, içsel olan ile dışsal olan arasında. Peki nedir bu sınır durumları?

2. Sınır durumları

Bir sınır durumu her şeyden önce dışsal olandan çok içsel olanı imler. Mekânsal olandan çok biçimsel. Sınır durumu niteliksel bir değişimi, oluş ve hareketliliği söyler. Psikolojik dünyamızda mütemadiyen gerilim ve esneklik halleri arasında bir salınım halindeyiz. Bu haller birbirini tamamlayan iki güçtür. Bunlarda yaşanan bir zafiyet insan hayatının sürdürülebilirliğini zora sokar. Psikolojik durumlarımız da sürekli değiştiği için sözünü ettiğim salınım veya sınır durumu, önceden öngörülemez. Başka bir ifadeyle, sınır durumu salınımın karşıt taraflarında bir güç sahibi olmayı değil esasında neye sahip olduğumuzu daha doğrusu neye muktedir olduğumuzu bilmek veya bunu son anda öğrenmek ile ilişkilidir.

Neye muktedir olduğumuzu bilmek, bedenlerimizin karşılaşmalarında uyum ve uyumsuzluğun bilinmesi demektir denilebilir. Çünkü bedenlerimiz anı ve algı arasında bir geçiş yeridir. Başka bir ifadeyle benim üzerimde etkide bulunan ve benim etkilediğim düzlemlerin sınırında bir geçiş yeri. Bergson'cu ifadeyle duyumsal-devindirici fenomenlerin merkezi.

Leibniz bu durumu ilginç bir şekilde formüle eder. Ona göre canlı bir bedenin organları başka canlılarla, bitkilerle ve hayvanlarla… doludur. Demek ki bedenim insan varoluşunun çoklu yapılarını, geçmişi ve şimdiyi içeren bir geçiş yeri olarak geleceğe kıvrılır. O halde neye muktedir olduğumuz, bedenlerimizin anı ve algı arasındaki sınırda yoğunlaşma kudreti ile ilgilidir.

Şimdi biz Spinoza'cı "bir bedenin neler yapabileceğini bilemeyiz" ile Bergson'cu "sudaki şekerin erimesini beklemek zorundayım" mottosunun buluştuğu yerden konuşuyoruz. Bir bedenin başka bir bedenle karşılaşması süreci henüz duygularımızın sevinç ve keder ortak mefhumlarına dönüşmediği bir sınır durumudur. Yani henüz bu karşılaşmanın bize sevinç veya kederi yaşatacağı bilgisine sahip olmamak. Gerginlik ve esneklik halleri, daralma ve ferahlığın ruh halleri, korku ve ümit arasında gidip gelen bir salınım. Ama beklemek zorundayım. Cansız ve pasif bir halde değil, dinamik ve tetikte bir bekleyiş. Bu duygu durumları aşk veya melankoli hallerinde olduğu gibi sonsuz muhtelif unsurlardan meydana geliyor. Duygu durumlarım bir canlı gibi sürekli yaşayan, gelişen ve değişen bir varlık gibidir. Ama yine de beklemek zorundayım. Bu duygu durumunu ne kadar çok kelime ile ifade edersem o kadar çok bize ait olmayanı ifade ederim. Zira kelimeler, kamu malı beylik şeyler. Ve aynı zamanda niceliksel ve cansız üretimler. Canlı ve niteliksel bir şeyi cansız ve niceliksel bir şeyle ifade etmek duyguyu fikirleştirmez aksine onları bozar. O halde beklemek zorundayım. Canlı ve niteliksel olanı dinamik ve canlı bir biçimde beklemek. Sevinç ve kederin sınırında bir bedenle karşılaşma gerçekleştiğinde, bedenlerimiz arasındaki uyum ve uyumsuzluğa göre ya sevinç ya keder olur. Artık sebebin bilgisine sahibiz çünkü karşılaşmanın içindeyizdir. Sonrasında yeniden kedere iniş söz konusu olduğunda artık yanımızda ortak bir mefhum var. Neden sorusu var. Artık bir fikrin içindeyiz yani felsefenin dahilindeyiz. Nedenlerin bilgisine sahip olduğumuz için. Yeterince felsefe yapamayanlar, bulanık fikirlerin ötesine geçmeyen ve böylece nedenlerin bilgisine ulaşmayan bir durumdadır der Deleuze.

Felsefi danışmanlıkta danışan ve danışman arasındaki karşılaşma da bir sınır durumu üzerinden okunduğunda neler olduğunu nasıl izah edebiliriz? Sınır durumunun önceden belirlenemeyeceğini ifade etmiştim. Buna değişen ve dönüşen duygu durumlarının çokluklar içinde sürekli devinen, sabit olmayan haller olduğunu da eklemeliyim. Bir duygu durumu kelimelere döküldüğü kadarıyla, ifade edilebilir olduğu ölçüde bizden yüzünü döner. Biz dil ve ifadenin imkanlarıyla onu betimlemeye girişiriz ve onu güya bulanıklıktan kurtarmaya ve mantıksal bir açık seçikliğe kavuşturmaya çalışırız. Oysa bir kelime ile dile döküp ifade ettiğimiz bir duygu durumunun sonsuzca varyasyonu bulunmaktadır ve bir nicelik olarak değil niteliksel bir bölünme halinde ve aynı zamanda yatay bir düzlemde diğer duygu durumları ile

ilişki içindedir. O halde meselenin dil, ifade, anlatım, mantıksal ve dilsel yapıları aşan ve deneyime uzanan bir tarafı bulunmaktadır. Ancak deneyimleyenin idrak edebileceği bu çokluk ve varyasyonlar, dil ve mantık yapılarının karşıtlıklarında ve beylik sözlerinde değil süreklilik ve her biri ayrı bir içiçelik içinde kıvrılan ve asla bir yapı değil Bergson'un teklif ettiği üzere bir eğilimler ve hareket yönleri ile izah edilebilir. Her an bir hareket halinde ve bir dışsallık üzerinden dünyanın somutluğu karşısında buluruz kendimizi. Buna göre ruhsal hallerimiz devinir. Bu devinim bir tür yaşamsal harekettir ve bütün anlam dünyamızı oluşturur. Dolayısıyla duygu durumlarımız bu yaşamsal hareketin yoğunluğu ve eğilimi ile şekillendiğine göre gerilim ve esneklik, sıkışma ve ferahlama, korku ve umut arasında şekillenen bir eğilim içindeyiz. Ayrıca bu eğilimler bir türün sınırları içine hapsedilmeyecek özgürlüklere sahiptir. Her an yeni bir yol, üçüncü bir düzlem çizmeye muktedirdir. Böylece sınır durumları, karşıtlıklar arasında bir salınım olmakla kalmaz aynı zamanda söz konusu karşıtlıklara bir ufuk çizerek üçüncü bir yol denemesi olarak da belirir. Bu yol denemesi ikisini de içine alan bir tür genel, evrensel ve soyut şemsiye olmaktan çok aslında deneyimi aşmak, deneyimden deneyimin koşullarına geçmektir. Başka bir ifadeyle bu dünyayı aşıp yine bu dünyayı bulmaktır. Peki bu ne demektir ya da Bergsoncu aşkınsallık ne anlama gelir?

3. Aşkınsal Olan: Aşkından Beri İçkinden Öte

Felsefi açıdan önemli olan, problemi çözmekten çok problemi bulmaktır. Dahası problemi keşfetmek değil onu icat etmektir. Akıl ve duyu karşıtlığında kalan insan zihni, problemi kaçınılmaz bir biçimde yanlış ortaya koyar. İnsan zihni her deneyimi deneyimin koşulları yönünde aşamadığı ve bize verilenin doğa bakımından farkını bulamadığı için problemi yanlış bir şekilde ortaya koyar. Bergson'da deneyimin ötesine geçmek karışımın yeter sebebi olarak virtüel bir noktaya kadar gitmektir. Genişlemenin ardındaki sıkışmadır bu. Buna göre geçmiş ve şimdi arasındaki farkı niceliksel bir fark olarak görmemek gerekir. Şimdi, yoktur ve saf haldeki oluştur. Geçmiş ise vardır ve eylemde olmayı bırakmıştır. Deleuze'e göre geçmiş ve şimdi arasındaki doğa farkı budur. Bu farkı nasıl bulacağız? İnsan, olmuş bitmiş bir tasarım değil mütemadiyen kendini yaratan bir varoluş olduğuna göre duyu ve zekanın arasında sıkışmaksızın bir sıçrama yapabilir. Bu, Nietzsche'nin bahsettiği üst-insan ya da Spinoza'daki ebedi tekil özü imler. Bunu sağlayan şey insan zekasının çevresinde belirsizce yitip giden bir sezgi marjıdır.

Bergson'cu sezgi, ne Antik Yunan entelektüalizmine boğulmuş bir akli kuvve ne de uzak Doğu mistisizminde olduğu gibi saf spiritüalizmdir. Çünkü tam bir mistisizm Bergson'da eylem, yaratma ve aşktır. Ne sadece duyumsal ne de sadece rasyonel. Örtük olarak ikisini de kapsayan ve ikisinden da fazla olan. Tam mistiğin duygu durumu, zevk ve acının ötesinde

katıksız bir sevinç, nesnenin kendisinden nesnenin arkasındaki farka, deneyimden deneyimin koşullarına giden, olayı akışa bırakan, bekleyip gören ve tetikte olan bir varoluş halidir. Dolayısıyla Bergson'cu aşkınsallık maddeyi aşan ruhsal bir durum olmadığı gibi, tekil olup genel değildir, eğilimsel olup Kant'ta olduğu gibi yapısal değildir. İçkinlikten ötedir ama aşkınlıktan beridir.

Felsefi danışmanlıktaki ilişki de, salt ikili bir alan-veren, epistemik bir düzlemde ve mantıksal bir yapıda ilerleyen danışan-danışılan ilişkisi olmaktan çok daha fazladır. Her şeyden önce bir eğilim ve hareket olarak esnek ve birbirinin yerine geçebilen bir karşılaşma olduğu için her türlü sabit ve değişmez gibi görülen ruh durumlarını dışlar. O durumların altındaki çoklukları ve imkanları açığa çıkarır. Zorunluluktan çok imkana açılan pencereler yaratır. Bunu sağlayan şey ise, yaratıcı kuvvet veya yaşam hamlesidir. İnsan varoluşu, bu güç sayesinde her daim yaratımda bulunur. Bunun için eğilimlerimizi ve yaşam hamlemizi organize edecek başka bir kuvvete daha ihtiyaç vardır. O da aşk'tır. Duyu ve aklın sınırında, onların dışında, onlardan fazla bir güç olarak aşk, bir sevinç durumu hatta sevinçten öte bir durumdur. Ve temelinde üçüncü bir yol olarak sezgi veya mistik durum bulunur. Peki nedir mistik sevinç durumu?

4. Felsefenin Etiği: Amor-Fati

Spinoza, Nietzsche ve Bergson. İşte felsefenin etiği olan üçlü. Acı, keder ve mutsuzluğa savaş açanlar. Bunları insanın dünyadaki düşkünlüğüne yol açan yapma putlar olarak görenler. Buna göre kedere ve melankoliye muhtaç ve mecbur değiliz. Maruz kalabiliriz elbette ama zorunda değiliz. Üstelik bir tecim haline getirilmişken…Kederlerimiz üzerinden bir iktidar alanı devşirilirken…Felsefi etik kesin olarak şunu söyler: Köle, rahip, çileci karakterler felsefenin dışındadır.

Spinoza'nın *Etika*'sı bir sevinç etiğidir der Deleuze. Burada varoluşu aşkın değerler çerçevesinde ele alan ahlakın ve ahlaki karşıtlıklar ile biçimlenen yargının yerine varoluş kiplerinin niteliksel farkı geçer. Sevinçli tutkuların azami düzeye çıkartılmasının koşulları incelenir. Özgür ve etkin hislere ulaşmanın yolları… Uygun fikirleri meydana getirmenin olanakları... Buna göre Spinoza'da ilk bileşenimiz duygulanımlarımızdır. Burada nedenden çok sonuçlar bulunur. Etkilenme kudretimizi dolduran dışarıdan akan etkilenmelerimiz. İkinci bileşenimiz karakteristik ilişkilerimizdir. Burada pasif olmaktan çok aktif ilişkilerle başka bir bedenle etkileşim içinde kavramlar oluştururuz. Bu kavramlar bize sınır durumlarında belirir. Keder ve neşe, korku ve ümit, kabz ve bast arasındaki sınırda. Üçüncü bileşenimiz tekil özümüz olup ebedidir. Öz fikirlerimizdir. Bu, sevinçten ve kederden öte bir tür sezgidir işte. Bu hayatta öz fikirlere ne kadar çok yaklaşırsak acı, melankoli, ölüm ve yok oluştan o kadar az şey kaybederiz. Kötülüğün bir hiç olduğunu kavrarız. Ezcümle; Spinoza'da felsefe ölüme değil

yaşama dair bir meditasyondur. Ahlaktan çok etiktir. Yapmamız gerekir diyen ödevden çok, neye muktedir olduğumuzu ortaya koyan güçtür.

Nietzsche de yaşama karşı direnen bütün değerleri bir tür çilecilik ve hiçlik istenci olarak dışlar. Hakiki ve ebedi insanın dönüşü yani üst-insan saf olumlamadır, amor-fatidir. Bu yeni bir yaratımdır ve önceki durumdan ontolojik olarak farklıdır. Bir tekrardır ama öncekinin tekrarı değildir. Tekrar, geçmişin değil geleceğin düşüncesidir ve bütün iyilik-kötülük formlarının ötesindedir. Olumlayan ve üstün bir bilinçdışı haline gelen bir tekrar. Ebedi dönüş hiçbir biçimde özdeşliği öngörmediği gibi, benzersiz ve eşit olmayan bir düzlemi ifade eder. Böylece ebedi dönüş artık olumlayıcı istenç olarak varlık seçimidir. Bunun için istenmesi gerekir. bundan böyle istediğim şey ebedi dönüş olarak gerçekleşmesini istediğim şeydir. Kederin ve sevincin kıskacında çarmıha gerilen değil sevinç ve kederin ötesinde saf olumlama, yani amor-fati.

Bergson'un mistisizmi bir tür aşkınsallıktır. Mistisizm'in bir tür sevinç durumu olduğu doğrudur ama bundan daha fazlasıdır, sevinçten öte bir durumdur. Burada artık biçimsel değil yetkin bir kudrete sahip olma vardır. Duygu halleri arasındaki niteliksel değişimi görmek ve farkı fark etmektir. Sevinç ve kederden öte bir amor-fati durumudur bu. Hem sevinç hallerinde hem de hüzün dereceleri arasında niteliksel değişimleri görmektir. Bunun için zamandan farklı olan ve dışsal olmaktan çok içsel bir duruma yani 'süre'ye ihtiyaç var. Süre sadece bilincin idrak ettiğidir ve sadece nitelikseldir hiçbir zaman bir nicelik gibi ölçülemez. Bu sebeple bir mekan olmadığı gibi mekânsal da değildir. Ama Bergson'a göre psikoloji, duygu hallerimize ve süre telakkimize mekanı soktuğu için hareket, değişim, oluş ve yaratımı da aslından bozuyor.

Bergson'da insan varoluşunun sahih bir faktisitesi olarak eğilimler ve yaşam hamlesinin bir virtüeli olarak aşk vardır. Aşk yerel sevinçlerden taşan ve evrensel olanı imleyen dinamik bir güç. Felsefi olan ise, bu aşk kuvvesini yaşamı olumlayan bir itkiye, bir arzuya ve bir amor-fatiye dönüştürmektir.

Felsefi danışmanlıkta keder ve melankolinin dışlanması gerekir. Çünkü yaşam bir seçimler oyunudur aynı zamanda. Keder bizi zeki yapmadığı gibi varoluş oyununda bizi iyi bir oyuncu da yapmaz. Olsa olsa bizi bir oyuncağa çevirir. Kederde bizi mefhuma, kavrama, yaratmaya ve tekil bir öze götüren hiçbir şey yoktur. Yaşamda bizi ayakta tutacak, oyunda kalmamızı sağlayan ve varoluşumuzu sürdürecek olan şey, yaşamı olumlamak ve yaşam akışına katılmaktır. Bunu ister Aristoteles'in aktif-pasif akıl ayırımında yaptığı gibi "ölümsüz aktif akıl"la, ister Spinoza'nın "ebedi tekil öz" kavramı ile, ister Hobbes'un "doğal hak" kavramı ile, ister Nietzsche'nin "ebedi dönüş" ile ve nihayet Bergson'un 'tam mistik" kavramı ile ifade edelim; sonuçta bütün mesele kudret derecelerimizin bize olanaklı kıldığı dünyalarda

seçimlerimizi kederden mi sevinçten mi yana kullandığımızla ilgilidir. Ölümlü ve ölümsüz olmaya karar vermek. Burada Bergson'cu son bir müdahalede bulunmak isterim: seven sevinçli olur, sevinçli olan ölümsüz olur.

Sonuç

Felsefi danışmanlık bir tür belirlenimsiz ve determine edilemez bir karşılaşmadır. Hem danışan hem de danışman açısından içeriği hazır ve paketlenmiş bir programdan çok birlikte evrilecekleri bir yön ve eğilim vardır. Bu eğilimde iki taraf da geçmişlerini şimdide devam ettirmektedirler ve anıları algılarının içine bükülürken algıları da anılarına doğru kıvrılmaktadır. Ne olacağını bekleyip görmek, bunun için hepten tetikte olmak gerekir. Bu tam olarak bir sınır durumudur. Geçmiş ve gelecek arasında, şimdinin sınırında. Şimdinin virtüel geçmişte edimsel olması.

Ne danışan ne de danışmanın sabit duygu durumları yoktur. Duygular sınırsız çokluklar ve yoğunluklar içinde sürekli devinir. Dile gelen şey duygu durumlarının sınırsızlığını domine edip baskılar. Bize asla bir gerçek yüzey çizmez. Ancak deneyimde ve akışın içinde kendini beliren duygu durumları söz konusu olabilir. O halde duygulara tanım getirmek ve onları belli bir prospektüsün nesnesi haline getirmek belirlenimi imlediği gibi sınır durumlarını da ihlal eder.

İnsan varoluşunu duyu ve akıl kıskacında ele almak insan varoluşunu bir karşıtlığa mahkum ve mecbur etmektir. İnsan varoluşu tamamlanmış bir tasarım değildir ve her zaman akıp gitmekte olan, bir akışkanlıkta yol alan üçüncü düzlemleri gerektirir. Bu, insana bakış açımızda eylemsellik, yaratıcılık ve aşk perspektifinden bakmamızı gerektirir. İnsan, varoluşunu her daim yaratır ve sahip olduğu yaşam hamlesi ile akışkanlıkta aktif bir yerde durur. Aşk, insana olduğundan başka, varoluşun başka türü seçeneklerini sunar. Aşk, aynı zamanda insan varoluşunu bir amor-fati'ye sevkeder.

İnsan kedere ve melankoliye mecbur bir varoluş değildir. Keder bizi aşağıya çeker ve kendimizi gerçekleştirmemize engel olur. O halde kaçarı olmayan sevinç durumlarının peşinden koşarak onları kovalamak etiğini sergilemek gerekir. Sevinç durumları bizi hem duyusal hem de fikirsel olarak gerçekleştirir. Sevmeden anlamak bile mümkün değildir. Aynı zamanda sevinç durumu bizi bu dünyayı olumlamaya götürür. Olumlama, sevinçten öte bir şeydir aynı zamanda. Sevinçten ve kederden öte. Eşyaya tanrısal bir bakıştır. Ne ona ne buna hem ona hem buna ebedi tekil özden bir nazardır. Bu, felsefenin amor fatisidir ve bu bir etiktir. Felsefi danışmanlıkta da bundan başka bir etik yoktur.

Kaynakça

Bergson, H. (1997). *Şuurun Doğrudan Doğruya Verileri*, (Çev. M. Şekip Tunç). MEB Yay.
Bergson, H. (2004). *Ahlakın ve Dinin İki Kaynağı*, (Çev. M. Mukadder Yakupoğlu). Doğu Batı Yay.
Bergson, H. (2014). *Gülme: Gülüncün Anlamı Üzerine Deneme*, (Çev. Devrim Çetinkasap). Türkiye İş Bankası Kültür Yay.
Bergson, H. (2018). *Yaratıcı Tekamül*, (Çev. Mustafa Şekip Tunç). Dergah Yay.
Bergson, H. (2019). *Metafizik Dersleri*, (Çev. B. Garen Beşiktaşlıyan). Pinhan Yay.
Bergson, H. (2022). *Madde ve Bellek*, (Çev. Işık Ergüden). Fol Yay.
Cengiz, C. A. (2017). Henri Bergson'un Şuurun Doğrudan Doğruya Verileri Adlı Eserinde Özgürlük Kavramının Değerlendirilişi. *Dört Öge, 5*(11), 17-34.
Deleuze, G. (2005). *Spinoza: Pratik Felsefe*, (Çev. Ulus Baker). Norgunk Yay.
Deleuze, G. (2007). *Leibniz Üzerine Beş Ders,* (Çev. Ulus Baker). Kabalcı Yay.
Deleuze, G. (2014). *Bergsonculuk*, (Çev. Hakan Yücefer). Otonom Yay.
Deleuze, G. (2016). *Nietzsche ve Felsefe,* (Çev. Sertaç Canbolat). Norguk Yay.
Deleuze, G. (2017). *Fark ve Tekrar*, (Çev. Burcu Yalım ve Emre Koyuncu). Norgunk Yay.
Gündoğan, A. O. (2013). *Bergson*. Say Yayınları.
Marinoff, L. (2004). *Felsefe Terapisi - Prozac'ı Bırak Platon'a Takıl*, (Çev. Erhan Sökmen). Gendaş Yay.
Tunç, M. Ş. (2018). Bergson'un Felsefesi. (Henri Bergson, Yaratıcı Tekamül, çev: Mustafa Şekip Tunç, Dergah Yay., İst., 2018 içinde).
Yalom, I. (1999). *Varoluşçu Psikoterapi*, (Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit). Kabalcı Yay.

Bergson'un Saf Bellek ve Élan Vital Kavramlarıyla Felsefi Danışmada Kimlik ve Anlam Arayışı

Esra Korkmaz*

Öz

Bu çalışma, Henri Bergson'un bellek ve yaşam anlayışını felsefi danışmanlık bağlamında yeniden yorumlamayı amaçlamaktadır. Felsefe ve psikoloji tarihinde merkezi bir konumda yer alan bellek, modern dönemde çoğunlukla sinirsel süreçlerle açıklanmış ve biyolojik bir mekanizmaya indirgenmiştir. Bergson ise bu indirgemeci yaklaşımı reddederek, belleği zihinsel sürekliliği sağlayan yaşantılar arasında anlamlı bağları kuran etkin bir süreç olarak tanımlamaktadır. *Madde ve Bellek* (1896) adlı eserinde geliştirdiği saf bellek ve alışkanlık belleği ayrımı, bireyin geçmişle çok katmanlı ilişkisinin anlaşılması açısından kritik bir katkı sunmaktadır. Saf bellek, geçmişin imgeler aracılığıyla bilince taşınması; alışkanlık belleği ise öğrenilmiş davranış kalıplarıyla ilgilidir. Felsefi danışmanlık, 20. yüzyılın sonlarından itibaren gelişen ve bireylerin yaşam sorunlarına felsefi kavramlarla yaklaşmayı amaçlayan bir disiplindir. Bergson'un bellek anlayışı, bu bağlamda travma, kimlik bunalımı ve anlam arayışı yaşayan bireylerin deneyimlerini dönüştürücü biçimde ele almaya imkân tanımaktadır. Ayrıca Bergson'un *élan vital* kavramı, yaşamın sabit değil, yaratıcı ve açık uçlu bir akış olduğunu vurgulayarak danışanların geleceğe yönelik yeni bakış açıları geliştirmelerine katkı sağlamaktadır. Böylece makale, Bergson felsefesinin felsefi danışmanlık disiplinine sunduğu özgün katkıları tartışmaktadır.

Anahtar kelimeler: Saf Bellek, Henri Bergson, Élan Vital, Felsefi Danışmanlık

The Search for Identity and Meaning in Philosophical Counseling through Bergson's Concepts of Pure Memory and Élan Vital

Abstract

This study aims to reinterpret Henri Bergson's conception of memory and life within the context of philosophical counseling. Although memory holds a central position in the history of philosophy and psychology, it has often been explained in modern times through neural processes and reduced to a biological mechanism. Bergson, however, rejects this reductionist approach and defines memory as an active process that ensures mental continuity by establishing meaningful connections between lived experiences. In his work Matter and Memory (1896), Bergson introduces the distinction between pure memory and habit memory, offering a crucial contribution to understanding the individual's multilayered relationship with the past. Pure memory refers to the bringing of past experiences into consciousness through images, while habit memory concerns learned behavioral patterns. Philosophical counseling, which emerged in the late twentieth century, is a discipline that approaches life problems through philosophical concepts. Within this framework, Bergson's understanding of memory provides a transformative perspective for addressing experiences of trauma, identity crisis, and the search for meaning. Moreover, his concept of élan vital emphasizes that life is not static but a creative and open-ended flow, helping clients develop new outlooks toward the future. Thus, the article discusses the original contributions of Bergson's philosophy to the field of philosophical counseling.

***Keywords*:** Pure Memory, Henri Bergson, Élan Vital, Philosophical Counseling

Giriş

Bellek kavramı hem felsefe hem de psikoloji tarihinde insan zihninin yapısını anlamlandırmak açısından önemli bir yere sahiptir. Antik Yunan'dan bu yana belleğin işlevi ve

* Öğrenci, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi.

anlamı üzerine yapılan tartışmalar, bilginin nasıl saklandığı ile ilgili olmakla beraber kişisel kimliğin ve insan varoluşunun nasıl şekillendiğine ışık tutmuştur (Cangöz, 2005). Modern çağda ise belleğin daha çok sinirsel işlevlerle açıklanması eğilimi, onu biyolojik bir mekanizmaya indirgeme riskini beraberinde getirmiştir. Oysa Fransız filozof Henri Bergson, bellek üzerine geliştirdiği özgün kuramıyla bu indirgemeci yaklaşıma itiraz etmiş ve belleği yalnızca beyne ait bir kayıt sistemi değil, zihinsel sürekliliğin ve varoluşun yaratıcı boyutunun taşıyıcısı olarak ele almıştır (Cengiz &Akın, 2017).

Bergson'un *Madde ve Bellek* adlı eserinde ortaya koyduğu saf bellek (mémoire pure) ve alışkanlık belleği ayrımı, yalnızca psikolojiye değil, aynı zamanda felsefi antropolojiye ve varoluş anlayışına da yeni bir bakış açısı getirmiştir (Özgöçer, 2022). Saf bellek, geçmişin imgeler ve duygular aracılığıyla canlı bir şekilde bilince taşınması iken; alışkanlık belleği, öğrenilmiş hareket kalıpları ve pratik becerilerle ilgilidir. Bu ayrım, bireyin geçmişiyle kurduğu ilişkinin çok katmanlı doğasını gösterir: İnsan, yalnızca otomatikleşmiş davranışların bir toplamı değildir; aynı zamanda geçmişin yaratıcılıkla yeniden şekillendiği bir bilinç akışına sahiptir. Bu nedenle Bergson'un yaklaşımı, belleği yalnızca geçmişin saklanması değil, geleceğin yaratılmasına zemin hazırlayan bir güç olarak kavramaktadır (Bayraktar, 2020).

Felsefi danışmanlık disiplini, 20. yüzyılın sonlarından itibaren özellikle Gerd Achenbach'ın öncülüğünde gelişen ve bireylerin yaşam sorunlarına felsefi yöntemlerle yaklaşmayı amaçlayan bir pratik olarak ortaya çıkmıştır (Achenbach, 1995). Bu disiplin, psikoterapiden farklı olarak patoloji odaklı değil, varoluşsal ve düşünsel sorgulamalar üzerinden açıklama getirmektedir. Dolayısıyla bireyin yaşamına dair soruları, kimlik arayışlarını ve anlam sorunlarını ele alırken felsefi kavramlardan yararlanır. Bu bağlamda Bergson'un bellek anlayışı, felsefi danışmanlık pratiğine önemli bir katkı sunabilecek niteliktedir. Özellikle travma, kimlik bunalımı ve anlam arayışı gibi konularla uğraşan danışanların, geçmişlerini yalnızca değiştirilemez bir yük olarak görmek yerine, sürekli yeniden şekillenen ve yaratıcı bir potansiyel olarak kavrayabilmeleri, danışmanlık sürecinin dönüştürücü gücünü artıracaktır.

Çalışmamızın temel amacı, Bergson'un saf bellek ve élan vital kavramlarını felsefi danışmanlık ekseninde yeniden yorumlamak ve bu kavramların kimlik ile anlam sorunlarının ele alınmasında nasıl işlevsel hale gelebileceğini tartışmaktır. Bergson'un bellek anlayışı, psikanalitik gelenekte olduğu gibi geçmişi bastırılmış içeriklerin deposu olarak görmez; aksine geçmişi, her an yeniden erişilebilen ve yeni biçimlere dönüştürülebilen bir süreklilik alanı olarak kavrar. Aynı şekilde, Bergson'un "yaşam hamlesi" (élan vital) kavramı da yaşamın donmuş ve sabit bir süreç değil, yaratıcı ve açık uçlu bir akış olduğunu vurgulamaktadır. Bu perspektif, danışanların kendi yaşam hikâyelerine bakışlarını dönüştürerek, onları geçmişin

edilgin taşıyıcıları olmaktan çıkarıp geleceğin aktif dönüştürücüleri haline getirmeyi mümkün kılmaktadır.

Bu bağlamda makale, üç ana eksende ilerleyecektir: İlk olarak, Bergson'un saf bellek, alışkanlık belleği ve élan vital kavramları kuramsal arka plan çerçevesinde ele alınacaktır. İkinci olarak, bu kavramların felsefi danışmanlık pratiğinde travma, kimlik krizi ve anlam arayışı yaşayan bireylerle nasıl ilişkilendirilebileceği tartışılacaktır. Üçüncü olarak ise, Bergsoncu yaklaşımın psikanaliz ve varoluşçu terapi gibi diğer düşünce gelenekleriyle karşılaştırması yapılacak; felsefi danışmanlık disiplinine özgün katkıları değerlendirilecektir. Böylece makale, hem Bergson felsefesini danışmanlık alanıyla buluşturmayı, hem de felsefi danışmanlık pratiğine yeni bir kuramsal zemin kazandırmayı hedeflemektedir.

1. Bergson'un Bellek Ve Yaşam Anlayışı

Henri Bergson (1859–1941), modern felsefe tarihinde zamanı, belleği ve yaşamı yeniden yorumlayan özgün bir düşünürdür. Onun düşüncesi, çağının hakim pozitivist bilim anlayışına ve mekanikçi psikoloji yaklaşımlarına köklü bir eleştiri yöneltmektedir. 19. yüzyıl sonlarında hızla gelişen deneysel psikoloji ve nörobilim, zihinsel süreçleri ölçülebilir, sınıflandırılabilir ve beyin merkezlerine indirgenebilir fenomenler olarak ele alma eğilimindeydi. Bu yaklaşım, belleği de beynin farklı bölgelerinde depolanan sinirsel izlerden ibaret saymaktaydı. Bergson ise belleği yalnızca biyolojik bir işlev değil, insan varoluşunun ayrılmaz bir boyutu olarak görerek farklı bir yol açtı (Bayraktar, 2016).

Süre (Durée) ve Bilincin Akışı

Bergson'un bellek anlayışı, onun "süre" (durée) kavramıyla temellendirilmektedir. Süre, zamanın homojen ve niceliksel ölçümünden farklı olarak, yaşantının nitel, akışkan ve içsel boyutunu ifade etmektedir. Kronolojik zaman, saatin tik taklarıyla ölçülmekte; oysa bilinç zamanı, bir melodinin kesintisiz ilerleyişine benzemektedir. Melodiyi oluşturan notalar birbirine eklenmeyerek aksine her biri öncekinin içinde eriyerek yeni bir bütün oluşturmaktadır. Bu metafor, geçmişin şimdide nasıl eridiğini ve geleceğe nasıl aktığını göstermektedir (Çamlıbel & Kılıç, 2020).

Bellek, bu süreklilik deneyiminin merkezinde konumlanmaktadır. Bergson'a göre bellek, bir hatıralar deposu ya da eski eşyaların saklandığı bir çekmece anlamına gelmemektedir. Hatırlamak da onu geçmişten çağırmak anlamına gelmemektedir. Aksine, hatırlama süreci, geçmişin kendiliğinden şimdiki ana doğru gelmesi ve bugünkü bilinçle birleşmesini ifade etmektedir. Bu nedenle bellek, durağan bir arşiv değil; daima canlı ve etkin bir bilinçle birlikte işleyen dinamik bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Bayraktar, 2016). Bu düşünce, kimliğin

sabit bir özden ziyade, geçmişin şimdide taşınması ve geleceğe doğru açılmasıyla kurulduğunu göstermektedir.

Ruh–Beden İlişkisine Yeni Bir Bakış

Bergson'un en çarpıcı tezlerinden biri, belleğin beyinden üretilmemekte, ancak beyin tarafından eylem için seçici bir şekilde kullanılmaktadır. Beynin işlevi, saf bellekte saklı sınırsız imgeler arasından şimdiki ihtiyaçlara en uygun olanı seçip bilinç alanına çıkarmaktır (Bayraktar, 2020). Bu görüş, determinizmi kırar. Eğer beyin belleğin yaratıcısı olsaydı, insan eylemleri mekanik neden-sonuç zincirine indirgenebilirdi. Oysa bellek, bilinçle birlikte geçmişin özgürce yeniden yorumlanmasına imkân tanımaktadır. Böylece Bergson, özgür iradenin felsefi temelini belleğin yaratıcı işlevinde bulmaktadır.

Saf Bellek (Mémoire Pure)

Saf bellek, geçmişin imgeler ve duygular halinde korunması anlamına gelmektedir. Bu bellek türü, deneyimlerin yalnızca bilişsel izlerini değil, onların duygusal ve varoluşsal yoğunluğunu da taşımaktadır. Saf bellek, bir hatırlamanın ötesinde bir "yeniden yaşama" deneyimini ifade etmektedir. Örneğin, çocuklukta duyulan bir şarkının hatırlanması yalnızca melodinin zihinde canlanması manasına gelmemektedir. O şarkıya eşlik eden mekan, duygular, hatta kokular da bilince geri dönmektedir. Bu yüzden saf bellek, bireyin kimliğinin sürekliliğini sağlayan temel zemin olarak tanımlanmaktadır. İnsan kim olduğunu, yalnızca sahip olduğu bilgi ve becerilerden değil, geçmiş yaşantılarının bilince bıraktığı canlı izlerden öğrenmektedir (Bergson, 1950).

Saf belleğin bu özelliği, felsefi danışmanlıkta dönüştürücü bir potansiyel taşımaktadır. Danışan, geçmişini donmuş ve değişmez bir yük olarak görmek yerine, imgeler ve duygular aracılığıyla yeniden yaratılabilecek bir kaynak olarak kavradığında, yaşam öyküsünü yeniden anlamlandırabilmektedir.

Alışkanlık Belleği

Saf belleğin karşısında Bergson, alışkanlık belleğini tanımlamaktadır. Bu bellek türü, motor hareketler, öğrenilmiş davranış kalıpları ve bedensel tekrarlarla ilgilidir. Bir dilin dilbilgisi kurallarını bilinçli olarak hatırlamak saf belleğin alanına girerken; bisiklet sürmek, piyano çalmak veya yazı yazmak gibi eylemler alışkanlık belleğiyle ilişkili görülmektedir. Alışkanlık belleği, beyine ve sinirsel mekanizmalara daha doğrudan bağlıdır. Çünkü beden, tekrar yoluyla eylemleri otomatikleştirmektedir. Ancak alışkanlık belleği, geçmişi yaratıcı biçimde yeniden kurma kapasitesine sahip değildir; yalnızca öğrenilmiş tepkileri tekrarlamaktadır. Bu yönüyle, bireyin özgürlüğünü sınırlayan bir boyut da taşıyabileceği dile getirilmektedir (Dwelshauvers, 1940).

İki Bellek Türü Arasındaki İlişki

Saf bellek ve alışkanlık belleği birbirinden tamamen ayrılmamakta; günlük yaşamda iç içe çalışmaktadır. Alışkanlık belleği olmadan yaşamın pratik yönlerini icra etmek mümkün olmamakla beraber yalnızca alışkanlık belleğine hapsolmak da bireyin özgür yaratıcılığını engellemektedir. Saf bellek ise bireye geçmişi farklı düzlemlerde yeniden yaşama ve yorumlama imkanı vermektedir. Bergson'un vurguladığı nokta şudur: İnsan, yalnızca tekrar eden alışkanlıkların toplamı değildir. O aynı zamanda geçmişini imgeler aracılığıyla yeniden yaratabilen, kimliğini sürekli yeniden kurabilen bir varlıktır.

Élan Vital: Yaşam Hamlesi

Bergson'un *Yaratıcı Tekamül* (1907) eserinde geliştirdiği élan vital (yaşam hamlesi) kavramı, onun bellek anlayışını daha geniş bir yaşam felsefesi içine yerleştirmektedir. Élan vital, canlılığın mekanik determinizmle açıklanamayacak yaratıcı gücüdür. Darwinci evrim, türlerin çevreye uyumunu doğal seçilim yoluyla açıklarken; Bergson, yaşamın evrimini yalnızca dışsal koşullarla değil, içkin bir yaratıcı hamleyle açıklamaktadır (Aydoğdu, 2017). Hayatın şekilden şekle, türden türe geçişi ne zihinsel ne bilimsel ne de mantıksal keşif ve belirlemelerle açıklanabilmektedir. İşte bu içten gelen ve yaratan akıma Bergson "**hayat hamlesi** (élan vital)" der. Filozof hayat hamlesini soyut ya da farazi bir öz değil, gerçek bir olgu olarak tanımlamaktadır.

Bunu ispat etmek için diğer tekamül (evrim) teorilerinin çeşitli açıklamaları çok yetersiz kalmaktadır. Bazı böcek antenlerinin gözle benzerlik göstermesi gibi hayat olgularını sadece mekanik açıklamalarla izah etmek imkansız görülmektedir. Bu nedenle hayat hamlesinin ilk niteliği birliktir. Fakat aynı zamanda varlıkların olağanüstü çeşitliliği düşünüldüğünde, hayat hamlesinin başka bir niteliği daha olması gerekmektedir: bolluk ve bereket, yani yayılma ve çoğalma özelliği.

Burada şöyle bir soru akla gelmektedir: Hayat hamlesi neden tüm varlıkları aynı yönde götürmeyip, farklı alanlara dağılıp çeşitli tekâmül yolları ortaya çıkardı? Yani evrim neden oldu? Bergson'a göre bunun nedeni, maddenin hayat hamlesine karşıt bir direnç oluşturmasıdır. Bergson'un ifadesiyle: "Hayat, kendi kendini bozan, ama yine de kendini ilerleten bir harekettir." Hayat hamlesi maddeye çarptığında, madde onun önünde engel olur; "madde, yerinde sayan bir direnç gibidir." Fakat hayat, bu engeli aşmaya çalışırken gecikir, dallanır ve farklı yönlere yayılır. Güneşin ışığının kırılarak dağılıp çevreye yayılması gibi, hayat hamlesi de özgürlüğünü evrene saçmak ister. Yaratıcı güç, evrende çeşitliliğe ve özgür gelişim imkanına sahip yaşam biçimlerini ortaya çıkarmak için sürekli yeni yollar açmaktadır (Tunç, 1934). Bu kavramın belleğe uzanan boyutu açıktır: Saf bellek, geçmişi imgeler halinde korur; élan vital ise bu imgelerin sürekli

yeni anlamlar kazanmasını sağlayan yaratıcı güçtür. Geçmiş, donmuş bir depo değildir; yaşamın yaratıcı akışına katılmış bir potansiyeldir. Böylece birey, yalnızca geçmişin edilgin taşıyıcısı değil, geçmişi yaratıcı biçimde yeniden inşa eden bir varlık olarak ortaya çıkmaktadır.

Kimlik ve Anlam Açısından Katkı

Bergson'un bellek ve yaşam anlayışı, kimlik ve anlam sorunlarına özgün katkılar sunmaktadır. Kimlik, sabit ve değişmez bir öz değildir; geçmişin sürekliliğinde yeniden kurulan yaratıcı bir süreçtir. Anlam, geçmişi edilgin biçimde taşımakla sınırlı kalmaz, onu yeni biçimlerde yorumlamakla oluşmaktadır. Özgürlük ise belleğin yaratıcı gücü sayesinde bireyin geleceğe açık olmasını ve yeni yaşam biçimleri geliştirmesini mümkün kılmaktadır.

2. Felsefi Danışmanlık Bağlamında Uygulama

Felsefi Danışmanlık Nedir?

Felsefi danışmanlık, 20. yüzyılın sonlarında Almanya'da Gerd Achenbach'ın öncülüğünde ortaya çıkmış, bireylerin yaşam sorunlarına felsefi yöntemlerle yaklaşmayı amaçlayan bir disiplindir (Başara, 2008). Psikoterapiyle benzer şekilde bireylerin içsel sıkıntılarına odaklansa da yöntem ve amaç açısından farklılık göstermektedir. Psikoterapi çoğunlukla patolojik süreçlere ve tedaviye yönelirken, felsefi danışmanlık bireyin varoluşsal, etik ve anlam sorunlarını kavramsal sorgulama yoluyla ele almaktadır (Altunbaşak, 2019).

Danışmanlık süreci, danışanın yaşamındaki temel soruları açığa çıkararak, bu sorular üzerinde felsefi bir diyalog yürütmek üzerine kuruludur. Sorunların yalnızca duygusal yönleri değil, aynı zamanda düşünsel ve kavramsal boyutları da tartışılmaktadır. Böylece danışan, kendi yaşamına farklı bir mesafeden bakabilme ve yeni anlam ufukları geliştirebilme olanağı bulabilmektedir (Lahav, 2001).

Bergson'un Bellek Anlayışının Katkısı

Bergson'un saf bellek ve alışkanlık belleği ayrımı, felsefi danışmanlıkta özellikle bireyin yaşam öyküsüyle kurduğu ilişkiyi dönüştürmede güçlü bir araçtır. Danışan, çoğu zaman geçmişini sabit bir yük, travmaların değişmez izi ya da kimlik krizinin kaynağı olarak görmektedir. Oysa Bergson'a göre geçmiş, saf bellekte canlılığını koruyan imgeler bütünüdür; bu imgeler, şimdide yeniden yorumlanabilir ve yeni anlamlar kazanabilmektedir.

Bu bakış açısı, danışanın geçmişi yeniden yazmasına ve yaşam öyküsünü farklı bir bütünlük içinde kavramasına imkan vermektedir. Örneğin, çocuklukta yaşanan bir kayıp, yalnızca acı veren bir anı olarak değil; yaşamın anlamını dönüştüren bir kırılma noktası olarak da ele alınabilir. Böylece danışan, geçmişe takılıp kalmak yerine, geçmişin yaratıcı gücünden yararlanabilir.

Élan Vital ve Danışmanlık Süreci

Bergson'un "yaşam hamlesi" (élan vital) kavramı da felsefi danışmanlık için zengin bir perspektif sunmaktadır. Yaşam, mekanik nedenselliklerle açıklanamayacak kadar yaratıcı bir süreç olarak görülmektedir. Her birey, yaşamın bu açık uçlu akışına katılan özgün bir varlık olarak değerlidir. Danışmanlık sürecinde danışanın yaşamını "donmuş" bir hikaye olarak değil, yaratıcı bir potansiyel olarak görmesi, onu yeni eylemlere yönlendirmektedir. Bu yaklaşım, danışanın edilgin bir mağduriyet hissinden çıkarak, kendi yaşamına yaratıcı olarak katılmasını teşvik etmektedir. Başka bir ifadeyle, geçmiş yalnızca hatırlanmakla kalmamakta yeniden kurgulanmakta ve geleceğe dönük yaratıcı bir güç haline gelmektedir.

Danışmanlık Örnekleri

a) Travma Deneyimleri

Travma yaşayan bireyler, geçmişi genellikle sabit ve değiştirilemez bir yara olarak taşımaktadırlar. Bu durum, alışkanlık belleğinde tekrar eden tepkilerle pekişmektedir. Bergsoncu bir yaklaşımda danışman, danışanın saf belleğe erişimini teşvik etmektedir: Travmatik anılar, yalnızca acının taşıyıcısı değil, aynı zamanda yeni anlamlar üretme kaynağı olarak ele alınmaktadır. Böylece danışan, geçmişi yeniden yorumlayarak, travmayı dönüştürücü bir deneyime dönüştürebilmektedir.

b) Kimlik Krizi

Kimlik bunalımı yaşayan bireyler, genellikle geçmişle gelecek arasında kopukluk hissetmektedir. Saf bellek perspektifinden bakıldığında, kimlik sabit bir öz değil, geçmişin sürekli yeniden yaratıldığı bir akıştır. Danışman, danışanın geçmiş deneyimlerini yeni bağlamlarda yorumlamasına yardımcı olarak, kimliğini yaratıcı bir bütünlük içinde kurmasını sağlamaktadır.

c) Anlam Arayışı

Varoluşsal boşluk veya anlamsızlık yaşayan bireyler için élan vital kavramı özel bir katkı sunmaktadır. Yaşamın kapalı ve donmuş bir süreç değil, yaratıcı bir akış olduğu bilinci, danışanın kendi yaşamında yeni imkanlar keşfetmesini sağlamaktadır. Danışmanlık süreci, bu farkındalığı güçlendirerek danışanı geleceğe dönük bir anlam inşasına yönlendirebilmektedir.

Felsefi Danışmanlıkta Yöntemsel Katkı

Henri Bergson'un felsefesi, yalnızca kuramsal değil, aynı zamanda yöntemsel açıdan da felsefi danışmanlığa önemli katkılar sunmaktadır. Bergson'un düşünce dünyasında sezgi, yaratıcı imgelem ve zamanın yeniden kavranışı, danışmanlık pratiğinde danışanın içsel dünyasına derinlemesine bir yolculuk yapmasına olanak tanımaktadır.

Bergson'a göre sezgi, dışsal analizlerin ötesine geçerek bir şeyin özüne nüfuz etme yetisidir. "Gerçek bir empirizm", dediği gibi, "orijinalin kendisine mümkün olduğunca

yaklaşmaya çalışan ve onun yaşamını derinlemesine araştıran bir şeydir" (Bayam, 2024). Bu yaklaşım, danışmanlıkta danışanın içsel dünyasına empatik bir bakış açısı geliştirmeyi sağlamaktadır. Bergson, sezgiyi bir tür "içsel sempatik deneyim" olarak tanımlamakta; bu, bir nesnenin içine girerek onun içsel özünü anlamaya yönelik bir yöntem olarak görülmektedir (Eroğlu, 2012).

Bergson'un "saf bellek" kavramı, danışanın geçmiş deneyimlerini yeniden anlamlandırmasına olanak tanınmaktadır. Ona göre, geçmiş anılar yalnızca hatırlanmakla kalmaz, aynı zamanda yeniden yaratılabilmekte ve yorumlanabilmektedir. Bu yaratıcı süreç, danışanın yaşam öyküsünü yeniden kurgulamasına ve yeni anlamlar üretmesine yardımcı olmaktadır.

Bergson, zamanı mekanik bir ölçüm aracı olarak değil, bireysel ve sürekli bir deneyim olarak tanımlamaktadır. "Zaman, bir dizi ardışık noktadan oluşan bir çizgi gibi değil, bir süreç gibi yaşanır" (Topakkaya, 2020). Bu anlayış, danışanın geçmişini bir yük olarak görmek yerine, sürekli ve değişken bir süreç olarak algılamasına olanak tanımaktadır. Danışan, geçmişin değişmez bir yük değil, yeniden yorumlanabilen bir süreklilik olduğunu fark ettiğinde, yaşamına yeni bir yön verebilir.

Bergson'un felsefesi, danışmanlık pratiğinde danışanın içsel dünyasına derinlemesine bir yolculuk yapmasına olanak tanımaktadır. Sezgi, yaratıcı imgelem ve zamanın yeniden kavranışı, danışanın yaşamını daha anlamlı ve bütünlüklü bir şekilde yeniden yapılandırmasına yardımcı olmaktadır. Bu yöntemler, danışmanın yalnızca bir rehber değil, aynı zamanda danışanın içsel keşiflerinde bir yol arkadaşı olmasını sağlamaktadır.

Sınırlar ve Eleştirel Değerlendirme

Her ne kadar Bergson'un kavramları felsefi danışmanlığa güçlü katkılar sunsa da bu yaklaşımın sınırlılıkları da vardır. Öncelikle, Bergson'un kavramları oldukça soyut olup, her danışan tarafından doğrudan kavranamayabilir. Ayrıca, felsefi danışmanlığın psikoterapiyle karıştırılma riski vardır. Bu nedenle danışmanın kavramları danışana uygun bir dilde somutlaştırması gerekmektedir. Bununla birlikte, Bergson'un özgürlük, süreklilik ve yaratıcılık vurgusu, danışanların yaşam öykülerini dönüştürmeleri için güçlü bir felsefi zemin sağlamaktadır.

3. Psikanaliz ve Varoluşçu Yaklaşımlarla Karşılaştırma

Freud'un Bastırma Modeli ve Bellek

Sigmund Freud'un psikanaliz kuramı, belleği bilinçdışı süreçlerle yakından ilişkili olarak ele almaktadır. Freud'a göre travmatik ya da kabul edilemez deneyimler bilinçten uzaklaştırılmakta, yani bastırılmaktadır. Ancak bu bastırılan içerikler ortadan kaybolmayarak

rüyalarda, dil sürçmelerinde, semptomlarda ve nevrotik davranışlarda sembolik biçimde geri dönmektedir (Freud, 1948). Bu model, belleği patolojinin kaynağı ve semptomların üreticisi olarak konumlandırmaktadır. Terapi sürecinde amaç, bastırılan içeriklerin bilinç düzeyine çıkarılması ve yorumlanmasıdır. Böylece danışan, geçmişin bilinçdışı yükünden kurtularak semptomlarını çözümleyebilir.

Bergson'un yaklaşımı Freud'unkinden farklıdır. Ona göre geçmiş, bastırılıp erişilemez hale gelen içeriklerden oluşmamaktadır. Tam tersine, geçmiş tüm zenginliğiyle saf bellekte mevcuttur. Sorun, geçmişin unutulmuş ya da bastırılmış olması değil, şimdiki ihtiyaçların filtresinden geçerek yalnızca belirli imgelerin bilinç alanına çıkmasıdır. Bu durumda danışmanlık sürecinde amaç, "kaybolmuş içeriği açığa çıkarmak" değil, geçmişi yeni bir bağlamda yeniden yaratmaktır.

Dolayısıyla Freud'un bastırma modeli patolojiye odaklanırken, Bergsoncu yaklaşım yaratıcılığa odaklanmaktadır. Freud geçmişi çözülmesi gereken bir yük, Bergson ise dönüştürülmesi gereken bir potansiyel olarak görmektedir. Bu fark, felsefi danışmanlığın psikanalizden ayrıldığı temel noktalardan biridir.

Jung'un Kolektif Bellek Yaklaşımı

Carl Gustav Jung, belleğe farklı bir boyut kazandırarak "kolektif bilinçdışı" kavramını geliştirmiştir. Jung'a göre insan zihni, yalnızca kişisel deneyimlerin değil, aynı zamanda bütün insanlığın ortak tarihinin ve arketiplerinin de taşıyıcısıdır. Mitler, semboller ve rüyalar, bu kolektif belleğin yansımalarıdır (Kavut, 2020).

Jung'un kolektif bellek anlayışı ile Bergson'un saf bellek kavramı arasında bazı benzerlikler vardır. Her ikisi de belleği salt bireysel beyin süreçlerine indirgemez; daha geniş, varoluşsal bir boyutla ilişkilendirilmektedir. Ancak önemli bir fark da bulunur: Bergson, belleği kişisel sürekliliğin temelinde görürken, Jung daha çok evrensel sembolik yapılar üzerinde durmaktadır.

Felsefi danışmanlık bağlamında Bergson'un yaklaşımı, bireyin kendi geçmişiyle kurduğu yaratıcı ilişkiye odaklanırken; Jungcu yaklaşım daha çok kültürel ve arketipsel bağlamda anlam üretmektedir. Her iki yaklaşım da danışmanın işine yarayabilir; ancak Bergsoncu çerçeve, bireyin özgün yaşam öyküsünü yeniden yazmasına daha doğrudan katkı sağlamaktadır.

Varoluşçu Psikoterapi (Frankl, Yalom)

Varoluşçu psikoterapi, özellikle Viktor Frankl ve Irvin Yalom'un çalışmalarıyla öne çıkan bir ekoldür. Bu yaklaşım, insan yaşamını anlam, özgürlük, ölüm ve yalnızlık gibi varoluşsal temalar üzerinden ele almaktadır. Frankl'a göre, "İnsanın en temel motivasyonu yaşamına anlam katma arzusudur; anlam kaybı ise varoluşsal boşluğa ve depresyona yol

açabilir" (Frankl, 1993). Danışanlar çoğu zaman yaşamın anlamsızlığı ve kimlik kaybı hissi ile başa çıkmakta zorlanmaktadır. Yalom ise özgürlük, seçim ve sorumluluk üzerinde durmaktadır. Danışan, yaşamının öznesi olduğunu fark ettiğinde otantik bir varoluşa yönelebilmektedir (Yalom, 201).

Bergson'un bellek anlayışı ile varoluşçu psikoterapi arasında güçlü paralellikler vardır. Saf bellek ve *élan vital* kavramları, bireyin geçmişini edilgin bir yük yerine yaratıcı bir kaynak olarak görmesine imkan tanımaktadır (Çamlıbel & Kılıç, 2015). Bu durum, Frankl'ın anlam arayışı vurgusuyla örtüşmekte; danışan geçmişin acı verici deneyimlerini bile anlamlı bir çerçeveye yerleştirebilmektedir (Çelik, 2017). Yalom'un özgürlük ve sorumluluk vurgusu ise Bergson'un yaratıcı süreklilik ve *élan vital* anlayışıyla birleşir (Yılmaz, 2021).

Bununla birlikte, varoluşçu terapi klinik bağlamda uygulanırken, Bergsoncu yaklaşım felsefi danışmanlığa özgü, kavramsal ve yaratıcı bir perspektif sunmaktadır. Bu durum, onun disiplinler arası özgünlüğünü ve felsefi danışmanlıkta uygulanabilirliğini ortaya koymaktadır.

Karşılaştırmanın Genel Değerlendirmesi

Psikanaliz, bastırılan içeriklerin açığa çıkarılması ve yorumlanmasına odaklanır; belleği ise patolojinin kaynağı olarak ele almaktadır. Jung, arketipsel semboller ve kolektif bellek üzerinden belleği kültürel ve evrensel bir süreklilik içinde değerlendirmektedir. Varoluşçu terapi, anlam arayışı ve özgürlük ekseninde belleği yaşam öyküsünün yeniden anlamlandırılmasıyla ilişkilendirmektedir. Bergson ise saf bellek ve *élan vital* kavramları üzerinden geçmişin yaratıcı potansiyeline vurgu yapmakta; bellek, kimliğin ve özgürlüğün temel kaynağı olarak görülmektedir. Bu karşılaştırma, Bergsoncu yaklaşımın felsefi danışmanlığa özgün katkısını netleştirir: Psikanalizin patolojiye, Jung'un kolektif sembollere, varoluşçu terapinin anlam arayışına odaklandığı noktada Bergson, bireyin geçmişini yaratıcı bir güç olarak görmesini sağlamaktadır. Bu perspektif, danışanın yaşamına dair yeni bir ufuk açmaktadır.

4. Tartışma

Felsefi Danışmanlıkta Bergsoncu Yaklaşımın İmkanları

Henri Bergson'un bellek ve yaşam anlayışı, felsefi danışmanlık pratiğine özgün katkılar sunmaktadır. Öncelikle, saf bellek kavramı danışanların geçmişleriyle ilişkilerini dönüştürme potansiyeli taşımaktadır. Çoğu danışan, geçmişi donmuş bir yük veya tekrar eden travmalar bütünü olarak algılamaktadır. Bergson'a göre ise geçmiş, saf bellekte tüm canlılığıyla mevcuttur ve şimdiki bilinç akışına her an farklı biçimlerde katılabilmektedir. Bu bakış açısı, danışanın geçmişi yeniden yorumlayarak kimliğini yaratıcı biçimde yeniden kurmasına imkan tanımaktadır (Kaya, 2020).

İkinci olarak, *élan vital* kavramı danışanların yaşamlarını açık uçlu bir süreç olarak kavramalarına yardımcı olmaktadır. Yaşamın yalnızca nedensel zincirlerle açıklanamayacak yaratıcı bir boyutu vardır. Bu anlayış, danışanın edilgin bir mağduriyet hissinden kurtulup kendi yaşamının dönüştürücüsü haline gelmesini teşvik etmektedir. Bu bağlamda Bergsoncu yaklaşım, danışanlara özgürlük ve sorumluluk bilinci kazandırmaktadır (Aydoğdu, 2017).

Üçüncü olarak, Bergson'un süre (*durée*) anlayışı zaman deneyimini yeniden yorumlama imkanı sunmaktadır. Danışan, geçmişi değiştirilemez bir kader olarak değil, şimdinin içine katılmış ve geleceğe doğru açılan bir süreklilik olarak kavradığında, varoluşunu yeni bir anlam çerçevesine oturtabilmektedir (Dinçer, 2012; Öztürk, 2019). Bu da felsefi danışmanlığın temel amacı olan "yaşama farklı bir bakış kazandırma" işlevini güçlendirmektedir.

Terapötik Süreçlere Katkı

Bergsoncu yaklaşım, felsefi danışmanlığın psikoterapiye alternatif değil, tamamlayıcı bir boyut sunduğunu göstermektedir. Psikanaliz geçmişin bastırılmış içeriklerini çözümlemeye, varoluşçu terapi ise anlam ve özgürlük sorunlarına odaklanırken; Bergson'un bellek anlayışı, danışanın geçmişini yaratıcı bir kaynak olarak kullanmasına imkan vermektedir. Bu sayede danışan, kendi yaşam öyküsünü yeni bir bütünlük içinde yeniden kurabilir.

Özellikle travma yaşayan danışanlar açısından Bergsoncu bakış açısı önemlidir. Travmatik anılar, yalnızca otomatik tepkilerle tekrarlandığında danışanı kilitler. Ancak saf belleğin imgelerine erişim, bu deneyimlerin farklı bir yorum kazanmasına olanak tanır. Böylece travma, yalnızca bir yara değil, dönüştürücü bir anlam kaynağı haline gelebilir (Avcu, 2019).

Benzer şekilde kimlik bunalımı yaşayan danışanlar da Bergson'un süreklilik anlayışından yararlanabilir. Kimlik, sabit bir öz değil, geçmişin yaratıcı biçimde yeniden yazılmasıyla kurulmaktadır (Bergson, 1986). Bu bakış açısı, danışanın parçalanmış kimlik deneyimlerini bütünleştirmesine ve geleceğe açık bir yaşam tasarımı geliştirmesine yardımcı olur.

Eleştirel Değerlendirme

Her ne kadar Bergson'un kavramları felsefi danışmanlığa güçlü katkılar sunsa da bazı sınırlılıkları da vardır. İlk olarak, Bergson'un felsefesi oldukça soyuttur. "Saf bellek", "süre" ve "élan vital" gibi kavramların danışana doğrudan aktarılması her zaman kolay değildir. Bu nedenle danışmanın bu kavramları somutlaştırması, danışanın yaşam deneyimleriyle ilişkilendirmesi gerekmektedir.

İkinci olarak, Bergson'un yaklaşımı her ne kadar varoluşçu terapilerle paralellikler taşısa da doğrudan klinik bir yöntem sunmaz. Felsefi danışmanlık psikoterapinin yerini alamaz; özellikle derin patolojik vakalarda Bergsoncu yaklaşım tek başına yeterli olmayacaktır. Bu durum, felsefi danışmanlığın sınırlarını net biçimde belirlemeyi gerekli kılmaktadır.

Üçüncü olarak, Bergson'un felsefesi bireyin yaratıcı özgürlüğünü vurgularken, toplumsal ve kültürel bağlamı daha az dikkate alır. Oysa danışanın yaşam öyküsü yalnızca bireysel değil, aynı zamanda sosyal ve kültürel faktörlerle şekillenir. Bu nedenle Bergsoncu yaklaşımın sosyo-kültürel perspektiflerle zenginleştirilmesi faydalı olacaktır.

Disiplinlerarası Katkı

Bergsoncu bellek anlayışının çağdaş nörobilim ve psikolojiyle ilişkilendirilmesi, felsefi danışmanlık alanını daha da güçlendirebilir. Günümüzde yapılan araştırmalar, belleğin yalnızca sabit depolardan oluşmadığını, her hatırlamanın aynı zamanda yeniden kurgulama süreci olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, Bergson'un saf bellek anlayışını bilimsel düzeyde destekler niteliktedir.

Ayrıca, travma odaklı terapilerde bellek yeniden yapılandırma yaklaşımlarının etkisi üzerine yapılmış çalışmalar, sadece anıların çözülmesiyle kalmayıp anıların yeniden yorumlanması yoluyla danışanın öznel deneyimini dönüştürebileceğini göstermektedir (Öztekin, 2024). Bu yönüyle Bergsoncu yaklaşım, pratik uygulamalarda da somut katkılar sunabilir.

Sonuç

Bu çalışma, Henri Bergson'un saf bellek (mémoire pure) ve élan vital kavramlarını felsefi danışmanlık bağlamında ele alarak, bireylerin kimlik ve anlam arayışlarını dönüştürmede nasıl işlevsel hale gelebileceğini ortaya koymaktadır. Bergson'un bellek anlayışı, belleği yalnızca beyinde depolanan izlerden ibaret mekanik bir süreç olarak değil, geçmişin imgeler ve duygular aracılığıyla canlı biçimde varlığını sürdürdüğü ontolojik bir boyut olarak kavramaktadır. Bu yönüyle saf bellek, bireyin yaşam öyküsünü sürekli yeniden yaratabilme kapasitesini temsil etmektedir.

Alışkanlık belleği, yaşamın pratik yönleri için zorunlu olsa da bireyi tekrar eden davranış kalıplarına hapseder. Oysa saf bellek ve élan vital birlikte düşünüldüğünde, geçmiş yalnızca tekrarlanan bir yük değil, geleceğe dönük yaratıcı bir potansiyel haline gelir. Bu anlayış, felsefi danışmanlığın temel amaçlarından biri olan bireyin yaşamına dair yeni bakış açıları geliştirme işlevini güçlendirmektedir.

Psikanalitik yaklaşımın bastırma modeline kıyasla Bergson, geçmişi çözümlenmesi gereken patolojik bir yükten ziyade dönüştürülmesi gereken yaratıcı bir kaynak olarak görmektedir. Varoluşçu terapilerle karşılaştırıldığında ise, Bergson'un kavramları anlam arayışı ve özgürlük temalarını destekleyici, fakat aynı zamanda özgün bir felsefi derinlik kazandırıcı bir nitelik taşımaktadır. Böylece felsefi danışmanlık, psikoterapiyle karıştırılmadan, kendi disipliner sınırları içinde yeni bir kuramsal dayanak kazanmış olmaktadır.

Felsefi danışmanlık pratiğinde Bergson'un kavramlarının uygulanması, özellikle travma, kimlik krizi ve anlam boşluğu yaşayan danışanlar açısından önemli imkanlar sunmaktadır. Travmatik anılar, yalnızca tekrar eden acı verici deneyimler değil, dönüştürülebilir potansiyeller olarak ele alındığında; kimlik sabit bir öz yerine geçmişin yaratıcı sürekliliğinde yeniden kurulduğunda; yaşam, donmuş bir yazgı değil, élan vital'in açtığı bir akış olarak kavrandığında danışanlar kendi varoluşlarını yeni bir özgürlük alanında deneyimleyebilirler.

Bununla birlikte, Bergsoncu yaklaşımın sınırlılıkları da göz önünde bulundurulmalıdır. Kavramların soyutluğu, danışmanlık sürecinde anlaşılır kılınmasını gerekli kılmaktadır. Ayrıca, Bergson'un bireysel özgürlüğe yaptığı güçlü vurgu, toplumsal ve kültürel bağlamı yeterince hesaba katmadığından, felsefi danışmanlığın daha geniş bir perspektifle desteklenmesi gerekmektedir.

Sonuç olarak, Bergson'un saf bellek ve élan vital kavramları, felsefi danışmanlık disiplinine yeni bir teorik zemin kazandırmaktadır. Bu zemin, bireyin geçmişle kurduğu ilişkiyi yeniden yorumlamasını, kimliğini yaratıcı biçimde inşa etmesini ve yaşamına yeni bir anlam katmasını mümkün kılmaktadır. Gelecek araştırmalar açısından, Bergson'un kavramlarının çağdaş nörobilim bulgularıyla daha derinlemesine ilişkilendirilmesi, felsefi danışmanlığın akademik meşruiyetini artıracaktır. Ayrıca, farklı danışmanlık vakaları üzerinden Bergsoncu yaklaşımın pratik uygulamalarının incelenmesi, teorik katkının pratikte nasıl işlerlik kazandığını gösterecektir.

Bu bağlamda Bergson'un felsefesi, yalnızca geçmişi anlamak için değil, geleceği yaratmak için de bir anahtar sunmaktadır. Felsefi danışmanlığın kimlik ve anlam sorunlarıyla yüzleşen bireylere katkısı, Bergson'un deyimiyle "yaşamın yaratıcı gücünü" yeniden keşfetmelerinde yatmaktadır.

Kaynakça

Altunbaşak, İ. (2019). Felsefi danışmanlığı "felsefi" yapan nedir? *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi, 1*(2), 25-44.

Avcu, İ. (2019). Bellek, travma ve edebiyat. *Atatürk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 63*, 627-646.

Aydoğdu, H. (2017). Bergson'un ontolojisinde sürekli bir oluş, özgürlük ve yaratma: "Evrim" ve evrimin ontolojik ilkesi: "Hayat atılımı". *Social Sciences Studies Journal, 3*(11), 1709-1718.

Bahadır, A. (2000). Logoterapi ve Viktor Frankl. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 9*(9), 1-22.

Başara, F. (2008). *Felsefî danışmanlık yaklaşımının, rehberlik ve psikolojik danışmanlık anlayışlarının genel mantığı ile birleştirilip, birleştirilemeyeceği sorunu* [Yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi]. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bayam, H. (2024). Unutuş kavramının Henri Bergson felsefesindeki yeri. *Eren Dergisi, 3*(4), 30-42.

Bayraktar, L. (2016). *Bergson.* Aktif Düşünce Yayıncılık.

Bayraktar, L. (2020). *Bergson'da ruh-beden ilişkisi.* Aktif Düşünce Yayıncılık.

Bergson, H. (1986). *Yaratıcı tekâmül* (M. Ş. Tunç, Çev.; 2. bs.). İstanbul: MEB Yayınları.

Bergson, H. (2015). *Madde ve bellek* (I. Ergüden, Çev.; 2. bs.). Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.

Bergson, H. (1950). *Şuurun doğrudan doğruya verileri* (M. Şekip Tunç, Çev.). İstanbul: MEB Yayınları.

Cangöz, B. (2005). Geçmişten günümüze belleği açıklamaya yönelik yaklaşımlara kısa bir bakış. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 22*(1), 51-62.

Cengiz, C., & Akın, C. (2017). Bergson felsefesinde bilinç, süre, madde ve evrim ilişkisi bağlamında hayat. *Mütefekkir, 4*(7), 73-98.

Çamlıbel, A., & Kılıç, Y. (2020). Heidegger'in Bergson'un zaman görüşüne yönelik eleştirisi üzerine bir eleştiri. *FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi, 29)*, 259-276.

Çelik, G. (2017). Logoterapi: Temel bileşenleri ve terapi teknikleri. *Bilecik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 1*(1), 1-15.

Dinçer, S. M. (2012). Gölgeler ve durée: Muhip Dıranas'ta Bergsoncu süre anlayışı. *Tiyatro Araştırmaları Dergisi, 34*, 47–66.

Dwelshauvers, G. (1940). *Muasır Fransız psikolojisi* (M. Ş. Tunç, Çev.). İstanbul.

Eroğlu, A. (2012). Henri Bergson'da bilinç-sezgi ilişkisi. *Sosyal Bilimler Dergisi, 27*, 81-102.

Frankl, V. E. (1993). *İnsanın anlam arayışı.* Öteki Yayınları.

Freud, S. (1948). *Psikanalize dair beş ders* (M. Ş. Tunç, Çev.). Ahmet Halit Kitabevi.

Kavut, S. (2020). Carl Gustav Jung: Kavramları, kuramları ve düşünce yapısı üzerine bir değerlendirme. *International Journal of Cultural and Social Studies, 6*(2), 1-12.

Kaya, F. (2020). Henri Bergson'un zaman anlayışı [Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi]. Academia.

Lahav, R. (2001). Philosophical counselling as a quest for wisdom. *Practical Philosophy, 4*(1), 6–18.

Özgöçer, M. B. (2022). *Felsefede belleğin yapısı ve bellek-benlik ilişkisi* [Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi]. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Öztekin, E. (2024). Bellek yeniden yapılandırma terapisi'nin etkinliği. *ASOS Journal, 12*(157), 268–283.

Öztürk, S. (2019). Bergson'un zaman anlayışı: Olanaklı bir yaşam felsefesi üzerine etkileri [Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.

Topakkaya, S. (2020). Descartes, Kant, Bergson ve Husserl'de sezgi. *Felsefe ve Fen Dergisi, 1*(1), 1-20.

Tunç, M. Ş. (1934). *Bergson ve "Manevi Kudret"e Dair Birkaç Konferans* (2. bas.). Muallim Ahmet Halit Kitaphanesi.

Yalom, I. D. (2011). *Varoluşçu psikoterapi* (Z. İ. Babayiğit, Çev.). Kabalcı Yayıncılık.

Yılmaz, S. (2021). Irvin D. Yalom'un psikoterapi yaklaşımında varoluşsal kaygı ve din. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 45*(2), 1-15.

Dil, Anlam ve Sağaltım: Wittgenstein ile Rorty Arasında Terapötik Felsefe

Ferdi Selim*

Özet
Kendini tanıma, duygu ve düşüncelerini kontrol etme, manevi özen gösterme ve felsefi iyi olma biçimi eski çağlardan beri karşılaşılmış bir düşünsel etkinliktir. Öz değere dair olumsuz ve yıkıcı duyguları metanet duygusunun geliştirilmesi yoluyla çözmeye dair bu farkındalık sıklıkla önerilmiş ve dahası erdemli bir hayatın iyileştirici gücüne işaret edilmiştir. Bu anlamda zorluklarla başa çıkma ve cesaret gösterme ve nihayet "kendin olma" çabası felsefi kanaatle hep birlikte yürümektedir. Bu çalışmada anlatılmak istenen terapötik felsefe, vurgusunu dil üzerinden sürdürür. Bu görüşle katı, sınırlı ve dar bir alanda kalan bireyin kendini özgürce tanımlamasına ve aslında kendini çepeçevre sardığı algısına kapıldığı dünyanın bir dil oyununa bağlı bir resme takılı olmasından kaynaklandığını kavramasına aracılık edilir. Buna göre kişilerin tepkileri dilsel birlikleri nedeniyledir. Bu yöndeki görüşün temsilcilerinden birisi olan Wittgenstein, postmodern düşünceyi derinden etkileyen *Felsefi Soruşturmalar* adlı çok bilinen kitabında felsefenin amacını, "sineğe içerisine sıkışıp kaldığı şişenin çıkışını göstermek" metaforu üzerinden ifade etmiştir. Ona göre dünyaya atıfta bulunulan sözcükler zamanla içinde hareket kabiliyeti yitirilen şişelere dönüşebilir. İşaretlerin kullanımı onların anlamıdır ve bu nedenle yaşam dünyasındaki referanslarıdır. O halde evrensel tanımlar yoktur. Yalnızca piyano tuşları gibi yaşamın sonatını çalan sözcüklerden oluşan bir yaşam dünyası vardır. Dil, dünyayı resmetmez, onu yaratmanın, yönlendirmenin veya yok etmenin bir yoludur. Ancak felsefede her sinek şişesinin farklı olması gibi her dil oyununun farklı terapiler olduğu akılda tutulmalıdır. Bu anlamda Wittgenstein ve onu takip eden Rorty, "felsefi sorunların yalnızca düşünce ve yaşam biçiminin değişmesiyle tedavi edilebileceğini" düşünür. Dolayısıyla her iki düşünüre göre de herhangi bir büyük filozoftan bir şey öğrenirsek; bu, kişisel olarak bizim için önemli olanı, kendi sorunlarımızı ve onlarla başa çıkma biçimimizde kendi sesimizi bulmamız gerektiğidir. Bu perspektiften çalışmanın hedefi Wittgenstein ve Rorty gibi düşünürlerin ışığında bireylere sözcüklerin gücünü ve nasıl bir problemi oluşturacak veya ortadan kaldıracak potansiyele sahip olduğunu göstermektir. Bu yöntemle felsefi bilgeliği pratikle kavuşturma noktasında bir görüş açısı sunmaktır.
Anahtar Kelimeler: Felsefi terapi, sözcük, anlam, Wittgenstein, Rorty.

Language, Meaning and Healing: Between Wittgenstein and Rorty on Therapeutic Philosophy

Abstract
Self-awareness, controlling emotions and thoughts, showing moral care, and being philosophically well are intellectual activities encountered since ancient times. This awareness of resolving negative and destructive feelings of self-worth through the development of a sense of fortitude has frequently been suggested, and furthermore, the healing power of a virtuous life has been pointed out. In this sense, coping with challenges, demonstrating courage, and ultimately, the effort to "be yourself" all go hand in hand with philosophical conviction. The therapeutic philosophy that is intended to be explained in this study continues its emphasis on language. This perspective facilitates the individual, confined to a rigid, limited, and narrow sphere, to freely define themselves and to understand that the world they perceive themselves to be surrounded by is actually due to their being caught in a picture based on a language game. Accordingly, individuals' reactions stem from their linguistic unity. Wittgenstein, one of the representatives of this view, expressed the purpose of philosophy in his well-known book, Philosophical Investigations, which profoundly influenced postmodern thought, using the metaphor of "showing a fly out of the bottle it's trapped in." According to him, words used in reference to the world can, over time, become bottles that lose their ability to move. The use of signs is their meaning and therefore their reference in the lifeworld. Therefore, there are no universal definitions. There is only a word life composed of words that, like piano keys, play the sonata of life. Language does not depict the world; it is a way of creating, manipulating, or destroying it. However, it should be kept in mind that in philosophy, just as each fly is different from the bottle, each language game offers different therapies. In this sense, Wittgenstein and Rorty, who followed Wittgenstein, believed that "philosophical problems can only be cured by a change in thought and lifestyle." Therefore, according to both thinkers, if we learn anything from any great philosopher, it is that what matters to us personally is that we must find our own problems

* Doç. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Felsefe Bölümü, ferdiselim@gmail.com

and our own voice in how we deal with them. From this perspective, the study aims to demonstrate to individuals the power of words and how they can create or eliminate problems, drawing on thinkers such as Wittgenstein and Rorty. This method offers a perspective on how to integrate philosophical wisdom into practice.
Keywords: Philosophical therapy, word, meaning, Wittgenstein, Rorty.

"Şöyle boydan boya katettin mi zihnini
Bir yükleme listesi kadar açıktır hükmündekiler
Hiç ırgalamaz artık seni
Başka şeyler
Ne ki bunun faydası? Geldikçe zamanı
Tanımlamak her davranışımız üzerine vurulmuş
O kör damgayı, bulmak anavatanını.
Ama itiraf etmek
Ölümün göründüğü o yeşil gecede
Onun ne olduğunu, beyhude.
Çünkü bir kişi için geçerli sadece
Zaten o da ölmekte.(Rorty, 1995, ss. 50-51)

Giriş

Terapi, psikoloji disiplininin temel kavramlarından biridir. Sıklıkla travma gibi çözümlenmemiş veya rasyonel bir zemine oturtulamamış canlı duyguların varlığında gündeme gelir. Fakat patolojik bir seyirde ilerlemediğinde duygularının ya da zihinsel süreçlerinin farkına varmak, anlamlandırmak ve yönetmek için de yol gösterici bir edim olarak da açıklanabilir. Böyle bir tanım veya yorumlama felsefi anlamda rehberlik, mantıklı ve analitik bir çözümlemenin sürekliği, duygu ve arzularının farkında olmak gibi hayat boyu devam eden bir bilinçlilik olarak değerlendirilebilir. Kaldı ki, bir metodoloji ve uzmanlık biçimi olmadan önce "felsefi bir bilgelik sanatı" olarak bir tür terapi yaşamın yanı başına konuşlandırılmıştır. Felsefi terapi bu anlamda eski çağlardan beri karşılaşılmış bir etkinliktir. Kendi duygularını, gayesini ve düşüncelerini tanımaya çalışan Stoik filozoflar örneğin Marcus Aurelius özdenetimin önemine dikkat çekmiştir(Marcus Aurelius, 2019, s. I-1-17, IV-17,19, VI-42, vd.). Öz değere dair olumsuz ve yıkıcı duygular karşısında metanet duygusunun geliştirilmesi yoluyla çözüm önermişlerdir.[1] Felsefi umut veya teselli Ortaçağ'da Boethius'un felsefesinde de göze çarpar(Boethius, 2011). Erdemli bir hayatın iyileştirici gücüne işaret etmektedirler. Zorluklarla başa çıkma ve cesaret gösterme ve nihayet "kendin olma" çabası felsefi kanaatle

[1] "Şüphesiz ki bir insan için yalanı, ikiyüzlülüğü, gösterişi ve kibri tatmadan bu dünyadan ayrılmak son derecemutluluk verici olurdu. Yolunda böğürtlen çalıları mı var? Etrafından dolan. Bu kadar kâfi, bunlar neden yeryüzünde diye sorma. Sorarsan bir doğa bilimci kahkahalarla karşılar bunu. Utanmaz birisi seni rencide ettiğinde kendine şunu sor: Dünyada utanmazların bulunmaması mümkün mü? Mümkün değil. O halde mümkün olmayan bir şeyi isteme. Çünkü bu adam dünyada bulunması gereken utanmazlardan birisi. Güvenilmez bir düzenbaz ya da yanlış yapan herhangi birisi için de aynı tavrı takın. Kötü birinin hata yapmamasını isteyen biri, incirlerden acı özsu çıkmamasını, bebeklerin ağlamamasını, atın kişnememesini veya kaçınılmaz olan diğer şeylerin olmamasını isteyen birine benzer. Kötü karakterli birinden başka ne beklenebilir ki? Rahatsız oluyorsan düzelt onu. Yaşamda olup bitenlerden birine bile şaşıran insan nasıl gülünç, nasıl yabancıdır!"(Marcus Aurelius, 2019, s. VIII-50; IX-2,42; XII-13,16).

hep birlikte yürümektedir. Bu çalışmada anlatılmak istenen terapötik felsefe vurgusunu dil üzerinden anlatmak ister. Katı, sınırlı ve dar bir alanda kalan bireyin kendini özgürce tanımlamasının imkanını sunar. Çünkü dünyayla örtüşen mutlak ve kesin bir dil yoktur. Ancak daha kullanışlı dil oyunları vardır. Öne çıkan dil oyunu bu görüşe göre yalnızca diğer alternatiflerine göre ilgili konuda işlevsel olabilmiştir. Bireylerin dış dünyaya dair ortak tepkileri dilsel birlikleri nedeniyledir. *Felsefi Soruşturmalar* adlı eserinde Wittgenstein, "felsefenin amacının sineğe içerisine sıkışıp kaldığı şişenin (fliegenglas) çıkış yerini göstermek olduğunu" ifade etmiştir(Wittgenstein, 2007, s. 123). Filozof için dünyaya atıfta bulunduğumuz kelimeler, içinde hapsolduğumuz şişelerdir. Şişenin çıkış yolu aslında ilgili mekanla ilgili bir yapısökümü ima eder. İnşa edilmiş bir şey olarak yapı, spesifik formu dışında çağa özgü ortak bilgiyi de barındırmaktadır. Bu anlamda mesele öznelliğinden öte kamusal bir sorunu çağrıştırmaktadır.

Modern öznenin buhranı bilim ve teknoloji odaklı ilerleme fikrine güçlü bir bağlılıktır. Aklın kılavuzluğunda şişeden çıkamayacağını fark ettiğinde yalıtılmış olduğunu ve köksüz ve izsiz kaldığını aynı anda anlamıştır. Kant'ın transandantal öznesinin yalnızlığı gelenek ve erdem kökenli dil oyunundan vazgeçmenin hatalı olduğunu hatırlatmaktadır. Öznenin temsillerini dikkate alması kendi başına sorunlu olmamakla birlikte yaşamın bu ilişkiye indirgenmesi yanılgıya neden olmuştur. Ayrıca diğer dil oyunlarını reddetmek yoluyla güçlü bir potansiyele kapıları kapatmıştır. Bu anlamda zihin yerine dile odaklanan analitik filozoflar dil ve dünya arasında kusursuz bir ilişki kurma arayışına bağlanmıştır. Rasyonelleştirmeye dayalı modern dil oyunu bu prosedürü uygulayamadığı yaşam alanlarını anlamsız addetmiştir. Ancak hem Wittgenstein hem de Rorty, sözcüklerin gerçekliğe doğrudan erişimi olmadığını insanların onları bir alet olarak kullandığını düşünür. Burada şu soru gündeme gelebilir. Peki, "sözcükler dünyayla nasıl ilişkilidir?" Bu kadim felsefi soru, Antikçağda akla dayalı bir yetkinleşmeye işaret etmektedir. Buna göre, şeyler, aklı ustaca kullanan kimsede bir göz ve aynada olduğu gibi zihinde yer alırlar. Hiçbir değişime uğratmadan şeyleri akla düşürmek ve bu tekil şeylerden soyutlama yoluyla düşünülebilir türlere ulaşmak dış dünyayı aktüalitesi içerinde bilmek demektir. Zihnin kendisini veya metaforik söylemle aynayı sırlamak, ahlaki kararı da netleştirmektedir. Bu ifade mutluluk ideali için nihai kararın da garantisidir.

Her iki filozof, felsefi problemleri çözülmesi gereken kuramsal sorunlar olarak değil, dilin yanlış kullanımından kaynaklanan düşünsel rahatsızlıklar olarak yorumlamışlardır. Felsefeyi bir tür "dilsel terapi" olarak görmek, felsefi pratiğin halihazırdaki durumunu köklü biçimde dönüştürür. Wittgenstein, anlamın kullanım içinde ortaya çıktığını savunarak, dil oyunları aracılığıyla metafizik sorunların yapaylığını göstermeye çalışır. Rorty ise, radikal ve

çoğulcu bir postmodernist yaklaşımla felsefenin temsil işlevini sorgular ve felsefeyi yaratıcı anlatıların inşasına yönlendirir. Felsefenin bilimle olan birlikteliğini kesintiye uğratarak edebiyattan faydalanır. Çünkü temsile dayalı bir bilgiden öte dayanışmaya dayalı bir bilgi önerir. Rorty'nin terapötik yaklaşımı, bireyin düşünsel sıkışmalarını aşabilmesi için kendini ifade edebileceği yeni dilsel imkânlar yaratmayı önerir. Bu çalışmada her iki filozofun iddiaları etrafında felsefenin dil üzerinden nasıl yaşamın içerisine dahil edileceği ve farkındalık uyandırmada nasıl güçlü bir rol oynayacağı gösterilmek istenmiştir. Ayrıca bu çalışmada iki yaklaşım bir arada değerlendirmek istenmiştir. Wittgenstein'ın dil oyunlarının dışına çıkma konusunda daha ılımlı ve "susmayı öneren" görüşleri ile Rorty'nin cüretkâr kendini özgürce yaratan şiirsel anlatısının felsefi geriliminde günün sorunları karşısında felsefenin dağıtılmış bilgeliğini toparlamak, kendini yeniden betimlemek ve farkındalığı zenginleştirmek bakımından kabiliyetini soruşturmak çalışmanın önemli hedeflerindendir.

Bilinmeyen Konusunda Susmalı mı? Wittgenstein'ın Merdivenine Tutunmak

Eski çağlardan itibaren doğruluk ve gerçeklik hakkında soruşturmalar dışında muhakeme güçlükleri, hatalı düşünme ve yanılgı sebepleri inceleme konusu edilmiştir. Bilgi ve olgunlaşma çabası erişmek istenilen şeyle birlikte bu sırada tercih edilen yönteme de derinden bağlıdır. Örneğin akıl ve dilin sınırlarına işaret etmek yoluyla Lao Tse, Tao felsefesinde "buraya çok okumakla veya akılla varılamayacağını" ifade eder(Tse, 2019). Ancak yargılara (önerme biçimlerine) odaklanan Batı felsefesi bir yargıya varmanın haklı bir gerekçesinin olması gerektiğini düşünmüş ve bunu araştırmıştır. Bu istek bilginin kökeni olması bakımından duyu, duygu ile akıl muhalefetine neden olmuştur. Aklı kullanmada başarı yani duyumdan başlayarak hayal gücü, hafıza veya zekâ etrafında bilgeliği inşa etmek istemişlerdir. Bu çaba Wittgenstein'ın ilk döneminde de fark edilir. Ancak ikinci döneminde o, filozofların dilin grameri tarafından kandırılmış olduğunu düşünür. Ona göre, dilin mantığının keşfine dair serüven, gerçek ve otantik kullanımını anlamada başarısızlıkla sonuçlanmıştır. Dilin çok çeşitli kullanımlarını ele almadaki felsefi uğraş yeterli ve ikna edici bir sürece de sahip değildir. Henüz Batı'da on sekizinci yüzyılda Aydınlanma büyük bir coşkuyla karşılanırken içlerinden Rousseau gibi muhalif bir düşünür çıkarmıştır. Duygunun ihmali, aklın ve bilimin aşırı yüceltilmesinin doğal olmadığını ve özgürlüğe ket vurduğunu iddia etmiştir. Bu muhalefet Berkeley gibi isimlerin "Işık Deryası" olarak tanımladığı çağın deviniminin güçlü olduğu ilk anlardan beri olmuştur. Horkheimer ve Adorno çok bilinen kitapları *Aydınlanmanın Diyalektiği*'nin ikinci baskının önsözünü yazdıkları uçak seyahati sırasında "Aydınlanmanın kendini baltalayan vaatleri konusunda öngörülerinin gerçekleşmiş olması karşısında üzüntülerini "keşke" sözcüğüyle ifade edebilmişlerdir(Horkheimer & Adorno, 2017). Ancak

Holocaust (Holokost) gibi bir felaket, dünya savaşları ve felaketler bu yüzyılda patlak vermiştir. Daha da önemlisi, dilbilimci filozoflar çoğunlukla dil aracılığıyla büyülenmişlerdir. Filozofların dünyayı daha iyi betimleyen kelimeler arayışı net bir görüşe neden olmamıştır. Birbirini anlamak ve ötekiliği kaldırmak yerine sorunları derinleştirmiştir. Modern felsefe her zaman netlik arar, ancak bazen netlik yeterli değildir. İdeal veya mantıksal dilin sorunu, dili ayakta tutmuş olmasıdır. Açıkçası burada bazı düşünürlerin modern felsefenin dünyayı tekdüze anlamaya çalışan jargona takılıp kaldığını düşünür. Bu sorunlar da bu dili konuşmanın doğal sonuçlarıdır. Nihayet Wittgenstein'ın ünlü "sinek şişesi argümanına" ulaşırız ve bir resim tarafından esir alındığımızı ve onun dışına çıkamadığımızı iddia edebiliriz(Wittgenstein, 1968, s. 103). Bu nedenle, yaptığımız şey kelimeleri metafiziksel kullanımlarından günlük kullanımlarına geri getirmektir. Felsefe, terapi veya iyileştirici önlemler gerektirir çünkü geleneksel felsefi sorunların çoğu sıradan dilin karmaşıklığını ve çokluğunu kavrayamamaktan kaynaklanmıştır. Bu nedenle, dil filozofları dilin gerçek kullanımına daha derin bir dikkat vermelidir. Dilin hatalı işlevine karşı dikkatli olmalıdırlar. Sınırsız karmaşıklığı için doğal dili boşamanın bir anlamı yoktur. Sıradan dil yerine yapay bir dili biçimselleştirmenin bir anlamı yoktur. Yapay dil, Wittgenstein'ın görüşüne göre, dilin mantıksal biçimine bakar(Wittgenstein, 1985, ss. 164-165). Ancak dilin mantıksal biçimi hiçbir şekilde insan yaşamının buharına dokunmaz. Sonraki dönemdeki veya *Felsefi Soruşturmalar*'daki Wittgenstein'a göre, bir dilsel ifadenin anlamı, önceden ve bağımsız olarak var olan bir gerçeklik yapısıyla ilişkilendirilerek belirlenmemelidir. Bunun yerine, topluluk üyelerinin yaşam biçimlerinde benimsedikleri kullanım kuralları tarafından belirlenmelidir. Başka deyişle dilsel bu farkındalığı belirten ifade "dünyanın konuşmadığını ancak insanların konuştuğunu" ifade eder. Ayrıca insanlar gerçeklikle değil de önermelerle ilgilenen "bazı konularda yargıları olan" kimselerdir. Wittgenstein, dilin her zaman bir yaşam biçiminin bir parçası olduğundan, işlevinin her yaşam biçimi için yeniden tanımlanması gerektiğini söyler. Bir kelimenin nasıl işlediğini tahmin etmek mümkün değildir, bunun yerine kullanıma bakmak ve bundan ders çıkarmak gerekir(Wittgenstein, 2007). Wittgenstein'ın tasarladığı terapötik felsefede tutsak olan hiçbir şey kalmaz. Burada her şey bize açıktır. Topluluğun her üyesi terapötik analize katılır. Bu, felsefi terapiye dayalı bir yaşam biçimidir. Wittgenstein'ın terapötik felsefesi bu nedenle somut amaçlar göz önünde bulundurularak somut yaşam durumlarında performans gösterebilen bir tür doğal dil gerektirir.

Wittgenstein bizi dilin gerçek kullanımına, dilin gerçek işleyişine bakmaya davet eder. Artık sıradan dilin altında yatan biçimsel sadeliği görerek dünyayı doğru bir şekilde görme isteği yoktur çünkü sıradan dil artık şeylerin aynası olarak değil, çeşitli dil oyunlarında kullanılan parçalar olarak ele alınmaktadır(Sluga, 2011). Ancak Wittgenstein ve ardılları için

bir kavramı açıklığa kavuşturmak, basitçe bir dilsel ifadenin kullanımına aşina olmaktır. Onlar için, 'toplumsal normların içselleştirilmesi'nin kullanımı, 'üretici bir prosedürün içsel temsili'nin kullanımından daha sorunlu değildir ve belki de daha az sorunludur. Şimdi Wittgenstein'ın terapötik felsefesini değerlendirebilecek bir konumda olunduğu söylenebilir. Felsefi bir yöntem olarak terapötik felsefesi insanların dili kullanmaları ve "kelimelerle şeyler arasındaki ilişkiyi" anlamak için yeni bir boyut açar. Özellikle postmodern felsefe için, "bir kelimenin yalnızca bir hali anlamak ve yaşamında bir yere konumlandırmak" için bir araç olduğu kanaati olarak karşılık bulur. O sıradan dilin revizyonuyla aynı zamanda sıradan dilin gerçek kullanımının yaşam biçimimizde felsefi karmaşaların üstesinden gelmede nasıl etkili olacağını da ortaya koyar. Felsefenin terapötik yorumu doğası gereği bütüncüldür. Topluluk üyelerinin ortak bir katılımı olması anlamında bütüncüldür(Wittgenstein, 1968). Ayrıca, burada her şeyin bize açık olması, hiçbir şeyin gizli kalmaması nedeniyle natüralist felsefe olduğu da söylenir. En önemlisi, Wittgenstein nihayetinde filozoflara sadece yaşam biçimi içindeki kelimelerin olağan kullanımına bakarak felsefi karmaşalardan nasıl kurtulacaklarını göstermeyi başarmıştır.

Teorinin kısa bir analizi ve sonuçlarından kısaca söz edildikten sonra yeniden metafora dönülürse, Wittgenstein felsefede yaptığı şeyin 'sinek şişesinden çıkan sineği göstermek' olduğunu söylemiştir(Wittgenstein, 2007, s. 309). Kendisi hem sinektir, hem alter egosudur hem de sineği döndüren filozoftur. Bu, kendisine yönelttiği sorularla şişeye girmesine ve orada tuzağa düşmesine neden olan konulara ilişkin vizyonunda ve bakış açısında bir dönüşümdür. Örneğin, bir tür şüphecilik, gerçekçilik veya onun birçok indirgemeci uydusundan birine hapsolmuştur. Onu açığa çıkaran dönüşüm, dile getirilmemiş varsayımları ortaya çıkaran ve onları eleştiriye tabi tutan felsefi bir çalışma gerektirir. Şişeye girip çıkma hareketine gelince, bu, filozofun kendisini şişeye sokan bir şekilde sorguladığı konulara ilişkin yeni bir anlayışa ulaştığı felsefi yolculuktur. Dilin tek bir kullanımının büyüsüne kapılmış, bunu gerçekliğe giden biricik yol olduğunu düşünenler için kesinlik vaadi sıkışıp kalmak anlamına gelir(Wittgenstein, 2007, s. 293). Dilin olumsallığı ile hareket eden ve kelimelerini değiştirmek yoluyla alternatifleri fark eden esnek yapılı bireyler bakış açılarını zenginleştirmek yoluyla çıkışın nerede olduğunu görebilirler. Dil dünyayı resmetmese de onunla başa çıkmakta oldukça başarılıdır. Peki, oynarken bulduğun dilin eksikliklerinin nasıl farkına varılacaktır? Zaten çıkış yolunu görmeyenlerin büyük çoğunluğu bunu hissedip direnenler değil de farkında olmayanlardır. Bu konu daha sonra açıklanacaktır. Çünkü Wittgenstein bunun daha güç olduğunu ifade ederken, Rorty, seçkin elitist entelektüeli aracılığıyla dilde yeniliği hatta devrimi olanaklı görür.

Nihayet bu bölüm şöyle bitirebilir. Modern yaşamın karmaşası ve hızlılığı içerisinde bu şekilde, "daha iyi bir anlayışa ulaşmak" için, filozofun ayartmalarına karşı cesaretli olması ve tutunduğu şeylerden vazgeçmekten korkmaması gerekir. Şişeden çıkarken öğrendiği şey, onu ortak varsayımlarla bir arada tutulan karşıt teoriler alanı içinde tutsak eden zorlayıcı resimlerden kurtaran çalışmaya aittir. Bu tür çalışmalardan bağımsız olarak edinilemez veya iletilemez. Felsefenin, her filozofun yüzleşmesi ve kendi başına çalışması gereken zorluklarla mücadele etmesi bu anlamdadır. Zorluklar onda değildir, ancak ona aittir- onun için zorluklardır. Bunlar üzerinde çalışması gerekir. Bu nedenle, başkalarından öğrenebilirken, onlardan ödünç alamaz, onların kurduklarını inşa edemez veya onlardan devam edemez.

Sineğe çıkış yolunu göstermek veya sözcüklere dair labirentlerin farkına varmak

Wittgenstein felsefede hiçbir görüşe sahip olmadığını ve hiçbir teori veya tez ileri sürmediğini belirtmiştir. O, felsefede yaptığı şeyin sineğe sinek şişesinden çıkış yolunu göstermek olduğunu söylemiştir. Bu metafor sinek şişesi gibi içerisinde sıkışıp kalınan debelendikçe gittikçe içerisine saplanılan hapishaneler olarak dilleri anlatır. Bu yapılar bizi yanlış yöne bakmaya devam ettiren kavramsal varsayımları temsil eder. Tıpkı ışığın içeri girmesine izin veren camın sinek tarafından görülmemesi gibi, bizi bizim için şeffaf olan bir çıkmaza götüren kavramsal ön kabuller de öyledir. Ancak onları inceleyip onlarda neyin yanlış olduğunu görebildiğimiz zaman bizi bırakacaklardır. Wittgenstein bunu huzur bulmak olarak tanımlar ve Zettel'de ironik bir biçimde öne sürdüğü gibi: "Artık sorunumuz çözülmüştür"(Wittgenstein, 1967, s. 45).

Keşif, aramadadır; arama olmadan onun yaşamı yoktur. Aramanın dışında bir keşif değil; sadece sıradan bir gerçeğin ifadesi bulunur. Mücadele, yolculuk önemli olan birimlerdir ve kişinin varış noktası nispeten daha önemsizdir. Çünkü genellikle kimse dili olağan kullanımının dışına çıkardığında ne olacağını tam olarak bilmemektedir. Yalnızca yeni bir olanağın farkındalığıyla cesaretli bir adım atar. Burada istediğimiz şeyi çerçeveleyen sözcüklerin bir teori olmamasının bir nedeni de budur. Felsefi yolculuğumuz sırasında öğrendiklerimizin bir teoride özetlenebileceğini veya herhangi bir teoriden veya onun uygulamasından öğrenilebileceğini varsaymak, bir yaşam teorisi olabileceğini veya bir teori aracılığıyla yaşamı anlayabileceğimizi düşünmek kadar saçmadır. Yaşamı yaşayarak, sorunlarıyla boğuşarak, insanlarla uğraşarak, sevinçlerini ve üzüntülerini deneyimleyerek öğreniriz. Kişinin bu şekilde öğrendiği şey nasıl aktarılır? Ya yaşama yeni kavramlarla atılmak yoluyla ya da hayatında yeni bir şeyle karşılaşan veya zorluklar yaşayan birine yapılan yorumlarla ilgilenerek olabilir bu. Bu durumu yazar ve şairler eserleriyle de bize aktarabilirler(Yücel & Yılmaz, 2022). Wittgenstein da benzer bir şey yapar. Alter egosuyla diyalog sırasında yorumlar yapar, örnekler verir, hayali

dil oyunları kurar, bize zaten bildiklerimizi hatırlatır. Ancak bununla etkileşime girersek öğrenebiliriz. Sadece okuyarak değil, felsefe yaparak. Kendisinin farklı bir bağlamda ortaya koyduğu gibi, bizi götürdüğü yerden devam edebilmeliyiz. Elbette Wittgenstein'ın yazılarında genel açıklamalar buluyoruz ve bazı filozoflar bunlardan felsefi teoriler çıkarmayı başarmışlardır. Parçalara ayrıldıklarında felsefi sorunlar çözülebilir- yani küçük ölçekte çözülebilir. Ancak felsefi tartışmalarının devam etmesinin nedeni, her filozofun bunları kendisi için yeniden çözmesi, kendi zamanının ve kültürünün bağlamında incelemesi ve tartışmalarına yeni bir soluk getirmesidir. Ayrıca, bir sorunun çözümü diğerlerini açar, böylece felsefi çalışma devam eder ve anlayışımızı derinleştirir. Dolayısıyla felsefede ne kadar çok ilerleme kaydedilirse o kadar çok sorun ve zorlukla karşılaşılır. Felsefenin zenginliği budur. Bilgi bakımından ilerlemek değil bilgece zenginleşmektir(Hutchinson, 2022; Peterman, 1992).

Peterman, Wittgenstein'ın gerçek amacının insan yaşamının ideal biçimini aydınlatmak olduğunu ve terapisinin "merkezi olarak insan yaşam biçimine gömülü olan iyilikleri açıklığa kavuşturmak ve bu iyilikleri en iyi şekilde nasıl gerçekleştireceğimizi belirlemekle ilgilendiğini" savunur(Peterman, 1992, s. 115). Phil Hutchinson tarafından geliştirilen yorumda olduğu gibi güncel yorumlar, Wittgenstein'ın terapisinin "felsefi sorunlarla mücadele etmenin getirdiği zihinsel rahatsızlıkları" tedavi etmeyi amaçladığı yönündeki çok daha dar iddiayı destekler(Hutchinson, 2022). Hutchinson, felsefi sorunların yanlış bir resmin pençesine düşmenin hastalıklı, acı verici semptomları olduğunu ve Wittgenstein'ın amacının, "bizi yeni, daha sağlıklı bir bakış açısı benimsemeye özgürleştirmek olduğunu öne sürer. Öyleyse, insan mutabakatının neyin doğru neyin yanlış olduğuna karar verdiğini mi söylüyorsunuz? İnsanların söyledikleri doğrudur veya yanlıştır ve kullandıkları dil konusunda mutabakata varırlar. Bu bir fikir mutabakatı değil, bir yaşam biçimi mutabakatıdır"(Hutchinson, 2008, ss. 41-42).

Özetle, Wittgenstein, dili doğal bağlamında anlamaya çalışır. Bu felsefi etkinlik işaret ile işaret edilen arasındaki ilişkiyi temsilin tamlığında değil de kullanımında arar. Sözcüklerin anlamını gereksiz ve bağlamından kopararak kullanmak yanlış anlamalara neden olmaktadır. Yanlış anlamalar ve dilsel perspektifin dışında evrensel kullanım kendilik tespiti açısından da problemlidir. Bu nedenle içsel tutarlılığı olan bir dilsel tanımlama düşünsel bir rahatlama sağlayabilir. Düşünsel sıkışmaların çözümü, genellikle teorik bir yanıt üretmekten çok, problemi ortaya çıkaran dilsel yapının çözülmesiyle sağlanır.

Modern Epistemolojinin Eleştirisi: Aynanın Kırılması

Richard Rorty, çağdaş felsefede dikkat çekici bir simadır. Özellikle postmodern kanadın önemli düşünürlerindendir. Gücü ve etkisi açısından yeni-pragmatizm denilince akla gelen ilk isim kendisidir. Hatta bu görüşle kastedilen onun görüşleridir. Uzun ve değişkenlik göstermesi

nedeniyle paradoksal görünen eğitimi Rorty'nin konumunu tartışmalı bir duruma getirmiştir. Analitik gelenek için o, "içlerine girmiş bir hain, şarlatan veya entelektüel züppe"dir. Bu tanımlamaların altında önemli bir kızgınlık bulunmaktadır. Çünkü Rorty'nin büyük, devasa eseri *Felsefe ve Doğanın Aynası* (Philosophy and The Mirror of The Nature, 1979), analitik geleneğe dair ciddi bir yapı sökümü barındırır. Rorty, geleneksel felsefeyi tutsak olan resmin, "dünyaya ayna tutan, temsiller üreten insan zihninin yarı kutsal bir şey olarak anlaşılması" olduğunu iddia eder. "Dışarıda olanları ve insanın kendi içinde bir yerlerde (zihinde) olan şeyleri oldukları gibi temsil etmek", "aynavari doğamız/özümüz" veya "ayna tutmak" gibi metaforlarla açıklanan bu projenin son uzantısı olarak analitik felsefi geleneği görür(Rorty, 1980). İşte onun terapötik felsefeye katkısı, öncelikle modern epistemolojinin temel varsayımlarını radikal bir şekilde sorgulamasından hatta bir kenara fırlatıp atmasından gelir. *Felsefe ve Doğanın Aynası*'nda Rorty, felsefenin Platon'dan Descartes'a, oradan da Kant eliyle modern analitik geleneğe varan çizgide "gerçekliğe dair zihne dayalı temsil etme" fikrine dayalı felsefi resmin ve buna dayalı tezlerin veya varsayımların artık sürdürülebilir olmadığını öne sürer. Bu doğrultuda, "zihin doğayı yansıtan bir ayna değildir" iddiasıyla, felsefenin doğa üstü bir öz veya temel arama ayartısından kurtulması gerektiğini savunur(Rorty, 1980, s. 12). Bu arzu Antikçağ'da belli belirsiz görünse de Rorty'nin şiddetli tepkisi daha önce hiç görülmedik biçimde Descartesçı dahille birlikte öğrenilen zihin ve bilinç kavramına yöneliktir. Rorty'ye göre, Descartes'ın Aristotelesçi "duyumdan sorumlu beden" fikrini yıkan düalizmi öylesine güçlü olmuştur ki, beden ve ruh (akıl) arasındaki Antik bilgelikteki güçlü bağlantı yitirilmiştir. Uyaranlar karşısında etkilenime açıklığı bir yana belirli bir bilgi için bu hammaddeyi bir prensip altında toparlayan içsel duyu aklın üzerinde çalışacağı zorunlu ve önemli bir veriyi üretir. Bu görüş Kartezyen felsefede atlanmıştır. Bunun yerine doğru bilgi, "belirli bir bilinç düzeyinde tartışılamaz şekilde farkında olunan zihin durumlarının raporlanması" şeklinde tanımlanan ve bedenden bütünüyle ayrı cogito'nun kendine taşınmıştır. Ağrı, acı, kaygı ve arzu gibi kişinin yakından tanıdığı bu içsel durum ve Locke'un geniş bir düzlemde tanımladığı "ide" yani her tür zihinsel malzeme olarak anlam kazanmıştır. İde, düşünme sırasında zihnin kullandığı her şeydir ve yalnızca zihne (benliğe) ait olması ve bizzat kişinin kendi deneyimi olduğu için şüphe edilemez bir veridir. Kant, bu tür bilgiyi özelleştirmek ve sınırlarını belirlemek yoluyla bu problem sahasını "anlama yetisi"yle (vernunft) ilişkili bir şekilde ele almıştır. Zihnin her bir kapasitesinin çalışma prensibini ona dikte etmiştir. Analitik felsefenin olgusal düzlemi üzerine kuracağı bu zemin duyarlılık fakültelerinin verileri ve aklın ona kattıkları noktasında bilgiyi üretmektedir. Bu sonuç, araştırılması ve üzerine düşünülmesi gereken sahayı oldukça daraltmaktadır. Bu alandan dışlanan felsefi konular, ahlak ve din gibi, boş ve anlamsız olarak

gösterilmektedir. Ayrıca bu hamle epistemolojinin bir üst mahkeme olarak diğer bilgi iddialarını yargılayan bir görünüme sahip olmasına neden olmuştur. Felsefi bir görüş veya herhangi bir disipline ait bir iddia hakkında karar veren, bunu meşrulaştıran ve "bilgi konusu olmamakla" mahkûm eden bir alt disiplin olarak görülmeye başlanan epistemoloji felsefenin ruhunu ele geçirmiştir. Felsefe epistemolojiyle filozofluk ise epistemolog olmakla karıştırılmıştır. Hatta epistemoloji olmadan felsefenin neye benzeyeceğinin bile belli olmayacağı bir hale gelinmiştir(Rorty, 2006). Bu gelişmeleri Rorty, fazlasıyla tehlikeli bulur. Felsefi amacının bu tür felsefenin altını oymak olduğunu idida eden filozof için tarih üstü bir meşruluk zemini artık kalmamıştır. Bu konuda ileri sürdüklerini bilimsel gelişmelerden örneklerle destekler. Örneğin ona göre, "dünyanın şekli ve hareketleri konusunda" Kepler, Galileo veya Newton tarafından öne sürülenler bir hakikate denk düşmesi veya dünyaya dair mutlak bir temsili ifade etmesi nedeniyle kabul edilmemişlerdir. Yalnızca bir süre sonra insanlar bu sözcük dağarlarıyla konuşurken kendilerini bulmuşlardır. Bu görüş veya hipotez demeti daha kullanışlı ve uyumlu argümanlar ürettiği için makul bulunmuştur(Rorty, 1989). Bugün gelinen noktada Einstein veya Heisenberg'in görüşlerinin olup biteni açıklamak için daha öne çıkan anlatılar olduğu düşünülmektedir. Dışarıda bir yerde bir şeyler vardır fakat bunlar veya olguların bir bütünü olan dünya konuşmaz. Sadece insanlar konuşur. Bu nedenle Rorty'ye göre sözcükler dünyayı öndeyilemek için yalnızca birer araçtır.

Rorty'nin bu çıkışı, epistemolojik bir devrim çağrısıdır. Ona göre, bilgi dediğimiz şey, nesnel gerçekliğin sadık bir temsili değil, belirli dilsel ve toplumsal pratikler içinde ortaya çıkan kullanımsal bir araçtır. Thomas Kuhn ve Ludwig Wittgenstein'ın güçlü etkisi doğrultusunda "paradigmanın eş ölçülemezliği" ve "yerel, sınırlı geçerliliğe sahip dil oyunu" gibi görüşler etrafında bir perspektivizm sunmak ister. Böylece, Wittgenstein'ın geç dönemindeki "anlam kullanımdır" görüşünü andıran bir pozisyon geliştirir. Ancak Wittgenstein anlamı yerel dil oyunlarına indirgerken, Rorty daha geniş bir relativist çerçeveye yönelir. Felsefenin görevi artık hakikatin peşine düşmek değil, "yeni biçimlerde konuşmayı mümkün kılmak"tır. Çünkü din, bilim ve felsefe insanlık uğrağının sohbetinin önemli kavşaklarıdır. Yalnızca bu uzun sohbetin başarılı anlamlandırmalara sahip bileşenleridir. Nihayet çalışmanın tartışma sahasını "bu yeni felsefi iddianın" terapötik iddiaları oluşturur. Çünkü bu felsefe teskin edici olmaktan öte ona göre terapötiktir. Bu iddia aslında olumsallığın benlik, dil, kültür ve toplum üzerindeki yayılımı üzerinden açıklanır.

Benliğin ve Dilin Olumsallığı: Akıl Kendi Evinde Bile Otoriter Değildir

Aydınlanmanın hümanite anlayışı onun aklını kutsallaştırması olarak görülmelidir. Bu anlamda bu çağ "Akıl Çağı" olarak anılmıştır. Aklın ışığı veya kılavuzluğunda her alanın konu

ve problemleri, metodolojisi yeniden bilimsel araçların anıştırılması yoluyla düzenlenmek istenmiştir. Bilim ve teknikteki ilerlemeyi sağlayan programa benzer uygulamalarla ekonomi politikten hukuka, ahlaktan siyasete veya tarihe kadar pek çok alanda başarı elde edileceği düşünülmüştür. Ancak hakkında uzun bir başarısızlık raporu hazırlanabilecek "Rasyonelleştirme çabası", Adorno'nun üzüntüyle belirttiği gibi Auschwitz'le sonuçlanmıştır.[2] Ahlaki kararı zekayla doğrudan ilişkili gören bu düşünce teknikteki başarının manevi ilimlerde koşutluk göstereceği noktasında yanılgıya düşmüştür. Çünkü, "bilgide netlik ve zekada parlaklık" ahlaki kavrayıştaki duruluğu belki vermektedir ama "bilgi, doğru eyleme neden olur" argümanı fazlasıyla iyimser kalmış bir ifadedir. Daha doğrusu kadim bilgeliğin ifade ettiği bilgiyle modern dünyanın dar bir alana sıkıştırdığı "doğruluk" aynı düzlemden kaynaklanmamıştır. Kadim bilgeliğin yaşamın kendine temas ettiği çıkarımı bu alandan kopmuş modern dünya için artık eskimiş bir dil oyunudur. Ayrıca Rorty'nin iddiasında olduğu gibi, ahlaki eylem farklı dil oyunlarının kavşağındaki bir anı imlemektedir.

"Dünyayı anlamaya çalışırken öner sürdüğümüz önermelerin şeyleri, olayları veya olguları doğru mu yanlış mı betimlemiş olduğunu nasıl bilebiliriz? Aslında ilgili soru Rorty için çok açıktır. Bu çaba artık önemsiz görülmelidir. O, bunu iki neden etrafında önerir. İlki, bu sorular herhangi bir gerçekliğe işaret eder mi belli değildir? Söz gelimi, gerçekten ruh ve beden düalizmi var mıdır? Bu alanlar birbirinden bütünüyle farklı mıdır? Nitelikleri bunlar mıdır? Bu soruşturma açık bir yanıtı olmayan bir felsefi soruşturmadır. Hemen burada önemli bir açıklamada bulunmak ve ardından tartışmayı göstermek Rorty'nin iddialarını anlamak bakımından zorunludur. Ona göre bu soru o an için önemli ve gerekliydi. Ancak, bugün bu felsefi iddia miadını doldurmuş ve yapacak bir şeyi kalmamıştır. Bu nedenle ilgili iddiayı güçlendirme çabasından vazgeçmek gerekir. Açıkçası Rorty, hakikatin bir dil oyunu içerisinde yaratıldığını ve yalnızca insanların yorumlarının olduğunu düşünür. İlerleme denilen mefhum, tarih ve kültür aracılığıyla taşınan seyyar metaforlardır. İkinci olarak, bu iddianın doğal bir sonucu olarak, "artık bu yargı veya tartışmalar bir önem ifade ediyor mu?" sorusuyla gündeme getirilir. Tarihselciliğini sürdüren Rorty, Ortaçağdaki tartışmalar Aydınlanma için nasıl anlamsız hale geldiyse kendileri için de modern tartışmaların akıbetinin benzer olduğunu ileri sürer. Belki de torunlarımız için bu sorular ve daha önemlisi yanıtlar çok daha farklı anlamlara gelecektir(Rorty, 1995, 2006). Bu görüş aslında Darwin'den Dewey'e ve ardından Rorty'ye kalan düşünce mirasının izleridir. Öncelikle onlara göre, dünya değişen ve gelişen bir varlık

[2] Adorno'nun II. Dünya Savaşı'ndan dört yıla sonra dile getirdiği meşhur cümlesini anmak da fayda var: "Nach Auschwitz ein Gedicht zu schreiben, ist barbarisch, Auschwitz'den sonra şiir yazmak barbarlıktır!" Daha fazla bilgi için bk. (Adorno, 2012).

sahasıdır. Bir süreç ve devinim vardır. Bu devinim ve mücadele canlılarda çeşitli uyarlamalara neden olmuştur. Dil ve kültür bu anlamda klasik bilgi görüşünde iddia edilenin aksine izleyici olmayan davranışsal bir bilgiye sahip olan insanın adaptasyonudur. Akıl bu adaptasyonun önemli unsurudur. Ancak gerçekliğe aracısız bir erişime sahip değildir. Araçsal anlamda verileri toplama ve değerlendirmede doğayı paylaştığımız diğer canlılara göre daha güçlü bir adaptasyon biçimidir.

Doğal seleksiyon, düşünsel başarılar etrafında dil, kültür ve topluluk kurma şeklinde varyasyonlara neden olmuştur. Bir arada yaşamak pratiğin dışında böyle bir anın kurgusuna dair teorik bir anlatı geliştirme ihtiyacına neden olmuştur. Böyle bir kurgu, Rawls'un söylemiyle "orijinal pozisyon", "hak, ödev ve yükümlülük" gibi edimlerin hakkaniyete (Kantçı doğruluk) uygun gerçekleşmesinin garantörü olmuştur. Başka bir ifadeyle, felsefe tarihinde insani duygu, eşitlik, hak, görev ve sorumluluklar gibi "özel ve toplumsal iyileri" tespit etmek ontolojik veya epistemolojik bir başlangıç varsayımını gerektirmiştir. Bu anlamda Skolastik felsefede Tanrı'dan südur eden varlık, bilgi ve değer anlayışı Rönesans'ın ardından görece sekülerleşmeyle "töz metafiziği"ni doğmuştur. Buna göre şeyler belirli tözlerdir. Ayrıca kendi başına var olan ve bu görüş açısıyla bilinmeye uygun olan şeylerdir. Bu araştırma tikel varlıkların ötesinde bir tür veya cins olarak bir belirlenime kadar geniş yelpazede tartışılmıştır. Beden, ruh ve Tanrı gibi kavramların mahiyetleri kendine yeterlilikleri, genel nitelikleri gibi konular çerçevesinde gündeme getirilmiştir. Ayrıca her varlığın bir tabiatından da söz edilmiştir. Buna göre insan doğası, tikel çıkarımların ve daha önemlisi ortak yargıların doğrundan kendisinden çıkarılacağı bir başkent'tir. Bu doğanın tespit edilmesi onun güçleri hakkında temel dayanağı verecektir. Nasıl duygulanır, hayal eder, muhakemede bulunur, inanır gibi mekanik-teleolojik kökenli yargılara vardıracaktır. Rorty'nin projesi bu tür "üst-anlatılara" güçlü bir itirazı barındırır. Ortak bir doğadan ona göre söz edilemez(Rorty, 1995, s. 14). Kendisini de içerisine dâhil ettiği "devrimci ve kahraman filozofların" yaptıklarını anlattığı sırada şöyle yazar: "… Böylesi yazarlar, "insan olmak nedir?" sorusunun yerine, "zengin bir yirminci yüzyıl demokratik toplumunun sakini olmak nedir?" ve "böyle bir toplumun sakininin, daha önceden alnına yazılmış bir rolün yerine getiricisi olmaktan daha fazla bir şey olabilmesi nasıl mümkündür?" gibi soruların konulmasını önerirler"(Rorty, 1995, s. 15).

Bu bölümde tartışma, şu yeni soru etrafından geliştirilebilir: Peki, akıl gerçekten etkili ve etkin bir güç müdür? Akıl, ayırt edici bir yeti olarak ortak ve makul bir karar altında toparlanabilir mi? Rorty'nin iddiası bu yönde ciddi endişeler taşıdığını gösterir. Örneğin, Freud, onun endişesini gün yüzüne çıkarmış ve "bilinçaltı" açıklamasıyla birlikte modern bilinç varsayımına sarsıcı bir darbe indirmiştir. Buna göre, "akıl kendi evinde bile tek otorite değildir".

Bilinçli görünen pek çok kararın arka planında bilinçaltına süpürülmüş imgelerin etkisinin olduğu bilinmektedir. Benlik yalnızca saf bir rasyonel bir durumdan ibaret değildir. Aksine kişinin kendine dair tasavvurları irrasyonel öğeler barındırır. Hatta bu anlamda manipülasyonlara açıktır. Ayrıca bu tespitten başka tek bir zekâ türünden söz etmek bile mümkün değildir. Bununla birlikte duygu (acı, his ve sinir raporları) ve bilinç arasındaki ilişki tam olarak tesis edilememiştir. Konu dışında kalması nedeniyle kısaca söz açılırsa, zihinsel olanın kriterleri etrafında zihin ile beyin arasındaki ayrım tam olarak çizilememiştir. "Bizim bakış açımızdan, bilimin başarısını ya da politik liberalizmin arzu edilebilirliğini "dünyaya uygun düşmek"ten, "insan doğasını ifade etmek"ten söz ederek açıklamaya kalkışmak, uyuşturucunun sizi niçin mahmurlaştırdığını onun uyutucu gücünden söz ederek açıklamaya benzer"(Rorty, 1995, s. 30). Bu anlamda ilgili çıkarımlar, Rorty'ye bir konuda farklı iddialara sahip sözcük dağarlarının bir arada bulunacağına dair güçlü bir kanaat verir. Doğal bir sonuç olarak çoğulculuk onun için olumlu ve yararlıdır. Zaten pragmatizm tam da burada devreye girer.

Pragmatist felsefenin bu yeni görünümü (yeni-pragmatizm) bir yaşam alanı sunması bakımından iki açıdan önemlidir. İlki, kendi bağlamları içerisinde geçerli olan dil oyunları arasında arabuluculuk yapmak. Bu eslında Klasik pragmatizmde de görülen bir yetemektir. İtalyan pragmatist Papini'nin "otel koridoru" argümanında olduğu gibi, bütünüyle birbirinden farklı kimselerin kendi odalarından çıktığında bir araya gelebilecekleri zemin felsefi araştırmada pragmatizmdir. Yeni-pragmatizmin orijinalliği bir dil oyunu içerisinde şeyleri yeni kılmak ve bu yolla hem kendini hem de ötekini anlamak için hiç görülmemiş bir eğretileme geliştirmesidir. Başkalarının gözünde kendinin nasıl yer ettiğini açıklamak ve tam tersine onların yaptıklarının bir başkasının anlam dünyasında nasıl karşılık bulduğunu göstermek için duygular üzerinde işlemde bulunmaktadır. Bu hususu Rorty şöyle öne çıkarır: "Bunun tersine, Galilei, Yeats ya da Hegel (benim terimi geniş anlamda- "şeyleri yeni kılan kimse" anlamında-kullanışım açısından bir "şair" olan Hegel), tipik olarak, ne yapmak istediğini, içerisinde onu yapmayı becerdiği dili geliştirmeden önce tam olarak belirginleştirmeye muktedir değildir. Onun yeni sözcük dağarı ilk kez olarak kendi amacını formüle etmesini mümkün kılar. Bu sözcük dağarı, belli bir tanımlar dizisinin, kendisinin de oluşumuna yardımcı olduğu bir tanımlar dizisinin geliştirilmesinden önce tanımlanamayacak olan bir şeyleri yapmaya yarayan bir alettir."(Rorty, 1995, s. 37). Bu anlamda Rorty'ye göre, birey öncelikle sürekli ve bitmek bilmeyen yeniden betimleme faaliyetinden geri durmamalıdır. Dile eğretilemeler getirmelidir. Kendini geliştirmeli ancak kamusal anlamda az önce ifade edildiği gibi zalimliği tanıtmalıdır. Kurbanların gözünden baskın görüşün yarattığı travmayı anlatabilmelidir. Bu anlamda bireysel

edimleri kamusal sorunlarla mutlaka birleştirmek gerekmez ancak başkalarının duygularını anlamak ve onların acı duyan varlıklar olduğunu sürekli hissetmek başarılı sonuçlara neden olabilir. Ancak burada önerdiği yorum Davidsonçu anlamda dile metaforlar katmakla olur. Rorty'nin gözünde bu durum şu şekildedir: "Ama bu resmi kabul edebilmek için, literal olan ile metaforik olan arasındaki ayrımı, Davidson'ın gördüğü biçimde görmemiz gerekiyor: İki anlam türü arasındaki ayrım olarak değil, iki yorum türü arasındaki ayrım olarak da değil; gürültülerin ve işaretlerin tanıdık ve tanıdık olmayan kullanımları arasındaki ayrım olarak. Gürültülerin ve işaretlerin literal kullanımları, insanların çeşitli koşullar altında ne söyleyeceklerine dair eski teorilerimizle idare edebileceğimiz kullanımlardır. Oysa gürültülerin ve işaretlerin metaforik kullanımı, bizi yeni bir teori geliştirmekle meşgul eden kullanım türüdür"(Rorty, 1995, s. 43). Ancak sorun şurada düğümlenmektedir. Bu tutum nasıl yaygınlaştırılabilir? Rorty, burada klasik eğitimden öte "edifiye edici", kendini yeniden kuran (Gadamerci bulding) bir eğitimden söz eder. bu yönde güçlü felsefi ve sosyal umudu bu tür insanların sayısını artırmaktadır(Neiman, 1993). Nihayet bu adım "ironist" ve "liberal" unsurların çerçevesini çizdiği birey tipini anlamaktan geçmektedir.

Kendini Düşün, Ötekini Farket: "İronist" Duruş ve "Liberal" Kamusallık

Rorty'nin terapötik felsefesinin merkezinde, "görecelik" olarak etiketlenen, fakat kendisinin daha çok "çoğulculuk" olarak savunduğu bir bakış açısı vardır. 1989 yılında yayımlanan *Olumsallık, İroni ve Dayanışma* (Contingency, Irony and Solidarity) adlı eserinde Rorty, doğruluk iddialarının ve değer yargılarının tarihsel, toplumsal ve dilsel bağlamlara göre değiştiğini savunur. Ona göre, "hiçbir kelime dünyayı olduğu gibi temsil etmez; sadece bir bağlam içinde işlerlik kazanır"(Rorty, 1989, s. 16). Bu yaklaşım, tüm bilişsel çabaların bir tür "retorik strateji" olduğunu kabul etmeye yönlendirir. Bu anlamda dil, içerisinde kendimizi, başkalarını ve topluluğumuzu tanımladığımız bir alandır. Aynı zamanda bu görüşe göre, şeyler keşfedilmekten öte yaratılırlar. Benlik, dil ve kültür eğretilemeler yoluyla dil oyununa bağlı bir etkinlikte oluşur. Dilsel gelişim süreci ona göre şöyledir: Öncelikle bir konuda baskın olan görüşle uyuşmayan bir metaforik söylem tepkilere rağmen öne sürülür. Zaman içerisinde problem çözme veya işe yarama bakımından öne çıkanlar kabul edilir ve literal anlamına kavuşur. Fakat yine de metaforik söylem büyük oranda gücünü, etkinliğini veya işlevini eski temel sözcüklerden alır. Bu nedenle şair tabiatlı olan kimseler dahi eski dile ait alet edevat olan sözcükleri hiç görülmedik şekilde kullanmaya çalışırlar. Bu görüş Kuhn'un paradigma anlayışı ve devrimsel ilerleme görüşüyle uyumludur(Rorty, 2006).

Rorty, dilin iki tür işlevi olduğuna inanır. Öncelikle dil kendini gerçekleştirmek bakımından işlevseldir. Tek bir tanımı olmayan bireysel gelişme biçiminin, varoluşsal

felsefeyle ortak yanı otantiklik vurgusu üzerinden "özgün yollar bulmanın anavatanı" olduğu söylenebilir. Bu anlayış onun eğitim fikriyle örtüşmektedir. "Edifikasyon" dediği eğitim Gadamerci "bildung" kavramına denk düşer(Rorty, 1990). Buna göre kişiler kendilerini ne olacaklarsa o şekilde inşa edeceklerdir. Bu adımda ilk istenilen özgürlüğe sahip çıkmaktır. Dolayısıyla kavram Rorty tarafından şöyle açıklanır: "…yeni, daha iyi, daha ilgi çekici ve daha yararlı konuşma yolları bulma projesi için "edifikasyon" terimini kullanacağım. (Kendimizi ya da başkalarını) edifiye etme teşebbüsü, kendi kültürümüz ile egzotik kültürler ya da tarihsel dönemler arasında veya kendi disiplinimiz ile mukayese edilemez bir vokabüler içinde mukayese edilemez amaçlar peşinde koşan bir başka disiplin arasında hermeneutik ilişkiler kurma aktivitesinden ibarettir. Fakat bunun yerine, deyim yerindeyse, hermeneutiğin karşıtlarınca izlenenler türünde yeni amaçlar, yeni kelimeler ya da yeni disiplinler yaratma "şiirsel" aktivitesinden ibaret de olabilir: Aşina olduğumuz çevremizi, yeni icatlarımızın aşina olmadığımız terimlerine göre yeniden yorumlama teşebbüsünden ibaret. Her iki durumda da aktivite (iki kelime arasındaki etimolojik ilişkiye rağmen) inşa edici olmaksızın edifiye edicidir- en azından eğer "inşa edici" normal bilimde ortaya çıkan araştırma programlarının uygulanmasındaki iş birliği türünü ifade ediyorsa. Çünkü edifiye edici söylemin normal olmadığı, alışılmadık olanın gücünün bizi eski benlerimizin dışına çıkardığı, yeni varlıklar haline gelmemize katkıda bulunduğu varsayılır"(Rorty, 2006, s. 367).

Kuzey Amerika ülkeleri için önerdiği bu program bir tür birey tipi önerir. İlgili birey, post-metafizik kültürün avantajlarından faydalanarak olumsallıklarının bilincinde olan, dil becerilerisi ve şairane üslupla geleneğin dışına çıkabilen duygu sihirbazı kimsedir. Herkes için böyle olmaktadır. Tabii ki, hayır. En iyimser ifadeyle bu birey şüpheci ve olumsaldır. Kullandığı dilin gerçekliği resmettiği konusunda şüpheli, değişmesine fırsat vermesi anlamında olumsaldır. Açıkçası bu tını felsefede rüştünü yitirmiş hatta Platon örneğinde olduğu gibi "sansüre uğramış" şairin zaferini yankılamaktadır. Rorty, bu pozisyonu "ironist birey" kavramıyla temellendirir. İronist birey, kendi inanç ve değer sisteminin nihai olmadığını bilen, kullandığı kelimelerin ve teorilerin tarihsel olarak tesadüfi biçimde geliştiğinin farkında olan kişidir. Terapötik yön tam da burada ortaya çıkar: Felsefi ve ideolojik sabitliklerin farkına varıldığında, birey "kurtarıcı doğrulara" olan bağımlılığından özgürleşir. Bu özgürleşme, bireyin yaşamla ve başkalarıyla kurduğu ilişkiyi dönüştürür. Herhangi bir görüşü veya kurumu kutsal ya da yarı kutsal görmediği için karşısındaki onun için iki ayaklı bir canlıdır. O, artık bir düşman da değildir. Yalnıza daha iyi tanımadığı için bir ötekidir. Ancak dilde yetkinleşmesi ile hem kendisini ona nasıl göründüğü üzerinden betimleyecek hem de onun kendi dil oyununda

nerede durduğunu ifade edecektir. Sözcüklerin ne anlama geldiği üzerinden kurulan birliktelik beklentileri karşılamak bakımından etkili olacaktır(Rorty, 1989; Gross, 2008).

Rorty, birey projesini serimlediği temel metni *Olumsallık, İroni ve Dayanışma* adlı kitabında kabaca hep tetik halde tuttuğu bireyin yine de bu mücadeleden kendini yaratma imkanını tasarlayabileceğini düşünür. Ancak onun kırılganlığı noktasında önemli yumuşatma teknikleri kullanır. Direnme, karşı koyma ve inatçılık gibi kişilik özelliklerinin aksine ironist doğadaki "zayıf bir varlık" olduğunun farkındadır. Bu anlamda dilsel becerilerinin de bilinciyle çoğulcu bir iklimi aralamak ister. Örneğin Rorty bir yerde şunları yazar: "Bunun tersine, ironist bir nominalist ve tarihselcidir. İronist, hiçbir şeyin esas doğası, gerçek bir özü olmadığını düşünür. O nedenle ironist belli bir dönemdeki nihai sözcük dağarında "âdil", "bilimsel" ya da "rasyonel" gibi terimin ortaya çıkmasının adalet, bilim ya da rasyonelliğin özünü bulmaya yönelik Sokratik bir soruşturmanın bir kimseyi kendi döneminin dil oyunlarının çok ötesine götüreceğini düşünmeyi gerektirmeyeceğini düşünür. İronist zamanını yanlış kabilenin içinde doğup doğmadığı, kendisine yanlış dil oyunları öğretilip öğretilmediği olanağı üzerinde düşünmeye harcar. İronist kendisine bir dil vererek bir insana dönüştüren toplumsallaşmanın ona yanlış dil vermiş ve böylece onu hatalı türden bir insana dönüştürmüş olabileceği ihtimalinden endişe duyar. Ama ironist hatalı olmanın bir ölçütünü sunamaz. O nedenle ironist kendi durumunu ne denli felsefi terimlerle dile getirmeye sürüklenirse o ölçüde "Weltanschauung", "perspektif", "diyalektik", "kavramsal çerçeve", "tarihsel çağ", "dil oyunu", "yeniden betimleme", "sözcük dağarı" ve "ironi" gibi terimleri sürekli kullanarak köksüzlüğünü kendine hatırlatır"(Rorty, 1995, ss. 115-116).

İronistler özgün olamamanın kaygısı dışında diğer insanları tanımak noktasında isteklilerdir. Çünkü insanlar hem kendini gerçekleştirmek açısından pratik bir etkiye sahiptir hem de dayanışma için gerekli görünür. Tanışıklıklar veya sosyal ilişkiler Rorty'nin neredeyse takıntı düzeyinde öne çıkardığı "biz" fikrine ulaşmak için önerdiği bir yöntemdir. Yaratılacak duygu ortaklıkları biz kavramının zeminini genişletecektir. Daha fazla kimseyi içerisinde alacak çatı bir kavrama dönüşecektir. Ancak yenilemek gerekirse, bu yönde herkeste aynı kabiliyeti görmek mümkün değildir. Ayrıca böyle bir süreden ve çeşitli duygulara sahip insanlarla karşılaşmak olanak dahilinde değildir. Bu nedenle ironistler kitaplar okurlar. Çünkü edebiyatçılar ve şairler duyguları anlatmak bakımından başarılıdırlar. Onlar bir kimsenin diğer bir kimse karşısında ne ifade ettiğini, bir eylemin diğerine ne hissettirdiğini anlatmak bakımından onlarca felsefi öğretinin ötesindedir. Rorty'nin tanışıklıkları artırmak yoluyla kendini gerçekleştirme ve duygudaşlık, sosyal sempati (sympathy) kurmak açısından edebiyatla kurduğu yakınlık yoluyla şunu tavsiye eder: "O nedenle kendi karakterlerimiz ya da kendi

kültürümüz hakkındaki kuşkularımız ancak tanışıklıklarımızı genişleterek çözüme kavuşturulabilir ya da teskin edilebilir. Bunu yapmanın en kolay yolu ise kitap okumaktır ve ironistlerin zamanlarını gerçek canlı insanları bir bağlama yerleştirmekten ziyade kitapları bir bağlama yerleştirmeyle harcamaları buradan ileri gelir. İronistler edebiyat eleştirmenlerini okur ve onları basitçe olağanüstü genişlikte bir tanışıklığa sahip olmalarından ötürü ahlâk danışmanları olarak kabul eder. Edebiyat eleştirmenleri ahlâki hakikate özel bir biçimde ulaşabilmiş oldukları için değil, çeşitli sözcük dağarları arasında gezinip durmalarından ötürü ahlâk danışmanlarıdır"(Rorty, 1995, s. 123).

Rorty'ye göre felsefenin asıl işlevi, insanlar arasında daha açık, daha yaratıcı ve daha özgür iletişim biçimlerini teşvik etmektir. Bu yönüyle, felsefenin terapötik görevi; bireyleri "mutlak ve zorunlu doğrulara ulaşma" yönündeki varoluşsal kaygılarından kurtararak, alternatif anlatı biçimleri geliştirmeye teşvik etmektir. Bu şu anlama gelir. Çok bilinen ve kabul görmüş bir iddia gerçeklikle denk düşmesi nedeniyle değil daha fazla sorun çözdüğü için tercih edilmiştir. Bu nedenle her zaman uyarlamaya açıktırlar. Ancak katı, özcü ve değişime direnen söylemler, herhangi bir değişimi hakikatten sapma olarak gösterebilirler. Bu, çözdüğü sorundan daha çok sorun çıkaran hantallaşmış söz dağarlarının sürdürülmesine neden olur. Böyle bir seçiş, bu dil oyununa saplanmış kimselerin mutsuzluğuna neden olur. Yeniliğini ve günü takip edemeyen, pratikten kopan dil evrenselliği yakaladığını iddia etmiş olsa bile yaşam dünyasından uzaklaşmıştır. Böylece felsefe, evrensel sistemler kurma hedefinden saparak, bireylerin öznel dünyalarına hitap eden bir anlatı sanatı hâline gelir(Selim, 2025).

Rorty'nin bu yönelimi, felsefeye yüklenen geleneksel metafizik ve bilimsel statünün terapötik bir biçimde "çözülmesi" anlamına gelir. O, bu çözülmenin hem bireysel hem de toplumsal düzeyde bir rahatlamaya yol açacağını düşünür. Yani felsefe artık "hastalık üretmeye" değil, bireyin "dilsel özgürleşmesine" hizmet etmelidir. Başka deyişle hastalıklarımızın bir tarihi olmak dışında tedavi edici de olmalıdır. Aslında Rorty'nin terapötik yaklaşımının nihilizme değil, bir tür "liberal ironizm"e yol açtığını öne sürmek gerekir. O, bireyin kendi inançlarına bağlanmasını değil, onları ironik biçimde yeniden değerlendirmesini ister. Bu tutum, hem bireysel anlamda esneklik sağlar hem de demokratik çoğulculuğun temelini oluşturur. Dolayısıyla, Rorty'nin terapötik felsefesi, bireyi yalnızca düşünsel anlamda değil, etik ve politik anlamda da dönüştürmeyi hedefler.

Son olarak kısa bir eleştiriyi buraya taşımak gerekir. Bu tartışma muhalif her öğreti için geçerlidir. Rorty'nin önerdiği gibi bir iddia kabul edilmiş olursa ne olur? O halde bu sözcük dağarcığı hegemonik bir güç elde etmez mi? En azından o eski gücünü, sarsıcılığını ve devrimciliğini yitirmez mi? Bu görüşü bu kadar güçlü kılan eski sözcük dağarına muhalifliği

değil midir? Çünkü mutlak bir içerikten söz edilmiyor ve aksi e formel bir retorik sunulmuyor mu? Bu iddianın yavanlaşacağı ortadadır. Böyle bir kültürün geleceği hakkında Rorty de itiraf gibi cümleler kurar: "Larkin'in şiirinin yavanlaşacağı önermesi akıl çelici bir öneridir. Böyle bir kültürde sonluluğun hiçbir pathos'u olmazdı. Ama muhtemelen böyle bir kültür olmayacaktır. Bu pathos'tan kurtulmak mümkün değildir belki de. Filozof-kralların egemenliğini ya da devletin sönüp gitmesini tahayyül etmek ne kadar zorsa, Nietzscheci taşkın oyunculluğun egemen olduğu bir kültür tahayyül etmek de bir o kadar zordur. Benzer şekilde, kendisini bütünlüklü hisseden bir insan hayatı, istediği her şeyi gerçekleştirmiş olduğundan ötürü mutlu ölen bir insan tahayyül etmek de zordur"(Rorty, 1995, s. 73). Bu nedenle aslında geldiğimiz zaman dilimine dair talihi tarih bize vermemektedir. Ancak felsefe bize, bu şartlar altında kendi imkanını dil oyunu üzerinden yaratmanın umudunu yeşertmelidir. İhmal veya felaketlerin, savaşların, hak ihlallerinin şiddetli sürdüğü bu dünyada dilsel iletişimin nasıl bir etkisi olacaktır o başka bir muammadır. Bu nedenle demokratik zihniyetin yerleştiği talihin onlara güldüğü bir coğrafya için daha makul argümanlar olduğu rahatlıkla söylenebilir.

Sonuç Yerine: Ortak Zemin Olarak Felsefenin Terapötik Dönüşümü

Wittgenstein ve Rorty, felsefenin geleneksel kuramsal yönelimlerine karşı çıkan ve onu daha çok bir tür zihinsel rahatlama ya da yeniden yönlendirme etkinliği olarak gören filozoflardır. Özellikle Wittgenstein ikinci dönemi ile hem postmodern felsefede hem de Rorty üzerinde doğrudan etkileri olan bir düşünürdür. Wittgenstein, felsefi problemleri evrensel hakikatlerin keşfine yönelik yapılar olarak değil, dilin yanlış anlaşılmasından kaynaklanan karmaşalar olarak değerlendirmesiyle teşvik edicidir. Bu noktada, felsefenin görevi artık "hakikati bulmak" değil, kişiyi bu tür arayışların kökenindeki dilsel sapmalarla yüzleştirmek ve ona alternatif düşünsel yollar önermektir.

Wittgenstein'da bu yaklaşım, dil oyunlarının açıklanması ve metafiziksel kuruntuların dağıtılması ile iş görürken Rorty'de ise dışarda bir şeylere veya zihnin kendine yani içeriklerine "ayna tutmak" değil de çoğulcu, edebi ve kültürel bir ifade biçimine dönüşmesiyle gerçekleşir. Her iki filozof da "felsefeyi hastalıklardan kurtarma" arzusunu paylaşır, ancak bu tedavinin yöntemi ve kapsamı konusunda ayrışırlar. İlginç bir biçimde, Wittgenstein ve Rorty'nin terapötik felsefeleri, terapi sonrası felsefenin ne yapması gerektiği konusunda benzer istekleri gerçekleştirmek bakımından ayrılırlar. Wittgenstein, "üzerine konuşulamayan konusunda susmalı(Wittgenstein, 2008, s. 7), derken felsefi suskunluğu önerir. Bu öneri yine bütünüyle hatalı değildir. Ancak doğa bilimlerini kutsayan bir pozitif açıklamanın dışında makul bir alan tanımaması durumunda kendi olanağını baltalar. Geç döneminde ise o, bu suskunluğu, günlük dilin açıklığa kavuşturulmasıyla işler hâle getirmeyi dener. Yani terapi sonunda dil sadeleşir ve

kişi felsefeye daha az ihtiyaç duyar. Rorty ise felsefi terapinin ardından bir tür dilsel genişleme, yani "daha fazla konuşma" çağrısı yapar. İstenilen, kendini yeniden betimlemek ve politik bir umut olarak "biz" altında daha fazla kimseyi toplamaktır. Ona göre felsefi terapi, bireyi sessizliğe değil, daha yaratıcı metaforlar ve anlatı biçimleri geliştirmeye yönlendirir. Bu nedenle Wittgenstein'ın terapisi "sakinleştirici" iken, Rorty'nin terapisi "canlandırıcı"dır. Wittgenstein'ın felsefesi daha çok bireysel bir iç görüye, dilin sınırlarını fark etmeye ve bir tür "düşünsel arınmaya" yönelikken, Rorty'nin yaklaşımı bireysel farkındalıkla birlikte etik ve siyasal sonuçlar da doğurur. Rorty'nin terapötik felsefesi, bireyi yalnızca anlam krizlerinden değil, aynı zamanda normatif baskılardan da özgürleştirmeyi amaçlar.

Bu farklara rağmen, her iki düşünür de felsefenin teorik sistemler kurmaktan çok, kişiyi "daha iyi düşünmeye" ve "kendisiyle yüzleşmeye" yönlendirmesi gerektiği konusunda birleşir. Bu ortaklık, felsefeyi çağdaş dünyada daha esnek, daha insani ve daha kişisel bir düşünme biçimi olarak konumlandırması açısından önemlidir. Kavramların sınırlarını belirlemek konusunda pratik, semantik bir sadeleştirme gösterişten öte yaşam dünyasının sınırlarını aydınlatan bir dil felsefi bir terapi sağlar. Kelimelerin anlamı dil oyunlarına bağlıdır. Başka deyişle sözcükler anlamlarını kullanımlarına bağlı olarak kazanırlar. Sözcükler alet-edevat çantasındaki aletlere benzerler. Bu nedenle sözcüklerin ilgili çantada belirli çok bilinen kullanımları dışında bireysel ve uzlaşıya dayalı kullanımları vardır. Ancak Wittgenstein'a göre dil oyunlarının içsel bir tutarlılığından söz etmek gerekir. Bu tutarlılık belirleyici olmaktadır. Felsefi terapinin nihayetinde kişilere sade bir yaşamı ve bilinmeyen konusundan ihtiyatlı olmayı hatta susmayı tercih etmeyi önerdiği söylenebilir. Rorty için portre biraz daha değişmektedir. Ona göre, anlam ve hakikat denilen şey tarihseldir. Tarihsel bir süreçte tedricen gelişen bilgi kültürel bir etkinliktir. Bu nedenle bir bilgiyi diğerinden ayırt etmek noktasında bir kriter bulunmamaktadır. Bu seçimlerin rastgele veya keyfi olduğu anlamına gelmemektedir. Aksine bu tür seçimlerin anlamsız olduğuna dair radikal bir adımı ima eder. Bu perspektiften dilin, benliğin ve kültürün olumsallığı iddiası altında özgür bir kabiliyet alanı yaratır. Bu nedenle bir görüşten diğerine geçmek daha kolay olacaktır. Daha önemli olarak karşı tarafta yer alan kimseler bir düşman gibi görünmeyecektir. Şu an için biz çatısı altında olmayan kimseler, yalnızca ortak bir kültürü paylaşamadığımız ancak o kadar da uzak olmayan kimseler olarak görülecektir. Yeni konuşma biçimlerine geçiş bir başkasının yaşam alanını sınırlamaz veya ortadan kaldırmaz. Bu anlamda Rortyci terapötik felsefe sözcük dağarlarının bir arada olabileceği çoğulculuğa izin verir. Açıkçası Rorty'nin terapötik felsefesi, Wittgenstein'ın açtığı yolu daha radikal bir perspektifle genişletir. Rorty'nin "ironist birey" modeli, terapötik felsefeyi yalnızca düşünsel bir müdahale olarak değil, aynı zamanda etik ve siyasal bir dönüşüm projesi

olarak da ortaya koyar. Terapinin amacı, bireyin sabitlik arzusundan kurtulması ve kendi anlatısını yaratabilmesidir.

Kaynakça

Adorno, T. W. (2012). *Minima moralia* (O. Koçak, Çev.). Metis Yayınları.

Boethius. (2011). *Felsefenin tesellisi = philosophiae consolatio* (Ç. Dürüşken, Çev.). Kabalcı Yayınevi.

Gross, N. (2008). *Richard Rorty: The Making of an American Philosopher*. University of Chicago Press. https://doi.org/10.7208/chicago/9780226309910.001.0001

Horkheimer, M., & Adorno, T. (2017). *Aydınlanmanın Diyalektiği* (N. Ülner, Çev.). Kabalcı Yayınevi.

Hutchinson, P. (2008). *Shame and Philosophy*. Palgrave Macmillan UK. https://doi.org/10.1057/9780230583184

Hutchinson, P. (2022). Wittgensteinian Ethnomethodology (1): Gurwitsch, Garfinkel, and Wittgenstein and the Meaning of Praxeological Gestalts. *Philosophia Scientiae, 26-3,* 61-93. https://doi.org/10.4000/philosophiascientiae.3605

Marcus Aurelius. (2019). *Kendime düşünceler* (Y. E. Ceren, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Neiman, A. M. (1993). Rorty, irony, education. *Studies in Philosophy and Education, 12*(2-4), 205-209. https://doi.org/10.1007/BF00468843

Peterman, J. F. (1992). *Philosophy as therapy: An interpretation and defense of Wittgenstein's later philosophical project*. State University of New York Press.

Rorty, R. (1980). *Philosophy and The Mirror of Nature* (1. paperback print). Princeton University Press.

Rorty, R. (1989). *Contingency, Irony and Solidarity*. Cambridge University Press.

Rorty, R. (1990). The Dangers of Over-Philosophication—Reply to Arcilla and Nicholson. *Educational Theory, 40*(1), 41-44. https://doi.org/10.1111/j.1741-5446.1990.00041.x

Rorty, R. (1995). *Olumsallık, İroni ve Dayanışma* (M. Küçük, A. Türker, & T. Birkan, Çev.). Ayrıntı Yayınları.

Rorty, R. (2006). *Felsefe ve Doğanın Aynası* (F. G. Kaya, Çev.). Paradigma Yayıncılık.

Selim, F. (2025). Richard Rorty'nin Radikal Postmodernizminin Bir Olanağı Olarak Terapötik Felsefe. *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi, 1*(1), 1-16. https://doi.org/10.29228/felsefix.81154

Sluga, H. D. (2011). *Wittgenstein*. Wiley-Blackwell.

Tse, L. (2019). *Tao Te Ching: Büyük Fikirler* (E. Kurtuldu, Çev.). Kafka Yayınevi.

Wittgenstein, L. (1967). *Zettel* (G. E. M. Anscombe & G. H. Von Wright, Çev.). Basil Blackwell.

Wittgenstein, L. (1968). *Philosophical Investigations.* (G. E. M. Anscombe, Çev.). Macmillan Publishing Co.

Wittgenstein, L. (1985). *Tractatus Logico-Philosophicus* (O. Aruoba, Çev.). Bilim/Felsefe/Sanat Yayınları.

Wittgenstein, L. (2007). *Felsefi Soruşturmalar* (H. Barışcan, Çev.). Metis Yayınları.

Wittgenstein, L. (2008). *Tractatus Logico-Philosophicus* (O. Aruoba, Çev.). Metis Yayınları.

Yücel, E., & Yılmaz, H. (2022). LUDWIG WITTGENSTEIN'IN "SİNEK ŞİŞESİNDEKİ SİNEK" METAFORUNA DAİR. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, *33*, 329-342. https://doi.org/10.53844/flsf.1074945

Reclaiming Existential Meaning Beyond Logic: An Existential Philosophical Counseling

Navneet Chopra[•]

Abstract
This paper critiques the limitations of Logic-Based Therapy (LBT) as a primary method of philosophical counseling and argues that the true root of most psychological and existential suffering lies not in fallacious reasoning but in the disoriented "existential structure" which may lead to existential alienation and affective disturbance. While LBT addresses erroneous syllogisms and irrational beliefs, this paper contends that such approaches are insufficient when confronting the deeper existential attitudes individuals unconsciously hold. These are not merely cognitive distortions but emotionally charged existential commitments. A true transformation through philosophical counseling can emerge through a transformation in worldview, and this can be initiated by undergoing radical experiences or by adopting a new existential worldview, rather than by attaining mere logical coherence. Most problems emerge not because of logical inconsistency but for an unconscious organization of basic philosophical worldview which decides the *major premise* of the LBT (logic based therapy) like "I must be a topper to be worthy" The paper calls for a turn from "logical correction" to "existential attunement" and value clarity to review, revise and update one's worldview to seek deeper meaning and a clarity of choice between contesting meanings to be ready for certain sacrifices, and give direction and purpose to one's life.
Keywords: LBT, existential structure, Heidegger, Merleau-Ponty, worldview, Lifeworld

Mantığın Ötesinde Varoluşsal Anlamı Yeniden Kazanmak: Varoluşsal Felsefi Danışmanlık

Özet
Bu çalışma, felsefî danışmanlıkta temel yöntem olarak benimsenen Mantık Temelli Terapi'nin (Logic-Based Therapy, LBT) sınırlılıklarını eleştirmekte ve çoğu psikolojik ve varoluşsal acının asıl kaynağının yanlış akıl yürütmede değil, bireyin yönünü kaybetmiş "varoluşsal yapısında" yattığını ileri sürmektedir. Bu yapısal yönsüzlük, varoluşsal yabancılaşmaya ve duygusal dengesizliğe yol açabilmektedir. LBT yanlış kıyaslara ve irrasyonel inançlara odaklanırken, bu makale, söz konusu yaklaşımın bireylerin bilinçdışı düzeyde benimsedikleri daha derin varoluşsal tutumlarla yüzleşmede yetersiz kaldığını savunmaktadır. Bu tutumlar, yalnızca bilişsel çarpıtmalar değil, duygusal olarak yüklü varoluşsal bağlılıklardır. Felsefî danışmanlıkta gerçek bir dönüşüm, yalnızca mantıksal tutarlılık kazanımıyla değil, dünya görüşünde yaşanan köklü bir değişimle mümkün olabilir. Bu dönüşüm, radikal yaşantılar yoluyla ya da yeni bir varoluşsal perspektif benimsemek suretiyle başlatılabilir. Çoğu sorun, mantıksal çelişkilerden değil, "değerli olabilmek için en iyisi olmalıyım" gibi LBT'nin temel öncüllerini belirleyen bilinçdışı felsefî dünya görüşü örgütlenmesinden kaynaklanır. Bu nedenle makale, "mantıksal düzeltme"den "varoluşsal uyum"a ve "değer netliğine" bir yönelimi savunur. Bu yaklaşım, bireyin dünya görüşünü gözden geçirip yenilemesini, derin anlam arayışını ve birbiriyle çatışan anlamlar arasında bilinçli tercihler yapma cesaretini teşvik ederek yaşamına yön ve amaç kazandırmayı amaçlamaktadır.
Anahtar Kavramlar: Mantık Temelli Terapi (LBT), varoluşsal yapı, Heidegger, Merleau-Ponty, dünya görüşü, yaşam dünyası

[•] Assistant Professor, Department of Philosophy, University of Delhi, Delhi, email:nchopra@philosophy.du.ac.in

Introduction: PhilC as Phenomenological Attunement

Philosophical counselling (PhilC), when practiced deeply, resembles phenomenological inquiry more than logical therapy. It involves, among others, suspending premature judgment, listening to the client's life as a coherent narrative of affect, embodiment, and relational tension, helping the client see the implicit philosophical stance behind their suffering, inviting existential alternatives, not merely rational objections. PhilC can be likened to becoming Lord *Shiva* - a continuous, deliberate process of self-demolition and reconfiguration. Just as Shiva destroys to renew, PhilC involves persistent examination and dismantling of the old self, followed by the reconstitution of a more authentic, coherent being. This is not metaphorical indulgence; it is a disciplined cultivation of selfhood, requiring both reflective and embodied practices that destabilize entrenched habits and unexamined assumptions.

In cinematic terms, consider the pivotal scene in the movie *Rog,* where Irrfan Khan's character confronts his psychiatrist before the popular existential angst-reflecting song begins. His dialogue exposes the tension between the surface behavior and the hidden interior life, highlighting that intellectual understanding alone cannot resolve existential dissonance. Rather, an understanding of his *angst,* and a resolute stance to quit his disaligned or non-attuned job, of being a cop, is required. This mirrors the challenge in philosophical counselling that insight cannot be imposed through logic alone; it must emerge from an existential confrontational engagement with one's lived experience.

Spinelli (2001) and van den Berg (1972) both emphasized the importance of entering into the lived-world of the client, not merely diagnosing flawed thought. PhilC, thus, becomes a form of existential companionship, where the counselor helps the client navigate their way back to a truthful way of being. Cognitive distortions may be symptomatic, but the root lies deeper. A man who says, "I must be respected by all" may not need to be corrected, but understood. His demand may be rooted in a childhood of neglect, cultural scripts of masculinity, or unprocessed shame. Healing involves not syllogistic analysis but a *return to self*, a re-grounding in personal meaning and existential freedom. Logic is important, but it is secondary. It follows the reorganization of the emotional and philosophical architecture of the person. Thus, while LBT can be a helpful technique, it cannot be the foundation of deep philosophical counseling. That foundation must be *existence*, not logic.

1. **Quest for Individuality and Authenticity:**

As such, individuality and authenticity are not natural possessions but must be *earned* through struggle and deliberate choice. Kierkegaard (1849/1989) anticipated this insight in his account of the self as a "task" that must be continually achieved rather than a stable essence. Sartre (1943/1992) similarly argued that human beings are "condemned to be free," thrown into situations where they must take responsibility for defining themselves against the pull of conformity. Merleau-Ponty's phenomenology adds a further dimension through the concept of the *intentional arc*, the bodily and existential structure that links perception, memory, habit, and action. As he observes, "The life of consciousness—cognitive life, the life of desire or perceptual life—is subtended by an intentional arc which projects round about us our past, our future, our human setting, our physical, ideological and moral situation" (Merleau-Ponty, 1962, p. 136). This arc means that perception of a situation or a person is never neutral, but always shaped by a history and expectations towards and anticipations from the future, and by the "attunement" towards the world under what Heidegger calls as "moods". Further, even the perception of the conduct of someone itself is not the mechanical application of rules but the expression of this dynamic arc of meaning.

This dynamicity exposes the limits of rigid logic. Formal reasoning proceeds by abstraction, detachment, and linearity, yet perception is lived as an ongoing negotiation of past, present, and anticipated possibilities. The intentional arc constantly shifts and reorients itself in response to subtle changes in mood, environment, and relational context. Logic, precisely because of its rigidity, fails to capture these nuances. It misses how a single gesture, silence, or shift in atmosphere can reconfigure the meaning of an encounter. Thus, perception is not constructed out of discrete logical steps but emerges holistically from our embodied situation in the world.

This framework helps explain why contemporary cultural trends of the young modern generation, popularly called "Gen Z", possess an inclination toward adopting a "progressive" stance as a *new* social norm, but are often accompanied by feelings of guilt, shame, or anxiety, when values are mimicked rather than authentically appropriated. For Gen Z, the "Sphere of Mitsein", as the domain of relational, socially embedded being, has a layered structure. One layer consists of traditional values and norms inherited from family, culture, or religion. These provide a familiar moral and ethical horizon and are often internalized through long-standing socialization. The second layer comprises progressive, new-age practices and ideologies, including digital trends, social "activism, fluid identities, and sexual experimentation. When these progressive norms are adopted unreflectively, i.e. mimicking peers, social media, or

online communities rather than consciously appropriated, they do not become part of the individual's authentic self.

This unreflective adoption creates tension within the intentional arc, which governs the dynamic interplay of perception, memory, habit, and action. As a result, Gen Z individuals often experience guilt, shame, or anxiety when engaging with progressive practices, or when observing others participating in them. They may behave confusingly: appreciating traditional values in a person, yet feeling disgust or resentment if that person participates in radical new-age practices; or projecting blame onto others for their own uncomfortable feelings. These contradictions are not moral failings but a natural outcome of inhabiting a Sphere of Mitsein where one layer is fully internalized (traditional) and another remains superficially borrowed (progressive).

Transitioning toward the Sphere of Authenticity requires an *Existential Cut*: a conscious, embodied intervention that disrupts the unreflective absorption of norms and recalibrates perception and action. A concrete practice could involve moving to a nearby village on weekends, unknown to oneself, without friends or relatives, spending the day alone in fields with minimal supplies, and cutting all connections with the outside world, including digital devices. Crucially, this solitude is paired with conscious philosophical reflection—examining one's inherited and adopted values, revising or discarding those that are incoherent or unreflective—and formal meditation, cultivating comfort with living alone without reliance on external validation.

Through this process, the intentional arc is recalibrated: progressive practices and values can either be genuinely appropriated into authentic selfhood or consciously rejected, dissolving the tension between traditional norms and borrowed new-age behaviors. Over time, this fosters clarity, presence, and autonomous engagement with life, allowing one to move fully from the Sphere of Mitsein into the Sphere of Authenticity. The result is an integrated, reflective self that can navigate contemporary social and cultural pressures without being unreflectively shaped by them.

Existential Structures (Default and Transformed)

The assumption of an "own mind" is, in the ordinary sense, a myth. Human existence is never simply self-contained; it is always already constituted in what Heidegger (1962) describes as *Mitsein* - being-with (others). The self, far from being an autonomous given, emerges within a horizon of shared language, norms, and practices. However, Heideggerian ontological phenomenology, emphasizes that there exist more pre-reflective structures of existence that constitute our being-in-the-world. Heidegger (1927/1962) describes these as fundamental

existentiale - thrownness, being-toward-death, spatiality, temporality, and being-with, while Merleau-Ponty (1945/2012) articulates them through the notion of the *intentional arc*, which links perception, memory, habit, and action or future action possibilities. To characterize it further, he states: "The life of consciousness—cognitive life, the life of desire or perceptual life—is subtended by an *intentional arc* which projects round about us our past, our future, our human setting, our physical, ideological and moral situation" (Merleau-Ponty, 1962, p. 136). This presence of this arc signifies that perception of a situation or a person is never neutral, but always shaped by the history and future anticipations & expectations, and hence by developing an orientation toward the future. However, I contend, that these structures form what may be termed the Default Existential Structure (DES): the ordinary, largely unthematized horizon in which daily life unfolds.

The DES is characterized by immersion in the everyday, where comportment and interpretation are guided by the *dictates* of *Das Man* or "the They". Embodied pragmatic existence, though deeply structured, remains habitual and unreflective; time is experienced primarily in its pragmatic horizon of projects, deadlines, and routines; space is navigated as a neutral, functional environment; and others are encountered through roles and conventions.

Yet the possibility of a Transformed Existential Structure (TES) exists. It begins with conscious reflection and value-reorientation. Rather than drifting with the default values of conformity and its comfort and safety, one may deliberately embrace higher orientations such as Stoic endurance, disciplined freedom, and inner steadiness. A soldier enduring hardship for duty, or a freedom fighter accepting struggles for a higher aim, exemplifies this shift from convenience to depth. TES is further marked by the cultivation of meaningfulness, what the Japanese call *ikigai*. Beyond cognitive intelligence (IQ) and emotional intelligence (EQ), one must also foster an Authenticity Quotient (AQ) or Philosophical Quotient (PhilQ), which together align life with intrinsic calling rather than external rewards. A teacher who chooses classrooms over lucrative corporate roles, or a singer or dancer, persisting despite financial struggle, reflects such commitment to meaning.

Equally important is the transformation of pragmatic relations with the world. Embodied beings always encounter things through their affordances, e.g. a hammer as for "hammering", a door as for "passing through". Thus, meaning itself emerges from lived pragmatic-instrumental relationship between the person and object. By *altering* these pragmatic interactions, the sense of self and world can be reshaped. A person recovering from depression through running or gardening rediscovers the world as vibrant and alive; shifting from cars to cycling reshapes one's relation to the city, air, and effort, and helps in becoming part of a

renewed sense of well-being. At its deepest level, TES points toward a Zen-like state of stillness, where the restless chatter of the mind subsides into lucid and silent awareness. This is exemplified not only by a monk in meditation, but also by an artist calmly absorbed in painting or a surgeon wholly focused in the operating room. In this way, TES marks the movement from the Default Existential Structure (DES), which is characterized by conformity and distraction towards a life that is grounded, free, spontaneous, and creative. Under TES, the same horizons are re-appropriated reflectively and authentically. Now, the embodiment is no longer mere habit but becomes a medium of *attunement*. A musician, for instance, does not simply manipulate an instrument but inhabits it as an extension of her lived body, thereby reconfiguring the intentional arc of perception and expression. Temporality, likewise, is no longer confined to linear planning but discloses itself as an open horizon, e.g. for an individual who, following a *rupture* such as serious illness, begins to experience time as finite, precious, and directed toward authentic possibility rather than routine continuation of drudgery of 'average everydayness' (Heidegger, 1927/1962).

Spatiality, too, is deepened. In DES, places are primarily functional, e.g. an office as workplace, a park as recreational site, but in TES, spatiality is transfigured: the same park becomes a space of existential reflection, and thus a site for other open possibilities. Similarly, being-with-others shifts from conformity to genuine encounter. Friendship or love in TES is not merely a behavioural performance of nicety within social scripts, but an openness that allows the other's alterity to appear, thereby grounding a relation of authenticity and freedom (Levinas, 1961/1969).

The transition from DES to TES may be understood as an interruption of the habitual intentional arc—a phenomenological "reset" that discloses new possibilities of meaning. Such transformation is not a radical break with existential structures but their reconfiguration. The very same conditions of embodiment, temporality, spatiality, and intersubjectivity remain, but they are inhabited differently: consciously, reflectively, and authentically.

2. Existential Realizations, Not Logical Refutations:

Logic-Based Therapy (LBT), developed by Elliot D. Cohen, posits that emotional disturbances arise from irrational premises leading to self-defeating conclusions. In LBT, the first premise, which I see as a 'philosophical stance' though often unreflective, is crucial. However, as a case study, e.g. for the young generation Gen Z, this foundational premise is often ambiguous, leading to inconsistent behaviors and emotional responses. This ambiguity stems from the unreflective adoption of practices and ideologies from both traditional and

progressive spheres within their *Lebenswelt* (lifeworld), resulting in conflicting premises and conclusions. For instance, Gen Z individuals may simultaneously uphold traditional values while engaging in progressive practices without critically examining the underlying premises. This uncritical adoption creates a dissonance between their inherited values and newly acquired practices, leading to confusion and emotional turmoil. The unreflective nature of this adoption means that these practices do not integrate into their authentic self, causing a misalignment between their actions and core beliefs. To address this, existential reflection is essential. By engaging in deliberate philosophical inquiry, individuals can examine and reconstruct their premises, ensuring they align with their authentic self. This process involves identifying and challenging inherited and unexamined beliefs, allowing for the conscious integration of values that resonate with one's true identity.

A similar point is developed in Gadamer's philosophical hermeneutics. For Gadamer (1989), understanding is never a purely logical operation but always a *fusion of horizons*—the interweaving of one's historically shaped perspective with that of another person, text, or situation. Meaning arises through dialogue and encounter, not through rigid deduction. For Gen Z, this insight is crucial in clarifying the *first premise* of their Logic-Based Therapy framework: their foundational philosophical stance or authentic value system. Because their Sphere of Mitsein contains both traditional and unreflectively adopted progressive norms, their initial premise is often ambiguous or conflicted. To resolve this, they must actively engage in Kierkegaardian "task" of existential reflection, allowing a genuine fusion of horizons—encountering diverse perspectives, testing inherited and adopted beliefs against lived experience, and integrating only those values that withstand critical and reflective scrutiny.

Through this fusion, Gen Z can reconstruct a coherent first premise that genuinely reflects their authentic self, rather than merely imitating social trends or inherited norms. Once this foundational premise is clarified, logical reasoning and decision-making—whether in LBT or in everyday life—can proceed coherently, grounded in authenticity rather than unreflective conformity.

3. Existential Dust & Existential Cut:

I propose the notion of Existential Dust to describe the turbulence that engulfs one's existential structure, producing distortions in how events, objects, and even the world itself are perceived. In such moments, logic and reasoning lose their power, for they operate on the basis of misperceptions, rather than on phenomena as they are given. Heidegger (1962) already emphasized that our being-in-the-world is always mediated by moods, which color the

disclosure of reality; when such moods are agitated, the world is perceived through a haze. Similarly, Merleau-Ponty (1962) argued that perception is embodied and situated, not neutral or detached, and thus easily clouded by existential turbulence.

To perceive authentically, this existential dust must first be allowed to settle. This requires what I call an "existential cut"- a deliberate suspension or blocking of the conditions that perpetuate turbulence. The notion can be seen as aligned with Husserl's (1982) method of epoché, which brackets habitual assumptions in order to see phenomena as it is. Yet, unlike Husserl's primarily methodological suspension, the existential cut emphasizes practical steps: withdrawing from disturbing environments or toxic relationships, loosening one's fixation on imagined futures, suspending the burdens of the past, and engaging the body through activities such as running, jogging, or skipping. In line with contemporary psychological research, such practices promote emotional regulation and cognitive clarity, reinforcing the role of embodied action in restoring perception (Salmon, 2001). Only through an *Existential Cut,* which is a conscious, embodied, and deliberate intervention, can the conditions for individuality and authentic selfhood be opened. Such a cut involves stepping outside inherited patterns of conformity, suspending the hold of past burdens and future projections, and engaging practices that reset perception.

In this sense, the existential cut disrupts the habitual intentional arc and interrupts the taken-for-granted fusion of horizons, creating the possibility of a renewed orientation toward the world. Authenticity, therefore, is not assumed as given, but earned through existential labor. The *Existential Cut* serves as a pivotal intervention in this process. It involves a conscious, embodied disruption of habitual patterns, creating space for reflection and re-evaluation of one's premises. This cut facilitates the dismantling of unexamined beliefs and the formation of authentic premises, leading to coherent conclusions and aligned actions.

Thus, the concepts of existential dust and existential cut extend the phenomenological tradition by naming and clarifying the turbulent conditions that obscure perception, and by articulating concrete strategies for regaining existential clarity.

4. Troubles with Critical Dialectical Method:

At this juncture, it is instructive to critique Oscar Brenifier's confrontational method of philosophical practice, which can be criticised for his reliance on aggressive dialectical questioning that prioritizes intellectual rigor over the client's emotional well-being. Brenifier's method emphasizes exposing logical inconsistencies through relentless interrogation, risks alienating clients by neglecting their affective vulnerabilities and the existential nuances of their

lived experience. This confrontational style can lead to clients feeling publicly shamed, stripped of their dignity, and emotionally exposed rather than understood or supported by a philosophical counselling. Instead of fostering genuine insight, such a method may generate resistance, defensiveness, and withdrawal, ultimately undermining therapeutic progress.

His approach, which relies heavily on aggressive dialectical questioning and public exposure of logical inconsistency, often fails to acknowledge the client's emotional vulnerability. For example, a client once exposed to such philosophical interrogation described feeling "stripped" and "nakedly judged," rather than understood. Though the counselor successfully identified contradictions in her thinking, the session left her emotionally raw and closed-off. In contrast, when met with a phenomenological stance—where her values, pain, and desires were patiently explored—she began to articulate deeper motivations behind her dilemmas, leading to a quiet, but profound shift in perspective.

Another client, having participated in one of Brenifier's workshops, likened the experience to being publicly shamed under the guise of philosophical rigor. The counselor's relentless demand for definitional clarity and rigid logical progression became a form of existential invalidation, where the complexity of inner life was reduced to a combative intellectual exercise. The client reported feelings of humiliation, powerlessness, and confusion, and experienced emotions antithetical to therapeutic growth. These testimonies illustrate how an overly logic-driven, confrontational method can border on 'philosophical cruelty', especially when it disregards the deep emotional wounds and nuanced existential tensions that require care, not conquest. Consider the case of a person entangled in obsessive romantic attachment. Logic may help them see the irrationality of their suffering, but unless they *feel* the truth that their attachment is a barrier to their spiritual growth, no change will happen. When they realize that their longing is costing them peace, clarity, or a Zen-like equanimity, a deeper transformation becomes possible. This is an existential realization, akin to Sartre's notion of "conversion" (1943/2007), in which the entire perspective of being shifts, and not merely a belief. Real change is not the result of winning a debate within the self but of seeing one's situation differently, feeling its weight, and choosing a new stance toward existence. That which was previously unconscious becomes emotionally and existentially integrated, and logic follows naturally.

Conclusion

PhilC must go beyond LBT's rationalist roots and ground itself in existential engagement. A philosophical counselor should aim not merely to defeat arguments, but to resonate with the being of the client, facilitating insight through attunement and existential

openness. It must acknowledge that the self is not a flawed logician, but an existentially disoriented being. The work, then, is not to fix logical thought but to uncover the existential soil from which thought arises. Central to the transformative process is the Existential Structure, which underlies cognition, perception, emotion, and behaviour. Mere logical reasoning or intellectual acrobatics cannot transform this structure. Logic operates downstream from the existential structure, i.e. it can articulate or formalize insight, but it cannot generate it. Transforming the existential structure requires embodied interventions, prolonged reflection, and deliberate engagement with one's values, habits, and relational patterns. Only by addressing this structure can authentic selfhood emerge, enabling both clarity of perception and the capacity for integrated action. In essence, whether in cinematic representation, philosophical counseling, or lived experience, the lesson is consistent: the transformation of the self is not a purely intellectual endeavor. It requires demolishing, like Lord *Shiva*, inherited or culturally borrowed, unreflective patterns, persistently reconfiguring one's existential structure, and cultivating practices that allow authenticity to emerge. Logic and reasoning are important, but they are secondary tools; the primary work occurs at the level of being itself.

For someone to navigate the complexities of their multifaceted *Lebenswelt*, it is imperative to engage in existential reflection and undergo the *Existential Cut*. This approach enables the reconstruction of foundational premises, fostering authentic living and emotional well-being. In essence, the *Existential Cut* combined with Gadamerian reflection allows one to resolve the tension within their layered Mitsein, integrate or discard values consciously, and establish an authentic foundation for required action. Logical deduction and emotional stability then naturally flow from this reconstructed first premise, rather than being imposed artificially by rigid logical reasoning alone.

References

Cohen, E. D. (2003). *What would Aristotle do? Self-control through the power of reason.* Prometheus Books.

Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy.* Lyle Stuart.

Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning* (I. Lasch, Trans.). Beacon Press. (Original work published 1959)

Gadamer, H.-G. (1989). *Truth and method* (J. Weinsheimer & D. G. Marshall, Trans., 2nd rev. ed.). Crossroad.

Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Harper & Row. (Original work published 1927)

Husserl, E. (1982). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy, first book* (F. Kersten, Trans.). Martinus Nijhoff.

Kierkegaard, S. (1989). *The sickness unto death* (A. Hannay, Trans.). Penguin. (Original work published 1849)

Lahav, R. (2001). A philosophical approach to counseling. In R. Lahav & M. Tillmanns (Eds.), *Essays on philosophical counseling* (pp. 1–20). University Press of America.

Levinas, E. (1969). *Totality and infinity: An essay on exteriority* (A. Lingis, Trans.). Duquesne University Press. (Original work published 1961)

Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of perception* (C. Smith, Trans.). Routledge & Kegan Paul.

Merleau-Ponty, M. (2012). *Phenomenology of perception* (D. A. Landes, Trans.). Routledge. (Original work published 1945)

Nietzsche, F. (2006). *Twilight of the idols* (D. Large, Trans.). Oxford University Press.

Salmon, P. (2001). Effects of physical exercise on anxiety, depression, and sensitivity to stress: A unifying theory. *Clinical Psychology Review, 21*(1), 33–61.

Sartre, J.-P. (1992). *Being and nothingness* (H. E. Barnes, Trans.). Washington Square Press. (Original work published 1943)

Sartre, J.-P. (2007). *Being and nothingness* (H. E. Barnes, Trans.). Routledge. (Original work published 1943)

Spinelli, E. (2001). *Practising existential psychotherapy: The relational world.* Sage Publications.

Taylor, C. (1991). *The ethics of authenticity.* Harvard University Press.

van den Berg, J. H. (1972). *The psychology of the sickbed.* Duquesne University Press.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy.* Basic Books.

Felsefi Danışmanlıkta Heideggerci Yaklaşım: Sahici Varoluş *(Eigentliche Existenz)*

Dilek Arlı Çil*

Özet
Bu çalışmada, felsefi danışmanlığın bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları sorunlarla başa çıkma becerilerini geliştirmeye yönelik yönü merkeze alınmaktadır. Bu bağlamda felsefi danışmanlık, bireyin yaşadığı zorlukları felsefi düşünme, sorgulama ve anlamlandırma süreçleri aracılığıyla ele almasını sağlayan bir uygulamalı felsefe etkinliği olarak değerlendirilir. Marinoff'un da belirttiği üzere, kendini tanıma ve özünü keşfetme süreci temelde felsefi bir etkinliktir; dolayısıyla felsefi danışman, bireyin kendisini ve varoluşunu daha derin bir biçimde kavramasına yardımcı olur. Bu süreçte danışman, felsefi diyalog yoluyla bireyin kendi yaşam deneyimini sorgulamasına, düşüncelerini temellendirmesine ve varoluşsal sorunlarına daha sahici bir perspektiften yaklaşmasına eşlik eder. Çalışmada, Heidegger'in "sahici varoluş", "Dasein", "kaygı", "ölüme-doğru-olma" ve "birlikte-varolma" gibi temel kavramlarından yola çıkarak, bu kavramların bireyin varoluşsal sorunlarını anlamlandırma ve bunlarla baş etme sürecine felsefi danışmanlık bağlamında nasıl katkı sağlayabileceği tartışılmaktadır.

Anahtar kelimler: Heidegger, sahici varoluş, ölüme doğru olma, özgürlük, kaygı.

A Heideggerian Approach in Philosophical Counselling: Authentic Existence (*Eigentliche Existenz*)

Abstract
This study builds on the aspect of philosophical counselling that aims to enhance individuals' ability to cope with the problems they encounter in their lives. In this context, philosophical counselling is regarded as a form of applied philosophy that enables individuals to address problems through processes of philosophical thinking and reasoning. As Marinoff points out, the process of self-knowledge and self-discovery is fundamentally a philosophical endeavor; therefore, the philosophical counsellor helps individuals gain a deeper understanding of themselves and their existence. Through philosophical dialogue, the counsellor quides the individual in questioning their life experiences, grounding their thoughts, and approaching existential problems from an authentic perspective. With this aim, the study analyzes Heidegger's key concepts such as "Dasein", "authentic existence", "anxiety", "being-toward-death", and "being-with" to discuss how these notions can contribute to understanding and addressing existential issues within the framework of philosophical counselling.
Key words: Heidegger, authentic existence, being towards death, freedom, anxiety.

Giriş

Günümüzde felsefi danışmanlığın tanımına ilişkin ortak bir uzlaşı bulunmamaktadır. Bu durum, felsefi danışmanlığın ne olduğu, diğer danışmanlık türleriyle benzerlikleri ve farklılıkları, belirli bir yönteme sahip olup olmadığı ve eğer varsa bu yöntemin ne olduğu gibi konularda farklı yaklaşımların ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Bu farklı yaklaşımları inceleyen Peter Raabe, *Philosophy of Philosophical Counselling* başlıklı doktora tez çalışmasında felsefi danışmanlığın temel hareket noktalarını sistemli bir biçimde ortaya koymuştur. Raabe'ye göre, felsefi danışmanlık bazı yaklaşımlarda, danışanın kendisinin

* Doç. Dr., Maltepe Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Felsefe Bölümü.

belirlediği şekilde kişisel gelişimini desteklemeyi amaçlarken, bazı yaklaşımlarda bireyin içsel dengesini yeniden kurmasına yardımcı olmayı ve düşünme yetilerini geliştirmeyi hedefler. Bazı uygulayıcılar felsefi danışmanlığın bir terapi türü olduğunu savunurken, diğerleri terapiden tamamen farklı bir alan olduğunu öne sürerler. Ayrıca kimi yaklaşımlarda, felsefi danışmanlık yaşamında ciddi zorluklar yaşamış bireylere, bu tür sorunları hem önleyebilecek hem de hafifletebilecek bir yaşam biçimini nasıl oluşturabileceklerini öğretmeyi amaçlamaktadır (Raabe, 1999, s.17). Raabe'nin tespitlerinden hareketle, felsefi danışmanlığın temelde iki ana odağa sahip olduğu söylenebilir: Bireyin kişisel gelişimini desteklemek ve karşılaştığı sorunlarla başa çıkma becerisini geliştirmek.

Bu çalışmada, felsefi danışmanlığın ikinci odağı olan, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları sorunlarla felsefi bir bakış açısıyla başa çıkabilme yetilerinin geliştirilmesi amacı benimsenmektedir. Bu amaçla bağlantılı olarak felsefi danışmanlık, bireylerin karşılaştıkları yaşam sorunlarına felsefi düşünme ve sorgulama yoluyla yaklaşmalarını sağlayan bir uygulamalı felsefe etkinliği olarak ele alınmaktadır. Marinoff'un da dile getirdiği gibi, "Eğer kendinizi tanımıyorsanız, yapılması en isabetli olan şeyi nasıl bilebilirsiniz? Kendini tanımanın bir bölümü bedensel olduğu kadar, elbette psikolojiktir. Fakat özünüzü keşfetmek eninde sonunda felsefi bir iştir (2004, s.51). Bu bağlamda felsefi danışman, bireylerin karşılaştıkları sorunları felsefi diyalog aracılığıyla ele almalarına, kendilerini ve varoluşlarını tanıyarak bu sorunlarla baş etme becerisi kazanmalarına eşlik eder. Felsefi danışmanlık sürecinde ele alınan yaşam sorunlarının önemli bir bölümünü varoluşsal nitelikteki sorunlar oluşturur. Bu sunumda, Martin Heidegger'in ortaya koymuş olduğu "sahici varoluş" (*Eigentliche Existenz*), "Varlık" (*Sein*), "Dasein", "kaygı" (*Angst*), "ölüme-doğru-olma" (*Sein zum Tode*) ve "birlikte-varolma" (*Mitsein*) gibi temel kavramlardan hareketle, bireylerin karşılaştığı varoluşsal sorunları anlamlandırma ve ele alma sürecine felsefi danışmanlık bağlamında nasıl bir katkı sunabileceği tartışılacaktır.

Dasein'ın Varoluşsal Analizi

Martin Heidegger, *Varlık ve Zaman* (*Sein und Zeit*) adlı eserinde Dasein'ın yani insanın varoluşunu çözümler. Bu çözümleme, Dasein'ın temel varlık yapılarının incelenmesini gerektirir (2006, s.17). "Dasein" sözcüğü "Almancada, "orada-varlık", "orada-olma" demektir. Sözcüğün anlamıyla bağlantılı olarak, Dasein'ın en temel varlık yapısı, dünya içinde (*in-der-Welt-sein*) oluşudur (2006, s.55). Dünya içinde oluş, belirli bir çevrede olmayı ve çevresinde varolanlarla ilişki içerisinde varolmayı ifade eder. Dasein'ın çevresini hem cansız varolanlar hem de diğer insanlar ve canlılar oluşturur (2006, s.67). Dasein'ın belirli bir çevre içerisinde

oluşu, çevresinde karşılaştığı canlı ve cansız varolanlarla ilgilenmesini de beraberinde getirir. Dasein, öncelikle bir ilgi (Sorge) varlığıdır. Dasein'ın kendini içinde bulduğu, fırlatılmış olduğu (*Geworfenheit*) dünyada başka insanlarla ilgili olması, varoluşsal analiz bağlamında, Dasein'ın diğer varlık yapısı olan birlikte varoluşa götürür.

Heidegger'e göre Dasein, özünde "birlikte-oluş"tur (*Mitsein*) ve bu, varoluşsal (eksistansiyel) ve ontolojik bir anlam taşır. Sadece bir şekilde ifade etmek gerekirse insan, yalnız başına değil, başkalarıyla birlikte dünyada var olan bir varlıktır. Başka bir deyişle, Dasein'ın dünyası, başkalarıyla paylaşılan bir dünyadır; yani insanın dünyada varoluşu her zaman başkalarıyla ilişki içinde gerçekleşir. Heidegger'e göre bu "birlikte-olma" durumu, ontolojik bir yapıdır, yani insanın varlığının temel bir yönüdür; sadece durumsal ya da gözlemlenebilir bir gerçeklik değildir. Burada söz konusu olan, fiziksel olarak aynı mekânda bulunmak değil, birlikte olmanın mümkün olmasını sağlayan varoluşsal koşuldur. Hatta insan fiziksel olarak yalnız olsa bile, varlık yapısı gereği başkalarıyla birlikte-oluş içindedir (2006, s.130).

Dasein'ın bir diğer varlık yapısını kendini önceleme *(Entwurf)* oluşturur (2006, s.251). Dasein, sahip olduğu imkânları gerçekleştirmek için kendi varoluşunu tasarlayarak seçimler yapar. Başka bir deyişle, geleceğini tasarlar ve böylece kendi varoluşunu belirler. Ancak bu tasarlama bir varolan olarak varolduğu sürece devam ettiği için, Dasein varlık imkânları bakımından her zaman eksik ve tamamlanmamıştır. Bu eksiklik, ölümle birlikte sona erer. Dasein, ölümle birlikte tamlığa kavuşur. Bu da bizi Dasein'ın başka bir varlık yapısı olan ölüme-doğru-oluşa (*Sein-zum-Tode*) götürür (2006, s.248). Heidegger'e göre, ölüme-doğru-oluş, Dasein'ın tamamlanmamışlığı ifade etmek bakımından bir son değil, bir imkândır (2006, s.266). Bu imkân, Dasein'ın sahip olduğu olanakları açık bir şekilde görebilmesi, yaşamını bu olanakları gerçekleştirecek şekilde özgürce seçimler yaparak belirlemesi ve bir sonraki bölümde bahsedeceğimiz gibi Herkes'in hâkimiyetinden kurtulup kendi olarak varolabilmesini mümkün kılar.

Dasein'ın varoluşsal analizi çerçevesinde, temel varlık yapılarına yer verdikten sonra, bu varlık yapılarının varoluşsal sorunlarla ilişkisinde nasıl ele alınabileceğini incelemek üzere Dasein'ın varoluş tarzlarına değinmemiz önem taşımaktadır. Dasein'ın varoluşu, temelde iki farklı tarzda gerçekleşir: Gündelik varoluş ve sahici varoluş.

Gündelik Varoluş (*Uneigentlichkeit Existenz)*

Dasein, gündelik yaşamın akışı içinde öncelikle ve çoğunlukla, "Herkes"in (*Das Man*) hüküm sürdüğü bir varoluş tarzında bulunur. Bu tarzda herkesin değer yargılarına göre düşünür, herkesin beklentilerine göre davranır ve "Herkes" gibi yaşar. Heidegger, hergünkü Dasein'ın benliğine "Herkes-benliği" adını verir (2006, s.136). Bu durum, Dasein'ın düşmüşlüğünü (*Verfallenheit*) yani kendi olmaktan uzaklaşma hâlini ifade eder.

Herkes (*Das Man*)

Heidegger'e göre Dasein, gündelik yaşam içerisinde çoğunlukla Herkes'in etkisi altındadır. Herkes, Dasein'ın gündelik yaşamdaki olanaklarını sınırlayan, kontrol eden bir güç olarak kendini gösterir. Bu durum, insanın kendi özgün varoluşunu yaşamaktansa, başkalarının düşüncelerine ve beklentilerine göre yaşamasına neden olur. Heidegger bu durumu şöyle ifade eder:

> Hergünkü hep-beraber-olmaklık içindeki Dasein başkalarının tabiyeti altındadır. Var olan o değildir; artık başkaları onun varlığını üzerine almıştır. Dasein'ın hergünkü varlık olanakları başkalarının tenezzülüne kalmış durumdadır… Kim bunlar, diye sorulduğunda cevap, geçişsiz ve nötr bir Herkes'tir. (2006, s.133)

Heidegger'in bu paragrafta dile getirdiği gibi, Dasein, gündelik yaşam içerisinde sahip olduğu varoluşsal olanakların farkında olmadığı gibi, yaptığı seçimler kendisine ait olmadığı için kendi varoluşunu belirleme imkânına da sahip değildir. Burada "Herkes", belirli bireyleri değil, Dasein'ın ilişki içinde olduğu belirsiz, sıradan, anonim topluluğu temsil eder. Dasein, Herkes'e uyum sağlayarak yaşadıkça, Herkes silikleşir ve ayırt edilemez hale gelir. Dasein'ın kendisi de bu silikleşmeden payını alır. Heidegger, bu durumu "Herkes benliği" olarak ifade eder (2006, s.136).

Buna ek olarak, Dasein, gündelik varoluş tarzında, ölüme-doğru-oluşunu düşünmekten kaçınır ve ölümü korkulacak bir deneyim olarak görür. Heidegger'e göre Dasein, dünyada varlık olarak, ölüme doğru bir varlıktır ve bu ölüme-doğru-oluş, onun temel varlık yapılarından biridir. Ancak Dasein çoğu zaman, bu durumun farkında değildir. Ölüme-doğru-oluşu, en çok kaygı (*Angst*) deneyiminde açığa çıkar. Dasein, hergünkü varoluş tarzında, ölüme-doğru-oluşun yarattığı varoluşsal kaygıyı bastırmaya çalışır. Ancak bu bastırma çabalarına rağmen, kaygı ortadan kalkmaz; yalnızca korkuya dönüşür. Heidegger, varoluşsal kaygıyı ölüm korkusundan ayırır. Ölüm korkusunda, ölüm sıradan, herkesin başına gelen ama bir yandan da bireyin kendinden uzaklaştırmaya çalıştığı bir olay gibi görülür. Kaygıda ise, ölüme-doğru-oluş doğrudan deneyimlenir ve bu deneyim, Dasein'ın kendi olma olanağını açığa çıkarır. Dasein'ın, kendi ölümlülüğüyle ve bu ölümlülüğün yarattığı varoluşsal kaygıyla yüzleşmesi, ona "Herkes benliği"nden kurtularak sahici varoluş tarzına geçiş yapma olanağı sunar.

Heidegger, bu varoluş tarzı aracılığıyla modern toplumda yaşayan insanın durumunu gözler önüne serer. Çoğu insan, uyum sağlamak, yalnız kalmamak ya da yalnızca öyle görüp öyle öğrendiği için çoğunluk tarafından belirlenmiş normlara ve değer yargılarına göre yaşamını sürdürür. Bu durum, bireyin kendi tercihlerini yapamamasına, özgürlüğünün kısıtlanmasına, sahip olduğu olanakları görememesine ve bunun sonucu olarak da kendi varoluşundan uzaklaşmasına neden olur. Kendi varoluşunu belirleyemeyen insan, yaşamından memnuniyetsiz olabilir, kendini kısıtlanmış hissedebilir ve çoğu zaman da mutsuz olur. Heidegger'in dikkat çektiği bu durum, günümüz insanının karşı karşıya olduğu temel varoluşsal sorunlardan biridir. Felsefi danışmanlık sürecinde ele alınabilecek bu varoluşsal sorunların aşılabilmesi, kişinin kendi ölümlülüğüyle yüzleşmesine ve ölümü, sahici varoluşun bir imkânı olarak kavrayabilmesine bağlıdır.

Sahici Varoluş (*Eigentliche Existenz)*

Dasein'ın sahici varoluş tarzı, onun kendi varoluşunun bilgisine sahip olduğu; "Herkes"in hâkimiyetinden çıkıp sahip olduğu olanakları fark ederek özgürce seçim yaptığı, seçimlerinin sorumluluğunu aldığı, böylece varoluşunu kendisinin belirlediği bir durumdur. "Dasein kendi varoluşunu diğerlerinden ayırır ve onların önüne sıçrarsa kendisi olur" (Çüçen, 2004, s.73). Dasein'ın diğerlerinin önüne sıçraması aslında kendi önüne sıçraması yani seçimlerini kendisi yaparak yaşamını belirlemesi anlamına gelir. Bu da ancak ölüme-doğru-oluşuyla yüzleşmesiyle mümkündür. Dasein'ın ölüme-doğru-oluşuyla yüzleşmesi, onu sahici varoluşa götüren bir farkındalık yaratır. Bu yüzleşme, "Herkes-benliği" içinde kaybolduğunu fark etmesini sağlar ve böylece Dasein, Herkes'ten bağımsız, kaygılı ama özgür bir biçimde kendi ölümüne yönelme olanağıyla karşı karşıya gelir.

Dasein'ın sahici varoluş tarzını belirleyen "ölüme-doğru-oluş", "kaygı" ve "birlikte-varolma" (*Mitsein*)'dır. Ölüme-doğru-oluşuyla yüzleşen Dasein, ölümden korkmak yerine onu özgürleşmenin ve kendi varoluşunu belirlemenin imkânı olarak görür. Böylece ölüme yönelik olarak duyulan korku, yerini varoluşsal kaygıya bırakır. Heidegger'e göre kaygı, Dasein'ın varoluşuna dair temel bir duygudur. Dasein, sahici varoluş tarzında, bu duygudan kaçmak yerine onunla yüzleşir ve kaygıyı benimser. Varoluşsal kaygı, korkunun aksine yıkıcı değil, yapıcıdır, Dasein'ın kendi varoluşunun koşullarının farkında varmasını sağlar ve ona sahici bir varoluş tarzına geçiş yapma imkânını sunar. Felsefi danışmanlık sürecinde, bireyin karşılaştığı varoluşsal sorunların anlaşılması ve aşılmasında, kişinin ölüme-doğru-oluşla yüzleşmesi ve bu sürece eşlik eden kaygıyla baş edebilmesine destek olmak önem taşır.

Dasein, sahici varoluş tarzında yalnızca kendi varoluşunu belirlemekle kalmaz, varoluşunun özünde başka Dasein'larla birlikte varolduğunu da fark eder. Heidegger, birlikte-varolmanın gündelik varoluş tarzında ve sahici varoluş tarzında farklı görünümleri olduğunu öne sürer (2006, ss. 128-129). Birlikte-varolma, gündelik varoluş tarzında "mesafelilik" ve "kayıtsızlık" hâlini alırken sahici varoluş tarzında Dasein'ın kendisi olarak varolmasının imkânını oluşturur. Heidegger, sahici birlikte-varolmayı şu sözlerle ifade eder:

> Aynı davanın bir ucundan tutanların hep-beraber olmaklığı çoğu kez sadece itimatsızlıktan beslenmektedir. Oysa aynı davaya ortaklaşa biçimde canı gönülden hizmet etmek, her seferinde kendi Dasein'ımızı kavrayıp ele geçirmek demektir. İşte böyle bir sahih bağlaşma, başkasını kendi özgürlüğüne serbest bırakan gerçek konusallığı mümkün kılabilmektedir. (Heidegger, 2006, s.129)

Gündelik varoluş tarzında karşımıza çıkan birlikte-varolma, belirli bir amaca ulaşmak için bir araya gelen insanlar arasındaki ilişkilere işaret eder. Bu tür ilişkilerde amaç gerçekleştiğinde, hatta bazen gerçekleşmeden bile, ilişkiler sona erebilir. Böyle bir birlikte-varolma hali, bireylerin birbirini araç olarak gördüğü ilişki biçimlerinin temelini oluşturur. Oysa sahici birlikte-varolma, herhangi bir dışsal amaç uğruna değil, bireylerin birbirini amaç olarak gördüğü ilişkiler çerçevesinde kurulur. Bu ilişkilerde bireyler, sahip oldukları olanaklar arasından özgürce seçim yaparken, karşılıklı olarak birbirlerinin özgürlüğünü engellemeden ve genişletmeye çalışarak ilişki kurarlar. Sahici birlikte-varolma, ilişkide olduğumuz kişinin ya da kişilerin somut olarak yanımızda olmasını gerekli kılmaz ancak taraflar bu ilişkide oldukları gibi kabul edildiklerini, onaylandıklarını ve kendilerine değer verildiğini hissederler. Bu bağlamda, sahici birlikte-varolma kavramı; felsefi danışmanlık sürecinde bireyin başkalarıyla kurduğu ilişkilerin, kendi varoluşunu belirlemesine katkı sağlayacak şekilde yeniden yapılandırılmasının önemine işaret eder. Aynı zamanda, başkalarıyla kurulan sahici ilişkilerin, hayatı anlamlandırma sürecinde bir referans noktası olması bakımından da önemli bir çerçeve sunar.

Felsefi Danışmanlık ve Sahici Varoluş

Bu bölümde, varoluşçu filozoflar ve psikoterapistler tarafından sıklıkla ele alınan varoluşsal sorunlardan yabancılaşma, özgürlük, ölüm kaygısı ve anlam arayışına yer verilecek ve Heidegger'in sahici varoluş kavramı doğrultusunda, bu sorunlara nasıl yaklaşılabileceği değerlendirilecektir.

Yabancılaşma ve yalnızlık: Varoluşsal yabancılaşma, bireyin kendi varoluşuna uygun olarak yaşayamaması, özgürce seçim yapamaması ve yaptığı seçimlerin sorumluluğunu üstlenememesiyle karakterize edilen, kendine yabancılaştığı bir varoluş halidir. Bu durum, Heidegger'in "gündelik varoluş tarzı" olarak tanımladığı yaşam biçiminin bir sonucu olarak

değerlendirilebilir. Bireyin 'Herkes'in tahakkümü altında yaşaması—başka bir deyişle, herkes gibi düşünmesi, herkes gibi giyinmesi, herkes gibi eğlenmesi ve hatta herkes gibi 'farklı' olmaya çalışması—günümüz insanının sıkça karşı karşıya kaldığı bir sorundur. Heidegger'e göre insan, öncelikle ve çoğunlukla gündelik yaşam tarzı içerisinde var olur; ancak bu durumun sürekli hale gelmesi, bireyin kendi kimliğini kaybetmesine ve sahici bir varoluş tarzı geliştirememesine neden olabilir. Bu bağlamda, sahici varoluş anlayışı, bireyin 'Herkes dünyasında' kaybolmasının önüne geçerek, kendisi olabildiği bir yaşam tarzının mümkün olduğunu gösterebilir.

Öte yandan, gündelik varoluş tarzının neden olduğu yabancılaşma, ilişkilerde kendini yalnızlık olarak gösterir. Heidegger, yalnızlığı sadece fiziksel bir yalnızlık olarak tanımlamaz. Kalabalıklar içinde de kendimizi yalnız hissedebiliriz. Bazen de yanımızda kimse mevcut değilken, başkalarıyla kurduğumuz bağlar yalnız hissetmemizi engeller. Gündelik varoluşun çoğu zaman araçsallaşmış, amaç odaklı ve yüzeysel ilişkileri, bireyin başkalarıyla derinlikli ve sahici ilişkiler kurmasını zorlaştırır. Kişiler birbirlerini yalnızca kendi amaçlarına ulaşmak için birer araç olarak gördüklerinde, ilişkiler samimiyetini kaybeder. Bu durum, bireyin hem başkası tarafından hem de kendi iç dünyasında tanınmadığı, onaylanmadığı ve anlaşılamadığı bir varoluş hali yaratır. "Birlikte-varolma" kavramı aracılığıyla, modern yaşamda kişisel ya da ortak çıkarlara dayalı, yüzeysel ve samimiyetsiz ilişkilere dair yaşanan sorunlar, felsefi bir bakış açısıyla analiz edilebilir. Bu kavram, bireylerin başkalarıyla kurdukları ilişkilerin niteliğini sorgulamalarına ve daha sahici bağlar kurmalarına olanak tanıyan önemli bir kavramsal zemin oluşturur. Bu bağlamda, felsefi danışmanlık sürecinde "birlikte-varolma" kavramı, yalnızlık, yabancılaşma ve ilişki sorunları gibi varoluşsal meseleleri ele alırken başvurulabilecek bir bakış açısı sunar.

Ölüm kaygısı: Ölüm insanın yaşamının asli unsurudur çünkü varoluşun sonu ölümdür ve bu bakımdan ölüm yaşamın içindedir. İnsanlar ölümle farklı şekillerde ilişki kurarlar. Gündelik varoluş tarzında, insan, ölümü karşılaştığı bir deneyim olarak görür ve ona "ölüm hadisesi" der (Heidegger, 2006, s.268). Ölümü karşılaşılan bir "hadise" olarak gördüğümüzde, hep başkalarının ölümü olarak düşünürüz, böylece bizim dışımızda herkesin başına gelen bir şeymiş gibi kendimizden uzaklaştırırız. Ölümün bir hadise olarak yorumlanması, onun bir varlık imkânı oluşunun gözden kaçırılmasına yol açar (Heidegger, 2006, s.269). Heidegger, bir hadise olarak ölümle sahici ölüm arasında ayrım yapar (Ökten, 2022, s.358). Sahici varoluş tarzında, ölüm, bir varlık imkânı olarak görülür. Çüçen'in de ifade ettiği gibi, "Ölüm beklentisi, Dasein'ın olanaklarını görmesini sağlar. Ölüm beklentisinde o kendisinde, kendisinin

olanaklarını anlar ve onların peşinden koşar… Ölüm beklentisi Dasein'ı "Onlar"dan ayırarak kendi olanaklarını görmesiyle onu ölüme-doğru-özgür kılar" (2012, s.92). Böylece ölüm hem kaygı veren hem de bireyi özgürleştirerek sahici varoluş tarzına geçmesini sağlayan bir imkâna dönüşür.

Sahici varoluş düşüncesini temel alan felsefi danışmanlık yaklaşımı, ölümle bağlantılı olarak ortaya çıkan varoluşsal kaygının ele alınmasında etkili olacaktır. Heidegger'e göre, ölüme-doğru-oluşuyla yüzleşmek, Dasein'ın kaygı olarak adlandırılan ruh durumunu belirler (Çüçen, 2012, s.91). Başka bir deyişle, kaygı, sahici varoluş tarzında ölümlülüğüyle yüzleşen Dasein için asli bir duygudur. Bu yüzleşmeden kaçmak, yani ölümü bir "hadise" olarak görmek, kaygıyı korkuya dönüştürür ve bu korku, herkes tarafından bir zayıflık olarak görülür (Heidegger, s.270). Oysa kaygının, insanın ölüme-doğru-oluşundan kaynaklanan temel bir varoluşsal duygu olduğunun kabul edilmesi, bu duygudan kaçmak yerine onunla yaşamayı öğrenmenin ve böylece özgür ve anlamlı bir yaşam sürdürmenin önünü açabilir.

Sahici varoluş, bireyin yalnızca Herkes'in tahakkümünden kurtulması ya da kendi tercihlerini yapması anlamına gelmez; aynı zamanda varoluşunun temel koşullarını, özellikle de ölümlülüğünü kavramasını gerektirir. Bu bağlamda, felsefi danışmanlık sürecinde sahici varoluş kavramı ele alınırken, bireyin varoluşunun ölümlülüğüyle ve bu ölümlülüğün doğurduğu kaygıyla yüzleşmesi büyük önem taşır. Çünkü Heidegger'e göre, insan ancak ölüme doğru olma bilinciyle varoluşunu anlamlandırabilir ve sahici bir tarzda varolabilir. Bu nedenle, sahici varoluş düşüncesini temel alan bir felsefi danışmanlık yaklaşımında ölümün varoluşsal anlamına değinilmesi önem arz etmektedir.

Özgürlük: Günümüzde birçok birey, yaşamını belirleme konusunda özgür olmadığını düşünmekte ve kendini kısıtlanmış hissetmektedir. "Özgürlük sorunu" olarak adlandırılabilecek; bireyin kısıtlandığını hissetmesi ve yaşamının akışında kontrolü olmadığını düşünmesi biçiminde ortaya çıkan varoluşsal sorunlar, yabancılaşma, yalnızlık ve ölümle ilgili diğer varoluşsal sorunlarla da yakından ilişkilidir. Birey, kendi seçimlerini yapamadığında ya da seçimlerinin sorumluluğunu üstlenemediğinde hem kendi yaşamına hem de başkalarıyla kurduğu ilişkilere yabancılaşabilir. İki sorunun kaynağında da, kişinin kendini gündelik yaşam tarzının akışına ve Herkes'in hâkimiyetine bırakması yatar.

Gündelik varoluş tarzında, Dasein'ın Herkes'in hâkimiyeti altında olduğuna, herkes gibi yaşayıp herkes gibi düşündüğüne, herkes gibi eğlendiğine ve giyindiğine önceki bölümlerde değinmiştik. Bu tarz, Dasein'ın özgürlüğünün elinden alındığı ve özünden uzaklaştığı bir varoluş durumunu ifade eder. Bu durumun sorumlusu "Herkes" gibi görünse de aslında

Dasein'ın kendisidir çünkü Herkes, Dasein'ın gündelik hâlinin bir yansımasıdır (Heidegger, 2006, s.135). Buna karşılık, sahici varoluş tarzı, sahici birlikte varoluş aracılığıyla Dasein'a özgürlüğünü yeniden kazandıran ve onu kendi olanaklarını gerçekleştirmeye yönlendiren bir imkândır. Özgürlüğünü yeniden elde edebilmesi için Dasein'ın kendi varoluşunu tanıması ve bu varoluşun olanaklarını fark ederek sahici bir yaşam tarzına yönelmesi gerekir. Bu bağlamda, felsefi danışmanlık süreci, sahici varoluş kavramı temelinde bireylerin özgürlükle ilgili yaşadığı varoluşsal sorunların ele alınmasında işlevsel bir yaklaşım sunabilir.

Anlam arayışı: Heidegger'in sahici varoluş kavramı bağlamında anlam arayışı ve anlamla ilgili sorunlar doğrudan ele alınmasa da gündelik varoluş tarzında karşılaşılan yabancılaşma ve yalnızlık deneyimleri, bireyi yaşamın anlamını sorgulamaya yöneltebilir. Buna karşın, sahici varoluş tarzı; bireyin özgürce seçimler yaparak kendi yaşamını belirlemesi, varoluşun anlamını keşfetmesi ve bu süreçte kurduğu sahici ilişkiler aracılığıyla yaşamını anlamlandırması şeklinde yorumlanabilir.

Bir psikoterapist ve yazar olan Victor E. Frankl'ın vurguladığı gibi, anlam bulma çabası insanın yaşamının temel motivasyonudur (2024, s.104). Başka bir deyişle insan, yaşamında anlam arayan bir varlıktır. Frankl'ın geliştirdiği ve Logoterapi olarak adlandırdığı psikoterapi yönteminin en önemli özelliği, "insanın anlam arayışı kadar insan varoluşunun anlamına da" odaklanıyor olmasıdır (2004, s. 104) ve bu özellik diğer terapi yöntemlerinden farklı olarak Logoterapi'ye felsefi bir bakış açısı kazandırır. Anlam sorunları, felsefi danışmanlık sürecinde en sık ele alınan sorunlardandır ve bu sorunların ele alınması sırasında varoluşun anlamının sorgulanması önem taşır. Heidegger'in sahici varoluş düşüncesi; ölüme-doğru-oluş, özgürlük ve sahip olunan olanakları keşfederek kendi yaşamını belirleme ile bağlantılı olarak bu sorgulamanın yapılmasını ve böylece anlamla ilgili sorunların analiz edilmesini sağlayabilir.

Varoluşçu terapi üzerine yoğunlaşan bir psikiyatrist ve yazar olan Irvin Yalom da, *Güneşe Bakmak Ölümle Yüzleşmek* kitabında, Heidegger'in gündelik varoluş ve sahici varoluş ayrımının varoluşsal sorunların çözümünde önemli bir referans olabileceğini savunur (2008, s.38).

> Gündelik tarza gömüldüğünüzde fiziksel görünüş, mülkiyet ve saygınlık gibi çabucak unutulan dikkat çelicilere odaklanırsınız. Öte yandan ontolojik tarzda yalnızca var oluşun, ölümlülüğün ve hayatın diğer özelliklerinin farkına varmakla kalmaz, anlamlı değişiklikler yapma konusunda daha heyecanlı ve hazır olursunuz. (Yalom, 2008, s.38)

Yalom, sahici yaşamın bir koşulu olan, kişinin ölümlü olduğunun farkında varmasının bir "uyanış" deneyimine yol açabileceğini ve büyük hayat değişiklikleri için güçlü bir katalizör olabileceğini öne sürer (2008, s.35). Ona göre, uyanış deneyimi yaşayan insanlar;

> …hayatın önemsiz ayrıntılarını bir tarafa atarak hayatlarındaki öncelikleri yeniden düzenliyorlardı. Gerçekten istemedikleri şeyleri yapmama gücüne sahip çıkıyor, sevdikleriyle daha derin ilişkiler kurup hayatın denetlenemez gerçeklerini –değişen mevsimler, doğanın güzelliği, son yılbaşı veya yeni yıl- daha içtenlikle takdir ediyorlardı. (2008, s.39)

Yalom'un da dikkat çektiği gibi, kişinin ölümlü oluşuyla yüzleşmesi; sahip olduğu olanakları görmesine, tercihlerine ve yaşamına sahip çıkmasına ve kendi olabilmesine imkân sağlaması bakımından kişiye sahici bir varoluşun kapılarını açar. Bu noktada Heidegger'in sahici varoluş anlayışıyla kurulan bağ dikkat çekicidir. Çünkü bu anlayış, yalnızca bireyin ölüme-doğru-oluşunu fark etmesiyle değil, aynı zamanda yaşamını nasıl kurduğu ve kendisini nasıl var ettiğiyle de ilgilidir. Bununla bağlantılı olarak, sahici varoluş kavramı, başkalarının değer yargılarına ve beklentilerine göre yaşamaktan kendi gibi olamayan; bu nedenle mutsuzluk ve tatminsizlik yaşayan kişilere, içinde bulundukları durumu değerlendirebilmeleri ve sahici bir varoluş tarzının mümkün olabildiğini görebilmeleri için felsefi bir bakış açısı sunar. Böylece kişi, hem kendi ölümünün farkındalığıyla hem de sahip olduğu olanakları düşünerek, varoluşunun farkında olduğu ve özgürce kendini gerçekleştirdiği bir yaşam tarzı geliştirebilir.

Sonuç olarak, felsefi danışmanlığın kurucusu olarak kabul edilen Achenbach, bu çalışmanın temel tezini destekleyen bir şekilde, felsefi düşünüş yoluyla varoluşsal sorunların ağırlığıyla yüzleşen bireyin bu yükü bir vaat olarak deneyimleyebileceğini ve bu sayede kendi varoluşuna anlam kazandırabileceğini ifade eder (1984, s.2). Benzer şekilde, Heidegger'in sahici varoluş kavramı da, felsefi danışmanlık sürecinde bireyin, varoluşunun koşullarının farkına varmasını ve yaşamını sahip olduğu olanaklar doğrultusunda özgürce yönlendirmesini mümkün kıldığı gibi, başkalarıyla kurduğu ilişkilerin de daha anlamlı hale gelmesine katkı sağlayabilir. Böylece danışanlara, günümüzde sıklıkla karşılaşılan yabancılaşma, yalnızlık, ölüm korkusu ve yaşamın anlamsızlaşması gibi sorunların çözümüne yardımcı olmak amacıyla felsefi bir bakış açısı sunabilir.

Sonuç

Hadot'ya göre felsefe, bireyin tüm yaşamını kökten dönüştüren bir içsel değişim sürecidir; kişiyi bilinçsizlikle gölgelenmiş ve kaygıyla kuşatılmış sahte bir yaşamdan, bilinçli, dünyayı doğru kavrayan, içsel huzura ve özgürlüğe ulaşmış özgün bir yaşama yükseltir (1995, s. 83). Hadot'nun bu görüşüyle bağlantılı olarak, bu çalışmada, özünde felsefi bir yaklaşım olan felsefi danışmanlığın, Heidegger'in ortaya koyduğu "sahici varoluş"a ulaşmada bireye

rehberlik edebileceği düşüncesinden hareket edilmiştir. Bu bağlamda, Heidegger'in sahici varoluş anlayışı ile bu çerçevede ele aldığı ölüme-doğru-olma, birlikte-varolma, kaygı ve Herkes-benliği gibi temel kavramların; felsefi danışmanlık sürecinde bireyin karşılaştığı varoluşsal sorunları anlamlandırmak ve bu sorunlarla baş edebilmek açısından önemli bir temel oluşturabileceği öne sürülmektedir.

Bu çalışma kapsamında, Heidegger'in *Varlık ve Zaman* kitabında geliştirdiği Dasein analizi çerçevesinde ortaya koyduğu gündelik varoluş ve sahici varoluş, ölüme-doğru-olma, birlikte-varolma, kaygı ve Herkes-benliği kavramları ele alınmış, bu kavramların, bireyin yaşantısında karşılaşabileceği yabancılaşma, anlam arayışı, özgürlük ve ölüm kaygısı gibi temel varoluşsal sorunların ele alınmasında nasıl kullanılabileceği tartışılmıştır. Bu tartışma, felsefi danışmanlık sürecinde danışanın, ele alınan sorunlara yönelik farkındalık geliştirmesi ve sahici bir varoluş yönünde adım atarak bu sorunlarla baş edebilmesi açısından kuramsal bir temel oluşturmayı amaçlamaktadır.

Kaynakça

Achenbach, G. B. (1984). *Philosophical Practise.* Lexington Books.

Çüçen, A. K. (2012). *Martin Heidegger: Varlık ve Zaman*. Sentez Yayıncılık.

Frankl, V. E. (2024). *İnsanın Anlam Arayışı*. (çev. Ö. Yılmaz). Okuyan Us Yayınevi.

Hadot, Pierre (1995). *Philosophy as a Way of Life*. Cambridge: Blackwell.

Heidegger, M. (2006). *Varlık ve Zaman* (çev. Kaan H. Ökten). Agora Kitaplığı.

Marinoff, L. (2004). *Felsefe Terapisi Prozac'ı Bırak Platon'a Takıl.* (çev. E. Sökmen). Gendaş Kültür.

Ökten, K. H. (2022). *Ölüm Kitabı Ölüm Düşüncesinin Temel Metinleri*. Alfa Basım Yayım.

Raabe, Peter Bruno (1999). *Philosophy of Philosophical Counselling*, Phd Thesis, National Library of Canada.

Yalom, I. (2008). *Güneşe Bakmak Ölümle Yüzleşmek*. (çev. Z. İ. Babayiğit). Kabalcı Yayınevi.

Olay Fenomenolojisi Açısından Paul Ricoeur'de Anlatı-Sağaltım İlişkisi

Deniz Kanay*

Özet
Fenomenolojik hermeneutik anlayışın çağcıl temsilcilerinden Paul Ricoeur genellikle tarihsellik ve anlatı arasındaki ilişki açısından konu edilmiştir. Ancak Ricoeuryen felsefe bununla yetinmeyerek tarihsel özneyi günün olayları karşısında fenomenolojik incelemeye alırken diğer yandan onun hermeneutiğini de yapar. Dolayısıyla Ricoeur'e göre olayların arasında ancak bir o kadar da olgusal haliyle öznelliğin boyutları çeşitlenir. Ricoeur açısından bu bir olan/olması gereken ayrımı değil bir öznellik ve özgünlük problemi olarak karşımıza çıkar. Ricoeur açısından öznellik ve özdeşlik (identite) ilişkisinde özne iki noktadan çıkarak ele alınır: Birincisi aynılık (idem) ikincisi ise kendiliktir (ipse). Ricoeur'e göre birey kendini, kendi anlatısal kimliğinde bulur. Anlatının ifadesi üç aşamalı "mimesis" kuramında tezahür eder: dünyayı oluşturma, bunu hikâyeye dönüştürme ve dinleyiciye yani dışarıya vermek. İşte ancak ve ancak insanın dünyasını anlamlandırması böylelikle gerçekleşir. Bu anlamlandırma kesintiye uğradığı an özne kendini yorumlayamaz. Özne kendini anlamlandırma ve yaşantısındaki olayları değerlendirme sorunları yaşayabilir. Bütün bunların olabilmesi için birey kendi şahitliğinde kendini anlatamama problemi ile karşı karşıya kalabilir. İnsanın dünyasını oluşturmasındaki sorunlarının dünya-yaşam görüşü açısından sağaltılması boyutuyla kabul edersek, felsefi danışmanlık çalışmalarnda anlatı açısından danışanın yaşam öyküsünü, aynılık olarak ifade edilen "idem" ile kendilik olarak "ipse"yi dikkate alarak anlamlandırılmasını sağlar. Bunların özdeşliği özneyi oluşturur. Bunların özdeşleşme durumunda problem olduğu zaman bireyde özdeşlik sorunu yaşanır. Tam da bu Ricoeuryen açıklamayı daha da somutlaştıran Claude Romano'nun yaklaşımı danışmana yardımcı olabilir: Her bir tek tek konu edilen olayların yaşantıda ve dünyada ortaya çıkışını ve öznenin bilincinde nasıl anlam kazandığı fenomenolojik bir yaklaşımla incelenebilir. Bu inceleme Claude Romano'nun Ricoeur'yen felsefeden hareketle geliştirdiği bir yöntem olarak "olay fenomenolojisi"dir. Bu bakış açısından irdelendiğinde "olay fenomenolojisi" sağaltıma yardımcı olabilir.
Bu bildiride Paul Ricoeur ve Claude Romano'nun düşüncelerinden hareketle felsefi danışmanlık bir yöntemleri açısından anlatının özelliği ile danışman-danışan ilişkisinde sağaltımın olanağı tartışılacaktır.
Anahtar Sözcükler: hermeneutik, anlatı, olay fenomenolojisi, kendilik, hikaye oluşturma.

The Relationship between Narrative and Therapy in Paul Ricoeur from the Perspective of Event Phenomenology

Abstract
Among the contemporary representatives of phenomenological hermeneutics, Paul Ricoeur is most frequently examined with regard to the relationship between historicity and narrative. Yet Ricœurian philosophy extends beyond this scope: it not only subjects the historical self to phenomenological analysis in the face of present-day events, but also simultaneously undertakes the hermeneutic interpretation of that self. In Ricoeur's view, subjectivity unfolds across the field of events, yet always in relation to their factual and lived dimensions. This, however, is not a simple distinction between what is and what ought to be; rather, it emerges as a fundamental problem of subjectivity and authenticity.
Within the framework of subjectivity and identity (identité), Ricoeur distinguishes between two modalities: sameness (idem) and selfhood (ipse). For Ricoeur, the individual locates the self within the structure of narrative identity. Narrative expression is articulated through the threefold schema of "mimesis": the prefiguration of the world, the configuration of events into a coherent plot, and their refiguration in the act of being communicated to the listener or the Other. Human beings, Ricoeur argues, achieve meaning in their world only through this triadic process. When such meaning-making is interrupted, the subject loses the capacity for self-interpretation and may encounter profound difficulties in evaluating life experiences. In such cases, the individual faces what might be termed the problem of self-testimony—the inability to narrate one's own existence. From the perspective of philosophical counseling, this difficulty can be reframed in terms of therapeutic significance. If we acknowledge that disruptions in the constitution of one's world must be addressed through a worldview–life orientation, then philosophical counseling offers the counselee the opportunity to reinterpret their life story by engaging the dialectic between idem and ipse. The integration of these two poles constitutes the subject; when their equilibrium is disturbed, the individual experiences a crisis of identity. Claude Romano's

* Dr., Emekli, denizkanay@gmail.com

phenomenology of the event provides an important complement to this Ricœurian framework. Each event, as it arises in life and in the world, and as it acquires meaning within the consciousness of the subject, may be investigated phenomenologically. Romano, building upon Ricœur's insights, develops this method as a "phenomenology of the event," emphasizing the ruptural, transformative, and often unforeseen nature of events. Interpreted in this light, the phenomenology of the event offers valuable resources for therapeutic practice, enabling the counselee to recognize the transformative potential of lived occurrences and to reconstruct narrative identity in their aftermath. This paper, therefore, seeks to explore how the combined insights of Paul Ricoeur and Claude Romano illuminate the role of narrative in philosophical counseling, and how their approaches open a horizon for healing within the counselor–counselee relationship.
Keywords: hermeneutics; narrative; phenomenology of the event; selfhood; narrative identity.

Giriş

Felsefi danışmanlık, yalnızca modern bir terapi alternatifi değildir; kökleri, Antikçağ'ın "yaşam sanatı" anlayışına dayanır. Bu nedenle, giriş bölümünde iki temel hattı vurgulamak gerekir: felsefenin "yaşamı sorgulama" işlevi ve günümüz felsefi danışmanlığının hermeneutik–fenomenolojik temeli.

Antik Yunan'dan Günümüze

Sokrates'in ünlü sözü, felsefi danışmanlığın özünü yansıtır:

"Une vie sans examen ne vaut pas la peine d'être vécue." (Sorgulanmamış hayat, hayat değildir. (Platon, Apologie de Socrate, 38a)

Bu ifade, bireyin kendi yaşamını sorgulamasının zorunluluğunu ortaya koyar. Sokrates'in sokaklarda yurttaşlarla yaptığı diyaloglar, aslında ilk felsefi danışmanlık deneyimleri olarak okunabilir.

Epictetus da özgürlüğün dış koşullarda değil, insanın kendi tavırlarında bulunduğunu belirtir:

"Of things some are in our power, and others are not." (Epictetus, Enchiridion, §1)

Seneca ise felsefeyi "ruhun ilacı" olarak betimler:

"Philosophia est medecina animi." (Seneca, Epistulae Morales ad Lucilium, 48.2)

Bu anlayış, modern danışmanlıkta da tekrar hayat bulur.

Modern Dönemde Felsefi Danışmanlık

20. yüzyılın sonunda Gerd Achenbach, felsefi pratiği yeniden canlandırarak 1981'de Köln'de ilk Philosophische Praxis ofisini açmıştır. Achenbach'a göre felsefenin görevi yalnızca akademik bilgi üretmek değil, insanın yaşamıyla ilgili sorulara eleştirel bir ışık tutmaktır.

Lou Marinoff ise Plato, Not Prozac! (1999) eseriyle bu yaklaşımı geniş kitlelere taşımıştır. Onun popüler dili kimi zaman eleştirilmiş olsa da, felsefi danışmanlığın gündelik yaşamdaki işlevini görünür kılmıştır.

Hermeneutik ve Fenomenolojik Temel

Paul Ricœur, anlatı kimliği kavramıyla bireyin kendi yaşam öyküsünü anlamlandırarak kimlik bütünlüğünü kurabileceğini savunur:

"L'identité du soi se déploie entre l'identité-idem et l'identité-ipse."(Ricœur, Soi-même comme un autre, "Benliğin kimliği, idem kimliği ile ipse kimliği arasına yayılır." 1990, p. 141)

Ricœur kimliği iki boyutta ele alır: idem (aynılık) ve ipse (kendilik). Idembireyin süreklilik arz eden özelliklerini, ipse ise kendisine sadık kalma ve vaatlerini yerine getirme kapasitesini ifade eder.

"L'identité du soi se déploie entre l'identité-idem et l'identité-ipse."(Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 141)

Felsefi danışmanlıkta danışan çoğu kez "idem" düzleminde sıkışır: "Ben hep böyleydim, değişemem." Danışman ise danışanın "ipse" boyutunu açığa çıkararak onun kendisini yeniden icat etme kapasitesine dikkat çeker.

Claude Romano ise "olay" fenomenolojisiyle, yaşamın beklenmedik kırılmalarını bir kriz değil, yeni bir başlangıç imkânı olarak yorumlar:

"L'événement offre à l'homme la possibilité de se réinventer." (Romano, L'événement et le monde, 1998, p. 52)

Böylece felsefi danışmanlık, bireyin geçmiş, şimdi ve gelecek arasında yeni bağlamlar kurmasını mümkün kılar.

1. Tarihsel Arka Plan ve Temeller

Felsefi danışmanlığın kökenlerini kavramak için Antik Yunan'dan modern döneme uzanan geniş bir perspektif gerekir. Felsefenin başlangıcından itibaren düşünürler, yalnızca teorik bilgi üretmeyi değil, aynı zamanda yaşamı yönlendirecek pratik hikmetler geliştirmeyi amaçlamışlardır.

Antik Çağ'da Yaşam Sanatı Olarak Felsefe

Sokrates'in yöntemi, bir "ruhsal doğurtma sanatı" (maieutiké) olarak anlaşılabilir. Diyalog, bireyin zihninde saklı olan hakikati doğurtmaya yönelikti. Platon'un Apologie de Socrate adlı eserinde aktarıldığı gibi:

"Une vie sans examen ne vaut pas la peine d'être vécue." (Platon, Apologie de Socrate, 38a)

Stoacılar bu çizgiyi sistemleştirdiler. Epictetus, insanın dış koşulları kontrol edemese de kendi tutumlarını kontrol edebileceğini belirtir:

"Of things some are in our power, and others are not." (Epictetus, Enchiridion, §1)

Seneca ise felsefeyi bir tür ruhsal tedavi olarak tanımlar:

“Philosophia est medecina animi.” (Seneca, Epistulae Morales ad Lucilium, 48.2)

Bu anlayış, felsefeyi gündelik yaşamın bir pratiği olarak temellendirmiştir.

Modern Felsefede Varoluş ve Sorgulama

Modern çağda Kierkegaard, Nietzsche ve Heidegger, felsefeyi yeniden varoluşsal kaygılar etrafında tanımlamışlardır. Kierkegaard, bireyin kendi varoluşunu sahiplenmesini “inanç sıçrayışı” olarak betimler. (leap of faith). Felsefi danışmanlıkta bu düşünce, danışanın bazen evrensel normların ötesine geçen kişisel kararlarla yüzleşmesi gerektiğini hatırlatır. İman sıçrayışı, salt dinsel bir bağlamda değil, kişinin kendi varoluşunu sahiplenmesi anlamında okunabilir. (Kirkegaard , Fear and Trembling,1983,63)

Nietzsche, yaşamı olumlamayı felsefenin merkezine koyar:

“Man muss noch Chaos in sich haben, um einen tanzenden Stern gebären zu können.” “İnsanın içinde hâlâ bir kaos bulunmalıdır ki, dans eden bir yıldızı doğurabilsin.” (Nietzsche, Also sprach Zarathustra, 1883, Vorrede, §5)

Heidegger ise Dasein’ın otantik varoluşunu, ölüm bilinciyle yüzleşerek özgürleşmekte bulur:

“Der Tod ist die Möglichkeit der schlechthinnigen Unmöglichkeit des Daseins.”Ölü m, Dasein’ın (varoluşun) mutlak olanaksızlığının olanağıdır.” (Heidegger, Sein und Zeit, 1927, §50)

Bu düşünürler, felsefeyi salt soyut bir uğraş olmaktan çıkararak yaşamın kalbine yerleştirmişlerdir.

Felsefi Danışmanlığın Kurumsallaşması

Felsefi danışmanlığın modern biçimi, 1981’de Gerd B. Achenbach’ın Köln’de açtığı Philosophische Praxis ofisiyle başlamıştır. Achenbach (1995, p. 63), akademik felsefenin soyut dilini reddederek, bireyin somut yaşam sorularına dönmeyi amaçlamıştır.

Lou Marinoff’un Plato, Not Prozac! (1999) kitabı ise bu pratiği popülerleştirmiştir. Marinoff, insanların yaşadığı krizleri yalnızca tıbbi kategorilerle değil, felsefi sorgulamalar yoluyla aşabileceğini savunur. Ancak bazı akademisyenler, onun yaklaşımını yüzeysel bulmuşlardır.

Hermeneutik ve Fenomenolojik Katkılar

20. yüzyılın sonlarında hermeneutik ve fenomenoloji, felsefi danışmanlık için yeni bir ufuk açmıştır. Ricœur, anlatı kimliği teorisiyle danışanın yaşam öyküsünü yeniden anlamlandırmasını sağlar:

“L’homme est lui-même dans la mesure où il se raconte.” “İnsan, kendisini anlattığı ölçüde kendisidir.” (Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 137)

Romano ise olay fenomenolojisiyle, yaşamın beklenmedik kırılmalarının yeni anlam ufukları doğurabileceğini göstermiştir:

"L'événement ouvre à un nouveau rapport à l'autre." "Olay, ötekiyle yeni bir ilişkiye kapı açar." (Romano, Au cœur de la raison, la phénoménologie, 2015, p. 144)

Bu düşünsel katkılar, felsefi danışmanlığın yalnızca tarihsel köklerini değil, günümüzdeki teorik gücünü de açıklamaktadır.

2. Danışan Ufku: Ricœur'ün Hermeneutik Felsefesi

Paul Ricœur, insanın kendisini anlamasının doğrudan değil, dolaylı bir yolculuk olduğunu vurgular. Bu yolculuk, semboller, metaforlar ve özellikle anlatılar aracılığıyla gerçekleşir. Felsefi danışmanlık bağlamında danışanın ufku, kendi yaşam öyküsünü yeniden okuma ve anlamlandırma yetisiyle şekillenir.

Anlatı Kimliği: İdem ve İpse

Ricœur kimliği iki boyutta ele alır: idem (aynılık) ve ipse (kendilik). Idembireyin süreklilik arz eden özelliklerini, ipse ise kendisine sadık kalma ve vaatlerini yerine getirme kapasitesini ifade eder.

"L'identité du soi se déploie entre l'identité-idem et l'identité-ipse.""Benliğin kimliği, idem kimliği ile ipse kimliği arasında açılır/serimlenir." (Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 141)

Felsefi danışmanlıkta danışan çoğu kez "idem" düzleminde sıkışır: "Ben hep böyleydim, değişemem." Danışman ise danışanın "ipse" boyutunu açığa çıkararak onun kendisini yeniden icat etme kapasitesine dikkat çeker.

Anlatının Gücü

Ricœur'e göre insan kendisini anlatı aracılığıyla kurar:

"L'homme est lui-même dans la mesure où il se raconte." "İnsan, kendisini anlattığı ölçüde kendisidir." (Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 137)

Anlatı, geçmiş olayları anlamlı bir bütünlüğe kavuşturur, şimdiyi bağlama oturtur ve geleceğe yön verir. Bu bağlamda anlatı, yalnızca bir hatırlama değil, aynı zamanda bir gelecek tasavvurudur.

Şahitlik ve Güven

Ricœur için önemli bir kavram da attestation (şahitliktir). Bu, kişinin kendi anlatısına duyduğu güveni, yani kendi sözüne tanıklığını ifade eder:

"L'attestation est le fondement de l'identité ipse." "Tanıklık (attestation), ipse kimliğinin temelidir." (Ricœur, La mémoire, l'histoire, l'oubli, 2000, p. 148).

Felsefi danışman, danışanın kendi öyküsüne tanıklık etmesine alan açar. Bu, danışanın edilgen bir hatırlayıcı olmaktan çıkıp aktif bir özne hâline gelmesi anlamına gelir.

Küçük Etik ve Toplumsal Boyut

Ricœur'ün "küçük etik" formülü, danışmanlıkta bireysel anlamı toplumsal bağlamla birleştiren bir zemin sunar:

"La vie bonne, avec et pour autrui, dans des institutions justes." "İyi yaşam, başkalarıyla ve başkaları için, adil kurumlar içinde (mümkündür)." (Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 202)

Bu ifade, felsefi danışmanın yalnızca bireysel öyküye değil, danışanın başkalarıyla ve kurumlarla kurduğu ilişkilere de dikkat etmesi gerektiğini ortaya koyar.

3. Ricœur'de Mimesis ve Anlatının Döngüsü

Paul Ricœur'ün Temps et récit (1983) adlı eserinde geliştirdiği üçlü mimesis modeli, insan deneyiminin nasıl anlatıya dönüştüğünü ve anlatının kimliği nasıl şekillendirdiğini açıklamak için temel bir çerçeve sunar.

Mimesis I: Préfiguration (Ön-figürasyon)

Mimesis I, danışanın dünyaya ilk yerleşim biçimini temsil eder. İnsan, dilsel ve kültürel şemalarla donanmış bir dünyaya doğar. Ricœur bunu şöyle ifade eder:

"L'intrigue a ses racines dans la précompréhension du monde de l'action."(Ricœur, Temps et récit I, 1983, p. 64)

Bu aşama, danışanın toplumsal roller, değerler ve inançlarla şekillenmiş ön-anlam ufkunu ifade eder. Danışman, bu mirasın fark edilmesini ve sorgulanmasını sağlar.

Mimesis II: Configuration (Konfigürasyon)

Mimesis II, dağınık olayların bir araya getirilip bir bütün olarak kurgulanmasıdır. Ricœur şöyle der:

"Le récit donne une forme au temps." (Ricœur, Temps et récit I, 1983, p. 85)

Danışan için bu aşama, yaşamındaki olayların anlamlı bir öyküye dönüştürülmesidir. Danışman, danışanın alternatif yorumlar geliştirmesine rehberlik eder.

Mimesis III: Refiguration (Yeniden-figürasyon)

Mimesis III, anlatının danışan tarafından içselleştirilmesidir. Ricœur bunu şu şekilde açıklar:

"La lecture conjugue le monde du texte avec le monde du lecteur."(Ricœur, Temps et récit III, 1985, p. 148)

Bu aşamada danışan, yaşadığı olayları yalnızca geçmişin bir kaydı olarak değil, geleceğe yön veren bir imkân olarak görür. Yani buradadanışanla danışman bir araya gelir.

Döngüsellik ve Yeniden İnşa

Ricœur'ün modelinin en önemli özelliği döngüselliktir. Her yeni anlatı, yeni bir ön-figürasyon ufku yaratır. Dolayısıyla kimlik sabit değil, sürekli yeniden inşa edilen bir yapıdır.

Felsefi danışmanlık açısından bu, danışanın kendi öyküsünü tekrar tekrar gözden geçirmesi ve her defasında daha derin bir anlam katmanı keşfetmesi anlamına gelir.

4. Danışman Ufku: Romano'nun Olay Fenomenolojisi

Claude Romano, çağdaş fenomenolojinin en özgün isimlerinden biridir. Onun "olay" (événement) kavramı, insan yaşamında beklenmedik kırılmaların nasıl anlaşılması gerektiğine dair radikal bir perspektif sunar.

Olayın öngörülemezliği

Romano'ya göre olay, öznenin mevcut anlam ufkuna sığmayan, önceden öngörülemeyen bir fazlalıktır:

"L'événement déborde toujours les horizons de l'attente et de la prévision." (Romano, L'événement et le monde, 1998, p. 45)

Bu nedenle olay, yalnızca bir kırılma değil, aynı zamanda yeni bir varoluş imkânıdır.

Olay ve Kimlik

Romano, olayın kimliği kökten dönüştürdüğünü vurgular:

"L'événement offre à l'homme la possibilité de se réinventer." (Romano, L'événement et le monde, 1998, p. 52)

Felsefi danışmanlıkta bu, danışanın bir kriz sonrasında kendisini yeniden icat etmesine olanak sağlayan bir süreçtir.

Anlatı ve Olayın Gerilimi

Ricœur anlatının vazgeçilmezliğini savunurken, Romano bazı olayların anlatıya direndiğini öne sürer:

"Certains événements résistent à toute mise en intrigue." (Romano, Au cœur de la raison, la phénoménologie, 2015, p. 144)

Bu durum, danışanın yaşadığı deneyimi ifade edememesi halinde bile bunun bir "yetersizlik" değil, olayın aşırılığının göstergesi olduğunu ortaya koyar.

Etik Boyut

Romano, olayın etik bir boyutu da olduğunu belirtir:

“L’événement ouvre à un nouveau rapport à l’autre.” (Romano, Au cœur de la raison, la phénoménologie, 2015, p. 144)

Bu, danışanın yalnızca kendisiyle değil, ötekiyle kurduğu ilişkilerde de yeni sorumluluklar üstlenmesi gerektiğini gösterir.

5. Etik ve Toplumsal Boyut

Felsefi danışmanlık yalnızca bireysel bir sorgulama pratiği değil, aynı zamanda etik ve toplumsal sorumluluk boyutlarını içeren bir faaliyettir. Bu bağlamda Ricœur’ün “küçük etik” formülü, Levinas’ın öteki anlayışı ve adil kurumlar kavramı temel referans noktalarıdır.

Ricœur’ün Küçük Etik Formülü

Ricœur etik yaşamı şu formülle özetler:

“La vie bonne, avec et pour autrui, dans des institutions justes.” (Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 202)

Bu ifade, felsefi danışmanlıkta bireysel anlamı toplumsal bağlamla birleştiren güçlü bir temel oluşturur. Danışan yalnızca kendisiyle değil, başkalarıyla ve kurumlarla kurduğu ilişkiler üzerinden de kimliğini yeniden kurgular.

Kurumsal ve Toplumsal Boyut

Adil kurumlar, etik yaşamın toplumsal boyutunu ifade eder. Ricœur için bireysel etik ancak kurumlarla bütünleştiğinde sürdürülebilir hale gelir. Eğitim, hukuk, sağlık gibi yapılar, bireyin öyküsünü şekillendiren temel çerçevelerdir.

Danışman, danışanın yaşadığı sorunları bu yapılarla ilişkilendirerek, bireysel öykünün toplumsal bağlamını görünür kılar.

Etik ve Özgürlük İlişkisi

Ricœur özgürlüğü, yalnızca seçim değil, sorumluluk kapasitesi olarak tanımlar. Bu, danışmanın danışana sunduğu en temel hatırlatmadır: özgürlük, sorumlulukla birlikte anlam kazanır.

6. Güncel Felsefi Danışmanlık Uygulamaları

Felsefi danışmanlık, günümüzde yalnızca bireysel bir yöntem değil, eğitimden sağlığa, kurumsal yaşama ve topluluk çalışmalarına kadar geniş bir alanda uygulama bulan disiplinler arası bir pratik hâline gelmiştir.

Eğitim Alanında

Matthew Lipman'ın geliştirdiği Philosophy for Children (P4C) hareketi, felsefi danışmanlığın eğitim alanındaki en bilinen örneğidir. Lipman çocuklara düşünmeyi öğretmenin önemini şöyle dile getirir:

"Philosophy is thinking about thinking, and teaching it to children is teaching them to live reflectively." (Lipman, Thinking in Education, 2003, p. 15)

P4C sayesinde çocuklar eleştirel, yaratıcı ve işbirlikçi düşünme becerileri kazanırlar.

Sağlık Alanında

Martha Nussbaum, insan kırılganlığının dikkate alınması gerektiğini vurgular:

"The fragility of goodness lies in the fact that life is exposed to fortune."(Nussbaum, The Fragility of Goodness, 1986, p. 3)

Hastanelerde felsefi danışmanlık, hastaların yalnızca tıbbi değil, etik ve varoluşsal sorularını da ele almalarına imkân tanır.

Kurumsal Ortamlarda

Schuster felsefi danışmanlığın kurumlarda etik karar süreçlerine katkı sağladığını ifade eder:

"Philosophy can help organizations to clarify their values and responsibilities beyond profit." (Schuster, Philosophy Practice, 1999, p. 48)

Bu yaklaşım, kurumların yalnızca kâr odaklı değil, aynı zamanda adil ve sorumlu bir yapı geliştirmelerine yardımcı olur.

Topluluk ve Kolektif Boyut

Ran Lahav, felsefi danışmanlığı topluluk düzeyinde uygulayarak philosophical companionship modelini geliştirmiştir:

"Philosophical companionship is about people thinking together, not only about individuals thinking alone." (Lahav, Journal of Applied Philosophy, 1996, p. 262)

Bu yöntem, kolektif düşünmenin ve birlikte anlam üretmenin önemini vurgular.

Dijital Boyut

Günümüzde çevrim içi platformlarda yürütülen danışmanlık, felsefi diyalogların küresel ölçekte erişilebilir olmasını sağlamaktadır. Bu da felsefi danışmanlığın gelecekte daha geniş topluluklara ulaşacağına işaret etmektedir.

7. Eleştirel Tartışma

Felsefi danışmanlık, teorik olarak zengin bir temel üzerine kurulmuş olsa da, uygulamada çeşitli eleştirilerle karşılaşmıştır. Bu eleştiriler yöntemin sınırlarını ve meşruiyetini tartışmaya açar.

Psikoterapi ile Sınır Sorunu

Felsefi danışmanlığın psikoterapiyle karıştırılma riski sıkça dile getirilir. Lou Marinoff bu noktada nettir:

"Philosophical counseling is not psychotherapy; it addresses problems of meaning, not pathology." (Marinoff, Plato, Not Prozac!, 1999, p. 12)

Ancak danışanların varoluşsal sorunları bazen psikolojik boyutlar da içerebilir. Bu durumda danışmanın sınır bilinci önem kazanır.

Akademik Felsefeden Kopukluk Eleştirisi

Bazı akademisyenler felsefi danışmanlığın popülerleşmesiyle yüzeyselleştiğini savunur. Cathy Caruth travma kuramı bağlamında şöyle der:

"History, like trauma, is never simply one's own." (Caruth, Unclaimed Experience, 1996, p. 24)

Bu ifade, danışmanlığın yüzeysel uygulamalara kaymaması için hermeneutik temellere yaslanmasının önemini gösterir.

Kültürel ve Etik Bağlam Sorunu

Batı merkezli teorilere dayalı bir danışmanlık anlayışı farklı kültürlerde sorun yaratabilir. Martha Nussbaum, kültürel çoğulculuğun önemini vurgular:

"The capabilities approach is committed to respect for human diversity."(Nussbaum, Women and Human Development, 2000, p. 5)

Danışman, farklı kültürel bağlamlarda etik bir duyarlılık geliştirmek zorundadır.

Olay ve Anlatı Arasındaki Gerilim

Paul Ricœur anlatının zamansal deneyimi anlamlı bir bütün haline getirdiğini söyler:

"Le récit donne une forme au temps." (Ricœur, Temps et récit I, 1983, p. 85)

Buna karşılık Romano, bazı olayların anlatıya direndiğini vurgular:

"Certains événements résistent à toute mise en intrigue." (Romano, Au cœur de la raison, la phénoménologie, 2015, p. 144)

Bu gerilim, felsefi danışmanın danışanla çalışırken hem anlatının imkânlarını hem de olayın aşırılığını hesaba katmasını gerektirir.

Profesyonellik ve Meşruiyet Sorunu

Felsefi danışmanlığın yasal veya akademik bir meslek standardına kavuşmamış olması eleştirilir. Ancak bu durum aynı zamanda esneklik de sağlar. Esas olan, danışmanın kendi sınırlarını bilmesi ve sorumluluklarını şeffaf biçimde tanımlamasıdır.

Sonuç

Felsefi danışmanlık, Antik Yunan'dan günümüze uzanan köklü bir geleneğin güncel biçimidir. Sokrates'in şu sözü hâlâ yol göstericidir:

"Une vie sans examen ne vaut pas la peine d'être vécue." (Platon, Apologie de Socrate, 38a)

Paul Ricœur'ün anlatı kimliği kuramı, danışanın hem sürekliliğini (idem) hem de kendiliğini (ipse) açığa çıkarır:

"L'identité du soi se déploie entre l'identité-idem et l'identité-ipse."(Ricœur, Soi-même comme un autre, 1990, p. 141)

Claude Romano'nun olay fenomenolojisi ise yaşamın beklenmedik kırılmalarının yeni ufuklar açabileceğini gösterir:

"L'événement offre à l'homme la possibilité de se réinventer." (Romano, L'événement et le monde, 1998, p. 52)

Levinas'ın etik çağrısı, danışmanlığın toplumsal sorumluluk boyutunu hatırlatır:

"Le visage de l'Autre m'ordonne : tu ne tueras point." (Levinas, Totalité et Infini, 1961, p. 201)

Dolayısıyla felsefi danışmanlık, bireysel anlamı yeniden kurarken başkasına ve topluma yönelik sorumluluğu da içine alan bir yaşam sanatı olarak konumlanır. Gelecekte bu alanın akademik derinlik ile pratik erişilebilirliği dengeli bir şekilde birleştirmesi, onun kalıcı ve etkili bir disiplin hâline gelmesini sağlayacaktır.

Kaynakça

Achenbach, G. B. (1995). Philosophische Praxis. Köln: Dinter.

Caruth, C. (1996). Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History. Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Epictetus. (1928). Enchiridion. (Trans. W.A. Oldfather). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Hadot, P. (1995). Qu'est-ce que la philosophie antique? Paris: Gallimard.

Heidegger, M. (1927). Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer.

Kirkegaard,S (1983).Fear And Tremblig. Trans E.VHong&H.E.Hong.Princeton Univercity Press.

Lahav, R. (1996). "What is Philosophical Counseling?" Journal of Applied Philosophy, 13(3), 259–278.

Levinas, E. (1961). Totalité et Infini. La Haye: Nijhoff.

Lipman, M. (2003). Thinking in Education (2nd ed.). Cambridge: Cambridge University Press.

Marinoff, L. (1999). Plato, Not Prozac!. New York: HarperCollins.

Nietzsche, F. (1883–1885). Also sprach Zarathustra. Chemnitz: Ernst Schmeitzner.

Nussbaum, M. (1986). The Fragility of Goodness: Luck and Ethics in Greek Tragedy and Philosophy. Cambridge: Cambridge University Press.
Nussbaum, M. (2000). Women and Human Development: The Capabilities Approach. Cambridge: Cambridge University Press.
Platon. (1969). Apologie de Socrate. In: Œuvres complètes (E. Chambry, Ed.). Paris: Garnier.
Ricœur, P. (1983). Temps et récit I. Paris: Seuil.
Ricœur, P. (1985). Temps et récit III. Paris: Seuil.
Ricœur, P. (1990). Soi-même comme un autre. Paris: Seuil.
Ricœur, P. (2000). La mémoire, l'histoire, l'oubli. Paris: Seuil.
Romano, C. (1998). L'événement et le monde. Paris: PUF.
Romano, C. (2015). Au cœur de la raison, la phénoménologie. Paris: Gallimard.
Schuster, S. (1999). Philosophy Practice: An Alternative to Counseling and Psychotherapy. Westport, CT: Praeger.
Seneca. (1917). Epistulae Morales ad Lucilium. (Trans. R.M. Gummere). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Felsefede Arzu: Yıkıcı Bir Güçten Epistemik Bir İtkiye

Esma İşcan*

Özet
Bu çalışma, arzu ve akıl arasındaki diyalektik gerilimi merkeze alarak modern bireyin deneyimlediği varoluşsal bunalım ve anlamsızlık hissinin kökenlerini felsefi açıdan incelemeyi amaçlamaktadır. Arzu çoğunlukla tutkuların, hatalı akıl yürütmelerin ve varoluşsal bunalımların kaynağı olarak görülmüş, aklın rehberliğinden sapan bir eğilim şeklinde yorumlanmıştır. Arzu; zayıflık, boşluk ve de aşırılıkla ilişkilendirilmiş, insanın özgür iradesine ket vuran, onu bedene ve geçici hazlara bağımlı kılan bir güç olarak görülmüştür. Özellikle şehvet (epithumia) kavramı, denetlenmediğinde günaha ve kötülüğe yol açabilecek bir eğilim olarak tanımlanmış, aklın (logos) kontrolü altında tutulması gerektiği vurgulanmıştır. Bu yaklaşımlar arzunun yalnızca olumsuz yanlarını vurgularken varoluşsal ve bilişsel yönlerini göz ardı etmiştir. Ancak hem klasik hem de modern düşünürler, arzunun yalnızca bastırılması gereken bir dürtü değil, aynı zamanda insanı eyleme, bilgiye ve hakikate yönlendiren temel bir iç dinamik olduğunu ortaya koymuştur. Bu bildiride Antik Yunan ve İslam felsefesi özelinde kavramsal analiz ve karşılaştırmalı yöntem ile ortaya konulacak analizler, arzunun yalnızca bireysel bir iç çatışmanın ya da haz arayışının kaynağı olmadığını; aynı zamanda insanın eylem kapasitesini, bilme istencini ve anlam üretimini mümkün kılan çok katmanlı bir güç olduğunu göstermektedir. Söz konusu kavramsal çerçeve, özellikle felsefi danışmanlık pratiği açısından dikkate değerdir. Arzunun felsefi olarak anlaşılması ve yönlendirilmesi, bireyin yaşadığı varoluşsal kırılmaları anlamlandırma ve aşma sürecinde etik, ontolojik ve epistemik bir kılavuz sunar. Felsefi danışmanlık, bireyin varoluşsal sorunlarıyla yüzleşmesine yardımcı olurken arzularını tanımasına, sorgulamasına ve bunları anlamlı bir yaşama yönlendirmesine imkân tanır. Arzu burada ne bastırılması gereken bir dürtü ne de serbest bırakılması gereken bir içsel güçtür; kişinin yaşamını yeniden kurabileceği bir anlam kaynağıdır. Felsefi danışmanlık, bu bilgelik çerçevesinde, bireyin yalnızca dış dünyaya değil; aynı zamanda kendi iç dünyasına dair farkındalığını artırarak, daha derin ve bilinçli bir yaşam inşasını destekler. Arzu, bu bağlamda hem bir yönsüzlük işareti hem de bir yön bulma aracıdır.
Anahtar Kelimeler: arzu, şevk, akıl, felsefi danışmanlık, felsefe.

Desire in Philosophy: From a Destructive Force to an Epistemic Drive

Abstract
This paper aims to examine, from a philosophical perspective, the origins of the existential crisis and sense of meaninglessness experienced by modern individuals, focusing on the dialectical tension between desire and reason. Desire has mostly been seen as the source of passions, flawed reasoning, and existential crises, interpreted as a tendency that deviates from the guidance of reason. Desire has been associated with weakness, emptiness, and excess, seen as a force that curtails human free will, making it dependent on the body and fleeting pleasures. The concept of lust (epithumia), in particular, has been defined as a tendency that can lead to sin and evil if left unchecked, emphasizing the need for it to be kept under the control of reason (logos). Bu yaklaşımlar arzunun yalnızca olumsuz yanlarını vurgularken varoluşsal ve bilişsel yönlerini göz ardı etmiştir. Ancak hem klasik hem de modern düşünürler, arzunun yalnızca bastırılması gereken bir dürtü değil, aynı zamanda insanı eyleme, bilgiye ve hakikate yönlendiren temel bir iç dinamik olduğunu ortaya koymuştur. This paper presents analyses based on conceptual analysis and comparative methods, specifically focusing on Ancient Greek and Islamic philosophy. It demonstrates that desire is not merely the source of an individual's internal conflict or pursuit of pleasure; it is also a multi-layered force that enables human action, the will to know, and the production of meaning. This conceptual framework is particularly noteworthy in terms of the practice of philosophical counseling. The philosophical understanding and guidance of desire provides an ethical, ontological, and epistemic guide in the process of making sense of and overcoming the existential ruptures experienced by the individual. While helping individuals confront their existential problems, philosophical counseling enables them to recognize and question their desires and direct them towards a meaningful life. Desire here is neither an impulse to be suppressed nor an internal force to be unleashed; it is a source of meaning through which individuals can rebuild their lives. Within this framework of wisdom, philosophical counseling supports the construction of a deeper and more conscious life by increasing the individual's awareness not only of the external world but also of their own inner world. In this context, desire is both a sign of directionlessness and a tool for finding direction.
Keywords: desire, enthusiasm, reason, philosophical counseling, philosophy.

* Araştırma Görevlisi, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, eiscan@ankara.edu.tr ORCID:0009-0003-7433-3705

Giriş

İnsanın varoluşu, yüzeyde göründüğü gibi tek ve uyumlu bir bütün değildir; aksine, özne, kendi iç yapısında birbirine zıt eğilimlerin sürekli mücadelesiyle biçimlenir. Ruhun ya da benliğin ürettiği bütünlük duygusu çoğu kez bir yanılsamadır, çünkü bu bütünlük aslında iki farklı ilkenin kırılgan dengesi üzerinde yükselir. Bir yanda bireyi nesnelere, hazlara ve anlık tatmine çeken itkiler vardır diğer yanda bu itkilerin önüne sınır koyan, mesafe alan ve düzen inşa etmeye çalışan aklın talepleri. Dolayısıyla insan ne salt akıl varlığıdır ne de yalnızca arzularının esiridir. Bilakis, daima kendisine hâkim olmaya çalışan ama aynı zamanda kendisini aşan kuvveler tarafından sürüklenen bir varlık olarak açığa çıkar (İşcan, 2022).

Bu gerilimi şöyle ifade etmek mümkündür; akıl, insanın evrenin ve kendi varlığının amaçsal yapısını kavrama, doğru ile yanlışı ayırt etme ve eylemlerini teleolojik bir çerçevede yönlendirme yetisidir. Felsefi geleneklerde bu yeti genellikle insanın en yüksek ve en özgün niteliği olarak görülmüştür. Oysa arzu, bireyi yaşamsal ihtiyaçlara, hazlara ve belirli hedeflere doğru iten, bedensel ve duygusal temelli bir kuvvedir. Platon'un *Politeia*'da ruhu üç parçaya ayırması, ya da Aristoteles'in arzuları farklı türlerde tasnif etmesi insanın tek bir merkezden yönetilen kapalı bir bütün olmadığını, içsel çokluk tarafından şekillendiğini gösterir. Orta çağ ve İslam felsefesinde ise arzu daha karmaşık bir boyut kazanmış, nefs teorisi çerçevesinde yalnızca hazza değil, bilmeye, hakikati aramaya ve nihai mutluluğa yönelten asli bir kuvve olarak yorumlanmıştır.

Modern düşünce, benliğin bir bütün olarak işlediği fikrini terk etmiş, onun yerine parçalı bir yapının farkındalığını koymuştur. İnsan yalnızca bilinçli niyetlerden ibaret değildir. Bilinçdışında bastırılmış itkiler, gölgede kalan yönler ve toplumsal simgelerin dayattığı roller, öznenin tek bir merkezden yönetilmesini imkânsız hale getirir. Bu parçalanmışlık bir kusur değil, insan olmanın asli koşuludur. Çünkü hakikat arayışı, öznenin kendi içindeki çatışmalarla giriştiği mücadeleden beslenir.

Bu bölünmüşlük yalnızca kuramsal bir problem olarak kalmaz, varoluşun her alanında kendini hissettirir. Arzular, bireyi kısa vadeli tatminlerin peşinde dağılmaya iterken; akıl, daha geniş bir bütünlüğün ve sürekliliğin peşinden gider. Kimi zaman arzular aklı gölgeler, kimi zaman da akıl arzuları bastırır. Fakat her iki durumda da özne, kendi içinde bitmeyen bir müzakere süreci yaşar. Bu müzakere, bireyin hem kendini anlamasında hem de hakikate yönelmesinde belirleyici bir rol oynar.

Bu çalışma, insanın içsel bölünmüşlüğünü felsefe geleneğinin ışığında ele almayı amaçlamaktadır. Antik Yunan'da arzu, *epithymia*, *thymos*, *boulēsis* ve *eros* gibi farklı kavramlarla ifade edilmiş; her biri arzunun beden, tutku, akıl ve hakikat arayışıyla ilişkili yönlerini görünür kılmıştır. Ancak Aristoteles'in *orexis* kavramı, bu çokluğu kuşatarak arzuyu en geniş ve işlevsel biçimde kavramsallaştırır. Ardından İbn Sînâ nefs teorisi aracılığıyla konuya yeni bir boyut kazandırır. O, arzuyu hem ahlaki hem de epistemik düzlemde asli bir ilke olarak temellendirir.

Tüm bu bağlamı yerli yerine oturtmak için önce Antik Yunan'daki terim çeşitliliğini ve bu çeşitliliğin pratik önemini hatırlatmak gerekir, ardından İslam felsefesinde özellikle İbn Sînâ'nın nefs teorisi aracılığıyla arzu–bilgi ilişkisinin nasıl sistemli bir bütünlüğe kavuştuğunu göstermek gerekir.

1. Antik Yunan Felsefesinde Arzu Kavramının Tarihsel ve Semantik Analizi

Antik Yunan felsefesinde "arzu" tek bir terimle ifade edilmez. Farklı kavramlar, arzunun değişik yönlerini ve işlevlerini görünür kılar. Bu kavramların her biri, insan doğasının parçalı yapısının belirli bir boyutunu açığa çıkarır ve epistemik ya da etik bağlamlarda özgül anlamlar kazanır. Bu nedenle, felsefi danışmanlık bağlamında arzunun işlevini tartışabilmek için öncelikle bu semantik çeşitliliğin gözden geçirilmesi gerekmektedir.

Epithymia

Antik Yunan düşüncesinde arzunun en belirgin ifadelerinden biri epithymia (ἐπιθυμία) kavramıdır. Modern dillere genellikle Latince desiderium, İngilizce desire, Türkçede ise "arzu," "istek" veya "iştah" olarak çevrilse de bu karşılıkların hiçbiri kavramın anlam zenginliğini bütünüyle yansıtmaz. Etimolojik olarak epi (üzerine, yönelme) ve thymos (yaşamsal güç, ruhun dinamik ve itkisel yanı) sözcüklerinden türeyen epithymia, ruhun kendisini nesnelere yönelten, yoğun ve tutkusal nitelikler taşıyan isteme edimini ifade eder (Peters, 2004). Bu yönüyle epithymia hem antropolojik hem de etik bağlamda insanın en temel yönelimlerinden birini temsil eder.

Platon'da epithymia, ruhun üçlü yapısının en alt bölümünü oluşturur. *Devlet*'de (IV. kitap) ruh, epithymētikon (iştahların alanı), thymoeides (öfke ve tutkuların alanı) ve logistikon (akıl) olarak ayrılır. Bu ayrım içinde epithymia, yemek, içmek, cinsel haz gibi bedensel ihtiyaçlara yönelimi dile getirir (Platon, 2016) Platon'a göre bu arzular sınırsızdır ve ölçüsüz bırakıldığında bireyi dağınıklığa ve düzensizliğe sürükler (Platon, 2016). Dolayısıyla hem bireysel ruh sağlığı

hem de devletin düzeni için epithymia'nın dizginlenmesi zorunludur. Bu dizginleme, bastırma yoluyla değil, aklın (logos) rehberliğinde ölçülülük aracılığıyla gerçekleşir (Platon, 2016). Platon'un ahlak ve siyaset felsefesinde epithymia çoğu kez tehdit unsuru olarak görünür; çünkü iştahların sınırsızlığı bireysel uyumu bozmakla kalmaz, aynı zamanda toplumsal düzenin çürümesine de yol açar. Politeia'da "para düşkünlüğü" ya da "zevk düşkünlüğü" gibi tutkuların yozlaşmış rejimlerin temelini oluşturması bu bağlamda dikkate değerdir (Platon, 2016).

Aristoteles, insanın yönelimlerini üç temel biçimde tasnif eder: epithymia (haz ve bedensel iştahlara yönelik arzu), thymos (öfke, tutku ve onur yönelimi) ve boulēsis (rasyonel isteme) (Aristoteles, 1997). Bu ayrım, insandaki çok katmanlı arzu yapısını düzenli bir çerçeveye oturtmak amacıyla yapılmıştır. O, epithymia'yı Platon'daki kadar olumsuz bir içerikle ele alınmaz. Aristoteles, epithymia'yı orexisin (yönelimin) üç alt biçiminden biri olarak tanımlar. *Nikomakhos'a Etik*'te epithymia, haz veren şeylere yönelik arzu anlamına gelir (Aristoteles, 1997). Ancak Aristoteles'e göre insan yalnızca epithymia ile belirlenmez aynı zamanda thymos (öfke, tutku) ve boulēsis (akla uygun isteme) de insan yönelimlerinin ayrılmaz parçalarıdır (Aristoteles, 1997). Bu nedenle epithymia, doğal ve kaçınılmaz bir güçtür fakat tek başına yönlendirildiğinde ölçüsüzlük doğurur. Aklın rehberliği altında düzenlendiğinde ise erdemli yaşamın bir parçası haline gelebilir.

Epistemik bağlamda epithymia, bilginin doğrudan kaynağı değildir. Bununla birlikte, bilmeye yönelik ilk itkilerin çoğu kez bir tür "tatmin edilmek isteyen arzu" formunda ortaya çıktığı unutulmamalıdır. Dolayısıyla Aristoteles'in düşünce şeması içinde düşünüldüğünde epithymia, bilme arzusunun dolaylı bir başlangıç noktası olarak da değerlendirilebilir.

Thymos

Thymos (θυμός) kavramı, Antik Yunan düşüncesinde ruhun orta bölümünü ifade eder ve temelde "yüreklilik", "yüreğin kaynayıp coşması veya kızıp köpürmesi" ya da "hisslerin merkezi: kalb; yürek, cesaret" anlamlarını taşır (Peters, 2004). Platon'un geliştirdiği üçlü ruh ayrımında thymos, akıl (logos) ile iştahların (epithymiai) arasında bir ara ilke olarak konumlandırılır. Bu konum, thymos'un hem akılla ittifak edebilmesine hem de hazların kör itkilerine karşı çıkabilmesine imkân verir.

Platon'da thymos'un en belirgin özelliği, onur, öfke, cesaret ve tanınma arzusuyla ilişkili olmasıdır. İnsan yalnızca biyolojik ihtiyaçlarını tatmin eden bir varlık değildir aynı zamanda toplumsal ilişkilerinde değer görmek, tanınmak ve kendini ispatlamak ister. Thymos işte bu

yanın adı olur. Doğru eğitilmediğinde saldırganlık, kibir ve ölçüsüz öfke üreten bir güçken, aklın rehberliğinde yönlendirildiğinde adaletin, ölçülülüğün ve yurttaşlık erdemlerinin taşıyıcısı haline gelir (Platon, 2016). Bu nedenle Platon'un siyaset felsefesinde thymos, bireysel ruhun düzeni ile toplumsal düzen arasında kurucu bir bağ işlevi görür. Örneğin, cesaret erdemi veya toplumun ortak iyiyi koruma iradesi, thymos'un akılla iş birliği yapabilmesine bağlıdır.

Aristoteles de thymos'u salt olumsuz bir güç olarak değil, ölçülülükle dengelendiğinde erdemin bir parçası olarak görür (Aristoteles, 1997). *Nikomakhos'a Etik*'te geliştirdiği "orta yol" öğretisi çerçevesinde, thymos ne tamamen bastırılması gereken kör bir öfke kaynağıdır ne de sınırsızca serbest bırakılması gereken bir taşkınlıktır (Aristoteles, 1997). Doğru ölçüde tutulduğunda adalet duygusunun, hakkaniyet arayışının ve cesaretin asli kaynağı haline gelir. Bu nedenle thymos, yalnızca bireysel tutkuların değil aynı zamanda kolektif adalet ve siyasal düzenin de taşıyıcısıdır.

Epistemik açıdan bakıldığında thymos, bilme yöneliminde dolaylı fakat göz ardı edilemeyecek bir işlev üstlenir. İnsan yalnızca nesneler hakkında merak duymaz aynı zamanda haklı çıkmak, görüşlerini savunmak ve tanınmak da ister. Bilme arzusunun ardında çoğu zaman bu "kendini ispat etme" ve "tanınma" isteği bulunur. Bu yönüyle thymos, hakikat arayışını doğrudan belirleyen bir güç değil, ama onu motive eden arka plandaki bir enerji olarak işlev görür. Bu nedenle thymos, yalnızca bireyin içsel çatışmalarının değil, aynı zamanda onun epistemik yönelimlerinin de ayrılmaz bir unsurudur.

Boulēsis

Boulēsis (βούλησις), Antik Yunanca'da "akla dayalı arzu", "murad", "maksad" anlamlarına gelir ve kökü boulomai (θέλω: istemek, arzulamak, kastetmek) fiiline dayanır (Peters, 2004). Aristoteles felsefesinde bu kavram sıradan "istek" anlamının ötesinde, teknik bir içerik kazanır. Aristoteles, insanın yönelimlerini üç temel biçimde tasnif eder: epithymia (haz ve bedensel iştahlara yönelik arzu), thymos (öfke, tutku ve onur yönelimi) ve boulēsis (rasyonel isteme).

Bahsi geçen üç güç arasında boulēsis akla en yakın olanıdır çünkü nesnesi her zaman "iyi" olarak kavranandır. Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*'te şu ayrımı yapar: "Arzu edilen şey ya görünürde iyidir ya da gerçekten iyidir; akla uygun arzu (boulēsis), hakiki iyiye yöneliktir." Dolayısıyla boulēsis, salt haz veya tutkusal dürtülerden ayrılır aklın değerlendirmesinden geçerek amaçlı bir yönelim halini alır.

Aristoteles için boulēsis, insanın teleolojik yapısıyla doğrudan bağlantılıdır. İnsan, doğal olarak bir telos'a, yani nihai bir amaca yönelir (Aristoteles, 1997). Bu yönelim, yalnızca bedensel hazların doyumuna ya da tutkuların tatminine indirgenemez. Aksine "iyi yaşam" idealine bağlanır (Aristoteles, 1997). Boulēsis, işte bu teleolojik çerçevenin arzusu, yani "iyi olanı isteme"dir (Aristoteles, 1997). Bu nedenle Aristoteles'in etik sisteminde boulēsis, hem pratik aklın (phronēsis) işleviyle hem de erdemli yaşam anlayışıyla iç içe geçer.

Epistemik bağlamda boulēsis, bilme ediminin de içsel motivasyonu olarak görülebilir. İnsan yalnızca haz almak için değil aynı zamanda iyiye ulaşmak için bilmek ister. Burada bilgi, salt bir araç değil, kendisi arzulanan bir amaçtır. Böylece boulēsis, bilgi ile etik arasında bir köprü işlevi görür. Bilmek, doğru istemeyi mümkün kılar, doğru istemek ise bilmeye yöneltir.

Pratik bağlamda boulēsis, felsefi danışmanlık açısından da özel bir öneme sahiptir. Çünkü danışan yalnızca "arzu eden" bir varlık değildir. Aynı zamanda iyi yaşamı isteme kapasitesine sahip bir varlıktır. Bu isteme her zaman açık seçik bir şekilde ortaya çıkmayabilir. Kimi zaman yüzeydeki arzuların gölgesinde bastırılmış halde bulunur. Bu bağlamda önemli olan, bu "iyi isteme"yi görünür kılmak ve akıl ile arzu arasındaki diyaloğu doğru kurabilmektir. Böylece boulēsis, danışmanın çalışabileceği en yapıcı kaynaklardan birine dönüşür.

Eros

Eros (ἔρως), Antik Yunanca'da ilk bakışta "aşk, tutku, cinsel arzu" anlamlarına gelse de felsefi bağlamda bundan çok daha derin bir içerik kazanır. Epithymia gibi doğrudan bedensel iştahlara göndermede bulunmakla sınırlı değildir; aksine, insanı kendi sınırlarının ötesine taşıyan bir yönelimi ifade eder (Peters, 2004).

Platon'da eros, en sistematik biçimde *Şölen*'de ele alınır. Sokrates'in aktardığı Diotima öğretisine göre eros, insanın eksiklikten doğan bir yönelimidir (Platon, 1958). İnsan tamamlanmamış bir varlıktır; bu nedenle sürekli olarak eksikliğini gidermeye, kendinde bulunmayanı elde etmeye çalışır. Bu eksiklik yalnızca bedensel değil, aynı zamanda ruhsal ve epistemik bir eksikliktir: insan ölümlüdür, bilgisizdir, sınırlıdır; bu yüzden ölümsüzlüğe, bilgiye ve iyiliğe yönelir. Bu bağlamda eros ne tamamen ilahi ne de bütünüyle sıradan bir güçtür; Diotima'nın ifadesiyle, tanrılarla insanlar arasında aracılık yapan bir "daimon"dur (Platon, 1958). Eksiklikten doğan bu arayış, insana kendi sınırlılığını aşma ve hakikate yönelme imkânı verir.

Şölen'deki ünlü "eros merdiveni", arzunun bedensel güzellikten başlayarak tekil bedenlerden bütün bedenlere, oradan ruhların güzelliğine, nihayetinde ise "güzelliğin kendisine" yönelen bir yükseliş çizgisi izlemesini tasvir eder (Platon, 1958). Bu tasvir, eros'un epistemik ve metafizik bir dönüştürücü güce sahip olduğunu açıkça gösterir. Platon'un felsefi antropolojisinde eros, insanın felsefeye yönelmesinin temel dinamiğidir (Platon, 1958). Filozof hakikati yalnızca aklın soyut talepleriyle değil, aynı zamanda eros'un itici kuvvetiyle arar. Bu nedenle eros, bilgelik (sophia) sevgisi olarak felsefenin kendisini kuran ilkedir. Böylece eros, epithymia'dan ayrılır: epithymia insanı dağılmaya ve hazların esaretine sürüklerken, eros insanı birliğe ve hakikate yöneltir.

Aristoteles'te eros, Platon'daki kadar merkezi değildir. Aristoteles'in ilgisi daha çok orexis kavramının sistematiğine yöneldiği için eros burada ikincil bir rol üstlenir. Bununla birlikte philia (dostluk, sevgi) ile düşünüldüğünde, yine etik yaşamın temellerinden biri olarak görünür. Platon'un mirası ise güçlü bir şekilde devam etmiş; eros, sonraki geleneklerde felsefi yaşamın epistemik itkisi olarak varlığını sürdürmüştür.

Eros, bilginin yalnızca aklın soğuk işleyişiyle değil, aynı zamanda arzunun sıcak itkisiyle de mümkün olduğunu gösterir. İnsan hakikati "istediği" için, yani eros tarafından çekildiği için felsefe yapar. Böylece arzu, yalnızca eksiklikten doğan bir doyum ihtiyacı değil, bilgelik arayışına kapı aralayan bir imkân haline gelir. Bu noktada eros, arzunun en dönüştürücü biçimini temsil eder. Bedensel iştahların yıkıcı gücünü anlatan epithymia'dan farklı olarak, eros epistemik ve metafizik yükselişin imkânını dile getirir. Ancak Platon'un bu kavrayışı, sistematik bir antropoloji veya psikoloji çerçevesine yerleştirilmemiştir. İşte bu noktada Aristoteles'in orexis kavramı devreye girer: orexis, insanın tüm yönelimlerini —epithymia, thymos, boulēsis ve dolaylı olarak eros— tek bir üst kategori altında birleştirerek arzunun hem doğal hem de rasyonel boyutlarını birlikte kavramamıza olanak tanır.

Orexis

Orexis (ὄρεξις), köken olarak "bir şeyi şiddetle isteme", "can atma", "arzulama" anlamlarına gelir (oregomai: uzanmak, istemek) (Peters, 2004). Semantik açıdan yalnızca duyusal iştahı değil, insanda bulunan bütün isteme ve yönelim biçimlerini kapsar. Aristoteles'in terminolojisinde bu kavram insanın eylemlerini açıklayan en geniş kategori haline gelmiştir.

Aristoteles'in *De Anima*'sında, ruhun hareket ettirici güçleri arasında orexis merkezi bir konumda bulunur. Ona göre hareketin ilkesi yalnızca akıl (nous) değildir; insan, kendisine "iyi"

olarak görünen şeye yönelir ve bu yönelim bir tür orexistir (Aristoteles, 2019). Bu yaklaşım, ruhun teorik işlevleri (theoria) ile pratik işlevleri arasındaki ayrımı da netleştirir: pratik alanda her zaman bir isteme, yani orexis, hareketin kaynağında bulunur. Böylece orexis, insandaki itkisel, tutkusal ve rasyonel yönelimleri birleştiren üst bir kategori işlevi görür.

Aristoteles'in en özgün katkısı, orexis'i yalnızca etik ya da bedensel bağlamda değil, epistemik süreçlerin de kaynağı olarak tanımlamasıdır. Bilmek salt aklın soyut işlevi değildir; hakikate yönelmek de bir tür orexistir. İnsan hakikati "ister" ve bu isteme olmaksızın düşünce hareket edemez. *De Anima*'daki ifadesiyle, düşünmenin hareket ettirici olabilmesi için arzunun iş birliği zorunludur. Böylece orexis, bilgiye yönelimin ardındaki varoluşsal itkisel boyutu görünür kılar.

Orexis insanın erdemli yaşam arayışının da anahtarıdır. Aristoteles'in *Nikomakhos'a Etik*'te vurguladığı gibi, erdemli eylemler yalnızca bilgiyle değil, aynı zamanda "doğru istemeyle" mümkündür (Aristoteles, 1997). Arzular aklın aydınlatıcı rehberliğinde yönlendirildiğinde "iyi"ye yönelir; aksi halde hazların ve tutkuların tahakkümü altında kalır. Dolayısıyla insan yaşamının kalitesi, arzularının akılla kurduğu ilişkinin niteliğine bağlıdır (Aristoteles, 1997). Bu noktada orexis, diğer kavramlarla karşılaştırıldığında kapsayıcı bir avantaj sunar. Epithymia bedensel itkileri, thymos tutkusal öfke ve onur arayışını, eros bilgelik ve güzellik arzusunu dile getirirken; orexis bunların hepsini kuşatır ve tek bir kavramsal çerçeveye oturtur.

Antik Yunan düşüncesinde orexis, tüm arzu biçimlerini kuşatan en kapsayıcı terim olarak, insanın hem etik hem de epistemik yönelimlerini açıklayan temel bir ilke hâline gelmiştir. Ancak felsefe tarihinde arzu yalnızca bu çerçevede ele alınmamış, İslam düşüncesinde daha da zenginleşerek sistematik bir içerik kazanmıştır. Özellikle İbn Sînâ'nın nefs teorisi, arzuyu yalnızca bedensel ihtiyaçların itkisi değil, bilginin fiile dönüşmesinin, ahlâkî sorumluluğun ve varlığın kemale yönelmesinin asli kaynağı olarak değerlendirmiştir. Bu bağlamda İslam felsefesinde öne çıkan üç kavram -iştihâ, şevk ve irâde- arzunun farklı boyutlarını görünür kılar ve orexis ile kurulabilecek paralellikleri daha iyi anlamamıza imkân tanır.

2. İslam Felsefesinde Arzu Kavramının Tarihsel ve Semantik Analizi

İslâm felsefesi geleneğinde arzu, tek bir terime indirgenemeyecek kadar çok boyutlu bir olgu olarak ele alınmış bu nedenle farklı bağlamlarda iştihâ (اشتهاء), şevk (شوق) ve irâde (إرادة) gibi çeşitli kavramlarla ifade edilmiştir. Bu terimler, nefsin farklı tabakalarındaki yönelim

kiplerini karşılamakta ve arzunun insan varoluşunun değişik düzeylerindeki işlevlerini görünür kılan sistematik bir yaklaşımı yansıtmaktadır. Her bir kavram, arzunun belirli bir boyutunu öne çıkararak onun bilgiyle, iradeyle ve nihayetinde varlığın kendi kemaline yönelişiyle kurduğu bağı farklı düzlemlerde temellendirir (İbn Sînâ, 2021). Söz konusu kavramların tüm İslâm düşüncesi boyunca izini sürmek mümkün olmakla beraber, bu çalışmanın sınırları gereği odak noktası özellikle İbn Sînâ'nın nefs teorisi ve hareket anlayışı bağlamında arzu kavramının analizi olacaktır. Zira İbn Sînâ şevk, iştihâ ve irâdeyi yalnızca tanımlamakla yetinmemiş onları insan nefsinin yapısal işleyişine, epistemik süreçlerine ve ahlâkî yönelimlerine içkin unsurlar olarak sistematik bir çerçeveye yerleştirmiştir. Bu yönüyle arzu–bilgi ilişkisini felsefe tarihinde en kapsamlı ve tutarlı biçimde işleyen düşünürlerden biri olarak öne çıkmaktadır.

İbn Sînâ'nın felsefesindeki arzu kavramının zenginliğinin yalnızca terimlerin sözlük anlamı çeşitliliğinden değil, onun nefs teorisinin katmanlı yapısından kaynaklandığı ileri sürülebilir. Nefs-i nebâtî, nefs-i hayvânî ve nefs-i nâtık olarak üç düzeyde inşa edilen bu mimaride her bir mertebe kendi varlık alanına uygun bir "yönelim" ve "isteme" kipini harekete geçirir. Bu çoğulluk, arzunun basit bir dürtüsel itki olmayıp canlıların varlık seviyelerine göre farklı biçimlerde tezahür eden kompleks bir olgu olduğunu ortaya koyar. İbn Sînâ söz konusu mertebeleri yalnızca tasvir etmekle kalmaz onları idrak–tasavvur–tasdik zinciri ile hareket arasındaki nedensel bağlantıya yerleştirir (İbn Sînâ, 2021). Böylece arzu, bilişsel süreçlerden bağımsız bir dürtü olmaktan çıkarak hem bilginin hem de eylemin asli ilkesi konumuna yükselir ve epistemik yönelimin kurucu dinamiği haline gelir.

İbn Sînâ'nın nefs ayrımında nefs-i nebâtî beslenme, büyüme ve üreme gibi en temel işlevlerin kaynağıdır ve burada arzu canlılığın sürdürülebilmesi için zorunlu olan doğal zemini oluşturur. Nefs-i hayvânî, idrak ve hareket ettirici güçlerin merkezidir. Burada arzu iç duyular aracılığıyla algının harekete dönüşmesini sağlar. En yüksek düzeyde ise nefs-i nâtık yer alır. Bu düzey, insanın akıl ve irade gibi yüksek bilişsel yetilerini içerir ve burada arzu, epistemik arayışların kaynağı haline gelir. Nefs-i nâtık, sadece bireysel arzuları düzenlemekle kalmaz, aynı zamanda insanı kozmik bir düzlemde hakikate yönlendiren bir ilke olarak işlev görür. Akıl, burada epistemik ve ahlaki sorumlulukları belirleyerek bireyin arzularını doğru yönlendiren ve onları bilinçli tercihlere dönüştüren merkezi bir mekanizmadır. Dolayısıyla nefs-i nâtık insanın aklî yetkinliklerinin ve ahlâkî sorumluluklarının merkezidir. Burada irâde, amelî ve nazârî akılla birleşerek tasdik–seçim–sorumluluk üçlüsünü kurar ve insanı bilinçli fail hâline getirir (İbn Sînâ, 2021).

İbn Sînâ'nın *Kitâbü'ş-Şifâ': Nefs*'te kurduğu mimari, fail olanın insanın eylemlerinin imkânını iki eksende temellendirir: (i) İdrak zinciri: dış duyulardan başlayarak hiss-i müşterek (الحسّ المشترك), hayâl/tahayyül (الخيال), vehm (الوهم; tensikî mânâları idrak), hâfıza aşamalarına uzanan süreçte nesnenin sûreti alınır, korunur ve değer-mânâsı yüklenir. (ii) Muharrike zinciri: arzu ile başlayan süreç, fiil gücü aracılığıyla organik harekete dönüşür. Bu iki hat arasındaki kritik köprü şudur: "ma'lûm" (bilinen) bir gaye olmadan arzu doğmaz; başka bir deyişle bilgi → arzu → hareket sıralıdır. Duyular malzeme sağlar, hayâl imgeleri korur ve birleştirir, vehm fayda–zarar mânâsını yükler, akıl —özellikle amelî akıl— iyi–kötü hükmünü verir; bunun üzerine arzu doğar, irâde bu arzuyu seçime dönüştürür ve fiil gücü hareketi icra eder. Böylelikle arzu, idrakin görece pasifliği ile hareketin fizikî icrası arasında nedensel bir halka işlevi görür (İbn Sînâ, 2021). Bu noktada her üst mertebe, alt mertebeyi hem içerir hem de yönetir: insan arzularını irâde aracılığıyla itidale kavuşturur, onları doğru bir gaye bilgisiyle yönlendirir nazarî akıl tümellerde hakikati, amelî akıl ise fiilde iyiyi hedefler (İbn Sînâ, 2021). Bu bütünlüklü şema, Aristoteles'in "hayâl → arzu → hareket" dizgesinin İbn Sînâ tarafından zenginleştirilmiş bir muadili olarak görülebilir.

İbn Sînâ'nın çizdiği bu şema, arzuyu yalnızca bir içgüdü ya da duygusal tepki olmaktan çıkararak bilginin gayeye yönelten dinamiğiyle bütünleşmiş rasyonel bir ilke haline getirdiğini ve bu yönüyle İslâm felsefesinde arzunun tek boyutlu bir olgu olarak değil çok katmanlı bir dinamik olarak kavrandığını açıkça ortaya koyar.

Şehvet/İştihâ (اشتهاء)

Şehvet ya da İştihâ kavramı ş-h-v kökünden türetilmiştir. Sözlükte istemek, arzu etmek anlamlarına gelir. O, varlığın kendi haz ve fayda inancıyla yöneldiği bir hareket gücüdür. Terim anlamıyla ise nefsin haz verici olana yönelmesidir. Bu yönüyle şehvet/ İştihâ, insanın varoluşsal eğilimlerini besleyen temel itkidir (Beşer, 2010).

İbn Sînâ'da ağırlıkla nefs-i nebâtî ve nefs-i hayvânî katmanlarında, bedensel gereksinimlere yönelen çekim/istek veya duyusal hazza ve elemin giderilmesine dönük yönelim olarak karşımıza çıkar. Doğası gereği duyusal tasavvurlara bağımlıdır. Ona göre bu güç, haz talebi için, yani zorunlu veya faydalı olarak tahayyül edilen şeylere doğru bir hareket ettirmeye sevk eden kuvvedir (İbn Sînâ, 2021).

İbn Sînâ'nın nefs teorisinde önemli bir kavram olan iştihâ, ruhun bedensel yönüne ait arzuların genel adıdır ve özellikle yeme, içme, cinsellik gibi biyolojik ihtiyaçlara yönelen en

temel eğilimleri ifade eder. O, *Kitâbü'ş-Şifâ': Nefs* adlı eserinde hayvanî nefsi idrak eden ve hareket ettiren iki temel gücünü ayırır. Hareket ettirici gücü de kendi içinde, isteyip bir şeye yönelme (şevk gücü) ve bu yönelimi fiziksel olarak gerçekleştirme (fâil olan güç) şeklinde ikiye ayrılır. Ona göre şevk gücünün alt dalları ise, bedensel hazlara yönelen şehvanî güç ve zararlı şeylerden kaçınmaya yönelik öfke gücüdür. Bu bağlamda, iştihâ insanî nefsde de mevcudiyet gösteren bir ortak özellik olup, canlı organizmaların bekası ve türsel devamlılığı açısından zorunlu bir dinamiği temsil eder (İbn Sînâ, 2021).

Bununla birlikte aynı eserde İbn Sînâ, hareket ettirici güçleri sınıflarken iştihâya geniş bir yer ayırır. Ona göre bu kuvve duyular aracılığıyla algılanan hazlara yönelir ve elemlerden kaçmayı amaçlar. Temel özelliği, doğrudan duyusal tasavvurlara bağlı olmasıdır. Hoş bir koku, lezzetli bir yiyecek ya da bedensel haz uyandıran bir obje iştihânın doğmasına sebep olur. Mesela bir kurdun koyunu idrak etmesi buna örnek olarak verilebilir. Yani iştihâ, duyusal idrakle sıkı sıkıya bağlantılıdır (İbn Sînâ, 2021).

İbn Sînâ, nefs anlayışını ele alırken, gazap ve şehvet gibi güçlerin ölçüsüz ve akıldışı kullanımının insan için hem ruhsal hem de bedensel zararların kaynağı olduğunu vurgular. Ona göre bu güçlerin denetimsiz bir şekilde işlev görmesi, bireyin içsel dengesini bozarak onu aşağı bir varlık düzeyine indirger ve ahlâkî yozlaşmaya sürükler. Bundan dolayı ona göre söz konusu güçlerin aklın rehberliği altında ölçülü bir biçimde işletilmesi gerekir. Zira ancak bu yolla insan, nefsin hayvânî kuvvelerini rasyonel ve ahlâkî bir bütünlüğe kavuşturabilir. Özellikle şehvetin aşırılığı, bireyin insanî konumunu zedeleyen, onu bedensel hazların esiri kılan ve nihayetinde ahlâkî çöküşe götüren bir tehlike olarak değerlendirilir (İbn Sînâ, 2021).

İbn Sînâ'ya göre iştihânın epistemik değeri onun ortaya çıkabilmesi için insanda mutlaka bir tür haz ve elem bilgisi bulunması gerektiğinden gelir. İnsan hoş bir yiyeceği ya da kötü bir kokuyu tanır, buna dair bir duyusal tecrübe edinir ve iştihâ bu bilginin sonucunda doğar. Yukarıda verdiğimiz örneğin farklı bir versiyonunu burada tekrar edebiliriz, bir koyunun kurdu idrak etmesi ve korkup kaçması gerektiğini anlayıp harekete geçmesi öncelikli olarak iştihâ ile ilgilidir (İbn Sînâ, 2021). Dolayısıyla iştihâ, basit de olsa bilgiye dayalı bir arzu biçimidir. Bu da bilginin sadece teorik değil aynı zamanda yaşamsal bir işlev gördüğünü ortaya koyar.

Şevk/İştiyak (شوق)

Şevk, felsefe ve tasavvuf geleneğinde varlığın kendi yetkinliğine ulaşma isteği olarak tanımlanır. En genel anlamıyla insanın ya da herhangi bir varlığın, varoluşunu daha yüksek bir

düzeye taşıma eğilimini ifade eder. İslam felsefesinde "iradî şevk", insanın aklî ve ruhsal olgunluğa ulaşma arzusunu anlatır. Bu yönüyle şevk hem maddi hem manevi yetkinliğe ulaşma isteğini ve varlığı dönüştürme kudretini barındıran temel bir varoluş gücüdür (Çağırıcı, 2010).

İbn Sînâ felsefesinde şevk, basit bir duygusal hâli değil, insanın fiillerini mümkün kılan asli bir kuvveyi ifade eder. "Özlem, iştiyak, yönelme" anlamlarına gelen şevk, ruhun dinamik yapısının en belirgin tezahürlerinden biri olup semantik çekirdeği "mesafe kapatma" ve "gayeye uzanma"dır. İnsan, yalnızca düşünen veya algılayan bir varlık değildir. Aynı zamanda yönelen, harekete geçen ve kendisini bir gayeye sevk eden bir varlıktır. Bu hareketin imkânı şevkte saklıdır. İbn Sînâ'nın nefs anlayışını göz önünde bulundurmak bu noktada zorunludur. Ona göre nefs, tek bir bütün değil, farklı yetilerin bir araya gelmesinden oluşan çok katmanlı bir yapıdır; akıl, iyi ile kötüyü ayırt eder, hayal gücü duyularla elde edilen imgeleri yeniden işler ve arzulara besin sağlar, duyular ise dış dünyadan gelen verileri nefsin idrakine sunar. Şevk ise bu üçlü işleyişin ürünü olarak ortaya çıkar. Duyular nesneyi algılar, hayal onu canlandırır, akıl değerini tasdik eder; bütün bu süreçten doğan yönelim "şevk" adını alır. Böylece şevk, aklın soyut hükümleri ile duyuların pasif verileri arasındaki boşluğu dolduran ve insanı fiile yönelten kuvve olarak belirir (İbn Sînâ, 2021).

İbn Sînâ, bu yapıyı özetleyen formülasyonunda "arzulanan şeyin bilgisi" (ma'lûm al-maşyûk) ifadesine başvurur. Ona göre herhangi bir nesne veya eylem hakkında bilgi oluşmadıkça şevk doğmaz. Basit bir örnekle, susuzluk hissi yalnızca biyolojik bir durumdur ancak zihinde "su içmek iyidir" tasavvuru belirdiğinde bu biyolojik ihtiyaç bir şevke dönüşür. Burada bilgi şevki doğurur şevk ise bedeni fiile sevk eder. Dolayısıyla şevk, bilgi ile eylem arasında eksik olan halkayı tamamlar. Bilgi olmadan şevk olmaz, şevk olmadan da bilgi fiile dönüşmez (İbn Sînâ, 2021). Bu çerçeve İbn Sînâ'nın düşüncesinde şevki, yalnızca nefs bağlamında işlenen bir fenomen olmaktan çıkarır (İbn Sînâ, 2017).[16]

İrâde (إرادة)

İrade, seçerek isteme ve aklın tasdikiyle yönelimi belirleme olarak tanımlanır. Burada aklın "iyi" hükmü belirleyicidir. İrade, eyleme geçme gücünü ve özgürlüğünü içinde taşıyan

[16] Zira İbn Sînâ'ya göre ontolojik düzeyde şevk evrensel bir ilkedir. *Risâle fi Mahiyeti'l-'Işk*'ta ortaya koyduğu üzere, bütün varlıklar kendi kemaline yönelir taşın yere düşmesi, gök cisimlerinin dairesel hareketleri, insanın hakikati arayışı hep aynı evrensel şevkin farklı tezahürleridir. Şevk, bu anlamda yalnızca insana özgü bir eğilim değil, varlık düzeninin tamamına sirayet eden kozmik bir yönelimdir. Burada Aristoteles'in orexis kavramıyla açık bir paralellik görülür; ancak İbn Sînâ şevki epistemik ve kozmolojik düzlemleri birlikte kapsayan daha geniş bir ilke olarak formüle eder.

bilinçli bir istemdir. İnsanın düşünce, amaç ve tasarılarını değerlendirip bunlar arasından bilinçli bir seçim yaparak eyleme yönelme kapasitesini dile getirir. Duygusal eğilimlerden çok, aklın yönlendirdiği bir güçtür. Bu nedenle irade, eylemleri akıli bir temelde belirleme ve onları kararlılıkla sürdürme yetisini ifade eder. Özünde, belirlenmiş bir amaca ulaşma iradesiyle bu amaca uygun biçimde davranma gücü yatar. İnsan yaşamı da özgür ve akıl sahibi bir varlık olarak, bu bilinçli kendini gerçekleştirme süreci üzerine kuruludur (Hançerlioğlu).

İbn Sînâ'da irâde, yalnızca ahlaki seçimin adı değil, amelî aklın yönetiminde şevkleri normatif kıstasa bağlayan fail gücün adıdır. İbn Sînâ, nefs teorisinde irade ve şevki birbirine bağlı fakat farklı iki kavram olarak ele alır. Bahsedildiği üzere şevk, insanın herhangi bir şeyi faydalı, lezzetli ya da iyi olarak tasavvur etmesinden sonra kendiliğinden doğan yönelimdir ve daha çok doğal ve içgüdüsel bir eğilimi ifade eder. İrade ise bu yönelimin aklın onayından geçerek bilinçli bir tercihe dönüşmüş hâlidir. Bu nedenle şevk, hareketin ilk adımı ve motivasyon kaynağıyken irade, bu hareketin akıl tarafından düzenlenmiş, yönlendirilmiş ve bilinçli olarak seçilmiş biçimidir.

İbn Sînâ'ya göre irade, insan nefsinin hareket ettirici güçleri arasında yer alır ve en genel tanımıyla aklın "iyi" olarak tasdik ettiği bir şeye yönelme ve onu tercih etme kudretidir. Buradaki fark açıktır şevk yalnızca yönelimdir, irade ise bilgiye dayanır. Bir nesne veya fiil akıl tarafından "iyi", "faydalı" ya da "değerli" olarak değerlendirilmedikçe iradeye konu olamaz. Örneğin, susuzluk hissi şevki doğurur ancak akıl bu yönelimi "su içmek sağlıklıdır" şeklinde tasdik ettiğinde, fiil iradî bir tercih hâline gelir. Bu bakımdan irade bilincin işin içine girmesiyle ortaya çıkan rasyonel ve sorumlu bir yönelimdir.

Bu ayrım, İbn Sînâ'nın ahlâk anlayışı açısından oldukça önemlidir. Çünkü ahlâkî sorumluluk, insanın yalnızca şevklerine kapılmasında değil, aklın tasdikine dayalı bilinçli tercihler yapabilmesinde yatar. Şevk, insanın arzularını harekete geçirir; ancak bu arzular aklın hükmüne tâbi kılınmadıkça insan ahlâkî fail olamaz. İrade, şevki düzenleyen, arzuları aklın ışığında yönlendiren ve onları eyleme dönüştüren kuvvedir. Böylece insan sırf arzu eden bir varlık olmaktan çıkar bilinçli seçimleriyle övgüye veya yergiye konu olabilen, sorumluluk taşıyan ahlâkî bir özneye dönüşür. Bu noktada irade, Antik Yunan'daki *boulēsis* kavramıyla benzerlik taşır ancak İbn Sînâ'da irade, yalnızca ahlaki tercihlerle sınırlı kalmaz, insanın varoluşsal bütünlüğünü inşa eden asli bir ilke hâline gelir (İbn Sînâ, 2022).

İbn Sînâ'nın sisteminde bu ayrım, yalnızca ahlaki değil, epistemik bağlamda da belirleyicidir. Hakikati bilme süreci bir tür şevk ile başlar. İnsan, bilmediği bir şeyi bilme arzusu duyar. Fakat bu yönelim, sürekliliği olmayan geçici bir istek olmaktan çıkıp kalıcı bir öğrenme, araştırma ve düşünme faaliyetine dönüşmek istendiğinde, devreye irade girer. Şevk epistemik motivasyonu sağlar fakat bu motivasyonun istikrarlı, bilinçli ve metodik bir çabaya dönüşmesi irade sayesinde mümkün olur (İbn Sînâ, 2022).

Sonuç olarak, İbn Sînâ'ya göre irade, insanın hem pratik hem de teorik yaşamında belirleyici bir kuvvedir. Şevk, motivasyonun ilk kıvılcımını sağlarken, irade bu kıvılcımı bilinçli bir tercihe dönüştürür. Bu nedenle irade, şevkten daha üst bir mertebeye yerleştirilmiştir çünkü yalnızca insanı eyleme yönlendirmekle kalmaz, aynı zamanda onu ahlâkî sorumluluğun ve epistemik istikrarın öznesi hâline getirir.

Görüldüğü üzere İbn Sînâ'nın arzu anlayışı, geniş bir yelpazede işlenmiş ve sistematik bir bütünlük içerisinde düzenlenmiştir: İştihâ biyolojik ihtiyaçları, şevk bilginin fiile dönüşmesini, irade ise bu sürecin aklın onayından geçerek bilinçli tercihe dönüşmesini temsil eder. O, arzuyu bilgiyle, ahlakla ve ontolojiyle bütünleştirmiş böylece arzu, kör bir tutku olmaktan çıkıp, bilginin harekete dönüşmesini, eylemin akla bağlanmasını ve varlığın kemale yönelmesini sağlayan asli bir ilke olarak temellendirilmiştir.

Sonuç

Bu çalışmada felsefi düşünce tarihinde arzu kavramının yalnızca hazlara indirgenemeyecek kadar köklü ve çok boyutlu bir mesele olduğu ortaya konulmaya çalışılmıştır. Arzu hem Antik Yunan'da hem de İslam felsefesinde insan varoluşunun asli bir boyutu olarak ele alınmış, kimi zaman yıkıcı bir güç, kimi zaman da epistemik bir itki olarak yorumlanmıştır. Platon'un üçlü ruh teorisinde arzu, çoğu kez ölçüsüzlükle ilişkilendirilmiş Aristoteles ise orexis kavramıyla arzuyu bütüncül bir çerçeveye yerleştirmiş ve insan eylemlerinin temelindeki yönelme ilkesini bilginin (epistēmē) ve mutluluğun (eudaimonia) imkânıyla doğrudan ilişkilendirmiştir. İslâm felsefesi geleneğinde ise arzu, farklı boyutlarıyla ele alınmıştır. İştihâ (اشتهاء), şevk (شوق) ve irâde (إرادة) kavramlarıyla ifade edilmiştir. Bu terimler, nefsin farklı tabakalarındaki yönelim kiplerini karşılamakta ve arzunun insan varoluşunun değişik düzeylerindeki işlevlerini görünür kılan sistematik bir yaklaşımı yansıtmaktadır.

Felsefi danışmanlık açısından mesele, bu yönelimlerin tek tek ele alınmasından ziyade, insanda nasıl bir bütünlük içinde düzenlendiğini anlamaktır. Çoğu zaman bir arzu türünün baskın hale gelmesi, danışanın yaşadığı varoluşsal tıkanıklıkların kaynağıdır. Çözüm ise bu arzuyu bastırmak değil, diğer arzu katmanlarıyla dengeli bir ilişkiye sokmaktır. Bu noktada orexis kavramı işlevsel ve kapsayıcı bir çerçeve sunar; çünkü insandaki her tür arzu, bu temel yönelme ilkesinin farklı tezahürleri olarak anlaşılabilir. Dolayısıyla danışmanlık sürecinde önemli olan, arzuların çokluğunun yarattığı parçalanmışlık hissini aşarak, onların iyi yaşam (saʿāda / eudaimonia) arayışındaki yerini tanımaktır.

Arzuların çokluğu çoğu zaman bireyde parçalanmışlık hissi yaratır, kişi farklı yönelimler arasında sıkışmış, nefsin farklı sesleri arasında kaybolmuş hisseder. Oysa orexis, bu farklı yönelimleri tek bir eksen etrafında toplayan temel ilkedir. Bu eksen, "iyi"nin bilgisiyle ve aklın rehberliğiyle birleştiğinde arzu yıkıcı değil, kurucu bir güç haline gelir. Felsefi danışmanlığın amacı, danışana arzularını tekil doyumların ötesinde, daha geniş bir yaşam bütünlüğünün parçası olarak kavratmak ve onları nihai amaca (telos) yönlendirecek bir düzen kurmasına yardımcı olmaktır.

Kaynakça

Aristoteles. (1997). *Nikamakhos'a etik* (Saffet Babür. Çev.). Ayraç Yayınları.

Aristoteles. (2019). *Ruh üzerine* (Ömer Aygün & Y. Gurur Sev. Çev.). Pinhan Yayıncılık.

Arslan, A. (2017). *İlkçağ felsefesi.* Say Yayınları.

Beşer, Faruk. (2010). *Türkiye diyanet vakfı İslam ansiklopedisi*. C.38, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 476-477.

Çağrıcı, Mustafa. (2010). *Türkiye diyanet vakfı İslam ansiklopedisi*. C.39, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 20-22.

Hançerlioğlu, Orhan. *Felsefe ansiklopedisi; kavramlar ve akımlar*. C.3. Remzi Kitabevi.

İbn Sînâ. (2005). *eş-Şifâʾ: el-ilâhiyyât* (E. Demirli ve Ö. Türker. Çev.). Litera Yayıncılık.

İbn Sînâ. (2017). *Aşkın mahiyeti hakkında (Risâle fi Mahiyeti'l-'işk)* (Ahmed Ateş. Çev.). Büyüyenay Yayınları.

İbn Sînâ. (2021). *Kitâbü'ş-şifâʾ: nefs* (M. Z. Tiryaki. Haz.). Türkiye Bilimler Akademisi.

İbn Sînâ. (2022). *el-İşârât ve't-tenbîhât* (M. Macit, A. Durusoy ve E. Demirli. Çev.). Litera Yayıncılık.

İşcan. Ahmet Hamdi. (2022). *Bölünmüş benlik sorunu: william james düşüncesinde*. Eski Yeni Yayınları.

Peters, Francis E. (2004). *Antik yunan felsefesi terimleri sözlüğü* (Hakkı Hünler. Çev.). Paradigma Yayıncılık.

Platon. (1958). *Şölen* (Sabahhttin Eyuboğlu. Çev.). Yükselen Matbaası.

Platon. (2016). *Devlet* (F. Akderin. Çev.). Say Yayınları.

KONGRE PROGRAMI/CONGRESS PROGRAMME

I. ULUSLARARASI FELSEFİ DANIŞMANLIK KONGRESİ
I. INTERNATIONAL CONGRESS ON PHILOSOPHICAL COUNSELING
3-5 Ekim/October 2025, Ankara

PROGRAM KİTAPÇIĞI

	3 EKİM/OCTOBER 2025, CUMA/FRIDAY **AÇILIŞ KONUŞMALARI/OPENİNG SPEECH**
09:30 10:00	Kongre Başkanı M. Nesim Doru'nun konuşması Felsefi Danışmanlık Derneği Başkanı Mustafa Çevik'in Konuşması Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Rektörü Musa Kazım Arıcan'ın Konuşması

	I.OTURUM/SESSION	
	Fuat Sezgin Salonu	**Sezai Karakoç Salonu**
10:00 11:30	**Oturum Başkanı/Chair: Güncel Önkal** **Mustafa Çevik** Zihinsel Sağlık Bir Tıbbi Sağlık mıdır? Felsefi Danışmanlık Perspektifinden Kavramsal Bir Değerlendirme **Güncel Önkal** Felsefi Danışmanlıkta Çağdaş İlke ve Yöntemler: Sorunsallar ve Olanaklar **Filiz Serdar Tuğut** Philosophical Response to Humanitarian Crisis: Philosophical Counseling **Mehmet Selim Bor** Felsefi Danışmanlığın Ambulansı: Kriz Anlarında Düşünsel Müdahale Biçimi Olarak Felsefi Danışmanlık	**Oturum Başkanı/Chair: Yücel Yüksel** **Navneet Chopra** Reclaiming Existential Meaning Beyond Logic: An Existential Philosophical Counseling **M. Yavuz İnan&Yücel Yüksel** Felsefi Danışmanlık İçin Yeni Bir Paradigma: Puslu Mantığın Teorik Ve Pratik İmkanları **Şerefettin Adsoy** Felsefî Danışmanlıkta Kavramın Önemi
11:30 14:00	**ARA/BREAK**	
	II. OTURUM/SESSION	

	Fuat Sezgin Salonu	Sezai Karakoç Salonu
14:00 15:20	**Oturum Başkanı/Chair: Kemal Bakır** **Kemal Bakır** Antik Roma'da Bir Felsefi Danışmanlık Örneği Olarak Stoacılık **Emine Cengiz** Felsefi Danışmanlık ve Helenistik Okullar: Nussbaumcu Bir Değerlendirme **Ahmet Faruk Çağlar** Epikouros'un Terapötik Felsefesi: Modern Bilişsel Psikoterapiler İçin Felsefi Bir Temel	**Oturum Başkanı/Chair: Ferdi Selim** **Esra Korkmaz** Geçmişin Yaratıcı Gücü: Bergson'un Saf Bellek ve Élan Vital Kavramlarıyla Felsefi Danışmada Kimlik ve Anlam Arayışı **Hatice BİLEK** Benliğin Gerilimlerine Felsefi Danışmanlık Üzerinden Fenomenolojik Bir Bakış: Husserl'de Transandantal Bilinç ve Yaşam Dünyası Kavramı **Ferdi Selim** Dil, Anlam ve Sağaltım: Wittgenstein ile Rorty Arasında Terapötik Felsefe
15:20 15:30	**ARA/BREAK**	
	III. OTURUM/SESSION	
	Fuat Sezgin Salonu	**Sezai Karakoç Salonu**
15:30 16:50	**Oturum Başkanı/Chair: Hüseyin Sarıoğlu** **Hüseyin Sarıoğlu** İslam Düşünce Mirası Felsefi Danışmanlık Alanına Katkı ve Açılım Sağlayabilir Mi? **Hakan Çoşar** Felsefi Danışmanlık Bağlamında, İslam Ahlak Filozoflarının Ölüm Korkusunun Üstesinden Gelme Konusundaki Görüşlerinin Güncel Değeri **Seyed Amirreza Mazari** Rereading Philosophical Texts in the Islamic World: Developing the Groundwork for Philosophical Counseling in the Islamic World **Beyzanur Yılmaz&Havva Ünlü** Dini Danışmanlık ve Rehberlik ile Felsefi Danışmanlık Arasındaki Etkileşimin Bir Göstergesi Olarak İnsanın Anlam Arayışı	**Oturum Başkanı/Chair: Yaylagül Ceran Karataş** **Abdullah Başaran** Anlatısal Konukseverlik ve Diyakritik Hermenötik: Felsefi Sağaltımda Hikâyelerin Rehberliği **Yaylagül Ceran Karataş** Felsefi Danışmanlıkta Şiirin Terapötik Etkisi **Harun Öğmüş** Sûfî Şiirin Gücü: Mevlâna'nın Gazelleri Çerçevesinde Bir Üslûp Değerlendirmesi

	ÖZEL OTURUM/SPECIAL SESSION **Fuat Sezgin Salonu**	
17:00 19:00	**Oturum Başkanı/Chair: Mustafa Çevik** **Lou Marinoff** Limitations and Liabilities of AI: Re-humanizing Humanity via Philosophical Practic **Elliot D. Cohen** Logic-Based Therapy: Some Philosophical Practice Techniques **Luis de Miranda** Can Counselling be Unphilosophical? A Reductio ad Absurdum from the Perspective of Philosophical Health	

	4 EKİM/OCTOBER 2025, CUMARTESİ/SATURDAY I. OTURUM/SESSION	
	Fuat Sezgin Salonu	**Sezai Karakoç Salonu**
09:30 10:50	**Oturum Başkanı/Chair: Nebile Eroğul** **M. Necip Yılmaz** Felsefi Bakış Açısının İnsanın Ruh Sağlığı Üzerindeki Olumlu Etkileri **Zafer Gündüz** Schopenhauer'ın Nedensellik Kavrayışı Bağlamında Felsefi Danışmanlığın İnsan Varlığının Kültür ve Toplum Varlığı Oluşuna Etkisi **Özlem Ünlü** Schopenhauer Felsefesinde Terapötik Temalar **Nebile Eroğul** Isdırap ile Can Sıkıntısı Arasında Salınan İnsan: Schopenhauer'in Felsefesinden Bir Felsefi Danışmanlık Pratiği	**Oturum Başkanı/Chair: Banu Alan Sümer** **N. Petek Boyacı** Hayat Boyu Felsefe: Çocuklar İçin Felsefe (P4C)'den Felsefi Danışmanlığa **Banu Alan Sümer** Çocuklarla Felsefe: Amaçlar, Hedefler ve Kazanımlar **Alisa Çiçek Akyol** İş Yerlerinde Felsefi Danışman Uygulaması: D İndeksi **Zeynep Korkmaz** Aile Danışmanlığında Felsefi Bir Yaklaşım: P4c İle Yaşantısal İnsancıl Aile Danışmanlığı Kuramının Karşılaştırılması
10:50 11:00	**ARA/BREAK**	
	II. OTURUM/SESSION	
	Fuat Sezgin Salonu	**Sezai Karakoç Salonu**
	Oturum Başkanı/Chair: Yunus Cengiz **Mehmet Nesim Doru** Çağdaş Fransız Felsefesinin Meseleleri Bağlamında Felsefi Danışmanlığa Bir Yaklaşım Denemesi **Yunus Cengiz** Kitlenin Belirlediği Arzudan Çıkış Aralamanın İmkânı Üzerine	**Oturum Başkanı/Chair: Hasan Çağatay** **Ömer Fatih Tekin** Yapay Zekâ Çağında Felsefi Rehberliğin Dönüşümü **Zöhre Yücekaya** Anlam Boşluğu Mu, Yorum Açlığı Mı? Dijital Çağda Felsefî Danışmanlığın Yeni Sınırları **Dilek Atik**

11:00 12:20	**Esma İşcan** Felsefede Arzu: Yıkıcı Bir Güçten Epistemik Bir İtkiye **Deniz Kanay** Olay Fenomenolojisi Açısından Paul Ricoeur'de Anlatı-Sağaltım İlişkisi	Kendine Yerleşmek: Felsefi Danışmanlıkta Diyalog ve Anlamın İnşası **İlayda Etkin Güler Erdil** The Contribution of Philosophical Counseling Practices in Work Life to Psychological Well-Being: A Perspective of Meaning, Virtue, and Autonomy
12:20 14:00	**ARA/BREAK**	
	III. OTURUM/SESSION	
	Fuat Sezgin Salonu	**Sezai Karakoç Salonu**
14:00 15:20	**Oturum Başkanı/Chair:: Dilek Arlı Çil** **Meryem Şule Öktem** Felsefi Danışmanlık Sürecinde Varoluşsal Kaygının İşlevi **Dilek Arlı Çil** Felsefi Danışmanlıkta Heideggerci Yaklaşım: Sahici Varoluş	**Oturum Başkanı/Chair: Hıdır Apak** **Halil İbrahim Menteş** Felsefi Danışmanlıkta Bütünsel Yaklaşım Olarak 5D Terapi **Kevser Yıldırım&Sibel Ergün Elverici** Dijital Okuryazarlık Eğitiminde Grupla Felsefi Danışmanlık
15:20 15:30	**ARA/BREAK**	
	IV. OTURUM/SESSION	
	Fuat Sezgin Salonu	**Sezai Karakoç Salonu**
	Oturum Başkanı/Chair: Mehmet Ata Az **Pia Houni** Philosophical Consultation as a Way of Structuring Thinking Skills and Life	**Oturum Başkanı/Chair: Nilüfer Karadağ** **Aysun Dundar Karaca** Felsefi Danışmanlıkta Metodoloji Arayışı: Teori, Pratik ve Yöntemsel Çeşitlilik Üzerine Bir İnceleme

15:30 16:50	**Kevin Cales** The Normative Question and Therapy in Philosophical Counseling: Developing Rational Autonomy through Meditation as a Solution **Christian B. Funke** Sense-Making as a Niche Offering of the Philosophical Counselor	**Nilüfer Karadağ** John Stuart Mill'in Utilitarizm Görüşleri Kapsamında Felsefi Danışmanlık **Yakup Kalın** Bir Sağaltım Yöntemi Olarak Geometriyle Meşgul Olmak **Menekşe Kaya** Ergen Risk Davranışının Felsefi Dönüşümü: Mitostan Logosa Nörofelsefi Bir Yaklaşım