

e-ISSN: 3062-1208

FELSEFIX

ULUSLARARASI FELSEFİ DANIŞMANLIK VE ETİK DERGİSİ
INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS



EDİTÖR

Prof. Dr. Abdülatif TÜZER

EDİTÖR YARDIMCILARI

Prof. Dr. Taşkın KETENCİ

Prof. Dr. Cevriye Demir GÜNEŞ

CİLT/VOLUME: 2 SAYI/NUMBER: 1
HAZİRAN/JUNE 2025



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 2

Sayı/Number: 1

Haziran/June 2025

e-ISSN: 3062-1208

Sahibi ve Yayıncısı/Publisher

Prof. Dr. Abdüllatif TÜZER

Editörü/Editor in Chief

Prof. Dr. Abdüllatif TÜZER (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi)

Editör Yardımcısı/Associate Editor

Prof. Dr. Taşkın KETENCİ (Mersin Üniversitesi)

Prof. Dr. Cevriye DEMİR GÜNEŞ (Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi)

Alan Editörleri/Field Editors

Prof. Dr. Aurel CODOBAN (Babes – Bolyai University)

Prof. Dr. Ben Lazare MIJUSKOVIC (California State University)

Prof. Dr. Berfin KART TEPE (Aydın Adnan Menderes Üniversitesi)

Prof. Dr. Faruk MANAV (Gazi Üniversitesi)

Prof. Dr. Hamdi BRAVO (Ankara Üniversitesi)

Doç. Dr. Cevriye Demir GÜNEŞ (Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi)

Doç. Dr. Eren RIZVANOĞLU (İzmir Demokrasi Üniversitesi)

Dr. Öğr. Üyesi İlker ALTUNBAŞAK (İstanbul Medipol Üniversitesi)

Dr. Öğr. Üyesi Tuğşat GÜZELOĞLU (Bursa Uludağ Üniversitesi)

Yayın Kurulu/Journal Editorial Board

Prof. Dr. Ali Osman GÜNDOĞAN (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi)

Prof. Dr. Ayhan BIÇAK (İstanbul Üniversitesi)

Prof. Dr. Betül ÇOTUKSÖKEN (Maltepe Üniversitesi)

Prof. Dr. Güncel ÖNKAL (Maltepe Üniversitesi)

Prof. Dr. Harun TEPE (Hacettepe Üniversitesi)

Prof. Dr. Hakan GÜNDOĞDU (Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi)

Prof. Dr. Işıl BRAVO (Ankara Üniversitesi)

Prof. Dr. Mehmet Kasım ÖZGEN (Erciyes Üniversitesi)
Prof. Dr. Taşkın KETENCİ (Mersin Üniversitesi)
Dr. Öğr. Üyesi Necdet YILDIZ (Anadolu Üniversitesi)

Bilim ve Danışma Kurulu/Science and Advisory Board

Prof. Dr. Ahmet EYİM (Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi)
Prof. Dr. Ali TAŞKIN (Sivas Cumhuriyet Üniversitesi)
Prof. Dr. Ali UTKU (Atatürk Üniversitesi)
Prof. Dr. Demet TAŞDELEN (Anadolu Üniversitesi)
Prof. Dr. Haluk ERDEM (Ankara Üniversitesi)
Prof. Dr. Hasan ASLAN (Akdeniz Üniversitesi)
Prof. Dr. Mehmet Kasım ÖZGEN (Erciyes Üniversitesi)
Prof. Dr. Yıldız KARAGÖZ YEKE (İzmir Katip Çelebi Üniversitesi)
Doç. Dr. Ali Suat GÖZCÜ (Samsun 19 Mayıs Üniversitesi)
Doç. Dr. Banu ALAN SÜMER (İzmir Demokrasi Üniversitesi)
Doç. Dr. Ferdi SELİM (Sivas Cumhuriyet Üniversitesi)
Doç. Dr. Ümit KARTAL (Muş Alparslan Üniversitesi)
Doç. Dr. Şerefeddin ADSOY (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi)
Dr. Öğr. Üyesi Muammer AKTAY (Sivas Cumhuriyet Üniversitesi)
Dr. Abhishek SHUKLA (University of Allahabad)
Dr. Sergiu BORTOŞ (Universitatea Alexandru Ioan Cuza)

Yabancı Dil Editörü/Foreign Language Editor

Dr. Mustafa TURAN (Milli Eğitim Bakanlığı)

Grafik Tasarım/Graphic Design

Emre ŞİMŞİR

İletişim ve Sosyal Medya/Communication and Social Media

Gülşah ULUTÜRK ERKAYA – Erhan UYGUN

Editorial Sekreteryä/Editorial Secretariat

Oğuzhan YILMAZ – Mine DURMUŞ

Adres/Address

İstiklal Mah. Mustafa Kemal Atatürk Cad. No: 130/13 Odunpazarı-ESKİŞEHİR

<https://felsefix.com>

felsefixjournal@gmail.com

Hakkında

Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi felsefi danışmanlık ve etik alanıyla ilgili, bireysel ve toplumsal sorunlara odaklanan kavramsal, kuramsal, uygulamalı felsefi/bilimsel çalışmaları kör hakemlik sürecini işleterek ve yayın sürecinde Committee on Publication Ethics'in (COPE) politikalarını benimseyerek Türkçe veya İngilizce olarak yayınlayan uluslararası hakemli açık erişimli akademik bir online dergidir.

About

Felsefix International Journal of Philosophical Counseling and Ethics is an international peer-reviewed open access academic online journal that publishes conceptual, theoretical, applied philosophical/scientific studies related to the field of philosophical counseling and ethics, focusing on individual and social problems, in Turkish or English by operating the blind review process and adopting the policies of the Committee on Publication Ethics (COPE) in the publication process.

Amaç ve Kapsam

Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi bir yandan 1980'lerden itibaren hem felseficilerin hem de farklı disiplinlerden uzmanların felsefi/bilimsel çalışmalarıyla teorisi ve pratiği geliştirilme sürecinde olan felsefi danışmanlık alanına özgün bilimsel çalışmalarla katkıda bulunmayı, bu konuda ulusal ve uluslararası literatürü zenginleştirmeyi ve güçlendirmeyi; bir yandan da modern çağın bireysel ve toplumsal sorunlarını felsefi bir perspektifle analiz eden ve bu sorunlara felsefi çözümler üretebilen nitelikli bilimsel çalışmaları yayınlamak felsefe yoluyla insanların somut bireysel hayatlarına dokunmayı amaçlamaktadır. Dergi yılda iki sayı olarak (Haziran-Aralık) yayınlanmaktadır.

Objective and Scope

Felsefix International Journal of Philosophical Counseling and Ethics aims, on the one hand, to contribute to the field of philosophical counseling, the theory and practice of which has been in the process of being developed with the philosophical/scientific studies of both philosophers and experts from different disciplines since the 1980s, with original scientific studies, to enrich and strengthen the national and international literature on this subject; on the other hand, it aims to touch the concrete individual lives of people through philosophy by publishing qualified scientific studies that analyze the individual and social problems of the modern age from a philosophical perspective and can produce philosophical solutions to these problems. The journal is published twice a year (June-December).

Açık Erişim Politikası

Felsefix, BOAI ve Creative Commons Attribution imzasıyla açık erişim politikasını benimseyen bir dergidir ve yayımladığı içeriği doğrudan açık erişime ücretsiz sunmaktadır. Dergi, yayımladığı içerikle bilimin Açık Erişim Politikası ile desteklenmesi ve geliştirilmesine katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Dergide yayınlanan tüm makaleler "Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC- 4.0) lisansına tabidir. Bu lisans ile taraflar, Felsefix dergisinde yayımlanan tüm makaleleri ve görselleri; atıfta bulunarak dağıtabilir, kopyalayabilir, üzerinde çalışmalar yapabilir, sahibine atıfta bulunarak türevi çalışmalar yapabilirler.

Open Access Policy

Felsefix is a journal that adopts open access policy with BOAI and Creative Commons Attribution signature and offers its published content directly to open access free of charge. The journal aims to contribute to the support and development of science with the Open Access Policy. All articles published in the journal are subject to the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC- 4.0). With this license, the parties can distribute, copy, work on, and make derivative works of all articles and images published in Felsefix by giving attribution to the owner.

Değerli Felsefix Okuyucuları

Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi'nin ikinci yılının ilk sayısını sizlerle paylaşmaktan büyük mutluluk ve kıvanç duyuyoruz. Geçen sayıda olduğu gibi bu sayıda da felsefi danışmanlık alanına ve literatürüne önemli düzeyde katkı sağlayacak nitelikli çalışmalarla karşınızdayız. Kavramsal çözümlemeler ve Sokratik sorgulamalar yoluyla bireylerin varoluşsal ve etik sorunlar başta olmak üzere gündelik hayat sorunlarına birlikte çözüm bulmayı ve nihayetinde bireylerin dünya görüşlerini/hayat anlayışlarını felsefi olarak analiz ederek kendi hayat felsefelerini oluşturmalarına ve kendilerini tanımalarına/kendileri olmalarına rehberlik etmeyi amaç edinen felsefi danışmanlığa olan ihtiyaç günden güne artmaktadır. Tikel sorunların çözümünü dil ile yarattığımız tümel dünya görüşünün ya da hayat anlayışının felsefi analizinde bulan ve böylelikle bilgece bir yaşamı hedef edinen felsefi danışmanlık tam da bu özelliği sebebiyle diğer danışmanlık türlerinden daha önemli, daha kapsamlı, daha etkilidir. Felsefi danışmanlığa böylesi bir önem atfetmemize rağmen bu alanın teorisi ve yöntemi bakımından ciddi çalışmalara, tartışmalara ve araştırmalara ihtiyacı vardır. Bu alana özgü yapılmış pek çok çalışma incelendiğinde hala emekleme aşamasında olduğumuz söylenebilir. Bu nedenle en büyük beklentimiz özellikle felsefe alanında akademik çalışmalar yapan değerli araştırmacılarımızın alana sahip çıkmaları ve dergimize özgün çalışmalarıyla katkı sunmalarıdır.

Felsefix dergisinin arkasında güçlü ve donanımlı bir ekip var. *Felsefix* hem felsefe hem de felsefi danışmanlık alanında ülkemizin en yetkin ve önde gelen öğretim üyelerinden oluşan yardımcı editörler, alan editörleri, yayın ve danışma kurulu üyeleri ve yabancı uzmanlar ile derginin mutfağında çalışan çok değerli arkadaşlarımızın ortak emek, özveri ve çabasının ürünüdür. Onların her birine teşekkür ediyor, en içten ve en derin saygılarımı sunuyorum. Biliyor ve inanıyorum ki onlar var oldukça derginin soluğu uzun ve güçlü olacak.

Prof. Dr. Abdüllatif TÜZER

Editör

Dear Felsefix Readers

We are very happy and proud to share with you the first issue of the second year of Felsefix International Journal of Philosophical Counselling and Ethics. As in the previous issue, in this issue, we are presenting qualified studies that will contribute significantly to the field of philosophical counselling and its literature. The need for philosophical counselling, which aims to find solutions to individuals' daily life problems, especially existential and ethical problems, through conceptual analyses and Socratic questioning, and ultimately to guide individuals to create their own philosophy of life by philosophically analysing their worldviews/understanding of life and to know themselves/be themselves, is increasing day by day. Philosophical counselling, which finds the solution of specific problems in the philosophical analysis of the universal worldview or understanding of life that we create with language and thus aims at a wise life, is more important, more comprehensive and more effective than other types of counselling precisely because of this feature. Although we attribute such an importance to philosophical counselling, this field needs serious studies, discussions and researches in terms of its theory and method. When many studies specific to this field are examined, it can be said that we are still in the infancy stage. For this reason, our greatest expectation is that our esteemed researchers, especially those who are doing academic studies in the field of philosophy, will protect the field and contribute to our journal with their original works.

There is a strong and well-equipped team behind the Felsefix journal. Felsefix is the product of the joint labour, dedication and effort of the associate editors, field editors, members of the editorial and advisory board, and foreign experts, who are the most competent and prominent faculty members of our country in the field of philosophy and philosophical consultancy, and our very valuable friends working in the kitchen of the journal. I would like to thank each and every one of them and present my sincerest and deepest respects. I know and believe that as long as they exist, the breath of the journal will be long and strong.

Prof. Dr. Abdüllatif TÜZER

Editor

İÇİNDEKİLER Contents

Cilt/Volume 2 Sayı/Number 1
Haziran/June 2025



1-16

**Richard Rorty'nin Radikal Postmodernizminin Bir Olanağı
Olarak Terapötik Felsefe**
Therapeutic Philosophy as a Possibility of Richard Rorty's
Radical Postmodernism

Ferdi Selim

17-44

Felsefi Danışmanlık: Yaklaşımlar - Yöntemler

Philosophical Counseling: Approches- Methods

Aysun Dünder

45-56

Ayn Rand'ta Bir Yaşam Kılavuzu Olarak Felsefe

Philosophy As A Guide to Life in Ayn Rand

Serkan Şükrü Yıldırım

57-72

**Aristoteles'in Erdem Etiğinde Enkrateia Kavramının
Önemi ve Politik Düzendeki Yeri**

The Significance of Enkrateia in Aristotelian Virtue Ethics
and Its Place in The Political Sphere

Mine Durmuş

73-95

**Felsefi Danışmanlık Bağlamında Öfkenin Tanımı ve
Öfkeyle Başa Çıkma Yolları**

Anger in The Context of Philosophical Counseling: Definition
and Strategies for Coping with It

Erhan Uygun



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 2 Sayı/Number: 1 Haziran/June 2025

Richard Rorty'nin Radikal Postmodernizminin Bir Olanağı Olarak Terapötik Felsefe

Therapeutic Philosophy As a Possibility of Richard Rorty's Radikal Postmodernism

Ferdi Selim

Doç. Dr./ Associate Professor

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi / Sivas Cumhuriyet University

Edebiyat Fakültesi / Faculty of Literature

Felsefe Bölümü / Department of Philosophy

ferdiselim@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-2576-4499>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 11/03/2025

Kabul Tarihi/Accepted: 27/06/2025

Yayın Tarihi/Published: 30/06/2025

Atıf/Cite As

Selim, Ferdi. "Richard Rorty'nin Radikal Postmodernizminin Bir Olanağı Olarak Terapötik Felsefe". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 2 (1), 2025, 1-16.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlamış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

RICHARD RORTY’NİN RADİKAL POSTMODERNİZMİNİN BİR OLANAĞI OLARAK TERAPÖTİK FELSEFE

ÖZ

Richard Rorty, çağdaş felsefenin radikal yüzünün simge isimlerinden birisidir. Felsefi kariyerinin çok yönlülüğü zengin ve özgün bir düşün dünyası sunmaktadır. Bu nedenle mutlak bir yere ve konuma yerleştirilemeyen felsefi görüşleri anlaşılması güç bir tınıda duyulur. Fakat yine de onu tanımlamanın en bilindik ve eski yöntemi yeni-pragmatist ve radikal postmodernist kamplardan yorumlamaktır. Özellikle yeni-pragmatizm Rorty’nin felsefesi ile parlak bir görünüme sahip olmuştur. Yeni-pragmatizminin eski felsefi nosyonla mücadelesi sırasında ‘epistemolojik iddiaları bir kenara bırakma projesinin dinamikleri Rorty’nin postmodern görüş içerisindeki sağlam duruşundan gelir. Rorty’nin felsefi izlencesinin temel anlatısı ayna metaforudur. Bu metafor Rorty’ye göre felsefeyi tutsak almış haliyle “şeyleri hiçbir değişime neden olmadan oldukları gibi yansıtan” bilgi görüşüdür. Filozofluğun zihni tanımak ve kullanmak konusunda ustalaşmak için eğitilmiş kimselere ait bir paye olarak gösterildiği bu resimde ciddi sorunlar vardır. Söz konusu felsefi resme dair sorunları göstermek için filozofların kendilerini oynarken buldukları dil oyununun tarihsel seyrine yönelmek gerekir. İlk defa ciddi karşılığını Platon’da bulan bu görüş onun felsefesinde belirli bir gerçekliğe denk düşen şeylere yönelmenin sarsılmaz ve kesin bir bilgiye varmak için zorunlu olduğunu ima eder. Seçkin bu bilgi skalasında zihnini diğerlerine göre daha iyi tanıyan kimselerin zorlu bir patikanın ardına doğru yürüyüşleri sırasında elde ettikleri bu görüş noktasından karar vermeye hakları vardır. Antik Çağ’ın diğer büyük ismi Aristoteles’te ise zihnin hilomorfik yapısı etrafında hem bir göz hem de bir ayna gibi tasarımlanmıştır. Zihnin karşısında duran bir nesne, ‘bizzat oradaki varlık, o olmaklık bakımından (formel) tam olarak zihinde bulunmaktadır’. Burada zihnin kendisi, mantık yoluyla soyut bir düşünce oluşturmanın olanağını taşıyan bir yeti olarak görülür. İnsanların ayrıca etkin bir aklın işlemiyle aslına uygun olması bakımından ‘var olduğu gibi’ bunu gerçekleştirebileceği belirtilir. Bu görüşte zihinde var olan şey bizzat varlığın kendisidir. Ancak Antik Çağ’da bilgelik hayattan koparılmadan pratik bir bilgelikle bağlantılı değerlendirilmiştir. Rorty’ye göre felsefi rahatsızlık Descartes’in teknik bir şüphe ve yöntem etrafında hiç yapılmamış bir şekilde zihni icat etmesiyle derinleşmiştir. Özellikle Descartes’in ilk defa bir töz olarak zihne ve özellikle bilinç kavramına işaret etmesi sakıncalıdır. Çünkü bu ayrımla duyumun kökeni olarak beden ile düşünme yetisine sahip olmak anlamında ruh görüşüyle bağlantı yitirilmiştir. Böylece Descartes, öznenin yalnızca kendi zihinsel içeriklerinin farkında olması ve bunları temsil etmesi çerçevesinde bir epistemoloji fikrini profesyonelce felsefeye dahil etmiştir. Rorty’ye göre felsefenin inceleme sahası olarak zihni tercihi ve yeni problemler ortaya atması bir gerçekliği keşfetmesi olarak değil de bir dil oyunu inşa etmesi olarak yorumlanmalıdır. Ancak söz konusu dil oyunu o kadar çok rağbet görmüştür ki, Kant’tan sonra felsefe epistemoloji olmadan düşünülememiştir. Analitik felsefeye aktarılan bu nosyon herhangi bir hatanın kaynağının dili yanlış kullanmakla ilgili olduğu kanaatini doğurmuştur. Rorty, ‘zihnin ve dilin nasıl kullanılacağı açıklandıktan sonra bu konuda uzmanlaşmanın açık ve seçik bir bilgiyi garanti etmesi’ anlamında modern iddiayı bir takıntı olarak görür. Lyotard’la birlikte ‘felsefenin meşruiyet’ krizi yaşadığını ve artık bu tür ‘meta-anlatıların’ sonunun geldiğini ilan ederken Rorty oldukça mutludur. Ona göre dünya dışardadır ancak ona dair söylemler dışarda değildir. Herhangi bir dil oyunu bu hususta ayrıcalıklı bir pozisyonda değildir. Yalnızca ona dair betimleri taşıyan metaforlarla yüklü sözcük dağarları ve daha kullanışlı olanları vardır. Dünyaya dair anlam arayışı bulunmaktan çok yaratılmaya bağlanmalıdır. Bu bakış açısı gerçekliği temsil etmek fikrini bir kenara bırakmayı denemektedir. Çünkü Kuhn’un da iddia ettiği gibi farklı argümanların ‘eş ölçülemezliği’ karşılaştırma imkanını ortadan kaldırmaktadır. Bu doğrultuda iddiaları değerlendirecek bir üst mahkeme yoktur. Felsefe artık bu rolü üstlenebilecek nitelikte değildir. Hakikat bir dil oyunu içerisinde yaratılır ve bu nedenle bağlamsal bir doğruluktan söz edilebilir. Dolayısıyla çeşitli hakikat iddialarının taşıyışı olarak dil oyunları vardır. Felsefenin rolü bu anlamda dil oyunları arasında arabuluculuk yapmaktır. O halde Rorty’ye göre olumsuzluğun farkında olan bireylerin gerçekleştirebilecekleri iki şey vardır. İlki içerisinde oynarken bulunduğu sözcük dağarına metaforlar eklemek yoluyla özgünleşmedir. Kendini aramak biçiminde ifade edilebilecek bu eylem dil, kültür ve tarihten özgürleşerek ironik olabilmektir. İkincisi, ilk projenin bir uzantısıdır. Burada dili kullanmakta uzmanlaşan kimselerin bir görevi varsa eğer, ‘kendilerinin başkalarının gözünde nasıl görüneceğini’ veya ‘onların başka dillerde nasıl görünebileceğini’ betimlemek yoluyla kültürel söyleşiler kurmasıdır. Felsefeye yeni olanak alanları açan Rorty bu hususta edebiyattan faydalanmayı önerir. Kültürel söyleşinin zemini anlamında rasyonelliğin iflas etmesi duygusal yakınlaşmaların kurulamayacağını iddia etmez. Aksine ona göre acı gibi ortak ve güçlü bir duygumuz vardır. Zalimliği tanımak noktasında edebiyat eleştirmenlerinin birer terapist gibi kişilerin kendi duygu ve düşüncelerinin farkına varması ve daha önemlisi hissettikleri etrafında gerçekleştirdikleri eylemlerin başkalarında nasıl bir etki yarattığını göstermesi bakımından yol gösterici olması beklenir. Felsefede kesinlik arayışının güç ve otoriteyle birlikte bulunması ‘doğa’ ve ‘öz’ fikrinin bir tür dayatma olmasına neden olmaktadır. Dolayısıyla bu tür anlatılardan kurtulmak Rorty’nin ifadesiyle ne olacağına karar vermek anlamında özgürleşmeye neden olacaktır. Olumlu bu felsefi hamlenin kişilerin mutsuzluklarıyla karşılaşma ve bunları aşmak için dilsel bir zeminde neler yapabileceği makalede tartışmaya açılmaktadır. Dilsel pratik üzerinden yeniden betimlemelerle artan duyarlılık ile uzaktakileri, ‘biz’ olarak görülen

kişilerin içerisine katmak yoluyla dayanışmanın umudunu diri tutmanın imkânı araştırılmaktadır. Rorty'nin felsefesinin olanakları etrafında bu çalışmada kişilerin rahatsızlıklarının ayırdında olmalarına ve davranışlarının etkisini ölçmelerine katkı sunması anlamında terapötik felsefe postmodern perspektiften tanıtılmak istenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Rorty, yeni-pragmatizm, radikal postmodernizm, sözcük dağarı, yeniden betimleme, terapötik felsefe.

THERAPEUTIC PHILOSOPHY AS A POSSIBILITY OF RICHARD RORTY'S RADICAL POSTMODERNISM

ABSTRACT

Richard Rorty is one of the iconic figures of the radical side of contemporary philosophy. The versatility of his philosophical career offers a rich and original world of thought. For this reason, his philosophical views, which cannot be placed in an absolute place and position, are heard in an incomprehensible tone. But still, the most familiar and oldest way to define it is to interpret it from the neo-pragmatist and radical postmodernist camps. Especially neo-pragmatism had a bright appearance with Rorty's philosophy. The dynamics of the 'project of setting aside epistemological claims' in the struggle of neo-pragmatism with the old philosophical notion comes from Rorty's firm stance within the postmodern view. The central narrative of Rorty's philosophical program is the mirror metaphor. According to Rorty, this metaphor is the view of knowledge that has captured philosophy, which "reflects things as they are, without causing any change." There are serious problems with this picture of philosophy as a title reserved for those who have been trained to master the knowledge and use of the mind. To show the problems with this philosophical picture, it is necessary to turn to the historical course of the language game that philosophers found themselves playing. This view, which found its first serious reflection in Plato, implies that in his philosophy it is necessary to turn to things that correspond to a certain reality to reach unshakable and definite knowledge. In this elitist knowledge scale, those who know their minds better than others have the right to make decisions from the point of view they have gained during their walk behind a difficult path. In Aristotle, another great figure of antiquity, the mind was designed as both an eye and a mirror around its hylomorphic structure. An object that stands before the mind is 'formally present in the mind in its very being, in its being there'. Here the mind itself is seen as a faculty that carries the possibility of forming abstract thought through logic. It is also stated that people can realize this 'as they exist' in terms of being true to the original, through the operation of an active mind. In this view, what exists in the mind is existence itself. However, in ancient times, wisdom was considered in connection with practical wisdom without being separated from life. According to Rorty, the philosophical discomfort deepened when Descartes invented the mind around a technical doubt and method that had never been done before. It is particularly problematic that Descartes first points to the mind as a substance and especially to the concept of consciousness. Because with this distinction, the connection with the body as the origin of sensation and the soul as the ability to think is lost. Thus, Descartes introduced the idea of an epistemology into philosophy professionally, within the framework of the subject being aware of and representing only his own mental contents. According to Rorty, Philosophy's choice of the mind as a field of study and its posing of new problems should be interpreted not as the discovery of a reality but as the construction of a language game. However, the language game in question was so popular that, after Kant, philosophy could not be thought of without epistemology. This notion, which was transferred to analytical philosophy, gave rise to the belief that the source of any error was related to the misuse of language. Rorty sees the modern claim as an obsession in the sense that 'once it has been explained how to use the mind and language, mastery of these skills guarantees clear and distinct knowledge'. Rorty is quite happy to declare, along with Lyotard, that 'philosophy is experiencing a crisis of legitimacy' and that this kind of 'meta-narrative' is finally coming to an end. According to him, the world is outside, but the discourses about it are not outside. No language game is in a privileged position in this regard. There are vocabularies loaded with metaphors that carry only descriptions of it, and there are more useful ones. The search for meaning in the world should be based on creation rather than finding it. This perspective tries to leave aside the idea of representing reality. Because, as Kuhn also claims, the 'inequality' of different arguments eliminates the possibility of comparison. Accordingly, there is no higher court to evaluate the claims. Philosophy is no longer qualified to undertake this role. Truth is created within a language game and therefore a contextual truth can be mentioned. Therefore, there are language games as the carrier of various truth claims. In this sense, the role of philosophy is to mediate between language games. According to Rorty, then, there are two things that individuals who are aware of their contingency can do. The first is to become original by adding metaphors to the vocabulary they find themselves playing with. This action, which can be expressed as searching for oneself, is to be ironic by freeing oneself from language, culture and history. The second is an extension of the first project. If those who are experts in using language have a duty here, it is to establish cultural conversations by describing 'how they would appear to others' or 'how they might appear in other languages'. Rorty, who opens up new areas of possibility for philosophy, suggests using literature in this regard. The bankruptcy of rationality in terms of the ground of cultural conversation does not

claim that emotional closeness cannot be established. On the contrary, according to him, we have a common and powerful feeling such as pain. In terms of recognizing cruelty, literary critics are expected to be a guide, like therapists, in terms of making people aware of their own feelings and thoughts and, more importantly, showing how the actions, they take around what they feel affect others. The search for certainty in philosophy, together with power and authority, causes the idea of 'nature' and 'essence' to become a kind of imposition. Therefore, getting rid of such narratives will lead to liberation in the sense of deciding what will happen, in Rorty's words. The article discusses what this positive philosophical move can do on a linguistic basis to encounter and overcome people's unhappiness. The possibility of keeping the hope of solidarity alive by including those who are far away in the people seen as 'we' with the increasing sensitivity through re-descriptions through linguistic practice is investigated. In this study, around the possibilities of Rorty's philosophy, it is aimed to introduce therapeutic philosophy from a postmodern perspective in the sense that it contributes to people being aware of their discomfort and measuring the effects of their behaviours.

Keywords: Rorty, neo-pragmatism, radical postmodernism, vocabulary, redescription, therapeutic philosophy.

Giriş Yerine: Yeni Pragmatizmden Radikal Postmodernizme Bir İzlek Olarak Ayna Metaforu

Pragmatizm, Amerikan kültürüne özgü bir felsefi okuldur. Öncülerinin belirtmiş olduğu gibi genç sayılabilecek bir anlayıştır. Fakat Britanya felsefesine olan yakınlığı felsefi köklerini çok daha geriye götürmektedir. William James bu güçlü bağa işaret ederek, *Pragmatizm* adlı hacmi küçük ama etkisi büyük olan kitabının hemen iç kapağına “Yaşasaydı fikri önderi olacağına inandığım J. S. Mill’in anısına” şeklinde bir not düşer.¹ Bu yazı aslında kitap içerisinde de sıklıkla anılan “istisnasız neredeyse filozofların pek çoğu pragmatist yöntemi kullanmıştır” varsayımının ilk göstergesidir. Fakat James’in bu kitabı ve bu çalışmanın odağında olan Rorty’nin metinleri incelendiğinde spekülâtif doğa felsefesinden vazgeçmiş, insanın sorunlarına işaret etmiş, alaycı ve ironi yüklü üslubuyla ayrılan Sokrates gibi özellikle birkaç ismin daha yoğun olarak ima edildiği görülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada da ilgili bağlantı üzerinden pragmatizmin çağdaş versiyonu olan Richard Rorty’nin yeni-pragmatizminin radikal postmodern felsefi olanakları tartışmaya açılacaktır.

Pragmatist öğretisi felsefi literatürde özellikle bireyi tanıma ve ardından sosyo-politik davranışlarını belirleme konusunda yeterince önemsenmemiş bir görüştür. Teori ve pratik konusunda öncelik sonralık ilişkisini tersine yorumlaması nedeniyle rastgelelik ve herhangi bir prensip tanınamakla suçlanmıştır. Ayrıca olay ve olguları yalnızca yarar odaklı değerlendirdiği iddiasıyla bayağı ve çıkarıcı bir felsefi görüş olarak dışlanmıştır. Aksine anti-özcü, anti-metafizikçi tavrının etkisiyle çoğulculuğu vurgulamış ve bütün renk ve zenginliğiyle bireyi anlamak bakımından dikkate değer önerilerde bulunmuştur.² Çünkü bunun aksine klasik felsefi jargona ait hiyerarşik varlık şeması içerisinde akılsal bir varlık olarak insan ve bu öze dair ‘normal’ ve ‘anormal’ söylem üzerinden yaratılan bilgi temelli monist görüş anlatılmıştır. İnsanın yalnızca zekâyâ indirgenmesi onun diğer yönlerinin ihmal edilmesi anlamına gelmektedir. İlk Çağ’da soyut düşünceye varabilen, mantıklı ve kanıta dayalı akıl yürüten insan ciddi bir değişimle modern felsefede bilince sahip olması, zihinsel içeriklerine ulaşması ve temsil kabiliyeti üzerinden tanımlanmaktadır. Fakat bu düşünce alternatifsiz değildir. Aslında Sokrates ile Sofistler arasındaki müzakereci görüşme veya ılımlı münakaşa Platon’la yerini sert tartışmalara bırakmıştır. Sokrates’te görülen diyalog, bir tavır olarak şüpheliğinin formel sonucu iken aynı zamanda karşıt görüşün imkanlarını tartışmaya katmaya çalışan ve daha önemlisi birlikte elde edilen demokratik bir zeminin adıdır. Diyalogların pek çoğunda mutlak bir sonuca ulaşıldığı bile söylenemez. Hatta bazı diyaloglar problemin çözümünün güçlüğü nedeniyle net bir karara varılmadan bırakılır yani

¹ William James, *Pragmatizm*, çev. Tahir Karakaş, İstanbul: İletişim Yayınları, 2015.

² Richard Rorty, *Consequences of Pragmatism*, Minneapolis: University of Minneapolis, 1982.

‘aporetik’tir. Kişileri en sağlam inançları karşısında sorgulamaya götürür ve bu anlamda rahatsız edicidir. Bunun yanı sıra entelektüel umut olarak insanın kavramlara ulaşabileceğinin ve göreceliğe karşıt olmasına rağmen çoğulcu dünyaya ve yerel söyleme hayat vermesi nedeniyle sohbetin öneminin farkındadır. Bu nedenle hem Pragmatist felsefe hem de postmodern görüş için bilgelik ikonlarından birisi Sokrates’tir. Kierkegaard’ın ifade ettiği gibi bireyin varoluşuna destek veren ahlak timsalidir.³ Bu çalışmada işaret edilmiş olduğu felsefi tutumu ile Rorty’nin kendisinin, James, Dewey gibi düşünürlerin de aynı grupta olduğunu iddia ettiği gibi bu yapısıyla Sokrates bir arabulucudur. Diğer görüşlerin kendilerini ifade edebildiği bir zemindir. Ancak öğrencisi Platon daha katı, tutucu ve otoriter tutumuyla tanınmaktadır. Örneğin, duyguya kesinlikle müsamaha göstermeyen Platon ideal devlette şairlere sansür uygulamıştır. Bu ağır itham, postmodern söylemde rasyonelliğin yapı sökümü uğratılmasına yönelik denemeler sırasında “şairlerin şehre yeniden dönmesi ve bu yolla filozoflardan intikamlarını alması” şeklinde yankısını bulur. Daha öncesinde Popper’ın Platon’la entelektüel kavgasında slogana dönüşmüş bir ifadeyle “kapalı toplumların” nedeni olarak bu tavrı göstermesi dikkat çekicidir. Bu doğrultuda postmodern ifadede karşılandığı biçimiyle modern bilginin “yaratılmış olmak”tan öte “insan zihninin içerisinde veya dışarda bir yerde bulunmuş olması” hem felsefeyi hem de filozofu seçkin bir yere konumlandırmıştır. Artık bilgi sıradan kimselerin kullanımına sunulan demokratik konumunu yitirmiş, Platoncu “çizgi analojisi”nde olduğu gibi zorlu bir patika boyunca yapılan zorlu bir yürüyüşe terk edilmiştir. Doksanın abartılı küçümsenışı felsefeyi gündelik yaşamın kaygı ve pratiklerinden koparmıştır.⁴ Ontolojik düzlemde kopuş, Putnam’ın tanımlamasıyla şeyleri “Tanrı gözüyle görmeyi” deneyen bilgi ideali modern öznelerin egoist ve inşacı öznelerine kadar etkisini artırarak varmıştır.⁵ Hatta modern dönemde ‘düşünebilmek veya daha özel tanımlamayla bilinç sahibi olmak’ yalnızca insanın diğer canlılardan türsel bir farkı değil töze dayalı bir ayrımı olarak görülmüştür. Daha önemli olarak evren düalist bir tarzda bir yanda yalnızca yer kaplayan diğer yanda bilinç sahibi (bir ruha sahip olabilen!) şeyler olarak ikiye bölünmüştür. Açıkça Descartes bir ruha sahip olmayı bilinçle özdeşleştirmiştir. Esasında Rorty’ye göre felsefeyi tutsak alan resim, Descartes’ın ilk defa bu ayrımıyla ve Antik Çağ’da daha önce hiç ifade edilmediği biçimiyle zihne işaret etmesiyle başlamıştır. Bu görüş, yani şeyleri hiçbir değişime uğratmadan temsil eden veya olduğu gibi yansıtan zihni imleyen “ayna metaforu”, Locke ve Kant’ın destekleyici yazılarıyla analitik felsefeye kadar uzanmış bir anlatıdır.⁶

Bu çalışmada, yukarıdaki ifadelerden anlaşıldığı gibi Rorty’e ait radikal postmodern bir itirazı gündeme getirmek ve onun yalnızca yıkıcı olmadığı anlamında epistemolojik davranışçılık üzerinden sosyal katkıları etrafında açıklamak hedeflenmektedir. Bu bakımdan ifade gücü, ironisi, felsefenin öyküsüne dair güçlü okumasıyla Rorty’nin görüşleri bu metinde de olduğu gibi yazarları cesaretli cümleler kurmaya teşvik eder. Modern felsefeyi eleştirebilmek için güçlü dayanak noktaları tespit eder. Dolayısıyla Rorty, geleneksel felsefi görüşü ve onun ifadesiyle Kant’tan sonra “epistemologluk” ile özdeşleşen filozof kimliğini bir kenara bırakmayı teklif eden devrimci bir düşündürür. Bu anlamda felsefe tarihine dair metaforik okuması olan “Ayna teması” ile ünlüdür. Bu görüşe göre Felsefe (büyük F ile) kelimenin kendinden anlaşıldığı gibi şeylere ayna tutmaktır.

³ Søren Kierkegaard, *İroni Kavramı*, çev. Sıla Okur, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2003, 154, 163-164; William Barret, *İrrasyonel İnsan*, çev. Salih Özer, Ankara: Hece Yayınları, 2003, 161; Pierre Hadot, *İlkçağ Felsefesi Nedir?*, çev. Muna Cedden, Ankara: Dost Yayınları, 2011, 38.

⁴ Bernhard Waldenfels, “Despised Doxa: Husserl and The Continuing Crisis of Western Reason”, *Research in Phenomenology*, 12, 1982.

⁵ Platon, *Devlet*, çev. Sabahattin Eyüboğlu ve Mehmet Ali Cimcoz, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2013, 509e-511e; Platon *Timaios*, çev. Furkan Akderin, İstanbul: Say Yayınları, 2018, 29d.

⁶ James Tartaglia, *Rorty and The Mirror of Nature*, Routledge, 2007.

Felsefe kavramı ve uygulamasıyla dar bir zemine indirgenmiş ve zihni tanımak ve onun nasıl çalıştığını anlamak üzerine kurulmuştur. Bu iddianın son temsilcileri Analitik filozoflara göre Rorty'nin kendilerine ihanetinin resmî belgesi olan meşhur (*magnum opus*) kitabı *Felsefe ve Doğanın Aynası*'nın "Ayna Tutma" bölümü bu rahatsızlığa tutulmuş filozofların resmi geçit yaptığı kısımdır.⁷ Rorty'nin 'bir kenara bırakmayı' denediği bu itiraz ve bu anlamda artık terkedilmesi gereken bu resim, izleri üzerinden takip edildiğinde Antik felsefe'ye kadar kök salmış olduğu fark edilir. Fakat asıl eleştiri odağı Descartes'tan Analitik felsefe'ye intikal eden 'epistemolojiye ve felsefi ben imajına' güçlü bir meydan okumadır. Ayrıca anti-özcü, anti-metafizikçi, yeni pragmatist, postmodern, ironist, edebiyatçı, holist, indirgemeci olmayan fizikalist, nominalist, ateist veya agnostik ve kamusal liberal gibi çeşitli karşıt konumları ima eden bir manifestodur.⁸ Dolayısıyla kitap ve yazarı olan Rorty, sözü geçen tanımlamaların çeşitliliğinde anlaşılması güç bir söylem sunmaktadır. Bu felsefeyi tek bir görüş altında anlamak mümkün bile değildir. Bu perspektiften Rorty bu çalışmada, politik bir proje olarak mutluluğu "özel ve kamusal alanı" mutlaka birlikte düşünmek gerektiği üzerinden tasarlayan Batı felsefi geleneğine dair direnişi ile konu edinmektedir. Fakat bu görüş onun epistemolojiye dair itirazlarından ayrı düşünülemez. Bilginin doğrulanması bakımından öne sürülen meşru zemini yoklayan Rorty, felsefenin 'meşruiyet krizi' yaşadığını Lyotard ve Bauman gibi diğer postmodernistlerle birlikte ilan eder.⁹ Bu anlamda modern düşünce bu çalışmada özellikle Descartesçi-Lockeçu-Kantçı zihnin ve analitik felsefede olduğu biçimiyle yerine ikame edilen dilin bu tür kendinden kaim bir öge olmadığına yönelik iddia etrafında değerlendirilmek istenmektedir.

Rorty'nin felsefi projesi (abartılı olabilir) klasik felsefi yöntemler ve temsil düşüncesi hakkında kuşku duyan filozoflardan ödünç almış olduğu terimlerle başlar ancak özgün bir katkı sunar. Ona göre, temsil ilişkisine dayalı epistemolojiye indirgenen modern felsefe yaşamın kendisinden ve diğer sosyal bilimlerden uzaklaşmıştır. Bu uzaklaşma Antik Çağ'da görülen bilgelik idealini de iskartaya çıkarmıştır. Toplum, kültür ve tarihten uzaklaşarak mühendisliğe yaklaşan felsefe hayatın kendisinden çekilmiş, fildişi kulelere çıkarılmıştır. Yukarıda belirtildiği gibi yalıtık bir ilişkiyi ve bu ilişkiye neden olması anlamında bir doğa veya öz fikrini Rorty şöyle eleştirir: "Ancak Hegel'den beri tarihselci düşünürler bu bildik ayrılığın ötesine geçmeye çalıştılar. 'İnsan doğası' ya da 'benliğin en derin düzeyi' diye bir şeyin var olduğunu inkâr ettiler. Stratejileri, sosyalleşmenin ve dolayısıyla tarihsel koşulların en alt düzeyde olduğu, sosyalleşmenin 'altında' veya insanı tanımlayan tarihten önce hiçbir şeyin olmadığı konusunda ısrar etmek oldu. Bu tür yazarlar bize 'İnsan olmak nedir?' gibi soruların yerine 'Yirminci yüzyılın zengin demokratik toplumunda yaşamak nasıl bir şeydir?' gibi soruların gelmesi yönünde telkinlerde bulunur. Böyle bir toplumun sakini nasıl daha önce yazılmış bir senaryodaki rolün canlandırıcısı olmaktan daha fazlası olabilir? Bu tarihselci dönüş, yavaş yavaş ama istikrarlı bir şekilde teoloji ve metafizikten kurtulmamıza yardımcı oldu."¹⁰ Rorty radikal bir adımla dünyayı diğerlerine göre daha iyi öndeyilemeye yarayacak bir kriterin veya bu kriterleri test edecek bir üst mahkemenin olmadığından söz eder. Özellikle felsefe bugün böyle bir rolü gerçekleştirmek hevesinden

⁷ Richard Rorty, *Philosophy and the Mirror of the Nature*, Princeton: Princeton University Press, 1980; Richard Rorty, *Felsefe ve Doğanın Aynası*, çev. Funda Günsoy, İstanbul: Paradigma Yayınları, 2006.

⁸ Richard Rorty, "Trotsky and the Wild Orchids", *Philosophy and Social Hope*, New York: Penguin Books, 1999; Funda Günsoy Kaya, "Richard Rorty'e Giriş", *Felsefe ve Doğanın Aynası*, xvii-xxiv.

⁹ J. F. Lyotard, *Postmodern Durum*, çev. Ahmet Çiğdem, Ankara: Vadi Yayıncılık, 1994; Zygmunt Bauman, *Modernlik ve Müphemlik*, çev. İsmail Türkmen, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2003.

¹⁰ Richard Rorty, *Contingency, Irony and Solidarity*, Cambridge: Cambridge University Press, 1989, xiii; Richard Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, çev. Mehmet Küçük ve Alev Türker, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 1995, 15.

vazgeçmelidir. Felsefe de diğer disiplinler gibi kültürel iddialarda bulunur.¹¹ Onun dikkat çekici söylemi geleneksel epistemolojiyi sarsacak etkidir:

Hakikat orada olamaz- insan zihninden bağımsız olarak var olamaz- çünkü cümleler öyle var olamaz veya orada olamaz. Dünya oradadır ama dünyanın tanımları yoktur. Yalnızca dünyanın tanımları doğru veya yanlış olabilir. Dünya tek başına -insanoğlunun tanımlayıcı aktivitelerinden yardım almadan bunu yapamaz. Dünyanın olduğu gibi hakikatin de orada olduğu iddiası, dünyanın kendine ait bir dili olan bir varlığın yaratımı olarak görüldüğü bir çağın mirasıdır. Böyle insani olmayan bir dil fikrini anlamlandırmaya çalışmaktan vazgeçersek, dünyanın bizi bir cümlenin doğru olduğuna inanmaya haklı kılabilceği şeklindeki basmakalıp söz ile dünyanın kendisini böldüğü iddiasını birbirine karıştırma eğiliminde olmayacağız. (...) Alternatif dil oyunlarının örneklerini- Jefferson'un kiyle karşılaştırıldığında eski Atina siyasetinin sözcük dağarcığı, Freud'un kiyle karşılaştırıldığında Aziz Paul'un ahlak sözlüğü, Aristoteles'in kiyle karşılaştırıldığında Newton'un jargonu, Dryden'in kiyle Blake'in deyimi- göz önüne aldığımızda, dünyanın bunlardan birini diğerinden daha iyi hale getirdiğini, dünyanın bunlar arasında karar verdiğini düşünmek zordur.¹²

1. Dil, Metafor ve Şiir: Dil Oyunları Aracılığıyla Kendini Yeniden Tanımlamak

Postmodern felsefenin iki filozofun iddiaları üzerinden olgunlaştığı söylenebilir. İlki Nietzsche'nin eleştirilerini ve perspektivizmini kendilerine dayanak olarak alan bir taraf diğeri ise "dile dair tecrübenin şeyleri resmetmek bakımından yetersizliğine" dair Wittgenstein'in ikinci dönem iddialarını daha ileriye taşıyan görüştür.¹³ İki filozofun kritik bir kavşakta yer aldıkları ve postmodernizme yol açmak bakımından etkili oldukları genel kanıdır. Rorty, bu anlamda dil üzerinden eleştirel bir anlatı sunmaktadır. Bu doğrultuda tartışma, Platon'un felsefi ideal olarak perçinlediği dilemma, kesinliğe kavuşturan rasyonellik ile rastlantısallığa sürükleyen duygusalılık arasındaki eski çatışmayı daha güçlü bir şekilde gündeme getirmektedir. Postmodernite bu anlamda kesinlik yerine müphemliği, katılık yerine akışkanlığı, hakikat yerine özgürlüğü ve mutlaklık yerine olumsuzluğu tercih etmiştir. Nihayet bu diyalektik şiir ile felsefe arasındaki çekişme üzerinden de okunabilir. Olumsuzluğun tanınması yoluyla kendini yaratma çabası ile evrenselliğe ulaşma arzusu arasındaki gerilim tarafları tanımlarken kullanılabilecek eğretilmelerdir. Bu nedenle Lyotard, Bauman ve Rorty'nin ileri sürmüş olduğu gibi artık ironi, hiciv, metafor ve paralojiler çağına gelinmiştir. Merkezizlik fikri ile otoritenin demokratik bir tını etrafında çevreye dağıtılması istenmiştir. Dışarıda bir şeyler yine vardır ancak bunları oldukları gibi bulmak veya temsil etmek mümkün değildir. Nesneler karşısında aracısız bir erişim yoktur. Dil, tarih ve kültür aracılığıyla her şey öznenin gündemine gelmektedir.¹⁴ Rorty'ye göre tarihte mutlak ve anlamlı bir ilerleme yoktur, yalnızca yorumların taşınması söz konusudur. Bütün bu olup bitenler daha farklı anlama gelebilirdi ve tarih şu anda geldiğinden farklı bir noktaya evrilebilirdi. Bu nedenle tarih insanlığı olumsal bir ana getirmiştir. Bugün bu dünyayı deneyimleyen insanlar için belirli bir anlam barındıran varoluş düzlemi bu kimselerin torunları için belki de aynı anlama gelmeyecektir. Rorty, Avrupa tarihindeki dönüşümü anlatırken genç bir yetişkinin bile yarım düzine 'Gestalt kayması' geçirmesi örneğinden tedricen gelişimi yorumladığı satırların ardından şunları söyler:

Bana göre iki yüzyıl önceki devrimcilerin ve şairlerin neyi kastettiğini yeniden tanımlayarak özetleyebilirim. On sekizinci yüzyılın sonunda bir an için görülen şey, her şeyin yeniden tanımlanarak iyi ya da kötü, önemli ya da önemsiz, yararlı ya da yararsız gösterilebileceğiydi. Hegel'in tinin yavaş yavaş kendi içsel doğasının bilincine varması süreci olarak tanımladığı şeyi, Avrupa'daki dilsel

¹¹ Richard Rorty, *Philosophy as a Cultural Politics*, Cambridge: Cambridge University Press, 2007.

¹² Rorty, *Contingency, Irony and Solidarity*, 5; Rorty, *Olumsuzluk, Ironi ve Dayanışma*, 26.

¹³ Wittgenstein birinci dönemiyle Analitik felsefe, ikinci dönemiyle postmodern felsefe üzerinde doğrudan etkili olmuştur. O, 'dil oyunları' anlayışında, felsefi görüşün bağlamsal bir hakikat iddiasına sahip olabileceğini ve belirli bir dilden çıkarılacak kural ve anlamın yerel bir değerinin olacağını çarpıcı bir şekilde açıklamıştır. Daha fazla bilgi için bk. Ludwig Wittgenstein, *Felsefi Soruşturmalar*, çev. Deniz Kanit, İstanbul: Küyerel Yayınları, 1998.

¹⁴ Ferdî Selim, *Radikal Bir Postmodernist Richard Rorty*, Ankara: Sonçağ Yayıncılık, 2023.

pratiklerin gittikçe daha hızlı değişen süreci olarak tanımlamak daha doğru olur. Hegel'in tanımladığı olgu, daha fazla insanın daha önce hiç olmadığı kadar çok şey hakkında daha radikal yeniden tanımlamalar sunmasıdır.¹⁵

Rorty, insanlığın gelişimi sırasında Descartes'ın daha önce hiç görülmemiş şekilde zihne, özel bir anlamda bilince ve ardından 'dualizm' olarak anılan öğretisi ile beden ve ruh arasındaki ayrım üzerinden yaratılan uçuruma işaret ettiği anı bir kırılma noktası olarak görür.¹⁶ Fakat Aydınlanma Çağı'nın güçlü devrimine saygı duymakla birlikte bu dönemin itici gücü olan aklın kendi evinde bile tek başına otorite kuramadığına ısrarla işaret eder. Bu yorumun ilk kısmında Orta Çağ'ın cesaretsizliğinden çıkarken insanın yeniden Antik Çağ'da olduğu gibi kendi aklına güvenmesini önemli bulur. Descartes, Locke veya Kant düşünce tarihine önemli ve yerinde katkılar vermişlerdir. Fakat yine de bu görüşte Hristiyan felsefesinin tortuları kalmıştır. Yorumun ikinci kısmında ise Rorty, bu filozofların tarihsel önemlerine rağmen artık bugün aynı etkiye sahip olmadıklarını ileri sürer. Çünkü tarih üstü bir söylemin meşruluğunu belirleyecek üst bir mahkeme gibi bir zihin veya dil olanaklı değildir. Örneğin, Freud gibi düşünürlerin çalışmaları Descartes'ın mucizevi bir şekilde ortaya attığı "kendi zihin içerikleri hakkında kesin düşüncelere sahip olmanın" veya "bu verilere aracsız ulaşmak, açık ve seçik farkında olmak biçiminde tanımlanan bilgi türünü elde etmenin" sanıldığı kadar pürüzsüz olmadığını göstermiştir. Bilinçdışı öznenin farkında olmadığı zihinsel içerikleridir. Bilişsel işlemler sırasında benzer şekilde çalışmaktadır. Hatta pek çok makul veya rasyonel kararda bilinçdışı etkilidir.¹⁷ Yüzyıl önce Hume'un farklı bir bakış açısı yoluyla tutkular üzerinden belli belirsiz işaret ettiği gibi zihin veya daha özelden zekâ duygular veya tutkular gibi bilinç dışı etmenlerden etkilenmeye açıktır. Böylece Freud, akıl adı verilen merkezi bir yetinin veya merkezi bir benliğin olmadığı olasılığını ve Nietzscheci pragmatizmi ve perspektivizmi ciddiye almamıza yardımcı olur. Ayrıca Rorty, seçkin ve tepeden inme bilgi odaklı otorite karşısında Freud'u şöyle över: "Freud, herkese yaratıcı bir bilinçdışı vererek dehayı demokratikleştirmiştir".¹⁸

Postmodern döneme gelindiğinde metafizikçi olmayan, olumsuzluğu benimsemiş filozoflar¹⁹ kendilerini ve başkalarını belirli bir eğitime tabi tutarlar. Bu eğitim onun deyimiyle 'edifiye edici'dir. Bu kimseler kendilerini ve evreni yaratmış oldukları dil oyunları etrafında belirlerler. Bu anlamda ne olacaklarına kendileri karar verirler.²⁰ Bu durum seçkinlerin tamamıyla rastgele olduğu bir evrene geçiş olarak görülmemelidir. Rorty'nin iddiaları benimsenirse kesin, makul veya haklı karar gibi ifadeler anlamsızlaşır. Nesnellik veya rölativizm yalnızca bir dil oyununun diğerlerine üstünlük kurmasıdır. Başka deyişle herkesin kabul ettiği şeyler normal veya nesnel söylemi oluştururken buna göre daha az sayıda kimsenin iddiası göreceli kabul edilir. Uzun

¹⁵ Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 29.

¹⁶ Rorty'e göre, Descartes'ın 'ruh ve beden dualizmi'ni ortaya atmasıyla birlikte duyulardan sorumlu beden ile bunları soyutlayan ve ayrıca mantıksal ilkelerle elde ettiği içerikleri düşünen ruh biçiminde varsayılan insan anlayışıyla bağlantı koparılmıştır. Modern felsefenin kurucusu Descartes'ın mucizevi icadı ile insan olmak bilişsel bir kapasitenin mekânı olan zihne bağlanmıştır. Rorty'nin ruh anlayışındaki dönüşüme dair çözümlemeleri için bkz. Rorty, *Felsefe ve Doğanın Aynası*, 40-76. Modern felsefeye kadar etkili olan ruh anlayışının kökeni için bkz. Aristoteles, *Ruh Üzerine*, çev. Zeki Özcan, İstanbul: Alfa Yayınları, 2001.

¹⁷ Richard Rorty, "Freud and the Moral Reflection", *Philosophical Papers*, Cambridge: Cambridge University Press, 1991.

¹⁸ Rorty, *Contingency, Irony and Solidarity*, 36.

¹⁹ Bu filozofları çeşitli isimlerle anar. Ayrıca bu düşünürler arasında da radikal ve ılımlı olmak bakımından ayrımlarda bulunur. Karşıtlık üzerinden olumsuz olarak tanımlanan filozof tipleri, metafizikçi, epistemolog, özcü, temsilci gibi tanımlamalarla anılır. Felsefeye olumlu anlamlar katan kimseler ise, ironist, edebiyat eleştirmeni, edifiye edici, liberal veya kamusal liberal, nominalist, tarihselci gibi özellikleriyle bahsedilir. Richard Rorty, "Trotsky ve Vahşi Orkideler," çev. F. Onur, *ETHOS*, 9(2), 2016, 101-112.

²⁰ Alven M. Neiman, "Rorty, Irony, Education," *Studies in Philosophy and Education*, 12(2-4), 1993, 205-209.

süre ve çok fazla kimsenin kullanımı yoluyla benimsenen, katılaştıran ve kurallaştıran insan ilişkilerinin toplamı veya birikimi seyyar metaforlardır.²¹ Hermeneutikçi bu yorumun ardından Rorty, bir pragmatist olduğunu hatırlatır tonda değişimin düzleminde prensip olarak ‘kullanışlılığı’ öne çıkarır. Bu perspektiften tarihin seyrine yön veren gelişmeler üzerinden düşüncenin evrimini şöyle yorumlar: “Aristoteleci evren modelinden Galileocu evren modeline geçiş, daha az kullanışlı metaforlar evreninden daha kullanışlı metaforlar evrenine geçiştir. Tarihsel ve belli bir dil oyunu içinde ortaya çıkan bir felsefe anlayışı, yani modern felsefe kemikleşerek “normal” felsefe yapma tarzı olarak görülmüştür. Fakat “normal” ve “normal olmayan” söylem arasındaki çizgi, ilkinin objektif ve rasyonel sonrakinin ise sübjektif ve irrasyonel olmasıyla belirlenemez.²² Rorty’nin bakış açısından normal söylem ya da felsefe, katılımcıların çözülmesi beklenen problemler ve problem çözme pratiği konusunda bir konsensusa ulaştıkları söylemdir. “Anormal söylem” ise, katılımcıların “rasyonel” olmanın kriterleri konusunda böylesi bir konsensustan yoksun olduğu söylemdir.²³

Rorty’ye göre, Kuhn’un *Kopernik Devrimi*’nde iddia ettiği gibi, bazı teleskobik gözlemlere veya başka herhangi bir şeye dayanarak dünyanın evrenin merkezi olmadığına karar verilmemiştir. Aksine, yüz yıl süren sonuçsuz bir karmaşanın ardından Avrupalılar kendilerini bu iç içe geçmiş tezleri doğal karşılayan bir şekilde konuşurken bulmuşlardır. Bu büyüklükteki kültürel değişim, bireylerin diğer tercihlerinden farklı bir çizgide ilerlemez. Hatta bu tercihler, Rorty’nin iddiasına göre, bir arkadaş çevresinden diğerine geçiş sırasında karar vermek gibidir. Bu tür konularda karar verme kriterlerini ne dünyanın kendisinde ne de kendi içimizde bir yerlerde aramalıyız.²⁴

Ortak tecrübe ve pratik, nesnel bir kararı garanti etmese de hayatta kalma ve sorun çözme açısından daha kullanışlı araçlar geliştirmeye neden olur. Bu doğrultuda ‘sözcük dağarları’ (vocabulary) arasındaki geçiş pragmatik bir zeminde sonuçları üzerinden değerlendirilir. Rorty’ye göre siyasi deneyim insanlığı liberal demokratik görüşlere getirmiş ve pek çok politik olasılığı tecrübe etme fırsatını vermiştir. Artık insan doğası gibi bir meta anlatıya, bir öze veya şemaya dayalı evrensel bir görüşe dayanan siyaset felsefesi devri sona ermiştir.²⁵ Kişiler kendini, başkalarını ve içerisinde bulunduğu topluluğu daha iyi betimlediği, kullanışlı bir dil oyunu etrafında kişisel gelişimine odaklanmalı ve liberal bir kamusal gibi başkalarıyla dayanışmada olmanın yollarını aramalıdır. Şeyleri oldukları gibi temsil etme yeteneğinin imgesi modern ‘Batı Bilgeliği’ artık zorunlu bir siyasi erdem değildir. Yaşamın ve kültürün içinde Darwinci anlamda yaşama uyarlayan türsel bir adaptasyon olarak sözcük dağarları bulunmaktadır. Bu anlamda öznenin diyaloga, sohbete, ironi ve hicve daha fazla ihtiyacı vardır. Kendi olumsuzluğu etrafında hayatı gerektiği kadar ciddiye alarak dilini ve kültürünü aşmaya çalışmalıdır. Bu nedenle Rorty’ye özgü ütopyik toplumu, ‘Postmodernist Burjuva Liberalizmi’nin yurttaşı ironist’tir.²⁶ Özgürlüğüne düşkün, olumsal ve şiire yatkın olsa da Rorty’nin öznesini de en az Platon’un ütopyik anlatısında yani ‘Politeia’da portresi çizilen yurttaş kadar zorlu görevler beklemektedir. Sözgelimi bir yerde Rorty bu hususta şöyle bir açıklama yapar: “Ironistin üstüne düşen genel görev, Coleridge’in büyük ve özgün şaire tavsiye ettiği görevdir: Kendisi hakkında yargıya varılırken başvurulacak

²¹ Richard Rorty, "Solidarity or Objectivity?," *Objectivity, Relativism and Truth*, 32; Kaya, "Richard Rorty’ye Giriş", xliii.

²² Kaya, "Rorty’nin Büyük Anlatısı: Felsefe ve Doğanın Aynası", xliii-xliv.

²³ Rorty, *Felsefe ve Doğanın Aynası*, 320; Mohammad Asghari, "Has Richard Rorty a moral philosophy?," *Philosophical Investigations*, 9(17), 2015.

²⁴ Rorty, *Contingency, Irony and Solidarity*, 6.

²⁵ Richard Rorty, "Demokrasi ve Felsefe," çev. Şeyda Öztürk, *Cogito*, 54, 2008.

²⁶ Richard Rorty, "Postmodernist Burjuva Liberalizmi," çev. Yavuz Alogan, *Postmodernist Burjuva Liberalizmi*, Ankara: Doruk Yayınları, 2002, 71-81.

beğeniye yaratmak. Ama ironistin zihnindeki yargıç kendisidir. İronist, yaşamı kendi terimleri bazında özetleyebilmeye muktedir olmayı ister. Mükemmel yaşam, kendi nihai sözcük dağarcıklarının hiç değilse en sonuncusunun gerçekten tamamen kendisinin olduğuna duyacağı güvenle kapanan yaşam olacaktır.”²⁷ Bu görüş Rorty gibi bir postmodernist için abartılı bir tanımlama gibi görünmektedir. Bir metafizikçi gibi özne tipinden söz etmesi yapısöküme uğrattığı filozofların tınısını andırmaktadır. Bu eleştiri hakkında sağlıklı bir karar vermek için Rorty'nin ironist tanımlamasına geri dönmek uygun bir yöntem olacaktır. Rorty, bu konuda şunları ileri sürer:

Bir 'ironisti' şu üç şartı yerine getiren kişi olarak tanımlayacağım: (1) Şu anda kullandığı son kelime dağarcığı hakkında radikal ve sürekli şüpheleri vardır. Çünkü diğer kelime dağarcıklarından, karşılaştığı kişi veya kitapların nihai olarak kabul ettiği sözlüklerden etkilenmiştir. (2) Mevcut kelime dağarcığında ifade edilen argümanın bu şüpheleri ne destekleyebileceğini ne de ortadan kaldırayabileceğini fark eder. (3) Durumuna dair felsefe yaptığı sürece, söz dağarcığının gerçeğe diğerlerinden daha yakın olduğunu, kendisi dışında bir güçle temas halinde olduğunu düşünmez. Felsefe yapmaya meyilli olan ironistler, sözlükler arasındaki seçimin ne tarafsız ve evrensel bir üst sözcük dağarcığı içinde ne de kişinin geçmiş görünüşlerden gerçeğe doğru savaşıma girişimiyle değil, sadece yeniyi eskiye karşı oynayarak yapıldığını görürler.²⁸

Hızlıca diğer tanımlarına göz atılırsa, ironist, tarihselci ve nominalist olmalıdır. Anti özcü ve anti metafizikçidir. Bu nedenle kendi başına bir gerçekliği kabul etmiş olsa bile iyi bir eğitimle nesnelere ayrıcalıklı bir erişimin olup olmadığını başkaları kadar umursamayacaktır. Günün sonunda sözcük dağarcığında bilimsel, adil, iyi veya makul gibi sözcükler yer alır ancak bunları bir öz veya doğadan, kendi zihinsel içeriklerinden ya da dışarda bir yerdeki gerçeklikten çıkarsadığını iddia etmez. Sokratesçi araştırmancının ve diyalogun ötesine geçemeyeceğini bilir. Bu iddialı kelimelerinde ihtiyatlı olmasının yanında güçlü endişeleri vardır. Rorty bu endişenin kaynağında ironistin kullanmakta olduğu sözcük dağarcığı yoluyla, “zamanını boşa harcamış olacağı, kendisine yanlış bir dil oyunu oynamasının öğretildiği veya zalim bir kabile veya toplum içerisinde olma ihtimali”nin olduğunu öne sürer. Dolayısıyla ironist nerdeyse bir paronayak gibi kendisini insana dönüştüren sosyalleşme sürecinin zemini olan dilin onu yanlış türde bir insana dönüştürmüş olabileceğinden korku duyar. Bu doğrultuda kendisini içerisinde bulduğu dilden sürekli kuşkulandır ve sorgulamaktan geri durmaz. Yine bu anlamda 'ironi', 'olumsallık', 'dünya görüşü' (weltanschauung), 'bakış açısı', 'tarihsellik', 'sözcük dağarcığı' veya 'yeniden tanımlama' gibi sözcükleri sıklıkla tekrarlayarak köksüzlüğünü hatırlamak ister.²⁹

2. Dayanışma Olarak Bilgi ve Terapötik Felsefe

Dayanışma doğru bilgi için önemli bir kriter olabilir. Bu görüşe göre insanları bir araya getiren ve biz duygusuna neden olan bir önerme doğrudur. Bu anlamda klasik doğrulama yöntemi olan uygunluk görüşünde olduğu gibi var olan bir durumu, bir nesneyi nasılsa o şekilde açıklayan veya düşünmenin konusu olan şeyi aslına uygun bir biçimde temsil eden görüş yerini insanlık uğrağındaki bir sohbete bırakır. Tarih üstü ve bulunmuş bir şeyden öte bilgi, bir dil aracılığıyla yaratılır. Doğru; tarih üstü, kalıcı ve kesin bir bilgi biçimi değildir. Nietzsche'nin işaret etmiş olduğu gibi “seyyar metaforlar ordusu”dur.³⁰ Bu nedenle ilerleme(!) dile yeni metaforlar

²⁷ Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 146; Joshua Forstenzer, "Something has cracked: Post-truth politics and Richard Rorty's postmodernish bourgeois liberalism", *Ash Center Occasional Papers Series*, Cambridge: Harvard University, 2018.

²⁸ Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 114.

²⁹ Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 113-121; Ferdi Selim, “Sosyalleşme ve Bireyselleşme Geriliminde Dolaşmak: Rorty'nin Eğitim Anlayışı Üzerine”, *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 21, 2024, 109-28.

³⁰ Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 143.

katmak yoluyla olur. Yeni metaforlar kişinin yalnızca başkalarına değil özellikle kendine yönelik bir etkinliktir. Bu nedenle olumsuzluk başkasına yönelik ve kişiliği dağıtıcı olmadığı için aşağılayıcı değildir. Bunun aksine yeniden betimleme başkasını anlamak için bir araç olarak kullanılabilir. İddianın kökenlerine bakmak gerekirse Quine gibi düşünürlerin “çevirinin imkansızlığı” anlamında mutlak bir anlamının olamayacağına yönelik varsayımları akla gelmektedir. Buna göre dilsel aktarımın güçlüğüne dair tezlere kadar gitmek gerekir. Gadamer’in de ifade ettiği gibi her anlama bir önyargıyı ve eksikliği kendi içerisinde barındırır.³¹ Literal anlatımda bu güçlük aşılamayacaktır. Ancak Rorty sözcük dağarları üzerinden başkasını veya başka kültürleri tanımak için yeni bir olanak sunar. Dili kullananlar ve özellikle edebiyat eleştirmenleri “bir kimsenin başkasının gözünde davranışlarının ne anlama geldiğini yeterince canlılığıyla anlatabilir”. Dolayısıyla zalimliği tanıma, başkalarına neler hissettirdiğinin farkına varma ancak dil oyunları arasında diyaloglar kurmak yoluyla olabilir. Bu nedenle edebiyat eleştirmenlerine önemli görevler düşse de kendisinin, benliğinin ve içerisinde yaşadığı toplumun olumsuzluğunun farkında olan sıradan kimseler de yalnızca yan komşularını tanımakla yetinmeyip kitaplar aracılığıyla başka insanları ve kültürleri de anlamaya çaba harcamalıdır. Bu bağlantı üzerinden çeşitli toplumsal ilişkileri sağlıklı yönetebilirler. “...eğer yalnızca kapı komşularını tanırlarsa içerisinde yetiştikleri sözcük dağarına saplanıp kalmaktan korkarlar, o nedenle de yabancı insanlarla (Alkibiades, Julien Sorel), yabancı ailelerle (Karamazovlar, Casaubonlar) ve yabancı cemaatlerle (Tötonik Şövalyeler, Nuerler, Sung’un mandarinleri) tanışıklık kurmaya çalışırlar.”³²

Dayanışma, görece dilsel bir iletişimin entelektüel umududur. Örneğin benzer bir umut Peirce tarafından bir işitme engelli ile bir görme engellinin herhangi bir cinayete tanık olmaları üzerinden anlatılmıştır. Bu ikisi deneyimlerini diğerinin anlayabileceği şekilde dile katabilirse katilin kimliğini belirleme noktasında uzlaşabilirler. Açıkçası Rorty de Peirce gibi, çok farklı iki kaynaktan dağılan veriler üzerine uzun süren araştırmanın nihai bir sonuca varmayı garanti etmese de uzlaşmaya vardıracağını düşünür. Bu nedenle dayanışma dil oyunları üzerine uzun süren deneyimler yoluyla elde edilebilir. Bu görüş aslında Krishan Kumar’ın haklı tespitinde olduğu gibi postmodernistlerle Habermas arasında bir patika açmaya yönelik çabayı ima eder.³³ Rorty’ye göre, bu uzun tecrübe acı karşısında ortak duyarlılığa işaret eder. Holocaust sırasında soykırımdan doğrudan etkilenenlerin beyanlarına işaret eden Rorty, başkalarına karşı hayırsever davranan kimselerin kurtarılmaya layık olduklarını düşündükleri kişilerin kimler olduklarını ortak pratikten çıkardıklarını tahlil eder. Ona göre kapı komşusu olmak, aynı takımı tutmak veya aynı lokalde toplanmak ötekiliği aşarak ‘biz’ altında toplanmayı sağlamaktadır.

Yukarıdaki ifadelerden acı duygusunu tanımak bakımından duyarlılık oluşturulabileceği anlaşılmaktadır. Fakat Rorty’nin acı duygusunu kendi felsefi konumunun karşısında konumlandığı bir metafizikçi gibi öne çıkarması tartışmalıdır. Soruşturmamızın görece dışında kalan ilgili tartışmanın ötesinde dil oyunu üzerinden kurulmak istenen bir çeşit duygudaşlığın terapötik yanını incelemek çalışmamız için daha önemlidir. Zalimliği tanımlamak iki açıdan mümkündür. Bu perspektiften zalimliği içerden (zulmedenin gözünden) tanımlamak ile dışardan (zulme uğrayan açısından) tanımlamak farklı bakış açılarını anlamaya çalışmaktır. Dolayısıyla içerisinde özgürce dolaşılacak dil oyunu geniş bir perspektif sunması açısından işlevseldir. Üçüncü kimselerle empati kurmak ve daha ötesi duygusal birliktelik (duygudaşlık) sağlamak dilde

³¹ Hans Georg Gadamer, *Truth and Method*. London: Continuum Publishing Group, 2004.

³² Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 123.

³³ Krishan Kumar, *Sanayi Sonrası Toplumdan Postmodern Topluma, Çağdaş Dünyanın Yeni Kuramları*, çev. Mehmet Küçük, Ankara: Dost Kitabevi, 2013, 214.

ustalaşmak ile mümkündür. Rorty, bu konuyu okuyucularının duygusal görüşünü zenginleştiren yazarlar üzerinden şöyle açıklar:

Nabokov kişisel estetik mutluluk arayışının nasıl zalimliğe yol açtığını görmemize yardım ederek, zalimlik hakkında içerden yazıyordu. Orwell zalimliği genellikle dışarıdan, kurbanların bakış açısından ele alıyor, böylelikle Nabokov'un deyişiyle "güncel süprüntü"ler -gelecekteki acıların azaltılmasına yardım eden ve insan özgürlüğüne hizmet eden kitap türü- ürettiyordu. Ama ben 8. Bölümde, Orwell'in son kitabındaki O'Brien portresiyle, Nabokov'un yaptığı'nın aynısını yaptığını ileri süreceğim: Orwell burada, zalimliğin içine girmemize yardım eder ve böylelikle sanat ile eziyet etme arasındaki belli belirsiz bir şekilde hissedilen bağlantının ifade edilmesine yardımcı olur.³⁴

Rorty'nin felsefesi tedavi edici/terapötik konumuna iki aşamadan gelir. İlk modern insanın düşüncesini olumsuz anlamda kaplayan epistemolojiden kurtarmak veya kendi ifadesiyle kabaca bu görüşleri bir kenara bırakmaktır. Diğer postmodernistler gibi o da çevre felaketlerinden tutun da dünya savaşlarına ve insan hakları ihlallerine kadar olumsuz olaylara bu sözcük dağına saplanıp kalmayı neden olarak gösterir. Dolayısıyla Rorty'nin başyapıtı *Felsefe ve Doğanın Aynası* bu noktada Wittgenstein'in görüşlerini daha ileri taşıyarak soruna ve nedenlerine işaret etmesi bakımından uyarıcıdır. Daha sağlam ve kışkırtıcı argümanlarla doludur. Bu doğrultuda başarmaya çalıştığı şeylerin çoğunu anlamak için bu metne işaret etmek gerekir. Felsefeden hermeneutiğe geçiş, Rorty'nin ifadesiyle, "aynalar olmadan felsefe" veya "edifiye edici felsefe" bu kitabın sonunda Batı metafiziğinin gündelik dilden başlayarak etik-estetik alanlara sızışına karşı olumsal duruşu barındırır.³⁵ Fakat henüz politik görüşünü bulamayız. Bu ise *Olumsuzluk İroni ve Dayanışma*'da karşılaşılabilecek argümandır. Rasyonalite etrafında özcü kamusal fikir rahatsız edici olarak anlatılır. İlk kitapta rahatsızlığın nedeni epistemolojik olduğu için dilsel dönüşüme işaret edilir. Analitik felsefeden kopuşu da ima eden bu metin Wittgenstein'in örneğinden hareketle tıpkı şişede sıkışıp kalmış sinekler gibi "dünyanın resmine bir çeşit temsil ilişkisi yoluyla ulaşabilen dilin labirentlerine" sıkışıp kalan öznelere çıkış yolunu göstermeye yönelik güncellenmiş bir girişim olarak görülür. *Felsefe ve Doğanın Aynası*'nın büyük bir bölümünü ve özellikle ilk iki bölümü bu anlamda felsefi problemleri mutsuzluğun kaynağı olması nedeniyle bir kenara bırakmanın denemesi olarak okumak yararlı olabilir. İkinci kitap ise bütünüyle böyle bir rahatsızlığı atlatan bireylerin sayısını artırmak yoluyla 'biz' fikrinin imkanını tartışır. Bu metinler, Rorty'nin de kabul ettiği gibi, "bu cam gibi sınırların ötesindeki açık havayı en iyi şekilde nasıl kullanabileceğimize dair nispeten az gelişmiş bir araştırmadır".³⁶

O halde Rorty, terapötik kişiliğiyle filozofları miras aldıkları belirli takıntılardan kurtarmaya çalışıyor ve böylece onların daha verimli entelektüel yolları keşfetmede özgür hareket etmelerini kolaylaştırıyor. "Epistemolojiyle ilgili yegâne şey, "filozofların epistemolojik problemlerin var olduğu yanlışlığını tedavi etmektir". Bu terapi felsefeyi bilimden ayırmaz: o felsefeyi tamı tamına "özel bir amaç için uyarılar veya hatırlatıcı mesajlar" temin etmek için seferber edilmiş sağduyu ya da bilim olarak kabul eder".³⁷ O, yanıltıcılığın temelci reddini, felsefi kibrin tehlikeli bir biçimi olarak görüyor ve daha insani bir alçakgönüllülüğü savunmak için, bu temelci bilgi anlayışının görünürdeki açıklığının onun doğruluğunu ima etmemesi olasılığını düşünmemizi istiyor. Bunun yanı sıra bilgi hakkında bu şekilde düşünmenin görünen açıklığı, tarihsel olarak olumsal bir kelime dağarcığının, bir tortu tabakası gibi sertleştiğinin bir işareti

³⁴ Rorty, *Contingency, Irony and Solidarity*, 146.

³⁵ Rorty, *Philosophy and The Mirror of Nature*; Peter Dews, "The infinite is losing its charm': Richard Rorty's Philosophy of Religion and the Conflict between Therapeutic and Pragmatic Critique", *The Philosophy of Richard Rorty*, Library of Living Philosophers, Chicago: Open Court, 2010.

³⁶ Ronald Kuipers, *Richard Rorty: Contemporary American Thinkers*, London: Bloomsbury, 2013, 46.

³⁷ Rorty, *Felsefe ve Doğanın Aynası*, 236-237.

olabilir. Rorty'ye göre, insan bilgisinin bu tortulaşmış anlayışının kendisi de gevşetilebilir ve dolayısıyla bilgi hakkındaki düşünme biçimimizin, başka türlü ele alınması zor görünen bir yönünden özgürleşebiliriz. Sonuçta bu tarihi mirasın günümüz bağlamında son derece sorunlu olduğu yargısına vardığından, onunla daha özgür bir ilişki kurmamızın bizim için önemli olduğunu düşünür.³⁸

Evrimsel olarak aktarılan hastalıklarımız Rorty'ye göre atalarımızın sorunlara yönelik günün paradigması ve teknik şartları çerçevesinde ortak bir pratik olarak geliştirmiş oldukları kabaca bir çeşit çevresel uyarlamadır. Bu çözüm önerilerini tarihsel öyküsünden ayırmak ve tarih üstü bir meta anlatıya dönüştürmek bu dil oyununun dipsiz kuyularında takılıp kalmaktır. Dili aşırı kutsallaştırmak veya bilimsel bir nosyona indirgemek hem yeni problemleri görmek hem de bunları yaşamın ve kültürün diğer alanlarıyla birlikte değerlendirmek bakımından kısıtlayıcıdır. Psikolojik sorunların kaynağında da kısmen bu vardır. Kendini yeniden betimlemek mutlaka ürkütücü görünebilir. Kaldı ki, köksüzlük zorluklarla karşılaşıldığında kendisinden hareket edebileceğiniz kurumları ortadan kaldırması bakımından kaygı vericidir. Ancak varoluşçu filozofların ve Rorty'nin ifade ettiği gibi güçlü bir potansiyeli de taşımaktadır. Bununla birlikte dilde görülen etnisiteden uzaklaşmaya neden olur. Bu avantajına rağmen bu kusurdan kurtulmanın kolay olmadığına Rorty ısrarla vurgu yapar. Ancak sözcük dağarlarıyla ilgilenmek ve kendinin ve ötekinin nasıl görüldüğünü ifade edebilmek bu sorunu aşmak için önemlidir. Dil oyunları içerisinde alet ve edevat olan kelimeler çok farklı şekillerde kullanılabilirler. Bir ötekinin bazı zamanlar neden güçlü bir vefa duygusu hissettiğini diğer zamanlarda bunun görülmediğini anlamak bakımından kullanılmakta olunan dilin anlamı yeniden betimlenebilir. Rorty'nin de Freud'dan söz ederken işaret ettiği gibi: "Böylece, bir arkadaşımıza yardım etmek için nasıl sonsuz acılara katlanabileceğimizi ve aynı derecede çok sevdiğimizi düşündüğümüz bir başkasının daha büyük acısını nasıl tamamen görmezden gelebileceğimizi anlamamıza yardımcı olur. Bir kişinin nasıl hem şefkatli bir anne hem de acımasız bir toplama kampı muhafızı olabileceğini ya da adil ve ılımlı bir yargıç ve aynı zamanda soğuk, reddedici bir baba olabileceğini açıklamaya yardımcı olur. Vicdanlılığı temizlikle ilişkilendirerek ve her ikisini de yalnızca takıntılı nevrozla değil, (başka yerlerde yaptığı gibi) dini dürtüyle ve felsefi sistemler kurma dürtüsüyle de ilişkilendirerek yüksek ile aşağı, merkezi ile çevresel veya özsel ile ilineksel arasındaki tüm geleneksel ayrımları yıkar. Bizi, en azından potansiyel olarak iyi düzenlenmiş bir yetiler sisteminden ziyade, bir olumsuzluklar dokusu olan bir benlikle baş başa bırakır".³⁹ Sonuç olarak keskin ayrımların olmadığı olumsal bir anlayışta benliği kemiren ötekinden tamamlayıcı bir zenginlik olarak ötekinin imkânına dair bir umut belirebilir. Mutlak ve tek bir yoldan söz edilemese de olumsuzluk kırılabilirliği azaltılabilir. Bu tür takıntılardan kurtulmak ve anlamaya başlamak özgürleşmek yoluyla kendini gerçekleştirmeektir.⁴⁰

Sonuç

Rorty, Modern Batı düşüncesini şekillendiren felsefi anlatının kültürün diğer alanlarına sızmasını Avrupa insanının rahatsızlığının kaynağı olarak görmektedir. Aşkınlık tutkusu veya metafizik arzusu ona göre bir saplantıdan öte debelendikçe içine çekilmeye neden olan bataklıktır. Sorunları zihni veya dili kullanmakta daha yetenekli olmakla çözebilmek yönündeki iddia kişileri mutsuzluğa sürüklemektedir. Jeffrey Stout'a göre, Rorty'nin eleştirel bu tepkisi veya bir kenara bırakma projesi tedavi edici olması etrafında bir terapistin yanı sıra Hall'un da kitabında

³⁸ Kuipers, *Richard Rorty: Contemporary American Thinkers*, 50.

³⁹ Rorty, *Contingency, Irony and Solidarity*, 32; Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 62.

⁴⁰ Richard Rorty, *Philosophy and Social Hope*, New York: Penguin Books, 1999.

tercih ettiği gibi yeni-pragmatizmin peygamberinin eylemlerini çağrıştırmaktadır.⁴¹ Stout'un sözleriyle, Rorty'nin terapötik yönü ağır basan felsefesi "hakikati gerçekliğe uygunluk olarak tanımlayanlar ile onu idealist metafizik veya sosyoloji terimleriyle tanımlayanlar arasındaki sonsuz ve sonuçsuz metafizik tartışmada taraf tutma zorunluluğuna karşı anlamsızlık tarafına yönlendirir".⁴²

Rorty için genel bir mutluluk tanımlaması ve ideali yapılamaz. Epistemolojik anlamda bunun olanaklı olmadığını gösterdiğini umar. Böylesi bir meşru zeminin eksikliği ancak yorumların olduğunu hatırlatır. Ona göre:

Hiçbir 'normal' felsefi söylem yoktur. Eğer böyle bir ortak temel yoksa, yapabileceğimiz şeyin tamamı, kendi görüş noktamızdan diğer görüş noktasının nasıl görüldüğünü göstermektir. Yani yapabileceğimiz şeyin tamamı, karşımızda yer alanlar hakkında hermeneutik olmaktır- söyledikleri tuhaf ya da paradoksal ya da tatsız şeylerin, söylemek istedikleri şeyden geriye kalanla nasıl tutarlı olduğunu ve söyledikleri şeyin kendimize özgü alternatif üslup içinde ifade edildiği zaman nasıl görüldüğünü göstermeye çalışmaktır. Bu polemik niyetli hermeneutik türü, Heidegger'in ve Derrida'nın geleneği yapısından etme (deconstruct) teşebbüslerinde ortakır.⁴³

Rorty bunun oldukça farkında olduğunu gösteren bir kararlılıkla, "Benim gibi pragmatistler ahlakın insanlar arasındaki acı miktarını azaltma girişimi olduğunu düşünür" biçiminde ifade etmek yoluyla zalimliği daha fazla tanımanın imkanını veren sözcük dağarları yaratmanın peşinde olduğunu belirtir.

Nihayet felsefe yeni olanaklar etrafında bireysel gelişim, özgürlük, haklar veya dayanışma gibi konularda yaratıcı hayal gücüne başvurur. İronist entelektüel veya edebiyat eleştirmeni olarak anılan düşünürlerin neredeyse yalnızca kendini gerçekleştirmeye odaklanmış ironistlerden farklı olarak kamusal görevleri de vardır. Rorty'ye göre ironistler kendi olumsuzluklarının farkında olurlar. Bu nedenle mutlak ve tartışılmaz bir benlik iddiası yerine kendileriyle alay etmeye hazırdırlar. Dili kullanmak yoluyla her şeyi eskiden çok farklı şekilde tarif etmenin yollarını ararlar. Kendi özgürlükleri ve özgünlükleri hakkında kuşkularını gidermek için yeniden betimlemeden kaçınmamaları gerekir. Dolayısıyla dildeki tümel kavramların sayısını artırmak yerine hayal gücüne dayalı bir bireyselleşme ve dayanışma tutumu aranmalıdır. Bu doğrultuda katı ve disipline bir kontrol biçimi yerine şiire dayalı olumsal, özgün ve metaforik bir kültürel diyalog zemininin imkânı belirir. İlki 'Platoncu filozof-kralın otoriter yönetim biçimi'ken ikincisi 'Sokratik arabuluculuk'tur.⁴⁴ Bu anlamda özellikle ironist entelektüel veya edebiyat eleştirmeni 'Sokratik arabulucu'dur. Çünkü başkalarını anlamak için duygusal birliktelikler yaratırlar. Dile metafor eklemek konusunda hünerli olan bu kimseler bu konuda örnek kimselerdir. Herhangi bir bireyin daha fazla duyguyu tanıması bakımından yol göstericidirler.⁴⁵ Özellikle duygu birliktelikleri yaratmak açısından sempatiyi geliştirme konusunda isteklilerdir. Ayrıca yalnızca dile yenilikler getirmekle yetinmeyip dil oyunları arasında da köprüler kurmalıdırlar. Problemleri dil oyunlarının demokratik sohbetinde tanıtmak, zalimliği göstermek ve onlarla kişisel travmaları ve sosyal krizleri hakkında tartışmak yoluyla dilde beceri kazanmaları konusunda destekleyici

⁴¹ Jeffrey Stout, "Rorty on Religion and Politics," *The Philosophy of Richard Rorty*, ed. Randall E. Auxier and Lewis E. Hahn, Chicago, 2010; David L. Hall, *Richard Rorty: Prophet and Poet of The New Pragmatism*. Albany: State University of New York Press, 1994.

⁴² Kuipers, *Richard Rorty: Contemporary American Thinkers*, 121.

⁴³ Rorty, *Felsefe ve Doğanın Aynası*, 372.

⁴⁴ Rorty, Olumsuzluk, Irony and Solidarity, 18, 115.

⁴⁵ Richard Rorty, "Philosophy & Future." *Rorty&Pragmatism, The Philosopher Responds to His Critics*, London, 1995, 202.

olmalıdırlar.⁴⁶ Bu doğrultuda kişilerin ve dil oyunlarının özerkliğini ve özgünlüğünü korumalı ve desteklemelidir. Rorty'ye göre 'Biz', tüm farklılıklarına rağmen bizden biri olan kimselerdir. Artan duyarlılıkla birlikte daha yakından başlayarak daha uzakta hissedilenlere kadar genişler. Bu nedenle mutlak bir hakikat iddiası söz konusu felsefi umut için uygun değildir. Hatta hakikat konusunda en fazla yapılacak şey kendi yolunu bulur gibi olan önermelerin sırtını sıvazlamaktır. Bu felsefenin güçlü bir sloganı olan şu cümle nihai bir uzlaşma metni gibidir: "Özgürlüğe göz kulak olalım nasıl olsa hakikat kendine göz kulak olacaktır".⁴⁷

⁴⁶ Abdullatif Tüzer, *Din ve Rasyonalite: Postmodern Bir Yaklaşım*, Ankara: Lotus Yayınları, 2009, 196.

⁴⁷ Rorty, *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*, 248.

KAYNAKÇA

- Aristoteles. *Ruh Üzerine*. çev. Zeki Özcan. İstanbul: Alfa Yayınları, 2001.
- Asghari, Mohammad. "Has Richard Rorty A Moral Philosophy?", *Philosophical Investigations*. 9(17), 2015. 53-74.
- Bauman, Zygmunt. *Modernlik ve Müphemlik*. çev. İ. Türkmen. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2003.
- Dews, Peter. "The infinite is losing its charm': Richard Rorty's Philosophy of Religion and the Conflict between Therapeutic and Pragmatic Critique." *The Philosophy of Richard Rorty*. Library of Living Philosophers. Chicago: Open Court, 2010.
- Forstenzer, Joshua. "Something has cracked: Post-truth politics and Richard Rorty's postmodernish bourgeois liberalism." *Ash Center Occasional Papers Series*. Cambridge: Harvard University, 2018.
- Hall, David L. *Richard Rorty: Prophet and Poet of The New Pragmatism*. Albany: State University of New York Press, 1994.
- Kaya, Funda Günsoy. "Richard Rorty'e Giriş." *Felsefenin ve Doğanın Aynası*. çev. Funda Günsoy, xvii-xlvi. İstanbul: Paradigma Yayınları, 2006,
- Kuhn, Thomas Samuel. *Bilimsel Devrimlerin Yapısı*. çev. Nilüfer Kuyas. İstanbul: Alan Yayıncılık, 2000.
- Kuipers, Ronald. *Richard Rorty: Contemporary American Thinkers*. London: Bloomsbury, 2013.
- Kumar, Krishan. *Sanayi Sonrası Toplumdan Postmodern Topluma- Çağdaş Dünyanın Yeni Kuramları*. çev. M. Küçük. Ankara: Dost Kitabevi, 2013.
- Lyotard, J. François. *Postmodern Durum*. çev. Ahmet Çiğdem. Ankara: Vadi Yayıncılık, 1994.
- Platon. *Devlet*. çev. Sabahattin Eyüboğlu ve M. Ali Cimcoz. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2012.
- Rorty, Richard. *Philosophy and the Mirror of the Nature*. Princeton: Princeton University Press, 1980.
- Rorty, Richard. *Consequences of Pragmatism*. Minneapolis: University of Minneapolis, 1982.
- Rorty, Richard. *Contingency, Irony and Solidarity*. Cambridge: Cambridge University Press, 1989.
- Rorty, Richard. "Pragmatism as Anti-Representationalism". *Pragmatism: from Pierce to Davidson*, USA: Westview Pres, 1990.
- Rorty, Richard. "Freud and the Moral Reflection". *Philosophical Papers*. Cambridge: Cambridge University Press, 1991.
- Rorty, Richard. *Olumsuzluk, İroni ve Dayanışma*. çev. Mehmet Küçük ve Alev Türker. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 1995.
- Rorty, Richard. "Philosophy & Future". *Rorty&Pragmatism, The Philosopher Responds to His Critics*, 197-205. London, 1995.

- Rorty, Richard. "Trotsky and the Wild Orchids". *Philosophy and Social Hope*. 3-22. New York: Penguin Books, 1999.
- Rorty, Richard. *Philosophy and Social Hope*. New York: Penguin Books, 1999.
- Rorty, Richard. "Postmodernist Burjuva Liberalizmi". *Postmodernist Burjuva Liberalizmi*. çev. Y. Alogan, 71-81. Ankara: Doruk Yayınları, 2002.
- Rorty, Richard. *Felsefe ve Doğanın Aynası*. çev. Funda Günsoy. İstanbul: Paradigma Yayınları, 2006.
- Rorty, Richard. *Philosophy as a Cultural Politics*. Cambridge: Cambridge University Press, 2007.
- Rorty, Richard. "Demokrasi ve Felsefe". çev. Şeyda Öztürk. *Cogito*. 54, 2008. 260-271.
- Rorty, Richard. "Trotsky ve Vahşi Orkideler." çev. F. Onur. *ETHOS*. 9(2), 2016. 101-112.
- Selim, Ferdi. *Radikal Bir Postmodernist Richard Rorty*. Ankara: Sonçağ Yayıncılık, 2023.
- Selim, Ferdi. "Sosyalleşme ve Bireyselleşme Geriliminde Dolaşmak: Rorty'nin Eğitim Anlayışı Üzerine". *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*. 21. 109-128.
- Stout, Jeffrey. "Rorty on religion and Politics". *The Philosophy of Richard Rorty*. ed. Randall E. Auxier and Lewis E. Hahn, 523-549. Chicago, 2010.
- Tartaglia, James. *Rorty and The Mirror of Nature*. Routledge, 2007.
- Tüzer, Abdullatif. *Din ve Rasyonalite: Postmodern Bir Yaklaşım*. Ankara: Lotus Yayınları, 2009.
- Waldenfels, Bernhard. "Despised Doxa: Husserl and The Continuing Crisis of Western Reason." *Research in Phenomenology*. 12, 1982. 21-38.
- Wittgenstein, Ludwig. *Felsefi Soruşturmalar*. çev. Deniz Kanıt. İstanbul: Küyerel Yayınları, 1998.



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 2 Sayı/Number: 1 Haziran/June 2025

Felsefi Danışmanlık: Yaklaşımlar - Yöntemler

Philosophical Counseling: Approach - Methods

Aysun Dunder Karaca

Doktora Öğrencisi/ Phd Student

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi / Eskişehir Osmangazi University

Sosyal Bilimler Enstitüsü / Institute of Social Sciences

Felsefe ve Din Bilimleri / Philosophy and Religious Sciences

dundaraysun@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-4715-0388>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 05/05/2025

Kabul Tarihi/Accepted: 27/06/2025

Yayın Tarihi/Published: 30/06/2025

Atıf/Cite As

Dunder Karaca, Aysun. "Felsefi Danışmanlık: Yaklaşımlar - Yöntemler". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 2 (1), 2025, 17-44.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlanmış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

FELSEFİ DANIŞMANLIK: YAKLAŞIMLAR - YÖNTEMLER

ÖZ

Antik Çağda “yaşam bilgeliği” olarak görülen felsefe, Orta Çağ’da skolastik düşüncenin etkisiyle yaşam içerisindeki rolünü kaybetmiş, Hristiyan teolojisine hizmet etmekle görevlendirilmiştir. 20. yüzyılda ise tamamen akademik alana sıkıştırılmış ve bilimlere yardımcı bir faaliyet haline gelmiştir. Bilimsel kültür eleştirisi, postyapısalcılık, postmodernizm gibi akımların etkisiyle başlayan radikal eleştiri süreci, felsefenin eski ve pratik köklerine dönebilmesi için bir fırsat sunmuştur. Felsefeye pratik yaşamda kaybettiği yeri geri kazandırma ve modern dünyanın getirdiği sorunlara alternatif çözümler bulma çabalarından biri olarak ortaya çıkan felsefi danışmanlık, nispeten yeni ancak hızla gelişen bir alandır. Alana ilişkin literatür büyük oranda felsefi danışmanlık-psikoterapi ilişkisine ayrılmış olsa da “felsefi danışmanlığın ne olduğu” ve “felsefi danışmanlığın bir yöntemi olup olmadığı” soruları da alanda tartışılan önemli konular içerisinde yer almaktadır. Makalemizde bu iki konu “tanımlama sorunu” ve “yöntem sorunu” olarak ele alınıp incelenmiştir. Tanımlama sorunu, yöntem sorunuyla ilişkisi bağlamında değerlendirilmiştir. Tanımlama faaliyeti, ait olduğu alana ilişkin bir çeşit belirleme, sınırlama, açıklama ve karakterize etme faaliyetini içinde barındırmaktadır. Felsefi danışmanlığın yeni bir çalışma alanı olduğu düşünüldüğünde, tanımlama sorununun sadece felsefi danışmanlığı anlama açısından değil bir meslek olarak kurumsallaşması ve gelişimi açısından da olumsuz etkileri olması muhtemeldir. Ayrıca tanımlama sorunu, bu alanda yetiştirilecek meslek elemanlarının eğitim standartları ile felsefi danışmanlık uygulamalarını da olumsuz etkileyebilir. Felsefi danışmanlığa ilişkin tanımlamalar incelendiğinde karşımıza çok farklı ve çeşitli tanımlamalar çıkmaktadır. Bu farklılıklar alana ait bir literatür oluşmasına da engel teşkil etmektedir. Bu güçlüğü aşmak için mevcut tanımlamalar belli başlı başlıklar altında kategorize edilmeye çalışılmıştır. Pratik ve teorik tanımlar, tekçi ve çokçu tanımlar, tözel ve karşıt tanımlar bu kategoriler arasında gösterilebilir. Tanımlamaya ilişkin çeşitliliğin beraberinde getirdiği en önemli sorunlardan biri “yöntem sorunu”dur. Felsefi danışmanlık uygulamaları incelendiğinde, danışmanlık süreçlerinde birbirinden farklı yaklaşım, yöntem, teknik ve kuramların uygulandığı görülmektedir. Ancak yaklaşım, yöntem, teknik ve kuram terimlerine ilişkin bir karmaşanın alana hakim olduğu ve alanın anlaşılmasını zorlaştırdığı fark edilmektedir. Bu zorluğu aşmak için çalışmamız boyunca Peter Raabe’nin konuya ilişkin kavramsal sınıflandırması takip edilmiştir ve çalışmamın kapsamı felsefi danışmanlıkta yaygın olarak kullanılan yaklaşım ve yaygın olarak kullanılan yöntemlerle sınırlandırılmıştır. Raabe’nin sınıflandırmasında, yaklaşım bir uygulayıcının kişisel tarzı veya bir yöntemi uygulama biçimi, yöntem içindeki bir “prosedür” veya “teknik” olarak; yöntem ise uygulayıcıları tarafından genellikle özel bir isim verilen uygulamalar, prosedürler veya tekniklerden oluşan bir küme veya sistemi ifade etmek için kullanılmıştır. Alanda fenomenoloji hermeneutik, kazuistik yaklaşım, kişi odaklı-sorun odaklı-sonuç odaklı yaklaşım gibi felsefi ve psikolojik bazı yaklaşımların danışmanlık süreçlerinde sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Yöntem konusuna gelince felsefi danışmanlık uygulamalarında takip edilmesi gereken bir yöntem olup olmadığı tartışılmıştır. Alanın kurucusu sayılan Achenbach’a göre felsefi danışmanlık uygulamalarında takip edilmesi gereken bir yönetime ihtiyaç yoktur. Danışman, yöntemlerle değil yöntemler üzerinden çalışır. Buna “yöntem ötesi yöntem” adı verilir. Başka bazı düşünürlere göre ise felsefi danışmanlık bir yöntem gerektirir. Danışman, tek bir yönetime bağlı kalmak zorunda olmasa da yöntem ya da yöntemler kullanır. Danışman, diğer danışmanlık türlerinden kuram, yaklaşım, yöntem ve teknikler ödünç alabilir: Felsefi danışmanlık uygulamalarında en çok kullanılan yöntem olan “Sokratik Diyalog” yöntemi buna örnektir. Bununla birlikte danışman, kendi yöntemini de oluşturabilir. Cohen’e ait “Mantık Temelli Yöntem”, Marinoff’a ait “PEACE-MEANS ve İki Aşamalı Yöntem”, Raabe’nin “Dört Aşamalı Yöntem”i, Prins-Bakker’a ait “Altı Aşamalı Yöntem” vb. felsefi danışmanlar tarafından özel olarak oluşturulan ve uygulanan yöntemlere örnek olarak gösterilebilir.

Anahtar Kelimeler: Felsefi Danışmanlık, Yöntem, Yaklaşım, Tanımlama

PHILOSOPHICAL COUNSELING: APPROACHES- METHODS

ABSTRACT

Philosophy, which was seen as the "wisdom of life" in antiquity, lost its role in life under the influence of scholastic thought in the Middle Ages and was assigned to serve Christian theology. In the 20th century, it was completely compressed into the academic field and became an auxiliary activity to the sciences. The process of radical criticism that began under the influence of movements such as the critique of scientific culture, poststructuralism and postmodernism offered an opportunity for philosophy to return to its ancient and practical roots. Philosophical counseling, which emerged as one of the efforts to restore philosophy to its lost place in practical life and to find alternative solutions to the problems of the modern world, is a relatively new

but rapidly developing field. Although the literature on the field is largely devoted to the relationship between philosophical counselling and psychotherapy, the questions of 'what philosophical counselling is' and 'whether philosophical counselling is a method' are also important topics of discussion in the field. In our article, these two issues are addressed and examined as the 'definition problem' and the 'method problem.' The definition problem is evaluated in the context of its relationship with the method problem. The activity of definition involves a kind of determination, limitation, explanation, and characterisation of the field to which it belongs. Considering that philosophical counselling is a new field of study, the definition problem is likely to have negative effects not only in terms of understanding philosophical counselling but also in terms of its institutionalisation and development as a profession. In addition, the definition problem may also negatively affect the educational standards of professionals to be trained in this field and the practice of philosophical counselling. When examining definitions related to philosophical counselling, we encounter many different and varied definitions. These differences also hinder the formation of a literature specific to the field. To overcome this difficulty, existing definitions have been categorised under certain headings. Practical and theoretical definitions, monistic and pluralistic definitions, and essentialist and oppositional definitions can be listed among these categories. One of the most significant issues arising from the diversity of definitions is the 'methodological problem.' When examining philosophical counselling practices, it is evident that different approaches, methods, techniques and theories are applied in counselling processes. However, it is evident that there is confusion surrounding the terms approach, method, technique, and theory, which complicates understanding of the field. To overcome this difficulty, Peter Raabe's conceptual classification of the subject was followed throughout our study, and the scope of the study was limited to approaches and methods commonly used in philosophical counselling. In Raabe's classification, 'approach' refers to a practitioner's personal style or manner of applying a method, a 'procedure' or "technique" within a method; 'method' refers to a set or system of applications, procedures, or techniques that are usually given a specific name by practitioners. In this field, it is observed that certain philosophical and psychological approaches, such as phenomenology, hermeneutics, casuistic approach, person-centred-problem-centred-outcome-centred approach, are frequently used in counselling processes. When it comes to methods, there has been debate as to whether there is a method that should be followed in philosophical counselling practices. According to Achenbach, considered the founder of the field, there is no need for a method to be followed in philosophical counselling practices. The counsellor works not with methods but through methods. This is called the 'method beyond method.' According to some other thinkers, however, philosophical counselling requires a method. Although the counsellor is not bound to a single method, they do use methods or techniques. The counsellor can borrow theories, approaches, methods and techniques from other types of counselling: the 'Socratic Dialogue' method, which is the most commonly used method in philosophical counselling practices, is an example of this. However, the counsellor can also develop their own method. Examples of methods specifically developed and applied by philosophical counsellors include Cohen's 'Logic-Based Method,' Marinoff's 'PEACE-MEANS and Two-Stage Method,' Raabe's 'Four-Stage Method,' and Prins-Bakker's 'Six-Stage Method,' among others.

Key Words: Philosophical Counseling, Methodology, Approach, Description

Giriş

Felsefi danışmanlık, 20. yüzyılda bilimsel yöntemi ve olguları duyumlara özdeş kılan,¹ bütün teorik önermelerin gözlem diline indirgenebileceğini düşünen mantıkçı pozitivistlere² ve dünyayla ilgili olguları keşfetmek yerine onları tanımlama çabasına dönüşen, bu rolüyle günlük yaşamdan çekilerek dil merkezli bir faaliyet haline gelen³ felsefi yaklaşıma bir tepki olarak doğmuştur. Bu yönüyle felsefi danışmanlığı, felsefe-hayat ilişkisine yönelik sorduğu sorular ve verdiği cevaplarla felsefeyle hayat arasında kopan bağı tekrar kurmayı; felsefeyi, hapsedildiği akademik sınırlardan kurtarmayı, evi ve kökeni olan

¹ Şafak Ural, *Pozitivist Felsefe*, İstanbul: Remzi yayınevi, 1986, 24.

² İlkay Sunay, *Düşün ve Toplum*, Ankara: Doruk yayıncılık, 1999, 105,106.

³ Ahmet Cevizci, *Felsefeye Giriş*, Bursa, 2007, 64-67.

insan deneyimine tekrar dönmesini sağlamayı, onu eski ve pratik kökleriyle tekrar buluşturmayı arzulayan en yeni felsefi yaklaşımlardan biri⁴ olarak tanımlayabiliriz.

Burada kullanılan “eskiden” ifadesiyle anlatılanın ne olduğunu anlayabilmek için hem “felsefe”nin etimolojik tahlilini yapmak hem de tarihsel akış içerisindeki gelişimini ve felsefeye biçilen rolleri bilmek önemlidir. Felsefe sözcüğünün, akla ilk gelen anlamı “philo-sevgi; sophia-bilgi, bilgi-bilgelik sevgisi”⁵ olsa da kavram içerisinde, hayatın pratik yönüne işaret eden yapabilme gücü, iktidar, iş birliği ve zekâ gibi çok daha farklı ve önemli anlamlar barındırır.⁶ Bu durumda felsefeyle meşgul olan kişi akıl yoluyla kendi öz benliğinden başlayarak kendisi, yaşadığı dünya ve içinde bulunduğu evren hakkındaki sorulara yanıt arayan, bunu yaparken karşılaşılabileceği sorunlarla başa çıkabilecek derecede nitelikli olan, el sanatları, politika ya da herhangi bir alanda yetenekli, zeki ve becerikli bir kişidir.⁷ Felsefenin işlevinin tam olarak ne olduğunu anlamak için İlk Çağ’da kullanılan iki kavram yolumuza ışık tutacaktır: “*Theoria*” ve “*praxis*”. *Theoria*, *sophia* ile aynı anlama sahipken; *praxis* *theoria*nın eyleme dönüşmüş halini ifade eder.⁸ O halde felsefe, bir yandan teoriler oluştururken diğer taraftan varoluş bilincinin derinleşmesini, ilgilerin genişlemesini sağlayan kişisel, varoluşsal bir çabadır⁹ ve ancak bu iki alanın birleşmesiyle felsefe bir çeşit “yaşam bilgeliği” haline gelebilir. Bu haliyle felsefe, felsefi düşünürün duygusal acı ve zihinsel sıkıntılarını aşmasına ve böylece daha iyi bir hayat yaşamasına yardımcı olabilir; felsefi düşünür yeteneklerini bir başkasının mevcut acı ve sıkıntılarının üstesinden gelmesine yardımcı olmak için kullanabilir ve son olarak felsefi düşünür bir başkasına felsefi düşünmenin yollarını öğretebilir.¹⁰ Nitekim felsefe tarihi bunun sayısız örneğine ev sahipliği etmektedir.

Socrates’in insanlara kendi fikirlerinin farkına varmalarını sağlayan, onlara sorgulamayı öğreten, bir başka ifadeyle onların fikirlerini doğurtan “ebe”lik yönteminde;¹¹ Platon’un “katarsis” terimiyle ifade ettiği iç görü kazanma sürecinde¹², erdem-eylem ve mutluluk ilişkisinde ana etkinlik olarak akla ve düşünce gücüne işaret eden Aristoteles’te;¹³ hayatın nasıl yaşanması gerektiğini tartışan Pisagorcular, Kinikler, Stoacılar, Epikürcülerde;¹⁴ “Sapere Aude!” “aklını kullanma cesaretini göster” çağrısıyla Kant’ta;¹⁵ Wittengenstein’in şişedeki sinek metaforunda¹⁶ ve sayısız düşünürde felsefenin teorik ve pratik izlerini birlikte görmek mümkündür.

Felsefenin özellikle İlk Çağ’da sahip olduğu, yaşamın içinde yol gösteren, rehberlik eden, eyleme geçiren dahası iyileştiren, ilerleten, düzelten yerinin/yönünün zaman içinde

⁴ Petra von Morstein, “The Passion to Understand People: Living Philosophy in Philosophy Practice”, *Journal of Applied Philosophy*, 1. <https://npcassoc.org/docs/ijpp/morstein.pdf>

⁵ Orhan Hançerlioğlu, *Felsefe Sözlüğü*, II. Cilt, İstanbul: Remzi Kitabevi, 1986, 112.

⁶ Alwin Diemer, *Felsefe: Teori ve Pratikte Felsefe Disiplinleri*, çev. Doğan Özlem, Ankara: Fol Yayınları, 2020, 14.

⁷ Lokman Çilingir, *Felsefe Nedir? Niçin Felsefe*, Ankara: Elis Yayınları, 2007, 11.

⁸ Çilingir, *Felsefe Nedir? Niçin Felsefe*, 18.

⁹ Heinz Heimsoeth, *Felsefenin Temel Disiplinleri*, çev. Takiyeddin Mengüşoğlu, Ankara: Doğu-Batı Yayınları, 2011, 22-23.

¹⁰ Peter Raabe, *Philosophy’s role in Counseling and Psychotherapy*, UK: Jason Aronson, 2014, 178.

¹¹ Platon, *Theitatos*, çev. Birdal Akar, Ankara: Bilgesu Yayınları, 2016, 29-30.

¹² Platon, *Devlet*, çev. Sebahattin Eyüboğlu-M. Ali Cımcöz, İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 1999, 195-196 (485 e).

¹³ Bkz. Aristoteles, *Nikomakhos’a Etik*, çev. Furkan Akderin, İstanbul: Say Yayınları, 2014.

¹⁴ Ran Lahav&Maria da Venza Tillmans, *Essays on Philosophical Counseling*, Lanham: University Press of America, 1995, IX-XII.

¹⁵ Immanuel Kant, *Seçilmiş Yazılar*, çev. N. Bozkurt, İstanbul: Remzi Kitabevi, 1984, 213.

¹⁶ Ludwig Wittengestein, *Philosophical Investigation*, UK: Blackwell, 2009, 110.

gerilemesiyle ilgili iki önemli tarihsel noktadan bahsetmek mümkündür. Bunlardan ilki Orta Çağ'a hakim olan Skolastik felsefedir. Skolastik dönemde felsefe, neredeyse tamamen Hristiyan teolojisine hizmet etmekle görevlendirilmiştir.¹⁷ İkinci önemli gelişme ise, makalemizin girişinde de bahsetmiş olduğumuz, 20. yüzyılda felsefenin tamamen yaşamdan koparılarak akademik alana sıkıştırılması, felsefeye dünyayla ilgili olguları keşfetme değil daha çok kavramları tanımlama ve açıklığa kavuşturma görevi verilerek felsefenin büyük oranda bilimlere yardımcı bir faaliyet haline dönüştürülmesi olmuştur. Ancak zamanla başta pozitivizm ve bilimcilik olmak üzere bilimsel kültür, bilimsel kavrayışın doğası ve rasyonel özneye ilişkin başlayan radikal eleştiri süreci,¹⁸ beraberinde felsefenin pratik köklerine tekrar dönebilmesi için de bir ortam hazırlamıştır. Bu sürecin sonuçlarından biri olarak felsefi danışmanlık, bir taraftan pratik bağlarıyla tekrar ilişki kurmaya çalışan felsefenin bir ifadesi, diğer taraftan modern dünyanın getirdiği sıkıntılara çözüm bulma noktasında mevcut uygulamalarıyla yetersiz kalan psikiyatri hareketine bir alternatif olarak doğmuştur.¹⁹

Tarihsel süreç içinde hayatın bir parçası olmaktan çıkan felsefe, zamanla üniversitelerdeki akademik yerini de kaybetmiş, sıkıcı ve yetersiz bir zihin oyunu haline gelmiştir. Öğrenciler için felsefe öğrenmeye değer bir alan olmaktan ziyade itici bir alan haline almış²⁰ fildişi kulesine hapsedilmiştir²¹ ve bu durumda felsefenin sıkıştırıldığı kısıtlı alanın bir fonksiyonu ve önemi kalmamıştır. Yerleşik dini kurumlar insan hayatı üzerindeki etkisini yitirmiş, psikoloji artık insan hayatına fayda sağlamaktan çok zarar vermeye başlamış,²² terapistler kendilerini ahlaksal tartışmalardan uzak tutarak²³ ve soyutlayarak bireyin yaşadığı ahlaki çatışmaları, günlük sıkıntıları, kaygı ve bunalımları birbirinden kopuk fragmanlar kümesi olarak görerek problemleri çözmeye çalıştıklarından başarısız olmuşlardır²⁴

Tüm bu gelişmeler, tarihin tozlu raflarına kaldırılan, akademik ve teorik alana hapsedilen felsefe için yeniden Antik Çağ'da yaşam içinde sahip olduğu yeri kazanmak açısından yeni bir fırsat doğurmuştur. Buna yönelik sistematik ilk girişim Achenbach'tan gelmiştir. Kıtalararası bir harekete işaret eden bu girişim, Amerika kıtasının yukarısında başlayarak tüm Avrupa'ya yayılan psikoterapi ekolleri karşısında Avrupa'da –Eski Kıtada–doğarak Yeni Dünya'ya yayılan felsefe pratiğinin yenilenmesidir. Sorunları yüzünden acı çeken, hayatlarıyla 'hesaplaşamayan', kendilerini bir şekilde 'sıkışmış' bulan kişiler için umut vadeden bu yeni pratik felsefi hareketi²⁵ Achenbach 1981'de başlatmış ve harekete “*Philosophical Praxis*” adını vermiştir. 1982 yılında Köln yakınlarındaki Bergisch Gladbach'ta *Felsefi Uygulama Derneği* kurulmuş ve bu dernek daha sonra çok sayıda ulusal dernek için uluslararası bir şemsiye kuruluş haline gelmiştir.²⁶ 1981'de Almanya'da “*Philosophical Praxis*” olarak adlandırılan bu uygulama kısa sürede bir çeşit felsefe pratiği haline gelmiş ve Avrupa ülkelerinde yankı bulmuştur.²⁷ 1987 ve sonrasında Hollanda'da

¹⁷ Pierre Hadot, *Yaşam İçin Felsefe*, çev. Kağan Kahveci, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2012, 165-166.

¹⁸ Ahmet Cevizci, *Felsefenin Kısa Tarihi*, İstanbul: Say Yayınları, 2013, 24-25.

¹⁹ Gerd B. Achenbach, *Philosophical Praxis*, trans. by Michael Picard, London: Lexington Books, 2024, xvi, xvii

²⁰ Lou Marinoff, *Philosophical Practice*, New York: Academic Press, 2001, 4

²¹ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak: Felsefe Terapisi*, İstanbul: Profil Yayınları, 2015, 20.

²² Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak: Felsefe Terapisi*, 16-17.

²³ Alasdair McIntyre, *Erdem Peşinde*, çev. Muttalip Özcan, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2021, 73-87.

²⁴ Alasdair McIntyre, *Erdem Peşinde*, 168.

²⁵ Achenbach, *Philosophical Praxis*, xvii.

²⁶ Achenbach, *Philosophical Praxis*, 1

²⁷ Achenbach, *Philosophical Praxis*, xvi.

başlayan çalışmaları²⁸, 1993'te İsrail'deki çalışmalar izlemiştir.²⁹ Kanada'da 1994 yılında British Columbia Üniversitesi'nde *Birinci Uluslararası Felsefi Uygulama Kongresi* düzenlenmiş, bu kongreyi takiben kısa bir süre sonra New York'ta Lou Marinoff, tarafından 1999'da *Plato, Not Prozac!- Prozac'ı Bırak Platon'a Bak- Felsefeyi Gündelik Sorunlara Uygulamak* isimli kitap yayınlanmıştır.³⁰ Çeşitli ülkelerde birçok dernek ve topluluk kurulmuştur, felsefi danışmanlığa ilişkin çalışmalar yapılmaya başlanmıştır.³¹ 1994 yılından beri düzenli olarak dünyanın çeşitli ülkelerinde *Uluslararası Felsefi Danışmanlık Konferansları* düzenlenmektedir.³² Felsefi danışmanlık bugün artık dünyanın pek çok ülkesinde uygulama ve araştırma sahası olan bir çalışma alanıdır.

1. Felsefi Danışmanlığı Anlamada Karşılaşılan Temel Sorunlar

Felsefeyi köklerine döndürme ve modern insanın sıkıntılarına alternatif çözümler sunma iddiasıyla karşımıza çıkan ve modern bir danışmanlık akımı olan felsefi danışmanlığı anlamaya yönelik önemli iki temel sorunla karşı karşıya olduğumuzu belirtmekte fayda vardır. Bunlardan ilki felsefi danışmanlığı tanımlama sorunudur. İkincisi ise yöntem sorunudur. Bu iki ana sorun birbiriyle yakın ilişki içerisindedir.

1.1. Felsefi Danışmanlık Nedir? Tanımlama Sorunu

Öncelikli olarak, tanımlama faaliyeti, içinde bir çeşit belirleme ve sınırlama taşımanın yanı sıra bir çeşit açıklama ve karakterize etme faaliyetini ifade eder.³³ Bir şeyin ne olduğunu gerçekten bilmemek onu anlamayı ve onun hakkında konuşmayı zorlaştırdığı gibi onu uygulamayı da zorlaştırır. Felsefi danışmanlığın yeni bir çalışma alanı olduğu düşünüldüğünde, tanımlama sorununun sadece felsefi danışmanlığı anlama açısından değil onun bir meslek olarak kurumsallaşması ve gelişimi açısından da olumsuz etkileri olması muhtemeldir. Ayrıca tanımlama sorunu, bu alanda yetiştirilecek meslek elemanlarının eğitim standartları ile felsefi danışmanlık uygulamalarını da olumsuz etkileyebilir.³⁴

Felsefi danışmanlık faaliyetine ilişkin tanımlar incelendiğinde, alanda çok farklı ve çeşitli tanımlarla karşılaşılmaktadır.³⁵ Felsefi danışmanlık, gelişen önemli bir uygulama ve profesyonel çalışma alanı olmakla birlikte tanımlama konusundaki farklılıkların alanda düzenli bir literatür oluşmasına engel olduğu fark edilmektedir.³⁶ Bu güçlüğü aşmak için, alana ilişkin tanımlar belli başlı ve birbirleriyle ilişkili üç ana başlık altında kategorize edilerek incelenebilir. Bunlar:³⁷

1. Pratik ve teorik tanımlar: *Pratik tanımlar*, belirli bir uygulama şekli olan yani somut uygulamalardan yola çıkarak yapılan tanımlardır. Marinoff'un yöntemleri, Prins – Bakker'ın yöntemi buna örnek verilebilir. *Teorik tanımlar* ise,

²⁸ Schlomit C. Schuster, "Philosophical Counseling", *Journal of Applied Philosophy*, 8 (2), 1991, 219- 223.

²⁹ Ran Lahav, "What is Philosophical in Philosophical Counseling?", *Journal of Applied Philosophy*, 13, 1996, 260.

³⁰ Achenbach, *Philosophical Praxis*, xvi.

³¹ Erden Miray Yazgan, *Felsefi Psikoterapi*, İstanbul: Devamend Yayınları, 2021, 19.

³² (<http://nepcassoc.org>).

³³ Ahmet Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, İstanbul: Paradigma Yayınları, 1999, 222.

³⁴ Dirk J. Louw, "Defining Philosophical Counseling: An Overview", *South African Journal of Philosophy*, 32 (1), 2013, 61.

³⁵ Samuel Knapp & Alan C. Tjeltveit, "A Review and Critical Analysis of Philosophical Counseling", *Professional Psychology, Research and Practice*, 36 (5), 2005, 558.

³⁶ Mathew Wegnan, *Philosophy and Counselig: A Case Study*, University of New Orleans, 2013, 16.

³⁷ Louw, "Defining Philosophical Counseling: An Overview", 61.

uygulama alanı olmayan soyut tanımlardır: “Felsefi danışmanlık psikoterapiye bir alternatiftir”, “Yeni bir uygulamadır” vb. tanımlarında olduğu gibi.³⁸

2. Tekçi ve çoğulcu tanımlar: *Tekçi tanımlar*, felsefi danışmanlığı belirli düşünürün düşüncelerine ya da belli bir yaklaşımın sunduğu bakış açısına göre tanımlarken *çoğulcu tanımlar*, bütüncül bir bakış açısından yani birden fazla düşünür ve yaklaşım üzerinden alanı tanımlar. Örneğin Lahav’ın *dünya görüşü yorumu* tekil bir tanımlama iken Raabe’nin dört aşamalı yöntemi çoğulcu bir tanımlama içerir.³⁹

3. Tözel ve Karşıt Tanımlar: Yukarıda bahsedilen pratik ve teorik tanımlar ile tekçi ve çoğulcu tanımlar tözel tanımlar olarak birleştirilerek kategorize edilebilir. Bu tanımların hepsinin ortak noktası felsefi danışmanlığın “ne olduğu”nu tanımlamaya çalışıyor olmasıdır. *Karşıt tanımlara* gelince bunlar felsefi danışmanlığın ne olduğu değil *ne olmadığı* sorusuna verilen cevaplar üzerinden yapılan tanımlardır ve özellikle felsefi danışmanlığın ilk yıllarında bu tanımlama şekli tercih edilmiştir.⁴⁰

İlk iki kategori aynı zamanda felsefi danışmanlığın amacını da açıklayan tanımlardır. Bu tanımlar, “Felsefi danışmanlık nedir?”, “Felsefi danışmanlığın temel aracı nedir?”, “Felsefi danışmanlığın amacı nedir?” gibi sorulara cevap verir niteliktedir. Felsefi danışmanlık, danışanın yaşam görüşü, duyguları, davranışları, düşünceleri, umutları ve arzuları tarafından şekillenen dünyasını keşfetmektir.⁴¹ ‘Felsefi danışmanlık akli kullanarak mutlu olmanın yollarını keşfetmek’,⁴² ‘insanların yaşam içinde karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olacak rasyonel araçlar sunmaktır’,⁴³ ‘Felsefi danışmanlık akıl sağlığı yerinde olanlar için bir tür düşünsel terapidir’⁴⁴ tanımlarında olduğu gibi. Üçüncü kategoride yer alan “karşıt tanımlamalar” a örnek vermemiz gerekirse iki temel tanım bizim için yol gösterici olacaktır.

İlk olarak, “*Felsefi danışmanlık psikoterapi değildir*”: Felsefi danışmanlık, psikoterapiye benzer bir süreç olsa da tıbbi müdahale içermediği,⁴⁵ süreci hasta-danışan ilişkisi gibi görmediği ve bilinçdışı teorileri temel almadığı,⁴⁶ danışanın sorunlarına değil koşullarına odaklandığı ve danışmanlığı sorun çözmekten ziyade bir bilgelik yolculuğu olarak gördüğü⁴⁷ vb. nedenlerden ötürü psikoterapi değildir. Her ne kadar “Felsefi danışmanlık psikoterapi değildir” şeklinde bir tanımlama olsa da -alanda birçok konuda olduğu gibi bu tanımlama konusunda da- bunun tam aksini iddia edenler olmuştur. Felsefi danışmanlık literatürü incelendiğinde bu tartışmanın alan yazını büyük oranda meşgul ettiği hatta literatürün büyük bölümünün bu tartışmayı açıklamaya ayrıldığı görülmektedir.⁴⁸

³⁸ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 61.

³⁹ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 62-63.

⁴⁰ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 65.

⁴¹ Lahav, “What is Philosophical in Philosophical Counseling?”, 262-265.

⁴² Ran Lahav, “Philosophical Counseling as a Quest for Wisdom”, *Practical Philosophy, The Journal of the Society for Philosophy in Practice*, 4 (1), 2001, 6-18.

⁴³ Ran Lahav, “Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling”, *The Journal of Applied Philosophy*, 10 (2), 1993, 243-252.

⁴⁴ Lou Marinoff, *Felsefe Hayatımızı Nasıl Değiştirir*, çev. İstem Erdener, İstanbul: Pegasus Yayınları, 2007, 22.

⁴⁵ Roger Paden, “Defining Philosophical Counseling”, *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 25.

⁴⁶ Peter Raabe, *The Life Examined in Philosophical Counseling*, 23. <http://www.practical-philosophy.org.uk>

⁴⁷ Lahav, “Philosophical Counseling as a Quest for Wisdom”, 6-7.

⁴⁸ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 66.

Felsefi danışmanlığın ne olmadığına ilişkin ikinci bir tanıma göre, “*Felsefi danışmanlık felsefi uygulamalarla aynı şey değildir.*” Her ne kadar kullanılan araçlar aynı olsa da felsefi danışman danışanın spesifik problemleriyle pratik olarak ilgilenir. Felsefi uygulamalar teorik öz-dönüşümsel bilgi üzerinde çalışmasına rağmen felsefi danışmanlar bu bilginin danışanın sorunlarına nasıl uygulanacağıyla meşgul olurlar.⁴⁹ Felsefi danışman ve felsefi uygulayıcıyı birbirinden ayıran unsurlardan biri felsefi bilginin teorik yönüyle mi pratik yönüyle mi ilgili olduklarının yanı sıra hizmet verdikleri kitledir. Bir felsefi danışmanın danışanı her zaman gerçek bir kişiye felsefi uygulama alanı daha geniştir ve felsefi uygulayıcı tüzel kişilere (şirketler, kurumlar vs) de hizmet verebilir.⁵⁰ Felsefi danışman ile felsefi uygulayıcı arasındaki ayrıma vurgu yapılsa da “felsefi danışman, bireysel danışmanlığa odaklı bir çeşit felsefe uygulayıcısıdır”⁵¹ diyenler de olmuştur. Yine de bu iki şeyin birbiriyle tamamen aynı olduğunu söylemek mümkün görünmemektedir.

1.2. Felsefi Danışmanlıkta Teorik Çerçeve- Yöntem Sorunu

Felsefi danışmanlığın tanımlanması noktasında karşılaşılan çeşitlilik ve güçlükler, benzer bir şekilde felsefi danışmanlıkta yöntem konusunu tetkik ederken de karşımıza çıkmaktadır. Yöntem konusuna ilişkin ilk tartışma felsefi danışmanlık için bir yöntemin ya da yöntemlerin gerekli olup olmadığı tartışmasıdır. Tartışmaya ilişkin görüşleri iki ana grupta ele alıp incelemek mümkündür. İlk görüş, felsefi danışmanlığın kurucusu sayılan Achenbach’ın uygulamalarında gördüğümüz, felsefi danışmanlığın belli bir yöntem gerektirmediği düşüncesine dayanır. Achenbach’ın bu düşüncesi “yöntem ötesi yöntem” başlığı altında ele alınıp değerlendirilecektir. Bu görüşün aksine felsefi danışmanlığın bir yöntem gerektirdiği fikrine sahip birçok düşünür de vardır. Yöntemin gerekli olduğu görüşünü savunanlar danışma sürecinin amacı ve doğasından yola çıkmaktadır. Felsefi danışmanlığın yöntem ya da yöntemleri olabileceği, uygulayıcılar tarafından danışanın görüşlerini analiz etmek, danışanın akıl yürütme biçimindeki tutarsızlıkları tespit edip araştırmak, alternatif düşünme yolları göstermek gibi her amaç için çeşitli teknikler ve uygulamalar kullanıldığı ve bunların yöntem/yöntemler başlığı altında değerlendirilebileceği düşüncesinden hareket ederler.⁵² Felsefi danışmanlık, danışman-danışan arasında işbirliğine dayalı bir yardımlaşma sürecidir ve bu süreçte danışanın düşünme ve hissetme biçimleri dönüşüme uğrar. Bu süreci başlatan birtakım nedenler ve ihtiyaçlar olmalıdır: Danışan bir konuda karar vermekte zorlanıyor olabilir, bir yaşam krizi ile karşı karşıya kalmış olabilir, bir acıyı iyileştirmek ya da yaşam becerisi geliştirmek için vb. felsefi danışmana başvurmuş olabilir. Buna göre felsefi danışmanın amacı danışanın sorunlarıyla başa çıkma becerisini geliştirmek, karar verme süreçlerini kolaylaştırmak, danışana yeni yaşam becerileri kazandırmak vb. amaçlardır. Süreç incelendiğinde:

1. Danışma sürecini başlatan bir sorun vardır ve bir sorunu çözmek herhangi türden belirli bir yöntem, bir başka ifadeyle çözümü formüle etmenin bir yolunu gerektirir.

2. Formüle edilen sorunu çözmek için belirlenen yöntem, bazı durumlarda tekil sorun çözme yolu olmaktan çıkıp genelleştirilebilir.

⁴⁹ Paden, “Defining Philosophical Counseling”, 25.

⁵⁰ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 65.

⁵¹ Marinoff, *Prozac’ı Bırak Platon’a Bak: Felsefe Terapisi*, 27.

⁵² Ida Jonsma, “Philosophical Counseling In Holland: History and Open Issues”, *Essays On Philosophical Counseling*, ed. R. Lahav & M. de Venza Tillmanns, Lanham: University Press of America, 1995, 33.

3. Felsefi danışmanlığa özgü bazı yöntemler zaten mevcut olsa da bunlar hakkında yazanlar, her felsefi danışmanın kendi yöntemini önerebileceği konusunda hemfikirler. Bazı ilkelerden yola çıkarak, danışanların günlük yaşamında ortaya çıkan belirli sorunları ele almak, anlamak ve çözüm önermek için uygulayıcı danışman tarafından kullanılacak yeni felsefi danışmanlık yöntemleri geliştirmenin imkanı vardır.

4. Son olarak belli yöntem-yöntemlerin belirlenmesi felsefi danışmanlık alanının sınırlarının çizilmesi, diğer alanlardan ayrıldığı çizgilerin belirginleşmesi, felsefi danışmanların eğitim kriterlerinin belirlenmesi gibi hususlarda önem arz etmektedir.

Felsefi danışmanlık alanındaki ilk girişimlerden itibaren, danışanların sorunlarını çözmek için filozoflara yardımcı olan çeşitli yöntemler ortaya çıkmıştır. Felsefi danışmanlık alanı, bir dereceye kadar diğer danışmanlık türlerinden kuram, yaklaşım, yöntem ve teknikler ödünç alması anlamında “disiplinlerarası olma” ile karakterize edilmektedir. Bu özellik felsefi danışmanlara, danışanların sorun ya da sorunlarını onlara en uygun çözümü sağlayabilecek en iyi yöntemlerle çözme özgürlüğü tanımaktadır.⁵³

Her ne kadar felsefi danışmanlar bir kuram, yöntem, yaklaşım ya da tekniği kullanmakta özgür olsa da tarihsel seyir içerisinde felsefi danışmanlar tarafından, felsefi danışmanlık için özel olarak formüle edilen ve uygulanan önemli yöntemler de olmuştur. Bu yöntemleri tanıtmaya geçmeden önce kavramsal bir çerçeve çizmek ve alana ilişkin kafa karışıklığının önüne geçebilmek adına öncelikli olarak yöntem konusu değerlendirilirken kullanılacak kavramların tanımları yapılacak, daha sonra çalışmamızdaki tasnife esas olan anlayış üzerinde durulacak ve son olarak felsefi danışma sürecinde yaygın kullanılan yöntemlerden bahsedilecektir.

Yöntem konusundaki bakış açılarını tartışırken Raabe, bir tespitte bulunur ve felsefi danışmanlık yöntemleri dendiğinde aslında kastedilenin ne olduğunun anlaşılmadığını, kuram, yöntem, yaklaşım, teknik gibi kavramların birçok yazar tarafından birbiri yerine kullanıldığını, bu nedenle de alana ilişkin bir kafa karışıklığı oluştuğunu söyler.⁵⁴

Bu karışıklığı önlemek için, yöntem konusunu tartışmaya başlamadan önce kavramsal bir tanımlama yapmanın gerekli olduğu düşünülmektedir. TDK sözlüğü *yöntem* kelimesini, bilimde belli bir sonuca ulaşmak için izlenen yol, metot olarak tanımlarken *yaklaşım* kelimesini bir sorunu ele alış biçimi olarak tanımlar.⁵⁵ Psikoloji bilimindeki uygulamasına bakıldığında *yöntem*, bir sorunu çözmek, bir deneyi sonuçlandırmak, bir konuyu öğrenmek veya öğretmek amacıyla seçilen bilinçli yol, mantıklı düşünme yolu; *yaklaşım* ise bir olayı, bir konuyu ya da bir yöntemi temel noktalarda benzerlerinden ayıran ancak kendi içinde tutarlılığı olan anlamlandırma ve yorumlama biçimidir.⁵⁶ Yöntem kuramların soyut bilgisini pratiğe aktarmak, uygulamada yapılan iş, danışanla çalışırken

⁵³ Bkz. Adrian Hagiu, Sergiu Bortos & Iosif Tamaş, “A New Method in Philosophical Counseling”, *Postmodern Openings*, 14 (1), 2023, 46-61.

⁵⁴ Peter Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, Columbia: The University of British Columbia, 1999, 79.

⁵⁵ (<https://sozluk.gov.tr/>)

⁵⁶ Rasim Bakırcıoğlu, *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Anı Yayıncılık, 2012, 1031, 1064

yapılan şeyi ifade eder ve bize karşılaşılan olaya karşı nasıl cevap verilmesi gerektiğini gösterir.⁵⁷

Felsefi danışmanlık literatürü incelendiğinde yaklaşım, yöntem, teknik, prosedür gibi tüm kavramların içi içe geçtiği ve bu durumun alanı anlamayı oldukça zorlaştırdığı fark edilmektedir. Raabe, bu sorunu aşmak için en azından kendi yazılarında uyguladığı bir ayırım ve sınıflandırma teklif eder. Raabe, “*yaklaşım*”ı bir uygulayıcının kişisel tarzı veya bir yöntemi uygulama biçimi, yöntem içindeki bir “prosedür” veya “teknik” olarak; “*yöntem*”i ise uygulayıcıları tarafından genellikle özel bir isim verilen uygulamalar, prosedürler veya tekniklerden oluşan bir küme veya sistemi ifade etmek için kullanır.⁵⁸ Makalemizin ilerleyen bölümlerinde biz de Raabe’nin yaptığı sınıflandırmayı takip ederek, kavram kargaşasının önüne geçmek adına yalnızca “yöntem” ve “yaklaşım” kavramları üzerinden bir tasnif yaparak “felsefi danışmanlıkta yaygın kullanılan yaklaşımlar” ve “felsefi danışmanlıkta yaygın kullanılan yöntemler” olmak üzere iki ana başlık oluşturacağız.

2. Felsefi Danışmanlıkta Kullanılan Yöntem ve Yaklaşımlar

Felsefi danışmanlık disiplinlerarası yapısının bir sonucu olarak, kullandığı felsefi yaklaşım ve yöntemlerin yanı sıra yakın ilişki içerisinde olduğu disiplinlerde (psikoloji, sosyoloji, sosyal hizmet vb) kullanılan çeşitli yaklaşım ve yöntemleri de kullanır. Ayrıca oldukça yeni bir disiplin olmasına rağmen felsefi danışmanlar tarafından kuramsallaştırılarak uygulanan birçok özgün yaklaşım ve yöntemle de sahiptir.

25

2.1. Felsefi Danışmanlıkta Yaygın Olarak Kullanılan Yaklaşımlar

Felsefi danışmanlığın disiplinlerarası karakterinden kaynaklı olarak akademik felsefeye, psikoterapiye ve diğer danışmanlık türlerine ait birçok bakış ve yaklaşım felsefi danışmanlık seanslarında kullanılmaktadır. Danışmanlık uygulamalarında sayıca çok fazla yaklaşımdan faydalanılıyor olsa da biz çalışmamızda sık kullanılan yaklaşımlara ve bu yaklaşımların danışmanlık seanslarında nasıl kullanıldığına ilişkin bilgi vereceğiz.

2.1.1. Odak Noktası Açısından Felsefi Danışmanlık Türleri

“Odak noktası” açısından ele alındığında, felsefi danışmanlıkta, temelde üç çeşit danışmanlık türü karşımıza çıkar:

Sorun Odaklı Yaklaşım: Felsefi danışmanlık danışanın dünyasını zenginleştirmek, danışanın kendisini anlamasını sağlamak, danışanın zihin dünyasındaki birtakım önyargıları yıkararak hayat karşısındaki duruşuna netlik kazandırmak gibi birçok amaca sahip olmakla birlikte felsefi danışmanlığın en popüler amacı sorun çözmektir.⁵⁹ Sorun odaklı yaklaşımda danışanın yaşantısındaki belli bir sorunu çözmeye odaklanıldığı için, “dikkat” çözülmesi beklenen soruna yöneltilir. Danışanın hayatında, çözüm bekleyen sorun dışındaki konular ancak üzerinde çalışılan sorunun çözümüne katkı sağlayacaksa danışma sürecine dahil edilir. Danışman danışanın mevcut sorunuyla başa çıkması ve sorunun çözümü için alternatif çözümler üretmesi noktasında danışanına destek olur. Yaklaşımın başarılı olup

⁵⁷ Barbra Taeter, *Sosyal Hizmet Kuram ve Yöntemleri: Uygulama İçin Bir Giriş*, çev. Abdullah Karatay, Ankara, Nika Yayınları, 2015, 10-11.

⁵⁸ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, s. 79.

⁵⁹ Ran Lahav, “Philosophical Counseling and Self Transformation”, *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 85.

olmadığını belirleyen ölçüt danışanın sorunun çözümüne ilişkin baş etme becerisi geliştirip geliştiremediğidir. Danışan, odaklanılan sorunla başa çıkmayı becerebiliyorsa danışma süreci başarılıdır. Bu yaklaşım en çok anlam krizleri, aile çatışmaları, kararsızlık gibi konularla mücadele edilirken kullanılır.⁶⁰

Kişî Odaklı Yaklaşım: Çeşitli danışmanlık türlerinde sıkça kullanılan ve temeli Rogers'ın düşüncelerine dayanan kişî odaklı yaklaşım, danışanın özerkliği ve hayatın bütünlüğü ilkelerinden hareket ederek doğrudan “danışan” üzerine odaklanır. Sorun odaklı yaklaşımın aksine danışmanlık sürecinde belli bir sorun değil, bütün olarak kişî ve kişinin dünyadaki duruşu merkeze alınır.⁶¹ Amaç danışanın kendi düşüncelerini ortaya çıkarmasına ve bağımsız karar verme yeteneğinin gelişmesine yardımcı olmak, danışanın aldığı kararlardan doğacak sorumluluğu yüklenilebilecek noktaya getirilmesini sağlamaktır. Danışan “özerk”tir, danışman hiçbir şekilde herhangi bir düşüncesini danışanına dikte etmez.⁶² Bu süreçte danışan danışma sürecinin ana aktörü olmasının yanı sıra kendi hayatının ve içsel yolculuğunun “uzman”ıdır.⁶³ Danışmanın bu süreçteki rolü hem danışanın kendisini yorumlama ve değerlendirmesine hem de kendi dünya görüşünü özerk bir şekilde netleştirmesine ve geliştirmesine yardımcı olmaktır. Bunun gerçekleşebilmesi için önyargılar bir kenara bırakılmalı ve her durumda danışanın özgürlükleri desteklenmelidir.⁶⁴ Felsefi danışmanlık, ancak danışanların istek ve davranışları üzerinde etkili bir şekilde düşüncelerini sağladığı ve danışanların özerkliğini desteklediği ölçüde başarıya ulaşılmış kabul edilir.⁶⁵

Sonuç Odaklı Yaklaşım: Sorun odaklı yaklaşıma çok benzemekle birlikte, danışmanlık sürecinde sorunun değil danışma süreci sonunda ulaşılması hedeflenen amaçların ön planda tutulduğu yaklaşımdır. Danışma sürecinin en düşük ihtimalle danışanın sorununun veya endişesinin hafiflemesine katkı sağladığı; en iyi ihtimalle de danışanın sorununa kesin bir çözüm bulmasına yardımcı olduğu söylenir. Danışma sürecinin neyi hedeflediği genellikle danışan tarafından açıkça ifade edilir. Bu hedefe ulaşmak için danışman, dikkat edilmesi gerekebileceğini düşündüğü ancak danışanın ifade ettiği son noktaya ulaşmayı etkilemeyen diğer konuları göz ardı eder. Bu yaklaşım, danışanın yeniden suç işlemesini önlemek, evlilik ilişkisindeki bir çatışmayı çözmek, bir karar vermek gibi konularda kullanılabilir.⁶⁶

2.1.2.Fenomenolojik Yaklaşım

Fenomenolojik yaklaşım, dış dünyaya ilişkin tecrübelerimizin hiçbir zaman görüldüğü gibi olmadığı, soyutlanarak bizlere sunulmadığı, gördüğümüz her şeyin, anlamını etkileyen, zamansallık ve mekansallık bağlamına sahip bir ufukla çepeçevre sarılmış olduğu düşüncesidir.⁶⁷ Fenomenolojik yaklaşımda şeylerin özüne ulaşmak için “*epoche*” yöntemi kullanılır. *Epoche*, yargı vermekten kaçınmaktır; var olan ve benim duyularım ile algıladığım

⁶⁰ Paden, “Defining Philosophical Counseling”, 20.

⁶¹ Paden, “Defining Philosophical Counseling”, s.20.

⁶² Dries Boele, “The Training of a Philosophical Counselor”, *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav&Maria da Venza Tillmans, 37.

⁶³ Paden, “Defining Philosophical Counseling”, 21

⁶⁴ Lydia Amir, “Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling”, *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen and Samuel Zinaich, 46.

⁶⁵ James Stacey Taylor, “The Central Value of Philosophical Counseling, Counseling and Psychotherapy”, *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen and Samuel Zinaich, 75.

⁶⁶ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 87.

⁶⁷ Dan Zahavi, *Fenomenolojik İlk Temeller*, çev. Seçim Bayazıt, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2020, 21.

gibi olan doğal dünya karşısında “doğal bir tavır” olarak genel varlık iddiasının parantez içine alınmasıdır.⁶⁸ Yaşadığımız dünyanın bizden bağımsız bir gerçekliği olduğunu kabul etmek, bu dünyada farklı biçimde algılanan çeşitli nesnelerin varlığını kabul etmek, bu varlığa ilişkin yargılarımızı “askıya almak”, “yargıda bulunmaktan kaçınmak”, yargılarımızı “bir kenara bırakmak”tır.⁶⁹ Bu askıya alma sürecinde yapılan işe, “*fenomenolojik indirgeme*” adı verilir.⁷⁰

Fenomenolojik yaklaşım, kullandığı yöntemle 20. yüzyılda özellikle psikoterapide,⁷¹ danışanın kendi deneyimlerini anlamlandırması, sorunlarını keşfetmesi ve bunlara çözüm bulması için; sorunların ana kaynağının tespit edilmesi ve gerçek sorunlara ilişkin kalıcı çözümler üretilmesi için kullanılmıştır. Ayrıca danışma sürecinde danışmanın danışanın dünyasının bir parçası olarak süreçte bulunmasını ve danışmanın, danışanın gözüyle durumları değerlendirebilmesini sağlamada kolaylaştırıcı bir yöntem olmuştur.⁷²

Yaklaşım psikoterapide olduğu gibi felsefi danışmanlık süreçlerinde de sıkça başvurulmuş bir yaklaşımdır. Danışmanlık sürecinde fenomenolojik yaklaşımın iyileştirici bir güce sahip olduğu düşünülmektedir. Bunun en önemli nedeni fenomenolojik yaklaşımın, üzerinde konuşulan sorunun ya da deneyimin derinlemesine bir tasvirinin yapılabilmesine katkı sağlaması ve dikkatin deneyim nesnelerinden deneyimin kendisine yönlendirilmesine imkan sağlamasıyla ilişkilidir. İyileşme, derin ve kapsamlı bir etkileşim sonucunda gerçekleşir ki bu etkileşim sonucunda kişinin kendi düşüncesini genişletme, gelişen duruma katkı sağlama ve eleştirel sorumluluk alma gibi önemli nitelikleri ortaya çıkar.⁷³

Yaklaşımın felsefi danışmanlığa sağladığı bir diğer katkı, karşılıklı güven inşa etmeyi ve danışma sürecine işbirlikçi katkı sağlamayı kolaylaştırmasıdır. Sağlıklı bir danışma süreci ancak önyargıların ve peşin hükümlerin geriye bırakıldığı “derin bir dinleme” ile mümkündür. Fenomenolojik yaklaşımın, felsefi danışmanlıkta kullanıldığı ilk basamak da burasıdır. Danışman danışma sürecinde “temiz bir alan” oluşturmak için daha önce bildiklerini parantez içine alır ve danışanına kendini açıkça ifade edebileceği, fikirleri sorgulayabileceği ve tartışabileceği bir alan açar. İkinci aşamada, diyalog sırasında *epoche* yöntemi uygulanır. Burada danışman, danışan için temiz ve güvenli bir alan oluşturduktan sonra tartışmanın hızını giderek fikirlerin baskı olmadan dinlenebileceği, anlaşılabilirliği ve değerlendirilebileceği seviyeye kadar yavaşlatır; danışanın düşünce alanını yavaşlatmak, danışana kendini gözlemleme ve belirli fikirleri ifade etme düzeyinde bile neleri değiştirebileceğini anlama şansı verir.⁷⁴

2.1.3. Hermeneutik Yaklaşım

Adını *hermeneutik* sanatından alan hermeneutik, yorumlama anlamına gelen *hermenia* kelimesinden türemiştir ve kısaca bildirme, haber verme, açıklama ve yorumlama

⁶⁸ Edmund Husserl, *Fenomenoloji Üzerine Beş Ders*, çev. Harun Tepe, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2003, 112.

⁶⁹ Edmund Husserl, *Fenomenoloji Üzerine Beş Ders*, 118.

⁷⁰ Edmund Husserl, *Fenomenoloji Üzerine Beş Ders*, 68-69.

⁷¹ Courtenay Young, “A Phenomenological Model in The Practice of Psychotherapy”, *International Journal of Psychotherapy*, 14 (3), 2010, 33.

⁷² Courtenay Young, “A Phenomenological Model in The Practice of Psychotherapy”, 42.

⁷³ Laura McMahon, “The Virtue of Vulnerability”, *Philosophical Health*, ed. Luis de Miranda, London: Bloomsbury Academic, 2024, 101.

⁷⁴ Simionescu-Pananit, “What is it Like to Counsel Like A Philosopher? A Phenomenological Reading of Philosophical Health”, *Philosophical Health*, 148.

sanatı anlamlarına gelir.⁷⁵ Orta Çağ'da kutsal metnin hakikatini anlayıp yorumlamak için kullanılan yaklaşım, 19. yüzyılda evrensel bir anlama ve açıklama çabası haline gelmiştir. "Dil" kullanımının ön plana çıkması ve sonrasında, hermenötiğin, konuşma, insanların birbirini anlaması zemininde temellendirilmesiyle birlikte yaklaşım, yeni bir derinlik kazanmıştır.⁷⁶ Felsefi danışmanlıkta hermeneutik, danışanın "metnini" yaşadığı ve yaşamakta olduğu şekliyle yorumlama veya anlama girişimidir.⁷⁷

Danışma sürecinde danışman danışanın mesajını duymak, danışanın anlattıklarından yola çıkarak danışanın duygusal deneyimini yorumlamak, bu bağlamda empatik süreçle hissettiği şeyi danışanının tekrar deneyimlemesini sağlamak için ona geri aktarmak, danışanın deneyimini yeniden yapılandırmasına ve deneyimi değerlendirmesine olanak sağlamakla yükümlüdür. Bu süreçte hermeneutik yaklaşım danışmana, danışanın özel durumundaki varoluş biçimini ve onun öznel dünyasını anlamasına yardımcı olma noktasında fayda sağlar. Danışan açısından ise hermeneutik yaklaşım, danışanın kişisel deneyimini tekrar yapılandırmasını, değerlendirmesini ve bu süreçte danışmanla karşılıklı ilişkisini anlamlandırmasını kolaylaştırır.⁷⁸

Felsefi danışmanlıkta hermeneutik yaklaşıma ilişkin takip edilmesi gereken üç önemli adımdan bahsedilebilir. Bunlar, "ön bilinçlendirme", "yapılandırma" ve "yorumlama sanatı" aşamalarıdır. "Ön bilinçlendirme" aşaması, "*herhangi bir anlatıyı anlamaya başlamak için bile, ortak bir işaretler, yapılar ve semboller çerçevesini paylaşmak gerekir*", düşüncesinden hareketle ortak bir dil geliştirmeyi içerir. "Yapılandırma", çeşitli olayları, karakterleri veya diğer unsurları tutarlı bir öyküde birleştirme yeteneğidir. Bu, hem mevcut hikaye yapılarını tanıma ve yönetme hem de bu mevcut yapılara yenilik getirme kapasitesini gerektirir. "Yorumlama sanatı", 'yeniden yapılandırma' aşamasını ve olayın geçtiği zamanla gerçek zaman arasındaki kesişim noktalarını içerir.⁷⁹ Hermeneutik yaklaşımın uygulandığı danışmanlık süreçlerinde danışman, sürecin hem içinde hem dışındadır. Hem empatik hem sorgulayıcıdır; hem öznenin yorumlama çabalarına katılır hem de yeni yapılar ve kavramlar oluşturma noktasında danışanına yol gösterir.⁸⁰

2.1.4. Kartezyen Yaklaşım

Yaklaşım, Descartes'ın yöntem konusundaki düşüncelerini temel alır. Descartes'ın düşüncesinde insan düşünen, sorgulayan, anlayan, isteyen, reddeden ama en önemlisi her şeyden şüphe eden; o şüphenin bir sonucu olarak birtakım şeyleri yadsırken birtakım şeylerin doğruluğunu kabul eden ve sonuçta açık-seçik kavrama noktasına ulaşan bir canlıdır.⁸¹ İnsan hakikate ulaşma çabasıdır ve hakikate ulaşmak isteyen insan yöntemsiz bir şekilde yoluna devam edemez.⁸² Descartes'ın yöntemi dört ana düşünceye dayanmaktadır. Bunlardan ilki, açıkça "öyle" olduğu bilinmeyen şeyleri doğru kabul etmekten sakınmaktır. Bu noktada aceleden ve önyargıdan sakınmak, ancak şüphenin

⁷⁵ Richard Palmer, *Hermenötik*, çev. İbrahim Görener, İstanbul: Anka Yayınları, 2023, 12; Doğan Özlem (der.), *Hermeneutik Üzerine Yazılar*, İstanbul: İnkılap Yayınları, 2023, 13.

⁷⁶ Özlem, *Hermeneutik Üzerine Yazılar*, 17.

⁷⁷ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 40.

⁷⁸ Bryan T. Reuther, "The Elucidation of Emotional Life", *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen and Samuel Zinaich, 149-150.

⁷⁹ Dennis Svhistijser, "Meaning and Role of The Other: A Hermeutic Approach", *Philosophical Health*, 126.

⁸⁰ Dennis Svhistijser, "Meaning and Role of The Other: A Hermeutic Approach", 127

⁸¹ Rene Descartes, *İlk Felsefe Hakkında Meditasyonlar*, çev. İsmet Birkan, Ankara: Bilgesu Yayıncılık, 2007, 25-26.

⁸² Rene Descartes, *Akılın Yönetimi İçin Kurallar*, çev. Müntekim Ökmen, İstanbul: Sosyal Yayınları, 1986, 18.

bittiği yerde bir şeyin doğruluğunu kabul etmek ve o şeye ilişkin yargıda bulunmak mümkündür. Bu aşamayı, incelenecek olan şeylerin, daha iyi çözümlenebilmesi için, olabildiğince çok parçaya ayrılması izler. Daha sonra bilinmesi en yalın ve kolay olan nesnelerden başlanarak bir sıralama yapılır ve bu yolla karmaşık olanın bilgisine ulaşılır. Son olarak da eksiksiz sayımlar yapılarak her şey genel olarak tekrar gözden geçirilir.⁸³

Descartes'ın Kartezyen bakış açısı felsefi danışmanlıkta, danışanların duygusal akıl yürütmelerindeki mantıksız öncülleri sırasıyla tanımlamaları ve çürütmelerinde yardımcı bir unsur olarak kullanılmaktadır.⁸⁴ Danışman danışanın kökleşmiş düşünceleri ve sabit fikirlerini sistematik şüphenin alanına çeker. Şüphe aşamasından sonra danışman, danışanın temellendirilebilir düşünce, fikir ve inançlar edinmesine yardımcı olur. Üçüncü aşamada danışman, danışanın, ikinci aşamada elde ettiği birikimi analitik bir gözle gözden geçirmesi ve tutarlı bir dünya görüşü geliştirmesine eşlik eder. Son aşama önceki aşamaların gözden geçirilmesi ve kontrol edilmesini içerir.⁸⁵ Kartezyen şüphe, bütüncül bir bakış açısıyla uygulandığında tutarlı bir yaklaşım olmakla birlikte, bazı düşünürler, özellikle danışan-danışman ilişkisinde dinleme sürecinde, yaklaşım yanlış kullanılırsa bu yaklaşımın “empati” erdemini körelteceği konusunda bir uyarıda bulunurlar.⁸⁶ Empati, danışma ilişkisinin başarısı açısından oldukça önemlidir. Bir başkasının söylediklerinden şüphe duyulmaya başlandığı noktada, kişi kendini diğerinden ayırıyor ve koparıyor demektir ki bu durumda alternatif bakış açıları ve yaşam tarzlarına duyulan hoşgörü ortadan kalkabilir.⁸⁷ Bu nedenle yaklaşımın doğru noktada ve bütüncül kullanılmasına dikkat etmek gerekir.

2.1.5.Kazüistik Yaklaşım

Kazüistik yaklaşım, “her durumun kendi içinde değerlendirilmesi gerektiği” varsayımından farklı olarak, “ahlaki ilkelerin özel durumlara uygulanması gerektiği”ni vurgulayan ve belli bir davranış tarzı içerisinde ahlaki durumlar çatıştığında nasıl davranılması gerektiğini belirleyen bir yaklaşımdır. Tartışmalı ve sorgulanabilir durumları haklı çıkarmak için kullanılır.⁸⁸

Kazüistik yaklaşım felsefi danışmanlığın akademik felsefeden alarak uyguladığı bir yaklaşımdır. Yaklaşımın amacı danışanların öz farkındalıklarını ve eleştirel düşünme yeteneklerini artırmaktır. Felsefi danışmanlıkta, danışanın kendi dünya görüşünü tanımasını ve geliştirmesini kolaylaştırmak için kazüistik yaklaşım kullanılabilir. Danışanlar genellikle belirli bir eylem tarzının ahlaki açıdan kabul edilebilir olup olmadığıyla ilgilenirler. Bu noktada danışman, danışanın ahlaki çatışma içeren sorularına “doğru cevap” verme sorumluluğuna sahip olmasa da danışanın doğru olanın ne olduğuna inandığını anlamasına yardımcı olmakla sorumludur. Danışanın ahlaki ikilemlerine ilişkin sorularda danışman, danışanın sorusuna cevap bulabilmesi için, danışanına benzer ahlaki ikilem içeren senaryolar sunar ve bu senaryodan bir ahlaki hükme ulaşmasını ister. Danışanın danışmanın sunduğu senaryo için ürettiği ahlaki ilke ve seçim aslında danışanın cevabını aradığı soru için de kullanılabilir bir seçim olacaktır. Örneğin kürtajın doğru olup olmadığını soran danışanı için danışman, “öldürme” davranışının yanlışlığı üzerinden bir senaryo üretir ve bu senaryoya ilişkin sorular sorarak danışanını belli bir noktaya ulaştırabilir. “Öldürme”

⁸³ Rene Descartes, *Yöntem Üzerine Konuşma*, çev. Murat Erşen, İstanbul: Say Yayınları, 2018, 48-49.

⁸⁴ Elliot D. Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Theory*, New Castle: Cambridge Scholar, 2013, 161.

⁸⁵ <https://felsefidanismanlik.com.tr/felsefi-danismanlik/felsefi-danismanliga-ozgu-yontem-ve-yaklasimlar-var-mi/>

⁸⁶ Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Theory*, 160.

⁸⁷ Elliot D. Cohen, *Logic-Based Therapy and Everyday Emotions*, London: Lexington, 2016, 45.

⁸⁸ Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, 503.

senaryosuna ilişkin danışanın ulaştığı sonuç kürtaç için de benzer olacaktır. Yaklaşım uygulanırken dikkat edilmesi gereken en önemli husus, danışmanın yaklaşımı, danışanını doğru olduğuna inandığı kararı vermeye "yönlendirecek" şekilde kullanmamasıdır ve danışanını yönlendirmemesidir.⁸⁹

2.2. Felsefi Danışmanlıkta Kullanılan Yöntemler

Bu bölümde belli bir düşünür ya da düşünürler tarafından formüle edilerek uygulanan yöntemlerden bir kısmı ele alınıp değerlendirilecektir.

2.2.1.Yöntem Ötesi Yöntem

Felsefi danışmanlıkta kullanılan yöntemler söz konusu olduğunda ele alınıp incelenen ilk bakış açısı, felsefi danışmanlığın kurucusu sayılan Achenbach'a aittir. Onun, Shlomit Schuster tarafından "*açık uçlu yöntem, yöntem olarak yöntem*" adı verilen⁹⁰ görüşlerini, felsefeye genel bakışı, felsefi danışmanlık ile psikoterapi ilişkisine dair analizi ve felsefi danışmana biçtiği rol belirler.⁹¹

Achenbach için felsefe, "şüphecilik"le birlikte var olmaktadır. Felsefi deneyim şüpheciliğe bağlı kalmayı gerektirir. Doğru, yerleşik ve kesin gibi görünse de her şeye şüpheyile yaklaşmak felsefi deneyimi, şüpheci kalmak ise felsefi tavrı açıklar. Onun düşüncesinde şüphecilik hem açık uçlu bakış açısını sürdürmek hem de çürütülmüş, bitirilmiş, doğru olmadığı açık olan her şeye yeniden ilgi duymak için gereklidir. Achenbach'ın yöntem anlayışını anlamamızı kolaylaştıracak önemli bir nokta, onun felsefi danışmanlık ve psikoterapi arasında yaptığı ilişki analizidir. İki alan arasında 3 farklı geleneksel ilişki şekline bahsedip bunları analiz eden Achenbach, iki alan arasındaki ilişkiyi doğru şekilde tanımlayan dördüncü bir ilişkiden bahseder. Buna göre ilk ilişki tipi, iki alanın birbirinden ayrı düşünülmesi, diyalektik olmayan bir ilişkiyi içerir. İkinci bakış açısına göre felsefe, psikoterapi açısından imkansız olan ama aslında felsefe için de imkansız olan görevleri üstlenmek zorundadır; ölümü açıklama, ölüm korkusuyla baş etme gibi. Üçüncü ilişki tipi, var olması beklenen ilişkiye en yakın olan, aynı zamanda felsefi pratiğin de temelini oluşturan, felsefi danışmana danışanın deneyimleri ile dünya görüşü arasında aracılık-arabulucuk etme görevi yükleyen ilişkidir. Dördüncü ve ideal ilişki tipinde ise felsefe ve psikoterapi arasındaki ilişki karşılıklı bir işbirliği ve rekabet içeren diyalektik bir ilişkidir. Bu iki alan birbirinden ayrı olmasına rağmen psikoterapi, felsefe pratiğinin bir biçimi olarak iş görebilir. Achenbach'ın yöntem anlayışına etki eden bir diğer konu, onun felsefi danışmanlara biçtiği roldür. Ona göre, felsefi danışmanlık sürecinde esas olan danışanın açıklamalarıdır. Felsefi danışmanın görevi de danışanına düşüncelerini felsefi bir çerçeveye oturtma imkanı sunmak ve danışanın kendi dünya görüşü çerçevesinde sorununu anlamasına yardımcı olmaktır.⁹²

Achenbach'ın bu temel görüşleri onu yöntem üzerine şunları söylemeye götürür: "*Pratik felsefe yöntemlerle değil en iyi ihtimalle yöntemler üzerine çalışır. Felsefi düşünce hazır yollar üzerinde ilerlemez, her durumda doğru yolu yeniden arar. Danışmanın görevi*

⁸⁹ James Stacey Taylor, "The Central Value of Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen and Samuel Zinaich, 73-74.

⁹⁰ Shlomit Schuster, *Philosophy Practice: An Alternative to Counseling and Psychotherapy*, London: Praeger, 1999, 16.

⁹¹ Gerd Achenbach, "Philosophy, Philosophical Practice and Psychotherapy", *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav & Maria de Venza Tillmanns, 73.

⁹² Achenbach, "Philosophy, Philosophical Practice and Psychotherapy", 72-74

*danışanı önceden belirlenmiş bir rotada yönlendirmek değil kendi yollarını bulmalarına yardım etmektir.*⁹³ Felsefi danışmanlık sürecinde her yöntem farklı bir şeyi fark etmemize yarasa da başka şeyleri gözden kaçırmamıza neden olur. Yöntemler tikelleri düzenler. Felsefi danışmanlık ise sahip olduğu eleştirel yöntem perspektifiyle tikelin yöntemini düzeltme gücüne sahiptir. Kurallar, bireysel duruma göre şekillenir ve kural olarak insanların nasıl anlaşılacağına ilişkin kurallar koymak insanların anlaşılmasına zarar verir.⁹⁴ Bu nedenle Achenbach, tek bir felsefi ya da psikolojik teoriye bağlı kalmak yerine, seçenekleri açık tutmanın daha iyi olacağına inanmaktadır. Aslında, bireye verdiği önemin yanı sıra felsefi ve psikolojik teorilerin başarısızlığı düşünüldüğünde Achenbach'ın bakış açısının başarılı bir danışmanlık süreci için uygun olabileceği görülmektedir.⁹⁵

Achenbach'ın "yöntem ötesi" görüşü tek bir yöntemle bağlı kalmak zorunda olmadan tüm yöntemleri kullanabilme ve değiştirebilme özgürlüğü tanınması açısından danışmana önemli bir avantaj sunuyor görünmektedir. Ancak bu bakış açısının danışmanlık sürecinde karşılaşılan ihtiyaçları karşılayıp karşılayamadığı, felsefi danışmanlığın amaçlarıyla gerçekten uyumlu olup olmadığı, yöntemsiz bir danışma sürecinin ne kadar başarılı olacağı vb. sorular tartışılmış ve yöntem eleştirilere uğramıştır.

2.2.2. Sokratik Yöntem

Felsefi danışmanlığın kökleri genellikle Sokrates ve onun diyalog yoluyla çürütme (*elenchus*) yöntemine dayandırılır.⁹⁶ Sokrates'in yönteminin temelinde karşılıklı konuşma yani diyalog vardır. "Diyalog"larında soru-cevap yöntemini takip eden Sokrates muhataplarına bir soru sorar ve onların verdikleri cevabı karşıt bir tezle çürütür. Tartışmanın diyalektik yapısı bu diyalogu karşılıklı bir sorgulama, işbirliği ve etkileşim süreci; yüksek bir hakikati arama girişimi haline getirir. Diyalektik anlama süreci bitmeyen bir hakikat arayışı, bir değişim ve büyüme sürecidir.⁹⁷ *Theitatos* diyalogunda Sokrates, yaptığı bu işin bir çeşit "ebelik" olduğunu söyler. Bu süreç, kişinin bedenini değil ruhunu ilgilendiren bir doğum sürecidir ve kişinin kendinde bulunduğu hakikatin ortaya çıkmasını sağlar.⁹⁸ Sokrates kendisini bu süreçte yalnızca kişinin kendiyle/özünüyle bağlantı kurmasını sağlayan bir aracı olarak görür. Bu yönüyle Sokrates'in yaptığı iş, felsefi danışmanlıkta danışmana biçilen role çok benzer. Felsefi danışmanlıkta danışman, Sokratik diyalog yoluyla kişinin öz bilgisinin farkına varmasını sağlayarak, hangi değerlerine gerçekten değer verdiğini, hangilerinin çatıştığını ve hangilerini dikkatlice düşündükten sonra bir kenara bırakabileceğini netleştirmesine yardımcı olur. Danışan danışmanlık sürecinde kendi dünya görüşünü anlar, yaşamda karşılaşılabileceği zorlukları diyalog süreciyle kavrar.⁹⁹ Lahav felsefi danışmanın bu rolüne dikkat çeker ve felsefi danışmanlığın danışanına hazır teoriler sunmak yerine bir dünya görüşü inşa ettirmeye çalıştığını vurgular. Bu yönüyle felsefi danışman, başkalarının kendi fikirlerini doğurmalarına yardımcı olan bir fikir ebesi olarak Sokrates gibidir.¹⁰⁰ Bir başka ifadeyle felsefi danışman Sokratik bakış açısından, danışanın kendi dünya görüşünü

⁹³ Achenbach, *Philosophical Praxis*, 2

⁹⁴ Achenbach, *Philosophical Praxis*, 115-156

⁹⁵ Cohen-Ziniach, *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, 7.

⁹⁶ Taylor, "The Central Value of Philosophical Counseling", 71.

⁹⁷ R.H Short, B.J.Boone & G. C. Hess, "Reintegrating Janus: Eclectics and Dialectics in Counseling and Psychotherapy", *International Journal for the Advancement of Counseling*, 19, 1997, 213-227.

⁹⁸ Platon, *Theitatos*, 150 c-d, 29-30.

⁹⁹ Taylor, "The Central Value of Philosophical Counseling", 71.

¹⁰⁰ Lahav, "What is Philosophical in Philosophical Counseling?", 260.

haritalandırmasına yardımcı olan bir profesyoneldir.¹⁰¹ Sokratik diyalog yöntemi yalnızca kişinin kişisel felsefesini formüle etmesini ve değerlendirmesini kolaylaştırmaz. Bunun yanı sıra olaylara alternatif çözümler üretmeyi, karmaşık düşünceleri yönetmeyi, endişelerle başa çıkmayı da kolaylaştırır.¹⁰²

Diyalektik bakış açısı ve “çürütme (*elenchus*)” Sokrates’in diyalog yönteminin ana karakteristiğidir. Muhatapının düşüncelerini soru-cevap yöntemiyle çürütürken kişinin içindeki hakikate ulaşmasını hedefleyen diyalektik bakış açısı, insan aklının kusurlarına işaret etmesi, deneyime dayanması, indirgemeciliğe başvurmadan karşıt/çelişkili görüşlerden yararlanması; son derece pratik olması ve belki de en önemlisi, sistemik teoriler de dahil olmak üzere birçok düşünce sistemini aynı anda karşılaştırabilen bir yapıya sahip olması nedeniyle sadece danışmanlık sürecine değil, danışmanlık teorileri oluşturmaya ve danışmanlık eğitimlerine de doğrudan uygulanabilir niteliktedir.¹⁰³ Bu özellikleriyle felsefi danışmanlık süreçlerinde sıkça başvurulan bu yöntem, zaman içinde farklı şekillerde formüle edilerek felsefi danışmanlıktaki yöntem literatürüne girmiştir.

2.2.3. Mantık Temelli Terapi

Felsefi danışmanlık ile psikoterapi arasındaki ilişki, felsefi danışmanlığa ilişkin yöntem tartışmaları ve danışmanlık sırasında kullanılan yöntemleri anlamak açısından önemlidir. Felsefi danışmanlık-psikoterapi ilişkisi oldukça tartışmalı olmakla birlikte, felsefi danışmanlık ve psikoterapiyi aynı gören, alanları birbirinden tamamen bağımsız gören ve son olarak alanlar arasında karşılıklı yardımlaşma ve işbirliği öneren üç temel görüşün var olduğunu söyleyebiliriz.

Cohen, felsefi danışmanlığı psikoterapiden ayrı görenlerin aksine (örneğin Lahav) kullandığı *Mantık Temelli Terapi* (LBT) yönteminin *Rasyonel Duygusal Davranışçı Terapinin* (REBT) bir ürünü olduğunu söyler.¹⁰⁴ REBT 1950’li yıllarda Amerikalı psikoterapist Albert Ellis tarafından geliştirilmiş; kullandığı eleştirel düşünce ve mantık gibi felsefi kavramlarla danışanların sorunlarını çözmede oldukça etkili olmuştur.¹⁰⁵ Ellis’in “*insanlar mantıklı bir yaşam felsefesi edinirlerse nadiren duygusal olacakları*” savı¹⁰⁶ Cohen için çıkış noktası olmuştur. REBT, irrasyonel eğilimlerin üstesinden gelmek ve erdemli alışkanlıklar geliştirmek için davranışsal değişiklikler yapmayı vurgular.¹⁰⁷ REBT duygusal muhakemedeki yanılgıların, kendi kendini yenilgiye uğratan davranış ve duygulara yol açabileceğini hatırlatır. Bu yanılgı “kişisel ve/veya kişiler arası mutluluğu bozduğu kanıtlanmış bir düşünce veya akıl yürütme” şeklinden kaynaklanmaktadır.¹⁰⁸ REBT, danışanın duygularının inançlarını oluşturduğu ve inançların eleştirel düşünme yoluyla değiştirilebileceği varsayımından hareket eder.¹⁰⁹

¹⁰¹ Ran Lahav, “A Counseling Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation”, *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav&Maria da Venza Tillmans, 3-7.

¹⁰² Richard Chariton Sivil, “Understanding Philosophical Counseling”, *South African Journal of Philosophy*, 28 (2), 209.

¹⁰³ Fred J. Hanna, “Theory and Experience: Teaching Dialectical Thinking in Counselor Education”, *Counselor Education and Supervision*, 36 (1), 1996, 14-24.

¹⁰⁴ Cohen, “Logic Based Therapy and its Virtues”, *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen and Samuel Zinaich, 112.

¹⁰⁵ Raabe, “The Life Examined in Philosophical Counseling”, *Practical Philosophy*, 2002, 21-22

¹⁰⁶ Elliot Cohen, “Philosophical Counseling: Some Roles of Critical Thinking”, *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav&Maria da Venza Tillmans, 122.

¹⁰⁷ Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Therapy*, ix.

¹⁰⁸ Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Therapy*, 25.

¹⁰⁹ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 120.

Cohen her ne kadar LBT'nin REBT'in bir versiyonu olduğunu söylese de iki yöntem arasında önemli farklar olduğunu belirtir. REBT olaylar arasındaki ilişkiyi neden-sonuç bağlantısı içerisinde açıklarken, LBT pratik kıyas olarak bilinen bir tür tündengelim mantığı kullanır.¹¹⁰ İki yöntem arasındaki bir diğer fark, LBT'nin danışma sürecinde fenomenolojik yaklaşımı kullanmasıdır.¹¹¹ Bir diğer önemli fark, REBT, yanlışlardan kaçınmanın olumsuz yönüne yani yapılmaması gerekenlere odaklanma eğilimindeyken, LBT'nin aynı zamanda *olumlu bir psikoloji*, yani yanlışların üstesinden gelmek için hedeflenecek bir dizi olumlu değer sunmasıdır.¹¹²

Teorik çerçevesi özetle bu şekilde ifade edilen yöntemin uygulanması noktasında Cohen, 5 aşamalı bir yöntem önerir:

1. Danışanın duygusal gerekçelerini belirlemek, duygusal muhakemesini tanımlamak,
2. Mantıksız önermeleri tanımlamak,
3. Mantıksız önermeleri çürütmek,
4. Çürütülen önermelerin yerine mantıklı önermeler koymak
5. Bilişsel uyumsuzluğun üstesinden gelmek için irade kullanmak.¹¹³

Cohen daha sonra bu beş aşamalı yönteme bir altıncısını ekler ve yöntemi şu şekilde formüle eder:

1. Duygusal muhakemeyi tanımlamak
2. Önermelerdeki yanlışları kontrol etmek
3. Herhangi bir yanlışlığı çürütmek
4. Her bir safsata için yol gösterici bir erdemi tanımlamak
5. Yol gösterici erdemi teşvik eden canlandırıcı bir felsefe bulmak
6. Bir eylem planı yaparak felsefi yöntemi uygulamak.¹¹⁴

Cohen'in Mantık Temelli Terapi yönteminin odağında eleştirel düşünme, akıl yürütme gibi temel felsefi kavramların yer aldığı ve bu kavramların felsefi düşüncenin de temelini oluşturduğu düşünüldüğünde yöntemin, felsefi danışmanlığın temel kabulleri ve amaçlarıyla ne derece uyumlu olduğu ortaya çıkacaktır. Ayrıca Cohen'in yönteminin felsefi danışmanlara yöneltilen felsefi yaklaşımın danışanların duygularını gerektiği şekilde dikkate almadığı, bilişsel süreçlere odaklanarak duyguları gözden kaçırdığı¹¹⁵ eleştirisine bir cevap niteliği taşıdığı düşünülebilir.

2.2.4. Peace, Means ve İki Aşamalı Yöntem

¹¹⁰ Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Therapy*, 3.

¹¹¹ Cohen, "Logic based Therapy and its Virtues", 112.

¹¹² Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Therapy*, 14.

¹¹³ Cohen, *Theory and Practice of Logic Based Therapy*, 20-21.

¹¹⁴ Cohen, "Logic based Therapy and its Virtues", xix.

¹¹⁵ Cohen, "Philosophical Counseling: Some Roles of Critical Thinking", 122.

Peace, Means ve *İki Aşamalı Yöntem* her biri Marinoff tarafından formüle edilmiştir. Bu nedenle sırasıyla tek tek ele alınıp incelenecek olsa da tek başlık altında gruplandırılmıştır.

Marinoff modern psikolojik ve psikiyatrik uygulamaların insanların günlük hayatta karşılaştıkları birçok problemi çözmede, birçok soruya cevap vermede yetersiz kaldığını söyler.¹¹⁶ Tam olarak bu noktada modern insanın imdadına felsefe yetişir. Çünkü felsefenin somut - günlük, kişisel, mesleki - insani problemlere uygulanabilen pratik bir yönü vardır.¹¹⁷ Modern dönemde, teşhise değil diyaloga ihtiyaç duyan¹¹⁸ modern insanın sorunlarını çözmek için filozoflar danışman olarak tekrar hayatın içindeki yerlerini almaya başlamışlardır. Bu yeni danışmanlık şeklinde danışmanlar, danışanın kişisel felsefesini keşfetmesine, sorunlarıyla yüzleşip onları analiz etmesine, sorunlarıyla başa çıkmasını sağlayacak çözümler üretmesine ve daha erdemli ve etkin bir hayat yaşamasına yardımcı olan birer kılavuz görevi görür.¹¹⁹

Marinoff felsefi danışmanlık uygulamalarının tek bir yöntemi olmadığını söylerken felsefi danışmanlığın bir bilim değil sanat olduğu ve her birey üzerinde benzersiz işlediği düşüncesinden yola çıkar. Bu nedenle felsefi danışmanlığın en az uygulayıcı sayısı kadar farklı yönetime sahip olduğunu ifade eder.¹²⁰ Her ne kadar uygulayıcı sayısı kadar yöntem var olsa da Marinoff, kendi danışmanlık uygulamalarında kullandığı üç yeni yöntem formüle eder. Bunlardan biri **PEACE** yöntemi adını verdiği yöntemdir. **PEACE** süreci, belirli bir metodoloji öngörmeksizin felsefi danışmanlık için bazı sınırlar öneren içeriksiz bir formdur.¹²¹ Yöntem ismini; “Problem-Sorun”, “Emotion-Duygu”, “Analysis-Analiz”, “Contemplation-Tefekkür, Equilibrium-Denge” kavramlarının baş harflerinin birleşiminden alır.

Problem: Sorunlu olan şeyin doğru bir şekilde tanımlanmasını içerir. *Duygu*: Kişinin yaşadığı soruna karşı duygusal tepkisini yapıcı bir şekilde ifade etmesini anlatır. *Analiz*: Sorunun çözümüne yardımcı olmak için kişinin alternatif seçenekleri rasyonel bir şekilde düşünmesi, demektir. *Tefekkür*: Bir eğilimin keşfedilmesi, en iyi seçeneğin seçilmesi aşamasıdır. *Denge*: Sorunun artık sorun teşkil etmediği bir duruma ulaşılması anlamına gelir.¹²²

Yöntemin ilk iki aşamasında sorun ve sorunun tetiklediği duygusal tepkiler tanımlanır. Bu duyguların gerçekçi bir şekilde deneyimlenmesi ve uygun bir şekilde ifade edilmesi önemlidir. Marinoff'a göre "çoğu psikoloji ve psikiyatri bu aşamanın ötesine asla geçemez." Üçüncü aşamada sorunun çözümüne yönelik seçenekler listelenir ve tartışılır. Dördüncü aşamada danışan, danışmanla birlikte, ilk üç aşamada ortaya çıkanları değerlendireceği felsefi bir çerçeve oluşturarak "felsefi bir bakış açısı" elde eder. Bu da danışanı, dengeye ulaştığı, yani "kendi sorununun özünü anladığı, onu çözecek bir eyleme hazır olduğu" beşinci aşamaya götürür.¹²³ Süreç empatik dinleme, nesnelleştirme, mantıksal akıl yürütme, kavramsal analiz, eleştirel ve yaratıcı düşünme, çeşitli ayrıntıları

¹¹⁶ Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 16.

¹¹⁷ Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 19; Marinoff, *Felsefe Hayatımızı Nasıl Değiştirir?*, 13-14.

¹¹⁸ Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 17.

¹¹⁹ Marinoff, *Felsefe Hayatımızı Nasıl Değiştirir?*, 21-24.

¹²⁰ Marinoff, *Felsefe Hayatımızı Nasıl Değiştirir?*, 56.

¹²¹ Marinoff, *Philosophical Practice*, 167.

¹²² A.g.e.168

¹²³ Marinoff, *Philosophical Practice*, 39-40.

sentezleme, olayları farklı bir perspektif içinde görme becerilerini içerir.¹²⁴ Bu yöntem birçok felsefi uygulamanın yanı sıra kişisel danışmanlık ve felsefi terapi için de uygun bir yöntemdir.

Marinoff tarafından uygulanan bir diğer yöntem olan **MEANS** aslında İngilizce *Moments of Truth, Expectations, Attachments, Negative emotions* ve *Sagacious choices* ifadelerinin kısaltılmış halidir. Marinoff, yönteminden bahsederken bu yöntemin kişinin kendi felsefi evini bir ziyaret, o evi temizleme, düzenleme hatta yeniden inşa etme olarak hayal edilmesini ister. Ona göre hayatlarımız üzerine evi inşa edeceğimiz arazi, mantık gücümüz ve yaşam deneyimlerimiz temel inşaat malzemeleri ve çağların getirdiği felsefi bilgelik ise aletlerimizdir. Bu yöntem ise evi nasıl inşa edeceğimiz konusundaki temel yönergelerdir. Bu yöntemde “Moments of truth” gerçeklik anlarını, “Expectations” beklentileri, Attachments bağlılıkları, “Negative emotions” negatif duyguları, “Sagacious choices” ise akıllıca seçimleri işaret eder.

Gerçeklik Anları: Bazı tecrübeler insan hayatı açısından bir çeşit dönüm noktası ya da sıçrama tahtası işlevi görür. Hastalık, kaza, yaralanma, boşanma gibi tecrübeler bu durumlara örnek gösterilebilir. Bu tecrübeler yaşattıkları acıdan ziyade insan hayatında yaptıkları değişiklikler, ortaya çıkardıkları gerçekler açısından önemlidirler. Bu anların doğru şekilde tanımlanması ve yorumlanması önemlidir. **Beklentiler:** İster kendimizden ister başkalarından olsun genel veya özel olarak gerçekleşmesini istediğimiz, beklediğimiz her şeye beklenti diyebiliriz. Beklentiler, beraberinde kaygı getirir; kaygı ise yaşam kalitemizi olumsuz etkiler. Bu nedenle beklentiler olumsuz düşüncelerdir ve yapıcı bir hayat felsefesi kurmamızı engellerler. **Bağlılıklar:** Bağlılıklar yapı itibarıyla beklentilerin bir çeşididir ve ister olumlu ister olumsuz olsunlar insan hayatında kaygıya yol açarlar. Mental sağlık için hem beklentilerden hem bağlılıklardan sıyrılmak gerekir. **Olumsuz Duygular:** Biyolojimizin bir parçası olan duygular sevgi, merhamet, şefkat gibi olumlu ve yapıcı olabildiği gibi kin, nefret düşmanlık gibi olumsuz ve yıkıcı da olabilirler. Olumsuz ve yıkıcı duygularımızın kaynağı beklenti ve bağlılıklarımızdır. Bu nedenle beklenti ve bağlılıklarımız gibi olumsuz duygularımız da ortadan kaldırılmalıdır. Bunun yolu ise olumsuz olanın yerine olumlu olanı ikame edebilmektir. **Akıllıca Seçimler:** Yöntemin son aşamasıdır. Yukarıdaki merhaleleri başarıyla geçen kişi artık akıllıca seçimler yapabilecek yeteneğe ulaşır. Akıllıca seçimler yapma yeteneği her zaman en doğru hamleyi yapabilmek anlamına gelmese de en iyiye yakın bir seçenek mutlaka olacaktır.¹²⁵ Bu yöntem Marinoff’un da ifade ettiği gibi kişinin kendisini felsefi açıdan tanımasına, yeniden inşa etmesine dahası kendi yaşam felsefesini oluşturmasına katkı sağlayacaktır.

İki Aşamalı Yöntem: Marinoff tarafından önerilen iki aşamalı yöntemin temelinde, onun etik danışmanlığı anlatırken kullandığı “karar felci” kavramı yer alır. Marinoff, bazı durumlarda danışanların karar verme sürecinde, inanç sistemlerinden kaynaklı çatışma durumları yaşadıklarını, bu çatışma sırasında bir taraftan karar vermek zorunda olduklarını ancak diğer taraftan bu kararın üzerlerinde oluşturduğu baskıdan, belirsizlikten, karışık duygu durumlarından dolayı zorlandıklarını söyler. Kişi içine düştüğü durumdan kurtulmak için bir çatışmaya girebilir ve olası ihtimaller arasında mantıklı bir seçim yapmaya çalışırken yaşadığı gerilimin etkisiyle bu konuda başarılı olamaz. İşte böyle durumları Marinoff “karar felci” olarak adlandırır. Böyle bir durumda danışman, danışanına mevcut seçeneklerin tutarlılığını değerlendirmesi için yardımcı olur ve bu yardım süreci iki aşamalı bir süreçtir.

¹²⁴ Dirk Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 42.

¹²⁵ Marinoff, *Felsefe Hayatımızı Nasıl Değiştirir?*, 351-366.

Yöntemin ilk aşaması iki ayrı şekilde gerçekleştirilebilir. İlkinde danışman danışanına, danışanının sunduğu çözüm önerilerinin avantajlarını ve dezavantajlarını değerlendirebileceği bir çerçeve sunar. Burada danışman çözüm önerilerine müdahil değildir. İkincisinde, danışman danışanının makul çözüm önerilerinden bir kısmını göz ardı ettiğini ya da uygulanabilirliği olmayan çözüm önerileri sunduğunu fark ederek danışanından mevcut çözüm önerileri kümesinde değişiklik yapmasını, bir seçenek eklemesini ya da seçeneklerden birini silmesini tavsiye edebilir.¹²⁶ Danışmanın buradaki rolü Jopling'in "zayıf yönlendirici duruş" olarak nitelendirdiği şeydir. Felsefi danışman, danışanının ne yapması gerektiğini söyleyen katı bir tutum takınmaz, bunun yerine danışanına yardımcı olacak şekilde eleştirel ve değerlendireci bir tutum sergiler.¹²⁷ Yöntemin ikinci aşamasını, olası seçimlerin sonuçlarının analiz edilmesi oluşturur. Danışanın yapabileceği her seçimin avantajlı ve dezavantajlı yönleri, faydaları-zararları eleştirel bir analize tabi tutulur, olası tutarsızlıkların nasıl aşılabileceği ya da aşılamayacağı müzakere edilir. Danışma süreci, danışanın inanç sistemini gözden geçirmesini, onlarda değişiklik yapmasını, tercihlerini ya da olası sonuçların değer sıralamasını değiştirmesini sağlayabilir. Seçenekler açıklığa kavuşturulup sonuçlar analiz edildikten sonra danışan doğrudan bir karar verebilir ya da yapıcı müzakere sonucunda bir karar verecek yetkinliğe ulaşabilir veya en azından danışan verdiği kararı ve bu kararın sonuçlarını daha iyi anlayarak nihai karar için tutarlı bir gerekçe bulabilir. Her durumda danışanın yaşadığı "karar felci" hafifletilmiş olacaktır.¹²⁸

2.2.5. Altı Aşamalı Yöntem

Yöntem, Anette Prins-Bakker tarafından önerilen ve evlilik danışmanlığı alanında kullanılan bir yöntemdir. Bakker felsefi danışmanlığa yüklediği anlam ve ona biçtiği rol üzerinden yöntemini tesis eder. Bakker felsefi danışmanlığı "hayat hakkında felsefe yapmak" olarak görür ki hayat hakkında felsefe yapmak, hayata ilişkin sorulara cevaplar aramaktan ziyade bir sorgulama sürecidir ve bu süreçte önemli olan soru sorabilmektir. Bu noktadan hareketle Bakker, danışmanlıkta danışmanın ana rolünün danışanını, hayat sorularının ne olduğunu keşfetmeye teşvik etmek olduğunu söyler. Bakker'ın felsefi danışmanlıkta kullandığı temel yöntem "diyalog"dur. Bu diyalog tarafların eşit olduğu "açık" bir diyalog olmalıdır. Danışman, danışmanlık sürecinde akademik seviyeden alçak gönüllülikle "diyalog ortağı" olma seviyesine inerek danışanıyla iletişim kurmalıdır.¹²⁹

Bakker bu genel çerçeveye uygun olarak oluşturduğu yöntemini "Anlat Bana...", "Sen Kimsin", "Hayatın Nasıl?", "Şu An Hayatının Hangi Evresindesin", "İlişkiyi Sorgulama" ve "Evlilik Devam Etmeli Mi?" başlıkları altında 6 aşamada uygular.

İlk aşama, ilk durum analizinin yapıldığı aşamadır. Danışmanlık sürecinde çiftler için genellikle ayrı seanslar düzenlenir. İlk seansta danışman, danışanını karşılıklı diyalog içerisinde kendisini, evliliğini ve sorunlarını nesnel bir bakış açısıyla anlatmaya teşvik eder.¹³⁰ Bu nesnellik, danışanın düşüncelerini, hislerini, duygularını, korkularını, sevgilerini vb. sistematik hale getirmeye başlayabileceği ve ortaya çıkabilecek çeşitli kalıpların farkına varabileceği felsefi bir tutuma olanak tanır. Bu sorgulama süreci ilk aşamaya özgü olmayıp

¹²⁶ Marinoff, "On the Emergence of Ethical Counseling: Considerations and Two Case Studies", *Essays on Philosophical Counseling*, 176-178

¹²⁷ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 109.

¹²⁸ Marinoff, "On the Emergence of Ethical Counseling: Considerations and Two Case Studies", 178-179.

¹²⁹ Anette Prins-Bakker, "Philosophy in Marriage Counseling", *Essays on Philosophical Counseling*, 136-138

¹³⁰ Anette Prins-Bakker, "Philosophy in Marriage Counseling", 168.

genellikle devam etmektedir.¹³¹ İkinci aşamada danışman, danışanın dikkatini ilişkiden uzaklaştırıp kişinin kendisine yöneltmesini sağlamayı amaçlar. Kişinin öz-kavrayışını öğrenmek için sorular sorulur: “Sen Kimsin?”, “Kişiliğinizi nasıl tanımlarsınız?”, “Kendini bir benlik ya da ‘öz’ olarak mı tanımlarsın?” vb. sorulara cevap alabilmek için danışanı felsefi soruşturmanın düşünme araçları ve süreçleriyle tanıştırmak gerekir ki yapılan iş “felsefi” bir nitelik kazanabilsin. Bunun oldukça zor olduğunu hatırlatan Bakker, felsefe yapmanın önünde önemli bir engel olduğundan bahseder ve bunu “özdeşleşme sorunu” olarak tanımlar. Bazı durumlarda danışan, sorunlarıyla o derece özdeşleşir ki artık sorun tek bir sorun olmaktan çıkar ve o kişinin bütün hayatını kapsar, özdeşleşme çok güçlü olduğunda kişi sorununa uzaktan bakamaz. Sorunu felsefi açıdan çözebilmek için danışanın sorunu, duygusal yüklerden ve “kendisi”nden ayırması gerekir. Bakker, bunu yapamayan danışanlar için felsefi danışmanlığın uygun bir çözüm yolu olmadığını düşünür. Üçüncü aşama, danışanların kendilerini ve hayatlarını nasıl algıladıklarına dair bir anlayış geliştirmelerine yardımcı olacak soruların sorulduğu aşamadır. Bu aşamada, danışanda hayata bakışına ilişkin bir farkındalık geliştirmek amaçlanır. Dördüncü aşama, danışandan hayatının kısa bir özetini yapmasının ve hayatının hangi evresinde olduğunu sorgulamasının istendiği aşamadır. Bu aşama çiftlerin farklı evrelerde olabileceğini ve bu farklılığın evliliklerini olumsuz etkileyebileceğini fark etmeleri açısından önemlidir. Beşinci aşamada, ana soruna yani “ilişki”ye dönülür ve danışanın ilişkilere ve insanlara karşı geliştirdiği temel tutumlar sorgulanır. Bu süreçte danışanın ilişkilere, birlikteliğe, evlilik beklenti ve ideallerine ilişkin verdiği yanıtlardan sonra Bakker, çiftlerin seanslara birlikte devam etmesini gerektirecek durumlarla karşılaşılabilirdiğini belirtir. Son aşamada danışmanlığın seyrinde bir değişiklik olur. Artık odak noktası danışanın kendisi değil, “çift”tir. Önceki aşamalarda ortaya çıkan sorular, sorunlar, içgörüler diyalektik bir bakış açısıyla ele alınır. Bu aşamada, bir çeşit “sentez” oluşturulması umulur.¹³² Bu aşamalar hem danışman hem de danışanlar için birbiriyle örtüşen bir dizi beceri gerektirir; bu beceriler arasında diğerrinin katılımını hissettirme; diyalogda bir ortak ve aynı zamanda eleştirel bir gözlemci olma; nesnel değerlendirme; kavramsallaştırma, eleştirel inceleme ve yaratıcı hayal gücü; analiz ve sentez yapma becerisi yer alır.¹³³ Bakker’ın yöntemi tüm evlilik sorunlarına uygulanamayacak olsa da felsefi bakış açısı, sorgulama ve diyaloga yaptığı vurgu açısından ve özellikle birden fazla tarafı olan sorunların çözümünde dikkati kişinin kendisine çevirerek bir çözüm yolu bulmayı önermesi bakımından önemlidir.

2.2.6. Dört Aşamalı Yöntem

Raabe, Prins-Bakker’ın evlilik danışmanlığı için uyguladığı altı aşamalı yöntemden yola çıkarak dört aşamalı bir felsefi danışmanlık yöntemi önerir.¹³⁴ O, bu modelin birçok felsefi danışmanlık modelinde yer alan temel unsurları ve gereksinimleri kapsadığını söyler. Yöntemin temel amacının tanımlama, yorumlama ve eleştirel- yaratıcı düşünmeyi içeren danışan merkezli bir diyalog yoluyla danışanların dünya görüşlerini keşfetmelerine ve temellendirmelerine yardımcı olmak olduğunu hatırlatan Raabe, bu yönüyle yöntemin

¹³¹ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 111.

¹³² Anette Prins-Bakker, “Philosophy in Marriage Counseling”, 139-142

¹³³ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 61.

¹³⁴ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 175.

felsefi danışmanlar arasında yaygın olarak kullanılacağını düşündüğünü ifade eder. Onun yönteminin iki temel özelliği vardır. Bunlardan ilki, sadece kavramsal konular ya da hayatın anlamına ilişkin sorular değil, aynı zamanda duygu, tutum ve eylemlerin düşünme ya da muhakeme tarafından belirlendiği ölçüde duygusal ve davranışsal sorunlar da dahil olmak üzere danışanların çeşitli sorunlarını ele almak; ikincisi danışanların kendilerini tanımlarını, özerkliklerini ve varoluşlarının gerçekliğini geliştirmektir.¹³⁵

Yöntem, “1) Serbest yüzer, 2) Acil sorun çözümü, 3) Öğretme ve öğrenme, 4) Aşkınlık” aşamalarından oluşur. Bu aşamalar birbirlerinden kolay ayırt edilemezler, birbirleriyle kapsamlı bir şekilde örtüşürler ve doğrusal bir sırayla takip edilmeleri gerekmez. Bazen danışman yaşanan olaylara göre bir önceki aşamaya geri dönebilir. Hangi basamakta ne kadar süre geçirileceğine ve hangi aşamadan hangisine geçileceğine danışanın ihtiyaçları, görüşmeye getirdiği konuların, endişelerin ve sorunların doğası ve danışanın felsefi muhakeme gücüne göre karar verilecektir.¹³⁶

İlk aşama olan “serbest yüzer” aşamasında danışanla danışman arasında danışma ilişkisi başlar ve danışan felsefi danışmanlıkla ilgili bilgi sağlar. Danışman da danışanın bakış açısı ve ihtiyaçlarına ilişkin fikir sahibi olur. Danışan kendini özgürce anlatır ve bu aşama dinlemeye dayalı hermeneutik bir deneyimdir. İlk aşama “serbest akışlı” yani danışmanın çok az soru sorduğu ya da zorlayıcı olmayan sondaj sorular sorduğu aşamadır. İkinci aşama, danışanın acil endişelerine (örneğin ahlaki bir ikilem, zor bir karar, öncelik belirleme, bir durumu değerlendirme vb) ilişkin konuların tartışıldığı aşamadır. Bu aşamada danışman danışanın bozulan yaşam dengesini tekrar kurmasına yardımcı olur Üçüncü aşama belki de felsefi danışmanlığın en önemli aşamasıdır ve “öğrenme-öğretme süreci”dir. Kişinin bilgisini genişletmesi olan öğrenme ancak kişinin bir şeylerin yanlış gittiğini algılaması, sonra neyin yanlış gittiğini bulması ve sonra neden yanlış gittiğini incelemesi için gerekli yeteneklere ve eğilimlere sahip olmasıyla mümkün olur. Danışman bu ihtiyaca cevap vermek için kasıtlı bir öğretme sürecine girer ve böylece benzer sorunlardan proaktif olarak kaçınmasını veya bunları önlemesini sağlar. Ancak bu öğretim süreci yönlendirici değil işbirlikçi ve karşılıklı olmalıdır. Süreç sonunda danışan eleştirel düşünmeyi, felsefi sorgulamayı, eleştirel ve yapıcı düşünmenin ilkelerini öğrenir, felsefenin bir yaşam biçimi olduğunu algılar. Son aşama, aşkınlık aşamasıdır. Danışanın acil sorunları ele alındıktan ve danışan belirli bir felsefi bakış açısı kazandıktan sonra artık danışan ve danışman arasında günlük meselelerin ötesinde soyut ve evrensel nitelikli konular tartışılmaya başlanabilir. Odak noktası sorunların çözümünden, eğitici bir niteliğe kayar. Danışanın bu ve bir önceki aşamada ulaştığı anlayış, felsefenin pro-aktif veya önleyici niteliğiyle yakından ilişkilidir.¹³⁷ Bu aşama, danışmanın bir uzman olmaktan açıkça vazgeçtiği, danışanın dünya görüşüne yansıtıcı bir şekilde baktığı aşamadır.¹³⁸

2.2.7. Amir Yöntemi

Amir yöntemi, Lydia Amir tarafından formüle edilen ve kullanılan birkaç adımlı bir yöntemdir. Yöntemde ilk olarak danışandan danışmaya neden ihtiyaç duyduğunu açıklaması ve kendisini rahatsız eden sorunu bir soruyla formüle etmesi istenir. Eğer danışan soruyu uygun şekilde formüle edemezse danışman ya danışanın anlattıklarından

¹³⁵ Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, London: Preager, 2001, xxi.

¹³⁶ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 175-176.

¹³⁷ Raabe, *Philosophy of Philosophical Counseling*, 173-209; Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, 125-166.

¹³⁸ Louw, “Defining Philosophical Counseling: An Overview”, 64.

yola çıkarak kendisi soruyu yeniden formüle eder ki bu soru birden fazla alternatif cevabı içinde barındıran bir soru olmalıdır. İkinci aşamada sorulara alternatif cevaplar aranmaya başlanır. Danışan sorulara cevap veremezse başka sorularla görüşme devam ettirilir. Amir bu aşamada sorulan soruların düzeyinin danışanın soyutlama becerisine göre sıralanması gerektiğini ve bu sıralamanın felsefi danışmanlığın başarısıyla doğrudan ilişkili olduğunu özellikle vurgular. Son aşama cevapların eleştirel bir bakış açısıyla ele alınıp değerlendirilmesini kapsar.¹³⁹

Amir'in metodunun ana hedefleri "düşünceyi netleştirmek" ve "ön kabulleri tespit ederek" veya "geçersiz çıkarımları birlikte dikkate alarak" danışanın zihnindeki "kafa karışıklığını azaltmak"tır ve bu noktada felsefi danışman bir eğitimci gibi davranmalıdır. Bu amaçlara ek olarak alternatif cevaplar, kitaplar, felsefi sistemlere atıflar yoluyla seçenekleri ve perspektifleri genişletmek; soyutlamaları varoluşsal düzeyde bir araç olarak kullanarak "içsel alanı" yakalamak; danışanın kişisel özerkliği ve sorumluluğunu vurgulamak önemli addedilmelidir. Son olarak danışanın kendi başına felsefi analizler ve değerlendirmeler yapmasını sağlayacak kavramsal beceri ve araçlar edinmesine katkı sağlamak yöntemin diğer amaçları arasında sayılabilir.¹⁴⁰

2.2.8. Ipa

Adrian Hagiu, Sergiu Bortos, Losif Amaş tarafından önerilen yöntemde George Pólya tarafından formüle edilen dört problem çözme ilkesinden yola çıkılmış ve bu ilkeler felsefi danışmanlık bağlamında yeniden formüle edilip uygulanmaya çalışılmıştır. Yöntem danışanların günlük sorunlarını çözmeye yönelik sorun ve danışan odaklı bir yöntemdir. Yöntemin ana amacı, danışanı güçlendirmek ve danışanların kendi kendine danışmanlık yapabilecek, kendi sorunlarını danışmanlardan bağımsız çözebilecek bir seviyeye gelmelerini sağlamaktır. Danışmanlar için de toplantı sayısını sınırlandırarak mümkün olduğunca çok sayıda danışana yardım edebilme fırsatı sunmaktır. Yöntem hem bireysel hem grupta yapılan danışmanlık uygulamaları için elverişlidir. Polya'nın dört problem çözme ilkesi: *Tanımlama ilkesi*, sorunu anlamayı; *planlama ilkesi*, sorunun çözümü için bir plan tasarlamayı; *uygulama ilkesi* problemi çözmek için önerilenlerin hayata geçirilmesini ve *varsayım ilkesi* varsayımın avantaj ve dezavantajları üzerine düşünmeyi içerir. Bu dört ilke felsefi danışmanlığa uygulanırken birinci ve dördüncü ilkeye iki ilke eklenebilir: Birinci ilkeye, sorunun tanımlanması ve tespit edilmesi; dördüncü ilkeye ahlaki-varoluşsal bir pozisyon almak eklenebilir. Danışman danışanlarını anlamak ve onların hayatlarına ilişkin yeni yorumlar sunmakla görevlidir. Ipa yöntemini diğer yöntemlerden farklı kılan özellik basit oluşu ve birkaç oturumdan sonra danışanın tek başına uygulayabileceği bir yöntem olmasıdır.¹⁴¹

Sonuç ve Değerlendirme

Felsefi danışmanlık hem dünyada hem de ülkemizde hızla gelişen bir çalışma alanıdır. Felsefenin pratik kökleriyle tekrar buluşturulması düşüncesinden yola çıkan uygulama alanı aynı zamanda modern insan için yeni bir umut vaat etmektedir. Modern dünya, modern insanı sonsuz seçenek karşısında istediğini seçmekte özgür bırakmış olsa da ona hangi seçeneği neden seçmesi gerektiği konusunda bir yöntem sunmamaktadır. Bunun yanı sıra acıları, sıkıntıları ve sorunlarıyla başa çıkmaya çalışan modern insan, psikoterapiye

¹³⁹ Lydia Amir, "Philosophical Practice: A Method and Three Cases", *Practical Philosophy*, 6 (1), 2003, 36-41.

¹⁴⁰ Cristian Iftode, *Filosofia ca Mod de Viata*, Pitești: Paralela, 2010, 39.

¹⁴¹ Adrian Hagiu, Sergiu Bortos & Iosif Tamaş, "A New Method in Philosophical Counseling", 53-54.

yönelmiş ancak psikoterapinin yöntemlerinin de sorunları çözmede yetersiz kaldığı zaman içinde anlaşılmıştır. Felsefi danışmanlık bu noktada, felsefi uygulamalarla, insanlara sorunlarını kendilerinin çözebileceği bir bakış açısı ve beceri, Marinoff'un ifadesiyle "kendi kendine bir terapi" imkanı teklif etmektedir.

Ortaya çıkışı teorik olmaktan ziyade pratik bir ihtiyaca cevap verir nitelikte olsa da her çalışma alanında olduğu gibi felsefi danışmanlık alanında da belli bir teorik yapıya ihtiyaç duyulmaktadır. Alana ilişkin literatür ve uygulama pratikleri incelendiğinde teorik alt yapı eksikliğinin neden olduğu kafa karışıklığı fark edilmektedir. Makalemizde alana ait kafa karışıklığına neden olan iki temel sorun, "tanımlama sorunu" ve "yöntem sorunu" ele alınıp incelenmiştir. Tanımlama mantığının yanı sıra yöntemin gerekliliğine ilişkin bazı varsayımlardan bahsedilmiştir. Her ne kadar Achenbach'ın yöntemsizlik içeren "yöntem ötesi yöntem"i, uygulama alanında danışman için önemli bir hareket serbestisi sağlıyor gibi görünse de, tek bir yönetime bağlı kalmaya bile yöntemin gerekliliğini savunan düşünürler görüşlerinde çok da haksız sayılmazlar. Alana ait okumalar bizi, belli bir yönetime bağlı kalınmaya bile yöntemsel birtakım ilkeler belirlenerek uygulama alanında oluşabilecek olumsuz bazı durumların önüne geçilebileceği düşüncesine götürmektedir. Diğer taraftan bu ilkelerin belirlenebilmesinin ancak tanımlama sorununun çözülebilmesiyle mümkün olduğu fark edilmektedir. Çünkü alan incelendiğinde felsefi danışmanlık için söylenen her şeyin zıddının da söylenebildiği görülmektedir. Hatta bu bir çeşit tanımlama şekli olarak da kabul edilmiştir. Örneğin, "felsefi danışmanlık bir psikoterapi değildir" diyen düşünürlerle karşı "felsefi danışmanlık bir çeşit psikoterapidir" diyen düşünürler olmuştur. Felsefi danışmanlığı uygulamalı felsefenin bir kolu olarak görenler olduğu gibi bu indirgemenin yanlış olduğunu iddia edenler de olmuştur. Sınırları çizilmeyen bir şeyin anlaşılması, anlaşılmayan bir şeyin doğru şekilde uygulanması mümkün görünmemektedir. Bu nedenle "tanımlama sorunu" bizi "yöntem sorunu"na götürmektedir.

Makalemizde ele alınıp genel bir çerçeve sunulmaya çalışılan ikinci soruna, yöntem sorununa gelince, kullanılan yöntem ve yaklaşımlar bağlayıcı olmasa da alanı tanımlamak ve yorumlamak açısından önemlidir. Konunun bir makalenin konusu olamayacak kadar kapsamlı olduğu bilinse de en azından yöntemsel genel bir çerçeve çizmenin önemi fark edildiğinden, felsefi danışmanlık süreçlerinde kullanılan tüm yaklaşım ve yöntemler olmasa da alanda sıkça kullanılan yöntem ve yaklaşımlardan genel olarak bahsedilerek okuyucunun alana ilişkin teorik bilgisine katkı sağlamak amaçlanmıştır. Kullanılan yaklaşım ve yöntemler incelendiğinde alanın sadece disiplinlerarası bir yapıya sahip olmadığı aynı zamanda yeni yaklaşım ve yöntemler önerebilecek güçte olduğu, felsefi danışmanlığı diğer terapi yöntemlerinden farklı kılan unsurlardan birinin de bu olduğu görülmektedir. Felsefi danışmanlığı farklı kılan bir diğer önemli özellik, danışmanlık ilişkisi ve danışma sürecine getirdiği farklı bakış açısıdır. Bu bakış açısı ve önerdiği yeni yöntemlerle felsefi danışmanlık, diğer terapi yöntemlerine de yol gösterebilecek niteliktedir.

KAYNAKÇA

- Achenbach, Gerd B. "Philosophy, Philosophical Practice and Pscyhotherapy". *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav&Maria da VENZA Tillmans. Lanham: University Press of America, 1995.
- Achenbach, Gerd B. *Philosophical Praxis*, trans. Michael Picard. London: Lexington Books, 2024.
- Amir, Lydia. "Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Aristoteles. *Nikomakhos'a Etik*. çev. Furkan Akderin. İstanbul: Say Yayınları, 2014.
- Bakırcıoğlu, Rasim. *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Anı Yayıncılık, 2012.
- Boele, Dries. *The Training of a Philosophical Counselor*, In *Essays on Philosophical Counseling* ed. Ran Lahav&Maria da VENZA Tillmans. Lanham: University Press of America, 1995.
- Cevizci, Ahmet. *Felsefe Sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayınları, 1999.
- Cevizci, Ahmet. *Felsefenin Kısa Tarihi*. İstanbul: Say Yayınları, 2013.
- Cevizci, Ahmet. *Felsefeye Giriş*. İstanbul: Sentez Yayıncılık, 2007.
- Cohen, Elliot. "Philosophical Counseling: Some Roles of Critical Thinking", *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav&Maria da VENZA Tillmans. Lanham: University Press of America, 1995.
- Cohen, Elliot D. *Theory and Practice of Logic Based Theory*. New Castle: Cambridge Scholar Publishing, 2013.
- Çilingir, Lokman. *Felsefe Nedir?. Niçin Felsefe*. Ankara: Elis Yayınları, 2007.
- Descartes, Rene. *İlk Felsefe Hakkında Meditasyonlar*. çev. İsmet Birkan. Ankara: Bilgesu Yayıncılık, 2007.
- Descartes, Rene. *Aklın Yönetimi İçin Kurallar*. çev. Müntekim Ökmen. İstanbul: Sosyal Yayınları, 1986.
- Descartes, Rene. *Yöntem Üzerine Konuşma*. çev. Murat Erşen. İstanbul: Say Yayınları, 2018.
- Diemer, Alwin. *Felsefe: Teori ve Pratikte Felsefe Disiplinleri*. çev. Doğan Özlem. Ankara: Fol Yayınları, 2020.
- Hadot, Pierre. *Yaşam İçin Felsefe*. çev. Kağan Kahveci. İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2012.
- Hagiu, Adrian. Bortos, Sergiu & Tamaş, Iosif. "A New Method in Philosophical Counseling". *Postmodern Openings*, 14 (1), 2023.
- Hançerlioğlu, Orhan. *Felsefe Sözlüğü*. Cilt 2. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1986.
- Hanna, Fred J. "Theory and Experience: Teaching Dialectical Thinking in Counselor Education". *Counselor Education and Supervision*, 36 (1), 1996.
- Heimsoeth, Heinz. *Felsefenin Temel Disiplinleri*. çev. Takiyyeddin Mengüşoğlu. Ankara: Doğu-Batı Yayınları, 2011.

Husserl, Edmund. *Fenomenoloji Üzerine Beş Ders*, çev. Harun Tepe. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2003.

<https://felsefidanismanlik.com.tr/felsefi-danismanlik/felsefi-danismanliga-ozgu-yontem-ve-yaklasimlar-var-mi/> (Erişim Tarihi: 17.01.2025)

<https://npcassoc.org> (Erişim Tarihi: 12.12.2024)

<https://sozluk.gov.tr/>. (Erişim Tarihi: 11.19.2024)

Iftode, Cristian. *Filosofia ca Mod de Viata*. Pitești: Paralela, 2010.

Jonsma, Ida. "Philosophical Counseling In Holland: History and Open Issues". *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav & Maria de Venza Tillmanns. Lanham: University Press of America, 1995.

Kant, Immanuel. *Seçilmiş Yazılar*. çev. N. Bozkurt. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1984.

Knapp, S. & Tjeltveit, A. C. "A Review and Critic Analysis of Philosophical Counseling". *Professional Psychology: Research and Practice*, 36 (5), 2005.

Lahav, Ran & Tillmanns Maria da Venza (ed). *Essays on Philosophical Counseling*. Lanham: University Press of America, 1995.

Lahav, Ran. "A Counseling Framework for Philosophical Counseling: Worlview Interpretation". *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav&Maria da Venza Tillmanns. Lanham: University Press of America, 1995.

Lahav, Ran. "Philosophical Counselig and Self Transformation". *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.

Lahav, Ran. "Philosophical Counseling as a Quest for Wisdom", *Practical Philosophy, The Journal of the Society for Philosophy in Practice*, 4 (1), 2001.

Lahav, Ran. "What is Philosophical in Philosophical Counseling?". *Journal of Applied Philosophy*, 13, 1996, 260.

Louw, Dirk J. "Defining Philosophical Counseling: An Overview". *South African Journal of Philosophy*, 32 (1), 2013.

Marinoff, Lou. *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak: Felsefe Terapisi*. İstanbul: Profil Yayıncılık, 1999.

Marinoff, Lou. *Philosophical Practice*. New York: Academic Press, 2001.

Marinoff, Lou. "On the Emergence of Ethical Counseling: Considerations and Two Case Studies". *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav&Maria da Venza Tillmanns. Lanham: University Press of America, 1995.

McIntyre, Alasdair, *Erdem Peşinde*. çev. Muttalip Özcan. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2021.

McMahon, Laura. "The Virtue of Vulnerability". *Philosophical Health*, ed. Luis de Miranda. London: Bloomsbury Academic, 2024.

Morstein, P.V. "The Passion to Understand People: Living Philosophy in Philosophy Practice". *Journal of Applied Philosophy*, 1. (<https://npcassoc.org/docs/ijpp/morstein.pdf>)

Özlem, Doğan (der). *Hermeneutik Üzerine Yazılar*. İstanbul: İnkılap Yayınları, 2023.

- Paden, Roger. "Defining Philosophical Counseling". *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Palmer, Richard. *Hermenötik*. çev. İbrahim Görener. İstanbul: Anka Yayınları, 2023.
- Pananit, Simionescu. "What is it Like to Counsel Like A Philosopher? A Phenomenological Reading of Philosophical Health". *Philosophical Health*. ed. Luis de Miranda. London: Bloomsbury Academic, 2024.
- Platon. *Theitatos*. çev. Birdal Akar. Ankara: Bilgesu Yayınları, 2016.
- Platon, *Devlet*. çev. Sebahattin Eyüboğlu-M. Ali Cımcöz. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 1999.
- Prins-Bakker, Anette. "Philosophy in Marriage Counseling". *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav&Maria da Venza Tillmans. Lanham: University Press of America, 1995.
- Raabe, Peter. *Philosophical Counseling: Theory and Practice*. London: Preager, 2001
- Raabe, Peter. *The Life Examined in Philosophical Counseling*. Practical Philosophy, 2002.
- Raabe, Peter. *Philosophy of Philosophical Counseling*. Columbia: The University of British Columbia, 1999
- Raabe, Peter. *Philosophy's role in Counseling and Psychotherapy*. UK: Jason Aronson, 2014.
- Reuther, Bryan T. "The Elucidation of Emotional Life". *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Short, R.H, Boone, B.J & Hess, G. C. "Reintegrating Janus: Eclectics and Dialectics in Counseling and Psychotherapy". *International Journal for the Advancement of Counseling*, 19, 1997.
- Schuster, Shlomit. *Philosophy Practice: An Alternative to Counseling and Psychotherapy*. London: Praeger, 1999.
- Schuster, Schlomit C. "Philosophical Counseling". *Journal of Applied Philosophy*, 8 (2), 1991.
- Sivil, Richard Chariton. "Understanding Philosophical Counseling", *South African Journal of Philosophy*, 28 (2), 2009.
- Sunay, İlkay. *Düşün ve Toplum*. Ankara: Doruk Yayıncılık, 1999.
- Svhustijser, Dennis. "Philosophical Health, Meaning and Role of the Other: A Hermeutic Approach". *Philosophical Health*, ed. Luis de Miranda. London: Bloomsbury Academic, 2024.
- Taylor, James Stacey. "The Central Value of Philosophical Counseling". *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Taeter, Barbra. *Sosyal Hizmet Kuram ve Yöntemleri: Uygulama İçin Bir Giriş*. çev. Abdullah Karatay. Ankara: Nika Yayınları, 2015.
- Ural, Şafak. *Pozitivist Felsefe*. İstanbul: Remzi Yayınevi, 1986.

- Wegnan, Mathew. *Philosophy and Counselig: A Case Study*. University of New Orleans, 2013.
- Yazgan, Erden Miray. *Felsefi Psikoterapi*. İstanbul: Devamend Yayınları, 2021
- Wittengestein, Ludwig. *Philosophical Investigation*. UK: Blackwell Publishing, 2009.
- Young, Courtenay. "A Fenomenological Model in The Practice of Psychotherapy". *International Journal of Psychotherapy*, 14 (3), 2010.
- Zahavi, Dan. *Fenomenolojik İlk Temeller*. çev. Seçim Bayazıt. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2020.



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 2 Sayı/Number: 1 Haziran/June 2025

Ayn Rand'ta Bir Yaşam Kılavuzu Olarak Felsefe

Philosophy As A Guide to Life in Ayn Rand

Serkan Şükrü Yıldırım

Dr./ Dr.

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi / Ankara Hacı Bayram Veli University

Sosyal Bilimler Enstitüsü / Institute of Social Sciences

Felsefe / Philosophy

cogito.ser@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-3440-8755>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 26/04/2025

Kabul Tarihi/Accepted: 27/06/2025

Yayın Tarihi/Published: 30/06/2025

Atıf/Cite As

Yıldırım, Serkan Şükrü. "Ayn Rand'ta Bir Yaşam Kılavuzu Olarak Felsefe". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 2 (1), 2025, 45 -56.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlamış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

AYN RAND'TA BİR YAŞAM KILAVUZU OLARAK FELSEFE

ÖZ

Bu makalede Ayn Rand'ın Objektivizm adını verdiği anlayışın temelinde yatan felsefe anlayışı ele alınmıştır. Rand, Objektivizm'i akla, mantığa ve insan tabiatının gereklerine dayandırarak temellendirir. Objektivizm; ontolojiden epistemolojiye, etikten politika ve estetiğe uzanan bütünlüklü bir düşünce sistemidir. Rand Objektivizm felsefesini şekillendirirken sık sık felsefeye olan ihtiyacımızdan söz etmiş, felsefenin birey ve toplum açısından taşıdığı önemi her ortamda dile getirmiş objektivizm anlayışını da bu bilinçle ortaya koymuştur. Rand bireyin hiçbir şeyin kendisine hazır verilmediği bir dünyada, aktif bir akılla ve eleştirel bir bakış açısıyla niçin ve nasıl sorularına cevap arama gayreti içinde olması gerektiğini vurgular. Bu doğrultuda eleştirel düşünme becerisinin kazanılmasının felsefi araştırma bağlamındaki öneminden söz eder. Rand'a göre, bireylerin bazı felsefelerin akla ve değerlere saldırdığını anlayabilmeleri, akıllarını ve değerlerini koruyabilmeleri için yine felsefenin kazandırdığı bilgiye ihtiyaç vardır. Aynı şekilde uluslar da bu bilgi ve bilinçle hareket etmelidir. Çünkü ulusların kendilerine rehber edindikleri düşünce yapısı onları her alanda etkileyebilmektedir. Örneğin idealist bir felsefenin hâkim olduğu bir toplumda akıl ön plandadır ve insan bir araç değil amaçtır. Marksist felsefenin benimsendiği bir toplumda öncelik toplum yarandır. Pragmatizmi benimseyen bir toplumda ise gerek etik gerekse politika alanında yarar ilkesine göre hareket edildiği görülür. Dolayısıyla Rand'ın özellikle aklın kılavuzluğuna yaptığı vurgunun dışında, birey ve toplumların benimsedikleri felsefenin onların geleceği üzerindeki etkisini dile getirmesi insanlık tarihinde de örneklerine rastladığımız yerinde ve haklı saptamalardır. Felsefi bakış açısı ve akımların kitlelere eğitim yoluyla çoğu zaman sistematik olarak verildiğini göz önüne alırsak eğitimin felsefi düşüncenin uygulama alanı olduğu gerçeğini kavrayabiliriz. Eğitim felsefesi oluştururken bu durumlar göz önünde bulundurulmalıdır. Bu doğrultuda hedeflerin nasıl, neye göre, hangi ölçüde uygulanacağı tercih edilen felsefenin türüne göre belirlenir. Rand, felsefenin bireyler ve toplum üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, benimsenecek felsefenin altında yatan ilkelerin analiz edilmesinin önemini vurgular. Bu noktada Rand, aldatici felsefi teorilere, şüpheyeye veya belirsizliğe yol açmayan sağlam bir temele dayanan ilkeleri arar. Rand, sistemin dayandığı temelin tutarlı olmasının diğer unsurların da tutarlı olacağı anlamına geleceği düşüncesiyle incelediği konunun indirgenemez bir gerçekliğe sahip olup olmadığını test eder. Birçok felsefi tartışmanın tutarsızlık, dildeki çok anlamlılık, belirsizlik ve genellemelerden ortaya çıktığı düşünüldüğünde Rand'ın bu konudaki hassasiyeti haklı görünmektedir. Sonuç olarak Rand felsefenin, kendisine kazandırdığı bilginin temel unsurlarını şu şekilde sıralar: Algıladığımız dünya gerçektir, her şey olduğu gibidir (özdeşlik kanunu), akıl bilgi elde etmenin tek yoludur ve mantık ise akli kullanmanın yoludur. Bu esaslar doğrultusunda yanlış düşünceler terk edilmelidir. Rand'ın tespitleri doğrultusunda yanlış düşüncelere zemin hazırlayan nedenler şu şekilde özetlenebilir: Test etmeden indirgenemez gerçekler kabul etmek, doğruyu ve realiteyi yok sayan nesnelliği ortadan kaldırmayı amaçlayan felsefi sloganlar benimsemek, kelimelere açık anlamlar yüklememek, iç hâlimizin kavramsal tanımlamasına dair dürüst bir içe bakış yapmamak ve türlü bahanelerle gerçeği çarpıtmak.

Anahtar kelimeler: Objektivizm, Varoluş, Yaşam Görüşü, Değerler Kodu, Mantık, İçebakış.

PHILOSOPHY AS A GUIDE TO LIFE IN AYN RAND

ABSTRACT

This article examines Ayn Rand's philosophical attitude, which underlies the understanding she calls Objectivism. Rand bases Objectivism on reason, logic, and the needs of human nature. Objectivism is a holistic thought system that extends from ontology to epistemology, from ethics to politics and aesthetics. While shaping her objectivist philosophy, Rand frequently mentioned our need for philosophy, expressed its importance for individuals and society in every context, and presented her understanding of objectivism with this awareness. Rand emphasizes that in a world where nothing is given to individuals ready-made, one should strive to find answers to the questions of why and how with an active mind and a critical perspective. In line with this, she highlights the importance of acquiring critical thinking skills in a philosophical research context. According to Rand, individuals need the knowledge provided by philosophy to understand that some philosophies attack reason and values, and to protect their reason and values. Similarly, nations should act with this knowledge and consciousness because the mindset that nations adopt as their guide can affect them in every field. For example, in a society where an idealist philosophy prevails, reason is at the forefront, and people

are not a tool but a purpose. In a society that embraces Marxist philosophy, the priority is the benefit of the society. In a society adopting pragmatism, it can be observed that the principle of benefit is followed both in ethics and politics. Therefore, in addition to Rand's emphasis on the guidance of reason, her expression of the impact of the philosophy adopted by individuals and societies on their future is a timely and justified observation that has historical examples. If we consider that philosophical perspectives and movements are often systematically conveyed to the masses through education, we can appreciate that education is the field of application of philosophical thought. These situations should be taken into account when creating an educational philosophy. In this context, how, according to what, and to what extent the targets will be implemented should be determined by the type of philosophy preferred. Rand emphasizes the importance of analyzing the principles underlying the philosophy to be adopted, given the impact of philosophy on individuals and society. At this point, Rand seeks principles rooted in a solid foundation that do not lead to deceptive philosophical theories, doubt, or uncertainty. Rand tests whether the subject matter she is examining has an irreducible reality, based on the idea that if the system's foundation is consistent, then the other elements must also be consistent. Considering that many philosophical discussions arise from inconsistency, polysemy in language, uncertainty, and generalizations, Rand's sensitivity to this issue seems justified. As a result, Rand lists the basic elements of the knowledge that philosophy gave her: The world we perceive is real, everything is as it is (law of identity), reason is the only way to gain knowledge, and logic is the means to use reason. In line with these principles, wrong thoughts should be abandoned. Based on Rand's findings, the reasons that pave the way for wrong thoughts can be summarized as follows: Accepting irreducible truths without testing them, adopting philosophical slogans that aim to eliminate objectivity, ignoring truth and reality, not attributing clear meanings to words, failing to take an honest look into the conceptual definition of our inner state, and distorting the truth with various excuses.

Keywords: Objectivism, Existence, View of Life, Code of Values, Logic, Introspection.

Giriş

20. yüzyıl felsefesinde dikkat çekici bir yere sahip olan Ayn Rand (1905 – 1982), *Objektivizm* adını verdiği yeni bir felsefe anlayışı ortaya koymuştur. Rand'ın düşüncesinde objektif gerçeklik;¹ insanın duyularından, beklentilerinden ve bilincinden bağımsız olarak var olan bir gerçekliktir. Objektivizm de bu gerçekliğe dayanan bir felsefedir.

Rand, objektivizmin insanın kendi aklını kullanmasının yollarını gösteren ve bu sayede insanın yaşamda karşılaştığı sorunlarla baş edebilmesini sağlayan bir felsefe olduğunu, insanın akla ve mantığa uygun en yüksek ahlaki amacının bencil mutluluğun peşinden gitmek olduğunu öne sürer. Bu durumda objektivizm felsefesi insanın, mantığın değerinin farkına varmasını sağlayan, hayatını mutluluk amacı doğrultusunda yaşaması gerektiğini dile getiren bir felsefe olarak ontolojik, epistemolojik, etik, politik ve estetik değerlendirmelerde bulunmuştur. Objektivizm, insan doğasıyla ilgili yeni bir anlayış ortaya koyarak, insan hayatına kılavuzluk edebileceğini, insan yaşamını daha değerli kılacağını öne sürer.

Kendisini hem bir romancı hem de bir filozof olarak nitelendiren Rand, felsefi bir çatı olmadan insan hayatının tasvir edilemeyeceğini ifade eder.² Bu ifadesi eserlerinde hayat bulur. Onun edebî eserlerinde sergilediği tezlerini temellendirme ve bu noktada tutarlı ve eleştirel bir yol izleme çabası eserlerinin felsefi bir nitelik taşıdığını göstermektedir. Bu nedenle Rand'ın eserleri felsefi-edebî³ olarak adlandırılabilir. Bu bağlamda Objektivizm

¹ Objektif (Nesnel) gerçeklik; genel bir çerçeve içinde, kullandığımız dilin, algı ve düşüncelerimizin gönderiminde bulunduğu dış gerçeklik; gerçek varlık ya da varoluşa ait olan gerçeklik türü; aktüel varoluşa sahip olan, aktüel olarak gerçekten var olan bir şey için söz konusu olan gerçeklik tarzıdır. Ahmet Cevizci, *Felsefe Terimleri Sözlüğü*, İstanbul, 2000, 239.

² Ayn Rand, *Yeni Entelektüel İçin*, İstanbul: Plato Yayınları, 2009, 1.

³ Kafka, Camus, Sartre, Dostoyevski, Simone de Beauvoir gibi yazarların eserleri felsefi-edebî olarak adlandırılabilir. Bu eserler, tezli romanlardır ama tezlerini tam olarak felsefenin kavramlarını kullanmadan ortaya koyarlar. Ali Osman Gündoğan, "Edebiyat ile Felsefe İlişkisi Üzerine", *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 40 (1), 1999, 196.

felsefesini ortaya koyduğu *Atlas shrugged* (Atlas Silkindi)⁴ adlı eserinde Rand, aklın ilkeleri doğrultusunda hareket eden, sorgulayan ve bu sayede hedeflerine başarı ile ulaşan mutlu insanlardan söz eder. Rand bu üretken insanları Yunan mitolojisindeki Atlas⁵ ile sembolize eder. Atlas'ın üzerinde adeta bir asalak gibi duran insanlar ise akli kullanmayı reddedip, üretime ve yeniliklere katkı sağlamayan insanlardır.⁶

Rand, diğer birçok eserinde de felsefi anlayışını ortaya koyar. Bu yapıtlarında özellikle döneminin düşünce yapısını ele alır. Modern felsefenin insanı felsefeden uzaklaştıran telkinlerini, akıl dışı felsefelerin ortaya çıkardığı belirsizlikleri ve mantığı realiteden uzaklaştırma çabasında olan sloganları eleştirir. Rand bu slogan ve telkinlerin insanları felsefeye ihtiyaç olmadığına inandırdığını ve böylelikle insanları mantığı terk etmeye yönlendirdiğini söyler. Rand, bunun sonucunda ise insanların realiteden koptuğunu, oluşturulan psikoloji ile kendilerine ait olmayan suçları üstlenmek zorunda kaldıklarını ve özgeciliğin bir ideal olarak özendirilmeye çalışıldığını ifade eder.

Ayn Rand'ın Felsefeye Dair Görüşleri

Rand'ın *İhtiyacımız Olan Felsefe* adlı eserinde yer verdiği 6 Mart 1974'te ABD'de *West Point Akademisi* mezunlarına yaptığı konuşma felsefeye dair düşüncelerini tahlil etme noktasında önemlidir. Rand bu konuşmada öncelikle felsefeyi anlamaya engel teşkil eden teorilere vurgu yapar. Onun burada kastettiği birçok filozofun ortaya koyduğu anlaşılabilir teoriler ve felsefi aldatma oyunları içeren teorilerdir. İşte bizi bu tehlikeden koruyacak olan yani ihtiyacımız olan şey yine felsefedir. Bu teoriler felsefenin sorgulayıcı yaklaşımı ile ayrıntılı bir şekilde adeta bir dedektif gibi incelenmelidir. Bu düşünsel çaba ile insanlar bu teoriler karşısında savunmasız kalmadığı gibi kendi değerlerini oluşturabilir, esaslara göre düşünme yeteneği kazanabilir.⁷

Rand'a göre sözü edilen teori, söylem veya sloganlar bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Zaman içinde kullanıldıkça kalıplaşmakta, yaygınlaşmakta ve düşünme önünde bir engel olmaktadır. Rand'a göre "felsefeye neden ihtiyacım olsun?", bu türden söylemlerden biridir. Bu söz şu anlama gelir: İnsan somut hayat problemleri ile uğraşmak ister. Dolayısıyla soyut prensipler üzerinden davranmak zordur. Rand ise bu savın aksine "somut, belli, gerçek yaşam problemleriyle uğraşabilmek için yani dünyada yaşayabilmek için" felsefeye ihtiyacımız vardır cevabını verir. Çünkü ona göre felsefe insanın yaşam deneyimleriyle edindiklerinin soyut ilkeler olarak ifade edilmesidir. İnsan bu sistemli ve bütünleşik ilkelerle hayatta karşılaştığı somut problemlerle baş edebilir. Rand bu bağlamda deneyimlerle oluşan bilgilerimizi prensipler hâlinde kavramsal olarak bütünleştirmenin zorunluluğundan söz eder. Ona göre bu zorunluluktan sonra tek seçkimimiz ortaya çıkan bu prensiplerle ilgilidir. İşte önemli olan bu prensiplerin ne şekilde yani bilinçli olarak mı yoksa gelişigüzel mi belirlendiğidir.⁸ Oluşan bu prensiplerin birbirleriyle çelişme ihtimalinden

⁴ Yaklaşık 1100 sayfalık *Atlas Silkindi* adlı eser eleştirmenlerce uzun bulunsa da milyonlarca okuyucu kitaba ilgi duydu. Eser *New York Times*'in en çok satanlar listesinde üçüncü sırada yer aldı. Öyle ki bugün dahi on binlerce baskısı satmaya devam ediyor. Eamonn Butler, *Ayn Rand: An Introduction*, ediktin Publisher by the Cato Institute, 1000, 2018, 22-23.

⁵ Rand'ın Atlas'ı bir sembol olarak kullanmasının nedeni şu mitolojidir: "Titan İapetos'un dört oğlu olmuştur. Bunlardan Menoitios ile Atlas; Zeus'e başkaldıran Titan'larla beraber bulunduklarından cezalandırılmışlardır. Menoitios hainliğinden ve ölçsüz cüretinden ötürü Erebus'a (karanlığın temsilcisi olan Tanrı) daldırılmıştır. Atlas'a gelince, dünyanın öbür ucunda ve Hesperides'lerin önünde omuzlarına gökkubbesini yüklenerek ayakta beklemek cezasına çarptırılmıştır." Şefik Can, *Klasik Yunan Mitolojisi*, İstanbul: Ötüken Yayınları, 2011, 26.

⁶ <https://www.aynrand.org/novels/anthem>. (Erişim: 05 Kasım 2017).

⁷ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, İstanbul: Plato Yayınları, 2003, 16-17.

⁸ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 12.

dolayı bütünleştirilmeleri gerekir. Bu prensipleri bütünleştiren felsefedir; “...felsefi bir sistem bütünleşmiş bir varoluş fikridir.”⁹

Bu noktada prensiplerin akılcı bir şekilde belirlenmesi önem taşır. Bilinçaltımızı fikirlerimizi bütünleştiren bir bilgisayar olarak düşündüğümüzde onu programlayan bilinçli aklımızdır. Dolayısıyla ancak bilinçli bir şekilde programlanan bilgisayar değerlerinin-duygularının niteliğini bilebilir yani farkındalık sağlayabilir.¹⁰ Bu şekilde bilme arzusu ile harekete geçen bir zihin duygusal bilgisayarının programcısı olarak çalışır ve yaşam duygusu rasyonel bir felsefeye karşılık gelir. Aksi takdirde tesadüfî etkilerin, uyumsuzluğun, çağrışımların, taklitlerin etkisi altında oluşan bir programlamada yaşam duygusuna korku egemen olur. Böyle bir kişinin ruhu âdeta “her yöne giden ayak izlerinin damgaladığı şekilsiz bir kil parçası gibi”¹¹ olur.

Böyle bir belirsizliğin içinde insan doğruyu ve yanlış ayırt edemez, motivasyonu hakkında bir farkındalığa sahip olamaz. “İnsanlar, akli terk ettiklerinde sadece duygularının kendilerine rehberlik edemediğini değil fakat aynı zamanda dehşet duygusu dışında hiçbir duyguyu yaşayamayacaklarını da anlarlar.” Rand döneminin felsefi bilince sahip olmayan sadece entelektüel eğilimlerle hareket eden gençlerinin benzer bir durumda olduğunu düşünmektedir. Bu gençler varoluşa dair cevaplayamadıkları sorular nedeniyle düştükleri boşluk duygusundan dolayı madde bağımlısı dahi olmaktadır. Bu boşluk ve yetersizlik duygusunun yarattığı kaçma isteği onları çetelerin etkisi altına girmeye sevk edebilmekte bu da özgürlüklerini yitirmelerine yol açmaktadır. İnsanın gerçeği kavrayabilmesi duyulara, okul, üniversite, gazete, tv gibi kültürel ortamlardan veya birkaç kişi ya da düşünürlerden edinilenlere değil, akılla hareket etmeye bağlıdır.¹²

Rand’a göre felsefe insanın sözü edilen tehlikelerden korunmasını ve gerçeğe, hayata bilinçli bir şekilde yönelmesini sağlayan, sahip olduğu veya olabileceği değerleri koruyan bir etkinliktir. Felsefeye olan ihtiyacımız sadece bugün değil, geçmişte de bilim, teknoloji, ilerleme, özgürlük gibi medeniyet değerlerinin her başarısında ve katkısında kendini göstermiştir.¹³ Rand, felsefenin görevine dair şunları söyler:

Felsefenin görevi insana kapsamlı bir yaşam görüşü sağlamaktır. Bu görüş insanın zihinsel veya fiziksel, psikolojik veya varoluşsal tüm eylemleri için bir temel, bir referans çerçevesi olarak hizmet eder. Bu görüş ona uğraşması gereken evrenin doğasını anlatır (metafizik); bilgi edinme araçlarını sağlar (epistemoloji); kendi yaşamına, karakterine yön verecek değerlere ulaşmasını sağlar (etik); topluma ilişkin olarak hedeflerini ve değerlerini seçeceği standartları belirler (politika); gerçekliğin seçici bir şekilde yeniden yaratılmasını sağlar (estetik).¹⁴

Tüm bu ifadelerden hareketle anlıyoruz ki insan hayatını devam ettirebilmek için harekete geçmeli, bunun için de seçimlerde bulunmalıdır. Bu seçimler için ise değer

⁹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 13.

¹⁰ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 13.

¹¹ Ayn Rand, *The Romantic Manifesto: A Philosophy of Literature*- Ayn Rand, Revised Edition, A Signet Book, 1971, 23.

¹² Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 14-15.

¹³ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 15.

¹⁴ Harry Binswanger (ed.), *The Ayn Rand Lexicon, Objectivism From A to Z*, 1988, 457.

sistemine, ahlaki bir koda¹⁵ ihtiyacı vardır. Bu kodu tanımlamak ise insanın kendi doğasını ve evrenin doğasını bilmesi ile mümkündür.¹⁶

Rand, kendi felsefi sistemini oluştururken sözünü ettiği inşa sırasını izler ve buna uygun bir yöntem ortaya koyar. O insan bilgisinin hiyerarşik bir yapıya sahip olduğu düşüncesinden hareketle bir düşüncenin ele alınmasında önceliği düşüncenin kendisine dayandığı sistemin esaslarına verir. Esasların tutarlı olması diğer parçaların da tutarlı olduğu anlamını taşır.¹⁷

Rand'ın felsefe sisteminde esasta metafizik ve epistemoloji, ardından ahlak ve politika bir iç tutarlılık ve hiyerarşi ile birbirine bağlanır. Ona göre, önce realitenin olduğu bir evren daha sonra bu evreni anlama yetisine sahip insan aklından söz edilebilir. Aksi takdirde realitenin olmadığı bir evrende sırasıyla önce akıl daha sonra da ahlaki alan devre dışı kalır. Böyle bir evrende insanlara dürüst olmaları gerektiği öğütlenemez. Rand, iç tutarlılığın önemini şu sözlerle dile getirir:¹⁸ İnsanlara özgürlüğü tavsiye ederken gerekçe olarak 'bu tespitin iyi olduğunu hissediyor olmanız' ne kadar akla uygundur. Ayrıca benzer bir gerekçeye dayanarak sizinkinden oldukça farklı hissettiğini ifade eden hırslı bir haydutla karşı karşıya bulunduğunuz durumda ne yapacaksınız?¹⁹ Buradan da anlaşılıyor ki realite, bilgi, ahlak ve politika arasında keyfi bir yapılanma değil iç tutarlılık olmalıdır.

Rand'ın iç tutarlılık ve hiyerarşiye dair tespitleri, felsefi bir sistemin oluşturulmasında izlenmesi gereken bir sıranın varlığına verdiği önemi işaret etmektedir. Bu nedenle Rand'a göre önce ele alınan düşüncenin sebepleri irdelenmelidir. Düşünceye neden olan ön şartları ele almadan tek başına düşüncenin sonuçlarını adeta "indirgenemez bir gerçek" olarak kabul etmek yanlıştır. Çünkü indirgenemez gerçek; unsurlarına ayrılamayan, kendinden önce gelen gerçeklerden türetilmeyen bir gerçektir. Bu nedenle araştırdığımız, ele aldığımız ya da inandığımız şeylerin indirgenemez bir gerçekliğe sahip olup olmadığını test etmeliyiz ki işte o zaman belli bir fikir indirgenemez gerçekle çelişirse, o fikrin yanlış olduğu hükmüne varabilelim. Aksi takdirde bireysel hakları reddeden liberallerle veya kapitalizmi savunan ama akla saldıran dindar muhafazakârların çelişkileriyle karşılaşmaya devam ederiz. Rand'a göre bu türden çelişkilere düşmemek için kullandığımız test etme işlemi bizi metafizik ve epistemoloji alanına götürecektir.²⁰

Rand'ın güvenilir, nesnel hakikat bilgisine ulaşmak amacıyla incelediği şeylerin indirgenemez bir gerçekliğe sahip olup olmadığını test etme düşüncesi epistemolojik temelliliğin iki ana tezi ile benzerlik göstermektedir. Bu teze göre, ilkin bazı empirik inançlar, diğer empirik inançlar yoluyla gerekçelendirilmeye bağımlı olmaksızın, kendiliğinden dolaysız bir şekilde epistemik gerekçelendirme kriterine sahiptir. İkinci olarak 'temel inançlar' tüm empirik bilginin nihai gerekçelendirilme kaynağıdır. Bu görüşe göre diğer tüm empirik inançlar, epistemik olarak özel statüde olan bu 'temel inançlar'dan uygun bir

¹⁵ Etik kodlar, belirlenen standartlara uygun ve kabul edilebilir davranışların özelliklerini ortaya çıkarmaktadır. Bir işe dair standartlar ve kodlar, kabul edilebilir davranışları sistematik tanımlama gayretleri olarak da tanımlanabilir. Çetin Bektaş, "Etik Kodların Otel Endüstrisine Katkıları ve Bir Alan Araştırması", *Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1, 2008, 5.

¹⁶ Harry Binswanger (ed.), *The Ayn Rand Lexicon, Objectivism From A to Z*, 457.

¹⁷ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 22.

¹⁸ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 22-23.

¹⁹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 22-23.

²⁰ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 23-24.

şekilde çıkarsamayla türetilerek gerekçelendirilirler. Ve bunlar empirik bilginin dayandığı temeli oluştururlar.²¹

Rand'ın bu anlayışla ortaya koyduğu objektivist felsefesinin dayandığı temeller yani indirgenemez gerçekler şunlardır: algıladığımız dünya gerçektir (varoluş mevcuttur), her şey olduğu gibidir (özdeşlik kanunu),²² akıl bilgi elde etmenin tek yoludur ve mantık da aklı kullanmanın yoludur.²³ Rand temel düşüncesini, düşünme esaslarını bu şekilde ortaya koyduktan sonra daha önce sözünü ettiği tehlikeli felsefi sloganları analize yönelir. Ona göre farklı söylemlerle ortaya çıkan bu sloganlar karşısında savunmasız yakalanıp yanılgıya düşmemek için felsefi düşüncenin gereği yerine getirilmelidir.

Rand'a göre yaygın olan sloganlardan biri şudur: "Bu senin için doğru olabilir ama benim için değil." Bu ifade "Sen bunu sevebilirsin fakat ben bundan hoşlanmıyorum." anlamına gelir ve değer tercihlerinin tartışılmaz unsurlar olduğu düşüncesinden hareket eder. Rand'a göre "Bu kişiler, içe bakış başarısızlıklarını savunmak için tüm evreni pervasızca ortadan kaldırmaya hazırdırlar."²⁴ Çünkü bu slogan mantık kurallarını ihlal etmektedir. Kimlik²⁵ (özdeşlik) kanunu ile çelişen bu slogana göre realite diye bir şey de yoktur ya da tartışmacılar farklı evrenler algılamaktadır ki bu durum da beraberinde belirsizliği ve öznelliği getirir. Bu sloganı analiz ederken klasik doğruluk tanımı²⁶ ya da uygunluk teorisi²⁷ olarak bilinen doğruluk teorisinden hareket eden Rand'a göre bu slogan doğruyu ve realiteyi yok saymakta ve nesnelliği ortadan kaldırmayı²⁸ amaç edinmektedir.

Adeta insanın bir bilince ve bilgiye sahip olmadığını ifade eden bir diğer slogan "Bu kadar emin olma, hiç kimse hiçbir şeyden emin olamaz." sloganıdır. Bu sloganı benimseyen bir kimse "hiçbir şeyden emin olunamayacağından da emin olamaz" çıkarımına ulaştığından bu beraberinde şüpheci ve keyfi²⁹ söylemleri getirecek ve nesnellik ortadan kalkacaktır.³⁰

Başka bir slogan "Bu, teoride iyi olabilir ama pratikte işe yaramaz." sloganıdır. Teoriyi, "realitenin doğru bir tanımı veya insan davranışları için yol gösterici bilgiler takımını

²¹ Laurence Bonjour, *The Structure of Empirical Knowledge*, U.S.A.: Harvard University Press, 1985, 17.

²² Mantığın dört büyük temel önermesinden biri: Her kavram kendi kendisiyle özdeştir; formülü: A=A; bir önermenin doğruluk değeri olduğu gibi kalır. Bedia Akarsu, *Felsefe Terimleri Sözlüğü*, İstanbul, 1998, 145.

²³ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 24.

²⁴ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 26.

²⁵ Ayn Rand'ın eserlerinde 'identity' olarak adlandırdığı aksiyom, Rand'ın eserlerinin ülkemizdeki Türkçe çevirilerinde 'kimlik' olarak ifade edilmiştir. Rand'ın bu kavrama yüklediği anlama baktığımızda özdeşlik aksiyomunu ifade ettiğini görüyoruz.

²⁶ Bir düşüncenin doğruluğu, onun gerçeklikle uyuşmasından oluşur. Kazimierz Adjukiewicz, *Temel Kavramlar ve Kuramlar*, çev. A. Cevizci, Ankara, 1994, 16.

²⁷ Aristoteles'de "zihnimizdeki representation (temsil)" ile "dışsal obje" arasında tam bir benzerlik vardır. Bu yaklaşıma, Putnam "similitude theory of reference" (referansta benzerlik teorisi) der. Dış dünyadaki şeyin zihindeki imgesine, Aristoteles, "phantasm" der. *Phantasm*, dışsal objeyi, onun formu aracılığı ile zihinde temsil eder. Dış obje ve zihindeki imgenin ortak yönü, objenin "formu"dur. Aslında, Kant'tan önce, birçok filozofun uygunluk teorisini savunduğunu söyleyebiliriz. Aristoteles'te "yanlış", "ne değilse o", "ne ise o değil", olandır. "Doğru" ise, "ne ise O", "ne değilse o değil" olandır. Aristoteles'de de "doğruluk", ifadelerle dünyadaki *state of affairs* (olgular) arasındaki bir ilişkidir. Şeref Günday, "Doğru ve Doğruluk ve Kuramları", *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2010, 189.

²⁸ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 25.

²⁹ Ayn Rand'a göre, "Keyfi": algısal veya kavramsal herhangi bir tür kanıt bulunmadığı iddiası anlamına gelir; temeli ne doğrudan gözlem ne de herhangi bir teorik tartışmadır. [Keyfi bir fikir], onu doğrulama ya da gerçeğe bağlama girişimi olmayan saf bir iddiadır. Bir insan böyle bir fikri iddia ederse ister yanlış ister cehalet veya yolsuzluk ile yapsın, fikri epistemolojik olarak geçersiz kılınır." Harry Binswanger, *The Ayn Rand Lexicon, Objectivism From A to Z*, 1988, 80.

³⁰ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 25.

ifade eden bir soyut prensipler takımı” olarak tanımlayan Rand’a göre, bir teorinin değerlendirilme ölçüsü realite ile uyuşmadır. Bir teori realiteye uygulanabilir değilse o hâlde ölçümüz ne olacaktır? Bir teori hangi standartlarda iyi olarak değerlendirilecektir? Dolayısıyla Rand’a göre bu slogan aklın gerçeklikle ilgisinin olmadığını, düşünmenin gereksiz olduğunu göstermektedir.³¹ Sloganın amacı düşünme yetisini işlevsiz ve geçersiz kılmaktır.

Tutarsız sonuçlara ulaştıran başka bir slogan şudur: “Bu mantıklıdır fakat mantığın realite ile ilgisi yoktur.” Rand’a göre “mantık, çelişkisi olmayan tanımlama sanatı veya hüneri”dir. Mantığın tek kanunu kimlik (özdeşlik) kanunu ve onun çeşitli sonuçlarıdır. Mantığın realite ile ilgisinin olmaması kimlik kanunu’nun realiteye uygulanamayacağı anlamına gelmektedir. Rand’a göre bu sloganın benimsenmesi şu anlamlara gelir:³²

a. Hiçbir şey olduğu şey değildir.

b. Aynı anda ve aynı bakımdan şeyler aynı olabilir de olmayabilir de, yani realite çelişkilerden oluşur. Rand’a göre bu sloganı kullananlar bize realiteyi mantık dışı bir yolla keşfedeceğimizi söylemektedir.³³

Rand’ın örneklendirdiği son slogan: “O dün doğru olabilirdi ama bugün doğru değildir.” sloganıdır. Rand’a göre bu slogan insanların geleneklerini düşünerek dile getirdikleri konuları içerir: “İnsanlar dün düello yapıyorlardı ama bugün yapmıyorlar.” veya “Kadınlar dün çemberli etek giiyorlardı fakat bugün giymiyorlar.” veya “Artık at arabası çağında değiliz.” Rand’a göre bu sloganın sahipleri metafizik orijinli olanla insan yapımı olan şeyler arasındaki farkı³⁴ asla keşfedememiş olan kişilerdir. Bu nedenle onlar şu tür hükümleri çürütemezler: “Özgürlük dün bir değerdi, bugün değil” veya “Çalışmak dün bir insan ihtiyacı idi ama bugün değil” ya da “Akıl dün geçerliydi ama bugün değil.”

Rand tüm bu sözü edilen slogan ya da yargıların özel örnekler için birçok insan tarafından bilinçsizce kullanıldığını, kendi ifadesiyle ‘insanların zararlı bir metafizik genellemesi’ yaptığını dile getirir. Bu soyut ifadeler, kelimeler kaba bir genelleme ile ya da yaklaşık anlamıyla değerlendirilmektedir.

Bu nedenle Rand’a göre yapılması gereken şey sloganları analiz ederken düşünme hatasına düşmemek için ifade edilen kelimenin neye işaret ettiğini tespit etmek yani ne söyleniyorsa öylece ele almaktır.³⁵ Rand’ın kelimelere açık anlamlar yükleyerek sağlam bir düşünme prensibi ortaya koyma çabası yine kendisi gibi akılcı bir düşünür olan R. Descartes’ı (1596-1650) anımsatmaktadır. Descartes, *Metot Üzerine Konuşma* adlı eserinde belirlediği dört temel kuraldan ilkinin şöyle ifade eder: “Doğruluğunu apaçık olarak bilmediğim hiçbir şeyi doğru olarak kabul etmemek, yani aceleyle yargıya varmaktan ve ön yargılara saplanmaktan dikkatle kaçınmak ve vardığım yargılarda ancak kendilerinden şüphe edilemeyecek derecede açık ve seçik olarak kavradığım şeylere yer vermek.”³⁶ Rand

³¹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 25-26.

³² Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 26.

³³ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 26.

³⁴ “Metafiziksel olarak verilmiş olan doğru-yanlış, haklı-haksız olamaz, basitçe ne ise odur. Böyle olmuştur, böyle olacaktır ve böyle olmak zorundaydı. İnsan tarafından yapılanlar ise zorunlulukla değil, tercihle yapılmıştır. İnsanın tercih ve değerlendirmelerinin standardı metafiziksel olarak verilmiş olandır.” Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 42.

³⁵ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 27.

³⁶ Rene Descartes, *Metot Üzerine Konuşma*, çev. K. Sahir Sel, İstanbul, 1994, 21.

benzer bir ilke ile gerçeğe ulaşmak için anlaşılır, sağlam bir temelden hareket etmenin önemini vurgular.

Rand bu türden sloganlarla baş edebilmede etkili olabilecek başka bir yolun sloganları ciddiye almak olduğunu söyler. Bu şu anlama gelir: Sloganlar onu analiz eden tarafından bir süre doğru kabul edilmeli ve bu kabulde sloganların kendi hayatımıza ve daha sonra diğer insanların hayatına ne yapacağı düşünülmelidir. Bu şekilde yapılan ‘insanın kendisine dönük gerçekleştirdiği sorgulama’yı Rand, entelektüel dürüstlük olarak adlandırır.³⁷ Rand bazı insanların böylesine sorgulayıcı bir yaklaşım ile gerçeğe odaklandığını ve akli temel aldığını ancak bazı insanların tüm bunları yapabilmede kendini yeterli görmediğini ve aktif düşünmediğini hatta kendini alçaltmayı seçtiğini dile getirir: “Belki de realite gerçek dışıdır fakat ben düşük kaliteli, maddiyatçı köleliğimi yenmeye yetecek kadar akıllı değilim.” veya “Evet, özgecilik bir idealdir fakat ben onu uygulayacak kadar iyi değilim” söylemlerinin sahibi insanlar hisleri ile hareket etmekte, düşünceleri üstüne odaklanmamaktadır. Aklın hüküm veremediği bu durumda ahlakın da reddedildiği kabul edilmiş olur. Böyle bir durum sonrasında belirsizliği, şüpheyi ve durgunluğu getirir.³⁸ Rand böylesi bir tutumun felsefi pasiflik içinde olduğunu, felsefi pasifliğin, hak edilmemiş suçların üstlenilmesine, onların kabul edilmesine neden olacağını dile getirir. Rand bu düşünce yapısında olan insanlara şöyle seslenir:³⁹

Gerçeğin bir illüzyon olduğuna inanarak her gün tutarlı bir şekilde davranabilir miydiniz? Etrafınızda gördüğünüz şeyler var değilse? Arabanızı bir yoldan aşağı veya uçurum kenarı boyunca sürüp sürmemeniz fark etmezse? Yemeniz veya açlık çekmeniz? Sevdiğiniz bir insanın hayatını kurtarmanız veya onu ateşe atmanız? Bu testi herhangi bir ahlak teorisine uygulamak bilhassa önemlidir. Siz özgeciliğin ahlaki bir ideal olduğu fikriyle hareket etmek ister miydiniz ve hareket edebilir miydiniz? Hayatınız dâhil sevdiğiniz, peşinden koştuğunuz, sahip olduğunuz veya arzuladığınız her şeyi herhangi birisi için ve her yabancı için feda etmeli misiniz?⁴⁰

Rand bu türden sorularla realite üzerine odaklanma ve mantığı temel alma noktasında bir farkındalık oluşturmaya çalışırken sözü edilen hak edilmemiş suçların dışında, hak edilen diğer suç türlerinin temel nedenini içe bakış başarısızlığına bağlar. Bu şu anlama gelir: İnsanlar içe bakış cesaretini gösterememekte, kendi his ve duygularına dair etraflıca bir odaklanmada, gözlemde bulunmamaktadır. Bu hal içinde duygularının kaynağı hakkında farkındalığa sahip olamadıklarından duygularının tesiri altında kalmakta ve davranışlarının nedenini, sonuçlarını bilmeksizin yaşamaktadırlar.⁴¹ Bu nedenle Rand insanın hem dış dünya hem de iç dünyasını anlamada şu soruların önemli olduğunu söyler: “Dışa bakış alanı iki temel soruya dayanır: ‘Ne biliyorum?’ ve ‘Bunu nereden biliyorum?’ İçe bakış alanında yol gösterici iki soru ise ‘Ne hissediyorum?’ ve ‘Niçin böyle hissediyorum?’dur.”⁴² Ancak birçok insan bu sorulara yüzeysel ve çelişkili cevaplar verir. Hatta bu süreçte isyan, pişmanlık, korku, suçluluk, duygusallık ve kuşku içinde olan insan bu sorulara cevap bulmakta zorlanır. Bu rahatsız edici durumdan kurtulmak isteyen insan Rand’ın en çirkin psikolojik olaylardan biri olarak ifade ettiği *bahane bulma*⁴³ mekanizmasına sarılır. İnsanlar bu sayede asıl olanı hem kendinden hem de başkalarından

³⁷ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 27-28.

³⁸ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 28-29.

³⁹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 28.

⁴⁰ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 28.

⁴¹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 29.

⁴² Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 30.

⁴³ Ayn Rand’ın ‘psikolojik olay’ olarak söz ettiği kavram için savunma mekanizması ifadesini kullanmamız yerinde olacaktır.

saklar. Gerçeği duygularına uydurma çabası içine girer ve bu şekilde gerçeği çarpıtır. Bu çaba ya da bahane bulma anlayışı insanın kavrama yetisini yok eder.⁴⁴

Rand daha önce sözünü ettiği ve insanın kavrama yetisi önünde bir engel olan felsefi sloganların temelinde de aynı savunma mekanizmasının⁴⁵ yani bahane bulmanın olduğunu iddia eder. Hangi sloganın hangi bahaneye sığındığını şu şekilde örneklendirir:

- “Hiç kimse hiçbir şeyden emin olamaz.” şeklindeki ifade, emin olanlara karşı bir kıskançlık ve nefret duygusu için bahanedir.
- “O, senin için doğru olabilir ama benim için değil.” kişinin rekabetçiliğinin geçerliliğini ispatlayamaması ve ispatlamaya razı olmamasının bahanesidir.
- “Dünyada kimse mükemmel değildir.” kişinin mükemmel olmayışındaki teslimiyetini devam ettirme isteğinin, yani ahlaktan kaçma isteğinin bahanesidir.
- “Hiç kimse yaptığı şey konusunda ona yardım edemez.” ahlaki sorumluluktan kaçış için bir bahanedir.
- “O, dün doğru olabilirdi ama bugün değil.” çelişkilerden kaçma isteği için bir bahanedir.
- “Mantığın realite ile ilgisi yoktur.” kişinin kaprislerini realitenin üstünde görme isteği için bir bahanedir.
- “İspatlayamam ama doğru olduğunu hissediyorum.” bir bahane bulmanın da ötesindedir. Bahane bulma işleminin bir tanımıdır. İnsanlar bir sloganı bir düşünce işlemiyle kabul etmezler, onlar slogana (herhangi bir slogana) sarılırlar çünkü bu sloganlar bu insanların duygularına uymaktadır. Bu gibi insanlar bir ifadenin doğruluğu hakkında onun realiteyle uyumuna bakarak karar vermezler, realiteyi kendi duygularına uygunluğuna göre değerlendirirler.”⁴⁶

Rand’a göre, tüm bu sloganlar, mekanizmalar ve kötü felsefeler insanları sistematik olarak bir anlamsızlığın içine sokmaktadır. Bunun sonucunda kendi düşüncelerini realiteye karşı savunan ve hatta düşünceleri realite ile çelişse dahi kendi realitelerini yaratan insanlar ortaya çıkacaktır.⁴⁷ Etkili filozofların yanlış fikirlerinin bu anlayışı beslediği fark edilmez ve buna karşı çıkılmaz ise bu durum zamanla insanın bilinçli katkısı olmaksızın büyür ve kendi mantıksal çıkarımlarına ulaşır. Sonuç olarak toplumsal, bireysel zihin ve bilinçaltı zarar görür.⁴⁸

Bunun sonucunda insanlar farklı bahanelere, mistik unsurlara bağlanır ve yollarını şaşırırlar. Rand, bu olası insan tutumlarını şöyle örneklendirir:

Bazı insanlar metafiziksel olarak verilenin tabiatını değiştirme, bazıları da insanın mutluluktan başka bir şey yaşamadığı bir evren hayali kurar. Bazıları herkesin bu faziletleri otomatikman paylaştığı dünyada (fakat şu anki dünyada değil) cesur, dürüst ve hırslı olacaklarını düşünür. Bazıları mutlak olan ölüm düşüncesinden korkarlar ve yaşama işinin sorumluluğunu asla üstlerine almaz. Bazıları zamanın akışına bir keramet yükler ve geleneği tabiatın eş değeri olarak görür, eğer insanlar bir fikre yüzlerce yıldır inanıyorsa onun doğru olduğuna inanmaktadırlar. Bazıları her şeye kadir oluşu ve metafiziksel olarak verili olan statüsünü insanların fikirlerine dahi vermez fakat insanların duygularına verir. Bazı insanlar kendi hareketlerinin suçunu bu konuda aciz olan başka şeylere atar, konu üzerinde aciz olan bazı insanlar diğer insanların hareketlerinin suçunu kabul eder.⁴⁹

⁴⁴ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 30.

⁴⁵ Savunma mekanizmaları; bireyin engellenmeler, tehlikeler ya da yaşanmış ağır bir olay karşısında ortaya çıkan yoğun kaygı durumunda benliğini yani bütünlüğünü korumaya yönelik bilinçsizce yaptığı davranış biçimleridir. Engin Geçtan, *Psikodinamik Psikiyatri ve Normal dışı Davranışlar*, İstanbul, 1997, 67.

⁴⁶ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 30-31.

⁴⁷ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 31.

⁴⁸ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 32-33.

⁴⁹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 47.

Rand, insanın hedeflerini gerçekleştirebilmesinin belirsizlikler, bilinçdışı durumlar, arzular, yetenek, şans vb. etkenler değil, aklın rehberliği ile mümkün olduğuna vurgu yapar.⁵⁰ Ona göre bu tehlikeli durumu görebilmek, fark edebilmek kısaca felsefi bir teşhis koyabilmenin yolu aktif fikirliktir. Nesnellik ve felsefe eğitiminin gerektirdiği şey olan aktif bir akıl fikirleri eleştirel bir şekilde inceler, temellendirerek doğruya ulaşır. Aktif bir akıl doğruya ulaşma yolunda sağlam bir muhakeme gücüne sahiptir. Bu muhakeme gücü ile yanlış teoriler elenecek, doğru olanlar daha net anlaşılacak ve bu sayede ideolojik düşmanların tezlerinin yetersizliği ortaya konulacak ve bu durum insanların elini daha da güçlendirecektir.⁵¹ İnsan aktif fikrin sağladığı bilinçle geçmişteki yanlış teorilerin daha sonra ortaya çıkabilecek farklı görünümlerine karşı daha duyarlı olacak ve onların çelişkilerini çok çaba sarf etmeden ispatlayabilecektir.⁵²

Tüm bu örnekler ve tespitler göstermektedir ki insanların dolayısıyla toplum ve ulusların benimsedikleri felsefe türü onların karakterini ve geleceğini belirlemektedir.⁵³ Hangi felsefeye göre davranılacağı ve bunun tercihi insan hayatındaki asıl unsurdur. Dolayısıyla Rand'a göre, bu tercihin bilinçli, açık, rasyonel bir felsefeye yönelik olması gerekir.⁵⁴ Tercih edilen felsefe nesnellik ve aktif fikirlik özelliklerine sahip olmalıdır, çünkü ancak bunlara sahip bir akıl fikirleri inceleme potansiyeline ve onları kritik yapabilme özelliğine sahip olur. Bu sayede doğruyu ve yanlış eşit tutmayan, muhakeme sorumluluğunu üstüne alan, inandığı şeyleri ispatlayabilen yani dogmatik olmayan bir duruş sergilenir.⁵⁵ Rand doğru teorileri daha da sağlamlaştırmanın, yanlış olanları da mantıklı bir şekilde çürütmenin ancak böyle aktif bir akıl sayesinde mümkün olacağını dile getirir. O, akla dayanan ve insan hayatının korunmasını sağlayan bu felsefesini objektivizm olarak adlandırır: "...onu resmî olarak objektivizm fakat gayri resmî olarak dünyada yaşama felsefesi olarak adlandırıyorum."⁵⁶

Sonuç

Rand'a göre, akıl dışı felsefelerin ve modern felsefenin ortaya koyduğu belirsizlik, insanları felsefeden uzaklaştırmış; insanlar soyut kavramlarla değil, somut problemlerle uğraşmanın önemli olduğuna inanmış ve birçok insan felsefeye ihtiyaç olmadığı kanaatine varmıştır. Bu kanaatte olan insanlar mistik olanın hizmetine daha kolay girmekte, mantığı terk etmekte ve realite ile bağını koparmaktadır. Bu sayede insanlar kendilerine ait olmayan suç ve kabahatleri üstlenmek durumunda kalmıştır. Oysa birçok prensip, değer ve düşüncenin temelinde felsefe vardır ve hayata dair bu somut problemlerle uğraşmak için felsefe gereklidir. Ancak felsefi ve mantıklı bir düşünmenin önünde önemli engellerden biri insanlar tarafından kolayca benimsenen sloganlardır. Rand insanların birçoğunun günlük hayatta çok sık kullandığı ve üzerinde bilinçli bir şekilde durup düşünmediği sloganların hiç de masum olmadığını düşünür. Bir süre sonra insanın hayata dair bakış açısını belirleyen, insan aklını karıştıran ve hatta onları realiteyi inkâr etme noktasına getiren bu sloganlarla mücadele edilmelidir. Bu doğrultuda öncelikle daha kolay bir yol olarak seçilen savunma mekanizmalarına sığınmak yerine aktif bir akılla sloganlarla mücadele etmek için kararlı

⁵⁰ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 46.

⁵¹ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 35.

⁵² Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 35.

⁵³ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 2.

⁵⁴ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 2-3.

⁵⁵ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 35.

⁵⁶ Ayn Rand, *İhtiyacımız Olan Felsefe*, 19.

olunmalıdır. Rand insanın hiçbir şeyin kendisine hazır verilmediği bir dünyada, aktif bir akılla ve eleştirel bir bakış açısıyla niçin ve nasıl sorularına cevap arama gayreti içinde olması gerektiğini vurgular. Bu doğrultuda eleştirel düşünmenin, tutarlılığın ve eleştirel düşünme becerisinin kazanılmasının felsefi bir araştırmadaki öneminden söz eder. Rand'a göre, bazı felsefelerin akla ve değerlere saldırdığını anlayabilmek, aklımızı ve değerlerimizi koruyabilmek için yine felsefenin kazandırdığı bilgiye ihtiyaç vardır. Rand felsefenin, kendisine kazandırdığı bilginin temel unsurlarını şu şekilde sıralar: Algıladığımız dünya gerçektir, her şey olduğu gibidir (özdeşlik kanunu), akıl bilgi elde etmenin tek yoludur ve mantık ise akıllı kullanmanın yoludur. Bu esaslar doğrultusunda yanlış düşünceler terk edilmelidir. Rand'ın tespitleri doğrultusunda yanlış düşüncelere zemin hazırlayan nedenler şu şekilde özetlenebilir: Test etmeden indirgenemez gerçekler kabul etmek, doğruyu ve realiteyi yok sayan nesnelliği ortadan kaldırmayı amaçlayan felsefi sloganlar benimsemek, kelimelere açık anlamlar yüklememek, iç hâlimizin kavramsal tanımlamasına dair dürüst bir içe bakış yapmamak ve türlü bahanelerle gerçeği çarpıtmak. Tüm bu nedenlerle Rand, felsefenin insan hayatının her yönü için gerekli ve kaçınılmaz olduğunu dile getirmiş ve objektivizm felsefesini şu sözlerle ifade etmiştir: "Benim felsefemin esası, insanın kahraman bir varlık olduğu, hayattaki manevi amacının kendi mutluluğu olduğu, en soylu faaliyetinin üretici başarıları olduğu, sahip olduğu tek mutlaklığın da kendi mantığı olduğu şeklindedir."⁵⁷

Rand'a göre, özgür bir iradeye sahip bir varlık olan insanın aklını kullanma veya kullanmama konusunda tercihi kendisine aittir. Ancak insan bilmelidir ki akıl realiteyi anlayabilecek, insanın hayatta kalmasını sağlayabilecek bir potansiyeldir. Bu nedenle insanlar aklın üstünlüğünü kabul etmeli ve tutarlı bir duruş sergilemelidir. "Akıl" insanoğlunun temel özelliğidir. Bu nedenle insan yaşadığı evrenin niteliğini, neyi nasıl bilebileceğini, kendi doğasını bilme çabası içinde olmalıdır. Bu çaba ve bilinçte olan bir kişinin ulaştığı bilgileri bütünleştirebilmesi için felsefeye ihtiyacı vardır. Burada kendimize ilke edineceğimiz felsefenin türü yani tercih ettiğimiz felsefe önem taşır. Çünkü Rand'a göre ihtiyacımız olan felsefe realiteyle uyumlu bir felsefedir. Bu da "kendisiyle ilgili olma" şeklinde felsefi bir anlam yüklediği objektivizm felsefesidir.

Rand'ın felsefeden, düşünme ve sorgulamadan uzaklaşan insanların yaşadığı sürece ve bu sürecin sonunda tüm yönlendirmelere açık, pasif bireylerin nasıl ortaya çıktığına yönelik açıklamaları ilgi çekici ve haklı tespitlerdir. Rand'ın iradeye ve odaklanmaya verdiği önem ve öncelik değerlidir. Ayrıca, Rand'ın insanın hayat mücadelesini epistemik olarak adlandırmasını ve bu doğrultuda insanın problemlerine çözüm getirebilmesini bilgi ve düşünme şekliyle doğrudan ilişkilendirmesi de önemlidir. Bu düşünme ve bilgi edinme yöntemi ile insanlar eleştirel ve bilinçli bir tavır içinde olay ve olgulara yaklaşacaktır. Rand'ın bu tespitlerinden çıkan sonuç şudur: İnsanın hayatta kalması bilgi edinmesine bağlıdır ve bunu sağlayacak olan da iradi bilinci ve mantığın kurallarıdır.

⁵⁷ Ayn Rand, *Atlas Silkindi*, çev. Belkis Dişbudak, İstanbul: Plato Yayınları, 2006, Yazarın Önsözü.

KAYNAKÇA

- Adjukiewicz, Kazimierz. *Temel Kavramlar ve Kuramlar*. çev. Ahmet Cevizci. Ankara: Gündoğan Yayınları, 1994.
- Ayn Rand. Erişim 05 Kasım 2017. <https://www.aynrand.org/novels/anthem>.
- Akarsu, Bedia. *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. İstanbul: İnkılâp Yayınları, 1998.
- Bektaş, Çetin. “Etik Kodların Otel Endüstrisine Katkıları ve Bir Alan Araştırması.” *Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1, 2008: 1-17. Erişim 20 Ocak 2020. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/842650>.
- Binswanger, Harry (ed.). *The Ayn Rand Lexicon, Objectivism From A to Z*. New York: A Meridian Book, 1988.
- Bonjour, Laurence. *The Structure Of Empirical Knowledge*. Harvard University Press, 1985.
- Butler, Eamonn. *Ayn Rand An Introduction*, edition published by the Cato Institute, 1000 Massachusetts Avenue, N.W. Washington, D.C. 20001, 2018.
- Can, Şefik. *Klasik Yunan Mitolojisi*. İstanbul: Ötüken Yayınları, T. C. Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2011.
- Cevizci, Ahmet. *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. İstanbul, 2000.
- Descartes, Rene. *Metot Üzerine Konuşma*. Çev. K. Sahir Sel. İstanbul: Sosyal Yayınları, 1994.
- Geçtan, Engin. *Psikodinamik Psikiyatri ve Normal dışı Davranışlar* (13. bs.). İstanbul: Remzi Kitabevi, 1997.
- Günday, Şeref, “Doğru ve Doğruluk Kuramları”. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2, 2010. Erişim 15 Aralık 2019. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunisobil/issue/2812/37824>.
- Gündoğan, Ali Osman. “Edebiyat ile Felsefe İlişkisi Üzerine”. *Ankara Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2-3, 1999. Erişim 15 Aralık 2019. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/auifd/issue/71649/1153448>.
- Rand, Ayn. *Atlas Silkindi*. çev. Belkıs Dişbudak. İstanbul: Plato Yayınları, 2006.
- Rand, Ayn. *Yeni Entelektüel İçin*. çev. Orhan Düz-Belkıs Dişbudak. İstanbul: Plato Yayınları, 2009.
- Rand, Ayn. *İhtiyacımız Olan Felsefe*. çev. Nejdett Kandemir. İstanbul: Plato Yayınları, 2003.
- Rand, Ayn. *The Romantic Manifesto: A Philosophy of Literature* - Ayn Rand. Revised Edition, A Signet Book, 1971.



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 2 Sayı/Number: 1 Haziran/June 2025

Aristoteles'in Erdem Etiğinde Enkrateia Kavramının Önemi ve Politik Düzlemdeki Yeri

The Significance of Enkrateia in Aristotelian Virtue Ethics and Its Place in the Political Sphere

Mine Durmuş

Felsefe Bölümü Mezunu / Graduated in Philosophy

İzmir Katip Çelebi Üniversitesi / İzmir Katip Çelebi University

Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi / Faculty of Social Sciences and Humanities

minedurmuss01@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1346-1864>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 25/04/2025

Kabul Tarihi/Accepted: 28/06/2025

Yayın Tarihi/Published: 30/06/2025

Atıf/Cite As

Durmuş, Mine. "Aristoteles'in Erdem Etiğinde Enkrateia Kavramının Önemi ve Politik Düzlemdeki Yeri". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 2 (1), 2025, 57-72.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlanmış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

ARİSTOTELES'İN ERDEM ETİĞİNDE *ENKRATEİA* KAVRAMININ ÖNEMİ VE POLİTİK DÜZLEMDEKİ YERİ

ÖZ

Düşünsel yolculuğun hem çıkış hem de varış noktası insandır. Felsefi düşüncelerin her biri aslında içimizdeki arayışın sorgulamalara dökülmüş halidir. Gerçek dünyanın yarattığı her etki ve sorgulanış 'merak odası'nın bir ürünüdür. Biz insanlarda baskın olarak var olan anlamaya ve öğrenmeye yönelik eğilimler, bizi bu merak odalarına sürükler. Zamanın derinliklerinde kendini arayan insan özellikle felsefi öğretiler ve düşüncelerle bir sistem oluşturmaya çalışmıştır. Çünkü insanın aradığı şey aslında yine 'kendisi'dir. Bu açıdan, oluşturulan bütün sistemler 'insana ait olan' üzerine kurulur. Felsefenin çıkış noktası, görünen ve algılanan dünyanın sorgulanışı olmuştur. Felsefe gerçek anlamını Platon ve Aristoteles'te bulur. İnsana ilişkin bütüncül bir felsefe ortaya koymaya çalışan bu filozofların amacı, bireysel ve toplumsal düzeyde bir düşünce sistemi geliştirmektir. Bu makalenin konusu kapsamında Aristoteles'ten örnek verecek olursak, onun etik, politik, metafizik ve epistemolojik görüşleri hem pratik hayatın hem de düşünselin gerçekte olan bağlantısını içermektedir. Çok yönlü bir filozof olan Aristoteles'in bireysel ve toplumsal açıdan sistematize ettiği felsefesinin önemini dikkate alarak günümüz koşulları içinde hala geçerli olduğu gerçeğini yadsınamamak gerekir. Aristoteles'in özellikle etik anlayışı üzerinde durduğumuz bu yazıda bireyin hem kendini inşa süreci hem de diğer insanlarla kurduğu ilişkinin temeli ele alınmıştır. Onun felsefesinde insan, kendini, yaşamını ve toplumu kurgularken bir amaca yönelik hareket etmelidir. Antik Yunan'da sıkça karşımıza çıkan bir kavram olan 'eudemonia' (mutluluk) bu amacın kendisidir. Peki mutluluk nedir? Mutluluk bir yerde ve her yerde ona ulaşmak için peşinden koşulan ve çaba sarf edilen bir telos'tur. Mutluluk maddi değildir aksine var olduğu zaman diliminde varlığı en yoğun hissedilen ve anlık hazzardan korunarak ulaşılan en üst iyi'dir. Ne var ki mutluluk, mutluluğun dışındadır. Bu nedenle mutluluk, çaba ve mücadeleyle gelen erdemli davranışların bir sonucu olarak insanın elde ettiği biricik yaşamdır. Mutluluğa ulaşmak her görüş için farklı olsa da Aristoteles felsefesinde erdemli olmaktan geçer. Erdemli olmak için de kişinin bazı iyi davranışları sürekli olarak tekrar etmesi gerekir. İyi bir birey ve iyi bir yurttaş olmak ancak ve ancak eğitim ve iyi davranışların tekrarı ile mümkündür. Kişinin karakter oluşumu esnasında aklı kullanarak her zaman iyi ve doğru olan davranışı seçmesi onu mutluluğa götürür. Nedir bu davranışlar? İnsanın kendini aşırı olan her şeyden sakındığı ve daima aklın öncülüğünde eyleme geçirdiği davranışlardır. Çünkü insan ruhunda akıl, irade ve arzu vardır. Arzu ve haz eğer aşırı yaşanırsa yani bir orta yol bulunmazsa kişi aklıdan yoksun hareket etmiş olur. Hazlardan arındırılmış davranış kişinin erdeme ulaşmasındaki ilk basamaktır. Bundan dolayı, aklın öncülüğünde yapılan bir davranışın sürekli tekrarı onun karakter oluşumundaki mücadelesidir. Bu mücadele, enkrateia kavramı ile karşımıza çıkar. Aristoteles'in Nikhomakhos'a Etik'in VII. Kitabında bahsettiği enkrateia kavramı bireysel etik ve toplumsal etik-politik sistemin bir unsurudur. Enkrateia, tam anlamıyla bir erdem değil, erdeme ulaşmadaki karakter biçimidir. Enkrateia'yı karşıtı olan akrasia ile açıklamak kavramı daha anlaşılır kılacaktır. Bu iki karakter tipinde kişiler doğru ilkenin (logos) farkındadır. Enkratik kişi içsel bir mücadele içerisinde hazlarına yenik düşmeden sürekli olarak doğru ilkeyi seçer. Bu seçimi yaparken pratik bilgelik (phronesis) yani aklı başındalık devrededir. Fakat akratik kişi doğruyu bildiği halde yine de hazlarının peşinden giderek erdemsizliği getiren bir davranışı sergiler. Ayrıca kişinin doğru ilkeyi bilmesi onu seçeceği anlamına gelmez. Burada her ne kadar kolay gibi görünse de enkratik bir kişiliğe sahip olmak pek de kolay değildir. Etik eğitimin başlangıç noktası sayabileceğimiz enkrateia, politik düzlemde de önemlidir. Çünkü erdem sahibi iyi bir birey aynı zamanda iyi bir yurttaşdır. Aristoteles'in etik görüşü politikadan bağımsız değildir. Ona göre politik bir hayvan olan insan, kollektifin bütünlüğünü koruması için erdemli olmalıdır. Bu erdem kendiliğinden ortaya çıkmaz, aklın devrede olması ve pratik olarak yapılması gerekir. Erdemli toplumlar erdemli yurttaşlar sayesinde olur. Toplumun refahı ve düzeni ortak iyunin amaçlanması sonucu meydana gelir. Devletin düzeninin sağlanması yurttaş eğitimi ile olanaklıdır. Yurttaş eğitimi sayesinde bireyler akrasia'dan kurtularak erdemli bir toplum için varlıklarını sürdürürler. Bu bağlamda eudaimonia'ya ulaşmak sadece bireyler için değil devlet için de önemlidir. Mutluluk, erdem ve bunların hayatımızdaki yeri ve uygulanışı Aristoteles'in Nikhomakhos'a Etik eserinde detaylı olarak anlatılmaktadır. Filozof her ne kadar kendi yaşadığı dünya için uygulamalı bir etikten bahsetse de bizler hala aynı duygu, düşünce ve bilinmezlikleri sorguladığımızdan dolayı onun görüşleri günümüz dünyasında da geçerliliğini korumaktadır.

Anahtar Kelimeler: Aristoteles, Erdem etiği, Enkrateia, Akrasia, Pratik Bilgelik (Phronesis), Yurttaş erdemi.

THE SIGNIFICANCE OF ENKRATEIA IN ARISTOTELIAN VIRTUE ETHICS AND ITS PLACE IN THE POLITICAL SPHERE

ABSTRACT

The starting point and destination of the intellectual journey is human beings. Each philosophical thought is actually the questioning of our inner search. Every effect and question created by the real world is a product of the 'room of curiosity'. Our dominant tendencies to understand and learn drive us to these rooms of curiosity. Humans, searching for themselves in the depths of time, have sought to create a system through philosophical teachings and ideas. This is because what humans are searching for is, in fact, themselves. From this perspective, all systems are built on what belongs to humans. The starting point of philosophy was the questioning of the visible and perceptible world. Philosophy found its true meaning in Plato and Aristotle. The aim of these philosophers, who sought to present a comprehensive philosophy of man, was to develop a system of thought at the individual and social levels. To give an example from Aristotle, within the scope of this article, his ethical, political, metaphysical and epistemological views contain the connection between practical life and reality. Considering the importance of Aristotle's philosophy, which he systematised from individual and social perspectives, it is necessary not to deny the fact that it is still valid in today's conditions. In this article, which focuses on Aristotle's understanding of ethics, the foundations of the individual's self-construction process and the relationships they establish with other people are discussed. In his philosophy, humans must act with a purpose when constructing themselves, their lives, and society. The concept of 'eudemonia' (happiness), which frequently appears in ancient Greece, is this purpose itself. So what is happiness? Happiness is a telos that is pursued and strived for in order to be attained in a place and everywhere. Happiness is not material; rather, it is the highest good that is most intensely felt when it exists and is achieved by avoiding momentary pleasures. However, happiness lies outside of happiness itself. Therefore, happiness is the unique life that humans achieve as a result of virtuous behaviour that comes with effort and struggle. Although reaching happiness is different for everyone, in Aristotle's philosophy, it comes from being virtuous. To be virtuous, a person must consistently repeat certain good behaviours. Being a good individual and a good citizen is only possible through education and the repetition of good behaviours. During the formation of a person's character, always choosing good and right behaviour using reason leads them to happiness. What are these behaviours? They are behaviours in which a person refrains from everything excessive and always acts under the guidance of reason. This is because the human soul contains reason, will, and desire. If desire and pleasure are experienced excessively, that is, if a middle ground is not found, the person acts without reason. Behaviour free from pleasures is the first step towards virtue. Therefore, the constant repetition of behaviour guided by reason is the struggle for character formation. This struggle is presented to us with the concept of enkrateia. The concept of enkrateia, mentioned by Aristotle in Book VII of Nicomachean Ethics, is an element of individual ethics and social ethics-political system. Enkrateia is not a virtue in its full sense, but a character form in achieving virtue. The concept becomes clearer when explained in contrast to its opposite, akrasia. In both character types, individuals are aware of the right principle (logos). The enkratic person is in an internal struggle and constantly chooses the right principle without succumbing to their pleasures. In making this choice, practical wisdom (phronesis), or prudence, comes into play. However, the akratic person knows what is right but still pursues their pleasures, exhibiting behaviour that leads to immorality. Furthermore, knowing the right principle does not mean that a person will choose it. Although it may seem easy, having an enkratic personality is more difficult than it appears. Enkrateia, which can be considered the starting point of ethical education, is also important in the political sphere. This is because a virtuous individual is also a good citizen. Aristotle's ethical view is not independent of politics. According to him, humans, who are political animals, must be virtuous in order to preserve the integrity of the collective. This virtue does not arise spontaneously; it requires the use of reason and practical action. Virtuous societies exist thanks to virtuous citizens. The welfare and order of society arise as a result of the pursuit of the common good. The order of the state can be achieved through the education of citizens. Thanks to civic education, individuals are freed from akrasia and continue to exist for the sake of a virtuous society. In this context, achieving eudemonia is important not only for individuals but also for the state. Happiness, virtue, and their place and application in our lives are explained in detail in Aristotle's Nicomachean Ethics. Although the philosopher spoke of applied ethics for the world in which he lived, his views remain valid in today's world because we still question the same feelings, thoughts, and uncertainties.

Keywords: Aristotle, Virtue ethics, Enkrateia, Akrasia, Practical Wisdom (Phronesis), Civic virtue.

Giriş

Aristoteles, insanın ahlaki ve politik konumuna özel olarak vurgu yapan bir filozof olarak karşımıza çıkar. O, felsefesini kurarken yalnızca bireye odaklanmamış bunun yanı sıra insanın akılsal doğası ile erdemliliği arasındaki bağlantıyı temel olarak alıp, etik ve politikasını birlikte düşünmemizi gerektiren bir sistem inşa etmiştir. Aristoteles'in sistemi içerisinde birey ve toplum etik açıdan ilişkisellik içinde varlığını sürdürmektedir.

Aristoteles, ahlaki (ethike) insanın ontolojisi olarak görür ve bu konudaki temel bilgileri özellikle Ethika Nikomacheia (Nikomakhos'a Ahlak) adlı eserinde açıklar.¹ Eserinde 'iyi' (agathon) üzerine odaklanan Aristoteles'e göre, varlıkların ve insan davranışlarının son hedefi, iyiye ulaşmaktır.² En üstün iyi ise eudamonia'dır. En yüce iyi, mutluluktur.³

Aristoteles'in felsefesinde en üstün iynin (eudemonia) ne olduğuna bizzat kendi eserinden hareketle açıklık getirmek gerekirse;

En iyi, kendisi amaç olan bir şey olarak görünüyor...Çünkü onu hiçbir zaman başka bir şey için değil, hep kendisi için tercih ediyoruz; ama onuru, hazzı, usu ve her erdemi hem kendileri için tercih ediyoruz hem de mutluluk uğruna, onlar aracılığıyla mutlu olacağımızı düşündüğümüz için tercih ediyoruz. Oysa hiç kimse mutluluğu onlar uğruna ya da genel olarak başka bir şey uğruna tercih etmiyor. Bunun böyle olduğu kendine yeterliğinden de görünüyor, çünkü **kendisi amaç olan iyi** kendine yeter düşünülüyor.⁴

Cevizci'nin aktarımıyla; insanın nihai amacı olarak *eudaimonia*'nın, En Yüksek İyi için gerekli tüm ölçütleri sağlaması gerektiğini söyleyen Aristoteles'e göre, insanın kendini gerçekleştirmesinin sonucu olan mutluluk bütün insanların her şeyden çok peşine düştükleri bir hedef olmak durumundadır.⁵ En Üstün İyi'nin amaçsal konumu gereği insan eylemlerine yansımaları ve yapılan eylemlerin erdemli olarak hayata geçirilmesi Aristoteles'e göre şu şekilde açıklanmaktadır:

Eylem yaşamından da iki türlü söz edildiğinden, bunun etkinlik halinde olan yaşam olduğu belirtilmeli... Eğer insanın işi ruhun akla uygun ya da akıldan yoksun olmayan etkinliği ise ve belirli bir işin ve bu işte yetkin olanın işinin aynı olduğunu söylüyorsak (örneğin gitarcının işi ile erdemli gitarcının işinin aynı olduğunu söylüyorsak, gitarcının işi gitar çalmak, erdemli gitarcının işi iyi gitar çalmaktır); eğer bu böyle ise [ayrıca insanın işinin belli bir yaşam olduğunu, bu yaşamın da ruhun akla uygun etkinliği ve böyle eylemler olduğunu; erdemli insana yakışanın bunları iyi ve güzel bir biçimde yapması olduğunu; her şeyin ise kendine özgü erdeme göre iyi yapılırsa, iyi gerçekleştirilmiş olduğunu da ileri sürüyoruz], insansal iyi, ruhun erdeme uygun etkinliği olur...Çünkü bir tek kırlangıç baharı getirmez, ne de bir tek gün; aynı şekilde bir tek gün ya da kısa bir süre insanı kutlu ve mutlu kılmaz.⁶

Aristoteles'in erdem (*arete*) etiğinde, insanın kendi eylemleri üzerindeki öz-denetimi, davranışlarını rasyonel ilkelerle uyumlu hale getirmesi ve iyiyi seçme yetisi yer almaktadır. Aristoteles için amaç, salt mutluluk ya da toplumsal yarardan ziyade insanın ereğine (*telos*) uygun, anlam bakımından 'iyi' bir yaşamdır.

Ruhun amacı iyi bir yaşamdır... Mutluluk, tam iyi olma halidir... En iyi eylem, en iyi davranışın sonucudur... O halde mutluluk, iyi bir ruhun etkinliğidir... Yani mutluluk mükemmel iyiliğe uygun mükemmel bir yaşam etkinliğidir.⁷

¹ Çiğdem Dürüşken, *Antikçağ Felsefesi*, İstanbul: Alfa Yayınları, 2023, 270.

² Çiğdem Dürüşken, *Antikçağ Felsefesi*, 271.

³ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, çev., Zeki Özcan, Ankara: Sentez Yayıncılık, 2021, 53.

⁴ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, çev. Zeki Özcan, 1097a30-1097b5.

⁵ Ahmet Cevizci, *Felsefe Tarihi*, İstanbul: Say Yayınları, 2021, 133.

⁶ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, çev., Saffet Babür, Ankara: Bilgesu Yayıncılık, 2020, 1098a5-20.

⁷ Aristoteles *Eudemos'a Etik*, çev. Furkan Kaderin, İstanbul: Say Yayınları, 2024, 1219a-1219b.

Bu bağlamda bireyin En İyi'ye ulaşması için "*enkrateia*" (kendine hâkim olma) kavramı Aristoteles'in erdem anlayışında önemli bir rol oynar. Aynı şekilde öz-denetimin sağlıklı bir şekilde gerçekleşebilmesi *enkrateia* kavramının tam manasıyla içselleştirilmesine bağlıdır. *Enkrateia* kavramı, haz duygusunu tatmin etmek amaçlı istenilen ama mantıklı olmadığı için de yapılmaktan geri durulan, sakınılan davranış, yani 'akıl ile duyguyu ya da arzuyu terbiye etme' şeklinde yorumlanabilir. Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*'te ve *Eudemos'a Etik*'te *enkrateia*'yı, kişiliğin gücü olarak görüp, bütün kötülöklere açık kapı⁸ bırakan "*akrasia*" (kendine hâkim olamama) ile karşıtlık içinde değerlendirir. Aristoteles, *enkrateia*'nın tam bir erdem olmadığını fakat erdemli huylara geçişte önemli bir sac ayağı olduğunu düşünür. *Enkrateia*, tam anlamıyla aklın önderliğinde oluşan bir karakter oluşumdur. Bu anlamda Aristoteles eserinde, *enkrateia*'yı "iradeye uygun olarak arzuları dizginleme" yeteneği şeklinde açıklamaktadır. Basitçe 'irade gücü' olarak tanımlayabildiğimiz *enkrateia*, günümüz etik tartışmaları içerisinde ele alınmayan fakat derin anlamlara sahip bir kavramdır. Bu kavram, anlam bakımından kişiyi erdemli olmaya götüren bir yol olarak görölse de Aristoteles'in etik anlayışında, onun doğrudan politika ile de ilintili olduğu görölmektedir. Bireysel ahlakla sınırlı kalmayan *enkrateia*, politik düzenin inşası için dikkat edilmesi gereken önemli bir kavramdır. Bu makalenin amacı, Aristoteles'in erdem etiğinde konu ettiği *enkrateia* kavramını, pratik bilgelik (*phronesis*) ile bağlantılı olarak açıklamak ve kavramın karakter oluşumundaki önemini belirtmektir. Bununla birlikte, Aristoteles'in politika felsefesi bağlamında kavramın toplumsal düzendeki önemine vurgu yaparak söz konusu kavramı bazı çağdaş düşünürlerin etik-politik görüşleri çerçevesinde ele alacağız. Bu araştırmanın sonunda ulaşmak istediğimiz nokta ise, Aristoteles'in erdeme atfettiği değerin ve ona giden yoldaki sac ayaklarından biri olan *enkrateia*'nın değerini ortaya koymak ve günümüz felsefi tartışmalardaki yerini açıklamaktır.

1. Aristoteles'in Erdem Etiği Ekseninde *Enkrateia* Kavramının Kavramsal Çerçevesi ve Teorik Bütünlüğü

Düşünce dünyasında karşılaştığımız her kavram fikri bir temele dayanmaktadır ve bir kavramı anlamak için de filozofun temel görüşlerine bütüncül bir bakış açısıyla bakılmalıdır. Bu doğrultuda erdem kavramını dosdoğru anlamak ve anlamlandırmak için Aristoteles'in felsefesinde akıl ve ruh ayrımını incelemeliyiz. Ayrıca Aristoteles'i anlamak için de kendinden önceki düşünceleri ele almalı ve mukayeseli bir inceleme yürütmeliyiz. Böylece sistemli bir şekilde düşünsel yolculuğa çıkabiliriz. Platon ve Aristoteles'in ruh anlayışlarını iki zıt fikir olarak ele almayacağız. Buradaki amaç bu iki filozofun felsefi öğretileriyle birlikte erdeme ulaşma çabamızı temellendirmektir. Erdeme giden yolculuk rasyonel bir düzlemde ele alınırsa konu daha anlaşılır olacaktır. Çünkü Aristoteles için erdem, ruhun bir parçasıdır ve erdemden söz ediyorsak, ruhun akıl, irade (*thumos*)⁹ ve arzular (*epithymia*)¹⁰ arasındaki ahenkli uyumundan bahsediyoruz demektir.

Platon'a göre idealar dünyasından yeryüzüne inen ruh,¹¹ maddeden farklı tinsel bir tözdür. Ruhu akıl, irade ve istek olarak üç kısma ayıran Platon'a göre, bu üç ilkeden biri bizi bilgi edinmeye, biri taşkınlığa, öfkeye, biri de yemeye, içmeye, çiftleşmeye ve buna benzer isteklere

⁸ Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 308. Zeki Özcan'ın dipnotundan alındı. (Zeki Özcan çevirisi)

⁹ **Thumos (θυμός)** Antik Yunan felsefesinde ve özellikle Aristoteles'in psikolojisinde, ruhun (psyche) "irade gücü", "onur duygusu" ve "duygusal tepkilerin" kaynağı olan kritik bir bileşendir. Platon'un üçlü ruh modelinde (akıl, thumos, arzular) ve Aristoteles'in etik sisteminde önemli bir rol oynar.

¹⁰ **Epithymia (ἐπιθυμία)**, Antik Yunan felsefesinde ve özellikle Platon ile Aristoteles'in psikoloji kuramlarında, ruhun "arzular", "iştahlar" veya "temel dürtüler" ile ilişkili yönünü ifade eder. Felsefi açıdan, insanın bedensel ve duygusal ihtiyaçlarına (açlık, cinsellik, maddi hazlar gibi) yönelik eğilimlerini kapsar.

¹¹ Mustafa Kaya, "Platon'un Ruh Kuramı", *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15 (1), 2013.

götürür.¹² Tinsel bir töz olan ruh, maddeden ayırdır ve doğası gereği bedenden bağımsızdır. Aristoteles ise Platon'dan farklı bir ruh teorisi geliştirir çünkü ona göre ruh ile beden bir tözün ayrı iki ögesidir.¹³ O, madde-form öğretisinde madde ile formu birbirinden ayırmış olsa bile, doğada bizim hiçbir zaman maddeden yoksun bir formla da formdan yoksun bir maddeyle de karşılaşmadığımızı belirtmeye özen gösterir.¹⁴ Kendi felsefesinde geliştirdiği ruh teorisi¹⁵ üç kısımdan oluşmaktadır. Kaya'nın dile getirdiği gibi;

Aristoteles, ruhun bitkisel, hayvansal ve akılsal olmak üzere üç işleve sahip olduğunu belirtir. Bitkisel ruh, insan varlığının doğma, büyüme, beslenme ve varlığını sürdürme gibi hayati fonksiyonlarını düzenler. Hayvansal ruh'un temel işlevi ise duyumlamadır. Ruhun üçüncü ve son fonksiyonu ise akıl yürütmedir. Aristoteles'e göre insan ruhunun en belirgin özelliği akıl ile donatılmış olmasıdır. Akıl ise etkin (faal) ve edilgin (pasif) olmak üzere ikiye ayrılır. Edilgin akıl, duylara bağımlıdır; duylarla sağlanan verileri derleyip toplar, bir düzene sokar. Buna karşılık kendi kendini yöneten etkin (faal) akıl ise deneye elde edilen bilgileri evrenselleştirir, imgelemleri nesnelerden soyutlar ve böylece bilime ulaşmaya çalışır.¹⁶

Bu bağlamda, Aristoteles ruh görüşü ile *enkrateia* kavramının ontolojik temelini de inşa etmiş olur. Bizlere sunduğu hiyerarşide Aristoteles, rasyonel olan kısmın (*logistikon*) arzulayan (*episthymetikon*)¹⁷ kısımdan üstün olduğunu da ifade etmiş olur. Bu nedenle, akıllı (*logos*) insan ruhunun en üst yetisi olarak kabul etmek erdemli yaşamın temelini oluşturur. *Eudemonia*'ya nasıl ulaşılacağı konusundaki en kritik kavram *aretê*, yani erdemdir. Erdem, *Nikhomakhos'a Etik*'te belirtildiği gibi, *alışkanlıkla olgunlaşan akla uygun davranma* edimidir.¹⁸ Belirtmek gerekir ki, burada alışkanlıkla kastedilen şey, mekanik bir tekrardan ziyade aklın bilinçli olarak kendini beslediği bir dönüşüm biçimidir. "O halde erdem böylece, düşünülmüş taşınmış bir biçimde davranmaya bir yatkınlıktır; bu yatkınlık, bize bağlı tam bir ortadan ibarettir; söz konusu orta, ihtiyatlı insanın belirlediği gibi rasyonel biçimde belirlenmiştir."¹⁹

Kısacası erdem, akıl tarafından yönetilen ve aşırılıktan uzak bir konumda yer alan akli başında insanın, eylemlerinde orta yolu benimsemesi halidir.²⁰ *Mesotes*²¹ ilkesiyle yani orta yol ile ilişkilendirilen erdem, alışkanlık ve disiplinle geliştirilerek doğru dengede kendini gösterir. Aristoteles'in kendi örneğinden hareketle, cesaret erdemi korkaklık ile gözü karalık arasında doğru dengeyi kurabilmeyi gerektirir. Bu denge, kişiye ve duruma göre değişkenlik gösterse de her zaman rasyonel bir iç görünüm rehberliğine ihtiyaç duyar. Aristotelesçi erdem anlayışı, salt bir erdemler listesi ezberlemekten öte, hangi durumda hangi tutumun iyi olacağını hükme bağlayabilen zihinsel ve karakteristik bir ustalığı ifade eder. "...bir aşırılık olan haz düşkünlüğü,

¹² Platon, *Devlet*. çev. Sabahattin Eyüboğlu ve M. Ali Cimcoz. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2019, 436b.

¹³ Mustafa Kaya, "Aristoteles'in Ruh Anlayışı." *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18, 2014.

¹⁴ Ahmet Cevizci, *Felsefe Tarihi*, 128.

¹⁵ Aristoteles, *Ruh Üzerine*, çev. Ömer Aygün ve Y. Gurur Sev, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2018.

¹⁶ Mustafa Kaya, "Aristoteles'in Ruh Anlayışı".

¹⁷ Lokman Çilingir, "Platon'da Ahlak ve Siyaset İlişkisi." *Temaşa Felsefe Dergisi*, 20, Aralık 2023.

¹⁸ Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 98-99, 1103a15-20 (Zeki Özcan çevirisi)

¹⁹ Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 115-116, 1107a (Zeki Özcan çevirisi)

²⁰ Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 1106a15-35, 1106b15-20 (Zeki Özcan çevirisi)

²¹ **Mesotes İlkesi**, Antik Yunan filozofu Aristoteles tarafından geliştirilen bir ahlak ve erdem teorisidir. Bu ilke, "altın orta" veya "orta yol" olarak da bilinir ve erdemli davranışın, aşırı uçlar arasında dengeli bir noktada bulunması gerektiğini savunur.

ölçülülüğün (*sophrosyne*)²² daha özel karşıtıdır. Böylece erdem, ahlaki erdem bir ortadır...Ve işte bu nedenle erdemli olmak bir çabadır.”²³

Aristoteles, ölçülü insanın aşırı olan her şeyden hoşlanmadığını, hazları uygun ve ölçülü bir biçimde arzuladığını ifade eder.²⁴ Ona göre ölçülülük, hazların akıllıca yönetilmesidir. Türkeri’nin belirttiği gibi, “Aristoteles’e göre *enkratik* kişi de ölçülü kişiye benzer. Fakat aralarındaki fark, *enkratik* kişi kötü arzulara sahipken ölçülü kişi, böyle arzulara sahip değildir.”²⁵ Bu nedenle ölçülü kişi, erdeme giden yolda *enkratik* kişiye göre bir adım öndedir. Öyleyse orta yolu benimseyip haz ve arzulara karşı koyarak ölçülülüğü benimsemek erdemli olma halini birebir yansıtırken *enkratik* davranmak da erdemli bir yaşamın temelini oluşturur diyebiliriz. Bu bağlamda, ‘akla uygun davranma’ ile *enkrateia*’ya zemin hazırlayan Aristoteles, bu kavramı, *Nikhomakhos’a Etik’in VII.* kitabında ayrıntılı olarak ele alır. Ona göre, ahlaki özerkliğin bir önkoşulu olan *enkrateia*, tam bir erdem değildir. Yine de Aristoteles, *enkrateia*’dan “tıpkı direnme gibi erdemli ve övgüye değer bir durum” olarak bahseder.²⁶ Bu kavramı açıklarken de *enkratik* olma hali ve *akratik* olma hali arasındaki karşıtlığı bizlere sunar. *Enkrateia*, erdeme yakın ve övülecek bir durum iken *akrasia* kendine hâkim olamama gibi kötü bir durumu ifade eder. *Enkratik* insan arzularının kötü olduğunu bildiği için bunlara akıyla direnir ve kendini frenler. Kendini frenleyen insan *enkratik* bir insandır.²⁷ Diğer bir ifadeyle *enkrateia*, aklın ölçütlerine bağlı kalan ama aynı zamanda duygusal olarak bir mücadele içinde olan bir karakter tipini ifade eder. Bu kişi tam anlamıyla erdemli değildir fakat erdeme giden yolda rasyonel bir ruha sahip olmanın gerekliliğini yerine getirir. *Enkrateia*’ya sahip olan kişi, aklın ışığında duygularının esiri olmamayı tercih eden kişidir. En basit ifadeyle *enkrateia*, erdeme tam olarak ulaşamamış fakat *akrasia*’nın da zayıflığından kurtularak akıl ile kendi üzerinde güç sahibi olan, gerektiğinde bedensel hazları tercih etmeyen ve iradenin varlığıyla kendi iç dünyasında mücadele eden karakteri temsil eder.

Aristoteles’e göre, erdem alışkanlıkla kazanılan bir şeydir²⁸ ve kişi bu eylemleri tekrarladıkça karakter oluşumunda kökleşme yaşanır. Aristoteles’in erdem anlayışında, “aklî erdemler” de yer alır. Bu aklî erdemlerin başında, pratik bilgelik (*phronesis*) yani akli başındalık gelir. *Phronesis*, doğru eylemin ne olduğunu saptayabilme yetisidir. Kişiye, hangi davranışın ahlaken iyi, hangi davranışın sakıncalı olduğunu göstermeye yarar.²⁹ Kişi pratik bilgelik ilkelerini bilebilir fakat onu uygulamak zorunda da değildir. Tek başına onun bu ilkelere uygun davranması erdemli olduğunu göstermez. Burada devreye *enkrateia* girer. *Phronesis* doğruyu söyler, *enkrateia* ise bu doğruyu uygulamalı olarak hayata geçirebilecek iradeyi ortaya çıkarır. Denilebilir ki, *enkrateia* ile pratik bilgelik arasında köprü kurulursa bilinen doğru, uygulamaya geçirilmiş olur. Bu nedenle *enkratik* kişi, aklın hakimiyetini koruyarak karakter erdemine geçiş yapma aşamasında ilerler. Aristoteles’in *enkrateia*’ya verdiği önem, bu kavramın erdem etiğine giden yolda karakter oluşumundaki merkezi yeridir. Öyleyse, erdem ve *enkrateia* arasında sıkı bir bağ bulunur. Bu bağ sayesinde kişi doğru ilkeyi seçerek ve süreklilik arz eden bir iç mücadeleye başlar. Şayet kişinin iç mücadelesi artık dış baskılara maruz kalmadan kendi benliğiyle oluşup aklın

²² **Sophrosyne** (ölçülülük), ruhun irrasyonel (akıl dışı) kısmının akla uygun şekilde dizginlenmesi anlamına gelen bir erdemdir. Aristoteles’in etik sistemindeki diğer erdemler gibi, aşırılık ve eksiklik arasında bir orta nokta (*mesotes*) olarak tanımlanır.

²³ Aristoteles, *Nikhomakhos’a Etik*, 1109a15-20 (Zeki Özcan çevirisi)

²⁴ Aristoteles, *Nikhomakhos’a Etik*, 1109a10-20 (Zeki Özcan çevirisi)

²⁵ Mehmet Türkeri, "Aristoteles'in Etiğinde Nefsine Hâkim Olma ve Erdemle İlişkisi." *D.E.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21, 2005, 80.

²⁶ Aristoteles, *Nikhomakhos’a Etik*, 312-313 (Zeki Özcan çevirisi)

²⁷ Aristoteles, *Nikhomakhos’a Etik*, 312-313 (Zeki Özcan çevirisi)

²⁸ Aristoteles, *Nikhomakhos’a Etik*, 99 (Zeki Özcan çevirisi)

²⁹ Aristoteles, *Nikhomakhos’a Etik*, 121-122 (Saffet Babür çevirisi)

yolunu izliyorsa *enkrateia*, karakter erdemine dönüşmüş olur. Bu durumda, *enkrateia*, bir savaşıma durumu olmaktan çıkıp karakterin doğasında yer alan bir hale bürünür.

Nihayetinde *phronesis* (pratik bilgelik) ile bütünleşen *enkrateia*, erdemli olma yolunda içsel özerkliği elde etmiş bir bilinç durumuna dönüşür. Yalnızca *enkrateia*'nın önemine vurgu yapmak onu anlamak için yeterli değildir. Zira, *enkrateia*'yı anlamak için onun karşıtı olan *akrasia*'dan da bahsetmek gerekir. Birbirleriyle zıt kutuplar halinde karşımıza çıkan bu iki kavram arasındaki tek ortak nokta akıl, yani *logos*'tur.³⁰ Bu iki karakter tipi de doğru ilkenin ne olduğunu bilir fakat *enkratik* kişi bu duruma sadık kalırken *akrasia*'ya sahip olan kişi arzularına ve hazlarına yenik düşer.³¹ *Akratik* kişi, akla uygun davranışın doğru olduğunu bildiği halde hazlarına yenik düşendir. Yani *enkrateia*'da kişi akla uygun davranırken *akrasia*'da akla uygun olmayan şekilde davranır. Ancak, *akratik* kişi haz düşkünü olandan daha iyidir ve aslında kötü değildir çünkü o akla uygun davranmаса da ilkeyi (*logos*) korur.³² Aristoteles'e göre *akrasia*, kişinin zayıf iradeye sahip olmasından kaynaklanır. *Akrasia*'ya sahip olan kişi, aklın yolunu bildiği halde doğru olduğuna inandığı eylemden hazza yenik düştüğü için vazgeçer. İşte bu yüzden, kişinin bir iç mücadele ile koruduğu *logos*, *akrasia*'da uykuya dalar ve yenilgiye uğrar. *Enkratik* kişide de aynı haz dürtüsü olmasına rağmen aklın yolundan şaşmaz ve rasyonel olana sadık kalarak erdeme yakın bir davranış sergiler.³³ Öyleyse *enkrateia*, pratikte aklın zaferini, *akrasia* ise arzuların zaferini temsil eder. Bu doğrultuda *enkratik* kişinin rasyonel olana yönelip pratikte aklın galip gelebilmesi için sürekli hazlarla bir iç mücadele içerisinde olması gerekir.

Peki, kişi doğruyu biliyorsa, neden o doğrultuda eylemlerini gerçekleştirmez? Aristoteles, bunun bilgi ile davranış arasındaki bağlantısızlıktan kaynaklanabileceğini belirterek *akratik* kişinin, o anda bilincinde olduğu doğru ilkeden “uygulamalı bir etkinlik olarak” uzaklaştığını belirtir. *Enkratik* kişi ise akli sürekli devrede tutmayı başarak bilginin pratikleşmesi sonucu arzularına yenik düşmez. Bundan dolayı *enkrateia*, etik eğitimin kritik bir basamağını oluştururken *akrasia*'nın da önlenabilir bir durum olduğunu gösterir. Eğer irade güçlendirilebilirse yani uygulamalı olarak akılsal yol sürekli seçilirse, *akrasia*'nın da üstesinden gelinebilir. Kısacası, Aristoteles'in etiğinde, ahlaki bütünlük sağlanması için *phronesis* ve karakter erdemleri birbirlerini desteklemelidir. Aksi durumda, kişi teoride çok şey bilen ama pratikte zaaflarına yenik düşen “zayıf irade” sahibi bir kişi olabilir.

2. Enkrateia'nın Etik-Politik ve Toplumsal Düzendeki Yeri

Aristoteles, insanın doğası gereği “politik bir hayvan” olduğunu belirtir.³⁴ Aristoteles'e göre birey, hem ahlaki gelişimini tamamlamaya çalışarak nihai iyiye ulaşmayı yaşam amacı edinen hem de politik ve toplumsal yönü olan bir varlıktır. Bu yüzden ona göre, iyi bir yaşam için etik ve politika iç içe olmalıdır. Bireyin kendini gerçekleştirmesi ise erdemlere yani erdemli bir yaşama bağlıdır. Erdemlerin geçici bir şekilde sadece eylemlere yansması yeterli değildir. Bu eylemler aynı zamanda bireyin yaşamı boyunca karakterini oluşturan ve artık bireyin karakteri haline gelen davranışlar olmalıdır. *Enkrateia*, sadece bireysel bir erdemleşmeden ziyade toplumsal düzen

³⁰ **Logos**, Aristoteles felsefesinde akılsal ilke (*nous*) ve mantıksal ifade (*dianoia*) olarak iki boyutludur; evrenin yapısını anlamak için akıl yürütme (*sylogismos*) ve formel mantık temel araçlarıdır. Ona göre *logos*, varlığın özünü kavrama yetisi (*Metafizik*) ve ikna edici söz sanatı (*Retorik*) ile insanı diğer canlılardan ayıran temel niteliktir.

³¹ Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 308-309-310 (Zeki Özcan çevirisi)

³² Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 1051a25 (Saffet Babür çevirisi)

³³ Aristoteles, *Nikhomakhos'a Etik*, 187-188 (Saffet Babür çevirisi)

³⁴ Aristoteles, *Politika*, çev. Mete Tunçay, Ankara: SBF Yayınları, 1996, 21.

içindeki bütüncül bir etkinliğin temel parçasıdır. Aristoteles'in antik *polis*³⁵ (site devleti) için ifade ettiği '**erdem odaklı yaklaşım**' sadece Antik Yunan toplumunu ilgilendiriyormuş gibi görünse de esasen çağdaş etik-politik düzlemde toplumların ahlaki söylemlerinin hangi çerçevelerde ele alınacağı konusunda, bizlere tarihle yüzleşmenin çağrısını yapmakta ve günümüz toplumlarının pratik zeminde erdemden uzaklaşmasıyla birlikte erdem kavramının dönüşümünü ortaya koymaktadır.

Bir önceki başlıkta erdemli bir yaşam için *enkrateia* kavramının merkezi konumunu belirtmiştik. Etik-politik açıdan ise *enkrateia*, bireyin içsel olarak erdemli olma haliyle birlikte kolektif düzlemde aklın önceliğiyle iradenin eyleme dönüşmesidir. Bu dönüşümle birlikte toplumsal refahın da kapısı aralanmış olur. Aristoteles'e göre, toplumsal refahın gerçekleşmesi ise *polis*'te mümkündür. Göze'nin de belirttiği üzere; "Aristoteles'in politika anlayışında polis, ideal bir düzendir. Aristoteles'in insanlığın son uygarlık basamağı olarak nitelendirdiği polis, kendini oluşturan bütün parçalardan (köy, aile, kabile vb.) önce vardır ve bu parçalar polis olduğu müddetçe gerçek amaçlarına ulaşabilirler. Nitekim, Aristoteles'e göre bütün parçadan önce gelmektedir."³⁶ Ortak iynin amaçlandığı yönetim şeklini benimseyen Aristoteles, ahlak sahibi erdemli kişilerin oluşturduğu bir azınlığın yönetiminin aristokrasi olduğunu söyler.³⁷ Ayrıca Aristoteles'e göre, aristokrasi erdemden beslendiği için erdem ve zekâ olmadan poliste iyi eylemler gerçekleşemez. "Hem kişiler hem de kentler için en iyi yaşam erdemli davranmayı sağlayacak maddi varlıkla beraber yürüyen yaşamdır."³⁸ Bu bakımdan iyi bir yaşam için erdem (orta yol) gerekliliği kadar iyi bir devlet düzeni için erdemli yurttaşın da ölçülü bir şekilde hareket etmesi önemlidir. Aynı şekilde, iyi bir devlet düzeni için yurttaş eğitimi de önemlidir. Yurttaş eğitimi, insanları *akrasia*'dan arındırıp kolektif düzenin ortak iyiye ulaşmasını sağlayan bir araçtır. Bu eğitim sürecinde *enkrateia*, bireyin içsel dünyasını inşa edip topluma karşı zararlı tutumlarını engelleyerek kişinin topluma uyum sağlamasına olanak tanır. Böylelikle nihai iyi olan mutluluğa hem birey hem de toplum ulaşmış olur. Bunun yanı sıra Aristoteles, devleti yöneten politika yapıcılarının karar aşamasında *enkrateia*'ya başvurarak erdemli olması gerektiğini söyler. Burada *enkrateia*'yı esas alarak hareket eden kişinin yapması gereken, ceza ve yaptırımların korkusuyla değil, sadece aklın önderliğinde aşırı hazlarından soyutlanarak toplumsal düzene katılmasıdır. Bu açıdan, kişinin iyi bir vatandaş ve iyi bir yönetici olması *enkratik* davranmasına bağlıdır.³⁹ Buraya kadar bahsetmiş olduğumuz noktalarda Aristoteles'in erdem ettiğinde *enkrateia* kavramının toplumsal düzendeki yerini ve Aristoteles'in bu konuya dair bakış açısını sunduk. Şimdi bu çerçeveyi bir adım ileriye taşıyarak çağdaş felsefecilerin *enkrateia* kavramını nasıl günümüze uyarlayarak etik politik düzlemde şekillendirdiklerini anlatmaya çalışacağız.

Günümüz etik-politik anlayışını Aristotelesçi görüşten bağımsız olarak ele alan felsefi bakış açısını eleştiren Alasdair MacIntyre, özellikle *Erdem Peşinde (After Virtue)* adlı eserinde, modern dönemdeki etik anlayışın Aristotelesçi çizginin merkezinde olan *telos*'un temelinden kopmuş olduğunu vurgulamaktadır.⁴⁰ Aristotelesçi bakış açısına göre *telos*, insanlığın son tahlilde iyi olana ulaşmasıdır. Modern ahlak anlayışı bireyin eylemlerini bu teleolojik çerçevenin dışında

³⁵ **Polis** (πόλις), Antik Yunan'da şehir devleti anlamına gelen, bağımsız siyasi ve toplumsal birimlerdir. Aristoteles'e göre polis, "doğal bir oluşum"dur (*Politika, Kitap I*); insanın "siyasi bir hayvan" (zoon politikon) olması nedeniyle ancak polis içinde erdemli ve tam bir yaşam sürebileceğini savunur.

³⁶ Ayferi Göze, *Siyasal Düşünceler ve Yönetimler*, İstanbul: Beta Basım Yayım, 2020, 42-43-44.

³⁷ Ayferi Göze, *Siyasal Düşünceler ve Yönetimler*, 46.

³⁸ Aristoteles, *Politika*. çev. Furkan Akderin. İstanbul: Say Yayınları, 2017, 221 1294a-1324a.

³⁹ Aristoteles, *Politika*, VII. ve VIII. (Mete Tunçay çevirisi)

⁴⁰ Alasdair MacIntyre, *Erdem Peşinde: Ahlak Teorisi Üzerine Bir Çalışma*. çev. Muttalıp Özcan. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2001, 219.

değerlendirdiği için bireyin eylemlerinin karşılık geldiği ahlaki zemin sağlam ve tutarlı değildir. Aristoteles'ten hareketle erdemli bir yaşam ancak bireyin doğasına uygun bir amaç ve yönlendirme ile gerçekleşebilir. Yazara göre modern birey, geleneksel bağlardan kopmuştur. Ayrıca bireyin ahlaki eylemlerini bir temele dayandırması, tarihsel ve kültürel bir geleneğe sahip bir toplum içerisinde gerçekleşebilir. Ahlaki gelişim böyle bir ortamda tamamlanabilir. MacIntyre, Aristotelesçi etik anlayışından hareketle, modern dönemin ahlak anlayışının tutarlılığını ve işlevselliğini, kişinin bireysel ve toplumsal bütünlüğü amaç edinerek doğasına ve içinde bulunduğu topluma uygun bir etik anlayışı benimseyerek hareket etmesine dayandırır.⁴¹

Aristoteles'in etik görüşünün temelinde yer alan *enkrateia* kavramını ve birey üzerindeki izdüşümünü belirtmiştik. Benzer şekilde aklın denetiminde tutkulara karşı koyarak *enkratik* davranmak sadece birey için değil politik ve toplumsal düzen için de önemlidir. Bu görüş ışığında MacIntyre, eserinde, erdemlerin inşası esnasında Aristotelesçi bir etik anlayışı benimseyerek modern toplumda ahlakın yeniden nasıl temellendirileceğini dile getirmiştir. Yazarın söylemlerinden yola çıkarak diyebiliriz ki; Aristoteles'e göre erdemler zaten bireyin doğasında yer alan amacın (*telos*) gerçekleşmesiyle ilgilidir. Bu amacın gerçekleşmesinde *enkrateia*, öncü bir rol oynamaktadır. Çünkü *enkratik* kişi akılsal yöntemlerle tutkularına karşı koyarak erdemli bir yaşamı tercih eder. Ancak burada erdem ne olduğu ve neye karşılık geldiği, toplumun içinde var olan yaşam biçimi ve gelenek ile belirlenir. Bu belirlemeye göre *enkratik* davranma hali ise sadece bireyi ahlaki bir olgunluğa ulaştırmakla kalmaz aynı zamanda politik ve toplumsal düzenin ahlaki olgunluğuna ulaşmasını da sağlar. Bu perspektiften bakıldığında *enkrateia*, politik ve toplumsal düzende ortak iyiye giden yolun yönetim aracıdır. Pratikler erdem haline geldiğinde *enkrateia*'nın toplumsal düzendeki önemi ortaya çıkmış olur. Böylece belirli pratikler içinde gelişen erdemler karakter haline gelir. Ancak bu pratikler kurumlarda dışsal ödüllere dayalı sergilenirse *enkratik* davranıştan uzaklaşılır. İşte tam bu noktada, bireyin içsel mücadelesi sonucu iyi olana bağlı kalması *enkratik* davranmasının bir sonucudur. Bu doğrultuda *enkratik* davranan bir tüccarın mesleğini sadece kazanç odaklı değil, insanların faydalanacağı şekilde yapması ya da bir politikacının halkın çıkarlarını gözeterek karar alması gibi durumlar bireysel ve toplumsal etiğin işleyişini korur. Yazara göre günümüz toplumunda bireylerin geleneksel ahlaki değerlerden yoksun olması *enkrateia* odaklı erdemlerin gelişmesini olumsuz etkilemektedir. Çünkü *enkrateia* bireysel erdemliliğin yanı sıra bireyin içinde yaşadığı toplumun geleneğine ve bu geleneğin gerektirdiği ahlaki değerlere bağlı bir tutarlılık içinde yaşam sürmesiyle ilgilidir. Bu bulgular gösteriyor ki, *enkrateia* hem bireysel olarak erdemli olma halini hem de kültürel normların içselleştirilerek bütüncül ve anlamlı bir yaşam biçiminin oluşmasını mümkün kılan kuvvettir. Aynı şekilde Aristoteles'e göre *enkrateia*, iyi bir yurttaşlık noktasında merkezi bir role sahiptir. Akılsal davranarak tutkulara karşı koymak bireysel ve politik düzlemde adalet ve refahın temelini oluşturur.⁴²

Bu noktadan hareketle; MacIntyre'nin toplumsal bağlamda etik bir özne vurgusu, Michel Foucault'nun felsefesinde özne ve etik arasındaki bağlamsal sentez ile karşımıza çıkar. Foucault'ya göre özne, sabit bir kimlikten ziyade tarihsel olarak kurulan bir yapı niteliğini taşır. Onun özne kavramı; iktidar ilişkileri, söylem ve bilgi ile şekillenmektedir. Bu nedenle özne, iktidar ilişkisine dahil olan, tarihsel süreçlerle inşa edilen bir kavramdır. Foucault, *Cinselliğin Tarihi* adlı kitabında etik öznenin kurulumunu modern düzeyde ele alırken Antik Yunan'daki *enkrateia* kavramını eserin II. kitabı *Hazların Kullanımı*'nda inceler. Kavramı incelerken ölçülülüğe (*sophrosyne*) vurgu yaparak ikisi arasındaki yakın anlamlılığa da dikkat çeker. Foucault, Platon'un *Devlet* eserinde ele

⁴¹ Alasdair MacIntyre, *Erdem Peşinde*, 219-244.

⁴² Alasdair MacIntyre, *Erdem Peşinde*, 219-244.

aldığı dört erdemden (bilgelik, cesaret, adalet ve ölçülülük) biri olan ölçülülüğün (*sophrosyne*), *enkrateia* üzerinden tanımının yapıldığını belirterek, “Ölçülülük (*sophrosyne*), kimi haz ve arzular üzerinde kurulan bir düzen ve hâkimiyettir (*kosmos kai enkrateia*)”, diye ifade eder.⁴³ Belirtilen bu iki kavram genellikle birbirlerinin yerine kullanılsa da Foucault, bu kavramlar arasında çok belirgin ayrımların olduğunu altını çizer. Aynı zamanda bireyin sadece kendi üzerindeki kontrol biçimi olmadığını ifade ederek *enkrateia*’yı bir direniş ve çatışma alanı içerisinde analiz eder. “Enkrateia, mücadele, direnme ve savaşıma ekseninde yer alır; ağırbaşlılık, gerilim, “kendini tutma”dır; enkrateia hazlara ve arzulara hâkim olur, ama bunu galip gelme amacı ve mücadele etme gereksinimi duyarak yapar.”⁴⁴

Foucault’nun etik düzlemdeki özne anlayışı MacIntyre’in savunduğu Aristotelesçi anlayış ile paralellik göstermektedir. Fakat bireyin kendi iç dünyasındaki dönüşüm sonucu ortaya çıkan etik anlayış, Foucault felsefesinde politik ekseninde değerlendirilir. O yalnızca bireysel etikle ilgilenmemiş aynı zamanda onun politik düzlemdeki konumuna da işaret etmiştir. Foucault bu durumu Aristoteles’in *Politika*’sını referans göstererek şöyle ifade eder;

Bir site, yönetimine katılan yurttaşları bizzat erdemli oldukları takdirde erdemlidir; öte yandan bizim devletimizde tüm yurttaşların yönetiminde bir payı vardır. Dolayısıyla göz önünde bulundurulması gereken nokta bir insanın nasıl erdemli olacağıdır. Çünkü tek tek bireylerin erdemli olmaması durumunda, oluşturdukları bütünsel yapı erdemli olabilse bile, yine de bireysel erdemi tercih etmek gerekir; çünkü tüm toplumsal yapının erdemi, mantıksal olarak tek tek yurttaşların erdemi takip eder.⁴⁵

Enkrateia’nın politik eğitimle istikrarlı bir biçimde kalıcı hale geldiğini belirten Foucault, Ksenophon’u referans alarak; “Kişinin kendisini yönetmesi, evinin yönetimini sağlaması ve sitenin yönetimine katılması aynı türden üç pratiktir,”⁴⁶ diye ifade eder. Kişinin ilk başta kendi kendini yönetmesi ve kendi üzerinde ahlaksal pratik yaparak hakimiyet kazanması, onun kamu nezdindeki siyasal rolünü ortaya çıkarır. Özgür insanın site içerisinde kendine ve başkalarına karşı yürüttüğü ahlaksal tavır insanın ideal vatandaş eğitiminin bir parçasıdır. Foucault’nun kendilik yönetimi görüşü bir iktidar söylemi ile yapısal olarak uyumlu görünmektedir. Kendisinin de ifade ettiği üzere; “Kişinin nefsiyle sürdürdüğü savaştan yarış ve arzularına hâkim olmak için yürüttüğü mücadelede yönelmesi gereken nokta, erkek ve özgür erkek olarak kişinin kendi altındakiler üzerinde kurma iddiasında bulunduğu hâkimiyet, hiyerarşi ve otorite ilişkisiyle eşbiçimli olacağı noktadır.”⁴⁷

Antik Yunan’da iyi bir yurttaş olmak erdemli olmaya bağlıyken erdemli olmak da kendine hâkim olmayla başlayan bir süreçtir. Bireysel düzlemde başlayan erdemlilik hali aslında son noktada devletin erdemine kadar bağlanmaktadır. Bu nedenle hem kişinin hem de politikanın iç dinamiği olarak ele alabileceğimiz *enkrateia*, Foucaultcu tabirle, sadece etik öznenin inşasında değil, aynı zamanda politik öznenin de kurulumunda belirli bir oynar.

Enkrateia kavramı hem etik hem de politik düzlemde ayrı ayrı incelenebilir. Foucault için politik bir strateji olarak karşımıza çıkan bu kavram Pierre Hadot’da pratik felsefenin bir parçasıdır. Antik felsefeyi bir yaşam biçimi olarak okuyan Hadot’a göre *enkrateia*, ruhani alıştırma ve eğitimin temelinde yer alır. “*Ruhani alıştırmayı istemli, kişisel, bireyin dönüşümüne, kendinin dönüşümüne*

⁴³ Michel Foucault, *Cinselliğin Tarihi II: Hazların Kullanımı*, çev. Hülya Uğur Tanrıöver, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2007, 166–167.

⁴⁴ Michel Foucault, *Cinselliğin Tarihi II: Hazların Kullanımı*, 168.

⁴⁵ Michel Foucault, *Cinselliğin Tarihi II: Hazların Kullanımı*, 179.

⁴⁶ Michel Foucault, *Cinselliğin Tarihi II: Hazların Kullanımı*, 177.

⁴⁷ Michel Foucault, *Cinselliğin Tarihi II: Hazların Kullanımı*, 183.

yönelik bir pratik olarak"⁴⁸ tanımlaması etik düzeyde pratik bir disiplini ifade eder. Yazılarında Stoacılar ve Epikürosçulardan sıkça alıntılar yapan Hadot, salt teori içerisine pratiğin girmesiyle asıl amacın sağlanacağını söyler. Asıl amaç ise, felsefe yapmanın bir bütün, yaşamlarımızı yönlendirecek bir yöntem olduğudur. Tutkulardan arınarak akla uygun bir yaşam biçimi oluşturmak *felsefe*'nin kendisidir. Stoacılar için felsefenin bir "alıştırma" olduğunu ifade eden Hadot, hakiki bir yaşamın varolabilmesi G. Friedmann'dan yaptığı alıntıyla "Kendini kendi tutkularından arınmaya zorlamak" gerektiğini not düşer *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe* adlı kitabında.⁴⁹ Ruhani alıştırmaların manasını çağdaş dünyada ilk akla gelen anlamıyla değil, bilincin sınanmasıyla içsel dönüşümün gerçekleşme durumu olarak anlatır. Keza bu durum her felsefi ekolde farklıdır. Fakat her ekol felsefe yapma üzerine sistemini inşa eder. Her sistem kendi tedavi yöntemini de beraberinde getirir.

Pierre Hadot için *enkrateia* yaşam felsefesinin önemli bir kavramıdır. O, felsefi yaşam biçimini sadece ahlaki bir tutum olarak görmekle kalmaz aynı zamanda varoluşun derinliklerinde aklın önderliğinde içsel özgürleşmeyi amaçlamıştır. Bahsi geçen eserde belirttiği üzere kendini disipline etme pratiği yani *askesis* (alıştırma) Hristiyan çileciliğinden ayrı olarak değerlendirilmelidir. "Antikçağ filozoflarında askesis kelimesi yalnızca, ruhani alıştırmaları, yani düşüncenin ve iradenin içsel bir faaliyetini belirtmektedir."⁵⁰ Alıştırmalar gündelik yaşamın bir parçası olduğu takdirde içsel dönüşüm başlar. Hadot, Stoacı-Platoncu felsefenin yaşama dair sunduğu pratik zemini İskenderiyeli Philon'un alıştırmalarından örnekle kısaca şöyle özetler; kendine dikkat (*prosoché*), meditasyon, zihinsel araştırmalar ve kendine hakimiyet (*enkrateia*), görevlerin tamamlanması, farksız şeylere karşı kayıtsızlık gibi en faal alıştırmalar.⁵¹ Burada *enkrateia*, pratik alıştırma olarak karşımıza çıkar. "Stoacı ya da Platoncu filozofun temel tavrının *prosoche*, kendine dikkat, her ana dikkatlilik olduğunu"⁵² söyleyen Hadot, "*prosoche* nihayetinde; kendine hakimiyet, yani aklın tutkular üzerinde zaferini gerektirir, çünkü ruhun dağılmasını, savurganlığını, dalgınlığını tetikleyenler tutkulardır"⁵³ diyerek de ekler. Diyebiliriz ki; ruhun tedavisi ruhani alıştırmalarla pratik zeminde zuhur eder ve bu alıştırmalar da meditasyon ve kendine hakimiyet yani *enkrateia* ile gerçekleşir.

Kendine hakimiyet, temel olarak kendine dikkattir: Stoacılıktaki gergin dikkatlilik, Epikürosçuluktaki belirgin olmayan arzulardan vazgeçme. Bu hakimiyet; daima bir irade çabası, demek ki ahlaki özgürlüğe, kendini iyileştirme imkanına bir inancı içerir. Bilinç sınanması ve ruhani yön pratiğiyle arıtılmış, keskin bir ahlaki bilinci ve nihayetinde de Plutarkhos'un fevkalade bir saptamayla belirttiği pratik alıştırmaları içerir: kızgınlığını, merakını, sözlerini, zenginlik sevdanı, ufak ufak sabit ve sağlam bir alışkanlık kazanmaya edinmek için en basit şeylerde alışkanlık kazanmaya çabalayarak kontrol etmek.⁵⁴

Bir yaşam pratiğinin temellerini Antik felsefe üzerinden bizlere aktaran Pierre Hadot, hem kendine hakimiyetin yaşamı dönüştürme üzerindeki etkisini anlatır hem de her felsefi ekolden birer kendilik değişimi için bir nevi tedavi yöntemi olarak bahseder. Aslında Antik felsefede sunulan bilgelik tavrı veya arayışı günümüzde de güncel durumdadır. Nitekim yaşamdaki ana kaygı her daim aynıydı; bilgelik arayışı ve içsel huzur. Bu nedenle Antik filozofların izinden gitmek ve felsefi yaşamı arzulamak, akla uygun davranmak varoluşu hissetmenin hazzını algılamamızı sağlar.

⁴⁸ Pierre Hadot, *Yaşam İçin Felsefe*, çev. Kağan Kahveci, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2024, 109.

⁴⁹ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, çev. Kübra Gürkan, Pinhan Yayıncılık, 2012, 21-22.

⁵⁰ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, 67.

⁵¹ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, 24-25.

⁵² Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, 70.

⁵³ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, 77.

⁵⁴ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, 229.

Günümüzde modernite eksenli değişen etik-politik anlayışlar çağdaş düşünürlerin inceleme alanına konu olduğu kadar filozofların yeni ahlaki kuramlar üzerinde düşünmesine de sebebiyet vermiştir. Sorulan her sorunun yeniden sorulduğu ve farklı bakış açılarıyla yeniden sorgulandığı bu yeni dönemde Charles Taylor, modernliğin getirdiği modern içedönüklüğü felsefe tarihinden hareketle kendi etik-politik görüşleri etrafında *Benliğin Kaynakları* adlı eserinde ele almaktadır. Modern kimlik krizi içerisindeki benlik kavramıyla ilgili olarak “benlik ve iyilik ya da bir başka ifadeyle, benlik ve ahlak temalarının ayrılmaz biçimde birbirine girmiş temalar”⁵⁵ olduğunu belirtir. “Taylor, benlik ile ahlak ve iyilik arasındaki bağlantının, günümüzde gözden kaçırıldığını; çağdaş ahlak felsefesinin, davranışların iyiliğine değil doğruluğuna odaklandığını düşünmektedir. Oysa benlik, bir ahlaki meseleler alanının içinde var olmak zorundadır.”⁵⁶ Taylor’a göre modern birey içedönüklük anlayışıyla bağlantılıdır⁵⁷ ve “kendi” mize, benliğimize yönelik anlayışımızda, “içinde-dışında” (inside-outside) kavram çifti önemli bir rol oynamaktadır. Düşünce, fikir ve duygularımızın, bilinçdışımızdaki korku ve eğilimlerin “içeride” olduğunu, dünyadaki nesnelerin ise “dışarıda” olduğunu düşünürüz.”⁵⁸

Bir ahlak fenomenolojisi geliştirmeye çalışan Taylor’a göre modernlik, bireye sürekli neyin gerçek “ben” olduğu sorusunu sordurmaktadır. Peki modern birey kendi olduğunu düşünürken neden sürekli anlam arayışı içindedir? “Kısmen bir çatının, sayesinde hayatımızı tinsel bakımdan anlamlandırdığımız şey olmasıdır. Herhangi bir çatıya sahip olmamak, tinsel bakımdan anlamsız bir hayata sahip olmaktır. Bu nedenle bu arayış daima bir anlam arayışıdır.”⁵⁹ Bireyin kendi tutkularına aklıyla yön verdiği bir hayatı istemesi onun yani “kendine sadık” bir yaşam istemesi etik bir benliğin inşası olarak kabul edilebilir.

Hayata bir anlam bulmak, uygun anlamlı ifadeler tasarlamaya dayanır. Bu nedenle, “anlam” kelimesinin çok anlamlılığında, bizim durumumuza özellikle uygun olan bir unsur bulunur: hayatlar bir amaca sahip olduklarında ya da bu amaçtan yoksun olduklarında, bir anlama sahip olabilir ya da bu anlamdan mahrum olabilirler. Bu durum aynı zamanda dil ve diğer ifade şekilleri adına da geçerlidir. Biz modernler birinci anlamıyla anlamı, gittikçe ikinci anlamıyla anlamda yaratmak suretiyle elde ederiz. Bu nedenle hayatın anlamı problemi bu tabirle çok fazla alay ediyor olsak da ya tehditkâr anlam kaybı şeklinde ya da hayatımızı anlamlı kılmamanın bir araştırmanın amacı oluşu nedeniyle bizlerin gündemindedir.⁶⁰

Aristoteles’in erdem etiğinde, kişinin aklıyla denetim kurup kendine erdemli bir yaşam oluşturma çabası içinde karşımıza çıkan *enkrateia*, Taylor’da sadece öz-denetim ya da kendine hâkim olma olarak sunulmaz. O, genel çerçevede kendini gerçekleştirmenin bir parçası olarak kendine hâkim olmayı ele alır. Bir bütün içinde değerlendirdiği kavram, toplumun ahlaki durumundan bağımsız değildir. Taylor’un ele aldığı içedönüklük, sahicilik (*authenticity*) ve ahlaki sorumluluk kavramları bireyin sadece kendi kendini tanımlamaya çalışmasıyla değil kamusal alanda da kendi benliğini ifade etmesine, kendi değerini normlar ve toplumsal baskılara göğüs gererek içselleştirip koruyabilmesiyle uyumludur. Şayet böyle olursa kişi *enkratik* bir birey olabilir. Sahici bir benlik için kişi kendi iç dünyasına sadık kalabilmeli ve etik bir duruş sergilemelidir. Erdemliliğe fazlasıyla önem veren Antik düşünceden farklı olarak modern dünya birey üzerinde

⁵⁵ Charles Taylor, *Benliğin Kaynakları: Modern Kimliğin İnşası*, çev. Selma Aygül Baş ve Bilal Baş, İstanbul: Küre Yayınları, 2012.

⁵⁶ Zeynep Berke, “Charles Taylor’da İçedönüklüğün Kökenleri ve Modern Benlik Kavrayışındaki Yeri”, *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 25 (46), 2024, 51-67. <https://doi.org/10.21550/sosbilder.1395272>.

⁵⁷ Charles Taylor, *Benliğin Kaynakları: Modern Kimliğin İnşası*, 177.

⁵⁸ Zeynep Berke, “Charles Taylor’da İçedönüklüğün Kökenleri ve Modern Benlik Kavrayışındaki Yeri”, 56.

⁵⁹ Charles Taylor, *Benliğin Kaynakları: Modern Kimliğin İnşası*, 40.

⁶⁰ Charles Taylor, *Benliğin Kaynakları: Modern Kimliğin İnşası*, 40.

baskı kurmakta ve birey sadece yaşamın ona sundukları etrafında hayatını devam ettirmektedir. Bu yaşam erdemden uzak temel ihtiyaçların karşılandığı bir düzeni ifade etmektedir.

Taylor, modern ahlak kuramlarının üzerinde yükseldiği üç temel ilke ve bunlardan kaynaklanan üç temel sıkıntı belirler. İlki, ahlaki düzenin bireyi temele alması ve toplumun, bireylerin ortak çıkarlarının gerçekleşmesi amacıyla kurulmuş bir yapı olmasıdır. İkinci ilke araçsal aklın hâkimiyeti, yani modern toplumun yüce erdemlerin gerçekleşmesine değil, günlük hayattaki sıradan ihtiyaçların karşılanmasına hizmet eden bir araç olması ve bu aracın niteliklerinin önemsizleştirilmesidir. Bu iki ilkenin politik alandaki izdüşümü olan üçüncü ilke ise bireysel alanda özgürlüğün merkezi hâle gelmesine karşı bireyin siyasal alandaki özgürlüğünün kısıtlanmış olmasıdır. Şu hâlde Taylor'a göre modernitenin üç asli problemi bireycilikten kaynaklanan ahlaki yozlaşma, araçsal aklın hâkimiyeti ve siyasal özgürlüğün yitirilmesidir.⁶¹

Modern birey özgürlük miti ile daha da köleleşirken aslında arzularının ve modernliğin esiri olmuştur. Anlamlı ve içsel bir etik duruş yani *enkratik* davranış bireyi bu kölelikten kurtarabilir. Taylor'un ifade ettiği sahiçilik ideali bireyin kendini tanıyıp aklıyla birlikte toplum içerisinde var olabilmesine bağlıdır. Aristotelesçi bağlamda ifade edersek, kişinin kendini önce tanıması ardından aklın ilkeleriyle modern hayatın getirdiği sahici olmayan durumları fark edip hem içsel hem de toplumsal düzeyde varlığını etik-politik düzeyde devam ettirmesi gerekir.

Sonuç

Aristoteles kendi felsefesini etik-politik sistem içerisinde ele alır. Ona göre, etikten bağımsız politika, politikadan bağımsız etik üzerine konuşulamaz. İnsani duygu ve eylemlerin erdemle olan bağıntısı toplum nezdinde değerlendirilmeden sistematize edilemez. Aristoteles'in erdem öğretisine göre, eylemlerin en iyiye hizmet etmesi ancak ve ancak aklın himayesi altında olur. Erdemli olmak için sarfedilen çaba, mutluluğa ulaşmak içindir. Mutluluğun temelinde erdemli olma hali vardır. İnsan ruhu akılla hareket ettiği zaman ancak amacına (*telos*) uygun davranmış olur. Bu bilgiler doğrultusunda, Aristoteles'in "*enkrateia*" kavramı, onun etik ve politik felsefesinin merkezinde yer alan pek çok konuyla yakından ilişkilidir.

Kişi erdemli olmak için bazı aşamalardan geçmelidir. Bu aşamalardan biri de haz ve arzularına karşı aklıyla direnmesidir. Bu açıdan bakıldığında, *enkrateia*, erdemli olmanın asgari gerekliliğini ifade etmektedir. *Enkrateia*, aklın onayladığı doğru eylemi, güçlü hazlara rağmen gerçekleştirebilme yetisini anlatır. Erdemli kişi, duygularını akla uyumlu hale getirdiği için kendiliğinden eylemde bulunur fakat *enkratik* kişi, içsel bir mücadele sonucunda akla uygun davranır. *Enkratik* mücadele, kişi açısından hem eğitimsel hem de psikolojik bir dönüm noktasını belirtir. Doğru davranışı sürekli tekrar eden kişi alışkanlık edinerek pratik bilgelikle bütünleşme sonucu akli erdem sergilemiş olur. Toplumsal düzeyde ise, iyi bir devlet düzeninin olması ve yurttaşların ortak iyiye gözetmesi için *enkrateia* işlevsel bir konuma gelir. Aynı zamanda *enkrateia*, Aristoteles felsefesinde kişinin duygusal alanını yönetebilmesini ve akılcı hareket edebilmesini sağlayan bir kavramdır. Bu açıdan, akıl ve duygu arasındaki çatışmanın yönetilmesi iyi bir toplum düzeni için gereklidir. Uygulamalı bir etkinlik olarak bunun yurttaşlar tarafından eyleme dönüşmesi yaşanılabilir bir toplumu oluşturur. Geline nokta da görülüyor ki, Aristoteles'in etik felsefesi hem bireyin hem de toplumun karşılaştığı sorunlara ışık tutan geniş bir sistemdir. Sürekli değişen koşullar toplumların dinamiğini değiştirse bile toplumu oluşturan unsuru değiştirmemektedir. İnsan sayesinde oluşan toplumların ihtiyaçları her dönemde olduğu gibi günümüzde de insan için karşılanmaktadır. Genel kabul gören iyi yaşam isteği, birey ve toplumun ortaklaşa etik bir sistem içerisinde hareket etmesiyle ortaya çıkabilir. İyi yaşam üzerine kurulan

⁶¹ Zeynep Berke, "Charles Taylor'da İçedönüklüğün Kökenleri ve Modern Benlik Kavrayışındaki Yeri", 62.

etik sistemin düşünce altyapısı Antik Yunan'da olduğu kadar bugünün sorunlarına da bir çözüm olarak yol göstermektedir.

KAYNAKÇA

- Aristoteles. *Eudemos'a Etik*. çev. Furkan Akderin. İstanbul: Say Yayınları, 2024.
- Aristoteles. *Eudemos'a Etik*. çev. Saffet Babür. Ankara: Bilgesu Yayıncılık, 2020.
- Aristoteles. *Nikhomakhos'a Etik*. çev. Furkan Akderin. İstanbul: Say Yayınları, 2015.
- Aristoteles. *Nikhomakhos'a Etik*. çev. Saffet Babür. Ankara: Doğu-Batı Yayınları, 2015.
- Aristoteles. *Nikhomakhos'a Etik*. çev. Zeki Özcan. Ankara: Sentez Yayıncılık, 2021.
- Aristoteles. *Politika*. çev. Furkan Akderin. İstanbul: Say Yayınları, 2017.
- Aristoteles. *Ruh Üzerine*. çev. Ömer Aygün ve Y. Gurur Sev. İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2018.
- Arslan, Ahmet. *Aristoteles ve Erdem Etiği*. İstanbul: Kabalcı Yayınları, 2003.
- Arslan, Ahmet. *Aristoteles'in Devlet Anlayışı*. İstanbul: Kabalcı Yayınları, 2009.
- Aydın Çağlıyan, Ebru. "Aristoteles Nikomakhos'a Etik: Ahlak ve Siyaset Üzerine Bir İnceleme." *Sinefilozofi*, 4 (8), 2019.
- Bayraktaroğlu, Hilal Canfer ve Zeki Özcan. "Nikhomakhos'a Etik Bağlamında Aristoteles'in Erdem Etiği." *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29 (1), 2020.
- Berke, Zeynep. "Charles Taylor'da İçedönüklüğün Kökenleri ve Modern Benlik Kavrayışındaki Yeri", *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 25 (46), 2024. <https://doi.org/10.21550/sosbilder.1395272>.
- Broadie, Sarah. *Ethics with Aristotle*. Oxford: Oxford University Press, 1991.
- Broadie, Sarah ve Christopher Rowe. *Aristotle: Nicomachean Ethics*. Oxford: Oxford University Press, 2002.
- Çakmak, Cengiz. Önköl, Ahu Tunçel. Taştan, Fatih. Altunoğlu, Mustafa. Taştan, Coşkun ve Arslan, Mahmuthan. *İlkçağ Felsefesi*. ed. Mustafa Altunoğlu ve Fatih Taştan. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 2018.
- Çankaya, Aylin. "Aristoteles'in Etik'inde Haz ve İyi Arasındaki İlişki." *Kutadgubilig Felsefe-Bilim Araştırmaları*, 34, 2017.
- Çevizci, Ahmet. *Felsefe Sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayıncılık, 2005.
- Çevizci, Ahmet. *Felsefe Tarihi*. İstanbul: Say Yayınları, 2021.
- Çilingir, Lokman. "Platon'da Ahlak ve Siyaset İlişkisi." *Temaşa Felsefe Dergisi*, 20, 2023.
- Dürüşken, Çiğdem. *Antikçağ Felsefesi*. İstanbul: Alfa Yayınları, 2023.
- Foucault, Michel. *Cinselliğin Tarihi*. çev. Hülya Uğur Tanrıöver. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2007.
- Göze, Ayferi. *Siyasal Düşünceler ve Yönetimler*. İstanbul: Beta Basım Yayım, 2020.
- Hardie, W. F. R. *Aristotle's Ethical Theory*. Oxford: Clarendon Press, 1968.
- Hadot, Pierre. *Ruhani Aştırmalar ve Antik Felsefe*, çev. Kübra Gürkan, Pinhan Yayıncılık, 2012.
- Hadot, Pierre. *Yaşam İçin Felsefe*, çev. Kağan Kahveci, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2024.
- Hursthouse, Rosalind. *On Virtue Ethics*. Oxford: Oxford University Press, 1999.

- Irwin, Terence. *Aristotle's Ethics*. Oxford: Oxford University Press, 1985.
- Irwin, Terence. *Aristotle's First Principles*. Oxford: Clarendon Press, 1988.
- Irwin, Terence. *Aristotle's Nicomachean Ethics*. Indianapolis: Hackett, 1999.
- Kaya, Mustafa. "Aristoteles'in Ruh Anlayışı." *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18, 2014.
- Kaya, Mustafa. "Platon'un Ruh Kuramı." *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15 (1), 2013.
- Kenny, Anthony. *Aristotle On The Perfect Life*. Oxford: Clarendon Press, 1992.
- Kraut, Richard. *Aristotle on the Human Good*. Princeton: Princeton University Press, 1989.
- Kraut, Richard. *Aristotle: Political Philosophy*. Oxford: Oxford University Press, 2002.
- Küçükalp, Oruç. *Aristoteles'te Etik ve Mutluluk*. Ankara: Hece Yayınları, 2016.
- Lear, Jonathan. *Aristotle: The Desire to Understand*. Cambridge: Cambridge University Press, 1997.
- MacIntyre, Alasdair. *Erdem Peşinde: Ahlak Teorisi Üzerine Bir Çalışma*. çev. Muttalıp Özcan. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2001.
- Molacı, Melike. "Aristoteles'in Etik Görüşü." *Medeniyet ve Toplum*, 2 (1), 2018.
- Platon. *Devlet*. çev. Sabahattin Eyüboğlu ve M. Ali Cimcoz. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2019.
- Reale, Giovanni. *Antik Felsefe Tarihi*. çev. Teoman Aktürel. İstanbul: Kabalcı Yayıncılık, 1996.
- Ross, David. *Aristoteles*. haz. Ahmet Arslan. İstanbul: Kabalcı Yayıncılık, 2011.
- Taylor, Charles. *Benliğin Kaynakları: Modern Kimliğin İnşası*, çev. Selma Aygül Baş ve Bilal Baş, İstanbul: Küre Yayınları, 2012.
- Tosun, Cengiz Mesut ve Mehmet Berk. "Foucault'un Antikçağ Çalışmalarında Etik Öznenin Kurulumu." *ETHOS*, 10 (2), 2017.
- Türkeri, Mehmet. "Aristoteles'in Etiğinde Nefsine Hâkim Olma ve Erdemle İlişkisi." *D.E.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21, 2005.
- Urhan, Veli. *Çağdaş Fransız Felsefesinde Etik*. Ankara: Hece Yayınları, 2016.



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 2 Sayı/Number: 1 Haziran/June 2025

Felsefi Danışmanlık Bağlamında Öfkenin Tanımı ve Öfkeyle Başa Çıkma Yolları

Anger in the Context of Philosophical Counseling: Definition and Strategies for Coping with It

Erhan Uygun

Eskişehir Felsefe Okulu Kurucusu / Founder of Eskişehir School of Philosophy

Felsefe Mezunu/ Graduated in Philosophy

Anadolu Üniversitesi / Anadolu University

Edebiyat Fakültesi / Faculty of Literature

erhanuygun7@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0006-4722-5946>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 11/06/2025

Kabul Tarihi/Accepted: 28/06/2025

Yayın Tarihi/Published: 30/06/2025

Atıf/Cite As

Uygun, Erhan. "Felsefi Danışmanlık Bağlamında Öfkenin Tanımı ve Öfkeyle Başa Çıkma Yolları". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 2 (1), 2025, 73-95.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlamış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

FELSEFİ DANIŞMANLIK BAĞLAMINDA ÖFKENİN TANIMI VE ÖFKEYLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI

öz

Bu makale, felsefi danışmanlık disiplini çerçevesinde öfke kavramını, felsefe tarihindeki önemli düşünürlerin ve akımların bakış açıları üzerinden çok yönlü bir analizle incelemektedir. Çalışmanın temel tezi, öfkenin evrensel bir insan deneyimi olduğu ve felsefenin bu karmaşık duyguyu anlamlandırma, yönetme ve dönüştürme konusunda zengin ve derinlikli bir zemin sunduğudur. Tarihsel ve karşılaştırmalı bir yöntemle, öfkenin sadece bastırılması gereken yıkıcı bir güç olmadığı, aynı zamanda bireyin kendini tanıması, değerlerini netleştirmesi ve ahlaki gelişimi için bir fırsat olabileceği gösterilmektedir. Analiz, Antik Yunan'dan başlayarak Stoacılık, İslam felsefesi, Tasavvuf ve Modern felsefedeki "hınç" kavramına kadar uzanarak, bu felsefi mirasın günümüz felsefi danışmanlık pratiğine nasıl entegre edilebileceğini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Antik Yunan felsefesinde Platon, öfkeyi ruhun üç bölümünden biri olan "thymos" (tutku, coşku) olarak tanımlar. Ona göre ruh, bir arabacının (akıl) dizginlemeye çalıştığı iki attan (istekler ve öfke) oluşur ve aklın rehberliğinde yönetilen öfke, bir haksızlık karşısında "haklı öfke"ye dönüşerek cesaret erdeminin temelini oluşturabilir. Aristoteles ise öfkeyi daha pragmatik bir şekilde, "haksızlık veya saygısızlık gördüğünü düşünen kişinin öç alma arzusunun bir tecellisi" olarak tanımlar. Onun erdem etiğinde öfke, yok edilmesi gereken bir duygu değildir; aksine, "orta yol" ilkesi uyarınca ne aşırı öfkeli olmak ne de öfkesizlik erdemlidir. Doğru zamanda, doğru nedenle ve ölçülü bir şekilde öfkelenmek, erdemli bir davranış olarak kabul edilir. Her iki düşünür için de öfkenin temelinde bir "haksızlık algısı" yatar ve çözüm, aklın bu algıyı sorgulayıp duyguyu yönetmesidir. Stoacı gelenek, öfkeye kökten farklı bir yaklaşım sergiler. Seneca, Epiktetos ve Marcus Aurelius gibi düşünürler için öfke, doğaya aykırı, akıl dışı ve tamamen zararlı bir tutkudur. Seneca, öfkeyi "en çirkin tutku" ve "kısa süreli bir delilik" olarak nitelendirir; çünkü öfkeliyken insan öz denetimini kaybeder ve mantıklı düşünemez. Öfkenin bedensel belirtilerini detaylıca tasvir eden Stoacılar, bu duygunun insanı yardımlaşmaya yatkın doğasından uzaklaştırıp yıkıma sürüklediğini savunurlar. Öfkenin temel nedenleri, haksızlığa uğradığımızı ve bunun adil olmadığını düşünmemizdir. Başa çıkma yöntemi olarak "ağırdan almak" (ilk dürtü geçene kadar beklemek), yaşamın kısıtlılığı üzerine düşünerek öfkenin anlamsızlığını fark etmek ve en önemlisi, kişinin kendi zayıflıklarını ve tetikleyicilerini tanıdığı "kendini bilme" pratiği önerilir. İslam felsefesi ve Tasavvuf geleneği, öfkeyi nefsin (benliğin) temel güçlerinden biri olarak ele alır. İbn Miskeveyh ve Kınalızade'ye göre öfke gücü, aklın kontrolüne girdiğinde yiğitlik (şecaat) erdemine dönüşür; kontrolsüz kaldığında ise yıkıcı olur. Öfkenin sebepleri olarak kibir, kendini beğenme, kıskançlık gibi "nefsin hastalıkları" gösterilir. Ebubekir Er-Razi ve Nasiruddin Tusi, öfkeyi mutluluğun önünde bir engel ve "kalbi bir hastalık" olarak görür; bu durumun kişiye ve çevresine zarar verdiğini, akıl yürütme yetisini yok ettiğini belirtir. Tasavvufi açıdan öfke (gazap), manevi yolculukta terbiye edilmesi gereken bir sıfattır. Çözüm, öfkeyi tamamen yok etmek değil, hilm (yumuşak huyluluk), sabır ve affetme gibi erdemler geliştirerek, ayrıca öfkenin sonuçları ve affetmenin sevabı üzerine düşünerek onu kontrol altına almaktır. Modern felsefede Nietzsche ve Scheler, öfkenin toplumsal ve ahlaki bir boyutu olan "hınç" (Ressentiment) kavramını analiz eder. Nietzsche'ye göre hınç, güçsüzlerin ("köle ahlakının") güçlü ve soylu değerlere karşı duyduğu, içe dönük ve bastırılmış bir intikam arzusudur. Bu duygu, doğrudan eyleme geçmek yerine, değerleri tersyüz ederek ("Umwertung aller Werte") zayıflığı, alçakgönüllülüğü "iyi" olarak yüceltir. Scheler ise hıncı, yüksek manevi değerlere ulaşamamanın yarattığı kronik bir değersizlik ve yetersizlik hissinden kaynaklanan ahlaki bir patoloji olarak görür. Her iki düşünür de çözümün hıncı dönüştürmekte yattığını savunur: Nietzsche için bu, yaratıcı eylemler ve Üstinsan idealiyle, Scheler için ise değersel hiyerarşiyi onararak sevgi gibi yüksek değerlere yönelmekle mümkündür. Felsefi danışmanlık bu zengin tarihsel birikimi sentezleyerek öfkeyle çalışmak için güçlü bir çerçeve sunar. Tüm geleneklerdeki ortak temalar; kontrolsüz öfkenin zararlı olduğu, çözümde aklın merkezi bir rolü olduğu, "kendini bilme"nin temel bir adım olduğu, erdemlerin geliştirilmesinin bir kalkan görevi gördüğüdür. Felsefi danışmanlık, semptom yönetimine odaklanan yaklaşımların ötesine geçerek, danışanın öfkesinin altındaki varoluşsal, etik ve anlamsal soruları keşfetmesine yardımcı olur. Bu sayede öfke, yıkıcı bir güç olmaktan çıkıp, bireyin kendini tanımasını, değerlerini bulmasını ve daha anlamlı bir yaşam sürmesini sağlayan bir dönüşüm aracı haline gelebilir.

Anahtar Kelimeler: Antik Yunan, İslam felsefesi, Stoacılık, Tasavvuf, Felsefi danışmanlık, Öfke, Hınç, Nietzsche

ANGER IN THE CONTEXT OF PHILOSOPHICAL COUNSELING: DEFINITION AND STRATEGIES FOR COPING WITH IT

ABSTRACT

This article undertakes a multifaceted analysis of the concept of anger within the discipline of philosophical counseling, examining it through the perspectives of prominent thinkers and movements throughout the history of philosophy. The core thesis of the work is that anger is a universal human experience, and that philosophy provides a rich and profound foundation for understanding, managing, and transforming this complex emotion. Employing a historical and comparative methodology, the article aims to show that anger is not merely a destructive force to be suppressed, but can also be an opportunity for self-knowledge, the clarification of one's values, and moral development. The analysis spans from Ancient Greece to Stoicism, Islamic philosophy, Sufism, and the modern concept of "ressentiment," with the goal of demonstrating how this philosophical heritage can be integrated into contemporary philosophical counseling practice. In Ancient Greek philosophy, Plato defines anger as "thymos" (passion, spirit), one of the three parts of the soul. For him, the soul consists of a charioteer (reason) trying to control two horses (appetites and anger), and anger, when guided by reason, can transform into "righteous anger" in the face of injustice, forming the basis of the virtue of courage. Aristotle offers a more pragmatic definition of anger as "a manifestation of an individual's desire for revenge when they believe they have been wronged or disrespected". In his virtue ethics, anger is not an emotion to be eradicated; rather, according to the principle of the "golden mean," neither excessive anger nor a lack of anger is virtuous. Becoming angry at the right time, for the right reason, and in a measured way is considered a virtuous act. For both thinkers, a "perception of injustice" lies at the root of anger, and the solution is for reason to question this perception and manage the emotion. The Stoic tradition presents a radically different approach to anger. For thinkers like Seneca, Epictetus, and Marcus Aurelius, anger is an unnatural, irrational, and entirely harmful passion. Seneca describes anger as "the ugliest passion" and a "brief madness," because when angry, a person loses self-control and becomes closed off to logic. The Stoics, who described the physical symptoms of anger in detail, argue that this emotion distances humans from their natural inclination to cooperate and drives them toward destruction. The primary causes of anger are the thoughts that we have been wronged and that this treatment is unjust. As coping mechanisms, they recommend "taking one's time" (waiting for the initial impulse to pass), realizing the meaninglessness of anger by reflecting on the brevity of life, and, most importantly, the practice of "self-knowledge," in which one understands one's own weaknesses and triggers. The traditions of Islamic philosophy and Sufism treat anger as one of the fundamental powers of the nafs (the self or soul). According to Ibn Miskawayh and Kinalizade, the power of anger transforms into the virtue of courage (shaja'a) when it comes under the control of reason; when left unchecked, it becomes destructive. The causes of anger are identified as "diseases of the soul" such as pride, conceit, and envy. Abu Bakr al-Razi and Nasir al-Din al-Tusi view anger as an obstacle to happiness and a "disease of the heart," stating that it harms the individual and their surroundings and destroys the faculty of reason. In Sufism, anger (ghadab) is an attribute to be disciplined on the spiritual journey. The solution is not to eliminate anger entirely, but to bring it under control by developing virtues such as forbearance (hilm), patience, and forgiveness, and by reflecting on the consequences of anger and the rewards of forgiveness. In modern philosophy, Nietzsche and Scheler analyze "ressentiment" (hınç), a social and moral dimension of anger. According to Nietzsche, resentment is the suppressed, inward-turned desire for revenge that the weak ("slave morality") feel toward noble and powerful values. This emotion, instead of leading to direct action, achieves revenge through a "transvaluation of all values" (Umwertung aller Werte), glorifying weakness and humility as "good". Scheler, in contrast, views resentment as a moral pathology arising from a chronic sense of worthlessness and inadequacy caused by the inability to attain higher spiritual values. Both thinkers argue that the solution lies in transforming resentment: for Nietzsche, this is achieved through creative acts and the ideal of the Übermensch; for Scheler, it involves restoring the hierarchy of values and turning toward higher values like love. In conclusion, philosophical counseling synthesizes this rich historical heritage to provide a powerful framework for working with anger. Common themes across all traditions include the harm of uncontrolled anger, the central role of reason in its resolution, the foundational step of "self-knowledge", and the development of virtues as a shield. Philosophical counseling moves beyond approaches focused on symptom management to help clients explore the underlying existential, ethical, and semantic questions behind their anger. In this way, anger can be transformed from a destructive force into a vehicle for self-knowledge, finding one's values, and leading a more meaningful life.

Keywords: Ancient Greek, Islamic Philosophy, Stoicism, Sufism, Philosophical Counseling, Anger, Ressentiment, Nietzsche.

Giriş: Öfkenin Tanımı, Nedenleri ve Çözüm Yolları Üzerine Tarihsel ve Karşılaştırmalı Analiz

İnsanlık tarihi boyunca duygular ve duyguların yönetimi, düşünsel çabaların merkezinde yer almıştır. Felsefe, yalnızca mantıksal yapılarla değil, aynı zamanda insanın duygusal boyutlarıyla da ilgilenmiş, bu bağlamda öfke, farklı felsefi gelenekler tarafından incelenen başlıca konulardan biri olmuştur. Günümüzde bilimsel araştırmalar duyguları ampirik yöntemlerle incelese de öfkenin felsefi kökenlerini ve insan yaşamındaki derin etkilerini anlamak için felsefenin kavramsal derinliğine ve eleştirel bakış açısına başvurmak kaçınılmazdır. Öfke, bireysel bir hissiyat olmanın ötesinde, toplumsal, etik ve kültürel alanlarda dönüştürücü etkilere sahip güçlü bir fenomendir. Tarihsel süreçlerin, kültürel kodların ve ahlaki sistemlerin inşasında ve yıkımında potansiyel bir rol oynar. Bu nedenle öfkeye dair felsefi incelemeler, bireysel psikolojinin ötesinde daha geniş çerçevelerde ele alınmalıdır. Farklı felsefe gelenekleri, öfkenin ahlaki normlar ve toplumsal düzenin belirlenmesindeki merkezi rolüne dikkat çekmiştir. İslam filozofları da öfkeyi insanın temel nefsi güçlerinden biri olarak kabul etmiştir. Bu bağlamda öfke, insani varoluşun hem bireysel hem de kolektif boyutlarını anlamak için kilit bir kavramdır.

Felsefi danışmanlık, bireylerin yaşam zorluklarıyla başa çıkmalarına felsefi düşünce ve yöntemlerle yardımcı olan çağdaş bir alandır. Yoğun ve yıkıcı olabilen, ancak yapıcı bir potansiyel de taşıyan öfke, felsefi danışmanlık pratiğinde merkezi bir konudur. Öfke, bireyin içsel dengesini bozabilir, ilişkilerde çatışmalara yol açabilir ve genel esenlik halini olumsuz etkileyebilir. Felsefenin binlerce yıllık birikimi, öfkenin doğası, kökenleri ve yönetimi hakkında zengin bir düşünsel zemin sunar. Bu mirasın felsefi danışmanlıkta uygulanması, danışanların öfkeleriyle daha sağlıklı bir ilişki kurmalarına, altında yatan varoluşsal nedenleri anlamalarına ve erdemler aracılığıyla öfkelerini yapıcı yollarla yönetmelerine olanak tanır.

Bu makalenin amacı, felsefi danışmanlık disiplini çerçevesinde öfke kavramını, felsefe tarihindeki önemli düşünürlerin ve akımların bakış açıları üzerinden çok yönlü bir analizle incelemektir. Makale; öfkenin tanımını, nedenlerini, türlerini ve farklı felsefi geleneklerin önerdiği çözüm yöntemlerini karşılaştırmalı ve tarihsel bir bakış açısıyla ele almayı hedeflemektedir. Bu amaçla makale, Antik Yunan'da Platon ve Aristoteles ile başlayacak, ardından Stoacılıkta Seneca, Epiktetos ve Marcus Aurelius'un düşüncelerini inceleyecektir. İslam felsefesi geleneğinde İbn Miskeveyh, Kınalızade Ali Çelebi, Ebubekir Er-Razi ve Nasiruddin Tusi'nin görüşleri, Tasavvufta ise nefis terbiyesi yoluyla öfke kontrolü ele alınacaktır. Modern felsefede Nietzsche ve Scheler'in "hınç" (ressentiment) kavramı üzerinden yaptıkları analizler de makalenin kapsamındadır. Bu tarihsel incelemeler, felsefi danışmanlık bağlamında öfkeyi çözümleme yollarına dair bir sentez sunmak için zemin hazırlayacaktır. Son bölümde ise temel bulgular özetlenecek ve gelecek araştırmalar için öneriler sunulacaktır.

Makalenin temel yöntemi tarihsel ve karşılaştırmalı analizdir. Platon ve Aristoteles'ten Stoacılar, İbn Miskeveyh, Kınalızade, Er Razi ve Tusi gibi İslam düşünürlerinden Tasavvuf geleneğine ve modern dönemin eleştirel sesleri Nietzsche ve Scheler'e uzanan bu geniş yelpaze, öfkenin farklı kültürel ve düşünsel bağlamlarda nasıl ele alındığını ortaya koyacaktır. Farklı geleneklerin öfke tanımları, nedenleri ve başa çıkma stratejileri arasındaki benzerlikler ve farklılıklar karşılaştırmalı olarak değerlendirilecektir. Bu yaklaşım, öfkenin sadece bastırılması gereken olumsuz bir duygu olmadığını, aynı zamanda anlaşılabilirliğini, dönüştürülebileceğini ve

hatta bireyin kendini tanıması için bir fırsat olabileceğini göstermeyi amaçlamaktadır. Bu kapsamlı analiz, felsefenin öfkeyi anlamadaki derinliğini vurgulayarak felsefi danışmanlık pratiğine benzersiz bir katkı sunmayı hedeflemektedir.

1. Antik Yunan Felsefesinde Öfke

Antik Yunan felsefesi, insan duygularının doğası ve yönetimi üzerine derin analizler sunmuştur. Öfke, Platon ve Aristoteles tarafından ruhun yapısı, erdemli yaşam ve toplumsal düzen bağlamında ele alınmış önemli bir konudur. Her iki düşünür de öfkenin bireyin iç ve dış dünyasında önemli sonuçları olabileceğini kabul etmiş ve yaklaşımları günümüz felsefi danışmanlığı için geçerli ilkeler barındırmıştır.

1.1. Platon'da Öfke (Thymos)

Platon'un felsefesinde öfke, onun ruh (*psykhe*) anlayışı içinde özel bir yer tutar. Platon, ruhu üç temel bölüme ayırır ve bu bölümler arasındaki uyumun erdemli bir yaşam için gerekli olduğunu savunur.¹ Bu üç kısım şunlardır: bilgi, düşünce ve mantığın bulunduğu Akıl (*logistikon*); bedensel hazlarla ilgili olan istek veya arzu (*epithymetikon*); ve hırs, coşku ve duygusallığın yer aldığı Öfke/cesaret/tutku (*thymos*).² Platon'a göre akıl, ruhun diğer iki kısmını kontrol etmeli ve kendine uyumlu kılmalıdır. Akıl, bir arabacıyı andırır; yoldan sapmaya eğilimli iştah atını ve kontrolden çıkmaya meyilli olan heyecan (*thymos*) atını dizginleyerek onları doğru yöne sevk eder.³

Platon, ruhun her parçası için bir erdem önerir: İştah için ölçülülük, öfke (gazap) parçası için cesaret. En önemli erdem ise akılı kullanmayı esas alan bilgeliktir. Bu üç erdemin dengeli bir şekilde uygulanması ise adaleti meydana getirir.⁴ Öfke (*thymos*) kısmı, onur duygusuyla yakından ilişkilidir ve doğru bir eğitimle bir haksızlık karşısında "haklı öfke" olarak ortaya çıkabilir.⁵ Platon, *Devlet* adlı eserinde, site koruyucularının (askerler) öfkelerinin doğru eğitilmesinin önemini müzik ve spor aracılığıyla vurgular. Öfke, akılla yönlendirildiğinde ölçülü bir tepkiye dönüşürken, akıldan bağımsız hareket ettiğinde ölçüsüz bir saldırganlığa yol açar. Bu nedenle öfke tamamen bastırılmamalı, aklın kontrolü altına alınmalıdır.⁶

Platon için öfkenin temelinde "haksızlığa uğrama" veya "adaletsizlik" duygusu yatar. O, öfkeyi net türlere ayırmasa da eserlerinden modern çıkarımlar yapılabilir. Haksızlık karşısında aklın rehberliğindeki öfkeye "haklı öfke" denilebilir.⁷ Kontrolsüz öfke ise akıl ve ölçüden yoksun, saldırganlık olarak nitelendirilen dengesiz bir ruh halidir. Felsefi danışmanlık açısından Platon, öfkenin ruhun doğal bir parçası olduğunu, ancak aklın rehberliğinde eğitilmesi gerektiğini vurgular. Öfkenin hem yapıcı hem de yıkıcı potansiyeli olduğu fikri, danışmanlara bu duyguyu bir "güç" olarak görüp doğru amaçlara yönlendirme konusunda rehberlik edebilir.⁸

¹ Platon, *Devlet*, çev. S. Eyüboğlu & M. A. Cimcoz, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2019, 441'a-c.

² Platon, *Devlet*, 436'a-441c

³ Platon, *Phaidros* [*Phaedrus*], çev. Ari Çokona, Hasan Âli Yücel Klasikleri Dizisi, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2021, 246'a-254'e

⁴ Platon, *Devlet*, 427'e-434c ve 441c-442d,

⁵ Platon, *Devlet*, 440c-441'a

⁶ Platon, *Devlet*, 376'e-377b, 401d-403c, 410c-411'e, 441'a-442b

⁷ Platon, *Devlet*, 375'a-376c, 439'e-441'a

⁸ Platon, *Devlet*, 439'e-441'a, 571'a-572b

1.2. Aristoteles'te Öfke

Aristoteles'in öfke hakkındaki görüşleri, özellikle *Nikomakhos'a Etik* ve *Retorik* adlı eserlerinde detaylıca incelenir. Aristoteles öfkeyi, "haksızlık veya saygısızlık gördüğünü düşünen kişinin öç alma arzusunun bir tecellisidir" şeklinde tanımlar.⁹ Onun erdem etiği, erdemini iki aşırı ucun arasında bir denge durumu olan "orta yol"u bulmaya odaklanır. Bu açıdan, öfkeyi tamamen ortadan kaldırmak yerine, onu ölçülü bir şekilde ve yerinde durumlarda (adaleti savunmak gibi) kullanmak erdemli bir davranıştır. Aşırı öfke ise hem kişiye hem de başkalarına zarar verebilecek tehlikeli bir duygudur.¹⁰

Aristoteles'in *Retorik* adlı eserinde öfke, iki yönlü bir olgudur: Birincisi, zihinde oluşan "haksızlığa uğramış olma" algısı; ikincisi ise bu algının tetiklediği bedensel reaksiyonlardır. Haksızlık karşısında doğru adım atabilmek için akıl ile hareket etmek gerektiğini vurgular.¹¹ Aristoteles için de öfkenin temelinde "haksızlığa uğrama" duygusu yatar, ancak buna ek olarak kıskançlık gibi durumların da öfkeyi harekete geçirebileceğini belirtir. Eserlerinden yapılan modern çıkarımlara göre, adaletsizlik karşısında aklın rehberliğindeki öfke "haklı öfke" olarak değerlendirilebilir. Ayrıca, başkasının başarısını kıskanma nedeniyle ve haksızlığa uğradığı algısıyla duyulan öfke de bir türdür.¹²

Aristoteles için sakinlik, öfke duygusunun "orta durumu"dur. Aşırı öfkenin zararlı olduğunu belirtirken, hiç öfkelenmemenin de kişiyi duyarsızlaştıracaklarını savunur. Erdemli davranış için ölçülü bir öfke gereklidir. Öfkenin temelinde haksızlık algısı yattığı için, bu algının doğruluğunun akıl ile sorgulanması gerektiğini belirtir.¹³ Öfkeyi bastırmak yerine onu mantık ve akıl ile düzenlemek en doğru yoldur. Felsefi danışmanlık açısından Aristoteles'in yaklaşımı, "orta yol" ilkesiyle danışanlara öfkelerini dengeli bir şekilde yönetmeyi öğretir. Haksızlık algısını akılla sorgulama ve öfkenin bedensel tepkilerini anlama, danışanların öfke deneyimlerini daha bilinçli yönetmelerine yardımcı olabilir.¹⁴

Antik Yunan felsefesinin iki dev ismi Platon ve Aristoteles, öfkeyi insan ruhunun ayrılmaz bir parçası olarak kabul ederek, onu ahlaki yaşam ve adalet arayışı ekseninde derinlemesine analiz etmişlerdir. Onların yaklaşımları, öfkeyi tamamen yok edilmesi gereken bir düşman olarak değil, eğitilmesi ve doğru yönlendirilmesi gereken güçlü bir potansiyel olarak görür. Platon, felsefesini ruhun üçlü yapısı üzerine kurar: Akıl (*logistikon*), iştah (*epithymetikon*) ve bu ikisi arasında yer alan, onur ve cesaretin kaynağı olan coşkulu parça (*thymos*). Öfke, işte bu *thymos*'un bir tezahürüdür ve Platon'a göre doğası gereği aklın doğal bir müttefikidir. Tıpkı bir savaş atı gibi, *thymos*, aklın rehberliğinde iştahın aşırılıklarına karşı savaşabilir ve bir haksızlık karşısında "haklı bir öfke"ye dönüşerek adaletin hizmetine girebilir. Platon için çözüm, bu coşkulu gücü bastırmak değil, müzik ve spor gibi araçlarla eğiterek aklın arabacılığına tabi kılmaktır. Bu sayede ham bir tutku olan öfke, "cesaret" erdemine dönüşür.

⁹ Aristoteles, *Retorik*, çev. Mehmet Türkeri ve Onur Baskın, İstanbul: Alfa Yayınları, 2015, 2. bölüm, 1378a30-31

¹⁰ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik [Ethika Nikomacheia]*, çev. İoanna Kuçuradi ve Ekrem Demirli, Hasan Âli Yücel Klasikleri Dizisi, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2022, Kitap IV, 5 (1125b24-1126a3) ve Kitap II, 6 (1108a24-1109a10)

¹¹ Aristoteles, *Retorik*, Kitap II, 2 (1378a30 – 1379b31) ve 3 (1380a1 – 1380a13)

¹² Aristoteles, *Retorik*, Kitap II, 2 (1378a30-1379b5) ve 9-10 (1387a1-1388a30)

¹³ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, Kitap IV, 5 (1125b26 – 1126a8) ve Kitap II, 6 (1108a24 – 1109a10)

¹⁴ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, Kitap II, 6 (1108a24-1109a10) ve Kitap IV, 5 (1125b26-1126a8)

Aristoteles ise meseleye daha pratik ve durumsal bir erdem etiği çerçevesinden yaklaşır. O, ünlü "orta yol" (mesotes) ilkesini öfkeye uygulayarak, erdemini iki aşırı uç arasında bulunduğunu savunur. Öfke, "haksızlık veya saygısızlık algısından doğan bir öç alma arzusu" olarak tanımlanır ve bu duygunun kendisi ne iyi ne de kötüdür. Erdem, doğru zamanda, doğru kişiye, doğru sebeple ve doğru ölçüde öfkelenmektir. Aşırı öfke (hiddet) bir kusur olduğu gibi, haksızlık karşısında hiç öfkelenmemek de bir tür duyarsızlık ve ahlaki zafiyettir. Aristoteles için sakinlik, öfkenin orta durumudur ve bilge kişi, öfkesini aklın süzgecinden geçirerek bu dengeyi bulur. Sonuç olarak her iki filozof da öfkenin temelinde "haksızlık algısı" yattığını ve çözümün aklın egemenliğinde olduğunu kabul eder. Ancak Platon ruhun yapısal hiyerarşisine ve öfkenin eğitilerek cesarete dönüştürülmesine odaklanırken, Aristoteles durumsal bir bilgelikle öfkenin "doğru ayarını" bulmanın önemini vurgular. Bu iki yaklaşım, Batı düşüncesinde öfkenin hem yıkıcı potansiyelini hem de adalet ve erdem için vazgeçilmez bir güç olabileceğini ortaya koyan temel paradigmayı oluşturmuştur.

2. Stoacılıkta Öfke

Stoacılık felsefesi, evrenin rasyonel düzeniyle uyumlu, yani doğaya uygun bir yaşam sürmeyi temel ilke olarak benimser. Bu felsefede ahlakın temeli doğadır; bir eylem doğaya uygunsa iyi, aykırıysa kötüdür. Bu sistem içinde duygular, özellikle de öfke, genellikle doğaya aykırı ve zararlı bir tutku olarak kabul edilmiştir. Lucius Annaeus Seneca, Epiktetos ve Marcus Aurelius gibi önemli Stoacı düşünürler, öfkenin doğasını, kaynaklarını ve bu yıkıcı duygudan kurtulma yollarını derinlemesine analiz etmişlerdir.

2.1. Stoacı Öfke Anlayışı

Stoacılar göre öfke, insan doğasına aykırı bir tutkudur. Seneca, öfkeyi "en büyük kusur"¹⁵ ve "en çirkin tutku"¹⁶ olarak nitelendirir. Bilge insanların öfkeyi kısa süreli bir delilik hali olarak gördüğünü aktaran Seneca, öfkenin delilikle benzerlikler gösterdiğini savunur: Öz denetim eksikliği, mantığa kapalılık, adil olanı kavrayamama gibi belirtiler ortaktır. Seneca, öfkenin çöken bir bina gibi, üzerine çöktüğü şeyi paramparça ettiğini ifade eder.¹⁷

Stoacılar, öfkenin bedensel tezahürlerini de detaylıca tasvir etmiştir. Seneca, öfkeli kişilerde cüretkâr bir yüz ifadesi, çatık kaşlar, hızlanan adımlar, değişen ten rengi ve sık nefes alıp verme gibi belirtiler gözlemlendiğini belirtir.¹⁸ Öfkeli kişinin gözleri alev alev titrer, yüzü kıpkırmızı olur, dudakları titrer, dişleri sıkılır ve bedeni korkutucu bir görünüm sergiler. Marcus Aurelius da yüzdeki öfkeli ifadenin kesinlikle doğaya aykırı olduğunu ve sık öfkelenmenin yüzün güzelliğini zamanla soldurduğunu belirtir. Buradan, öfkelenmenin mantığa aykırı olduğu sonucunu çıkarır.¹⁹ Diğer kusurlar gizlenebilirken, öfke kendini açıkça belli eder ve büyüdükçe kötüleşir; bu da onun iyi bir şey olamayacağını gösterir.²⁰

¹⁵ Lucius Annaeus Seneca, *Öfke Üzerine*, çev. A. Doğucan Hanegelioglu, Ankara: Doğu Batı Yayınları, 2024, 14.

¹⁶ Seneca, *Öfke Üzerine*, 14.

¹⁷ Seneca, *Öfke Üzerine*, 26.

¹⁸ Seneca, *Öfke Üzerine*, 26.

¹⁹ Marcus Aurelius, *Kendime Düşünceler*, çev. Y. Emre Ceren, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2023, 68-69.

²⁰ Seneca, *Öfke Üzerine*, 26.

Öfkenin doğaya aykırılığı, Stoacı felsefenin temel argümanıdır. Doğa tanrısal bir öngörüyle yönetildiği için iyidir; tamamen zararlı bir kusur olan öfke doğaya ait olamaz.²¹ İnsan doğası gereği yardımlaşmaya yatkınken, öfke yıkım için vardır ve insanları ayırır. İnsan başkalarına yardım ederken, öfke en yakınlarına bile saldırmak isteyebilir. Seneca, bu vahşi kusuru insana atfeden kişinin doğa cahili olduğunu belirtir.²² Öfke, beraberinde intikam alma hissini getirir ki bu, insanın huzurlu doğasına uygun değildir. Stoacılara göre öfke, gönül yüceliğine de bir katkıda bulunmaz; insanı büyütmez, aksine hastalıklı bir şekilde şişirir. Bu yüzden öfke, "en kadınsı ve çocuksu kusur" olarak nitelendirilir.²³

2.2. Öfkenin Kaynakları ve Sebepleri

Stoacılar, öfkenin bir tercihten mi yoksa dürtüden mi kaynaklandığını sorgulamıştır.²⁴ Öfkenin gönle tabi bir kusur olduğunu ve en bilge insanlara bile bulaşabileceğini belirtirler.²⁵ Mizacın öfkeye yatkınlıkta rol oynadığı kabul edilir; ateşli bir gönül asabiyete daha yatkındır. Bazı Stoacılara göre öfke, göğüsteki kanın kaynamasıyla ortaya çıkar.²⁶

Eğitimin de öfke oluşumunda önemli bir rolü vardır; özellikle yumuşak ve pohpohlayıcı bir eğitim asabi insanlar yetiştirir. Hiçbir isteği reddedilmemiş, sürekli şımartılmış bir çocuk, haksızlığa karşı direnme becerisi geliştiremez.²⁷ Seneca'ya göre, çocukların beslenmesi basit olmalı ve yaşam tarzları yaşlılarına benzemelidir ki baştan itibaren eşitlik aşılabilsin. Aşırı rahat bir yaşam da asabiyeti besler; gönül, zorluklarla yontulmalıdır ki darbelere karşı dirençli olabilsin.²⁸

Stoacılara göre asabiyeti uyandıran iki temel şey vardır: Birincisi, haksızlığa uğradığımızı düşünmemiz; ikincisi ise bu haksızlığa adil olmayan bir şekilde maruz kaldığımızı düşünmemizdir.²⁹ Haksızlığa uğradığımızı hissettiğimizde mantığımızı devreye sokmak zorlaşır.

2.3. Öfkenin Çareleri ve Baş Etme Yolları

Seneca'ya göre öfkenin temelde iki çaresi vardır: Öfkeye kapılmamak ve öfkeliyken bir yanlış yapmamak.³⁰ Öfkenin en etkili ilacı "ağırdan almak"tır. Amaç affetmek değil, doğru yargıya varmak için zaman kazanmaktır; zira öfkenin ilk dürtüleri şiddetlidir ama bekledikçe durulur.³¹ Marcus Aurelius ise çok öfkelenildiğinde, insan yaşamının ne kadar kısa olduğunu ve yakında herkesin öleceğini düşünmeyi tavsiye eder.³² Bu düşünce, geçici dünyaya duyulan öfkenin anlamsızlığını gösterir.

²¹ Suat Çelikkol, "Stoa Felsefesinin Temel Görüşleri Üzerine Bir İnceleme", *Bilimname Dergisi*, 37, 2019/1, 1225-1245. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bilimname/issue/43606/5221621229>

²² Seneca, *Öfke Üzerine*, 31

²³ Seneca, *Öfke Üzerine*, 49

²⁴ Seneca, *Öfke Üzerine*, 53

²⁵ Seneca, *Öfke Üzerine*, 54

²⁶ Seneca, *Öfke Üzerine*, 70.

²⁷ Seneca, *Öfke Üzerine*, 72

²⁸ Seneca, *Öfke Üzerine*, 73.

²⁹ Seneca, *Öfke Üzerine*, 81.

³⁰ Seneca, *Öfke Üzerine*, 69.

³¹ Seneca, *Öfke Üzerine*, 80.

³² Marcus Aurelius, *Kendime Düşünceler*, 119.

Stoacılar, öfkeyle başa çıkmada kişiye özel yollar izlenmesi gerektiğini belirtirler; herkes farklı yöntemlerle yola gelir. Öfkenin kendisi suçlanmalı ve kötülükleri araştırılıp ortaya çıkarılmalıdır. Haksızlığa maruz kalmamak için barışçıl ve basit bir yaşam sürmek ve öfkeyi uyandırmayacak, yumuşak başlı insanlar seçmek faydalıdır.³³ Fiziksel aktivite ve sanatın da rolü vardır; güzel sanatlara yönelmek gönlü yumuşatır ve nazikleştirir.³⁴ Epiktetos, sanatı kucaklayarak öfke dürtüsünden sıyrılabilceğimizi öğütler.³⁵

Öfkeyle mücadelede "kendini bilmek" merkezidir. "Nefsini bil!" buyruğu, kişinin kendi zayıf yönlerini bilip onlara karşı tedbirli olmasını sağlar.³⁶ Öfkesini tanıyan kişi, zehrin ve şifanın nerede olduğunu bilir ve onun gücünü kırabilir. Seneca, öfkeyle bizzat kişinin kendisinin savaşıması gerektiğini ve kişi öfkesini yenmek istediği sürece öfkenin onu yenemeyeceğini vurgular.³⁷

Stoacı felsefe, evrenin rasyonel ve ilahi bir düzen (*Logos*) ile yönetildiği ilkesinden hareketle, öfkeyi bu kozmik akla ve dolayısıyla insan doğasına taban tabana zıt, yıkıcı bir patoloji olarak mahkûm eder. Seneca'nın ifadesiyle "en çirkin tutku" ve "kısa süreli bir delilik" olan öfke, Stoacılar için herhangi bir fayda veya soyluluk barındırmayan, kökten reddedilmesi gereken bir kusurdur. Onların analizinde öfke, sadece zihinsel bir bozukluk değil, aynı zamanda bedensel bir çirkinliktir. Öfkeli insanın çatık kaşları, kızaran yüzü, titreyen dudakları ve alevlenen gözleri, iç dünyadaki rasyonel düzenin çöküşünün dışavurumudur. Marcus Aurelius'un belirttiği gibi, bu çirkin ifade doğaya aykırıdır, çünkü doğa uyumlu ve güzeldir; öfke ise kaotik ve iticidir. Stoacılar, insan doğasının özünde yardımlaşmaya ve sosyallığa yatkın olduğunu savunurken, öfkenin bu doğayı dinamitlediğini, insanı en yakınlarına dahi saldıran, iş birliği yerine yıkımı arzulayan bir varlığa dönüştürdüğünü ileri sürerler. Bu nedenle öfke, bir güç veya yücelik belirtisi değil, aksine "en kadınsı ve çocuksu kusur" olarak nitelendirilen bir zayıflık ve acizyet göstergesidir.

Stoacılar göre bu hastalıklı tutkunun kaynağı, kontrolümüz dışındaki bir dürtü değil, tamamen iradi bir seçim ve hatalı bir yargıdır. Öfkenin fitilini ateşleyen temel yargı, kişinin haksızlığa uğradığına dair sarsılmaz inancıdır. Mizaç ve özellikle de kişinin şımartılarak, her isteği yapılarak yetiştirilmesi gibi dış faktörler öfkeye yatkınlığı artırsa da nihai tetikleyici, kişinin olayları yanlış yorumlayan zihnidir. Bu teşhis, tedavinin de yolunu çizer: Mademki öfke bir yargıdan doğar, o halde doğru yargılarla önlenebilir ve yönetilebilir. Stoacıların sunduğu en temel çare, Seneca'nın vurguladığı gibi "ağırdan almak"tır. Bu gecikme, öfkenin şiddetli ilk darbesini savuşturmak ve mantığın yeniden devreye girmesi için hayati bir zaman kazandırmaktır. Bunun yanı sıra, Marcus Aurelius'un önerdiği gibi hayatın kısalığı üzerine tefekkür etmek (*memento mori*) gibi bilişsel egzersizler, öfkenin anlamsızlığını ortaya koyar. Ancak tüm bu yöntemlerin temelinde, Epiktetos'un da işaret ettiği "kendini bilmek" ilkesi yatar. Kişi kendi zayıflıklarını, öfkesinin tetikleyicilerini bilmeli ve onlara karşı proaktif bir mücadele vermelidir. Nihayetinde Stoacılık, öfkeyle savaşın sorumluluğunu tamamen bireyin aklına ve iradesine yükler; öfkeyi yenmek isteyen bir irade karşısında, bu delilik halinin yenilmeye mahkûm olduğunu savunur.

³³ Seneca, *Öfke Üzerine*, 99

³⁴ Seneca, *Öfke Üzerine*, 100

³⁵ Epiktetos, *Söylevler*, çev. Yahya Kurtkaya, İstanbul: Şule Yayınları, 2023, 87

³⁶ Epiktetos, *Söylevler*, 89.

³⁷ Seneca, *Öfke Üzerine*, 105.

3. İslam Felsefesinde Öfke

İslam felsefesi geleneğinde öfke, insanın ahlaki yapısı ve nefsin güçlerinin terbiyesi bağlamında merkezi bir konudur. İbn Miskeveyh ve Kınalızade Ali Çelebi, Ebubekir Er-Razi ve Nasiruddin Tusi gibi ahlak felsefecileri, öfkenin insanın doğasındaki yerini ve yönetilme yollarını detaylıca incelemiştir. Bu düşünürler de öfkenin yaratılıştan gelen temel bir güç olduğunu ve aklın rehberliğinde doğru kullanıldığında yiğitlik gibi erdemlere zemin hazırlayabileceğini vurgulamıştır.

3.1. İbn Miskeveyh'te Öfke

İbn Miskeveyh, öfkeyi kendi nefis teorisi bağlamında ele alır. Ona göre nefsin üç temel gücü vardır: Düşünen nefis, hayvani nefis ve öfkeli nefis.³⁸ Bu üç gücün dengeli bir etkileşimi ahlaki faziletleri ortaya çıkarır. Özellikle öfkeli nefsin, düşünen nefsin (aklın) kontrolüne girmesi durumunda yiğitlik (şecaat) fazileti ortaya çıkar.³⁹ Öfke, insanın ruhunda bulunan ve savunma gibi durumlarda kendini gösteren bir potansiyeldir. Kontrolsüz olduğunda yıkıcı, kontrollü olduğunda ise faydalı olabilir. Öfkenin bedendeki aracı kalptir ve öfkeli nefis,⁴⁰ Tanrı tarafından hayvani nefsi eğitmek amacıyla verilmiştir.⁴¹

İbn Miskeveyh, öfkenin nedenlerini "nefsin hastalıkları" başlığı altında inceler. Bir hastalığı tedavi etmek için sebebini bilmek gerektiğini belirten düşünür, nefsin sağlığını korumanın veya iyileştirmenin mümkün olduğunu söyler.⁴² Öfkeyi önlemek için kişinin ahlaki faziletlerle donanması, doğru bilgiye ulaşması ve erdemli kişilerle arkadaşlık etmesi gerektiğini vurgular.⁴³ Düşünen nefsin (akıl) öfke ve şehvet güçlerini kontrol etmesiyle ahlaki faziletler ortaya çıkar; aksi halde kişi sınırları aşar. Öfkenin sebepleri olarak kendini beğenme, övünme, inat, kibir, alay etme ve zulüm gibi durumları sayar. Bu sebeplerin altında yatan ortak duygu ise "oç alma" arzusudur.⁴⁴

Öfke anında kalpteki kanın galeyanı artar, sinirler ve beyin karışık bir dumanla kaplanır, bu da aklın işlevini bozarak düşünme yeteneğini zayıflatır. Akli kontrol kaybedildiğinde kişi yatıştırıcı sözlere bile daha fazla öfkelenir ve çevresine zarar verir. Eğer kişi öfkeye hâkim olsaydı, yiğitlik fazileti ortaya çıkardı. Öfkeyle baş etmek için kişi, öfke doğurucu sebeplerle karşılaştığında akla boyun eğmelidir. Öfkeyi "kötü huy" olarak nitelendiren İbn Miskeveyh, bunun erkeklik belirtisi olduğu görüşünü reddeder ve öfkeli kişinin hayatta mutluluğa erişemeyeceğini, sürekli üzüntülü bir yaşam süreceğini söyler.⁴⁵ Kurtuluş, ölçülü davranmak ve akla uymaktır. Sonuç olarak, öfke nefsin bir gücüdür ve temel sorun "ölçsüzlük"tür; yapıcı veya yıkıcı olması insanın iradesine bırakılmıştır.

³⁸ İbn Miskeveyh, *Tehzîbü'l-Ahlâk ve Tathîru'l-A'râk*, Büyüyenay Yayınları, 2017, 21-22.

³⁹ İbn Miskeveyh, *Tehzîbü'l-Ahlâk ve Tathîru'l-A'râk*, 16-17

⁴⁰ İbn Miskeveyh, *Tehzîbü'l-Ahlâk ve Tathîru'l-A'râk*, 23-26.

⁴¹ Mustafa Çağrı, "Tehzîbü'l-Ahlâk", *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*, 40. Cilt, İstanbul: TDV Yayınları, 2011, 328-329.

⁴² Mustafa Çağrı, "Tehzîbü'l-Ahlâk", 329.

⁴³ İbn Miskeveyh, "Tehzîbü'l-Ahlâk", 329

⁴⁴ İlyas Üzümlü, "Gazap", *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*, Cilt 13, İstanbul: TDV Yayınları, 1996, 436-437.

⁴⁵ İbn Miskeveyh, "Tehzîbü'l-Ahlâk", 329.

3.2. Kınalızade Ali Çelebi'de Öfke

Kınalızade Ali Çelebi de öfkeyi nefsin güçleri bağlamında ele alır ve nefsi üçe ayırır: Bilme gücü (Meleki nefis), arzu gücü (hayvani nefis) ve öfke gücü (yırtıcı nefis).⁴⁶ Bu kuvvetlerin Allah tarafından insana bir lütuf olarak verildiğini belirtir. Kınalızade'ye göre öfke "nefsani bir nitelikler". Öfkelenme anında kalpteki kan coşar, bedene yayılır ve dış görünüşte kırmızılık belirir; bu da öfkenin bedenle yakından ilişkili olduğunu gösterir. Öfkenin temel sebebini "nefsin elem duyduğu kimseden intikam almayı istemesi" olarak belirtir.⁴⁷ Kendini beğenmek, kibir, alay, vefasızlık ve kıskançlık gibi diğer sebepler de intikam duygusundan kaynaklanır.⁴⁸

Kınalızade de öfke anında kalpten yükselen karanlık bir dumanın aklın nurunu örttüğünü ve düşünce gücünü zayıflatıldığını ifade eder. Bu durum, aklın kontrolü kaybedildiğinde öfkenin yıkıcı bir güce dönüştüğünü gösterir.⁴⁹ Kınalızade, öfke gücünün yol açtığı hastalıkları üçe ayırır: Fazlalık yönünde gazap (aşırı öfke), eksiklik yönünde cübn (korkaklık) ve nitelik yönünden sapma olarak havf (korku). Aşırı öfke (gazap) bir hastalıktır, çünkü ölçüsüzdür. Kişi ölçülü davranırsa ve öfkeyi dengeli kullanırsa şecaat (yiğitlik) erdemi ortaya çıkar. Aşırı öfkenin tedavisi için sebeplerini bilmek ve ortadan kaldırmak gerekir; bu tedavilerin ortak noktası "aklın rehberliğine uymak"tır. Kişi öfkenin kaynağını tedavi ederse öfke ortadan kalkar.⁵⁰

Öfke ölçsüzlükten kaynaklandığı için kişi adaletli davranmalı, ifrat (aşırılık) ve tefritten (eksiklik) uzak durmalıdır. Dengeli bir tutumla öfke, "cesaret" faziletine dönüşür. Tedavi yöntemleri arasında aklın rehberliğine uymak, kendini tanımak, ölçülü davranmak ve kibir gibi kötü huyları terk etmek yer alır.⁵¹ Ayrıca, nefsi temizlemek, dinin gereklerine uymak ve hikmet yoluna ulaşmak da dini temelli bir tedavi yaklaşımı olarak sunulur. Kınalızade'ye göre öfke, kaçınılması gereken değil, aklın rehberliğinde ölçülü kullanıldığında bir fazilet olabilen bir güçtür.⁵²

3.3. Ebubekir Er Razi'de Öfke

Ebubekir Er-Razi'ye göre öfke (gadap), insanın mutluluğa ulaşmasını engelleyen önemli unsurlardan biridir. Öfkenin, hayvanlara kendilerine zarar verenlerden intikam almaları için doğuştan verilmiş bir vasıta, bir nevi öç alma aracı olduğunu ifade eder. Ancak öfke, akli devre dışı bırakacak kadar aşırı hale geldiğinde, kızılan kişiden çok kızan kişiye zarar verir.⁵³ Çünkü bu duruma gelen kişi, akıl ve iradesinin kontrolünden çıkarak hem nefesine hem de bedenine zarar verebilir. Razi, buna örnek olarak öfkeyle yumruk atıp kendi parmaklarını kıran bir adamın hikayesini anlatır. Öfkelenerek düşünce gücünü kaybeden kimse ile deli arasında bir fark olmadığını, her ikisinin de akıl ile düşünme yeteneğinden yoksun olduğunu belirtir.⁵⁴

⁴⁶ Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, ed. Mustafa Yılmaz, İstanbul: Klasik Yayınları, 2015, 200

⁴⁷ Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, 234-235.

⁴⁸ Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, 201, 168-170.

⁴⁹ Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, 84-85

⁵⁰ Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, 167-170.

⁵¹ Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, 170-172.

⁵² Kınalızâde Ali Çelebi, *Ahlâk-ı Alâ'î*, 84-86.

⁵³ Ebû Bekir er-Râzî, *el-Tıbbü'r-Rûhânî* ("Fî Def'i'l-Gadab" başlığı), ed. ve tahkik: Mehdi Muhakkik, Tahran 1999, 117-118.

⁵⁴ Ebû Bekir er-Râzî, *el-Tıbbü'r-Rûhânî* ("Fî Def'i'l-Gadab" bölümü), 118-119

Aşırı öfke, insanın adaletten ayrılmasına ve cezada ölçüyü aşmasına neden olur. Bu nedenle ceza verirken aşırı kızgınlıktan kaçınmak adaletin sağlanması için zorunludur. Razi, zararlı olan öfkenin terk edilmesi gerektiğini savunur. Bunun için akıllı kimsenin, henüz öfkelenmeden önce kızgınlığın zararlarını sık sık hatırlaması gerektiğini belirtir.⁵⁵ Öfkelenildiğinde ise kendi durumunu, öfkenin zarar verdiği kişilerin kötü halleriyle kıyaslamalıdır. Normal haldeyken öfkenin belalarını düşünen kişi, öfkelenildiğinde kendini daha kolay sınırlandırabilir.⁵⁶

Razi, insanın öfkelenildiğinde hayvanlar gibi düşünmeden eylemde bulunmaması gerektiğini vurgular. Aklına uyararak nefsanî arzularını kontrol altına alan kimsenin öfkesi ve intikamı adalet ölçüsünde olur, böylece hem bu dünyada hem de ahirette kendine zarar gelmesini engeller.⁵⁷ Razi, öfkenin bedensel etkilerine de dikkat çeker; öfkeyle bağırıp kan tüküren ve bu yüzden veremden ölen bir adamı örnek verir. Olumsuz duyguların ileride ciddi fiziksel hastalıklara yol açabileceğini belirtir. Öfkeyle sevdiklerine zarar verip sonra pişman olan insanların huzursuzluğunun da sağlıklı bir yaşamın önündeki engellerden olduğunu ifade eder.⁵⁸

3.4. Nasiruddin Tusi'de Öfke

Nasiruddin Tusi'ye göre öfke (gadap), nefsin başlangıcı intikam isteği olan bir harekettir. Bu hareket şiddetlendiğinde öfke ateşi tutuşur, kalp atardamarlarındaki kan kaynar ve beyin, aklı perdeleyen koyu bir dumanla dolar.⁵⁹ Tusi, bu durumdaki bir insanın içini alevli ve dumanlı bir mağaraya benzetir; öğüt vermenin öfkeyi daha da artırabileceğini belirtir. Bu halin, mizaçlara göre farklı şekillerde ortaya çıktığını ifade eder.⁶⁰

Tusi, öfkenin on temel sebebi olduğunu sıralar: Kendini beğenmişlik, kibir, çekişme, inatçılık, şaka, büyükleme, alay etme, vefasızlık, haksızlık ve kıskançlık doğuran isteklere sahip olmak. İntikam isteği, bu sebeplerin bir sonucudur. Öfkenin yedi sonucu ise pişmanlık, ceza beklentisi, dostların nefreti, düşmanların alayı, mizacın değişmesi ve öfke anında çekilen acıdır.⁶¹ Tusi'ye göre öfkenin ilacı, bu sebepleri tedavi etmektir; sebep ortadan kalkarsa sonuç da ortadan kalkar. Sebepler tedavi edildikten sonra nadiren ortaya çıkan öfkeyi akılla yönetmek kolaylaşır.⁶²

Tusi, öfkenin aşırılık yönüne sapan bir zulüm olduğunu ve erkeklik gibi güzel vasıflarla nitelendirilmemesi gerektiğini belirtir. Öfkeli kişiyi yiğit görmenin yanlış bir düşünce olduğunu söyler. Nefsine veya başkalarına zulmetmenin kaynağı olan bir huyun erdem olamayacağını sorgular. Böyle bir huy sahibinin topluma sürekli azap verdiğini, hataları bağışlamadığını ve şefkat göstermediğini ifade eder.⁶³ Aşırı öfke durumunda kişi, hayvanlara veya cansız şeylere bile zarar verebilir; eşyaları kırabilir, rüzgâra, yağmura kızabilir. Böyle bir karakterin sonucu dostları kaybetmek, pişmanlık ve kınamadır; bu kişi hayatta daima perişan ve mutsuzdur. Yiğitlik sahibi

⁵⁵ Ebû Bekir er-Râzî, *el-Tıbbü'r-Rûhânî* ("Fî Def'i'l-Gadab" bölümü), 119-120

⁵⁶ Ebû Bekir er-Râzî, *el-Tıbbü'r-Rûhânî* ("Fî Def'i'l-Gadab" bölümü), 120-121

⁵⁷ Ebû Bekir er-Râzî, *el-Tıbbü'r-Rûhânî* ("Fî Def'i'l-Gadab" bölümü), 121-122

⁵⁸ Ebû Bekir er-Râzî, *el-Tıbbü'r-Rûhânî* ("Fî Def'i'l-Gadab" bölümü), 122-123

⁵⁹ Nasîruddîn Tûsî, *Ahlâk-ı Nâsirî*, ed. Müctebâ Minovî & 'Alî Rızâ Hayderî, Tahran 1977, 138-140

⁶⁰ Nasîruddîn Tûsî, *Ahlâk-ı Nâsirî*, 139-140

⁶¹ Nasîruddîn Tûsî, *Ahlâk-ı Nâsirî*, 128-130

⁶² Nasîruddîn Tûsî, *Ahlâk-ı Nâsirî*, 131-133

⁶³ Nasîruddîn Tûsî, *Ahlâk-ı Nâsirî*, 134-136

ise, yumuşak huyluluk (hilm) ile bu tabiatını bastırır ve akıl yolunu izleyerek adalet şartını gözetir.⁶⁴

İbn Miskeveyh, Kınalızade Ali Çelebi, Ebubekir Er-Razi ve Nasiruddin Tusi'nin öfke üzerine kaleme aldıkları, İslam ahlak düşüncesi içerisinde birbirini tamamlayan ve son derece gelişkin bir felsefi geleneği yansıtır. Bu düşünürler, Platon ve Aristoteles'ten tevarüs ettikleri nefis teorisini İslami bir dünya görüşüyle yeniden yorumlayarak, öfkeyi (gadap) nefsin üç temel gücünden biri olan "kuvve-i gadabiyye" (öfke gücü) bağlamında ele alırlar. Onların yaklaşımında öfke, doğası gereği kötü veya yok edilmesi gereken bir hastalık değil, aksine savunma gibi meşru amaçlar için insana bahşedilmiş doğal ve ilahi bir potansiyeldir. Temel mesele, bu gücün varlığı değil, aklın denetiminden çıkarak ölçsüzlüğe ve yıkıcılığa sapmasıdır. Bu sapma anını, düşünürler somut bir fizyolojik süreçle betimlerler: Öfkeyle birlikte kalpteki kanın galeyana gelmesi ve beyne yükselen koyu bir dumanın, aklın nurunu ve işlevini perdelemesi. Bu patolojik hâl, kişinin muhakeme yeteneğini kaybetmesine, yatıştırıcı sözlere dahi daha büyük bir hiddetle karşılık vermesine ve hem kendi nefesine hem de çevresine zarar vermesine neden olur.

Bu geleneğin derinliği, öfkenin kökenine dair yaptıkları tahlilde açıkça görülür. Dört düşünürün de ittifakla işaret ettiği ana neden, incinen nefsin duyduğu elem karşısında "intikam almayı istemesi"dir. Ancak bu temel arzuyu besleyen ve tetikleyen kendini beğenme (ucb), kibir, inatçılık, alay, vefasızlık ve zulüm gibi bir dizi ahlaki kusur olduğunu da titizlikle tespit ederler. Bu teşhis, tedavinin yolunu da gösterir: Ahlaki erdemlerle donanmak ve öfkenin kök nedenlerini ortadan kaldırmak. Onların sunduğu çözüm, Aristoteles'ten ilhamla İslam ahlak düşüncesinin merkezine yerleşen "itidal" yani altın orta ilkesidir. Öfke gücünün ifratı olan körü körüne saldırganlık (tehevvür) ve tefriti olan korkaklık (cübü), birer ahlaki hastalıktır. Bu iki aşırılığın ortasında, aklın rehberliğinde ve adalet sınırları içinde kullanılan öfkenin dönüştüğü "şecaat" (yiğitlik) erdemi yer alır. Böylece bu düşünürler, kontrolsüz öfkeyi bir güç gösterisi veya erkeklik alameti sayan sığ toplumsal kabulleri felsefi bir eleştiriye tabi tutarak, gerçek yiğitliğin öfkeye kapılmakta değil, ona akıl ve yumuşak huyluluk (hilm) ile hâkim olmakta yattığını savunurlar. Nihayetinde bu yaklaşım, yıkıcı bir tutkuyu kâmil insan olma yolunda yapıcı bir erdeme dönüştürmeyi hedefleyen hem psikolojik bir tahlil hem de pratik bir bilgelik öğretisi sunan bütüncül bir ahlak felsefesidir.

4. Tasavvufta Öfke (Gazap)

Tasavvuf, nefsin arındırılması, kalbin saflaştırılması ve manevi hallerin yükseltilmesi yoluyla ilahi hakikate ulaşmayı hedefleyen mistik ve ahlaki bir disiplindir. Bu gelenekte öfke (gazap), nefsin temel sıfatlarından ve sufinin manevi yolculuğunda (seyr-i süluk) aşması gereken engellerden biri olarak görülür.⁶⁵ Tasavvufu anlamak için ruh, kalb, akıl ve nefis gibi temel kavramları incelemek gerekir. Tasavvuf, bilgiden ziyade bir yaşam biçimi, teorinin pratiğe aktarılmasıdır. İbnü'l-Arabî'ye göre temel amaç, kalbi asli saflığına ulaştırmak, onu kötü huylardan ve nefsanî isteklerden arındırmaktır.⁶⁶

Tasavvufta insan; ruh, nefis ve bedenden oluşan karmaşık bir varlıktır. Ruh, insanda bulunan, bilen ve idrak eden latife olarak tanımlanır ve hem duygusal hem de zihinsel işlevleri

⁶⁴ Nasiruddin Tûsî, *Ahlâk-ı Nâsirî*, 136-138

⁶⁵ Tuncay Aksöz, "İnsan Benliğinin Arınması," *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (31), 2015, 82-84.

⁶⁶ Semih Ceyhan, "Tecrîd", *TDV İslâm Ansiklopedisi*, cilt 40, İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı, 2011, 248-249.

yönlendiren gücün odağıdır.⁶⁷ Kalb, fiziksel bir organdan ziyade idrak, düşünme ve muhakeme yetilerinin merkezi olarak anlaşılmaktadır. İnsanı diğer canlılardan ayıran ve ilahi hitaba muhatap kılan özelliğidir.⁶⁸ Akıl, insanı diğer canlılardan ayıran, ona ahlaki sorumluluk yükleyen, iyi ile kötüyü ayırt etme yeteneğidir.⁶⁹ Tasavvufta aklın temel görevi, müminleri heva ve heveslerinden korumaktır. Öfke kişiye hâkim olduğunda, akıl işlevini yerine getiremez. Nefs, genellikle "kötülüğü emreden" manasında insanın istek, şehvet ve öfke gibi dürtüsel güçlerini kapsayan yanı olarak kullanılır.⁷⁰ "Nefsini bilen Rabbini bilir" ilkesi uyarınca, bilinmesi gereken nefis ve onun kötüye olan eğilimleridir.⁷¹ İnsan, nefsinin olumsuz eğilimleriyle mücadele etmekle görevlidir; öfke ve şehveti tamamen yok etmekle değil, onları kontrol altına almakla sorumludur.⁷²

4.1. Öfke (Gazap) ve Nefs Bağlantısı

Öfke, tasavvufta "gazap" adıyla anılır ve rıza ile hilm (yumuşak huyluluk) kavramlarının zıttı olarak tanımlanır.⁷³ Nefsin kötü bir şey karşısında intikam alma isteği, kabarması ve hiddetlenmesi anlamına gelir.⁷⁴ İnsanın doğuştan getirdiği ve nefsin varlığını sürdürme amacına hizmet eden psikolojik bir güçtür. Bu güç, dengelendiğinde cesaret erdemini meydana getirir. Öfke gücünün aşırı olması zararlı, eksikliği ise korkaklıktır; bu iki aşırılık arasındaki dengeyi akıl gücü sağlar.⁷⁵ Aşırı öfke, kişiye kendisinden çok zarar verir ve onu yırtıcı bir hayvana benzetebilir.⁷⁶ Gazap duygusunun asıl hikmeti, insanı tehlikelere karşı korumaktır. Bu yüzden öfkeyi tamamen yok etmek yerine ona hâkim olmaya çalışılmalıdır.⁷⁷ Kur'an'da "öfkesini yutanlar" ifadesinin kullanılması, öfkenin ortadan kaldırılamayacağını ama törpülenebileceğini gösterir. Sufiler, öfkeyi yalnızca canı, dini, malı ve meşru hakları korumak gibi meşru sebeplerle kabul etmişlerdir.⁷⁸

4.2. Öfkenin Sebepleri ve Kontrol Yolları

Tasavvufta öfkenin temel sebepleri arasında kibir, kendini beğenme, kıskançlık, alay etme, dünya sevgisi ve makam düşkünlüğü gibi nefsanî davranışlar sayılır. Kibir, her türlü kötülüğün kaynağı ve öfkenin temel sebeplerinden biri olarak görülür.⁷⁹ Kendini beğenmişlikten kurtulmanın yolu, insanın kendi acziyetini bilmesidir.

Öfke kontrolü için tasavvufta çeşitli yöntemler önerilir. Riyazet, nefsin arzularına hâkim olma ve dürtüleri kontrol altına alma çabasıdır. Nefsin isteklerinin tam tersini yapmak da bir yöntemdir, çünkü nefis kötülüğü emreder.⁸⁰ Mevlâna, öfkeyi gidermek için Allah sevgisi açığa

⁶⁷ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2022, 20.

⁶⁸ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 20.

⁶⁹ İbrahim Emiroğlu, "Kur'an'da Akıl ve İnsan", *D.E.Ü İlahiyat Fakültesi Dergisi*, XI, 1998, 69.

⁷⁰ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 32.

⁷¹ Mehmet Uyar, *Sûfî Benliğin İnşasında Nefs*, İstanbul: Litera Yayıncılık, 2017, 50.

⁷² Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 34.

⁷³ İlyas Üzümlü, "Gazap", 436.

⁷⁴ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 50.

⁷⁵ Ahmet Kamil Cihan, *İslâm Ahlâk Esasları ve Felsefesi El-Kitabı*, ed. M. S. Saruhan, Ankara: Grafiker Yayınları, 2013, 255-256.

⁷⁶ Ebû Zekerriyya Yahya İbn Adî, *Tehzîbü'l-Ahlâk*, çev. Harun Kuşlu, İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı, 2013, 18.

⁷⁷ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 71.

⁷⁸ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 44-46.

⁷⁹ Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 59.

⁸⁰ Hasan Bulut, "Tasavvufî Bir Bakış Açısıyla Nefs," *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, 11 (1), 2020, 181.

çıkana kadar şükretmeyi önerir.⁸¹ Sufiler, seyr-i süluk adı verilen manevi bir yolculukla nefsin yedi mertebesini (emmâre, levvâme, mülhime vb.) aşarak ahlaki olgunluğa ulaşmayı hedeflerler. Bu, nefsin zulmünden kurtulup gerçek özgürlüğe ulaşmanın yoludur.

Düşünceyle öfke kontrolü en önemli yöntemdir. Düşünme gücü kuvvetli olan kişi öfkesini daha kolay yönetebilir. Gazzâlî, düşünceyle öfke kontrolünün altı yolunu sıralar:

- Affetmenin, sabretmenin ve öfkeyi yenmenin sevabını düşünmek.
- Kendisinin de affa muhtaç bir varlık olduğunu idrak etmek.
- Öfkenin sonucunda dünya ve ahirette zarar göreceği bilincine ermek.
- Öfke anındaki çirkin görünüşünü (yırtıcı hayvana benzeyişini) düşünmek.
- Ahirette affa nail olmak için kendisinin de affedici olması gerektiğini bilmek.
- Kendi isteğini Allah'ın iradesine tercih ettiğini ve Allah'ın gazabının daha büyük olduğunu fark etmek.⁸²

Tasavvuf geleneği, öfkeyi (gazap) yalnızca bir ahlak sorunu olarak değil, aynı zamanda müridin manevi yolculuğunda (seyr-i süluk) aşması gereken en temel engellerden ve nefsin en belirgin sıfatlarından biri olarak konumlandırır. Bu mistik disiplinin nihai amacı, kalbi dünyevi kirlerden arındırıp ilahi hakikatin tecelli edeceği saf bir ayna haline getirmek olduğundan, gazap gibi kalbi karartan ve akli işlevsiz bırakan bir duygu, bu hedefin önündeki en büyük perdelerden sayılır. Tasavvufta öfke, "kötülüğü emreden nefs" (nefs-i emmâre) bir tezahürdür ve kökeninde, incinen benliğin ve zedelenen kibrin yol açtığı bir intikam arzusunu barındırır. Bu yönüyle öfke, sufînin iç dünyasındaki mücadelenin merkezinde yer alır; zira öfkeye kapılan bir kalp, Allah'ın rızasına ve O'ndan gelen her şeye teslim olma hali olan rıza makamına ulaşamaz. Bu bağlamda gazap, sadece bir duygu patlaması değil, ilahi iradeye karşı bir isyan potansiyeli taşıyan tehlikeli bir ruh halidir.

Bununla birlikte tasavvuf, İslam felsefesi geleneğiyle paralel olarak öfke gücünü tamamen yok etmeyi hedeflemez. Kur'an'daki "öfkelerini yutanlar" ifadesinden ilhamla, bu gücün ortadan kaldırılamayacağını fakat terbiye edilebileceğini (törpülenebileceğini) kabul eder. Öfke, aslında insanı ve onun değerlerini (din, can, mal, namus) tehlikelere karşı korumak için verilmiş ilahi bir hikmet taşır. Sorun, bu gücün kendisi değil, onun ölçsüzlüğü ve nefsanî hevesler uğruna kullanılmasıdır. Aşırıya kaçtığında kişiyi yırtıcı bir hayvana benzeten bu duygunun eksikliği ise korkaklığa (cûbn) yol açar. Sufînin hedefi, aklın ve şeriatın rehberliğinde bu iki aşırılık arasında dengeyi bularak öfke potansiyelini meşru bir cesarete (şecaat) dönüştürmektir. Bu dönüşüm için tasavvuf, kapsamlı bir tedavi ve terbiye programı sunar. Riyazet ve mücadele gibi nefsin arzularına karşı koyma pratiklerinin yanı sıra, öfkenin asıl kaynakları olan kibir, kendini beğenme (ucb) ve dünya sevgisi gibi manevî hastalıkların tedavisine odaklanılır. Özellikle Gazzâlî'nin sistematize ettiği gibi, affetmenin ilahi mükafatını düşünmek, öfke anındaki çirkin suretini hayal etmek ve Allah'ın gazabının kendi gazabından çok daha büyük olduğunu idrak etmek gibi tefekkür yöntemleri, öfkeyi kontrol altına almada en etkili bilişsel araçlar olarak sunulur. Nihayetinde tasavvufta öfkeyle mücadele, nefsi tanıma ve onu tezkiye etme sürecinin ayrılmaz bir parçasıdır; sufi, öfkesini yendiği ölçüde Rabbine yaklaşır ve gerçek özgürlüğe kavuşur.

⁸¹ Mevlâna Celâleddin Rûmî, *Fihi Ma Fih*, çev. Ahmed Avni Konuk, İstanbul: İz Yayıncılık, 1994, 210.

⁸² Halide Uzun, *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*, 77.

5. Modern Felsefede Öfke- Nietzsche ve Scheler (Hınç)

Modern felsefe, öfkeyi bireysel psikolojinin ötesinde toplumsal, ahlaki ve kültürel boyutlarıyla ele almıştır. Friedrich Nietzsche ve Max Scheler, öfkeyi "hınç" (Ressentiment) kavramı üzerinden analiz ederek, bu duygunun değerler ve ahlak üzerindeki etkilerini ortaya koymuştur. Onların analizleri, öfkenin kolektif ve yapısal düzeyde anlaşılması gerektiğini göstererek felsefi danışmanlık için yeni kapılar aralamıştır.

5.1. Nietzsche'de Hınç (Ressentiment)

Nietzsche, *Ahlâkın Soykütüğü Üzerine* adlı eserinde hınç kavramını detaylıca inceler. Ona göre hınç, "köle ahlakının" soylu değerlere karşı geliştirdiği, içe dönük ve bastırılmış bir öfke veya intikam biçimidir.⁸³ Bu, güçsüz konumdaki bireylerin, güçlü ve üstün değerlere karşı duyduğu ancak doğrudan eyleme dökemediği bir öfkedir. Hınç, Nietzsche'nin merkezi kavramlarından olan *güç istencinin* (Wille zur Macht) engellendiği koşullarda ortaya çıkar. Engellenen güç istenci, öfke halinde içe yönelir ve hınç formuna bürünür.⁸⁴

Hınç, Nietzsche için sadece bireysel bir duygu değil, önemli bir tarihsel role sahip olgudur. Değerleri dönüştürür, ahlaki kodları yeniden yazar ve toplumun etik haritasını değiştirir. Bu içe dönük öfke, doğrudan saldırmak yerine, değer alanında bir tersyüz etme (Umwertung aller Werte) işlemi gerçekleştirir: Soylu ve güçlü olan değerler (örneğin güç, gurur, sağlık) aşağılanır, değersizleştirilir ve onların zıtları (alçakgönüllülük, acıma, zayıflık) "iyi" olarak yüceltilir.⁸⁵ Nietzsche'ye göre hınç, Hristiyan ahlakı gibi köle değerlerinin yükselişinde kilit bir rol oynamıştır. Zayıfın güçlüye karşı türettiği bu gizli öfke, modern ahlakın temellerini atmıştır. Hınç, pasif-agresif bir karakter taşır; doğrudan eylemden ziyade, değerleri yozlaştıran sinsi bir intikam stratejisidir.⁸⁶

5.2. Scheler'de Hınç (Ressentiment)

Max Scheler, *Hınç* (Ressentiment) adlı eserinde hıncı, değersel hiyerarşinin bozulmasından kaynaklanan fenomenolojik-etik bir patoloji olarak ele alır.⁸⁷ Scheler için değerler, bedensel hazzardan manevi ve kutsal değerlere doğru yükselen bir hiyerarşi oluşturur. Kişi, manevi değerlere erişmekte engellerle karşılaştığında, sürekli bir değersizlik ve yetersizlik hissine kapılır; bu hissin kronikleşmesi hınçtır.⁸⁸

Scheler'e göre hınç, değersel bir patolojidir. Yüksek değerlere ulaşamayan kişi, alt değerlere saplanır ve kıskançlık, haset, nefret gibi duygular üretir. Bu öfke biçimi, bireysel bir ruh hali olmaktan çıkıp toplumsal değerler sistemini de çarpıtan bir bozulma yaratır.⁸⁹ Öfkenin nedenlerini değersel hiyerarşinin bozulmasına bağlayan Scheler, manevi değerlere erişimin engellenmesinin tatminsizlik ve değersizlik duyguları yarattığını, bu duyguların dönüştürülemediğinde ise kronik bir hınç ürettiğini belirtir. Öfke, Scheler'de bir toplumsal

⁸³ Friedrich Nietzsche, *Ahlâkın Soykütüğü Üstüne*, çev. Ahmet İnam, İstanbul: Say Yayınları, 2000, 45-46.

⁸⁴ Emre Şan, "Nietzsche'de Hınç Kavramının Kökenleri", *FLSF Dergisi*, 19, 2005, 77-99.

⁸⁵ Friedrich Nietzsche, *Ahlâkın Soykütüğü Üstüne*, 74-75.

⁸⁶ Friedrich Nietzsche, *Ahlâkın Soykütüğü Üstüne*, 88-90.

⁸⁷ Max Scheler, *Hınç*, çev. A. Yılmaz, İstanbul: Alfa Yayınları, 2015, 34-36.

⁸⁸ Max Scheler, *Hınç*, 42.

⁸⁹ Max Scheler, *Hınç*, 70.

patolojinin semptomudur; değerler alanındaki çarpılma, kolektif öfkelenmelere ve ahlaki kaosa yol açabilir.⁹⁰

5.3. Öfkeyle (Hınçla) Baş Etme Yolları

Her iki düşünür de hıncın sadece bastırılması değil, dönüştürülmesi gerektiği konusunda hemfikirdir. Nietzsche, hıncı aşmanın yolunu bireysel dönüşümde bulur. *Üstinsan* (Übermensch) ideali, güç istencini olumlayıcı bir şekilde yönlendirerek hıncı geride bırakmayı amaçlar. Sanat, felsefe, şiir gibi yaratıcı uğraşlar, öfkenin olumlu bir enerjiye dönüştürülmesinde önemli bir araçtır. Nietzsche, öfkeyi yaratıcı bir ivme olarak konumlandırır; doğru yönlendirildiğinde insanın kendini aşma sürecinde bir katalizör olabilir.⁹¹

Scheler ise hınçla baş etmede değersel hiyerarşinin yeniden tesisini vurgular. Kişi, alt değerlere saplanmaktan kurtularak daha yüksek manevi değerlere yönelmelidir. Bu, bir tür manevi arınma ve etik bir *katharsis* (duygusal boşalım) gerektirir. Fenomenolojik bir öz-bilinçle kişi, hıncın köklerini kavrar ve değersel dünyasını onarır. Sevgi, saygı, fedakârlık gibi yüksek duyguların keşfi öfkeyi söndürebilir.⁹²

Felsefi danışmanlıkta hınç kavramı, danışanın öfkesinin altında yatan bastırılmış intikam arzularını, değersizlik hislerini ve engellenmiş güç istencini anlamasına yardımcı olabilir. Nietzsche'nin analizi, danışanları kendilerini güçsüz hissettikleri durumlarda geliştirdikleri hıncı fark etmeye ve bu enerjiyi yaratıcı yollara kanalize etmeye teşvik edebilir.⁹³ Scheler'in analizi ise, danışanların kendi değer sistemlerini, hangi değerlere ulaşamadıklarını ve bu durumun hıncı nasıl tetiklediğini analiz etmelerini sağlar. Yüksek değerlere yönelme önerisi, danışanın yaşamında anlam bulmasına ve öfkeyi besleyen yüzeysel değerlerden uzaklaşmasına rehberlik edebilir.⁹⁴ Her iki filozofun yaklaşımı, öfkenin kişisel gelişim ve dönüşüm için bir potansiyel olarak ele alınmasına olanak tanır.

Modern felsefede öfke, Friedrich Nietzsche ve Max Scheler'in analizleriyle bireysel bir psikoloji olmaktan çıkıp, ahlakın ve toplumsal değerlerin temelini sarsan veya inşa eden sosyotarihsel bir güce dönüşür. Her iki düşünürün de "hınç" (Ressentiment) kavramı etrafında şekillendirdiği bu yeni yaklaşım, öfkenin anlık bir patlama değil, bastırılmış, içe dönük ve zamanla birikerek zehirli bir karaktere bürünen kronik bir duygu durumu olduğunu ortaya koyar. Nietzsche için hınç, "köle ahlakı"nın yaratıcı motorudur. Güç istenci engellenmiş olan zayıf ve aciz kitlelerin, efendilerinin soylu değerlerine (güç, gurur, sağlık) karşı duydukları, ancak eyleme dökemedikleri öfke, içe dönerek bir intikam stratejisi geliştirir. Bu strateji, kaba kuvvetle değil, değerler alanında bir devrimle işler: "Değerlerin yeniden değerlendirilmesi" (Umwertung aller Werte) yoluyla efendilerin "iyi" dediği her şey "kötü" olarak damgalanır; zayıflığa ait olan acıma, alçakgönüllülük gibi nitelikler ise evrensel birer erdem olarak yüceltilir. Böylece hınç, pasif-agresif bir öfke biçimi olarak, bütün bir medeniyetin ahlaki kodlarını yeniden yazan tarihsel bir aktör haline gelir.

Max Scheler ise hıncı, fenomenolojik ve etik bir patoloji olarak daha kişisel bir düzlemde, fakat yine toplumsal sonuçlarıyla ele alır. Ona göre hınç, nesnel bir değersel hiyerarşinin

⁹⁰ Max Scheler, *Hınç*, 62

⁹¹ Friedrich Nietzsche, *Böyle Söyledi Zerdüşt*, çev. M. Tüzel, İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 2014, 75

⁹² Max Scheler, *Hınç*, 39

⁹³ Friedrich Nietzsche, *Böyle Söyledi Zerdüşt*, 72

⁹⁴ Max Scheler, *Hınç*, 70

(bedensel hazlardan kutsal değerlere uzanan) bozulmasından kaynaklanır. Yüksek manevi değerlere ulaşamayan veya bu değerleri kendinde gerçekleştiremeyen birey, kronik bir yetersizlik ve kıskançlık duygusuna kapılır. Bu duygu, zamanla bir karaktere dönüşerek yüksek olan her şeye karşı bir nefret ve değersizleştirme arzusuna yol açar. Bu, değersel bir körlük ve ahlaki bir çürümedir. Her iki düşünür de hıncın basitçe bastırılmayacağını, dönüştürülmesi gerektiğini savunur. Nietzsche'nin çözümü, bireyin "Üstinsan" (Übermensch) idealiyle kendini aşması, engellenen öfke enerjisini sanat ve felsefe gibi yaratıcı eylemlere yönlendirerek hıncı olumlayıcı bir güce dönüştürmesidir. Scheler içinse çözüm, değersel bir arınma (katharsis) ve sevgi, fedakârlık gibi yüksek manevi değerlere yeniden yönelerek, hıncın zehrini kalpten söküp atmaktır. Sonuç olarak, bu iki modern filozof, öfkenin bu özel formunun sadece bireysel bir huzursuzluk değil, aynı zamanda değer sistemlerini kuran veya yıkan derin bir varoluşsal ve ahlaki problem olduğunu göstermiştir.

6. Felsefi Danışmanlık Bağlamında Öfkeyi Çözümleme Yolları

Bu bölümde, önceki bölümlerde incelenen felsefi yaklaşımların felsefi danışmanlıkta nasıl sentezlenebileceği ve öfkenin çözümlemesinde nasıl kullanılabileceği detaylandırılmıştır. İncelenen farklı felsefi gelenekler, öfkenin karmaşık doğasına dair zengin ve çeşitli perspektifler sunmaktadır.

6.1. Farklı Geleneklerin Katkılarının Sentezi ve Karşılaştırması

İnsanlık durumunun en temel ve en çetin tecrübelerinden biri olan öfke, felsefe tarihinin başlangıcından modern zamanlara dek düşünürlerin zihnini meşgul eden merkezi bir problem teşkil etmiştir. Bu kadim duygunun doğası, kaynakları ve yönetimi üzerine geliştirilen zengin düşünsel miras incelendiğinde, salt bir duygu durumu, salt bir psikolojinin çok ötesinde, varlık, bilgi, ahlak ve toplum tasavvurlarını yansıtan köklü felsefi paradigmalara karşılaşılır. Yüzeysel bir bakış, tüm geleneklerin kontrolsüz öfkenin yıkıcılığı konusunda hemfikir olduğunu gösterse de daha derin bir analiz, bu mutabakatın altında yatan ontolojik varsayımların, ahlaki hedeflerin ve epistemolojik yöntemlerin birbirinden ne denli keskin bir biçimde ayrıldığını ortaya koyar. Bu yaklaşımlar, temel olarak iki ana eksenle ele alınabilir: Birincisi, ruhun içsel düzenini ve erdemli yaşamı merkeze alan "Rasyonel-Etik Yönetim" paradigması; ikincisi ise öfkenin özel bir türünü ahlakın ve değerlerin kurucu bir unsuru olarak deşifre eden "Ahlaki Soykütük ve Değer Patolojisi" paradigmasıdır. Bu iki yaklaşımın diyalektik bir okuması, öfke fenomeninin çok katmanlı doğasına dair bütüncül bir kavrayış sunar.

Antik Yunan'dan İslam düşüncesine uzanan "Rasyonel-Etik Yönetim" paradigması, öfkeyi, düzenli bir kozmos veya yapılandırılmış bir ruh (*psykhe/nefs*) içerisindeki doğal fakat potansiyel olarak kaotik bir güç olarak görür. Bu geleneğin temel varsayımı, evrenin ve insanın teleolojik bir yapıya sahip olduğudur; her parçanın bir amacı ve doğru bir işleyişi vardır. Öfkeye ilişkin sorun, onun bu içsel veya kozmik düzeni (*kosmos, doğa, fitrat*) bozma potansiyelidir. Bu paradigmanın ortak paydası, öfkenin bir "ihlal algısı" ile tetiklendiği fikridir. Bu algı, öfkeyi yarı-yargısal bir duyguya dönüştürür; öfkelenen kişi, ihlal edildiğini düşündüğü bir adalet veya onur ilkesi adına kendini yargıç ilan eder. İşte bu noktada akıl (*logos, logistikon, akl-ı selim*), bu içsel mahkemenin adil bir yargılama yapmasını sağlayan yegâne meşru otorite olarak sahneye çıkar. Ancak bu ortak zemine rağmen, aklın öfkeyle kurduğu ilişkinin niteliği ve nihai hedef konusunda gelenekler arasında derin farklılıklar mevcuttur.

Platon için öfkenin kaynağı olan *thymos*, onur, şeref ve tanınma arzusuyla dolu, ontolojik olarak iştahların üzerinde konumlanan soylu bir güçtür. O, doğası gereği aklın müttefikidir ve temel sorunu, neyin gerçekten onurlu olduğunu bilmemesidir. Dolayısıyla Platon'un çözümü, *paideia* (eğitim) yoluyla *thymos*'u aklın hiyerarşik yönetimine tabi kılarak onu "cesaret" (*andreia*) erdemine dönüştürmektir. Aristoteles ise daha esnek ve durumsal bir model sunar. Onun "orta yol" (*mesotes*) ilkesi, öfkeyi ne tamamen bastırır ne de başıboş bırakır; bilge kişiden (*phronimos*) beklenen, pratik bilgelik (*phronesis*) yoluyla her bir durumun özgün koşullarına göre öfkenin "doğru ayarını" bulmasıdır. Aristoteles için hiç öfkelenmemek, haksızlık karşısında bir duyarsızlık ve ahlaki bir kusur olabilir. Bu iki yaklaşımın radikal zıddı ise Stoacılık'tır. Stoacılar için öfke, bir ayar veya yönetim meselesi değil, kökünden yanlış bir yargının sonucu olan mutlak bir hastalıktır. Onlar için "haklı öfke" veya "ölçülü öfke" birer *contradictio in terminis*'tir; çünkü öfkenin varlığı, aklın zaten devreden çıktığının kanıtıdır. Bu nedenle amaç, öfkeyi yönetmek değil, rasyonel bir yaşamla onu tamamen ortadan kaldırmaktır. İslam filozofları ve mutasavvıflar ise bu Yunan mirasını alıp onu teolojik bir ereğe, yani Allah'ın rızasına yönlendirerek sentezlemişlerdir. *Kuvve-i gadabiyye*'nin aklın kontrolünde *şecaat*'e dönüşmesi, sadece erdemli bir hayat sürmek için değil, aynı zamanda nefsi tezkiye ederek ilahi hakikate ulaşmak için bir zorunluluktur.

Felsefi sorgulamanın ekseni, modern dönemde Nietzsche ve Scheler ile birlikte köklü bir paradigma değişimine uğrar. Onlar, birinci paradigmanın odaklandığı anlık ve sıcak öfke nöbetleriyle değil, bastırılmış, birikmiş ve kronikleşmiş bir öfke türü olan "hınç" (*Ressentiment*) ile ilgilenirler. Buradaki temel soru artık "Birey olarak öfkemi nasıl yönetebilirim?" değil, "Ahlak dediğimiz şeyin kendisi, tarihsel olarak birikmiş bir hıncın ürünü olabilir mi?" sorusudur. Nietzsche, hıncın, güç istenci engellenmiş zayıfların, güçlü efendilerinden alamadıkları intikamı onların değerlerini tersyüz ederek aldıkları yaratıcı bir zehir olduğunu iddia eder. Hınç, eyleme geçemeyen bir öfkenin, değerler dünyasında gerçekleştirdiği subliminal bir devrimdir. Bu soykütüksel analiz, modern hümanist ve Hristiyan ahlakının temelinde yatan acıma, alçakgönüllülük gibi erdemleri, soylu değerlere karşı duyulan derin bir kinin maskesi olarak deşifre eder. Scheler ise hıncı, daha çok fenomenolojik bir "değer patolojisi" olarak ele alır. Ona göre hınç, bireyin nesnel olarak var olan yüksek manevi değerlere (sevgi, kutsallık, asalet) ulaşamamasından kaynaklanan varoluşsal bir kıskançlık ve bu değerlere karşı duyulan bir nefrettir. Bu, modern burjuva ve faydacı ahlakın, yüksek değerleri "ulaşılamaz" olduğu için "değersiz" ilan etmesinin bir eleştirisidir.

Nihayetinde, bu iki büyük paradigma, öfke fenomeninin farklı katmanlarını aydınlatarak birbirini tamamlar. Rasyonel-Etik Yönetim geleneği, bireye, ruhunun derinliklerindeki bu ateşli güçle nasıl yaşayacağına ve onu nasıl erdemli bir amaca yönlendireceğine dair zamana meydan okuyan bir "birinci şahıs" kılavuzu sunar. Öte yandan, Ahlaki Soykütük ve Değer Patolojisi paradigması, yönetilemeyen, bastırılan ve toplumun bilinç dışında biriken öfkenin, en kutsal saydığımız ahlaki kurumları ve değer yargılarını bile nasıl gizlice şekillendirebileceğine dair sarsıcı bir "üçüncü şahıs" teşhisi koyar. Birincisi bize ruhumuzu nasıl inşa edeceğimizi öğretirken, ikincisi içinde yaşadığımız ahlaki evin temellerinin ne kadar çürük olabileceği konusunda bizi uyarır. Dolayısıyla, öfkeye dair bütüncül bir felsefi kavrayış, hem bireysel erdem için aklın disiplinine hem de kolektif ahlakın kökenlerine yönelik amansız bir eleştirel sorgulamaya aynı anda sahip çıkmayı gerektirir.

6.2. Felsefi Danışmanlık Sürecinde Öfkeyle Çalışma

Felsefi danışmanlık, incelenen felsefi perspektiflerden yararlanarak öfkeyi sadece bir sorun olarak değil, aynı zamanda kendini tanıma ve ahlaki gelişim için bir fırsat olarak görür. Öfkeyi çözümlemeye yönelik felsefi temelli stratejiler şunları içerebilir:

Akıl ve Mantık Aracılığıyla Sorgulama: Danışanlara öfke anındaki düşüncelerini tanıma ve bu düşüncelerin mantıksal varsayımlarını sorgulama becerisi kazandırılır. Stoacıların öfkenin mantıksızlığına dair argümanları ve Aristoteles'in haksızlık algısını akılla değerlendirme önerisi bu süreçte kullanılabilir.

Duygusal Farkındalık ve Kabul: Danışanların öfkenin bedensel tepkilerini tanımaları, bu hisleri yargılamadan kabul etmeleri ve altta yatan birincil duyguları (üzüntü, korku vb.) keşfetmeleri desteklenir.

Değer Analizi ve Hiyerarşisi: Scheler'in yaklaşımından hareketle, danışanların kendi kişisel değer sistemlerini netleştirmeleri ve hangi değerlerinin ihlal edildiğini düşündüklerinde öfkelendiklerini analiz etmeleri sağlanır.

Kendini Bilme ve Nefs Terbiyesi: İslam felsefesi ve Tasavvufun nefis teorileri, danışanların öfkeyi besleyen karakter özelliklerini (kibir, kıskançlık vb.) tanımaları ve bunları ahlaki çabayla terbiye etmeleri için zengin bir zemin sunar.

Erdemlerin Pratiği: Affetme, Sabır ve Hilm; Tasavvuf geleneğinde öne çıkan bu erdemlerin felsefi anlamları ve pratik uygulamaları danışanlarla çalışılabilir.

Perspektif ve Anlam İnşası: Nietzsche'nin öfkeyi yaratıcı bir enerjiye dönüştürme fikri, danışanların öfkenin sadece yıkıcı bir güç olmak zorunda olmadığını, kişisel dönüşüm için bir potansiyel taşıdığını görmelerine yardımcı olabilir.

Yaşamın Geçiciliği Üzerine Düşünme: Marcus Aurelius'un tavsiyesi, öfkenin sıklıkla geçici durumlara verilen aşırı bir tepki olduğunu fark etmeyi teşvik eder.

Felsefi danışmanlık, modern psikolojik yaklaşımlarla (BDT, Mindfulness gibi) etkileşime girebilir. Ancak felsefi danışmanlık, semptomların giderilmesine odaklanan yaklaşımların ötesine geçerek, öfkenin altında yatan daha derin varoluşsal, etik ve anlamsal sorulara odaklanır. Öfkeyi sadece bir sorun olarak değil, kişinin kendini tanıması, değerlerini netleştirmesi ve daha anlamlı bir yaşam sürmesi için bir fırsat olarak görür.

Sonuç

Bu makale, felsefi danışmanlık perspektifinden öfke fenomenini, felsefe tarihindeki zengin ve çeşitli durakları takip ederek çok katmanlı bir analize tabi tutmuştur. Çalışmanın temel tezi, öfkenin evrensel bir insanlık durumu olduğu ve felsefenin bu karmaşık duyguyu yalnızca yönetmek için değil, aynı zamanda anlamlandırmak, dönüştürmek ve nihayetinde bireyin kendini gerçekleştirme için bir araca dönüştürmek adına eşsiz bir zemin sunduğudur. Yapılan tarihsel ve karşılaştırmalı inceleme, farklı felsefi geleneklerin öfkeye dair sunduğu tanımların, neden analizlerinin ve çözüm önerilerinin, aslında birbirinden keskin çizgilerle ayrılan iki ana felsefi paradigma etrafında şekillendiğini göstermiştir. Birincisi, Antik Yunan'dan İslam düşüncesine uzanan ve ruhun içsel düzeni ile erdemli yaşamı merkeze alan "Rasyonel-Etik Yönetim" paradigmasıdır. İkincisi ise modern felsefede Nietzsche ve Scheler ile zirveye ulaşan, öfkenin

bastırılmış ve kronik bir türünü ahlakın ve değerlerin kurucu bir unsuru olarak deşifre eden "Ahlaki Soykütük ve Değer Patolojisi" paradigmasıdır. Felsefi danışmanlığın gücü, bu iki büyük yaklaşımı ve içerdikleri zengin mirası, danışanın varoluşsal, etik ve anlamsal sorgulamalarına rehberlik edecek bütüncül bir çerçevede sentezleyebilmesinde yatmaktadır.

"Rasyonel-Etik Yönetim" paradigması, öfkeyi, düzenli bir kozmos veya yapılandırılmış bir ruh (psykhe/nefs) içerisindeki doğal fakat potansiyel olarak kaotik bir güç olarak konumlandırır. Bu geleneğin temel varsayımı, evrenin ve insanın teleolojik bir yapıya sahip olduğudur; her parçanın bir amacı ve doğru bir işleyişi vardır ve öfkenin problemi, bu içsel veya kozmik düzeni bozma potansiyelidir. Platon'da bu güç, ruhun üç parçasından biri olan *thymos*'tur; onur ve şeref arayışıyla dolu, doğası gereği aklın doğal bir müttefiki olabilecek soylu bir attır. Çözüm, bu atı öldürmek değil, aklın arabacılığına tabi kılarak, yani eğitimle (*paideia*) terbiye ederek onu "cesaret" (*andreia*) erdemine dönüştürmektir. Aristoteles ise daha pragmatik bir duruşla, ünlü "orta yol" (*mesotes*) ilkesini öfkeye uygular. Ona göre öfke, "haksızlık veya saygısızlık algısından doğan bir öç alma arzusu" olarak ne iyi ne de kötüdür; erdem, pratik bilgelik (*phronesis*) yoluyla doğru zamanda, doğru nedenle ve doğru ölçüde öfkelenmektir. Hatta haksızlık karşısında hiç öfkelenmemek ahlaki bir zafiyettir. Her iki Antik Yunan devi için de öfkenin temelinde bir "haksızlık algısı" yatar ve çözüm, aklın bu algıyı sorgulayıp duyguyu yönetmesidir.

Bu paradigmanın en radikal yorumu ise Stoacılık'ta ortaya çıkar. Epiktetos, Marcus Aurelius ve Seneca için öfke, bir ayar veya yönetim meselesi değil, kökünden yanlış bir yargının sonucu olan mutlak bir hastalıktır. "En çirkin tutku" ve "kısa süreli bir delilik" olarak nitelenen öfkenin "haklısı" veya "ölçülüsü" olamaz; zira varlığı, aklın zaten devreden çıktığının kanıtıdır. İnsanın yardımlaşmaya yatkın doğasına taban tabana zıt olan bu duygunun tek kaynağı, kişinin haksızlığa uğradığına dair hatalı yargısıdır. Dolayısıyla çözüm, öfkeyi yönetmek değil, "ağırdan almak", yaşamın kısıllığı üzerine düşünmek ve en önemlisi "kendini bilmek" gibi pratiklerle onu tamamen ortadan kaldırmaktır.

İslam filozofları ve mutasavvıflar, bu zengin Yunan mirasını alıp onu teolojik bir ereğe, yani Allah'ın rızasına ulaşma hedefine yönlendirerek sentezlemişlerdir. İbn Miskeveyh, Kınalızade, Ebu Bekir Er-Razi ve Tusi gibi düşünürler, öfkeyi nefsin temel güçlerinden biri olan *kuvve-i gadabiyye* (öfke gücü) olarak tanımlamışlardır. Bu güç, yaratılıştan gelen ve savunma gibi meşru amaçlar için bahşedilmiş ilahi bir potansiyeldir; sorun onun varlığı değil, aklın denetiminden çıkarak "ölçsüzlüğe" sapmasıdır. Bu sapma anı, kalpten yükselen ve aklın nurunu örten karanlık bir dumanla betimlenir. Çözüm, Aristoteles'ten mülhem "itidal" (orta yol) ilkesidir: Öfke gücünün ifratı olan saldırganlık ve tefriti olan korkaklık birer ahlaki hastalıktır; bu ikisinin ortasında, aklın rehberliğinde kullanılan öfke ise "şecaat" (yiğitlik) erdemine dönüşür. Tasavvuf ise bu ahlaki çerçeveyi mistik bir derinliğe taşıyarak öfkeyle (gazap) mücadeleyle, müridin manevi yolculuğunun (seyri süluk) merkezine yerleştirir. Öfke, "kötülüğü emreden nefis" in bir tezahürü ve Allah'ın iradesine teslimiyet olan "rıza" makamının önündeki en büyük engeldir. Amaç, öfkeyi yok etmek değil, riyazet, mücahede ve tefekkür gibi yöntemlerle onu terbiye ederek (törpüleyerek) ilahi hikmetine uygun bir şekilde kontrol altına almaktır.

Modern dönemde ise Nietzsche ve Scheler ile birlikte felsefi sorgulamanın eksenini köklü bir paradigma değişimine uğrar. Onlar, anlık ve sıcak öfke nöbetleriyle değil, bastırılmış, birikmiş ve kronikleşerek zehirli bir karaktere bürünen "hınç" (*Ressentiment*) ile ilgilenirler. Artık temel soru "Birey olarak öfkemi nasıl yönetebilirim?" değil, "Ahlak dediğimiz şeyin kendisi, tarihsel olarak birikmiş bir hıncın ürünü olabilir mi?" sorusudur. Nietzsche'ye göre hınç, güç istenci engellenmiş zayıfların, güçlü efendilerinden alamadıkları intikamı, onların değerlerini tersyüz ederek aldıkları "yaratıcı" bir zehirdir. Zayıflığa, acımaya ve alçakgönüllülüğe "iyi" demek, soylu

ve güçlü olana karşı duyulan bu içe dönük öfkenin sinsi bir intikam stratejisidir. Scheler ise hıncı, daha çok fenomenolojik bir "değer patolojisi" olarak teşhis eder. Ona göre hıncı, bireyin nesnel olarak var olan yüksek manevi değerlere (sevgi, asalet, kutsallık) ulaşamamasından kaynaklanan varoluşsal bir kıskançlık ve bu değerlere karşı duyulan kronik bir nefrettir. Her iki düşünür için de çözüm, bu zehri dönüştürmektir: Nietzsche için bu, enerjiyi sanat ve felsefe gibi yaratıcı eylemlere yönlendiren "Üstinsan" (*Übermensch*) idealiyle; Scheler için ise sevgi gibi yüksek değerlere yeniden yönelerek gerçekleştirilecek manevi bir arınma (*katharsis*) ile mümkündür.

İşte bu zengin ve çok katmanlı miras, felsefi danışmanlığın öfkeyle çalışırken neden modern psikolojik yaklaşımların ötesine geçtiğini ortaya koymaktadır. Psikolojik danışmanlık genellikle semptom yönetimine ve tekniklere odaklanırken, felsefi danışmanlık, danışanın öfkesinin altında yatan varoluşsal, etik ve anlamsal soruları keşfetmesine yardımcı olur. Felsefi danışman, bu tarihsel birikimi bir alet çantası gibi kullanarak danışanın deneyimine en uygun felsefi aracı seçebilir. Danışanın haksızlığa uğradığı hissine kapıldığı durumlarda Aristoteles'in "ölçülü öfke" kavramı, bu enerjiyi yapıcı bir eyleme dönüştürmek için bir kapı aralayabilir. Kontrolsüz ve ani patlamalar karşısında Stoacıların "ağırdan alma" tavsiyesi ve kişinin kendi yargılarını sorgulaması pratiği, anlık bir rahatlama ve rasyonel bir alan sağlayabilir. Öfkenin temelinde kibir, kıskançlık veya kendini beğenme gibi "nefsin hastalıkları" yattığından şüphelenildiğinde, İslam felsefesi ve Tasavvufun "kendini bilme" ve *hilm* (yumuşak huyluluk) gibi erdemleri geliştirme çağrısı, derin bir karakter dönüşümü için yol haritası sunar. En önemlisi, danışanın öfkesi belirli bir olaya değil de genel bir hayal kırıklığına, kronik bir güçsüzlük hissine veya değersizlik duygusuna işaret ediyorsa, Nietzsche ve Scheler'in "hıncı" analizleri, bu bastırılmış ve zehirli duygunun kökenlerini anlamak ve onu yaratıcı bir enerjiye veya daha yüksek değerlere yönelerek dönüştürmek için güçlü bir teşhis aracı haline gelir.

Sonuç olarak, bu çalışma felsefenin, öfkeyi sadece bastırılması gereken yıkıcı bir güç olarak değil, aynı zamanda doğru anlaşıldığında ve yönlendirildiğinde bireyin kendini tanıması, değerlerini netleştirmesi ve daha anlamlı bir yaşam sürmesi için bir dönüşüm aracı olabileceğini göstermiştir. Felsefi danışmanlık, iki bin beş yüz yıllık bu engin mirası sentezleyerek, öfkenin karmaşık doğasına dair bütüncül bir kavrayış sunar. Aklın disiplininden erdemlerin pratiğine, bilişsel sorgulamadan değerlerin soykütüğüne uzanan bu geniş yelpaze sayesinde öfke, bir problem olmaktan çıkıp, bireyin kendi yaşam felsefesini inşa etme yolculuğunda kendisine eşlik eden, zorlu ama bir o kadar da aydınlatıcı bir rehber dönüşebilir. Gelecek çalışmalar, bu felsefi stratejilerin etkinliğini ampirik olarak test edebilir ve Varoluşçuluk gibi diğer felsefi akımların katkılarını da bu zengin tabloya ekleyerek literatürü daha da derinleştirebilir. Ancak bu makalenin ortaya koyduğu en temel bulgu, felsefenin kadim bilgeliğinin, insanlığın en ateşli duygusuyla yüzleşmek ve onu bir bilgelik vesilesi kılmak için hâlâ en güçlü rehber olduğudur.

KAYNAKÇA

- Aksöz, Tuncay. “İnsan Benliğinin Arınması”. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (31), 2015.
- Aristoteles. *Nikomakhos’a Etik [Ethika Nikomacheia]*. çev. İoanna Kuçuradi ve Ekrem Demirli. Hasan Âli Yücel Klasikleri Dizisi. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2022.
- Aristoteles. *Retorik*. çev. Mehmet Türkeri ve Onur Baskın. İstanbul: Alfa Yayınları, 2015.
- Aurelius, Marcus. *Kendime Düşünceler*. çev. Y. Emre Ceren. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2023.
- Aydın, İbrahim Hakkı. *İslâm Ahlâk Esasları ve Felsefesi*. İstanbul: Yenda Yayıncılık, 2011.
- Bolay, Süleyman Hayri. “Akıl”, *TDV İslâm Ansiklopedisi*. İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Cilt 2, 1989.
- Bulut, Hasan. “Tasavvufî Bir Bakış Açısıyla Nefis”. *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, 11 (1), 2020.
- Ceyhan, Semih. “Tecrîd”. *TDV İslâm Ansiklopedisi*. Cilt 40. İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı, 2011.
- Cihan, Ahmet Kamil. *İslâm Ahlâk Esasları ve Felsefesi El-Kitabı*. ed. Müfit Selim Saruhan. Ankara: Grafiker Yayınları, 2013.
- Çağrı, Mustafa. “Akıl”. *İslâm’da İnanç İbadet ve Günlük Yaşayış Ansiklopedisi*. Cilt 1. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 1997.
- Çağrı, Mustafa. “Tehzîbü’l-Ahlâk”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. Cilt 40. İstanbul: TDV Yayınları, 2011.
- Çelikkol, Suat. “Stoa Felsefesinin Temel Görüşleri Üzerine Bir İnceleme”. *Bilimname Dergisi*, 37, 2019/1, 1225-1245. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bilimname/issue/43606/522162>
- Doduoğlu, Sümeyra. *İslâm Tasavvuf Geleneğinde Ahlâk Eğitimi (Kimyâ-yı Saadet Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Çorum, 2020.
- Ebû Bekir er-Râzî. *El-Tıbbü’r-Rûhânî*. ed. ve tahkik: Mehdi Muhakkik. Tahran: Sûruş Yayınları, 1999.
- Ebû Zekerîyya Yahya İbn Adî. *Tehzîbü’l-Ahlâk*. çev. Harun Kuşlu. İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı, 2013.
- Epiktetos, *Söylevler*. çev. Yahya Kurtkaya. İstanbul: Şule Yayınları, 2023.
- Erzurumlu İbrahim Hakkı. *Marifetname*. çev. Ahmed Davutoğlu. İstanbul: Çelik Yayınevi, 2021.
- Haçerlioğlu, Orhan. *Ruhbilim Sözlüğü*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1988.
- İbn Miskeveyh. *Tehzîbü’l-Ahlâk ve Tathîru’l-A’râk (Ahlâk Eğitimi)*. çev. A. Kadir Şener, İsmail Kayaoğlu ve Cihat Tunç. İstanbul: Büyüyenay Yayınları, 2017.
- Karaman, Hüseyin. “İbn Miskeveyh ve Öfkenin Sebepleri”. *İslâm Ahlakında Temel Erdemsizlikler (İslâm Ahlakı Esasları, Ünite 8)*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi AÖF Yayınları, 2021.
- Kılıç, Mahmut Erol. *Tasavvufa Giriş*. İstanbul: Sûfî Kitap, 2017.
- Kınalızâde Ali Çelebi. *Ahlâk-ı Alâî*. ed. Mustafa Yılmaz. İstanbul: Klasik Yayınları, 2015.
- Mevlâna Celâleddin Rûmî. *Fihî Ma Fih*. çev. Ahmed Avni Konuk. İstanbul: İz Yayıncılık, 1994

- Nasîruddîn Tûsî. *Ahlâk-ı Nâsirî*. ed. Müctebâ Minovî ve Alî Rızâ Hâyderî. Tahran: Tahran Üniversitesi Yayınları, 1977.
- Nietzsche, Friedrich. *Ahlakın Soykütüğü Üstüne*. çev. A. İnam. İstanbul: Say Yayınları, 2017.
- Nietzsche, Friedrich. *Böyle Söyledi Zerdüşt*. çev. M. Tüzel. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 2014.
- Öğke, Ahmet. *Kur'ân'da Nefs Kavramı*. İstanbul: İnsan Yayınları, 1997.
- Platon. *Devlet [Politeia]*. çev. Sabahattin Eyüboğlu ve M. Ali Cimcoz. Hasan Âli Yücel Klasikleri Dizisi. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2023.
- Platon. *Phaidros [Phaedrus]*. çev. Ari Çokona. Hasan Âli Yücel Klasikleri Dizisi. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2021.
- Scheler, Max. *Hinç*. çev. A. Yılmaz. İstanbul: Alfa Yayınları, 2015.
- Seneca, Lucius Annaeus. *Öfke Üzerine*. çev. A. Doğucan Hanegelioğlu, Ankara: Doğu Batı Yayınları, 2024.
- Seyyar, Ali. *Ahlâk Terimleri Ansiklopedik Sözlük*. İstanbul: Rağbet Yayınları, 2013.
- Şan, Emre. "Nietzsche'de Hinç Kavramının Kökenleri". *FLSF Dergisi*. 19, 2005
- Uyar, Mehmet. *Sûfî Benliğin İnşasında Nefs*. İstanbul: Litera Yayıncılık, 2017
- Uzun, Halide. *Tasavvufta Nefsin Sıfatlarından Öfke*. Yüksek Lisans Tezi. Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2022
- Üzüm, İlyas. "Gazap". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. Cilt 13. İstanbul: TDV Yayınları, 1996.