T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE ANABİLİM DALI
FELSEFE BİLİM DALI

SENECA FELSEFESİNDE İYİ YAŞAM

ZEYNEP EKŞİCİ

DOKTORA TEZİ

DANIŞMAN
DOÇ. DR. SEBİLE BAŞOK DİŞ

KONYA-2025

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE ANABİLİM DALI
FELSEFE BİLİM DALI

SENECA FELSEFESİNDE İYİ YAŞAM

ZEYNEP EKŞİCİ

DOKTORA TEZİ

DANIŞMAN
DOÇ. DR. SEBİLE BAŞOK DİŞ

KONYA-2025

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü

DOKTORA TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Zeynep EKŞİCİ
	Numarası	18810101036
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe/ Felsefe
	Programı	Doktora
	Tez Danışmanı	Doç. Dr. Sebile BAŞOK DİŞ
	Tezin Adı	Seneca Felsefesinde İyi Yaşam

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan "Seneca Felsefesinde İyi Yaşam" başlıklı bu çalışma 22/07/2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sıra No	**Danışman ve Üyeler**		
	Unvanı	Adı ve Soyadı	İmza
1	Doç. Dr.	Sebile Başok Diş	
2	Prof. Dr.	Hasan Hüseyin Bircan	
3	Doç. Dr.	Melike Molacı	
4	Doç. Dr.	Yurdagül Kılınç	
5	Doç. Dr.	Özlem Ünlü	

Bilimsel Etik Sayfası

Öğrencinin	Adı Soyadı	Zeynep Ekşici		
	Numarası	18810101016		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe/Felsefe		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans		
		Doktora	X	
	Tezin Adı	Seneca Felsefesinde İyi Yaşam		

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Zeynep Ekşici

ÖZET

Öğrencinin	Adı Soyadı	Zeynep Ekşici		
	Numarası	18810101036		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe/Felsefe		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans		
		Doktora	X	
	Tez Danışmanı	Doç. Dr. Sebile Başok Diş		
	Tezin Adı	Seneca Felsefesinde İyi Yaşam		

Bu tez çalışması, son dönem Stoa felsefesinin önemli temsilcilerinden Seneca'nın iyi yaşam anlayışını incelemek amacıyla hazırlanmıştır. Felsefe genellikle soyut düşünme faaliyeti olarak bilinmekle birlikte bireyin günlük yaşamına yön verebilecek pratik bir boyuta da sahiptir ve hedeflerimizden biri de bu boyutu ortaya koymaktır. Bu bağlamda ilk bölümde tarihsel yöntem kullanılarak Stoacı iyi yaşam düşüncesi kuramsal olarak temellendirilmiştir. Çalışmamızın ikinci bölümü Seneca'nın iyi yaşam düşüncesinin günümüzde ne ölçüde yaşanabilir ve uygulanabilir olduğunu sorgulamaktadır. Bu çerçevede "Nasıl yaşamalıyım?" "Hangi yaşam şekli doğrudur?" "Yaşamda eylem ve söylemlerde sürekliliği nasıl sağlarım?" gibi birçok soruya cevap aranmakta ve iyi yaşam için yapılması gerekenler tespit edilmeye çalışılmaktadır.

Seneca nazarında insandaki en yüksek iyi, akıldır. Yaşamda en yüksek iyi, erdem ve mutluluktur. Erdemli yaşam, iyi yaşamdır. Seneca'ya göre bu yaşamı sağlamak için *doğaya uygun yaşam* (secundum naturam vivere), *amor fati* (kaderini sev), *memento mori* (ölümü hatırla), *anın farkında ol* ve *tranquillitas animi* (ruh dinginliği) gibi Stoacı ilkeler ve öğretiler uygulanmalıdır. Bu doğrultuda çalışmamızın temel tezi, Stoacı ana ilkelerin bireysel düzeyde uygulanabilir olduğunu ve iyi yaşamın birey açısından mümkün olduğunu göstermektir. Toplumsal ölçekte ise bu öğretilerin ve ilkelerin yaygınlık kazanmasının bireysel olana göre nispeten zor olduğunu ancak zaman içinde bireylerin dönüşümüyle belki mümkün olabileceğini ortaya koymaktır. Ayrıca doğaya uygun yaşam ilkesi, insanın yalnızca kendi doğasıyla değil, evrensel doğayla da uyum içinde olmasını gerektirir. Bu yönüyle Seneca'nın iyi yaşam anlayışı, günümüz dünyasında çevresel açıdan da önemli katkılar sunabilir. İnsanların tüketim alışkanlıklarını sınırlamaya ve sade bir yaşam sürmeye teşvik etmesi bu katkılardan biridir. Bunun yanında, doğaya zarar vermekten kaçınmayı öğütlemesi de dikkat çekicidir. Böylece birey, ekolojik dengeye saygılı bir tutum geliştirebilir. Bu doğrultuda bugün, özellikle 'doğaya uygun yaşam' ilkesi başta olmak üzere, bu Stoacı öğretilerin bireye kazandırılabilmesi için neler yapılabileceği de ele alınacaktır.

Anahtar Kelimeler: Stoacılık, Seneca, İyi Yaşam, Etik, Erdem, Mutluluk.

ABSTRACT

Author's	Name and Surname	Zeynep Ekşici		
	Student Number	18810101036		
	Department	Philosophy/Philosophy		
	Study Programme	Master's Degree (M.A.)		
		Doctoral Degree (Ph.D.)	X	
	Supervisor	Assoc.Prof. Sebile Başok Diş		
	Title of the Thesis/Dissertation	Good Life in Seneca's Philosophy		

This thesis has been prepared with the aim of examining the understanding of the good life in the philosophy of Seneca, one of the prominent representatives of the Late Stoic philosophy. Although philosophy is generally known as an activity of abstract thinking, it also possesses a practical dimension that can guide an individual's daily life, and one of our objectives is to reveal this dimension. In this context, the first chapter lays the theoretical foundation of the Stoic conception of the good life by employing a historical method. The second chapter of our study questions to what extent Seneca's conception of the good life is livable and applicable in the modern day. Within this framework, various questions are addressed such as "How should I live?", "What kind of life is the right one?", and "How can I maintain consistency between my actions and speaks in life?" and in an effort to determine what must be done in order to achieve the good life.

According to Seneca, the highest good in human beings is reason. In life, the highest good is virtue and happiness. A virtuous life is a good life. According to Seneca, to achieve this way of life, Stoic principles and teachings such as living according to nature (*secundum naturam vivere*), *amor fati* (love your fate), *memento mori* (remember death), awareness of the present moment, and *tranquillitas animi* (tranquility of the soul) must be applied. In this respect, the central thesis of our study is to demonstrate that the core Stoic principles are applicable at the individual level and that the good life is attainable for the individual. On a social scale, it is argued that the widespread adoption of these teachings and principles is relatively more difficult than at the individual level, but it may become possible over time through the transformation of individuals. Furthermore, the principle of living in accordance with nature requires a person to be in harmony not only with their own nature but also with universal nature. In this respect, Seneca's understanding of the good life can make important contributions in environmental terms in today's world. One such contribution is encouraging people to limit their consumption habits and lead a simple life. In addition, his advice to avoid harming nature is noteworthy. In this way, the individual can develop an attitude of respect toward ecological balance. In this context, today we will discuss what can be done to make individuals acquire these Stoic teachings, especially the principle of 'living in accordance with nature.'

Keywords: Stoicism, Seneca, Good Life, Ethics, Virtue, Happiness.

KISALTMALAR DİZİNİ

Aristoteles

Anim.	*De Anima (Ruh Üzerine)*
Eth. Nic.	*Ethica Nicoomachea (Nikomakhos'a Etik)*
Eth. Eud.	*Ethica Eudemia (Eudemos'a Etik)*
Meth.	*Metafizik*
Pol.	*Politica (Politika)*

Cicero

Amic.	*Laelius, De Amicittia (Dostluk Üzerine)*
Cat. Mai. Sen.	*Cato Maior de Senectute (Yaşlı Cato veya Yaşlılık Üzerine*)
Fat.	*De Fato (Kader Üzerine)*
Fin.	De Finibus Bonorum et Malorum *(İyi ve Kötü Şeylerin Gayeleri Üzerine)*
Leg.	*De Legibus (Yasalar Üzerine)*
NatD.	*De Natura Deorum (Tarıların Doğası*)
Off.	*De Officiis (Yükümlülükler Üzerine*)
Tusc.	*Tusculanae Disputationes (Tusculum Tartışmaları)*

Epiktetos

Diss.	*Dissertationes (Söylevler)*
Ench.	*Encheiridion (Enkheiridion)*

Herakleitos

Frag.	*Fragmanlar*

Leibniz

Mon.	*La Monadologie (Monadoloji)*

Platon

Pol.	*Politeia (Devlet)*
Pha.	*Phaidon*

Marcus Aurelius

Med.	*Meditations (Kendime Düşünceler)*

Seneca

QNat.	*Quaestiones Naturales (Doğa Araştırmaları)*
Prov.	*De Providentia (Tanrısal Öngörü)*
Cle.	*De Clementia (Hoşgörü Üzerine)*
Tranq.	*De Tranquillitate Animi (Ruh Dinginliği)*
Ira.	*De Ira (Öfke Üzerine)*
Brev.	*De Brevitate Vitae (Yaşamın Kısalığı Üzerine)*
Otio.	*De Otio (İnziva Üzerine)*
ConS.	*De Constantia Sapientis (Bilgenin Sarsılmazlığı Üzerine)*
Benef.	*De Beneficiis (İyilikler Üzerine)*
Conso.	*De Consolatione (Teselliler)*

Stobaios

Ecl.	*Anthologium*

Bkz.	Bakınız
Çev.	Çeviren
Ed.	Editör
Haz.	Hazırlayan
Der.	Derleyen
Ter.	Tercüme
s.	Sayfa
ss.	Sayfa sayısı
vb.	ve benzeri
vs.	ve saire
vd.	ve diğerleri

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın her aşamasında önerilerini, yardımlarını, desteğini ve güvenini esirgemeyen değerli hocam Doç. Dr. Sebile BAŞOK DİŞ'e en içten teşekkürlerimi sunarım. Onunla yaptığımız birebir okumalar, yazma becerimin gelişmesine büyük katkı sağladı. Bu okumalar sırasında paylaştığı bilgiler ve verdiği öneriler, bakış açımı genişletti, yazdıklarımı daha açık bir şekilde anlamamı ve anlatmamı öğretti. Sadece yazım sürecinde değil, bu zorlu dönemi psikolojik olarak daha iyi yönetmemde de yanımda olduğu için müteşekkirim. Özgüvenimi artırdığı, rahat bir felsefi tartışma ortamı sunduğu ve her daim yapıcı eleştirileriyle ufkumu açtığı için kendisine ayrıca teşekkür ederim.

Tez sürecinde özellikle Latince kavramlar konusundaki sorularıma yanıt vererek bilgi ve yönlendirmeleriyle çalışmama katkıda bulunan Doç. Dr. Melike MOLACI'ya teşekkür ederim. Yine bu süreçte moral ve güç veren arkadaşlarım Hatice Kübra ve Gevher Aslı'ya; yanımda olan, desteğini esirgemeyen kardeşim Bünyamin'e, kaynak kitap temininde yardımlarını hiçbir zaman eksik etmeyen abim İsmail'e ve hayatı birlikte omuzladığımız canım anneme, varlığını her zaman hissettiğim ve bu çalışmayı adadığım babam Abdulhamit'e minnettarım.

Epiktetos'un dediği gibi "*Bilge kişi yaşamını yitirerek kazanır.*" Bu tez süreci, bana bilginin sadece akademik bir hedef değil, hayatın anlamını ve değerini artıran bir yolculuk olduğunu gösterdi. Ve ben de ekliyorum: "*Bilge kişi, yaşamını yitirse dahi kazanır*" çünkü kazanılan şey; yaşamın süresinden değil, ona kattığımız anlamdan doğar.

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **i**

ABSTRACT ..... **ii**

KISALTMALAR DİZİNİ ..... **iii**

TEŞEKKÜR ..... **v**

İÇİNDEKİLER ..... **vi**

GİRİŞ **1**

BİRİNCİ BÖLÜM **6**

STOA FELSEFESİNDE İYİ YAŞAMIN KURAMSAL OLARAK TEMELLENDİRİLMESİ **6**

1.1. Stoa Felsefesinde Bir Yaşam Niteliği Olarak İyi'nin Anlamı ve İyi Yaşam 6

1.2. Stoa Felsefesinde Varoluşsal Bir Problem Olarak İyi Yaşam 20

1.3. İlk Dönem Stoa Felsefesinde İyi Yaşam 22

1.3.1. Zenon'da İyi Yaşam Fikri 22

1.3.2. Kleanthes'de İyi Yaşam Fikri 30

1.3.3. Khrysippos'da İyi Yaşam Fikri 36

1.4. Orta Dönem Stoa Felsefesinde İyi Yaşam 43

1.4.1. Panaitios'da İyi Yaşam Fikri 43

1.4.2. Poseidonios'da İyi Yaşam Fikri 49

1.5. Son Dönem Stoa Felsefesinde İyi Yaşam 54

1.5.1. Gaius Musonius Rufus'da İyi Yaşam Fikri 54

1.5.2. Epiktetos'da İyi Yaşam Fikri 65

1.5.3. Marcus Aurelius'da İyi Yaşam Fikri 72

İKİNCİ BÖLÜM **84**

SENECA'DA İYİ YAŞAM DÜŞÜNCESİ **84**

2.1. Tanrı- Evren- İnsan ve İyi İlişkisi 84

2.2. İnsandaki En İyi: Beden, Ruh ve Akıl Üzerine 92
2.2.1. Beden'in Doğası 92
2.2.2. Ruh'un Doğası 97
2.2.3. Aklın Doğası 104
2.3. İyi Yaşam Düşüncesi 108
2.3.1. İyi'nin Başlangıcı, Tamamlanması ve Diğer Canlılarda Bulunma Durumu 108
2.3.2. İyi'nin Algılanması: Duyularla mı, Akılla mı? 113
2.3.3. İyi'nin Anlamı, İyi ve Onurlu Ayrımı, Gerçek İyi 116
2.3.4. İyi'nin İstenebilirliği Problemi 121
2.3.5. İyi'nin İnsan Yaşamında Belirişi: Erdemli Yaşam 126
2.3.6. İyi Yaşamın Parçası Olarak 'Mutluluk' 133
2.3.7. İyi Yaşam için Felsefenin Rolü 142
2.4. İyi Yaşamın İnşası için Ruh Dinginliği 150
2.4.1. Ruhun Huzursuzluğunun Kaynağı 158
2.4.2. Ruh Dinginliğini Tehdit Eden Unsurlar 162
2.4.2.1. Tutkular 162
2.4.2.1.1. Öfke 172
2.4.2.1.2. Korku ve Endişe 191
2.4.3. Ruh Dinginliğini Sağlamak ve Korumak 209
2.4.4. Beden ve Ruhu Uyumlu Hale Getirme- Kendine Egemen Olma 222
2.5. "Niye İyilerin Başına Birçok Felaket Gelir?" Sorusu 229
2.5.1. İnsanın Başına Gelenlerde Yazgının Rolü 236
2.5.2. 'İnsanın Başına Gelen Felaketleri Karşılama Şekli Nasıl Olmalıdır?' Sorusuna Seneca'nın Cevabı 244
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM 250
GÜNÜMÜZ YAŞANILABİLİRLİĞİ AÇISINDAN SENECA'NIN İYİ YAŞAM DÜŞÜNCESİ 250
3.1. Seneca'nın Evren Anlayışı ile Modern Bilimin Evren Anlayışı Arasındaki Benzerlikler 250
3.2. Seneca'nın Ruh Dinginliğinden Günümüz Ruhsal Huzursuzluklarına 263
3.2.1. Tüketim Kültürünün Getirdiği Sorunlar ve Sürekli Tatminsizlik Hali 264
3.2.2. Başarı Baskısı ve Beklenti Tuzakları 266
3.2.3. Modern Yaşamın Ruhsal Sorunları: Stresten Yabancılaşmaya ve Yönsüzlüğe 272
3.3. 'Toplumsal Dönüşümün Gölgesinde İyi Yaşam Mümkün Mü?' Sorusu 278

3.4. Seneca'nın Stoacı Yaklaşımıyla Postmodernizm Açmazlarına Çözümler 286
SONUÇ 300
KAYNAKÇA 311

GİRİŞ

Antikçağ felsefe tarihi Helen, Helenistik ve Roma dönemleri olmak üzere genel olarak üç dönemde incelenir. İÖ 6. yüzyılın başlarında Thales'le başlayan ve yine 4. yüzyılın sonlarına doğru Aristoteles'in ölümüyle biten birinci dönem Helen felsefesi dönemidir. Stoa felsefesinin ve Stoacıların bilhassa ilk dönem Stoa ve orta dönem Stoa düşünürlerinin bulunduğu dönem ise Helenistik dönemdir. Bilindiği gibi bu dönem Büyük İskender'in fetihleriyle başlar İskender'in ölümünden İÖ 1. yüzyılın ikinci yarısına kadar yaklaşık üç yüzyıllık bir süreyi kapsar. İÖ 1. yüzyılla Roma'nın Roma olarak ortadan kalktığı tarih olan İS. 5. yüzyılın sonlarına kadar yaklaşık dört yüzyıllık bir dönemi içine alan dönem ise Roma dönemidir ve bu dönemde son dönem Stoa düşünürleri eserlerini vermiştir (Arslan, 2016 I: VVI-XVII). Bu çalışmanın amacı Helenistik ve Roma dönemi Stoa felsefesinin temel paradigmalarından hareketle ilk olarak 'Stoacı iyi yaşam' anlayışının tarihsel gelişimini ve değişimini ele almaktır. Ahlak felsefesi ve yaşama sanatına ilişkin kural ve öğütlerin hayat kılavuzu olarak görüldüğü son dönem Stoacıları arasında Seneca, Epiktetos, Marcus Aurelius gibi nispeten daha çok bilinen düşünürler yer alır. Bunların yanında felsefeyi bilgi, mantık, varlık, doğa ve pratik felsefe olarak ele alan erken dönem Sttoacı filozoflardan da söz edilecektir. Bu dönemin önde gelen temsilcileri Zenon, Kleanthes ve Khrysippos'tur. Ayrıca pratik felsefeye ve özellikle ahlak felsefesine daha fazla önem veren orta dönem ya da geçiş dönemi Stoacıları da ele alınacaktır. Bu dönemin önemli isimleri arasına Panaitios ve daha dini bir çizgi izleyen Poseidonios bulunmaktadır (Arslan, 2016 IV: 65-66; bkz. Laertios, 2003: *VII. Kitap*; Zeller, 2008: 295-310, Brun, 2020: 13-22). Tarihsel yöntemle Stoacı bir düşünce ya da öğreti kendi tarihsel bağlamı içinde ve dönemin koşulları da dikkate alınarak incelenecektir. Stoacı ilkelerin oluşumundaki tarihsel gelişim, temsilcileri arasındaki farklılıklar ve dönemsel dönüşümler dikkate alınarak analiz ve sentez yapılmaya çalışılacaktır. Amacımız Stoacı ilklerin zaman içindeki oluşumunu, gelişimini ve değişşimini tespit etmek, görünür kılmaktır. Böylece Stoa felsefesindeki iyi yaşam anlayışı, zamansal derinlik içinde değerlendirilecek, hem öğretiler ve ilkeler için süreklilik hem de dönemsel farklılıklar göz önüne alınarak tutarlı ve bütüncül bir çerçeve ortaya konacaktır.

Yaşamayı öğrenmek insanın bedenini, ruhunu ve zihnini iyi tanıması onlara iyi bakması, varlığın bu üç boyutu (beden, ruh, zihin) arasındaki uyumu sağlayabilmesiyle başlar. Bu durum

Antik Yunan'dan beri özellikle Sokrates'in temsilciliğini yaptığı 'kendini tanı' düsturunun tamamlayıcı unsurlarındandır. Söz konusu Stoa felsefesine gelindiğinde Stoacılar tarafından insanın kendini tanıması için genel bir çerçeve çizildiği görülmektedir. Çerçeve insanı doğada uygunluğunda tanımak ve buna göre bir yaşam şekli çizmek yönündedir. Böylece Stoa'da "insan hayatının amacı olan mutluluğa erişmek 'doğaya uygun yaşamak'ta kendini gösterir" gibi nihai bir yargıya ulaşılmıştır. Kim olduğumuz, dünya içindeki yerimiz, dünyanın genel işleyişinde nasıl rol alabileceğimiz veya ona nasıl uyabileceğimiz mutlu bir hayat yaşayabilmemizi göstermesi bakımından soruşturulması gereken değerli ve önemli konulardır. Stoa düşüncesinde felsefenin yalnızca teorik bir uğraş değil, aynı zamanda yaşamın doğasını anlamaya ve dönüştürmeye yönelik pratik bir rehber olarak görülmesi, iyi yaşam fikrinin temellendirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla burada felsefenin pratik boyutuna dikkat çekmek esastır. Stoa düşüncesini bugün dahi canlılığını sürdüren, 'yaşayan felsefe', hatta 'yaşam için felsefe' gibi tabirlerle ifade etmeye sevk eden nedenler vardır. Bu bağlamda insanın kendini tanımasına dair sorduğu felsefi sorulara karşı Stoacılığın nasıl bir yaşam şekli önerdiği ve bu yaşam şeklinin imkânı değerlendirilecektir. Nitekim insanın 'yaşamak ve var olmak' ayrımının farkına varıp, hayatta kalmayı anlamlı hale getirmesi 'iyi yaşamın kapısını açmak' manasını taşır. Bu kapının anahtarını Stoa düşüncesinin ve önerdiği yaşam biçiminin sunabileceği düşünülebilir. Çalışmanın ilk bölümünde bu anahtar incelenecektir. Stoacı düşünürlerin görüşleri ele alınarak Stoa felsefesinin temel ilkeleri tespit edilerek ortaya konacaktır. Burada Stoacıların *iyi*'yi yaşamın hemen hemen bütün kesimlerinde etkin kılmaya çalıştıkları gösterilecektir. İyiye göre davranmanın, iyinin gücü ile problemleri çözmenin ve bu anlamda örnek bir insan olarak yaşamanın, insan varlığının sadece var olması değil, tam anlamıyla yaşaması olduğu belirtilecektir. Nitekim iyi, yaşamın belirlenimidir, farkındalıktır, erektir, erdemdir. Bu minvalde ilk bölümde Stoacıların iyi yaşam anlayışı ele alınıp bu Stoa felsefesinin temel ilkeleri belirlendikten sonra ikinci bölümde bu anlayış ve ilkeler, Seneca nezdinde derinlikli bir şekilde incelenecektir.

Bilgelik arayışı, birçok insanı yaşamın anlamına ve daha yüce bir ideale ulaşma arayışına iten bir yoldur. Bu arayış içerisinde Seneca'nın felsefesinin kapsamını genişletmek için tezin ikinci bölümünde genel olarak şu sorulara odaklanılacaktır: Neden bu dünyada bulunuyoruz? İçinde yaşadığımız dünya, var olabilecek dünyalar arasında en iyisi olarak

görülebilir mi? Hepimizin gerçekleştirmemiz gereken kendimize özgü birer amacı var mı? Başımıza gelen olaylar yalnızca rastlantının eseri mi, yoksa bunlar daha başka bir anlam mı taşıyorlar? Tamamlamamız gereken birer yazgımız var mı? Bizler içgüdülerimiz ve eğilimlerin birer oyuncağı mıyız, yoksa gerçek bir özgürlüğe sahip miyiz? Özgür olmak, özgürlük bir istifade meselesi midir? Yaşamımızı hangi temeller üzerine kurmalıyız? Gerçek ve kalıcı bir mutluluğa ulaşmamız mümkün müdür? Ruhumuzu nasıl beslemeliyiz ve adına insan denen bu düzeneğin uyum içinde bulunmasını nasıl sağlayabiliriz? Ölümle birlikte ruh da beden gibi yok mu olur, yoksa varlığını başka bir biçimde sürdürmesi mümkün müdür? Ölüm, ruhumuz için bir son mu, yoksa başka bir başlangıcın kapısı mı? Ruhumuz ölümden sonra başka bir varlıkta yaşamaya devam eder mi, yoksa tüm varoluş sona mı erer? Ölümle birlikte ruhumuzun akıbeti nedir: yok oluş mu, dönüşüm mü, yoksa bilinmeyen bir süreklilik mi? Bu sorular etrafında tezin ikinci bölümünde; dünyadaki gerçek yerimizi ve ne yapmak için var olduğumuzu keşfetmek arzusuyla 'iyi yaşam' hakkında ve onun özüne dair içimizdeki çağrının (yani insanın kendini gerçekleştirme, doğru olanı yapma ve varoluşun anlamını kavrama yönündeki derin arzusunun) ne olduğunu bulmaya çalışarak sonsuz açlığımızı gidermek adına Seneca üzerinden ideal bir yaşam tarzını ve bir yaşam seçimini konu edineceğiz.

Bu noktada Seneca'da 'iyi' ve 'yaşam' kavramlarının taşıdığı anlam ve bu kavramların birbiriyle ilişkisi tezimizin ikinci bölümünde ele alınacak konulardandır. İyi yaşamdan söz edildiğinde, öncelikle *iyi*'nin kendisi üzerine düşünmek ve bu kavramın ne anlama geldiğinii sorgulamak kaçınılmazdır. İyi nedir? Kime göre iyi, neye göre iyi? İyinin bir ölçütü, bir standardı var mıdır? Örneğin, Aristoteles'e göre 'her eylem ve tercih edilenin iyiyi arzuladığı' düşünülür. Bu manada her bilgi ve tercih iyiyi hedeflerse en iyi'ye ulaşmak mümkün olacaktır, bu da mutluluktur. Dolayısıyla insanlar iyi yaşamanın ve mutluluğun aynı şeyi kastettiği düşüncesi içerisinde olsalar da mutluluktan ne anlaşıldığı önem taşımaktadır. Bu nedenle iyi yaşam ve mutluluk arasında ilişki kuran Aristoteles bu ilişkisinin incelenmesi gerektiğini de söyler (Aristoteles, *Eth. Nic.* I. 1094a, 1095a). Seneca bağlamında bu ilişki de incelenecektir. Bilindiği gibi insan yaşamının ana gayesini birçok düşünür mutluluk olarak açıklar. Seneca da mutluluk konusuna geniş yer verir. Mutluluk ve insanın gayesi arasındaki ilişkiyi, pratik düzeyde mutluluğun ne ifade ettiğini tespit etmek ve bunun yaşam koşulları ile olan uyumunu değerlendirmek bir diğer gayemizdir. Bu çerçevede Seneca'nın mutluluk anlayışı yaşamın

temel gayelerinden biri olarak nasıl şekillenir ve bu anlayış farklı yaşam koşullarında nasıl uygulanabilir? Seneca'ya göre mutluluk nedir ve bu mutluluğun insanın yaşam koşullarıyla uyumu nasıl gerçekleşir? Seneca bağlamında mutluluk ile insanın yaşam gayesi arasındaki ilişki nasıl tanımlanır ve pratik yaşamdaki yansımaları nelerdir? Seneca'nın mutluluk kavramı, insanın yaşam koşulları ve varoluşsal amacına nasıl bir perspektif sunar? Soruları etrafında hangi yaşam şeklinin iyi bir yaşam olduğu ve bu yaşamda insan eylemlerinin nasıl gerçekleşmesi gerektiği ve yine iyi yaşam mümkün ise bu yaşamın insana ne vadettiği hakkında hem varoluşsal hem de ahlaki boyutta sorgulamalara yer verilecektir. Mutluluğun dışsall koşullardan ayrı olarak ruhun erdemli ve doğaya uygun yaşamasıyla elde edilebileceği gösterilecektir ki bu durum mutluluğun sadece bir duygu durumu değil bilinçli bir yaşam tarzı olduğunu da gösterir. Yine mutluuk yaşamın gayesi olarak görüldüğünde farklı yaşam koşullarının da onun gerçekleşmesine tamamen engel teşkil etmediği, erdemli bir tutum ve akıl yürütme ile bu koşullara uyumun sağlanabileceği de ele alınacaktır. Yani dışsal zorluklar mutluluğa ulaşmak için tmamen engel teşkil etmezler, nitekim o içsel durumla ilgilidir. Seneca'nın mutluluk anlayışının bir yönü de pratik etik anlayışına dayanır; bu anlayış, insanın yaşam gayesini belirlerken günlük yaşamdaki tutum ve davranışlara rehberlik eder. Bu da mutluluğun soyut bir kavram olmaktan çıkıp yaşanabilir bir hal almasını sağlar. Böylece Seneca'nın felsefesinde, insanın yaşam koşullarına ve değişen durumlara rağmen mutluluğu sürdürebileceği bir içsel denge ve uyumun mümkün olduğunu tezin bu bu bölümünde öne sürülecektir.

'Yaşam' insan için ne ifade etmektedir? Nefes almak mı, kalbin atması mı yoksa herhangi bir şekilde varlığın biyolojik canlılığını devam ettirmesi mi? Eğer yaşam insanın canlılığının devam etmesi ise iyi yaşam; 'iyi nefes almak, kalbe iyi bakmak ve iyi bir şekilde canlının varlığını sürdürmesi anlamına gelir. Oysa Stoacılara göre bu, yeterli değildir. Seneca yaşamak ve var olmak arasındaki farka dikkat çekmektedir. Ona göre birisinin saçlarının beyazlamasına veya vücudunun kırışıklıklarının artmasına bakarak uzun yaşadığını söyleyemeyiz, sadece onun uzun süredir var olduğunu söyleyebiliriz (Seneca, *Brev*. 55). Bu nedenle yalnızca nefes alıyor olmak iyi yaşamak için yeterli değildir. İyi yaşam, yaşamın süresinden ziyade onun nasıl ve ne şekilde sürdürüldüğüyle ilgilidir. Bu noktada iyi yaşam, bilinçli ve amaçlı bir farkındalık içerisinde sürdürülmesiyle mümkündür. Farkındalık burada,

kişinin ne yaşadığının, nasıl yaşadığının ve neden yaşadığının bilincinde olması anlamına gelir. Bu bağlamda var olmak ve yaşamak arasında ayrım yapmak gerekir. Seneca *Ahlak Mektupları* adlı eserinde bu ayrımı daha somut bir biçimde şöyle ifade eder: "Yaşayan insan birçoklarına yararlı olan insandır, kendisinden yararlanan insandır. Bir köşeye çekilip uyuşuk kalanlar, evlerinde mezarlarda gibi yaşarlar. Bu kimselerin kapılarındaki mermere şöyle yazsan yeridir: ÖLMEDEN ÖNCE ÖLMÜŞLER" (Seneca, 2020: 206). Burada Seneca'nın dikkat çektiği nokta, gerçek anlmada yaşamanın yalnızca içsel farkındalıkla değil, aynı zamanda insanlara katkı sunmakla, yani etkin ve anlamlı bir yaşam sürmekle ilgilidir. Dolayısıyla, Stocılar için yaşam sürmek kadar yaşamın niteliği de önemlidir. Yaşam sadece sürdürülmesi gereken bir biyolojik süreç değil; bilinçli, erdemli ve topluma katkı sağlayan nitelikli bir varoluş biçimidir. Herkes var olabilir, bedenen bu dünyada yer alabilir; ancak herkes gerçekten yaşadığını iddia edemez.

Seneca'nın bize sunduğu şey, iyi yaşamın standardını belirlemenin mümkün olduğudur. Bu durum bireysel ve toplumsal zeminde iyi yaşamın felsefi temelini oluşturmaktadır. Mümkün olduğu öne sürülen bu iyi yaşam şeklini gerçekleştirebilme olasılığı da tezin üçüncü bölümünde tartışılacaktır. Bu bölümde Stoacı ilkeler dikkate alınarak, Seneca'nın felsefesi gözetilerek analiz ve sentez yapılıp güncel bir imkân olarak Seneca pratiği ve iyi yaşam şekli değerlendirilecektir. Bunun için çıkış noktamız şu olmuştur: Geçmişte daha farklı görülen fakat günümüzde çok farklı yönlere evrilmiş birçok olay ve olgu vardır. Bunlar Seneca düşüncesini göz önünde bulundurduğumuzda iyi yaşamın imkânı konusunda bizi düşündürmektedir. Şöyle ki insanlığın gidişatı başta olmak üzere değişen ahlaki değerler ve modern insan gerçekliği söz konusudur. Frederic Lenoir'in de dediği gibi "*Günümüzün dünyası bir 'sürekli daha fazlası' çılgınlığına, bir eylemcilik ve zenginlik biriktirme çılgınlığına kapılmıştır, oysa insanın mutlu olmak için çok az şeye gereksinimi vardır. Mutluluğun özü sahip olunan şeylerde değil ruhun huzurundadır*" (Lenoir, 2016: 55). Bugün küresel ısınma, kuraklık, su sorunu, orman yangınları, ekolojik değişim, biyolojik çeşitlilik krizi, çevre sorunları, kirlilik, hayvan deneyleri, avlanma, nükleer enerji, nükleer atık, tarım ilaçları, açlık, yoksulluk, yoksunluk, hastalıklar, kimyasal silah üretimi, şiddet, terörizm, petrol savaşları, kentçilik hareketleri, göç, mülteci sorunları, nüfus yoğunluğu, artan dünya nüfusu gibi birçok problem vardır (Reeves ve Lenoir, 2017: 4-8). Elbette bu ve benzeri problemler geçmişte de vardı. Lakin bugün bunlar

daha artmış durumda. Seneca felsefesi çerçevesinde insan yaşamının huzuru, başka bir deyişle de ruhun huzuru için bu konuların iyi yaşamdaki rolünden ve ne anlam ifade ettiğinden bahsetmek hedeflerimizdendir. Bu doğrultuda bugün ruh dinginliğini bozan etkenlerin tespiti yapılacak ve onların çeşitliliği ortaya konacaktır. Ruh dinginliğini tehdit eden ve bozan etkenler olarak insanın; tutkularla ve duygularla nasıl mücadele edebileceği ve insanın huzurunu koruması için neler yapabileceği ele alınacaktır. Sonuç olarak Seneca'nın sunmuş olduğu iyi yaşam modelinin çağımızdaki imkânı değerlendirilecektir. Günümüzde bireysel olarak iyi yaşamın mümkün olabileceği ancak toplumsal mahiyette iyi yaşam olasılığının bireysele göre nispeten düşük olduğu savunulacaktır. Nitekim bugünün dünyası insanın kendini tanımasını ve iyi yaşam sürmesini engelleyen birtakım çeldiricilerle doludur. Fakat buna rağmen insanlar kendilerini tanıdıklarını ve iyi yaşam sürdüklerini zannetmektedirler. Oysaki farkındalık içerisinde olan bilge biri iyi yaşam sürebilir ki günümüz dünyasında insanların büyük çoğunluğu bilge olmaktan uzaktır ama bu günümüz insanının bilge olamayacağı gibi bir anlama da gelmez.

BİRİNCİ BÖLÜM

STOA FELSEFESİNDE İYİ YAŞAMIN KURAMSAL OLARAK TEMELLENDİRİLMESİ

1.1. Stoa Felsefesinde Bir Yaşam Niteliği Olarak İyi'nin Anlamı ve İyi Yaşam

Stoacılar ontolojilerinde gerçek anlamda var olan şeylerin, maddi (fiziksel) varlıklar olduğunu savunurlar. Yani cisimsel olanlar (uzamı olanlar) gerçekten vardır. Örneğin bir taş, bir insan bedeni, bir yıldız gibi nesneler. Stoacılar, 'var olan (*existent*)' anlamındaki kavramının ötesinde, daha genel bir kavram olan 'bir şey (*something*)' kavramını kullanırlar. Tüm var olanlar, birer varlıktır ama her varlık, Stoacılara göre gerçekten 'var olan' olmayabilir. Gerçek varoluş (*existence*) cisimsel olan şeylere aittir. Ancak, cisimsel olmayan şeylerin de bir tür varlık taşıdığını, Arslan'ın ifadesiyle 'bir tür varlık (*quasi being*) tanıdıkları anlamına geldiğini' kabul ederler (Arslan, 2016 IV: 268-269). Bu noktada bir şey olma statüsüne sahip olmanın iki temel ölçütünden şöyle bahsedebiliriz: İlki düşüncenin nesnesi olma durumu, yani zihnimizde kavrayabiliyor, üzerine düşünebiliyor olmamız. Eğer bir şey düşüncenin konusu olabiliyorsa, bir şekilde vardır. İkincisi, 1 olması; bu sadece düşüncede değil, bir tür varlık düzeyinde gerçek olması demektir. Yani yalnızca hayal ürünü değil, bir gerçekliğe "belki fiziksel, belki başka türden" sahip olması gerekir (Molacı, 2018: 48). Örneğin Seneca, yarı insan yarı at yaratıklar

(Kentaurlar) ve devler (Gigantlar) gibi mitolojik figürlerden bahseder. Onların fiziksel anlamda var olmadığını, yani tözlerinin olmadığını söyler buna rağmen bir şey olduklarından da bahseder çünkü onlar zihnimizde bir şekilde var olurlar; biz onları hayal eder, şekillendirir ve belli bir imgeye dönüştürürüz (Seneca, 2020: 194). Aslında Seneca'nın ortaya koymaya çalıştığı fikre göre insan zihni, gerçek olmayan şeyleri bile düşünebilir ve onlara bir biçim verebilir. Bu tür imgeler, gerçek doğa yasalarıyla bağdaşmaz ama zihinsel düzeyde bir 'varlık' kazanırlar. Bu bağlamda Seneca, bilgi edinme sürecinde doğru kavrayış ile zihnin kuruntuları arasında bir ayrım yapar. Seneca'nın bu görüşü Stoacı bilgi anlayışının da önemli bir noktasına işaret eder. Nitekim onlara göre gerçek bilgi doğaya uygun olduğu gibi aklın kavrayabileceği şeylerden oluşur, yanlış bilgi ya da kuruntular; zihnin kendi yarattığı ama doğada karşılığı olmayan imgelerden kaynaklanır. Sonuç olarak zihin kavrayabilir ama her kavranan şey gerçekten var değildir. Nitekim bu anlayış, hem ontolojik (varlıkla ilgili) hem de epistemolojik (bilgiyle ilgili) bir yaklaşım taşır: Zihnin kavrayabildiği ve bir gerçeklik taşıyan şeyler, varlık olarak kabul edilir.

Stoacılar, genellikle soyut veya maddi olmayan şeylerin (örneğin erdemler, ruh, Tanrı) maddi (cisimsel) olduklarını savunurlar. Onlara göre duygular, kavramlar, eylemler bile maddidir. Çünkü bunlar, ruhun maddi doğasının belli durumlarıdır. Tanrı(lar) maddi varlıktır; zira evrenin tözü olan Ateş ya da Evrensel Akıl'la özdeşleştirilir. İnsan ruhları da maddidir çünkü söz konusu bu Ateş'in, Aklın veya Tanrı'nın parçalarıdır (Arslan, 2016 IV: 268). Stoacıların varlık anlayışı, Platon ve Aristoteles'in klasik metafizik yaklaşımlarının tersidir. Platon'a göre gerçek varlıklar, maddi ve cisimsel olmayan idealar dünyasında bulunur; duyularla algıladığımız fiziksel nesneler ise yalnızca bu idealarn gölgemsi yansımalarıdır ve gerçek anlamda var sayılmazlar (Platon, *Pol*. VI. 507c, 508b, 509c, 510a-b, 514a, 514d).[1] Aristoteles, Platon'un bu görüşüne katılmamış olsa da maddi olmayan formlara mantıksal bir üstünlük tanımış ve maddeyi, forma göre daha düşük ve göreli bir varlık düzeyinde değerlendirmiştir (Aristoteles, *Meth. I*. 991a, 993a; bkz. *Meth. VII*. 1039a). Stoacılar ise bu iki yaklaşımın aksine, maddi-cisimsel olanın gerçekten var olduğunu savunurlar. Platon'un ideaları ya da Aristoteles'in formları gibi maddi olmayan unsurların ancak maddi şeylerin özellikleri ya

[1] Platon, *Pol*. VI. 502b-502c arası güneş benzetmesi, 509d-511e arası bölünmüş çizgi benzetmesi; VII. 514a-520a arası mağara alegorisi.

da durumları olabileceğini öne sürerler. Örneğin idealar ya da formlar maddi şeylerin özellikleri ya da durumları olursa onların da maddi olmaları gerekir, dolayısıyla bunların Seneca'nın bahsettiği imge türünden şeyler olmaları gerekir. Ayrıca Stoacılar zaman, yer, boşluk, kavramlar ve anlamlar gibi açıkça maddi olmayan unsurların da sadece mecazi veya ikincil bir anlamda var olduklarını ifade ederler (Arslan, 2016 IV: 269). Görüldüğü üzere bu, Stoacıların katı materyalist ontolojisini yansıtır. Onlara göre 'var olmak' demek, bedensel/maddi olmak demektir (Molacı ve Kalaycı, 2018: 101). Ve bilindiği gibi katı materyalist ontoloji, gerçekliğin yalnızca maddeden (fiziksel varlıklardan) ibaret olduğunu savunan ontolojik (varlıkbilimsel) bir görüştür. Bilinç, düşünce, değerler gibi kavramların da maddeye indirgenebilir olduğunu savunur.

Stoacılar, yalnızca 'var olan'ları değil, varlığı meydana getiren ilk ilkeyi de düşünsel olarak temellendirirler. Bu görüş, felsefe tarihinde bir gelenek içinde yer alır: Örneğin Anaksagoras, bu yaratıcı/oluşturucu ilkeyi *Nous* (Akıl) olarak adlandırmıştır. Anaksagoras'a göre başlangıçtaki karışık duruma ilk hareketi veren, bu karışımı ayıran ve şeylerin belirli varlıklar olarak ortaya çıkmasını sağlayan Akıl'dır (*Nous*). Akıl etkin ve yaratıcı güç olarak maddenin karşısına konmuş, madde ise bu yaratıcı gücün şekil verdiği edilgin unsur olarak değerlendirilmiştir (Anaksagoras, 2013: 1 (33 v 155, 26)- 6 (35 v 164, 24; 33 r 156, 13); bkz. Kranz, 2014: 155-156). Bu anlayış Stoacılarda farklı bir biçim alsa da onlar da evrene şekil veren bir ilkeden, örneğin Logos, Ateş veya Evrensel Akıl'dan söz ederler. Stoacıların Logos ve Ateş düşüncelerinden esinlendiğini düşündüğümüz Herakleitos da evrenin yaratıcı ve yönlendirici ilkesi olarak Ateş'i koyar. Bu Ateşin tözü, Logostur yani evrendeki düzeni ve yasaları yöneten Akıl'dır. Bu Ateş, sadece fiziksel bir unsur değildir; aynı zamanda canlı, hareketli, akıllı, bilge ve tanrısal bir nitelik taşır. Bu yüzden Herakleitos, Tanrı'yı doğayla özdeşleştirir. Daha doğrusu, doğanın temel ilkesi olan Ateşi Tanrı'yla özdeşleştirir (Herakleitos, *Frag*. D84-D32; bkz. Kranz, 2014: 72; Hadot, 2017: 132-134).

Stoacılar, Tanrı ile doğa arasında bir ayrım yapmazlar. Bu konuda Anaksagoras'ın *nous* kavramını, Herakleitos'un Ateş anlayışını ve Platon ile Aristoteles'in akıl temelli Tanrı görüşlerini benimsemekle birlikte, özellikle Aristoteles'ten farklı bir yaklaşıma sahiptirler. Bilindiği gibi Aristoteles'in Tanrı'sı düşünce ve akıl olarak evrene aşkındır. Stoacılar bu Tanrı'yı doğanın içine yerleştirir ve onunla özdeşleştirirler. Bu bağlamda Aristoteles'in

terimleriyle ifade edecek olursak; Stoacılara göre Tanrı, yalnızca evrenin ereksel nedeni değil, aynı zamanda onun maddi, formel ve fail nedenidir (Arslan, 2016 IV: 278). Stoacılara göre Tanrı, evrenin aşkın değil içkin ilkesidir, evrenden ayrı, ona dışsal bir yaşamı yoktur. Tanrı'nın evrende etkide bulunma biçimi, 'tohumsu ilkeler' aracılığıyla açıklanabilir. Bu durum şu şekilde ifade edilir: "Nasıl ki tohum oluşun içinde yer alıyorsa aynı şekilde tanrı da evrenin yaratıcı ilkesidir ve ıslaklığın içinde bu yaratıcılığı ile kalır, maddeyi de kendisi sayesinde bundan sonraki oluşumlar için etkin hale getirir…" (Laertios, 2003: VII.136).

Stoacı doğa anlayışı ile Aristoteles'in doğa anlayışı arasında önemli farklar bulunmaktadır. Aristoteles'te doğa, amaç güden bir etkinliğin ilkesi veya kaynağıdır ve akılsal bir fail değildir ama her bireysel varlığın içinde onun kendini mükemmelleştirmesi için, yani formuna erişmesi için gösterdiği güdüsel bir çaba vardır. Stoacılarda ise doğa yalnızca ereksel değil, aynı zamanda bilinçli ve akıllıdır çünkü Tanrı, doğa ve akıl (*logos*) özdeştir. Evrenin oluşumu iki temel ilkeye dayanır: Etkin ilke, maddenin içinde yer alan ve ona şekil veren akıldır, yani Tanrı'dır. Edilgin ilke ise, hiçbir niteliği olmayan bir töz, yani maddedir. Stoacılar, evrende bağımsız veya somut olarak herhangi bir ilk maddenin varlığına inanmamaktadırlar. Bağımsız ve form almamış maddenin ancak bir kurgu olup düşünsel bir kavram olduğunu savunurlar (Yazıcı ve Yazıcı, 2018: 8). Edilgin ilke ile etkin ilke arasındaki ilişki şöyle betimlenebilir: "Suya batırılan bir bezin her tarafına suyun nüfuz etmesi, onun bezin her zerresine tam bir şekilde yayılması tarzında yine tamamen fiziksel bir olay olarak düşünülmektedir" (Arslan, 2016 IV: 286). Stoacı filozoflar arasında etkin ilke konusunda farklı yorumlar bulunmaktadır. Zenon ve Kleanthes, bu ilkeyi doğrudan ateş ya da sıcaklıkla özdeşleştirirken, Khrysippos daha gelişmiş bir görüş ortaya koyarak etkin ilkeyi ateş ve havanın birleşiminden oluşan 'Sıcak Nefes (*pneuma*)' olarak tanımlar. Ona göre bu Sıcak Nefes, akıllı, bir amaca göre hareket eden, plan izleyen varlıktır. Stoacıların 'Ateş' ve 'Sıcak Nefes' kavramlarını nasıl kullandığını ve bu kavramların doğadaki çeşitliliği nasıl açıkladığına da değinecek olursak, Stoacılara göre evrenin başlangıcında yer alan Ateş, sonradan meydana gelecek her şeyin ilkelerini ve düzenini içinde barındıran bir tohum gibi kabul edilir. Ateş ile havanın birleşiminden oluşan Sıcak Nefes, bu yaratıcı ve düzenleyici gücün taşıyıcısıdır. Ateş ve hava, farklı varlık türlerinde farklı oranlarda karışarak doğadaki çeşitliliği (taş, bitki, hayvan, insan vb.) meydana getirir. Böylece cansız varlıklarla canlılar arasındaki farklar, bu ilkenin bileşimindeki oranlarla açıklanır (Arslan 2016 IV: 289-290-292). Böylece Stoacıların,

Aristoteles'in daha çok biyolojik bir bağlamda kullandığı 'ateş' veya 'sıcaklık' kavramını, evrendeki her türlü hareketi ve değişimi açıklamak üzere daha genel ve fiziksel bir ilke olarak benimsedikleri anlaşılmaktadır.

Stoacılar evrenin yapısı ve işleyişine dair, döngüsel kozmoloji anlayışına sahiplerdir. Onlara göre evren, sonsuz değildir ama döngüseldir, yani belirli bir süreç sonunda yeniden başlar. Bu süreç, evrenin kozmik yangın denilen büyük bir tutuşmayla tamamen yok olması ve ardından aynı şekilde yeniden oluşmasıyla işler. Kozmik boşluk, evrenin bu döngüsel yeniden oluşumuna mekân sağlar. Her döngüde evrenin yeniden oluşması, içinde yer alan tüm tekil varlıkların aynı tekil olmasını, yani aynı şekilde olmasını garanti eder (Long & Sedley, 1987: 52A; bkz. Molacı ve Kalaycı, 2018: 101). Stoacı ontolojinin bu genel çerçevesi içinde, 'iyi' niteliğinin nasıl ele alındığı, hangi yönlerden bu yapıya dâhil edildiği ve ne tür bağlamlarda değerlendirildiği sorusu önemlidir.

İyi niteliği Stoacı düşünceye, evrenin düzenli, ereksel ve Tanrısal bir bütünlük olarak görülmesiyle dâhil olur. Bu bütünlüğün bir parçası olan dünya ise, insan yaşamı için uygun ve iyi bir yerdir. Bu dünya Tanrı'nın eseri, akıllı, ereksel bir yapıdadır kısacası; Tanrı'nın ta kendisidir. Tanrı da kötü olmayacağına göre bu dünya iyi'dir. Stoacıların Herakleitos'un görüşlerinden esinlenerek bu evrenin tözünü oluşturan şeyin de ateş olduğu düşüncesinden bahsetmiştik ancak Herakleitos'un logos ve tanrı anlayışının erek gütmeyen bir etkinliğe sahip olduğu bilindiğine göre Stoacılar'ın bu görüşü kabul etmediğini de belirtebiliriz. Onlar Platon gibi doğa'yı tümüyle ereksel bir etkinliğin alanı olarak görmektedirler. Bu minvalde denilebilir ki Stoacılarda doğa incelemesi Tanrı incelemesiyle aynıdır. Aristoteles'in metafiziği bir anlamda teolojiye indirgemesi gibi Stoacıların da doğa bilimini bir bakıma teolojiye indirgediğinden söz edebiliriz. Nitekim Khrysippos 'teoloji fiziğin ereğidir' demektedir (Arslan, 2016 IV: 279).

Bilindiği kadarıyla dünya, insanın yaşayabileceği en iyi mekândır. Böyle bir dünyada iyi'nin kendini gösterme şekillerinden biri bütün varlıkların kendine özgü davranış biçimine göre hareket etmesidir. Çünkü bu aynı zamanda varlıklar için iyi olan şeydir. Stoacılara göre bitkinin doğası; beslenmek ve büyümektir. Hayvanın doğası; beslenmek, büyümek, üremek, duyumsamak başka bir ifadeyle de içgüdüdür. İnsanın doğası ise beslemek, büyümek, üremek, duyumsamak, akıl sahibi olarak akla uygun yaşamaktır. Akıl, içgüdüyü yönlendirmek için

vardır (Yazıcı ve Yazıcı, 2018: 8). Canlıların doğasının derinlerine indiğimizde bitkiler hariç doğadaki bütün canlıların davranış ve hareketlerinin ana ilkesini içtepi olduğunu görürüz. İçtepi ile canlı varlığın kendini koruması söz konusudur. Bu güdü canlıların 'kendilerine, kendi bedenlerine, organlarına karşı duydukları sevgi dolu bir yakınlık duygusudur. Bütün bu canlılar için iyi, uygun, yararlı kavramlarının doğal ve nesnel bir temeli olabilir ve bu temel 'varlığını koruma, devam ettirme içgüdüsünde veya içtepisinde' aranabilir. Seneca ve Cicero gibi Stoacı (ya da Stoacılıkla bağlantılı) düşünürler için de canlıların en temel eğilimi; kendini korumak, yaşamak, varlığını devam ettirmektir. Bu aynı zamanda canlının kendi doğasına duyduğu sevgiyle, yani yaratılışına uygun yaşama arzusuyla da ilişkilendirilebilir (Arslan, 2016 IV: 375). Peki, kendini korumak eğiliminin kaynağı nedir? "Stoa kimyasında bütün duygular ve duygulara bağlı tüm eylemler izlenim (*phantasia*) ve dürtüyle (*horme*) ilgilidir. Buna göre var olanların tamamında bulunan "kendini koruma dürtüsü (*oikeiousês*)" doğa tarafından bütün varlıklara nakşedilmiş, kökensel bir dürtüdür" (Molacı, 2019: 49). İnsan doğasında iyi'nin görünür olması eylemlerin belirli aşamalardan doğru bir şekilde geçmesiyle mümkün olur ve iyi, belirgin hale gelir. Nitekim Stoa felsefesinde eylemi yönlendiren üç temel işlev vardır: dürtü, izlenim ve onay. Bu işlevler, etik bir yaşamın mümkün olmasını sağlayan temel yapı taşlarıdır. Dürtü, eyleme geçme noktasında istektir. İzlenim, dış dünyadan gelen algılar, zihinsel temsillerdir. Onay ise bu izlenimlere aklın verdiği kabul ya da reddetme kararıdır. Kişi, sahip olduğu izlenimleri doğayla ya da gerçeklikle kıyaslamadan, yani akıl süzgecinden geçirmeden doğrudan kabul eder veya reddederse, kaçınılmaz olarak doğayla uyumsuz ve erdemden yoksun eylemlerin öznesi haline gelecektir. Oysa kişi doğa bilgisiyle hareket edip izlenimlerini akla ve doğaya uygun biçimde yargılarsa eylemleri erdemli olur ve bu da onu mutluluğa götürür (Molacı, 2019: 49). Bilindiği gibi Stoacılara göre doğa incelemesinin (fizik/metafizik) nihai amacı, insanın ahlaki yaşamına temel oluşturmak ve bu yaşamı yönlendirmektir. Aynı şekilde, ahlak felsefesinin amacı da insanı mutluluğa ulaştırmaktır. Bu anlayışta mutluluk, insanın akla uygun yaşaması, yani erdemli bir hayat sürmesidir. Başka bir ifadeyle, Stoacılar için en yüksek iyi, yalnızca erdemdir ve mutluluk da bu erdemli yaşamla özdeştir (Arslan, 2016 IV: 399). İnsanın doğası ile evrensel doğa arasındaki ilişkiye bakıldığında; Stoacılığa göre evrensel doğa, rasyonel bir ilkeye (logos) göre düzenlenmiştir ve insan da bu evrensel yapının bir parçası olarak akıl ile donatılmıştır. Bu nedenle insan, doğası gereği akıllı bir varlık olduğundan, evrensel doğaya içkin düzeni anlayabilir ve ona uygun yaşayabilir. Bu anlayış, Stoacıların etik

yaşamın temeline bilgi ve aklı yerleştirdiğini gösterdiği gibi insana iyi yaşamın mümkün olabileceğini de göstermektedir.

Ayrıca insan doğası birlikler, toplumlar, devletler meydana getirecek bir yapıda yaratılmıştır ve bu onun doğasına uygun olandır. Bu yapı, 'ben'den başlayarak, giderek genişleyen ve kapsayıcı bir birliktelik şeklinde ortaya çıkar. Öncelikle ben, ardından anne, baba ve çocuk gibi en yakın aile bireyleri gelir. Sonrasında dede, nine, amca, dayı, hala, teyze gibi daha geniş aile fertleri yer alır. Daha sonra hemşeri, yani aynı bölgeden olan insanlar gelir. Bunu takip eden aşama ise yurttaş, yani aynı devlete bağl1ı olan bireyler gider. Son olarak ise diğer bütün insanlar, yani tüm insanlık kapsama girer. İnsanın görevi, bu dıştaki katmanları, yani 'ben'in dışındaki insan ve toplulukları mümkün olduğunca içe, yani kendisine daha yakınlaştırmak ve içteki katmanlara doğru çekmektir. İşte bu durum, insan aklının ahlak alanında kullanılmasının amaç ve doğrultularından biridir. Bahsettiğimiz üzere insanda içtepi olarak kendini koruma duygusu vardır. Ama insan akıl ve eğitim ile benmerkezcilikten kurtulmak, onu aşmak ve ilgisini bütün diğer insanları içine alacak şekilde genişleme imkânı verir. Böylece insan, doğasına uygun, kendine özgü davranış biçimiyle hareket edeceği için iyiye göre de hareket etmiş olacaktır. Bu doğrultuda uygunluk ve uygun iş'ten bahsetmek gerekir. O halde uygun bir iş (*kathekon*) veya işlevle kastedilen nedir? Canlı bir varlığın yaratılışına veya doğasına, haliyle doğanın düzenine de uygun olan ya da onun için doğal sayılan her türlü faaliyet kastedilmektedir (Arslan, 2016 IV: 384). Daha geniş anlamda kastedilen ise şudur:

> Stoacılar için doğada bulunan canlı varlıkların kendi doğalarına veya Evrensel Doğa'ya uygun olan davranışlarının onların *uygun işleri*ni oluşturacağı, özel olarak insan söz konusu olduğunda ise bu iş veya işlevin kelimenin dar anlamında onun *ahlaki eylemi*ni ifade edeceği ve böylece onun ödevini oluşturacağı olacaktır. Böylece Stoacılara göre akıl sahibi olmayan hayvanlar için uygun işler, onların *içtepilerine uygun* faaliyetleri olacak, ancak insan hayvanlarla ortak olarak paylaştığı içtepi yanında akıl denen ayrı ve özel bir güce sahip olduğundan onun için uygun işler, onun *aklına uygun davranışları* veya *eylemleri* olacaktır. (Arslan, 2016 IV: 384)

Denilebilir ki uygun bir iş veya işlev yalnızca insanları değil; bitkilerin etkinliklerini (büyüme ve gelişme süreçleri gibi), akıl sahibi olmayan hayvanların içgüdüsel davranışlarını ve akıl sahibi insanın bilinçli eylemlerini de kapsamaktadır. Stoacılar işle ilgili şöyle bir ayrım da yaparlar: İnsana uygun iş (bazı Stoacılar'a göre mutlak ve şartlı), insana uygun olmayan iş, ne biri ne diğeri olan üçüncü türden bazı işler, yani ne uygun olan ne de aykırı olan işler (Arslan,

2016 IV: 385). Uygun işler (*kathekon*), doğaya ve akla uygun eylemlerdir. Örneğin, anne babaya saygı göstermek ve onurlandırmak, dostlarla iyi geçinmek gibi. Bunlar aklın olumlu gördüğü, yapmaya teşvik ettiği eylemlerdir. Uygun olmayan işler, doğaya ve akla aykırı eylemlerdir. Örneğin, kardeşlerle ilgilenmemek, ülkenin iyiliğine kayıtsız kalmak gibi. Bunlar aklın çirkin ve sakıncalı bulduğu eylemlerdir. Ne uygun ne de aykırı olan işler ise önemsiz gündelik işlerdir. Örneğin bir kalemi elinde tutmak, yerden bir dalı kaldırmak gibi. Bu tür eylemlere akıl olumlu ya da olumsuz bir yargı yüklemez başka bir deyişle bunlar, aklın ne yapılmasını önerdiği ne de yasakladığı işlerdir (Laertios, 2003: VII. 108-109). Sonuç olarak insanın, doğasına uygun hareket etmesinin 'iyi' olduğu açıktır. Bu hareket doğru şekilde gerçekleştiğinde iyi'nin görünür olacağı da açıktır. Örneğin erdemli olmak veya erdemli yaşamak her zaman uygun bir iş ve ödevdir; buna karşılık yürümek, tartışmak her zaman uygun bir iş değildir. Bu noktada uygun işle ve uygun olmayan işler ayrımından söz edebiliriz. Bu ayrım da doğru eylem, yanlış eylem ve ne doğru ne de yanlış eylem ayrımına götürür. Bu ayrımı söyle bahsedebiliriz:

> Doğru eylemler şunlardır: Davranışlarında akıllı, ölçülü, adil, güleryüzlü, nazik olmak, dikkatli bir şekilde dolaşmak ve doğru akılla uygun olarak yapılan her şey. Yanlış eylemler şunlardır: Akılsızca, ölçüsüzce, haksız davranmak, kederlenmek, korkmak, hırsızlık yapmak ve genel olarak doğru akla aykırı olan her şey. Ne doğru ne yanlış olan eylemler ise şunlardır: Konuşmak, soru sormak ve soruları cevaplandırmak, dolaşmak, şehirden ayrılmak ve benzerleri. (Long & Sedley 1987: 59M; bkz. Arslan, 2016 IV: 386)

Stoacılara göre eylemi yönlendiren üç temel işlevden bahsetmiştik. Ancak eylemin nitelik olarak 'iyi' olma durumunu belirlemek için insanın ahlaki gelişimini de ele almak gerekir. Stoacılar nezdinde bir eylemin gerçekten ahlaki olabilmesi, aşamalı bir süreci takip eder. Onlara göre bir eylemin gerçekten ahlaki olabilmesi, doğal içgüdülerden başlayarak tam anlamıyla akılsal ve doğayla uyumlu davranışlara doğru ilerleyen beş aşamalı bir süreç gerektirir. Stoacı ahlaki gelişim aşamaları şöyledir:

1. Doğal içtepilerle uyumlu davranma, onun gereğini yapma: İnsanın bir canlı olarak varlığını sürdürebilmesi için sahip olduğu doğal içgüdülere uygun davranmasıdır. Bu, doğayla uyumlu yaşamanın başlangıcıdır.

2. Doğasına uygun olanı seçme, aykırı olanı reddetme: İnsan kendi doğasına uygun olanı seçip ona aykırı olanı reddetmeye başlar. Burada bilinçli tercihlerin temeli atılır.

3. Uygun seçim yapma yetisinin ortaya çıkması: İnsan, kendisi için uygun olanı seçme ve uygun olmayanı reddetme becerisi geliştikçe veya kazandığında, bu seçimleri bilinçli bir biçimde yapmaya başlar.

4. Uygun seçimlerde süreklilik veya kararlılık kazanma: Uygun seçimlerde kararlılık ve tutarlılık kazandıkça kişi, istikrarlı bir şekilde ahlaki davranış sergilemeye başlar. Yani uygun seçimler ahlaki bir alışkanlığa döner.

5. Mükemmel, tam eylemler, erdemli eylemler aşaması: Bu, doğaya ve akla tam olarak uygun, gerçekten iyi ve doğru eylemlerin yapıldığı aşamadır. İşte bu noktada yapılan eylem, gerçekten 'iyi' olarak adlandırılabilir. Bu en üst düzeye ulaşan kişi, Stoacılara göre 'bilge'dir ve erdem, işte bu bilgenin sahip olduğu ahlaki mükemmelliktir (Arslan, 2016 IV: 391-392). Bu beş aşamalı gelişim modeli, Stoacı etiğin akıl ile doğa arasında kurduğu uyuma ne kadar önem verdiğini ortaya koymaktadır. Aynı zamanda bu model, insanın bir anda ahlaki mükemmelliğe ulaşamayacağını gösterdiği için gelişimin aşamalı doğasına vurgu yapan gerçekçi bir yaklaşım sunmaktadır.

Stoacıların, bir eylemi gerçekten ahlaki kılan unsurun ne olduğu ya da bir eylemin hangi aşamasında gerçekten iyi hâle geldiği sorusuna verdikleri yanıtlar, ahlak felsefesi açısından oldukça önemlidir. Bu konu, Immanuel Kant'ın 'ödeve uygun eylem' ile 'ödevden kaynaklanan eylem' arasında yaptığı ayrımı hatırlatmaktadır. Kant'ın yaklaşımını dikkate alarak karşılaştırma yapacak olursak. Kant'a göre ödevden kaynaklanan eylem, onun mutlak anlamda iyi bir niyete dayanmasıdır. Buna karşılık ödeve uygun eylem, ödeve uygun görünen ama farklı saiklerle yapılan eylemlerdir. Kant bu ayrımı, iyi ününü korumak için bir çocuğu kandırmayan bakkal örneğiyle açıklar. Örneğin, akıllı bir bakkal, itibarına zarar vermemek için çocukları kandırmazsa, bu davranış dışarıdan bakıldığında ödeve uygun görünse de gerçek anlamda ahlaki değildir. Çünkü bakkalın amacı doğruluk değil, çıkarını korumaktır. Öyle ki bakkalın bu davranışı ödevden kaynaklanmamış sadece ödeve uygun görünen bir eylemdir (Kant, 2009: I. 9) Stoacılar açısından ahlaki eylem, bilgiye, bilinçliliğe ve bilgelikten kaynaklanan bir değerlendirmeye dayandığı takdirde gerçek anlamda ahlaki olabilir. İçgüdüsel veya duygusal temellere dayanan ve bilgiye dayanmayan bir eylem, sonuçları iyi dahi olsa Stoacılar tarafından mutlak ahlaki bir eylem olarak kabul edilmez. Bu farklılığın kökeninde Kant'ın iyi eylemi 'iyi niyet' kavramı üzerine inşa etmesine karşın, Stoacıların ahlaki eylemi Sokrates'in bilgi ve

eylem arasındaki sıkı ilişkisinden hareketle tanımlamaları yatmaktadır. Bu bağlamda Stoacılar, Sokrates'in izinden giderek etik alanında entelektüalist bir yaklaşımı benimsemektedirler. Ancak onlar, bu konuda Sokrates'ten daha ileri bir noktaya ulaşırlar. Bilindiği gibi Sokrates'e göre kimse bilerek kötülük yapmaz ve iyinin bilgisi zorunlu olarak iyi eylemi arkasından sürükler. Stoacılar bu görüşe katılmakla birlikte, ona şu önemli tezi eklerler: Bilgiye dayanmayan, bilgelikten kaynaklanmayan bir eylem, görünüşte iyi veya sonuçları itibariyle olumlu olsa bile 'gerçekte iyi' diye nitelenemez. Çünkü tam anlamıyla erdemli veya mükemmel bir eylem özelliği taşımaz (Arslan, 2016 IV: 393). "…Stoacılar bilgeliğe sahip insanın erdemli olacğını ve böylece mutluluğa erişeceğini öne sürerek ahlaklı olmayı araç konumuna yerleştirmişler ve mutluluğu nihai hedef olarak algılamalarına rağmen Kant ancak ve ancak yasadan, evrensel ahlak yasasından kaynaklanan eylemin ahlaki olabileceğini öne sürmüş ve ahlaki eylemde bulunmayı araç olarak görmemiştir" (Öztürk, 2018: 23). Denilebilir ki Kant nazarında, ahlaki eylemde bulunmak mutluluğa ulaşmanın bir aracı değildir.

Kant ile Stoacılar arasındaki temel ahlaki farklardan biri de, ahlaki eylemin kaynağına ilişkin yaklaşımlarında görülür. Kant'a göre bir eylemi ahlaki yapan şey, eylemin kendisinden değil, bu eylemin gerçekleştirilmesinde öznenin hareket ettiği 'iyi niyet'ten kaynaklanır. Kant'ın deyişiyle, sonuçları ne olursa olsun iyi niyetten kaynaklanan bir eylem gerçekten ahlaki bir değere sahiptir. Bu yaklaşım, vicdan, görev bilinci ve içsel ahlaki yasa gibi öznedeki içsel itkileri de ön plana çıkarır (Kant, 2009: I. 10-11). Çünkü önemli olan her eylemin mutluluk getirme zorunluluğu olmamasıdır aksine kayda değer olan şey kişinin evrensel ahlak yasasının kategorik buyruklarına göre hareket etmesidir (Öztürk, 2018: 24). "Fakat Stoacıların bir eylemin sadece sonuçları bakımından değil başlangıç noktasından itibaren iyi bir şey olmasından kastettikleri şey bundan oldukça farklı bir şeydir" (Arslan, 2016 VI: 392). Bu fark, Cicero'nun bilgiyle, bilinçle ve bilgelikle yapılan bir eylem ile yalnızca içgüdüye veya duygulara dayanarak yapılan eylem arasındaki ayrımı vurgulamasında net şekilde ortaya çıkar ve bu Kant için de aynıdır. Stoacılara göre, bir eylem doğru görünse bile, eğer akla ve bilgelik bilgisine dayanmıyorsa, ahlaki olarak değerli sayılamaz (Arslan, 2016 VI: 392-393).

Stoacılar 'iyi'yi ahlaki eylemin bir niteliği ve hatta sonucu olarak ele alırken 'iyi'nin gerçekleşmesi ve sürdürülebilmesi içinde tutkular, arzular ve duyguları da incelerler. Onlar, duygu, arzu ve tutkulara ilişkin yaklaşımlarında Platon ve Aristoteles'ten ayrılmakta, hatta

onlara açıkça karşıt bir tutum benimsemektedirler. Bu filozoflardan farklı olarak Stoacılar, tüm tutkuları ve duygusal durumları aklın kendisinden türetmeye çalışırlar. Onlara göre tutkular, özleri itibarıyla yanlış yargılardan ibarettir. Bu yaklaşım, özellikle Platon'un ruh anlayışına karşıttır. Platon, ruhu üç parçalı bir yapı olarak tasarlar: akıl, öfke ve arzu. Ona göre tutkular, ruhun akıl dışı öfkeli ve arzulayıcı yanlarının, akıllı kısmın denetiminden çıkıp ona hâkim olmasıyla ortaya çıkar (Platon, *Pol*. IV. 436a, 441c). Stoacılar ise bu görüşü reddederek, şehvet, öfke, korku gibi tutku veya duygulanımları, ruhun farklı parçalarının çatışmasının sonucu olarak değil; yanlış, bozuk ya da sağlıksız yargıların birer dışavurumu olarak değerlendirirler. Bu bağlamda tutku, rasyonel yapıya sahip olan insan aklının doğru değil, hatalı bir biçimde işlemesinin ürünüdür. Zenon ve Khrysippos tarafından geliştirilen bu görüş, Stoacı psikolojinin temel taşlarından birini oluşturur. Bununla birlikte, bu öğretinin Stoacılık içinde dahi tartışmaya açık olduğu görülür. Nitekim Poseidonios; Zenon ve Khrysippos'un bu yaklaşımını reddederek, ruh konusunda yeniden Platoncu modele yönelmiştir. Tutkular, aklın değil, ruhun akıldışı kısımlarının ürünüdür ve bu nedenle, onların doğasını açıklamak için ruhun parçalı yapısını kabul etmek gereklidir.

Stoacı düşüncede tutkuların doğası ve kökenine ilişkin açıklamalar da yer alır. Stoacılara göre tutkular, özünde yanlış değerlendirme yargılarından ibarettir. Ancak bu açıklama, Stoacı sistemin başka bir temel ilkesiyle, insanın bütünüyle akılsal bir varlık olduğu görüşüyle bir çelişki doğurur. Zira eğer insan doğası gereği tümüyle akılsal bir varlıksa, nasıl olur da akla ve doğaya aykırı yanlış yargılar üretebilir? Başka bir deyişle, doğası gereği akıl ve doğa ile özdeşleştirilen bir yeti olan insan aklı, nasıl olur da bu özüne aykırı düşen hatalı değerlendirmelere yol açar? İşte Poseidonios'un Stoacı filozof Khrysippos'un tutkuları salt yanlış düşünceler olarak açıklayan öğretisine tam da bu noktada itiraz ettiği anlaşılmaktadır. Bu itirazı temel alarak Poseidonios'un, tutkuların açıklanmasında yeniden Platoncu modele yöneldiği görülür (Arslan, 2016 IV: 398). Genel olarak Stoacı düşüncede tutkular ile normal duygular ya da heyecanlar arasında yapısal veya özsel bir fark bulunmaz. Bu nedenle insan varlığındaki duygusal çatışmaları, ruhta birbirine karşıt iki ilkenin yani akılla, akıldışının mücadelesi olarak yorumlamak zorunlu değildir. Bu bakış açısına göre, tutkular doğrudan akıldışı değil, aksine normal duyguların ölçüsüz, aşırı ya da bozulmuş biçimleridir. Örneğin Stoacı filozof Khrysippos'a göre tutkular, akıl dışı değildir, bir tür akla itaatsizliktir. Ona göre

aklın doğal ve sağlıklı işleyişi doğru yargılara, bu yargılar da dengeli ve uygun duygulara yol açar. Buna karşılık tutkular, aklın yanlış yargılarından, zayıf doğrulardan ya da sağlam temellere dayanmayan kanaatlerden doğan sağlıksız duygusal tepkilerdir (Arslan, 2016 IV: 396).

Sokrates'in ahlak anlayışında insanın içinde ne olduğu belirsiz akıldışı güçlerle girişilecek zorlu ve kaotik bir çatışmadan söz edilmez. Aksine, onun düşüncesinde aklın eğitilmesi ve geliştirilmesi yoluyla tutkuların kontrol altına alınması ve olumlu biçimde yönlendirilmesi mümkün görülür. Bu bağlamda Stoacıların tutkular üzerine geliştirdikleri kuramın da ahlak felsefesi açısından monist ve entelektüalist bir yaklaşımın bazı iyi yanlarını taşıdığı görülebilir. Böyle bir kuram, teorik açıdan başarılıdır çünkü insan ruhunu parçalı ya da çatışmalı bir yapı olarak değil, bütünsel bir varlık olarak ele alır. Ruhun birbirine düşman ya da karşıt güçlerin savaş alanı olduğu fikrini reddeder. Bunun yerine, doğal ve sağlıklı duygularla aşırı ve bozulmuş tutkular arasında niteliksel değil, derecesel bir fark olduğunu savunur. Böylece tüm insan davranışlarını tek bir temel ilkeye dayandırarak açıklama imkânı verir. Bu yaklaşım, ahlak uygulamaları açısından da işlevseldir. Çünkü tutkuları ya da sağlıksız duygulanımları, yargı yanlışına indirgemektedir. Bu durum, söz konusu duyguların düzeltilmesinin ya da iyileştirilmesinin yollarını göstermek açısından pratik bir imkân sunar (Arslan, 2016 IV: 396-397). "Stoacıların iyi ve kötü duyguların, heyecanların ve tutkuların kaynağı olarak doğru veya yanlış yargıları görmeleri, onların son derece hayati önem taşıyan temel, pratik bir tezlerinin teorik kaynağını oluşturmaktadır" (Arslan, 2016 IV: 399). Bu anlayış, Stoacılığın özünü oluşturan şu temel teze dayanır: İyi ve kötü şeyler, mutluluk ve mutsuzluk, özleri itibariyle dışsal nesnelerde değil, bizzat bizim içimizdedir; daha doğrusu, yalnızca bize bağlı olan doğru ya da yanlış yargıların sonucudur. Bu temel görüş, özellikle geç dönem Stoacıları olan Epiktetos ve Marcus Aurelius'un eserlerinde dile getirilmiştir (Arslan, 2016 IV: 399). Örneğin Epiktetos bu durumu şu sözlerle açıkça ifade eder: "İnsanları rahatsız eden şeyler değil, o şeylerle ilgili fikirleridir" (Epiktetos, *Enkh.* V). Bu yaklaşım, yalnızca teorik bir argüman değil, aynı zamanda bireyin ahlaki gelişimini ve ruhsal özgürlüğünü mümkün kılan bir yaşam pratiğidir. Çünkü kişi, dışsal olayları değil ama kendi yargılarını kontrol edebilir; dolayısıyla da mutluluğunu ve ahlaki bütünlüğünü teminat altına alabilir.

Stoacıların erdem hakkındaki düşüncelerinde yine Sokrates'in etkisi bulunur. Bilhassa erdemi Sokrates gibi bilgiye indirgerler. Öyle ki Sokrates de olduğu gibi onlara göre de kötülük ya da erdemsizlik, esasen bir tür cehaletten veya bilgisizlikten kaynaklanır. Bu görüş, yine Sokrates'in izinden gidilerek erdemin öğrenilebilir olduğu fikrini doğurur. Erken dönem Stoacıları için şu görüşü benimsemese de genel olarak Stoacılar için bilgi, Platon ve Aristoteles'te olduğu gibi teorik bir üstünlük anlamına gelmez; daha çok, pratiğe yön veren bir araç niteliğindedir (Arslan, 2016 IV: 399-400). "O halde Stoacı ilkelere göre erdem, teori ile uygulamanın, bilgi ile pratiğin elele vermesi sonucu ortaya çıkar ve entelektüel bilgiye dayanan eylem olarak tanımlanır" (Arslan, 2016 IV: 400). Bu anlamda erdem, yalnızca neyin doğru olduğunu bilmek değil, aynı zamanda bu doğruyu eylemde gerçekleştirmektir.

Stoacıların ahlak anlayışı, Sokrates'in hümanist etik görüşünden önemli bir noktada ayrılmaktadır. Bu ayrım, özellikle onların insanları kategorik olarak 'bilgeler' ve 'bilgisizler' ya da 'erdemli olmaları mümkün olan seçkin bir azınlık' ile 'erdemli olmaları mümkün olmayan büyük çoğunluk' şeklinde ayırmalarında kendini gösterir. Bu anlayış, Sokrates'in insan doğasına dair sahip olduğu genel iyimserliğe, yani her insanın doğru yöntemle yönlendirildiğinde iyinin, erdemin ve mutluluğun bilgisine ulaşabileceğine olan inancına ters düşmektedir. Stoacıların bilgeler veya filozoflar veya uzmanlarla bilgisizler olarak yaptığı bu kategorik ayrımdaki yaklaşımları Platon'un bilgi ve erdem anlayışındaki seçkinciliğe daha yakındır. Nitekim Sokrates'i bir 'hümanist' olarak değerlendiren bazı düşünürler, Platon'un onun öğrencisi olmasına rağmen insan anlayışında (seçkinci anlayış) farklı bir yöne saparak, hocasının düşüncelerini çarpıttığını ve ona sadık kalmadığını öne sürmüşlerdir. Yani Platon'un, Sokrates'in insan hakkındaki görüşünü tahrif ettiğini ve bu yüzden onun Sokrates'e ihanet ettiğini değerlendirmişlerdir. Ama her ne olursa olsun Stoacı ahlakta, Sokrates'in hümanist anlayışında rastlanmayan bir sertlik ve seçkincilik bulunduğu açıktır (Arslan, 2016 IV: 394). Bu seçkincilik ilerde de ele alacağımız üzere özellikle ilk dönem Stoacılarında daha sert bir tutum olarak karşımıza çıkar. Bu seçkincilik, bilgeliğe ulaşan kişinin mutlu ve erdemli olabileceğini savunarak ahlaki iyiliği geniş kitlelerin erişemeyeceği bir konuma yerleştirmiştir. Ama sonraki dönemlerde bu yaklaşım daha ılımlı bir hale gelmiştir.

> İlkçağ felsefesinde erdemle bilgi arasında zorunlu ve sarsılmaz ilişki vardır. Erdem bilgiye, erdemsizlik bilgisizliğe indirgenir. Hiç kimsenin bilerek kötülük yapmayacağını ileri süren Sokrates'in ahlaki eylemde iradenin veya arzunun rolünü göz önüne almayan bir tutum

> içinde olduğunu görmüştük. Stoacılar da aynı düşünceyi devam ettirir. Onlara göre ahlakla veya iyi ile ilgili bilginin arzu veya iradeden önce geldiğini veya bunun tersine iradenin bilgiyi bir yardımcı olarak kullandığını, ondan yararlandığını düşünmek doğru değildir. Tersine ahlaki eylemde, bilgi ve irade birbirlerinden ayrılmaz bir bütün olarak karşımıza çıkmakla kalmaz, onlar bunun da ötesinde aslında bir ve aynı şeydirler (Arslan, 2016 IV: 400).

Sonuç olarak bilgi ve iradenin eylemde kendini göstermesiyle 'iyi' görünür olur. Stoacılara göre 'iyi', insanda akla tekabül ederken, insan yaşamında erdeme karşılık gelir. Felsefe tarihinde sıkça dile getirilen 'insanın nihai amacının mutluluk olduğu' düşüncesi, Stoacılara göre ancak erdem aracılığıyla gerçekleşebilir. Mutluluk, ruhun erdeme uygun etkinliğidir. Mutluluk doğaya uygun davranıştır ancak bu davranışın temelinde bulunan, onu meydana getiren şey de 'erdem'dir. Aristoteles erdemin kendisi ve erdemi meydana getiren şeyler ayrımını yapar. Ona göre, erdem hem bir *kişilik niteliği* hem de bu niteliği oluşturan *alışkanlıklar* ve *doğru seçimler*dir. İyi şeyler; pratik bilgelik, adalet, cesaret, ölçülülük gibi erdemlerdir. Kötü şeyler; akılsızlık, adaletsizlik gibi şeylerdir. Ne iyi ne de kötü olan şeyler ise ahlaki anlamda ilgisiz şeyler olarak da karşımıza çıkmaktadır ve sağlık, haz, güzellik, güç, zenginlik, ün, soylu doğum bunların karısında yer alan ölüm, hastalık, acı, çirkinlik, güçsüzlük, yoksulluk, kötü ün, soylu olmama bulunur. Tüm bunlar kendileri bakımından iyi olmadıkları ama seçilmeye değer şeylerdir ancak ahlaki bakımdan ilgisiz de şeylerdir (Laertios, 2003: VII. 202). İlgisiz şeyler; seçilmeye değer olan ve seçilmeye değer olmayan şeyler olarak ayrılır. Sağlık, zenginlik, iyi ün mutluluğumuz bakımından 'ilgisiz' yani onu meydana getirme bakımından 'önemsiz' şeylerdirler. Bununla birlikte 'doğaya uygun' şeylerdir, 'doğaya uygun ilk şeylerdir'. Seçilebilir, tercih edilebilirdirler, doğal olarak kendilerine çekme özelliği vardır. Sağlık, zenginlik, iyi ün gibi şeyleri iyi olarak nitelendirmeme konusunda Stoacılar, Aristoteles'ten daha ileri giderek bunları kesinlikle iyi ve değerli şeyler olarak nitelemezler (Arslan, 2016 IV: 378-379). Bunun anlamı şudur; insan bütün bunlara sahip olmasa bile mutlu olma imkânı vardır. Çünkü erdemli olan insan kendindeki iyi'ye, yani akla göre hareket ederse ve bu doğrultuda yaşamını ahlaki doğruları gözeterek sürdürürse erdemli yaşam ideali için önemli adımlar atmış demektir. Erdemli yaşamın temeli 'doğaya uygun' yaşam ilkesinde yatar. Bu yüzden insan doğaya uygun yaşarsa iyi yaşamın kapısını açar. Çünkü doğaya uygun yaşamak hem insanın kendi doğasını hem de içinde insanın yaşadığı mekân olan doğaya uygun hareket etmesidir. İyi'nin doğası; insanın doğasına yani akla uygun davranmasına, doğaya uygun yaşamasına, gerçekten iyi olan erdemlerin gözetilerek yaşanmasına dayanır ancak bunun

yanında iyi'nin içsel olma yönü de göz ardı edilmemelidir. Yani iyi, bireyin içsel tutumuyla; olaylara karşı geliştirdiği tavır, düşünce biçimi, seçimleri, içsel özerkliği ve ruhsal özgürlüğüyle yakından ilişkilidir. Yine iyi öznel ya da duruma göre değişen bir şey değildir. Aksine, tüm insanlar için aynı olan, evrensel bir ilkedir. Gerçekten iyi olan şey (erdem) her zaman, her yerde iyidir. Bu yönüyle Stoacılık, ahlaki göreliliğe karşı çıkar. Sonuç olarak Stoacılıkta iyi, insanın doğasına uygun olarak, aklını rehber edinerek, tutkuların kölesi olmadan, erdemli bir yaşam sürmesiyle ortaya çıkar. Bu anlamda 'iyi', sadece etik bir değer değil, insanın kendi varoluşunu gerçekleştirmesinin ve yaşamına yön vermesinin temel taşıdır.

1.2. Stoa Felsefesinde Varoluşsal Bir Problem Olarak İyi Yaşam

Stoa felsefesinde iyi yaşam, insanın varoluşunu anlamlandırma çabasının merkezinde yer alır. Bu arayış, bireyin yalnızca dış koşullara değil, öncelikle kendi iç dünyasına yönelmesiyle başlar. Kendi bedenini, ruhunu ve zihinsel yönünü tanıma ve bu üçlü yapı arasında denge kurma çabası, iyi yaşama ulaşmanın temel adımlarından biri olarak görülür. Bu yaklaşım, Antik Yunan düşüncesinde özellikle 'kendini tanı' düsturuyla ön plana çıkan etik bir sorumluluğun Stoacı yorumu gibidir. Stoacılara göre insan, doğanın bir parçası olarak kendi doğasına uygun yaşamalıdır; bu da bireyin evrensel düzene uyum sağlayarak akla uygun tercihlerde bulunmasını gerektirir. Bu nedenle iyi yaşam, sadece haz odaklı ya da dışsal başarılarla tanımlanmaz; asıl olarak içsel tutarlılık, erdemli eylemler ve ruhsal dinginlik yoluyla kazanılır. Dolayısıyla Stoacılıkta iyi yaşam, varoluşun rastgeleliğine karşı bir yön bulma biçimi, insanın kendisini doğayla ve akılla uyum içinde inşa etme gayretidir. Bu nedenle Stoacı düşüncede iyi yaşam, yalnızca bireysel bir iç huzur meselesi değil, aynı zamanda yaşamın anlamını keşfetmeye yönelik varoluşsal bir yöneliş olarak da kendini gösterir.

Stoa felsefesinde 'iyi' niteliğinin varlığının her anlamda görülebilir olduğu açıktır. İyi yaşam düşünüldüğünde de bu tür bir yaşamın var olabileceği açıktır. Çünkü Stoa felsefesi sadece teorik bir felsefe sunmaz, aynı zamanda bireyin yaşamda yönünü bulmasını, anlam arayışını ve içsel bütünlüğünü sağlaması açısından da bilhassa ahlaki bir sistemle pratik bir felsefe ortaya koymaktadır. Bu anlamda Stoa felsefesi varoluşsal da bir felsefedir her ne kadar belirli bir dönem olarak akla Fransız ekolü gelse de. 'Varoluşsal' kavramı şu anlama gelir:

> "VAROLUŞSAL [İng. existential; Fr. existetiel; Alm. existential]: Gerçekliğe ve şimdinin çeşitli boyutlarına ilişkin canlı tecrübeye; kişinin, varolduğunu ve kişiliğini, eyleme ve sorumlulukla seçme sürecinde yaratan ve ifade eden özgür bir varlık olduğunu fark etme

haline; insanın kendisini yaşama, yaşamın gereklerine ve sorumluluklarına kaptırma durumuna işaret eden sıfat. İnsanın varoluşuyla, insanın bu dünyada kendisini yaratma, özünü belirleme süreciyle ilgili olma durumunu ortaya koyan deyim" (Cevizci, 2005: 1698-1699).

Bu doğrultuda 'iyi'nin anlamını varoluşsal bir problem olarak değerlendirirken temel bazı felsefi yönelimlere de dikkat etmek gerekir. Bunlardan biri iyi'nin doğası ve yaşamın anlamı ilişkisinde insanın doğası ile evrensel doğa arasında kurulması gereken uyumun bireyin yaşantısında nasıl mümkün olacağıdır. Bu noktada Stoacılığın bilindik doğaya uygun yaşam idealinin gerçekten bireysel bir 'iyi yaşam' hissi yaratıp yaratmadığı önemlidir. Son kertede Stoa düşüncesini derinlemesine araştırdığımızda saptadığımız şu varoluşsal sorulara cevap aranabilir:

- Varoluşun anlamı nedir?
- Neden bu dünyada bulunuyoruz?
- Hepimizin gerçekleştirmemiz gereken kendimize özgü birer amacı var mı?
- Kendimizi tanımayı ve yaratıcı potansiyelimizi gerçekleştirmeyi nasıl başarabiliriz?
- Bizler içgüdülerimiz ve eğilimimizin birer oyuncağı mıyız, yoksa gerçek bir özgürlüğe sahip miyiz? Eğer sahipsek ondan nasıl yararlanabiliriz?
- Tamamlamamız gereken birer yazgımız var mı?
- Başımıza gelen olaylar yalnızca rastlantının eseri mi, yoksa bunlar daha başka bir anlam mı taşıyorlar?
- Ruhumuzu nasıl beslemeliyiz ve adına insan denen bu düzeneğin uyum içinde bulunmasını nasıl sağlayabiliriz?
- Vücudumuzun ve ruhumuzun isteklerini nasıl birbiriyle uyumlu hale getirebiliriz?
- Ruhumuz da bedenimizle birlikte yok oluyor mu? Daha sonra başka bir boyutta yaşamayı sürdürüyor mu ya da başka bir bedene giriyor mu?
- Yaşamımızı hangi temeller üzerine kurmalıyız?
- İyi nedir? Kime göre iyi, neye göre iyi? İyinin bir ölçütü, bir standardı var mıdır?
- 'Yaşam' insan için ne ifade etmektedir? Nefes almak mı, kalbin atması mı, yoksa herhangi bir şekilde varlığın biyolojik canlılığını devam ettirmesi mi?
- Yaşamda nasıl mutlu ve başarılı olabiliriz? Yaşamda eylem ve söylemlerde sürekliliği nasıl sağlarız?
- Hangi yaşam şekli doğrudur?

- Korkudan sevgiye nasıl geçeriz ve dünyanın değişmesine nasıl katkıda bulunabiliriz?
- Gerçek ve kalıcı bir mutluluğa ulaşmamız mümkün müdür?
- İnsanın kendi bireyselliğini aşarak doğayla özdeşleşmesi, anlamlı bir yaşam için yeterli midir?

Bu sorular etrafında önce ilk dönem Stoacılarının (Zenon, Kleanthes, Khrysippos), sonra orta dönem Stoacılarının (Panaitios, Poseidonios) ve daha sonra son dönem Stoacılarının (Musonius Rufus, Epiktetos, Marcus Aurelius) iyi yaşam düşünceleri sırasıyla incelenecektir.

1.3. İlk Dönem Stoa Felsefesinde İyi Yaşam

1.3.1. Zenon'da İyi Yaşam Fikri

Zenon ilk dönem Stoa felsefesi düşünürlerinden biridir. M. Ö. 334-333 veya 332'de Kıbrıs'ta, deniz kıyısında bir kent olan Kition'da dünyaya gelmiştir. Bu nedenle Kitionlu Zenon olarak da anılmaktadır. Ölüm tarihinin M.Ö. 262 yılı olduğu yaygın olarak kabul edilmektedir. 30'lu yaşlarında Kinik Krates'in öğrencisi olduğundan dolayı düşüncelerinde Kinik etkiler bulunur. Zenon'un yazılı hiçbir eseri günümüze ulaşmamıştır. Onun hakkındaki bilgileri kendinden sonraki düşünürlerin bahsettikleri kadarıyla onların eserlerinden öğrenmekteyiz.[2] Zenon Atina'da şehrin merkezine Stoa okulunu kurmuştur. Bu okulun ne zaman kurulduğu tam belli değildir. Okulun görüşlerini benimseyenlere de Stoacılar denilmektedir. Okulun kurulmasında birçok filozofun ve onların düşünce dünyalarının etkisi vardır. Örneğin Sokrates'in hem kişiliğinin hem de mutlu ve iyi hayat hakkındaki düşüncelerinin etkisi olmuştur. Yine 'evliliğin reddi, gerçek insani topluluğun ancak iyi ve erdemli insanlardan meydana gelen bir topluluk ile olabileceği' düşüncesinin benimsenmesinde Sokratesçi bir okul olan Kinik okulun bir etkisi vardır. Ayrıca bilgeler arasında kadınların ortak olması gerektiği ve herkesin herhangi bir kadınla birlikte olabileceği düşüncesinin kabulünde de (böyle bir durum bütün erkekleri, bütün çocukları sanki onların babalarıymış gibi sevmeye yönlendirecektir ve bu sayede zinanın yarattığı kıskançlığı da ortadan kaldırabilecektir) Kinik Diogenes'in ve Platon'un etkisi söz konusudur (Laertios, 2021: VII. 131; bkz. Çevik, 2021: 12). Ancak Zenon'a göre Kinikler fazla radikaldi (Kıymaz, 2022: 15). Bu yüzden Kinik felsefenin nefse hâkim olma, dış dünyaya kayıtsız kalma ve bireysel özgürlük çağrısında bulunan

[2] Bu eserleri tarayarak Zenon'a atfedilen kısımların derlemesini yapan ve tercüme eden C. Cengiz Çevik'in *Stoa Felsefesinin Kuruluş Fragmanları* çalışması Zenon'un düşüncelerinin genel olarak anlaşılması açısından Türkçede referans bir kaynaktır.

görüşlerini yumuşatarak başka okulların görüşleriyle bütünleştirmeye çalışmıştır. Örneğin *uygun yaşama* fikrini ölçülü ve toplumcu bir tarzda anlamak gerektiği savunmuştur (Arslan, 2016 IV: 188-189).

Zenon ileri sürdüğü argümanlar ve yaptığı ayrımlar ile hem kendinden sonraki Stoacılara etki etmiş hem de karşıt bir düşüncenin ortaya çıkması için gerekli zeminin oluşmasına katkı sağlamıştır. Onun iyi yaşam hakkındaki düşünceleri 'Tanrının varlığı problemi, insanın ereğinin ne olduğu meselesi, 'uygun yaşama' ideali, erdemin kendisi ve erdemi meydana getiren şeyler problemi, yükümlülüklerin keşfi ve denge (tutkuların dengesi), temel erdemler ile erdemlerin birliği ve tekliği meselesi, erdem-mutluluk ilişkisi, erdemin öğretilebilirliği mevzusu, erdemli insan-budala insan ayrımının nedeni ve erdemli insan ile budala insanın sahip olduğu özellikler' gibi konuları ve problemleri kapsamaktadır. Biz de bu bölümde bu konular üzerine Zenon'un neler söylediğini ele alarak onun iyi yaşam düşüncesini ortaya koymaya çalışacağız.

İlk olarak 'Tanrının varlığı problemine' bakıldığında bu evren, insan varlığının yaşamını sürdürmesi için gerekli olan şeylere sahip mükemmelliktedir. Bu mükemmelliğin dayanağı 'evrenin tanrısal olduğu yani Tanrının izini taşıdığı düşüncesi'dir ki bu Stoacıların en bilindik düşüncelerinden biridir. Evrendeki işleyiş düzenlilik esasına göre gerçekleşir ve bunu sağlayan Tanrı'dır. "Evrendeki düzenin başka türlü yönetilmesi daha iyi olsaydı, tanrısal öngörü o sistemi tercih ederdi, keza Tanrı'yı engelleyebilecek hiçbir şey ortaya çıkmazdı" (Çevik, 2021a: D63). Evrende biri etken diğeri edilgen olmak üzere iki ilke vardır. Edilgen ilke tözdür, maddedir, etken ilke ise tözün içindeki akıl yani Tanrıdır. Tanrı ebedidir, her şeyi tüm kapsam içinde yaratmıştır (Laertios, 1925: VII. 134). Töz var olan her şeyin ilk maddesidir. O ne büyür ne de küçülür, parçaları hep aynı kalmaz, dağılır ve tekrar bir araya gelir. Her şeyde bulunan akıl bu şekilde işler ve bazıları menideki tohummuş gibi onu kader olarak tanımlar (Çevik, 2021b: D32a). Zenon için "Kader varlıkların birbirine bağlı nedenidir ya da dünyayı yöneten akıldır" (Laertios, 2003: VII. 149; bkz. Çevik, 2021b: D103).

Anlaşıldığı üzere Zenon Tanrının varlığını kabul etmektedir ve o bunu şu şekilde argüme etmektedir: "Tanrılara saygı göstermemiz gerektiği fikri, makul bir fikirdir. Öte yandan var olmayan bir şeye saygı göstermemiz gerektiğini söylemek makul değildir. O halde tanrılar vardır" (Empiricus, 1961: 133). Bu argüman birçok insan tarafından kabul görmemiştir.

Zenon'un bu akıl yürütmesine karşı çıkan bazılarının olduğunu ve onun bu düşüncesini bir nevi gülünçleştirmeye çalıştıklarını ve karşı-kanıt ileri sürdüklerini iddia eden kimselerin fikrini Empiricus şöyle bir argüman ile de aktarır: "Bilge insanlara saygı göstermemiz gerektiği fikri, makul bir fikirdir. Öte yandan var olmayan kimselere saygı göstermemiz gerektiğini söylemek makul değildir. O halde bilge insanlar vardır" (Empiricus, 1961: 133). Zenon'un argümanına karşı yapılan itirazın haklı bir itiraz olduğu söylenemez. Çünkü Zenon'un argümanının ikinci bir öncülü daha vardır. "Doğası var olmasını gerektirmeyen veya doğası var olmak olmayan bir varlığa saygı göstermemiz gerektiğini söylemek makul değildir" şeklindeki bu öncül Tanrının varlığı ile bilgenin varlığını birbirinden farklı biçimde değerlendirmemiz gerektiğini itiraf eder (Arslan, 2016 IV: 356).

Zenon'un cevabını aradığı sorulardan biri de 'İnsanın ereği nedir?' sorusudur. İnsanın ereği Zenon'a göre 'uygun yaşamak', 'erdeme göre yaşamak'tır (Laertios, 2021: VI. 87). Zenon'dan sonra gelen Stoacılar 'uygun yaşama' söyleminde nesne eksikliği olduğunu söyleyerek bu ifadeyi 'doğaya uygun yaşamak' şeklinde genişletmiş ve insanın ereğine dair yeni bir belirlenimde bulunmuşlardır. Öyle ki 'doğaya' ifadesini ilk ekleyen Kleanthes olmuştur (Stobaios, *Ecl*. II. 6a). Peki, uygun yaşama fikri nasıl gerçekleşir, bu çerçevede erdemlerin rolü nedir?

> Bütün erdemlerin ereği doğayı izleyecek şekilde yaşamaktır. Onların her biri insanın bunu gerçekleştirmesini kendine özgü olan yolla sağlar. Çünkü [bütün insanlar] doğaya karşı yükümlü oldukları şeyi keşfetmek, dürtülerini dengelemek, dayanıklı olmak ve [uygun] dağıtmak eğilimindedir. [Bunlarla] <uyumlu> ve kendine göre olanı yapan her erdem, insanın doğayı izleyecek şekilde yaşamasını sağlar. (Stobaios, *Ecl*. II. 5b3)

Ayrıca insan varlık yapısında beslenme, büyüme, izlenim ve içtepinin yanı sıra onama ve reddetme özelliği bulunur bu durum aynı zamanda insanın yükümlülüğüne işaret eder. O halde yükümlülük[3] nedir? "Yükümlülük doğanın yerleşik düzenine kendinde uygun olan etkinliktir" (Laertios, 2021: VII. 108). Peki, yükümlülüklerin keşfi nasıl olacaktır, insan bunu nasıl bilecektir? Aslında bu mesele için yukarıda değindiğimiz yükümlülük tanımından hareketle insan, doğasında yerleşik olan onama ve reddetme özelliğine uygun olan bilhassa doğaya da uygun olan etkinlikte bulunarak yükümlülüklerinin farkındalığını ortaya koymaya çalışmalıdır. Dürtüye dayanan etkinliklerin bazıları yükümlülüktür, bazıları yükümlülüğe

[3] "Bir şeylere ulaşmaktan türetilmiş yükümlülüğü ilk kullanan Zenon'dur" (Laertios, 2021: VII. 108).

uymaz bazıları da ne yükümlülüktür ne de yükümlülüğe uymayandır (Laertios, 2021: VII. 108). Bu konuda Laertios daha geniş açıklamalarda bulunur. Yükümlülükler aklın yapılmasını buyurduğu şeylerdir örneğin, anneyi, babayı kardeşleri ve vatanı onurlandırmak yine dostlarla birlikte yaşamak bu türdendir. Yükümlülüğe aykırı olanlar, aklın yapılmamasını buyurduğu şeylerdir örneğin, anne ve babaya karşı hürmetsizlik etmek, kardeşlere ilgisiz olmak, vatanı küçümsemek ve dostlarla geçimsiz olmak bu türdendir. Bazıları ise ne yükümlülüktür ne de ona aykırıdır, aklın yapılmasını veya yapılmamasını buyurmadığı şeylerdir örneğin, bir parça odun kaldırmak, kalem veya törpü tutmak vb. şeyler bu türdendir. Bazı yükümlülükler koşulsuzdur, sağlık ve duyu organlarıyla ilgilenmek gibi bazı yükümlülükler koşulludur, kendini sakatlamak ve malını mülkünü dağıtmak gibi ayrıca yükümlülüğe aykırı olanlar da bununla benzerdir. Yükümlülüklerden bazısı daimidir, erdeme göre yaşamak gibi bazısı daimi değildir soru sormak, cevap vermek, yürüyerek felsefe konuşmak gibi yükümlülüğe aykırı olanlarda bununla aynıdır (Laertios, 2021: VII. 108-109). Yükümlülük ile ilişkilendirebileceğimiz bir kavram olarak tutkular, uygun olmayan yaşamın önüne geçilmesi için hâkim olunması ve dengede tutulması gerekenlerdir. "Zenon'a göre tutku ruhun akıldışı ve doğal olmayan hareketidir ya da aşırı bir dürtüdür" (Laertios, 2021: VII. 110). Dört cins tutku vardır: acı, korku, arzu, haz (Laertios, 2021: VII. 110). Aşırılıklar olarak bildiğimiz bu tutkulara karşın ruhun dengesi, sürekli akla göre uygun yaşamakta bulunur. Bu da uygun yaşam için gerekli olan altyapının kurulması demektir.

Zenon'a göre akılla çatışan yaşam mutsuzlukla yüklüdür (Stobaios, *Ecl*. II. 6a). Hâlbuki mutlu olmak insanın ereğidir ve her şey mutluluk idealine ulaşmak adına yapılır. Zenon 'Mutluluk bereketli bir yaşamdır' şeklinde bir tanım yapar. Bu ifadenin 'güzel yaşamak, iyi yaşamak, iyi ve güzel yaşamak, erdem ve erdemden pay almış olarak yaşamak' ile aynı anlamı taşıdığını söyleyebiliriz (Stobaios, 2021: II. 6e). Ayrıca "Zenon mutluluğu şu şekilde açıklıyor: Mutluluk yaşamın sorunsuz akıp gitmesidir" (Çevik, 2021b: D111a). Bu doğrultuda denilebilir ki erdemli yaşamak uyumlu yaşamayı içine alır ve erdem mutlu yaşam için yeterlidir çünkü o kendisinden ötürü arzulanması gerekendir (Laertios, 2021: VII. 128).

Yetkinlik olarak kabul edebileceğimiz erdem erken dönem Stoacılarında dolayısıyla da Zenon'da biricik iyi konumundadır (Molacı, 2021: 8). Cicero'nun da belirtiği üzere 'Zenon, ahlaken doğru olan dışında iyi bir şey olmadığını varsaymaktadır' (Cicero, *Leg*. I. 54.) Erdemin

de ahlaken doğru olduğu apaçıktır. O halde erdemi meydana getiren şeyler nedir? Zenon nazarında var olanlardan bazıları iyi, bazıları kötü ve bazıları da farksız (*adiophoran*) şeylerdir. İyi olanlar aklı başındalık (*phronesis*), ölçülülük (*sophrosyne*), adalet (*dikaiosyne*) ve cesarettir (*andreia*) ki bunlar erdemdirler. Kötü olanlar akılsızlık, ölçüsüzlük, adaletsizlik ve korkaklık gibi şeylerdir ve bunlar da erdemsizliklerdir. Farksızlar ise yaşam ve ölüm, itibar ve itibarsızlık, haz ve acı, zenginlik ve yoksulluk, sağlık ve hastalık ile bunlara benzer şeylerdir (Stobaios, *Ecl*. II. 5a). Farksız şeyler diğer tabirle *ilgisiz şeyler* yani ne iyi nede kötü, insana ne yararlı nede zararlı olan şeylerdir, kendileri bakımından iyi değil ama seçilmeye değer şeylerdir (Arslan, 2016 IV: 378). Benzer nitelikteki bir anlatımı Cicero şöyle ifade eder: "Eskiler onura en yüce iyi derken Zenon tek iyi der ve yine eskiler onursuzluğa en büyük kötü derken Zenon tek kötü der. Yine Zenon zenginliğe, sağlıklı olmaya ve güzelliğe yararlı derken iyi demez; fakirliğe, hasta olmaya ve acıya yararsız derken kötü demez" (Cicero, *Leg*. I. 55).

Bazı erdemlerin niteliklerine bakacak olursak;

> İyilerden bazıları erdemdir, bazıları da değildir. Aklı başındalık, ölçülülük <ayrıca adalet> ve cesaret <ayrıca yüce gönüllülük, ruhsal kuvvet ve dayanıklılık> birer erdemdir; sevinç, neşe, cüret ve rıza gibi şeyler erdem değildirler. Erdemlerin bazıları belirli şeylere ilişkin bilgi ve beceridir, bazıları da böyle değildir. Aklı başındalıkla birlikte ölçülülük, adalet ve cesaret, belirli şeylerin bilgisi ve becerisidir; yüce gönüllülük, ruhsal kuvvet ve dayanıklılık ise ne bilgi ne de beceridir. Benzer şekilde kötülerden bazıları erdemsizliktir, bazıları da değildir. Akılsızlık, adaletsizlik, korkaklık, alçaklık ve güçsüzlük erdemsizliktir; acı ve korku gibi şeyler ise erdemsizlik değildir. Erdemsizliklerin bazıları belirli şeylere ilişkin bilgisizlik ya da beceriksizliktir, bazıları da böyle değildir. Akılsızlıkla birlikte ölçüsüzlük, adaletsizlik ve korkaklık, belirli şeylere ilişkin bilgisizlik ve beceriksizliktir; alçaklık ve güçsüzlük <ve zayıflık> ise ne bilgisizlik ne de beceriksizliktir. (Stobaios, *Ecl*. II. 5b)

Zenon ve onu takip eden Stoacılar erdemli ve budala olmak üzere iki tür insan olduğu konusunda hem fikirdirler (Stobaios, *Ecl*. II. 11g). Zenon'a göre erdemli insanın özellikleri şunlardır: Erdemli insan evlenecek, çocuk sahibi olacaktır. Sanıları olmayacak, yanlış hiçbir şeye onay vermeyecektir. O bir Kinik gibi yaşayacaktır. Erdemli insan samimidir. Kendini iyi hale getirecek olanı temin etme konusunda dikkatlidir. Adi şeylerin üstünü örtüp iyilerin ortaya çıkmasını sağlar. Sahtekâr değildir (hem görünüşlerinde hem seslerinde). Kamusal işlere katılmaz. Şarabı ölçüyle içer, sarhoş olmaz. Seçilmeye değer olmayan şeyler doğaya aykırı olacağından melankoliden ya da kendini kaybetmekten izler taşısa da delirmeyecektir. Erdemli insanlar tanrısaldır, adeta tanrı gibidirler, Tanrıya hizmet ederler, Tanrıların hayranlığını kazanırlar. Çocuk sevgisi de erdemli insanların doğasında vardır. Erdemli insan bilgedir ve

bilge gösterişsizdir. Ayrıca bilge yalnızca özgür değil aynı zamanda kraldır, krallığın özü hesap vermemektir ona da yalnızca bilge sahip olabilir. Denilebilir ki erdemli insan iyi insandır. İyi insan doğaya uygun yaşar. O halde erdemli insan doğaya uygun yaşar. Doğaya uygun yaşamın da iyi yaşam olduğu göz önüne alındığında erdemli insanın yaşamı iyi yaşamdır. Erdemli insanların karşı özelliklerine sahip olanlar ise budalalardır. Stobaios erken dönem Stoacıların ki özelde Zenon'un erdemli insan ve budala insan ayrımını temel alarak onların özelliklerinden bahseder:

Erdemli insanın özellikleri şöyledir:

- Erdemli insanların bütün yaşamları erdemlerle doludur.
- Yaptıklarını tam bir yükümlülük duygusuyla yapar, yaptığı her şeyde yaşam deneyimlerinden faydalanır.
- Yaptığı her şey aklı başındalığa, ölçülülüğe ve diğer erdemlere dayandığı için iyidir.
- Muhteşem, olgun, yüce ve güçlüdür.
- Onun birine yakındığı görülmez, kimseye mani olmadığı için kimse de ona mani olmaz.
- Kimse hiçbir şeye onu zorlayamaz ki o da kimseyi zorlayamaz.
- Kimseye hükmetmez, kimse de ona egemen olmaz.
- Kimseye kötülük yapmadığı gibi herhangi bir kötülüğe uğramaz.
- Ne talihsizlikle karşılaşır ne de başkalarının karşılaşmasına müsaade eder.
- Ne aldanır ne de başkasını aldatır.
- Kendisi hakkında yanılgı, bilgisizlik, bilinçsizlik onda bulunmaz.
- Genel olarak yanlışa düşmez.
- Mutluluk, talih, kutluluk, zenginlik ve dindarlık en çok onda bulunur.
- O tanrının sevgilisidir ve her şeyi en çok o hak eder.
- Kral, komutan ya da yönetici olmaya layıktır çünkü evi ve serveti yönetme de de ustadır (Stobaios, *Ecl*. II. 11g, 11h, 11i).

Budala insanın özellikleri şöyledir:

- İyi şeylerden pay alamaz gibidir.
- Kötü gereksinimleri vardır, kötülüklerin tümü bütün budalalarda ortaktır.
- Onlar hem zarar verir hem de zarara uğrar.

- Zenginlik için gerekli olanları karşılamada yetersiz olduğu için yoksul, değişken huyları nedeniyle köledir.
- Yasanın buyurduklarını yapmaz, yasaya aykırı hareket eder.
- Ne yönetilirler ne de yönetirler, inatçı ve dik başlıdırlar.
- Şeylerin doğru kullanımı hakkında hiçbir deneyime sahip olmadığı için her şeyi kendi huyuna uyan bir kötülükle yapar.
- Fikrini değiştirmeye yatkın, pişmanlık duymaya meyillidir.
- Onursuzdur, kabadır, nankördür, öğrenmeyi ve dinlemeyi sevmez, konuşmayı sever, erdem hakkında söylenenleri yaşamına nasıl uygulayacağını hiç bilmez, erdemin değerini kestiremez bu yüzden erdemli şeylerin hiçbiri onda bulunmaz.
- Çalışkan değildir, emek harcamaz, zevklere kendini ölçüsüzce kaptırır.
- Tanrıları gücendirecek şeyler yapar, Tanrıların düşmanı gibidir (Stobaios, *Ecl*. II. 11g,11h,11i,11k).

Erdemli insan ile budalanın özelliklerini incelediğimizde Zenon'un erdemle erdemsizlik arasında hiçbir ara durumu kabul etmediğini görürüz. Dolayısıyla üçüncü bir insan grubundan bahsedemeyiz. Ancak Panaitios bu ayrımın keskinliğinden (erdemli insan-budala insan) rahatsızdır, yeni bir insan grubunun da olması gerektiği düşüncesindedir. 'Mutlak olarak bilge insandan farklı olan ve bilge olmaya doğru ilerleme göstermesi mümkün olan insan' bu yeni grubun içindedir. Çünkü ona göre bazı kimselerde erdemlilik işareti var ise onlar tümüyle ihmal edilmemelidir (Long ve Sedley 1987 I: 66 E). Kaldı ki "Panaitios insanın ahlaki davranışlarını kendisine uydurması gereken norm veya ölçü olarak sadece evrensel doğayı değil, onun yanında ve esas olarak 'insan doğası'nı almakta ve buna uygun olarak insanlar arasındaki farklılıklara ve bireyselliklere önem vermektedir" (Arslan, 2016 IV: 407). Kanaatimizce insanlar arasındaki ayrımın bu denli keskin olması erdemli olmayı, iyi yaşamayı, doğaya uygun yaşamayı arayanlar ve öğrenmek isteyenler için umut kırıcı gözükmektedir. Bu konuda Panaitios'un yaklaşımı hem ılımlıdır hem de filozof olmamış ama o yolda giden kimseler için veya böyle bir yol arayanlar için daha ümit vericidir.

Söz konusu 'iyi yaşam' olduğu için insanı ilgilendiren diğer alanlar hakkında da Zenon'un söylemleri vardır. Bunlar dil, eğitim, inanç gibi konularla ilgilidir. Dil konusunda Zenon'a göre ifadelerimiz anlam barındırmalıdır örneğin bir filozof bir sözcüğü kullanmadan

önce onu anlama bandırır (Çevik, 2021b: D26-D27). Dili akla uygun kullanmak önemlidir diğer türlü büyük yanlışlar ortaya çıkacaktır. Söylediğimiz sözcükler hakkında ne derece konuştuğumuzu anlamak için insan bedenine de bakabiliriz. Doğa bize konuştuğumuzun iki katı kadar dinleyelim diye bir dil iki kulak vermiştir (Çevik, 2021b: D204-D210a). Eğitim hakkında da açıklamalar yapan Zenon'a göre özellikle eğitim eksikliği insanın sadece konuşmasında değil giyim tarzında, yemek yeme şeklinde ve uygunsuz olan yürümesinde de kendini gösterebilir (Çevik, 2021b: D29b). İnanç üzerine ise Zenon şu iddiada bulunur: "İnsanların tanrılara tapması akla uygundur, ancak var olmayan şeylere tapması akla uygun değildir, dolayısıyla tanrılar vardır" (Çevik, 2021b: D82). Zenon'da Tanrı inancının yanı sıra öte dünyaya ilişkin bir inançta vardır. Ona göre yer altı âlemi vardır. İnsanları inançlılar ve inançsızlar olarak ikiye ayırır. İnançlıların yeri huzurlu ve keyifli bölgeler, inançsızların yeri ceza çektikleri korkunç pislik çukurlar olacaktır (Çevik, 2021b: D81a).

Sonuç olarak insan uygun yaşama gayesi ile çıktığı yolda varlık özelliğine (onama ve reddetme) uygun yaşam sürmelidir. Nitekim "Akıl sahibi akıl sahibi olmayandan daha iyidir… Aynı durum zekâ sahibi olan ve canlı olma durumu için de geçerlidir, zira zekâ sahibi olan zekâ sahibi olmayandan ve canlı olan canlı olmayandan daha iyidir…" (Çevik, 2021b: D53). Denilebilir ki insanın iyi yaşamasının ilk adımı akıl tarafından atılır. Sonrasında insan yükümlülüklerinin farkına varmalı ve keşfetmeli, ardından uygun olmayan yaşamın önüne geçebilmesi için tutkularına hâkim olmalı, onların dengesini sağlamalıdır. "Bir neden bir şeyin olmasına yol açandır, örneğin insanın sağduyulu düşüncesi sağduyudan ötürü vardır, keza ruhtan ötürü canlıdır ve ölçülü davranışı ölçülülükten ötürü gerçekleşir. Bir kişinin ruhu varsa, ölçülü ve sağduyulu bir karakteri varsa, bu durumda onda ölçülü davranışın, canlılığın ve sağduyulu düşüncenin olmamasının imkânı yoktur" (Çevik, 2021b: D34). İnsan doğaya uygun yaşarsa en yüce iyiye uygun yaşamış olacaktır. Bu erdeme uygun yaşamdır ve insan bu sayede iyi şeylere yaklaşacak kötü şeylerden de uzaklaşacaktır. Böylece ereği olan mutluluğa ulaşacaktır. Tabi ki bu uğurda asıl unsur olan erdemin edinilmesi zorunludur. Erdem bir yetkinliktir ki erdemli davranışların insanda tezahür etmesi, varlık bulması erdemli insan türünün ortaya çıkmasına vesile olur. Bu sayede erdemli insan her türlü yanlıştan, kusurdan korunmuş olan, her konuda doğru bilgiye sahip iyi bir bilge haline gelir. Çünkü iyi insan kusursuz zihnini sürekli terbiye eder, ahlaken doğru olanın ayırdına varır ki bu ona fayda verir. Böylece iyi insan; erdemli, iyi bir yaşam sürer. Bir budala gibi yaşamamak gerekir. Zenon bu

nedenle “Yiyip içmek için değil, yaşamını güzelleştirmek için yaşa” demiştir (Çevik, 2021b: D225).

Zenon’un Stoa felsefesi içerisinde ilklerin düşünürü olduğu ve birçok tartışma alanının bulucusu olduğu açıktır. O, Stoacıların pratik felsefe adına sundukları şeylerin mümkün olabileceğini kendi yaşamı ile göstermiştir. Tıpkı Sokrates gibi gündelik yaşamın felsefe yapmaya olanak sağladığını görmüştür. Öyle ki Sokrates’in hayatı pahasına savunduğu düşünceler; ‘Sokrates filozof modeli’ şeklinde, ana öğretisi yaşam ve ölüm olan bir filozof modeli olarak Zenon’a ilham vermiş, onun görüşlerini beslemiştir (Hadot, 2015: 176). Böylece Zenon da ‘Düşündüğü gibi yaşayan’ bir Stoacı imajı sergilemiştir. Hatta Seneca da, Zenon’un, kendi düsturuna uygun yaşayıp yaşamadığı sorulursa yanıt olarak ‘nasıl yaşanması gerektiğini söylediyse öyle yaşamıştır’ demektedir (Seneca, *Otio*. VI 5). Ayrıca “Mnaseas’ın oğlu Kitionlu Zenon bu kentte yıllarca felsefe çalıştı ve başka açılardan da hep erdemli bir karakter örneği sergiledi, yanındaki gençlere erdem ve ölçülülüğü öğreterek en iyi olana yöneltti, öğretilerine uygun bir yaşam sürdü, herkese örnek oldu” (Çevik, 2021b: B14).

1.3.2. Kleanthes’de İyi Yaşam Fikri

Kleanthes Zenon’dan sonra Stoa okolunun başına geçmiştir. Assoslu Kleanthes olarak bilinmektedir. M.Ö. 330-230 arasında yaşadığı düşünülmektedir. Atina’da Zenon’la karşılaşmasının ardından onun felsefe derslerine iştirak etmiştir. Bu sayede Zenon’un yaşamını izleme olanağı elde etmiş onunla birçok konuda aynı görüşleri benimsemiştir ancak Kleanthes, dindar zihniyetli bir filozof olması dolayısıyla Zenon’dan ayrılır (Çevik, 2021: 13).

Kleanthes’in ‘iyi yaşam’ hakkındaki görüşleri ‘Tanrı kavramının kaynağı problemi, evrendeki düzen ve güzelliğin Tanrı ile olan ilişkisi ve dolayısıyla Tanrısal irade meselesi yine iyinin doğası ve Tanrı’nın iyi olması arasındaki bağlantı’ konuları bu bölümde ele alınacaktır. İyi’nin kaynağına dair yapılan açıklamaların ardından ‘doğa’ kavramı ki özellikle ‘ortak doğa’ konusu, insanın ereği, doğaya uygun ve erdeme göre yaşama düşüncesi, erdem-erdemsizlik meselesi, erdemlerin öğrenilebilirliği mevzusu, mutluluk, devletin erdemli olmasının gereği, cahil kimseler ve bilge kimseler ayrımı ki burada felsefenin rolü’ gibi konular etrafında ele alınacaktır.

İlk olarak Tanrı kavramının kaynağı konusuna bakıldığında, Kleanthes Tanrı kavramının insan zihninde oluşmasının dört nedeni olduğunu öne sürer. Bunlar;

1) Gelecekteki olaylara ilişkin doğru sezinlemeler veya doğru kehanetler.
2) Uygun iklim koşullarının, toprağın verimliliğinin ve öbür başka nimetler bolluğunun insanlara sağladığı yararlar.
3) Yıldırımlar, fırtınalar, yağmur, kar, dolu, su baskınları, salgın hastalıklar, depremler, taş yağmurları, insanımsı ve hayvanımsı doğa dışı yaratıklar, gök taşları, kuyruklu yıldızlar gibi olağanüstü doğa olaylarının insan zihninde uyandırdığı korku ve dehşet duygularının insanları Tanrısal bir gücün varlığına yönlendirmesi.
4) Sonunda bütün bunlardan daha güçlü belki de en önemlisi, bir neden olarak gök cisimlerinin, Güneş, Ay ve tüm yıldızların yörüngelerindeki, hareketlerindeki düzenlilik ve güzelliktir ki tüm bunlar olan şeylerin, olguların şans eseri olmadığını göstermek için yeter sebeptir (Cicero, *Nat. D*. 2. V. 13-14-15).

Kleanthes 'Zeus İlahisi' olarak bilinen bir övgüde genel olarak bu dört nedene değinmektedir. Özellikle dördüncü neden 'düzen ve güzellik kanıtı' olarak saptanabilir. Buna göre evrendeki düzen ve güzellik şans eseri oluşmuş değildir. Göğün, katmanların ve göksel cisimlerin hareketlerindeki şahanelik, yasaya uygunluk ve düzenlilik sonsuz zamandan beri bir değişiklik ve sapma göstermeksizin meydana gelmediğine inanılmaktadır. Bu sürekliliği sağlayan bir ardıl neden olmalıdır ki bu bize bir Zihin olduğunu mecburi olarak düşündürmektedir (Cicero, *Nat. D*. 2. V. 15; bkz. Çevik, 2021a: D54).

Evrendeki her şey Zeus'a veya Doğa'ya uygun şekilde ortaya çıkmıştır 'Kötü insanların yaptıkları budalalıklar dışında' onlar Tanrı'nın isteğine aykırı olarak ortaya çıkmışlardır (Çevik, 2021a: D54). Tanrının isteği onların, kötülükleri yapmasını istediği yönünde değildir. Ama bu durum Tanrı'nın onlara bir serbestlik ve özgürlük verdiğini gösterir.

> " Her şeye rağmen akıllarını kullanıp boyun eğerlerse,
> İyi bir yaşamları olur. Aksi halde budalaca sürüklenirler bir kötülükten diğerine" (Çevik, 2021a: D54).

Denilebilir ki her şey Tanrısal irade tarafından belirlenmiştir ve insanın davranışlarının, doğanın genel yapısına, işleyişine aykırı olan kötü davranışları bir bakıma insanın kendi eseridir.

Kleanthes'e göre ruh bir maddedir. İzlenimin tıpkı bir yüzüğün bal mumunda bıraktığı iz gibi, ruh da dışsal nesnelerin izini taşır (Stock, 2021: 29). Daha sonra Khrysippos tarafından

eleştirilse de Kleanthes ruhun ölümsüzlüğüne inanır onların ölümden sonraki zamanda bu dünyadaki özelliklerini koruyacağını düşünür (Erkızan, 2018: 88).

Kleanthes Tanrı'yı iyi olarak kabul eder ve iyi'nin doğasını şöyle açıklar:

> Madem sordun bana iyinin doğasını, dinle o halde
> O düzenli, adil, kutsal ve dine uygun
> Özdenetimi olan, faydalı, düzgün, uygun
> Ağır başlı, özgür, daima lütufkâr
> Korku ve üzüntü duymayan, verimli, acısız,
> Yardımsever, nazik, güvenli, dost canlısı,
> Saygıdeğer, kendisiyle barışık, onurlu,
> Mütevazı, dikkatli, uysal, gayretli,
> Kalıcı, suçsuz, daimidir (Çevik, 2021a: D71a).

Görüldüğü üzere iyi çok yönlü bir doğaya sahiptir ve iyinin doğası birçok nitelik taşımaktadır. Bu nitelikleri taşıyan insan iyi bir insan yaşamı da iyi bir yaşam olacaktır. Kleanthes'e bir çocuk 'sıkıntı iyi midir?' diye sorar ki bu çocuk doğal bir asalete ve erdeme yönelmiş bir kimsedir. Kleanthes ise sıkıntının doğası gereği iyi ve güzele yakın olduğunu düşünmektedir. Ayrıca erdeme yönelmiş olan bu çocuk zaten sıkıntının kötü olana uygun olmadığını anlamıştır bu yüzden iyi olup olmadığını sormuştur çıkarımında bulunur ve ona hayranlık duyar (Rufus, 2021: 19). Kleanthes nihayetinde söyle der: ""Böyle bir çocuk yoksulluktan, ölümden ya da korkunç görünen şeylerden korkması; zenginliğin, yaşamın ve hazzın peşinde koşması için nasıl ikna edilebilir?"" (Rufus, 2021: 19). İnsana keder için bir teselli gerekiyorsa bu teselli ancak teselliye ihtiyacı olmayan bilge kimseler için yapılır. Kederli kimse aşağılık olandan başka hiçbir şeyin kötü olmadığına ikna olursa bu kişi sadece kederden değil budalalıktan da kurtulur (Cicero, *Tusc*. 3. XXXII).

İnsanın gayesi ile iyi'nin doğası arasındaki ilişki nasıldır? Kleanthes'e göre 'insanın ereği doğaya uygun yaşamak'tır. Zenon'un 'uygun yaşama' ereğine 'doğaya' ifadesini daha öncede belirttiğimiz üzere ekleyen ilk düşünür Kleanthes'dir (Stobaios, *Ecl*. II. 6a). Doğaya uygun yaşam şekli doğru akıl yürütmek ve doğaya uygun tercihlerde bulunmak anlamına gelir (Çevik, 2021a: D66). 'Doğaya uygun yaşamak' insanın bireysel doğası değil, yalnızca insan doğası diğer tabirle 'ortak doğa' veya 'evrensel doğa' örnek alınırsa mümkün olacaktır (Laertios, 2021: VII. 89). Ortak doğa ile kastedileni biraz daha açarsak Harris'e göre "Evet

benciliz, ama bencillikten ibaret değiliz. Bireysel mutluluğumuzun yolu, kişisel çıkarlar çemberimizi başkalarını da ailemiz, arkadaşlarımız, hatta bize tamamen yabancı olsalar da sevinçleri ve acıları bizim için bir şeyler ifade eden herkesi kapsayacak şekilde genişletebilmekten geçiyor" (Harris, 2016: 92). Harris'in bu söylemini Kleanthes açısından ele aldığımızda Kleanthes'in doğa derken bireysel doğayı değil de yalnızca ortak doğayı, evrensel doğayı anlamakta olduğunu ve izlememiz gerekenin yalnızca bu ortak doğa olduğunu söyleyebiliriz.

İnsanın doğaya uygun yaşaması erdeme uygun yaşamasıdır. Doğa insanı erdeme yöneltir (Laertios, 2021: VII. 87). "Erdemle erdemsizlik arasında hiçbir şey bulunmaz. Çünkü bütün insanlar doğaları gereği erdeme yönelme dürtüsü taşırlar, Kleanthes'e göre bu, doğanın yarım ölçüsü gibidir; bu yüzden budalalar yetkin değildir, ancak yetişkinlerse erdemli olurlar" (Stobaios, *Ecl*. II. 5b8). İnsanın doğası gereği erdeme yönelme dürtüsü, kendini yetkinleştirme kaygısını taşır bu yüzden insan bencilce bir yaklaşım gösterebilir. Örneğin 'düşmüş bir çocuğa neden yardım etmemiz gerekir?' Bakıldığında çocuğun yardıma muhtaç olduğu ve ona yardım etmenin onu rahatlatmak için yapılabilecek en iyi şey olduğu görülmektedir ve bu tavır erdemlidir. Aristotelesci yaklaşımla incelendiğinde bu iyiliğin, bir erdem olmasının nedeni bu erdemi gerçekleştirene fayda sağlamasıdır çünkü bu iyilikseverlik erdemi insanın iyi yaşayabilmesi için bir ihtiyaçtır. Dolayısıyla 'neden yardım etmemiz için bir nedenimiz olsun?' sorusuna Aristotelesci cevap; bu tür durumlarda yardım etmeye yatkın olmanın yaşamımıza iyi hizmet eden bir özellik taşıdığı gerçeğine dayanır (Bennett: 2021: 162). Erdem salt değerdir, erdemli olmak da çok kolay değildir. Doğa insanı erdeme yöneltir ve ortak doğayı gözeten ve erdemi elde etmek üzere yola koyulan kimse bazen zorlansa da çaba göstermelidir. Erdemleri hazzın buyruklarını gözeten ve emrettiği her şeyi yapan uşaklar gibi görmemelidir (Çevik, 2021a: D67b).

> Bu resimde haz çok güel giyinmiş ve kraliyete uygun olrak süslenmiş bir şekilde tahtta oturmakta, yanında da erdemler bulunmaktadır, erdemler tek bir görev dışında hiçbir şey yapmaz, hazza hizmet eder ve onun kulağına eğilerek insanların vicdanını yaralayacak veya bir acıyla neticelenecek kötü bir şey yapmaması için uyarılarda bulunurlar (bu resimden gayet güzel anlaşılabilir) < ve şöyle derler: > 'Biz erdemler olarak sana hizmet etmek için doğduk; başka bir işimiz yoktur' (Cicero, *Fin*. 2. XX1. 69).

Yapılması istenen bir şeyin arzu edilmesi ile o şeyin gerçekleşmesi arasındaki ilişki de erdemlilik açısından değerlendirilebilir. Nitekim kendi çıkarını gözetmek söz konusu

olduğunda yapılan iyilik ile edinilen kazanç arasında büyük bir fark vardır. Örneğin kendi çıkarını gözeten kişi kölelerini daha iyi fiyata satabilmek için besleyen biriyle aynı konumdadır. Ancak karşılığında kendisi için bir şey istemeyen biri ise lütufta bulunmuş olur diğer türlü kazanç sağlama olur (Çevik, 2021a: D92a-b).

> Kişinin kabul ettiği bir lütuf olmasa bile, kabul ettiğinde karşılığını vermezse nankör olur. Aynı şekilde bir insan cinayet işlemek için silahlandığı, öldürme ve çalma arzusunda olduğu zaman elini kana bulamamış olsa bile bir haydut olur, kötülüğü eyleme döküp açıkça sergileyecektir ama henüz başlamamıştır. Kimse tanrılara el uzatamasa da kutsal şeyleri çalanı cezalandırırlar (Çevik, 2021a: D94).

Yani planlanan bir eylemin niyeti kötü ise ve o eylem gerçekleşmemişse bile kişi onu gerçekleştirmiş gibi bir konumda olmaktadır. Bunun tam tersi de düşünülebilir yani eylemin niyeti iyi ve o eylem de gerçekleşmemişse bile yine o kişi gerçekleştirmiş gibi bir konumda olacaktır. Dolayısıyla eylemde bulunmasak bile niyetimize, diğer bir deyişle aklımızdan geçene de dikkat etmemiz gerekir. Kleanthes'in bu yaklaşımı ahlak felsefesinin temsilcilerinden biri olarak Kant'da niyet ve sonuç ayrımı olarak görülmektedir. Kant'ın bilindik *"İnsanları bir araç değil bir amaç olarak gör"* buyruğunu ele alalım. İnsanı insan onuruna saygı olarak gör kendini de insanlığı da araç olarak değil amaç olarak gör anlamını taşır (Kant, 1999: 55-56). Mesela insanı bir para kazanma vasıtası gibi görme. Biz bir örnek verecek olursak, bir adam bir köye gider ve orada tam 10 yıl kalır köylüler ilk onu tanımamışlardır ancak on yıl içinde ona güvenmeye başlamışlardır. Bir gece bu adam köylünün 200 küçükbaş 100 de büyükbaş hayvanını çalarak kayıplara karışmıştır. Burada devreye girecek bir diğer durum da niyetin sorgulanmasıdır. İyiyi kendinde koşul olarak koyup buna göre eylemde bulunulursa kişi, eylemin sonucu olumsuzda olsa ahlakidir. Dolayısıyla *iyi niyet*le yapılan eylemler ahlakilik taşır. Bu örneğe Kant açısından bakacak olursak, bu adam 10 yıl boyunca hiç ahlaki davranmamış, şüphesiz emellerine ulaşmak için köy halkının güvenini kazanmaya çalışıp onları araç olarak kullanmıştır. Dolayısıyla iyi niyette söz konusu değildir. Bu sebeple bu örnekteki durum ahlaki değildir. Denilebilir ki Kant öncesinde Kleanthes bu meseleleri ele almıştır.

Kleanthes nazarında erdemlerin öğrenilebilir olduğu ve insanı değiştirdiği de bilinmelidir. Çünkü bir kimse budalayken iyi insana dönüşebilir, erdemli insana evrilebilir ve bilinen dört tür erdemin yanında birçok erdeme sahip olabilir (Laertios, 2021: VII. 91-92). Erdem kendi için seçilmeye değerdir ve sağlam kavrayışlara dayandığı için de yitirilmez (Laertios 2021: VII. 127). Böylece mutluluğun hükümdarlığı devam eder. "Mutluluk için erdem

kendinde yeterlidir" (Laertios, 2021: VII. 127). Kant'ta da ahlaklılık mutluluk kapılarından biridir. Kişinin mutlu olmasının ön koşulu özgürce, kendi aklıyla, kendi eylemlerine ışık tutabilmesidir. Akılla davranan insanlar mutlu olabilir ama Kant'ınki mutlulukla bağlantılı olmasa bile akıl bağlamında eylem sergilenmelidir. Kant eylemleri mutlu olmak için değil; mutluluğa layık olmak için emreder. "Ne yapmalıyım?" sorusuna *"mutlu olmaya layık eylemeliyim"* cevabına varmaktadır. Ne yaparsan yap mutlu ol değil. Mutlu olmaya layık olacak şekilde eyle. Öyle bir şey yapmalıyız ki bizi mutlu edecekse bile mutlu olmaya layık şekilde yapmalıyız (Kant, 1999: 175-187). Çünkü "Dünyada, dünyanın dışında bile, iyi bir istemeden başka kayıtsız şartsız iyi sayılabilecek hiçbir şey düşünülemez" (Kant, 2009: I. 1). Şüphesiz ki mutluluk iyi bir istemedir.

Kleanthes'e göre mutluluk bereketli yaşamdır (Stobaios, *Ecl*. II. 6e). "Mutluluk yaşamın sorunsuz akıp gitmesidir" (Çevik, 2021a: D68). Bu akıp gitmede insana sığınabileceği barınma amaçlı bir yerleşim yeri vermesi bakımından kent iyi bir şeydir. Bu doğrultuda devletin erdemliliğinden de bahsedilebilir (Çevik, 2021a: D101). "Kleanthes devletin erdemli olduğunu ortaya koymak için şöyle bir tanıtlama ileri sürer: Eğer devlet adaleti sağladığı ve sürdürdüğü için sığınılan bir mesken ise, devlet asil bir şey değil midir? İşte devlet böyle bir meskendir, o halde devlet asil bir şeydir" (Stobaios, *Ecl*. II. 11i). Denilebilir ki güven ve huzur devletin asli görevlerindendir ki böylece insan kendini evinde hisseder. Çünkü adaletin sağlandığı bir meskende huzur vardır. Bu sayede bereketli ve doğru yaşamın getirdiği mutluluk insanın potansiyelini açığa çıkarır, gerçekleştirir, insana yetkinlik kazandırır.

Devletin içerisinde yaşayan insan tipleri vardır. Bu çerçevede cahil kimseler ve bilge kişilerden bahseden Kleanthes şunu söyler:

> Şöhret peşinde koşma, hemen bilge sanılmayı arzulayarak
> Korkma çoğunluğun kavrayıştan yoksun ve kaba kanaatinden,
> Zira zekâsı yoktur çoğunluğun, bilgeliği ve doğru aklı
> Bulacaksın bir avuç insanda (Çevik, 2021a: D73).

Bilge kişiler site içerisinde çoğunluğu oluşturan bir kesim değildir. Ama kişi bilge değilse de bilgeliği arzulamalıdır bu yönde gayret göstermelidir. Bilgeliği bilgelik için istemeli, pes etmemeli ve mücadele etmelidir ancak o takdirde bilge olabilir. Felsefe de bilgeliği aramaya yardım etmektedir. Çünkü felsefenin rolü sadece kişinin bütün yaşamı boyunca bilgi edinmesini

sağlama ya da karısıyla, oğluyla nasıl yaşayacağını öğretme değil, nasıl iyi yaşayacağını öğretmedir. Bunun gerçekleşmesi için felsefenin başka çeşitli varsayımları ve ana kuralları da bilinmelidir (Seneca, 2020: 367). Bu alanda yola çıkan kişi şüphesiz ki çeşitli filozoflarla karşılaşılacaktır ancak bilinmelidir ki 'belki filozoflar paradokslardan bahseder ama saçmalamazlar' (Çevik, 2021a: D127). Çünkü filozofların birbirinden farklı argümanı olabilir ama en nihayetinde niyetleri hakikate, bilgeliğe ulaşmaktır. Onlar, yaşam biçimleri açısından farklı farklı yaşasalar da hepsi felsefe yapar, rastgele bir şey yapmaz. Bu yüzden saçma değildir. Sonuç olarak Kleanthes'in nazarında felsefe, doğru akıl yürütmeyle yapıldığından bilgelik yolunda insanın ufkunu açar, doğaya uygun yaşam idealine yaklaştırır. İyi yaşam'ın bir arayıcısı olarak Kleanthes "ben de yaşamdan ayrılmak istiyorum ancak sağlıklı olduğumu ve hala okuyup yazabildiğimi görünce yaşamaya devam ediyorum" diyerek bilge olma yolunda iyi yaşamın peşini bırakmamıştır (Çevik, 2021a: D110). Kişi istemese bile, intihar etme düşüncesi gelse de bilgiye tutkusu sebebiyle yaşamını devam ettirmektedir. Bilmek, akletmek, anlamak iyi yaşamın parçasıdır. Bu, yaşamı kıymetli hale getirir.

1.3.3. Khrysippos'da İyi Yaşam Fikri

Khrysippos, Kleanthes'in öğrencisidir. İ.Ö. 232'de Kleanthes'in ölümünden sonra Stoa okulunun başına geçmiştir. Stoacı öğretilerin ilk kez sistemleştirmiştir. Stoacılar içinde sonraları Ortodoks Stoacılığın genel temsilcisi veya sözcüsü unvanını almıştır. Mantık ve bilgi kuramı alanında daha yetkin olduğu düşünülmektedir (Arslan, 2016 IV: 193). "Khrysippos Stoacılığın düşünsel açıdan kurucusu olarak görülür" (Stock, 2021: 24).

Khrysippos felsefesinin konu edindiği birçok probleme Stoacı düşünce çerçevesinde cevap vermeye çalışmıştır. Bunlar arasında 'Tanrı kanıtlaması, Tanrı'nın iyiliği ve adaletiyle evrendeki kötülük arasındaki ilişki, evrensel determinizm savunusu, kadercilik ve determinizm ayrımı, evrensel determinizm karşısında insanın özgürlüğü meselesi, insanın akıllı eyleminde arzu ve iradenin rolü, tutkular mevzusu, iyi yaşam için gerekli olanlar, erdemin birliği ve tekliği meselesi, erdemin öğrenilebilirliği, bilgenin yaşamı' gibi konular bulunmaktadır. Biz de bu meselelerden hareketle Khrysippos'un iyi yaşam düşüncesinin temellerini atarak bütüncül bir yapı ortaya koymaya çalışacağız.

İlk olarak Khrysippos'un Tanrı kanıtlamasına bakıldığında onun Tanrı kanıtının şöyle olduğu görülür: "Doğada insan aklının, mantığının, gücünün, yeteneğinin yapamadığı bir şey varsa, kuşkusuz insandan daha üstün bir şey vardır; göksel olaylar ve düzeni sürekli olan her

şey insan tarafından gerçekleştirilemez; onun yarattıkları insanınkinden daha iyidir; ona 'Tanrı'dan daha iyi bir ad bulabilir misin?" (Cicero, *Nat. D*. 2. VI. 16)

Denilebilir ki Khrysippos evrenin insan zihninin veya gücünün ürünü olmasının mümkün olmadığından hareketle yine ezeli-ebedi düzenliliğin varlığından hareketle bunu (evreni) meydana getiren varlığın insanüstü bir varlık olması gerektiği düşüncelerinden yola çıkarak Tanrı'nın varlığını kanıtlamıştır (Arslan, 2016 IV: 356). Bu tarz kanıtlamanın benzer bir örneğinden Khrysippos'un hocası olan Kleanthes de 'düzen ve güzellik kanıtı' şeklinde bahsetmiştik. Böylece Khrysippos'un Kleanthes'ten etkilendiğini de görmekteyiz.

Khrysippos sadece Tanrı'nın varlığından değil ayrıca onun iyiliğinden de şu şekilde bahseder: "Tanrılar yoksa, doğada insandan daha iyi ne olabilir? Gerçekten hiçbir şeyin daha üstün olamayacağı akıl yalnız onda vardır; bütün yeryüzünde kendisinden daha iyi bir şeyin olmadığını düşünen bir insanın varlığı çılgınca bir küstahlıktır; öyleyse insandan daha iyi bir şey vardır; bu durumda gerçekten Tanrı vardır" (Cicero, *Nat. D*. 2. VI. 16)

Tanrının iyiliği ile adaletiyle evrendeki kötülük nasıl bağdaştırılır? Tanrı'nın, evrene karşı iyilik dolu ilgisinin, inayetinin evrende varlığı görülen kötülükle uzlaşamaz olduğu itirazına Khrysippos'un cevabı şöyledir:

> Kötülükler olmaksızın iyilikler olabileceğini düşünenlerden daha aptal kimseler yoktur; çünkü kötülükler iyiliklerin zıddıdır ve onların zorunlu olarak birbirlerine zıt bir şekilde var olmaları ve zıtlığa dayanan bir türlü karşılıklı bağımlılık içinde birbirlerini desteklemeleri zorunludur. Hiçbir zıd, zıddı olmaksızın var olamaz. Çünkü adaletsizler olmasaydı adalet nasıl anlaşılabilirdir? Benzeri şekilde korkaklığa zıd olmasaydı cesaretin ne olduğu anlaşılabilir miydi?... Aptallar nasıl olup da yanlış olmaksızın doğrunun olmasını istiyorlar? Çünkü iyiler ve kötüler, talih ve talihsizlik, acı ve haz tamamen aynı şekilde mevcutturlar; onlar Platon'un dediği gibi tam bir zıtlıkla birbirlerine bağımlıdırlar. (Long ve Sedley, 1987: 54 Q)

Örneğin insan ırkını yaratmış olan doğanın kendisi aynı zamanda insanın karşılaştığı hastalıkları ve yine vücut bozukluklarını da yaratmıştır. Ama insanları hastalıklara maruz kalacak şekilde varlığa getirmek doğanın amacı değildir ki bu durum yaratıcıya uygun değildir. Lakin doğa şahane eserler meydana getirirken ve onların uygunluklarını, faydalı olmalarını ayarlarken bunun ayrılmaz bir parçası olarak birçok faydasız şey de çıkmıştır. Bu nedenden ötürü insan için hastalıklar sağlığın yaratılmasının bir yan ürünüdür hatta sağlığın olabilmesi için kaçınılmaz bir sonuçtur (Long ve Sedley 1987: 54 Q). Khrysippos'a göre kötülüklerin olması Tanrı'nın iyilikseverliğine aykırı olmadığı gibi ayrıca Tanrı kötülüğün nedeni de

olamaz. Öyle ki şeylere bakıldığında, aslında onların hiçbir kötülük barındırmadığı görülür. Ama iyiler, kötüler olmaksızın da var olamazlar. Kötüsüz iyi mantıksal olarak mümkün değildir yani karşıtlar birbirini içermektedir. Evrende kötülük iyiliğin göze çarpar hale gelmesine neden olur (Günay, 2018: 93).

Dünya bütünü itibariyle kusursuzdur, her şey mümkün olan en mükemmel doğaya uygun olarak yaratılmıştır ama bireysel varlıklar söz konusu olduğunda kusurlar ve kötülüklerden bahsedebiliriz. Nasıl ki iyi bakım yapılan bir evde bile yabani otların yetişmesi mümkünse ve onların varlığı evin genel olarak bakımlı olmasına zeval getirmezse yani evi bozan bir olgu olarak değerlendirilmezse, iyi insanların başlarına kötü şeylerin gelmesi de evrenin genel olarak iyi ve uyumlu olması olgusuna aykırı düşen bir olay olarak değerlendirilmemelidir. Evrenin yapısının detaylarına girdiğimizde, daha iyi araştırdığımızda evrenle ilgili şu anki bilgilerimizle kusur olarak gördüğümüz şeylerin artık kötü şeyler olarak göremeyeceğimiz veya bir noksanlık olarak görmekten vazgeçeceğimiz ümidi bulunur. Dolayısıyla evrene dair kötü algı varsa bu insanın evrene daha iyi nüfuz edememesindedir (Long ve Sedley, 1987: 54 S).

Evrensel determinizm meselesi antik çağda Stoacılar tarafından savunulmuştur. Bilindiği gibi determinizm, olayların birbirlerine neden-sonuç bağıyla bağlı oldukları, dolayısıyla ancak tam nedeni teşekkül etmiş bir olayın sonucunun zorunlu olarak ortaya çıkacağı, nedenin kendisini değiştirdiğimizde, söz konusu sonucu meydana gelmesinin zorunlu olmadığını savunan bir öğretidir. Stoacılar nezdinde bu neden Tanrı veya akıldır. Bu neden düzen ve yasallılık ilkesi olmanın yanı sıra hayat, hareket, amaçlılık, iyilik ve inayet ilkesidir (Arslan, 2016 IV: 337). Evrensel determinizm karşısında iki problem açığa çıkmaktadır. Birincisi; kaderciliğin evrensel determinizm karşısındaki durumudur. İkincisi evrensel determizin karşısında insanın özgürlüğü meselesidir.

İlkine 'kaderciliğin evrensel determinizm karşısındaki durumu'na baktığımızda Khrysippos'a göre dünyada bazı olaylar basit, bazıları karmaşıktır. 'Sokrates şu gün ölecek' basit bir durumdur, çünkü burada Sokrates ne yaparsa yapsın öleceği gün belirlenmiştir. Ancak 'Laius'un Oedipus'un babası olacağı'yla ilgili durum basit değildir, çünkü bu cümleye 'Laius bir kadınla birlikte olsa da olur olmasa da olur' denmeyecektir, çünkü karmaşık, birleşik ve ortak kaderli bir durum söz konusudur (Cicero, *Fat*. XIII. 30). Yine örneğin, '…doktor çağırsan

da çağırmasan da iyileşeceksin' ifadesi yanıltıcıdır, zira kaderde iyileşmek gibi doktor çağırmakta vardır. Khrysippos bu tür durumlara ortak-kaderli diyor" (Cicero, *Fat*. XIII. 30). Kadercilik ve determinizmi birbirinden nasıl ayırabiliriz? Kaderciliği koşullar ne olursa olsun bir olayın kaçınılmaz bir biçimde meydana geleceğini öne süren bir öğreti olarak tanımladığımızda, kadercilik ne olursa olsun Sokrates'in öleceğini iddia etmesine karşılık, determinizm eğer bir hekim çağrılmazsa Sokrates'in öleceğini söyler. Stoacılık her şeyin gerisinde bulunan nedenin Tanrı olduğunu öne sürerken Tanrısal iradenin, aklın değişmezliğini de onaylamaktadır. Bu durumda Sokrates'in ölümünü belirleyecek olan hekimin çağrılmamasının aslında zorunlu olduğunu, dolayısıyla bunun gerçekleşmemesinin imkânsız olduğunu kabul etmekten başka bir yol görünmemektedir (Arslan, 2016 IV: 339). Sonuç olarak Khrysippos kadercilik ve determinizm arasında ayrım yapmaya çalışırken evrensel determinizm öğretisi karşısında bir yandan kaderin varlığını savunma öte yandan olayların zorunluluğunu reddetme tutumu göstermektedir.

Evrensel determinizmde ikinci problem olan 'evrensel determizin karşısında insanın özgürlüğü' sorununa baktığımızda Khrysippos insan özgürlüğünün mümkün olduğunu savunan bir anlayışa sahiptir. Bu anlamda ona ılımlı determinist denilebilir ki bilindiği gibi ılımlı determinizme göre insan her hâlükârda çeşitli saiklere bağlı olarak hareket eder fakat bu bağlılık irade hürriyetini ortadan kaldırmaz. Böylece Khrysippos'un yaklaşımı insan özgürlüğüne yer verir. İrade ve eylem arasında determinist bir bağlantı vardır. İradenin özgürlüğü ile eyleme özgürlüğü birbirinden farklıdır. İnsanın özgürlüğü, karakter ve değerler tarafından, nispeten kalıtım ve çevre gibi kontrolümüz dışı faktörler tarafından belirlenmektedir (Günay, 2018: 93). Khrysippos evrensel determinizm karşısında insanın özgürlüğünü ve bağımsızlığını şöyle kurtarmaya çalışmaktadır:

> Mutlak bir determinizmi savunacağız.
>
> Determinizmi savunurken kaderden herhangi bir ödün vermeyeceğiz.
>
> Aynı zamanda insan, davranışlarını özgür bir seçim ve iradeye bağlı eylemlerle geçekleştirecek.

Şimdi bu nasıl mümkün olacak? Çözüm şöyledir:

Evrende her şey belirlenmiştir (insan davranışları da bu belirlemenin dışında yer alamaz)

Evrende nedeni olmayan hiçbir olay mevcut değildir (insanın iradi denen davranışlarının da bir nedeni vardır)

İnsan davranışlarının belirleyici nedeni insan iradesi ve insan zihnidir ki iradi davranışlar, nedeni olmayan, belirlenmemiş anlamında özgür değildirler. Onlar insanın kendi dışındaki bir neden tarafından değil bizzat insanın kendisi tarafından belirlenmesinin sonucudurlar (Arslan, 2016 IV: 343).

Görüldüğü üzere Khrysippos'a göre insan üzerinde dış kuvvetin bir etkisi olmasa içtepinin dolayısıyla da onama ve reddetmenin gerçekleşmeyeceği ifade edilmektedir. Çünkü bu dış etki içtepinin tetikleyicisidir, harekete geçirir ama belirleyicide değildir. Belirleme işini yapan öznenin kendisidir, onun zihninin özgür eylemidir (onama ve reddetme ile yapar). Denilebilir ki Khrysippos bir yandan olayların zorunluluğunu kabul etmeyip, diğer yandan hiçbir şeyin daha önce gelen nedenleri olmaksızın meydana gelmesini kabul etmediğinden neden türleri arasında bir ayrım yapmıştır. Bununla amacı bir yandan kaderin varlığını savunmak, öte yandan olayların zorunluluğunu reddetmektir.

Khrysippos, Kleanthes'in 'Erek doğaya uygun yaşamaktır' ifadesini daha açık hale getirerek, ereği 'Doğal şeylerin deneyimiyle uyumlu yaşamak' şeklinde ifade etmiştir (Stobaios, *Ecl*. II. 6a). Hatta doğaya uygun şeyleri seçme konusunda da insanda doğal bir yatkınlık olduğunu da şöyle ifade etmiştir: "Gelecek benim için belirsiz olduğu sürece ben her zaman doğaya uygun şeyleri elde etmeye daha yatkın olan şeylere sarılmaya devam ederim. Çünkü Tanrı beni bu tür şeyleri seçmeye yönelecek bir şekilde meydana getirmiştir" (Long ve Sedley 1987: 58 J). Khrysippos da insan için en iyi yaşam şeklinin 'doğaya uygun yaşam' olduğunu düşünmektedir. Doğa derken hem insan doğasını hem de evrenin doğasını kastetmektedir. İnsanın kendi doğasına göre yaşaması evrenin doğasına göre yaşaması anlamına gelir. Çünkü Khrysippos'a göre insanın doğası Zeus ya da Tanrı'nın doğasının veya yaratılışının bir parçasıdır. Lakin bu düşünce sadece Stoacılara özgü değildir. Bilindiği üzere insanın Tanrısal bir varlık olduğu Antik Yunan mitolojilerinde de görülür. İnsanın mutluluk

gayesine ulaşmasında hem kendi doğasının (ruhunda bulunan daimon'un) hem de evreni yöneten varlığın doğasının örtüşmesi ile doğal uyum ortaya çıkacaktır. (Laertios, 2021: VII. 88-89; bkz. Arslan, 2016 IV: 370). Bu uyumun imkânı insanın tutkular, akıl, arzu ve irade karşısında sergilemiş olduğu tutuma bağlıdır. Tutkular konusunda verilen açıklamalardan büyük bölümü Khrysippos tarafından ortaya atılmıştır (Arslan, 2016 IV: 395-396). Şehvet, öfke, korku gibi duygulanımlar bozuk görüş, kanı ve yanlış yargılardır. Zenon gibi Khrysippos da bu görüşü savunur. İnsan bazı durumlarda akla aykırı hareket eden davranışlarda bulunabilir. Bunun kaynağı insanın akıldışı yani akla itaatsiz olan ve aklın yolundan ayrılan içtepileridir. İnsan normal ve doğal olan ölçüleri aşmıştır. Örneğin; 'bir insan istediği bir şeyi elde etmek için yürüyor' ifadesine bakıldığında burada insan normal içtepisine uyan şekilde ayaklarını hareket ettirirse içtepi ve hareket arasında uygunluk ortaya çıkar ve bu aşırı bir hareketi içermediğinden insan istediği anda rahatlıkla durabilir. Ama 'bir insan istediği bir şeyi elde etmek için koşuyor' ifadesi incelendiğinde insanın ayaklarının hareketlerini istediği zaman durduramayacağı bir ölçüde ve hızda olduğu ortaya çıkar. Dolayısıyla yürümede aşırılık olarak koşma, söz konusu içtepiye aykırıdır. Doğal bir içtepinin ölçüsü akla uygun olan, aklın kendisinin doğru olduğunu düşündüğü şeydir (Long ve Sedley, 1987: 65 J).

İçtepilerle tutkular arasında aynı zamanda hem süreklilik hem de farklılık vardır. Khrysippos için tutkular; akla itaatsizliklerdir, aklın yanlış yargıları, zayıf doğruları veya kanılardır. Tutkular akıldışı şeyler de değildir onlar normal duygu ve heyecanların ölçüsüz, sağlıksız bir şekilde olmasıdır. Aklın normal doğal yargıları doğru yargılarıdır ve bu doğru yargıların eserleri de normal, doğru duygular ve heyecanlardır (Arslan, 2016 IV: 396). O halde insanın akıllı eyleminde arzunun ve iradenin rolü nedir? İnsanda egemen ilke akılsaldır. İnsan zaman, deney, eğitim ve alışkanlık sonucu akla ulaşır, akıllı olur. Eğer bunlar normal bir şekilde gerçekleşirse insan bilgiye, bilgeliğe veya mutluluğa ulaşır. İyi yaşam açısından değerlendirildiğinde de sağlıklı bir akıl, insanı mutlu kılar (Arslan, 2016 IV: 328-329).

Bilge kişinin yaptığı eylemlerin niteliği, sağlamlık, kararlılık, değişmezliktir (Arslan, 2016 IV: 390). "[Ahlak alanında] en uzak, en ileri noktaya erişen insan istisnasız olarak bütün uygun işleri yapar ve onların hiçbirini dışarıda bırakmaz. Buna rağmen onun hayatı henüz mutlu bir hayat değildir; mutluluk bu ara bölgede yer alan eylemler gerçekleşirse buna ek olarak da sağlamlık, kararlılık ve kendilerine özgü değişmezlik kazanırlarsa, mutluluk kişinin hayatında

ortaya çıkar" (Long ve Sedley, 1987: 59 I). Mutluluk için bilgi gerekir bu bilgiye varmak içinde Felsefe, bir uğraştır (Günay, 2018: 94-95). *Yaşam ve Geçim Kaynakları* adlı eserinin ikinci kitabında bilgenin geçimini nasıl sağlaması gerektiğini Khrysippos şu şekilde açıklar:

> Geçimini ne için sağlaması gerekiyor? Eğer yaşamak içinse, yaşamak önemli değildir; haz almak içinse, bu da önemli değildir; erdem içinse, erdem mutluluk için tek başına yeterlidir. Geçim sağlama yolları gülünçtür; örneğin, bir kralın sırtından geçinenler gibi: Çünkü kralın suyuna gitmek gerekecektir. Ve dostlarının sırtından geçinenler: bu durumda dostluk çıkar karşılığı satılık bir şey olacaktır. Bilgelik sayesinde geçinenler: bu kez de bilgelik para karşılığında sunulmuş olacaktır. (Laertios, 2003: VII. 189)

Görüldüğü üzere Khrysippos Tanrı, Tanrının iyiliği başta olmak üzere birçok mesele ile ilgilenmektedir (Günay, 2018: 94-95). Etik söz konusu olduğunda ise erdemin birliği ve tekliği problemi çerçevesinde basiret, cesaret, ölçülülük, adalet gibi birbirinden farklı çok sayıda erdemi kabul etmektedir. Bu konuda Zenon ile aynı düşüncededir. Dolayısıyla bu dört temel erdem birbirinden ayrılamaz olmakla birlikte birbirinden farklıdır da (Long ve Sedley, 1987: 61 C). Dört erdemden biri olan basiretin 'aklı başındalık' şeklinde de çevrilmektedir. Zenon bu dört temel erdemi, aklı başındalığı merkez alarak şu şekilde tanımlar: Ona göre cesaret; dayanıklılık gerektiren şeylerde aklı başındalık, ölçülülük; seçimle ilgili şeylerde akılı başındalık, adalet; dağıtım gerektiren şeylerde aklı başındalık, basiret yani aklı başındalık ise eylem gerektiren şeylerde aklı başındalıktır. Khrysippos'da Zenon ile aynı görüştedir (Long ve Sedley, 1987: 61 C). Görüldüğü üzere erdemlerin sayısı çoktur ve Khrysippos erdemlerin öğrenilebilir olduğu iddiasındadır (Laertios, 2021: VII. 91). "Khrysippos erdeme sahip olmanın değil, onu kullanmanın gerekliliğini vurgular ve erdemlerden birini sergileyenin, hepsini sergileyeceğini ileri sürer. Zira bütün erdemlere sahip olmayan birinin mükemmel olması ya da erdemlerin tamamını içermeyen eylemlerin yetkin olması söz konusu değildir" (Stock, 2021: 47).

Ayrıca Khrysippos insanları erdeme teşvik ederken teolojinin korkutucu yanlarına başvurmamıştır mesela cezalar hakkında konuşmanın tanrıları sadece 'öcü' haline getirmek olduğunu söyler. Çünkü herhangi bir ödülün ya da cezanın bulunmaması, kendisi için arzulanabilir tek şeyin erdem olduğunu savunan Stoacı ahlak öğretisinin temel görüşlerindendir (Stock, 2021: 83-84). Konuyla ilgili Epiktetos'u Khrysippos'a bağlayan bir alıntıda şu söylenmektedir: "…ahlaklılık, bir insanın okuduğu kitaplarda değil, onlarda yazanın nasıl uygulanacağında bulunur. İnsanın işi Khrysippos'un dürtüler üzerine düşüncelerinde usta

olmak değil, kendi tutkularını dizginlemede usta olmaktır" (Stock, 2021: 55). Nitekim dürtüsü yürümek olan kişi koşmaya başlarsa burada aşırılık ortaya çıkacaktır. Bu hal çalkantıya sebep olacaktır ve bize zarar verecektir. Hâlbuki iyi bir akış içinde olmak demek çalkantısız ruh hali içinde olmak demektir. O yüzden makul dürtüyü takip ederek insan, doğanın akışına kendini daha iyi adapte edecektir.

1.4. Orta Dönem Stoa Felsefesinde İyi Yaşam

1.4.1. Panaitios'da İyi Yaşam Fikri

Panaitios M. Ö. 185-180'de doğmuştur yaklaşık olarak 110-109'da da vefat etmiştir. Panaitios'da İlk Dönem Stoacıları gibi Atinalı değildir, Rodosludur. Kendinden önceki Stoacılardan farklı olarak yaşamının bir bölümünü Roma'da geçirmiştir ki bu durum onun düşünce dünyasını etkilemiştir. Babilli Diogenes'in ardından Stoacı okulun başına geçen Antipatros'tan sonra, M.Ö. 129 yılında Panaitios, okulun liderliğini devralmıştır. Panaitios, hem Diogenes'in hem de Antipatros'un Stoacı okulda başlattığı değişimleri sürdürmüştür. Bu değişimlerden biri, Stoacılığın Yunansı olan teorik sistemleri içinde pratikle ilgili konulara daha fazla ağırlık verilmesi gerektiği düşüncesidir. Diğeri, Stoacı pratik felsefenin sokaktaki insanın, geniş halk topluluğunun istek ve gereksinimlerine karşılık verebilecek bir şekilde yumuşatılması, kullanılabilir hale getirilmesi gerektiği düşüncesidir. Böylece bu iki genel ihtiyaç Orta Dönem Stoa Felsefesinin başlangıcında yeni bir yol olmuştur. Panaitios'un Stoa okulunun başında bulunduğu dönemde Stoacılık, İlk Dönem Stoa dönemindeki katılığını kaybetmiştir (Arslan, 2016 IV: 200; bkz. Kalaycıoğulları ve Keyinci 2016: 19). Ayrıca Panaitios'dan Stoacılığın ikinci kurucusu olarak bahsedilir bunun nedeni özgürlüğe yönelik fikirleridir (Molacı, 2021a: fr. I. 72). Yine Cicero da ondan 'asil ruhlu ve yüce fikirli Panaitios' olarak bahseder (Cicero, *Fin*. 4. IX. 23).

Panaitios'un Platon ve Aristoteles'e hayranlığı vardı; bu yüzden Zenon'un öğretilerinde bazı değişiklikler yaptı (Molacı, 2021a: fr. I. 61). Ayrıca Khrysippos'un birçok kuramını kabul etmeyerek yeni ve alternatif fikirler sundu. Stoacıların izlenmesi zor görüşlerini ve onların üsluplarını terk ederek sıklıkla Platon ve Aristoteles'i alıntıladı (Molacı, 2021b: 8-9). Böylece Stoa felsefesine hem yeni bir dönem hem de ılımlı bir felsefe yolu açtı. O halde Panaitios'un Orta Dönem Stoa Felsefesindeki felsefi doktrinlerinin neler olduğu ve İlk Dönem Stoa Felsefesinde değiştirilmesi, yumuşatılması gerektiğini ifade ettiği düşüncelere karşı, tutumunun

nasıl olduğuna bakmak gerekir. Bu doğrultuda evren, ruh, kehanet, insanın doğası, yükümlülükler, tutkular, haz ve acı, erdem, ahlaki iyi, mutluluk-kişilik ilişkisi, insan tiplemeleri gibi konular etrafında Panaitios'un görüşleri ele alınacaktır.

Panaitios evrenin bütünüyle yok olmayacağını ileri süren bir kuramı benimsemiştir. İlk Dönem Stoacıları gibi evrenin ezeli-ebedi olduğunu kabul eder ama onların (Zenon ve Khrysippos) ana fizik tezi olan 'her şeyin evrensel bir yangın olayında ateşe dönüşeceği ve bu evrensel yangın olayından sonra evrenin tekrar meydana geleceği hatta bu sürecin böyle sürekli tekrarlanacağı' görüşünü kabul etmez. Diğer bir deyişle 'evrensel dönüş' kuramına kuşkuyla yaklaşır ve onu terk eder (Cicero, *Nat. D*. 2. XLV. 118; bkz. Molacı, 2021a: fr. 65). Yine "…örneğin Khrysippos'un bu kuramın bir sonucu olarak benimsemiş olduğu birbirini izleyen dünyalarda hep aynı insanların ortaya çıkacağı (aynı Sokrates'in, aynı Platon'un) ve aynı olayların tekrarlanacağı (Sokrates'in idamı, Platon'un Sicilya seyahatleri) görüşünü de kesinlikle reddeder." (Arslan, 2016 IV: 200-201) Panaitios her ne kadar Platon'u takip eden görüşlere sahip olsa da doğan her şeyin öldüğüne inandığı için Platon'un ve Kleanthes'in ruhların ölümsüzlüğünü savunan görüşlerini de kabul etmez. Onun ruhun ölümlü olduğuna dair kanıtı ise şudur:

Acı çeken her şey hastalanabilir

Hastalanan da ölecektir

O halde ruhlar da acı çeker ve bu yüzden onlar da ölür (Cicero, *Tusc*. 1. XXXII).

Ona göre ruh dört ögeden (toprak, su, hava, ateş) biri olan havaya benzer şeyden oluşmuştur ki böyle bir ruh yüksek bölgelere ulaşabilir çünkü ruhun yönelimi daima yukarı yönlüdür (Cicero, *Tusc*. 1. XVIII). Havaya benzeyen ruh ayrıca üreticidir de ve bu onun doğasıdır (Molacı, 2021a: fr.86).

Panaitios kehanet konusunda da Stoacı görüşten uzaktı. Örneğin, insanın doğum anında gökyüzündeki yıldızların konumuna bakarak o insanın geleceğini tahmin ettiklerini söyleyen Keldanî astrologların kehanetlerini reddederdi. Ona göre bir insanın doğumunu Ay'ın ve yıldızların konumundan ziyade yaşadığı yer daha çok etkilemekteydi (Molacı, 2021a: fr. 74). Panaitios'un yıldızlar hakkındaki görüşünü Seneca da şöyle bildirmektedir:

> Panaitios ve diğerleri kuyruklu yıldızların olağan yıldızlar gibi olmadığını, aldatıcı yıldızlar görünümünde olduğunu düşünmekten yanadır. [O halde] yılın her döneminin kuyruklu yıldız üretmeye uygun olup olmadığını, göğün her bölgesinin onları doğuşunu mümkün kılıp kılmadığını, gittikleri her yerde görünür olup olmadıklarını ve diğer konuları dikkatli bir şekilde araştırmaları gerekiyor. Kuyruklu yıldızların tesadüfen oluşmuş ateşler değil, aksine dünyaya örülü [göksel cisimler] olduğunu söylediğimizde bütün problemler çözülmüş olur; zira dünya onları çoğu kere görünür kılmaz ama karanlık bölgelerde hareketlendirir. (Seneca, *QNat*. 7. XXX. 2)

Modern astrolojide de insanların doğum saati ile yıldızların konumu arasındaki ilişki değerlendirilerek gelecek günlere dair insanın psikolojisi başta olmak üzere şans, aşk, para vb. birçok konuda çıkarımlar stoacı dilde söylenecek olursa 'kehanetler' bulunmaktadır. Hâlbuki Panaitioscu bakış açsıyla yorumlayacak olursak insan, geleceği hakkında çıkarımlar yaptığını söyleyen bir kehanete inanmak yerine kendisine 'hayatta ne olmak istiyorum?' sorusunu sormalıdır. Ne olmak istediğimize karar vermek gerekir çünkü Panaitios'a göre soylu doğum, zenginlik, sağlık, askeri veya sivil görevler ve bunların zıtları dış şeylere, şansa ve şartlara bağlıdır. Ama insanın yaşamda hangi rolü benimsemek istediği kendi özgür seçimine bağlıdır. Bunun kehanetle bir bağlantısı yoktur. İnsan kim olacağına, ne tür bir insan olacağına ve ne tür bir yaşam sürmek istediğine kendi karar vermelidir (Long ve Sedley, 1987: 66 E). Görüldüğü üzere insanın özgürlüğüne yönelik bu fikirler Panaitios'un neden Stoacılığın ikinci kurucusu olarak kabul edildiğini kanıtlar niteliktedir (Molacı, 2021a: fr. 1. (72)).

İnsanın yaşam niteliğinin belirlenmesinde tercihler önemlidir ama bu tercihler bir ereğe yönelik yapılır. Panaitios'a göre insanın ereği nedir? Doğanın bize verdiği şeylere göre yaşamak erektir (Molacı, 2021a: fr. 96). İlk Dönem Stoacıları gibi 'doğaya uygun yaşam' modeli Panaitios içinde söz konusudur. Ancak haz doğaya uygun değildir, ona aykırıdır (Molacı, 2021a: fr. 112). Bedensel haz sıkıntının ortadan kalkmasıyla ortaya çıkan sakin bir haz değildir (Laertios, 2003: II. 87). Acının da zaten kötü bir şey olduğunu kanıtlamaya gerek yoktur ama Cicero'nun söylediği üzere o acının doğasını, özünü ve bize hangi bakımdan uygun olmadığını ele alarak acıya katlanmanın yolunu göstermeye çalışmıştır (Cicero, *Fin*. 4. IX. 23). Cicero değerli bulmadığı için bu yolların ne olduğundan da bahsetmemiştir.

Panaitios'un özellikle etik hakkındaki fragmanları en kapsamlı ve sistematik olan fragmanlardır. Cicero'nun bilhassa *Yükümlülükler Üzerine* adlı çalışmasında Panaitios'un etik düşüncesinin izleri bulunur. Panaitios Stoa etiğini pratik boyutta geliştirerek onu daha kullanışlı

hale getirmeye çabalamıştır (Molacı, 2021b: 8-10). Yükümlülük üzerine düşünceleri bulunan Panaitios yükümlülük konusunu üç bölüme ayırarak soruşturma yapar. Bu üç aşama şöyledir:

1) Bir eylem ahlaki açıdan doğru mu yanlış mı olduğu sorusunu sorarak

2) Bir eylem ahlaki açıdan yararlı olup olmadığı sorusu sorarak

3) Bir eylemin ahlaki açıdan doğru veya yanlış olması ile yararlı veya zararlı olması arasında açık bir şekilde çatışma olursa buna nasıl karar verileceğini belirlemek üzerinedir (Cicero, *Off*. 3. II. 9).

İnsan ahlaki davranışlar geliştirirken bir ölçü olarak sadece 'evrensel doğa'yı değil bunun yanında 'insan doğası'nı da gözetmelidir yani insanlar arasındaki farklılıklara, bireyselliklere önem verilmelidir. Bu konu daha sonra Cicero tarafından 'roller kuramı' olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kurama göre doğa insana çeşitli roller vermiştir. Bunlardan birincisi hepimizin aynı akla sahip olması manasını taşıyan 'evrensel rol'dür. İkincisi, hepimizin özel olarak sahip olduğumuz 'bireyselliğimize, kişiliğimize uygun olan rol'dür. Eğer insan aradığı doğru hayata daha kolay erişmek istiyorsa kendisine özgü olan bireysel özelliklerine bağlı kalmalıdır. Böylece insan kendi doğasına uygun hareket etmiş olacaktır. Diğer türlü insanın kendine özgü mizacına karşı çıkarak yani kendi doğasına karşı gelerek buna uygun olmayanı hedeflemesi ulaşamayacağı bir şeyin peşinde koşması gibi olduğundan bu yararsız bir faaliyet olacaktır. Dolayısıyla insan Sokrates'in bilindik 'kendini bil' buyruğu ölçüsünde kendi doğasını ve gerçekliğini tanıma yönünde hareket etmelidir. Böylece o kendi özel yapısını, karakterini, güçlü ve zayıf yönlerini tanıyıp onları da göz önünde bulundurarak kendisine 'en iyi uyan' şeyleri seçmeye çalışmalı ve ona göre bir yaşam sürmelidir (Arslan, 2016 IV: 407). Eylemlerde bulunurken içinde bulunduğu şartların, zamanın ve zeminin sonucu olan şeyleri de göz önünde bulundurmalıdır (Arslan, 2016 IV: 408).

Panaitios erdemleri Aristoteles gibi ikiye ayırır:

1) Teorik Erdemler

2) Pratik Erdemler (Laertios, 2021: VII. 92).

Erdemlerin birliği meselesi için de Panaitios'un şöyle bir tasviri vardır:

> Hedefe nişan almış çok sayıda okçu, hedefin [hedef tahtasının] de farklı renklere boyanmış bölümleri olsaydı, her bir okçu hedefi, belki biri beyazı, bir diğeri siyahı, öteki de başka

> renkte <olan> bir kısmı, vurmak için çabalardı. Dolayısıyla bunların [okçuların] vurdukları hedef, onu en yüce erek kılar, fakat bölümler [hedeften] önce gelir. Buna benzer şekilde bütün erdemler, farklı şeylere ilişkin olsalar da, doğaya uygun yaşamaya dayanan mutlu olma ereğini gerçekleştirirler. (Stobaios, *Ecl*. II. 5b5)

Ayrıca mutluluk için erdem yeterli değildir onun için sağlığa, dışsal şeylere ve bedensel kuvvete ihtiyaç vardır (Laertios, 2021: VII. 128).

Panaitios'un bir diğer önemli görüşü mutluluk ve kişilik arasında kurduğu ilişkiye dairdir. Kişiliğin oluşumunda dış faktörler ile kişilerin kendilerine ait özellikler arasında ayrım vardır. Kişi, türü bakımından oynaması gereken rolle, bireysel özellikleri ve içinde bulunduğu şartlar sonucu oynaması gereken rolleri birbirinden ayırt etmelidir. Bunun için kişi ne olmak istediği ile ilgili kararı kendi vermelidir. Böylece istediği şekilde ve kendi tercihleri ile yaşam sürecek, doğasına uygun hareket edecektir. Kendini tanımaya dair özgür olacaktır ve kendini gerçekleştirmek için eudamonist gayeye yönelik bir çaba gösterecektir (Aslan, 2016 IV: 408).

Panaitios'u kendisinden önceki Stoacıların bazı düşüncelerine karşı çıkarken görmekteydik. Bunlardan bir tanesi de insanları 'bilge insan ve diğer insanlar' ya da 'erdemliler ve erdemsizler', Zenon'un ifadesiyle de 'bilgeler ve budalalar' olarak ayırma mevzusudur. Ona göre hayat sadece mükemmel ve gerçekten bilge insanlarla yaşanmamaktadır, bununla beraber kendisinde herhangi bir erdemlilik işareti gösteren bir kimse de ihmal edilmemelidir (Long ve Sedley, 1987: 66 E). Onun bu yaklaşımı bütün erdemleri sadece bilgeliğe bağlayan Khrysipposçu tutuma, karşı bir duruştur. Çünkü bilge olmayan herkes aptal veya budala olmadığı gibi tam erdeme sahip olmayan herkes de kötü değildir. Bilgelik ve diğer erdemler arasında ayrım yapılmalı ve erdemle erdemsizlik arasında erdeme benzeyen şey diye tanımlayabileceğimiz üçüncü bir şey olmalıdır. Bu şey ile mükemmel erdeme sahip olmayıp erdeme benzeyen erdemsi şeylere sahip insanlar kastedilir.

1. Tam mükemmel erdem

2. Erdemsizlik

↓

3. Erdeme benzeyen şey (Erdemsi şey)

Panaitios'a göre bilgelik ve tam erdem kavramları üzerinde haddinden fazla ısrarcı olmak, gerçek hayatı ve ahlaki yaşamı zorlaştırma, insanların ahlaki eğitimlerini imkânsız

kılma tehlikesi taşır. Bu nedenle 'en iyi' bir ideal olarak doğrudur. İnsanı ilgilendiren şey 'en iyi'den sonra gelen 'ikinci iyi'dir (Arslan, 2016 IV: 407). "[Panaitios] ahlaki doğruluğun tek iyi olduğunu varsayan biridir; onunla çatışan şeyler yalnızca görünüşte yararlıdır, onların varlığı yaşamı daha iyi hale getirmediği gibi yoklukları da daha kötü bir yaşama yol açmaz" (Cicero, *Off*. 3. III. 12). Denilebilir ki Panaitios'un ahlaken doğru olanla çatışan bir şeyi yararlı olarak görmesi ve ahlaki doğru olanla çatışan bir şeyi yararla kıyaslaması beklenemez. Ahlaki açıdan doğru olan yerine uygun görünene değer vermek hatta bunları kıyaslamak ve aralarında tercih yapmak Panaitios'a göre yanlıştır (Cicero, *Off*. 3. III. 18). O, ahlaki açıdan doğru olan bir şeyin bazı durumlarda yararlı olan şeyle çatışabileceğini (ki onun için bu doğru da değildir) söyler. Diğer yandan yararlı görünen bir şeyinde ahlaki açıdan doğru olanla çatışabileceğini söyler. Ama aynı zamanda ahlaki açıdan doğru olmayan bir şey gerçekten yararlı değildir ve yararlı olmayan bir şey de ahlaki açıdan doğru değildir. Dolayısıyla bu iki kavramı (doğruluk ve yararlılık) birbirinden ayırmamak gerekir bu sayede yararlı olan şeyleri ahlaki bakımdan doğru olan şeylere tercih etmemiş, gerçekte yararlı şeyleri hatasız bir biçimde kabul etmiş oluruz ve bu durum insan yaşamına zarar vermekten bizi kurtarır (Cicero, *Off*. 3. VII. 33). Peki, yararlı olanla ahlaki açıdan doğru olanın çatıştığı bir durum olursa ne yapılmalıdır? Bu soruya Panaitios'u destekler şekilde Cicero cevap verir. Buna göre biz yararlı olanla karşılaştığımızda pekâlâ etkileniriz ancak bu yararlı olanı daha derin incelediğimizde yararlı olarak görülen şeyin ahlaksızlıkla ilgisi olduğu görülürse kesinlikle o yararlı olandan vazgeçilmelidir. Çünkü stoacı düstur doğaya yarar sağlamayanı reddeder. Bu nedenle yararla ahlaksızlığın bir arada olması imkânsızdır (Cicero, *Off*. 3. VII. 35).

Panaitios insanların uyum içinde yaşaması gerektiği üzerinde de durur. İster bir komutan ister bir lider olsun hiç kimse diğer insanlarla işbirliği yapmadan büyük işler başaramaz. Örneğin, Themistokles, Perikles, Kyros, Argesilaos ve İskender diğer insanların destekleriyle büyük başarılar kazanmışlardır (Cicero, *Off*. 2. V. 16). İşbirliği yapabilmek için anlaşabilmek gerekir. Bu uyumu Panaitios kendi yaşamında da göstermiştir. Dolayısıyla ortak kabuller söz konusu olduğunda Panaitios gibi yaygın ve aşina olunan sözcükler kullanılmalıdır (Cicero, *Off*. 2. X. 35). Görülüyor ki aynı insan doğası gereği sosyal varlıktır. Şüphesiz ki insanın doğaya uygunluğu diğerleriyle olan ilişkisinde ve insanın mutluluğu da diğerleriyle olan uyumlu ilişkisinde yatar.

Panaitios yaşamda bir duygu durumu olarak aşktan da bahseder.

““Bilge sever mi, âşık olur mu?” diye soran genç adama:

> Bilge için düşünelim bakalım. Şimdilik bir bilge olmaktan çok uzak olan sen ve ben böyle bir duygudan kaçınmalıyız; biz böylesine karmaşık, zayıf bizi başkasına köle edecek bu duruma kendi gözünde değersiz bir tutkuya düşmemeye gayret edelim. Bilge bize saygı gösterse de, onun insanlığı isteğimizi körükler; hor gördü mü de, üstten bakışı yüzünden kızarız. Aşkın zoru da kolayı da aynı derecede zarar verir bize. Kolay aşka kapılırız, zor olana karşı bir mücadele başlatırız. Güçsüz ruhumuzu ne şaraba ne güzelliğe; ne dalkavukluğa ne de sinsi sinsi sokulan başka şeylere bağlayalım. (Seneca, 2020: 457-458)

Panaitios nazarında aşk insanın akıl dışı hareket etmesine neden olur. Aşk güçlü de bir tutkudur. Onun bu özelliği insanı gerçeklikten kopartan, intihara sürükleyen hatta ölümle sonuçlanan bir duruma da sürükler. Aşk, aşırı bir dürtüdür makul değildir, istenilen bir duygu da değildir çünkü insanı saplantılı birine de dönüştürebilir. Nitekim akla uygun hareket etmemek erdemli olmaya engel olmak manasını taşır. Peki, hiçbir şeye mi aşk duyulmamalıdır? Kanaatimizce bilge olmaya duyulan makul bir aşk mümkündür. Çünkü bilge bu duygusunu dengede tutacaktır. Dolayısıyla insan, aklını sarsan ve ruhunu çalkantıya sokan bu duyguya boyun eğmemelidir. İdeal bilge, iyi duygulara sahiptir çünkü iyi duygulara sahip kimse akıl dışı hareket edemez. Erdemde yegâne iyidir. Stoacı bilge de erdemlidir. Son kertede insan erdemli insan olmak için çaba sarf etmelidir. Ruh, dinginliğini sağlamak için erdemsizliklere boyun eğmemelidir. Son kertede Panaitios'da erdemli bilge olma yolunda arayış içerisinde olan insan tasvir edilir ve bu durum ruh dinginliğini sağlamak isteyen filozof, araştırmacı, bilim insanı gibi arayış içerisinde olan kimselere umut vermektedir. Mutlu ve erdemli bir bilge olmak mümkündür.

1.4.2. Poseidonios'da İyi Yaşam Fikri

Panaitios'un öğrencilerinden olan Poseidonios bir Yunan düşünürdür ama aslen Suriyelidir. İ.Ö. 135'de doğmuş İ.Ö. 50'de vefat etmiştir. Panaitios'tan dersler almıştır ve Rodos'ta kendi okulunu kurmuştur. Rodos'u ziyaret eden (İ.Ö. 79-77) Cicero'yu etkilemiştir. Poseidonios Orta Dönem Stoa Felsefesinin Khrysippos'u olarak görülür. Düşünceleri ve konu edindiği felsefi problemlerde Stoacı bazı temel paradigmaları kabul etmekle birlikte onun, İlk Dönem Stoa Felsefesine dair eleştirel bir bakış açısına sahip olduğu söylenebilir. Dolayısıyla o aynı konulara yeni bir yaklaşım getirmiştir. Filozof olmasının yanı sıra o bir coğrafyacı, etnograf, okyanus bilimcisi, minerolog, volkan bilimci, astronom, matematikçi ve tarihçidir.

Onun evreni kutsal bir şey olarak kabul etmesi ve ona uygun, onun yasalarına uygun yaşamayı bir ibadet gibi görmesi 'kozmik sempati' diyebileceğimiz bir düşünceye tekabül eder. Pratik felsefeyle de birleşen bu düşüncenin ahlakla paralel şekilde ele alınması Roma Stoacılığının doğmasına etki etmiştir (Arslan, 2016 IV: 202-203-206).

İ.Ö. 142-93 arasında Roma dünyasında cereyan eden olayları yazan Poseidonios insanlığın altın çağı olarak tanımladığı ilk dönem hakkında bilgiler vermiştir. Arslan'ın aktarımıyla;

> Poseidonios bu dönemi insanların bilge kişiler tarafından yönetildikleri ve doğaya uygun mutlu bir hayat sürdükleri bir dönem olarak tasvir etmiştir. Ancak, ona göre, bu altın çağ fazla sürmemiş, zamanla toplumlara kötülükler nüfuz etmiş ve krallıklar zorbalıklara dönüşmüştür. Böylece yasalara başvurmak ihtiyacı ortaya çıkmış ve bu yasalar da yine ilk kez bilge insanlar tarafından tasarlanıp ortaya konmuştur. Poseidonios bilgelerin insanlığa yalnızca yasalar değil, aynı zamanda bütün sanatları da hediye ettiklerini savunmuştur… (Arslan, 2016 IV: 203).

Görüldüğü üzere Poseidonios'da geçmiş toplumlarda görülen bir altın çağ inancı bulunmaktadır. Bunu mecaz anlamda eskiden insanlar altın gibiydi diye de düşünebiliriz. Ama sonra hep bir düşüş ve bozulma olmuştur. Sonucunda da insanın yaşamı, arayışı değişmiştir. Poseidonios'da insanın değişen yaşamında 'iyi yaşam'ın bir nevi kriterlerini ele almıştır. Poseidonios'un 'ruh anlayışı, tutkular ve tutkuların mekanizması konusu, insanın doğası, ereği, yine erdem ve erdemlerin öğrenilebilirliği mevzusu, mutluluğun imkânı problemi, bilge kişilerin önemi' gibi meseleler hakkındaki düşünceleri 'iyi yaşam' idealine ulaştıran içerikler sunmaktadır. Bunlara bakıldığında ilk olarak Poseidonios'un Stoacı doğa felsefesine veya Stoacı kozmolojinin ana tezlerine itirazı olmadığını belirtmeliyiz. Ancak ona göre bu tezlere ilişkin bazı noktalarda değişiklik yapılması gerekir. Ruh anlayışı bunlardan biridir. Nitekim Zenon ve Khrysippos ruhun akıllı ve akıllı olmayan kısımlardan meydana geldiğini, tutkuların ise ruhun akıllı olmayan kısmının akıllı olan kısmına hâkim olması nedeniyle ortaya çıktığını ve şehvet, öfke, korku gibi tutkuların veya duygulanımların bu sebepten ötürü bozuk görüşler ve yanlış yargılar olarak ortaya çıktığını savunmaktadır. Ancak Poseidonios insanda egemen ilkenin tümüyle akılsal olduğu için arzulayıcı veya öfkeli ruh diye bir şeyin olmadığını ileri süren Khrysipposcu düşünceye karşıdır. Panaitios gibi bu anlayışı reddederek "tümüyle akılsal olan insanın bu tür yanlış değerlendirmeler yapması, yani yanlış görüşlere sahip olması nasıl mümkündür? Doğal akılsal hatta Tanrısal olan bir yeti, bir güç nasıl olup da akla aykırı, doğaya aykırı bu tür yargılara imkân vermektedir?" gibi sorular etrafında itirazda bulunmaktadır.

Çünkü ona göre Khrysippos insan deneyinde akıldışı unsurları hesaba katmamıştır (Arslan: 2016 IV: 397-398). Long ve Sedley, Poseidonios'un bu konu hakkındaki görüşünü şöyle açıklar:

> O [yani Poseidonios] tutkuları ne yargılar ne de yargıların sonuçları olarak ele alır; tersine onları eski öğretiye uygun olarak öfke ve arzu yetisinin ürünleri olarak görür. Poseidonios *Tutkular Üzerine* adlı incelemesinde Khrysippos'a ve onun izleyicilerine sürekli olarak şu soruyu sormaktadır*: Bu aşırı içtepinin nedeni nedir? Çünkü akıl kendi işlerinin ve sınırlarının dışına çıkamaz.* O halde bir başka akıl-dışı yetinin içtepinin sınırları aşmasının nedeni olduğu apaçıktır, nasıl ki koşmanın yürüme tercihinin sınırlarını aşmasının nedeni, akıl-dışı olan bir şey yani cismin ağırlığa sahip olması ise (Long ve Sedley, 1987: 65.K).

Denilebilir ki Poseidonios Platonun üçlü ruh anlayışı yani ruhun akıllı olan kısmı yanında akıllı olmayan, arzulayıcı ve öfkeli kısımlarının da bulunduğu tezine geri dönerek tutkuları ruhun akıl-dışı kısımlarının sonuçları olarak değerlendirmektedir (Aslan, 2016 IV: 395). Bu bağlamda kötülüğü yanlış yargılara veya kanaatlere indirgemek gerçekçi değildir, insanın haz ve dünyevi başarıya dair doğal bir eğilimi vardır. "Akıl ancak kendi faaliyetlerini açıklayabilir ve aklın kendi sınırları dışına çıkması mümkün değildir. Bundan dolayı tutkuları açıklamak için insan ruhunda veya doğasında başka bir ilkeye, akıllı olmayan bir ilkeye veya güce başvurmak zorunludur" (Aslan, 2016 IV: 395). Ruhun akıl-dışı tarafından kaynaklanan duygusal bozuklukları veya tutkuları düzeltmek için farklı 'akıl-dışı' çözümlere başvurmak gerekir. Bunlar arasında müzik ve şiir vardır. İlginç bir şekilde 'akıl-dışının sadece akıl-dışı ile tedavi edilebileceği' gibi bir ifade kullanılabilir. Ki bu fikrin altında Aristoleles'in tragedyanın bizde korku ve acıma duyguları uyandırarak insanda bir arınma sağladığı şeklindeki meşhur savunusu olma ihtimali yüksektir (Aslan, 2016 IV: 204). Aristoteles de arınma *katharsis*'dir. Zihinsel ve ruhsal arınma söz konusu olduğunda Aristoteles'de müziğin katharktik amaçlar için kullanılabileceği görülür. Özellikle müzik konusunda onun yaklaşımı şöyledir:

> … faydalı ya da zorunlu olduğu için değil, yüksek ve özgür kişilere yakışır nitelikte taşıdığı için oğullarımıza vermemiz gereken bir eğitim biçimi vardır. Bu eğitimimin bir mi birçok mu olduğunu, hangi konuları kapsadığını ve nasıl öğretileceklerini ileride bir ara tartışmalıyız. Fakat şimdiden o yönde biraz yol aldık; en azından müzik bu konuların arasında olacak (Aristoteles, *Pol*. VIII. 3).

Görüldüğü üzere müzik, Aristoteles'in önerdiği bir arınma yöntemidir. Poseidonios'da da Aristoteles'in bu yaklaşımının izleri vardır.

Poseidonios'u kendi döneminde hocası Panaitios'tan ayıran yanları vardır. Bunlardan biri de mistik güçlere olan inancı ve eğilimidir ki o bilimsel felsefi ilgiler kadar dini ihtiyaçların

da doyurulmasının beklendiği bir dönemin başlangıcında yer almaktadır. O, Panaitios'un astrolojiyi ve kâhinliği reddetmesine karşın bunların gerçekliğine inanmıştır. Ayrıca tanrılarla insanlar arasında bulunan insanüstü varlıkların büyük bir önemi vardır (Kalaycıoğulları ve Keyinci, 2016: 19; bkz. Birand, 1958: 117-118).

Poseidonios'a göre insanın ereği, doğaya uygun yaşamak ve erdeme göre yaşamaktır, doğa bizi erdeme yönlendirir. Erdemin asli varlığına kanıt, Sokrates, [Kinik] Diogenes ve Antisthenes'in [ahlaki] gelişimlerinde görülebilir. Örneğin Sokrates felsefenin, bilhassa pratik felsefenin, kabul ettiği en ünlü temsilcilerindendir. Erdemliliğin karşısında erdemsizlikten de bahsedebiliriz. Onun var olması erdeme karşıt olmasından kaynaklanmaktadır (Laertios, 2021: 54). Ayrıca erdem öğrenilebilirdir. Erdemin öğrenilebilir olduğunu ise önceden budala iken daha sonra iyi insana dönüşen birine bakarak anlayabiliriz. Poseidonios ve takipçilerine göre dört tür erdem vardır (Laertios, 2021: VII. 92). Bu erdemler diğer Stoacılarda da rastladığımız üzere aklı başındalık, ölçülülük, adalet ve cesarettir.

Poseidonios'a göre erdemle mutluluğun ilişkisine bakıldığında, mutluluk için erdem yeterli değildir, onun için sağlığa, dışsal şeylere ve bedensel kuvvete ihtiyaç vardır (Laertios, 2021: 69). İlk Dönem Stoacılığının sağlık, zenginlik, iyi ün gibi dışsal iyilerin hiçbir değeri olmadığı ve bunların insan mutluluğu bakımından 'ilgisiz şeyler' olduğu söylemine karşılık Poseidonios ise Aritoteles'in insanın mutlu olması adına bu tarz şeylere de gereksinim duyduğu bu yüzden onların belli ölçüde iyi ve değerli olduğu şeklindeki düşüncesini kabul eder. Bu kanaatimizce önemlidir. Çünkü insan düşüncede birçok hayal kurabilir, ideal yaşam şekli tasavvur edebilir. Ama bunu gerçekleştirebilmek için kendisini pasif veya durağan bir hale sokmaktan ziyade aktif ve dinç bir şekilde hareket eden bir hale koyar ki bu sayede gayesine ulaşabilsin. Dolayısıyla mutluluk gayesi için kendisini faal konuma yerleştiren insan bunun gerçekleşmesi için dış koşullarında ona müsaade etmesini, yardımcı olmasını bekleyecektir. Bu nedenle insanın ereğine ulaşması için erdemin yanı sıra gerekli olan sağlık, dışsal şeyler ve bedensel kuvvet iyi şeylerdir. Yine İlk Dönem Stoacı düşünceye göre iyiler doğası gereği zarar vermez aksine yarar verir. Ama iyi ya da kötü olarak kullanılabilir olan şeyler iyi değildir örneğin zenginlik ve sağlık iyi de kötü de kullanılabilir; bu nedenle ne zenginlik ne de kendi başına sağlık iyidir. Ama Poseidonios bunları iyiler arasında sayar (Laertios, 2021: VII. 103). Çünkü bunların erdem olmasının kendi başına bir anlamı yoktur. Poseidonios da bunları tek

başına bir amaç haline getirmemiştir. Denilebilir ki zenginlik ve sağlık; erdemi, mutluluğu tamamlayıcı unsurlar arasındadır.

Poseidonios'un *Yükümlülükler Üzerine*'nin birinci kitabında bilge'nin tanrılara dua ettiği ve onlardan iyilik istediği söylenmektedir (Laertios, 2021: VII. 124). Bu istenç öyle sanıyoruz ki bilgenin zenginlik, sağlık, güzellik gibi dışsal veya maddi şeylerin yanı sıra ve hatta bunlardan önce bilgiyi, erdemli olmayı, ahlakı, mutluluğu dahası iyi yaşamı istediği yönündedir. Burada iyi yaşam ile ilişkili olması bakımından dostluk konusuna da değinirsek dostluk, birbirlerine benzer oldukları için sadece erdemli insanlar arasında kurulabilir. Nitekim dostlara kendimize davrandığımız gibi davranırız. Yaşamla ilgili iyi şeyleri dostlar topluluğunda paylaşırız. Dost kendinde seçilmeye değerdir. Çok dosta sahip olmak da iyidir. Budalalar arasında ise dostluk olmaz ki hiçbir budalanın dostu olmaz. Onlar aklı başında olmayan kimselerdir. Erdemli bir bilge ise yaptığı her şeyi iyi yapar (Laertios, 2021: VII. 124-125). Ancak bilge kişinin, toplumun hizmetinde çalışmayı kendisine görev sayması da şarttır. Çünkü insan ilk olarak Tanrı'ya, ikinci olarak vatanına ve topluma, son olarak da anne babasına karşı sorumludur. "Erdemin iyinin en üst mertebesi olduğunu düşünenler haklıdır, erdem dostluğu doğurur ve korur, erdem olmadan dostluk kurulması imkânsızdır" (Cicero, *Amic*. VI). "Dostluk mutlu günleri daha güzel, kötü günleri ise paylaşım yoluyla daha katlanılabilir kılar" (Cicero, *Amic*. VI. 22).

Sonuç olarak Poseidonios, Platon ve Aristoteles'in bazı düşüncelerinden kopmayarak Stoacı öğretiler içerisine yeni yaklaşımlar getirmiştir. Bazı konularda Panaitiosla'da aralarında fikir ayrılıkları vardır. Son kertede iyi olan evrende iyi bir dünyada yaşayan insan iyi bir yaşam sürmesi için doğaya uygun bir şekilde tutkularının dengesini sağlayarak iyiyi isteyip mutluluk yolunda iyi olan şeyler, özellikle 'erdem ve bu sayede bilgi' edinmesi gerekir. Diğer dışsal şeyleri (zenginlik ün, sağlık gibi) iyi yolda iyi şekilde tercih edip kullanması gerekir. Ayrıca sadece kendisine karşı değil başka şeylere karşı da sorumluluğu olan insan buna göre adil olmalıdır. Poseidonios insan ruhu ve doğasını bir benzetmeyle de ele alır. "Poseidonios'a özgü bir benzetme şöyledir: Stoa felsefesi yaşayan bir canlı ise mantık onun kemikleri ve kasları, doğa bilimleri eti, ahlak ise ruhudur" (Çevik, 2020: XXI). İnsan bu yaşayan felsefenin, iyi yaşayan bir felsefecisi olma imkânına, dahası iyi yaşayan bir kimse olma idealine ulaşabilir.

1.5. Son Dönem Stoa Felsefesinde İyi Yaşam

1.5.1. Gaius Musonius Rufus'da İyi Yaşam Fikri

Gaius Musonius Rufus, Epiktetos'un hocası olarak bilinmektedir. Düşünceleri ile yaşamının uyumlu olması nedeniyle pratik felsefenin Roma Stoacılığındaki temsilcilerinden bir olarak görülür. Sokrates'e benzer şekilde herhangi bir yazılı eser bırakmamıştır. Onun hakkındaki bilgiler öğrencileri, çağdaşları ve ondan yüzyıllar sonra yaşamış bazı yazarlardan öğrenilmektedir.[4] Musonius'a düşüncesi, söylemi ve eylemleri arasındaki tutarlılıktan ötürü Romalı Sokrates'te denilmektedir. Onun öğretilerinden etkilenen öğrencileri, dostları ve manevi torunları vardır. Felsefe'de belirli bir noktaya gelmiş ün kazanmış öğrencileri, Tyreli Euphrates, Herakleialı Timokrates, Athenodotus, Prusalı Dion, Lucius, Pollio ve Musonius Rufus'un yaşamı ve öğretisini uygun şekilde yorumlar yapan Epiktetos'tur (Molacı, 2021c: 9-13).

Musonius'un felsefesi ve iyi yaşam hakkındaki düşünceleri 'evrenin doğası, insanın doğası, insanın doğası gereği erdeme yatkınlığı, insanın ereği, mutluluk, erdemin en iyi nasıl elde edileceği, erdemin elde edilmesinde felsefe öğrenmenin rolü, insan bedeni ve ruhunun eğitimi, doğaya uygun yaşamaya yardımcı olan şeyler, bedeni güçlendirmek, zenginlik ve gerçekten zengin olan kişi, ileriki yaşlarda sahip olunacak en iyi şey, ölümü karşılama şekli, erken yaşta doğru eğitim, felsefe öğrenmeye uygun olanlar, filozofun seçimi' gibi konuları kapsamaktadır. Biz de bunlar üzerine Musonius'un neler söylediğini ele alarak onun iyi yaşam düşüncesini ortaya koymaya çalışacağız.

Musonius evrenin doğasından şu şekilde bahseder:

> Evrenin doğası nasılsa öyledir ve hep öyle kalacaktır, var olanların şu an olduklarından başka türlü olmaları olanaksızdır; bu değişim ve dönüşüm sürecinde, sadece insanlar yeryüzünde bulunan diğer canlılar değil, tanrısal varlıklar ve hatta aşağıya ya da yukarıya doğru hareket eden dört öğe de bulunur. Yani toprak suya, su da havaya dönüşür ve sonra hava *aither* haline gelir; aşağı yöne olan hareket ise bunun tersi yönde olur. Düşüncelerini bunlara odaklamaya çalışan ve kaçınılmaz olanı kabullenmeye ikna olan kişi, ölçülü ve uyumlu bir yaşam sürdürür. (Rufus, 2021a: fr. 42)

Bilindiği gibi Antik Yunan Felsefesinde de arkhe problemi olarak da karşımıza çıkan bu dört ögeden sıklıkla söz edilir. Örneğin Kranz, Empedokles'in düşüncesini şöyle aktarır: "…

[4] Yirmi bir konuşma, otuz iki fragman ve iki mektup Musonius'un düşüncelerine ulaştığımız referans kaynaklardır. Bu kaynakların *Musonius Rufus'tan Kalanlar Konuşmalar-Fragmanlar-Mektuplar* şeklinde Melike Molacı tarafından yapılan Türkçe tercümesi bulunmaktadır.

bu dönemde öğe karışımları, bitkiler, hayvanlar ve insanlarda bu arada olmak üzere, tek tek şekiller meydana getiriyorlar; bunlar bütün nesneler gibi tamamıyla tanrısal öğe, aynı zamanda vücut ve ruh'turlar. Güneş, su, toprak ve hava da, bize göründükleri şekilleriyle, dört öğe-tanrının meydana çıkış şekilleri olup bunlar için öğeler için kullanılan sözler kullanılmaktadır" (Kranz, 2014: 106). Bu meseleye insanın doğası açısından bakıldığında insanda da bu dört öğenin değişimi ve dönüşümü vardır ancak insanın var olan doğası ne ise öyledir. "'…bir taşı ne kadar yukarıya atarsanız atın, doğasına uygun olan yere düşecektir. İşte yaratılışında iyi olan insan da, ne kadar uğraşırsanız uğraşın, yine kendi doğasına [uygun olana] yönelecektir'" (King, 2011: 46).

İnsan doğası gereği erdeme yatkın olarak dünyaya gelmiştir, erdemden pay almıştır ki erdem iyi'dir. Bir kimseye 'akılsız, adaletsiz, ölçüsüz ve budala mı olduğu' ya da bunların karşısında 'aklı başında, adil, ölçülü ve bilge mi olduğu' sorulsa o 'aklı başında, adil, ölçülü ve bilge' olduğunu söyleyecektir. Erdemi elde etmek için çaba gösterip göstermediğine bakmaksızın kendisinin iyi biri olduğunu söyleyecektir. Çünkü insan ruhunda uygun şekilde yaşamaya yönelik erdeme doğal olarak bir meyil vardır. Böylece iyi olmak herkese uygundur ama bazı kimseler iyi olduğunu söyleyerek kendini kandırır bazı kimselerde iyi olmadığını kabul etmeye utanır (Rufus, 2021: 20-21).

İnsanın doğası gereği erdeme yatkınlığı bağlamında Musonius'a göre insanın ereği nedir? "[E]rek, yaşamda iyi ve mutlu olmak ve kutlu bir yaşamla hatırlanmaktan başka bir şey değildir" (Rufus, 2021: 34). İnsan bu ereğine ulaşırken pekâlâ birçok sıkıntıyla karşılaşacaktır. Nasıl ki bir cambazın yüksek bir ipte yürürken anlık denge kaybının ölümle sonuçlanma ihtimali var ise ve yine de düşük bir ücret karşılığı işine devam ediyor, katlanıyorsa insan da mutluluğu bütünüyle elde etmek için sıkıntılara katlanmalıdır. Mutluluk gayesiyle çıkılan yolda erdemi ve iyiliği ararken karşılaşılan sıkıntılar illaki olacaktır. İyi, adil ve ölçülü olmak nitelikleri sıkıntılara katlanmaksızın elde edilemez. Kaldı ki sıkıntıya katlanmak istemeyenler hiçbir şeye layık değildir. Ama iyinin ya da kötünün peşinde olmalarına bakmaksızın bütün insanlar sıkıntılara katlanmak zorundadır. Dolayısıyla insanlar sıkıntıları önemsiz olarak görmeye çalışmalı, onlara aldırmamalıdır (Rufus, 2021: 33-35). İnsan ereğine ulaşmak için erdemi layıkıyla taşımalıdır.

Erdem en iyi nasıl elde edilir? İki yolu vardır; birincisi erdem, yapılması gereken doğruları öğreten sözlerle elde edilir, ikincisi erdem, öğrenmiş olduğumuz sözlere uygun şekilde eylemlerimize yerleşen alışkanlıklarla elde edilir. Aristoteles bu alışkanlığın kazanılmasındaki ana unsuru *orta teorisi*yle açıklar. Orta teorisi bir fiilin alışkanlık olarak kazanılmadan önce belirlenimin, iyi ayırt edilmesi olarak görülebilir. Aristoteles, ortaya dair bir belirlenimde bulunarak ve örneklendirerek şunları söyler: "…aşırılığı ve eksikliği olan şeylerde orta da vardır… Öfke konusunda orta olma sakinliktir; ortanın, hatta az çok adı olmadığından ötürü, ortaya sakinlik diyoruz; aslında sakinlik adsız olan eksikliğe doğru kayıyor. Aşırılığa öfkelilik denebilir; çünkü duyuları, öfkedir; öfke uyandıranlar ise pek çok ve çeşitlidir" (Aristoteles, *Eth. Nic*. IV. 1125b). İyi huylar, "*ortaya uygun*" fiiller alışkanlık haline gelirse erdem olur ve orta durumundan uzaklaşılırsa kötü ahlak meydana gelir ki bu durum iyi ahlakı giderir. Bu yüzden erdemin kazanılmasında denge önemlidir. Peki, 'erdemi en iyi şekilde elde etmek için yapılması gereken doğruları öğreten sözler mi yoksa öğrenmiş olduğumuz sözlere uygun şekilde eylemlerimize yerleşen alışkanlıklar mı daha önemlidir?' Musonius'a göre alışkanlık daha etkilidir (King, 2011: 34). Bunu şu şekilde açıklar:

> [E]ğer sözlerden anladığımız bir şey hakkında konuşmak ve alışkanlıktan anladığımız da harekete geçmek ise, herhangi bir şey hakkında söylenenleri bilmek onu eylemlerle alışkanlık haline getirmekten daha iyi olabilir mi? Nasıl eylemek gerektiğini öğreten sözler eylememize yardım ederler ve alışkanlıktan önce gelirler; bir şey söze uygun olmadıkça iyi olamaz. Ama yine de alışkanlık, sözden daha önemlidir, zira insanları eyleme yönlendirmede o daha etkilidir. (Rufus, 2021: 30)

Erdem sadece teorik bir bilgi değildir aynı zamanda pratiktir. İyi olmak isteyen insan erdemi elde etmek için gerekli olanları öğrenmekle kalmayıp bunları istekli bir şekilde yaşamında uygulamalıdır. İnsan öğrendiklerine uygun şekilde her bir erdem üzerine ayrı ayrı alıştırma yapmalıdır. Böylece öğrendiği şeylerden gerçek anlamda faydalanacaktır. Bir hekim veya müzisyenin teorik ilkeleri öğrenip bunlara uygun şekilde becerilerini sergilemesi ve alıştırma yapması ile felsefe öğrenmeye çabalayanın sergilemesi, alıştırması farklıdır. Felsefe öğrenen erdemin peşine düşüp daha fazla alıştırma yapar. İnsan beden ve ruhtan (daha değerli olan yanı ruhudur) oluştuğu için ikisine de özen göstererek eğitmelidir, birine daha fazla ağırlık verilirse diğeri kusurlu hale gelir. Filozofun bedeni, bedenle ilgili işleri yerine getirmek için hazır olmalıdır ki erdem ve yaşamla ilgili konularda bir aracı olarak kullanılabilsin (Rufus, 2021: 31). Bu tür eğitim anlayışı geleneği Platon'u çağrıştırır. Ona göre de "… filozof yaratılışı kendine uygun eğitimi bulursa, gelişe gelişe bütün değerlere ulaşır. Yok eğer tohum kötü bir

toprağa ekilir de orada kök salar, büyürse, vermeyeceği kötülük kalmaz" (Platon, *Pol*. VI. 492a). Görüldüğü üzere insanın kimden eğitim aldığı da mühimdir. Kendinde güzel erdemleri barındıran biri yanlış eğitimle kötü hale gelebilir. O zaman insan kendini nasıl eğitmelidir? Musonius'da insanın beden ve ruhunu eğitecek iki tür alıştırma vardır:

1. Bedene ve ruha ortak olan alıştırma: Soğukluk, sıcaklık, açlık, kıtlık, sert döşekte yatmak gibi acıya katlanma söz konusudur bunlarla hazdan uzaklaşırız. Bu sayede beden güçlenir, sıkıntılara katlanır hale gelir ve üstlenmesi gereken her işe hazır bulunur. Ruh katlanması gereken sıkıntılarla karşılaştıkça cesur, hazlardan uzaklaştıkça ölçülü olur.
2. Ruha uygun alıştırma: Görünüşte iyi olanların aslında iyi olmadığına yine görünüşte kötü olanların aslında kötü olmadığına dair kanıtlara sahip olmayı kapsar. Kötü gözüken hiçbir şeyden kaçınmamak ve iyi gözüken herhangi bir şeyin ardından gitmemektir. Bu alıştırma kötü olandan uzak durmayı, iyi olanı elde etmek için her yolu denemeyi salık verir (King, 2011: 37).

Musonius erdemin en iyi şekilde elde edilmesine yardımcı olması adına adeta bir yapılması gerekenler listesi sunmaktadır ki bu sayede insan mutluluğa ulaşacak ve dolayısıyla da iyi yaşam idealini gerçekleştirecektir. Bu listede felsefe öğrenmeye de yer verilir. Musonius'a göre özellikle felsefe öğrenenler erdemin peşine düşerler. Filozof olmak için çaba gösteren kişinin yapması gerekenler vardır. Bunlar hazza kapılmamak, sıkıntılardan bıkmamak, yaşamaya bağlanmamak, ölümden korkmamak, mal veya para söz konusu olduğunda almayı değil vermeyi üstün tutmaktır (Rufus, 2021: 33). İnsanın hazza kapılması onu zayıflatır bu, bedenin zayıflaması anlamında değildir ruhun zayıflaması anlamındadır. Çünkü haz peşinde koşmak çok zaman almaz ve haz yüzünden kötülük yapılırsa sonucu utanca yol açar ve hemen biter, geriye geçici haz için yapılan kötülük kalır. Oysaki başarmak için sıkıntılara katlanmak zaman alsa da sonucunda uzun soluklu bir güzellik, iyilik olur. Bu yüzden iyi bir şeyi elde etmek için zorluklarla mücadele edilirse önünde sonunda zorluklar insanı terk edecek geriye utanç duyulmayan iyilik kalacaktır (Rufus, 2021a: fr. 25, fr. 51). Sıkıntılara katlanmak ve kötü olandan kaçınmak için de yapılması gerekenler vardır. Bunların başında insanın bedeninin ve ruhunun eğitimi bulunur.

Eğitim doğaya uygun yaşamaya yardımcı olmaktadır. Böylece iyi olanı elde etmek için her yol denenmiş olacaktır. Beden ve ruhun eğitimine bakıldığında bedeni güçlendirmek için edinilmesi gereken alışkanlıklardan biri beslenmedeki ölçülülüktür. İnsan için yararlı olan besinler yeryüzünde bulunanlardan elde edilir, tahıllar, meyveler, bazı sebzeler, süt, bal, peynir insanı besler ama hayvan eti insana uygun değildir vahşi hayvanlara uygundur, hatta o, düşünmeye ve akıl yürütmeye olumsuz etki eder bu yüzden tüketilmemelidir. Bu tarz hayvan eti yeme yasağı söyleyenlerden bir kesimde Pythagorascılar'dır. Ama bu yasak onlarda ruh göçü kaynaklıdır. Kranz bunu şöyle ifade eder:

> Ksenophanes Pythagoras üzerine olup da günümüze kalmamış olan başka hikâyelerden sonra şöyle diyor:
>
> Bir köpeğe işkence edilirken geçiyormuş.
>
> Acıyıp şu sözleri söylemiş:
>
> Dur, vurma artık! Dost bir kişinin ruhu var
>
> Bunda, tanıdım onun sesini duyunca (Kranz, 2014: 50-51).

Musonius'a göre hafif bir beslenme ve saf gıdalar kişiyi, insanların en iyisi ve bilgesi yapabilir. Yeme de aşırıya kaçmak kötülüktür, bedene zarar verir. Oburluk yeme konusundaki ölçüsüzlüktür, ölçüyü kaçırmak da her koşulda kötüdür. Yiyeceklere oburca yönelmek utanç verici bir durumdur. Hâlbuki yemede düzenli, edepli ve ölçülü olmak iyidir. İnsanı hataya sürükleyen pek çok kötü haz vardır; bunların arasında en zor olanı yeme hazzıdır. Yemek insanların yaşam ilacıdır ama yemek yemenin amacı haz almak yerine hayatta kalmak olmalıdır. Nitekim Sokrates'de yaşamak için yemek gerektiğini söylemiştir. Uygun düşünmek isteyen kimse yemekten alınacak hazzın peşinden gitmez. Ayrıca ölçülü ve iyi bir insanın seçmesi gereken de ucuz yiyeceklerdir. Çünkü pahalı olan bir yiyecek insanı daha güçlü yapmaz. Zahmetsiz ve hazırlaması kolay yiyecekler tercih edilmedir (Rufus, 2021: 69-75). Sonuç olarak yemek yemenin amacı sağlıklı ve güçlü olmaktır. Bunun için uygun ölçüde tüketmek, pahalı tüketmemek, sofra adabına uygun şekilde yemek ve bunları alışkanlık haline getirmek gerekir. Böylece yeme hazzı törpülenecektir, ruha da sirayet edecektir. İnsanın doğaya uygun yaşamasına yardımcı olunduğu gibi erdemin edinilmesinde de bedenin hazır bulunuşluğunun önemli bir adımı atılmış olacaktır.

İnsan, bedenini ve ruhunu eğitmesinin yanı sıra sahip olduğu şeylere karşı da kendisini dizginlemeli bunlara karşı da kendini eğitmelidir. Örneğin insan gösterişli bir yaşam sürmemeli,

kıyafetler ve ayakkabılar adeta bir zırh gibi bedenin korunması için kullanılmalıdır. Pahalı giysiler yerine gösterişsiz olanlar en iyileridir. Yalın ayak (özellikle insan buna alışırsa) gezmek de sandalet giymekten iyidir. Evler insanlara yeterli olacak şekilde genişlikte olmalıdır (taşları, duvarları, avlusu) tabiri caizse doğal bir mağarayı andırmalıdır, pahalı taşlara ve süslemelere gerek yoktur. Bunlara harcanacak para ile insanlara yardım etmek onlar için para harcamak daha asil bir eylemdir (Rufus, 2021: 75-76). Eşyaların işlevini yerine getirip getirmediğini belirlemek için şu üç ölçüt kullanılabilir: Edinme, kullanma ve koruma. Edinmesi, kullanması ve korunması zor olan şeyler değersizdir; zorlanmadan edinilen, rahat kullanılan ve kolay korunan şeyler değerlidir. Ucuz ve kullanışlı eşyalar pahalı ve kullanışsız eşyaların aksine daha iyidir. Eşyalar üzerinde gösteriş yapmak hem bedeni hem ruhu bozar çünkü gösteriş adaletsizliğe, açgözlülüğe, savurganlığa neden olur. Hâlbuki bedeni ve ruhu güçlendirmek için bunlar önlenmelidir (Rufus, 2021: 77-79).

İyi yaşamın imkânı göz önüne alındığında Musonius'un sunduğu pratikler hayatın birçok alanıyla ilgilidir. Bunlardan biri de evlilik konusudur. Ona göre evliliğin amacı birlikte yaşamak, çocuk sahibi olmaktır. Evlilik insan doğasına uygundur. Ölçülü ve adil olmaya yatkın ruhlar yani erdeme eğilimi olanlar evliliğe en uygun olanlardır. Aşağılık insanların birlikteliğinden uyumlu bir evlilik olmaz. Nitekim iki eğriden bir doğru çıkmaz. Ayrıca aşağılık kimselerin iyi insanlarla anlaşması da beklenemez tıpkı erdemsizlerin arkadaşlığının sürmediği gibi. İyi insan iyi biriyle birlikte olursa o evlilik iyi olur. Evli olmak felsefe öğrenmeye de filozof olmaya da engel değildir (Rufus, 2021: 54-56). Evlilik doğru yapıldıysa aynı zamanda bir dostluk anlaşması yapılmış demektir. Erdemin iyinin en üst mertebesi olduğu konusunda aynı kanaatteysek erdem, dostluğu doğurur, korur. Erdem olmadan dostluk olmaz (Cicero, *Amic*. VI). Bu sebeple eğer evlilik dostluk ilişkisi gibi gidiyorsa bu erdemin varlığını gösterir. Çünkü evlilik en uygun dost seçimidir. "Bir kadınla evli olmak Pythagoras, Sokrates ya da Krates'e engel olmadı, zaten en iyi filozofların da onlar olduğu kabul edilir" (Rufus, 2021: 56). Evlilik doğaya uygun şeylerdendir. İnsanın varoluşu gereği türünü devam ettirmesi söz konusudur. "İnsan doğasının en çok arılara benzediğini kabul edersen (zira onlar birlikte yaşamazlarsa ölürler), onların hemcinsleriyle birlikte ortak görevleri üstlendiklerini ve hep birlikte çalıştıklarını görürsün" (Rufus, 2021: 57). Evliliği korumak da önemlidir çünkü evlilik korunmadığında insan evini, devletini ve ırkını yok eder. Dolayısıyla bir filozofun gayesi de evlenmek, çocuk sahibi olmaktır ki bu durum onun felsefeyle ilgilenmesine engel olmaz (Rufus,

2021: 58-59). İyi bir insan olmak için gayret gösterilirse çocuklarda iyiliğe yönlendirilir. Dolayısıyla evliliğin bir sonucu olarak çocukları büyütmek daha doğru ve iyi yetiştirmek de önemlidir. İnsanlar çok çocuk sahibi olmalıdır. Çok çocuk çok kardeş demektir ve kardeş tek başına birçok dostun bir araya gelip de sağlayacağı yardımı yapar. Bu nedenle ebeveynler mal mülk yerine çocuklarına kardeşler bırakırsa en yüce mirası bırakmış olur. "Nasıl ki çok dostu olan hiç dostu olmayandan güçlüyse, çok çocuğu olan da çocuksuz olandan güçlüdür; bu, evladın bir dosttan daha yakın olmasından kaynaklanır" (Rufus, 2021: 60). Önemli olan sadece çok çocuğa sahip olmak değil bunun yanında aile olabilmek, kardeş olmak, aile birliğine sadakat göstermek ve birlikte mücadele etmektir. Öyleyse pek çok sadık kardeşi olanlarla bir arada hayatını süren insanlar örnek alınmalıdır. Peki, bir evlat anne babasına sürekli itaat etmeli midir? Sorgulamadan itaatte bulunmak iyi bir şey değildir. "Ebeveynlerine her zaman itaat etmek isteyen biri, buyurulan şeyin iyi ve yararlı olup olmadığına bakmalıdır; ancak bu takdirde ebeveyne koşulsuz olarak boyun eğmenin doğru olduğu kabul edilir" (Rufus, 2021: 64). Elbette ebeveyn evladının iyiliği için bir şeyler ister ama istencin mahiyeti önem arz eder. Örneğin felsefe öğrenimini yasaklayan bir ebeveyn, erdemi, adaleti, ölçülülüğü, aklı başındalığı da yasaklamış olacaktır. Hâlbuki böyle bir durumla karşılaşan biri buna karşı gelerek ailesini felsefe öğrenimi için iknaya çabalamalı, ikna olmuyorsa yine de felsefe öğrenmeye devam etmelidir. Felsefe öğrenmek yapılması gerekenler üzerine düşünüp taşınmaktır. Kişi kötü buyruklara uymak zorunda değildir. Kaldı ki bu tarz bir konuda ebeveynin buyruğundan ziyade Zeus'un buyruğu dinlenmelidir. Şüphesiz ki Zeus'un buyruğu, adil, dürüst, işe yarar, ölçülü, asil fikirli, sıkıntıların ve hazların üstesinden gelmiş, kötülükten arınarak iyi olmayı içerir. Sonuç olarak zihnini kullanan insan yapılması gerekenler üzerine düşünmeli, iyiyi onaylayıp kötüyü de reddetmeli, bir babanın ısrarı bile olsa yanlış bir şey varsa ondan yüz çevirmelidir (Rufus, 2021: 63-66).

İleriki yaşlarda sahip olunacak en iyi şey nedir? "Musonius, "gençlikte sahip olduğun şeyin aynısı, yani doğanın yolunu izleyerek yaşamak" dedi" (Rufus, 2021: 66). Yani yaşlılıkta doğaya uygun yaşamak, ona uygun düşünmek ve davranmaktır. Nitekim insan varlığının doğasına özgü yaşam şeklinin hazza göre değil, erdeme göre yaşam olduğunu belirtmiştik. Böylece doğaya uygun yaşamın görüldüğü yer insanın erdeme uygun şekilde varlığını sergilemesidir. Erken yaşlarda talihinde yardımıyla doğru eğitimleri almak için çaba gösteren ve uygun dersleri öğrenen kimse bunlar üzerine alıştırma yapar ise yaşlılığında bunları doğaya

uygun şekilde kullanacaktır. Eğitimiyle birçok şeyin üstesinden gelecektir. Bu yaşlı kimse iyi huylu biri olup mutluluk ve onur dolu bir yaşama sahip olacaktır. Yaşlılar için yaşamı en katlanılmaz kılan şey ölüm korkusudur. Ancak en iyi yaşam, iyi insanın yaşamıdır ki böyle birinin bile sonu ölümdür (Rufus, 2021: 66-69). "…ölümü korkusuzca ve cesurca karşılamayı öğrenmiş biri, yaşlılığında en ufak bir kuşku duymaksızın doğaya uygun yaşamış olduğundan emin olur" (Rufus, 2021: 68). "Fırsatınız varken iyi bir ölümü seçin; ölüm vaktime daha çok var diye beklemeyin, [zira] o zaman iyi bir ölüm olanaksız olabilir" (Rufus, 2021a: fr. 28). Zenginliğin yaşlılıkta büyük bir teselli olduğunu düşünenler de vardır. Ama zenginlik acıdan, kötülükten uzak bir yaşam sağlamaz, o birçok şeyden haz duymayı sağlar ama insanı tam olarak tatmin etmediği için acıdan ve kederden insanı kurtaramaz. Nice zengin insanın acı çektiği, kederlenip üzüldüğü bilinir. Bu yüzden zenginlik insanı yaşlılıktan koruyan bir kalkan gibi görülmemelidir (Rufus, 2021: 69). "…gerçekten zengin olan kişi, ne olursa olsun hiçbir şey istememesi gerektiğini öğrenen [bilge] insandır" (Rufus, 2021a: fr. 34).

Ölüm ve sıkıntının kötü olmadığını insana öğreten felsefedir yine tartışmada üstün gelmeyi, doğrudan ayırt etme ve bir şeyleri reddederken diğer şeyleri onaylamayı kazandırır; karşıdaki kimseler ile konuşulduğunda onların çeliştikleri yerleri görmeyi sağlar (Rufus, 2021: 37). Felsefe öğrenmeye uygun olanların başında da krallar gelmektedir. İnsanlar arasında adaleti sağlamak, ölçülülüğü ve edebi telkin etmek kralın görevlerindendir. Felsefenin de erdem kazandırdığı göz önüne alındığında insanların, kötülükten uzak durmaları gerekir. Yine felsefenin erdemi elde etmek için gerekli yoları gösterdiği bilindiğine göre kralın da felsefe öğrenmesi gereklidir. Şüphesiz ki iyi bir kral, erdemli bir kral ancak halkına iyiliği ve erdemi buyurur (Rufus, 2021: 35-36). Bu konuda Konfüçyüs'ü de anabiliriz.

> Dük Ai sordu: Halkı söz dinler kılmak için ne yolda davranmalı?
>
> Üstat yanıt verdi: Doğruluktan ayrılma yanlışlarını düzelt. İşte o zaman halk söz dinler. Yanlışlarını düzeltmezsen, doğruluktan ayrılırsan o zaman halk söz dinelemez (Konfüçyüs, 2000: 2. XIX).

Ayrıca Konfüçyüs'e göre de yönetici erdemli olursa halk da yöneticiyi örnek aldığı için onlarda erdemli olur (Konfüçyüs, 2000: 2. I). Bu yüzden denilebilir ki yöneticinin erdemli olması sıradan insanın erdemli olmasından daha önemlidir. Bu bağlamda felsefi bilginin rolü de yadsınamaz.

> Yalnızca felsefi bilgi kişiyi ölçülü hale getirir, başka hiçbir şey bunu yapamaz; o, hazzın ve açgözlülüğün üstesinden gelmeyi, aza kanaat etmeyi ve aşırılıktan kaçınmayı öğretir. Saygı duymaya ve çenesini tutmaya alıştırır; düzen, disiplin, edep, nezaket gibi bütünüyle uygun olan eylemelere ve tutumlara yol açar. Bunlara sahip olan insan asil ve ölçülü olur, hele ki bunlar bir kralda bulunursa onu tanrısal ve en yüce saygıya layık kılarlar (Rufus, 2021: 36-37).

İyi bir insan olmayan biri iyi bir kral da olamaz. İyi bir insan aynı zamanda bir filozoftur. Dolayısıyla kral da bir filozoftur. Bir kral aklı başında, ölçülü, adil, düşündüklerini gerçekleştiren, sıkıntılara katlanan, korkusuz olan, yardımsever, yararlı ve insansever olmalıdır. Ancak böyle biri yönetmeye uygundur (Rufus, 2021: 39). Platon'a göre de toplumun erdemli olması için yöneticilerin erdemli olması gerekir. Toplumdaki kimseler devletin mizacını taşır. Platon'un dediği gibi "devlet nasıl doğru olursa, insan da o türlü doğru olur" (Platon, 2001: IV. 441d).

Yöneticiler ile ilgili bunları söyleyen Musonius bilgenin yaşamı hakkında da birçok şey söyler. Ona göre, "… kişinin geçimini topraktan kazanması asil ve tanrısal olduğu kadar mutluluk da verir; bu, iyi ve güzel insana yakışır" (Rufus, 2021: 50). Bir filozof için en uygun şey geçimini topraktan sağlamaktır. Toprak ve ağaç işleriyle uğraşmak filozofun hem ruhuna hem bedenine iyi gelir (Rufus, 2021: 52). Cicero'da toprak işlerinin insanı mutlu edeceğini söyler ve onlarla uğraşmayı tavsiye eder. Ona göre çiftlik işlerinin birçok zevki vardır ve faydalıdır. Toprağı işleme sanatı insanların beslenmesi ve tanrılara tapması için gerekli olan her şeyin bereketli, bol ve çeşitli olması anlamına gelir. Bilhassa yaşlılıkta toprak işleriyle uğraşmak, mutlu bir yaşlılık demektir. Yaşlılık çağındaki insan ister güneşlenir, ateş başında bekler, isterse de suya girer, serinler, yaşlı için silah, at, mızrak, sopa, top gibi şeylere sahip olup olmamak çok da önemli değildir çünkü yaşlılık bunlarsız da mutlu geçebilir (Cicero, *Cat. Mai. Sen*. XVI. 56-57-58). Böylece Stoacı doğaya uygun yaşama düşüncesi yaşlılıkta doğaya katılan insana da tezahür etmiş olmaktadır. "Bu yaşam biçiminde, araştırmaya değer bir sürü şey seni bekler; erdemleri sevmek, onlar üzerine alıştırma yapmak, hırsları unutmak, yaşamanın, ölmenin ve erincin bilgeliği" (Seneca, *Brev*. (19). 2). Birde bu işleri yaparken kendisine ve felsefe öğrenimine de özel vakit ayırabilirse çok daha iyi olur. Ayrıca Ölçülülük, adalet, dayanıklılık gibi konular hakkındaki düşünceleri dinlemede kişiye bir engel yoktur. Öyle ki felsefeyi gerçekten seven kimse iyi bir insanın yanında bulunmak ister, felsefe öğrenmesine engel olan kötülüklerden de uzak durur. Kaldı ki biz birbirimizden etkilenen varlıklarız, kimle

oturup kalktığımız önemlidir. Bu yüzden bir kişi iyi insanların arasına karışırsa 'iyi'yi öğrenecektir. Lakin kötüler arasına karışırsa o kişi aklını bile yitirebilir. Dolayısıyla insanın doğaya uygun yaşamasıyla birlikte felsefe eğitimi alması onun için yararlıdır (Rufus, 2021: 49-52). "Zira doğaya uygun yaşamak, rızkımız, hepimizin bakıcısı ve annesi olan yeryüzünden almaktan başka nedir ki?" (Rufus, 2021: 50).

Bir filozof kendisine yapılan saldırılara ve aşağılamalara katlanmalıdır. Nitekim Sokrates kendisiyle alay eden Aristophanes'e aldırmamıştır. Aristophanes *Bulutlar* adlı komedyasında, Sokrates'i kendisine hiç benzemeyen biri olarak karikatürünü çizer. Onu laf ebeliği ile doğruyu eğri, eğriyi de doğru gösteren Sofistlerin piri olarak karakterize eder ve bu, bizim Platon'dan öğrendiğimiz Sokrates'in zıddı bir kimsedir (Erhat, 1958: 79). Örneğin komedya da şöyle bir diyalog geçer:

> SOKRATES- Bizim tanrılarımız Bulutlardır onlarla buluşmak, konuşmak istiyorsun değil mi?
>
> STRESİADES- Evet.
>
> SOKRATES-Öyleyse otur bu kutsal döşeğin üstüne.
>
> STRESİADES İşte oturdum.
>
> SOKRATES- Tak şu çelengi başına.
>
> STRESİADES- Ne diye çelenk taşıyorum? Aman Sokrates sakın beni Athamas gibi kurban edeyim deme.
>
> SOKRATES- Erenlerimizin hepsi bu törenden geçer.
>
> STRESİADES- Bunun faydası ne olacak.
>
> SOKRATES- Öyle bir değirmenden geçip öğütüleceksin ki söz söylemenin ustası, piri olacaksın. (Aristophanes, 1958: 83)

Görüldüğü üzere Platon'dan bildiğimiz, aklı temel alan Sokrates bu diyalogda akıl dışı şeylerden hareket etmektedir. Ama nihayetinde Sokrates bu komedyaya aldırmamıştır, Musonius'un deyimiyle katlanmıştır. Ayrıca kendisine kötülük yapan birine karşı, kötülük yapmamak gerekir çünkü bu tutum insana yakışmaz. Medeni ve insansever olmanın yolu haksızlıklara haksızlıkla karşılık vermek değil, insanlara umut vermekten geçer (Rufus, 2021: 47-48). Tabiri caizse 'sana kötülük yapana sen ekmek ver' düşüncesiyle hareket etmek hem filozofa hem de insana yakışan bir tavırdır. Dinleyiciler karşısında bir filozof konuştuğu sırada tezahüratlar eşliğinde bilindik sözlerle övüyorlarsa bu sohbette, hem filozof hem de dinleyiciler için kayıp bir zaman olmuştur. Çünkü bir dinleyici filozof konuştuğunda onun sözlerini dikkatle

dinleyecek, hayret edecek ve hatta utanacak, anlatılanları düşünmeye başlayacaktır. Nitekim bir filozofun konuşması sırasında duyulacak olan hayranlık, tezahürat etmek değildir aksine sessizliktir (Rufus, 2021a: fr. 49).

Erdemli insan olma yolunda bir kimse için sürgünün anlamı ne olabilir? Sürgün cezası Sinoplu Diogenes'in ve Lakedaimonialı Spartiatikos'un da karşılaştığı bir durumdur ki bu sayede onlar kendilerinin farklı özelliklerini iyileştirmişler ve kendilerini geliştirmişlerdir. Bu yüzden denilebilir ki bazen kötü görünen şeyler iyi, iyi görünen şeyler de kötü olabilir. Eğer bir kimse bütün bir dünyayı kendi yurdu gibi görürse sürgün onun için sürgün olmayacaktır, gittiği yer de onun yurdu olacaktır. Bu kozmopolit bir bakış açısıdır. Yani insan doğduğu yere ilişkin ayrı bir bağlılık duymaz çünkü tüm dünya onun evidir. Yine sürgün insana boş zaman sağlar, iyi olanı öğrenmek ve yaşamda uygulamak için insana fırsat sunar. Sürgün insanı daha zor koşullarda yaşamaya alıştırır ve beden ile ruhun daha sağlıklı olmasına katkı yapar ve bu durum ahlaken bir alıştırma gibidir, sabır gerektirir. Sürgüne giden tembel bir kimse orada yakınır ve birçok şeye muhtaç olduğunu beyan eder ancak çalışkan ve zeki biri nerede olursa olsun kendisini geliştirir ve hiçbir şeyden yoksun kalmaz, birçok şeye de muhtaç olmaz. Örneğin cesaret, adalet, ölçülülük, aklı başındalık ve diğer erdemlerden yoksun kalmaz, aksine bu erdemler sayesinde övülür. Bu erdemlerin noksanlığı kişiye zarar verir, bu kimse aynı zamanda kötüdür ki kötülük bulaştığı insanı sefil eder ve bu yüzden eleştirilir (Rufus, 2021: 40-45). Eğer bir kimse sürgüne haklı yere gönderiliyorsa bundan şikâyet etmemeli ama haksız yere sürgün ediliyorsa kötülük o kimseyi sürgüne gönderenlerdedir.

> Dolayısıyla iyi ve erdemli bir insansan sürgünün sana zararı dokunmaz ya da alçalmana yol açmaz; aksine en iyi şeylere sahip olan sen, sürgünden yararlanır ve kendini geliştirirsin. Fakat kötü biriysen, sana zarar verecek olan sürgün değil, erdemsizliğin olacak ve duyduğun acı sürgünden değil, bizzat senden kaynaklanacaktır. O halde sürgünden değil, bundan [erdemsizlikten] kurtulmak için acele etmelisin (Rufus, 2021: 45-46).

Denilebilir ki kötülükten kurtulmak için elimizden geleni yapmak zorundayız. Akla güvenirsek bilgisizlikten ve ölçüsüzlükten kurtulabiliriz. "…zira [aklını kullanmayı] alışkanlık haline getirenler sağlıklı hale gelirler. Ne var ki, tutkuları tarafından ele geçirilmiş birine hiçbir uyarı ya da tavsiye işlemez; bu, sara nöbetine tutulmuş birine [tuz] koklatmaya benzer, [tuz] onu uyandırır ama hastalığını iyileştirmez" (Rufus, 2021a: fr. 36). Bir araç olarak "Felsefe yapmak, akıl yürütmeye özen göstermek ve doğru akla uygun davranmaktır; zira akla özen gösteren kişi vatanına, babasına, kardeşlerine, dostlarına kısacası herkese özen gösterir" (Rufus,

2021b: 94). Ayrıca Felsefe yapmak salt zihinsel bir uğraşı değildir kişinin tüm topluma katkı yaptığı geniş bir alandır. Felsefe sayesinde doğaya uygun yaşamayı öğreniriz. "Doğru akla uygun davrandığımız sürece mutlu yaşarız ve tıpkı iyi yazılmış bir dramada rol alan titiz oyuncular gibi, mutlu bir sona doğru yürürüz" (Rufus, 2021b: 95).

1.5.2. Epiktetos'da İyi Yaşam Fikri

Epiktetos Roma imparatorluk döneminin önemli ve ünlü filozoflarındandır. Daha çok Hierapolisli Epiktetos olarak bilinir. M. S. 50' de dünyaya geldiği düşünülmektedir. Epiktetos köle bir anneden doğmuştur ve muhtemelen küçük bir çocukken Roma'ya gelmiştir, dönemin imparatoru Neron'un yönetici sekreteri zengin, güçlü ve özgür olan Epaphraditos'un kölesi olmuştur. Epiktetos Roma'da fakir bir yaşam sürmüştür, çelimsiz bir vücudu olduğu söylenmektedir. Hocası Musonius Rufus'un derslerine katılmış, onun peşinden gitmiş ve sohbetlerinde ondan alıntılar yapmıştır. Rufus ile benzer birçok düşüncesi bulunmaktadır. Hatta Epiktetos bir nevi hocası Rufus'un aynası gibidir. Epiktetos kölelikten azat edildikten sonra dönemin imparatoru Domitianus, filozofların insanlar üzerindeki etkilerinin giderek büyümesinden dolayı endişeye kapılmıştır. Bu yüzden birçok bilgeyle birlikte Epiktetos da Roma'dan sürülmüştür. Epiktetos Kuzeybatı Yunanistan'da Nikopolis'te kendi okulunu kurmuş ve birçok soylu Romalı onun öğrencisi olmuştur. Bunlardan biri de Lucius Flavius Arrianos'tur. Arrianos, Epiktetos'un öğretilerini *Diatribai* ya da *Dissertationes (Söylevler)* ve *Enkheiridion (El kitabı ya da El Klavuzu)* adıyla iki ayrı metinde toplayarak günümüze ulaşmasını sağlamıştır. Yine Marcus Aurelius Antonius'da muhtemelen *Söylevler*'i okumuş ve bilhassa Epiktetos'un ahlak öğretilerinden etkilenmiştir. Epiktetos'un yaklaşık olarak M.S. 125-130 arasında Nikoposlis'te öldüğü tahmin edilmektedir (Çevik, 2020a: VII-XV; Erengil, 2022: 4). Epiktetos'un yaşam hikâyesinden kısaca bahsettiğimiz bu kısım, onun bütün bu zorluklara rağmen iyi yaşam düşüncesine nasıl sahip çıktığını ve bunu nasıl bir hayat felsefesine dönüştürdüğünü göstermek açısından önemlidir. Doğuştan köle olması, fakirliği, fiziksel zayıflığı, sürgün edilmesi gibi yaşamının dış koşulları ne kadar ağır olursa olsun, Epiktetos insanın mutluluğunun bu dış koşullara bağlı olmadığını savunmuştur. Ona göre asıl olan, insanın kendi iç dünyasında kurduğu düzendir. Bu düzen elbette incelenecektir ancak öncesinde evrenin düzeninden bahsetmek gerekir.

Stoacı dünya görüşüne göre ‘evren, olduğu gibi, iyidir; onda her şey, şeylerin bütününü kendisi tarafından belirlenmiş ereklere göre yöneten üstün bir bilgeliğin yasasına uygun bir şekilde cereyan etmektedir’ (Arslan, 2016 IV: 213). Peki, evren rastlantısal mı oluşmuştur yoksa bilinçli bir yaratıcı tarafından mı yaratılmıştır? Epiktetos, evrenin rastlantısal değil, bilinçli ve düzenli bir şekilde yaratıldığını savunur. Eğer insanlar görme yetisine sahip olmasaydı, ışığın onlar için bir anlamı olmayacaktı; benzer şekilde, tat alma duyusu olmadan tatlı bir meyvenin değeri de bilinemezdi. Bu durum, doğadaki unsurların ve insan yetilerinin birbiriyle uyum içinde var edildiğini gösterir. İnsan sadece algılamakla kalmaz, aynı zamanda zihinsel yetileri sayesinde nesneleri sınıflandırır, karşılaştırır ve işler. Bu uyum ve zihinsel kapasite, evrenin bilinçli bir düzenleyici tarafından oluşturulduğunun yani, tesadüfe dayalı değil, kasıtlı bir düzene göre yaratıldığının göstergesidir (Epiktetos, *Diss*. I. 6). Peki, doğadaki işlevsel düzenin ve varlıkların insanla olan ilişkileri, bilinçsiz bir doğa tarafından mı yoksa akıllı bir yaratıcı tarafından mı belirlenmiştir? Epiktetos doğadaki canlılar arasındaki işlevsel düzenin bilinçli bir yaratıcıyı işaret ettiğini savunmaktadır. Ona göre, hayvanlar ve insanlar dünyada farklı görevlerle var edilmiştir; hayvanlar, insanlara hizmet etmek üzere yaratılmıştır. Ancak bu hizmet yükünün insanlar için fazla ağır olmaması adına doğa, hayvanların temel ihtiyaçlarını kendiliğinden karşılayacak bir düzen kurmuştur. Örneğin, bir ineğin sadece ot tüketerek süt üretmesi ve bu sütün çeşitli gıdalara dönüştürülebilmesi, doğada tesadüfen oluşmuş bir sistemle açıklanamaz. Bu tür bir düzenin arkasında bilinçli ve amaçlı bir irade, yani Tanrısal bir akıl olduğu ileri sürülmektedir (Epiktetos, *Diss*. I. 16). Evreni tanrılar yönetmektedir ve onlar bunu iyi ve adil bir şekilde yapmaktadır. Epiktetos’da bu iyilik dolu inayet düşüncesine katılmaktadır. Ona göre insan, her şeyin en yüce akıl tarafından idame edildiğini kabul etmelidir. Tanrıların varlığını ve onların evreni adilane yönettiklerini bilmek insanların şu düşüncesi olan ‘Tanrılar beni umursamıyor’ söylemini ileri sürmelerinin ve bu konuda Tanrıları suçlamalarının da önünü kapatmaktadır.

Evrensel yapının anlamını kavrayabilecek tek varlık ise hem hayvanlarla bedensel özellikleri, hem de tanrılarla aklı paylaşan insandır (Epiktetos, *Diss*. IV. 7). İnsanın bu aklı yetkinleştirebilmesi, onu veren kaynağı yani Tanrı’yı tanımasına bağlıdır. İnsan, Tanrı’nın varlığını, evrenin yaratıcısı olduğunu, kendisinin her eylemini, niyetini ve düşüncesini bildiğini kabul etmesi, Tanrı’yı tanımanın bir adımıdır. Sonraki bir adımda ise insanın Tanrı’nın örnek alınabilecek niteliklerini; özgürlük, iyilik, hoşgörü, tevazu gibi benimseyerek yaşamını bu

değerlere göre şekillendirmesi beklenir. Bu anlayışa göre insan, ancak bu şekilde tanrısal bir yaşam tarzına yaklaşabilir (Epiktetos, *Diss*. II. 14).

Kişinin Tanrıları bilmesinin yolu kendisine bağlı olan şeylerle ilgili iyi ve kötü yargı oluşturmasından, kendisine bağlı olmayan şeylerle ilgili ise iyi veya kötü yargı oluşturmamasından geçer. Kişi kendine bağlı olmayan bir şeyi iyi ya da kötü olarak düşünürse, istediği bir şeyi elde edemediğinde ya da istemediği bir şey üzerine geldiğinde bütün bunlardan sorumlu olarak Tanrıları suçlayabilir, nefret edebilir ve Tanrılara isyan edebilir. Örneğin bir çiftçi, gemici, tacir bu suçlamaları yapar hatta karısını veya çocuğunu yitirenlerde benzer isyanlarda bulunur. Hâlbuki kişi kendisine bağlı olmayan şeylerde bir suçlu aramamalıdır. Kişi neye bağlandığını, inandığını iyi düşünmelidir. Tanrılara sorumluluk yüklemektense Tanrıları bilmek için atalarından gelen 'kurban adamak, topraktan elde edilen ilk ürünleri Tanrılara sunmak' gibi birtakım gelenekleri yapmalı bunu yaparken cimrilik etmemeli, maddi gücü ölçüsünde gelenekleri yerine getirmelidir (Epiktetos, *Ench*. XXXI). İnsan kendisini Doğa'nın veya Tanrı'nın ellerine tam bir güven ve iç huzur ile teslim etmelidir. Bu teslimiyette kişi Tanrı'nın veya Doğa'nın kendisi için çizmiş olduğu projeye faal olarak katılmalı, destek olmalı ve bunun için elinden gelen en iyi çabayı göstermelidir. Nitekim Dünya, büyük bir tiyatro sahnesine benzemektedir. Bu sahnede Tanrı veya Doğa o kişiye hangi rolü vermişse kişi itiraz etmeden, şikâyette bulunmadan rolünü layıkıyla yerine getirmeli en iyi şekilde oynamalıdır (Epiktetos, *Ench*. XVII; bkz. Arslan, 2016 IV: 213-214).

Epiktetos'un iyi yaşam düşüncesini Erengil şu şekilde ifade eder: "Epiktetos'un "İyi Bir Yaşam" reçetesi başlıca üç temel üzerine kuruluydu: arzularınızın efendisi olun, görevlerinizi yerine getirin, kendiniz ve büyük insan topluluğu içindeki ilişkileriniz üzerine düşünmeyi öğrenin" (Erengil, 2022: 3). O halde insan iyi bir yaşam için Tanrı'yı tanımasının yanı sıra neler yapmalıdır, nasıl düşünmelidir, söylemelidir ve eylemlerde bulunmalıdır? Sorularının cevabını araştırdığımızda Epiktetos'un bize klavuz verdiğini görmekteyiz. Dünyada nasıl bir insan olmamız gerektiği konusunda ideal insan ve ideal insan yaşamı ile karşılaşmaktayız. Ona göre insan zihni, doğru olana yönelme eğilimindedir. Ancak insan bilgiye dayanmayan konularda kesin yargılarda bulunmaktan da kaçınır. Örneğin yıldızların sayısı gibi belirsiz bir konuda karar verememesinin nedeni, bu konuda yeterli bilgiye sahip olmamasıdır. İnsan bir konuda yanlış bir yargıya varıyorsa, bunun temel sebebi bilgisizliktir. Davranışlar konusunda ise insan,

faydalı olanı seçmekle yükümlüdür (Epiktetos, *Diss*. I. 28). Kişi, bir eylemi yanlış da olsa doğru olduğuna inanarak gerçekleştirdiyse, bu durum onun ceza ya da öfkeyle karşılanmasını gerektirmez. Çünkü kişi bilerek kötülük yapmamış, sadece bilgi eksikliği nedeniyle hata yapmıştır. Bu durumda en doğru tutum, onu cezalandırmak değil, ona doğruyu ve iyiyi öğretmeye çalışmaktır (Epiktetos, *Diss*. III. 18). "İnsan seçimleri boyunca doğruyu isteyip yanlıştan kaçınmayı amaçlar lakin bilgisizliğinden dolayı hataya düşer. O halde insanın yapması gereken, ruhunun (psykhē) ihtiyacı olan doğruluğa yönelmek ve yanlışlardan kaçınmaktır" (Yalman, 2023: 32). Hiç şüphesiz, insanın bu yönelim içinde olması, erdemli yaşamın başlıca gereklerinden biridir. Nitekim Epiktetos'a göre bilge ve erdemli bir insanın en değerli yönü, aklı yöneten ilke olan *hēgemonikon* yani yönetici yetidir. Bu yeti, bireyin yaşamda karşılaştığı izlenimleri doğaya uygun biçimde değerlendirmesini sağlar. İnsan ruhunun doğasında doğruyu aramak, yanlıştan kaçınmak ve kesin bilgiye ulaşılamayan durumlarda yargıda bulunmaktan kaçınmak vardır. Bu da gösterir ki, ruhun özü iyiliğe yönelmek ve kötülükten uzak durmaktır; bilgelik de bu eğilimi bilinçli bir şekilde geliştirmedir (Epiktetos, *Diss*. III. 3).

Epiktetos'a göre insanın doğru bir yaşam sürebilmesi için yapması gerekenlerden biri de 'kendini tanıması'dır. Kendinin kim olduğunu, niçin var olduğunu, nasıl yaşaması gerektiğini soruşturmalıdır. Neyin gerçekten iyi ya da kötü sayılacağını bilmeyen biri, yönsüz ve amaçsız bir hayat sürer; bu kişi hem çevresine hem de kendi içsel dünyasına karşı duyarsız kalır (Epiktetos, *Diss*. II. 24). Bu yüzden insanın en temel görevlerinden biri, doğasını kavrayarak yaşamın anlamını fark etmektir. Kendi doğasını bilmeyen bir insan, ne gerçek mutluluğa ulaşabilir ne de hayatını anlamlı kılabilir. Epiktetos'a göre insanın temel özelliği zarar vermek değil, iyilik yapmak, başkalarıyla dayanışma içinde olmak ve onların iyiliğini istemektir (Epiktetos, *Diss*. IV. 1). Gerçek insani gelişim de bu anlayışla mümkün olur. İnsanlar, neyin iyi neyin kötü olduğuna dair bazı genel yargılara sahiptir. Ancak bu yargılar kişiden kişiye değişebilir; çünkü herkesin 'iyi"'ve 'faydalı' kavrayışı aynı değildir. Örneğin bir kişi için para mutluluğun kaynağı olabilirken, başka biri için sağlık daha öncelikli bir değer olabilir. Bu da insanların değer yargılarında tutarsızlıklar ve çatışmalar yaşamasına yol açar. Epiktetos, bu karmaşadan çıkmak ve gerçekten iyi olana ulaşmak için Tanrıları örnek almayı önerir. Hatırlanacağı üzere Tanrıların davranışları, insanlara neyin doğru olduğunu gösterir. Dolayısıyla insan, Tanrılar gibi yaşamaya yönelerek maddi arzulardan uzaklaşmalı, ne

zenginliğe hırsla bağlanmalı ne de yoksulluktan aşırı derecede kaçınmalıdır. Gerçek iyiliğe ulaşmak, ancak arzularımızı Tanrıların aklına uygun biçimde yönlendirdiğimizde mümkün hale gelir (Epiktetos, *Diss*. II. 17). İnsanın Tanrı'yı tanıması ve onun erdemli niteliklerini örnek alarak yaşamını şekillendirmesi gerektiğini savunan Epiktetos, bu anlayışı bir adım ileri taşıyarak, doğru bir yaşamın bireyin kendi doğasını tanımasıyla ve yaşam amacını kavramasıyla mümkün olabileceğini belirtir. İşte bu noktada Epiktetos, bireyin yaşamını doğru temeller üzerine kurabilmesi için, kendisine bağlı olanla olmayanı ayırabilmesi gerektiğini de belirtir.

Bize bağlı olan şeyler ve bize bağlı olmayan şeylerden ne anlamalıyız? Bize bağlı olan şeyler varsayım, dürtü, arzu, kaçınma yani kısaca eylemlerimizle belirlenen şeylerdir. Zanlar, arzu ve istekler yine bize tiksinç gelen şeyler kontrol altına alabileceğimiz türdendir. Doğası gereği özgür, elde edilmesi kolay, kararlı, engellenmemiş, durdurulmamış özelliklerine sahiptir. Bunlara değer vermek bizi özgür kılacaktır. Bize bağlı olmayan şeyler de bedenimiz, mal varlığımız, ünümüz, makamımız yani eylemlerimizle belirlenemeyen, doğaları gereği elde edilmesi zor olan, kararsız şeylerdir, zayıf, köleye özgü, engellenmeye müsait olan ve bize ait olmayan şeylerdir. Bunlara önem vermek bizi köleleştirecektir, yaşamımızın mutsuzluk, kararsızlık ve çalkantılar içerisinde geçmesine neden olacaktır. Zengin veya fakir bir aileye doğmuş olmamız, bedenimiz, toplumdaki statümüz gibi şeylerde kontrol edemeyeceğimiz türdendir çünkü bunları kontrol altına almaya çalışmak şiddetli acılar çekmemize neden olur. Kaldı ki bize bağlı olmayan şeyleri dert emek aptallıktır (Epiktetos, *Ench*. I. XIV; bkz. 2022: 6-7). Bu doğrultuda denilebilir ki kişi bazı şeyleri kontrol edebilirken ki bu 'bize bağlı olan şeyler' statüsüne girer bazı şeyleri de kontrol edememektedir ki bu da 'bize bağlı olmayan şeyler' statüsüne girer. Eğer kişi neyi kontrol edip neyi edemeyeceğini bilirse o kişinin yaşamı kendisi için daha iyi olur.

Epiktetos'a göre insanın gerçekten iyi, mutlu ve huzurlu bir yaşam sürebilmesi, erdemli bir yaşamla mümkündür. Bu tür bir yaşama ulaşmak isteyen birinin başka seçenekleri yoktur çünkü erdem dışındaki yollar insana mutluluk ve acısız bir yaşam sunmayacaktır (Epiktetos, *Diss*. I. 4). Bu doğrultuda Epiktetos nazarında insanın iyi biri olabilmesi için iyilik hakkında doğru bilgiye sahip olması gerekir. Çünkü bilgiye ulaşan kişi bilgelik yoluna girer ve böylece erdemli bir yaşam sürme imkânı elde eder. Nitekim diğer Stoacı filozoflar gibi Epiktetos da erdemli olmanın ön koşulu olarak bilgiyi görür ve kanaatlerden sıyrılarak bilgiye ulaşan kişinin

erdeme ulaşacağına inanır. Ancak bilge bir insan olmak için sadece bilgi edinmek yetmez. Aynı zamanda insanın duygu, eylem ve zihnsel alanlarda da kendini eğitmesi gerekir. Duygu alanı, insanın hoşlandığı şeylere ulaşma ve hoşlanmadıklarından kaçınma isteğini kontrol etmesini konu alır. İnsan genellikle haz veren şeylere yönelir, acı verici olanlardan uzak durur. Epiktetos, bu yönelimin denetim altına alınması gerektiğini söyler çünkü kontrolsüz arzu ve kaçınma davranışları tutkulara yol açar. Bilge kişi bu istekleri yönetebilmelidir. Eylem alanında, bireyin toplumsal görevleri ve doğasına uygun davranışları yerine getirme sorumluluğu ele alınır. Burada amaç, kişinin eylemlerini ölçülü, akla uygun ve doğasına uygun biçimde gerçekleştirmesidir. Stoacı anlamda 'etkilenmezlik' (*apatheia*), duygulara tamamen kapalı olmak değil, onların kölesi olmadan ölçülü davranmaktır. Zihinsel alan ise zihinsel süreçle ilgilidir. İnsan dış dünyadan gelen izlenimlerle karşılaşır ve bunlar hakkında hemen bir yargıya varma eğilimindedir. Epiktetos, izlenimlerin güvenilirliğini sorgulamadan kabul etmenin hatalara yol açacağını söyler. Dolayısıyla bireyin, gelen ilk izlenimi hemen onaylamadan önce aklını kullanarak değerlendirmesi gerekir. 'Kavrayıcı izlenim' (*phantasia katalēptikē*), doğru ve sağlam izlenimdir; bilge kişi yalnızca bu tür izlenimlere onay verir. Epiktetos'a göre tutkular (*pathos*) en çok zarar veren duygusal bozulmalardır. Çünkü arzulanan bir şeye ulaşılamadığında ya da kaçınılan bir durumla karşılaşıldığında insanda düzensizlik (*tarakhas*), keder (*penthē*), kıskançlık (*phthonous*) gibi duygular ortaya çıkar. Bu yüzden arzu ve kaçınmayı iyi yönetmek, tutkuları dengelemek bilgelik için en önemli adımdır (Epiktetos, *Diss*. III. 2). Sonuç olarak Epiktetos, insanın tam anlamıyla iyi ve bilge olabilmesi için sadece düşünsel gelişimi değil, arzu ve eylem alanlarında da bir tür içsel disiplin kazanması gerektiğini savunur. Bu üç alan birlikte çalıştığında insan erdeme ve mutluluğa ulaşabilir.

İyi yaşam, doğanın arzusunun ne olduğunu anlandığında ve bu arzuya uygun yaşandığında gerçekleşir; çünkü doğaya aykırı düşen arzu, kaçınma ya da yönelim, insanı talihsizliklere sürükler (Epiktetos, *Ench*. II). Gerçekten bizim olan tek şey yargılarımızdır; bu nedenle görünenin ardındaki gerçeği ayırt etmeye çalışmalı, her şeyin bize ait olmadığını kavrayarak sahiplenme tutkularını törpülemeliyiz. Hayat bir şölen gibidir; ancak bu şölende nasıl bir rol oynayacağımız, karakterimizin ne olduğunu bilmemize bağlıdır. Kendimizi bir aktör gibi görmeli, ama senaryoyu yazanın biz olmadığını da unutmamalıyız (Epiktetos, *Ench*. XV). Böyle bir hayatın yönetiminde dikkat edilmesi gereken şeyler vardır ki bunlar gerçekleştiğinde yaşamın niteliği de artacaktır. Örneğin ölüm, hastalık ya da yoksulluk gibi

durumlara baktığımızda onların sadece fikirler düzeyinde korkutucu olduğunu bilmeliyiz; onları yorumlama biçimimiz, bize ya yük olur ya da bizi özgürleştirir (Epiktetos, *Ench*. II. V). Kendine saygıyı dışsal başarılarla ölçmemeli, gösteriş yerine özde değerli olanı seçmeliyiz. Her şeyin bir bedeli olduğunu, hayatın da bu bedellerle şekillendiğini bilmeliyiz. Ne yaparsak ona uygun bir karşılık alırız ve çoğu zaman yeni bir ben olabilmek için, konfor alanımızdan çıkmak gerekir (Epiktetos, *Ench*. XII. XXV). Ayrıca kehanetler değil, akla uygun eylemler yönümüzü belirlemelidir. Kendimizin efendisi olabildiğimiz ölçüde gerçekten özgür ve erdemli bir yaşam sürebiliriz (Epiktetos, *Ench*. XXXII). Denilebilir ki Epiktetos'a göre iyi yaşam, dışsal koşulların belirleyiciliğinden çok, bireyin akıl ve erdemle biçimlendirdiği bir tutumun sonucudur. İnsan kendine hâkim oldukça ve doğaya uygun yaşadıkça gerçek mutluluğa erişebilir. Ancak bu mutluluk yalnızca bireysel içsel tutumla sınırlı değildir; Epiktetos, iyi yaşamı, insanın gündelik yaşamda başkalarıyla kurduğu ilişkilerde sergilediği ahlaki davranışlar üzerinden de ele alır. Bu nedenle "nasıl yaşanmalı?" sorusuna yalnızca bireysel bir cevap aramak yetmez, toplumsal yaşamda nasıl davranılması gerektiği de bu sorunun ayrılmaz bir parçasıdır.

Erdemli ve dengeli bir yaşam, yalnızca bireyin içsel tutumlarına değil, aynı zamanda toplumsal ilişkilerde sergilediği davranışlarda görülmelidir. Bu doğrultuda insanın hem kendi başınayken hem de başkalarıyla birlikteyken yapması gerekenleri şöyle özetleyebiliriz: Çoğu zaman sessiz ol, gerektiği kadar konuş, insanlar hakkında konuşma, onları yüceltme, kınama ya da karşılaştırma. Çok gülme, elinden geldiğince her konuda yemin etmemeye, cahillerin verdiği ziyafetlerden uzak durmaya çalış, bedeninle ilgili şeyleri (yiyecek, giyecek) gerektiği kadar tüket ve al. Sade ve doğaya uygun bir tutum benimse; gösterişten, lüksten ve tüketimle övünmekten uzak dur çünkü bunlar, erdemli yaşamın bir gereğidir. Evlilik öncesi cinsel ilişkiden uzak dur ama bunu yapanlara da kötü söz söyleme, arkandan kötü söz söyleyenler olabilir ve bunları sana taşıyabilirler, sende o sözlere karşı kendini savunma ve şunu söyle: "Evet, kuşkusuz benim diğer kusurlarımı bilmeyen birinin konuşması bu; bilseydi, bahsettiği kusurlar bunlardan ibaret olmazdı." Yine gerekli olmadıkça gösterilere fazla gitme, bağırmaktan, birisine gülmekten ve büyük bir taşkınlıktan kesinlikle sakın ve orayı terk ettiğinde de bulunduğun yerle ilgili fazla konuşma ama senin gelişimine katkı sağladıysa onlardan bahset. Dilin kullanımı da ahlaki bir ölçüt içerir; konuşurken yaptığın işlerden ve karşılaştığın tehlikeli durumlardan uzun uzun ve abartılı şekilde bahsetme ve küfürlü konuşma ama eğer birileri küfürlü konuşuyorsa ve şartlar uygunsa hataya düşen o kişiyi uyar ama şartlar

uygun değilse de sessizliğini korumaya devam et (Epiktetos, *Ench*. XXXIII). Sonuç olarak Epiktetos'un bu öğütleri, sadece dışsal davranış biçimlerine değil, aynı zamanda bireyin içsel terbiyesiyle kurduğu ilişkinin de bir yansımasıdır. Tüm bu öğütler, Epiktetos'un iyi yaşam anlayışında bireyin hem kendisiyle hem de başkalarıyla olan ilişkilerinde ölçülü, bilinçli ve erdemli bir tutum sergilemesinin temel bir koşul olduğunu gösterir; çünkü gerçek mutluluk ve içsel dinginlik, yalnızca akla uygun yaşamakla değil, aynı zamanda bu aklı ahlaki bir yaşamın hizmetine sunmakla mümkündür.

1.5.3. Marcus Aurelius'da İyi Yaşam Fikri

Marcus Aurelius Roma Stoacılığının son büyük temsilcisidir. M.S. 121-180 yılları arasında yaşamıştır. Aurelius'un Stoacılık ile tanışması erken bir tarihte olmuştur. Döneminin en iyi hocalarından Platonculuk, Aristotelescilik ve Stoacılığı öğrenmiştir. 161'de Antoninus'un ölümünün ardından imparator olmuştur. Hem bir filozof hem de imparator olması hasebiyle Platon'un filozof-kral idealinin örneğini temsil etmiştir. Aurelius, imparator olduğu dönemde bir taraftan halkın gereksinimleri diğer taraftan da doğal afetlerin yaşattığı sorunlarla uğraşmıştır. Bunların yanında Roma İmparatorluğuna karşı askeri baskı ve tehditleri savuşturmakla da meşgul olmuştur. Dört felsefe okulu olan Platoncu, Aristotelesçi, Epikurosçu ve Stoacı okulların her biri için 175'de Atina'da yeni kürsüler kurdurarak felsefeye olan ilgi ve alakasını göstermiştir. Aurelius insan, hayat, ölüm, iyi, kötü gibi meselelerden ve dînî konulardan bahsettiği, hayatının farklı dönemlerinde kaleme almış olduğu, on iki defterden oluşan *Kendime Düşünceler*'i yazmıştır. Bu eser aslında bir günlüktür ve doğa felsefesi, teoloji alanındaki ilke ve tezlere değindiği için Stoacılığa bir bakış sunar (Aslan, 2016: 215-216; bkz. Hadot, 2021: 17-21). Yine bu eser, Aurelius'un Epiktetos'tan öğrendiği belli bir biçeme ve programa göre uygulanmış düşünce alıştırmalarıdır (Hadot, 2021: 99). Bu alıştırmalarda Stoacılığın etkisi görüldüğü gibi Aurelius 'doğaya uygun yaşam' fikrinde Stoacı Chaeronealı Sextus'dan etkilendiğini yine bu eserinde ifade eder (Aurelius, *Med*. I. 9 (1)). Aurelius düşünmeye ve doğru, iyi, güzel yaşam şekline değer veren bir düşünürdür. Onun felsefeye verdiği önem de yaşamı boyunca devam etmiştir. Aurelius 17 Mart 180'de Sirmium ya da Viyana'da hayata gözlerini kapatmıştır (Hadot, 2021: 20).

Aurelius'un iyi yaşam hakkındaki düşünceleri evren tasarımı ve akılsallığı, evrenin, eşyanın birliği, sürekli değişme, evrensel determinizm veya kader, insan hayatının gelip

geçiciliği, ölümün kaçınılmazlığı, tanrısal inayet, toplumsal sorumluluk ve işbirliği, hoşgörü gibi konular etrafında incelenecektir. İlk olarak evren tasarımı hakkındaki fikirlerine bakacak olursak Aurelius'a göre düzensiz, rastlantısal ve karışık bir evren tasarımı akla uygun değildir. O, insana karmaşık gibi görünen evrene bütünsel açıdan bakıldığında bir düzen olduğunu düşünmektedir. Bu bakış açısını şu şekilde ifade eder: " Ya düzenlenmiş bir evren ya da şeylerin rasgele bir araya getirildiği bir karışım olmakla birlikte yine de bir evren. Senin içinde bir düzen arken, her şeyde bir düzensizlik olabilir mi? Hele ki her şey birbirinden ayrı olmakla birlikte böylesine iç içe girmiş ve duygudaşlık durumundayken!" (Aurelius, *Med*. IV. 27). Dolayısıyla Aurelius'a göre evren bir bütündür ve bu bütünde her şey birbirine bağlıdır, bir amaca hizmet eder. Evrendeki her şey uyumla bir araya gelerek evreni oluşturmuştur, her şey her şeyle bağlantılıdır ve her şeyin bir nedeni vardır. Bu nedenlere bağlı olarak düzen ve uyum devam eder. Evren herkes için bir ve aynıdır, evrende düşünen canlıların özü olan ortak akıl tektir, tanrı tektir ve herkese içkindir (Aurelius, *Med*. VII. 9). Evrenin tüm parçaları insanlar da dâhil olmak üzere uyum içinde hem evrene hem de tüm parçalara fayda verir. Nitekim bütünün yararına olan bir şey parçanın da yararınadır, parçanın yararına olan bir şey de evrenin yararınadır. Aurelius bu düşüncesini şöyle destekler: "Benim şehrim ve ülkem Roma'dır ama bir insan olarak memleketim neresidir? Dünya. O halde her ikisi için de "iyi" olan, ancak benim için "iyi" olabilir." (Aurelius, 2021: 70).

Doğa akıllı, amaç sahibi, iyi ve tek kelimeyle tanrısal bir şeydir, iyiliksever bir varlığın eseri veya bu varlığın kendisidir. Her şey evrenin doğasına göre gerçekleşir. Evrenin doğasına hâkim olan yasa değişimdir. Peki, değişim neden olur? Bu sorunun Aurelius'ta cevabı evrenin, kendini diri tutması minvalinde Stoacı bir tavırla şu şekilde verilir: "Bir an gelecek, bütünü yöneten doğa şimdi gördüğün her şeyi değiştirecek, ortaya çıkan malzemeden başka şeyler yaratacak, sonra o malzemeden de başka şeyler yaratacak, evren işte böyle taze ve genç kalır" (Aurelius, *Med*. VII. 25). "Her şey değişim halinde, sen de sürekli dönüşüm ve yıkım sürecindesin, bir bütün olarak evrenin kendisi de öyle" (Aurelius, *Med*. IX. 19). Görüldüğü üzere değişim, evrenin doğası için elzemdir (Aurelius, *Med*. VII. 18). Değişim sürekli olur ve değişimin sürekliliğini sağlayan şey zamandır. Sürekli değişim Herakleitos'un bilindik 'Her şey akar' sözünü hatırlatmaktadır. Aurelius'ta da sürekli değişim Herakleitos'taki gibi benzer bir anlam ifade eder ve Aurelius bunu şöyle açıklar: "Töz bir nehir gibi sürekli bir akış halinde olduğundan, onun faaliyetleri de daima bir değişim halinde ve nedenleri sayısız çeşitliliktedir,

hemen dibindeki şeyler de dâhil olmak üzere hiçbir şey olduğu gibi kalmaz; her şeyin kaybolup gittiği, geçmiş ve geleceğin sonsuz uçurumunu gözler önüne getir" (Aurelius, *Med*. V. 23). Sonuç olarak bir şey ortaya çıkar ve değişmeye başlar, ortadan kalkar, yerini bir başka şey alır ve bu da yerini bir başkasına bırakmak için ortadan kalkar. "Zira her şey bir şekilde birbiriyle iç içe örülüdür, birbirlerine bu derece yakın oldukları için varlar. Nitekim bunlar hareketlerindeki gerilim, ortak ruh ve maddenin birliği sayesinde belli bir düzende arka arkaya gelir" (Aurelius, *Med*. VI. 38). Böylece meydana gelen her şey sürekli bir değişimin sonucunda gerçekleşir diyebiliriz. Değişimlerin düzeni koruyan tarafı da vardır. Değişen bir şeyin düzenliliği korumasından bahsetmek düşündürücüdür ancak Aurelius buna şu şekilde açıklık getirir: "Bütünün doğasının meydana getirdiği ve sürdürdüğü her şey bütünün her bir parçası için iyidir. Sadece elementlerin değil, aynı zamanda onlardan oluşan şeylerin de dönüşümüdür evrenin sürekliliğini sağlayan" (Aurelius, *Med*. II. 3). Sürekli değişim olduğunu kabul ettiğimizde karşımıza 'Değişimin yönü nedir?' sorusu çıkmaktadır. Değişimin yönü konusunda Aurelius her varlığın, kendinde çıkacak olan başka bir varlığın tohumunu barındırdığı görüşündedir. Bu da Aristoteles'in bilindik tohum öğretisini hatırlatmaktadır. Yani bir şeyin tohumu ne ise ondan o türde bir şey çıkacaktır, o yönde bir değişim olacaktır. Haliyle evrensel doğa, var olan bir şeyi benzeri yeni varlıkları meydana getirmek üzere değiştirir. Dolayısıyla her varlık kendisinden çıkacak olan başka bir varlığın tohumudur. Değişim olgusu değiştirilemeyen tek gerçektir. İnsan yaşadığı evrende, değişen dünyada değişimin farkına varmalıdır. Değişimin ve dönüşümün farkına varan insan, değişimin sonsuza dek sürdüğünün de farkına varırsa ve değişimin hızını da gözetirse fani olan her şeyi hor görmeye başlar (Aurelius, *Med*. IX. 28). Böylece insan asıl olanı arzu etme yönünde bir yaşam sürmeyi tercih etmek için çabalar.

Aurelius nazarında insanın sadece değişimi değil aynı zamanda evrendeki düzeni de anlaması gerekir. Çünkü evrendeki düzen anlaşılırsa onun ardındaki nesnelerin düzeni de anlaşılacaktır ve böylece onun da ardındaki Tanrısal akıl anlaşılacaktır. İnsanlar evrenin tüm parçaları ile uyum içinde olup hem evrenin kendisine hem de tüm parçalara yarar sağlayabilecektir. İnsanın evrendeki düzeni anlayabilmesi için akıl sahibi olma özelliğini kullanması gerekir. Akıl sahibi olmaktan ötürü insan diğer canlılarda olmayan bir sorumluluk taşır. Bu sorumluluk içerisinde, evrendeki işleyişi akli bir temele dayandırarak yorumlamak, diğer insanlarla olan ilişkileri toplumsal ve siyasal deneyim şeklinde bir ortaklık duygusu yani

ortak hissetme duygusunu benimseyerek yapmak yer alır. Bu ortaklık duygusunu Çelikkol şu şekilde açıklar:

> Doğayı oluşturan varlıklar birbirinden farklı olsalar da aynı amaç için birlikte çalışırlar. "Var olan bütün şeylerden oluşan bir tek dünya vardır, onları kuşatan tanrı tektir, öz tektir, yasa tektir, tüm düşünen varlıklarda ortak olan us tektir; gerçek de tektir, …" Tüm evren bir kent gibidir; zihnimiz, mantığımız ve yasamız buradan, bu ortak kentten geliyor; sonuç olarak bu kutsal bağdan dolayı hepimiz biriz; ırk, ulus ayrımı olmadan hepimiz kardeşiz ve bu kentin yurttaşıyız (Çelikkol, 2019: 1233).

İnsanlar birçok ortaklığa sahiptir. İnsanlar arasında kan ortaklığı, biyolojik ortaklık ve aynı akıldan pay alma ortaklığı vardır. Burada olma halimizin hepimizce benimsenmesi olarak da görebileceğimiz ortaklık duygusu, ortak iyilik ve ortak yarar fikrine de kapı açmaktadır. Çevik, bunu arı peteği (petek benzetmesi) metaforundan hareketle şöyle anlatır: Nasıl ki bir arı peteğe yarar sağlıyorsa arının kendisine de yarar sağlamaktadır. Evrenin kendisini bir petek gibi düşünelim aynı zamanda bunu ülke ve devlet olarak da tasavvur edelim. Arıyı ise evrendeki her bir birey olarak, yani ülke veya devletteki her bir bireye karşılık gelecek şekilde düşünelim. O halde, arı olmazsa petek olmaz, petek olmazsa arı olmaz, yani birey olmazsa devlet olmaz, devlet olmazsa birey olmaz. Böylece 'devletin yararına olan şey vatandaşın yararınadır, vatandaşın yararına olan şey de devletin yararınadır' gibi bir yargı ortaya konulabilir (Çevik, Url-1: 2024). Bu metaforu (petek benzetmesi) daha önce yapan bir düşünür olarak Aurelius'da, "Peteğe yararı olmayanın arıya da yararı yoktur" demektedir (Aurelius, *Med*. VI. 54). Diğer bir deyişle bir insana yararlı olan şey genellikle diğerlerine de yararlıdır (Aurelius, *Med*. VI. 45).

Aurelius evrenin düzeni ve işleyiş şekline dair bahsetmiş olduğu düşüncelerinde 'Evrende insanın rolünün nedir?' sorusuna da cevabı vardır. Ona göre evren aslında büyük bir kenttir ve bir tiyatro sahnesi gibidir. İnsan da onun bir parçasıdır, parçası olarak rol üstlenir. İnsana kadın, erkek, efendi, köle, işçi, işveren gibi ne rol biçiliyorsa tiyatro sahnesinde onu oynar. İnsan evren sahnesinde farklı kimliklere de sahiptir. Evren genelinden insan bireyine baktığımızda insanın hem evrenin parçası, hem insan, hem de erkek, adam, imparator, kadın, dişi, kraliçe gibi türlü kimlikleri bulunduğunu görürüz. Bütün bu kimlikler içerisinde Aurelius nazarında doğal olan kimlik, insanın evrensel doğanın düzen ve aklıyla uyumlu olması yönünde geliştirdiği kimliktir. Böylece insan, aklını kullanarak kesintisiz bir uyum içinde yaşam sürerek doğaya uygun kendi rolünü doğru bir şekilde oynayabilir ve bu rolü sergilediği sürece hem adil hem de ruh dinginliğine ermiş olarak doğaya uygun hareket edebilir. Uyum için insanın

yapması gereken şey, yalın bir şekilde en iyi olanı seçip özgürce ona bağlanmaktır. Uyum hedefi, zor olsa da insan çabaladığı ölçüde iyileşme yönünde yol kat edebilecektir. Yol kat ederken insana olumlu anlamda katkı yapacak şeylerden birisi de insanın diğer insanlarla işbirliği yapmak üzere doğduğunu hatırında tutmasıdır. Bu durum ortaklık duygusuyla hareket etmeyi barındırır. Ortaklık duygusunu paylaşmak insanın toplumsallığını ön plana çıkartır. Toplumsallıkta insanların ortak yasaya itaat etme sorumlulukları vardır. Toplumsallıkta yasa paylaşılıyor ise aynı siteyi paylaşan yurttaşlar var demektir ve yine yasa paylaşılıyor ise ortak yönetim de paylaşılır demektir, ortak yönetim varsa da bütün dünya tek bir sitedir (Aurelius, *Med*. IV. 4). İnsan bu sitede rolünü doğaya uygun sergilediği sürece, yurttaş olarak, toplumun bir üyesi olarak sorumluluklarını da yerine getirecektir. Çünkü; "Nasıl ki sen toplumsal sistemin bir parçasıysan, aynı şekilde her eylemin de sosyal yaşam ilkesinin tamamlayıcısı bir unsuru olmalıdır. Dolayısıyla doğrudan veya dolaylı olarak bu sosyal amaçlara uygun olmayan her eylemin bizzat senin yaşamını ayırır, onu bütünün içinde olmaktan alıkoyar, bölünme yaratır, tıpkı toplumda görevini yerine getirmeyen bir vatandaşın kendisini diğer vatandaşların uyumundan koparması gibi" (Aurelius, *Med*. IX. 23) Görüldüğü gibi insanın yaptığı iş toplumsal çıkara uygun olmalıdır (Aurelius, *Med*. IX. 12; bkz. Aurelius, *Med*. X1. 13). Peki, insan doğaya uygun rolünü hangi farkındalıkla oynamalıdır? İnsan nasıl bir yaşam sürmelidir?

'İnsan hangi farkındalıkla yaşamını sürdürmelidir?' sorusuna bakacak olursak bu farkındalıklardan biri 'ölüm gerçeği' olarak karşımıza çıkmaktadır. Ölüm yaşamın gerçeğidir, doğa'nın işidir yani Tanrısal bir yasadır ve doğayla uyumludur yani içinde yaşadığımız çevresel ortama uygundur (Aurelius, *Med*. II. 12). Ölüm ayrışmadır, yok olmadır ya da göçtür (Aurelius, *Med*. VII. 32). Her insan ölür, yaşlı ölenle zamansız ölen aynı yerdedir (Aurelius, *Med*. IX. 33). Hayatın en uzunu da en kısası da aynı kapıya çıkar. Aslında Aurelius için tüm yaşamlar kısadır ve bunu şöyle anlatır:

> Unutma ki her birimiz sadece şu anı yaşıyoruz, bu da yaşamın çok kısa bir anıdır, yaşamımızın geri klan kısmı ya zaten halde ya da belirsiz bir geleceğe dayanmakta. Her birimiz için yaşamımız küçük bir şey, yaşadığımız yer dünyanın küçük bir noktası, öldükten sonraki en uzun şöhret bile küçük ve bu şöhretin kendisi de çarçabuk yaşamdan göçecek olan ve uzun zaman önce ölmüş biri şöyle dursun, kendini bile bilmeyen bir dizi küçük insana bağlı (Aurelius, *Med*. III. 10).

"Yaşam bir savaş ve yabancının konaklaması ve ölümden sonraki şöhretimiz unutulmaya yazgılı" (Aurelius, *Med*. II. 17). Hayatın olağan akışında anlam ve kavrama

yeteneği daha önce azaldığı için orada ölüme yaklaşıldığının farkına varılır (Aurelius, *Med*. III. 1). Ancak insan ölüme yaklaştığının yalnızca yaşı ilerledikçe değil her daim farkında olmalıdır bunu hatırlamalıdır. Ölüm doktorun, astroloğun, filozofun, kahraman insanın, tiranın hatta şehirlerin bile kaçamadığı bir gerçektir (Aurelius, *Med*. VI. 47-48). Örneğin, ne kadar çok doktor hastalarına kaş çatmıştır ama sonra onlar da öldüler. Ne kadar çok astrolog büyük bir olay gibi diğer insanların ölümlerine dair kehanette bulunmuştur yine birçok filozof da ölüm ve ölümsüzlük üzerine çok tartışmış, konuşmuştur. Peki, ya çok sayıda kişinin ölümüne neden olan ne kadar çok lider vardır ki sanki hiç ölmeyecekmiş gibi ellerindeki gücü kullanarak zalimce ve kibirle insanların hayatıyla ilgili kararlar almışlardır işte bu zorba hükümdarlarda öldüler ve diğerleri de öldüler. Hatta ne kadar çok şehir Helice, Pompei, Herculanum da içinde olmak üzere yok oldu. İnsan tüm bunları hayatında öldüklerini gördüğü kimselerin yanına ekleyip herkesin şimdide bir anlığına yaşadığını unutmamalıdır (Aurelius, *Med*. IV. 48; bkz. *Med*. VIII. 25). İnsanın yaşamda farkında olması gereken şey, yarın ölecek olmanın, uzun yıllar sonra ölecek olmaktan çok farklı olmadığıdır. Uzun yaşamış birinin edindiği şöhret bile kısadır aslında. Yaşam kısadır. Herkes yeryüzünün ufacık bir köşesinde yaşamını sürdürür (Aurelius, *Med*. III. 10). Aurelius ölüm gerçeğini şu ifadesiyle de özetler: "Her zaman insana ait şeylerin ne kadar kısa ömürlü ve değersiz olduğunu göz önünde bulundur, dün bir damla döl, yarın mumya veya kül" (Aurelius, *Med*. IV. 48). Görüldüğü üzere insan yaşamı sınırlı ve varlığı akışkandır. O halde bu sınırlı yaşam içerisinde, ölüm realitesi karşısında ve farkındalığında 'insan nasıl yaşamalıdır, insan eylemlerin eğilimleri hangi yönde olmalıdır, iyi yaşam için insanın yapması gerekenler nelerdir?' şeklindeki sorular büyük bir önem kazanırlar. Bu sorulardan 'insan nasıl yaşamalıdır?' sorusuna Aurelius şu cevabı verir: "… bu zaman dilimini doğaya boyun eğerek geçir ve olgunlaşınca kendisini doğuran toprağı kutsamak ve kendisini yaşatan ağaca şükretmek için olgunlaşınca düşen bir zeytin gibi yaşamdan gönül rahatlığıyla ayrıl" (Aurelius, *Med*. IV. 48). Böylece Aurelius da diğer Stoacılar gibi insan yaşamına 'doğaya uygun yaşa' ilkesini yerleştirir ve şöyle der: "Doğaya uygun olan budur ve doğaya uygun hiçbir şey kötü olamaz" (Aurelius, *Med*. II. 17). Bu ilke aynı zamanda onun ahlak felsefesinin de ana ilkesi olarak karşımıza çıkar. Hatta Aurelius bu ilke için insana şöyle der: "Doğana uygun bir şey elde edebilirsen bunu sevinç kaynağı olarak görmelisin ve bu senin her yerde elde edebileceğin bir şeydir" (Aurelius, *Med*. X. 33 (2)). Doğaya uygun davranmak ve doğayla içli dışlı olmak demek nesneleri ve olayları iyi tanımak, onların bizimle aynı kaynaktan geldiklerini

bilmek demektir. Mesela fizik bilmek doğanın kendi içindeki birliğinin ve uyumunun farkına varmak demektir. Böylece doğayla içli dışlı olan insan doğadaki uyuma ve birliğe katılır, 'kendi vatanında bir yabancı' olmaktan kendini kurtarır. 'Kendisini yaratmış olan dünyaya layık bir insan' haline gelir (Hadot, 2021: 265; bkz. Aurelius, *Med*. XII. 1). Ayrıca insan neyi sık düşünüyorsa aklı da ona benzer bir şey olur. Ruhu besleyen düşüncelerdir. İnsan, ruhunu 'yaşamını sürdürebildiğin herhangi bir yerde iyi yaşamak mümkündür' mottosuyla beslemelidir (Aurelius, *Med*. V. 16). Böylece insanın ruhu akla uygun, aklı da doğaya uygun hale gelir. İnsan doğaya uygun yaşamayı düşünce ve söylemlerin yanı sıra bilhassa eylemlerinde gösterir.

O halde 'Yaşamda insan eylemlerinin eğilimi hangi yöndedir?' sorusuna baktığımızda Aurelius nazarında, insan eylemlerinin eğilimlerinden biri *iyi*'ye yönelmek, iyi'yi istemek şeklindedir. Çünkü "İnsan her nerede olursa olsun iyi bir yaşam sürebilir" (Aurelius, 2021: 62). İyi bir yaşam sürmek için insan, inzivaya çekilmek ya da ille de bir dağ veya deniz kenarında yaşam geçirmek zorunda değildir. İnsan ruhuyla, ruhunda inzivaya çekilip kendini yenileyebilir (Aurelius, *Med*. IV. 3 (1)). İnsan eylemlerinin bir diğer eğilimi mutlu olmak yönünde olmalıdır ama burada anlamamız gereken mutluluk gelip geçici haz veren şeylerden kaynaklanan bir mutluluk değildir. Aurelius'un mutluluk ile kastettiği şey insanın insana yakışır şeyler yapmasıdır (Aurelius, 2021: 82). Peki, mutluluk için insanın kendine yakışır şeyi yapmasının ölçütü nedir? İtidalli, ılımlı olmaktır. Bilindik Aristotelesçi ifadeyle orta yol'a diğer bir deyişle altın orta'ya göre davranış sergilemektir. Aurelius'un da belittiği gibi "…mutluluk aklın işlevlerinde, aşırılıktan uzak isteklerde ve erdemli davranışlardadır" (Aurelius, 2021: 57). Mutluluğu arama noktasında Aurelius şu önerilerde de bulunmuştur: "Mutluluğu sadelikte ve özsaygıda arayın. Erdem ile kötülük arasında kalan kişilerden uzak durun. İnsanoğlunu sevin ve ilahi gücün yolundan gidin" (Aurelius, 2021: 39). Mutlu yaşam ve mutlu yaşamın sırrı hakkında Aurelius soruşturma yapar ve konuyla ilgili şu tespitlerde bulunur:

> …doğanın ne istediğini düşün ve başka hiçbir şeyin seni yoldan çıkarmasına izin verme, zira deneyimin sana ne kadar çok yoldan yürüdüysen de mutlu yaşamı mantıksal argümanlarda, zenginlikte, şanda, kendini tatminde, kısacası hiçbir yerde bulamadığını öğretti. Peki, o nerede bulunuyor? İnsanın kendi doğasının talep ettiği şeyi yapmasında. Peki, insan bunu nasıl yapacak? Dürtülerinin ve eylemlerinin dayandığı ilkeleri olursa! Bunlar hangi ilkeler? İyi ve kötüyle ilgili olan, yani insanı adil, ölçülü, yiğit ve özgür birine dönüştürmeyen hiçbir şeyin iyi ve bahsedilen bu şeylere aykırı olmayan hiçbir şeyin kötü sayılmaması gerektiğini bildiren inançla ilgili ilkeler. (Aurelius, *Med*. VIII. 1).

İnsan, mutlu olmaya meylederken aslında çok şeye ihtiyacı yoktur. Örneğin diyalektikte ve doğa biliminde yetenekli olmasına gerek yoktur. Yeter ki umudunu kaybetse bile özgür, alçakgönüllü, toplumsal olma, tanrıya boyun eğme özelliklerini kaybetmesin (Aurelius, *Med*. VII. 67). İnsan eylemlerinin diğer bir eğilimi erdemli davranmak yönünde olmalıdır. Şüphesiz ki insanın bir şeye faydalı olmasını zenginlikten ziyade ahlak kuralları ve prensipleri sağlar. Dolayısıyla ahlaki ilkeleri gözeterek iyi eylemleri üst üste yığarak, daha önce de değindiğimiz üzere, insan yaşamdan keyif almalı ve bu süreçte kendine sürekli 'erdemli insanları' hatırlatmalıdır (Aurelius, 2021: 37). Bu sayede insan, iyi insan olur, tek iyinin ahlaki iyi olduğunu anlar ve bu çerçevede değer yargıları oluşturup bu değer yargılarının nasıl bir yaşam biçimi gerektirdiğini kavramış olur (Hadot, 2021: 204). Değerli olan, yaşamın kendisi değil, ahlaki yaşamdır (Hadot, 2021: 267). İnsan keyifli bir yaşam sürebilir ve bunun yolu Aurelius nazarında şöyle çizilir: "Her zaman olumlu bir akılın içinde olabilirsin, yeter ki doğru yolu seç, yani doğru düşün ve davran. Bu iki şey tanrının ve insanın ruhunda ortaktır, yani akıl sahibi olan her varlığın ruhunda. Bu tür bir ruh başkasının engellemesine maruz kalmaz, kendi iyiliğini doğru eyleme ve eğilimde bulur, arzusunu doğru olanla son erdirir" (Aurelius, *Med*. V. 34). İnsan ahlaklı olarak da keyifli bir yaşam sürebilir.

İyi yaşam için insanın yapması gerekenler nelerdir? Sorusuna cevaben Aurelius adeta yapılması gerekenler listesi sunar. Tavsiyelerinden birini şöyle açıklar:

> Doğru aklın yolundan giderek kendini tüm kararlılığın, gücün ve iyi niyetinle şu anki görevine adarsan, dikkatinin dağılmasına izin vermez, aksine her an geri verecekmiş gibi, içindeki tanrısal iradenin temiz ve sağlam kalmasını sağlarsan, hiçbir beklenti içinde olmadan, hiçbir şeyden kaçınmadan, sadece doğaya uygun olarak gerçekleştirdiğin her eylemin sana vereceği kişisel tatmini ve söylediğin, giriştiğin her şeyde kahramanca bir doğruluğu temel alırsan, iyi bir yaşam süreceksin. Buna engel olabilecek kimse yoktur (Aurelius, *Med*. III. 12).

Her eyleminde iyi olmayı iste ve iyinin kaynağı da senin içinde, sen kazdıkça o çıkmaya hazırdır (Aurelius, *Med*. VII. 58-59). "İnsanın neşesi, insana uyun işler yapmasındadır, başka bir insana nazik davranması, duyuların etkisini küçümsemesi, makul düşlemleri ayırt etmesi, her şeyin doğası ve onda olup bitenler üzerine düşünmesi insana uygun" (Aurelius, *Med*. VIII. 26). Yardım etmek de doğaya uygun bir eylemdir. Başkalarına yardım et ki yardım göresin (Aurelius, *Med*. VII. 74). İnsanlar işbirliği yapmak üzere doğmuştur, onların birbirlerine düşmanca davranması doğaya aykırıdır. Bazı kimseler suçludur, kötü davranır ama bu kimselerin suçlu olmasının sebebi iyi ve kötünün ne olduğunu bilmemesidir. Hâlbuki iyi'nin

doğası güzel, kötü'nün doğası çirkindir ama onlar bunu bilmezler. Eğer bir kimse haksızlık yapar ve birini incitirse bu kimseye karşı tutumumuz o kimseleri akraba olarak görmek, onlara iyilik ve hoşgörü göstermek şeklinde olmalıdır. Bu kimselere suçluymuş gibi bakmaktansa onların bilgisizlik sonucu kötülük yaptıklarını düşünmek gerekir. Ayrıca bir süre sonra bu kimselerin de öleceğini hatırlamak gerekir (Aurelius, *Med*. II. 1-2).

İyi yaşam için insan adaletli olmalıdır. İnsanın doğası engellenemeyen, akıllı, adil bir doğanın parçasıdır (Aurelius, *Med*. VIII. 7). Evrendeki her şey adilane gerçekleşmiştir ve hiçbir şey diğer şeylerden bağımsız değildir. Ne olmuşsa yerli yerinde adilane olmuştur. Çünkü bunları gerçekleştiren bir tanrısal akıl vardır (Aurelius, *Med*. IV. 10). Bu adil doğada insan adalet konusunda da evreni örnek almalıdır. Bocalamadan bütün eylemlerinde adaleti gözetmelidir (Aurelius, *Med*. IV. 22). Adalet bir nevi tanrısal yasadır ve bu yasaya uymak insan için bir ödüldür; böylece insan toplum yararı için de çalışmış olur (Aurelius, *Med*. VI-30). Nitekim toplumsal yararı ve çıkarı esas alarak yapılan eylemler ve hizmetler de doğaya uygundur (Aurelius, *Med*. IX. 31). Bu yüzden insan kendi yaşam amacını toplumsal amaca uydurur ve bunun için çaba gösterir ise bütün eylemlerinde tutarlı olup aynı kalmayı sürdürür (Aurelius, *Med*. XI. 21). Kendi yapısına uygun ve aynı zamanda amacına uygun hareket eden insanın kendine verdiği değer, insanı kendinden memnun biri yapar ki bu toplumda da o insanı memnun kılar (Aurelius, *Med*. VI. 16 (3)). Bu yüzden "Yalnızca tek bir şey istemelisin: Yaptığın işin toplumsal çıkara uygun olması" (Aurelius, *Med*. IX. 12).

İnsan için önemli olan ruh dinginliğine ve doğaya uygun yaşam ereğine ulaşmaktır ve bunu da tanrısal yanıyla uyum içinde bir yaşam sürerek gerçekleştirir (Molacı, 2019a: 242-243). "Aurelius'un da dediği gibi: "Her kim zihinsel huzura ve ruh sağlığına değer verirse mümkün olan en iyi yaşamı sürer" (Aurelius, 2021: 84). Molacı iyi yaşamın nasıl sürüleceğini şu şekilde açıklar:

> İnsan izlenimlerin ve dürtülerin kendisine bağlı olmadığını, kendisine bağlı olan tek şeyin yargılar olduğunu bilir, yargılama yetisinin (zihin) yöneticiliğini kabul eder ve düşünceleri ile davranışlarını buna göre belirlerse, erdemli ve mutlu olur. Mutlu bir hayatın öznesi olan erdemli insan da, kendisinde yerleşmiş ve her an değişime açık olan bu ethos'u, her yeni eylemiyle yetkinleştirme gücünü kendinde taşır (Molacı, 2019a: 248).

İnsan güzel şeyler yaptığında övülür ama övülmediği zamanlarda da güzel yapılan işler değerinden bir şey kaybetmez. Kaldı ki güzel yapılan bir şeyde övgüye ihtiyaç yoktur. Nasıl ki zümrüt övülmüyor diye güzelliğinden, değerinden bir şey kaybetmezse, kötü ve daha çirkin

hale gelmezse, güzel insan ve güzel eyleyen insan da övülmüyor diye güzelliğinden, değerinden bir şey kaybetmez, kötü ya da çirkin olmaz. Denilebilir ki güzel olan bir şeyin övgüye ihtiyacı yoktur (Aurelius, *Med*. IV. 20). Dolayısıyla insan başkaları tarafından övülmüyor diye güzel eylemlerini yapmaktan vazgeçmemeli. İyi sıfatlar edindiyse onları koruyup, onlara layık olmalı (Aurelius, *Med*. X. 8 (1)). Örneğin insan öfkelenmemeli, dalkavukluk etmemeli. Öfke bir zayıflıktır, tıpkı üzüntü gibi yaralanmaya ve teslimiyete sebep verir. Aslında bizi üzen ve öfkelendiren şeylerden ziyade üzüntü ve öfkenin bizzat kendisi bize zarar vermektedir. Bu sıfatlar sadece kişinin kendisine zarar vermekle kalmazlar aynı zamanda ayrıca toplumsal çıkara aykırı olduğu için zararlıdırlar. Öfkeli olmama halinin getirdiği sevecenlik ve kibarlık insana daha çok yakışır ve toplumsal çıkara uygun olan budur (Aurelius, *Med*. XI. 18 (10)).

"Yaşam ve ölüm, onur ve onursuzluk, acı ve haz, zenginlik ve yoksulluk ve diğer her şey iyi ve kötü insanlar arsında eşit şekilde paylaştırılmıştır. Bu gibi şeyler insanı ne yüceltir ne de alçaltır; o halde onlar ne iyi ne de kötü şeylerdir." (Aurelius, 2021: 45). Hayatın kendisi de ne iyidir ne de kötüdür, iyinin ve kötünün olduğu bir yerdir (Aurelius, 2021: 20). Böyle bir hayatta insanın yaşam şeklini Aurelius şu benzetmeyle açıklar: "Yaşama sanatı danstan ziyade güreşi andırır, öngörülemese bile her an her saldırıya hazır ve sarsılmaz olmamızı gerektirir" (Aurelius, *Med*. VII. 61). Bu benzetmeden hareketle insan yaşamında yazgının, kaderin rolü ve insanın yazgısına, kaderine karşı kabullenişi yönünde şekillenen Aureliuscu yaşam biçimi tartışılabilir. Bu tartışma Aurelius üzerinden konusu iki problem şeklinde ele alınacaktır. Birincisi, Tanrısız, inayetsiz bir dünyada yaşam mümkün müdür? İkincisi, insanların başlarına gelen kötülük ve mutsuzluktan kim sorumludur?

Tanrısız, inayetsiz bir dünyada yaşamak mümkün müdür? sorusunun cevabı Aurelius'a göre 'hayır, mümkün değil' şeklindedir. Düzensiz, karışık ve rastlantısal evren tasarımı nasıl mümkün değilse Tanrısız, inayetsiz bir dünyada yaşama düşüncesi de o kadar tahammül edilemezdir. O halde Tanrının yardımı, lütfu, koruyup gözetmesi söz konusu iken neden insanların başına kötü şeyler gelir, insanların başlarına gelen kötülük ve mutsuzluktan kim sorumludur? Aurelius'a göre insanların başlarına gelen kötülük ve mutsuzluktan insanların bizzat kendileri sorumludur. Çünkü insanlar evrenin doğasını ve kendi doğalarını bilmeyip bir de bunlara aykırı davranırlar; bu yüzden kötülük ve mutsuzluk ortaya çıkar. Her insanın yazgısı vardır ve bu yazgı ömür boyunca insana eşlik eder. İnsanların başına gelen kötü şeyler de

onların yazgılarından ötürüdür. İnsanın yapması gereken şey başına gelen kötü şeylere karşı, söylenmek, dövünmek değil, kaderine boyun eğmektir. İçinde bulunduğu koşullara adapte olmak, yazgının uygun gördüğüne uymak, bir arada yaşadığı insanları gerçek anlamda sevmektir (Aurelius, *Med*. VI. 39). Çünkü hiç kimse yazgısından kaçamaz bu yüzden en iyi şekilde yaşamaya çalışmalıdır (Aurelius, *Med*. VII. 46). Aurelius'un da dediği gibi "Kaderin sizin için ördüklerini ve başınıza gelen her şeyi sevin." (Aurelius, 2021: 80). "Başına ne gelirse gelsin, ezelden itibaren senin için hazırlandı ve nedenler zinciri hem senin varlığın hem de başına gelen şey için örüldü" (Aurelius, *Med*. X. 5). Eğer insan ahlaka uygun davranır ve kendini tanımaya yer açıp kendini gerçekleştirmeye kalkarsa kaderinde olan şeyi yaşamaya kapı açmış olur. Bu kapı insanın doğasıyla, ruhuyla, kaderiyle uyumlu yaşamasının kapısıdır. Dolayısıyla bu kapıdan giren şanslı insan kendine iyi bir yazgı sağlamış olur. Nitekim iyi yazgı ruhun iyi gelişimi, iyi dürtüleri ve iyi eylemleridir (Aurelius, *Med*. V. 36 (2)). Molacının da belirttiği gibi "insan, insan olmak bakımından (insan olarak var olmak), tanrının ya da doğanın ona tahsis ettiği konuma uygun eylerse, kaderine de uygun eyleyecektir" (Molacı, 2019a: 246-247). Yani insan dünya sahnesinde rolünün farkına varıp o rolü layıkıyla yerine getirebilecektir. İnsan kendi rolünü oynarken, yaşamında başına bir sürü şey gelir, gelecektir de. İnsanın başına gelenleri karşılama şeklini Aurelius 'katlanmak' olarak açıklar. Peki, insan başına gelenlere neden katlansın? Aurelius bu soruya şöyle cevap verir: "…başına gelenleri memnuniyetle karşılaman için iki neden var: Birincisi, başına ne gelirse gelsin, senin için geldi, senin için emredildi ve seninle ilişkilendirildi, bu en eski nedenlere kadar uzanan bir kader örgüsüdür; ikincisi, her bir kimsenin başına gelen şey aslında bütünü yöneten şeyin devamlılığının, tamamlanmasının ve iyiliğinin bir nedenidir" (Aurelius, *Med*. V. 8 (3)).

Ayrıca evrensel doğa insanın başına asla dayanamayacağı bir şey getirmez (Aurelius, *Med*. VIII. 46). Dolayısıyla başına gelenlere karşı akla uygun hareket eden kimse akla uygun eylemi sayesinde zarar görmez. Akla uygun eylemde amacına ulaşmak isteyen insanın karşısına engel çıksa dahi o, bu engeli memnuniyetle kabul eder ve sonucunda uygun eylem sergiler (Aurelius, *Med*. VIII. 32). Ayrıca "Bir insanın, tanrını öveceği ve yine tanrının kendisine doğanın bir sonucu olarak verdiği şeyi memnuniyetle karşılamak dışında hiçbir şey yapmak zorunda olmaması ne büyük bir özgürlüktür" (Aurelius, *Med*. XII. 11). Bu yüzden insan bunların bilincinde olarak kendi doğasının yönlendirdiği gibi hareket etmeli, evrensel doğanın kendisine getirdiklerini de kabul etmelidir (Aurelius, *Med*. XII. 32). Son kertede insan,

doğasının ilk yol göstericisi olan toplumsal yükümlülük bilincinde hareket etmeli. İkincisi yol göstericisi olan bedensel zaaflara direnç göstermeli. Üçüncü yol göstericisi olan acele karar vermekten, yanılmaktan kaçınmalıdır (Aurelius, *Med*. VII. 55 (2)). Böylece başına gelen talihsizliklere karşı kendi doğasına uygun hareket ederek bunlara katlanacaktır. Çünkü insanın başına gelen talihsizliklere yiğitçe katlanması talihtir (Aurelius, *Med*. IV. 49 (2)). Hadot bunu şöyle ifade eder: "Kabul edebileceğimiz, hatta onurlu addedebileceğimiz Stoacı tavır şunu söylemeye dayanır (Marcus Aurelius'u biraz değiştiriyorum): "çocuğunu kaybetmek bir mutluluk değildir, fakat kayba cesaretle katlanmak, işte bu mutluluktur."… durum acı verse de bir kötülük değildir. Her şey yargıdadır" (Hadot, 2017: 218).

Aurelius başına gelenlere katlanma konusunda felsefenin insana yardımcı olacağı görüşündedir. Sürekli felsefeye dönmek, insanın huzur bulmasını sağlar dahası insana katlanma gücü verir (Aurelius, *Med*. VI. 12). Hatta Aurelius insanın iyi yaşam sürmesinde felsefeye büyük bir rol yükler, katkı sağlar ve insanı şöyle tembihler: "Şunu da unutma: Sen doğaya uygun olmayan başka bir şey istiyorken, felsefe senin doğanın istediğinden başka bir şey itemez" (Aurelius, *Med*. V. 9). Ayrıca felsefe tek bir kimsenin yaptığı faaliyet değildir, kimsenin tekelinde de değildir. Kral, köle ve kralın danışmanı da felsefe yapar. "Henüz fırsat varken ve kendine biraz önem veriyorsan, sonuna kadar ecele et, boş umutları bırak ve kendini kurtar" (Aurelius, *Med*. III. 14). Felsefe yapmak doğaya aykırı olmadığı için kötü de değildir aksine doğaya uygun bir faaliyettir (Aurelius, *Med*. II. 17). Doğaya uygun yaşam için felsefeyle ilgilenenlerin, filozofların doğa ile kurduğu ilişki diğer insanlara göre farklıdır. Hadot bunu şu şeklide ifade eder:

> Aristoteles'e göre yalnızca filozof, doğanın ürettiklerindeki güzelliği görebilir, çünkü o, varlıkların gelişimini içeriden sağlayan güç olan doğanın tasarısını fark edebilecektir. Marcus Aurelius'a göre de yine yalnızca filozof ya da evrenin süreçlerini derinlemesine kavrayabilen ve deneyim sahibi olan bilge kişi, doğal süreçlere eşlik eden olayların içindeki güzellik ve zarafeti hissedebilir, çünkü doğal süreçler ile onlara eşlik eden gerekli sonuçlar arasındaki bağı görebilecektir (Hadot, 2021: 264).

Böylece doğaya uygun yaşamak, kutsalı tanımak ve onun verdiklerine boyun eğmektir. Bu yaşamda insan kendine, diğer insanlara, canlılara saygı duyacaktır. Doğanın verdiklerini kabul edecek, doğanın verdiği kötü şeylerin de geçmesi için değişmesi için bekleyecek bir başkaldırıda bulunmayacaktır. Çünkü başa gelen kötü şey ya da talihsizlikler çok geçmeden değişir ve bunların sonu gelir (Çelikkol, 2019: 1237-1238). Zaten yaşam kısa; geçmiş gitti,

gelecek muamma, elimizde sadece şimdi var. Şimdi akla uygun hareket etme, doğaya uygun yaşama zamanıdır. Bu şimdide insan, karşılaştığı olumsuz olaylarda eğer elinden geliyorsa olayı değiştirmeli, onu yapamıyorsa muhatap olduğu kimseyi değiştirmeli, onu da yapamıyorsa yakarmanın bir manası yoktur. Kabullenip olayın geçmesini beklemelidir. Bunları yapabilen kimse iyi sıfatlara sahip olur. Bu kimsenin yaşamı iyi yaşam olur. Ölümü de iyi ölüm olur. Retoriksel bir çıkarım yapacak olursak, tıpkı Sokrates gibi ve daha nice diğerleri gibi, aslında yoklar ama hep aramızdalar. Belki de bu durum doğaya uygun yaşayan kimselerin (filozof, felsefeci, düşünür, bilim insanı, araştırmacı…) talihidir. Ölmüş olsalar bile bizlere esin kaynağı olan kimselerin talihidir.

İKİNCİ BÖLÜM

SENECA'DA İYİ YAŞAM DÜŞÜNCESİ

2.1. Tanrı- Evren- İnsan ve İyi İlişkisi

Seneca'nın iyi yaşam düşüncesi, diğer Stoacı düşünürlerin de belirttiği gibi 'doğaya uygun yaşamak' üzerine kuruludur. Seneca nezdinde bu düşüncenin oluşum sürecinin ilk basamağı yine diğer Stoacı düşünürlerde olduğu gibi doğayı bilmekten, tanımaktan geçer. Seneca'nın *Doğa Araştırmaları* (*Quaestiones Naturales*) adlı eseri doğayı tanıma çalışması olarak karşımıza çıkmaktadır. Seneca'nın doğaya uygun yaşam düşüncesini ele alırken doğanın ne olduğu, nasıl bir var olma süreci geçirdiği, doğanın kendisindeki değişim ve dönüşümlerin nasıl gerçekleştiği ve bunların sebepleri ele alınacaktır. Yine doğadaki sürekli hareketlilik, doğanın bir parçası olarak bitkiler, hayvanlar ve insanların rolü incelenecektir. Nitekim bir şeyin tarihini bilmeden tarifini yapmak zordur. Bu yüzden amacımız doğanın oluşumuna bakarak doğaya uygun yaşam düşüncesinin tarifini yapabilme imkânını elde etmek ve bilgisini edinmektir.

Daha önce değindiğimiz gibi Seneca'nın *Doğa Araştırmaları* adlı eseri doğa hakkında birçok bilgi verir. Bu eserde astronomi, meteoroloji ve coğrafya alanları özelinde evrene ilişkin bir inceleme söz konusudur. Astronomik açıdan meteorlar ve işaretleri, haleler ve nedenleri, yıldızlar ve kuyruklu yıldızlar ele alınmaktadır. Meteorolojik ve coğrafik açıdan ise Seneca tarihsel birçok örnekten de yararlanarak; havanın nitelikleri, gök gürültüsü, şimşek, yıldırım ve yıldırım korkusu, yine yeryüzünün su kaynakları, yer altı denizleri, sel ve zehirli sular, dolu ve

karın oluşumu, rüzgârın oluşumu, rüzgâr türleri, bulutlar, depremlerin oluşum nedenleri, deprem türleri, deprem ile ölüm korkusu arasındaki ilişkiyi ele almaktadır. Seneca doğa olaylarını kişisel merakından dolayı incelememektedir. Seneca'nın doğayı incelemesinin asıl nedenini Çevik şöyle ifade eder: "Stoa düşüncesindeki ahlak temelli doğa anlayışına uygun olarak, doğa olaylarının bilgisinden hareketle, insanın ahlaki duyuşuna birtakım genel geçer ölçütler belirleyebilmek ve bizzat doğanın düzenli işleyişini insan yaşamına örnek kılabilmektir" (Çevik, 2018: 13). Seneca ise doğayı incelemesindeki amacını şu şekilde ifade eder:

> Doğa araştırması sayesinde evrenin yapısının nasıl, yaratıcısının veya kollayıcısının kim olduğunu öğrenmiş oluyorum: Tanrı nedir? Tümüyle kendine mi dönüktür, yoksa ara sıra da olsa, bizimle ilgilenir mi? Sürekli yaratma halinde midir, yoksa her şeyi bir kere de mi yaratmıştır? Evrenin bir parçası mıdır, yoksa bizzat kendisi mi? O veya bu zaman için diyeceğini deme ve kaderin yasasında değişiklik yapma gereğini duydu mu? Yoksa bu durum, onun büyüklüğüne halel getirir mi ve sonradan değiştirilesi şeyler yaratmış olması, hatasının bir itirafı mı? (Seneca, *QNat*. 1. (2))

Görüldüğü üzere Seneca doğa bilimini teolojiyle ilişkilendirmiştir. Doğa incelemesini sadece bilimsel ve teknik bir yaklaşımla incelemekten ziyade metafizik ve ahlaki bir manada da soruşturmuştur. Bu doğrultuda diğer Stoacılar gibi doğa ile Tanrı arasında bir ayrım yapmayıp evreni ve doğayı Tanrıya özdeş sayarak doğa incelemesiyle Tanrı incelemesinin aynı şey olduğunu göstermiştir (Arslan, 2016 IV: 278-279). Seneca'nın doğa araştırmasının derinlerine inildiğinde ilk olarak Tanrı'nın doğası problemi ile şu şekilde karşılaşırız: "Nedir Tanrı? Evrenin zihni. Nedir Tanrı? Gördüğün ve göremediğin her şey! O halde Tanrı'nın büyüklüğü düşünenin sınırlarını aşarak asla daha büyüğü düşünülemeyen şey olur. Buna göre, Tanrı bir başına her şey ise yarattığı eserin içinde ve dışında kalan her şeydir" (Seneca, *QNat*. 1. (12)). Tanrının doğası ile insanın doğası arasındaki fark nedir? Sorusunun cevabı ise insanın doğasındaki en iyi parça ruh[5] iken ve insan doğasında birçok parça var iken Tanrı'nın doğasında ruhtan başka bir şey yoktur; Tanrı tümüyle akıldır. Bazı insanlar evrenin gayesiz olduğunu, doğanın rastlantılarla, bilinçli olmayan hareketlerle işlediğini düşünür. Yine bu insanlar birçok şeyi öngörebildiğini sanarak yanlış düşüncelere kapılıp aklını yorar (Seneca, *QNat* 1. (13)). Hâlbuki insanın değer vermesi gereken ve akıl yorması gereken sorular şunlar olmalıdır:

[5] Seneca *Doğa Araştırmaları* adlı eserinde insandaki en iyi parça olarak ruh'dan bahsederken *Ahlak Mektupları* adlı eserinde de en iyi olarak aklı söylemektedir (Seneca, *QNat*. 1. (13); 2020: 269).

> …Tanrı ne kadar muktedirdir? İlkin kendi mi maddeyi yarattı, yoksa zaten var olan bir maddeyi mi kullandı? Tasarım mı maddeden önce geldi, madde mi tasarımdan? Tanrı istediği her şeyi yaratabilir mi, yoksa eserinde herhangi bir bozukluk olmasa da, işlenmesi zor bir maddeden yararlanan bir sanatçı gibi, birçok yaratımında işlediği madde onu yanıltabilir mi? (Seneca, *QNat*. 1 (14))

İnsanın bu sorulara cevap bulmaya çalışması ne işine yarar? İnsanın bu sorulara odaklanması insanın daha iyi bir kader yazmasının yolunu açar. Hatta Seneca şöyle söyler: "Bu sayede hiçbir şeyi değilse de en azından her şeyin Tanrı ölçüsünde kısıtlı olduğunu bilmiş olacağım" (Seneca, *QNat*. 1. (15)). Mesela evrendeki bazı var olanlar hakkındaki bilgimiz kısıtlıdır örneğin, yıldızların neye yetkin olduklarını bilmek kolay değil ama neticede yetkin oldukları bir şeyin olduğu da şüphe götürmez. Çünkü doğa ereksel bir etkinlik alanıdır. Bu etkinliğe insan da cevap bulmaya çalıştığı sorularıyla aktif olarak katılmalıdır.

Seneca'ya göre bu dünya mümkün olan en mükemmel dünyadır çünkü Tanrı'nın eseridir, akıllı, ereksel bir yapıya sahiptir ve bu dünya, içindeki her şeyle birlikte tanrının ta kendisidir. Yeryüzü ve gökyüzü, varlığı meydana getirendir. Hayvanlar ve bitkilerde evrenin bir parçasıdır aynı zamanda birlikte bir bütünü de ifade ederler (Seneca, *QNat*. 2. IV.2, 2. V. 1). Bu bütün içerisinde Tanrı-evren-insan ilişkisini Seneca şu şekilde ifade eder:

> Evrende her şey madde ile Tanrı'dan oluşmuş değil midir? Tanrı, evrendeki karmakarışık maddeleri dengeler, rehber ve önder olarak güder onları. Tanrı, yaratıcı ve Tanrı olduğu için de biçim verdiği maddeden daha güçlü, daha değerlidir. Tanrı evrende nerede ise, ruh da insanın içinde aynı yerdedir. Tanrı için madde neyse, bedenimiz de bizim için odur (Seneca, 2020: 219-220)

Evreni bir bütün olarak kabul ettiğimizde bu bütünün içerisinde ve bütünün bir parçası olarak insan bedeni ile doğa arasında da benzerlik vardır. Seneca bu benzerliği şöyle açıklar: "Doğa yeryüzünü, birinden kanın, diğerinden soluğun geçtiği damarlar ve kanallarla dolu bedenimizi örnek alarak düzenlenmiş durumda" (Seneca, *QNat*. 3. XV. 2). Doğa ile insan bedeni arasında özellikle doğanın yeryüzünü biçimlendirmesinde bu benzerlik görülür öyle ki doğadaki su kanalları insan bedenindeki damarlara benzer. Bedenimizde sadece kan yoktur doğada da sadece su yoktur. Doğada birçok farklı türden sıvı olduğu gibi bedenimizde de farklı türden sıvılar vardır. Bu sıvılar bedenimizde kimi yaşamsal, kimi yağlı, kimisi kafadaki beyinde, kemiklerdeki ilikte, sümükte, tükürükte, gözyaşında ve eklem yerlerini çalıştıran daha hızlı hareket etmesini sağlayan yağlı mekanizmada bulunur. Yeryüzünde de çok sayıda nem çeşidi bulunur, sıvı bulunur. Sıvının zaman geçtikçe katılaşan türleri vardır. Örneğin altın ve

gümüşün olduğu topraklar bu türdendir. Toprak ve topraktaki nemin birleşimiyle başka türden maddeler oluşur. Bunlar doğanın yasasına göre oluşum gösterir. Bedenimizle doğa arasındaki benzerliklerden bir diğeri de bedenimizde olduğu gibi yeryüzünde de salgılar çoğu zaman fışkırma, sarsılma ve doğal enerjiyi bozan sıcaklık ya da soğukluk gibi kusurları örter. Örneğin nasıl ki bedenimizde bir damarı kestiğimizde kan fışkırırsa, damardaki kan bitene kadar veya akış durana kadar akmaya devam ederse, yani kan akışının önünü bir şeyle kesene kadar bu kan akışı devam ederse yeryüzünde de topraktaki yataklar gevşeyip açığa çıkınca bir çay veya nehir akıntısı şiddetlenir. Bu şiddetin derecesini çay veya nehir akıntısının önünü kesen engeller, tıkanıklıklar belirler. Bundandır ki yeryüzünde bazı kaynaklar altı saatte oluşurken bazıları altı saatte kuruyabilir (Seneca, *QNat*. 3. XV. 3-4-5-6, XVI. 1). Seneca bu durumu yine insan bedeni ile yaptığı bir benzetmeyle şöyle açıklar: "Nasıl ki sıtma aynı saatte geri dönerse, nasıl ki damla hastalığı zamanına sadık kalırsa, nasıl ki doğum, bir engelle karşılaşmadıkça, uygun gününü gözetip en doğru zamanda gerçekleşirse, benzer şekilde sular yeniden çekilme ve yükselme dönemlerini belli aralıklarla gerçekleştirir" (Seneca, *QNat*. 3. XVI. 1).

Tanrı yeni bir dünya yaratmak ve eskisini ortadan kaldırmak istediğinde yeryüzünün yıkımı gerçekleşecektir. Su ve ateş yeryüzünde hüküm sürerken yeni bir dünyanın ortaya çıkmasında sıcaklık ve ateşin yıkım gücü etkili olur (Seneca, *QNat*. 3. XXVIII. 7). Bu yıkım Seneca'da felaketler şeklinde karşılık bulur. Peki, bu yıkım nasıl gerçekleşir? Tanrı yeni bir dünya yaratmak ve yeni bir insan nesli yaratmak istediğinde yaşanacak felaket gününde aralıksız yağış olacak, sel meydana gelecek, sert rüzgârlar esecek ve bu rüzgârlar suyun akıntısına da yön verecektir. Denizler taşacak, dalgalar en yüksek seviyeye çıkacaktır. Kıyılar yön değiştirecek yeni derinlikler olacaktır. Su dalgalar tarafından değil kader tarafından hareket ettirilecek ve suyun yükselmesindeki artış ve yayılma sonrası insanlar suyun altında boğulacaktır. Deniz yeryüzünün yüksekliğine eşit ölçüde yükselecektir. Bu felaketler sadece yağmurdan değil ama yağmurda dâhil sadece yeryüzü sarsıntısı değil yeryüzü sarsıntısı da dâhil şekilde gerçekleşecek ve her biri kendilerine verilen hükümlerini yerine getirebilmek için doğaya yardım edecektir. Adeta kıyamet kopuyormuş düşüncesine kapıldığımız bu dünyada, bir ruh ya da doğa tarafından yönetilen bir beden, bütün bu olayların başlangıcından bitişine kadar kendisinde taşıdığı her şey gibi kadere boyun eğer. Tıpkı insan aklının, tohum halindeyken oluşması, açığa çıkması gibi. Yani nasıl ki doğmamış bir bebek sakal ve ağarmış saç yasasına sahipse ve bebekte bir tohum gibi küçük şekilde bunlar bulunur ve ileriki yaşlarda

açığa çıkarsa dünyanın tohumu da Güneş, Ay ve göksel cisimlerin hareketlerinden oluşur ve bunlar canlıların doğuşunu barındırdığı gibi yeryüzünü dönüştüren güçleri de bünyesinde taşır. Bu güçler aynı zamanda kış ve yaz gibi dünyadaki yasalara göre meydana gelen felaketleri, mesela sel felaketini de içerir (Seneca, *QNat*. 3. XXIX. 1). Yeryüzünün yıkımı ve insanlık tarihinin sonu geldiğinde olacak olanları Seneca şöyle anlatır:

> O halde insanlık tarihinin sonu geldiğinde, yeryüzünün parçaları bozulmak ve kesin bir şekilde dağılmak zorundadır, ancak bu şekilde tümüyle temiz, ilkel ve masum bir nesil yaratılabilir, böylece kötülüklerin öğreticisi kalmaz, her zaman olduğundan daha fazla sıvı meydana getirilebilir. Öyle ki elementler şimdi gerektiği ölçüdedir. Oransızlığın mevcut dengeyi bozabilmesi için içlerinden birinin artması gerek (Seneca, *QNat*. 3. XXIX. 5)

"Stoacılar Tanrı'nın akıllı olduğunu söylerler, onun planlı olarak evreni meydana getirdiğini… tüm dünyaya yayılan bir nefes olduğunu, içinde bulunduğu maddenin değişmelere göre farklı adlar aldığını ileri sürerler" (Long ve Sedley, 1987: 46 A). Seneca'da evrenin mükemmelliğinin ve Tanrının varlığının kanıtını bu çerçevede ele alır. Ona göre evren Tanrısal öngörü ile yönetilmektedir. Evrendeki düzen ve güzelliğin kaynağı Tanrıdır. Seneca Tanrı kanıtını düzen, denge, uyum ve nedensellik ile açıklar. Nasıl ki bir eserin sanatçısı olmadan var olamayacağını söylüyorsak evrende yıldızların bir araya gelmesinin, kaymasının, farklı yönlere hareket etmesinin öylesine ya da gelişigüzel bir itkiden kaynaklandığını söyleyemeyiz. Eğer cisimler rastlantıyla hareket etseydi birbirlerine çarparlardı. Dünyada karada olsun, denizde olsun birçok doğa olayı gerçekleşmektedir. Örneğin dünyada, bunca ışığın düzenli bir şekilde parlamasını sağlayan bir süreklilik vardır, diğer bir deyişle kesintisizlik söz konusudur ve bu düzenli işleyiş ancak sonsuz bir yasanın buyruğu ile olur. Bu düzen rastgele değildir, rastgele dolanan bir maddenin eseri de değildir. Pekâlâ, maddelerin rastgele gerçekleşen birleşme ve ayrılma durumları olduğunu varsayalım; böyle bir durumda yeryüzünü kımıldamadan tutacak, etrafına hızla dönen gökyüzünü kollayacak, vadilerin içinde yayılan nehirlerin toprağı gevşetmemesini sağlayacak ya da küçücük tohumlardan devasa yaratıklar doğuracak kadar bir meziyet olmayacaktır, dahası bunun dengesi sağlanamayacaktır. Doğada görülen felaketlere insanlar dengesizlik olarak bakabilir ama insanlar bunda yanılmaktadır. Gerçekten karmaşık ve belirsiz gibi görünen bazı doğa olayları mesela yağmurların sel olacak kadar yağması, şimşeklerin ürpertecek şekilde çakması, yanardağ patlamaları, toprak kayması, depremler ve doğanın vahşi yanından ötürü meydana gelen daha birçok olay yeryüzünde vuku bulsa da bütün bunlar evrensel bir akıl olmadan gerçekleşmez. Kaldı ki doğada mucizevi diyebileceğimiz;

dalgaların ortasında kaynayan suyun olmasının ya da uçsuz bucaksızmış gibi görünen denizlerde aniden yeşil adacıkların olmasının dahi kendilerini ortaya çıkaran sebepleri vardır. Örneğin bir kimse denizin suyunun çekildiğini, kıyıların apaçık ortaya çıktığını ve sonra kısa süre içinde geri geldiğini görse, yani suyun her şeyi süpürüp sonra aynı yerine geldiğini görse bu durumu rastlantısal gelgite bağlayabilir. Oysa bu olay rastlantısal değildir, yani gerçekte sular yavaş yavaş artar, Ay'a verilen hüküm dâhilinde su dalgalanıp yıldızın çekim gücüne bağlı olarak zamanı ve günü geldiğinde geri çekilir, artar ya da azalır. İşte bütün bunların sebebi Tanrı'nın Ay'a, suya, toprağa, yıldızlara vermiş olduğu hüküm ile doğru orantılıdır. Nihayetinde bu olaylar rastlantısal değil, Tanrısal öngörü ile meydana gelirler. İnsanoğlu da bu Tanrısal öngörüden şüphe duymaz ama tanrısal öngörünün vermiş oluğu hükümlerden şikâyet eder (Seneca, *Prov*. I. 1-2-3-4-5). Bu şikâyeti engellemek için iyi insanlara karşı iyi olan tanrılarla uzlaşma yoluna gitmemiz gerekir. Zaten Tanrı ile insan arasında bir düşmanlık yoktur, aksine dostluk vardır. İyi insan Tanrının öğrencisi, taklitçisi ve oğlu gibidir. İyi insanlar ile tanrı arasında bir akrabalık ya da benzerlik vardır. İyi insan tanrıdan sadece zaman bakımından farklıdır. Tanrı erdemleri tahsil eden bir babadır ama sert bir babadır; bu yüzden Tanrı iyi insanlara diğer insanlardan daha katı eğitim verir. Doğa iyilerin iyilere zarar vermesine olanak tanımaz ve bunu sağlayan da tanrıdır (Seneca, *Prov*. I. 5-6).

Seneca evrendeki düzenli işleyişi ve bu işleyişte tanrının vermiş olduklarını evrenin üç büyük gücüne bağlar. Bunlar şöyledir:

1) Fatum (alın yazısı, yazgı, kader): Olayların akışını tayin eden mutlak zorunluluktur. Fatum bütün tanrısal ve insani işlerin üzerindedir; her şey onunla olur ve bunu bozacak kimse yoktur. "Mutlak zorunluluk sonucu, ne olacaksa olacak, ne olmayacaksa olmayacaktır…tanrı da bu yasaya bağlıdır. Tanrısal gücün sınırları bellidir. Tanrı insana ne yapabileceğini göstermiştir, ama insana sağladıklarını değiştiremez. Oysa insan iradesi sayesinde aklını ön plana alıp tutkularından arınırsa ve kötü talihin (adverse fortuna) saldırılarına azimli bir ruhla direnirse bu talihi iyiye (secunda fortuna) çevirebilir ve dolayısıyla talihin üstüne çıkabilir" (Dürüşken, 2019: 21).

2) Providentia (Tanrısal öngörü): Tanrının kendi yarattıkları ve kendi evreni üzerine olan kontrollü bakışı, yaşamın en küçük ayrıntısına bile egemen olan ve kontrolü altında tutan ilahi gücüdür. Evren tanrısal öngörü ile yönetilir. Tanrısal öngörü ilahın kendini bedensel

sunuşudur. Tanrısal öngörü, eseriyle bizim gözlerimiz önündedir. Onun bir amacı vardır. "İlk amaç bir evren yaratmak; ikinci amaç, evreni bütünleyip tamamlamak ve üçüncü amaç, evrene her tür güzelliği ve mükemmelliği bahşetmektir" (Dürüşken, 1019: 22). Bu evren insanın kullanımına yönelik yapılmıştır. Burası insanlarla tanrıların beraber paylaştıkları bir yuvadır. Tanrısal öngörü bireylerden öte insanlıkla ilgilidir. Tanrı insanlığın kurtuluşu için bireyi feda etmek zorunda kalmıştır. İnsanın başına gelen yıkımlar kaçınılması mümkün olmayan bu zorunluluğun işidir. İnsanların kötü yazgısı tanrıların onları sevmediği anlamına gelmez. Tanrı her şeye gücü yeten değildir. Tanrısal öngörünün iş görme alanı her şeyi çepeçevre saran zorunlulukla sınırlanmıştır. Bundan dolayı tanrılar kötülüğün varlığını engelleyemezler, dolayısıyla kötü talihin sorumlusu da tanrısal öngörü değildir (Dürüşken, 2019: 23).

3) Fortuna (talih): "…mutlak anlamda yoktur, ama bireyin yaşamında her an onunladır ve bireyin kendi bakış açısından bir anlam içerir. Talih, bireyi ilkesi olmayan despot bir yönetici gibi yönetebildiği gibi, onun hizmetine de girebilir. Seneca'ya göre talihin aksiliklerine ancak bilge bir insan karşı koyabilir; çünkü o yaşamında önüne çıkacak olan kötülüklere kendini önceden alıştırır ve başka insanların uzun süre katlanarak hafifletebildikleri felaketleri o uzun süre düşünüp hafifletir (Dürüşken; 2019: 24).

Denilebilir ki evrenin üç büyük gücü bütünü oluşturmaktadır. Daha önce belirttiğimiz gibi evrenin oluşumu rastlantı sonucu olmadığı gibi bu mükemmel düzenin bir koruyucusu vardır. Tanrı da içinde bulunduğumuz bu evrenden kısaca bu bütünden başka bir şey değildir. Yeryüzünde insan ne tarafa baksa Tanrıyı işaret eden bir şey görür.

Seneca Tanrının doğasına, evrenin doğasına ve işleyişine dair bu şekilde açıklamalarda bulunur. Peki, insanın doğası hakkında neler söyleyebiliriz? Seneca'nın insan doğasına dair düşüncelerini saptamak için 'Doğa insanı ne için yarattı, doğa insanın yapısını nasıl yarattı, doğa insandan ne yapmasını istedi?' gibi sorular cevaplanmaya çalışılacaktır. O halde 'doğa insanı ne için doğurmuştur?' sorusuna yanıt arayalım. Seneca'ya göre doğa, insanı iki şey için doğurmuştur: Nesneleri temaşa etmek ve eylem içindir. Ayrıca doğa kendi sanatı ve güzelliğinin farkındadır ve insanları bu güzelliği görmeleri için doğurmuştur. Çünkü doğa bu ince ince işlenmiş güzelliğini göstermeseydi kendi yalnızlığı içinde sanatını sergilemiş olsaydı emeklerinin ürünleri boşa giderdi. Peki, doğa insanın yapısına ne vermiştir? Doğa insana meraklı bir zihin yapısı vermiş ve insanın eylem halinde olmasını, temaşaya vakit ayırmasını

istemiştir (Seneca, *Otio*. V). Doğa, insanı sadece kendi varlığını izlemekle yetinmeyip aynı zamanda kendini anlaması için gerekli gördüğü yere yerleştirmiştir. Bu nedenle insan, doğanın yaratımının merkezi bir parçası olarak konumlanmış ve çevresindeki her şey ona göre düzenlenmiştir. Doğa, insana ayakta durabilmesi için ayaklar, yıldızların hareketlerini ve doğup batışlarını takip edebilmesi için yukarıyı görebileceği bir kafa, ayrıca yönünü değiştirebileceği esnek bir boyun vermiştir. Gündüzden geceye kadar gökyüzüne yayılan altı takımyıldızı ise, insanın gözleri önüne doğanın harikalarını sermek için sunulmuştur (Seneca, *Otio*. V). Bu harikalar aracılığıyla ve sayesinde insan diğer şeyleri de merak etmiş ve şu soruları sormuştur:

> Nereden geldi şu yıldızlar, tek tek elementler parçalara ayrılmadan önce evren hangi durumdaydı, hangi ilke yutulmuş ve karışmış elementleri birbirinden ayırdı, nesnelerin yerini kim belirledi, kendi doğalarından ötürü müdür ağır cisimler batarken hafif cisimlerin yüzeye çıkması, maddenin kendi enerjisi ve ağırlığı dışındaki daha büyük bir kudret mi her birine kurallar koydu, insanın tanrısal ruhun bir parçası olduğunu kanıtlamaya çalışan teori doğru mu, yıldız kıvılcımları yeryüzüne düşerek yabancısı olduğu bu yerde mi kaldı?... "Dünyanın ötesine uzanan şeyi arıyorum," der, "o sonsuz bir boşluk mu yoksa kendi sınırları içine mi kapanmış? Dünyanın dışındaki şeylerin görünüşü nasıl, biçimsiz ve karışık olup buldukları o büyük yerin her yanına nüfuz mu ediyorlar, yoksa belli bir düzene göre mi biçimlenmişler? Bu dünyaya bağlılar mı, yoksa ondan çok uzakta mı bulunuyorlar ve bu dünya boşlukta mı döndürülüyor? Kendileri sayesinde her şeyin doğduğu ve doğacağı atomlar var mı, yoksa onların daimî olan ve tümüyle değişebilen bir cevheri mi var? Elementler birbirlerine zıt bir şekilde mi var, yoksa birbirleriyle çatışmayıp birlikte ama ayrı mı hareket ediyorlar? (Seneca, *Otio*. V)

Seneca'nın başka bir yerde de belirttiği gibi düşüncemiz göğün duvarlarını yıkıp geçer, kendisine gösterileni bilmekle yetinmez. Şüphesiz ki insan bu soruların cevaplarını aramak için doğmuştur. Lakin insan kendisine gösterilen dışında yukarıda merak edip sormuş olduğu soruların cevaplarını araştırmaya kalksa ömrü yetmez. İnsana ne az zaman verilmiştir. Hatta bu durumu Seneca şöyle özetler: "…insan ölümsüz unsurların bilgisine erişmek için fazlasıyla ölümlüdür" (Seneca, *Otio*. V). Ancak insan kendini doğaya adarsa ona hayran kalacaktır ve ona uygun yaşayacaktır. Çünkü doğa insanın hem eylem halinde olmasını hem de temaşaya vakit ayırmasını ister. Eğer ki doğaya uygun yaşanırsa doğanın insandan yapmasını istediği şey olan 'eylem halinde olmak ve temaşa etmek' gerçekleştirilmiş olur. Nitekim temaşa eylemden yoksun değildir (Seneca, *Otio*. V). Temaşa bir liman değil, bir demirleme yeridir ve temaşayı herkes kabul edebilir hatta bazıları onu hedefler (Seneca, *Otio*. VII). Fakat insanlar türlü türlüdür ve hem eylem halinde olmak hem de temaşa etmek için farklı yollara başvurur. İnsanlardan bazısı gerçeğe hiç kimsenin yardımı olmadan erişir, yolunu bulur; bazısı da başkalarının yardımına ihtiyaç duyar, onların önünden birileri gitmelidir böylece onu takip

edebilir. Bazı türden insanlara da bir önder değil, bir güdücü gerekir (Seneca, *Otio*. VII). Farklı yollara başvuran türlü insanların yaşamları da farklı olabilmektedir. Bu bağlamda Seneca yaşam türlerini ele alır ve şöyle ifade eder: "Üç yaşam türü vardır ve hangisinin en iyisi olduğu hep sorulur. Birincisi hazza, ikincisi temaşaya, üçüncüsü ise eyleme adanmış yaşamdır" (Seneca, *Otio*. VII). Bütün bu yaşam türleri başka adlarda olsa dahi insanı aynı yolun sonuna götürüp götürmediği önemlidir. "Hazzı savunan temaşadan, kendisini temaşaya adayan hazdan, yaşamı eylemlerle şekillenen ise temaşadan yoksun değildir" (Seneca, *Otio*. VII). "Eylemsiz temaşa edilmez, temaşasız da eylem halinde olunmaz, kötü olduğunu düşünmekte uzlaştığımız üçüncü yaşam türü yavan hazzı savunur ama bu haz muhakemeyle sağlamlaştırılır, böylece bu haz öğretisi de eylemde bulunmuş olur" (Seneca, *Otio*. VII). İnsanlar türlü türlü olduğu gibi insanların yaşam şekilleri de çeşitlidir. Ancak yaşamın kendisi de insana belli bir zaman vermektedir ve nitekim bu, yaşamın gerçeğidir. Seneca yaşamı üç bölüme ayırır: Geçmiş, gelecek ve şimdi. Bunlardan geçmiş kesindir, şimdi kısadır ve gelecek de kuşkuludur (Seneca, *Brev*. 10. (2)). Geçmişi hatırlamayan şu ana kıymet vermeyen ve gelecekten endişe duyanlar için ise yaşam pek kısa ve zordur (Seneca, *Brev*. 16. (1)). İnsan, yaşamının hakkını vermek için hem belli şeylere sahip olmalı hem de zamanı gözeterek farkındalık içinde olmalıdır. Seneca bu durumu şöyle açıklar:

> Yaşamın tüm bölümleri üzerinde özgürce dolaşabilmek için sakin ve sorunsuz bir us gerekir; ancak işi başından aşkın uslar, boyunduruk altındaymışçasına, arkalarına dönüp bakamazlar. Yaşamları böylece boşlukta yiter gider; ve kırık bir testiye su doldurmak nasıl anlamsızsa, zamanın bizde yerleşeceği bir yer yoksa, onun usumuzdaki çatlak ve deliklerden geçip gitmesine izin veriyorsak bize ne kadar zaman verildiğinin de bir önemi yoktur. (Seneca, *Brev*. 10. (5))

Bir şeyi bilmek demek o şeyi doğru düşünmek, o şeye göre doğru davranmak, doğru yaşamak, yani o şeyin bilgisine göre hareket etmek demektir. Eğer ki bu bilgi doğanın bilgisi olursa ve insan da doğası gereği yaşamın tüm bölümlerinin ve ölüm gerçeğinin bilincinde hareket ederse o insan, bu bilgi ölçüsünde doğru davranacak haliyle doğru yaşayacaktır.

2.2. İnsandaki En İyi: Beden, Ruh ve Akıl Üzerine

2.2.1. Beden'in Doğası

Seneca'ya göre, insanın varlık yapısı üç temel unsurdan oluşur: Beden, ruh ve akıl. İnsanın özü logos yani akıldır. Ruh ise tanrısal nefes veya yaşam gücü formudur. Akıl da ruhun en üst, en rasyonel parçası olduğu gibi insandaki en önemli öğedir. Beden, ruh ve akıl arasındaki

hiyerarşide akıl, ruhun ve bedenin yöneticisidir. Seneca'da gördüğümüz bu üçlü yapı Aristoteles'de düalist bir düşünce olarak karşımıza çıkar. Bilindiği gibi ruh Aristoteles düşüncesinde can sahibi olmak şeklinde karşılık bulur. Şekil verici suretin karşılığı olarak da kullanılır ve canlıların canlı olmasının nedeni bu aktif olan ruhtur. Beden ise pasiftir, ruh varsa beden aktif, hareket halinde vardır. Ruh canlıyı canlı yapan cansızdan ayıran bir şeydir. Aristoteles ruh için *entelekya*[6] tabirini kullanır. Ruhu üçe ayıran Aristoteles ruhun en aşağı kademesine Nebati ruhu koyar. İkinci kademeye hayvani ruhu ve üçüncü kademeye ise insanı ruhu koyar. Hayvani ruh nebati ruha, insani ruh hayvani ruha hâkimdir. Besleme, büyüme, hareket ve duyum ruhun işlevleri arasındadır. Akılda ruhun işlevlerindendir ve insandaki ruhun has özelliğidir, insan ruhunun üst düzey fonksiyonudur. Akla sahip olan ruh, bilen ruhtur. İnsanı hayvandan ayıran fark insanın bilen bir varlık olmasıdır ve bildiklerinin neden böyle olduğunu da sorgulayabilen bir varlık olmasıdır. İnsanı nebattan ve hayvandan ayıran bu özellik ile insan hareketlerini aklı sayesinde bir gayeye göre yapar (Aristoteles, *Anim*. II. 412a11, 142a20, 413b11). Burada Aristoteles ile Seneca'yı ayıran nokta Aristoteles aklı, ruhun bir işlevi olarak ele alırken Seneca aklı, ruhun bir parçası aynı zamanda insan varlığının merkezi yöneticisi olarak ele alır ve akıl Aristoteles'de olduğu gibi ruhun bir işlevi ancak akıl ruhun ve bedenin yöneticisi olarak daha üstün bir konuma sahiptir.

Seneca'da insan, beden, ruh ve akıldan hangisini beslerse, yaşamını da o doğrultuda şekillendirir. Bunu göz önünde bulundurduğumuzda, insanın hayatını daha anlamlı kılabilmesi için bu varlık yapısının sunduğu imkânları yakından tanıması gerektiği açıktır. Bu nedenle, beden, ruh ve aklın insan yaşamını nasıl yönlendirdiğini ve hayatı nasıl inşa ettiğini daha derinlemesine incelemek önemlidir.

İlk olarak, insan bedenine Seneca'nın bakış açısıyla yaklaştığımızda, bedenin gün içinde pek çok şeye maruz kalsa bile oldukça dayanıklı bir yapıya sahip olduğunu görürüz. Örneğin, insan sıcak güneş altında ya da bir dövüş anında tekmelere maruz kalabilir. Ayrıca, çeşitli spor dallarında vücudun ter ve kan içinde kalmasına rağmen bu durum bedenin birçok zorluğa dayanabilecek güce sahip olduğunu gösterir. Ancak bedenin sağlıklı ve güçlü olabilmesi için bazı gereksinimlerin karşılanması gerekir. Eğer bir beden güçlenmiş ve dayanıklı hale gelmişse,

[6] Entelekya: Her varlığın erişmeyi amaçladığı, maddeye biçim veren, olanağı gerçekliğe dönüştüren etkin ilke, varlıkta yetkinlik ve olgunluk durumu, bu duruma erişmiş geçek varlık.

bu durum kişinin bedenine özen gösterdiğini ve ihtiyaçlarını karşıladığını gösterir. Örneğin, doğru besinler tüketerek, yağ alımını dengeli tutarak ya da düzenli egzersiz yaparak kas oranı artırılabilir (Seneca, 2020: 292). Bu şekilde, insan bedenen daha sağlıklı bir yaşam sürme şansını artırır. Diğer yandan doğa insan bedenini çeşit çeşit yaratmıştır; kimisi ince yapılı, kimisi kaslı ve iri, kimisi kısa, kimisi ise uzundur ve bazı doğuştan gelen fiziksel özellikler de değiştirilemez. İnsanın beden sağlığı elbette değerlidir ancak Seneca'ya göre asıl önemli olan bedenin görünümü ya da süslenmesi değil, ruhun güzelliğidir. Bu konuda şöyle der: "Bir kulübeden büyük bir insan; biçimsiz, çelimsiz, küçücük bir ruh çıkabilir... Sanırım Claranus, bedenin biçimsizliğinin ruhu lekelemediğini, aksine, ruh güzelliğinin bedeni süslediğini öğrenmemiz için bir örnek olarak yaratılmıştır" (Seneca, 2020: 220-221). Denilebilir ki güzel bir ad bırakmak ruhun ölümsüzlüğünü yakalamanın yollarından biridir. Beden ne kadar süslenirse süslensin, ölümle birlikte yok olacaktır. Ancak ruh güzelliğiyle öne çıkan bir insan, bedeni yok olduktan sonra bile bu ruh güzelliğiyle anılmaya devam edecektir. Tıpkı Seneca'nın Claranus'u andığı gibi.

Seneca, bedenin karşılaştığı sorunlardan biri olarak hastalık konusunda da önemli görüşler ortaya koyar. Ona göre hastalık, insanın bedenini sarabilir, hareketlerini kısıtlar ve vücudun uzuvlarını kullanmayı engeller. Bedensel zevkleri sınırlasa da tamamen yok etmez. Aksine, insanın bedeni için yaptığı şeyler daha değerli hale gelir. Tıpkı perhiz sonrası alınan gıdanın daha değerli olması gibi çünkü perhizden sonra alınan yemek, insana daha büyük bir iştah verir ve daha fazla zevk sağlar (Seneca, 2020: 285). Ayrıca doğa ile iç içe olma hali beden sağlığına iyi gelmektedir. Doğaya seyahat etmek olarak algılayacağımız bu durumun yaşanmasının insana nasıl yansıyacağını Seneca kendi tecrübesi özelinde şöyle tarif eder:

> Kentin ağır havasından, buram buram tüten, işlemeye başlayınca pis kokulu dumanları toza toprağa bulayıp dışarı kusan mutfaklardan kurtulur kurtulmaz sağlığımın değiştiğini hemen hissettim. Daha sonra bağlara vardığım zaman ne kadar güç kazandığıma inanman zor! Otlara bırakılmış hayvanlar gibi saldırdım yiyeceklere. Tekrar kendime geldim. Bedenimin kuşku uyandıran, kötü görünen bitkinliği kayboluverdi. Olanca gücümle çalışmaya başladım (Seneca, 2020: 426)

Seneca hastalık konusunda, ruhsal hastalığa da değinir. Ona göre, beden hastalandığında ruhun da hastalanması gerekmez. Ruhunu kontrol etme alışkanlığını kazanmış bir insan, hastalığı yenmenin ya da en azından ona katlanmanın mümkün olduğunu gösterir. Yani, hasta bile olsa bir insanın erdemi ve cesareti devam edebilir. Seneca cesaretin ve atılganlığın sadece

savaş meydanında askerde görülen bir özellik olmadığını söyler. Gerçek cesaret, hastalıkla mücadele eden insanda da bulunur. Bu güçlü insan mücadelesiyle örnek teşkil eder; hastalıkla savaşırken övgü almasa bile hasta kişi kendi mücadelesini takdir etmelidir (Seneca, 2020: 285-286). Görüldüğü üzere acziyet içindeki bir kimsenin sabrı da cesarettir ve herkes için cesurca davranabileceği alanlar vardır. Kişinin kendi davranışlarının farkında olarak kendini değerlendirmesi gerekir.

İnsanın doğada seyahat etmesi beden sağlığına iyi gelir. Buradan aldığımız ilhamla 'insanın huzursuzluğu ruhundan kaynaklanıyorsa buna seyahat çözüm getirecek midir?' sorusunu sorabiliriz. Seneca'nın bu soruya cevabı şöyledir:

> …insanın ruhu kendi kendine hâkim olmazsa bir yerin çok yararı olmaz. Böyle bir ruh, isterse uğraşılarının ortasında bile bir yalnızlığa düşebilir, ama kalacağı yerleri seçen, kalacak yer beğenmeyen, huzur peşinde koşan kişi, her yerde canını sıkacak bir şey bulacaktır. Anlattıklarına göre Sokrates, seyahatlerin kendisine hiç faydası olmadığını söyleyen birine şöyle yanıt vermiş: "Başına böyle bir iş gelmesi çok doğal, çünkü kendinle birlikte seyahat ediyorsun!" (Seneca, 2020: 426)

Denilebilir ki, insan ruhundaki çalkantıları ve huzursuzlukları çözmeden, yer değiştirerek ya da çevresini değiştirerek ruh sağlığına ve mutluluğa ulaşmakta zorlanır. Görüldüğü üzere Sokrates nazarında da içsel huzursuzluk ya da mutsuzluk sadece mekân değiştirerek ortadan kalkmaz. İnsan kendi iç dünyasında ruh sağlığı için düzen ve denge kurmalıdır. Eğer bu sağlanmaz ise insan nereye giderse gitsin sorunlarını da beraberinde götürecektir. İnsan ruh sağlığı, huzuru ve mutluluğu için içsel sorunlarını çözerek kendiyle barışık olmalıdır. Seyahat etmek, ortam değiştirmek sorunlardan kaçış için bir çözüm sunmaz, nitekim sorunlar kişinin içindedir ve o nereye giderse gitsin ona eşlik edecektir.

Seneca'ya göre bedensel sağlığın yanı sıra bedensel zevklerde vardır. Bu zevkler yaşamın doğal bir parçası olmasının yanı sıra geçici ve yanıltıcı olabilirler. Özellikle bu zevklere ölçüsüzce kapılmak ruhu zayıflatır. Ölçülülük ve kendine hâkimiyet ile bu zevklerin dengesi sağlanabilir. Seneca bedensel zevklerden bahsettiği gibi ruh sağlığının yanı sıra ruhsal zevklerin de var olduğunun altını çizer. Ruhsal zevkleri kavramış olan hastalar duyguları okşayan her şeyi hor görür. İnsan hastalanabilir, ancak hastalığın sonucunda iyileşebilir ya da ölebilir. Ama insan zaten ölecektir Seneca burada insana ölüm korkusundan vazgeçme çağrısında bulunur. Çünkü ölüm korkusunun insanı mutsuz eden faktörlerden biri olduğunun farkındadır ve insanları tedirgin ettiğini bilmektedir. Ona göre insan iyinin ve kötünün

sınırlarını bilirse, çok daha iyi olur. Böylece, insan ne yaşamdan bıkar, ne de ölümden korkar (Seneca, 2020: 286). Yaşamını bu bilgi ölçüsünde şekillendirme imkânı elde eder.

"İnsanın bedenine tanrısal tohumlar serpilmiştir, bunlar iyi bir ekiciye düşerse, geldikleri kökene benzer, çıktıkları yere eşit sürgünler boy verir. Kötü bir ekiciye düşerse de tıpkı çorak, bataklık topraklar gibi öldürür tohumu, ürün yerine yoz otlar biter" (Seneca, 2020: 263). Denilebilir ki Seneca, insanın potansiyelini ve gelişimini bir tohumun büyümesine benzetmektedir. Tanrısal tohumlar, insanın doğuştan sahip olduğu potansiyeli ve erdemi temsil eder. Ancak bu potansiyelin nasıl gelişeceği, kişinin kendi çabalarına ve seçimlerine bağlıdır.

- İyi bir ekici**:** Bu, kişinin erdemli, akıllı ve doğru şekilde yönlendirilmiş bir hayat sürdüğünü ifade eder. Eğer insan doğru bir şekilde eğitilirse, içindeki potansiyel gelişir ve olumlu sonuçlar doğurur.
- Kötü bir ekici**:** Bu ise, kişinin yanlış kararlar alması, kötü alışkanlıklar edinmesi ve erdemsizlikle yaşamını sürdürmesi anlamına gelir. Böyle bir durumda, insanın içindeki potansiyel ya öldürülür ya da yanlış şekilde şekillenir, tıpkı çorak toprakta büyüyen verimsiz otlar gibi.

İnsanın ruhsal ve ahlaki gelişimi, ona sunulan imkânlar ve onun bu imkânları nasıl değerlendirdiğiyle doğrudan ilişkilidir. Yani, insanın potansiyeli insanın kendini tanımasıyla, eğitim ve yaşam biçimiyle şekillenir; doğru bir yönlendirmeyle verimli, yanlış bir yönlendirilmeyle ise verimsiz olur. Burada içinde bulunulan toplumun niteliği de önemlidir. Bilindiği Aristoteles devletin ve toplumun iyi olmasını bireylerin erdemli bir şekilde yaşamalarına bağlar. İyi bir devlet vatandaşlarını ahlaki güzelliğe ulaştıracak bir düzen ve yasalar oluşturacaktır. Devletin iyi'lik durumu bireyin potansiyelini ortaya çıkarması bakımından belirleyici etkenlerdendir. Seneca'da benzer bir görüştedir ve nihai olarak insan, potansiyelini iyi'ye uzanacak şekilde ortaya çıkarmalıdır.

Seneca'da insan bedeni, ruhun eylemlerini gerçekleştirdiği bir araçtır. Beden ruhun gelişimini destekleyecek bir araç gibi de görülebilir. Ancak bedenin her isteğine boyun eğme köleliğinden insan kendini kurtarmalıdır. Aşırılıktan kaçınmak ve istekler arasında dengeyi sağlamak bilhassa ruhun özgürlüğü için gözetilmelidir. Yani bedenin zevkleri ruhun idarecisi olmamalıdır. Beden vasıtasıyla erdemli eylemler görünür hale gelir. Sağlıklı bir beden yaşam için arzu edilendir, bedensel sağlığı korumak ve temel ihtiyaçları karşılamak önemlidir; ancak

bu iyi bir yaşam için zorunlu şart değildir. Bedensel acılar ya da uzuv eksiklikleri iyi yaşamaya engel değildir. İnsandaki bu durumlar ruhun dayanıklılık, cesaret, bilgelik gibi türlü erdemlerini geliştirebilme fırsatı da sunarlar. Ancak beden sağlığını korumak için yapılacak olanlar ruhun erdemli gelişiminin önüne geçmemelidir.

2.2.2. Ruh'un Doğası

İnsanlık tarihi boyunca ruhun doğasını sorgulamak ve yanıtlar aramak düşünürlerin meselelerinden biri olmuştur. Stoacı düşünce ise derin bir bilgelikle insanın kendini tanıması ve evrendeki yerini anlaması gerektiğini vurgularken ruhun özüne, sınırlarına ve özgürlüğüne dair tartışmalar ile bu arayışa yönelmiştir. Bu bağlamda Seneca, insan ruhunun doğasını anlamak amacıyla ruh hakkında şu şekilde bir sorgulama yapar:

> Yalnızca ruh üzerine binlerce sorun var: Nereden gelmiştir, niteliği nedir? Ne zaman var olmuştur, ne zamandır vardır? Oradan oraya geçer mi, yer değiştirir mi? Çeşitli canlıların biçimine girer mi? Bir defadan fazla köle olur mu? Kurtulduktan sonra da her yerde dolaşır mı? Bir bedeni var mıdır, yok mudur? Bizim aracılığımız ile bir şey yapmaktan geri kaldığı bu zindandan ayrıldığı zaman ne yapacaktır? Bedenden ayrılıp göklere yükseldiğinde, ancak o zaman mı eskileri unutup kendini bulmaya başlayacaktır? (Seneca, 2020: 335)

Bu derin sorular, yalnızca Seneca'nın değil, çağlar boyunca düşünürlerin yanıt aradığı evrensel meselelerdir. Biz de ruhun doğasını, Seneca'nın bu sorularını rehber edinerek ele alacak ve insan varoluşunun bu gizemli yönünü Stoacı perspektifle anlamaya çalışacağız.

Seneca'ya göre ruhun doğası, yukarıya doğru yönelmiştir. Bedenin zindanında hapsolmuşken, hatalardan arınarak, tertemiz ve hafif bir şekilde tanrısal düşüncelere doğru yükseldiğinde, ruh yukarı meylettiği o yüce katlara doğru yükselecektir (Seneca, 2020: 290). "… beden ruhun sırtına yüklenmiş bir yüktür, bir cezadır. Beden ruhun üstüne yüklendi mi, imdadına felsefe yetişmezse, uzayı seyrettirerek ona rahat nefes aldırmazsa, onu yeryüzünün sorunlarından alıp tanrısal sorunlara doğru yöneltmezse ruh bu yük altında ezilir, bunalır, zincire vurulmuş gibi olur" (Seneca, 2020: 218). Seneca'nın bu yaklaşımı Platon'un felsefesini çağrıştırmaktadır. Benzer şekilde Platon *Phaidon* adlı eserinde beden ve ruh ilişkisinden şu şekilde bahseder:

> Ten bizi her neviden istekler, tutkular, korkular, kuruntularla, bin türlü saçmalıklarla doldurur, öyle ki haklı olarak denildiği gibi, bir an olsun onunla gerçekten düşünmek mümkün olmaz. Kavgalar, geçimsizlikler, çabalamalar yalnız tenden ve onun isteklerinden değil de nereden geliyor? Bütün bunlar mal ve para hırsından çıkıyor. Bizi mal ve para biriktirmeye zorlayan sebep ise, ihtiyaçların kölesi bulunduğumuz tendir. İşte bunun için felsefeye ayıracak boş zamanımız kalmıyor. Fakat işin asıl kötüsü, ten bize biraz zaman

> bıraksa da bir şeyi incelemeye koyulsak araştırmamıza durmadan karışır, bizi yanıltır şaşırtır ve hakikati görmemize engel olacak şekilde bizi felce uğratır. Bundan ötürü bir şeyi gerçek olarak bilmek istiyorsak, tenden ayrılmamız, yalnız ruhla, nesneleri kendiliklerinde temaşa etmemiz gerekir… (Platon, *Phai*. 65c-65d)

Platon da burada bedenin, ruhun gerçek bilgiye ulaşmasını engelleyen bir engel olduğunu savunur, tıpkı Seneca'nın bedenin ruh üzerindeki kısıtlayıcı etkisini vurgulaması gibi. Her iki filozof da, ruhun özgürleşmesi ve hakikate ulaşması için bedensel isteklerin ve bağlılıkların aşılması gerektiğine işaret etmektedir.

Seneca bedenin, ruhu sıkıştıran ve kısıtlayan bir etken olduğunu vurgular. Felsefe ise, ruhu bu yükten kurtarmak ve onu özgürleştirmek için devreye girer. Çünkü Seneca'ya göre diğer sanatlar zihinle ilgiliyken, felsefede ise yalnızca ruhla uğraşılır (Seneca, 2020: 264-265). Benzer şekilde Hadot da felsefenin ruh ile ilişkisini ele alırken, felsefi metinlerini bir tür ruhani alıştırma olarak görmekte ve bireyi 'bilincimizin doruk noktasında bulunduğu şimdi'ye ve 'saf şimdi'nin bilincine varmaya davet etmektedir (Hadot, 2015: 198). Ancak Hadot, felsefenin bir yaşam tarzı olarak benimsenmesinin, antik filozofların düşüncelerini körü körüne taklit etmek anlamına gelmediğini de şu şekilde belirtir: "Antikçağ filozoflarının düşündüğü gibi, felsefeyi bir yaşam tarzı olarak almak, antik filozofların bütün tavırlarını ve özellikle de söylemlerini körü körüne benimsemek anlamına gelmez" (Hadot, 2015: 215). Bu noktada Hadot felsefenin yanında sanat dallarını da ruhani alıştırmalar yapma açısından önemli araçlar olarak görür "… genel bir çerçevede, sanatın, şiirin veya edebiyatın veya resmin ya da müziğin ruhani alıştırma olabileceği söylenebilir" diyerek felsefe ile birlikte diğer sanat dallarımı da dikkate alarak ruhsal gelişim için bir yol sunar (Hadot, 2015: 199). Bu yaklaşım, ruhsal gelişim için sadece felsefenin değil, sanatın ve diğer yaratıcı ifade biçimlerinin de önemli birer araç olabileceğini ortaya koymaktadır.

'Peki, ruh ölümsüz olabilir mi?' Seneca, *Ahlak Mektupları*'nda sorduğu bu soruya cevap verirken Stoacıların birtakım görüşlerine karşı olduğunu söyler. Çünkü Seneca'ya göre Stoacılar insan ruhunun büyük bir yük altında ezildiğinde bedene tutunamayacağı ve hemen dağılacağı kanısındadırlar. Stoacılar özgürce bir çıkış yolu olmadığına inanırken, Seneca bu görüşe katılmaz. Ona göre ateş, ezilmeye çalışıldığında kendini ezenin çevresine yayılır ve yok olmaz; hava ise sopa ya da kılıç darbeleriyle yaralanmaz, aksine kendine vuranın etrafını sarar. Ruh da benzer şekilde, yakalanamaz veya bir bedene hapsedilemez. Çok ince bir maddeden

oluştuğu için üzerine baskı kurmaya çalışan her şeyi aşar ve geçer. Tıpkı yıldırımın geniş bir alanı aydınlatıp ardından küçük bir noktadan kaybolması gibi ruh da ateşten daha ince bir yapıya sahip olduğundan her bedenden geçip gider (Seneca, 2020: 190). Bu noktada Epikür'ün ruh anlayışı Seneca'nınkinden farklıdır. Epikür'e göre "Her şey gibi ruh da, diğer atomlardan yalnızca daha küçük ve ince olmalarıyla ayrılan atomlardan meydana gelmiştir; bunlar ölümle birlikte dağılıp giderler ve ruh artık algılayamaz hale gelir (Kenny, 2017 I: 119). Epikür, ruhun ölümden sonra dağılıp yok olacağını savunurken, Seneca ruhun ölümsüz olduğunu ileri sürer ve şöyle söyler: "Şunu kesin olarak bil ki, ölümsüzdür ruh: Bedenden sonra da kaldığına göre ölmüyor demektir. Hiçbir şekilde ezilemez; mademki hiçbir ölümsüzlükte bir ayrıcalık yok, sonsuza dek sürecek bir şeye de hiçbir zarar gelemez" (Seneca, 2020: 190). Denilebilir ki Seneca'nın bu düşüncesi Platon'un görüşleriyle ortak bir paydayı işaret eder. Bilindiği gibi Platon'da ruhun ölümsüzlüğünü savunur. Ona göre, ruh bedenden ayrı ve ondan daha değerli bir varlıktır. Ruh, fiziksel dünyanın geçici ve değişken doğasının ötesindedir ve idealar dünyasına ait olduğundan, ölümle birlikte bu maddi dünyadan ayrılır ve idealar dünyasına geri döner. Ruh, bilgiye ulaşma ve hakikati kavrama yetisiyle de ölümsüz bir niteliğe sahiptir. Bu bağlamda Platon'un ruh anlayışı, Seneca'nın ruhun ölümsüzlüğü hakkındaki görüşleriyle bağdaştırılabilir. Seneca, Stoacı bir filozof olarak Platon'un ruhun idealar dünyasına dönmesi gibi metafizik bir görüşe sahip olmasa da, ruhun ölümsüz olduğunu ve maddi dünyadan bağımsız bir varlığa sahip bulunduğunu savunur. Seneca'ya göre de ruh, ölümle birlikte bedenden ayrılarak sonsuz bir yolculuğa çıkar. Ayrıca Platon gibi, Seneca da ruhun bedenden üstün olduğunu ve maddi kısıtlamalardan etkilenmediğini düşünür. Böylece Platon ve Seneca, farklı felsefi geleneklerden gelseler de ruhun ölümsüzlüğü konusunda birbirine yakın düşünceler üretmiş oldukları söylenebilir (Platon, *Phai*. 72a, 72e, 77d, 84b, 107c).

Bedenin fiziksel olarak geliştirilebileceğini daha önce "bedenin doğası" bölümünde ele almıştık; Seneca'ya göre ruh da benzer şekilde güçlendirilebilir. Ruh, kendi kendine gelişir, beslenir ve büyür. Ruhun güçlenmesinin göstergesi ise erdemdir. Erdeme ulaşmak için gerekli olan şey, aslında insanda zaten vardır.

> Nasıl ki her yaratık, iyi'sini ancak yetişkin olduğunda ortaya koyarsa, insanın iyi'si de ancak aklı ergin olduğunda var olur. Nedir bu iyi? Söyleyeyim: özgür bir ruh. Başı dik, başka her şeyi kendine boyun eğdiren bir ruh. Bu iyi bir bebeğin içine öylesine işlemez ki; bebek, çocuk yaşa gelince bile ummaz bunu, delikanlı olunca bile umudu yersiz olur. Yaşlı

> çağında da bu iyi'ye uzun ve dikkatli bir çalışmayla erişmesi başarı sayılır. Bu bir iyi'yse, zihinle de kavranabilir demektir. (Seneca, 2020: 492)

İnsanın iyi'sini gayret ve çaba yetkinleştirir (Seneca, 2020: 493). İyi olabilmek için gereken şeylerden biri de istemektir. İnsan, kendi içinde bu isteği uyandırmalı ve iyi olan özgürlüğü kendisine vermelidir. Bunun için, ölüm ve yoksulluk gibi korkulardan, kendini boyunduruk altına almaktan kurtarmalıdır (Seneca, 2020: 292-294) Bu tür adımlar atıldığında, bilinçlilik ve farkındalık hali ortaya çıkar. Seneca'ya göre, "tek iyi, yalnızca yetkin bir ruh değil, aynı zamanda soylu ve iyi yaratılışının bilincinde olan ruhtur" (Seneca, 2020: 273). Ruhu iyi kılan, bu bilince sahip olmaktır ve bu bilincin özü erdemdir. Seneca bu konuyu şu şekilde de açıklar:

> Erdemden çıkan, ondan kaynaklanan şeylere de "iyi" diyoruz biz, yani onun bütün eserlerine: Erdem şu nedenden ötürü tek iyi'dir: Hiçbir iyi, erdemsiz var olamaz. Eğer her iyi ruhta bulunuyorsa, ruhu güçlendiren, yücelten, genişleten her şey iyi'dir. Ruhu daha güçlü, daha yüce, daha kapsamlı yapan erdemdir. İhtiraslarımızı körükleyen ondan başka her şey, ruhumuzu çökertir, göçürür; onu yüceltir gibi görünürken şişirir, birçok hayallerle oyalar. O halde ruhu iyi kılan tek iyi'dir. (Seneca, 2020: 271)

Seneca, ruhu birçok yönüyle ele alarak oldukça kapsamlı bir şekilde inceler. Ruhun olgunluğu, sağlığı, hastalıkları, duyguları ve sağlamlığı gibi konular üzerinden, insanın içsel durumu ve ruhsal dengeyi nasıl koruyacağına dair derin görüşler sunar. Sırasıyla bu görüşlere bakacak olursak; Ruhun olgunluğunun, sevinç ve kendini sevme ile bağlantılı olduğunu söyleyen Seneca, ruhunu olgunlaştıran kişinin erdemine ve bütünlüğüne ulaşarak mutlu bir insan haline geldiğini belirtir. Bu durumda, insan en büyük çilelere bile katlanırken kendini sevme yeteneğine sahip olur (Seneca, 2020: 254). Ruh'un olgunluğu konusunda Seneca ayrıca şöyle der: "Ruhu olgunlaşmamış insanların neşesi yer yer bölünür; ama bilgenin ruhu sevinçle doludur, hiçbir neden ve keder yüzünden parçalanmaz; her zaman her yerde sükûnet içindedir" (Seneca, 2020: 257-258). Ancak ruh sükûnet içindeyken bile kendini zor günlere hazırlamalı, kaderin haksızlıkları karşısında kendi iyi'leri ile güçlü kalmalıdır (Seneca, 2020: 82). Çünkü gerçek mutluluk ve olgunluk, zorluklara ve sıkıntılara katlanarak elde edilir. Bir insan en büyük çilelere dahi göğüs germeyi başardığında kendi değerini ve içsel gücünü takdir edebilir, kendini sevebilir. Nitekim diğer insanların korktuğu ve kaçtığı şeylerle yüzleşmek ve onlara karşı cesurca durmak, hatta onlara kucak açmak o insanın büyüklüğünü ve olgunluğunu gösterir. O insan, "Ne kutlu!" demek yerine "Ne cesaret!" şeklinde bir tepki almayı tercih eder (Seneca, 2020: 254). Çünkü "Ne kutlu!" ifadesi, rastlantısal ya da dışsal faktörlere işaret edebilir; şansın,

talihin ya da koşulların kişinin başarısında pay sahibi olduğu düşüncesini çağrıştırabilir. Oysa "Ne cesaret!" ifadesi bizzat kişinin kendi iradesini, azmini ve kararlılığını ortaya koyar. Böyle bir takdir, o kişinin gerçek değerini ve cesaretini daha iyi yansıtır.

Ruhsal olgunluğa ermenin yolları arasında; olumsuzluklara diğer bir tabirle felaketlere hazırlıklı olmak, mülkiyetin geçici olduğunu dahası sahip olduklarımızın geçici olduğunu kabul etmek bulunur. Eğer insan çocuklarını, karısını, malını mülkünü kaybetme ihtimalini önceden düşünürse ve onlara bu şekilde sahip olursa, bağlanırsa bunları kaybettiğinde daha az acı çeker. Bu bağlamda insanın zihinsel hazırlığı önemlidir. İnsanın kayıplar karşısında daha dengeli bir tutum geliştirmesini sağlar. Bu zihinsel hazırlığı yapmayan ruh, sürekli gelecekte olabilecek kayıplardan, hoşlandığı şeylerin elinde kalıp kalmayacağından endişe duyar. Henüz gerçekleşmemiş felaketler için gelecek kaygısı duyan bu ruh, felaket doludur, huzursuzdur, henüz mutsuz olmadan mutsuzdur. Çünkü mutlu olabileceği bugünkü mutluluğundan kendini mahrum bırakmaktadır (Seneca, 2020: 412). Hâlbuki huzura ulaşmak için şimdiki anda yaşamayı öğrenmeli, geleceğe dair endişeleri bırakmalı ve kontrol edilemeyen şeyler için kaygılanılmamalıdır. "Tut ki doğa sana şöyle diyor: "Araştırdığın şeyler herkes için eşittir. Hiç kimseye daha kolay bir şey vermem; ama kim isterse onları kendileri için kolaylaştırır." Nasıl mı? Ruhunu hep dingin tutarak" (Seneca, 2020: 363). Ruh, kendisine ait olmayan ve özüne yabancı olan şeyleri bıraktığında, korkularından arınır ve sakinlik kazanır. Hiçbir şeye haset duymayan, başkalarının sahip olduklarına özenmeyen bir ruh ise, gerçek anlamda zengin ve tatmin olmuş bir duruma ulaşır (Seneca, 2020: 317). Bu ruh hali, kişinin daha büyük bir yüceliğe ve erdemli bir hayata erişmesinin yolunu açar.

Ruh sağlığından ne anlamamız gerektiği sorusuna ise Seneca'nın cevabı oldukça nettir: Ruh sağlığı, kendinden memnun olma ve kendine güvenme durumudur. Dışsal koşullardan ya da başkalarının onayından bağımsız olarak, kişinin kendi içindeki huzur ve doyumla ilgilidir. İnsanda neşe sürekli olacaksa bunu dışsal faktörlerde değil, bu sevinci iç dünyasında bulmalıdır (Seneca, 2020: 258). Dolayısıyla da mutluluğu sürekli kılmak isteyen bir insan, dışarıda aramak yerine onu kendi içsel dünyasında bulmalıdır. Eğer insan ruh sağlığını test etmek istiyorsa konfor alanından çıkmalıdır. Kendine birkaç gün ayırmalı, az ve ucuz bir yiyecekle yetinmeli, sert kaba giysiler giymelidir. Böylece korkulacak bir şey olmadığını da görecektir (Seneca, 2020: 82). Seneca'nın bu söyleminin aslında toplumdaki daha zengin ve üst kesimde yaşayan

kimseler için geçerli olduğunu söyleyebiliriz. Çünkü fakir bir kimsenin zaten böyle bir test yapmasına gerek yoktur çünkü o kimse zaten konfor alanı dışında yaşam sürmektedir. Denilebilir ki Seneca'nın önerdiği bu test, hayatın temel zorluklarına karşı ruhu hazırlamayı amaçlarken, yaşam koşulları zaten zorluklarla dolu olan bireyler için farklı bir anlam taşıyabilir. Öyle ki, bu deneyim zenginler için bir farkındalık aracı olurken, fakirler için gündelik yaşamın bir parçasıdır.

Seneca, zorluklarla karşılaşıldığında insanın ruhunun gücünü ve içsel denetimini nasıl koruması gerektiğini vurgularken, bu durumu daha farklı bir perspektiften de ele alır. Ona göre sarhoş bir halkın içinde bir insan içkisiz ve ayık ise o insan daha güçlüdür. Burada ruhun gücü, zor koşullarda bile kendi içsel denetimini kaybetmeden sağlıklı bir şekilde durabilme yeteneğinde yatmaktadır. Yine büyük bir ruh ılımlılığı; bir kenara çekilmeden, kalabalığa da karışmadan ve herkesin gözüne batmadan, aynı şeyleri aynı şekilde olmasa dahi yapabilmede görülür (Seneca, 2020: 82). Bu durum insanın, görevleri yerine getirebilme ve kalabalığın içinde dahi kendi doğrularını sürdürebilme kapasitesini de gösterir.

Seneca, ruhun hastalıklarını para hırsı, mevki ve ihtiras gibi unsurlarda görür. Bu unsurlar insan ruhunu sarıp sarmaladığında ruhun değişmez kötülükleri haline gelir. Ayrıca Seneca, ruhun hastalığını "insan yargısının yozlaşmada direnmesi" olarak tanımlar (Seneca, 2020: 266). İnsanı şu şekilde uyarır: "Para, mevki ihtirasları, insan ruhunun başka hastalıkları sağlık perdesi altında sinsice saklandıkları zaman en çok zararı verirler, iyice aklına yerleştir bunu" (Seneca, 2020: 187). Örneğin makam, kişiyi yüceltmez; aksine, kişi ruhunu yüceltip ahlaki ve erdemli bir şekilde hareket ettiğinde makam değer kazanır. Eğer kişi, ruhunu makamın gerekliliklerine uygun şekilde yüceltmezse, o makamın ağırlığını taşıyamaz ve makamın itibarını da zedeler. Yüksek bir makam yüksek bir ruhla anlam kazanır. Yüksek bir ruhun temel nitelikleri arasında, sükûnet, dinginlik ve haksızlıklar karşısında soğukkanlı bir duruş sergilemek yer alır (Seneca, *Clem*. I. 5. (4)). Bu, kişinin makamının gücünü değil, kendi karakterinin gücünü yansıtan bir tutumdur. Erdem ve ruhsal olgunluğun bir lider veya makam sahibi için ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.

Seneca bir diğer tarifle ruhun hastalığını az istenmesi gereken şeylere aşırı düşkünlük veya hiç değer verilmemesi gereken şeylere aşırı değer vermek olarak ele alır (Seneca, 2020: 266). İnsanın bedeni hasta olsa bile ruhuna dikkat etmeli ve ruhunu kullanma alışkanlığını

kazanmalıdır (Seneca, 2020: 285). Bu alışkanlığın kazanılmasında ise felsefenin rolü büyüktür. Seneca'ya göre insanın ruhunu kalkındıran ve iyileştiren şeylerin, bedene de faydalı olduğunu belirtirken *78. Mektup'*unda kendisini güçlendiren ve hayatta kalmasını sağlayan şeyin 'felsefe' olduğunu ifade eder. Çünkü felsefe onun hem ruhuna hem de bedenine iyi gelmiştir (Seneca, 2020: 280). Böylece Seneca felsefenin, insanın hem içsel, ruhsal hem de bedensel huzuru sağlayarak bütünsel bir şekilde iyileştirme özelliğine sahip olduğunu savunur.

Seneca, ruhun duygusallığını, beklenmedik ve beğenilmeyen taşkın davranışlar olarak tanımlar. Bu duygusal aşırılıklar sürekli tekrarlandığında ve ihmal edildiklerinde ruhsal hastalıklara yol açar. Tıpkı tedavi edilmeyen bir nezlenin, göğse inerek öksürüğe ve ardından vereme dönüşmesi gibi. Bu benzetme, ruhsal sağlığın ihmal edilmesinin uzun vadede daha büyük problemlere yol açabileceğini anlatır. Ancak Seneca'ya göre çok gelişmiş ruhlar bu tür hastalıkların ötesine geçmiştir. Yine de mükemmelliğe yakın olsalar da duygusal tepkilerden tamamen arınmamışlardır; bu, insanın doğasında var olan bir durumdur (Seneca, 2020: 266). Ruhun duygusal aşırılıklarla başa çıkabilmesi ve olgunlaşması için insanın sürekli bir farkındalık ve çaba içinde olması gerekir. Bu durum felsefenin bilindik 'kendini tanı' düsturunun izlediği yolu gösterir.

Seneca, ruh sağlamlığını, kaderle yapılan bir çatışmada başarılı bir şekilde zafer kazanmakla ilişkilendirir. Ona göre eğer bir insan, kaderin zorlayıcı etkilerini bir kez bile olsa yenebilmişse, elde ettiği ödül; erdem, ruh sağlamlığı ve sürekli bir huzur olacaktır. (Seneca, 2020: 284). "Demetrius sakin ve kaderin hiçbir tokadını yememiş bir yaşam için "ölü deniz" derdi. Seni iğneleyerek uyandıracak hiçbir şeyin olmaması ruhunun sağlamlığını deneyebileceğin hiçbir uyarının, hiçbir aksaklığın olmaması, hiç hırpalanmadan huzur içinde yatman sakin yaşam sürmek değil, düpedüz uyuşukluktur" (Seneca, 2020: 236). Ruhun sağlamlığı ve gücü insanın dışsal zevklere Seneca'nın deyimiyle okşayıcı ve sefahate sürükleyen etkilere, yönlendirmelere karşı koyabilmekle de ilişkilendirilir. Eğer bir kişi bu etkilere kapılıp gitmez ve bu tür yönlendirmelere karşı direnç gösterirse, bu durum ruhunun sağlam ve güçlü olduğunu kanıtlar (Seneca, 2020: 82). Denilebilir ki insanın kendini kontrol edebilmesi, geçici hazların peşinde gitmek yerine daha yüksek bir yaşam amacına odaklanması, hem özdenetimi güçlendirir hem de iç huzuru sağlar. Bu noktada, özdenetimin ve iç huzurun

sağlanabilmesi için bireyin, duygusal ve zihinsel denetimini nasıl geliştirebileceği sorusu önem kazanır. Bu sorunun cevabı da ruh dinginliği konusunda görülecektir.

Sonuç olarak Seneca, ruh sağlamlığını, hem dışsal çevreden gelen olumsuzluklara karşı koyma hem de içsel dünyayı temizleyip iyileştirme ile ilişkilendirir. Doğru yol arkadaşlarını seçmek, olumsuz etkilere kapılmamak ve kaderin getirdiklerine karşı dik durmak, ruh sağlamlığının anahtarı olarak görülmektedir. Erdem ruhu güçlendirerek doğru eylemleri seçebilme, kaderin değişkenliklerine karşı dayanma gücünü artırır. Ruh, tutkuları (örneğin öfke, kıskançlık gibi) kontrol altına alıp kendini eğiterek, doğaya uygun bir yaşam sürme yolunda iyi'ye ulaşma olasılığını yükseltir. Ancak bunun için ruhun eğitilmesi ve sağlamlaştırılması önemlidir; aksi takdirde duygusal dalgalanmalar ruhu iyiden uzaklaştırabilir. Mutluluğun erdemli bir ruh haliyle ilişkili olduğu göz önüne alındığında, ruhun iyiyi araması erdemin rehberliğinde mümkün olur. Bu süreçte akıl, ruhu yönlendirir ve iyi'ye doğru bir gelişim çabası başlatır. Dolayısıyla aklın doğasını da bu bağlamda ele almak gereklidir.

2.2.3. Aklın Doğası

Seneca'ya göre 'her şey kendine özgü mükemmelliği ile değerlidir.' Bu görüş, insana özgü mükemmelliğin ne olduğu sorusunu akla getirir. Seneca bu bağlamda şu soruyu sorar: İnsandaki en iyi nedir? Ona göre insandaki en iyi 'akıl'dır (Seneca, 2020: 269). "İnsan, aklıyla canlıların önünde, Tanrıların da ardındadır" (Seneca, 2020: 269). 'Yetkin akıl' dediğimizde, bu insana özgü bir kavramdır. Diğer niteliklerde insan, hayvanlar ve bitkilerle ortaktır; beden ve ses gibi. Ancak insana özgü olan akıldır. Seneca'ya göre, akıl doğru ve olgun olduğunda insanı mutluluğa götürür. Dolayısıyla, her şey kendi iyisini yetkinliğe ulaştırıyorsa, bu övülecek bir durumdur. Böylece, insan yaratılışının sırrına erişmiş olur. Akıl yetkinliğe ulaşırsa, bu övülür ve bu yetkin akla "erdem" denir. Şerefli de aynı şeydir. Sonuç olarak insandaki en iyi 'akıl'dır (Seneca, 2020: 269-270).

Seneca iyi'nin akıl ile ilişkisini detaylı bir şekilde incelerken insanın anne karnındaki gelişim sürecini de bu bağlamda ele alır. Ona göre bir ağaçta ya da hayvanda iyi bulunmaz, çünkü akıl onlarda mevcut değildir. Aynı şekilde bebekte de iyi yoktur; zira akıl henüz gelişmemiştir. Ancak akla erişildiğinde iyi'ye de erişilecektir (Seneca, 2020: 491). Seneca'ya göre iyi, ne herhangi bir bedende ne de herhangi bir yaşta doğal olarak bulunur. Dolayısıyla, gelişim sürecindeki taze bir bedende iyi mevcut değildir. İyi ancak insanın aklı olgunlaştığında

var olur. Gerçek iyi, ne ağaçta ne de bitki de bulunabilir. Onlardaki iyi'ye *sözgelişi iyi* denir ve her birinin doğasına özgü uygunluğunu ifade eder. Ancak aklın mevcut olmadığı bir yerde, gerçek iyi'nin varlığından söz edilemez (Seneca, 2020: 492). Herhangi bir iyi, herhangi bir erdem, yetkin herhangi bir şey yalnız akıllı olanlara, olayların niçin'ini, ne zamana kadar'ını, nasıl'ını kavrayabilen insanlara nasip olur (Seneca, 2020: 494). "… o halde akıllı kimseden başka hiç kimse de iyi yoktur" (Seneca, 2020: 494). Buna rağmen Seneca'da 'iyi' sözcüğünün insan dışındaki varlıklar için de kullanıldığını görüyoruz. Mesela, iyi bir gemi nedir? Altın yaldızlarla süslenmiş, parlak bir gemi mi, yoksa rüzgâra dayanıklı, dalgalarda batmayan gösterişli olmayan bir gemi mi? Tabii ki süslü değil, dayanıklı gemi iyidir. Aynı şekilde, iyi bir kılıç, süslü olan değil, keskin olandır. Güzel bir cetvel değil, eğri olmayan cetvel aranır. İnsan için de önemli olan; ne kadar arazi ekip biçtiği, faizde ne kadar parası olduğu, ne kadar çok insanın evine selam vermeye geldiği, ne kadar değerli eşyalara sahip olduğu ya da lüks içinde yaşadığı değil, ne kadar iyi olduğudur. İnsanın iyi olması ise, aklının gelişmesi, doğruyu bulması ve yaratılışının özüne uygun yaşamasıdır. İşte, erdem budur. İnsanı yetkinleştiren tek şey akıldır ve bu, insana tam bir mutluluk getirir. O halde insan için gerçek mutluluğu sağlayan tek şey, onun tek iyisidir. (Seneca, 2020: 268-273). Bu iyi, akıldır.

"Eğer insanın akıldan başka hiçbir iyi'si yoksa bu onun tek iyi'si dir, ama bütün öteki iyi'lerle ölçülebilir" (Seneca, 2020: 270). Seneca burada, aklın insan için en üstün ve en değerli "iyi" olduğunu vurgular. Akıl, diğer tüm değerlerin (örneğin sağlık, servet, sosyal statü) üzerinde bir konuma sahiptir. Ancak Seneca, bu üstünlüğe rağmen, aklın diğer iyiliklerle kıyaslanabileceğini de belirtir. Bu, aklın değersiz olduğu anlamına gelmez; aksine, aklın insan yaşamındaki merkezi rolünü korurken, diğer değerlerle olan ilişkisini de göz ardı etmemek gerektiğini ifade eder.

Seneca'ya göre bir kimse kötü bir insansa eleştirilir, iyi bir insansa sevilir ve kabul görür. O halde, insanın övülmesi ya da yerilmesi, onun temel ve ayırt edici özelliğine dayanır. Akıl'ın iyi olduğundan şüphe etmiyoruz, ancak onun tek iyi olduğundan kuşku duyuyoruz. Bu noktada şöyle bir açıklık getirebiliriz: Bir insanın her şeye sahip olduğunu düşünelim ancak kötü bir insan; onu kınarız. Ama bir insanın hiçbir şeye sahip olmadığını düşünelim fakat açıkça iyi bir insan; onu beğeniriz. O halde, insanın tek iyisi, sahip olduğu tek iyidir. Başka iyiliklerden yoksun olsa bile, o insan övülmelidir. Buna sahip olmayan biri ise, her türlü maddi zenginliğe

sahip olsa bile ayıplanır ve hor görülür (Seneca, 2020: 270). Biz ahlaki iyi'lik dışında başka şeylere de iyi diyoruz ama bunların karşısında aslolan Seneca'ya göre ahlaki iyiliktir. Erdemli insanlar ahlaki iyidir.

"Yalnız akıldır sarsılmayan, kararlarına bağlı kalan! Akıl, duygulara eşit veya onların kölesi olamaz onlara hükmeder" (Seneca, 2020: 227). Bu anlayış çerçevesinde Seneca tutkuları ele alırken onları akıl yürütmeyi engelleyen ve bireyin içsel dengesi üzerinde tehdit oluşturan bir unsur olarak görür. Ona göre tutkular ve akıl bir çatışma alanıdır. Tutkular, insanın aklını bulanıklaştıran, düşünce ve eylemlerini kontrol altına alarak onu hatalara ve zararlı davranışlara sürükleyen güçlü duygusal tepkilerdir. İnsanlar, tutku anında mantıklı bir şekilde karar veremez hale gelirler; bu da ruhsal bir karmaşaya yol açar. Dolayısıyla tutkuların akıl ve mantığı bulandıran bir yönü olduğu açıktır (Seneca, *Ira*. I. 7). Tutkularla mücadele etmenin en etkili yolu da Seneca nazarında akıldır. Ona göre insanlar tutkularını ancak akıl yoluyla dizginleyebilirler. "Zira bir dürtü aklın rızası olmadan asla var olamaz…" (Seneca, *Ira*. II. 3) diyerek insanın iradesinin ve aklının gücünü vurgular. Bu, stoacıların insanın kendi kendini yönetme ve tutkular üzerinde kontrol sağlama kapasitesine olan inancını yansıtır.

Seneca aklın kontrolünü kaybettiği, insanı yıkıcı eylemlere sürükleyen geçici ve irrasyonel bir tutku olarak öfkeyi derinlemesine inceler. Aklın önemini vurgularken, düşüncede doğruluk, düzgünlük ve tutarlılığı aklın etkin kullanımı açısından vazgeçilmez görür. Bu bağlamda insanı diğer canlılardan ayıran öfke kavramını da mantık ve bilinç düzleminde ele alır. İnsan ve hayvan arasındaki temel farkı mantık ve bilinç üzerinden açıklarken hayvanların öfke veya saldırganlık gibi tepkilerinin içgüdüsel bir mekanizmaya dayandığını ifade eder ve onların, akıl yürütmeden veya bilinçli bir tercih yapmadan tepki verdiğini söyler. Ancak insan, akıl ve muhakeme yeteneği sayesinde öfkesini bilinçli bir şekilde kontrol edebilir veya şekillendirebilir. Bu doğrultuda denilebilir ki hayvanların gösterdiği saldırganlık veya vahşilik, içgüdüsel bir davranışken ki hayvan bu duygunun farkında değil ve onunki salt bir saldırganlık gösterir ancak insanın öfkesi mantıkla şekillenir ve insan bu duygunun farkındadır. İnsan, akıl ve muhakeme yeteneği sayesinde öfkesini yönlendirebilir, ancak bu aynı zamanda öfkesinin daha karmaşık ve yoğun olmasına yol açar. Bu nedenle, öfke yalnızca insana özgü bir duygu olarak kabul edilir, çünkü mantık ve irade olmadan öfke, bilinçli bir tepki olmaktan çıkar ve içgüdüsel bir davranışa dönüşür. Seneca, insanın öfkesini kontrol etmesi gerektiğini vurgular

çünkü bu duygu bilinçli bir şekilde oluşur ve bilinçli bir şekilde yönetilmelidir (Seneca, *Ira*. I. 3).

Bu yönetimin idarecisi ise akıldır. Öfke, rasyonel düşüncenin düşmanıdır ancak öfke geçtiğinde, kişi hatalarının farkına varabilir ve yeniden mantıklı hareket etme kapasitesini kazanabilir. Bu süreç, kişinin kendisini ve öfkesini kontrol altına almayı öğrenmesiyle hızlanabilir. Seneca'ya göre öfkeye karşı en iyi savunma, öfke anında mantığı mümkün olduğunca devrede tutmaya çalışmak ve duygulara teslim olmamaktır (Seneca, *Ira*. I. 8). "… öfke erdeme destek olmak için değil onun yerine geçmek için gelir" (Seneca, *Ira*. I. 13). Faydasızı sağlıklıdan ayırt etmenin öfke değil mantık işi olduğu göz önüne alındığında öfkeyi olabildiğince aklın önderliğinde engellemek, dengelemek gerekir (Seneca, *Ira*. I. 15).

İnsanın aklını kullanma şekli, doğrudan yaşam tarzını belirler. Aklını doğru yönlendiren, iyi kullanan bir kişi, kendi için yeterince uzun olan yaşamını büyük işler başarmak ve anlamlı hedeflere ulaşmak yolunda değerlendirebilir. Dolayısıyla insanın zamanını anlamlı bir şekilde geçirmesi için de akıl önemlidir (Seneca, *Brev*. 1. (3)). Bu süreçte insan kendindeki zayıflığı bilirse bizzat orayı savunabilir (Seneca, *Ira*. III. 10). Ayrıca akıllı bir insan, sadece beklentileri dâhilinde olan şeyleri yaşar. Burada, kazalarla gelen olayları ve zaaflardan doğan sonuçları ayırmamız gerekir. İnsanın başına her istediği şey gelmez, ancak tasarladığı şeyler genellikle gelir, özellikle karşısına çıkabilecek engelleri önceden düşünmüşse (Seneca, *Tranq*. 13. (3)). İnsan her zaman istediği gibi bir yaşam sürmeyebilir, çünkü hayatta kontrol edilemeyen birçok faktör vardır. Örneğin deprem bunlardan biridir. Bu tür öngörülemezliğe rağmen insanın öngörebileceği şeyler vardır. Mesela insan ne yemek pişireceğini yani menüsünü hazırlayabilir. Bunun yanında büyük hedefler belirlemiş bir kimse yazma yoluyla bunları gerçekleştirmek isterse başarabilir. Bu yüzden akıllı bir insan, yaşamındaki olasılıkları ve karşılaşabileceği engelleri önceden değerlendirse, beklenmedik zorluklarla karşılaştığında daha hazırlıklı olabilir ve başarıya ulaşma şansını artırabilir.

Sonuç olarak denilebilir ki Seneca'da akıl iyi'nin temelidir, hatta iyi'ye ulaşmak için şarttır. Akıllı bir yaşam sürmek ve doğaya uygun yaşamak için erdem iyi'nin gösterilme şeklidir. Aklın en yüksek kullanımı ile insan bilgeliğe giden yolu da genişletir. İyi, akıldan ayrı düşünülemediği gibi akıl insana iyi'yi anlayıp uygulama kapasitesi verir.

> Neden senin doğana uymayan nitelikleri, yenilmekten kurtulamayacağın bir alanı bırakıp da kendi iyi'ne dönmek istemiyorsun? "Nedir bu iyi?" diyorsun. Kuşkusuz, lekesiz, tertemiz bir ruhtur bu. Tanrılarla yarış eden, insanı sorunların üstüne yükselen ve kendinden başka kimseyi kendine üstün bulmayan bir ruh. Sen akıllı bir hayvansın. Nedir sendeki iyi? Yetkin akıl (Seneca, 2020: 494)

İyi yaşam aklın egemenliğinde bir yaşamdır. Aklın rehberliğinde yaşamak insanı daha sağlıklı, dengeli, huzurlu bir yaşama götürür. Bu doğrultuda Seneca'nın tavsiyesi şudur: "Faziletli ilkeler üzerine tefekkür ederek, iyi işler yaparak ve zihnimizi saygın olan yegâne şeye yönlendirerek gönlümüzü huzurla dolduralım. Farkındalığımız yeterli olsun, şöhret için hiçbir çaba sarf etmeyelim. Biz iyi şeyleri hak edelim, varsın kötülükler bizi bulsun" (Seneca, *Ira*. III. 41). Kötülükler bizi bulsa dahi bizim yaşama dair yaklaşımımız da şöyle olmalıdır: "… ne hayatı aşırı sevelim ne de aşırı bir nefret duyalım ona karşı. Akıl bize hayatımıza son vermeyi öğütlese bile, ne körü körüne ne de doludizgin atılmalıyız ölüme" (Seneca, 2020: 106-107). Hem dengeli yaşamalı hem de doğru düşünmenin derinliklerine inerek karar vermeliyiz. Eğer kendimize değer vermek istiyorsak kendi iyi'mizi elde etmeliyiz. Yeryüzünde en talihli olan kimselerin aslında talihsiz olduklarını anladığımız an bu iyi'yi elde etmeye başlarız (Seneca, 2020: 495). Seneca'nın da dediği gibi 'Mutlu yaşamı da iyi'ler yaratır' (Seneca, 2020: 493). Bu yaratımın ortaya çıkması için beden ve ruhun isteklerinin uyumlu hale gelmesini yine kendimize egemen olmanın yollarına aramamız gerekir.

2.3. İyi Yaşam Düşüncesi

2.3.1. İyi'nin Başlangıcı, Tamamlanması ve Diğer Canlılarda Bulunma Durumu

Seneca 'iyi'nin insanın doğasına doğuştan verilmiş, tamamen hazır bir nitelik olmadığını ve gelişim süreci içinde kazanıldığını savunur. Bir insan doğduğunda henüz 'iyi'yi anlamaz, tıpkı bir ağaç ya da hayvanın iyi kavramını bilememesi gibi. Seneca şöyle der: "Doğaya uygun olan şey, tıpkı bütün olan varlık gibi, apaçık ve anında ortaya çıkar. Doğaya uygun şeydir diye, ben doğar doğmaz bir insana nasip olan şeye iyi demiyorum ama iyi'nin başlangıcı diyorum" (Seneca, 2020: 491). O halde bir kişi, 'anne karnında cinsiyeti dahi belli olmayan biçimsiz bir bebekte herhangi bir iyi bulunmaktadır' derse büyük bir yanılgı içerisinde olduğunu söyleyebiliriz. Aynı durum dünyaya yeni gelmiş bir bebek içinde geçerlidir, bu bebekte de iyi bulunmaz. Peki, bebekte iyi neden bulunmaz? (Seneca, 2020: 491).

> Şöyle diyebilirsin: Bir ağaçta, bir tohumda bir iyi olduğunu biliyoruz. Ama bu iyi ilk yeşeren, toprağı patlatan filizde yoktur asıl. Buğdayda herhangi bir iyi vardır, ama bu iyi henüz sütlü başakta bulunmaz; yumuşak başak, kınından çıkmadan oluşmaz; ısı ve doğanın

> gerektirdiği gelişme buğdayı olgunlaştırdığı zaman işte, ancak o zaman var olur. Nasıl ki her yaratık, iyi'sini ancak yetişkin olduğunda ortaya koyarsa, insanın iyi'si de ancak aklı ergin olduğunda var olur. (Seneca, 2020: 492)

Bu çerçevede 'Doğduktan sonra bebek, iyi'nin bilgisine sahip midir?' sorusuna; hem anne karnındaki bebeğin hem de doğmuş bir bebeğin iyi'yi ve kötü'yü anlamak için aynı derecede olgun olduğunu söyleyebiliriz. Çünkü bebek, iyi'yi bir ağaç ya da hayvandan daha çok anlıyor değildir. Akla eriştiği zaman, iyi'ye de erişecektir. Seneca'ya göre, bebek doğduğunda iyi ile kötü arasındaki farkı anlayamaz. Onun iyiyi kavrayabilecek bir aklı vardır, ancak henüz geliştirilmemiştir. Aynı şekilde, 'iyi' de doğrudan, doğuştan var olan bir şey değil, zamanla kazanılan bir niteliktir. Bebek, yalnızca temel içgüdülerle hareket eder; yiyecek arar, ağlar ve refleksleriyle tepki verir. Ama henüz bilinçli bir şekilde 'iyi olanı seçme' kapasitesine sahip değildir. "Nedir bu iyi? Söyleyeyim: Özgür bir ruh. Başı dik, başka her şeyi kendine boyun eğdiren bir ruh. Bu iyi bir bebeğin içine öyle işlemez ki; bebek, çocuk yaşa gelince bile ummaz bunu, delikanlı olunca bile umudu yersiz olur. Yaşlı çağında da bu iyi'ye uzun ve dikkatli bir çalışmayla erişmesi başarı sayılır. Bu bir iyi'yse, zihinle de kavranabilir demektir" (Seneca, 2020: 492). Neden bir ağaçta ya da bir hayvanda iyi bulunmaz? Çünkü onlarda da akıl yoktur. Seneca, akılsız hayvanlar, henüz akıllı olmamış hayvanlar ve akıllı olup ta henüz ergin olmamış hayvan arasında ayrım yapar ve bunlar arasındaki farka da şöyle değinir:

> Bunların hiçbirinde iyi yoktur, akılla birlikte gelir iyi. Bu söylediklerim arasında ne fark var? Akılsız olan hayvanda hiçbir zaman iyi olmaz; henüz akıllı olmayan da şu an iyi olamaz; akıllı olup da henüz ergin olmamış hayvanda iyi bulunabilir, ama şu anda yoktur. Evet, öyle diyorum Lucilius, iyi ne herhangi bir bedende ne de herhangi bir yaşta bulunur; sonuç, nasıl başlangıçtan; tamamlanmış, nasıl taslaktan uzaksa, iyi o kadar uzaktır bebekten; o halde gelişmekte olan taze bir bedende bulunmaz. (Seneca, 2020: 492)

Denilebilir ki örneğin bir böcek veya balık, hiçbir zaman iyi'ye sahip olamaz, çünkü akılları yoktur. Örneğin bir bebek, şu an iyi'ye sahip değildir, çünkü aklı henüz gelişmemiştir. Yine bir çocuk, iyi'ye ulaşabilir ama şu an için tam anlamıyla iyi değildir. Seneca, iyi'nin biyolojik bir olgu değil, akıl ve aklın olgunlaşmasıyla ortaya çıkan bir durum olduğunu göstermektedir. İnsan doğuştan iyi veya kötü değildir; ancak akıl ve erdem geliştikçe iyi'ye ulaşabilir.

Seneca ağaçta da, bitkide de bir iyi olduğunu söyleyen haliyle bebekte de bir iyi olduğu iddiasında bulunan kimseye *gerçek iyi* ile *sözgelişi iyi* ayrımını yaparak açıklama getirir. "Gerçek iyi ne bir ağaçta ne de konuşmaktan yoksun hayvanlarda vardır; onlardaki iyi'ye

sözgelişi iyi denir" (Seneca, 2020: 492). Sözgelişi iyi, her birinin doğalarına göre bir iyi'dir. Gerçek iyi dilsiz bir hayvana nasip olmaz o daha kutlu, daha iyi bir cinse nasiptir. Bu bağlamda dört yaratılıştan bahseder Seneca; ağacın, hayvanın, insanın ve tanrıların yaratılışı. İnsanın ve tanrıların, yani akıllı olanların doğaları aynıdır ama bir bakıma da değişiktir, yani insan ölümlü iken tanrılar ölümsüzdürler. Tanrı'nın iyi'sini doğa yetkinleştirirken insanın iyi'sini gayret ve çaba yetkinleştirir. Ağaç ve hayvan ise gerçekten yetkin değil sadece kendi doğaları içinde yetkindirler, kendi türünde yetkindirler ve akılları yoktur. Evrensel doğada akıl vardır ve evrensel doğaya göre yetkin olan, yetkindir (Seneca, 2020: 492-493). Seneca şöyle bir akıl yürütme yapar:

> Mutlu yaşamın bulunamadığı bir yaratıkta, mutlu yaşamın sağladığı şeyler de bulunamaz.
> Mutlu yaşamı da iyi'ler yaratır.
> Dilsiz hayvanda ne mutlu yaşam vardır ne de mutlu yaşamın yarattığı bir şey.
> O halde dilsiz hayvanda iyi yoktur (Seneca, 2020: 493).

Seneca, hayvanların zaman algısıyla insanın zaman algısını karşılaştırarak da hayvanların 'iyi'ye ulaşamayacağını açıklamaya çalışır. Hayvanların yalnızca şimdiki zamanı deneyimlediklerini, geçmişi ancak bazı duyusal ipuçlarıyla hatırlayabildiklerini ve geleceği öngöremediklerini belirtir. Örneğin bir at, sürekli yürüdüğü yolu ahırdayken hatırlamaz ama yola çıktığında yönünü bulabilir. Yine bir hayvan, geleceği planlayamaz ya da bilinçli bir şekilde kendi davranışlarını değerlendiremez. Tam bu noktada, Seneca 'iyi' kavramıyla bağlantı kurar. Ona göre, iyi ancak yetkin bir fıtratta (doğada) bulunabilir. 'İyi' düzenli, tutarlı ve bilinçlidir. Hayvanların doğaya uygun hareket etme eğilimleri vardır, ancak bilinçli ve düzenli bir şekilde hareket etmezler. Bu yüzden hayvanlarda 'iyi' bulunmaz (Seneca, 2020: 493). Hayvanlar içgüdüleriyle yaşar, o yüzden onların hareketleri ahlaki olarak iyi ya da kötü olarak değerlendirilemez**.** Bir şeyin 'karışık' ya da 'karmaşık' olması için, bazen düzenli, bazen düzensiz olması gerekir**.** Ancak hayvanların doğası gereği yaptıkları hareketler, baştan sona aynı doğrultudadır. Örneğin bir aslan açsa avlanır, doyduğunda saldırmaz; bir köpek korktuğunda kaçar, tehdit görmediğinde saldırmaz. Bu hareketler karışık ya da düzensiz değildir, çünkü içgüdüseldir. Hayvanların endişeli ya da huzurlu olması da geçici durumlarla ilgilidir. Oysa insan, bilinçli bir şekilde huzurlu olmayı ya da endişeyi yönetmeyi seçebilir. Bu bağlamda Seneca erdem kavramını yalnızca insana özgü bir şey olarak tanımlar. Erdem bilinçli bir seçimle var olabilir. Ama hayvanlar için bu mümkün değildir (Seneca, 2020: 493-494).

“Hayvanda herhangi bir iyi, herhangi bir erdem, yetkin herhangi bir şey olacaktır, ama ne bu iyi, ne bu erdem ve ne de bu yetkinlik kesin bir şeydir. Bu iş yalnız akıllı olanlara, yani olayların niçin’ini, ne zaman’a kadarını, nasıl’ını bilen insanlara nasip olur; o halde aklı olan kimseden başka hiç kimsede iyi yoktur” (Seneca, 2020: 494).

Peki, Seneca bitkiler ve hayvanlardaki ‘iyi’yi neden derinlemesine incelemiştir? Çünkü Seneca, insanın doğası gereği hayvanlardan farklı ve üstün olduğunu ancak bunun bedensel değil, zihinsel ve ahlaki bir üstünlük olduğunu göstermek istemiştir. Nitekim birçok insan güzellik, fiziksel güç ve hız gibi dışsal niteliklere fazla önem verir. Oysa bu konularda hayvanlar insanlardan üstündür**.**

> Neden, diyorum, bedenin güçlerini besleyip işletiyorsun? Doğa bu güçlerin daha büyüğünü davarlara, vahşi hayvanlara bağışladı. Neden dış görünüşüne bunca özeniyorsun? Ne yaparsan yap, bu konuda vahşi hayvanlar yener seni. Neden saçlarını binbir itinayla tarıyorsun onları Partlar gibi uzatsan da ya da Germenler gibi bağlasan veya İskitler gibi yaysan da, yine de bir atın yelesi daha gür dökülecek, aslanın yelesi boynunda daha gür dikilecektir. Sen hızlı koşmak için hazırlanırken, bir tavşan yavrusuna bile yetişemeyeceksin. (Seneca, 2020: 494)

Görüldüğü üzere güç konusunda bir aslan insandan daha güçlüdür. Hız konusunda bir tavşan insandan daha hızlıdır. Güzellik konusunda da hayvanların doğal kürkleri veya tüyleri, insanın saçlarından daha etkileyici olabilir. İnsanı insan yapan şey, bunlar değildir. İnsanı hayvandan ayıran gerçek üstünlük, akıl ve erdemdir. Seneca’nın bu meseleyi ele almasının temel sebebi ise insana gerçek iyi’sinin nerede olduğunu göstermek ve insanı yanlış yönelimlerden uzaklaştırmak isteğidir. Eğer insan, dış görünüşüne, bedenine, gücüne veya hızına fazla önem verirse, yanlış bir değer yargısıyla hareket etmiş olur. Oysa insanın asıl geliştirmesi gereken şey, ruhu ve aklıdır. İnsan, ancak aklını kullanarak ve erdeme yönelerek hayvanlardan ayrılır ve Tanrı’ya daha yakın bir varlık haline gelir.

Seneca’nın bitkiler ve hayvanlardaki ‘iyi’yi incelemesinin insana ne yararı vardır? **“**Bu tartışmanın ruhuna yararını Seneca şöyle açıklar: Ruhunu işletir, inceltir, yapacağı işi hep şerefli bir uğraş haline getirir; adi işlere yönelenleri engelleyerek onlara yararlı olur. Bir de şunu söylüyorum: Seni hayvanlardan ayırıp Tanrı katına koymakla sana gerçek iyi’ni gösterdiğim zamanki kadar hiçbir zaman faydalı olamam” (Seneca, 2020: 494). Seneca'nın bitkiler ve hayvanlardaki 'iyi'yi incelemesi, insanın gerçek değerini anlamasına yardımcı olur. Bu inceleme, insanın doğru öncelikleri belirlemesini sağlayarak fiziksel mükemmelliği değil,

zihinsel ve ahlaki mükemmelliği odak noktası yapmasına yardımcı olur. Seneca'ya göre bedensel özellikler geçici ve sınırlıdır; aksine, akıl ve erdem kalıcıdır. İnsan, hayvanlardan ve bitkilerden ayıran farkın da burada yattığını fark etmelidir. Fiziksel güç ya da yetenekler, gerçek üstünlük ve mutluluğun kaynağı değildir. Gerçek değer, insanın akıl ve ruhundadır. Bu bakış açısı, insanın hayvanlara ve doğaya bakarak yalnızca fiziksel zaaflarını kabul etmekle kalmayıp, asıl gücünün içsel dünyasında, özellikle de akıl ve erdemde olduğunu anlamasını sağlar. Seneca, insanı yanlış yollardan alıkoymak ve ona gerçek amacını göstermek için, fiziksel özellikleri değil, akıl ve ruhu merkeze alması gerektiğini vurgular (Seneca, 2020: 494).

““Hiç kimse rastlantıyla iyi olmaz. Erdemin öğrenilmesi gerekir. Zevk aşağı, alçak, bir değer verilmemesi gereken bir şeydir. İnsanlarla dilsiz hayvanlarda ortaktır. Hiç işe yaramayan, çok hor görülesi varlıklar uçar gider zevke”” (Seneca, 2020: 489). Seneca insanın kendi doğasına uygun bir şekilde yaşaması gerektiğini söyler. Ona göre insanın doğası akla dayanır ve gerçek iyi aklın yetkinliğinde bulunur. Bunu ise şöyle ifade eder:

> Neden senin doğana uymayan nitelikleri, yenilmekten kurtulamayacağın bir alanı bırakıp da kendi iyi’ne dönmek istemiyorsun? “Nedir bu iyi?” diyorsun. Kuşkusuz, lekesiz, tertemiz bir ruhtur bu. Tanrılarla yarış eden, insani sorunların üstüne yükselen ve kendinden başka kimseyi kendine üstün bulmayan bir ruh. Sen akıllı bir hayvansın. Nedir sendeki iyi? Yetkin akıl. (Seneca, 2020: 494)

İnsanın ‘iyi’ olan yönünün bedensel arzular ya da dışsal şeyler olmadığı, aklın yetkinleşmesi ve doğru şekilde kullanılması olduğu açıktır. “Peki, bu aklı kendi sınırına çağırarak alabildiğine ilerlemesine izin verir misin?” (Seneca, 2020: 494). Yani, aklını en yüksek kapasitesine ulaşacak şekilde bilinçli olarak yönlendirebilir misin? İşte bu soru, gerçek mutluluğun ve ‘iyi’nin kaynağına dair önemli bir anahtardır. Seneca'ya göre insan, mutluluğunu dışsal şeylerden bağımsız kılmadıkça, aklını tam anlamıyla kullanamaz. “Bütün sevinçlerin kendinden doğduğu güne kadar kendini mutlu sayma” diyerek, insanın dışsal servet, statü veya başkalarının onayından bağımsız olarak içsel bir doyuma ulaşmadıkça gerçek mutluluğa erişemeyeceğini vurgular. Birçok insan genellikle başkalarının arzularına, korumaya çalıştıkları değerlere ve toplumun sunduğu mutluluk anlayışına kapılır. Ancak Seneca, "İstemeye layık bulmayacağın gün, işte o gün ancak kendini mutlu say" diyerek, insanın ancak gerçek olmayan arzularından vazgeçtiğinde gerçek mutluluğa erişeceğini belirtir. "Yeryüzünde en talihli insanların aslında talihsiz olduğunu anladığın gün, kendi iyi’ni elde edeceksin" (Seneca, 2020: 494-495). Yani, toplumun başarılı veya mutlu gördüğü insanların aslında talihsiz olabileceğini

fark ettiğinde, dışsal başarıların insanın iyiliğiyle doğrudan bağlantılı olmadığını kavrayacaksın. İşte bu farkındalık, insanın kendi iyi'sini bulmasını ve aklını en yüksek kapasitesine ulaştırmasını sağlayacaktır. Öyleyse, önemli sorulardan biri şudur: Aklını dış etkilere kapılmadan, erdem ve bilgelik doğrultusunda geliştirebilir misin? Seneca'ya göre eğer insan bunu yapabilirse, kendi "iyi"ne ve gerçek mutluluğa ulaşmış olacaktır.

Sonuç olarak denilebilir ki iyi bir yaşam sürmek, doğuştan gelen bir özellik değildir; insanın bilinçli çabası ve akıl yürütmesiyle gelişen bir süreçtir. İnsan zamanın üç boyutunu kavrayarak (geçmişten ders çıkararak, şu anı değerlendirerek ve geleceğe yönelik bilinçli kararlar alarak) iyi'ye ulaşma imkânı elde edebilir. 'İyinin başlangıcı' doğumla birlikte mevcut olur ancak onun tam anlamıyla ortaya çıkması, aklın gelişmesine ve erdem ile bilgelikle olgunlaşmasına bağlıdır. Bu yaklaşım, iyi'nin doğuştan gelmediği ancak akılla kazanıldığı fikrini pekiştirmektedir. Seneca insanın gerçek doğasını ve üstünlüğünü anlaması için hayvanlar ve bitkilerle kıyaslama yaparak, insanın "iyi"sini ortaya koyar. Bu kıyaslamayı ise insanın fiziksel özelliklerine, birtakım hazlara, dünyevi başarı ve zevklere değil aklına ve ruhuna odaklanmasını sağlamak için yapmıştır.

2.3.2. İyi'nin Algılanması: Duyularla mı, Akılla mı?

İyi duygularla mı algılanır, yoksa akılla mı algılanır? Zevki üstün görenler iyi'nin algılanabilir olduğunu düşünürler. Lakin Seneca'ya göre iyi algılanabilir değildir. O, iyi'yi ruha bağlar ve akılla kavranılabilir diye düşünür. Seneca'nın bu konudaki rasyonalist tavrı onu erken dönem Stoacılıktan önemli ölçüde ayırıp Platon'a yaklaştırıyor. Çünkü erken dönem Stoacılık iyinin bir *prolepsis* olduğunu savunur ve onu "cisimleştirir". Bu noktada Seneca'nın iyinin duyularla değil akılla kavranabileceği yaklaşımı, onun; zevke dayalı anlayışlara getirdiği temel eleştirinin de zeminini şöyle oluşturur:

> Zevki en yüce yere oturtanlar, iyi'nin algılanabilir olduğunu düşünürler; bizse buna karşılık iyi'yi ruha bağladığımız için, onu zekâyla kavranabilir diye düşünüyoruz. İyi üstüne duyular karar verseydi, hiçbir zevki geri çeviremezdik –çünkü her birinde bir çekicilik, hoşa giden bir yan vardır– ve hiçbir acıya isteyerek katlanmazdık. Çünkü hiçbir acı, duyulara zarar vermemezlik edemez. (Seneca, 2020: 490)

Görüldüğü üzere eğer iyi, duyulara dayanarak belirlenmiş olsaydı, o zaman insanların her zevki kabul etmesi ve her acıya karşı direnç göstermemesi gerekirdi. Çünkü duyular, her zevki hoş ve çekici olarak algılar, dolayısıyla insana sadece fiziksel hazları peşinden gitmesi

öğretilmiş olurdu. Fakat Seneca'ya göre, gerçek iyi, sadece dışsal tatminlerden ibaret değildir. Aksine, insanın ruhu ve zekâsı tarafından anlaşılabilecek bir olgudur. İyi, acılara da katlanmayı gerektirebilir, çünkü bu tür deneyimler insanı olgunlaştırabilir ve erdemi kazanmasına katkıda bulunabilir. Bu durumda, duyulara dayalı iyi tanımı, yüzeysel ve geçici bir memnuniyet arayışından ibaret olur. Gerçek iyi ise, bu geçici hazlardan bağımsız olarak akıl ve ruhun derinliklerinde bulunur.

Eğer iyi üzerine duyular karar verseydi zevkler peşine düşerdik, zevk veren şeylerdeki çekicilik ve hoşa giden taraflara meylederdik ve acıya katlanmamayı tercih ederdik. Böylece zevklere düşkün olup acıdan kaçındığımız için diğer insanlar tarafından da kınanmazdık. Fakat biz boğazına, zevkine düşkünleri ve acıdan korktukları için cesaret edemeyenleri hor görüyoruz. İyi'yi akılla kavradığımız zaman ise mutlu yaşam üzerine, erdem üzerine, şerefli şeyler üzerine karar vermeye yöneldiğimiz gibi iyi ve kötü üzerine de karar vermeye yöneliyoruz. Yine eğer iyi üzerine karar verecek olanı duyu olarak kabul edersek; bu duyu zayıf, körelmiş ve hayvanlarda olduğundan daha ağır işleyen şekilde karşımıza çıkar (Seneca, 2020: 490-491). İyi'nin duyular yoluyla mı yoksa akıl yoluyla mı kavranabileceği konusunda açık bir tutum sergileyen Seneca iyi'yi duyularla kavramanın yetersiz olduğunu ve onu akıl yoluyla ayırt edebileceğimizi savunur ve aklın önemini şöyle açıklar:

> İyiyle kötüyü ayırmak için duyumlarımız iyi bir yargıda bulunamaz, faydalı olan nedir, faydasız nedir, bilmez. Bir olayla karşı karşıya kalmadıkça bir fikir sahibi olamaz. Geleceği göremez, geçmişi anımsayamaz; mantıklı sonuç nedir, bilmez; ama olayların düzeni, sırası, doğru yolda yürüyecek yaşamın tutarlılığı da buna göre örülür. O halde akıl iyi'nin de kötü'nün de hakemidir; önüne yabancı, dışında olan her şeyi değeriz sayar, ne iyi ne kötü olan şeyleri küçücük, hafif birer yan olay kabul eder. Çünkü ona bütün iyi, ruhtadır. (Seneca, 2020: 228)

"Eğer bir kimse, küçük varlıkları gözleriyle bakarak değil de, elleriyle dokunarak birbirinden ayırmayı düşünseydi, bu iş için gözlerden daha ince, daha içe işleyen bir duyusal keskinlik, iyi'yi kötüden ayırma olanağını verir miydi bize?" (Seneca, 2020: 491). Bir şeyleri yanlış bir yöntemle anlamaya çalışan biri, tıpkı gözle görmek yerine dokunarak daha net anlayacağını sanan birinin yanılgıya düşmesi gibi, iyi'yi duyularla ayırt etmeye çalışan biri de aynı hataya düşer. Çünkü iyi, duyuların değil, aklın alanına girer. Duyular yalnızca fiziksel şeyleri algılayabilir, ancak iyi kavramı duyuların ötesinde, akılsal bir meseledir. Bu bağlamda Seneca iyi'yi duyu algısına indirgemeye çalışan düşünceyi eleştirir. ""Nasıl ki her bilimin, her sanatın," der, "kendisini, doğuran geliştiren, elle tutulabilir, apaçık bir verisi olması

gerekiyorsa, aynı şekilde mutlu yaşam da temelini ve başlangıcını apaçık verilerden aldığını söylüyorsunuz, öyle değil mi? Biz diyoruz ki, doğaya uygun olan yaşam mutludur. Doğaya uygun olan şey, tıpkı bütün olan bir varlık gibi, apaçık ve anında ortaya çıkar" (Seneca, 2020: 491). Seneca mutlu yaşamın temelinin doğaya uygun bir yaşam olduğunu savunurken bilimler ve sanatlarla bir karşılaştırma da yapar: Her bilim ve sanat, gelişimini belirli, açık ve somut verilere dayandırır; aynı şekilde mutlu yaşamın da dayandığı apaçık ilkeler olmalıdır. "Doğaya uygun olan yaşam mutludur." ifadesiyle, mutluluğun doğaya uygun yaşamakla elde edileceğini belirtir (Seneca, 2020: 491). Yani, doğanın bize sunduğu temel ilkelerle uyum içinde yaşamak, mutluluğun zorunlu bir koşuludur. Bu doğrultuda denilebilir ki iyi, akıl yürütme ve doğaya uygun yaşama anlayışıyla uyumludur. Bu anlayış içinde akıl bazı iyileri birinci bazılarını ikinci ve bazısını da orta planda tutar. Aklın birinci planda tuttuğu iyi'leri kararlı bir şekilde elde etmeye çalışır; başarı, zafer, değerli evlatlar ve toplumun huzuru gibi hedefler de bu çerçevede yer alır. İkinci planda tuttuğu iyi'ler ise acı günlerde ortaya çıkar; ağır bir hastalığa soğukkanlılıkla katlanmak ya da sürgün gibi zor koşullarla başa çıkmak bu tür iyiliklerdendir. Orta planda tutulan iyi'ler ise ne doğanın kurallarına uygun ne de doğaya aykırıdırlar. Örneğin gereği gibi yürümek, derli toplu oturmak bu kategoriye girer. 'Oturmak ayakta durmaktan ya da yürümekten daha az doğaya uygundur' diyemeyiz (Seneca, 2020: 491-492).

> Birinciler doğaya uygundur, çocukların bağlılığından, yurdun selametinden sevinç duymak gibi; ikinciler doğaya aykırıdır, işkencelere yiğitçe karşı koymak, içi yansa da susuzluğa katlanmak gibi. "Nasıl şey o? Doğaya aykırı bir şey iyilikmiş, öyle mi?" Hiçbir zaman değil, doğaya aykırı olan şey, iyi'nin yaratılmasına neden olan olaydır: Yaralı olmak, ateşe atılıp yanmak, sağlığı bozulup sancı çekmek doğaya aykırı şeylerdir, ama bu acılar içinde yüreğini taptaze tutabilmek doğaya uygun bir şeydir. Kısaca söylemek istersem, iyi'yi yaratan neden doğaya aykırıdır kimi zaman, iyi'nin kendisi hiçbir zaman aykırı değildir çünkü akıl olmadan iyi gerçekten iyi olamaz; akıl da doğanın peşinden gider. "Peki, nedir bu akıl?" Doğanın taklididir. "Peki, insanın en büyük iyi'si nedir?" Doğanın isteklerine göre davranmak! (Seneca, 2020: 229)

Denilebilir ki Seneca nazarında insanın en büyük iyisi doğaya uygun bir şekilde hareket etmesidir. Ancak burada doğadan kasıt, yalnızca biyolojik ya da içgüdüsel doğa değildir; aklın rehberliğinde şekillenen bir doğadır. İnsan, sırf duyularına güvenerek iyiyi ararsa, hazlara kapılabilir ve yüzeysel mutluluklara yönelerek gerçek iyiyi kaçırabilir. Oysa akıl, insanı sadece hoş olanı değil, gerçekten değerli olanı seçmeye yönlendirir. Duyuların çekici bulduğu şeyler, her zaman insanın faydasına olmayabilir, tıpkı acının her zaman kötü bir şey olmaması gibi. Eğer insan sadece haz ve acıya dayalı tepkilerle hareket ederse, iyiye ulaşamaz; çünkü iyi, dış

koşullara değil, insanın akıl temelli tutumuna bağlıdır. "Gerçek iyilerin tek bir amacı vardır: Doğaya uygun olmak" (Seneca, 2020: 229). İnsan, zor koşullarda bile erdemli bir tavır sergileyerek, akıl yoluyla iyiyi inşa edebilir. Çünkü uzun vadeli mutluluk ve erdemli bir yaşam, duyuların geçici tatminlerinden çok, aklın rehberliğinde alınan bilinçli kararlara dayanır. Seneca'nın bu görüşleri, insanın yaşamda karşılaştığı zorluklar karşısında nasıl bir tutum sergilemesi gerektiğine dair önemli bir ders içerir. Sonuç olarak Seneca'nın felsefesi, gerçek iyinin akıl yoluyla ve doğaya uygun bir yaşam sürerek elde edilebileceğini gösterir. Bu anlayış modern insanın da yönünü bulmasına yardımcı olabilecek zamansız bir öğüttür.

2.3.3. İyi'nin Anlamı, İyi ve Onurlu Ayrımı, Gerçek İyi

Seneca'ya göre 'İyi nedir?' sorusu farklı şekillerde yanıtlanmıştır. Bunlar:

1. "Ruhları çeken, ruhun atılımını kendine çağıran şey iyi'dir". Bu görüşe "Peki, ya çağırması bizim kötülüğümüze oluyorsa?" diyerek karşı çıkılmaktadır (Seneca, 2020: 460).
2. "Kendini arzu ettiren ya da ruhun kendine yönelik atılımını harekete geçiren şey, iyi'dir." Bu görüşe de "Arzu edenin kötülüğüne yönelik birçok şey, ruhun atılımını körükler" denilerek karşı gelinmektedir (Seneca, 2020: 461).
3. Seneca'nın da kabul ettiği bir diğer iyi düşüncesi şudur: "Ruhun kendisine yönelik atılımını doğaya uygun olarak harekete getiren şeydir iyi; ancak istenmeye değer olmaya başladığı zaman istenmesi gereken şeydir. İşte o zaman iyi, şereflidir de; şerefli ise her yönüyle istenebilecek bir şeydir" (Seneca, 2020: 461). Bu çerçevede iyi ve şerefli ayrımı yapan Seneca'ya göre iyi ve şereflinin birbirinden ayrılmaz iki niteliği vardır. "İçinde şerefli bir yanı olmayan, bir iyi olamaz; şerefli de her zaman bir iyi'dir" (Seneca, 2020: 461). Şerefli[7] ve iyi arasındaki fark şudur:

> Şerefli, mutlu yaşamı tamamlayan yetkin bir iyi'dir ve ona dokunan her şey de birer iyi olur. Söylemek istediğim şu: Öyle şeyler vardır ki, ne iyi'dirler ne de kötü; askerlik, elçilik, hak dağıtma gibi. Bunlar şerefle yönetildikleri zaman birer iyi olmaya başlarlar, kuşku duyulan bir durumdayken bir iyi'ye dönüşürler. İyi, şerefli ile el ele verdiği için çıkar gelir,

[7] Seneca'nın *Ahlak Mektupları* eserinin Latincesinde 'honestus' olarak yazan kavram Türkan Üzel tarafından yapılan çeviride 'şerefli' olarak kullanılmıştır. Ancak 'şerefli' kavramının Latincesi 'honoratus'dur. Dolayısıyla 'şerefli (honoratus)' çevirisinin yerine 'onurlu (honestus)' ifadesinin kullanılması daha uygun olmaktadır. Bu yüzden yapılacak olan tam alıntılarda Türkan Üzel'in 'şerefli' ifadesi aynı bırakılacak ama konunun genelinde 'onurlu' ifadesi kullanılacaktır. Yani yapılacak tam alıntılarda 'şerefli' ifadesi kullanıldığında kastedilenin 'onurlu' olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

> şerefli ise başlı başına iyi'dir. İyi olan kötü de olabilirdi. Şerefli olan, iyi olmaktan başka bir şey olamaz. (Seneca, 2020: 461)

Görüldüğü üzere Seneca iyi ve onurlu arasında bir ayrım yapar. 'İyi'yi ve onurluyu nasıl tanıyabiliriz?' sorusuna şöyle bir cevap getirir: Seneca'ya göre 'onurlu', başlı başına iyi olandır, yani kendisi zaten bir erdemdir veya erdemin doğrudan ürünüdür. Onurlu olan şeyler doğaları gereği değerlidir, bunlar hiçbir koşula bağlı olmadan istenir; asla kötü olamayan ve erdemle özdeş olanlardır. Cesaret, adalet, ölçülülük gibi erdemlerin kendisi şereflidir. Bu yüzden Seneca, "şerefli olan, iyi olmaktan başka bir şey olamaz" derken, onun saf, değişmez, yüce bir değer olduğunu vurgular. 'İyi olan nedir?' sorusuna bakıldığında ise Seneca, 'iyi'yi biraz daha geniş bir terim olarak kullanır. İyi olan erdeme dayandığında gerçekten iyi olur. Erdemle birleşmediği zaman ise ne iyi ne kötü olan 'ortada' şeylerden biridir. Yani başlı başına iyi değildir ancak şerefli bir şekilde yapıldığında iyiye dönüşür. Seneca'nın verdiği örnekler arasında olan askerlik, elçilik, hak dağıtma gibi işler ancak şerefli bir biçimde yapılırsa iyi olur. Dolayısıyla iyi, erdemin, onurun dokunuşuyla değer kazanır. 'İyi, kötü olabilir' diyen Seneca bununla şunu kasteder: İyi, kötüye dönüşebilir. Çünkü bir görev ya da mevki, erdemsizce yapılırsa kötü sonuçlara yol açabilir. Örneğin, bir yargıç adaletsiz hüküm verirse, yaptığı iş kötü olur. 'Onurlu, kötü olabilir mi?' sorusuna cevabı da şöyledir: Onurlu olan, hiçbir zaman kötü olamaz. Çünkü onurlu olan, erdemin kendisidir; dolayısıyla daima iyidir. Böylece Seneca, iyi ve onurlu ayrımını yaparak Stoacı düşüncenin özünü savunur görünmektedir. Gerçek iyi sadece erdemle mümkün iken onurlu olan ise hem iyi'dir hem de istenmeye değer tek şeydir. Yani, 'İyi; potansiyel olarak değerli ama ancak erdemle değerli olurken, onurlu; koşulsuz, mutlak, değişmez şekilde iyidir'.

Seneca "İyi, doğaya uygun olan şeydir" tanımının da tek başına kabul edilir olmayacağı kanaatindedir. O, Stoacıların 'iyi' kavramını yalnızca 'doğaya uygunluk' ile tanımlamanın yetersiz olduğunu ortaya koymaya çalışır, bu tanımı fazla genel bulmaktadır. Çünkü evet, iyi olan şey doğaya uygundur, bu doğru ama her doğaya uygun şey iyi midir? Hayır değildir. Seneca'nın vurgusu şu noktada toplanır diyebiliriz: İyi olan her şey doğaya uygundur ama doğaya uygun olan her şey iyi değildir. Bu konudaki söylemi şudur: "Birçok şey doğayla bağdaşır ama öylesine küçümen şeylerdir ki, onlara iyi adı verilemez. Çünkü hafif, hor görülecek şeylerdir. İyi olan ise küçük, hor görülecek bir şey değildir. Gerçekten de küçük bir şey olduğu sürece bir iyi değildir, iyi olmaya başladığında da artık küçük değildir" (Seneca,

2020: 461). İyi, nesinden tanınır? Tam olarak doğaya uygunluğundan tanınır, nitekim iyi doğaya uygundur ve bu onun özelliğidir. Lakin bazı şeylerin doğaya uygun olduğu halde iyi olmadığını söylüyoruz. Peki, bu nasıl oluyor? Örneğin: Sağlıklı olmak, yumuşak bir yatakta uyumak, tatlı yemek, güzel bir havada yürümek... Bunların hepsi doğaya uygundur ama bunlar erdemli, yüce ya da mutlak anlamda iyi değildir. Burada Seneca'nın yaptığı ayrım şudur: Gerçek iyi, doğaya uygun ve aynı zamanda büyük, yüce, erdemli olandır. Diğer doğaya uygun şeyler ise küçük, hor görülebilir ya da geçici şeylerdir; bu yüzden gerçek iyiler arasında sayılmazlar. Çünkü iyi, başlı başına büyük bir şeydir, hor görülmez. Seneca "İyi, başlı başına büyüklüğünden tanınacaktır" demektedir (Seneca, 2020: 461). Ayrıca "Bir şey doğaya uygundu, büyüklüğü bunu başka niteliğe geçirdi ve iyi denen şey oldu" der (Seneca, 2020: 462-463). Seneca'nın bu söylediklerini şöyle yorumlayabiliriz: İyi, yalnızca doğaya uygun olmasıyla değil, aynı zamanda yüceliği, ahlaki büyüklüğü, derinliği ile de tanınacaktır. Yani onun sadece fiziksel ya da doğaya uygun olması yetmez. Bir eylem ya da şey, erdemli olduğu ölçüde iyidir. Sonuç olarak Seneca'nın savunusu şudur: Gerçek iyi olan şey, yalnızca doğaya uygun olmakla yetinmez; aynı zamanda ahlaki büyüklük taşımalıdır, yani erdemli olmalıdır. İyilik, erdemle bütünleştiğinde, yani bir eylem ahlaki yücelik taşıdığında 'iyi' adını hak edebilir.

"Bir tek iyi vardır ki o da mutlu yaşamın nedeni ve temel koşuludur: Kendine güvenmek" (Seneca, 2020: 124). 'Kendine güvenmek', burada sadece öz güven değil, akla ve erdeme dayalı bir içsel sağlamlık anlamına gelir. Bu sağlamlık, değişen dış koşullardan etkilenmez. Dışsal uğraşlar ve çaba ahlaki açıdan ne iyi ne de kötüdür. "Bir işin kimi zaman iyi, kimi zaman kötü, kimi zaman hafif, dayanılabilir, kimi zaman da korkunç olması olası değildir" (Seneca, 2020: 124). Çalışmak, iş bir iyi değildir. Çalışmanın kendisi değil, onun aşırı önemsenmemesi, yani ona gerektiğinden fazla değer verilmemesi, asıl erdemli tavırdır. Çünkü dışsal işler gelip geçicidir, insana bağımlı olmayan şeylerdir. Bunlara değer atfetmek insanı bağımlı ve mutsuz kılar. Eğer bir kişi çabasını şerefli şeylere, yani bilgelik, erdem, akıl gibi Stoacı değerlere yöneltiyorsa, o çaba yücedir, değerlidir. Bilgelik yolunda ilerleyen kişi kolayca yol almamaktadır; yavaşlar, zorlanır, bazen tökezler… ama yine de yürümeye devam eder. Bu da onun yüceliğini gösterir. Seneca, böyle insanlara "hayranlık" duyduğunu ifade eder. Şöyle seslenir onlara: "Aferin! Davran haydi!' Derin bir soluk al! Elinden gelirse şu zirveyi bir solukta aş git!" (Seneca, 2020: 124). Bu çağrı, hem bir cesaretlendirme hem de erdemin en yüksek

biçiminin ulaşılabilirliğine dair bir hatırlatma gibidir ve aynı zamanda bir yaşama çağrısıdır. Çünkü iyi bir yaşam, kolaylıkla değil; erdemle, kararlılıkla ve akla uygunluk gibi sağlam temeller üzerinde yükselir. Seneca bunu gerçek iyi'nin ne olduğu üzerinden açıklarken bizi güçlü bir içsel yönelişe de çağırır:

> Gerçek iyi'yi bütün ruhunla istemekte bir tehlike yoktur. "Peki, nedir bu geçek?" diye soruyorsun. "Ya da nereden doğmuştur?" Anlatayım bak: Gerçek; iyi, rahat bir vicdandan, şerefli niyetlerden, doğru davranışlardan, kapkaççılıktan nefret etmekten, bir tek yolda yürüyüp giden bir hayatın sakin ve sürekli tekdüzeliğinden doğar. Çünkü bir niyetten ötekine atlayan ya da atlamaktan geçtim, rastlantıyla birinden ötekine düşenler, kararsız, havada sallanıp durdukları için nasıl kalıcı, belirgin bir şey yaratabilirler ki? Kendilerini ve işlerini düşüne düşüne düzene koyanların sayısı pek azdır. Geri kalanlarsa yürümezler, ırmaklarda yüzen nesneler gibi sürüklenir dururlar. Bunlardan kimisi yavaş yavaş akan suya kapılır, su usulca iter onları, kimisini de hızla akan sular sürükler, kimisini kıyıya yakın sular gitgide kesilen hızlarıyla bırakıverir kıyıya, kimisini burgaçlarında çevirerek açık denize atar. O halde, ne istediğimize karar verelim ve onda karar kılalım. (Seneca, 2020: 99-100)

Bu minvalde çabanın da önemli olduğunu görmekteyiz. Ancak rastgele çabanın değersiz ama erdeme yönelik çabanın yüce bir çaba olduğunu da söyleyebiliriz. Bu çabayı veren kişiye düşen şey, sabır, süreklilik ve kararlılıktır. Bu çabayı göstermek her zaman kolay olmayacaktır, hatta zaman zaman başarısızlık da olacaktır ama yine de ilerlemeye devam etmek gerekir. Bu kararlılık gerçek gücün ve erdemin göstergesidir. Bilgelik yolunda yürüyen kişi bir tanrı değil, insandır; yorulur, durur, bazen düşer. Ama önemli olan, bu zorluklara rağmen o yolda kalmaya devam etmektir. Modern toplumda "çalışkanlık", "üretkenlik", "başarı" yüceltildiği için, insanlar çoğu zaman iyi yaşamı dışsal ölçütlere göre tanımlar: Daha çok çalışırsam, daha iyi yaşarım. Ama Seneca, bunun tersini söyler: İyi yaşam, daha çok çalışmakla ilgili değil, nasıl bir ruhla yaşandığıyla ilgilidir. Eylemlerini küçümse demiyor ama onlara ruhunun merkeziymiş gibi sarılma diyor. Gerçek güç, dışsal şeylere tutunmamakta, onları gereğinden fazla ciddiye almamakta yatıyor. Ayrıca, çabaya değer veren ama ona bağımlı olmayan bir tutum öneriyor. Yani bilgelik yolundaki zahmetlere saygı duy ama bu zahmeti iyi'nin kendisi sanma. Gerçek iyi, dışsal koşullara değil, kişinin içsel durumuna, özellikle de ruh dinginliğine, bilgeliğe ve kendine yeterliliğe dayanır.

"İyi nedir o halde? Hakikatin bilgisidir. Kötü nedir? Hakikati bilmemek" (Seneca, 2020: 125). Seneca'nın 'iyi' anlayışı doğrudan hakikatin bilgisine sahip olmakla özdeşleşir. Hakikate uygun yaşamak, doğru bilgiyle davranmak, ruhun kendine yeterliliğini ve sağlamlığını kazanmak. Bu doğrultuda gerçek iyi, Stoacı anlamda erdemdir ki bu da bilgi ile mümkündür.

İyi olan, hakikati (gerçeği) bilen kişidir. Kötü olan, hakikatten (doğru akıl yürütmeden, doğaya uygun yaşamaktan) uzak olandır. Buradaki "hakikat bilgisi", yalnızca entelektüel bilgi değil, erdemli yaşam bilgisidir. Nasıl yaşanması, neyin istenmesi, neye karşı kayıtsız olunası bilgisini edinmek, iyi olmanın ta kendisidir. Bilgeliğe ulaşan kişi, neyin değerli olduğunu bilecektir. Gelişigüzel her bilgiyi kabul etmeyecektir, seçim yapacaktır. "Filozofla sanatçı yerine göre kimi bilgileri fırlatır atar, kimilerini seçer alır. Ama attıklarından korkmaz, seçtiklerine hayran olup kalmaz; yeter ki ulu yenilmez bir ruhu olsun. Senin yerlere serilmene, ezilmene karşıyım. Çabayı geri çevirmemen yetmez, iste o çabayı" (Seneca, 2020: 125). Görüldüğü gibi sanatçı da filozof gibi, hakikate hizmet etmeyen veya gereksiz bilgileri "atar", değerli olanı alır. Gerçek bilge, ne elindekine bağımlıdır ne de kaybettiklerinden korkar. Bilgiyi bile yücelten şey, ruhun kudretidir. Yalnızca çabayı sergilemek yetmez; onu isteyerek, bilinçli şekilde karşılamak gerekir.

Öte yandan gerçek iyi insan, nadirdir. Seneca bu nadirliği bir efsane figürle, Anka kuşuyla karşılaştırır. Erdemli ve gerçekten iyi insanın tıpkı bu kuş gibi, belki de beş yüz yılda bir dünyaya geldiğini söyler. Böyle biri gerçekten çok enderdir. Kaldı ki doğada olağanüstü ve büyük şeyler sık olmaz. Nadirlik, değeri gösterir. Bu nedenle, gerçek iyi insanların az olması doğaldır ve bu azlık onların değerini azaltmaz aksine arttırır (Seneca, 2020: 146). "Kader orta halli, orta malı olmak için doğanları sık sık üretir; ama nadir yaratılışıyla da, en iyi olanın değerini belirtir" (Seneca, 2020: 146). Denilebilir ki doğa ya da kader, sıradan insanları çokça üretir çünkü onlar sıradan amaçlar ve hayatlar içindir. Ama "en iyi olan" yani bilge ve erdemli insan yalnızca kendisi için değil, başkalarına örnek ve rehber olmak için, "büyük bir amaç" için yaratılmıştır. Bu da onun nadirliğini açıklayan bir nedendir. Böylece nadirlik, ahlaki bir kıymet ölçüsüdür de. Sonuç olarak Seneca burada hem insani bir umutsuzluk hem de metafizik bir umut sunuyor gibidir. Bir yandan gerçek iyi insanın nadir oluşu bir yandan da bu insanın varlığına dair koşulsuz bir inanç duymaktadır. Bu, günümüzde de tanıdık bir histir, yani gerçek anlamda erdemli insanlar az olduğunu bilmekle birlikte onların varlığını düşünmek bile insanı yüreklendirir. Dolayısıyla Seneca'nın amacı burada umut kırmak değildir, belki de hedefi yükseltmektir. Bu olasılığın mümkün olduğunu göstermektedir.

2.3.4. İyi'nin İstenebilirliği Problemi

Seneca, 'Her iyi istenebilir mi?' sorusuna yanıt verirken ilk olarak işkenceye cesaretle katlanmak, dağlanmaya büyük yürekle dayanmak, hastalıklara da sabırla katlanmak üzerinden açıklama getirir. Ona göre, iyi olan her şey istenebilir değildir. Çünkü bazı iyiler, ancak belirli bir koşul altında anlam kazanır. Örneğin işkenceye direnmek bir erdemdir ancak hiç kimse işkenceye uğramayı istemez. Cesaretle acıya katlanmak iyidir ancak kimse acıyı sırf cesaret göstermek için istemez. Hastalığa sabırla dayanmak iyidir fakat kimse hasta olmayı dilemez. İşkence, acı ve hastalık karşısında sergilenen erdemli tutumlar birer iyi'dir ama bunların doğrudan istenecek şeyler olmadığı açıktır (Seneca, 2020: 233). İnsan için doğru olan bu tür kaçınılmaz durumlarla karşılaştığında erdemli bir şekilde hareket etmeyi dilemektir. Dolayısıyla Seneca, iyiyi yalnızca sonucu itibarıyla değerlendirmemiz gerektiğini ancak onun ortaya çıkış biçimini doğrudan istememiz gerektiğini savunur. Yani erdemli bir duruş sergilemek iyi olsa da bu erdemi ortaya çıkarmak için zorlukları özellikle istemek anlamsızdır. Bu konuda şunu söyler:

> İşkence gereçlerinin benden uzak olmasını dilerim; ama onlara katlanmak zorunda kalırsam, işkence altındayken onlara yiğitçe, onurla, yüreklilikle katlanmayı dileyeceğim. Savaşın patlamasını neden yeğ tutayım? Ama patlarsa, yaralara, açlığa, savaşın getireceği bütün zorluklara soyluca karşı koymayı isteyeceğim. Hasta olmaya can atacak kadar deli değilim, ama ister istemez hasta olunca da metanetimi yitirmemeyi, erkekçe davranmayı dileyeceğim. (Seneca, 2020: 233-234)

Görüldüğü üzere savaş, hastalık, açlık gibi olumsuz olaylar, insanın bilinçli olarak tercih edeceği şeyler değildir. Ancak bu tür kaçınılmaz felaketler yaşandığında kişi bunlara metanetle ve soylu bir duruşla karşı koymalıdır. Burada önemli olan nokta, felaketlerin kendilerinin iyi olmadığı fakat onlara karşı gösterilen tutumun iyi olabileceği düşüncesidir. Çünkü "Böyle sıkıntılar istenecek şeyler değildir aslında, öyle ama felaketlere katlamaya yardım eden erdem istenecek bir şeydir" (Seneca, 2020: 234). Eğer biri, sırf erdemli bir duruş sergileyebilmek için bilinçli olarak acı verici durumları arzu ederse, bu yanlış bir yaklaşım olur. Çünkü Stoacılar'da da olduğu gibi Seneca'ya göre de amaç, acıyı yüceltmek değil, kaçınılmaz olan acılar karşısında doğru tutumu gösterebilmektir. Bu bakış açısı ile '*her iyi istenmeli midir?'* sorusuna 'iyi olan şey istenmelidir, ama acılar ve felaketler iyi değildir, dolayısıyla istenmezler; ancak onlara erdemle katlanabilme gücü istenir' şeklinde cevap verebiliriz.

Seneca, ‘her iyi istenebilir mi?’ sorusuna kendi bakış açısı ile cevap verirken Stoacı düşünce içinde bu konuda farklı yorumlar olduğunu da belirtir. Bazı Stoacılar, ideal iyinin huzurlu, acılardan uzak bir durum olduğunu ve bu nedenle acılara cesaretle dayanmanın istenilmesi gereken bir şey olmadığını savunurken Seneca bu görüşe şu şekilde karşı çıkar. “Önce iyi bir şeyin istenecek bir şey olmaması olası değildir, sonra erdem istenecek bir şeyse, erdemsiz hiçbir iyi olamaz; her iyi, istenesi bir şeydir o halde” (Seneca, 2020: 234). Yani erdem istenecek bir şeydir ve erdem olmadan hiçbir şey gerçekten iyi olamaz. Seneca burada yine cesaret erdemini ele alarak işkencelere ve zorluklara katlanmanın istenebilir olup olmadığını sorgular. İşkencenin kendisi istenmesi gereken bir şey değildir çünkü acı, doğrudan bir “iyi” değildir. Ancak acıya cesaretle ve onurla katlanmak, erdemin bir ifadesidir ve bu nedenle istenebilir bir şeydir. Dışsal bir olay (örneğin işkence veya savaş) kendi başına istenecek bir şey değildir fakat bu olaylara karşı sergilenen erdemli duruş istenecek bir şeydir çünkü erdemin kendisi mutlak bir iyidir. Seneca’nın vurguladığı cesaretin doğası gereği tehlikeye meydan okuma, zorluklar karşısında yılmama ve onlara direnme gücü taşıması önemli bir noktadır. Eğer cesaret erdemi istenecek bir şeyse, o halde bu erdemin içkin olduğu durumlar da istenebilir olmalıdır. Ancak burada Seneca ince bir ayrım yapar: İşkence ve zorluklar kendileri için istenmez, onlara katlanmakta istenmez fakat bunlara erdemli bir şekilde katlanmak, istenmesi gereken bir şeydir (Seneca, 2020: 234). Seneca’nın bu düşüncesi, modern insan için de önemli bir ders içerir. Günlük hayatta birçok insan, gelişim ve olgunlaşma için zorlukların gerekli olduğunu kabul eder ancak hiç kimse bilinçli olarak sıkıntılarla karşılaşmayı arzulamaz. Zorluklar ve acılar kaçınılmaz olduğunda onlara erdemle karşılık vermek gerekir ancak bunları baştan talep etmek irrasyonel olur. Bu bağlamda Seneca'nın mesajı nettir: İyiyi yalnızca onun zorlukla bağlantılı olan yönüne odaklanarak istemek mantıklı değildir. Hayatta zorluklarla karşılaşmamayı değil, bu zorluklarla yüzleştiğimizde onları onurlu bir şekilde aşabilmeyi istemek daha doğrudur. Gerçek iyi, insanın dışsal olaylara karşı nasıl bir tavır takındığında saklıdır. Dışsal olaylara verilen erdemli tepki istenmesi gerekendir.

İnsan her iyiyi doğrudan mı ister, yoksa bazı iyiler başka şeyleri de beraberinde getirdiği için mi istenir? Seneca, bazen bir şeyi istemenin, onunla birlikte kaçınılmaz olarak gelen diğer şeyleri de istemek anlamına geldiği düşüncesindedir. Sorun, istenen şeyin doğrudan mı yoksa dolaylı olarak mı talep edildiğidir. Bir insanın, doğrudan dilemediği ama birbiriyle bağlantılı olarak kaçınılmaz şekilde ortaya çıkan sonuçları da aslında istemiş sayılacağını öne sürer.

Mesela bir kimse işkenceyi veya sürgünü doğrudan istemez, yani insanlar genellikle bu tür zorlukları doğrudan dileklerine dâhil etmez. Ancak bir kimse şerefli bir hayat yaşamak istiyorum derse, farkında olmadan bunun sonuçları arasında olan sürgün, işkence hatta ölüm gibi zorlukları da istemiş olur, yani bu şerefin gerektirdiği bedelleri, kaçınılmaz olan bu sonuçları kabul etmiş olur (Seneca, 2020: 234). O halde, bir şeyi istemek yalnızca onun yüzeyde görünen yönünü istemekle sınırlı değildir; onunla birlikte gelen kaçınılmaz sonuçları da istemeyi içerir. Örneğin, şerefli bir yaşam idealini benimseyen biri, tarih boyunca bu değere sahip çıkmış kişilerin yaşadığı zorlukları da göze almalıdır. Seneca bu konuda birçok örnek verir ve verdiği örnekler, Stoacı erdem anlayışının farklı tezahürleridir: Regulus'un zindanı, sadakatin ve fedakârlığın bir sonucu olarak yaşadığı esareti temsil eder. Cato'nun kendi eliyle ölümü, özgürlüğünü ve ilkelerini kaybetmemek için göze aldığı bedeli gösterir. Rutilius'un sürgünü, adalet ve dürüstlüğe olan bağlılığın getirdiği bir sonuçtur. Sokrates'in zehir içerek ölümü, felsefi doğrulara sadık kalmanın ve ruhsal özgürlüğü bedene tercih etmenin bir örneğidir (Seneca, 2020: 234). Bütün bu olaylar, şerefli ve erdemli bir yaşam sürenlerin karşılaştığı zorlukları gözler önüne serer. Eğer bir insan şerefli bir hayatı arzuluyorsa, bununla birlikte ona eşlik eden bu zorlukları da dolaylı olarak istemiş olur. Bazı iyiler (örneğin, cesaret veya bilgelik) doğrudan istenirken, bazı iyiler (örneğin, işkenceye dayanma gücü veya sürgüne katlanma) daha yüksek bir iyinin parçası olduğu için dolaylı olarak kabul edilir. Seneca'ya göre erdem doğrudan istenmesi gereken bir iyidir. Cesaret, adalet, bilgelik gibi erdemler, insanın doğasına uygun olduğu için doğrudan arzulanmalıdır. Ancak bu erdemlere sahip olmak bazen zor koşullara katlanmayı gerektirir. İnsan, doğrudan zorlukları istemez fakat erdemi seçtiğinde bu zorluklara da bilinçli şekilde katlanır. Hatırlanacağı üzere zorluklar ve acılar kendi başlarına istenmesi gereken şeyler değildir. Ancak erdemin bir sonucu olarak geliyorlarsa, dolaylı olarak istenebilirler. O halde 'her iyi istenebilir mi?' sorusunun yanıtının, iyinin doğası gereği bazen istenmeyen sonuçları da içerebileceği gerçeğiyle bağlantılı olduğunu söyleyebiliriz. Seneca'nın bu düşüncesi, bugün de büyük bir anlam taşımaktadır.

Günümüzde birçok insan genellikle başarı, erdem ve mutluluğun yaşamlarına tezahür etmesini ister ama bunların beraberinde getirdiği bedelleri de göze almak istemez. Örneğin, bilgili veya bilge bir insan olmak isteyen biri, bunun için emek vermek, zaman harcamak, belki de toplumsal baskılarla yüzleşmek zorundadır. Aynı şekilde, gerçekten özgür olmak isteyen biri, bu özgürlüğü savunmanın getirebileceği yalnızlık ve sorumlulukları da kabullenmelidir.

Seneca, her iyi'nin istenebilir olup olmadığı sorusuna cevaben, aslında iyi'nin tek başına bir "öğe" gibi düşünülemeyeceğini, onun bir bağlam içinde var olduğunu da bize göstermektedir. Eğer bir insan erdemli bir hayat istiyorsa, bu hayatın içerdiği zorlukları da göze almalıdır. Dolayısıyla, her iyi istenebilir mi sorusuna şöyle bir açıklama da getirebiliriz: Bir iyi, kendisiyle birlikte gelen kaçınılmaz sonuçlarla birlikte ele alındığında istenebilir ya da istenmeyebilir. Ancak erdemi isteyen biri, onunla birlikte gelen zorlukları da baştan kabul etmelidir.

Seneca, iyi olanın istenebilir olup olmadığı meselesini kahramanlık ve fedakârlık bağlamında da tartışır. Aeneas'ın *Aeneis* destanından yaptığı "Ey yakınlarımın gözleri önünde, Troia'nın yüce surları altında toprağa düşmüş yiğitler! Dört defa beş defa daha mutlusunuz siz benden" alıntısı, onun savaşta ölenlerin kendisinden daha mutlu olduğunu düşündüğünü gösterir (Seneca, 2020: 234). Ancak bu ifade, böyle bir ölümün gerçekten istenebilir olup olmadığı konusunda bir belirsizlik barındırmaktadır. Çünkü bir şeyi dilemek ile onun gerçekten istenebilir bir şey olduğunu kabul etmek arasında fark vardır. Seneca Decius ailesinin kahramanca fedakârlıklarını anlatır. Baba ve oğul Deciuslar, savaşta bilinçli bir şekilde ölüme yürüyerek kendilerini feda etmişlerdir. "Decius yaşamını devlete adadı ve ölümü arayarak atını düşmanların ortasına doludizgin sürdü." Oğul Decius bunu yaşarken "Yüreğinde, fedakârlığının hayırlı olması endişesi vardı sadece; böyle güzel bir ölümün dilenecek bir şey olduğuna inanıyordu içinden" (Seneca, 2020: 235). Burada kritik soru şudur: Decius'un ölümü kendisi için mi iyidir, yoksa toplum için mi? Kanaatimizce Decius kendisini feda ederek erdemli bir eylem gerçekleştirdiğine inanır ve bunu yüksek bir iyilik olarak görür. Ancak burada şu ayrım yapılmalıdır: Ölümün kendisi mi istenebilir, yoksa erdemli bir şekilde ölmek mi? Ölümün kendisi, doğası gereği istenmesi gereken bir şey değildir; zira insan için ölüm kaçınılmaz bir sondur. Ancak erdemli bir ölüm, yani onurlu bir şekilde ölmek, istenebilir bir değere sahiptir. Decius'un ölümü, kendi başına iyi olarak değerlendirilmez; onun amacı devletin selameti için kendisini cesurca feda etmektir. Bu fedakârlık ise bir erdem olduğu için istenebilir hale gelir. Nitekim Seneca da bu bağlamda "Anılması gereken ve erdem örneği sayılacak bir ölümün çok iyi bir şey olduğundan hâlâ daha kuşkun var mı?" diyerek, bu tür bir ölümü sıradan bir ölüm değil, erdemle taçlanmış bir iyi olarak görür (Seneca, 2020: 235). Stoacı bakış açısıyla erdem, her koşulda istenebilir bir şeydir; bu yüzden cesurca bir ölümü seçmek, acıya katlanmak veya fedakârlık yapmak, bunların içerdiği erdem sebebiyle istenebilir hale gelir.

Seneca, insanların genellikle iyi olarak sadece zevk veren, rahatlık sağlayan ve kutlanan şeyleri gördüğüne dikkat çeker. Oysa bazı iyilikler dışarıdan bakıldığında acı verici, zorlu ve hatta trajik olabilir. Bu tür iyilikler, geniş halk kitleleri tarafından coşkuyla karşılanıp alkışlanmaz; aksine, saygıyla ve hayranlıkla anılırlar. Seneca'nın Regulus örneğini vermesi de bununla ilgilidir: Regulus, Kartacalıların eline düşmüş bir Romalı komutandır ve Roma'ya dönme şansı varken, verdiği sözden dönmeyerek düşmanlarına teslim olmayı kabul etmiştir (Seneca, 2020: 235). Bu zahmetli ve trajik bir son olsa da, bir erdem örneğidir. Regulus'un hareketi, kişisel acı içerse de erdemlidir ve bu yüzden gerçekten istenebilir bir şeydir. Seneca burada şunu söylemektedir: Bazı iyilikler acı verici olabilir ancak bu onların istenmeyecek şeyler olduğu anlamına gelmez. Eğer bir şey gerçekten erdemliyse, bu onun istenmesi için yeterlidir. Regulus'un durumu da bunun örneğidir. Regulus, zorlu ve acı verici bir sonu bilinçli bir şekilde tercih etmiştir çünkü verdiği sözden dönmemek yani, erdemli olmak daha büyük bir değer taşımaktadır. Yani, dışarıdan kötü gibi görünen bir şey, aslında iyi olabilir ve bu yüzden istenebilir. Regulus'un yaptığı gibi, kişisel olarak acı verici olsa da şerefli bir yaşamı sürdürmek için bazı fedakârlıklara razı olunabilir. Böylece Seneca, 'iyi'nin sadece mutluluk ve zevkle sınırlı olmadığını, bazen zorluklar ve fedakârlıklar gerektirdiğini ortaya koymaktadır. Gerçekten iyi olan şeyler, bazen rahatsız edici olabilir. Ama bu, onların istenmeyecek şeyler olduğu anlamına gelmez; aksine, onlar istenmesi gereken şeylerdir çünkü insanı erdeme ulaştırırlar. Nitekim gerçek iyilik, çoğu zaman zorluklarla yüzleşmeyi ve gerektiğinde acı çekmeyi de gerektirir. Mesela, adalet uğruna mücadele eden bir insan, çeşitli bedeller ödeyebilir ancak bu, onun hareketini daha az iyi yapmaz.

Seneca'nın felsefesinden alınacak önemli derslerden biri, iyiyi seçerken kısa vadeli hazlara ve yüzeysel mutluluklara değil, uzun vadeli erdemlere ve akla uygun yaşamaya odaklanmaktır. Bir diğeri erdemin bedel ödemeye değer bir ideal olduğudur. Seneca, Cato'nun kendini yaralayarak onurlu bir ölüm seçmesini ve Demetrius'un 'ölü deniz'[8] benzetmesinden bahsederken erdemin yalnızca kolay ve haz dolu bir yaşamla değil, zorluklarla sınanan bir duruşla da ölçüldüğünü vurgular (Seneca, 2020:236).

[8] Demetrius sakin ve kaderin hiçbir tokadını yememiş bir yaşam için "ölü deniz" derdi. Seni iğneleyerek uyandıracak hiçbir şeyin olmaması, ruhunun sağlamlığını deneyebileceğin hiçbir uyarının, hiçbir aksaklığın olmaması, hiç hırpalanmadan huzur içinde yatman sakin bir yaşam sürmek değil, düpedüz uyuşukluktur! (Seneca, 2020: 236).

> Stoacı Attalus der ki: "Kader beni zevkler içinde tutacağına, ordugâhında tutsun daha iyi! İşkence içinde olurum ama cesaretimi yitirmeden. Ne güzel!" Epikurros'a kulak ver, o da, "Ne tatlı!" diyecektir. Ben bu kadar şerefli ve ciddi bir işi hiçbir zaman "gevşek" diye niteleyemem! Yanarım ama yenilmeden! Hem bu, neden istenecek bir şey olmasın? Ateş beni yaktı diye değil, ateşe yenilmediğim için istenecek bir şeydir! Erdemden daha üstün, daha güzel bir şey yoktur: onun iradesiyle yapılan her şey de iyi arzu edilir bir şeydir. (Seneca, 2020: 236)

Gerçek erdem, acıdan kaçmakla değil, acıya rağmen erdemli kalabilmekle kendini gösterir. Hiçbir zorlukla karşılaşmayan yaşam, içi boş, ruhu uyuşmuş bir yaşantıdır. Ruhun sağlamlığı sarsıntılarla test edilebilir. Dolaysıyla sükûnet değil, sınav insanı şekillendirir. Seneca'nın yaşam felsefesinde sadece huzurlu ve keyifli anların değil, acının ve kaybın da eğitici gücü bulunmaktadır (Seneca, 2020: 236). Sonuç olarak Seneca'nın Stoacı etiği yaşamın bizzat kendisiyle sınanmış bir disiplin olarak karşımıza çıkar. Erdem, sadece bir yaşam tarzı olarak değil, gösterilen mücadelenin bir ödülü ve insanın en yüksek değerlerinden biridir.

2.3.5. İyi'nin İnsan Yaşamında Belirişi: Erdemli Yaşam

İnsan doğasının bedensel ve akılsal olmak üzere iki yönüne işaret eden Seneca nazarında erdem, bedensel güdülerde değil, insanın akıl yetisinde bulunmaktadır. Bedenin iyi'leri bedensel ölçütlere göre iyidir. Bedenin iyi'leri yalnızca birer değer taşır, fakat manevi bakımdan değerli değildirler. Bu yüzden de bedensel iyi'ler 'gerçek iyi' ya da 'tam iyi' sayılmazlar. Gerçek iyi, akla ve erdeme uygun olan şeydir. Dolayısıyla bedensel iyi'ler ile erdemden kaynaklanan manevi iyi'ler arasında büyük bir fark vardır. Bedenin iyileri arasında göreli farklılıklar olabilir bazıları daha çok bazıları daha az arzu edilirdir. Ama bu farklılıklar sadece görecelidirler ve dışsal bir ölçüye dayanırlar. Oysa erdemin ortaya koyduğu gerçek iyilikte bu türden bir büyüklük küçüklük yoktur, çünkü her erdemli eylem aynı derecede değerlidir. Hatta Seneca şöyle der: "Bize göre tek bir iyi vardır, o da erdemdir. Erdem kötü insana vasıl olamaz, çünkü onun ruhuna işlediğinde o kişi artık kötü olma niteliğini kaybedecektir. Kötü olduğu müddetçe de kimse ona iyilik gösteremez, zira kötü ve iyi, birbiriyle uyuşmazalar ve aynı ruhta biraraya gelmezler. Bundan dolayı kötü insana kimsenin faydası dokunama, çünkü ona ulaşmaya çalışan iyi ne varsa, suiistimal eder ve çürütür" (Seneca, *Benef*. V.12.5). Erdem tek iyi'dir ve o olmadan hiçbir iyi'den de bahsedemeyiz. İnsan davranışları, içsel itkilerle yönlenir. Bu itkiler, ancak doğru bir bilgiye dayanıyorsa erdemli olur, nitekim aklın rehberliğiyle oluşan eylemler değerlidir. Erdem, zihinsel eylemlerin pusulası olduğu gibi sadece bir tutum ya da alışkanlık değil, sarsılmaz bir bilgi durumudur. Erdemli insan da sadece neyin iyi olduğunu

bilmez; bunu kesin, değişmez bir şekilde bilir ve bu bilgiye göre yaşar. Bir erdemli eylem ise sonucu ne olursa olsun iyidir ve diğer erdemli eylemlerle aynı değere sahiptir. Çünkü iyilik, sonuçtan değil, erdemin kendisinden kaynaklanmıştır. Bu nedenle tüm iyiler eşittir çünkü hepsi aynı kaynağa, yani akla uygunluğa ve erdeme dayanmaktadır (Seneca, 2020: 255). Bu noktada Seneca, erdemin yalnızca kendi başına iyi olmakla kalmadığını, ondan türeyen her şeyin de bu iyiliğin birer yansıması olduğunu şöyle vurgular:

> Erdemden çıkan, ondan kaynaklanan şeylere de "iyi" diyoruz biz, yani onun bütün eserlerine: Erdem şu nedenden ötürü tek iyi'dir: Hiçbir iyi erdemsiz var olamaz. Eğer her iyi ruhta bulunuyorsa, ruhu güçlendiren, yücelten, genişleten her şey iyi'dir. Ruhu daha güçlü, daha yüce, daha kapsamlı yapan erdemdir. İhtiraslarımızı körükleyen ondan başka her şey, ruhumuzu da çökertir, göçürür; onu yüceltir gibi görünürken şişirir, birçok hayallerle oyalar. O halde ruhu iyi kılan tek iyi'dir bu. (Seneca, 2020: 271)

Denilebilir ki erdem, ruhun gücünü ve yüceliğini artıran, onu iyi yapan temel ilkedir. Bu çerçevede Seneca başkalarının beğenisini kazanan 'sahte iyiler' ya da 'görünüşte iyi'lerle 'gerçekten iyi' olanın yani, erdemin ayrımını çok açık bir şekilde yapar. Para, *praetexta* giysisi (Roma'da soyluların giydiği mor şeritli toga), ün, köle sahipliği, fiziksel güzellik ve güç gibi toplumsal anlamda değerli görülen her şeyi sıralar. Bunlar halkın, toplumun 'iyi' saydığı şeylerdir. Ancak Seneca bunların ne mutluluğu sağladığını ne de insanı tanrılara yaklaştırdığını açıkça belirtir. Çünkü bunlar dışsaldır, gelip geçicidir ve ruhu yüceltmezler. Gerçek iyi, "dürüst, iyi, büyük bir ruh"tur. Böyle bir ruh, insan bedeninde yaşayan bir tanrı gibidir. Ve bu ruhun ortaya çıkışı, altınla, gümüşle değil; erdemle, içsel niteliklerle, karakterle mümkündür. Bu ruh hem bir Roma atlısında (soylu) hem de bir kölede bulunabilir. Yani sosyal statü ya da servet değil, karakter önemlidir (Seneca, 2020: 126). Bu çerçevede denilebilir ki insanı tanrılara yaklaştıran dış görünüşü ya da malı mülkü değil, ruhunun büyüklüğüdür.

Erdemli bir yaşamın özünü ve insanın tanrısal düzeye yaklaşma yolundaki çabasına daha detaylı bakıldığında Seneca, gerçek erdemin sadece basit bir içsel iyi niyetten ibaret olmadığını, bunun için dayanıklılık, tutarlılık ve azim gerektiği belirtir. Ayrıca, insanın kendi doğasında bulunan potansiyel gücün, onu tanrısal bir düzeye yükselteceğini ifade eder. Amacını kaybetmiş ya da değersiz nedenlerle yapılan çalışmalara karşı bir eleştiri getiren Seneca, erdemin gerektirdiği dayanıklılığın önemini vurgular. Erdemli bir yaşamın gerektirdiği çaba, dışarıdan bakıldığında zor ve zahmetli gibi görünebilir ancak bu çaba aslında ruhun dayanıklılığını pekiştiren bir güçtür. Bu tür bir çaba, insanın zorluklar karşısında cesur ve

dirençli olmasını sağlar. Seneca, erdemli bir insanın ne olursa olsun doğru olanı yapma kararlılığını savunmaktadır. Gerçek erdem, sadece iyi niyetle değil, aynı zamanda değişmeyen, tutarlı bir yaşamla mümkün olabilir. Bilgi ve akıl vurgusu yaparken erdemli bir yaşamın yolu, bilim, insanlık ve tanrıların bilgisiyle şekillenir. Bu bilgiyi kazanmak, gerçek yüceliğe ulaşmanın temel adımlarındandır (Seneca, 2020: 125-126). Bu doğrultuda Seneca şöyle der:

> Erdemin tam olması için ona değişmezlik, her şeyde kendi kendisiyle uyumlu bir yaşam tutarlılığı da eklemeli; bu amaççа bilim, insan ve Tanrı konularındaki bilginin yardımı olmadan erişilemez. En büyük iyi'dir bu. Bunu elde edersen, tanrıların yakarıcısı değil, arkadaşı olursun. "Peki, nasıl ulaşılır bu yüce yere?" diyorsun... bu yol için doğa seni donatmıştır. Eğer elinden bırakmazsan, seni tanrılara, en yüceliğe eriştirecektir bunlar. (Seneca, 2020: 125-126)

Görüldüğü üzere Seneca, erdemli bir insanın ruhsal düzeyinin ne kadar yüksek olduğunu ve tanrılarla olan ilişkisini nasıl dönüştürdüğünü anlatıyor. Erdemli kişi, artık yalnızca dua eden değil, tanrılarla yakın bir konumda olabilen bir varlığa dönüşür. Sonuç olarak, Seneca, insanın tanrısal düzeye ulaşabilmesi için doğanın ona zaten gerekli donanımı verdiğini söylüyor. Bu donanım, insanın doğasında var olan potansiyel gücü ifade eder ve sadece onu kullanmak gerekir. Böylece insan, ruhunun içinde taşıdığı tanrısal kıvılcımı parlatmış, potansiyelini gerçekleştirmiş olacaktır.

"Bir şeyin kötü ya da iyi olduğunu maddi koşullar değil erdem belirler: Erdem nerede görünürse görünsün, orada her şeyi aynı değerde ve aynı ölçüde kılar" (Seneca, 2020: 252-253). Başka bir deyişle bir şeyi iyi yapan, o şeyin içinde erdemin bulunup bulunmadığıdır. Erdem bir yere girdiği anda oradaki her şeyi anlamlı ve değerli hale getirir. "İşte erdem denen şey budur, şerefli olan, insanın tek iyi'si budur. İnsanı yetkinleştiren sadece akıl olduğuna göre, bir tek o tam bir mutluluk verir insana. Onu tek başına mutlu eden şey, onun tek iyi'sidir işte" (Seneca, 2020: 271). Böylece dışsal başarılar, sahip olunanlar veya başkalarının övgüsü değil; aklın erdemli kullanımı insanı mutlu eder. Dolayısıyla erdemin hem bir *ölçüt* (bir şeyin değerini belirleyen ilke) hem de bir *amaç* (ulaşılması gereken en yüksek iyi) olduğu açıktır.

Peki, insan erdeme nasıl ulaşır ya da onu nasıl kazanır? Seneca'ya göre erdem; para, mevki, saygınlık, itibar gibi kendiliğinden gelmez. Bu tür dünyevi şeyler bir kişiye dış koşullarla 'verilebilir' ya da 'gelir' ama erdem öyle değildir; gökten insanın başına düşmez. İnsan erdemi elde etmek için çaba, emek harcamalı, hatta belki uzun bir içsel mücadele de bulunmalıdır. Nitekim erdem bilgisi azıcık bir zahmet ve çabayla edinilemez. Erdem, emekle,

kararlılıkla, düşünsel bir yolculukla ve çabayla kazanılır. Erdem doğuştan verilmiş bir nitelik değildir, insanın kendi üzerine düşünmesiyle ve tutkularına karşı aklını kullanmasıyla kazanılan bir yaşam biçimidir (Seneca, 2020: 269). Bu yaşam biçiminin şekillenmesinde doğru insanlarla dostluk kurmak, iyi insanları örnek almak da etkili olacaktır. Erdemin kazanılması kolay değildir ama tek bir 'gerçek iyi' olan erdem kazanıldığında birçok iyi de bir arada elde edilmiş olacaktır. Seneca bu durumu da şöyle ifade eder: "Birçok iyi'yi bir seferde eline geçirecek oldu mu insan, onca zahmete değer doğrusu: Çünkü bir tek iyi vardır, şerefli olan tek iyi'dir bu. Başkalarının beğenisini kazanmış öteki iyi'lerde gerçek, kesin, hiçbir şey bulamazsın. Şerefli olan tek iyi'dir" (Seneca, 2020: 269). Seneca'ya göre erdem, yalnızca huzurlu ve kolay koşullarda değil, özellikle insanın sınandığı anlarda, acı ve zorluklar karşısında gösterilen tutumla da kendini ortaya koyar. Ona göre insan, en uç sınavlarda bile erdemli kalabildiğinde, tüm erdemler bir arada ve uyum içinde işlemeye başlar: Bu durumu Seneca şöyle ifade eder:

> Bir insan işkencelere cesaretle karşı koyduğu zaman, bütün erdemleri uyguluyor demektir. Aralarında belki bir erdem belirgindir, gözleri kamaştırır; katlanma gücüdür bu. Ama burada cesaret de vardır, katlanma, dayanma ve direnme güçleri bu cesaretin birer dallarıdır. Burada akıllıca sakınım vardır, bu olmadan hiçbir karar verilemez, kaçınamadığımız olaylara olanca gücümüzle katlanmayı bize salık veren odur. Yine orada, yerinden oynatılamayan, hiçbir gücün, zorbalığın vazgeçiremeyeceği kararlılık vardır, orada erdemlerin ayrılmaz anlaşması vardır. (Seneca, 2020: 235)

Görüldüğü üzere erdemler bir bütünlük içinde hareket etmektedir. "Bundan şu sonuç çıkar ki, şerefle yapılan her şeyi bir tek erdem yapar, ama bunu toplu erdemlerin kararına uyarak yapar. Bütün erdemlerin kabul ettiği davranış, bir tek erdem tarafından yapılıyor görünse de istenebilecek bir şeydir" (Seneca, 2020: 235). Bir insanın şerefli bir eylemde bulunması da bu bütün erdemlerin ortak kararına dayanır. Dolayısıyla, bir eylem görünüşte sadece cesaretin ya da adaletin bir sonucu gibi görünse de aslında diğer erdemler de bu eyleme destek verir. Bu yüzden, bir şeyin gerçekten iyi olup olmadığı yalnızca yüzeyde görünen niteliğiyle değil, onun ardındaki erdemler bütününün uyumuyla da değerlendirilebilir. Ayrıca işkence gibi aşırı zorlayıcı bir durum bile insanın erdemlerini kanıtlaması ve sergilemesi için bir fırsat haline gelir. İşkence, sürgün veya hastalık kendi başına iyi değildir ancak insanın erdemlerini açığa çıkarmasına vesile oluyorsa, ona verilen tepki iyinin bir parçası haline gelir. Bu, modern hayat için de geçerli bir perspektif sunmaktadır. Örneğin bir kişi, zor zamanlarda sükûnetini koruyarak cesur ve erdemli bir duruş sergileyebilir. Özgürlüğünü savunan biri, sürgüne gitmek

zorunda kalsa bile erdemini kaybetmeyebilir. Acılar insanı yıkmayabilir; aksine, ona erdemlerini sergileme fırsatı verebilir.

Seneca'ya göre erdemli olmak masraf gerektirmez; insan sadece gerçekten iyi olmayı arzulamalı ve bu yönde yaşamalıdır. "İyi olmak için gerekli tek bir şey var: istemek" (Seneca, 2020: 293). Çünkü erdemin değeri kendi içindedir, onun ödülü başka bir sonuç değil, bizzat erdemli davranışın kendisidir. Seneca "İyi bir davranışın ödülü, iyi bir davranış sergilemiş olmaktır" diyerek de bunu belirtir. Arıca iyilik, herhangi bir ödül ya da övgü için yapılmaz; iyi olmak, zaten kendi başına yeterince değerlidir (Seneca, 2020: 299).

Erdemin gerçekliği, saflığı ve sahiciliği üzerine değerlendirmeleri bulunan Seneca'ya göre erdeme ulaşmanın temel koşulları arasında **s**amimiyet ve içtenlik de bulunur. İnsan, erdeme ulaşmak istiyorsa, kendini sahte biçimlerde sunmamalı, boyayıp süslememeli, neyse o haliyle ortaya çıkmalıdır, iyi niyetle erdeme bağlanmalıdır. Bu, Stoacı içtenlik anlayışıyla da örtüşmektedir; insan, maskeler takarak değil, doğrudan ve olduğu gibi yaşayarak değer kazanır. Sahte davranışlar ve dışsal gösterişler kısa ömürlüdür, yüzeyseldir. Yalan ya da yapaylık, dikkatli bir bakışla fark edilebilir (Seneca, 2020: 291). Oysa erdem, her yönüyle tutarlı, sağlam ve değişmezdir. Bu, Stoacıların "erdem her durumda kendisiyle tutarlıdır" ilkesiyle uyumludur. Erdemli yaşam; samimiyeti**,** gösterişten arınmış bir karakteri **ve** gerçeğin yalana üstünlük kurduğu şeklindeki temel Stoacı anlayışı içermektedir.

Erdemin göstergesi, yarattığı düzen, yaraşanı yapması, kararlılığı, her davranışın birbiriyle uyumlu olması, her şeyi aşan büyüklüğüdür (Seneca, 2020: 470). Erdemli insan karşılaştığı felaketleri isyan etmeden kabul eder, onları kötülük değil birer görev veya sınav gibi görür. Kendisiyle barışıktır; sabırlı, sakin, yumuşak başlıdır. Büyük ruhlu, yetkin bir kişidir; kendini aşmış ve kendi içindeki en yüksek doruğa ulaşmıştır. Bu ruh yüceliği Tanrı'yla ortak bir yan taşır; tanrısal olanla insanlık arasında bir bağ kurulur. Ölümü yadırgamaz, çünkü bedende geçici bir misafir olduğunu bilir. Erdem yalnızca bireysel bir durum değildir toplumsal yansımaları da vardır. Erdemli insan, yaşadığı bilgelikle çevresine örnek olur. Onun sarsılmadan dimdik durması, başkalarına da ilham verir. Zorluklar karşısında sabırlı ve güçlü duruşu, karanlıkta parlayan bir ışık gibidir, yol gösterir. Bu insan içsel bir sükûnet de kazanmıştır; ne diğer insanlara karşı öfkelenir ne tanrılardan korkar. Çünkü aklını ve erdemini yol gösterici yapmıştır. Bu da onu, hem insanlar arasında hem tanrılar karşısında özgür,

saygıdeğer kılar. İnsan olarak ulaşabileceği en üst noktaya, yani bilgelik ve erdeme ulaşmıştır. Artık ruhu yetkin, olgun, eksiksizdir. Tanrısal akıl evrenin her yanına dağılmıştır, insanın ruhuna da bir kıvılcımı düşmüştür. Erdemli insan bu tanrısal kıvılcımı geliştirip yücelterek adeta tanrısal düzeye yaklaşır (Seneca, 2020: 470-471). Seneca, erdemli yaşamın insanı nasıl ilahi bir seviyeye yükseltebileceğini bu şekilde anlatır.

Seneca'ya göre insanın davranışlarına yön veren ilke ne olmalıdır? Hayatta yaptığımız her şey, 'şerefli (onurlu, erdemli)' ve 'ayıp (utanç verici, erdemsiz)' olma ölçütüne göre değerlendirilmektedir. Bu ölçüt, bizim neyi yapacağımıza, neyi reddedeceğimize karar vermemizi sağlar. Bir insan, bir davranışın erdemli, yani şerefli olduğunu düşündüğünde onu yapmalıdır; ister zor olsun, ister para karşılığı yapılsın hatta ona zarar verecek bir şey bile olsun. Ama eğer bir şey ahlaken çirkin, yani utanç verici ise ister zenginlik, ister haz, zevk ve isterse iktidar sunsun bu davranıştan uzak durmalıdır. Böylece 'şerefli olan' ve 'ayıp olan' ayrımı insan davranışlarına yön veren temel ölçütlerdendir. İnsan yaşamı boyunca şerefli olana bağlı kalmalı, utanç verici olandan da daima uzak durmaya çalışmalıdır. Bunu yaparken erdemin, yozlaşmayan ve bozulmayan bir değer olduğunu, gerçek iyi olduğunu ve dolayısıyla şerefli olduğunu göz önünde tutmalıdır. Ayrıca gerçek kötünün de utanç verici olduğunu göz önünde tutmalıdır (Seneca, 2020: 271-272). "Erdem, kendisine iyi'den başka hiçbir şeyin eklenemeyeceği tek şeydir" (Seneca, 2020: 272).

Adını duyurmaktan, ün kazanmaktan vazgeçip yalnızca vicdanının sesini dinleyen biri, erdeme daha çok bağlı olan kişidir. Çünkü onun için önemli olan dış dünyanın alkışı değildir. Minnettar olmak (şükran duymak) da bir erdemdir ve bu erdem, iyilik yapmaktan bile daha anlamlı olabilir. Çünkü iyilik yapan kişi küçük bir kâr elde etmiş sayılırken ki verdiğini almaktır kârı, minnettar olan kişi mutlu, derin ve yüce bir ruhsal durum kazanır. Ayrıca başkasına minnettar olmayan kişi, kendine de minnettar değildir. Erdemli insanlar başkalarına karşı şükran duygusu beslerler, çünkü bu onların hem başkalarına karşı doğru bir tutum geliştirmelerine yardımcı olur hem de huzur yaratır. Fakat bir insan başkalarına iyilik yapıldığında bu iyiliği minnettarlıkla karşılamak yerine nankörlük ile karşılık verirse, bu durum onun kendi ruhunu zehirler (Seneca, 2020: 299-300). "Nankör işkence içindedir, içi içini yer. Gördüğü iyiliklerden nefret eder, çünkü onları geri vermek gerekir. Gördüğü iyilikleri önemsizleştirir, uğradığı haksızlıkları da abartır, şişirir. İyiliklerin silinip, haksızlıkların zihnine

yapışıp kaldığı insandan daha mutsuz ne vardır" (Seneca, 2020: 300). Buna karşın bilge kişi, kendisine yapılan iyilikleri unutmaz, aksine onları sürekli anımsamaktan hoşlanır. Kötü bir insan, iyilik gördüğünde belki kısa süreli bir zevk alabilir ama bu duygunun etkisi çabucak geçer. Oysa bilgeye uzun, yıllarca süren bir sevinç kalır çünkü o, 'iyilik görmek'ten ziyade 'iyilik görmüş olmayı' hoş bulur. Bilge kişinin olumsuz olaylara karşı tutumu; kendisini inciten olaylara değer vermemek, bilinçli olarak unutmaktır (bu unutkanlık bir kayıtsızlık değil, umursamazlık değil, ahlaki bir seçimdir). Bilge kişi, yaşanan hiçbir şeyi kötüye yormaz, başkalarını suçlamaz çünkü olayları ve insanların hatalarını daha çok kadere bağlar. Ne sözleriyle ne de yüz ifadeleriyle başkalarını suçlar Olayları yumuşatmaya, iyi niyetle yorumlamaya ve anlayışla karşılamaya çalışarak başına gelenleri hafifletmeye yönelir (Seneca, 2020: 301). Olaylara karşı gösterdiği bu tutum, onun ahlaki büyüklüğünü ve erdemle uyumunu gösterir. Burada erdemin doğa dışı hareket ettiği de sanılmamalıdır. Seneca'nın da belirttiği üzere:

> Bilge de titreyecek, acı çekecek, onun da benzi atacaktır. Çünkü bunların hepsi bedensel duyulardır. O halde felaket nerede, o gerçek kötü neredедir? Şurada olmalı: bu sözünü ettiğim olaylar ruhu yere sererse, ona köle olduğunu itiraf ettirmeye kadar vardırırsa işi, kendi kendinden bıktırışa işte oradadır felaket, kötülük! Bilge, kaderini erdemi sayesinde yener; bilgeliğini ilan eden birçokları küçücük bir tehdit karşısında çok zaman dehşete düşerler. (Seneca, 2020: 254-255)

Denilebilir ki erdemli ve mutlu bir insanın gerçek gücü, büyük zorluklar ve acılar karşısında ortaya çıkar. Erdem, dış koşullardan etkilenmez, zamanla bozulmaz, değişip dönüşmeyen sağlam bir değerdir. Erdemli olan (bilge kişi) ise değişime açık olmayan bir sağlamlığa sahiptir. Çünkü bilgelik bir kere kazanıldığında artık akılsızlığa düşmez. Ama akılsızlık bilgelik yolunda ilerlemeye çalışabilir (Seneca, 2020: 272). Erdem sadece sakin ve kolay zamanlarda değil, en büyük çileler karşısında da kendini göstermelidir. Zorluklardan kaçmayan, onları bir tür ruhsal sınav olarak gören kişi, kendi ahlaki bütünlüğünü ve ruhsal gücünü derinlemesine fark eder. Bu farkındalık, kendini sevmeyi, kendine saygı duymayı doğurur (Seneca, 2020: 254). Ama bu, kibirli bir sevgi değil; sağlam karakterin haklı ve sakin bir gururudur.

Sonuç olarak birçok insanın hayatı bilinçsizce, başka şeylerin peşinden sürüklenerek, o hayatı kendine ait kılmadan geçmektedir. Başkalarının beklentileri, toplumsal baskılar, boş tutkular ya da anlamsız işler arasında kaybolan bir ömür geçip gitmektedir (Seneca, 2020: 97).

Birçok insan yaşamın niceliğine (ne kadar sürdüğüne) odaklanır, niteliğine (nasıl yaşandığına) değil. “Kaç yıl yaşadım?” diye sorar ama “O yılları nasıl yaşadım?” diye pek düşünmez. Seneca’nın deyimiyle ““İyi mi yaşadım?” diye soran yok. “Ne kadar yaşadım?” diye bakıyor herkes” (Seneca, 2020: 98). Ve en sonunda acı veren şu farkındalık gelir: Hayat geçti ama gerçekten yaşanmamış. Hâlbuki iyi yaşamak, erdemli yaşamak mümkündür bu insanın elindedir lakin uzun yaşamak ise doğaya bağlı ve kimsenin elinde değildir. O halde iyi yaşam için yapılması gerekenler ve edinilmesi gerekenlere dikkat ederek mutlu bir yaşam sürmenin kapısı açılacaktır. “İşte buradan anlaşıldı suyun yönünde tatlı tatlı giden, yalnız kendi kararına uyan o mutlu yaşam kavramı” (Seneca, 2020: 470).

2.3.6. İyi Yaşamın Parçası Olarak ‘Mutluluk’

Mutluluk, erdemli yaşamın önemli bileşenlerinden biridir. Bir insanın mutlu bir yaşamı yoksa bu yaşam iç huzur, erdem, özgürlüğü sağlayamaz. Yani önce yaşamın kendisi ‘mutlu’ olmalı ki ondan doğan şeyler de değerli olsun. Seneca “Mutlu yaşamı da iyi’ler yaratır” demektedir. Buradaki iyi’ler, ahlaki anlamda iyi olan davranışlar ve erdemlerdir. Mutlu yaşam ancak akıl ve bilinç sahibi bir varlığa özgüdür. Dolayısıyla mutluluk, yalnızca aklî bir kapasiteyle ilişkilendirilir aslında hayvanlarda hem mutlu yaşam hem de mutlu yaşamın yarattığı bir şey vardır (Seneca, 2020: 493). Çünkü onlar yalnızca haz alır ya da acı çekerler ama bu, ahlaki ya da rasyonel bir mutluluk değildir.

Seneca’ya göre mutluluk; parayla, dış görünüşle ya da toplumun övdüğü başarılarla ilgili değildir. Mutlu insan da halkın mutlu olarak nitelendirdiği ve zengin dediği paraya gömülü kişi değildir. Mutlu insan, tüm ruhunda iyi’nin yer aldığı kişidir. Bu kişi yüce ve uludur, toplumun hayranlıkla baktığı şeylere değer vermez, ayaklar altına alır. İnsanlara insan yanıyla değer verir, insanlık onuru üzerinden ilişki kurar. Mutlu kişi için doğa rehber gibidir; doğayı örnek alır, doğanın kurallarına saygı duyar ve uyarılarını dikkate alarak doğaya uygun yaşar (Seneca, 2020: 153-154). “Hiçbir kuvvet, ona özgü değerleri elinden alamayacaktır, kötü’yü iyi’ye çevirir; kararlarında dirençli, sarsılmaz, gözü pektir; hiçbir güç heyecanlandıramaz onu, altüst edemez; kader en zararlı silahını olanca gücüyle fırlattığı zaman sıyrık alır ama yaralanmaz” (Seneca, 2020: 153-154). Yaralanması da nadirdir, kaderin silahları, yani yaşamın zorlukları onu sarsmaz; tıpkı evlerin çatısına düşüp içeridekilere zarar vermeyen dolu taneleri gibi sadece yüzeyde kalır (Seneca, 2020: 153-154). Denilebilir ki Seneca'nın çizdiği bu mutlu

insan profili, içsel bir sarsılmazlığa da sahip olan, Stoacıların ideali de olan bilge kişi figürüne işaret etmektedir.

Bugün olduğu gibi geçmişte de birçokları tarafından mutluluk; para, başarı, mevki, şan, şöhret gibi şeylerle değerlendirilmektedir. Günümüz dünyasında tüketim kültürünün sunduğu bu mutluluk anlayışına güçlü bir eleştiri getiren Seneca nazarında mutluluğu maddi zenginliklere, altına, gümüşe dayandırmak ayıptır, hatta en temel ihtiyaçları bile mutluluğa bağlamak da ayıptır. Altın ve gümüş zenginliği temsil ederken su ve arpa çorbası (Roma döneminde sade ve ucuz bir yiyecek) en temel ihtiyaçları simgeler (Seneca, 2020: 440). İşte, Seneca'ya göre mutluluğu dışsal bir şeylere bağlamak doğru değildir çünkü bu, kişiyi o şeye bağımlı kılar. O halde ne yapılmalıdır? Açlık varsa, onun sınırlarını açlık belirler; başka bir deyişle, sadece gerçekten gerekli olan kadarını istemek gerekir; şüphesiz bu, doğaya uygundur. Eğer kişi bir şeye bağımlıysa (bu ister altın olsun ister bir tas çorba olsun) onun küçük ya da büyük olması fark etmez; kişi köle gibi olur (Seneca, 2020: 440). Bir şey küçük olabilir ama kişi için o şey vazgeçilmezse, onun eksikliği kişiyi mutsuz eder. Kişi, eğer o şey olmadan mutlu olamıyorsa o kişi özgür de değildir. Yani mesele şeyin büyüklüğü değil, kişinin ona verdiği değerdir. Ayrıca Seneca "Sözünü ettiğim su ve arpa çorbası, senin dışındaki yabancı bir hakeme bağlıdır" söylemiyle de su ve arpa çorbasının dış dünyaya ait ve dolayısıyla kaderin, Tanrı'nın ya da doğanın iradesine tabi olduğunu belirtmektedir (Seneca, 2020: 440).

Kader, insana ne az ne de çok bir şey vermese de o insan mutludur. Çünkü mutluluğunu ve değerini içsel dünyasından alır. "Özgür insan, kaderin pek az verdiği değil, kaderin hiçbir şey vermediği insandır. İuppiter'i geçmek istersen hiçbir şey istememen gerek, o hiçbir şeye istek duymaz çünkü" (Seneca, 2020: 440). İnsan tanrı gibi olmak istiyorsa da hiçbir şeye muhtaç olmayacak kadar kendine yetmelidir, hiçbir şey istemeyecek düzeyde olmalıdır. Böylece gerçek mutluluk ve özgürlük dışsal şeylerde değil, erdemli yaşamda ve kendine yetmede ortaya çıkar. Bu doğrultuda Seneca şöyle der: "Attalus işte böyle dedi bize. Doğa bunları hepimize söyledi. Bunları sık sık içinden geçirmek istersen mutlu görünen değil, mutlu yaşayan biri olursun. Üstelik başkalarına değil de kendine mutlu görünürsün böylece" (Seneca, 2020: 440). Yani mutlu görünmek başka, mutlu olmak başkadır. Gerçek mutluluk dışarıdan onayla, şöhretle, gösterişli bir hayatla değil; sağlam bir akılla ve erdemli yaşamla mümkündür. Kişi bunu sağlamak için tefekkür edebilir ve kendi kendine hatırlatmalarda bulunabilir. Birçok insan

mutluluğunu başkalarına göstermeye çalışır, dışarıya karşı iyi görünmeye çabalar hâlbuki bu kimselerin yaşamı böyle olmayabilir. Asıl önemli olan başkalarına karşı gösteriş yapmak değil, kendine karşı dürüst olmaktır. İnsan kendi içinde huzurluysa, başkalarının onu mutlu etmesine de ihtiyacı yoktur çünkü zaten mutludur.

Herkes mutlu olmak ister ama insanların çoğu mutluluğun ne olduğunu karıştırmaktadır. Mutluluğa giden yolda kullanılan araçları (para, zevk, şöhret, başarı, güç vs.) bizzat mutluluk sanmaktadır. Oysa bu araçlara bağımlı olmak, kişiyi gerçek mutluluktan uzaklaştırır. Mutluluğun temeli tam bir sükûnet ve sarılmaz bir güvendir. Fakat insanlar bunu dışarıda arayarak kendi içlerinde huzursuzluk ve karmaşa yaratırlar. Kendi kendilerine yük bindirir, yaşamın zaten zor yollarında kendi yüklerini ağırlaştırırlar. Mutluluğa ulaşmak isterken kendi çabalarıyla bu hedefi engelleyip uzak düşerler ve gerisin geri sürüklenirler. Tıpkı bir dolambaçta acele edenlerin başına geldiği gibi ayakları birbirine dolanır başka bir deyişle bir düğüm olmuş ipi çözmeye çalışırken adeta arapsaçına döndürürler (Seneca, 2020: 151). Seneca'nın mesajı açıktır: Yanlış hedefler ve araçlarla mutluluk elde edilemez. Araçlar, amaçlaştırılırsa mutluluğun kendisinden uzaklaşılır. İnsanlar, huzuru parayla, rahatlığı gösterişle, anlamı başarıyla karıştırdıkları için gerçek huzura ulaşamazlar. Seneca'ya göre mutlu yaşam, doğru yaşamla aynıdır. Ve bu doğru yaşam, erdemli, sade ve bilinçli bir yaşamdır. Bu yaşamın nasıl sağlanacağı konusunda da Seneca *Ahlak Mektupları* adlı eserinde şunu söyler:

> Biliyorum ki Lucilius, hiç kimse bilgeliği öğrenmeden mutlu yaşayamaz, yaşamaya bile katlanamaz; iyice aklın yatmış buna: Mutlu yaşamı sağlayan, yetkin bir bilgeliktir; ne var ki bilgeliğin başlangıcında bile insan yaşama katlanabilir artık. İşte bu düşünceler apaçık belirmiş zihinde. Ama bu açık belirginliği güçlendirmeli, her gün üstünde düşüne düşüne içimize daha da sindirmeliyiz. Verdiğimiz kararları korumak, şerefli olan kararı almaktan daha zor bir iştir. Ayak diremeli, sürekli bir çalışma ile ona güç katmalı ki, iyi niyet sonunda bir sağduyu haline dönüşsün. (Seneca, 2020: 75-76)

İnsan mutlu yaşamın geçici hazlarda, zevklerde değil, doğaya uygun yaşamakta olduğunu kavrarsa erdemi, yani ahlaki iyiyi tek iyi olarak görürse, onursuzluğu da tek kötü olarak sayar ve ondan kaçınırsa yine servet ya da zenginlik, mevki, sağlık, beden gücü, şan, şöhret gibi şeylerin ne iyi ne de kötü, sadece 'orta halli değerler' olduğunu bilirse nasıl yaşayacağını öğrenmek için başkalarına akıl danışmaya ihtiyaç duymayacaktır (Seneca, 2020: 369). Çünkü o kişi, yolunu kendi aklıyla, erdemle bulabilecektir. "…her olayda kendisine "Şöyle yürü, şöyle yemek ye; erkeğe şu, kadına şu, kocaya şu, bekâra şu yaraşır" diyecek bir yol göstericiye gereksinimi olmayacak. Çünkü bin türlü özenle sana bu akılları verenlerin

kendileri, yaşamlarında bunları uygulayamamışlardır" (Seneca, 2020: 369). Seneca insanın dışsal rehberliklere bağımlı olmaktan kurtulmasını, kendi iç sesiyle, yani aklı ve erdemiyle yaşamını düzenlemesini önermektedir ve bu, kendi kendine yeterlilik idealine dayanır görünmektedir. Kaderin yönettiği elimizde olmayan şeylere iyi ya da kötü demek, kendi mutluluğumuzu dış güçlerin insafına bırakmak olur. Oysa insan sadece ahlaki iyiye (yani erdeme) tutkuyla bağlanmalı, onursuzluktan ise tiksinmelidir. Ayrıca toplumun biçtiği rollere (erkek, kadın, evli, bekâr…) de fazla anlam yüklememelidir. Kanaatimizce bu roller de önemli fakat bu rolleri başkasının telkiniyle değil, dışardan bir yönlendirme olmaksızın gerçekleştirmek doğaya uygun bir yaşam sürmek ve karakterin ahlaki bütünlüğünü esas alıp yansıtabilmektir. Bu anlayış bireye, dışsal yönlendirmelerden bağımsız bir ahlaki pusula kazandırmaktadır. Böylece kişi, toplumun beklentilerine değil, kendi aklının rehberliğine göre yaşamış olur. Birey olmanın anlamında budur aslında.

Seneca'ya göre mutlu yaşam yalnızca kurallara dayanarak mümkün olmaz. Onurlu davranışlar da kurallardan oluşur ama sadece onlardan değil. 'Yaşam sanatı' ifadesini kullanan Seneca nazarında bu sanatı diğer sanatlardan ayıran önemli farklar vardır. Örneğin dümencilik gibi bir sanat belli araçlarla ilgilenir (yelken, rüzgâr, dümen gibi), dış koşullara bağlılık vardır ve rastlantıların etkisi altındadır (Seneca, 2020: 387). "Bir dümenci yetiştirmek için kurallar uygulanır: Şöyle çevir dümeni, şöyle aç yelkenleri, uygun yelden şöyle yararlan, ters esen yele karşı şöyle dur; güvensiz, karışık esen yele karşı şöyle kurtar kendini" (Seneca, 2020: 387). Bunun gibi diğer sanatlarda da kurallar, sanatçıları eğitmektedir. Peki, kurallar yaşam sanatçısı üzerinde de aynı etkiyi yapar mı? Evet, kurallar yaşam sanatçısı üzerinde de benzer etki yapacaktır. Öteki sanatları dışarıdan engelleyen umutlar, aşırı istekler, korkular gibi birçok şey vardır. Yaşama sanatı ise hiçbir engel tanımaz, engel olduğunda dahi kırar atar, aşar geçer. Öteki sanatlarda bilerek hata yapmak rastlantı ile hata yapmaktan daha hoş görülebilir ama yaşam sanatında bile bile hata yapmak hataların en büyüğüdür (Seneca, 2020: 388). Seneca şöyle bir karşılaştırma yapar: "Dil bilimci, söz diziminde bilerek hata yaparsa yüzü kızarmaz, bilmeden hata yaparsa kızarır yüzü. Hastanın ölmek üzere olduğunu anlamayan hekim, anlayıp da sakladığına kıyasla sanatında çok daha büyük bir hata içindedir. Gelgelelim bu yaşam sanatında isteyerek hata yapanın hatası daha utanç vericidir" (Seneca, 2020: 388). Görüldüğü üzere yaşam sanatında bilerek hata yapan kişi, yalnızca bir şeyi yanlış yapmakla kalmaz, ahlaki olarak kendi doğasına da ihanet eder. O halde yaşam sanatında sadece kurallar değil ilkelerde

olmalıdır. Çünkü kurallar belli durumlara çözüm sunar ama ilkeler (örneğin doğaya uygun yaşamak gibi) her duruma yön tayin ederler. "Birçok sanatlarda, daha doğrusu en özgür sanatlarda, kurallardan başka, belitler, prensipler vardır. Hekimlikte olduğu gibi. Bu yüzden Hipokrates'in okulu başkadır, Asclepiades'in okulu başka, Themison'un okulu başka" (Seneca, 2020: 388). Denilebilir ki her özgür sanat kendi içsel tutarlılığına göre gelişir ve farklı ekollere ayrılabilir. Sanatları yalnızca teknik bilgiye, kurala değil, ilkelere ve doğaya dair kavrayışlara da dayanır. Sonuç olarak mutlu yaşam sadece kuralların ezberlenmesiyle değil, doğru ilkelerin de içselleştirilmesiyle olur. Doğru ilkeleri benimsemeyen biri, kuralları bilse bile erdemli ve mutlu yaşamayabilir.

Bazı insanlar şöyle düşünebilir: ""Mutlu yaşam," derler, "doğru davranışlardan ileri gelir, doğru davranışlara da kurallar götürür insanı; o halde mutlu yaşam için kurallar yeterlidir."" (Seneca, 2020: 387). Yani 'Doğru kuralları bilirsem, doğru davranırım; doğru davranırsam da mutlu olurum.' Bu düşünce rasyonel gibi görünür ama Seneca bunu yetersiz bulur. Çünkü bilgi tek başına yetmez. Mutlu yaşam yalnızca kuralları öğrenmekle elde edilemez. Kurallar da her zaman doğru davranışlara götürmez lakin kişinin yaratılışı uygunsa ve eğilimli ise götürür. Dolayısıyla denilebilir ki mutlu yaşam için hem daha derin bir içsel dönüşüm ve eğitim süreci gerekir hem de ruhsal altyapı ve eğilim olursa kurallar işe yarar. Kuralı bilmekle onu uygulayabilmek farklı şeylerdir. Kurallar eğitilmiş bir ruhta daha iyi yeşerir. Ruhta değersiz görüşlerin ve yanlış yargıların (örneğin: zevk en büyük iyidir, şöhret mutluluk getirir gibi) egemen olduğu durumlarda, kuralların olması pek işe yaramaz, etkisi boşunadır. Çünkü ruh zaten yanlış düşüncelerle yönlendiriliyordur. Seneca'ya göre erdemli eylem, doğru davranışlar sadece dıştan doğru olan değil, aynı zamanda iyi davranışın bilinçli olarak yapılmasıdır (Seneca, 2020: 387). Yani bir kişi rastlantıyla ya da alışkanlıkla iyi bir şey yapmış olabilir ama bunu niçin yaptığını bilmiyorsa Stoacı anlamda erdemli değildir. Gerçek erdem bilgiyle ve iradeyle birleşmiş akıllı eylemdir. Bunun gerçekleşebilmesi için de ilk yaşlarda, çocuklukta başlayan ahlaki ve entelektüel eğitim önemlidir. Mutlu yaşamı mümkün kılan doğru yargılar ve doğru davranışlar ancak uzun süren bir karakter terbiyesiyle mümkün olabilir. Bunun hakkında Seneca'nın ifadesi şudur: "Bir insan ilk yaşlarından itibaren iyi bir eğitim görmemişse, ne zaman, ne kadar, kiminle, nasıl, hangi nedenle ne yapacağını bilecek kadar, görevlerini gereğince yerine getirmek üzere yetkin akılla biçimlendirilmemişse, sıradan bir insan için bu iş olası değildir. O kişi şerefli işler yapmak için bütün ruhuyla sürekli

çalışamaz; hep geriye bakacak, hep duraksayacaktır" (Seneca, 2020: 387). Görüldüğü üzere eğitimsiz ruhun kararsız, tutarsız ve zayıf olduğu açıktır. Kişi doğru olanı bilse bile bunu sürekli yapacak güçte değildir. Çünkü karakteri bu yükü taşıyacak şekilde oluşmamıştır. Bu yüzden insan küçük yaştan itibaren işlemeye başlamalıdır. Erdemli yaşam süreklilik ve kararlılık da ister. Sadece 'ne yapılması gerektiğini bilmek' yeterli değildir; önemli olan, bu bilgiyi uygulayabilecek ruhsal yetkinliğe de sahip olmaktır.

Seneca'ya göre insanın ruhsal yükselişini engelleyen şey, dışsal hayatın cazibesi ve geçici parlaklığıdır. *Ahlak Mektupları* eserinde dostu Lucilius'a hitap ederken gerçek mutluluk ile sahte yaşam parlaklığı arasındaki farkı incelikli bir şekilde ele alır ve Lucilius'a şunları söyler:

> Mutluluğun nerede olduğunu görüyorsun fakat oraya varmaya cesaretin yok; madem önündeki engelin ne olduğunu kendin görmüyorsun, bari ben sana söyleyeyim: Geride bırakacaklarının büyük şeyler olduğunu sanıyorsun. Erişmeye niyetlendiğin o huzuru hedef aldığın zaman, geride bırakacağın yaşamın parlaklığı seni alıkoyuyor yolundan; sanki çamura, karanlığa gömülecekmişsin gibi. (Seneca, 2020: 91)

Seneca, Lucilius'un gösterişli yaşamdan vazgeçmekte zorlandığını ima eder. Aslında insanların 'büyük şeyler' dediği dünyalıklar değersizdir. O şeyler gerçekten değerli oldukları için değil bizim onları öyle sanmamızdan ötürü değerli görünürler. Gerçek mutluluğun nerede olduğunu bilmek ama ona ulaşmaktan korkmak, neyin doğru olduğunu bilmek ama onu uygulamaya tereddüt etmek akıl ve irade çatışmasını göstermektedir. İrade özellikle korkular ve alışkanlıklar devreye girdiğinde aklın gördüğü doğruyu hayata geçirmekte yetersiz kalabilir. Seneca Lucilius'a "Geride bırakacaklarının büyük şeyler olduğunu sanıyorsun" derken dünyevî arzulara ve maddî değerlere olan bağlılığı da eleştirmektedir. Bilinmelidir ki değerli olmayan büyük zannedildiğinde onunla vedalaşmak korkunç olabilir. Lucilius'un mutluluğun nerede olduğunu görmesi ama cesaret edememesi ve eğer cesaret ederse karanlığa düşecekmiş gibi bir his yaşaması onun yanılgısıdır. Hâlbuki bu haliyle Lucilius bir karanlıktadır. Bu bağlamda parlaklık ve ışık arasında ayrım yapan Seneca'ya göre parlaklık geçici, dışsal, ödünç alınmış bir gösterişken ışık, içsel, özsel, kendi kaynağından gelen bir ışıltıdır diyebiliriz ve başkalarının alkışlarıyla parlayan yaşamın ise gösterişli ama sönük olduğunu da söyleyebiliriz. Bu çerçevede bu yaşam ve öteki yaşam ayrımında bulunan Seneca nazarında bu yaşam; şöhret, makam, zenginlik, sosyal statü gibi parlaklıklarla donanmıştır. Öteki yaşam ise kendi ışığıyla parıldar. Eğer erdemli yaşam seçilirse bunun için çalışılırsa o insanın gerçek değeri ve ünü zaten

kendiliğinden doğacaktır. Yani 'ün peşinde koşma; erdemli ol, ün senin peşinden gelir' anlayışı vardır. Stoacı olmasına rağmen Seneca, Epikuros'un düşüncesine değinerek örnek verir. Çünkü Epikuros'un mesajı Seneca'nın düşüncesiyle uyumludur. Bu düşüncede insan gerçekten tanınmak istiyorsa, halkın gözünde parlayan gösterişli şeylerle değil, bilgece sözlerle ve kalıcı değerlerle tanınmalıdır (Seneca, 2020: 91-92). Kanaatimizce Seneca'nın Lucilius'a yaptığı çağrı açıktır: 'Cesaret et, bırak o gösterişli ama boş hayatı. Ruhunu parlat, dışını değil.'

Ruhun biçimlendirilmesi, parlatılması ve ahlaki dönüşümü mümkündür. İnsan ruhu ne kadar bozulmuş, ne kadar yanlış alışkanlıklarla şekillenmiş olsa da doğru bir eğitim ve kararlı bir çabayla yeniden şekillendirilebilir. Bu çaba göz korkutucu ya da ağır bir yük gibi görülmemelidir. Seneca'nın günahlar dediği kötü alışkanlıklar ruha yerleşmeden, Seneca'nın deyimiyle taş gibi katılaşmadan ki bu bir ahlaki deformasyon kalıcılaşmasıdır, ruhumuzu biçimlendirmeli ve onu düzeltmeliyiz. Ne kadar geç kalmış olsak da bu mümkündür yani iyileşmekten umut kesilmemelidir. İnatçı bir çaba, sürekli titiz bir bakım ihtimali artıracaktır (Seneca, 2020: 169). Bu çerçevede Seneca şöyle bir benzetme yapar: "Sert dallar ne kadar kıvrık olsalar da düzleştirilebilir; ısı, eğik kalasları dümdüz eder, doğal yapıları ne şekil olursa olsun istediğimiz biçime sokarız; bükülgen ve her türlü nemin etkisine karşı daha uysal olan ruhumuz da kolayca biçime girer" (Seneca, 2020: 169). Öyleyse ruh nemli bir toprağa benzer nasıl istenirse öyle şekillenebilir. Ruh incedir, yumuşaktır, eğitilebilir, yönlendirilebilir, yani her yaşta, her durumda yeniden işlenebilir. Ancak bu şekillendirilebilirliğe rağmen, ruhun erdem yoluna yönelmesi kolay değildir. Bu noktada Seneca şöyle der:

> Ama nasıl ki ruha işleyen erdemler ruhtan sökülüp gitmezse ve onları korumak kolaysa, erdemlere giden ilk yol da öylesine sarptır. Çünkü denememiş şeylerden dehşete düşmek, zayıf ve hasta bir ruhun özelliğidir. O halde ruhumuza bu yolu tutması için zorlayalım. Hem sonra deva acı gelmez ona, iyileşmeye başlar başlamaz bundan hoşlanır. Başka devaların zevkine ancak iyileştikten sonra varılır; felsefe hem kurtarıcı hem de tatlıdır. (Seneca, 2020: 170)

Geçmişte yaptığımız hatalarımız ya da uzun süreli kötü alışkanlıklarımız gelecekte erdemli bir yaşam sürme umudumuzu kırmamalıdır. Erdemi öğrenmek dönüşümün bir parçasıdır. Çünkü yanlışların terk edilmesi söz konusudur. Bu durum doğru davranışları içselleştirmek kadar yanlış alışkanlıklardan sıyrılmak anlamına da gelir. O halde cesaretle atılmalıyız, iyi'yi elde ettik mi de onu hep tutmalıyız. Böylece erdem ruhtan silinmez hale gelir. Çünkü doğaya uygun olan şey iyidir ve erdem de insanın yaratılışına uygundur dolayısıyla

doğaya da uygundur. Hatalar ise doğaya düşmandır (Seneca, 2020: 170). Erdemli olmak insanın asıl kimliğine dönmesidir, yeni bir kimlik kazanması demek değildir. Neden her şeye rağmen insan erdemli olabiliyor? Çünkü doğal olan o. Bu yüzden her şeye rağmen insan asıl kimliğine dönebilir.

İnsanların büyük bir kısmı zorunlu olan şeyleri (örneğin yiyecek, içecek, barınak gibi) iyi ile karıştırmaktadır. Zorunlu olan bir şey iyi olmayabilir. Eğer iyi kavramını ekmeğe, çavdar bulamacına ya da yaşamımız için vazgeçemediğimiz başka şeylere verirsek, iyi'yi değersizleştirmiş oluruz (Seneca, 2020: 154). Örneğin açlık gidermek bir zorunluluktur ama bunu gidermek seni iyi bir insan yapmaz. Seneca'nın vardığı nihai sonuç şudur: "İyi olan ister istemez zorunludur ama zorunlu olan ister istemez iyi değildir; çünkü zorunlu olan kimi şeyler çok sıradan, hem de değersiz şeyler olabilir. Hiç kimse iyi'nin değerini, onu günlük faydalı şeyler sırasına indirecek kadar bilmez değildir" (Seneca, 2020: 154). Bu doğrultuda boş şeyleri zorunlu saymak ve onların peşinden koşmak zaman kaybına yol açar. Birçok kişi günlerini yaşam olanaklarını artırmak için harcar. O kimselerin yaşam için gerekli sandıkları şeyler aslında yaşamı değil gösterişi sürdürmek içindir ve bunu göremezler. Bu kimseler yaşamı ertelemektedirler. Oysaki hayat; şimdide yaşanmalıdır, zaman boşa harcandığında asıl yaşamdan uzaklaşılmaktadır. Bu çerçevede Seneca şunu söyler:

> İnsanları tek tek ele al, toplum olarak incele: Hiçbirinin yaşamı yarına dönük değildir. "Bunda ne gibi bir kötülük var?" diyorsun. Çok, pek çok kötülük var. Çünkü onlar yaşamıyorlar, yaşamaya niyetlenmekteler henüz. Her şeyi erteliyorlar. Çok dikkatli olsaydık bile yaşam ellerimizden kaçar giderdi. Gerçekten de biz duraksayalım derken, hayat bir yabancı gibi bizi aşıp geçiverir ve son günümüzle noktalanan ömrümüz yok olup biter. (Seneca, 2020: 154-155).

Hayat kısa değildir, biz onu kötü kullanıyoruz. Yaşamın değeri, onun ne kadar uzun olduğuyla değil, nasıl yaşandığıyla ölçülür. Gerçek yaşam, şimdi ve burada yaşanmalıdır ertelemek ise bir nevi ölümdür. "Kendine tez elden güvenmen doğru olmaz. Tart kendini, birçok yanını araştır, gözle. Ama her şeyden önce şu noktaya dikkat et: Felsefede mi yoksa hayat yolunda mı daha çok yol almış durumdasın" (Seneca, 2020: 76). Çünkü hayatta yol almak insanın dışsal ve rastlantıya bağlı hedeflere ulaşmasıdır. Ayrıca bu tür bir ilerleme şansa, başkalarının kararlarına bağlı olmayı da içinde taşır. İnsan böyle bir yolda ilerledikçe daha çok şeye muhtaç olur, daha çok kaygı duyar ve genellikle mutluluğu bulmakta zorluk çeker. Çünkü dışsal kazanımlar ruhu doyurmaz. Öte yandan felsefede yol almak, içsel bir ilerlemedir. Bu

ilerleme, insanın kendi ruhunu eğitmesi, tutkularını dizginlemesi, doğru olanı araması ve kendisini tanıması anlamına gelir. Felsefede yol almak, insanı dışsal rastlantılardan bağımsızlaştırır ve ruhuna hâkimiyet kazandırır. Bu yolculukta ilerleyen kişi sarsılmaz bir iç huzura kavuşur. Denilebilir ki hayattaki yolculuk dışarıyı değiştirmeye çalışır. Felsefedeki yolculuk ise içimizi dönüştürür. Hayatta yol almak bilgelik değilken felsefe de yol almak bilgelik arayışıdır. Nitekim bilgelik insanın ruhunu en üst düzeye taşımasıdır ve insana gerçek mutluluğu getirir. Peki, insan bilge olup olmadığını nasıl anlayacaktır? Bu noktada Seneca şöyle der: "Bilge olmadığını nasıl anlayacaksın? Anlatayım bunu sana. Gerçek bilge denen o kişi neşe doludur, güler yüzlü, sakindir, hiçbir şeyden sarsılmaz. Tanrılarla başa baş yaşar. Şimdi yokla bakalım kendini" (Seneca, 2020: 203). Görüldüğü üzere bilge kişi içsel uyum içindedir, ruh dinginliğini elde etmiş, ahlaki mükemmelliğe ulaşmış, doğa ile uyum içinde yaşamış ve dolayısıyla tanrısal düzeye yaklaşmıştır. Seneca bilgenin mutluluğu hakkında şöyle bir şey de söyler: "Hiç kederli olduğun oldu mu? İşte o zaman mutluluğunun doruğuna çıkmışsın demektir" (Seneca, 2020: 203). Seneca bu söylemiyle ironi yapmaktadır. Eğer keder yaşıyorsan, henüz bilge değilsindir. Çünkü keder, ruhun hala dış etkilere bağlı olduğunu gösterir. Gerçek mutluluğa ulaşmış kişi kederlenmez; çünkü değerini dışsal şeylere bağlamaz. Mutluluk yanlış yerde aranmaktadır. Mesela mutluluk verdiği düşünülen zevkin aranması hem sevinç yoksunluğunun hem de bilgelikten yoksunluğun göstergesidir, bu durumu şöyle ifade eder:

> Ben diyorum ki, her şey oraya, sevince yönelir ama sürekli ve büyük sevinci nereden elde edeceklerini bilmez insanlar; falan kişi şölenlerde ve sefahatte arar; filan kişi politikada, birçok müşterinin desteğinde; biri bir kadının sevgisinde, öteki serbest sanatların boş gösterisinde, hiçbir deva getirmeyen edebiyatta. Biz bütün bu saydığım aldatıcı, kısa süreli eğlencelere kaptırırız kendimizi: bir tek saatlik keyifli çılgınlığı bitmez tükenmez bir pişmanlıkla ödeyen sarhoşluk gibi, büyük endişeler karşılığında elde edilen ve öylece sona erecek olan alkışların, beğeni gösterilerinin sağladığı itibar gibi! (Seneca, 2020: 204)

İnsan mutluluğa erişmek pekâlâ istiyor ama zenginlik, şöhret, statü gibi şeylerde bunu arıyor. Bunlar kalıcı mutluluk vermez, hatta onlara ulaşmak da, elde tutmak da endişe doğurur hatta acıların nedeni olurlar. Çünkü onları yitirince insan üzülür, elde edemediğinde de hüsrana uğrar. Sonuç olarak Seneca bu tür bir yaşamın eleştirisini yapmaktadır. Şölenler, siyaset, ilişkiler, entelektüel gösteriş... Bunlar mutluluğu vaat eder ama hayal kırıklığı yaratır. Kalıcı sevinç ile geçici haz arasında fark vardır. Tercih edilmesi gereken geçici hazlar olmamalıdır.

Seneca'nın mesajı nettir. Gerçek mutluluk dışarda değil, içeridedir ve bilgelik, erdemli yaşam, içsel huzur bunun göstergesidir.

2.3.7. İyi Yaşam için Felsefenin Rolü

Seneca'ya göre bilgelik ile felsefe arasında fark vardır. Bakıldığında bilgelik (*sophia*), insan zihninin ulaşabileceği en üstün iyi'dir, yani nihai amaçtır. Felsefe (*philosophia*) ise bu bilgeliğe ulaşma çabasıdır; yani süreçtir, arayıştır. Felsefe bilgelik sevgisiyle yola çıkar, amacı da bilgeliğe ulaşmaktır. Yani bilgelik felsefenin hedefi ve meyvesidir; felsefe ise bu hedefe doğru ilerleyen bir yolculuktur. Kısacası felsefe bilgeliğe giden yol, bilgelik ise bu yolculuğun sonucunda ulaşılan hedeftir (Seneca, 2020: 339). Sonuçta, felsefe sadece zihinsel bir egzersiz değil, kişinin yaşamını şekillendiren, doğru ve erdemli bir yaşam sürdürmesini sağlayan bir süreçtir. Seneca, felsefenin bu amaca ulaşmada ne kadar önemli bir rol oynadığını vurgularken şunları ifade eder: "Diyorsun ki: "Dünyayı bırakıp gitme zamanı geldiğinde öğrendiğin bu bilgilerin sana ne yararı olacak? Hangi amaçla yararlanacaksın bunlardan?" Bu dünyayı daha iyi biri olarak bırakıp gitmek için yararlanacağım" (Seneca, 2020: 239).

Seneca felsefeyi üç bölüme ayırarak değerlendirir. Ona göre birçok filozof da felsefeyi; ahlaksal, doğal ve ussal yani mantık şeklinde ele almıştır. Seneca da benzer bir tutum sergiler. Ona göre felsefenin her bölümü, insanın iyi ve doğru bir yaşam sürmesi için birbirine bağlı bir sistem oluşturmaktadır. İlk bölüm, şeylere değer biçmektir. Bu bölümde insanın çevresindeki şeylere, olaylara, insanlara ve değerlere ne kadar önem vermesi ve doğru bir şekilde belirlemesi gerektiği söz konusudur. Çünkü bir şeyin gerçek değerini bilmek sağlıklı bir hayat kurulmasına etki eder. Örneğin, zenginliğe, şöhrete veya sağlığa ne kadar değer vereceğini doğru bilmek insanın yaşamını yönlendirecektir. İkinci bölüm, ruhun atılımıdır. Burada insanın tutkularına kapılmadan, ölçülü ve düzenli bir ruh hali içinde hareket etmesi gerektiği söz konusudur. Yani doğru şeylere yönelirken aşırıya kaçmadan, sakin ve bilinçli bir şekilde ilerlemek önemlidir. Üçüncü bölüm, eylem ve davranış kurallarıdır. Bu kısımda da insanın düşüncelerinin ve ruhsal atılımının, davranışlarına da yansıması gerektiği ifade edilir. Sadece doğru düşünmek yetmez; bu düşünceye uygun davranışlar sergilemek de gerekir. Yani insanın iç dünyası ile dış dünyası uyumlu olmalıdır. Eğer bu üç bölümden biri eksik olursa geri kalanlar kargaşa içine düşerler. (Seneca, 2020: 341-342). Bu durumda insanın yaşamı karışıklığa ve içsel huzursuzluğa

sürüklenebilir. Hâlbuki iyi yaşam için doğru değer yargısı, ölçülü bir ruh hali ve doğru davranış bir bütün olarak gereklidir. Seneca felsefenin doğa ile ilgili bölümünü de şu şekil de ele alır:

> Felsefenin doğal bölümü ikiye ayrılır: bedensel ve bedensel olmayan bölümler. İkisi de deyim yerindeyse alt basamaklara ayrılır. Bedenseller sınıfının ilk basamakları yaratıcı ve bunların yarattığı varlıklardır. Öğelerde bu basamaklardan doğar; öğelerin meydana getirdiği takım, kimilerinin sanısına göre sadedir. Başkaları da onu maddeye, her şeyi devindiren nedene ve öğelerine bölerler. (Seneca, 2020: 342)

Görüldüğü üzere bedensel olanlar, yani fiziksel, somut varlıklarla ilgili kısımda iki aşama vardır: Birincisi yaratıcılar (yani dünyayı ve doğayı oluşturan temel ilkeler, güçler, nedenler); ikincisi yaratılan varlıklar (bu ilkelerin ortaya çıkardığı somut şeyler (taşlar, ağaçlar, hayvanlar vb.). Seneca burada doğadaki varlıkların nasıl oluştuğuna dair farklı görüşlere de değinir. Kimilerine göre her şey sade bir bütün hâlinde var olur, çok fazla parçaya ayrılmaz. Başkalarına göre ise her şey madde (varlıkların özü, yani yapı taşı), her şeyi devindiren neden **(**maddeyi harekete geçiren güç, yani etkin ilke (örneğin Tanrısal akıl ya da doğa yasası gibi düşünülebilir)) ve öğelere (su, ateş, hava, toprak gibi doğayı oluşturan temel unsurlar) ayrılır.

Seneca felsefenin ussal bölümü olan mantığı da ele alır ve der ki 'konuşmalar ya sürekli bir anlatım hâlindedir (retorik olur) ya da soru-cevap şeklinde ilerler (diyalektik olur)'. Sonra bu iki konuşma tarzının özelliklerinden şöyle bahseder: Retorik, sözcüklerle, sözcüklerin anlamlarıyla ve sözcüklerin nasıl düzenlendiğiyle ilgilenir. Yani, etkili ve güzel konuşmayı amaçlar. Diyalektik ise iki şeyi inceler: sözcükler ve sözcüklerin taşıdığı anlamlar. Bu, söylenen konuyla ve bu konuyu anlatan sözler demektir. Son olarak Seneca, bu iki ana bölümün (retorik ve diyalektik) kendi içlerinde daha ayrıntılı alt konulara da ayrıldığını söyler ama bunları tek tek ele almaz bunlardan bahsetmez (Seneca, 2020: 342).

Seneca'da felsefenin amacına ve doğasına bakıldığında felsefe, halkı eğlendirmek için yapılan bir gösteri ya da boş vakit uğraşı değildir. Sözde kalan bir bilgi de değildir, eyleme önem verir. İnsanın yaşamını düzenler, ruhunu şekillendirir ve eylemlerine 'doğru' yön verir, yapılacak işleri gösterir. Seneca, felsefeyi bir gemiyi fırtınalı denizde yöneten dümen gibi düşünür; tehlikeler arasında yön bulmak için ona ihtiyaç vardır. Hayatta karşılaşılan zorluklar ve karar anlarında felsefe rehberlik eder. Onsuz, insan korkusuz ve güven içinde yaşayamaz. Hayat sürekli değişen ve karar vermemizi gerektiren olaylarla doludur. Böyle bir dünyada doğru karar verebilmek için felsefeye danışmak, yani felsefenin ilkelerine başvurarak ondan akıl sormak gerekir (Seneca, 2020: 76). Yani Seneca felsefenin yaşamsal bir rehber olduğunu,

insanın güvenli ve erdemli bir yaşam sürebilmesi için felsefeye sürekli danışması gerektiğini savunur.

Seneca, felsefenin gerekliliğine yönelik şöyle bir itirazı da ele alır: 'Mademki her şey kaderin elindeyse ya da Tanrı tarafından belirleniyorsa, o zaman felsefe bize ne kazandırır?' Seneca bu soruyu soranlar için böyle bir düşüncenin yüzeyde mantıklı gibi görünse de hatalı olduğunu ima eder (Seneca, 2020: 76-77). Çünkü Stoacı düşünceye göre kader ya da tanrısal düzen, bizim dışımızdaki olayları belirler fakat bizim bu olaylara nasıl yaklaşacağımız, nasıl tepki vereceğimiz bizim erdemli ya da erdemsiz oluşumuza bağlıdır. İşte burada felsefe devreye girer; felsefe, değiştirilemeyen şeyler karşısında doğru bir tutum geliştirmeyi, içsel özgürlüğü korumayı öğretir. Kısacası, her şey önceden belirlenmiş olsa bile felsefenin insanın kendi ruhunu, kararlarını ve tutumunu eğitmek için bile vazgeçilmezliği söz konusudur. Felsefe, rastlantıların ve dış tehditlerin etkisini yenecek kadar sağlam bir koruma sağlar. İnsan, felsefe sayesinde dışarıdan gelen kötülüklere karşı direnç kazanır; saldırılar ya ona zarar veremez ya da ona yöneltilen zararları güçlenerek geri çevirir. Yani felsefe, insanı hem savunur hem de ona karşı gelenlere üstün gelir hale getirir (Seneca, 2020: 179-180).

Seneca felsefenin insanlığa ne vaat ettiğini, insana ne vaat ettiğini, insanın ne işine yaradığını ve insana ne öğrettiğinden de sıklıkla bahseder. Böylece iyi yaşamın inşasında felsefenin insana sunduğu imkânları açıklar. O halde felsefe insanlığa ne vaat etmektedir? Seneca'ya göre insanlar ölüm korkusu, fakirlik, hastalık, başkalarının kötü niyeti ve kendi isteklerinin işkencesi gibi nedenler altında ezilmektedirler. Biri yoksulluktan korkarken bir diğeri sahip olduklarını kaybetmekten korkmaktadır. Kimi insanlar çevresinden, kimileri ise tanrılardan gelen felaketlerden zarar görmektedir (Seneca, 2020: 163). Seneca burada felsefeye şöyle bir sesleniş yapar:

> Bu çocukça oyunları neden çıkarıyorsun karşıma şakanın sırası mı şimdi? Seni mutsuzlar için yardıma çağırdılar, deniz kazasına uğramışlara, esirlere, hastalara, fukaralara, başlarına baltanın inmesini bekleyen mahkûmlara yardım vaat ettin sen, ne diye oyalanıp duruyorsun? Ne yapıyorsun? Birlikte oynadığın şu insan korkuyor: Darağacının ipini boynunda hissedip korku içinde olanlara iplerini kesip yardım et. Her köşeden ellerini uzatıyorlar sana; yaşamları yıkılmış, mahvolmak üzere olanlar bir yardım diliyorlar senden; tek umutları, destekleri sensin onların; böylesine bir çalkantıdan onları kurtarmanı istiyorlar ısrarla; parçalanmış, başıboş, avare kalmışlar, gerçeğin parlak ışığını görmeni istiyorlar senden. (Seneca, 2020: 163)

Seneca'ya göre felsefenin asıl görevi, insan doğanın basit ve sade yasalarını öğretmek, gerçek ihtiyaçları göstermek, gereksiz korkuları ve aşırı istekleri yok etmektir. Çünkü doğaya uygun yaşayan bir insan için yaşam tatlı ve kolaydır. Ama toplumun batıl inançlarına ve boş değer yargılarına uyanlar için hayat acı ve çırpıntılıdır. Felsefenin bazı alanları veya tartışmaları (örneğin mantıksal oyunlar, laf cambazlıkları) insanların gerçek acılarını hafifletmeye yetmez. Hatta sadece işe yaramamakla kalmaz, bazen zarar da verebilir. Mesela, bu tartışmalar aşırı istekleri yatıştırıyor mu? Korkuları yok ediyor mu? İnsanları kaderle mücadele edecek şekilde güçlendiriyor mu? Hayır, diyor Seneca. Sadece kuru teoriler üretip insanı oyalıyorlar. Üstelik Seneca, kendi dönemini göz önünde bulundurarak, felsefenin artık mahkemelerde (praetorların yaptığı gibi) insanların açıklarını yakalamak ve onları kelime oyunlarıyla tuzağa düşürmekten ibaret hale geldiğini belirtir. Felsefenin kuru tartışmalarla, laf oyunlarıyla (örneğin 'eğer böyleyse şöyle olur' gibi mantık oyunlarıyla) boş yere oyalandığını söyler. İnsanların kaderle savaşacak şekilde güçlendirilmesi gerekirken onların teorik bilgiyle meşgul edildiğini vurgular. Bu nedenle gerçek bir felsefi eğitim verilmek yerine bir tür ayak oyununun sahnelendiğini ifade eder. Böylece felsefenin, insanların kurtuluşu için çalışması gerekirken onları daha da zor durumda bırakacak hileli yollar aramakla meşgul olduğunu belirtir (Seneca, 2020: 163-164). Oysaki felsefe, insanı acılardan, korkulardan, aşırı isteklerden kurtarıp özgürleştirmelidir. Yaşamın basitliğini ve doğallığını öğreterek güçlendirmelidir. İnsana cesaret vermeli, insanın tutkularını yatıştırmaya yardımcı olmalı kısacası yaşama kılavuzluk etmelidir.

Felsefe insana ne vaat eder? Seneca'ya göre felsefe insana Tanrı'ya eşit bir konumda yükselmeyi vaat etmektedir. Yani felsefenin amacı, insanı erdemli, bilge ve kendi doğasına uygun bir varlık hâline getirmek, tanrısal olana en çok yaklaşabileceği noktaya getirmektir. Bu yüzden, Seneca felsefenin laf oyunlarına, gösterişli teorilere değil, gerçek ve sade bir yaşam öğretisine dayanması gerektiğini düşünür. Sevgili dostu Lucilius'a öğüt verir ve filozofların yersiz ayrıcalıklarından ve öğütlerinden kaçması gerektiğini, asıl hedefe, yani katıksız iyiliğe, erdemli yaşama yönelmesi gerektiğini söyler. Çünkü zaten hayat kısa ve zaman kıymetlidir. Eğer uzun bir ömrümüz olsaydı bile vaktimizi boş şeylerle tüketmememiz gerekirdi. Şimdi zamanımız daha da azalmışken gereksiz şeylerle oyalanmak çılgınlıktır (Seneca, 2020: 164). Seneca felsefenin insana daha başka birçok şey vaat ettiğini de açıklar. Felsefe sağduyulu olmayı, insanca davranmayı ve toplumsal uyumu (insanlarla uyum içinde yaşamayı) vaat eder. İnsan, doğasına uygun bir hayat sürmeyi amaçlar. Fakat bazı kişiler, "felsefe yapıyorum"

diyerek doğadan uzaklaşmaktadırlar. Kendilerine aşırı eziyet etmektedirler, pislik içinde yaşamayı fazilet sanmaktadırlar, kokmuş, iğrenç şeyler yemekten hoşlanmaktadırlar ve belki de erdem saymaktadırlar. Seneca bu tutumu eleştirmektedir. Ona göre felsefe insandan acı çekmeyi değil, ılımlı ve sade bir yaşamı ister. Bu minvalde ne lükse düşkün olmak doğrudur ne de gereksiz şekilde kendine eziyet etmek. Doğru olan; hayatımızın ölçülü ve sade olmasıdır, bakımsız ve dağınık olması değil. İnsanlar bizim hayatımıza bakınca gösterişli eşyalarımıza değil, karakterimize, kişiliğimize hayran olmalıdır. Dolayısıyla mesele zenginlik veya fakirlik değil, eşyaları aşırı önemseyen ya da varlık altında ezilen kişinin zayıf ruhlu olmasıdır. Mesela çanak çömleğini gümüş takım gibi kullanan kişi büyüktür, güçlüdür lakin gümüş takımlarını çanak çömlek gibi kullanan kişi de daha küçük ya da daha güçsüz değildir (Seneca, 2020: 41-42).

Felsefe insanın ne işine yarar? Seneca'ya göre felsefe, insanın zorunluluklar karşısında özgür kalmasını sağlar. Hayatta kaçamayacağımız şeyler vardır: zorunluluklar ve kaderin getirdikleri. Bunlardan kaçmak mümkün değildir, onları aşmak ve yenmek mümkündür ki bu noktada, felsefe devreye girecektir. Felsefe, insana kendi yolunu açmayı öğretir. Sağ salim, güven içinde ve gerçekten mutlu olmak isteyen biri için felsefeye sığınmak doğru bir seçimdir. Çünkü felsefe, insanı akılsızlık ve ihtirasların esareti gibi tehlikelerden kurtarmaya yardım eder. Bilgelik ve felsefe sayesinde gerçek özgürlüğe ulaşmanın yolu açılır. Bilgeliğe giden yolda kesin adımlarla yürümek ve her şeyin üstesinden gelmek için akla boyun eğmek gerekir. Akıl ve bilgi sayesinde insan ne istediğini ve ne yapacağını bilir. Böylece olaylar içinde sürüklenmek yerine kendi yönünü tayin edebilir (Seneca, 2020: 137-138). Öyle ki felsefe, insanın kendi kendisinin efendisi olmasına yardım eder çünkü insanı zorunluluklara ve tutkulara köle olmaktan kurtarır. Felsefe sayesinde insan, hem kader karşısında bilinçli olabilir hem de özgür iradesiyle yaşayabilir, hatta bilgelikle yaşama gücü edinebilir.

Felsefe insana ne öğretir? Felsefenin amacı, insanların sadece güzel sözler söylemesi değil, yaşam biçimlerini doğru şekilde kurmalarıdır. Dolayısıyla felsefe esas olarak davranışı öğretir, konuşmayı değil. Sözlerin yaşamla uyumlu olması ise hem bilgeliğin işareti hem de bilgenin sorumluluğudur. Hatta Seneca söylem ve eylem uyumsuzluğunun utanç verici olduğunu da şöyle dile getirir: “Bize yöneltilebilecek en yüz kızartıcı şey, bizim felsefe dilini kullanıp da felsefenin gerektirdiği eyleme geçememizdir” (Seneca, 2020: 104). Yani kişi,

söylediği şeyleri yapmalı, savunduğu ilkelere göre yaşamalıdır, yaşantısı tutarlı olmalıdır. Tüm eylemlerinin bütün renkleri uyum içinde olmalıdır. Bilge kişi her zaman kusursuz adımlarla ilerlemese bile aynı doğru yolda yürümeye devam eder. Bu seviyeye ulaşmak zor bir iştir. Çok az kişi bunu başarabilir ama imkânsız değildir. Bu çerçevede Seneca kişisel bir uyarıda bulunur. Buna göre kişi kendini gözlemlemeli, yaşamındaki tutarsızlıkları fark etmelidir. Örneğin dış görünüşü sade ama evinde gösteriş mi var? Kendi için cömert, başkalarına karşı cimri mi? Eğer bu gibi çelişkiler varsa, kişi tek bir düzen ve tutarlı bir yaşam ölçüsü seçmeli ve bütün hayatını bu ölçüye göre düzenlemelidir (Seneca, 2020: 88). Çünkü felsefe, insana nasıl tutarlı bir hayat süreceğini öğretir. İnsanın söyledikleriyle yaptıklarının uyum içinde olmasını, kendi kendine sadık kalmasını ve hayatını belirlediği bir ilkeye göre düzenlemesini sağlar. Erdem de insanın hayatını düzene sokmasında büyük bir etkendir. Bu bağlamda erdem ve felsefe ilişkisine bakıldığında erdem ile felsefenin birbirinden ayrılamaz bir bütün olduğu fark edilir. Felsefe, erdemin öğrenilmesidir. Erdem ise ulaşılmak istenen, varılması gereken hedeftir. Ama burada özel bir vurgu yapar Seneca, örneğin; uzaktan nişan alan bir insan başka bir yere ok atar, yine bir şehre gitmek için şehir dışında bir yoldan ilerlenir. Erdem böyle bir hedef değildir. Erdeme erdem yoluyla ulaşılır. Başka bir yerden dolanarak, erdem dışı bir şey yaparak erdeme varılmaz. Felsefe ve erdem yolda ve hedefte birleşir. Felsefe hem yoldur hem de yolda ilerlerken yaşanan erdemdir. Bu yüzden Stoacılar şöyle düşünür: Erdemsiz felsefe olmaz, felsefesiz erdem de olmaz (Seneca, 2020: 340). Çünkü erdem yalnızca teorik bir bilgi değildir; yaşanarak ve uygulanarak kazanılır. Erdemi aramak, felsefi bir hayatı benimsemeye başlamakla eşdeğerdir. Felsefe de sadece bir düşünce alıştırması değil, doğrudan yaşanan bir hayat biçimidir. Bu nedenle felsefe, yalnızca bir araç değil, aynı zamanda hedefin bir parçasıdır. Erdemin temelini oluşturan doğru düşünceyi öğretir ve doğru eyleme öğütler yoluyla yön verir. Böylece felsefe, hem gerçeğe inancı hem de kendine güveni besleyerek ruhu erdeme hazırlar. Bu noktada Seneca şöyle der:

> Erdem ikiye ayrılır: gerçeğin gözlemi ve eylem. Felsefe öğretimi, gerçeğin gözlemini verir bize; uyarı da eylemi. Doğru eylem, erdemi hem uygular hem ortaya koyar. Öğüt veren, eyleme geçecek olana yararlı ise, uyaran da yararlı olacaktır. O halde doğru eylem erdem için zorunlu ise, uyarı da doğru eylemleri gösteriyorsa, uyarı da zorunlu olur. Ruha en çok güç veren iki şey vardır: gerçeğe inanma ve kendine güven; ikisini de oluşturan uyarıdır. Çünkü hem gerçeğe inanılır hem de inanılınca ruh yüce düşünceler edinir, güvenle dolar: O halde uyarı yararsız bir şey değildir. (Seneca, 2020: 378-379)

Görüldüğü gibi erdemin bilgi ve eylem olmak üzere iki yönü vardır. Felsefe, bilgiyi; uyarı ise eylemi yönlendirir. Çünkü doğru eylem olmadan erdem gerçekleşmez; uyarılar da doğru eyleme yön verdiği için zorunludur. Ayrıca, insan ruhunu güçlendiren şey hem gerçeğe inanması hem de kendine güvenmesidir ve bu ikisi de uyarılarla gelişir. Erdemin bilgi ve eylemin birleşiminden oluştuğu açıktır ve felsefi uyarılar da erdemli yaşamak için vazgeçilmez bir destektir. Hatta bu bağlamda Seneca'nın şöyle bir sözü vardır: "Oysa felsefeyi kendine bir deva bulmak için kullanan kişinin ruhu geniştir, güven doludur, erişilmez yüceliktedir; kendine yaklaştıkça kişiyi daha ulu kılar. Büyük dağlara benzer bu iş: Bu dağlara uzaktan bakılınca dorukları küçük görünür, ama yaklaştın mı, tepelerinin ne kadar sarp, ulu olduğu meydana çıkar" (Seneca, 2020: 441). İşte tıpkı bu büyük dağlara benzer şekilde, erdem de ancak eğitilmiş, iyi yetiştirilmiş ve sürekli alıştırmalarla doruğa erişmiş bir ruhta gerçek anlamda var olabilir. Çünkü Seneca'ya göre, biz erdeme ulaşmak için yaratılmış olsak da ona doğuştan sahip değiliz. En iyi doğmuş olanlarımızda bile eğer bu hedef doğrultusunda çalışılmazsa, sadece erdemin ham maddesi bulunur; gerçek erdem ise bulunmaz (Seneca, 2020: 357). Fakat erdemler bir kez ruhta kök salınca, onları korumak kolaylaşır ve onlardan vazgeçmek güçleşir. Ancak erdemlere ulaşmanın ilk adımları zorludur çünkü insan, henüz denemediği şeylerden çekinir, korkar bu da aslında ruhun henüz yeterince güçlenmediğinin, başka bir deyişle de zayıf bir ruhun göstergesidir. Bu yüzden Seneca, bu yolu tutabilmek için ruhumuzu zorlamamız gerektiğini söyler. Başta zorlayıcı görünse de, iyileşme başladıkça bu süreç bize zevk vermeye başlayacak ve bundan hoşlanır hale geleceğiz. Diğer tedavilerde insan ancak iyileştikten sonra mutluluğu hissederken, felsefe hem kurtarıcıdır hem de süreç boyunca tatlı bir yol sunar (Seneca, 2020: 170). Yani felsefe başlangıçta çaba gerektirse de ruhu güçlendiren ve zamanla zevk veren bir iyileşme yoludur.

"Felsefe, yaşamın yasasından başka nedir ki?" (Seneca, 2020: 377). Seneca, Stoacı Ariston'un "Yalnız felsefenin prensiplerini ve en büyük iyi'nin tarifini bilmek çok faydalıdır," düşüncesine dayanarak felsefenin temel ilkelerini ve en büyük iyi'nin (yani erdemli, doğru yaşamın) ne olduğunu bilen bir kişinin, artık hayatının her alanında ne yapması gerektiğini kendi kendine doğru biçimde belirleyebileceğini savunur. Tıpkı ok atmayı öğrenen birinin sadece belirli bir hedefi değil, istediği her hedefi vuracak beceriyi kazanması gibi felsefeyi anlayan kişi de hayatın sadece belli anlarında değil, bütünüyle doğru yaşamayı bilir hale gelir. Artık o kişinin bölük pörçük tavsiyelere ihtiyacı yoktur; çünkü ne yaparsa yapsın doğru yapacak

bir ölçüye, bir bilince sahip olacaktır, nasıl iyi yaşayacağını bilecektir (Seneca, 2020: 367-368). Görüldüğü üzere felsefi bilgi hayatın bütününe yön veren kapsamlı bir yetkinlik kazandırabilmektedir. Bu nedenle, felsefenin amacı insana yalnızca tek tek durumlar için değil, hayatın bütününe yayılan bir doğru yaşama yetisi kazandırmaktır. Ancak bu yetkinliğe ulaşmak, doğuştan gelen bir özellik değil, sürekli bir eğitim ve bilinçli çaba gerektirir. Çünkü doğa insana erdemi kendiliğinden vermez; iyi insan olmak, ustalıkla geliştirilen bir sanattır (Seneca, 2020: 327). Dahası, sadece iyi niyet yeterli değildir; doğru eylem, sağlam bir ruh tutumu ve yaşam yasalarını tam anlamıyla özümsemiş bir bilinçle mümkündür (Seneca, 2020: 400-401). Bu noktada Seneca şunu der: "Eylem, iyi niyet olmadan iyi dürüst olmaz; çünkü eylem iyi niyetten doğar. Buna karşılık ruhun tutumu iyi değilse niyet de iyi olmayacaktır, çünkü niyet de bu tutumdan doğar. Ayrıca bütün yaşam yasalarını özümsememişse, herhangi bir konuda ne düşünmesi gerektiğinde kararlı değilse, olayları gerçeğine indirgememişse, ruhun tutumu da iyi duruma gelmeyecektir" (Seneca, 2020: 400-401). Görüldüğü üzere ruh eğitilmedikçe ne niyet ne de eylem gerçekten iyi olabilir.

Seneca, felsefenin insan ruhuna olağanüstü bir güç kazandırdığını ve onu neredeyse Tanrılarla eşit bir seviyeye yükseltebileceğini ifade eder (Seneca, 2020: 179). Önerisi şudur: "Bütün düşüncelerini felsefeye ver, onun önünde hazır ol, ona saygı göster, seninle başkaları arasında büyük bir mesafe olsun, tanrılar senden çok ileride olmasınlar" (Seneca, 2020: 179). Seneca'ya göre Tanrılarla insanlar arasındaki fark, Tanrıların daha uzun zaman var olmalarıdır. Tanrılar için bütün çağlar açıkken, bir bilge için kendi çağı açıktır. Bilge'nin Tanrı'ya üstün olduğu bir nokta vardır. Tanrılar doğaları gereği korkusuzdur, oysa bilge insan bu korkusuzluğu kendi iradesi ve bilgeliğiyle elde eder (Seneca, 2020: 179-180). Denilebilir ki felsefe, insanı geçici olayların, rastlantıların sarsıcı etkilerinden korur; ruhu öylesine sağlamlaştırır ki dış etkiler ona zarar veremez. Böylece insan Tanrılara yaklaşacak kadar yücelebilir. Bu şekilde bilgeliğe de erişebilir. Bu doğrultuda Seneca, bilgelik kavramını da istikrar ve tutarlılık üzerinden tanımlar. Ona göre bilgelik, her zaman aynı şeyi istemek ya da aynı şeyden kaçınmaktır; ama bu tutarlılık, yalnızca istenen şey doğru olduğu sürece değerlidir. Çünkü yalnızca doğru olan, insanda bir tatmin yaratabilir, diğer türlü doğru olandan başkası, insanın hep hoşuna gitmez. Çoğu insan ne istediğini tam bilmez, kararları sürekli değişir ve hayatı bir oyun gibi yaşar. Hâlbuki insan başladığı işi devam ettirmeli, kararlılıkla ilerlemelidir. Belki

bunun sonuna ulaşabilir ya da sona varamadığını kendisinin bileceği bir yere kadar gelmiş olabilir (Seneca, 2020: 89).

Sonuç olarak Seneca, hangi görüş doğru olursa olsun ister her şey kadere bağlı olsun, ister Tanrı her şeyi yönetsin, ister rastlantı hâkim olsun, insanın yine de felsefeye ihtiyaç duyduğunu söyler. Çünkü felsefe, hangi koşulda olursa olsun, insanı ruhen koruyacak ve ona nasıl davranması gerektiğini gösterecektir. Eğer Tanrı her şeyi düzenliyorsa insanın seve seve uyum göstermesini, eğer kader kaçınılmazsa başı dik kabullenmesini, eğer rastlantı varsa da ona sabırla katlanmasını öğretecektir, kazandıracaktır (Seneca, 2020: 77). Seneca felsefeyi, hayatın hangi güç tarafından yönetildiğinden bağımsız olarak insana uyum ve direniş erdemi kazandıran bir rehber olarak görmektedir ve insana şöyle seslenir:

> Uyanalım o halde, hatalarımızı ortaya çıkarabilmek için açalım gözlerimizi. Gözlerimizi açabilecek olan yalnız felsefedir; bu ağır uykuyu bir tek o dağıtır. Kendini olduğu gibi bırak ona. Sen felsefeye layıksın, o da sana layıktır. Atılın birbirinizin kollarına. Başka işleri reddet; şiddetle, açıkça reddet. Felsefeyle uğraşman gelip geçici bir şey değildir. Eğer hasta olsaydın ailenin işleriyle uğraşmaktan geri kalacaktın, forum'daki uğraşılarına son verecektin. Seni mahkemeye çağıran bir kimseye iyi bir gününde bile yardım edecek kadar değer vermeyecektin. Bütün ruhunla, elinden geldiğince çabuk kurtulmaya çalışacaktın hastalıktan. Peki, şimdi de aynı şeyi yapman gerekmiyor mu? Bütün engelleri kaldır ve kendini bilgeliğe ver. Başka şeylerle meşgul olan kimse ona ulaşamaz. Felsefe kendi krallığında yapar alıştırmalarını. Zaman kaybettirmez insana, zaman kazandırır. Kaçamak zamanların işi değildir, düzenli ama zorunlu çalışmadır; hep hazır olmanı ister. (Seneca, 2020: 179)

Görüldüğü üzere felsefe ruhun 'ağır uykusundan' uyanmasını sağlar; insanı hatalarının ve eksiklerinin farkına vardırır. Bu yüzden felsefeyle uğraşmak, boş zaman işi değil, yaşamın merkezine yerleştirilmesi gereken zorunlu ve sürekli bir çalışmadır. Seneca, felsefeye olan bağlılığı, hastalıkla mücadele ederken gösterdiğimiz titizlikle kıyaslar; nasıl ki hastalıktan kurtulmak için her şeyi bırakır ve iyileşmeye odaklanırsak, ruhsal kurtuluş için de aynı kararlılığı göstermemiz gerekir. Böylece, felsefe iyi yaşamak, içsel huzuru bulmak ve yaşamdan pişman olmamak için sadece düşünsel bir egzersiz olmanın ötesine geçerek yaşamın her anında uygulanan bir rehber haline gelir.

2.4. İyi Yaşamın İnşası için Ruh Dinginliği

Seneca insanın hayatta olduğu sürece nasıl yaşaması gerektiğini anlatır. Bu konuda geçen zaman karşısında insanın, zamanı nasıl verimli kullanacağını da belirlemiştir. Eğer insan yaşamda zamanı göz önüne alan bir planlama yapacaksa bilhassa güneşle birlikte güne

uyanmalıdır. Hatta insanın daha ileriye dönük hedefleri varsa ilk ışıklardan önce kalkması gerekir. Bu şekilde güne uyanan insan daha fazla boş zamana sahip olacağı gibi hedeflerini gerçekleştirmeye de daha yakın olacaktır. Birçok insan vardır öğlen uyanır ki birçokları da öğlen sonu kalkar ve o kimseler için bu kalkma vakti bile erken sayılır. Seneca'ya göre bu şekilde yaşamı sürdürmek günün ve gecenin işlerini altüst etmek demektir. Bu kimseler günün ışığından mahrum kaldıkları için onlara 'kendilerini diri diri gömenler' denilebilir. İnsan çalışan bir varlık olmalıdır ve çalışan kimse için hiçbir gün uzun değildir. Çünkü çalışmak sabitlik değil, hareketlilik taşır. Hareket, yaşamın uzaması için yaşayanın görevidir ve yaşadığının da delilidir. Sonuç olarak hem çalışmalıyız hem de gece geçireceğimiz zamanı gündüze aktarmalıyız. Lakin bazı ruhlar gündüzden nefret eder ve bütün yaşamı geceye aktarır zevk ve eğlenceye dalarak doğru yoldan sapar, bundan dolayı bu ruh bozulabilir ve o ruhun kusurları doğayla çatışır hale gelir çünkü doğaya uygun olandan da sapma söz konusudur (Seneca, 2020: 480-482). Bu noktada Seneca, doğaya uygun yaşama ilkesini yanlış anlayarak alışılmadık davranışlara yönelenleri şöyle eleştirir:

> Her şeyin ilke olarak doğaya aykırı, alışkanlıklarına da uygun olmasını istedikleri için, en sonunda doğa ile toptan ilişkilerini kestiler. "Sabah oluyor; uyku zamanı geldi. Herkes dinleniyor şimdi, biz idman yapalım, gezmeye çıkalım, öğle yemeği yiyelim. Artık gün doğmaya başlıyor, akşam yemeği vakti geldi! Halkın yaşadığı gibi yaşamayalım biz. Herkesin gittiği aşınmış bir yoldan gitmeyelim. Herkesin günü kendinin olsun' sabah bize özgü, sadece bizim olan bir şey olsun!" (Seneca, 2020: 482)

Ruhlarını bozmayan ve doğayı izleyenlerin alışkanlıkları kolay ve basittir. Ancak ruhlarını bozanların alışkanlıkları herkesten ve birbirlerinden farklıdır. Öyle ki bu kimseler sıradan yaşamın bıkkınlığı ve nefretinden ötürü kendi alışkanlıklarını sergilemektedirler. Giyimleri, kaliteli yiyecekleri, lüks arabaları ile başka kimselerden ayrıldıkları gibi zamanlarını yönetmek konusunda da ayrıcalıklı olmak isterler. Alışılmış yanlışlara düşmek istemezler başka yanlışlara düşerler ve bu sayede kötü ün kazanırlar. Bu ünü elde eden birçokları vardır (Seneca, 2020: 484-485). Hâlbuki iyi bir yaşam için iyi bir ün kazanmak yeğ tutulmalıdır (Seneca, 2020: 488). "…biz doğanın gösterdiği yolu tutmalı, ondan ayrılmamalıyız. Onun yolunu izleyenlere her şey kolaydır, açıktır. Tersine ona karşı direnenler için yaşam, akıntıya kürek çekmekten başka bir şey değildir" (Seneca, 2020: 485). Bilindiği gibi zenginlik, zevkler, güzellik, mevki hırsı ve hoşa giden birçok şey insanı kendine doğru çeker. Çaba, ölüm, acı, yoksulluk gibi birçok şey de insanı uzaklaştırır. Burada insan, yaşamını ne kendisine saldıran şeylere karşı korkarak ne de kendisini çeken şeylere karşı can atarak yaşamalıdır. İnsan kendini her ikisiyle

de savaşır pozisyonda tutmalı ve buna kendini alıştırmalıdır (Seneca, 2020: 488). Çünkü bu savaş halinde insan zevkin aşağı bir şey olduğunu, şan'ın kaygan bir tarafı olduğunu, fakirliğin onu sevmeyen kimse için kötü olduğunu, ölümün de kötü olmadığını ve herkes için eşitlik taşıdığını daha iyi fark edebilecektir. Bu sayede hiç kimsenin rastlantıyla iyi olmayacağını mücadeleyle, erdemin öğrenilmesiyle ve çabayla iyi olabileceğini de fark edebilecektir (Seneca, 2020: 489).

İnsanın yaşam biçimi, konuşmasında kendini ele verir çünkü insan, nasıl yaşıyorsa öyle konuşur. Bu yalnızca birey için değil, toplum için de geçerlidir (Seneca, 2020: 443). Halkın yaşam tarzı, diline ve söylemine yansır. Bu nedenle, bir toplumun sözleriyle davranışları arasında bir bağ vardır. Bu ilişkinin kaynağında ise ruh yer alır. İnsanın ruhu, yaşamını belirler. Düşünceleri, sözleri, eylemleri hatta yüz ifadesi ruhundan doğar. Bu yüzden insanın öncelikle ruhuna özen göstermesi gerekir. Çünkü ruh sağlıklı ve güçlü olduğunda, bu güç tüm benliğe yansır; ama ruh zayıfladığında, insanın geri kalan yönleri de çözülmeye başlar. Seneca'ya göre, ruh insanın kralıdır. Eğer ruh yönetici konumundaysa, diğer her şey ona uyum sağlar. Ancak ruh sefahate, zevke ve ihtirasa teslim olursa, iç düzen yıkıma uğrar. Bu durumda ruh artık bir kral değil, bir zorba hâline gelir. Ne zaman erdemli ve ölçülü davranışlar emrederse kraldır; fakat ne zaman açgözlülük, ihtiras ve şehvet yön vermeye başlarsa o zaman tirana dönüşür. Gerçek özgürlük ve bilgelik, ruhun kendisini tanımasında yatar. İnsan, arzularında ölçülü olmalı; bedenin sınırlı doğasını ve yaşamın kısa olduğunu aklından çıkarmamalıdır (Seneca, 2020: 449-450). Ruhun hükümranlığı ne kadar ölçülü ve erdemli olursa, yaşam da o kadar sağlam ve anlamlı olur. Ruh, insan yaşamının yöneticisidir. Onu eğitmek, sadece konuşmayı ve davranışları değil, tüm varoluşunu düzene koyar. Varoluşu düzene konulmamış bir ruh karmaşa içerisindedir.

Bireyin yaşamında sorgulaması gereken, kendisi için gerçekten zorunlu olanın ne olduğu ve ona hakiki anlamda fayda sağlayacak olanın ne olduğudur (Seneca, 2020: 438). Seneca, ahlaki yaşamın temelini, insan doğasının anlaşılmasına dayandırır. Yani, 'Nasıl bir ahlakım olmalı? Ne yapmalıyım, neden kaçınmalıyım?' gibi sorulara doğru yanıtlar verebilmek için önce yaratılışını incelemelidir (Seneca, 2020: 474). İnsan, rasyonel bir varlıktır ve bu akıl, onu hem diğer canlılardan ayırır hem de nasıl yaşaması gerektiğini belirler. Dolayısıyla insan, ancak kendi doğasına, yani rasyonelliğe, erdeme, ölçülülüğe, kendine hâkimiyete uygun

hareket ettiğinde iyi bir yaşam sürebilir. Eğer insan doğasını bilmezse, hangi davranışın iyi, hangisinin kötü olduğunu da bilmekte zorluk çeker. İnsan iyi yaşamak istiyorsa felsefenin bilindik 'kendini tanı' düsturu ile hareket etmelidir. Böylece ne olduğunu bilen insan nasıl yaşaması gerektiğini de daha iyi bilebilir.

Kendini tanımayan insanda birçok çelişki ve dengesizlik görülür. Ruhsal dengeden yoksun bu ruhun belirtisi insanın kendi kimliğinden uzaklaşması şu veya öteki kişinin kimliğine girmesidir (Seneca, 2020: 473). Böyle bir kişi, kendi kimliğini kuramamış, sürekli başkalarının yaşam tarzlarına, tavırlarına veya düşüncelerine öykünen biridir. Kendi iç dünyasında sağlam bir merkezden yoksun olan kişi, tıpkı bir tiyatro oyuncusu gibi farklı maskeler takarak farklı rollere bürünür. Bu nedenle Seneca'ya göre en utanç verici durum, insanın kendisiyle bir bütün olmamasıdır. Bir tek kişinin rolüne girmek büyük bir şeydir ve bilgeden başka kimse de bir tek kişinin rolünde değildir. Bilge insan, tek bir kimliğe, tutarlı bir ahlaki duruşa sahiptir. Bu kişi, değişen koşullara göre karakterini ya da değerlerini değiştirmez. Oysa çoğumuz ki Seneca burada kendisini de katar ve bu çoğunluk içinde sayar; kararsız, tutarsız, dağınık bir hayat yaşarız. Bir gün ciddi ve ölçülüyken ertesi gün savurgan ve keyfine düşkün olabiliriz. Seneca'nın deyimiyle 'Hiç durmadan rol değiştiririz, çıkardığımız maskenin tam tersini takarız' (Seneca, 2020: 473). Seneca'nın önerisi nettir: "Nasıl görünmeye karar verdiysen, öyle kal sonuna kadar. Yapabilirsen övülmeni sağla ya da hiç olmazsa herkes tanısın seni" (Seneca, 2020: 473). Görüldüğü üzere günlük yaşantısında sürekli değişip duran bir kişinin kim olduğunu artık kimse tanıyamaz; çünkü o kişi zaten kendisi de kim olduğunu bilmemektedir. Oysa insan seçtiği kimliğe sadık kalmalıdır. Bu sadakat, yalnızca dış görünüşte bir istikrarı değil, içsel bir bütünlüğü de gerektirir. İnsan ya erdemli bir yaşamla takdir kazanmalı ya da hiç olmazsa öyle bir tutarlılığa sahip olmalıdır ki, çevresindekiler onun kim olduğunu açıkça tanıyabilsin.

Hiç kimsenin yarına çıkacağının garantisi yokken, insanın sanki yaşam sonsuza dek sürecekmiş gibi planlar yapması budalaca bir iştir hatta uzun hayaller peşinde koşması da akılsızcadır. İnsanın ömrünü uzun vadeli projelerle doldurması 'Satın alacağım, yapı alacağım, borç alacağım, görevler üstleneceğim' gibi planlar kuması yaşamını yaşanması gereken şimdi yerine, gerçekleşmesi kesin olmayan gelecek üzerine inşa etmesine sebep verir. Kaldı ki bu planların gerçekleşmesi talihli kimseler için bile kuşkuludur. Bu yüzden insan ilerisi için

kendine bir şey vaat etmemelidir. Kimi zaman en iyi şekilde elinde avucunda tuttuğunu sandığı şey bile avucundan kayıp gidebilir. İnsan her gün olabilecek olan bir şeyin bir anda oluvermesine de şaşmamalıdır. Örneğin ölüm, yaşamın doğal bir parçasıdır ama insanlar onun sadece başkalarının başına geleceğine dair bir yanılsama içindedir. Oysa ölüm, her an herkes için olasıdır ve ne zaman geleceği bilinmediğine göre yaşam da buna göre şekillendirilmelidir (Seneca, 2020: 420). "Yaşadığımız zaman, yaşamdan önce olduğumuz yere ulaşmıştır. O halde, her geçen gün bizi yavaş yavaş ölüme götürdüğüne göre, o son günden korkmakla hata ediyoruz" (Seneca, 2020: 471-472). O zaman ne yapmalıyız? Yaşamakta acele etmeli ve her bir günümüzü ayrı bir yaşam olarak görmeliyiz. Eğer buna uygun yaşarsak her günü ayrı bir huzur içinde geçiririz (Seneca, 2020: 421). Seneca şöyle der: "Kaderlerin bükülmez kolu her birimize bir yerde bir son belirlemiştir; ne var ki hiçbirimiz bu sona ne kadar yakın olduğumuzu bilmeyiz. O halde biz ruhumuza sanki son sınıra gelmiş gibi bir düzen koyalım. Hiçbir şeyi ileri atmayalım. Her gün hesaplaşalım yaşamla" (Seneca, 2020: 420-421). Eğer yaşam, sanki son günmüş gibi sürdürülürse, bu doğrultuda ruhsal hazırlık içerisinde bulunulursa sürekli ertelenen bir şeye dönüşmez.

İnsan, geleceği düşünüp durdukça kaygılanır. 'Gelecek günlerim nasıl olacak?' 'Ne kadar zaman kaldı?' ya da 'Nasıl bir yaşam kaldı?' sorularına kısaca 'Ne olacak?' sorusuna yanıt bulamamanın yarattığı belirsizlik korkuya dönüşür ve korkuyla çırpınıp durur. Bu burgaçtan kaçınmak gerekir. Bu kaygılar ve korkulardan kaçınmanın yolu ise ilerisi için hesap yapmayıp bugüne odaklı yaşamaktır. Bugünü değerlendirerek kendi içine dönen insan bu kaygılardan sıyrılabilir (Seneca, 2020: 420-421). Ayrıca bir insanın sahip olduğu şeyleri yitirme endişesiyle yaşaması, daha kayıp yaşanmadan bile mutsuz olmasına neden olur. Bu şekilde gelecekten kuşku duyan bir ruh, şu anın huzurunu da elinden kaçırır. Yine geçmişe üzülmekle geleceği dert etmek arasında çok fark yoktur; ikisi de insanın ruhunu kemiren ve onun huzurlu yaşamasını engelleyen duygulardır. Yani kaybedilen şeyler için üzülmek ve henüz yitirilmemiş şeyleri kaybetme endişesiyle yaşamak insana şu an herhangi bir mutluluk ve huzur vermez. O halde bu durumu nasıl çözeriz? Seneca çözüm olarak umursamaz tavır takınmayı değil, bilgece bir dikkat önerir. Korkulması gereken olaylardan kaçınmak, çevreyi dikkatle gözlemlemek ve olası tehlikeleri önceden fark ederek hazırlanmak, yani *önceden akıl yoluyla değerlendirerek* nasıl savuşturulabileceğini düşünmek gerekir. Bu sayede mutsuzluğu ve huzursuzluğu uzaklaştırmak da mümkün olacaktır. Burada insanın kendine güvenmesi, başına gelen her şeye

dayanmaya kararlı bir zihniyetle hareket etmesi de yararlı olacaktır. İnsan adeta şu tutumu kazanmalıdır 'Başıma ne gelirse gelsin, dayanabilirim. Kadere razıyım'. Seneca bu çerçevede "Kadere boyun eğebilen insan, kaderden kurtulabilir" demektedir (Seneca, 2020: 412- 413). Bu, paradoks gibi görünse de Stoacı kader anlayışına uygundur. Kaderin getirdiklerine razı olmak, ruhsal özgürlük getirir. Çünkü dışsal olayları değiştiremeyiz ama onlara nasıl tepki vereceğimizi seçebiliriz. Bu yüzden ruh, aklın rehberliğinde yaşamayı öğrenmeli ve kaderin getirdiklerine karşı ruhsal dayanıklılık geliştirmelidir. Bunu yaparken insanın algısını ve ilgisini çeken çeldiriciler olacaktır ve bunlar gerçek anlamda huzur sağlamadığı gibi ruhu bozar. Seneca insanın aklını ve ruhunu çelen şeyler arasında refah ve sefahatin ahlaki yozlaşmaya yol açtığını söyler. Peki, insan refah ve sefahatini genişlettiğinde neler olur?

İnsan öncelikle bedenine özen göstermeye başlar. Ardından mülkiyet tutkusu ile hareket ederek mobilya merakı, yeni ev, tarla almak gibi gösterişli bir yaşam isteği ortaya çıkar. Bu insanın evi geniş tavanlı, içi altın varaklı süslemelerle kaplı, birçok misafirin ağırlandığı ve çeşitli birçok yemeğin olduğu bir yer olur. Bu yaşam biçimi sadece eşyaları değil, insanın dilini, konuşma biçimini, düşünüşünü bile değiştirebilir. Çünkü insanın dış dünyadaki değişimleri zamanla iç dünyasını da dönüştürür. Sonuç olarak erdemler geride kalır; kusurlar, tutkular, zayıflıklar ve aşırılıklar öne çıkar (Seneca, 2020: 445-446). Böylece insanın ahlaki karakteri lüks ve gösteriş içinde zayıflar. Çünkü kusurlar zamanla erdemleri bastırıp, sürükleyip götürür ve bu da ruhsal bir yozlaşmaya gerçek anlamda bir kayba yol açar. Buna müsaade etmemek için insan bakış açısını ve isteklerini doğru yöne çevirmelidir. İnsan dışsal zenginliği, yalnızca gereksiz olması nedeniyle değil, aynı zamanda içsel bir değerden yoksun ve geçici oluşu sebebiyle değersiz görmelidir. Bu nedenle, insanın ruhsal istikrar ve özgürlük arayışı, sahip olduklarının çokluğunda değil, azla yetinebilme erdeminde temellenmelidir. Gerçek özgürlük ise, dışsal koşulların lütfuna muhtaç olmadan, hatta kaderin hiçbir şey sunmadığı durumda bile kendi iç bütünlüğünü koruyabilen kişiye aittir (Seneca, 2020: 440). Özgür insan, neyin gerçekten değerli olduğunu bilen ve yaşamını bu bilgi doğrultusunda sadeleştirebilen kişidir. Bunun için "Doğa insana yeteri kadar güç vermiş, yeter ki onu kullanmasını bilelim ve hepsini kendimize karşı seferber etmeyelim kesinlikle. Gerçek neden, istememektir; yapamamaksa bahanesi" (Seneca, 2020: 458).

Daha güvenli bir yaşam sürmek için yapılması gerekenler de şunlardır: Malınla mülkünle övünme, neşeni içinde sakla ki hasetten korun, hakaret etmez ve kimseyi incitmezsen nefretten kaçınmış olursun, sağduyulu ol, insanlarla barış, korkulan biri olma, sakince yaşa, başkalarıyla daha az kendinle daha çok konuş, haksız hiçbir şey yapma, karmakarışık yaşama sade yaşa (Seneca, 2020: 433-435). Dengeye özen göster, 'ortaya uygun' şekilde hareket et. Uzun sürecek bir sevinç uğruna uzun süren korku değmez. Mutlu olma arzusuyla yaşadığın korkular arasında bile bir denge kurmalısın. Korkularını sorguladığında onları büyüttüğünü ve tehdit olarak gördüğünü fark edeceksin (Seneca, 2020: 437). Ancak dikkatle baktığında bu korkuların kısa sürebileceğini ve düşündüğün kadar zararlı olmayacağını da görebilirsin. Çünkü korkular çoğu zaman gerçek olmayabilir, zihnin bir ürünü olabilir. O zaman tehlikeyi değil onun görünüşünü tanımaya çalışmalısın. Bir şey gerçekten korkulacak bir şey değilse ona boş yere zihinsel enerji harcama.

Yaşamını iyi hale getirmek istiyor ve değişmen gerektiğini düşünüyorsan bu ideal için seyahat dahi edebilirsin. Ama seyahatinde eğer kendini bu amaca uygun hareket ettiremiyorsan, yani değişmemiş olan kendini yanında taşıyorsan zaten değişmezsin. Öyle ki yer değiştirmek, şehirden şehre, ülkeden ülkeye seyahat etmek senin değiştiğin anlamına gelmez. Çünkü kendinle yüzleşmeden yola çıkarsan, eski alışkanlıklarını, kaygılarını ve içsel sorunlarını da valize koyup yanında götürürsün. Gerçekten değişmek istiyorsan kendi iç dünyanda bir dönüşüm başlatmalısın. Elbette seyahat değişmek isteyene fayda verir ama kendini yanında götürene faydası olmaz. Dolayısıyla değişmek istiyorsan yaşam karşısında soğukkanlı, akılcı ve değişime açık, istekli olmalısın (Seneca, 2020: 426). Hatta Seneca Sokrates üzerinden şöyle bir örnek verir: "Sokrates, seyahatlerin kendisine hiç faydası olmadığını söyleyen birine şöyle yanıt vermiş: "Başına böyle bir iş gelmesi çok doğal, çünkü kendinle birlikte seyahat ediyorsun"" (Seneca, 2020: 426). Ayrıca "Seni hırpalayan kötülüklerden kaçmak itiyorsan başka yerde değil, başka biri olmalısın" (Seneca, 2020: 426). Yaşamak ihtirasından da kendini kurtarmalısın. Yaşamaya körü körüne bağlanmak, yani sadece uzun yaşamak için yaşamak, bilgece bir tutum değildir. Çünkü yaşamın değeri, onun ne kadar sürdüğünde değil, nasıl yaşandığında yatar. 'İyi yaşamak' fikri, 'uzun yaşamak' arzusunun önünde gelmelidir. Uzun yaşamak erdemli yaşamın garantisi değildir ama çoğu kez de uzun yaşamak iyi yaşamanın koşuludur (Seneca, 2020: 423). Bazen bir insan, daha kısa bir ömre daha çok erdem, daha çok anlam ve daha çok içsel bütünlük barındırabilir. Hatta kimi zaman, daha fazla yıl, daha fazla

zayıflık ve savrulma anlamına da gelebilir. Nihai olarak iyi ve erdemli bir yaşam, süresinden bağımsız olarak değerlidir. Önemli olan uzun yaşamak değil, yaşamın anlamını bilerek onurlu bir şekilde yaşamaktır. "İnsan insanı yok etmekten zevk duyar. Bir kişiden tehlike gelebileceğini düşünerek, insanlık görevinin ne olduğunu düşün. Bir kişiden incinmemenin, bir kişiyi incitmemenin yollarına bak. Herkesin mutluluğundan sevinç duy, kederiyle kederlen. Yapman gereken, kaçınman gereken şeyleri sakın unutma. Böyle yaşamakla ne mi elde edeceksin? Sana zarar vermemelerini değil de, seni aldatmamalarını"(Seneca, 2020: 424). Burada sergilediğin ahlaki duruş; insanları kontrol etmekle değil, kendi davranışlarının doğruluğundan emin olmakla ilgilidir. Başkalarının ne yapacağını bilemeyebilirsin, engelleyemeyebilirsin ama kendinin hangi durumda nasıl davranacağını belirleyebilirsin. Böylece aldanmazsın çünkü neyin değerli, neyin değersiz olduğunu fark edebilirsin ve kandırılmazsın. Kendini başkalarından korumaya çalışırken aynı zamanda ahlaki görevlerini de unutmazsın. Nitekim erdemli yaşam, başkasına zarar vermemek, başkalarının duygularını paylaşmak ve doğruluğu her koşulda sürdürmekle de ilgilidir. Bu gerçekleştiğinde de mutlu görünen değil, mutlu yaşayan bir insan olmanın kapısını açmış olursun.

Sonuç olarak Seneca, duygulara ve dışsal uyaranlara bağımlı bir ruh halini değil, kendine yeten, istikrarlı ve tutarlı bir ruh yapısını över. Acıya dayanmak da ölümü beklemek de, bu tür bir ruhsal bağımsızlığın ürünüdür. Her ikisine de aynı felsefi tutumla yaklaşır; ne kaçınarak, ne arzuyla, sadece kabul ederek ve katlanarak (Seneca, 2020: 415). Seneca'ya göre tarihte bunu sergileyen birçok kimse vardır. Bu örneklerden bazıları şunlardır:

> De ki kendine: Korkunç görünen şu olaylardan hangisi alt edilemez? Birçok kişi onları teker teker yendi; Mucius ateşi yendi, Regulus çarmıhı yendi, Sokrates zehri yendi, Rutilius sürgünü, Cato kılıçla gelen ölümü yendi. Biz de herhangi bir şeyi yenelim! Buna karşılık, halkı peşinde sürükleyen o görkemli, gösterişli talihi de birçok kişi sık sık hor görmüştür: Fabricius, komutan olarak zenginlikleri elinin tersiyle itmiştir, censor olarak kınamıştır; Tubero, fakirliği kendine ve Capitolium'a layık bulmuştur; resmi bir şölenle tanrıların bile kullanmakta olduğu toprak çanağı kullanarak, insanların da bu çanaklarla yetinmeleri gerektiğini göstermiştir. Sextius büyük mevkileri reddetti… (Seneca, 2020: 414).

O halde biz de ruhsal gücümüzü inşa edebilmek için hem ahlaki ilke olarak hem de ruhsal iyileşmenin yolu olarak doğayı izleyelim. Çünkü doğadan ayrılan insan kendisini arzuların ve korkuların insafına bırakır, rastlantıların kölesi haline gelir. "Doğa, mahvımızı istemediği için bizi mahvedecek şeyleri sakladığı halde, biz onları gün yüzüne çıkardık. Ruhumuzu zevklere kattık, bu zevkleri hoş görmek de her türlü fenalığın başıdır. Ruhumuzu

ihtirasa, üne ve bunlar kadar aldatıcı boş hayallere teslim ettik" (Seneca, 2020: 438). Ama doğaya dönüş ruhu yeniden diriltir ve insan bu doğru yola dönmelidir. Böylece doğaya uygun yaşamakla ruh arındırılabilir ve insan yeniden denge kazanabilir (Seneca, 2020: 414-415). "Kalkınalım da, bedenimizi ne kadar kaplasalar da acılara dayanabilelim ve diyelim ki kadere: "Sen burada bir adama kafa tutuyorsun, git yenebileceğin başka birini bul!" Bu ve buna benzer sözlerle o yaranın gücü hafifler"" (Seneca, 2020: 414-415). Ruh erdemi görebildiğinde de insan yenilmezliğini sağlamlaştırır. Tıpkı fiziksel görme yetimiz bulanıklaştığında nasıl bir tedaviye ihtiyaç duyuyorsak, ruh da doğruyu görebilmek için bir tür zihinsel ve ahlaki temizliğe ihtiyaç duyar. Arzular, korkular, tutkular ve yanıltıcı düşünceler, ruhun görüşünü perdeleyen engellerdir. Bu engellerden kurtulmuş bir ruh, erdemin ne olduğunu, neye yönelmesi gerektiğini apaçık biçimde kavrayabilir (Seneca, 2020: 452). Çünkü bilgelik ve erdem doğası gereği bozulmaz, yitmez, zamana yenilmez. İnsan, fiziksel olarak ölümlüdür ama eğer yaşamını erdeme uygun biçimde inşa ederse, o zaman ahlaki olarak ölümsüzlüğe ulaşır. Bu ölümsüzlük, ne zamanla eksilir ne de ölümle yok olur (Seneca, 2020: 413-414). Gerçek iyi, değişmeyen iyi olandır ve bu da ancak ruhun içsel düzeniyle, bilgelikle ve erdemle mümkündür. Bu değerler, faniliğin ötesine geçebilen yegâne şeylerdir.

2.4.1. Ruhun Huzursuzluğunun Kaynağı

Seneca özellikle *Ruh Dinginliği* adlı eserinde ruhun huzursuzluğunun kaynaklarından bahseder. Kendi istekleri doğrultusunda hareket eden kişi, zor bir şeyler öğrenmeye ya da başarmaya çalışırken bu çabalarının karşılığını alamadığında hayal kırıklığına uğrar. Buradaki temel sorun, kötü bir şey istemek değil, boşuna bir şeyler istemektir. Bu durum kişiyi üzer. Çünkü sonuçsuz kalan çabalar, insanda pişmanlık hissi doğurur. Bu, yeni bir işe başlama konusundaki cesareti de kırar ve kişi, ruhsal olarak çıkış yolu bulmakta zorlanır. Kişi, ne arzularına hâkim olabilir ne de onlara tamamen teslim olabilir. Bu, ruhsal bir sıkışmışlık hali yaratır. Aynı zamanda kişinin kendini ifade edememesi ve kuşku içinde olması, ruh halini daha da olumsuz etkiler ve kişi diğer dileklerinden de vazgeçmiş hale gelir (Seneca, *Tranq*. 2. (6-8)). Denilebilir ki kişinin ruh huzursuzluğunun kaynağı, anlamsız arzular ve sonuçsuz çabalar içinde kaybolmasıdır. Bu durum kişinin hem içsel dengeyi bulmasını hem de kendini ifade etmesini de engeller.

İnsan, zahmet dolu talihsizliklerden nefret eder ve bu durumdan kurtulmak için boş zamana ya da kişisel arzularına yönelir ve bu bir kaçıştır. Bu kaçış, ruhsal huzur getirmek yerine kişinin yükünü daha da ağırlaştırır. Çünkü sorun, dış koşullardan ziyade kişinin kendi içsel huzursuzluğundan kaynaklanır. Doğası gereği meşguliyet ve koşuşturma içinde olan insan için meşguliyetin ve koşuşturmanın verdiği haz düşük bir değer taşıdığında, kişi yalnızlık hissinde olur; eve, duvarlara dayanamaz, kendi kendine terkedilmiş olan kendisine gönülsüzce bakar. Seneca nazarında doğuştan huzursuz, kendinde yok denecek kadar az huzur bulan bu ruh, dış dünyanın karmaşasından kaçsa bile yalnızlıkta da kendisiyle barış içinde olamaz (Seneca, *Tranq*. 2. (9-10)). Çünkü insan, yalnız kaldığında kendisiyle yüzleşmek zorunda kalır. Bu yüzleşme, kişinin içsel huzurdan yoksun olması durumunda bir sıkıntıya dönüşür. Kendisine katlanamayan bu ruh, ne içe dönerek ne de dışa yönelerek gerçek bir tatmin bulabilir. Bu durumda kendinden bıkkınlık ve hoşnutsuzluk ortaya çıkar; kişinin ruhu sürekli huzursuzdur ve boş zamanlarına karşı hüzünlü bir hoşgörü geliştirmeye başlar. Eğer kişi bu durumun sebeplerini itiraf etmeyi utanç verici bulursa ve utangaçlık, kederleri içe doğru sürüklerse, bastırırsa, burada dar bir alana sıkışan tutkular da bir çıkış yolu bulamaz ve kişi burada boğulur (Seneca, *Tranq*. 2. (10)). Çünkü zihin, sayısız dalgalanma yaşar. Kişi kendisinin bu durumuna karşın başkalarının ilerlemesini gördüğünde kıskançlık duyar. Kişideki bu mutsuz tembellik hali kıskançlığı besler ve kişi, kendi ilerleyemediği için herkesin mahvolmasını ister. Başkalarının başarılarından ve ilerlemelerinden kaynaklanan nefret ve kendi ilerlemesine dair ümitsizlik, kadere öfke duyan ve çağından yakınan, kişiyi kendinden bıkıp canı sıkılıncaya kadar cezasını kara kara düşünen bir ruh ortaya çıkarır (Seneca, *Tranq*. 2. (10-11)). Tüm bu etkenler insanın içinde bezginlik yaratır. Peki, bu bezginlikten nasıl kurtulabiliriz? Seneca'ya göre bu durumdan kurtulmanın yolu enerjimizi tek bir noktaya odaklamaktır. Bu odağın merkezinde ise erdemli bir yaşam bulunur. Erdemli bir ruha sahip olmak, hem kendimize hem de topluma fayda sağlamanın anahtarıdır. Seneca bu konuda şöyle der:

> Kendini yeniden çalışmalara vermişsen, yaşamının her türlü iğrençliklerinden uzaklaşmış olacaksın, ne gün ışığına karşı duyduğun bezginlik sebebiyle gecenin olmasını arzulayacaksın, ne kendine acı veren birisi olacaksın; birçoklarını dostluğa çekeceksin ve en iyi olan herkes senin yanına toplanacak. Çünkü erdem, anlaşılmaz olsa bile asla gizlenmez, aksine belirtilerini çevreye yayar; layık olan herkes, onu izlerinden anlayacaktır. (Seneca, *Tranq*. 3. (6))

Görüldüğü üzere Seneca'nın bu sözleri, erdemli bir yaşamın yalnızca bireysel huzuru değil, aynı zamanda toplumsal etkileşimlerde de olumlu bir yankı uyandırdığını gösteriyor. Kendini geliştiren ve erdemli bir ruha sahip olan birey, çevresinde doğal bir çekim gücü yaratır. Bu, erdemin bireyden topluma yayılan dönüştürücü etkisini vurgular ve insanın hem kendisiyle hem de çevresiyle uyum içinde bir yaşam sürmesi için bir rehber sunar.

Seneca'da ruhun huzurunu bozan etkenler zihinsel huzuru bozan etkenlerle de ilişkilidir. Bu bağlamda korkuların insanı huzursuz eden taraflarını ele alan Seneca'ya göre korkuların niteliği insanı huzursuz eder. Korkular ve acılar üç şekilde ortaya çıkar: Ya gerçek acıyı olduğundan büyük görmek şeklinde ya henüz yaşanmamış bir acıyı erkenden hissetmek şeklinde ya da tamamen bir acıyı kendimiz yaratmak şeklindedir. İnsanların acıya karşı tepkileri farklıdır. Bazıları acıya karşı dayanıklıdır ve zor durumlarda bile güçlü kalabilir; diğerleri ise en küçük bir darbede kırılabilir. Seneca'nın da dediği gibi 'kimi insan kamçılar altında güler yüzlü durur, kimisi de ilk yumrukta inler'. Dolayısıyla kiminin önemsiz dediğini kimi de çok ciddiye alır (Seneca, 2020: 64). Bunun sebebi bireysel farklılıklardır, insanlar olayları farklı algılar ve farklı şekillerde değerlendirebilirler. Bunun farkına varan insan, gelecekteki belirsiz korkulara karşı daha bilinçli bir yaklaşım geliştirmeli, acıya karşı dayanıklılığını sorgulamalıdır. Çünkü korku ve acının bir kısmı kendi zihnimizden, olayları algılama ve değerlendirme şeklimizden kaynaklanmaktadır. O durum gereksiz yere hayatımızı zorlaştırmaktadır.

Yine ölüm korkusu da insanı huzursuz eder, boyunduruk altında tutar. Seneca'ya göre ölüm gerçeğini kabul etmek, insanı daha anlamlı bir yaşam sürmeye teşvik eder. Bu bakış açısı, kişinin ruhsal olgunluğunu artırır ve bezginlik duygusunu da hafifletir. Ölüm korkusunun yarattığı huzursuzluktan kurtulmak için Seneca şöyle bir pratik sunar:

> Her gün, acaba yaşamı soğukkanlılıkla nasıl bırakabilirim diye düşün. Ne kadar çok kişi, tıpkı sellere sürüklenip giden insanların çalılara, kayalara tutunması gibi hayata yapışıp kalır, çok kişi ölüm korkusuyla yaşamın işkenceleri arasında mutsuz, çalkanıp durur; ne yaşamak ister ne de ölmeyi bilir. Yaşamın için türlü endişeler duymaktan vazgeç de, onu tatlı bir hale koy. Hiçbir nimet, insanın ruhu onu yitirmeye hazırlıklı değilse sahibine zevk vermez. Yokluğu aranmayan bir eşyanın yitirilmesine de kolaylıkla katlanır insan. O halde en güçlülerin bile başına gelebilecek olan felaketlere karşı yüreklendir kendini, taş bas bağrına. (Seneca, 2020: 39)

Görüldüğü üzere Seneca'nın bu düşünceleri, ölüm korkusunun insanı yaşamdan nasıl uzaklaştırabileceğini etkileyici bir şekilde gözler önüne seriyor. Ölüm gerçeğini kabullenmek,

aslında yaşamı daha dolu dolu ve anlamlı bir şekilde kucaklamanın anahtarıdır. Hayata sıkı sıkıya bağlanıp, aynı zamanda onun geçiciliğini kabullenmek, bireyin ruhsal özgürlüğüne giden yolu açar. Bu bakış açısı, yaşamın sunduğu nimetlerin değerini daha iyi anlamamızı sağlar ve insanı hem yaşamaktan hem de ölmekten korkmadan huzurlu bir dengeye ulaştırır.

Ruhun huzursuzluğunun kaynaklarından biri de gereksiz yere mutsuz olmaktır. İnsanlar, çoğu zaman başlarına gelme ihtimali olan olaylar için endişe duyarlar. Ancak bu korkulan olayların birçoğu ya hiç gerçekleşmez ya da beklediğimizden daha az etkili olur. Dolayısıyla gelecekteki belirsiz bir felaket için şimdiden mutsuz olmak gereksizdir. Hatta bu konuda Seneca şöyle der: "Dert üstüne dert yığmanın, başımıza gelince hemen çekmek zorunda kalacağımız acıları önceden çekmenin ne yararı var ki? Gün olacak, belki mutsuz olacaksın diye şimdiden mutsuz olman akılsızca bir iş kuşkusuz" (Seneca, 2020: 101). Bu doğrultuda Seneca geçmişte yaşanan acılara ve gelecekte olabilecek korkulara odaklanmanın anlamsızlığını da ele alır. Geçmişte yaşanan acıları tekrar tekrar hatırlayarak kendimizi yeniden üzmek, sadece gereksiz bir ıstırap yaratır, huzursuzluk verir. Çünkü geçmiş, değiştirilemez ve artık hayatımızı doğrudan etkileyemez. Bu nedenle, geçmişteki mutsuzlukları zihnimizde canlı tutmanın hiçbir yararı yoktur. Ayrıca gelecekte olabilecek kötü olaylar için önceden korku duymak da anlamsızdır. Çünkü bu olaylar henüz gerçekleşmemiştir ve belki de hiç gerçekleşmeyecektir. Bu tür korkular, şimdiki anı gereksiz yere gölgeleyip bizi mutsuz eder. Bu bağlamda Seneca gelecek korkusunun ve geçmiş felaketlerin anısının insan hayatından çıkarılması gerektiğini söyler (Seneca, 2020: 283). Böylece Seneca insanın hem ruh dinginliği, hem de zihinsel huzuru için geçmişin yüklerini bırakmayı ayrıca geleceğe dair korkuları bir kenara koymayı öğütleyen bir yaklaşımla şimdiki ana odaklanarak huzurlu bir yaşam öneriyor. Bu yaşam içerisinde huzur verdiği iddia edilen para ve mevki ihtirasları hakkında da Seneca şunu söyler: "Para, mevki ihtirasları, insan ruhunun başka hastalıkları sağlık perdesi altında sinsice saklandıkları zaman en çok zararı verirler, iyice aklına yerleştir bunu. Huzur içinde görünürüz ama değilizdir aslında" (Seneca, 2020: 187). Bu yüzden paraya ve lükse olan düşkünlüğü kontrol altına almak, bu tür arzulardan kaçınan bir yaşam sürmek, kişinin iç huzurunu artıracaktır.

Sonuç olarak Seneca'nın öğretileri, insanın ruhsal dinginliğini ve zihinsel huzurunu sağlaması için hem geçmişin ağırlıklarından kurtulmayı hem de geleceğin ihtimallerine karşı

uyandırılan korkuları aşmayı vurgular. Şimdiki ana odaklanarak sade ve erdemli bir yaşam sürmek, kişinin gerçek huzura ulaşmasını mümkün kılar. Para, mevki ve ihtirasların getirdiği yanıltıcı mutlulukları reddederek insan kendi ruhunu özgürleştirebilir ve hem kendisiyle hem de hayatla barış içinde bir yaşam sürebilir. İnsan, kendisini ve değerlerini keşfederek, hem kendi mutluluğunu hem de toplumsal uyumu yakalayabilir. Bu da yalnızca bireyin değil, bir bütün olarak toplumun daha huzurlu bir yapıya kavuşmasına katkıda bulunabilir. Böylece insan hem kendini hem de çevresini daha iyi bir hale getirebilir.

2.4.2. Ruh Dinginliğini Tehdit Eden Unsurlar

2.4.2.1. Tutkular

Stoacı felsefeye göre ruh dinginliği aklın rehberliğinde sürdürülebilir. Ancak tutkular, bu dinginliği tehdit unsurlardan biridir. Seneca'ya göre tutku, bizim bugün anladığımız anlamda bir duygu yoğunluğu değildir. Onun tutku ile kastettiği daha çok tutkunun nedeniyle ortaya çıkan histerik hallerdir. İnsanın mantığını ve iradesini zayıflatan, onu yanlış kararlara ve zararlı eylemlere iten bir ruh hâlidir. Ona göre duygulanım ve duygu basit gönül kıpırdanmalarıyken tutku, bunlardan doğan ve insanı yanlış yollara sevk eden bir haldir (Hanegelioğlu, 2022: 16). Seneca, tutkuların insanı nasıl etkilediğini ve aklı nasıl devre dışı bıraktığını daha iyi anlamak için onların ortaya çıkış sürecini detaylı bir şekilde ele alır.

Seneca diğer Stoacı düşünürler gibi tutkuları aklın dengesini bozan, insanı yanlış kararlara ve zararlı eylemlere yönelten duygusal tepkiler olarak değerlendirir. Tutkular, ruh dinginliğini ve içsel huzuru tehdit eden güçlü ve yıkıcı duygulardır. Tutkuların nasıl başladığını, geliştiğini ve coştuğunu inceleyecek olursak; ilk aşamada bilinçsizlik hali söz konusudur. Bu hal, tutkuyu besleyen ön hazırlık evresidir ve kişi için bir tür uyarı niteliğindedir. Sonra inatçı ve bilinçli bir dürtü devreye girer ve 'bana zarar verildiği için intikam almalıyım ya da bir suçu cezalandırmalıyım' şeklinde bir düşünce ortaya çıkar. Daha sonra ise dürtü kontrolden çıkar; mantığın tamamen devre dışı kaldığı bu noktada intikam almak tek amaç haline gelir. Seneca şöyle bir örnek vererek bu düşünceyi daha anlaşılır kılar: Nasıl ki bedenimizde bazı reflekslere engel olamıyorsak örneğin, bir başkasını esnerken gördüğümüzde esnememiz ya da gözümüze bir şey yaklaşınca gözümüzü kırpmamız gibi bu ilk duygu kıpırdanmalarına da mantığımızla müdahale edemeyiz. Mantık bu aşamaya üstün gelemez ancak dikkatli olmak ve alışkanlıklar geliştirmek bu tepkileri zayıflatabilir. Bu kıpırdanmalar bilinçli olarak doğan ve bilinçli olarak

kontrol edilebilen tepkilerden farklıdır (Seneca, *Ira*. II. 3). Bu bağlamda Seneca tutku ve dürtü ayrımını ele alır ve bu ayrımdan şu şekilde bahseder:

> [T]utku, oluşan izlenimlerden etkilenmede değil, kendini bunlara kaptırmada ve bu şans eseri telkini takip etmede ortaya çıkar. Eğer birisi solgunluğu, akan gözyaşlarını, şehvet salgılarını veya derinden iç çekmeleri, fal taşı gibi açılan gözleri veya benzer jest ve mimikleri tutku işareti veya gönlün tecellisi olarak düşünüyorsa yanılıyordur ve bunların yalnızca bedeni etkileyen dürtüler olduğunu anlamamıştır. (Seneca, *Ira*. II. 3)

Seneca için tutkular, aklı ve mantığı aşan, insanı kontrol altına alan duygulardır. Bir insanın iradesine karşı gelen, ona hâkim olan ve onu yönlendiren bu duygular, genellikle olumsuz ve yıkıcı sonuçlar doğururlar. Tutkular bir uyarana tepki olarak ortaya çıkar ve zamanla insanın ruhunu ele geçirebilirler. Örneğin, öfke, kıskançlık, korku, arzu gibi duygular tutku olarak kabul edilirler. Bu tür duygular insanı sadece geçici olarak etkilemekle kalmaz, aynı zamanda kişinin mantığını ve akıl yürütme yetisini de zayıflatırlar. Dürtüler ise tutkulardan daha geçici ve daha az etkileyicidirler. Bu, bir kişinin dışarıdan aldığı bir uyarana hızlıca yanıt verme eğilimidir. Dürtüler daha kısa süreli, ani isteklerdir. Bir insanın derin düşüncelere dalmadan, sadece bir anlık arzu veya ihtiyaca göre hareket etmesi dürtüsel bir eylemdir.

Tutkuların akıl üzerindeki etkileri ve insan ruhu üzerindeki yıkıcı sonuçları hakkında daha derin bir analiz yapmak için ‘tutkuların sahip oldukları niteliklere bakılmalı ve bu niteliklere karşı tutkuların çaresinin ne olabileceği’ cevaplanmalıdır. Böylece Seneca'nın tutkular karşısındaki Stoacı yaklaşımı, aklın rehberliğinde erdeme nasıl ulaşılabileceği ve bu doğrultuda ruh dinginliğinin nasıl sağlanabileceği de görülecektir.

Seneca’da tutkunun niteliklerine dair bir tespitte bulunduğumuzda tutkuların akıl yürütmeyi engellediğini ve içsel çatışmaya sebep olduğunu söyleyebiliriz. Seneca’ya göre tutkular ve akıl bir çatışma halindedir. Tutkular, insanın aklını bulanıklaştıran, düşünce ve eylemlerini kontrol altına alarak onu hatalara ve zararlı davranışlara sürükleyen güçlü duygusal tepkilerdir. İnsanlar, tutku anında mantıklı bir şekilde karar veremez hale gelirler; bu da ruhsal bir karmaşaya yol açar. Dolayısıyla tutkuların akıl ve mantığı bulandıran bir yönü vardır (Seneca, *Ira*. I. 3). “Bir tutku diğerini bastırdığında, korku veya arzu etkin olduğunda. O zaman öfke mantık sayesinde değil, tutkuların kaypak ve kötücül uzlaşısıyla dinmiş olur” ifadesi, tutkuların birbirini nasıl beslediğini ve aklın rehberliğini nasıl devre dışı bıraktığını anlatır (Seneca, *Ira*. I. 8). Bu minvalde tutkuların mantık ile olan ilişkisine dair Seneca’nın yaklaşımı şöyledir:

> …tutkular ne kadar kötü amirlerse bir o kadar da kötü memurlardır. Bu sebepten dolayı mantık kör ve yabani dürtüleri yanına çağırmaz. Mantığın bunlar üzerinde hiçbir otoritesi yoktur, bir tutkuya karşı diğerini öne sürmediği sürece onları dizginleyemez de: örneğin öfkeye karşı korku, miskinliğe karşı öfke, korkuya karşı hırs… Kötülük erdemden uzak dursun ki mantık hiçbir zaman zaaflara sığınmasın! Gönül zaaflarda asla güvenli bir liman bulamaz. (Seneca, *Ira*. I. 9-10)

Tutkuların akıl yürütmeyi engelleyen ve içsel çatışmaya sebep veren nitelikleriyle baş edebilmek için Seneca'nın bulduğu çarelerden biri şudur: İnsan ya tutkulardan kurtulmalı ya da onları kontrol altına almalı ki bu durum ancak aklın üstünlüğünü kabul etmekle sağlanabilir. "Zira Zenon'un dediği gibi, "Akıllı adamların gönüllerinde de iyileşen yaraların izi kalır." Yani akıllı adam tutkulara dair şüpheleri ve onların gölgelerini hissedecek ama tutkuların kendisinden kurtulacaktır" (Seneca, *Ira*. I. 16). Görüldüğü üzere Seneca, tutkularla mücadele etmenin en etkili yolunun akıl olduğunu savunur. Ona göre insanlar, tutkularını ancak akıl yoluyla dizginleyebilirler. "Zira bir dürtü aklın rızası olmadan asla var olamaz…" diyerek insanın iradesinin ve aklının gücünü vurgular (Seneca, *Ira*. II. 3). Bu, Stoacıların insanın kendi kendini yönetme ve tutkular üzerinde kontrol sağlama kapasitesine olan inancını yansıtır.

Seneca'ya göre tutkunun bir diğer niteliği tutkuların geçici memnuniyet sağlamasıdır. Seneca, aklın dengeleyici ve sürekli olduğunu, tutkuların ise gelip geçici ve dengesiz olduğunu savunur. "Tutkular kısa sürede yitip gider, mantık ise dengededir" (Seneca, *Ira*. I. 17) sözüyle bu durumu ifade eder. Tutkular, anlık ve geçici hazlar sunarken mantık, insanı uzun vadede huzura ve dengeye ulaştırır. "Birileri "O halde tutkular ölçülü oldukları sürece faydalıdırlar." diyor. Doğaları buna elverişli olsaydı faydalı olurlardı. Gelgelelim buyruğa ve mantığa tabi olmuyorlarsa, bu ölçülülükten ortaya çıkacak tek şey tutkuların zayıflıkları dolayısıyla daha az zarar verecek olmalarıdır. Zira ölçülü tutku, ölçülü kötülükten başka bir şey değildir" (Seneca, *Ira*. I. 10). Böylece Seneca tutkuların ölçülü bir şekilde kullanılabileceği fikrini de reddetmiştir.

Seneca tutkuların insana geçici memnuniyet sağlaması ile baş edebilmesi için tutkuları fark etmeye çağırır. Çünkü tutkuları ortaya çıkar çıkmaz yakalamak kolaydır. Seneca bunu daha iyi açıklamak için doğadaki olaylarla (fırtına ve yağmur gibi) insanın duygusal tepkileri arasında bir benzetme yapar. Tıpkı hava olaylarının gerçekleşmeden önce belirli belirtiler göstermesi gibi insanın iç dünyasında ortaya çıkan güçlü duygular da (örneğin öfke, aşk veya diğer sarsıcı duygular) aniden belirmezler; aslında bunlar önceden bazı işaretler verirler ve belirli ipuçlarıyla kendilerini belli ederler (Seneca, *Ira*. III. 10). Bu yüzden, eğer kişi bu

belirtileri erkenden fark ederse tutkularını kontrol etmesi ve onlardan kaçınması daha kolay hale gelir. Stoacı düşünceye uygun olarak Seneca, duyguların insanı kontrol etmesine izin vermek yerine onları bilinçli bir şekilde yönetmeyi ve doğar doğmaz kontrol altına almayı önermektedir.

Tutkunun niteliklerinden biri de onların kontrol edilmesindeki zorluktur. Bu nedenle insan kontrolü kolayca kaybedebilir. Seneca, tutkuların doğrudan mantıkla kontrol edilemediğini ve bunların doğalarının tehlikeli olduğunu vurgular. O, Aristoteles'in tutkuların iyi kullanıldığında faydalı olabileceği yönündeki görüşü düşünür ve buna karşı çıkar, tutkuların kontrol edilemez doğası gereği mantığa tabi olmadığını şöyle ifade eder: "Eğer bunlar da savaş aletleri gibi, kullanıcıların iradesiyle kuşanılıp bırakılabilselerdi bu söz doğru olurdu. Oysa Aristoteles'in erdem yerine koyduğu bu silahlar kendi kendilerine savaşırlar, onları kullanacak bir ele ihtiyaç duymazlar ve onlara hükmedilemez, onlar hükmederler" (Seneca, *Ira*. I. 17). Bu söylem, tutkuların insan üzerinde ne kadar baskın ve denetimsiz olabileceğini ortaya koymaktadır.

Tutkunun diğer bir niteliği de toplumsal ilişkiler üzerindeki etkisidir. Seneca bu etkiyi bilhassa öfke üzerinden ele alır. Öfke, Seneca'nın en tehlikeli ve en zararlı olarak nitelendirdiği tutkudur. Ona göre "Hiçbir tutkunun sureti, öfkenin suretinden daha kafa karıştırıcı değildir; bu tutku en güzeli çirkin, en huzurlu çehreleri kasvetli gösterir" (Seneca, *Ira*. II. 35). Öfke, sadece bireyi değil, aynı zamanda toplumun geri kalanını etkileyebilecek kadar güçlü bir tutkudur. Diğer tutkulara göre daha yıkıcıdır çünkü sadece bireyi değil, toplumu da derinden sarsabilir. Diğer kusurlar insanın iç dünyasını ayartır; kişi tutkularına karşı koyamasa bile zamanla bu tutkuların kendiliğinden yatışması mümkündür. Bu kusurlar, mantığa karşı sessiz bir başkaldırıdır; yavaşça ve fark ettirmeden büyürler. Bireysel tutkular yalnızca tek tek insanları bozar, oysa öfke, bazen tüm toplumu etkisi altına alan bir tutkudur (Seneca, *Ira*. III. 1). "Öfkeye kapılmak genelde güruh halinde olmuştur; erkekler ve kadınlar, ihtiyarlar ve çocuklar, önderler ve halk bu meselede ortaktır. En ufak sözlerle galeyana gelen kalabalık, bizzat onu kışkırtan kişinin bile önüne geçmiştir. Silahlara ve ateşe hemen atlanmıştır, komşulara savaş ilan edilmiş veya yurttaşlara karşı savaşlara girilmiştir…" (Seneca, *Ira*. III. 2). Denilebilir ki güruh, bulaşıcı bir duygu olan bu öfkeye kapıldığında makul çözüm aramak yerine kaos ve çatışma ortamı yaratır. Öfkenin gücü; büyük ve yıkıcıdır toplumsal huzuru bozduğu gibi insanları yanlış

kararlar almaya iter ve insanlar intikam peşine düşerler. Dolayısıyla liderlerin, yöneticilerin ya da toplum meclisi olan senatoların öfkeyle hareket etmesi halk için felaketlere yol açar ve bunun sonucunda halk büyük bedeller ödemek zorunda kalır (Seneca, *Ira*. III. 2). Seneca'nın *De Ira* (*Öfke Üzerine*) adlı eserinde öfkenin topluma büyük bedeller ödettiğine dair birçok örnek bulunur. Bunlardan birini Seneca şöyle anlatır:

> Bu barbar kralların öfkesinde yabanilik vardı. Bunlar eğitimsizdi ve edebi tedrisatın yakınından dahi geçmemişlerdi. Gelin size Aristoteles'in kucağından inmiş İskender'i anlatayım. Kendisi en yakın dostu, beraber eğitim gördüğü Clitus'u bir yemek masasında kendi elleriyle bıçaklamış; ne ki Clitus onu yeterince övememiş ve özgür bir Makedon'dan köle bir Perse yeterli hızda dönüşememiş diye… (Seneca, *Ira*. III. 17)

Yine Seneca Roma tarihinden zalim hükümdarlarından biri olan, Roma İmparatoru Caligula lakabıyla bilinen Gaius Caesar'ı (MS 37-41) öfkenin nasıl bir toplumsal felakete yol açabileceğinin bir örneği olarak gösterir. Öfkenin bireyler ve toplum için nasıl yıkıcı sonuçlara yol açtığını anlatır. Caligula, öfkesine teslim olmuş, acımasız bir hükümdardır. Onun öfkesi, kendi halkına ve senatoya zulmetmesine, keyfi idam kararları vermesine, Roma'daki sosyal düzeni ve güvenliği tehlikeye atmasına neden olmuştur. Örneğin;

> Pastor adlı seçkin bir Roma süvarisinin oğlu, züppelikleri ve gereğinden fazla süslediği saçlarıyla Gaius Caesar'ı rahatsız etmiş Caesar da onu gözaltına aldırmış. Bunun üzerine babası oğlunun canının bağışlanmasını dilemişse de bu af dileğini bir cezalandırma uyarısı sayan Caesar oğlanın derhal infaz edilmesi emrini vermiş. Sözde babaya karşı tümden vicdansız olmamak için de onu o gün yemeğe davet etmiş. Pastor zerre sitemkâr bir ifade takınmadan yemeğe gelmiş. Caesar onun sağlığına kadeh kaldırmış ve başına bir gözcü dikmiş. İçtiği şey oğlunun kanından başka bir şey olmadığı halde zavallı adam sebat etmiş. (Seneca, *Ira*. II. 33).

Bu hikâye, Caligula'nın yalnızca devlet adamlarına değil, sıradan vatandaşlara karşı da aynı acımasızlığı gösterdiğini kanıtlıyor. Pastor'un oğlunun hiçbir ciddi suç işlemeden ölüm cezasına çarptırılması, öfkenin adalet duygusunu nasıl yok ettiğinin somut bir örneğidir. Ayrıca, bir babanın oğlunun ölümüne rağmen zorla imparatorun sofrasına oturtulması, öfkenin yalnızca fiziksel cezalarla sınırlı kalmadığını, aynı zamanda insanları psikolojik ve ahlaki olarak da ezdiğini göstermektedir. Bu olay, Caligula'nın öfkesinin sadece bireysel değil, toplumsal düzeyde de bir yıkıma yol açtığını ve Roma'daki korku atmosferini güçlendirdiğini gözler önüne serer. Kaldı ki bu hikâyenin devamında Caesar, Pastor'a parfüm ve çelenk göndermiş ve bunların kullanıp kullanılmadığının da takip edilmesini istemiştir ve Pastor'da bunları kullanmıştır. Oğlunun öldüğü gün gut hatası olmasına rağmen çok fazla içmiş ve burada tek bir gözyaşı dahi dökmemiştir. En ufak bir yas belirtisi göstermemiştir ve bunun otaya çıkmasına

da izin vermemiştir. Seneca bunun sebebini, Pastor'un başka bir oğlu olmasına bağlamaktadır. Çünkü eğer oğlunun celladını yani Caligula'yı o gün memnun etmese diğer oğlu da benzer bir durum yaşaması son derece muhtemeldi. Pastor'un öfkesini bastıran ödev duygusuydu (Seneca, *Ira*. II. 33). Bu olay üzerine Seneca şu yorumu getirir: "Demek ki öfkenin yönetileceği kişi ister bize denk ister bize üstün olsun, öfkeden imtina etmek gerekir. Denk biriyle mücadele etmek iki ucu keskin bıçaktır, üstün biriyle mücadele etmek deliliktir, aşağı biriyle mücadele etmek ise bayağılıktır" (Seneca, *Ira*. II. 34).

Roma İmparatoru Caligula'nın öfkesinin vahşetle birleştiği ve onun sadece bireysel bir hiddetle değil, zulümle hareket ettiği görülmektedir. Öyle ki hiçbir suçları olmayan yüksek rütbeli Romalıları, sırf kendi keyfi için işkenceye ve ölüme mahkûm etmiştir. Caligula, bir konsülün oğlu olan Sextus Papinius'u, kendi devlet görevlisini, oğlunun eğitmenini, bazı senatörleri ve süvarileri aynı gün kırbaçlatıp işkence ettirmiştir. Ancak bunu bir soruşturma ya da adalet adına değil, yalnızca eğlenmek için yapmıştır. Onun acımasızlığı öyle bir boyuttaydı ki bahçede gezinirken bile rastgele insanları idam ettirecek kadar kontrolsüzdü. Bu zalimlik sadece öfke değil, kibir de barındırmaktadır. Anlatılan olay konudan sapma gibi görünebilir ama bunun öfkenin olağandışı patlamalarıyla ilgisi vardır ve Caligula'nın zulmü, sıradan bir öfke patlamasından çok daha sistematik ve soğukkanlı bir vahşete dönüşmüştür. Senatörleri kırbaçlatmış ve bunu öyle sık yapmıştır ki artık sıradan bir olay haline gelmiştir. İşkenceler, yalnızca fiziksel acı çektirmekle sınırlı kalmamış, aynı zamanda korkunç bir psikolojik eziyet içermiştir (Seneca, *Ira*. III. 18-19). Görüldüğü üzere Seneca burada, öfkenin ve kibrin birleştiğinde nasıl korkunç bir tiranlık ortaya çıkardığını anlatmaktadır. Caligula, öfkesini kontrol edemediği için değil, onu bir yönetim aracı haline getirdiği için bu kadar zalimdir. Onun zulmü, yalnızca anlık öfke nöbetlerinden ibaret değildir, gücünü göstermek için kullandığı bir baskı yöntemidir. Bu durum öfke kontrol edilmediğinde onun toplumu nasıl mahvedebileceğini gözler önüne sermektedir. Sonuç olarak Seneca anlatmaya çalıştığı şey şöyle ifade eder: "Tasvir etmek istediğim şey Gaius'un değil, öfkenin acımasızlığıydı. Bu öfke, deliliğini sadece tek tek bireylere kusmaz, tüm kavimleri bölüp parçalar, şehirlere ve nehirlere ve acı hissinden tamamen azade olan şeylerin dahi tamamına kırbacını tattırır" (Seneca, *Ira*. III. 19).

Seneca, öfkenin acımasız doğasına dair çarpıcı bir örnek olarak Cambyses'in Habeşlilere karşı giriştiği felakete dönüşen seferini anlatır. Habeşliler, köleliği kabul

etmediklerini nazik bir dille ifade etmek için elçiler göndermişlerdir. Ancak bu elçiler kibirli bir tavırla, küstah bir dille karşılanmış ve Cambyses öfkeden adeta çıldırmıştır. Düşünmeden hareket eden kral, yanına yeterli erzak almadan, keşif yaptırmadan, savaş için işe yarar tüm askerlerini seçerek çorak ve yolu olmayan bölgelere doğru sefere çıkmıştır. Ancak yolculuk ilerledikçe büyük zorluklarla karşılaşılmış, ordu yiyecek bulamaz hale gelmiştir. Başlangıçta açlıklarını ağaç yapraklarıyla gidermeye çalışsalar da bir süre sonra doğada tüketebilecekleri hiçbir şey (bitkiler, ağaç kökleri) bulamaz halle gelmişlerdir. Hayvanların dahi yaşamadığı bu bölgede askerler, hayatta kalabilmek için her on kişiden birini rastgele seçerek yemeye başlamışlardır. Kral, ordusunun önemli bir bölümünü bu şekilde kaybetmesine rağmen hâlâ öfkeyle hareket etmeye devam etmiştir ta ki sıra kendisine gelebileceği korkusuna kapılana dek. İşte ancak o zaman geri dönmeye karar vermiştir. Askerleri ise kimin kötü bir şekilde öleceğine dair kimin daha kötü bir şekilde yaşayacağına dair kura çekmeye devam etmişlerdir (Seneca, *Ira*. III. 20). Bu trajik olay, Seneca'nın şu sözünü hatırlatır: "Hırs herkesi tek tek ele geçirir. Toplumun tümünü etkileyen tek kötülük, kendine hâkim olmamaktır" (Seneca, *Ira*. III. 2).

Seneca, öfkenin diğer tutkuları da ele geçirerek onları yönettiğini ve akıl üzerinde hâkimiyet kurduğunu belirtir (Seneca, *Ira*. II. 36). Bu durumu şöyle ifade eder:

> Diğer kusurlar adım adım nüfuz ederken öfkenin gücü kendini aniden ve büsbütün gösterir. En sonunda diğer tutkuları kendine tabi kılar. En ateşli aşkı alt eder, öyle ki adamlar sevdikleri o bedenleri bıçaklarlar ve öldürdükleri o kişilerin koynuna girerler; en dirençli ve en katı kötülük olan tamahkârlığa önce servetini sağa sola saçtıran, ardından evini ve tüm malvarlığını ateşe attıran öfke, bunlardan sonra tamahkârlığı ayaklarının altında ezer. Niçin? İhtiraslı adamlar en çok kıymet verilen rütbelerini söküp atmaz, kendilerine bahşedilen onurları bile geri çevirmezler mi? Hiçbir tutku yoktur ki öfkenin hükmü altına girmesin. (Seneca, *Ira*. II. 36)

Seneca, öfkenin doğrudan deliliğe açılan bir kapı olduğunu belirtir ve bu duygunun insanı mantıksız eylemlere sürüklediğini şu sözleriyle ifade eder: "Deliliğe giden daha kısa bir yol yoktur" (Seneca, *Ira*. II. 36). Öfke, bireyin iradesini kaybetmesine ve hatta sevdiklerine zarar vermesine yol açabilecek kadar güçlü bir duygudur. Şehvet, korku ve cüret gibi tutkular doğrudan kendini belli eden tutkulardır. Bu tutkular kendiliğinden görünür, öfke ise kendini gösterir (Seneca, *Ira*. I. 1). Öfkenin mantıkla ilişkisini açıklarken Seneca, şu ifadeyi kullanır: "Mantık genelde sabrı öğütlerken öfke intikamı öğütler. Biz de öncü kötülüklerden sıyrılmayı başarırsak daha iyi bir konuma doğru evriliriz" (Seneca, *Ira*. II. 14). Bu bağlamda öfkeye karşı aklın rehberliğinde direnç göstermek, bireyin hem ruhsal hem de toplumsal huzuru açısından

kaçınılmazdır. Nitekim Seneca, öfkenin doğurabileceği tehlikelere dikkat çekerek şu uyarıda bulunur: "Bu en büyük kötülükten, yani öfkeden ve onun yardakçıları olan çılgınlıktan, vahşetten, gaddarlıktan, delilikten kaçınmak ne de büyük lütuftur!" (Seneca, *Ira*. II. 12). Öfke ile mücadele etmenin yollarından biri, bireyin kendisini zihinsel olarak eğitmesi ve öfkesini dizginleme konusunda bilinçli bir çaba göstermesidir. Bunun yanı sıra, insanın çevresindeki kişileri doğru seçmesi ve erdemli insanlarla ilişki kurması da bu duygunun kontrol altına alınmasına yardımcı olabilir. Eğer kişi barışçıl ve erdemli insanlarla bir arada olursa, onların tutumlarını benimseyerek örnek alarak daha iyi biri olmakla kalmaz, daha sabırlı ve sakin bir insan haline gelir. Zamanla öfkelenmek için bir neden aramaz hale gelir ve geçmişte sıkça düştüğü öfke zaafına tekrar kapılmaz. Bunun tersine, sinirlenmesine sebep olacağını bildiği insanlarla vakit geçiren biri, bu duyguyu besler ve öfkesini kontrol etmekte zorlanır. Bu nedenle Seneca kişinin kendini kötü etkileyen, öfkesini kışkırtan insanlardan uzak durması gerektiğini savunur (Seneca, *Ira*. III. 8).

Öfkeye karşı dirençli olmanın bir diğer yolu da kişinin yaşam biçimini gözden geçirmesidir. Seneca'ya göre rahat ve ölçüsüz bir yaşam, sabırsızlığı ve tahammülsüzlüğü besleyerek insanı öfkeye daha yatkın hale getirir. Eğer bir kişi sürekli konfor içinde yaşar, zorluklarla yüzleşmekten kaçınır ve tahammülsüz olursa, en küçük sıkıntılarda bile öfkelenmeye eğilimli hale gelir. Gönül meşakkat çekerek yontulmalıdır. Ancak bu şekilde, karşılaştığı küçük darbeler onu sarsmaz ve asabiyetinin esiri yapmaz (Seneca, *Ira*. II. 25). Bu, Stoacı düşüncenin temel ilkelerinden biridir: Hayatın kaçınılmaz sıkıntılarını bilgece karşılamak ve bunları ruhsal gelişim için bir fırsat olarak görmek. Bu noktada Seneca, sabır ve dayanıklılığı geliştirmenin önemini vurgular. Ona göre insanın kendini disipline etmesi ve zorluklara karşı bilinçli bir şekilde hazırlıklı olması, öfkeyi dizginlemenin etkili yollarından biridir. Bu düşüncesini şu sözleriyle pekiştirir:

> "Öfkenin" diyor birileri, "gönülden tümüyle sökülüp atılması mümkün değildir, ayrıca, insan doğası da buna elverişli değildir." Bilakis, insan zihninin alt edemeyeceği, istikrarlı bir odaklanmanın yakından tanımamıza vesile olamayacağı kadar çetin ve sert bir şey yoktur. Ayrıca disiplinin ehlileştiremeyeceği kadar yabani ve kendi başına buyruk tutkular da bulunmaz… dirayetin her türden engeli aştığını ve zihin kendine dirayeti telkin ettiği zaman hiçbir şeyin zor olmadığını gösteren binlerce örnek vardır. (Seneca, *Ira*. II. 12).

Dolayısıyla insan, faziletli düşüncelerle meşgul olarak iyi işler yapmalı ve zihnini gerçekten değerli olan şeylere yönlendirmelidir. Böylece huzura ulaşmanın kapısı aralanmış

olur. Şöhret ve dışsal onay peşinde koşmak yerine kişi farkındalık sahibi olmalıdır. İnsan kötülüklerden kaçamayabilir ancak o, iyi şeyleri hak eden biri olmalıdır (Seneca, *Ira*. III. 42). Elinde olanların değerini bilmeli ve onlara şükretmelidir. Ardından gelecekleri beklemeli, henüz her şeyi elde etmemiş olmaktan rahatsızlık duymak yerine memnun olmalıdır. Çünkü insanın hâlâ umut edecek bir şeylerinin olması da hazdan sayılır (Seneca, *Ira*. III. 31). Ancak bu haz insana geçici memnuniyet sağlayan hazlardan farklı bir konumdadır. Seneca hazlara kapılan ve yaşamını bu şekilde sürdüren kimse için bu hazların gönlü ve bedeni yozlaştırdığını söyler ve bu kimse için hiçbir zorluğa katlanmak mümkün değilmiş gibi görünür. Bunun sebebi katlanmanın zor olması değil, maruz kalan kişinin zayıflığıdır (Seneca, *Ira*. II. 25). Seneca, hazların insanı zayıflatan yönü olduğunu vurgular. Eğer bir insan kendini hazlara kaptırır ve sürekli kolay olanı tercih ederse zamanla en küçük sıkıntılara bile katlanamaz hale gelir. Ancak bu, hayatın gerçekten daha zor hale gelmesiyle değil, kişinin kendi iradesinin zayıflamasıyla ilgilidir. Yani, sorun dışsal koşullarda değil, insanın içsel direncinin kırılmasındadır. Stoacılar, bu yüzden hazlara bağımlı olmamayı ve güçlü bir irade geliştirmeyi savunurlar. Bunun gerçekleşmesi için de Seneca insanın kendi eksikliklerini tanıması gerektiğini ifade eder. Eğer kişi kendi zayıf yönlerini bilmezse, onlara karşı tedbir alamaz ve aynı hataları tekrar yapmaya devam eder. Oysa zayıf noktalarının farkında olan biri, kendini geliştirmek için bu alanlarda daha bilinçli çaba gösterebilir, özellikle o yönünü savunabilir (Seneca, *Ira*. III. 10). Seneca insanın kendi zayıflıklarını önceden fark edip onlara karşı önlem alması gerektiğini salık verir. Eğer bir insan, hangi durumların kendisini zorladığını ve hangi şeylere karşı iradesiz olduğunu bilirse, bu zayıflıkları tetikleyecek durumlardan kaçınarak da kendini koruyabilir. Örneğin, biri lükse düşkünse, sürekli lüks tüketime maruz kalacağı ortamlardan uzak durmalıdır. "Bilindik zaaflara engeller çıkarmak en iyisidir" (Seneca, *Ira*. III. 13). Sonuç olarak insanın kendi iç dünyasını tanıması, hazlara karşı bilinçli olması ve zayıflıklarını güçlendirmesi gerekir. Seneca, kişinin kendisini aşabilmesi için önce kendisini iyi analiz etmesi gerektiğini savunur.

Seneca, stoacı düşünceye uygun olarak erdemin tutkularla bir arada bulunamayacağını savunur. Ona göre, erdemli bir yaşam sürdüren bir insan, tutkulara yer vermez çünkü bu iki zıt güç bir arada var olamaz: "Zira zaaflar erdemlerle ortak paydada buluşmazlar. Ayrıca hiç kimse aynı anda hem hasta hem sağlıklı olamayacağı gibi, aynı zamanda hem öfkeli hem iyi bir adam olmak da bundan daha olası değildir" (Seneca, *Ira*. II. 12). Bu görüş, Seneca'nın Stoacı düşüncenin temel ilkelerinden biri olan erdemin, tutkuların dizginlenmesi ve aklın mutlak

egemenliğiyle elde edileceği fikrini yansıtır. Seneca'ya göre, erdemli bir yaşam, sürekli olarak kendini gözlemleme ve irade gücünü artırma çabasını gerektirir. Her gün kendini sorgulamak ve hatalarını gözden geçirmek, tutkulara karşı güçlü bir savunma mekanizmasıdır: "Gönülden de her gün hesap sorulmalı: 'Bugün hangi kötülükten arındın? Hangi zaafına karşı direndin? Ne bakımdan daha iyi oldun?'" (Seneca, *Ira*. III. 36). Bu içsel sorgulama, insanın kendi üzerinde denetim kurmasının ve tutkularını kontrol altına almasının bir yoludur.

Her bir kötülüğün başvuracağı bir yol vardır: Açgözlülük para vaat eder; sefahat birçok çeşitli zevkleri: mevki hırsı erguvan kenarlı giysiyi ve nakışları, ardından da kudreti ve bunun sağladığı bütün olanakları vaat eder. Her kusur bir kazançla kışkırtır seni (Seneca, 2020: 240). Şatafat düşkünlüğü, açgözlülük, şehvet, hırs tüm bunlar dar, zavallı ve aşağılıktır (Seneca, *Ira*. II. 21) . "Tek ulu ve görkemli şey erdemdir. Yüce olan bir şey aynı zamanda dingin de olmalıdır" (Seneca, *Ira*. II. 21). Bu, Stoacı anlayışın temel prensibi olan içsel huzurun yalnızca erdemli bir yaşam sürmekle elde edilebileceğini ve tüm bunlardan uzak durmakla yapılacağını anlatır. Tutkuların peşinden giden bir insan, içsel huzuru bulamaz çünkü tutkular insanı sürekli bir tatminsizliğe ve dengesizliğe sürükler. Örneğin para hırsı, en iyi durumdaki düzene bile saldırır; bir şeyler koparmak isterken, kendi çıkarına çevirmek isterken her şeyi yabancı yapar kendine, geniş bir mülkten küçük bir toprağa indirger varlığını. Para hırsı insanları fakirleştirir, her şeye can atayım derken her şeyi kaybettirir (Seneca, 2020: 355). "Bizim gibi ölümlü olan uzay bile öngörü (providentia) sayesinde tehlikelerden kurtulur; bizim öngörümüzle de insanların büyük bir kısmını mahveden ihtiraslara hâkim olabilirsek, bu küçük bedenin yaşamını bir sınırda uzatabiliriz" (Seneca, 2020: 197).

Sonuç olarak Seneca'nın stoacı yaklaşımına göre tutkular, insanı yanlış kararlara sürükleyen, ruhsal dengesizliğe ve kaosa neden olan güçlü duygusal tepkilerdir. Akıl ve erdem, bu tutkularla mücadelede insanın en büyük silahlarıdır. Tutkular ne kadar güçlü olursa olsun, akıl insanı bu tehlikeli duygusal sarmaldan kurtarabilecek yegâne güçtür. Stoacı düşünceye göre, iç huzurun ve erdemin yolu mantık ve aklın rehberliğinden geçer. Seneca insanın kusurlarının iki nedenden ileri geldiğini söyler. Bunlardan ilki yanlış kanıların birikimi olan hatalardır. İkincisi yanlış kanılara kapılmış olmasa da ruhun hatalara doğru eğilimidir. İnsan bazen doğru olmayan fikirleri ve yanlış inançları zihninde biriktirir. Bu yanıltıcı düşünceler, onun yanlış yollara sapmasına ve hatalar yapmasına neden olur. Bazen de insanın ruhu yanlış

düşüncelere kapılmasa bile doğal olarak kötüye eğilimli olabilir. Kişi, gösterişin, dış dünyanın cazibesinin veya geçici arzuların etkisinde kalarak farkında olmadan kendi felaketine doğru ilerleyebilir. Bu durumlardan kurtulmak için ne yapılmalı? Seneca'ya göre insan, bu iki kusurdan arınmak için ya zihnimizi tamamıyla iyileştirmeli ya da kusursuz olsa dahi kötüye eğimli olan ruhumuzun kötüye meyletmesini önlemek için ona yön vermelidir. Bu doğrultuda felsefe, her iki konuda da insana yardımcı olur. Felsefe, insanın hem zihnini iyileştirmesine hem de ruhunun eğilimlerini kontrol etmesine yardımcı olduğu için yüzeysel nasihatler yerine daha kalıcı bir rehberlik sunar. Bu nedenle, basit öğütler veya geçici çözümler yerine, derin bir felsefi anlayışa sahip olmak, insanın gerçekten düzelmesini sağlamaya yardımcı olabilir (Seneca, 2020: 370). Sonuç olarak Seneca insan kusurlarının kaynağını analiz ederek bu kusurlardan kurtulmanın felsefi düşünceyle mümkün olduğunu söylemektedir. Geçici öğütler yeterli değildir; insan ya zihnini hatalı inançlardan temizlemeli ya da ruhunun kötüye yönelmesini önlemelidir. Gerçek huzur, erdemli yaşamak, sahip olduklarımızın kıymetini bilmek, umutlarımızı kaybetmemekle sağlanır. Böylece Seneca insanın iç huzura ve gerçek mutluluğa nasıl ulaşabileceği konusunda felsefi bir bakış açısı getirmiştir.

2.4.2.1.1. Öfke

Seneca *De Ira (Öfke Üzerine)* adlı eserinde derinlemesine araştırmış ve incelemiştir. O, öfkeyi diğer duygulara kıyasla daha tehlikeli ve kontrol edilmesi güç bir tutku olarak tanımlar. Bizim öfkeyi özel olarak incelememizin temel nedeni, onun ruh dinginliğini tehdit eden başlıca unsurlardan biri olması ve hem birey hem de toplum üzerinde ani ve yıkıcı etkilerinin olmasıdır. Seneca'nın nazarında diğer tutkular genellikle daha ölçülü bir şekilde deneyimlenebilirken öfke; aklı devre dışı bırakarak hızlı bir şekilde, kontrol edilmesi zor, daha yıkıcı ve zarar verici bir eyleme dönüşebilir. Bu nedenle bu duyguya özel bir önem atfetmek, hem felsefi hem de pratik bir gereklilik olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu doğrultuda 'Öfke nedir? Doğaya uygun mudur? Hayvanlarda öfke var mıdır? Öfkenin mantık ile nasıl bir ilişkisi olabilir? Öfkeli bir insan nasıl görünür (öfkenin betimlenmesi)? Öfkeyi bir ölçüde korumak gerekli midir?' soruları ele alınacak, ardından öfkenin nitelikleri, kaynakları ve çaresi incelenecektir.

Öfke[9], tüm tutkulardan çok daha çirkin ve çok daha vahşi olanıdır. Aslında öfke, kısa süreli bir delilik halidir ve öfke doğrudan deliliğe açılan bir kapıdır. Seneca bu duygunun insanı mantıksız eylemlere sürükleyebileceğini "Deliliğe giden daha kısa bir yol yoktur" diyerek de belirtir (Seneca, *Ira*. II. 36). Öfke, bireyin iradesini kaybetmesine ve hatta sevdiklerine zarar vermesine yol açabilecek kadar güçlü bir duygudur. Şehvet, korku ve cüret gibi tutkular doğrudan kendini belli eden tutkulardır. Bu tutkular kendiliğinden görünür, öfke ise kendini gösterir (Seneca, *Ira*. I. 1). Öfkede görülenler şunlardır: Özdenetim eksikliği, itidal kaybı, insan ilişkilerine karşı ilgisizlik, başladıktan sonra inatçı bir tutum ve kararlılık, mantığa ve öğütlere kendini kapatma hali, gereksiz yere kışkırtılmaya kapılma ve adil ile doğru olanı kavrayamama (Seneca, *Ira*. I. 1). Bu nedenle Seneca'ya göre öfke, yalnızca bireysel bir zayıflık değil, aynı zamanda aklı ve erdemi gölgeleyen tehlikeli bir durumdur. Bu duygunun kontrol altına alınması, insanın doğasına uygun bir yaşam sürmesi için gerekliliktir.

Öfke doğaya uygun mudur? Sorusuna baktığımızda Seneca'nın cevabı, öfkenin doğaya uygun olmadığı yönündedir. Ona göre öfke, irrasyoneldir, hızlı ve patlayıcıdır, şiddet içerir, geçici ve kontrol edilmesi zordur, bir zayıflık göstergesidir, akıldan yoksundur, bulaşıcıdır. Öfkede karşılıklı yıkım, ayrılık ve zarar verme isteği vardır. Öfke en değerli kişilere bile saldırma eğilimindedir ve öfke ancak başkalarını da beraberinde sürükleyecekse tehlikeye atılır. Öfke gibi vahşi ve zararlı bir kusuru doğanın en gelişkin eserine, yani insana atfetmek daha büyük bir doğa cahilinin işidir (Seneca, *Ira*. II. 5). Seneca "Öfke cezalandırmaya teşnedir" diyerek de öfkenin insanı başkalarına zarar vermeye, cezalandırmaya veya intikam almaya yönlendiren bir duygu olduğunu anlatır (Seneca, *Ira*. II. 5). Ona göre "İnsanın huzur dolu gönlünde bu tür bir arzunun yer edinmesi insan doğasına hiç de uygun değildir. Doğrusu insan yaşamı fayda ve ahenk üzerinedir. İşbirliğine ve yardımlaşmaya bağlıdır ama bunun temelinde korku değil, karşılıklı sevgi yatar" (Seneca, *Ira*. II. 36). İnsanın asli doğası cezalandırmaya eğilimli değildir. Ama öfke, bu doğal durumu bozarak kişiyi cezalandırmaya yönelten bir duygu olarak ortaya çıkar. Dolayısıyla öfke insan doğasına uygun değildir (Seneca, *Ira*. I. 6). Öyle ki

[9] Seneca, *De Ira*'da öfkeyi ilkin bir tutku olarak ele alır. Ama sonra öfkeden bir dürtü olarak da bahseder. *De Ira*'nın çevirmeni olan A. Doğucan Hanegelioğlu ise bu durumu belirterek dipnotta açıklama yapar. Öfke'yi ilkin tutku olarak sonra *De Ira*'nın II. 3'ünde de dürtü olarak ele aldığını ifade eder. Barini'nin (1963, s. 40) dürtüsel hareket (movimento) ve Basore'nin (1928, s. 173) ise etken dürtü (active impulse) ifadesini kullandıklarını söyler (bkz. Seneca, *Ira*: 56).

öfke aslında insanın içsel doğasıyla çelişen, dışsal koşullar tarafından tetiklenen ve insanın erdemli ve doğal haline zarar veren bir duygudur.

Hayvanlarda da insanlardaki gibi öfke var mıdır? Seneca'ya göre insan ve hayvanlar arasındaki öfke ilişkisinde temel bir fark bulunmaktadır: Öfke, yalnızca insanın mantık sahibi olması nedeniyle var olabilir. Hayvanlar içgüdüsel olarak saldırganlık ve vahşilik sergileyebilir ancak bu, öfke değildir. İnsan öfkesini farklı kılan, onun mantık ve muhakeme yeteneğine dayanmasıdır. Hayvanlar, insana özgü erdemlere veya kusurlara sahip değildir. Onların insanın tutkularına benzeyen içgüdüleri vardır ancak bu içgüdüler tutkularla aynı şey değildir. Eğer hayvanlarda insanlara benzer tutkular olsaydı, sevgiyi ve nefreti deneyimlemeleri mümkün olurdu. Bu durumda dostluk, husumet, anlaşmazlık ve uyum gibi kavramlar da hayvan dünyasında yer bulabilirdi. Ancak iyilik ve kötülük kavramları yalnızca insan ruhuna özgüdür. Hayvanlardaki ani tepkiler ve huzursuzluklar, dışarıdan şiddetli görünse de aslında korku, kaygı, üzüntü ya da öfkeden kaynaklanmaz. Bunlar yalnızca bu duygulara benzeyen şeylerden kaynaklanır. Bu nedenle hayvanlardaki bu tepkiler kısa sürede geçer ve hayvan tam tersi bir duruma dönüşür. Örneğin, az önce öfkeli ve korkmuş görünen bir hayvan, kısa bir süre sonra beslenmeye başlayabilir. Saldırgan tavırlarını ise dinginlik ve uyku takip eder (Seneca, *Ira*. I. 3; bkz. *Ira*. II. 16). Görüldüğü üzere Seneca, insanın hayvanlardan ayrılan en temel özelliğinin akıl ve muhakeme gücü olduğunu, hayvanların içgüdülerine göre hareket ederken insanların öfkeyi mantıklı bir şekilde değerlendirebilir ve yönlendirebilir olduğunu savunur. Bu da insanın, duygularını kontrol etme ve erdemli bir yaşam sürme sorumluluğunu üstlendiğini, doğasına aykırı bir şekilde davranmaması gerektiğini hatırlatır. Nitekim öfkenin insan doğasına uygun bir duygu olmadığı ve mantıklı bir varlık olarak öfkenin üstesinden gelmenin erdemli bir görev olduğu açıktır.

Öfkenin mantık ile ilişkisini ele alan Seneca, öfke ve mantık arasındaki farkları da açıkça belirtir. Mantık sabırlıdır, öfke acelecidir. Yani mantık, doğruyu bulabilmek için zamana ihtiyaç duyar ve bu yüzden karar vermeyi erteleyebilir. Öfke ise sabırsızdır, düşünmeden hareket eder ve hızlıca yargıya varmak ister. Mantık, adil olan neyse ona karar vermeyi ister, öfke ise kendi kararını adil görme taraftarıdır. Mantığın amacı, gerçeği bulmaktır, ilgilendiği davadan başka bir şeyi irdelemez. Öfke ise davanın dışında seyreden boş meselelere kapılır. Ayrıca öfke görünüşe ve dışsal unsurların etkilerine açıktır. Kendinden emin bir duruş, yüksek

ses, pervasız konuşma, hatta birinin giydiği kıyafet, fazlasıyla iddialı bir müdafaa ve toplumda görülen rağbet bile öfkeyi körükleyebilir (Seneca, *Ira*. I. 18). Görüldüğü üzere öfke ve mantık, birbiriyle zıt çalışan iki güç olarak sunulmaktadır. Bu bağlamda Seneca'nın verdiği mesaj kıymetlidir. Gerçek adaleti bulmak için öfkeye değil, mantığa güvenmeliyiz. Bir meseleye yaklaşırken, duygularımızın bizi yönlendirmesine izin vermek yerine sakin ve bilinçli bir şekilde düşünmeliyiz. Öfke bizi hızla yanlış bir yola sürükleyebilir, oysa mantık doğruyu bulmak için zamana ihtiyaç duyar. Bu konuda Seneca şunu söyler: "[M]antık genelde sabrı öğütlerken öfke intikamı öğütler. Biz de öncü kötülüklerden sıyrılmayı başarırsak daha iyi bir konuma doğru evriliriz" (Seneca, *Ira*. II. 14). Bu minvalde öfkeye karşı aklın rehberliğinde direnç göstermek, bireyin hem ruhsal hem de toplumsal huzuru açısından son derece mühimdir. Nitekim Seneca, öfkenin doğurabileceği tehlikelere dikkat çekerek şu uyarıda bulunur: "Bu en büyük kötülükten, yani öfkeden ve onun yardakçıları olan çılgınlıktan, vahşetten, gaddarlıktan, delilikten kaçınmak ne de büyük lütuftur!" (Seneca, *Ira*. II. 12). Çünkü faydasızı sağlıklıdan ayırt etmek mantık işidir, öfke işi değildir (Seneca, *Ira*. I. 15).

Seneca mantığın devre dışı kaldığı bir durumda öfkenin insan üzerindeki etkilerini de betimler. Bu şekilde öfkenin yalnızca bir duygu değil, bedeni ve ruhu derinden sarsan bir kuvvet olduğunu gözler önüne serer. Bu etkilerin dışa nasıl yansıdığını ise şu sözlerle çarpıcı bir şekilde anlatır:

> Öfke tarafından ele geçirilmiş insanların sağlıklı olmadıklarını anlamak için doğrudan dış görünüşlerine bak. Çünkü çıldırmış bir adamın kesinlikle gösterdiği belirtileri gösterirler: cüretli ve tehditkâr bir yüz, çatık kaşlar, vahşi bir görünüm, hızlanan adımlar, sabit duramayan eller, değişen renk, sık ve şiddetli nefes alıp verme… Öfkeli insanlarda da aynı böyle belirtiler görülür: Alev alev titreyen gözler, kalbin derinliklerinden gelen kanla kıpkırmızı olan çehre, titrek dudaklar, sıkılı dişler, kabaran ve dikleşen saçlar, şiddetli ve tıslayan nefes, kıvrılan eklemlerden çıkan ses, inleme ve bağırış, anlaşılması güç sözlerle kesik kesik konuşma, sık sık ellerini birbirine, ayaklarını yere vurma, 'öfkenin tehdidiyle harekete geçip' uyarılan beden; yani çarpıklaşmış ve şişmiş kimselerin çirkin sureti ve korkutucu görünümü… (Seneca, *Ira*. I. 1)

Seneca'ya göre öfkeye kapılmış insanların sağlıklı olmadıklarını, yalnızca dış görünüşlerine bakarak bile anlayabiliriz (Seneca, *Ira*. I. 1). Öfke, sadece zihinsel bir durum değil, aynı zamanda bedensel bir yansıması da olan bir duygu halidir. Bu noktada öfkeye kapılmış bir insanın yüzündeki ifadelerden, vücut dilinden ve genel duruşundan ruhsal durumunun ne denli bozulduğunu gözlemlemek de mümkündür. Bu çerçevede Seneca öfkeyi tanımlamak için farklı sıfatlar kullanır: keskin (*amarus*), şiddetli (*acerbus*), fevri (*stomachous*),

gözü dönmüş (*rabious*), taşkın (*clamous*), çetin (*difficilis*), azılı (*asper*) ve aksi (*morous*). Seneca burada farklı öfke türlerinden bahsederken şiddeti de kasteder (Seneca, *Ira*. I. 4). Seneca'nın Öfkeyi tanımlarken kullandığı bu sıfatlar öfkenin sadece dışa dönük bir tepki değil, aynı zamanda insanın içsel huzurunu ve ruh dinginliğini derinden sarsan bir ruhsal durum olduğunu ortaya koyar. Bu nitelendirmeler öfkenin bireyin psikolojik dengesini nasıl bozduğunu da açıkça gösterir.

Öfke duygusu hiç mi taşınmamalı? Seneca bu soruya öfkenin özellikle savaş meydanlarında mücadele edenlerin cesaretlerini besleyeceğini savunan düşünceye karşı çıkarak öfkenin cesareti besliyorsa dahi dizginleştirilip kabul edilmesindense onu dışarıda bırakmak gerektiğini savunur. Çünkü ona göre öfke, zamanla dizginlenemez hale gelip zihni ele geçirebilir (Seneca, *Ira*. I. 7). Seneca, öfkenin savaş ve çatışmalarda faydalı olmadığına dikkat çeker. Öfke telaşa yatkındır. Yalnızca kendisini değil, çevresindekileri de felakete sürükler, tehlikeden kaçınmaz. Öte yandan en güvenilir erdem, aceleyle değil, bilinçli ve temkinli bir şekilde hareket edebilen, kendini kontrol altında tutabilen ve kararlarını sağduyu ile alan bir zihinde bulunur (Seneca, *Ira*. I. 11). Öfkeyi bir ölçüde olsa da taşımamak gerektiğini Seneca zaaflar üzerinden şöyle açıklar:

> Sonuç olarak zaaflar, yer yer bazı işlere yarıyorlar diye kullanıma alınmamalıdırlar. Zira vücuttaki ateşin bazı özel durumlarda rahatlama sağlıyor olması, ondan tamamıyla kurtulmanın daha iyi olduğu gerçeğini değiştirmez. Sağlığın hastalığa muhtaç olduğu bir tedavi yöntemi tiksinilesidir. Benzer şekilde öfke de bazı zehirlenme, aşağı düşme ve gemi batması hadiselerinde olduğu gibi beklenmedik faydalar sağlayabilir diye onu tamamen güvenli saymak doğru değildir. Zira aynı mantıkla zehirler de sağlığa sık sık fayda sağlarlar. (Seneca, *Ira*. I. 12)

Diyebiliriz ki öfke gibi bir zaaf bazen fayda sağlayabiliyor olsa da bu durum onun genel anlamda iyi veya gerekli olduğu anlamına gelmez. Bu yüzden geçici ve istisnai durumlarda işe yarayan bir şeyin, kalıcı bir çözüm olarak benimsenmesi yanlıştır. Tıpkı hastalığın tedavi sürecinde bazen ateşin geçici bir rahatlama sağlaması gibi öfke de bazı durumlarda sonuç verici olabilir. Ancak bu, onun güvenilir veya erdemli bir tutum olduğu anlamına gelmez. Aksine, Seneca'ya göre öfke, bir tür zehirdir ve zehirlerin bazen ilaç olarak kullanılabilmesi, onların özü itibarıyla zararlı olduğu gerçeğini değiştirmez. Bu nedenle, geçici faydalarına aldanmadan, öfkeyi hayatımızdan çıkarmak daha doğru bir yaklaşım olacaktır.

Peki, eğer mantık öfkeye teslim olursa ne olur ve insan yeniden ayağa nasıl kalkabilir? Seneca'ya göre mantığın öfkeye teslim olması tehlikeli bir durumdur çünkü öfke, mantığı geçici olarak tamamen bastırır. Ancak mantık, öfkenin yatışması ve insanın yeniden soğukkanlılık kazanmasıyla birlikte geri dönebilir. İnsan sakinleştikten sonra mantığını yeniden devreye sokabilir (Seneca, *Ira*. I. 8). "Öfkenin en etkili ilacı ağırdan almaktır. Bunu da başlangıçta affetmek için değil, doğru yargıya varmak için isteyesin: öfkenin öncül dürtüleri şiddetlidir, bekledikçe durulur. Öfkeyi hemen tümden ortadan kaldırmaya çalışmayasın zira o zaten kısım kısım parçalanarak tümden yok olacaktır" (Seneca, *Ira*. II. 29). Böylece rasyonel düşüncenin düşmanı olan öfke geçtiğinde, kişi hatalarının farkına varabilir ve yeniden mantıklı hareket etme becerisini kazanabilir. Bu süreç, kişinin kendisini ve öfkesini kontrol altına almayı öğrenmesiyle hızlanabilir. Seneca'ya göre öfkeye karşı en iyi savunma, öfke anında mantığı mümkün olduğunca devrede tutmaya çalışmak ve duygulara teslim olmamaktır (Seneca, *Ira*. I. 8). Ancak öfke diğer tutkuları da ele geçirebildiği gibi onları yönetebilir ve akıl üzerinde hâkimiyet kurabilir (Seneca, *Ira*. II. 36). Bu durumu Seneca şöyle ifade eder:

> Diğer kusurlar adım adım nüfuz ederken öfkenin gücü kendini aniden ve büsbütün gösterir. En sonunda diğer tutkuları kendine tabi kılar. En ateşli aşkı alt eder, öyle ki adamlar sevdikleri o bedenleri bıçaklarlar ve öldürdükleri o kişilerin koynuna girerler; en dirençli ve en katı kötülük olan tamahkârlığa önce servetini sağa sola saçtıran, ardından evini ve tüm malvarlığını ateşe attıran öfke, bunlardan sonra tamahkârlığı ayaklarının altında ezer. Niçin? İhtiraslı adamlar en çok kıymet verilen rütbelerini söküp atmaz, kendilerine bahşedilen onurları bile geri çevirmezler mi? Hiçbir tutku yoktur ki öfkenin hükmü altına girmesin. (Seneca, *Ira*. II. 36)

Sonuç olarak öfkenin doğası dengesizdir. Öfke, bazen sınırlarını aşarak yıkıcı bir güce dönüşürken bazen de o kadar kısa sürer ki var olma amacına ulaşamaz. Öfke, kendi keyfine göre yargılarda bulunur. Farklı eleştirileri veya farklı görüşleri dikkate almaz, doğru ya da yanlış olduğuna bakmaksızın kendi zanlarına sıkı sıkıya tutunur. Yanlış bile olsa, kendi doğrularını bırakmaya yanaşmaz (Seneca, *Ira*. I. 17). Peki, bütün bu dengesizliğine rağmen 'Öfkeyi bir ölçüde korumak gerekli midir? (Seneca, *Ira*. I. 7). Bu soruya Seneca'nın verdiği cevap şudur:

> Evvela, zararlı olan tutkuları yönetmektense dışarıda bırakmak ve onları kabul ettikten sonra dizginlemekten ziyade hiç kabul etmemek daha kolaydır; zira bunlar hükmü bir kere ele geçirdiler mi bir yöneticiden daha güçlü olurlar ve ne kısıtlanmaya ne küçültülmeye meydan verirler. Daha sonra, dizginleri emanet edildiği mantık tutkulardan azâde olduğu müddetçe güçlüdür. Eğer onlarla etkileşime geçip kirlenirse, engelleyebileceği şeyleri

> engelleyemez hale gelir. Zira zihin bir kez kışkırtılıp sarsıldıktan sonra nereye güdülürse oraya hizmet eder. (Seneca, *Ira*. I. 7)

Seneca burada tutkuların baştan uzak tutulmasının, onları kontrol etmeye çalışmaktan daha kolay olduğunu vurgulamaktadır. Çünkü tutkular zihne bir kez nüfuz ettiğinde, mantık zayıflar ve birey, kendi iradesi yerine tutkularının yönlendirmesine boyun eğebilir. Bu nedenle, erdemli bir yaşam sürmek isteyen kişi, tutkularla mücadele etmek yerine, onlara hiç kapılmamayı tercih etmelidir. Bu durum öfke için de geçerlidir. Zihin öfke ile sarsıldığında, artık mantığın değil, öfkenin yönlendirmesiyle hareket eder. Bu nedenle öfkeyi bastırmaya çalışmaktansa, onu hiç ortaya çıkarmayacak bir bilgelik ve sükûnet hali benimsenmeye çalışılmalıdır.

a) Öfkenin Doğası ve Nitelikleri

Seneca, öfkenin insan üzerindeki etkilerini açıklarken onun doğasını da sorgular. Öfkenin hızla başlaması ama vaktinden önce sona ermesiyle ilgili gözlemde bulunur. Bu bağlamda öfkenin başlangıç anı ve bitme anı hakkında şunu söyler: "Öfke, dirayetli olduğu nadir durumlarda dahi, ölmeyi hak eden çok sayıda kişi olmasına rağmen bunlardan ikisinin, üçünün kanını döktükten sonra öldürmeyi bırakır. Öfkenin ilk darbeleri şiddetlidir, tıpkı yuvasından çıktığında ilkin zehirli olan ama ısıra ısıra zehri tükenip dişleri zarar veremez hale gelen bir yılan gibidir" (Seneca, *Ira*. I. 17). Burada Seneca, öfkenin hem doğasındaki şiddeti hem de geçici niteliğini betimlemektedir. Öfke, başlangıçta hızlı ve yıkıcı bir güçle ortaya çıkar; adeta kontrol edilemez bir şekilde zarar verir. Ancak zamanla etkisi azalır, enerjisini tükenir ve ilk baştaki gücünü kaybeder. Burada öfkenin bir yılanın zehrine benzetilmesi, bu tutkunun başlangıçta ne kadar tehlikeli olduğunu ama bir süre sonra yıkıcı etkisinin nasıl yok olduğunu etkileyici bir şekilde ifade eder. Seneca, bu benzetmeyle öfkenin dengesiz olduğunu, uzun süre sürdürülemeyeceğini, kontrol edilmesinin zor olduğunu, öfkenin ilk darbelerinin genellikle en çok zararı verdiğini ve bu darbelerin sonraki darbelere kıyasla daha tehlikeli olduğunu vurgular.

Öfke, aşırılıktan bile daha beterdir. Açgözlülük mal ve mülk biriktirirken öfke, bunları harcar ve yok eder. Aşırılık kendi arzularını tatmin etmeye çalışırken öfke başkalarının acısından haz alır. Öfke, garaz ve kıskançlığa da üstün gelir çünkü garaz ve kıskançlık, mutsuzluğa yönelirken öfke mutsuz etmeye yönelir. Garaz ve kıskançlık, karşılarına çıkan rastgele kötülüklerden keyif alabilirken öfke sabırsızdır; talihi bekleyemez, nefret ettiği kişinin

zarar görmesini değil, ona bizzat kendisi zarar vermek ister (Seneca, *Ira*. III. 5). Bu bağlamda Seneca öfkeyi yalnızca yıkıcı bir tutku olarak değil aynı zamanda insanın kontrolünü kaybetmesine neden olan tehlikeli duygulardan biri olarak görür. Çünkü öfke, yalnızca bireyin kendisine zarar vermekle kalmaz, başkalarını da hedef alarak bilinçli bir yıkıcılık sergiler.

Öfke, husumete yol açar. Hiçbir şey savaş kadar yıkıcı değildir; öfke ise bu yıkımın kaynağıdır. Savaşların patlak vermesine genellikle güç sahiplerinin öfkesi sebep olur. Ancak savaş yalnızca güç sahipleri arasında gerçekleşmez; avamın ve bireylerin öfkesiyle, silah ya da güç kullanılmadan da başka bir tür savaş yaşanır. Öfkenin kısa sürede yol açacağı zararları, hileleri ve karşılıklı çatışmaların getirdiği endişeyi bir kenara bıraksak bile öfke, hem maliyetlidir hem de kendi bedel öder. Çünkü insan, öfkeliyken doğasına aykırı davranır. İnsan tabiatı sevgiye yönelmeyi teşvik ederken öfke nefrete sürükler. İnsan tabiatı faydalı olmaya çağırırken öfke zarar vermeye sebep olur (Seneca, *Ira*. III. 5). Bu nedenle Seneca'ya göre öfke, yalnızca anlık bir duygu değil, bireyin ve toplumun dengesini bozan, insan doğasına aykırı bir tahrip unsurudur. Öfkeye kapılan kişi, yalnızca başkalarına değil, en başta kendisine zarar verir çünkü öfke insanı erdemli yaşamdan uzaklaştırır.

Öfke, küçücük bir aşağılanmaya dahi tahammül edemeyen insanları sürgün gibi ağır sonuçlarla karşı karşıya bırakmıştır. Aynı şekilde, basit bir haksızlığa sessiz kalmayı reddedenleri öfke ile hareket edildiğinde daha büyük fenalıkların hedefi haline getirmiştir. Ayrıca, mutlak özgürlükteki küçük bir kaybı bile kabul edemeyen ve öfkelenen kişiler, bu duygunun kontrolsüzlüğü nedeniyle kendi elleriyle köleliği kabul edecek noktaya gelmişlerdir. Öfke, insanın aklını gölgeleyerek onu istemeden de olsa kendi zararına olacak seçimlere sürüklemiştir (Seneca, *Ira*. II. 14). Yani öfke insanın özgür iradesini zayıflatır ve bu durum kontrol edilemez hale geldiğinde insanı kendi kötülüğünün kaynağı haline getirebilir. Öfke, küçük sorunları büyüterek daha büyük zararlara yol açar ve insanı sadece dış tehditlere değil, kendi içsel dengesizliğiyle de yüzleşmeye zorlar. Bu çerçevede öfkenin yönetilmesi ve tam bir duygusal dengenin sağlanması gerekir.

Öfke, deliliği ile yalnızca bireyleri değil, toplumları, şehirleri, nehirleri ve hatta duygusuz (acı hissinden tamamen azade) olan şeyleri bile etkileyebilecek kadar yıkım gücüne sahiptir (Seneca, *Ira*. III. 19). Bu bağlamda, Seneca birçok örnek verir ve bu örnekleri kaçınılması gereken örnekler olarak anlatır (Seneca, *Ira*. III. 22). Öfke sınırları aşarak kavimleri

bölüp parçalar, hem insana hem de doğaya zarar verebilir. Örneğin Pers kralının Suriye'de uyguladığı acımasız ceza bu zararı gözler önüne sermektedir. Bu kral, bölgedeki insanların burunlarını keserek onlara benzersiz bir ceza vermiş, bu olay da bölgenin adını "Rhinocolura"[10] olarak değiştirmiştir. Peki, kralın bu vahşetine rağmen hepsinin başını uçurmadığı için kendisini merhametli oluğu kanaatinde olabilir miyiz? Çünkü kral bu yepyeni tür cezadan hoşnuttu (Seneca, *Ira*. III. 20). Görüldüğü üzere bu tür cezalar aslında öfkenin dehşet verici doğasını yansıtmaktadır ve öfke, bireysel bir duygu olmaktan çıkarak toplumsal boyutlara ulaştığında insanlık tarihindeki en büyük vahşetlere zemin hazırlamıştır. Ayrıca, öfke nedeniyle verilen cezaların 'orijinal' ya da 'benzersiz' olması, insanın zalimlikteki yaratıcılığına da işaret etmektedir. Bu bağlamda, öfkenin kontrol edilmesinin sadece bireyler için değil, özellikle yöneticinin iradesi söz konusu olduğunda; toplumlar için de hayati bir gereklilik olduğunu belirtebilirsiniz.

Öfke, Seneca'nın en tehlikeli ve en zararlı olarak nitelendirdiği tutkudur. Ona göre "Hiçbir tutkunun sureti, öfkenin suretinden daha kafa karıştırıcı değildir; bu tutku en güzeli çirkin, en huzurlu çehreleri kasvetli gösterir" (Seneca, *Ira*. II. 35). Öfke, sadece bireyi değil, aynı zamanda toplumun geri kalanını etkileyebilecek kadar güçlü bir tutkudur. Diğer tutkulara göre daha yıkıcıdır çünkü sadece bireyi değil, toplumu da derinden sarsabilir. Diğer kusurlar insanın iç dünyasını ayartır; kişi tutkularına karşı koyamasa bile zamanla bu tutkuların kendiliğinden yatışması mümkündür. Bu kusurlar, mantığa karşı sessiz bir başkaldırıdır; yavaşça ve fark ettirmeden büyürler. Bireysel tutkular yalnızca tek tek insanları bozar, oysa öfke, bazen tüm toplumu etkisi altına alan bir tutkudur (Seneca, *Ira*. III. 2). "Öfkeye kapılmak genelde güruh halinde olmuştur; erkekler ve kadınlar, ihtiyarlar ve çocuklar, önderler ve halk bu meselede ortaktır. En ufak sözlerle galeyana gelen kalabalık, bizzat onu kışkırtan kişinin bile önüne geçmiştir. Silahlara ve ateşe hemen atlanmıştır, komşulara savaş ilan edilmiş veya yurttaşlara karşı savaşlara girilmiştir…" (Seneca, *Ira*. III. 2). Denilebilir ki güruh, bulaşıcı bir duygu olan bu öfkeye kapıldığında makul bir çözüm aramak yerine kaos ve çatışma ortamı yaratır. Benzer şekilde Gustave Le Bon da kitle hareketlerini incelemiştir. Ona göre kitleler

[10] Bu isim hakkındaki daha detaylı bilgi için *De Ira* adlı eserdeki dipnota bakılabilir. Eski Yunanca'da *rhinos* (burun) kelimesi ile *koluros* (kök, dip) sıfatının dişil çekiminden oluşmaktadır ve bu biçimiyle Latinceye de geçmiştir. Buradaki *kök* ifadesi, kesilmiş veya alınmış bir uzuvdan geriye kalan dip kısım olarak düşünülmelidir (örneğin, diş kökü) (Seneca, *Ira*: 113).

bilinçli ve rasyonel düşünceden ziyade içgüdüsel ve duygusal tepkilerle hareket ederler. Beyin, yani akıl ve muhakemenin, kitle davranışlarında belirleyici bir rol oynamadığını bunun yerine omuriliğin (murdarik) kontrolü altında olduklarını ifade eder. Kitlelerin eylemleri, dışarıdan bakıldığında kararlı ve güçlü görünebilir ancak aslında bireysel muhakeme ve bilinçli karar verme sürecinde olmadıklarından, yani idare eden beyin olmadığından bunlar anlık kışkırtmalara göre hareket ederler (Bon, 1997: 32). Bu nedenle kitleler kolay yönlendirilebilir ve duygusal tepkilere daha açık hale gelirler. Bon, kitleler halinde hareket eden bireyin temel özelliklerini de şöyle belirlemiştir:

1- Bilinçli kişiliğin kaybolması
2- Bilinçaltı ile hareket eden kişiliğin hâkim olması
3- Düşüncelerin, duyguların sirayet yoluyla aynı yöne doğru yönelmesi
4- Telkin edilen düşüncelerin uygulanmasına hemen başlama isteği (Bon, 1997: 29).

Daha önce de belirttiğimiz üzere öfkenin gücü; büyük ve yıkıcıdır toplumsal huzuru bozduğu gibi insanları yanlış kararlar almaya iter ve insanlar intikam peşine düşerler. Dolayısıyla liderlerin, yöneticilerin ya da toplum meclisi olan senatoların öfkeyle hareket etmesi halk için felaketlere yol açar ve bunun sonucunda halk büyük bedeller ödemek zorunda kalır (Seneca, *Ira*. III. 2). Seneca'nın *De Ira* (*Öfke Üzerine*) adlı eserinde öfkenin topluma büyük bedeller ödettiğine dair birçok örnek bulunur. Bunlardan birini Seneca şöyle anlatır:

> Bu barbar kralların öfkesinde yabanilik vardı. Bunlar eğitimsizdi ve edebi tedrisatın yakınından dahi geçmemişlerdi. Gelin size Aristoteles'in kucağından inmiş İskender'i anlatayım. Kendisi en yakın dostu, beraber eğitim gördüğü Clitus'u bir yemek masasında kendi elleriyle bıçaklamış; ne ki Clitus onu yeterince övememiş ve özgür bir Makedon'dan köle bir Perse yeterli hızda dönüşememiş diye… (Seneca, *Ira*. III. 17)

Yine Seneca Roma tarihinden zalim hükümdarlarından biri olan, Roma İmparatoru Caligula lakabıyla bilinen Gaius Caesar'ı (MS 37-41) öfkenin nasıl bir toplumsal felakete yol açabileceğinin bir örneği olarak gösterir. Öfkenin bireyler ve toplum için nasıl yıkıcı sonuçlara yol açtığını anlatır. Caligula, öfkesine teslim olmuş, acımasız bir hükümdardır. Onun öfkesi, kendi halkına ve senatoya zulmetmesine, keyfi idam kararları vermesine, Roma'daki sosyal düzeni ve güvenliği tehlikeye atmasına neden olmuştur. Örneğin;

> Pastor adlı seçkin bir Roma süvarisinin oğlu, züppelikleri ve gereğinden fazla süslediği saçlarıyla Gaius Caesar'ı rahatsız etmiş, Caesar'da onu gözaltına aldırmış. Bunun üzerine babası oğlunun canının bağışlanmasını dilemişse de bu af dileğini bir cezalandırma

> uyarısına sayan Caesar oğlanın derhal infaz edilmesi emrini vermiş. Sözde babaya karşı tümden vicdansız olmamak için de onu o gün yemeğe davet etmiş. Pastor zerre sitemkâr bir ifade takınmadan yemeğe gelmiş. Caesar onun sağlığına kadeh kaldırmış ve başına bir gözcü dikmiş. İçtiği şey oğlunun kanından başka bir şey olmadığı halde zavallı adam sebat etmiş. (Seneca, *Ira*. II. 33)

Bu hikâye, Caligula'nın yalnızca devlet adamlarına değil, sıradan vatandaşlara karşı da aynı acımasızlığı gösterdiğini kanıtlıyor. Pastor'un oğlunun hiçbir ciddi suç işlemeden ölüm cezasına çarptırılması, öfkenin adalet duygusunu nasıl yok ettiğinin somut bir örneğidir. Ayrıca, bir babanın oğlunun ölümüne rağmen zorla imparatorun sofrasına oturtulması, öfkenin yalnızca fiziksel cezalarla sınırlı kalmadığını, aynı zamanda insanları psikolojik ve ahlaki olarak da ezdiğini göstermektedir. Bu olay, Caligula'nın öfkesinin sadece bireysel değil, toplumsal düzeyde de bir yıkıma yol açtığını ve Roma'daki korku atmosferini güçlendirdiğini gözler önüne serer. Kaldı ki bu hikâyenin devamında Caesar, Pastor'a parfüm ve çelenk göndermiş ve bunların kullanıp kullanılmadığının da takip edilmesini istemiştir ve Pastor'da bunları kullanmıştır. Oğlunun öldüğü gün gut hatası olmasına rağmen çok fazla içmiş ve burada tek bir gözyaşı dahi dökmemiştir. En ufak bir yas belirtisi göstermemiştir ve bunun otaya çıkmasına da izin vermemiştir. Seneca bunun sebebini Pastor'un başka bir oğlu olmasına bağlamaktadır. Çünkü eğer oğlunun celladını yani Caligula'yı o gün memnun etmese diğer oğlu da benzer bir durum yaşaması son derece muhtemeldi. Pastor'un öfkesini bastıran ödev duygusuydu (Seneca, *Ira*. II. 33). Bu olay üzerine Seneca şu yorumu getirir: "Demek ki öfkenin yönetileceği kişi ister bize denk ister bize üstün olsun, öfkeden imtina etmek gerekir. Denk biriyle mücadele etmek iki ucu keskin bıçaktır, üstün biriyle mücadele etmek deliliktir, aşağı biriyle mücadele etmek ise bayağılıktır" (Seneca, *Ira*. II. 34).

Roma İmparatoru Caligula'nın öfkesinin vahşetle birleştiği ve onun sadece bireysel bir hiddetle değil, zulümle hareket ettiği görülmektedir. Öyle ki hiçbir suçları olmayan yüksek rütbeli Romalıları, sırf kendi keyfi için işkenceye ve ölüme mahkûm etmiştir. Caligula, bir konsülün oğlu olan Sextus Papinius'u, kendi devlet görevlisini, oğlunun eğitmenini, bazı senatörleri ve süvarileri aynı gün kırbaçlatıp işkence ettirmiştir. Ancak bunu bir soruşturma ya da adalet adına değil, yalnızca eğlenmek için yapmıştır. Onun acımasızlığı öyle bir boyutta ki bahçede gezinirken bile rastgele insanları idam ettirecek kadar kontrolsüzdü. Bu zalimlik sadece öfke değil, kibir de barındırmaktadır. Anlatılan olay konudan sapma gibi görünebilir ama bunun öfkenin olağandışı patlamalarıyla ilgisi vardır ve Caligula'nın zulmü, sıradan bir

öfke patlamasından çok daha sistematik ve soğukkanlı bir vahşete dönüşmüştür. Senatörleri kırbaçlatmış ve bunu öyle sık yapmıştır ki artık sıradan bir olay haline gelmiştir. İşkenceler, yalnızca fiziksel acı çektirmekle sınırlı kalmamış, aynı zamanda korkunç bir psikolojik eziyet içermiştir (Seneca, *Ira*. III. 18-19). Görüldüğü üzere Seneca burada, öfkenin ve kibrin birleştiğinde nasıl korkunç bir tiranlık ortaya çıkardığını anlatmaktadır. Caligula, öfkesini kontrol edemediği için değil, onu bir yönetim aracı haline getirdiği için bu kadar zalimdir. Onun zulmü, yalnızca anlık öfke nöbetlerinden ibaret değildir, gücünü göstermek için kullandığı bir baskı yöntemidir. Bu durum öfke kontrol edilmediğinde onun toplumu nasıl mahvedebileceğini gözler önüne sermektedir. Sonuç olarak Seneca anlatmaya çalıştığı şey şöyle ifade eder: "Tasvir etmek istediğim şey Gaius'un değil, öfkenin acımasızlığıydı. Bu öfke, deliliğini sadece tek tek bireylere kusmaz, tüm kavimleri bölüp parçalar, şehirlere ve nehirlere ve acı hissinden tamamen azade olan şeylerin dahi tamamına kırbacını tattırır" (Seneca, *Ira*. III. 19). Gaddarlıktan da bahseden Seneca'ya göre öfke ve gaddarlık farklı şeylerdir. Öfke geçici bir tutkudur ve çoğu zaman anlık bir patlama şeklinde kendini gösterir. Ancak gaddarlık bundan farklıdır. Gaddarlık, bir haksızlık duygusundan değil, zarar verme arzusundan beslenir. Gaddar kişi, adaleti sağlamak için değil, sırf zevk almak için başkalarına acı vermek ister. Seneca'nın ifadesine göre gaddarlık, zarar vermek uğruna haksızlığa bile razı olur; yani kendi çıkarına ters düşse bile şiddeti sürdürmeyi amaçlar (Seneca, *Ira*. II. 5). Buna göre Caligula da gaddar bir kimsedir.

Seneca, öfkenin acımasız doğasına dair çarpıcı bir örnek olarak Cambyses'in Habeşlilere karşı giriştiği felakete dönüşen seferini anlatır. Habeşliler, köleliği kabul etmediklerini nazik bir dille ifade etmek için elçiler göndermişlerdir. Ancak bu elçiler kibirli bir tavırla, küstah bir dille karşılanmış ve Cambyses öfkeden adeta çıldırmıştır. Düşünmeden hareket eden kral, yanına yeterli erzak almadan, keşif yaptırmadan, savaş için işe yarar tüm askerlerini seçerek çorak ve yolu olmayan bölgelere doğru sefere çıkmıştır. Ancak yolculuk ilerledikçe büyük zorluklarla karşılaşılmış, ordu yiyecek bulamaz hale gelmiştir. Başlangıçta açlıklarını ağaç yapraklarıyla gidermeye çalışsalar da bir süre sonra doğada tüketebilecekleri hiçbir şey (bitkiler, ağaç kökleri) bulamaz halle gelmişlerdir. Hayvanların dahi yaşamadığı bu bölgede askerler, hayatta kalabilmek için her on kişiden birini rastgele seçerek yemeye başlamışlardır. Kral, ordusunun önemli bir bölümünü bu şekilde kaybetmesine rağmen hâlâ öfkeyle hareket etmeye devam etmiştir ta ki sıra kendisine gelebileceği korkusuna kapılana dek. İşte ancak o zaman geri dönmeye karar vermiştir. Askerleri ise kimin kötü bir şekilde öleceğine

dair kimin daha kötü bir şekilde yaşayacağına dair kura çekmeye devam etmişlerdir (Seneca, *Ira*. III. 20). Bu trajik olay, Seneca'nın şu sözünü hatırlatır: "Hırs herkesi tek tek ele geçirir. Toplumun tümünü etkileyen tek kötülük, kendine hâkim olmamaktır" (Seneca, *Ira*. III. 2).

Le Bon'da da topluluğun öfkeyi tek bir kişiye yöneltebileceğinden bahsedebiliriz. "Ortak bir korku ayrı ayrı yas tutanları bir araya getirdiğinde bu gücün varlığı tehlikeye girer. Bunların birçoğunu ya bireyler öldürür ya toplu linçe kurban giderler. Zira genel olarak kinlenmiş bir topluluk öfkeyi tek kişiye yöneltir" (Seneca, *Ira*. I. 17). Yani ortak bir korku ya da toplumsal bir kriz, insanları bir araya getirebilir ancak bu birliktelik her zaman olumlu sonuçlar doğurmayabilir. Özellikle öfke ve düşmanlık gibi duyguların etkisi altındaki kalabalıklar, bu öfkelerini belirli bireylere yöneltebilirler. Topluluk içinde büyüyen kin ve huzursuzluk, bireysel adalet arayışını aşarak bir tür kolektif şiddete dönüşebilir. Bu durumda ya bireyler intikam duygusuyla hareket ederek suçlu gördüklerini öldürebilir ya da bir grup insan, kontrolsüz bir şekilde öfkelerini tek bir kişiye yönelterek toplu linç gibi adaletsiz ve yıkıcı eylemlere girişebilir. Bunun farkında olan Seneca da öfkenin bireysel olduğu kadar toplumsal düzeyde de felakete yol açabilecek bir güce dönüşebileceğini vurgular.

b) Öfkenin Kaynakları

Öfke tercihten mi yoksa dürtüden mi kaynaklanır? Öfke kendi iradesiyle mi hareket eder yoksa içimizdeki diğer tutkular gibi bizim bilgimiz dâhilinde mi ortaya çıkar? (Seneca, *Ira*. II. 1). Seneca bu soruları şöyle cevaplar: Öfke haksızlık algısından kaynaklanır ve bu algı öfkenin tetikleyicisidir. Ancak haksızlığa karşı verilen tepki basit bir dürtü de değildir (Seneca, *Ira*. II. 1). Öfke salt bir dürtüden kaynaklanmaz çünkü haksızlık algısı ya da izlenimi değerlendirme süreci gerektirir. Örneğin biz ya haksızlığa uğramamızın mümkün olmadığı şeylere ya da haksızlığa uğrayabileceğimiz şeylere kızarız (Seneca, *Ira*. II. 26). Bu bağlamda, "…haksızlık izlenimini kabullenen ve üzerine onaylayan, gönülde bir intikam isteği ve karalılığı uyandıran o dürtü ise öfkedir" (Seneca, *Ira*. II. 3). Bu da öfkenin, bilinçli ya da bilinçaltında yapılan bir muhakeme ile ilişkili olduğunu gösterir. Böylece öfke, bir haksızlık algısından doğar ve bu algıyı onaylayan bir süreçle şekillenir. Bu yüzden öfke, sadece bir dürtü değil, aynı zamanda bilinçli bir irade eylemidir. Benzer şekilde *asabiyet*ten de bahseden Seneca asabiyetin temelinde de haksızlık izleniminin yattığını şöyle söyler.

> Dediğim gibi asabiyet uyandıran iki şey vardır: İlkin haksızlığa uğradığımızı düşünmemiz; ikincisi bu haksızlığa adil olmayan bir şekilde uğradığımızı düşünmemiz. İnsanlar bazı şeyleri hak etmedikleri için, bazı şeyleri de beklemedikleri için adaletsiz olarak nitelerler. Beklenmedik olanları hak edilmemiş olarak düşünürüz. En çok da ümitleri ve beklentileri boşa çıkaran gelişmelerden etkilenilir. Hane işlerimizde en ufak bir şeyden huzursuz olmamız, dostluk ilişkilerimizdeki ihmalkârlıkları haksızlık olarak adlandırmamızın sebebi de bundan başkası değildir. (Seneca, *Ira*. II. 31)

Bu bağlamda denilebilir ki insanlar haksızlığa uğradıklarını düşündüklerinde ya da kendilerine karşı adil olmayan bir muamele gördüklerinde öfkelenirler. Bu adaletsizlik gerçek ya da hayali olabilir. Kişi, kendisine zarar verildiğine inandığında, bu duruma öfkeyle tepki verir. Öfkenin adaletsizlikten doğması, kişinin kendini haklı görmesi ve karşı tarafı suçlu ya da hatalı olarak değerlendirmesiyle ilgilidir. Bu, bir başkasının ihanetine, aldatılmaya ya da haksız davranışlara karşı verilen bir tepkidir (Seneca, *Ira*. II. 31). Ayrıca rahat ve konforlu bir yaşamın insanı daha tahammülsüz ve asabi hâle getirdiğini ifade eden Seneca'ya göre zorluklarla karşılaşmamış, sıkıntı çekmemiş bir insan, en ufak bir engelde dahi öfkelenmeye ve huzurunu kaybetmeye yatkındır. Ancak eğer insan ruhu meşakkatlerle, yani zorluk ve mücadelelerle yontulmuşsa, yani dayanıklılık kazanmışsa, küçük darbeler karşısında sarsılmaz (Seneca, *Ira*. II. 25). Bu, tıpkı sertleşmiş ve güçlenmiş bir cismin hafif bir darbeden etkilenmemesi gibi düşünülebilir. Bu yüzden Seneca, insanın kendini zihinsel ve duygusal olarak güçlendirmesi gerektiğini, aksi takdirde her küçük olayın öfkeye veya huzursuzluğa yol açacağını vurgular.

Öfkenin kaynaklarından biri de insanların genellikle yanlış davranışlara değil, bu yanlışları yapan kişilere öfkelenmesidir. Oysa Seneca'ya göre bir hataya tepki verirken önce kendimize dönüp bakmamız gerekir. Çünkü kendi hatalarımızı sorgulayıp geçmişte benzer yanlışlar yapıp yapmadığımızı düşünmek, bizi daha ılımlı biri hâline getirebilir. Çünkü başkalarını sert bir şekilde yargılamadan önce, aynı duruma düşüp düşmediğimizi ya da düşmeyeceğimizi sorgulamak gerekir (Seneca, *Ira*. II. 28). Ve yapılması gereken şu şekilde olmalıdır:

> Birinin senin hakkında kötü konuştuğu söylenecek; aynı şeyi daha önce bizzat yapıp yapmadığını kendine sor, aha önce ne çok kişi hakkında kötü konuştuğunu düşün. Derim ki kiminin bize haksızlık etmekten ziyade aslında sadece karşılık verdiğini, kiminin bizim için bir şeyler yaptığını, kiminin zorunluluktan, kiminin cehaletinden ötürü haksızlık ettiğini, bile isteye haksızlık edenlerin amacınınsa aslında doğrudan haksızlık etmek olmadığını düşünelim; medeniyetin cazibesine kapılmış olabilirler, bize arıza çıkarmak için değil de bizi yolun dışına ittirmeden amaçlarına ulaşamayacakları için bir şeyler yapmış olabilirler. (Seneca, *Ira*. II. 28)

Bu tür bir yaklaşım ve düşünce şekli hem öfkeyi dizginlemeye hem de daha adil bir tutum geliştirmeye yardımcı olacaktır. Seneca insanların genellikle yanlış davranışlara değil, bu yanlışları yapan kişilere öfkelenmesinin yanı sıra öfkenin kökeninde insanın yanlış algılarını ve yargılarını görür. İnsanlar olayları ya da diğer insanları yanlış değerlendirdiklerinde öfke duyabilirler. Olayların açık ve görünür taraflarına bile hemen tepki göstermemek, aceleyle karar vermemek önemlidir. Görünüşte doğru gibi duran bazı şeyler, aslında yanıltıcı olabilir. Bu yüzden bu konularda yargıya varmadan önce de öfkelenebilir. Örneğin bir kişi, birini suçlayabilir ve insan gönüllüce dinlediği şeylere inanabildiği gibi sorgulamadan bu iddiayı doğru kabul etme eğiliminde olabilir ve suçlayana inanabilir. Yine bir kişi kasıtlı olarak hakarete uğradığını düşünebilir, oysa karşı tarafın böyle bir niyeti olmayabilir. Dolayısıyla yanlış algıların ve aceleci yargıların insanı öfkeye sürükleyebilecek tuzaklar olduğunu belirtmeliyiz. Bu tuzaklara düşmemenin yolu da insanların olaylara hemen inanmak yerine temkinli davranmaları, doğru bir perspektiften bakmaları ve aceleyle yargıya varmamalarından geçer (Seneca, *Ira*. II. 21). Yapılması gereken şudur: "Gözümüzle görmediğimiz ve yeterince aşikâr olmadığı sürece hiçbir şeye inanmamalı, ne zaman bir şüphemizin boş olduğu ortaya çıksa safdilliğimizi ayıplamalıyız. Bu tip bir özeleştiri, kolayca inanmama alışkanlığı doğuracaktır" (Seneca, *Ira*. II. 24).

Peki ya suçlamalarla değil, şüphelerle bile dolduruşa gelmemize ne demeli? Bir başkasının yüz ifadesinden ya da basit bir gülüşünden yanlış sonuçlar çıkarıp masumlara öfkelenmeye ne demeli? Bu noktada Seneca'nın önerisi nettir: Karşımızda olmayanların davasını kendimize karşı savunmalı ve öfkeyi sürüncemede bırakmalıyız. Çünkü ertelenen bir ceza yine de infaz edilebilir ancak uygulanmış bir infazın geri dönüşü yoktur. Bu durumu açıklamak için Seneca'nın bahsettiği tiran katili hikâyesi oldukça öğreticidir: Bir tiran katili, amacına ulaşamadan yakalanır ve suç ortaklarını ifşa etmesi için işkenceye tabi tutulur. Katil, tiranın çevresindeki yakın arkadaşlarını ve özellikle tiranın can güvenliğine en çok değer verdiği kişilerin isimlerini verir. Tiran, adı geçen herkesin teker teker öldürülmesini emreder. Sonunda, yakalanan adama başka birinin kalıp kalmadığını sorar. Aldığı cevap ise dehşet vericidir: 'Bir tek sen kaldın; sana kıymet veren tek kişiyi dahi bırakmadım.' Tiranın öfkesi, kendi yetkisini kendi düşmanının ellerine bırakmasına ve kendisini koruyanları kendi kılıcıyla yok etmesine neden olmuştur (Senaca, *Ira*. II. 22-23).

Öfkenin kaynaklarından biri de insanı asabileştiren şeylerden olan kibirdir ve cehalettir. Seneca, öfkenin genellikle insanların kendilerini başkalarından üstün gördüklerinde veya saygı görmeyi talep ettiklerinde ortaya çıktığını söyler. İnsanlar, başkalarının kendilerine hak ettiklerini düşündükleri saygıyı göstermemesi durumunda öfkelenirler. Bu da kişinin kibirli bir yaklaşıma sahip olmasından kaynaklanır (Seneca, *Ira*. II. 31). Seneca'nın deyimiyle "Herkesin gönlünde kral olmak yatar, öyle ki yetkinin kendisine verilmesini ister ama bu yetkinin kendisine karşı verilmesini istemez" (Seneca, *Ira*. II. 31).

Öfkeliymiş gibi yapmak bile gerçek bir öfke kaynağına dönüşebilir. Öte yandan, öfkenin kaynaklarından biri de intikam arzusuyla hareket etmektir. Öç almak ve kısasa kısas yapmak, öfkeyi daha da körükler ve genellikle çözüm yerine sürekli bir huzursuzluk yaratır (Seneca, *Ira*. II. 32-33). Öfke, bazen insanların sinirlerini nesnelere yöneltmesiyle de tetiklenebilir. Canlı olmayan nesnelere, dilsiz hayvanlara ya da bize hiçbir zarar vermeyecek olan şeylere öfkelenmek tamamen anlamsızdır. Duygulardan yoksun olan şeyler (kitap, kıyafet vs) bizi haksızlığa uğratamaz, bu yüzden ne öfkemizden korkacak ne de öfkemizi hissedecek olan şeylere öfkelenmek de aptallıktır (Seneca, *Ira*. II. 26). Çocuklara ve zekâ bakımından onlardan farklı olmayan kişilere öfkelenmek de yine mantıksızdır, Seneca'nın deyimiyle aptalcadır (Seneca, *Ira*. II. 26). Ayrıca çocukların yetiştirilme tarzı da öfkenin kaynağı olabilir. Çocuklar, ne aşırı şekilde baskılanmalı ne de yetenekleri köreltilmelidir; asıl önemli olan onların titizlikle gözlemlenmesidir. Yanlış eğitilen çocuklar, öfke duygularını zamanla pekiştirebilirler. Bu yüzden doğru yönlendirme, öfkenin önlenmesinde kilit bir rol oynar (Seneca, *Ira*. II. 21).

İnsanların biriktirdiği öfke, bazen doğalarından kaynaklanabilir, yani bazı insanlar doğuştan öfkeye daha meyilli olabilir. Hastalıklar, bedensel hasarlar, süregeldikçe artan zahmetler, uykusuz geceler ve aşk gibi etkenler de ruhu yıpratarak öfkeye zemin hazırlarlar. Bedeni, gönlü yaralı, zihni hasta edip mızmızlanmaya yöneltirler. Bunların hepsi bir başlangıç ve sebeptir (Seneca, *Ira*. II. 20). Öfkenin sadece zihinsel veya duygusal bir sorun olmadığını, beden sağlığımızın da öfkemizi doğrudan etkilediğini belirtmeliyiz. Örneğin; sağlığı yerinde olmayanlar veya yaşlılar yaşlarından dolayı daha hassas ve asabi olabilirler. Aynı şekilde açlık ve susuzluk da insanı hiddetlendirir (Seneca, *Ira*. III. 9). Modern biliminde Seneca'nın bu düşüncesini desteklediğini söyleyebiliriz. Örneğin, kan şekeri düştüğünde insanlar daha sinirli ve tahammülsüz olabiliyorlar. Yine yeterince su içmemek ve aç kalmak, beynin stres seviyesini

artırabiliyor ve kişiyi agresif hâle getirebiliyor. Bu yüzden öfkeyle başa çıkmak isteyen biri, fiziksel ihtiyaçlarını da göz önünde bulundurmalıdır.

Seneca'ya göre öfkenin temel kaynaklarından biri, insanların yüksek beklentileri ve bu beklentilerin karşılanmaması sonucunda yaşanan hayal kırıklığıdır. "Talih hiç kimsenin yüzüne, her denemede istediğini verecek kadar gülmez. Buna müteakiben, işleri tasarladığı gibi gitmeyen biri insanlara ve nesnelere karşı müsamahasını kaybedip en hafif sebeplerden ya bir insana ya mesleğine ya yerine ya talihine veya kendine öfkelenir" (Seneca, *Ira*. III. 6). Yani insanlar, başkalarından veya olaylardan beklediklerini elde edemediklerinde öfkelenirler. Örneğin, insanlar başkalarından kusursuz davranışlar beklediklerinde, karşılarındaki kişi hata yaptığında öfkelenirler. Bu durum özellikle bireyin, çevresindeki insanlardan veya hayattan daha fazlasını beklemesiyle ilişkilidir. Seneca, insanların gerçekçi olmayan beklentilere kapılmamaları gerektiğini çünkü bu beklentileri karşılanmadığında öfkelenebileceklerini savunur.

c) Öfkenin Çaresi ve Onunla Mücadele Etme Yolları

Seneca öfkenin çaresini ve öfke ile mücadele edebilmenin yollarını da *De Ira*'da detaylı bir şekilde ele alır, yapılması gerekenler ne ise onları anlatır. Eğer insan bunları yaşamına uygulayabilirse ruh dinginliğini tehdit eden bir unsur olarak öfke ile başa çıkacağı gibi ruh dinginliğini de devam ettirebilecektir. Bu doğrultuda öfkelenmeyen kişi uğradığı haksızlıkları gözünde büyütmezken öfkelenen kişi bunlardan etkilenecektir. Ama gelgelelim her türden aksiliğin üzerine geldiği o insan kucağında en yüce iyiliği tutacak ve yalnızca insanlara değil, talihe de şöyle seslenecektir: ""Elinden geleni ardına koyma, dinginliğimi benden alabilecek kudretin yok. Yaşamımın idaresini tevdi ettiğim mantığım bunu engelleyecektir"" (Seneca, *Ira*. III. 25).

Seneca *De Ira*'da öfkenin iki çaresi olduğunu söyler. Bunlardan ilki öfkeye kapılmamak, diğeri öfkeliyken bir yanlış yapmamaktır. Dolayısıyla öfkeyi püskürtmek ve öfkeyi dizginlemek için farklı yöntemler kullanmak gereklidir. Öfkeden kaçınmak için yaşamın tümünü ilgilendiren kaideler konmalıdır. Bu kaideler eğitim dönemi ve eğitim sonrası dönem için ayrılır. Nitekim ağaç yaşken eğilir; bu yüzden eğitim önemlidir. Diğer türlü bizimle birlikte gelen kusurlar büyümeye devam eder ve bunları geri döndürmek zor bir şekilde gerçekleşir

(Seneca, *Ira*. II. 18). "En doğrusu ilkin öfkenin tahriklerine kapılmamak, serptiği tohumları söküp atmak ve onun tuzağına düşmemek için çaba sarf etmektir" (Seneca, *Ira*. I. 8).

Öfke ile mücadele etmenin yolarından biri ki, Seneca buna öfkenin birincil çaresi der, bu çare 'beklemek'tir. Ama burada nasıl beklendiği çok önemlidir; zamana bırakıp öfke halinin geçmesini mi bekliyoruz, yoksa aklı devreye sokup öfke hali ile mücadele ederek mi öfkenin dinmesini, geçmesini bekliyoruz? Bu bekleyiş pasif bir zamana bırakma değil, bilinçli bir özdenetim süreci olmalıdır. Yani, kişi öfkenin kendi kendine yatışmasını ummak yerine, aklını devreye sokarak öfkenin etkisini sorgulamalı, onu analiz etmeli ve mantıklı bir şekilde kontrol altına almalıdır. Bu doğrultuda öfke atağı geçiren birisi için yapılması gereken şudur: "İlk öfke atağını sözlerle sakinleştirmeye çalışmayacağız. Öfke sağırdır ve aklını yitirmiştir; ona biraz zaman tanıyacağız. Onun çaresi oyalamakta yatar. Şişmiş gözler katı haldeyken kurcalanırsa rahatsız olurlar, biz de ne şişmiş gözleri kurcalarız ne de diğer zaaflarla en ateşli oldukları sırada ilgileniriz. Hastalıkları en başta dinlenmek geçirir" (Seneca, *Ira*. III. 39).

Yine, öfke bastırılabilir olduğu için insan kendi ile savaşmalıdır. Bu yüzden öfkeyi dizginlemek, bastırmak ve gönülden atmaya çalışmak gerekir. Haksızlığa maruz kalmamaya özen göstermek gerekir; böylece öfkelenmeye yol açan durumlardan biri engellenmiş olur. Diyelim ki haksızlığa maruz kaldık; işte burada önemli olan haksızlığın ne şekilde yapıldığı değil, insanın bu haksızlığa nasıl katlandığıdır (Seneca, *Ira*. III. 8). İnsan bir başka kimseden etkilenebilen bir varlıktır; bu yüzden daha iyi bir çevre ile muhatap olursa haksızlığa katlanma noktasında daha iyi hareket eder (Seneca, *Ira*. III. 6).

Öfke ile mücadele etmenin ve öfkelenmemenin yollarından bir diğeri, yüce gönüllü ve ılımlı olmaktır. Seneca bu konuda şunu söyler: "…yüce bir gönül de daima sakindir ve huzurlu bir durumda konuşlanmıştır. Kendinden aşağı bir şey öfke uyandıracak olursa, yüce gönül onu itidaliyle, saygınlığıyla ve muntazam yapısıyla ezer. Öfkeli insanda bunların hiçbirini bulamazsın" (Seneca, *Ira*. III. 6). Öfke ilk başta çok güçlü gibi görünse de insan kendini iyice dolduran ve kışkırtan şeylere fırsat vermezse, yani öfke beslemezse zamanla etkisini kaybedecektir. Öfkeyi kendi haline bırakmak bir çözüm olabilir ama en iyi çözüm değildir. İdeal olan öfkeyi akıl yolu ile bastırmayı öğrenmektir. Çünkü öfkeyi bilinçli olarak yenmek, kendi kendine sönmesini beklemekten daha üstündür. Kendi iradesiyle öfkesini kontrol eden biri de gerçek anlamda güçlü bir tarafını göstermiş olur (Seneca, *Ira*. III. 27). Yani öfke ile

mücadele ederken bizi öfkelendirebilecek olan şeylere de fırsat vermememiz gerekir. Bu çerçevede yapılacak olanlardan biri de aldırmamaktır. Sana söylenen sözlerin bazılarına aldırmamalı, bazılarına gülüp geçmeli, bazılarını da affetmek gerekir, kendini ilgilendirmeyen şeyler konusunda çok da meraklı olma (Seneca, *Ira*. III. 11). Bir de eğer öfkenin kendine zarar vermene sebep olduğunu fark edersen öfkeye kapılmazsın. Ama bunu fark edemediysen önce birine sonra başka birine öfkelenirsin ve yaşamın değerli kaynağı olan zamanı boşa harcamış olursun (Seneca, *Ira*. III. 28). Hâlbuki bu zamanı bilgelik, huzur ve üretkenlikle değerlendirmek çok daha anlamlıdır.

Öfke ile mücadelede atmamız gereken bir diğer adım öfkeyi ısrarcı olup büyütmemektir. Çünkü insan erdemli bir tutum sergilemek adına öfkeden uzak durabilmektedir ancak insan ılımlı olmak için değil bunun yanısıra sağlıklı olmak içinde öfkeden uzak durmalıdır. Ama insan öfkesini haklı çıkarmak için bilinçli veya bilinçsiz şekilde öfkesini beslemektedir. Bu durumu Seneca şöyle ifade eder: "Sanki ağır bir şekilde öfkelenmek öfkelenen kişiyi haklı kılıyormuş gibi öfkemizde ısrarcı oluyor, onu büyütüyoruz" (Seneca, *Ira*. III. 29). Aslında öfkeyi büyütmenin haklılık duygusunun bir ilüzyonu olduğunu söyleyebiliriz. Ancak öfkenin büyüklüğü haklılığın bir kanıtı değildir. Öfkelenen kendini haklı çıkarmak için öfkeyi devam ettirir ve hatta daha da körükler çünkü öfkesinin meşru olduğunu düşünmek ister. Yani insan öfkeyi kabul edip bırakmak yerine, onu sürdürebilmek için bahaneler yaratır. Bu durum yine öfkenin mantığı nasıl devre dışı bıraktığını bize gösterir.

Sonuç olarak öfke ve düşmanlıklar insan hayatını anlamsızca tüketmektedir. Ölümlü olduğumuzun bilincine varmak, öfkeyi ve gereksiz kavgaları terk etmek için en güçlü sebeptir. İnsanlar, sanki sonsuza kadar yaşayacakmış gibi kin besler, intikam peşinde koşar ve kısa ömürlerini düşmanlıklarla harcar. Oysa zaman sınırlıdır ve insan, ömrünü başkalarına zarar vermekle değil, onurlu ve erdemli bir yaşam sürmekle değerlendirmelidir. Ayrıca, sağlık sorunları veya ölüm gelip çattığında, şu an büyük bir tutkuyla sürdürülen kavgalar ve düşmanlıklar öfkelenen kişinin gözünde de anlamsız hale gelecektir. Bu yüzden insanların birbirine zarar vermek yerine, ölümlü yazgılarının farkında olup daha barışçıl ve uyumlu bir yaşam sürmesi gerekir. Çünkü ölüm, her an kapıyı çalabilir ve bugün bir başkasının ölüm günü zannettiğin o gün kim bilir belki de seninkidir (Seneca, *Ira*. III. 42). Bu yüzden kısa ömrünü kavgalar ve öfkeyle harcamak yerine, huzurlu ve erdemli bir yaşam sürdürmek için harca.

Yaşarken sevilen öldüğünde de özlenen birine dönüşmek daha iyidir. Birisi sana yüksek perdeden konuştu diye onu neden yok etmeye çalışıyorsun? Kendinden üstün kişilere karşı saldırgan bir tavır sergileyen biri sana hakaret etti diye onu ezmeye yeltenmenin ne anlamı var? Çünkü hepimiz sonunda aynı kaçınılmaz sona, yani ölüme ulaşacağız. Arenada birbirine bağlanmış boğaların ve ayıların dövüştüğünü görürüz; onlar kavga ederken avcılar da onları bekler. Biz de onlarla aynı şeyi yapıyoruz. Oysa sonuç hepimiz için aynı: Kaçınılmaz bir son. Öyleyse kalan kısa ömrümüzü kavga ve hırsla değil, barış ve huzur içinde geçirelim ki geride kalanlar bize nefretle değil, saygıyla baksın (Seneca, *Ira*. III. 43). Çünkü herkesin payına düşen kaçınılmaz son, bireyin kavgalar ve ihtiraslarla geçirdiği bir yaşam yerine, huzur ve dinginlik içinde sürdürdüğü bir hayatı daha anlamlı kılar.

2.4.2.1.2. Korku ve Endişe

Korkunun doğasını sorgulamayı, onu analiz etmeyi ve aslında onun düşünüldüğü kadar büyük bir tehdit olmadığını anlamayı öneren Seneca, korkunun insan zihninde büyüyen, gerçeklikten kopuk bir algı olduğunu savunur. Korku insan ruhunun en büyük zayıflıklarından biri olduğu gibi erdemli yaşamın önündeki engellerden de biridir. Korkular insanı mantıklı düşünmekten alıkoyarlar ve duygusal bir kaosa da sürüklerler. Ruh dinginliğini de tehdit eden bir engel olarak ölüm korkusu, yoksulluk korkusu, hastalık korkusu, güçlülerin zorbalığından korkmak ya da dışsal tehditlere karşı duyulan endişeler de insanın iç huzurunu bozan unsurlardır. Bu korkular, insanın mevcut anı yaşamasını engelleyerek onun zihinsel ve duygusal dengesini de sarsarlar. Çünkü korkular, insanın aklını ve ruhunu esir alarak huzurlu ve sağlıklı bir yaşam sürmesini engellerler. Seneca, bu korkuların insanı ruhsal bir tutsaklık içine soktuğunu ve erdemli bir yaşam sürmenin, bu korkulardan özgürleşmekle daha iyi sağlanabileceği kanaatindedir.

Seneca'ya göre insanın korktuğu durumları yakından inceleyecek olursak ona göre korkulacak şeyler üç türdür: Yokluk, hastalık ve güçlülerin zorbalığı. İnsan bunlardan kaynaklı doğabilecek olaylardan korkar. Bunlar arasında en sarsıcı olanı, başkalarının gücü karşısında duyulan korkudur. Çünkü bu tür korkular, insanın hayal gücüne dahi gelmeyen, acı veren ve işkence eden aletlerin olduğu dehşet verici şeyleri, yani işkenceyi barındırır (Seneca, 2020: 68). Örneğin;

> Zindanı, çarmıhı, işkence masası, çengeli, insanın altından girip ağzından çıkan kazığı, arabalarla ayrı yönde çekilip parçalanan organları, yanıcı maddelere batırılıp dikilmiş mintanı ve ayrıca bu icatların dışında her türlü vahşeti getir gözlerinin önüne. O halde olanca çeşidi ve aleti edevatıyla dehşet saçan bir felaketin bizde en büyük korkuyu yaratmasında şaşılacak bir şey yok. Çünkü işkence yapan celladın sergilediği araçlar ne çok olursa, o kadar etkili olur cellat; çünkü acıya dayanabilecek olanları, aletlerin görüntüsü yere serer. Cesaretimizi kıran, bizi esir eden nedenler arasında sergilenecek bir şeyi olanlar, en büyük etkiyi yaratırlar. (Seneca, 2020: 68-69)

Seneca, acının insanı nasıl esir alabileceğine ve bu tür korkuların ruhsal bir tutsaklık yaratabileceğine işaret etmektedir. İşkence aletlerinin çeşitliliği ve etkililiği, yalnızca fiziksel acıyı sebep olmaz, aynı zamanda insanın içsel huzurunu da bozar. Birçok farklı işkence aracı, bir celladın elinde kullanıldığında, insanın korku içinde yaşatmasında daha etkili olur. Bu, insanın korkularının hayal gücünden beslenmesiyle de ilgilidir ama işkence aletlerinin görselleri ve acıyı önceden tahmin etme ihtimali, ruhsal bir yıkıma yol açar. Seneca'nın burada yaptığı tespit, korkunun sadece fiziksel bir tehdide dayalı olmadığını, psikolojik bir yönü olduğunu da göstermektedir. İnsan, korku ve acı karşısında kendisini ne kadar güçsüz hissederse, bu korkular daha fazla etkili olur. Yani, insanın cesareti kırıldığında, yalnızca fiziksel acı değil, zihinsel ve ruhsal zorluklar da önemli bir rol oynar. Ayrıca insan, başkalarının keyfi zorbalığına ya da başkalarının gücüne karşı ne yapacağını, nasıl savunma yapacağını kestiremeyebilir; dolayısıyla bu korku, zihni ve ruhu esir alır, insanı tutsak eder. Çünkü kişinin kendi hayatını ve özgürlüğünü kontrol edememesi durumu ürkütücüsüdür. İnsan, başkalarının ellerinde rehin kalmış bir özgürlük hissiyle, büyük bir acı ve korku deneyimler. Bu da başkalarının gücünün insana olan etkisinin, insana özgürlük ve irade kaybı yaşatması gibi derin ve özgün bir kayıp yaratabileceğini gösterir. Buna karşın doğal felaketler, yoksulluklar ve hastalıklar aynı derecede ürkütücü değildir; çünkü onlar gözlerimize, kulaklarımıza sinsice sokulup, dehşet saçmazlar (Seneca, 2020: 68). Bakıldığında doğal felaketler ya da hastalıklar, insanın evrensel deneyimleri arasında yer alır ve bunlara karşı hazırlıklı olmak daha olasıdır. Bu felaketlere zor dayanılıyor olsa da Seneca şöyle der: "Açlığı, susuzluğu demek istiyorum, iç organlardaki yaraları, içimi kasıp kavuran ateşi söylemek istiyorum. Ama bunlar gizlidir; gözdağı verecek, sergileyecek bir şeyleri yoktur; oysa ötekiler, iri savaş araçları gibi, görüntüleri, hazırlıkları ile yere serer insanları. O halde her türlü kötülükten kaçınmaya çalışalım" (Seneca, 2020: 69).

Seneca toplumsal ve siyasal güç dinamiklerinin insanlar üzerinde ne derece korku ve etki yarattığını da ele alır. O, kimi zaman korkmamız gerekenin halk olduğunu belirtir. Kimi zaman da devlet düzeninde iktidar senatoya verilmişse bu düzendeki nüfuzlu kişilerin ya da belirli liderlerin insanlar üzerinde nasıl bir güç ve etki kurabileceğini tartışır. Bunlara karşı dostluk kurmanın zor olduğunu fakat onların düşmanlıklarını kazanmamanın bile yeterli olduğunu söyler (Seneca, 2020: 69). Bu doğrultuda Seneca korkunun sosyal boyutuna da dikkat çeker. Nefret, kıskançlık ve küçümseme insanın kaçınması gereken şeylerdir. Bunlar insanı zorbalıkla karşı karşıya bırakabilir. Asıl korkmamız gereken bizim kıskandırmayalım derken başkaları tarafından hor görülmemiz ya da kimseyi ezmeyelim derken ezilebileceğimizi sanmalarıdır. Ama kendi gücünü başkalarına korku salarak gösteren birçok kişi önünde sonunda kendileri de korkuya kapılır. İnsan hem küçümsenmekten hem de kuşku duyulmaktan kaçınmalıdır. İnsanın bunlardan nasıl kaçınacağını da bilgelik gösterecektir. İnsanın her yönden kendini güvenceye almasının en sağlam yolu da felsefedir. Böyle bir bilgelik, insanı bu tür korkuların esiri olmaktan kurtarabilir (Seneca, 2020: 70).

Korkuları yenmeye ve onları tüm gerçekliğiyle düşünmeye davet eden Seneca'ya göre cesareti güçlendirmek için uzun uzun kanıtlar toplamaya gerek yoktur. Tarihin her döneminde, zor zamanlarla karşılaşan ama bunları metanetle aşan insanlar olmuştur. Belleğini ister kendi ulusal tarihimize, ister yabancı ulusların geçmişine yönelt, mutlaka cesareti ve erdemiyle öne çıkan insanlar bulacaksın. Peki, bir insan için en kötü senaryo nedir? Hapse atılmak mı? Sürgüne gönderilmek mi? Ya da en nihayetinde ölüm mü? Bu korkuların üzerine düşünelim. Bu tür felaketleri küçümseyerek karşılayan insanları hatırla. Hatta yalnızca birini seçmen bile yeterli olacaktır. Örneğin, Rutilius, adaletsiz bir hükümle mahkûm edilmesine rağmen, bunu sadece yanlış bir karar olarak görüp metanetle kabul etti. Metellus, sürgüne cesaretle göğüs gerdi, Rutilius ise sürgünü gönüllü olarak kabullendi. Sokrates ise hapiste bile felsefi tartışmalarına devam etti. Kaçma fırsatı varken bunu reddetti. O, insanları en çok hırpalayan iki konudaki korkularından kurtarmak için orada kalmayı seçti. Bular ölüm ve hapishane korkularıydı (Seneca, 2020: 101-102). Bu örnekleri göz önüne alarak diyebiliriz ki Rutilius, Metellus ve Sokrates, kendi korkularıyla yüzleşip onları kabullenmiş ve içsel özgürlüklerini, dışsal koşulların ötesinde bulmuşlardır. Bu figürler, ölüm korkusunun, bir insanın gerçek anlamda özgürleşebilmesi ve huzura ulaşabilmesi için aşılması gereken engellerden biri olduğunu gösterir. Seneca'nın vurguladığı gibi, ölüm korkusunun, insanları içsel huzurlarından

da mahrum bırakacağı açıktır. Bu nedenle, ölümün kaçınılmazlığına dair kabulleniş, bir tür özgürlük ve huzur yolculuğuna çıkmaktır.

Seneca, zenginlik ve yoksulluk arasında yaptığı karşılaştırmada gerçek mutluluğun, sahip olunan şeylerden ziyade, insanın içsel dinginliğine ve ruh haline bağlı olduğunu vurgular. Yoksulluk korkusuyla mücadele eden insanlar, her ne kadar maddi zorluklarla karşılaşsalar da içsel barışlarını korumayı başarabilirler. Çünkü fakir insanların beklentileri daha mütevazı ve sahip olduklarını kaybetme korkusu da daha azdır. Ama bu durum insanın, yoksulluğu tercih etmesi gerektiği anlamına da gelmez; önemli olan zenginlik ve yoksulluk arasındaki dengedir. Seneca'nın yaptığı karşılaştırmada, zenginler ve fakirler arasındaki fark yalnızca maddiyatla sınırlı değildir; yoksulluk, içsel bir huzurun kaybolmaması adına daha az kaygı ve endişeyle başa çıkabilme yeteneği sunabilir. Ama insanın yoksulluk korkusundan kurtulması gerekir. İnsan, maddi kaygılara bağlı olduğu sürece bağımlıdır ve özgür değildir (Seneca, 2020: 293). Zengin insanlarda ise servet, insanı dışsal mutluluk göstergelerine bağımlı hale getirebilir. Zenginliğin getirdikleri arasında olan kaybetme korkusu, statü kaygısı ve beklentilerin artması gibi durumlar söz konusudur. Bunlar insan için gerçek huzuru zorlaştırır. Seneca zenginlik ve yoksulluk arasındaki gerçek mutluluk farkını da zengin ve fakirin yüz ifadelerine bakarak anlatmaya çalışır. Ona göre, fakir insanlar daha içten güler ve dertleri kalıcı bir yük oluşturmaz; içlerine bir endişe düşse bile geçer gider. Oysa zenginlerin yani mutlu sanılan bu kişilerin, güler yüzleri ise yapmacıktır. Aslında yüzlerinde hüzün vardır ve içten içe huzursuzluk yaşarlar. Mutsuz olduklarını açıkça gösteremediklerinden dışarıdan mutlu görünmek zorunda oldukları için gerçek duygularını gizlerler. Yüreklerini kemiren sıkıntılar içinde hüzünleri daha da ağırlaşır (Seneca, 2020: 293). Zenginlerin yüzlerindeki yapmacıklık, içsel huzursuzluklarını örtbas etmeye çalıştıklarını gösterirken, yoksul insanlar hayatlarının geçici zorluklarına daha kolay uyum sağlayabilir ve geçici kaygılarla yaşamaktan ziyade günlük anların keyfini çıkarabilirler. Bu yüzden mutluluk dışsal zenginlikte değil, içsel dinginliktedir. Bu çerçevede denilebilir ki yoksulluk düşünüldüğü kadar kötü bir şey değildir ve insanın mutluluğunun önünde engel teşkil etmez. Bu bağlamda zenginlik ve yoksulluk arasındaki dengeyi sağlamayı öneren Seneca'nın ulaştığı sonuç şudur: "Zenginlik, zevkler, güzellik, mevki ihtirası, hoşa giden ve yüzümüze gülen her şey çeker insanı; çaba, ölüm, acı, alçaklık, yoksulluk içinde geçen yaşam da uzaklaştırır. O halde, ne bunlardan korkalım ne de ötekilere can atalım; kendimizi alıştıralım bu işe. İkisiyle de savaşalım; bizi çeken şeylerden uzak duralım, bize saldıranları

püskürtelim" (Seneca, 2020: 488). Görüldüğü gibi bir tarafta dünyevi zevklerin ve isteklerin peşinden sürüklenme, diğer tarafta ise yaşamın zorlukları, yoksulluğun yarattığı korku ve kaygı vardır. Seneca, inanın bu uçlardan kaçınması gerektiğini savunur. İnsanın hem bu çekiciliklerden hem de tehditlerden uzak durarak, yaşamın zorluklarıyla barış içinde varlığımızı sürdürmeyi öğütler. Tutkuların sona ermesi, korkuyu dindirmek için bile bir çare olabilir.

Seneca'da insanın özgürlüğünü kısıtlayan yoksulluk korkusundan bahsettik ama bunun yanında Seneca'nın derinlemesine incelediği bir korku olarak 'ölüm korkusu' da dikkat çekmektedir. Ona göre, bu iki korku (yoksulluk ve ölüm korkusu) insanı esaret altına alabilir ve yaşamını yönlendirebilir. İnsan gerçek özgürlüğe ulaşmak için de ilkin ölüm korkusundan kurtulmalıdır çünkü ölüm korkusu insanın hayatı dolu dolu yaşamasını engeller. Sonra yoksulluk korkusundan da kurtulması gerekir. Çünkü insan, maddi kaygılara bağlı olduğu sürece bağımlıdır ve özgür değildir (Seneca, 2020: 293). Sonuç olarak Seneca'ya göre insan, kendi zihninde özgür olabilir fakat bunun için ölüm ve yoksulluk korkularını yenmelidir. Seneca'nın insana öğütlediği ve detaylı bir şekilde ele aldığı ölüm korkusunu biz de ileride daha ayrıntılı inceleyerek gerçek özgürlüğün ölüm söz konusu olduğunda dahi dışsal koşullara değil, insanın içsel tutumuna bağlı olduğunu göstereceğiz.

Sonuç olarak Seneca, korkunun insan ruhu üzerindeki yıkıcı etkisini ve korkuya teslim olan bir zihnin kendi huzurunu nasıl bozduğunu incelemiştir. Ona göre, korku yalnızca dışsal tehditlerden değil, insanın kendi iç dünyasından da beslenir. Bir kez korkuya kapılan ruh, artık kesin olan şeylere bile güvenemez hale gelebilir ve sürekli bir huzursuzluk içinde bulunabilir. Korku alışkanlık haline geldiğinde ise insan kendini bundan kurtarmakta zorlanır. Çünkü korkuya teslim olan kişi, tehlikeyle yüzleşmek yerine ondan kaçar. Ancak bu kaçış, onu tehlikeden korumaz, aksine tehlikeye daha açık hale getirir (Seneca, 2020: 427). Örneğin, sürekli bir tehlike beklentisi içinde yaşayan kişi, hiçbir zaman kendini gerçek anlamda güvende hissetmez ve bu durum onun huzurunu da baltalar. Bu bağlamda Seneca korkularımızla yüzleşmemiz gerektiğini savunur. Kaçmak yerine, onları anlamalı ve akıl yoluyla aşmalıyız. Aksi takdirde korku, bizim efendimiz olur ve ruhumuzu esir alır. Eğer insan, aklıyla düşüncelerini düzene koymazsa o insanın dinlenmesi huzursuzlukları gidermeye yetmez; gece vakti, o insanın üzüntüsünü yok etmez. Yani fiziksel dinlenme veya zaman değişikliği içsel sıkıntıları ortadan kaldırmaz; sadece onları erteler ya da farklı biçimlere sokar (Seneca, 2020:

186). Bu da gerçek huzur ve sükûnetin, dış koşulların değişmesiyle değil, zihnin ve ruhun doğru bir şekilde yönlendirilmesiyle elde edilebileceğini gösterir.

a) Umut ve Korku İlişkisi

Korku insanın ruhsal durumunu belirleyen faktörlerden biriyken bunun yanında umut da benzer şekilde insanın içsel dünyasını şekillendiren güçlü bir duygudur. Ancak korku ve umut arasında sıkı bir ilişki vardır. Ne kadar fazla umut beslersek, o kadar fazla korkuya da kapılma ihtimalimiz de artar. Bu çerçevede Seneca'nın söylediği gibi: "Eğer hiçbir şey ummazsan, hiçbir şeyden korkmazsın." Nasıl ki aynı zincir hem bir mahkûmu hem de onu bekleyen nöbetçiyi birbirine bağlıyorsa, umut ve korku da birbirine bağlıdır. Birbirine tamamen zıt gibi görünen bu iki duygu aslında iç içedir. Çünkü hem umut hem de korku, insan ruhunu kararsız bırakır ve ikisi de geleceğin bekleyişi içinde endişelidir. Aslında bu durum, düşüncelerimizi bugüne odaklamak yerine sürekli geleceğe yönlendirmemizden kaynaklanır. Oysa insan türüne bahşedilmiş en büyük ayrıcalıklardan biri olan "ileriyi görebilme yetisi", çoğu zaman bir lanete dönüşür. Vahşi hayvanlar gördükleri tehlikelerden kaçar ve tehlike geçtiğinde güven duygusu içinde olurlar. Ancak insanlar hem gelecekte olabileceklerden hem de geçmişte yaşananlardan dolayı endişe duyarlar, geçmiş ve gelecek onlara işkence eder. Zihnimizde taşıdığımız birçok özellik örneğin bellek ve öngörü bizi korumak yerine, korkularımızı besler. Bellek geçmişin acılarını hatırlatarak bizi huzursuz eder, öngörü ise gelecekteki belirsizliklerle bizi endişeye sürükler. Bu yüzden denilebilir ki mutsuzluğumuzun sebebi yalnızca içinde bulunduğumuz o günün ya da anın sorunları değil, geçmişin ve geleceğin yüküyle de yaşamamızdır (Seneca, 2020: 42). Seneca'nın bu düşünceleri, korku ve umut arasındaki derin bağa işaret eder. İnsan, geçmişin acılarını hatırladıkça tekrar aynı şeyleri yaşamaktan korkar, geleceğe dair beklentiler oluşturdukça da bu beklentilerin gerçekleşmeme ihtimaliyle kaygılanır. Böylece, umut ve korku birbirini besleyen iki duygu olarak ortaya çıkar. Umut, gelecekte daha iyi bir durum arayışını temsil ederken, korku bu beklentilerin boşa çıkabileceği ihtimaliyle insanı tedirgin eder.

İnsan, umut ettiğinde gelecekte bir iyiliğin gerçekleşmesini bekler, korktuğunda ise gelecekte bir kötülüğün yaşanacağından endişelenir. Ancak her iki durumda da ortak nokta, zihnin bugünden koparak bilinmeyen geleceğe yönelmesidir. Bununla mücadele edebilmenin yolu da insanın kontrol edebileceği şeylere odaklanabilirse ve kaçınılmaz olanı sükûnetle kabul

etmesidir. İnsan zihnini gereksiz yüklerden arındırarak şimdiye odaklayabilirse daha iyi olur. Çünkü insanın düşüncelerini, şu ana odaklaması ve endişe yaratan beklentilerden kurtulması bu mücadeleyi destekleyecektir (Seneca, 2020: 42). Böylece Seneca Stoacı felsefenin temel ilkelerinden biri olan "şimdiye odaklanma" da ön plana çıkarmış, Stoacılığın "kontrol edebileceğimiz şeylere odaklanma" ilkesini de temel alarak insanın umut ve korkularından nasıl özgürleşebileceğine dair felsefi bir bakış geliştirmiştir. O halde diyebiliriz ki 'bugünü yaşamak, geçmişin gölgesinden ve geleceğin belirsizliğinden kurtulmak', Stoacı huzura ulaşmanın anahtarındandır. Bu sayede insan ruhu korkunun pençesinden kurtulma şansı elde edebilir.

İnsan, ya gelecekte elde edeceği şeyleri umut ederek ya da kaybedeceği şeyler için umutsuzluğa kapılarak kendisini sürekli bir endişe döngüsü içinde bulur. Oysa Seneca'ya göre, bu duygular birbirinden tamamen bağımsız değildir; umut ve umutsuzluk iç içedir ve biri diğerini doğurur. Bu nedenle Seneca, bizi rahatsız eden bu iki duyguya karşı daha bilinçli bir tutum geliştirmemizi önerir. Sadece umut etmek ya da sadece umutsuzluğa kapılmak yerine, bu iki duyguyu bir arada düşünerek hem duyguları hem de zihnimizi dengelemeliyiz der (Seneca, 2020: 427). Çünkü umut da bir tür beklentidir ve beraberinde korkuyu getirir. Umut eden insan, aynı zamanda kaybetmekten korkar. Umutsuzluğa kapılan insan ise her şeyin kötüye gideceğini düşünerek kendini çaresiz hisseder. Seneca'nın önerisi, bu karşıt duyguların farkında olarak ne umuda fazlaca bağlanmak ne de umutsuzluğa teslim olmaktır. Bunun yerine, her ikisini de yöneterek ruhsal bir dengede kalmak gerekir. Bu, kişinin geleceğe daha sağlıklı bakmasını sağlar. Böylece insan, kaygı ve korkular yerine, akıl ve bilgelikle hayatı karşılayabilir.

b) Ölüm Korkusu

İnsan ruhunun dinginliğini sarsan unsurlardan biri de ölüme dair duyulan korkudur. Ölüm, insan zihninde her zaman büyük bir muamma olarak var olmuş, insan varlığının anlamlandırmaya çalıştığı bir olgu olarak kabul edilmiştir. Farklı dini inançlar veya felsefi yaklaşımlar, ölümden sonraki yaşam konusunda çeşitli senaryolar sunsa da net bir bilgiye sahip olunamaması insanı endişeye sürüklemiştir. Peki, ölüm korkusu neden insan ruhunda huzursuzluk yaratır? İnsanlar bilinmezlikten mi, yok oluştan mı ya da sonrasındaki ihtimallerden mi korkarlar? Ölüm korkusu, insan ruhunda huzursuzluk yaratır çünkü ölüm, bilinmeyene açılan bir kapı gibidir ve insanlar bu belirsizlik karşısında tedirgin olabilirler. Ölümün, varlığın tamamen sona ermesi anlamına geldiğini düşünenler için de bu yine bir korku

kaynağıdır. Birey, kendi benliğinin ve bilinçli varoluşunun silinip gitmesi fikrine katlanmakta zorlanabilir. Kimileri için ölüm, bir hiçlik anlamına gelir. Sonuç olarak ölümden sonra ne olacağına dair duyulan belirsizlik, korkuyu pekiştirir. Bu korku, insanın yaşamını sürekli kaygı içinde geçirmesine neden olabildiği gibi ruh dinginliğini de bozar. Ancak Seneca'ya göre asıl sorun, ölümün kendisinden çok, insanların ona yüklediği anlamlardadır.

Seneca'ya göre küçük çocuklar ve aklı tam gelişmemiş insanlar ölümü kavrayamadıkları için ondan korkmazlar (Seneca, 2020: 136). Oysa insan akıl sahibi olduğu halde, ölümü gereğinden fazla düşünüp kendini korku içinde bırakır. Bu da insanın, aklını doğru kullanmadığı anlamına gelir. "İnsana, akılsızlığın eriştiği sükûneti akıl sağlayamıyorsa yüzümüz ne kadar kızarsa yeridir" (Seneca, 2020: 136). İnsanın en üstün yetisi olan akıl, insana doğruyu görme, hatalardan kaçınma ve içsel huzura ulaşma gücü verir. Eğer bir insan, sadece akılsızlık ve cehalet sayesinde huzura erişebiliyorsa, o zaman akıl sahibi olmanın anlamı sorgulanmalıdır. 'Cehalet içinde insanın daha huzurlu olduğu ve akıl sahibi olmanın bazen daha fazla kaygı ve huzursuzluk getirdiği' düşüncesini eleştiren Seneca'ya göre eğer akıl, insana gerçek bir huzur sunamıyorsa bu, düşünülmesi gereken bir problemdir**.** "Akılsızlık kötü, insanı alçaltan bir şeydir; iğrenç, aşağılık, birçok ihtiraslara, hem de korkunç ihtiraslara açık bir şeydir" (Seneca, 2020: 137). Bunun aksine akıl, bireyi yönlendiren ve ona doğru kararlar almayı öğreten en değerli yetidir. Eğer bir insan aklını kontrol edebilirse, sadece kendi yaşamını değil, başkalarını da yönetebilir, olayları değerlendirirken duygularına kapılmadan, hareket edebilecek iradeye sahip olabilir. Aklın rehberliğinde yaşayan bir kişi, dış dünyadaki olaylara kapılmadan, onların içine "tepetaklak" düşmeden, bilinçli bir şekilde hareket eder (Seneca, 2020: 137). Akıl ve akılsızlık açısından ölüm korkusunu değerlendirecek olursak, diyebiliriz ki Seneca, ölüm korkusunun aslında akılsızlıktan değil, yanlış düşünce alışkanlıklarından kaynaklandığı kanaatindedir.

Seneca, ölüm korkusunun anlamsızlığını vurgularken insanların bu korkuya kapılmasının akıl dışı olduğunu savunur (Seneca, *Conso*. 3. I) Ölüm korkusunu eleştiren Seneca şöyle bir kıyaslama yapar: "Bin yıl önce doğmamış olduğu için ağlayıp sızlayan insan, akılsızın da akılsızı değil midir? Ya bir yıl sonra yaşamayacağı için ağlayıp sızlayanda akılsız olmaz mı o halde? İkisi de eşit birbirine, ikisi de aptalca: Gelecekte olmamak ve geçmişte kalmak! Her iki zaman da sana yabancıdır, senin dışında kalmıştır" (Seneca, 2020: 277). Ölüm korkusunun

irrasyonelliğini vurgulayan Seneca'ya göre, bir insan geçmişte var olmadığı için üzülmüyorsa, gelecekte var olmayacağı için de üzülmemelidir. Çünkü geçmişte doğmamış olmak nasıl ki bir kayıp olarak görülmüyorsa, gelecekte artık var olmayacak olmak da aynı şekilde bir eksiklik ya da felaket değildir. İnsanın zaman algısına dair önemli bir farkındalık sunan Seneca'ya göre insan, geçmişi zaten değiştiremez ve geleceği de kesin olarak bilemez. Öyleyse, doğmamış olduğu yıllara üzülmeyen birinin, ölüm sonrası yokluğu bir trajedi gibi görmesi çelişkili bir tutumdur. İnsan zihni, geçmişi ve geleceği düşünerek kendisine gereksiz acılar yaratır. Oysa asıl önemli olan ölüm korkusuyla zaman kaybetmemektir. Bu bağlamda Seneca insana şunu tavsiye eder: "Ölümü hor gör! Bu ölüm korkusundan kurtulursak hiçbir şey zor gelmez bize!" (Seneca, 2020: 281).

Seneca, ölüm korkusunun anlamsızlığını savunurken ölüm sonrası hakkında endişelenmenin de gereksiz olduğunu söyler. Çünkü Seneca'ya göre ölümün hiçbir kötü yanı yoktur. Öyle ki bir şeyin kötü yanı olması için hissedilir olması gerekir; oysa ölüm geldiğinde, artık hisseden biri kalmadığı için ölümün kendisi de korkutucu veya kötü olamaz. Seneca burada bir doğa döngüsüne değinir. Eğer uzun bir ömür sürmeyi arzuluyorsan, bugün gözlerimizin önünden kaybolan ve doğaya karışan varlıkların aslında yok olmadığını, kısa süre içinde yeniden yaratılacaklarını düşün. Bunlar yalnızca bir süreliğine ortadan kaybolur, sonsuza dek değil. Korktuğumuz ve kabullenmekte zorlandığımız ölüm, yaşamı tamamen elimizden almaz; sadece ona bir ara verir (Seneca, 2020: 135-136). Dolayısıyla denilebilir ki ölüm, mutlak bir yokluk değildir. Seneca, "Bizi yeniden yeryüzüne, ışığa kavuşturacak o gün yine gelecektir" ifadesiyle de bize ölümün bir tür döngüsel yönü olabileceğini düşündürmektedir (Seneca, 2020: 136). Doğadaki varlıklar sürekli bir dönüşüm içindedir ve bu döngü içinde insanlar da bir şekilde varlığını sürdürür. Doğanın kendini yenilemesi, fiziksel varlığın başka bir şekilde devam etmesi anlamına gelebilir. Seneca burada reenkarnasyona açıkça işaret etmese de ölümün kalıcı bir yok oluş olmadığı fikrine kapı aralar. Ayrıca kanaatimizce insan varlığının yeniden yeryüzüne çıkacağını bilmesi ve Seneca'nın insana bu anlamda bir teselli sunması, insan için bir huzur kaynağı olabilir. Nitekim Seneca, insanın yeniden var olacağı düşüncesinden hareketle insana ölümü soğukkanlılıkla karşılaması gerektiğini söyler ve bunu şu sözleriyle açıklar: "O halde insan geri gelecek olduktan sonra, soğukkanlılıkla çekip gitmeli bu dünyadan" (Seneca, 2020: 136). Eğer yaşam, doğanın bir parçası olarak devam ediyorsa, o halde ölüm de bir son değil, sadece bir geçiştir.

Seneca, ölüm üzerine farklı görüşler ileri sürmüştür ve bunlardan biri, onun yaşamın doğal ve kaçınılmaz bir parçası olduğudur. Yaşam ve ölüm birbirinden ayrı şeyler değil, aynı sürecin iki yönüdür. Eğer insan sadece yaşamayı isteyip ölümü reddederse, aslında yaşamın doğasını kavrayamamış demektir. Çünkü yaşam, ölüm koşuluyla verilmiştir; insan doğduğu andan itibaren ölüme doğru ilerler. İnsanlar genellikle belirsiz olan şeylerden korkarlar ama ölüm, tam tersine kesin bir gerçektir (Seneca, 2020: 122). Ölüm kesin olarak başımıza gelecekse, ondan korkmanın mantıklı bir yanı yoktur. Ölümden korkmak, zamanın doğal akışına karşı koymaya çalışmak kadar anlamsızdır. Seneca, "Ölüm, yılları hesaba katmaz; ölümün seni nerede beklediği bilinmez; bu yüzden sen her yerde bekle onu" diyerek ölümün ne zaman ve nerede geleceğinin bilinmediğini vurgular, insanın onu her an karşılamaya hazır olması gerektiğini belirtir (Seneca, 2020: 111). Ölüm, insanın her an karşısına çıkabilir, her an her yerde herkes ölebilir. Bu yüzden insan, onun kaçınılmazlığını kabul ederek yaşamını buna göre şekillendirmelidir. Çünkü ölümün varlığını kabullenmek, insanın yaşamına anlam katması için bir fırsattır.

Ölüm aslında hayatımız boyunca sürekli gerçekleşen bir süreçtir. İnsanlar genellikle ölümü tek bir an, yani hayatın sonlandığı nokta olarak düşünürler. Oysa Seneca'ya göre, ölüm bizi adım adım alır. Her geçen gün, her yaşlanma belirtisi, her değişim aslında ölümün bir parçasıdır. Bebekliğimizi, çocukluğumuzu, gençliğimizi yitirdik. Yaşadığımız bugünü dahi ölümle birlikte yaşıyoruz. Ancak insanlar sadece 'son' ölümü fark eder ve ondan korkarlar (Seneca, 2020: 106). Hâlbuki "…yaşamı bıraktığımız o son saat, tek başına ölümü sağlamaz, tamamlar sadece yaşamımızı" (Seneca, 2020: 106). Ölüm sürecinin doğduğumuz andan itibaren başladığını söyleyebiliriz. Hatta diyebiliriz ki hayatın içindeki değişimler de bir tür 'küçük ölümler'dir. Gençlik ölür, eski alışkanlıklar ölür, eski benliklerimiz ölür. Ama biz sadece fiziksel ölüm anına takılı kalırız. Bu yüzden Seneca, insana ölümün yalnızca bir an değil, sürekli bir akış olduğunu ifade etmiştir. İnsana, ölümü korkuyla beklemek yerine, ona uyum sağlayarak hayatın her anını fark ederek yaşamayı öğütler.

Seneca'ya göre ölüm hayatın doğal bir parçasıdır ve her insan her an ölebilir. Seneca "İnsanın gözlerinin önünde hep ölümün olması, sıkıcı bir şey değil midir?" sorusuna "Doğru, öyledir" cevabını verir. Ona göre ölüm yalnızca yaşlıları değil, gençleri de ilgilendirir çünkü insan öteki dünyaya doğum tarihine göre çağrılmaz (Seneca, 2020: 61). Seneca, "Ayrıca, kimse

bir gün daha yaşayacağını ummayacak kadar yaşlı da değildir. Her gün, hayatın yeni bir basamağıdır" diyerek, her anın değerini vurgular (Seneca, 2020: 61). Bu görüş, onun hayatın, iç içe geçmiş ve gittikçe büyüyen çemberlerden oluştuğunu söylediği düşüncesiyle de örtüşür.

> Bir çember hepsini içerir, çevreler. Doğduğumuz günden son günümüze kadar sürer bu. Bir ikinci çember, gençlik yıllarını içine alır; bir başkası, bütün çocukluğu dolanır, en sonunda tek başına bütün zaman bölümlerini içine alan bir yıl vardır; hayat bu bölümlerin yinelenmesinden oluşur. Ayın çevrildiği çember daha küçük, günün çemberi de en kısası, darıdır; ama gün de ötekiler gibi başlangıçtan sona, doğuştan batışa kadar süregider hep… (Seneca, 2020: 61-62)

Bir çemberin, tüm yaşamı kapsayacak şekilde birbirini takip eden zaman dilimlerini içermesi, bu yaşam sürecinin sürekli bir akış olduğunu gösterir. Hayatın bu çeşitli dönemlerini tecrübe edinen insan her gününü son günü gibi yaşamalıdır. Bu doğrultuda Seneca ölüm korkusuna karşı bir çözüm olarak hayatın sonunun ne zaman geleceğini bilemeyeceğimiz için her günü, yaşamımızı bitirip sona erdirecekmiş gibi düzenlememiz gerektiğini ifade eder (Seneca, 2020: 62). Her yeni günü bir armağan olarak görmemiz gerektiğini söyleyen Seneca'ya göre eğer Tanrı bize bir gün daha bağışlarsa, bunu sevinçle ve minnetle karşılamamız gerektiğini savunur. Hayatı bu şekilde kabul eden bir insan, gelecekle ilgili endişelere kapılmadan huzur içinde yaşayabilir. Gelecekle ilgili kaygılanmayan, kabul edici bir tavırla yaşayan kişi mutlu olabilir. Kendine hâkim olan bu insan, ölüm korkusundan ya da gelecek kaygılarından etkilenmeden, yaşamın her anını olduğu gibi bekleyebilir. Yaşamın geçiciliğinin farkında olan insan her yeni günü bir kazanç olarak görebilir (Seneca, 2020*:* 62). Dolayısıyla ölümün kaçınılmazlığını kabul eden ve her günü son günü gibi yaşayan biri, sabah uyandığında bunu bir lütuf olarak görür ve hayatı daha bilinçli yaşar. Seneca, bize yaşadığımız her günün değerini bilmemizi ve ölümden korkmadan, endişesiz bir şekilde hayatı kabul etmemizi öğütlemektedir. Bu doğrultuda Seneca'nın insana verdiği pratik şudur:

> Her gün, acaba yaşamı soğukkanlılıkla nasıl bırakabilirim diye düşün. Ne kadar çok kişi, tıpkı sellere sürüklenip giden insanların çalılara, kayalara tutunması gibi hayata yapışıp kalır, çok kişi ölüm korkusuyla yaşamın işkenceleri arasında mutsuz, çalkanıp durur; ne yaşamak ister ne de ölmeyi bilir. Yaşamın için türlü endişeler duymaktan vazgeç de, onu tatlı bir hale koy. Hiçbir nimet, insanın ruhu onu yitirmeye hazırlıklı değilse sahibine zevk vermez. Yokluğu aranmayan bir eşyanın yitirilmesine de kolaylıkla katlanır insan. O halde en güçlülerin bile başına gelebilecek olan felaketlere karşı yüreklendir kendini, taş bas bağrına. (Seneca, 2020: 39)

""Ölüme alıştır kendini!" diyen kişi, senin özgürlüğe hazır olmanı istiyor. Ölmeyi öğrenen kişi, kölelik nedir bilmez" (Seneca, 2020: 111). Seneca, ölümle yüzleşmenin ve ona

alışmanın insana ruhsal özgürlük kazandırdığını da beyan eder. Bu özgürlük, sadece fiziksel bedenden değil, aynı zamanda ruhsal bağlardan da kurtulmayı gerektirir. "Bu bedene karşı özgür olmak ister misin? Sanki hep göçüp gidecekmişsin gibi otur" söylemiyle de bu görüşünü destekler (Seneca, 2020: 244-245). Bu bağlamda Seneca insana ölümden hiçbir zaman korkmamak için ölümü devamlı düşünmeye davet eder (Seneca, 2020: 123). Ölümle barışık olmak ve ondan korkmamak için sürekli olarak onu düşünmek, insanın ölümün bir son olmadığını, doğal bir sürecin parçası olduğunu kabul etmesine yardımcı olur. Bu düşünce, ölümün sürekli bir tehdit değil, hayatın bir aşaması olduğu anlayışına yol açar. Böylece, ölüm üzerine yapılan bu alıştırmalar, kişiye yaşamını daha dolu ve huzurlu bir şekilde sürdürme fırsatı sunar, yaşamın değerini arttırır ve özgür bir yaşam sürme imkânı verir.

Seneca, ölüme hazırlıklı olmanın yaşamı daha zevkli hale getirdiğini savunur. Bu yüzden insan öncelikle yaşam için değil, ölüm için hazırlanmalıdır. Çoğu insan, hayatın donanımlarına (zenginlik, başarı, statü vb.) fazlasıyla istekli olurken ölümün kaçınılmaz olduğu gerçeğini göz ardı eder. Buna rağmen hep bir şeyimiz eksik gibi gelir bize, gelecektir de. Bu yüzden hayatın uzunluğu değil, nasıl yaşandığı önemlidir. Yılların ve günlerin sayısı, gerçekten dolu dolu bir yaşam sürdüğümüzü göstermez. Önemli olan, ruhumuzun ne kadar olgunlaştığı, yani hayatı nasıl deneyimlediğimiz ve nasıl bir bilinçle yaşadığımızdır (Seneca, 2020: 207). Ruhen tatmin olmamış, bilinçli yaşamamış bir insan, uzun yıllar yaşasa da gerçekte "yaşamış" sayılmaz. Bilinçli ve erdemli bir yaşam sürmek, yalnızca uzun yıllar yaşamaktan daha önemlidir. Bu nedenle, insanın gençliğinde iyi yaşamaya çabalaması gerektiği gibi yaşlılığında da ölümü bilgelikle karşılamaya hazırlanması gerekir. Seneca da bunu vurgulayarak, "İhtiyarlıktan önce iyi yaşamaya gayret ettim, ihtiyar yaşımda ise iyi ölmek için gayret ediyorum: İyi ölmek ise memnun ölmek demektir" der (Seneca, 2020: 206). Bu da içsel huzur ve olgunlukla ölmek manasını taşır. Ölümün zamanlamasının (erken ya da geç olması) önemli değildir. Asıl mesele ölümün niteliğidir. "İyi ölmek" onurlu, bilinçli ve huzurlu bir şekilde ölmek anlamlarını taşır, "kötü ölmek" hayatı bilinçsiz, erdemsiz veya korku içinde geçiren birinin ölümü olarak görülebilir. Seneca, "İyi ölmek de, kötü yaşamak tehlikesinden kaçmak demektir" sözü ile de iyi bir ölümün, kötü bir yaşamı sürdürmek zorunda kalmaktan kurtuluş anlamına geldiğini ifade etmektedir (Seneca, 2020: 242). Bu düşünce, Stoacılığın "ölümden korkmama" ve "hayatı iyi yaşama" ilkeleriyle örtüşmektedir. Seneca, insanın ölümden korkmak yerine, yaşamının kalitesine odaklanması gerektiğini savunmaktadır. Yaşamın

uzunluğundan çok kalitesi daha önemlidir. Bir tiyatro oyunu (piyes) nasıl uzunluğu ile değil, ne kadar iyi oynandığı ile değerlendiriliyorsa, yaşam da aynı şekilde yalnızca süresiyle değil, nasıl yaşandığıyla anlam kazanır (Seneca, 2020: 280). "Onu nerede sona erdirdiğinin ne önemi var. İstediğin yerde bitir, ama iyi bir bitiş olsun bu" sözüyle de ölümün zamanı olmadığını, asıl önemli olanın hayatın anlamlı, erdemli ve iyi yaşanmış olması gerektiği olduğunu ifade etmektedir (Seneca, 2020: 280). Hayatın ne zaman biteceği üzerinde kontrolümüz olmasa da nasıl bir hayat sürdüğümüzü belirleyebiliriz. Dolayısıyla hayatın uzunluğu için endişelenmek yerine, onu nasıl yaşadığımıza odaklanmalıyız. Bu düşünce, Stoacı felsefenin temel prensiplerinden biri olan 'Kontrol edemediğimiz şeyler yerine, kontrol edebildiğimiz şeylere (ahlak, erdem, bilinçli bir yaşam) yönelmek gerektiği' düşüncesini hatırlatmaktadır.

Seneca, ölüm anını küçümseyen ve korkusuzca karşılayan kişilerin sadece güçlü karakterler olmadığını, başka konularda korkak veya zayıf olan insanların bile ölümle yüzleşme konusunda şaşırtıcı bir cesaret sergileyebileceğini söyler. Bunun için şu örneği verir:

> Tıpkı Pompeius'un kayınpederi Scipio gibi. Bu Scipio, ters esen bir yel yüzünden Afrika kıyılarına sürüklendi; gemisini düşmanın esir aldığını görünce kılıcıyla delip deşmiş kumandanının koca bedenini. Kumandanın nerede olduğunu soranlara da şöyle demiş: "Keyfi yerinde onun!" bu söz onu atalarına layık kıldı; kaderin Scipiolara Afrika savaşları yüzünden sağladığı ünün zedelenmesine razı olmadı. Kartaca'yı yenmek büyük, onurlu bir işti; ama ölümü yenmek daha da onurluydu. Evet, "Kumandanın keyfi yerinde!" demiş; bir kumandan, Cato'nun kumandanı da başka türlü mü ölmeliydi? (Seneca, 2020: 103).

Seneca burada, ölümden korkmayan insanların varlığını göstererek bu korku ile mücadelede cesaretlendirmeye çalışır. Ölümün yalnızca bir son değil, aynı zamanda bir kabullenişle onurlu bir şekilde karşılanması gereken bir gerçek olduğunu göstermektedir. Bu anlatım, insanın ölümle yüzleşmesi ve bu yüzleşmeyi onurlu bir şekilde yapması gerektiğini öğütlemektedir.

c) Ölümün Erdem, Ün ve İntihar ile İlişkisi

Seneca, ün ve erdem arasındaki ilişkiyi de ele almaktadır. Ona göre ün, erdemin bir sonucu veya yansımasıdır. Seneca'nın deyimiyle 'Ün erdemin gölgesidir' ama erdemin kendisi değildir. Ün ve erdem arasında doğrudan bir bağlantı yoktur. Erdemli insanlar yaşarken takdir edilmemişlerdir. Örneğin Demokritos'a senelerce deli denmiş, Sokrates unutulmaktan kıl payı kurtulmuş, yurttaşları Cato'yu yıllarca anlamamış ve onu kaybettiklerinde değerini anlamışlardır. Bu gibi tarihî figürler, yaşarken anlaşılmamış veya haksızlığa uğramışlardır.

Ancak haksızlığa uğramak, bazen birinin değerinin anlaşılmasını sağlar. Örneğin Rutilius'un sürgüne gönderilmesi onun erdemini gizlememiş, aksine onu daha da görünür kılmıştır. Bazen büyük insanların trajedileri, onların ün kazanmasına sebep olabilir ki Seneca bunlara 'kaderin inciterek ünlü yaptığı kişiler' der. İşte bu gibi nice kişinin gerçek değeri zamanla ortaya çıkmış ve ölümden sonra tanınmışlardır. Nice erdemli insan, yaşarken değil, öldükten sonra değer görmüştür ve bu insanlara ün, çoğu zaman ölümden sonra gelmiştir (Seneca, 2020: 290). Seneca'nın bu bakış açıcı Stoacı düşünce ile örtüşür. Stoacılar için de önemli olan; ün değil, erdemdir. Çünkü ün başkalarının takdirine bağlıdır ama erdem insanın kendi içinde olan bir şeydir. Erdemli bir insan, ün kazanmayı amaçlamaz; yalnızca doğru olanı yapar. Eğer bir gün diğer insanlar onun değerini fark ederse, ün doğal bir sonuç olarak ortaya çıkabilir.

Bir insanın erdemi çağın kötü niyetiyle bastırılabilir, ezilebilir hatta unutulabilir. Ancak erdem yok olmaz; zamanı geldiğinde kendini dünyaya tanıtır. Yaşadıkları çağda anlaşılmamış olan birçok erdemli insan vardır ve pek az kişi, çağının halkını düşünen bu insanları anlamıştır. Ancak Seneca yine bu insanlar için umutludur. Ona göre gelecek nesiller, yani daha tarafsız ve daha adil bir bakış açısına sahip olanlar, erdemli kişileri yargıladıklarında onlara hak ettikleri değeri vereceklerdir. Gelecek kuşaklar, bugünün insanlarının umursamadığı veya küçümsediği birini takdir edebileceklerdir. Bugün birinin ün kazanması veya unutulması, onun gerçek değerini değiştirmez. Ün gelip geçici olsa da erdem zamanla gerçek değerini bulur ve erdem, gizlense bile yok olmaz (Seneca, 2020: 291). Seneca, kendi çağında hak ettiği ilgiyi görmemiş filozoflar, düşünürler ve liderler için bir teselli sunmaktadır. Bu, adaletin gecikse de eninde sonunda ortaya çıkacağını gösteren de bir düşüncedir. Seneca, zamana meydan okuyan erdemin, üne bağlı olmadığını vurgulamaktadır. Erdem ve ün arasındaki farkı ortaya koyarken erdemin, geçici popülariteyle veya çağının insanları tarafından tanınıp tanınmamakla ölçülmeyeceğini savunmuştur. Tarihte birçok büyük insan, yaşarken takdir edilmemiş ama öldükten sonra gerçek değeri anlaşılmıştır. Ün gelip geçici olabilir ama erdemin etkisi kalıcıdır. Bu düşünce, günümüz için de çok anlamlıdır. Gerçekten değerli işler yapan insanlar, bazen çağdaşları tarafından göz ardı edilebilir. Ancak zamanla hak ettikleri saygıyı kazanabilirler. Seneca'nın önerisi, günümüz insanına da yol gösterebilir ve denilebilir ki 'İnsan için gerçek değer; diğerleri tarafından anlık alkışlanmasında, kısa vadeli övgüler almasında değildir, zamanla kendini kanıtlayarak kalıcılı doğruluğa ulaşmasındadır.'

Zamanla erdem, herkese hak ettiğini verir. Kişi yaşarken ya da öldükten sonra ama bir şekilde erdeminin karşılığını alır. Önemli olan, erdemli olmaya bağlanmak ve onun peşinden iyi niyetle, samimi bir şekilde gitmektir. İnsanın kendini süsleyerek, sahte bir gösteriyle sunmasına gerek yoktur. Gerçek erdem, süslenmeye, sahte alçakgönüllülüğe veya gösterişe ihtiyaç duymaz. İnsan olduğu gibi doğal hâliyle neyse öyle olmalıdır; bu şekilde erdemli olmalıdır. Zaten erdem kendini gizlemeye çalışsa bile ortaya çıkar. İster isteyerek gösterilsin, ister tamamen tesadüfen olsun fark edilir. İnsan hazırlıksız yakalansa bile erdemi yine de parlayacaktır. Dolayısıyla insanın kendini saklamasına gerek yoktur (Seneca, 2020: 291). Seneca erdemli gözükmeye çalışmak ile gerçekten erdemli olmak arasındaki farkı vurgulamaktadır. Bu konuya yaklaşım şekli Stoacı felsefenin temel prensiplerinden biri olan 'Gerçek erdem, içseldir ve kendini doğal olarak gösterir' düşüncesi ile de uyumludur. Seneca'nın verdiği mesaj şudur: Gerçek erdem, süslenmeye ihtiyaç duymaz. Erdemli biri sade, doğal ve içtendir. Bir insanın gerçek erdemi, bazen yaşarken fark edilmez, bazen de ölümünden sonra anlaşılır. Ama zamanla her şey yerini bulur. Erdem, dış dünyaya gösterilmek için değil, içsel bir ilke olarak yaşanmalıdır. Ve önündede sonunda hak ettiği değeri alacaktır. Ölüm, herkes için gelir ve insan ölümle yüzleşmeden önce ne kadar ünlü olduğuna bakmaksızın erdemli bir yaşam sürmelidir. Kendi iç huzurunu ve erdemini bulamayan birinin ün kazanması, ölüm karşısında da bir anlam taşımaz.

Ölümün ilişkili olduğu bir diğer konu 'intihar'dır. Seneca'ya göre insan, yaşamını ne zaman ve nasıl sona erdireceği konusunda tam bir iradeye sahip olmalıdır. Ancak bu düşünceye karşı dikkatli olmak gerekir. Çünkü intihar, acıların ya da zorlukların üstesinden gelmek için başvurulan bir yöntem olmamalıdır. Gerçek anlamda özgürlük, yaşamanın zorluklarına karşı duyulan korkularla değil, onlara karşı direnç göstererek bulunur. Bu aynı zamanda güçlü insana tekabül eder. Seneca intiharı düşünen insana açıkça şunu söyler:

> Ara sıra ölüm nedenleri ağır bassa da, kendi yakınlarının hatırı için, işkenceyle birlikte bile olsa insan yaşama dönmeli, son soluğunu ağzından çıkarmamak için gayret etmeli. Aslında örnek insan, istediği kadar değil, gerektiği kadar yaşamalı. Karısının, dostunun uğruna daha çok yaşamaya değmediğini düşünen, ölmekte direnen insan zayıf bir insandır. Yakınlarının yararı için gerekirse ruh sadece ölmek isterken değil, o yola girmişse bile bu işe ara vermeli, kendini yakınlarına adamalı, kendine böyle bir buyruk vermeli. Büyük insanların sık sık yaptığı gibi, başkaları uğruna yaşama dönmek yüce gönüllü bir kişinin işidir. (Seneca, 2020: 425)

Görüldüğü üzere Seneca ölümün, bazen kaçınılmaz ya da tercih edilir gibi görünse de insanın yalnızca kendi arzularına değil, çevresindeki insanların iyiliğine de dikkat etmesi gerektiğini söyler. Bu da Stoacı düşüncenin özveri ve toplumsal sorumluluk anlayışını öne çıkarmaktadır. İnsan, sadece kendi acılarına ya da hayatın zorluklarına odaklanmamalı, başkalarının onun varlığından nasıl etkileneceğini de göz önünde bulundurmalıdır. Kendi hayatının kontrolünü elinde tutmak, Seneca için önemli olsa da, bunu bencil bir karar olarak değil, daha büyük bir iyiliğin hizmetinde değerlendirmek gerekir. Bu bağlamda kişinin hayatına değer biçerken sadece kendi duygularını değil, sevdiklerinin ihtiyaçlarını ve toplumdaki yerini de hesaba katması gerekir. Bu noktada intihar ve ölüm kararı yalnızca bireysel bir mesele değil, aynı zamanda toplumsal bir öneme de sahiptir. Stoacı bir bilge, gerektiğinde ölümü seçebileceği gibi, gerektiğinde yaşamayı da seçebilmelidir ve ölümün kaçınılmaz olduğu noktaya kadar ondan uzak durmak gerekir. Hatta bu çerçevede Seneca'nın tavsiyesi şudur: "… ne hayatı aşırı sevelim ne de aşırı bir nefret duyalım ona karşı. Akıl bize hayatımıza son vermeyi öğütlese bile, ne körü körüne ne de doludizgin atılmalıyız ölüme" (Seneca, 2020: 106-107). Böylece Seneca, bu sözlerinde de hayata karşı aşırı uçlardan kaçınmanın önemini vurgulamaktadır. Ne hayata tutkuyla bağlanıp onun getirdiği her şeyi körü körüne kabullenmeli ne de onu tamamen reddederek ölüme sorgusuz sualsiz yönelmeliyiz. Hayata dair bilgece bir tutum, onu olduğu gibi kabul etmekle birlikte, gerektiğinde bilinçli ve akılcı bir şekilde sonlandırabilme cesaretini de içermelidir. Ancak bu karar, ani bir duygusal tepkiyle ya da öfkeyle değil, aklın süzgecinden geçirilmiş bir değerlendirme sonucu alınmalıdır. Yaşam ve ölüm karşısında bilinçli bir tutum sergilemek önemlidir. Hayatın değerini bilmek, onu tutkuyla sevmek anlamına gelmez; aynı şekilde ölümün kaçınılmazlığını kavramak da ona pervasızca atılmayı gerektirmez. Bilge insan, yaşamı da ölümü de ölçülü bir bakış açısıyla değerlendirir ve her ikisini de doğanın bir parçası olarak görür. Bu bağlamda, ne yaşamın getirdiği acılara körü körüne katlanmalı ne de ölüme duygusal bir tepkiyle yaklaşmalıdır. Ölüm, kaçış değil, ancak gerektiğinde bilinçli bir seçim olmalıdır.

d) Endişe ve Gelecek Endişesi

Endişe, insanın zihninde sürekli yankı bulan bir duygu olup, çoğu zaman geleceğe dair belirsizliklerden de kaynaklanır. Ancak bu kaygıların gerçek bir temele dayanıp dayanmadığını anlamak, huzuru sağlamak için önemli bir adım olabilir. Kaygılarımın gerçekten geçerli bir

nedeni var mı varsa bunu nasıl anlayabilirim? Bu soruya verilecek yanıt şudur: Bizi kaygılandıran şey ya bugündür, ya yarındır ya da her ikisidir. Bugünle ilgili karar vermek görece daha kolaydır. Eğer bedenin özgürse, sağlığın yerindeyse ve haksızlığa uğrayarak acı çekmiyorsan, bugüne dair bir sorun yoktur. O halde geriye yalnızca yarın kalır. 'Evet, ama yarın kötü bir şey olabilir,' diyorsan, önce yarına dair korkularının gerçekten sağlam bir temele dayanıp dayanmadığını incelemelisin. Çünkü çoğu zaman bizi asıl acıtan, kesinleşmiş felaketler değil, belirsizlikten doğan kuşkularımızdır. İnsan zihni, bilinmezlik karşısında paniğe kapıldığında, bu korkular mantıktan yoksun hale gelir. Öyle ki diğer korkular bile bir noktada kontrol altına alınabilirken belirsizlikten doğan korku zihnimizi tamamen felç edebilir (Seneca, 2020: 65). Halbuki insanın farkına varması gereken şudur: "Geçmiş acıları yineleyip eskiden mutsuz oldun diye yine muşuz olmak neye yarar?... O halde iki şeyi kaldıralım; hem gelecek korkusunu hem de eski felaketlerin anısını. Biri beni ilgilendirmiyor artık, diğeri ise daha başıma gelmemiştir" (Seneca, 2020: 283). Sürekli geleceğe odaklanıp bugünü ihmal etmemek, gereksiz hırslardan arınmak, hayatı basit ama anlamlı şekilde yaşamak, ölümü bir düşman gibi görmek yerine onunla barışık olmak gerekir.

Eğer insan her şeyden kuşku duyarsa, yaşamı zorlaşır ve birçok felaket senaryosu üretir. Bu yüzden bazen bir öngörü yardımına koşmalı, bazen de korkuyu tamamen söküp atmalısın ve bunu ruhunun gücüyle yapabilirsin. Yapamıyorsan bile en azından bir zayıflığını başka bir zayıflıkla yenmelisin: Korkularını, umutlarınla hafifletebilirsin. Unutmamak gerekir ki korktuğumuz şeyler nasıl kesin değilse, endişelerimizin yatışması ya da umutlarımızın kırılması da kesin değildir. Öyleyse korkularınla umutlarını iyice tart ve belirsiz olan her şeyi kendinden yana değerlendir. Hangisine inanmayı tercih edeceksen, sana huzur vereni seçmelisin. Eğer korku daha ağır basıyorsa, onun esiri olmamalı ve kendini altüst etmekten kurtarmalısın (Seneca, 2020: 66). "Her esen yele koyuveriyoruz kendimizi, kuşkulu şeylerden kesinmişler gibi ürküyoruz. Olayların ölçüsünü kaçırmışız bir kez; bir endişe çarçabuk bir kokuya dönüşüyor" (Seneca, 2020: 66-67). Seneca geleceğin belirsiz olduğu ve bu belirsizlik içinde sadece en kötü ihtimallere odaklanmanın yanlış olduğu kanaatindedir. Eğer kötü bir şeyin gerçekleşeceğinden emin olamıyorsak, iyi bir şeyin gerçekleşme ihtimalini de göz ardı etmemeliyiz. Bu bakış açısı korku ve umut arasında denge kurma anlayışını hatırlatmaktadır. 'Korkuların üzerine düşünmek' ve 'onları gözünde büyütmemek' tavsiyesinde bulunan Seneca,

korkuların üzerine giderek onları rasyonel bir şekilde çözümlemenin, kaygıyı azaltmada etkili bir yöntem olduğunu da göstermiştir.

"Dert üstüne dert yığmanın, başımıza gelince hemen çekmek zorunda kalacağımız acıları önceden çekmenin ne yararı var ki? Gün olacak, belki mutsuz olacaksın diye şimdiden mutsuz olman akılsızca bir iş kuşkusuz" (Seneca, 2020: 101). Vaktinden önce mutsuz olma! Korktuğun felaketlerin başına geleceğini sanıyor olabilirsin ancak belki de hiç gerçekleşmeyecekler. En azından şu ana kadar gerçekleşmedikleri kesin. Öyleyse bazı korkularımız bize gereğinden fazla acı veriyor, bazıları ise tamamen yersiz. Acımızı ya olduğundan büyük hale getiriyoruz, ya henüz gerçekleşmemiş bir olay için önceden acı çekiyoruz ya da kendi kendimize acılar yaratıyoruz. Bu korkular içinde, özellikle henüz belirsiz olanlar şimdilik bir kenara bırakılmalı. Sen, benim önemsiz gördüğüm bir şeyi çok ciddi bulabilirsin. Biliyorum ki bazı insanlar en ağır işkenceler karşısında bile gülümseyebilirken bazıları en hafif darbede sarsılır. Peki, bu fark olayların kendi doğasından mı kaynaklanıyor, yoksa bizim ruhsal dayanıklılığımızdan mı? (Seneca, 2020: 64). Seneca'nın bu sorulara verdiği genel yanıtı şöyledir: İnsanların acıya ve zorluklara verdiği tepkiler, onların ruhsal güçlerinden kaynaklanır, olayların doğasından değil. Aynı olay karşısında farklı insanların farklı tepkiler vermesi, onların ruhsal dayanıklılıklarıyla ilgilidir.

İnsan ruhunun endişelerle körleşmemesi gerekir. Eğer kişi sürekli kişisel dertleriyle ve kaygılarla meşgul olursa kalkıp gitme zamanı gelince yeteri kadar güçlü olamaz. Bu yüzden, bireysel sıkıntılara takılıp kalmak yerine, insanın kendisini daha geniş, toplumsal ve evrensel meselelerle ilgilenmeye yönlendirmesi gerekir. Bu yüzden insan kendine bedeninin zayıflığını, küçüklüğünü ve faniliğini hatırlatmalıdır. Beden, sadece dışsal saldırılara (zorbalık, haksızlık) değil, aynı zamanda zevklerin aşırılığına da maruz kalır. Zevkler ölçüsüz hale geldiğinde bedene zarar verir ve sonunda ıstıraba dönüşür (Seneca, 2020: 105). Bu doğrultuda Seneca'nın Stoacı uyarılarda bulunduğunu belirtebiliriz. Bu uyarılardan birini 'Ne acılar bizi tamamen ele geçirmeli ne de zevkler bizi esir almalı' diğerini de 'Ne aşırı haz ne de aşırı korku bizi yönetmemeli' şeklinde ifade edebiliriz. Seneca'nın önerdiği şey ölçülülüktür, ruhsal güçtür ve geniş bir perspektifle yaşamaktır. Yani hem kişisel kaygıları küçültmek hem de aşırılıklardan uzak durarak dengeli bir yaşam sürmektir. Bu, hem iç huzuru artırır hem de insanı daha bilinçli ve güçlü hale getirir.

2.4.3. Ruh Dinginliğini Sağlamak ve Korumak

Seneca, Stoacı felsefenin temel ilkeleri doğrultusunda ruh dinginliğini (*tranquillitas animi*) korumanın insan yaşamındaki önemli hedeflerden biri olması gerektiğini düşünür. Ona göre ruhsal sarsıntılardan, kaygılardan ve tutkuların yıkıcı etkilerinden kaçınmak, bireyin iç huzurunu koruması için elzemdir. Bu minvalde doğaya uygun yaşamak, ölçülülük, aklın rehberliğinde bir yaşam sürmek ve dışsal olaylara karşı duyarsızlık geliştirmek gibi unsurlar da insanın ruhsal dengesini sağlaması açısından önemli işleve sahiptir. Seneca ruh dinginliği sağlamak ve korumak adına insana birçok öneri sunar. Bu önerilerden biri Stoacılıkta 'kontrol dikotomisi' olarak da bilinen Epiktetos'a ait "Bazı şeyler bize bağlıdır fakat bazı şeyler bize bağlı değildir" düşüncesidir. Buna göre yapmamız gereken şey, kontrolümüz dışındaki şeyleri olduğu gibi kabul etmek, kontrolümüzde olan şeylerde ise doğru ve ölçülü hareket etmektir. Bu düşünceyi şöyle bir örnekle açıklayabiliriz: Bir kişi işinde mutsuzsa ve sürekli şikâyet ediyorsa ancak durumu değiştirmek için hiçbir çaba göstermiyorsa, ruh dinginliğini bulması zor olacaktır. Öte yandan, işyerindeki her küçük sorunu bir felaket gibi algılayıp her şeye karşı öfkeyle tepki veriyorsa, bu da iç huzurunu bozacaktır. Seneca burada dengeyi önerir ve insanın değiştirebileceği şeyler için çaba göstermesi ancak değiştiremeyeceği şeyleri kabullenerek onlara karşı gereksiz bir direnç göstermemesi gerektiğini söyler. Ayrıca Seneca, Stoacı düşüncenin temel ilkelerinden biri olan 'önceden hazırlıklı olmak (praemeditatio malorum)' ilkesinin de ruh dinginliğinin korunmasında önemli görmektedir. Bu öğretide insan, hayatta karşılaşabileceği felaketleri ve sıkıntıları önceden düşünerek kendini zihinsel olarak eğitir. Böylece bunlar gerçekleştiğinde insan daha az sarsılır. Seneca'nın *94. Mektup*ta'da belirttiği gibi "O halde her şeyi göz önüne alıp düşünmeliyiz, ruhumuzu gelebilecek her felakete karşı güçlendirmeliyiz." (Seneca, 2020: 359-360)

Seneca, huzur için çok zararlı bir zaaf olan tutarsızlığa teslim olmamayı öğütler. İnsanların kesinleşmiş planlara aşırı bağlı kalmamalarını çünkü bu planların da değişebileceğini hatırlatır. İnsan, bir amaca bağlanıp ona sıkı sıkıya tutunarak değişimden ve bir konunun değişmesinden korkmamalıdır. Çünkü hayatın akışında rastlantılar ve beklenmedik durumlar kaçınılmazdır; bu yüzden insan kendini katı kurallara hapsetmek yerine, değişen amaçlar ve koşullar karşısında esneklik göstermeli ve uyum sağlamalıdır. Ancak insan bunu kararsızlık ya da rastgele yönelimlerle değil, akıl ile ve doğaya uygun bir şekilde gerçekleştirmelidir (Seneca, *Tranq*. 13. (1)). Böylece Seneca kararlılık ve esneklik arasındaki dengeyi korumanın önemine

vurgu yapar. O ayrıca tutarsızlık ve kararsızlık gibi zararlı zaaflara da kapılmamak gerektiğini öğütler. Denilebilir ki ruh dinginliğini koruyabilmek için ne katı bir kararlılığa saplanıp değişime direnmek ne de tutarsız bir şekilde sürekli yön değiştirmek doğrudur. Eğer insan körü körüne bir plana bağlı kalırsa hayatın getirdiği değişimlere karşı kırılgan hale gelir ve huzurunu kaybeder. Öte yandan, sürekli fikir değiştiren, bir amaçtan diğerine savrulan bir kişi de içsel huzuru yakalayamaz**.** Bu yüzden, bilge kişi amaçlarının farkında olmalı ancak gerektiğinde değişen koşullara uyum sağlayarak esneklik gösterebilmelidir.

Seneca'nın "Dinginlik için her ikisi de tehlikelidir, hem hiçbir şeyi değiştirememek, hem de hiçbir şeye katlanamamak" derkenki ifadesi ruh dinginliğini koruma sürecinde hem edilgenliğin hem de aşırı tepkiselliğin tehlikeli olduğunu gösterir (Seneca, *Tranq*. 14. (1)). 'Hiçbir şeyi değiştirememek', kişinin edilgen bir tutum içinde olup olaylara müdahale etmeye cesaret edememesi, pasif bir şekilde yaşaması anlamına gelir. 'Hiçbir şeye katlanamamak' ise tam tersine, insanın her durumu değiştirmeye çalışması, sürekli bir memnuniyetsizlik içinde olması ve hayatın doğal akışına karşı direnç göstermesi anlamına gelir. Seneca'ya göre insanın dışsal olaylara karşı geliştirmesi gereken tutum, ne tamamen teslimiyetçi bir kayıtsızlık ne de her şeye karşı bir tepkisellik içinde olmaktır.

Seneca, ruh dinginliğini korumanın yollarından bir diğerini de ruhun yabancı olan her şeyden kendini alıkoyması şeklinde açıklar. Ona göre insanın ruhu kendine ait olmayan şeylere yöneldiğinde, başkalarının değer yargılarına bağımlı hâle gelir ve iç huzurunu kaybeder. Bu yüzden insan, kendine güvenmeli, kendi kendine sevinmeli, Seneca'nın deyimiyle 'kendininkilere' saygı göstermelidir. Başkalarına ait olan şeylere özenmek ya da dış dünyadaki değişken koşullara bağımlı olmak, ruhun sarsılmasına neden olur. Bu yüzden yabancılara ait şeylerden olabildiğince uzak durmalı, kendini kendine adamalı, olumsuzlukları büyütmemeli ve hatta talihsizlikleri bile iyilikle yorumlayarak ruhsal dengesini korumaya çalışmalıdır (Seneca, *Tranq*. 14. (2)). İnsanın talihsizlikleri iyilikle yorumlamasına dair Seneca'nın verdiği örneklerden birkaçı şöyledir:

> Deniz kazası kendisine bildirildiğinde, bizim Zenon bütün mallarının batmış olduğunu duyunca, der ki, "Kader bana yüküm daha hafif olarak, bilgece konuşmamı emrediyor." Tiran, filozof Theodoros'u ölümle ve hatta cenaze töreninin yapılmamasıyla tehdit ediyordu. O da şöyle yanıt verir: "Kendinden niçin hoşnut olduğunu bilirsin, kanımın tek damlası bile senin hâkimiyetindendir," der; "çünkü münasebetsiz adam, toprağın altında

mı, yoksa üstünde mi çürüdüğümün beni ilgilendirdiğini sanıyorsan, bu, cenaze töreni ile ilgilidir." (Seneca, *Tranq*. 14. (3))

Görüldüğü üzere Stoacı bilge, karşılaştığı talihsizlikleri bir felaket olarak görmek yerine, onları bir ders veya ruhunu güçlendiren bir fırsat olarak değerlendirir. Olayları değiştiremese de onlara yüklediği anlamı kontrol edebilir ve böylece kaderin sert darbelerine bile sarsılmadan karşı koyabilir.

Seneca zorluklara karşı gösterilecek tutumun, insanın ruhsal durumu üzerinde etkileyici olduğunu vurgular. Hayatta karşılaşılan zorluklar, bireyin kontrolü dışında gelişebilir ve kişi bazen bu zorlukları ortadan kaldıramaz. Ancak önemli olan insanın onlara nasıl yaklaştığıdır. Seneca, ayaklarına zincir vurulmuş bir insanı örnek vererek başlangıçta zor olan şeylerin zamanla alışkanlık haline gelebileceğini şöyle örneklendirir: "Ayaklarına zincir vurulmuş olanların yüklere ve bacaklarının ağırlığına ilkin güç bela katlandıklarını düşün; daha sonra bunlardan nefret etmemeye, ama katlanmaya karar verdikleri zaman, zorunluluk onlara cesurca, alışkanlık kolayca katlanmayı öğretir" (Seneca, *Tranq*. 10. (1)). Denilebilir ki Seneca zorluğun yanı sıra zorunluktan da bahsetmektedir. Zorunluk, insana cesaretle tahammül etmeyi öğretirken, alışkanlık ise bu yükü daha kolay taşımayı sağlar. Eğer kişi sıkıntılarına yalnızca nefretle yaklaşmak yerine, onları önemsiz şeyler olarak görmeyi başarırsa, yaşamında kendisi için bir tür rahatlama ve huzur bulabilir (Seneca, *Tranq*. 10. (2)). Bu düşünce, Stoacılığın temel ilkelerinden biri olan 'kontrol edemediğimiz şeyleri kabullenme' anlayışıyla doğrudan bağlantılıdır. İnsan doğası, zor koşullara uyum sağlayabilecek bir şekilde yaratılmıştır ve felaketlere alışma yeteneğimiz, doğanın bize verdiği en büyük yardımlardan biridir. Bu bakış açısı, ruhsal dinginliği korumanın da bir yoludur. Dolayısıyla mottomuz şudur: Zorlukları değiştiremiyorsak, onlara karşı tavrımızı değiştirmeliyiz.

Eğer insan bir zorluk karşısında bilinçli ve sakin bir tutum sergileyebilirse zorluğun üzerindeki etkisini azaltabilir. İlk başta aşılması güç görünen sıkıntılar zamanla ve doğru bir yaklaşımla hafifletilebilir. Akıllıca bir kabul ve uyum gösteren kişi zorlukları daha az hisseder. Dolayısıyla insan, kaçınılmaz olanı öfkeyle ya da isyanla karşılamak yerine bilinçli bir şekilde kabul ederse, bu durum ona daha az zarar verecektir (Seneca, *Tranq*. 10. (2-4)). Bu doğrultuda Seneca'ya göre ruhun huzurunu sağlamak ve korumak için aklın rehberliğinde bir yaşam sürmek esastır. Seneca 'akıllı adam' ifadesini kullanır. Ona göre 'akıllı adam' karşılaştığı olaylar karşısında aklını kullanarak doğru bir tutum geliştirdiğinde kaderin getirdiklerine boyun

eğmek yerine onları bilinçli bir şekilde kabul edebilecektir. Hayat yolunda cesur ve kararlı bir şekilde ilerleyebilecektir. Akıllı adam korkakça davranmaz; özgüveni yüksektir, kaderine doğru yürümekten çekinmez ve onun için bulunduğu konumdan kolayca vazgeçmez, kaderden korkmaz. Yalnızca kölelerini, malını, mülkünü, onurunu değil bedenini, duyularını ve hatta yaşamı insan için değerli kılan her şeyi, hatta kendisini de güvenilir olmayan unsurlar arasında görür. Kendisine borç verilmiş bir emanet gibi kabul eder ve zamanı geldiğinde onu geri vermesi gerektiğinde bunu isteksizce ya da somurtarak yapmaz. Kendisi için değerlidir ancak aynı zamanda kendine ait olmadığının da farkındadır. Yaşam soluğunu bile "verdiğin zamankinden şimdi daha iyi olan ruhu geri al! Zorluk çıkarıyorum ve de geri çekilmiyorum; kişiye bilincinde değilken verdiğin şeye, o kişi tarafından istekle donatılmış haliyle sahip oluyorsun: al götür." diyerek verir. Yaşam soluğunu değersiz şeyler arasında sayar. Eğer bir girişimde bulunur ve kader bu girişimini engellerse, bunu bir kayıp olarak görmez; aksine, kaderin getirdiklerine teşekkür eder. Ancak bunu devam ettirebilmek için de hoşgörüyle kaderini kabul etmeli ve daha önceki girişiminden yine aynı hoşgörüyle vazgeçmelidir (Seneca, *Tranq*. 11. (1-2-3-4)). Böylece, aklın rehberliği sayesinde insan, değişen koşullara uyum sağlayarak ruh dinginliğini koruyabilecektir.

Ayrıca, akıllı insanın, karşılaştığı olayları önceden tahmin edebildiğini ve hayatın getirdiği zorluklara hazırlanabildiğini söyler. İnsan, her istediğini elde edemese de üzerinde düşündüğü ve hazırlık yaptığı şeyler onun karşısına çıkar. Burada önemli olan, kaderin getirdiği kaçınılmaz olaylarla kişinin kendi zaafları yüzünden başına gelenleri ayırt edebilmesidir. Akıllı kişi, başına gelebilecek engelleri önceden tasarlayarak onlarla karşılaştığında sarsılmadan yoluna devam eder (Seneca, *Tranq*. 13. (3)). Bunu yapabilmesi için insanın, yaşam hakkında birtakım bilmesi gerekenler vardır. Ölüm, yıkım, tehlike, fırtına bunlar yaşamın her bir yerinde görülür. Çünkü doğa insanı bu tarz şeylerle dostluk içinde yaşamaya hapsetmiştir (Seneca, *Tranq*. 11. (6-7)) Bu bağlamda insan çevresinde dolaşan birçok tehlikenin günün birinde kendisinin de başına geleceğinin farkında olmalı ve buna şaşırmamalıdır. Dolayısıyla Seneca'nın bu konuda görüşü şudur: "Bir kimsenin başına gelebilen şey herkesin başına gelebilir" (Seneca, *Tranq*. 11. (8)). Her koşul değişebilir ve koşulların değişmesine bağlı insanların da durumları değişebilir. Mesela zengin olan biri sonradan fakir olabilir, yüksek resmi görevlerde bulunan biri sonradan çok kötü yerlere gelebilir, bir kral iken sonradan krallığı

düşebilir ve kötü bir ölümle yüzleşebilir, hatta sürgüne gönderilebilir. Tarihte bunun birçok örneği de vardır. Seneca'nın verdiği örneklerden bazısı şöyledir:

> Zenginsin: Pompeius'tan daha zengin olabilir misin? Eski akraba, yeni misafir Gaius, kendi evini kapatması için, imparatorluk sarayını ona açtığı zaman, Pompeius'un ekmeği, suyu yoktu! Kendi arazisinde doğan ve dökülen bu kadar çok ırmağı bulunduğu halde, yağmur dilenmiştir. Açlık çeken Pompeius mirasçısı resmi bir cenaze töreni hazırlarken, akrabasının sarayında açlık ve susuzluktan ölmüştür. Çok yüksek resmi görevlerle uğraşmışsın; Seianus'un uğraştığı kadar büyük, beklenmedik ya da genel resmi görevlerle uğraşabilir misin? Senatonun onu alıp götürdüğü gün, halk onu linç etmiştir; onda toplanabilen her ne varsa tanrılar ve inanlar bahşetmişlerdi, o adamdan geriye celladın çekip çıkaracağı hiçbir şey kalmamıştır!.. (Seneca, *Tranq*. 11. (10-11))

Görüldüğü üzere bu örneklerde inişli çıkışlı olaylar yaşamın değişkenliğini göstermektedir. Bu değişkenlik karşısına da insan nasıl bir tutum takınmalıdır? Gelecekte neler olacağını kesin olarak bilmek ve tüm olayları kontrol etmek mümkün değildir. Eğer insan geleceği tamamen şekillendiremiyorsa, en azından kendisini olası zorluklara karşı hazırlıklı hale getirebilir. Nitekim akıllı insan böyle yapar. Ayrıca önceden yaşamış ve felaketler karşısında direnç göstermiş bilge insanların deneyimlerinden ders alabilir. Gelecekte nelerle karşılaşacağını bilmiyorsa, geçmişte benzer zorluklarla ve felaketlerle karşılaşmış kişilerin nasıl bir tutum sergilediğini öğrenerek kendini güçlendirebilir (Seneca, *Tranq*. 11. (12)). Örneğin, bir kişi yoksulluğa düşme ihtimali karşısında kaygılanıyorsa, geçmişte yoksulluk içinde yaşamış filozofların, bilge insanların bu durumu nasıl karşıladığını inceleyerek kendini buna hazırlayabilir. Böylece, gelecek belirsiz olsa da ruh dinginliğini koruyabilir ve insan korkularının esiri olmaktan kaçınabilir.

Seneca, mutsuz olan, hayata karşı acı acı feryat eden ve yakınmalarına uygun nedenler bulan insanlardan uzak durmamız gerektiğini söyler. Çünkü bu tür insanlar, şikâyet etmeyi bir alışkanlık hâline getirirler ve yaşadıkları her olumsuzluğu büyüterek etraflarındaki insanlara da olumsuz bir ruh hâli yayarlar (Seneca, *Tranq*. 7. (6)). Bu yüzden dinginliği korumak isteyen biri için böyle insanlarla dostluk kurmak tehlikelidir. Sürekli şikâyet eden bir arkadaş, huzurun düşmanı olabilir ve insanın kendi ruhsal dengesini bozabilir. Yapılması gereken, dış etkenlerin bizi etkilemesine izin vermemek ve özellikle de hayata karşı olumsuz bir bakış açısına sahip olan insanlardan kaçınmaktır. Buna karşın dost edinmek gereklidir.

Dostluğun da insan ruhu üzerinde olumlu etkileri vardır. Güvenilir ve samimi bir dostluk, insana huzur, destek ve mutluluk sağlar. İnsan, sırlarını paylaşabileceği, düşüncelerine

güvenebileceği ve kararlarını olgunlaştırabilecek bir dosta sahip olduğunda, ruhsal açıdan daha dengeli ve güçlü olur. Dostluk, sadece sırları saklamakla değil, aynı zamanda insanın iç huzurunu artırmakla da ilgilidir. Dostların konuşmaları, insanın zihnini sakinleştirir; neşeli halleri, hüzünleri dağıtır; varlıkları bile bir rahatlık kaynağı olur (Seneca, *Tranq*. 7. (3)). Böylece Seneca, dostluğun yalnızca sosyal bir bağ değil, aynı zamanda ruhsal dinginlik için de önemli bir unsur olduğundan bahseder ve dost seçiminin önemine dikkat çeker. Ona göre dostlarımızı belirlerken hırslarından arınmış olanları tercih etmeliyiz. Çünkü kötü alışkanlıklar ve ahlaki zaaflar, tıpkı bir bulaşıcı hastalık gibi yayılabilir ve zamanla insanı da etkisi altına alabilir. Bu yüzden Seneca, kötü karakterli insanlardan uzak durmamız gerektiğini söyler. Arkadaş seçmede olabildiğince az kirli olanları, erdemli ve akıllı insanları tercih etmeliyiz. Akıllı olmayan, yani aklını doğru yönetemeyen kimsenin peşinden gitmemeli ve onu örnek almamalıyız (Seneca, *Tranq*. 7. (3)). Böylece ruh dinginliğini korumak yolunda sağlam adımlarla ilerleyebiliriz.

Sonuç olarak Seneca'ya göre insan, kimlerle vakit geçirdiğine ve hangi işlerle uğraştığına dikkat etmelidir. Dostluk kurmak anlamında 'seyahat etme' tabirini kullanır ve insan seyahat ettiği zararlı yol arkadaşlarından kaçınmalıdır. Çünkü açgözlü biriyle hareket etmek açgözlülüğü besler, kendini beğenmişlerle ilişki kurmak gururu artırır, zalimle yaşamak, zalimlik duygusunu güçlendirir, şehvet düşkünüyle yakın olmak şehveti tetikler (Seneca, 2020: 429). İnsan haris, ayartıcı, vahşi, düzenbaz kişilerden kaçınmalıdır. Kusurlarından kurtulmak istiyorsa kusurlu örneklerden uzak durmalıdır. Bu kimseler insanın yakınında dahi çok zararlıyken bir de o insanın içinde oluverirler. İnsanın yalnızca çevresine değil, içsel dünyasına da zarar verirler. Eğer insan zevkli bir seyahat yapmak istiyorsa yol arkadaşını iyileştirmeli ve iyi seçmelidir (Seneca, 2020: 429). Daha iyi örneklere geçmelidir, yani ilham veren erdemli kişilerle örneğin, Cato, Laelius ve Tubero'yla vakit geçirmek ruhu geliştirir. Yunanlardan hoşlanıyorsa Sokrates ona gerektiğinde ölmeyi, Zenon ise gerekli olmadan ölmeyi öğretebilir. Chrysippus ve Poseidonios gibi bilge kişiler onu çalışmaya teşvik eder, insanları ve tanrıları tanımasına yardımcı olur. Bu kişiler yalnızca etkili sözler söylemeyi değil, ruhunu sağlam tutmayı, tehditlere karşı direnç göstermeyi öğretir. Çünkü bu fırtınalı hayatta sığınabileceği tek liman kaderin darbelerine göğüs germek ve olabilecekleri küçümseyerek sağlam durmaktır (Seneca, 2020: 429-430). Bu yüzden kişinin zamanını ve enerjisini hak eden insanlarla

paylaşması önemlidir. Saygıya değer olmayan ya da kişinin gelişimine katkı sunmayan insanlarla vakit kaybetmek, ruh dinginliğini bozabilir.

İnsan yanında yürüdüğü yol arkadaşını doğru seçmesinin dışında kendi yeteneklerini ve karakterini tanımalıdır. Seneca herkesin doğasına uygun bir iş seçmesi gerektiğini, aksi takdirde zorlamayla yapılan işlerin verimli olmayacağını söyler. Isokrates'in, Ephoros'un tarih yazımı için daha yararlı olduğunu düşünerek onu Forum'dan uzaklaştırmasını örnek göstererek, insanın doğal eğilimlerine uygun alanlarda çalışmasının daha verimli olacağını belirtir (Seneca, *Tranq*. 7. (2)).Yani, kendini tanımak, doğru insanlarla vakit geçirmek ve doğasına uygun bir iş seçmek, insanın huzurunu koruması için önemli unsurlardır.

Bu doğrultuda Seneca insanın kendini tanımasının ve sınırlarını bilmesinin önemini derinlemesine ele alır. İnsanlar, çoğu zaman kendi kapasitelerini olduğundan fazla görme eğiliminde oldukları için hata yapabilirler. Kimi zaman güzel konuşma yeteneğine aşırı güvenmek, kimi zaman kendi mirasından fazlasını istemek, kimi zaman da fiziksel olarak taşıyabileceğinden fazla yük almak insanı zor durumda bırakabilir. Buna ek olarak Seneca, kişisel özelliklerin her işe uygun olmadığını belirtir. Alçakgönüllü biri devlet işleri için uygun olmayabilir, inatçı biri mahkemelerde zorlanabilir, öfkesine hâkim olamayan biri düşüncesizce sözler sarf edebilir, fazla kurnaz olanlar ise tehlikeli entrikalara bulaşabilir. Tüm bu nedenlerle, insan kendini tanımalı ve kendisine uygun olmayan işlerden kaçınmalıdır. Seneca, huzurun, bazı görevlerden daha değerli olduğunu söyleyerek, özellikle hırslı, sabırsız ve çatışmacı bir yapıya sahip olanların, huzurlarını bozacak ortamlardan uzak durmaları gerektiğini öğütler (Seneca, *Tranq*. 6. (2)). İnsan ilkin kendine değer vermelidir sonra da üstlendiği şeylerin kedisine değer vermelidir. İnsan üstlendiği işlerde kendi gücünü ve sınırlarını göz önünde bulundurmalıdır. Bir işe girişirken o işin kendi kapasitesine uygun olup olmadığını değerlendirmelidir çünkü taşıyabileceğinden daha büyük yükler o insanı ezebilir ve onun ruh dinginliğini bozabilir. Ayrıca, bazı işler göründüğünden daha zahmetlidir ve yeni zorluklar doğurarak insanı meşgul eder. Seneca, insanın özgürlüğünü kaybetmesine yol açabilecek bu tür işlerden uzak durmasını da öğütler. Yapılacak işlerin ya tamamlanabilir ya da sonunun kesinlikle kestirilebilir olması gerektiğini belirtir; insan, sonunu getiremeyeceği veya kontrol edemeyeceği işlere girişmemelidir (Seneca, *Tranq*. 6. (4)). Bu, ruh dinginliğini korumanın önemli yollarından biridir.

Seneca arzu ve beklentilerimizin gerçekçi olması gerektiğini de vurgular. İnsan doğası gereği tamamen arzularından kurtulamaz ancak bu arzular ulaşılamaz ya da gerçekleşmesi güç olan şeylere yönelirse, hayal kırıklığına ve huzursuzluğa yol açarlar. Bunun yerine, ulaşılması daha mümkün ve bize daha yakın hedeflere yönelmek daha akıllıca bir tutumdur (Seneca, *Tranq*. 10. (5)). Bu çerçevede insan, enerjisini ve çabasını anlamsız ve sonuçsuz işlere harcamamalı. Çünkü yararsız bir uğraş, sonuçsuz kalabilir ya da çabayı hak etmeyen bir neticeye varabilir. Başarısız olunursa ya da başarılı olunduğunda utanç duyulursa üzüntü ortaya çıkar. Bu yüzden çaba belli bir amaca yönlendirilmeli ve insan gereksiz zahmetlerden kaçınmalıdır (Seneca, *Tranq*. 12. (1)). Aşırı istekler ve arzular insanın ruh dengesini bozar, bunlar kontrol altına alınmalıdır. Dolayısıyla insan kötü arzulardan da kaçınmalıdır (Seneca, 2020: 429). Ruh dinginliğini korumak için söküp atman gereken isteklerini sınır içinde tutmalı, ruhunu kötü ve zararlı şeylerden arıtmalıdır (Seneca, 2020: 429). Ayrıca görünüşte cazip olan şeyler insanı kendine çekebilir ama bu şeylerin içi boş olabilir. Yine insanlar kendisinden daha yüksek konumda olanları kıskanmamalıdır çünkü bu yüksek görünen yerler engebelidir (Seneca, *Tranq*. 10. (5)). Sonuç olarak insanın yapması gereken; kontrol edemediği şeylerin peşinde koşmak değil, ulaşabileceği ve gerçekten kendisi için faydalı olan şeylere yönelmektir, dışarıdan parlak görünen ama içi boş olan şeylerin aldatıcılığına kapılmamaktır. Böylece ruh dinginliği korunabilir ve gereksiz hırslardan uzak durarak daha dengeli bir yaşam sürülebilir.

Ruh dinginliğini sağlama ve korumanın bir diğer yolu, gereksiz harcamalardan, lüks ve gösterişten kaçınmaktır ki bu sayede insan dışsal bağımlılıklardan kendini kurtararak iç huzura ulaşma imkânını daha iyi elde eder. Bu çerçevede Seneca'nın düşüncesinde tutumlu olmak bir ölçüdür ve insanın ruh dinginliğini korumasında önemli bir rol oynar. İnsan tutumlu olmalıdır; eşyaları gösterişli oldukları için değil, gerçekten ihtiyaç duyduğu için edinmelidir Yiyecek açlığı bastırmalı, içecek susuzluğu gidermeli, şehvet ise ancak gerekli olduğu yerde olmalıdır. İnsan, uzuvlarına hâkim olmayı öğrenmeli ve yaşam biçimini sürekli değişen yeni örneklere göre değil, atalarının, geleneklerinin öğütlediği şekilde düzenlemelidir. Örneğin giyinme ve yeni yaşam biçiminde yeni örneklere göre yaşamı düzenlememelidir. Tutumluluğu sürdürebilmesi ve iç huzuru korumaya yardımcı olması adına insan nefsi üzerine hâkim olmalı, lüks düşkünlüğünü bastırmalı, hırslarını dizginlemeli ve öfkesini yatıştırmalıdır. Yoksulluk, insanı tutumluluğa yönlendirerek onu bir tür zenginliğe dönüştürebilir, yoksulluğa bu gözle bakarak, tutumluluğun bir parçası olarak görmek gerekir. İnsan ümitlerini frenleyerek hayattan

ölçülü beklentiler içinde olmalıdır. Ayrıca dışsal servet yerine kendi içsel zenginliklerini istemeyi öğrenmelidir. İşte bütün bunlar, insanın öğrenmesi ve hayata geçirmesi gerekenlerdir (Seneca, *Tranq*. 9. (1-2)). Seneca şöyle bir öneride de bulunur:

> Hayatımız, kişisel değerlerle halkın geleneksel değerleri arasında bir orta yol bulsun. Herkes hayatımıza hayranlıkla baksın ama bilsin, tanısın onu. "Nasıl şey o? Biz başkaları gibi mi yapacağız? Onlarla aramızda hiç ayrım olmayacak mı?" Olacak, çok olacak. Bize yakından bakan insan, avamdan ayrı olduğumuzu bilmeli. Evimize giren insan, bizim eşyalarımıza değil, kişiliğimize hayran olmalı. Çanak çömleğini bir gümüşmüş gibi kullanan kişi, büyük bir kişidir. Ama gümüş takımlarını sanki çanak çömlekmiş gibi kullanan da daha küçük bir insan değildir. Varlığın altında ezilen kişi, zayıf ruhludur. (Seneca, 2020: 41-42)

Bu sözlerle Seneca tutumluluğun ve sade bir yaşamın ruh dinginliği için ne kadar önemli olduğunu vurgulamaktadır. Eğer insan önceden tutumlu olmayı benimsemişse bu alışkanlık onun için doğal hale gelir ve bu ölçülülük hoşuna gider. Tutumluluk olmadan servet, insanı tatmin edemez çünkü aşırı harcama ve gösteriş düşkünlüğü, servetin ne kadar büyük olursa olsun, sürekli artmasını gerektirir ve insanı doyumsuz hale getirebilir. Buna karşılık, yoksulluk bile tutumluluk sayesinde bir tür zenginliğe dönüşebilir. Çünkü tutumlu bir insan, azla yetinmeyi bilir ve ihtiyaçlarını sınırlayarak kendisini bağımsız hale getirir. Bu nedenle gösterişten ve lüksten uzak durmalı, eşyaların ihtişamına değil, asıl gerekenlere odaklanmalıyız. Böylece sürekli daha fazlasını arzulamak yerine elimizdekinin yeterli olduğunu kabul ederek iç huzurumuzu koruyabiliriz (Seneca, *Tranq*. 9. (1-2)). Bu bağlamda Seneca kitap edinme konusundaki aşırılığa karşı da bir uyarıda bulunur.

Seneca'ya göre kitaplara yapılan harcamaların bir sınırı olmalıdır, kitapların ne kadarı yeterliyse o kadarına sahip olunmalıdır, kitaplar depolanmamalıdırlar. Aksi takdirde, bu durum öğrenmeye katkı sunmaktan çok, sahibine yük olur. Sayısız kitaba sahip olmak, onları gerçekten okumayı ve anlamayı sağlamaz. Eğer bir kişi, yalnızca kitap biriktirmekle yetinir ve içeriğine vakıf olmazsa bu kitaplıklar sadece bir gösteriş unsuru haline gelir. Hâlbuki birçok sayıda yazar arasında dolaşmaktansa birkaç yazara kendini vermek çok daha doyurucudur (Seneca, *Tranq*. 9. (4)). Bu nedenle, düşünce dünyamızı gerçekten besleyecek, bizi derinlemesine düşündürecek birkaç esere ve yazara odaklanmak, kalabalık ve yüzeysel okumaların yarattığı zihinsel dağınıklıktan daha iyidir.

Kitap biriktirmenin gösterişten ibaret olduğu konusunda da bir eleştiri getiren Seneca'ya göre kitapların niceliği değil, niteliği önemlidir. Bir kişinin ihtiyacı kadar kitabı olması

yeterlidir, fazlası ise yalnızca bir yük ve gereksiz bir gösteriş unsurudur. Seneca, lüks ve süsleme merakına kapılan insanları da eleştirerek insanların sadece kitapları değil, kitap dolaplarını ve ciltlerini de süslemeye çalıştıklarını, bunun ise bilgi edinme amacından sapma olduğunu belirtir. Bilgiyi içselleştirmeyen ve sadece kitap biriktiren bir kişi, kitaplarının sayısı karşısında şaşkına dönmekten öteye gidemez (Seneca, *Tranq*. 9. (5)). Seneca bu konuda şöyle söyler: "Kitap ciltlerinin en çok, görünüşleri ve başlıkları hoşuna giden, turunçgil ağacından ya da fildişinden yapılmış dolaplar temin etmeye çalışan, ya bilinmeyen ya da onaylanmamış yazarların yapıtlarını arayan ve bu kadar binlerce kitabın arasında şaşkınlıktan ağzı açık kalan bir insanı niçin mazur gösterdiğine ilişin ne sebep ortaya koyuyorsun?" (Seneca, *Tranq*. 9. (6)). Denilebilir ki Seneca, gereğinden fazla olan şeylerin yanlış olduğu düşüncesindedir. Ayrıca Seneca içerikten çok dış görünüşe önem veren bir zihniyeti, kitap biriktirmenin bir entelektüel çaba olmaktan çıkıp gösterişe dönüşmesini eleştirmektedir. Gerçek bilgi arayışı yerine, sadece süs olarak kullanılan kitaplara sahip olmanın anlamsız olduğunu vurgularken özellikle, çalışmayan, öğrenmeyen ama evlerinde gösterişli kitaplıklar bulunduran tembel insanları da eleştirmektedir. Ve o, bu düşüncesini şöyle ifade eder: "Sonuç olarak, tembel olanların evlerinde, bütün nutuk ve tarih kitaplarını, tavandan yere kadar kurulmuş kitap raflarını göreceksin; çünkü artık soğuk su hamamları ile sıcak su hamamları arasında bulunan bir kitaplık evin zorunlu bir donanımı olarak düzenlenmektedir" (Seneca, *Tranq*. 9. (7)). Seneca nazarında kitapların, duvar dekorasyonu gibi kullanılması, yazarların portrelerine göre sınıflandırılarak estetik bir unsur haline getirilmesi, bilginin amacına aykırıdır. Eğer bir kişi gerçekten bilgiye aç olduğu için kitap biriktiriyorsa, bu yaklaşımla hareket edenlere anlayış gösterebileceğini de şu şekilde belirtir: "Eğer çalışmalara karşı duyulan aşırı hırs sebebiyle hata yapılıyorsa, elbette bağışlarım" (Seneca, *Tranq*. 9. (7)). Ancak amacı, öğrenmek değil de sadece kitapları sergilemek olanlar için bunun gereksiz bir gösteriş olduğu açıktır. Böylece Seneca, bilginin özümsenmesi gerektiği, kitapların bir süs eşyasına dönüşmemesi gerektiği mesajını vermektedir.

Seneca, insanların en büyük sıkıntılarının kaynağı olarak mirası görür. İnsanların ölüm, hastalık, korku, arzu, acı ve zahmet gibi dertleri olsa da mirasın getirdiği sıkıntılar bunların çoğundan daha ağır basabilir. Çünkü servet, kaybetme korkusunu da beraberinde getirir. Seneca'ya göre, bir şeye hiç sahip olmamak, onu kaybetmekten daha az acı vericidir. Seneca'nın deyimiyle 'daha hafif bir kederdir'. Yoksulluğun, maddi kayıplar yaşatma ihtimali

düşük olduğu gibi zenginliğin getirdiği sürekli endişelerden de uzak olması bir avantajdır. Ayrıca, zenginlerin maddi kayıplara daha dayanıklı olduğu düşüncesi de yanlıştır; çünkü kaybın verdiği acı, büyük ya da küçük servete sahip olmakla değil, insanın ona verdiği anlamla ilgilidir (Seneca, *Tranq*. 7. (6)). Stoacı bir perspektifle de bakıldığında, zenginliğe bağımlı olmamak ve kayıptan korkmamak, ruh dinginliğini korumak için daha sağlıklı bir yaklaşımdır. Hatta denilebilir ki zenginlik ve rahatlık arayışı insanı daha fazlasını istemeye yönlendirir ve doyumsuzluk yaratır. Bu da sürekli bir huzursuzluk ve endişe kaynağıdır. Buna karşılık, tutumluluk ve sade yaşam, insanın dış koşullara olan bağımlılığını azaltır ve onu kendi iç gücüne yönlendirir. Daha önce de değindiğimiz üzere Seneca, bazen yoksulluk içinde yaşamayı deneyerek insanın gerçekten neye ihtiyacı olduğunu anlamasını ve dışsal şeylere gereğinden fazla değer vermemesini önerir. Böylece kişi, elindekileri kaybetme korkusundan ve sahip olma arzusunun getirdiği huzursuzluktan kurtulur.

Bir şeyi kaybetmektense, ona hiç sahip olmamanın daha hafif ve katlanılabilir olduğunu vurgulayan Seneca nazarında insanlar, genellikle sahip oldukları şeyleri kaybetme korkusuyla yaşarlar ve bu korku, onların ruhsal huzurunu bozar. Oysa hiç sahip olmamış biri, kaybetme endişesi taşımadığı için daha özgür ve huzurludur. Hatta talihin önce zenginleştirip sonra yoksullaştırdığı kişilerden çok, büyük servetlere önem vermemiş kişiler, daha neşelidirler (Seneca, *Tranq*. 8. (3)). Onlar, zenginliği kaybetmenin getirdiği acıyı yaşamazlar çünkü maddi anlamda zengin değillerdir ve beklentileri de olmadığından mutsuzluk duymazlar. Bu düşünce, Stoacı bakış açısıyla da ele alındığında dışsal servetlere bağımlı olmamanın, ruh dinginliğini korumak için önemli bir etken olduğuna işaret etmektedir.

Sade bir yaşam tavsiyesinde bulunan Seneca, insanın sıkça kendi içine çekilmesi gerektiğini söyler, bununla birlikte yalnızlık ve kalabalığa katılmanın birbiriyle harmanlanması gerektiğini de savunur. İnsan ruh dinginliğini koruyabilmek için hem yalnızlığa hem de toplumsal hayata dengeli bir şekilde yer vermelidir. Ona göre, yalnızlık ve kalabalık birbirini tamamlayan iki unsurdur ve biri diğerinin aşırılığına karşı bir denge unsuru olarak işlev görmelidir. Yalnızlık, insanın kendini dinlemesini, iç dünyasına yönelmesini ve düşüncelerini berraklaştırmasını sağlar. Ancak aşırı yalnızlık, insanı toplumdan koparak onun doğasına aykırı bir hâl almasına neden olabilir. Bu noktada, yalnızlık içinde uzun süre kalan kişi, insanlarla bir araya gelme isteği duyar. Öte yandan, kalabalık içinde fazla vakit geçirmek de

insanı yorabilir ve iç huzurunu bozabilir. Sürekli toplumsal hayatın içinde olmak, bireyin kendisiyle baş başa kalmasını engelleyebilir ve zihinsel karmaşa yaratabilir. Bu durumda da yalnızlık bir sığınak hâline gelir ve insanın kendini toparlamasına yardımcı olur. Seneca, yalnızlığın kalabalığa duyulan nefreti, kalabalığın ise yalnızlıktan doğan bıkkınlığı gidereceğini söyleyerek insanın her iki durumu da yerinde ve ölçülü bir şekilde deneyimlemesi gerektiği düşüncesindedir (Seneca, *Tranq*. 17. (3)). Bu, Stoacı düşüncenin temel ilkelerinden biri olan denge ve ölçülülük anlayışıyla da örtüşmektedir. Sonuç olarak, ruh dinginliğini sağlamak ve korumak için insan hem yalnız kalmayı hem de toplum içinde bulunmayı bilmelidir.

Seneca intiharın veya kendini yok etmenin bir kurtuluş olmadığını söylerken zorluklarla karşılaşıldığında insanın hayattan tamamen vazgeçmek yerine, kendini geri çekerek zihinsel ve ruhsal olarak toparlanması gerektiğini savunur. Curius Dentatus'un 'yaşamaktansa ölmüş olmayı yeğlediği' sözünü anarak, yaşamaktansa ölmeyi tercih eden bir zihniyetin kötülüklerin en kötüsü olduğunu söyler. Özellikle devletin veya toplumun zorlu dönemlerine rastgelen bir insana kendini tamamen geri çekmek yerine, boş zaman ve edebiyat için daha fazla zaman talebinde bulunmasını tavsiye eder. İnsanın akıllıca bir şekilde dinlenmeye çekilmesini ve uygun zamanı beklemesini önerir. Bunu da tehlikeli bir deniz yolculuğunda limana sığınmaya benzetir. Hayatın fırtınalı dönemlerinde zaman zaman limana sığınmayı istemen ve işler seni bırakıncaya kadar beklemen ama onlardan kendiliğinden ayrılman gibi (Seneca, *Tranq*. 5. (4-5)). Denilebilir ki akıllıca bir geri çekiliş ve ruhu besleyen uğraşlara yönelme, insanın iç huzurunu korumasına yardımcı olur. Böylece, sadece zorluklardan kaçmak yerine, kendini koruyarak yeniden güç toplamak ve doğru zamanda yeniden harekete geçmek mümkün olur. Bunu yaparken de zihnin sağlıklı ve güçlü olması önem arz eder.

Seneca zihnin sürekli çalıştırılmasının onu zayıflatacağını ve insanın ruh dinginliğini koruyabilmesi için zaman zaman dinlenmesi gerektiğini savunur. Ona göre nasıl ki verimli topraklar aralıksız ekilip biçildiğinde verimsizleşirse, zihin de kesintisiz çalıştırıldığında gücünü kaybeder ve donuklaşır. Bu nedenle, zihne hoşgörü gösterilmeli, ona ara sıra rahatlama ve yenilenme fırsatı verilmelidir. Seneca zihnin güçlenebilmesi için açık havada yürüyüş yapmayı, yolculuğa çıkmayı, ortam değiştirmeyi ve sosyal etkinliklere katılmayı önerir (Seneca, *Tranq*. 17. (8-9)). Seyahate çıkan insan dertlerinin nedenlerini yanında taşımaktan kaçınmalıdır. Çünkü karaları ve denizleri aşsa da dertlerin nedenlerini yanında taşımak

dertlerinin insanı sürekli takip etmesine ve ruhunu yıpratmasına neden olur. Bu yüzden insanın kaçtığı şeyler insanla birlikte olduğu sürece kaçışının yararlı olmaması şaşılacak bir şey olmaz (Seneca, 2020: 429). Böyle bir yalnızlık ne zihni güçlendirir ne de ruha huzur verir. İnsan kendini iyileştirmek istiyorsa yüklerini sırtından atmalıdır (Seneca, 2020: 429). Seneca ölçülü bir şekilde zaman zaman sarhoş olmanın bile ruhu canlandırabileceğini ifade eder. Ancak burada önemli olan dengeyi korumak ve aşırılığa kaçmamaktır. Sarhoşluk, üzüntüye geçici bir çare olabilir, ancak tamamen bir kaçış yolu hâline gelmemelidir. Özgürlük gibi şarabında ölçülü olması sağlıklıdır (Seneca, *Tranq*. 9. (6)). Seneca, sadece sürekli çaba göstermenin değil, aynı zamanda doğru zamanlarda dinlenmenin ve hayatın sunduğu keyifleri bilinçli bir şekilde deneyimlemenin de ruh sağlığı açısından gerekli olduğunu savunmaktadır. Bu bağlamda insanın hobiler edinmesi gerektiğini öğütleyerek de şu örnekleri verir:

> Sokrates küçük çocuklarla oynamaktan utanç duymuyordu ve Cato kamu görevleriyle sıkılan ruhunu şarapla gevşetiyordu ve Scipio, o zafer kazanmış asker bedenini, kadınlara özgü esneklikle hareket edenlerin ötesinde, ritme göre hareket ettiriyordu; yürürken de şimdilerde adet olduğu gibi şehvetli bir biçimde değil, ama o eski insanların, oyunlar ile festival zamanları sırasında, erkeğe özgü bir tarzda, düşmanları tarafından seyredildikleri halde bir kayba sebebiyet vermeyecek şekilde dans etmek âdetinde oldukları tarzda yürüyordu. (Seneca, *Tranq*. 17. (4))

Seneca ruh dinginliğini korumanın ve içsel dengeyi sağlamanın yollarına sahip olsak bile bunların tek başına yeterli olmayabileceği düşüncesindedir. Çünkü eğer zihnimiz sürekli olarak küçük ve önemsiz şeylere takılıp kaygılar üretirse, elimizdeki bu araçlar etkisiz hale gelir. Özellikle hata yapan, kararsız veya zayıf bir ruh hali içindeysek, kaygılar bizi kuşatabilir ve içsel huzurumuzu tehdit edebilir. Bu yüzden asıl yapılması gereken şey, önemsiz detaylara takılmamak ve büyük resmi görebilmektir. Küçük kaygılara fazla önem veren bir kişi, dinginliği sağlayacak şeylere sahip olsa bile bunları etkili şekilde kullanamaz. Seneca bu konuda Serenus'a şöyle seslenir: "Pek sevgili Serenus, dinginliği koruyabilecek, onarabilecek, gizlice yaklaşmakta olan zaaflara direnecek şeylere sahipsin. Ama gene de şunu bil ki, hata yapan ruhu, güçlü ve sürekli kaygı kuşatmadıkça, önemsiz şeyleri gözetenler için bunların hiçbirisi yeterince etkili olmaz" (Seneca, *Tranq*. 17. (12)). Seneca'nın bu düşüncesi Stoacıların kaygıları yönetme ve zihni gereksiz endişelerden arındırma öğretisiyle uyumludur ve Seneca insan zihnini önemsiz şeylerden arındırmadıkça, sahip olduğu erdemlerin ruhuna huzur getiremeyebileceğini hatırlatmaktadır.

Sonuç olarak "Hepimiz talihe bağlanmışız. Bazılarının zinciri altındadır ve gevşektir, bazılarının zinciri sıkı ve basittir; ama ne fark eder? (Seneca, *Tranq*. 10. (3)). Birinin çevresini şeref payeleri, bir başkasının zenginlik veya mal mülk kuşatır. Kimine soyluluk veya aşağı bir soydan gelmek bir tür yük olur. Bazıları başkalarının emri altında, bazısı da kendi emirlerinin altındadır. Bazılarını sürgün bir yerde tutar, bazılarını da dini görevleri. Hangi şartlar içinde olursa olsun, herkes bir tür zorunluluğun etkisi altındadır (Seneca, *Tranq*. 9. (6)). Bu nedenle, insanın kendi zincirinin başkalarınınkinden daha hafif olduğunu sanması bir yanılgıdır. Çünkü dış dünyadaki zincirlerden kaçınmak mümkün olmasa da kendi zihnimize hâkim olmayı öğrenebiliriz. Seneca'nın da dediği gibi;

> Bütün yaşam bir köleliktir. Böylece kişinin kendi durumuna alışması gerekir ve bu durumdan olabildiğince çok az yakınması gerekir ve çevresinde uygun bir şey olduğunda da ele geçirmesi gerekir; içinde sakin bir ruhun huzur bulmadığı hiçbir şey bu adar acı değildir. Çoğu kez çok küçük alanlar sınıflandırmadaki ustalık sebebiyle, birçok kullanımlara açık olmuşlardır ve dar ölçülerde olsa bile, bir düzenleme orayı yaşanılır kılmıştır. Aklını zorluklar için kullan; sert olan şeyler yumuşatılabilir, dar olanlar genişletilebilir ve ağır olan şeyler akıllıca katlanana daha az baskı yapar. (Seneca, *Tranq*. 9. (6))

"Yüce bir insan birdenbire terk edilmeyecektir ve kendisinden sevgiyle bahsedilecektir" (Seneca, *Tranq*. 14. (10)). Bu kısa ama derin anlam içeren cümlede Seneca erdemli ve yüce bir insanın kalıcı bir etki bırakacağı görüşündedir. Gerçek değerin ve erdemin, bireyin ölümünden ya da ayrılışından sonra bile unutulmayacağını ifade eder. Yüce bir insanın birdenbire terk edilmeyeceği' ifadesi ile erdem sahibi, bilge ve ahlaki olarak yüce bir insanın, başkaları tarafından kolayca göz ardı edilmeyeceğini, onun varlığının çevresindekiler için derin bir anlam taşıdığını ve o kaybolduğunda bile etkisinin devam edeceğini anlatmaktadır. 'Sevgiyle anılmak' ifadesiyle de erdemli insanın yalnızca varlığıyla değil, bıraktığı izlerle de hatırlanacağını, onun bilgeliği, nezaketi ve karakterinin insanların hafızasında olumlu bir şekilde yaşamaya devam edeceğini göstermektedir. Bu şekilde Seneca'nın bu ifadesi Stoacılığın erdemli bir hayat sürmenin kalıcılığına dair inancını yansıtır. Nitekim bir Stoacı için önemli olan, ölümden sonra bedenen var olmak değil, erdemli bir şekilde yaşamak ve geride iyi bir miras bırakmaktır.

2.4.4. Beden ve Ruhu Uyumlu Hale Getirme- Kendine Egemen Olma

Bedenle ruh arasındaki dengeyi kurmak, her iki yapının ihtiyaçlarını karşılıklı olarak gözetmek ve bu ihtiyaçları ortak bir hedefte buluşturmak demektir. Bu denge, insanın akıl rehberliğinde davranmasını, tepkilerini ölçülü ve tutarlı bir biçimde yönetmesini zorunlu kılar.

Zira bireyin huzurlu, dengeli ve bilinçli bir yaşam sürdürebilmesinin ön şartı, bedensel ve ruhsal yönlerini çatışmadan uzak bir uyum içinde yaşatabilmesidir. Bedenin ve ruhun taleplerini bir noktada buluşturmak, yalnızca insanın düşüncelerinin, sözlerinin ve eylemlerinin tutarlılığıyla değil, aynı zamanda doğayla uyumlu bir yaşam sürmeyle de ilişkilidir. Seneca, bu konuyu ele alırken farklı insan tipleri üzerinden örnekler sunar ve beden ile ruhun taleplerini dengelemek adına pek çok pratik öneri getirir. Peki, bu uyumu sağlamak için Seneca'nın sunduğu yollar nelerdir? Beden ve ruhun isteklerini dengelemek, doğaya uygun bir yaşamın anahtarı olabilir mi?

Beden ve ruhun isteklerini uyumlu hale getirmek, insan için bir ilerleme sürecidir. Ancak bu ilerleme, kişinin önce bunu gerçekten istemesiyle mümkün hale gelir. Çünkü bu uyumu arzulamak, sürecin en önemli adımlarından biridir. Seneca'ya göre bu şekilde bir yaşam sürmek, hayatı gerçekten yaşanmaya değer kılar; aksi halde yaşam, sadece bir gecikmeden ibaret olur. Eğer tüm zamanımızın bize ait olmasını istiyorsak, bu yönde bilinçli bir çaba göstermeliyiz (Seneca, 2020: 256). Bu çaba ile insan, yaşamına anlam katabilir sadece geçici zevklerle değil, kalıcı bir içsel dengeyle yaşamayı hedefler.

Beden ve ruhun isteklerini uyumlu hale getirme süreci, insanın kendisine yönelik bilinçli bir çabasıyla başlarken bu uyumun bir boyutu da düşünce ve konuşma arasındaki ilişkiye dayanır. Düşündüğümüz gibi konuşmalı ve konuştuğumuz gibi düşünmeliyiz. Konuşmalarımız, yaşam tarzımıza uygun olmalı; yaşantımız ise sözlerimizle örtüşmelidir. Görünüşü ve sözleri birbiriyle tutarlı olan insan, verdiği sözü yerine getiren insandır. Sözünü tutan insan da erdeme uygun şekilde davranmış olur. İnsanın konuşması ya da ses tonu hoş olmayabilir ancak esas önemli olan, söylediklerinin faydalı olmasıdır. İnsan, kendini göstermekten ziyade, konuları açık bir şekilde ifade etmeye önem vermelidir. Böylece nitelik ve nicelik aynı kişide bir araya gelmiş olur. Nitekim gerçek mutluluk, bilen kişide değil, öğrendiklerini hayata geçiren kişidedir (Seneca, 2020: 264-265).

Seneca'nın beden ve ruhun uyumuna dair arzusu, insanın kendi üzerine egemenlik kurmasını ve yaşamında aklın rehberliğini ön planda tutmasını gerektirir. Ona göre ruhun içinde birçok bilgi ve kural yer almalı ancak bunlar rastgele değil, ortak bir amaç doğrultusunda düzenlenmelidir. Peki, bu uyum ve egemenlik nasıl sağlanır? Seneca'ya göre bu uyum ve

egemenlik yalnızca aklın önerdiklerini yaparak ve onun onaylamadıklarından da uzak durarak sağlanabilir. Çünkü aklın rehberliğini takip ettiğinizde o size şöyle seslenecektir:

> Herkesin elde etmek için koşuştuğu şeylerden kaçın hemen. Bırak zenginlikleri; sahibini tehlikeye atan, ona yük olan zenginlikleri. Bırak beden ve ruh zevklerini, insanı gevşeten güçsüzleştiren zevkleri. Bırak mevki dalaverelerini, bunlar şişkin, havayla dolu faydasız şeylerdir, hiçbir sınır tanımazlar; öylesine kuşku doludurlar ki, ne önlerindekini ne yanlarındakini görürler; kıskançlıktan acı içindedirler, hem de çifte kıskançlıktan. Kıskanılan, bir de kıskanırsa, bak bakalım nasıl da mutsuzdur o insan!... Sen en iyisi bilgeliğe doğru yönel ve onun çok huzurlu, aynı zamanda çok geniş varlığını ara… Ne var ki kaderin önünde eğildiği doruğa tırmanırken yeryüzünde en yüce sayılan her şeyi ayaklarının altında göreceksin. (Seneca, 2020: 312-313)

Görüldüğü üzere, Seneca bedenin ve ruhun isteklerinden nasıl feragat edilmesi gerektiğini ve gerçek huzura ulaşmak için insanın ne tür değerleri araması gerektiğini anlatmaktadır. Seneca, yaşamın gereksiz yüklerinden ve bedensel zevklerden uzak durmanın gerekliliğini vurgular. "Beden ve ruh zevklerini bırakmak" ifadesi ile insanın sadece fiziksel hazlardan değil, aynı zamanda ruhsal anlamda da gereksiz isteklerden uzak durması gerektiğini anlatır. Çünkü Seneca'ya göre zevkler, insanı geçici bir tatminle mutlu etse de uzun vadede ruhu zayıflatır. Ona göre zenginlik ve mevki gibi dünyevi arzular insanı güçsüzleştirir, içsel huzurdan uzaklaştırır, insanı daha fazla hırsla besler ve nihayetinde bir tür kıskançlık ve huzursuzluk yaratır. Dolayısıyla Seneca, insanı bu zevklerden uzaklaşmaya ve bilgeliği aramaya yönlendirir. Ona göre insan gerçek gücünü içsel huzur ve bilgeliğe sahip olmakla elde eder. Çünkü gerçek mutluluk, dışsal şeylerden bağımsız olarak, içsel huzur ve bilgeliğe ulaşmakta gizlidir. Kaderin önünde eğilen kişi, bu dünyevi arzuların ve zaferlerin ötesine geçerek yeryüzünde en yüce sayılan her şeyin, aslında sadece geçici olduğunu görebilir. Böylece birey sadece maddi değil, manevi bir düzeyde de kendi üzerinde egemenlik kurarak gerçek huzuru bulabilir.

İnsanın içsel çatışmalarını ve açıkça kurtulamadığı kötü alışkanlıklarını aşması, beden ve ruhun isteklerini uyumlu hale getirme sürecinde büyük faydalar sağlar. Eğer birey, kendisini rahatsız eden ve ilerlemesini engelleyen olumsuz düşünce ve davranışları geride bırakabilirse onu büyük bir ödül karşılar. Bu ödül, aşırı isteklerden ve korkulardan arınmış bir zihinle daha dengeli ve huzurlu bir yaşam sürmektir. Böyle bir yaşam, dehşet verici durumlarla başa çıkabilmeyi kolaylaştırır ve zevklerin çekimine kapılmadan bilinçli bir şekilde ilerlemeyi mümkün kılar. Nihayetinde bu tür bir yaşam tarzı, ölüm ve tanrılar gibi korkuların bile etkisini

yitirip kişinin özgürlüğe kavuşmasına yardımcı olur. Sonuç olarak beden ve ruhun uyum içinde olduğu bu tür bir yaşam, insanı gerçek mutluluğa ve ruhsal dinginliğe yönlendirir (Seneca, 2020: 267). Bu uyum, insanın hem kendi doğasına hem de evrenin işleyişine uygun bir yaşam sürmesini gerektirir. Dolayısıyla insan ruhunun potansiyelini bastırmadan, doğanın sınırları içinde eyleme geçmelidir. Epikuros'un ""Doğaya uygun yaşarsan, hiçbir zaman fakir olmazsın; herkesin kanısına göre yaşarsan, hiçbir zaman zengin olmazsın" sözü, bu durumu özetler (Seneca, 2020: 77). Epiküros dış dünyanın dayattığı beklentilere göre değil, doğanın sınırlarını ve kendi ihtiyaçlarını gözeterek yaşamanın önemine dikkat çeker. Doğaya uygun bir yaşam, gerçek zenginliğin ve mutluluğun da kaynağıdır. Bu bağlamda gerçek zenginlik, dışsal unsurlardan bağımsız bir ruhsal durumdur; maddi zenginlikler ise sadece daha fazlasını istemeyi öğretir (Seneca, 2020: 77-78). Bu yüzden Seneca bireyin kendine egemen olabilmesi ve ruhsal dengede kalabilmesi için içsel değerlere odaklanılması ve dışsal unsurlara bağımlı olmaktan kaçınılması gerektiği fikrini desteklemektedir.

Beden ve ruhun isteklerini uyumlu hale getirmek için kişinin içsel arzularını doğru bir şekilde yönlendirmesi gerekir. Seneca'nın belirttiği üzere "Doğanın arzuları sınırlıdır. Yanlış bir kanıdan doğan arzularsa dur durak bilmezler" (Seneca, 2020: 78). İnsan arzularını sorgulamalı ve onları doğanın sınırları içinde tutmalıdır. Doğanın arzuları sınırlı ve ulaşılabilirdir. Buna karşılık yanlış kanılardan doğan arzular sonu gelmeyen, doyumsuz bir döngü yaratır. Bu döngüye girmemek adına birey 'doğal istekler' ile 'kör istekler' arasındaki farkı anlamalıdır. Doğal istekler tatmin edilebilir ancak yanlış yönlendirilmiş arzular sonsuz bir çabayla bireyi yıpratır. Bu bağlamda Seneca 'yol yürüyen' ve 'yolunu şaşıran' kişi karşılaştırmasında bulunur ve doğaya uygun yaşamanın bireyi huzura ulaştırdığını, sınırsız arzuların ise tatminsizlik ve kaos yarattığını vurgular. Yani yolunu bulan kişi huzura ererken, yolunu kaybeden için bu arayış sonsuza dek sürecek bir karmaşaya dönüşür. Birey bu karmaşaya girmemek ve kendine egemen olabilmek için her isteğini sorgulamalı, onun doğal bir ihtiyaç mı, yoksa sonu gelmeyen bir tutku mu olduğunu anlamaya, ayırt etmeye çalışmalıdır. Bu şekilde beden ve ruhun isteklerini uyumlu hale getirerek gerçek mutluluğa ulaşma yolunda yürümüş olur (Seneca, 2020: 78). Sonuç olarak Seneca, kendine egemen olma yolunun arzuları sorgulamaktan geçtiği ve doğal sınırların ötesine geçmemek olduğu üzerinde durmuştur. Kişi, doğanın sunduğu sınırları kabullendiğinde gereksiz yüklerden kurtularak beden ve ruh arasındaki dengeyi sağlayabilir ve gerçek mutluluğa ulaşabilir.

Kendine egemen olmak doğrudan özgürlükle de ilişkilidir. Şöyle der Seneca: ""Özgürlük nedir?" diye soruyorsun: Özgürlük ne insanlardan ne de tanrılardan korkmak; ne utanç verici ne de aşırı bir şey istemektir! Kendi üstünde büyük egemenlik kurmaktır özgürlük. Kendi kendinin olmak paha biçilmez bir zenginliktir" (Seneca, 2020: 267-268). Seneca özgürlüğün tanımını kişinin hiçbir duruma ya da zorunluluğa köle olmaması olarak da açıklar. Kişi kaderle eşit şartlarda savaşıp, ondan daha güçlü hale geldiği an, hiçbir şey kendisini etkileyemeyecektir. Kaderin elindeki güçlü bir araç olan ölüm, insanın zihinsel ve ruhsal direnci sayesinde yenilebilir hale gelir (Seneca, 2020: 172). Bedensel sınırlamalardan özgürleşmenin yolu yani bedene karşı özgür olmak için her an dünyadan ayrılacakmış gibi yaşamak gerekir. Buna göre Seneca, insanın bedenine olan bağlılığını aşarak daha yüksek bir özgürlük seviyesine ulaşmasını öğütler. Kişi bedeni geçici bir araç olarak gördüğünde, ölüm ya da fiziksel sınırlamalardan korkmaksızın daha özgür bir zihinle yaşayabilir. Bu, genelde Stoacıların benimsediği bir yaklaşımdır. Seneca dünyadaki maddi ve bedensel şeylere bağlı kalmaktan ziyade, ruhsal ve zihinsel özgürlüğe değer verilmesini ister (Seneca, 2020: 244-245).

Seneca'nın ruh konusundaki görünüşü, farklı insan türlerini karşımıza çıkarır. İnsanın, beden ve ruhun uyumunu sağlamaya çalışması kendini geliştirmesi ile olur. Seneca, filozofların bakış açısına göre gelişim aşamasındaki üç tür insandan şu şekilde bahseder:

1. Ruhun En Büyük Kötülüklerinden ve Duygusallıklardan Sıyrılmış ancak Güven Sorunu Yaşayanlar: Bu gruptaki insanlar, ruhun en büyük kötülüklerinden ve duygusal aşırılıklardan kurtulmuş ancak henüz kendilerine tam anlamıyla güvenmeyi başaramamışlardır. Bu insanlarda eski zayıflıklara düşme korkusu hala mevcuttur. Yani, ruhun hastalığından ve duygusallığından arınmış olsalar da kendilerine güven konusunda hala çekinceleri vardır (Seneca, 2020: 266).
2. Henüz Bilgeliğe Erişmemiş ancak Onun Yakınına Erişmiş Olanlar: Bu gruptaki insanlar, bilgelik yolunda önemli bir ilerleme kaydetmiş ama henüz tam anlamıyla bilgeliğe ulaşmamış kişilerdir. Seneca bu insanları şu şekilde tanımlar: "Bütün duygusal davranışları bırakmış, kusurlarını düzeltmiş, kazanılması gereken bilgileri öğrenmiş ama inançları daha deneyden geçmemiş olanlardır. Kendilerine özgü iyi'yi uygulamamaktadırlar daha; üstlerinden attıkları kusurlara da dönmezler bir daha" (Seneca, 2020: 265). Kendilerini iyi'lerinden faydalanabilirler artık, henüz tam bir güven duymadıkları için 'bildiklerini bilmezler' (Seneca,

2020: 266). Yani, bu gruptakiler ruhsal hastalıklardan kurtulmuş ama duygusal zayıflıklardan tam anlamıyla arınmamış, kendilerine güvenmeyen insanlardır.

3. Para Hırsından Kurtulmuş ancak Diğer Hırs ve Korkularla Mücadele Edenler: Bu gruptaki kişiler, para hırsından sıyrılmış, zevklerin esiri olmamışlardır; fakat öfke duymaya devam ederler ve mevki hırsının esiri olurlar. Her şeyi isteyip durmazlar ancak hala çeşitli korkular taşırlar. Ölümü küçümseyip korkmazlar ama acıdan dehşet duyarlar. Bu grubun üyeleri, kendilerini şanslı görmelidirler; çünkü bazı ruhsal zayıflıklardan kurtulmuşlardır ancak yine de hala öfke ve korkularla mücadele etmektedirler (Seneca, 2020: 266-267).

"Doğadan gelen büyük yetenek ve sürekli gayret ile insan ikinci dereceye erişebilir" (Seneca, 2020: 267). Ancak üçüncü seviyeyi de küçümsememek gerekir. Seneca'ya göre eğer en kötüler arasında değilsek, bu da büyük bir başarıdır, çok şey elde etmişiz demektir (Seneca, 2020: 267). Seneca, insanın potansiyeline en uygun şekilde yaklaşmasının ve her adımda ilerlemesinin değerini vurgular. Başarı, sadece nihai noktada değil, süreçteki her küçük kazanımda da gizlidir.

Seneca, insanın yaşamdan tat alabilmesi için doğru bir yaşam tarzı seçmesi gerektiğini vurgular. "İşsiz ve aylak olmak, yaşamdan nefret etmeyi de beraberinde getirir. Sahte ve yanlış şeyler bıkkınlık yaratır. Ancak insan, zihninde evreni düşündüğünde gerçekten yaşamdan sıkılmaz; doğanın büyük bölümünü tanıma fırsatı bulur. Bu nedenle, insan kendine egemen olmalıdır (Seneca, 2020: 286). Seneca'nın dediği gibi: "Kötü günlere ait olmamalı iyi günlere güvenmemeli, kaderin her cilvesini, yapabileceği her şeyi sanki kesinlikle yapacakmış gibi gözünün önünde tutmalısın. Uzun süredir beklenen şey insanın başına daha hafif çöker" (Seneca, 2020: 287). Eğer insan duygularına hükmedip kaderin verdiklerini küçümseyebilirse, para hırsını, mevki arzusunu ve ölüm korkusunu aşabilir ve bu insan 'Yendim işte!' diye haykırabilir.

'Yendim ben' diyebilecek olup kendine egemen olabilen olarak Seneca, bilgelik yolunda gitmeyi öğütlediği gibi bilgeden ve bilgelikten bahseder. Ona göre bilge, duygusu olmayan, kaya gibi duran insan demek değildir. Bilge iki parçadan oluşur: Birincisi ısırıklara, yanıklara ve yaralanmalara karşı acı çeken tarafı. İkincisi sarsılmaz kanıları olan, cesur, akıllı tarafı (Seneca, 2020: 254). Görüldüğü üzere Seneca, bilgeyi tanımlarken onu sadece duygularını bastıran veya duygularına kayıtsız kalan bir insan olarak görmez. Bilgelik,

duyguları ve acıları deneyimlerken bu acılara rağmen akıl ve cesaretle ilerleyebilmektir. İlk parçada insanın, sahip olduğu acı çeken ve zayıf düşebilen bir yönü vurgulanırken, ikinci parçada bilgeyi farklı kılan özellik olarak sarsılmaz bir kararlılık ve güçlü bir akıl ön plana çıkar. Yani birinci parça her insanda varken kişinin bilge olmasını sağlayan ikinci taraf yalnızca bilgede mevcuttur. Çünkü tam da ikinci parçada insan için en büyük iyi yerleştirilmiştir. "Bu iyi, tam bütünlüğüne ve olgunluğuna erişmeden ruh türlü çırpınışlar içindedir. Ama tam bir bütün haline geldi mi de, değişmez bir kararlığa dönüşür. Bu yüzden, bu işte daha ilk adımlarını atan, en yükseğe doğru ilerlemekte olan, erdeme tapan kişi en yetkin iyi'ye yaklaşsa bile, ona son biçimini vermemiştir daha" (Seneca, 2020: 254). Seneca, bilgelik yolunda ilerleyen kişinin nihai amacına, yani "tam bütünlüğüne ve olgunluğuna" ulaşmadan önce çırpınışlar ve mücadeleler yaşayacağını, fakat bu sürecin sonunda değişmez bir kararlılıkla olgunlaşacağını ifade eder. Bu da, kendine egemen olmanın ve bilgelik yolunun sürekli bir çaba ve gelişim gerektirdiğini anlatan bir mesajdır.

Seneca'ya göre bilgelik noktasında da karşımıza üç tür insan çıkar: Bilgeliğe ermiş kişi, bilgelikte yol almaya çalışan kişi ve bilgelikten hoşlanan kişi. Bilgeliğe, yetkinliğe erişmiş kişi ile bilgelikte yol almaya çalışan kişi arasında fark vardır. Bilge kişi bilgelik ve erdem kazanmıştır; sağlıklı bir insan gibidir. Bilge olmaya çalışan ise henüz tam anlamıyla bilge değildir, potansiyel olarak bilge olma yolundadır; hastalıktan yeni kurtulmuş ama hastalığın hafif seyirde devam ettiği ve kendine bakmaz ise durumunun tekrar ağırlaşacağı insan gibidir. Yani bu kişi bilgelik yolunda ilerlese de tam olarak bu yolu tamamlamamış ve hâlâ iyileşmesi gereken bir kişi hasta durumdadır. Eğer kişinin çabaları devam etmezse, bilgelik yolundaki ilerlemesi duraklayabilir ve kişi tam anlamıyla iyileşmeyebilir. Nitekim sağlıklı olmak da geçici bir şeydir. İnsan bedenini iyileştirebilir ama ruh tamamen iyileşmeyebilir (Seneca, 2020: 258). Üçüncü tür insan modelinde kişi, henüz bilgeliğe ulaşmamıştır ama bilgelik onun davranışlarında ve tutumlarında kendini belli etmeye başlamıştır. Bu kimseler ne cesurdurlar ne de taşıp coşarlar. Başka bir deyişle karaya çıkmasalar da limana demir atmışlardır. Bilgelik deyim yerindeyse bu kişinin avuçlarının içindedir (Seneca, 2020: 259). Yani bu kişi, bilgelik yolunda ilerlemese de bilgelik ile ilgili bir ilgi ve eğilim göstermektedir. Henüz bilgelik için çaba sarf etmiyordur, ancak bilgelik kendisinde bir şekilde mevcut ve belirgin olmuştur. Sonuç olarak Seneca bilgelik ve erdem kazanımının sürekli bir süreç olduğunu ve her kişinin bu yolculukta farklı bir noktada bulunduğunu vurgular.

Bilgeden ve bilgelik yolunda ilerleyen birinden aynı düzeyde erdem ve anlayış beklemek sıkça yapılan bir hatadır. Tıpkı bir yünün bazı durumlarda ilk boyamada renk alabilirken, başka bir yünün beş ya da altı kez boyaya batırıldıktan sonra ancak renk alması gibi bilgelik de bireysel farklılıklar gösterir. Bu farklılıkları göz önünde bulundurduğumuzda, bilgenin zihni öğretileri benimser ve onları sürekli korur hale gelir (Seneca, 2020: 255). Bilge, bu öğretileri yalnızca teoride değil, pratikte de sergiler ve 'kaderini erdemi sayesinde yener' (Seneca, 2020: 255). Seneca, bu bağlamda erdemin önemini şöyle vurgular: "Erdem tek iyi'dir; en azından erdem olmadan hiçbir iyi olamaz" (Seneca, 2020: 255). Bilge kişiye ve bilgelik yolunda ilerleyenlere ve bilgelikten hoşlananlara ise şu çağrıyı yapar: "İyiliğinize karşı koymayın, gerçeğe ulaşana dek, yüreğinizdeki ümidi besleyin ve gönüllü olarak daha iyi hedeflerin peşinde koşun, düşüncenizle ve duanızla kendinize yardımcı olun. Öyle ki insanlığın ortak refahına çalışan, karşısında Talih'in çaresiz kaldığı bir insan, yenilmez bir şey olsun" (Seneca, *Otio*. XIX. (4)). Ruhun güçlenmesi, tıpkı sürekli hareket eden bir bedenin sağlamlaşması gibidir. Eğer ruh, karşılaştığı kötülüklere katlanır ve bu katlanmayı dahi önemsiz görmeye başlarsa, zorluklar karşısında nasıl güçlendiğini fark edecektir (Seneca, 2019: 67).

Seneca'nın bu öğretileri, bilgelik yolunda ilerleyen bireylerin kendi ritimlerinde gelişim gösterebileceğini ve her bireyin erdem yolculuğunun kendine özgü olduğunu göstermektedir. Bu yaklaşım, hem kendimize hem de başkalarına karşı daha anlayışlı olmamızı sağlar. Bilgeliğin yalnızca teoride değil, pratikte de içselleştirilmesi gerektiğini vurgulayan Seneca, bireyin ruhsal direncini ve erdemlerini hayatın zorluklarına karşı bir kalkan olarak kullanmasını öğütler. Aynı zamanda, zorluklara dayanıklılık kazanmanın, insan ruhunu güçlendirdiğini belirtir. Erdemin bireysel bir kazanım olmanın ötesinde toplumsal refaha da katkıda bulunabileceği açıktır. Çünkü erdemli bireyler, yalnızca kendi hayatlarını iyileştirmekle kalmaz, çevrelerindeki insanlara da ilham kaynağı olurlar. Seneca'nın çağrısı, insanın kendi potansiyelini gerçekleştirme yolculuğunda cesaret ve kararlılıkla ilerlemesini teşvik eder. Bu yolda karşılaşılan zorlukların, insanı daha güçlü yapacağını hatırlatmaktadır.

2.5. "Niye İyilerin Başına Birçok Felaket Gelir?" Sorusu

Seneca insanların başlarına gelen ve insanların 'zorluk', 'şanssızlık' veya 'lanet' olarak adlandırdığı kötü gibi görünen olayların aslında öyle olmadığını kanıtlamaya çalışır. Ortaya koyduğu bazı temel önermeler şunlardır:

1) İnsanın kötü gördüğü şey aslında kötü değildir.
2) İnsana zararlı gibi görünen şey aslında onun yararınadır.
3) Kötü olaylar, gönüllü olarak zorlukları kabul eden insanların başına gelir; sıkıntıdan kaçan kişilerse kötülüğe layıktır.
4) İnsanın başına gelen bu tür olaylar talihin bir cilvesidir ancak iyi insanların bunları yaşaması, onları 'iyi' yapan yasadan kaynaklanır. (Seneca, *Prov*. 3. 1-14)

Bu önermeler göz önüne alındığında Stoacılarda olduğu gibi Seneca nazarında da gerçek kötülük, dışsal olaylarda değil, insanın içsel tepkisinde ve karakterinde bulunur. Örneğin, hastalık, yoksulluk veya sürgün kötü değildir; asıl kötü olan, bunlara yanlış tepki vermek ve ahlaki zayıflık göstermektir. Yine zorluklar insanı güçlendirir ki bu bakış açısı, 'zorlukların insanı olgunlaştırdığı' düşüncesini de gösterir. Eğer bir insan, karşılaştığı sıkıntılara erdemle ve metanetle katlanırsa, ruhsal olarak daha sağlam hale gelir. Erdemli insan, yaşamın getirdiği zorluklardan kaçmak yerine onları bilerek ve isteyerek göğüslemeyi seçer. Bu yüzden acı ve sıkıntı, daha çok güçlü karakterlere yönelir. Zorluklardan kaçanlar ise zayıf kalır ve kötülüğe layık olur. İyi insanlar zorluk yaşar çünkü doğa onları sınayarak güçlendirmek ister. Bir demircinin çeliği dövmesi gibi zorluklar da insanın ruhunu sağlamlaştırır. Bu bağlamda Seneca'ya göre iyi insanlara acımamak gerekir çünkü onlar gerçekten zarar görmemiştir. Dışsal sıkıntılar onların içsel erdemini zedeleyemez. Onlara "zavallı" denebilir çünkü acı çektikleri görülür. Ancak bu, onların ruhsal olarak gerçekten zavallı oldukları anlamına gelmez. Aksine onlar, acıya ve zorluğa tahammül ederek üstünlük kazanan kişilerdir (Seneca, *Prov*. 3. 1-2).

Bu önermeler çerçevesinde 'Niye iyilerin başına birçok felaket gelir?' sorusunu ele aldığımızda beraberinde cevaplanması gereken birtakım sorular da gündeme gelir. Bunlar: Tanrı niçin iyi insanların başına kötülük gelmesine izin verir? Neden Tanrı iyi insana hastalık, keder ya da başka sıkıntılar verir? Bir insanın hayatında keder varsa, bunun anlamı nedir? İnsanın başına gelen felaketler nasıl insanın yararına olabilir? İnsanın cesareti karşısında Tanrı'nın lütfu nasıldır? Tanrı'nın iyi insanlara karşı tutumu nasıldır? Tanrı değer verdiği bir insan için ne yapar? İyi insanlar niçin birtakım zorluklara katlanmak zorundalar? Ve insan ne yapmalıdır? Bu sorular sırasıyla ele alınacaktır. Böylece 'Niye iyilerin başına birçok felaket gelir?' sorusu derinlemesine incelenmiş olacaktır.

Niye iyilerin başına birçok felaket gelir? Çünkü 'Felaket erdemi sergileme fırsatıdır' (Seneca, *Prov*. 2. 1; 4. 6). Tanrı yaşamda iyi insanı keyif içinde yaşatmaz, iyi insanı sınar. Bu yüzdendir ki iyi insanların başına birçok felaket gelir. Ancak iyi insanların başına hiçbir kötülük gelemez. Çünkü iyi insan makul sıkıntılar çekmeye hazırdır ve bunları kötülük olarak görmez. Dolayısıyla felaketleri iyi insan kendi rengine bürür ki onun rengi de iyiliktir. İyi insanın talihsizlikleri karşılama şeklinden ötürü bu insanların ruhu değişmez, akın akın gelen felaketler karşısında sakin bir şekilde cesurca dimdik durur. Her talihsizliği bir sınama olarak görür. Şüphesiz ki iyi insanların yaklaşımı zorluklardan ya da güçlüklerden kaçmak, korkmak, alın yazısından ötürü yakınmak olmamalıdır. Her şeye rağmen iyi tarafından bakmak, iyiye çevirmek olmalıdır. Nitekim iyi insanın neye katlandığından ziyade nasıl katlandığı daha önemlidir (Seneca, *Prov*. 1, 2). Seneca, tanrının iyi insanları nasıl koruduğuna ve onların başına gelenleri nasıl değerlendirmesi gerektiğine dair önemli bir bakış açısı sunar. Bu bağlamda şu ifadeleri dile getirir:

> Ama tanrı niçin iyi insanların başına kötülük gelmesine izin verir? O sahiden buna izin vermez. Bütün kötülükleri iyilerden uzak tutar, günahları, rezillikleri, zalim düşünceleri, açgözlü tasarıları, kör şehveti, başkasının malına göz diken doymazlığı da; iyileri korur, kollar; tanrıdan iyi insanların bohçalarını da korumasını isteyen biri olabilir mi acaba? Hayır, iyi insan tanrıyı bu zahmetten kurtarır, çünkü arızi olan şeylere önem vermez. (Seneca, *Prov*. 6. 1-2)

Neden Tanrı iyi insana hastalık, keder ya da başka sıkıntılar verir? Bir insanın hayatında keder varsa, bunun anlamı nedir? (Seneca, *Prov*. 4. 8). Bu sorunun cevabını Seneca şöyle verir: ""İnsan doğasının nelere katlanabileceğini sınamak için tanrı lütfedip bizi seçti"" (Seneca, *Prov*. 4. 8). İnsanın karşılaştığı sıkıntılar ve zorluklar bir tür sınav veya gelişim fırsatıdır. Tanrı, iyi insanlara hastalık, keder veya başka sıkıntılar vererek onların doğalarının ne kadar güçlü olduğunu sınamaktadır. Bu, cezalandırma amacı taşımaz; aksine, insanın erdemini kanıtlaması ve ruhsal olarak daha sağlam hale gelmesi için bir fırsattır.

Peki, insanın başına gelen felaketler nasıl insanın yararına olabilir? Örneğin insan sürgüne gönderilir, yoksulluğa düşer, eşini ya da çocuğunu kaybeder, türlü rezilliklere maruz kalır ya da sağlık sorunlarıyla mücadele eder, sakatlanır. Bu tür zorluklar nasıl bir insanın yarına olabilir? Seneca bu durumu şu şekilde açıklar: Tıpkı tedavi sürecinde bazı hastaların iyileşmek için açlık, susuzluk çekmeleri veya bazı uzuvlarını kaybetmek zorunda kalmaları gibi bu talihsizlikler de aslında insanın yararınadır. Seneca Demetrius'un şu sözünü alıntılayarak bu

düşüncesini destekler: ‘Başına hiçbir felaket gelmemiş insandan daha şanssızı yok’. Çünkü Seneca’ya göre felaketlerle karşılaşmak insana kendini sınama ve geliştirme fırsatı verir. Kaderine karşı mücadele eden kimse cesurdur çünkü kader cesur insanları rakip olarak arar. Cesur insanları örnek almak isteyenler, tarihten şu büyük isimlere bakmalıdır: Ateşle sınanan Mucius, yoksullukla sınanan Fabricius, sürgünle sınanan Rutilius, işkenceyle sınanan Regilius, zehirle sınanan Sokrates ve ölümle sınanan Cato. Çünkü Seneca’ya göre örnek alınacak büyük insanlar, kötü olaylarla sınanmış olanlardır (Seneca, *Prov*. 3. 2-4). Bu örnekler, Stoacıların erdemli insanın zorluklara dayanıklı olması gerektiğine dair temel görüşünü de yansıtmaktadır. Zorluklar, erdemin en büyük sınavıdır ve ancak zorluklar karşısında dimdik ayakta kalan insanlar gerçekten büyük ve örnek alınacak kimseler olabilir. Seneca’nın bu görüşü, Stoacı kader anlayışıyla da uyumludur. Kader kaçınılmazdır, ancak ona karşı sergilenen duruş insanın kaderini belirler.

Rahatlık içinde bir yaşam sıradan insanlara, sıradan yeteneklere nasip olur ama felaketleri ve korkuları boyunduruk altına alma işi büyük insana nasiptir. Kaldı ki zihinsel acı çekmeden sürüp giden bir mutluluk doğanın bir yanına yabancı kalmak demektir. Eğer kader insana erdemini sergileme fırsatı sunmamışsa bu yabancı kalma durumu ortaya çıkar. Örneğin bir spor müsabakasında senden başka katılan yoksa taca sahip olursun zafere değil. Rakip olmadan kazanılan bir müsabakada kazanan ne yapabileceğini ve kapasitesini bile bilemeyecektir. İnsan kendini tanımak için sınanmalı, bunun için atılmalı. Bu yüzdendir ki bazı kimseler felaketlere kendilerini gönül rızasıyla sürüklerler çünkü erdemlerini aydınlığa çıkarma fırsatı bulmuş olurlar. Cesur askerlerin savaştan hoşlandığı gibi büyük adamlar da çoğu zaman talihsizliklerden hoşlanır (Seneca, *Prov*. 4. 1-4). “Erdem tehlikeye açtır, neye göğüs gereceğinden çok neyi hedeflediğini düşünür, çünkü zaten göğüs gereceği olay kazanacağı onurun bir parçasıdır” (Seneca, *Prov*. 4. 4). Zorluklarla yüzleşmek ve onlara göğüs germek, erdemli olmanın ve onurlu bir yaşam sürmenin ayrılmaz bir parçasıdır. Erdemli kişi, kaderin sunduğu olayları geri çevirmek yerine onları bir fırsat olarak görmelidir. Çünkü erdem, sınandığında gerçek anlamını kazanır.

İnsanın cesareti karşısında Tanrı’nın lütfu söz konusudur. Bir savaş düşünelim; bu savaşta daha iyi bir kader için savaşanlar vardır. Eğer bir kimse bu savaştan yara almadan dönerse, elbette iyi savaşmıştır. Ancak yara alarak dönenin itibarı daha büyük olur. Tanrı insana

yiğitçe ve cesurca bir iş yapma olanağı tanısa, bu süreçte onu sınasa da, kişi bu iş için yaşamında zorluk çekse de tanrı o kimseyi lütfundan mahrum bırakmaz (Seneca, *Prov*. 4. 5). Tanrı'nın iyi insanlara karşı tutumu nasıldır? Tanrının iyi insanlara karşı tutumu bir babanın evladına yaklaşımı gibidir (Seneca, *Prov*. 2. 6). Seneca bu yaklaşımı Tanrı'yı konuşturarak şu şekilde ifade eder: ""Gerçek güçlerini toplamaları için sıkıntılarla, ıstıraplarla, kayıplarla boğuşsunlar," der" (Seneca, *Prov*. 2. 6). Felaketler sonucu alınan yaralar insanı güçlendirir, daha dayanıklı hale getirir. Yara almamış biri hiçbir darbeye karşı koyamaz. Dolayısıyla yara almış bir insan artık kendini daha iyi savunur hale gelecektir, kötülüklere karşı mücadeleye hazır olacaktır, kötülüğe yenilmeyecek, üstesinden gelecektir. Tanrının iyi insanlara karşı sevgi beslediğini, iyi insanların mükemmel hale gelmelerini istediğini söyleyebiliriz. Bundan dolayı Tanrı iyi insanlara mücadele edecekleri bir yazgı verir. Hatta cesur insanların buradaki mücadelesini izlemek ister, zevk duyar. Bilhassa kötü yazgısına meydan okuyan bir insan varsa kendi eserinin üstüne titreyen tanrının seyredebileceği soylu bir gösteri var demektir. Böylece tanrı insanın mücadelesini, zevkle seyreder (Seneca, *Prov*. 2. 6-12). "Tanrılar iyi insanlara, öğretmenlerin öğrencilerine davrandığı gibi davranır; ümit vaat edenlerden daha fazla gayret bekler" (Seneca, *Prov*. 4. 11). Tanrı, zorlukları iyi insanlara bilerek ve isteyerek sunar çünkü onların mücadele ederek daha güçlü ve erdemli hale gelmelerini ister. Felaketler ve zorluklar aslında kötü değildir, aksine insanın ruhunu yüceltir. Nitekim gerçek erdem, kolay bir yaşam sürmek değil, zorluklarla mücadele ederek gelişmektir.

Tanrı değer verdiği bir insan için ne yapar? Tanrı, değer verdiği ve sevdiği insanı sınar ve terbiye eder. Diğer insanlara lütufta bulunuyor ya da onları koruyor gibi görünse de aslında insanları zayıflatır ve gelecek kötülüklere karşı dirençsiz hale getirir. İyi insanlar niçin birtakım zorluklara katlanmak zorundalar? Seneca'nın bu soruya cevabı şöyledir: "Başkalarına katlanmayı öğretsinler diye; onlar örnek insan olarak doğmuştur" (Seneca, *Prov*. 6. 3). Seneca bu minvalde 'diğer insanlar' ve 'iyi insan yani örnek insan' arasında ayrım yapar.

Diğer insanlar: Onlara sahte iyilikler vermiş, aylak zihinlerini upuzun ve sahte bir düşteymiş gibi kandırdım. Altınla donattım kendilerini, gümüşle, fildişiyle; hiçbirinin özünde iyilik yok. Şanslı insanlar olarak görülür onlar ama göründükleri gibi değildir. Onların yüreklerinde sakladıklarını görebilsen onların zavallı ve aşağılık yaratıklar olduklarını anlardın; evlerin duvarları gibi dışları boyalıdır onların, kabuktur, incecik bir kabuktur. Onlar ayakta

durabildikleri ve kendilerini istedikleri şekilde gösterdikleri sürece parıldarlar ve kandırırlar, kendilerini rahatsız edici bir durum ortaya çıkıp da örtü kalktığında o yapay ihtişamlarının altındaki derin bozulmuşluk olduğu ortaya çıkar (Seneca, *Prov*. 6. 3-4). Hatta bu durumu şöyle ifade eder: "Tanrı heves edilen şeyleri en aşağılık insanlara verip en iyileri yoksun bırakarak bunları öyle güzel gözden düşürür ki" (Seneca, *Prov*. 5. 2). Yani Seneca insanların genellikle arzuladığı dünyevi şeylerin (zenginlik, güç, şöhret gibi) gerçek bir değer taşımadığını ve bu tür şeylerin en değersiz kişilere verilerek adeta değersizleştirildiğini vurgular. Buna karşılık, erdemli ve iyi insanlar bu tür geçici ödüllerden yoksun bırakılarak, aslında daha yüksek bir bilgelik ve ruhsal olgunluk kazanmaya yönlendirilirler.

İyi insan yani örnek insan: Tanrı bu insana kalıcı ve sağlam iyilikler vermiştir; daha iyi ve yüce görünür, dehşete kapılacak olayları küçümser, ihtiraslarını aşağılar ve bunları sağlayanda tanrıdır. Tanrı yine bu insanın içine her türlü iyiliği yerleştirmiştir ve bu insanın şansa ihtiyaç duymaması onun şansıdır. Ama bu insanın başına birçok korkunç, üzücü ve dayanması zor olaylar gelmektedir. Tanrı bu olaylardan bu insanı alıkoymaz. Çünkü o, bu olaylara karşı insan zihnini silahlandırmıştır ve bu sayede o cesurca dayanmalıdır. Tanrı kötülüklere katlanmanın ötesinde iken insan kötülüklere katlanmanın üstündedir. Bu özelliğiyle insan tanrının üstünde olur ve bu insanın yapması gerekenler vardır (Seneca, *Prov*. 6. 5-6). Bunlar;

-Yoksulluğu aşağılamak: Kimse doğduğu andaki kadar yoksul yaşayamaz.

-Acıyı aşağılamak: İnsanı ferahlatacaktır.

-Ölümü aşağılamak: İnsanı sona ulaştırır ve başka bir yere götürür.

-Talihi aşağılamak: İnsan istemedikçe hiçbir şey kendisini ele geçiremez.

Görüldüğü üzere çıkış yolu açıktır. Çünkü Seneca'ya göre insana, ruhuna saplayacağı bir mızrak verilmemiştir (Seneca, *Prov*. 6. 6-7). İyi insanlar örnek insanlar da olduğu için onların hizmet etmesi insanlığın yararınadır. İnsan şunları söyleyebilir: İyiler sakatlanır, yaralanır ya da ayaklarına prangalar vurulurken kötüler niçin sağlam bedenleriyle salına salına yürür bu haksızlık değil midir? Yine cesur bir adamın eline silah alıp ordugâhta gecelerken hatta yaralarını sarıp yeniden görevine devam ederken öte yandan soysuzların ve çapkınların şehirde özgürce dolaşması haksızlık değil midir? Hatta gece dinsel törenler düzenlesinler diye uyandırılan soylu bakireler uyumazken günaha batmış olanların derin uykuların tadını

çıkarması haksızlık değil midir? Kimi senato üyeleri gün boyu toplanıp karar alırken başka üyelerin yarış meydanlarında gezmesi haksızlık değil midir? (Seneca, *Prov*. 5. 2-4). Bütün bu sorulara Seneca yaşadığı dönemi göz önüne alarak şöyle açılık getirir:

> Eziyet en iyileri göreve çağırır. Senato gün boyunca toplanıp karar alır, oysa aynı saatlerde ciğeri beş para etmezler yarı meydanlarında eğlenmeye bakar, aşevlerinde pusuya yatar, bir araya üşüşüp vakit öldürür. Şu büyük ülkemizde de işler böyle yürür; iyi insanlar çalışıp didinirler, fedakârlık ederler, feda edilirler, ama seve seve, gönülden; talihin ardından sürüklenmeler, peşinden giderler ve sonunda ona ayak uydururlar. (Seneca, *Prov*. 5. 4)

"Tanrının ve bilge bir insanın amacı, sıradan insanın heveslendiği ya da korkup kaçındığı şeylerin aslında ne iyi ne de kötü olduğunu, iyinin sadece iyi insana teslim edilince iyi olacağını, kötünün sadece kötü insana yüklenince kötü olacağını göstermektir" (Seneca, *Prov*. 5. 1-2). O halde insan ne yapmalı? Aşırılıktan kaçınmalı, takat kesen mutluluktan kaçınmalıdır. Ölçüsüz olan her şey zararlıdır ama en tehlikeli olan da ölçüsüz mutluluktur. Ölçüsüz mutluluk insana ne yapar? Ölçüsüz mutluluk beyni uyarır akla boş hayaller getirir, yanlış ve doğru arasına sis perdesi çeker. Bu yüzden insanın mottosu şu olmalı: Sınırsız ve ölçüsüz iyiliklerle parlamaktansa erdemi yardıma çağırıp sonsuz bahtsızlığa katlanmak daha uygundur (Seneca, *Prov*. 4. 9-10). Bu bağlamda iyi insana düşen görev, kendini kadere sunmaktır. İnsan için bütüne karışmak büyük bir tesellidir. İnsana böyle yaşaması ve böyle ölmesi emredilmiştir ve bu emri veren her neyse buna tanrılarda zorunlulukla bağlıdır. Değişmeyen bir akış insanı da, tanrıları da önüne katar (Seneca, *Prov*. 5. 7-8). "O bütün varlıkların yaratıcısı ve yöneticisi alınyazısını kendisi yazmıştır, ama o bile bu yazgının peşinden gider; bir kez buyurmuştur, her zaman itaat eder[11]" (Seneca, *Prov*. 5. 8). Denilebilir ki iyi bir insanın kader karşısında sergilemesi gereken tutum, kadere direnmek yerine ona uyum sağlamaktır. Bütüne karışmak, yani evrenin düzenine uyum sağlamak, insan için büyük bir teselli kaynağıdır. İnsan yalnızca doğaya uygun yaşamakla kalmamalı, aynı zamanda ölüm karşısında da bu tutumunu korumalıdır. Kaderi belirleyen güç yalnızca insanları değil, tanrıları da ilgilendirir. Değişmez bir düzen ve akış içinde her şey, önceden belirlenmiş bir plana göre ilerler. Evrenin yaratıcısı ve yöneticisi olan Tanrı, kendi koyduğu yasaya kendisi de uyar. İnsan, kendi kontrolü dışındaki olaylara karşı teslimiyet göstermeli ancak erdemli bir yaşam sürerek

[11] "Stoacılar tanrıyı her şeyi bilen ve her şeye gücü yeten (*omnipotens*) olarak düşünmezler; tanrının sınırları doğal yasayla belirlenmiştir" (Dürüşken, 2019: 94).

özgürlüğünü bu çerçevede gerçekleştirmelidir. Böylece kendi iradesini doğanın yasalarına göre şekillendiren insan, ruh dinginliğini korumaya devam edebilecektir.

2.5.1. İnsanın Başına Gelenlerde Yazgının Rolü

Seneca'nın yazgı (*fatum*) konusundaki temel düşünceleri Stoacı felsefenin genel çerçevesine uymaktadır. Bilindiği gibi Stoacılara göre evrende her şey bir zorunluluk ve nedensellik düzeni içinde meydana gelir. Seneca da bu görüşü benimseyerek yazgının her şeyi yönettiğini, olayların kaçınılmaz bir doğa yasasına göre gerçekleştiğini savunur. Bu bağlamda Seneca'nın yazgı hakkındaki temel düşüncelerinden biri 'yazgının evrensel düzenin bir parçası' olduğudur.

Seneca, yazgının (*fatum*) kesin olduğu ve her şeyin önceden belirlenmiş bir yasaya göre ilerlediğini savunur. Ona göre evrende rastlantıya yer yoktur; her şey belirli bir düzen içinde, kesin bir yasaya bağlı olarak gerçekleşir. İnsan yaşamı da bu evrensel yasaya tabidir ve doğduğu andan itibaren insana biçilen ömür de bellidir. Evren, sebep-sonuç ilişkileriyle birbirine bağlıdır ve her olay, bir öncekinin doğal bir sonucudur. Bu bağlamda insanın başına gelenler rastgele değil, evrensel bir zorunluluğun ve neden-sonuç zincirinin bir parçasıdır. Seneca'nın bu düşüncesi Stoacılığın determinizm anlayışıyla örtüşür. Ilımlı determinizm olarak da bilinen bu yaklaşım bağdaşırcılık olarak da karşımıza çıkar. "Uyumluluk (Bağdaşırcılık): Buna göre özgürlük determinizm ile uyumludur ve determinizm özgür iradeye engel değildir. Bu nedenle öznenin yüklem üzerindeki ahlaki ajanlığı kalkmaz. Bağdaşırcılık determinizme daha yakın bir içerik kazandığında, yumuşak (soft) determinizm adını alır." (Ödemiş, 2021: 34). Yani Seneca determinizm içinde özgürlüğe yer açan bir düşünür olarak katı bir determisit anlayışa sahip değildir. Özgür iradenin ve determinizmin bir arada mümkün olduğunu, fiziksel belirlenmişliğin, ahlaki eylemleri belirleyen bir özgür iradenin olmasına engel olmadığını savunur (Kar, 2024: 309). "Sebep sebebe bağlıdır; özel olsun, toplumsal olsun her iş upuzun bir olaylar zincirinin halkasıdır" ifadesi ile de Seneca, Stoacı logos anlayışına atıfta bulunur. Logos, evreni yöneten rasyonel ilkedir ve her şey bu akılcı düzen içinde belirlenmiş bir şekilde gerçekleşir. İnsan yaşamındaki olaylar da bu kozmik düzenin bir parçasıdır. İnsanın hayatındaki her olay daha büyük bir sistemin parçasıdır. Yazgı, Stoacı anlayışa göre kendi iç mantığıyla ilerleyen, değişmez ve önceden belirlenmiş bir akıştır. İnsan bu zorunlu akışa direnmemelidir. Bu doğrultuda Seneca'nın yazgı hakkındaki temel düşüncelerden biri "Bu yüzden her şeye

cesurca katlanmalıyız" dediği Stoacı amor fati (yazgıyı sevmek) ilkesine dayanır. Çünkü olaylar, bizim irademizden bağımsız olarak belirli bir düzen içinde gerçekleştiğine göre, onlara karşı direnmek yerine bilinçli bir kabul geliştirmek daha doğru tutum olacaktır (Seneca, *Prov.* 5. 7-8). Daha önce de bahsettiğimiz üzere Seneca, insanın başına gelen felaketlere karşı direnmesinin anlamsız olduğu kanaatindedir ve o, bu düşünceyi devam ettirerek yaşamın doğasını ve insanın kaçınılmaz kaderini kabul etmesi gerektiğini söyler:

> Neye sevineceğin, neye üzüleceğin önceden bellidir; her insanın yaşantısı birbirinden çok farklı olsa da sonu birdir; gelip geçici olan bizler gelip geçici şeyleri üstleniriz. O halde niye hiddetleniyoruz? Neden şikâyet ediyoruz? Biz böyle yaratıldık. Bırakalım doğa kendi bedenlerini istediği gibi kullasın; her şeye karşı güler yüzlü ve cesur olalım, bizim olan hiçbir şeyin bozulmayacağını bilelim. (Seneca, *Prov.* 5. 7-8)

Görüldüğü üzere Seneca, insanların neye sevineceği ve neye üzüleceğinin önceden belli olduğunu söyleyerek, hayatın belirli bir düzeni ve kaçınılmaz bir akışı olduğunu belirtir. Her insanın yaşamı farklı yollar izlese de nihai sonun (ölümün) herkes için aynı olduğunu hatırlatır. Seneca'ya göre, bizler gelip geçici varlıklarız ve geçici olan şeylere fazlaca bağlanarak kendimizi gereksiz yere hırpalarız. Oysa doğanın yasaları değişmezdir ve insan bu yasalar karşısında öfkeye kapılmak veya şikâyet etmek yerine, onları sükûnetle karşılamalıdır. Doğanın kendi düzenine uygun şekilde hareket etmesine izin vermek ve her şeye karşı güler yüzlü ve cesur olmak bir yandan da Stoacı bir bilgenin benimsemesi gereken bir tavırdır. Seneca "bizim olan hiçbir şeyin bozulmayacağını bilelim" diyerek, Stoacıların en önemli ilkelerinden birini vurgular: Gerçekten bize ait olan tek şey, karakterimiz ve erdemimizdir. Dış dünyadaki şeyler (mülk, statü, hatta bedenimiz bile) bizim kontrolümüzde değildir. Dolayısıyla bunların değişimi ya da kaybı karşısında sarsılmamalı, doğanın akışına uyum sağlamalıyız.

İnsanlar farklı karakterler, davranışlar, huylar edinebilirler. Yaşamları farklıdır çünkü yaşamın onlara sundukları, yani içine doğdukları aile ve coğrafya farklı imkânlar sağlar. Bu yüzden insanlar türlü türlü yaşamlara sahiptir. Birinin sahip olduğu bir imkâna bir başkası sahip olmayabilir, hatta birinde olan bir meziyet bir diğerinde olmayabilir. Biri için hayati öneme sahip olan bir şey bir diğeri için önemsiz olabilir. Sonuç olarak insanlar birçok noktada birbirinden ayrılsa da yaşamla birlikte verilen ölümden hiçbir şekilde kaçamazlar. Herkes eşit doğmamıştır ama ölüm herkese eşit verilmiştir. Bu bağlamda yazgı, insanı kaçınılmaz sona, yani ölüme doğru sürükleyen bir akışa tabi tutar. Herkes aynı yazgının kaçınılmaz sonuyla, yani ölümle karşılaşacaktır. Seneca bu yazgıyı şu sözüyle de ifade eder: "Acı çekmeye, aç susuz

kalmaya, -insanlar arasında daha uzun zaman kalman nasip olursa- ihtiyarlamaya ve sonunda hasta olup yok olmaya mahkûmsun" (Seneca, 2020: 363). Sonuç olarak insan, bu yazgıya direnmek yerine onu bilgelikle kabul etmelidir çünkü ölüm insan için kolay kılınmıştır. Ruh, bedene bayır aşağı yerleştirilmiş gibidir; bu yüzden aşağı çekilirken dikkat etmek gerekir. Üstelik ölümün kaçınılmazlığını öğreten pek çok şey vardır. Mevsimler ve doğadaki döngüler, her şeyin zamanı geldiğinde nasıl kolayca yok olup gittiğini gösterir. Bu yüzden insan, ölümü öğrenmeli ve onu anlamalıdır. Yaşam derinlerde gizlenmez, aksine son derece kırılgandır. Örneğin, bir boğa kurban edilirken tek bir bıçak darbesiyle yere yığılır; o devasa beden bir anda çöker. Ölüm her an yanı başımızdadır ve gerçekleşmesi son derece hızlıdır. İnsan bedeni nereden darbe alırsa alsın ölüm için her yol açıktır. Ölmek, ruhun bedenden ayrılmasıdır ve bu olay o kadar kısa sürer ki insan hızını bile fark etmez. Ölümün birçok farklı şekli vardır: Bir düğüm gırtlağı sıkar, su nefesi tıkar, biri yüksekten düşüp sert toprağa çarpınca parçalanır ya da nefes alırken yanlışlıkla bir duman yutup can verebilir. Ölüm nasıl gelirse gelsin, hızla gerçekleşir. Öyleyse, insan böylesine kısa süren bir şeyden neden bu kadar korkar? (Seneca, *Prov*. 6. 8-9). Seneca'ya göre ölüme duyulan bu korku yersizdir. Doğa, mevsimlerin değişimiyle, canlıların gelip geçiciliğiyle ölümü bize sürekli hatırlatır. Bu yüzden insanın, ölümü hayatın bir parçası olarak kabul etmesi ve ona gereğinden fazla anlam yükleyerek kaygılanmaması gerekir. Herkesin aynı yazgıyı paylaştığını kavrarsa, ona daha cesur ve metanetli bir şekilde yaklaşabilecektir.

"Kader kararlaştırılmış, saptamış bir kez; büyük ve sonsuz bir zorunluluk yönetir her şeyi. Her şeyin gittiği yere gideceksin sen de. Yeni bir şey değil ki bu! Sen zaten bu yasa için doğdun. Bu yasaya baban, annen, ataların, senden önce gelenler, kısacası hepsi boyun eğdiler. Her şeyi hiçbir gücün değiştirmediği, bükülmez bir nedenler dizisi bağlıyor birbirine, hepsini sürükleyip götürüyor" (Seneca, 2020: 278). Ölüm, yaşamın doğal bir sonucudur ve sadece bireyin başına gelen bir olay değildir; geçmişte yaşamış herkes, şu an yaşayanlar ve gelecekte doğacak olanlar aynı sona tabidir. İnsan, ölümle karşılaştığında yalnız olmadığını, aksine onunla birlikte sayısız canlının da aynı sona yürüdüğünü bilmelidir (Seneca, 2020: 278).

Seneca insanın yaşam süresinin yazgının bir parçası olduğunu ve bireyin iradesinden bağımsız olarak belirlendiğini savunur. İnsanın ne kadar yaşayacağı önceden belirlenmiştir ve bu süreyi uzatmak ya da kısaltmak bireyin elinde değildir. Yani insan ne kadar yaşayacağını

seçemez ve ölüm vakti geldiğinde bunu değiştirme gücüne sahip değildir. Zaten önemli olan yaşamın uzunluğu değil, nasıl yaşandığıdır. Seneca'ya göre, yaşam süresi aslında yeterince uzundur. Zaman, büyük işler başarmaya yetecek kadar insana cömertçe verilmiştir ancak çoğu insan onu gereksiz uğraşlarla tüketir, zamanının çoğunu boşa harcar. İnsanlar bu süreyi yanlış değerlendirdiklerinde, zamanlarını bilinçsizce harcadıkları için yaşamlarının çabucak tükenmiş gibi göründüğünü fark ederler. Bunun tersine insanlar eğer zamanını bilgelik, erdem ve değerli amaçlar için kullanırlarsa, yaşamın yeterince uzun olduğunu anlarlar. Diğer türlü ömür boş ve anlamsız meşgaleler içinde fark edilmeden tükenir ve insan, ölüm geldiğinde gerçekten yaşayıp yaşamadığını sorgulamadan hayata veda eder hale gelir (Seneca, *Brev*. 1. (3-4)). "O zaman durum şöyledir: Bize verilen yaşam kısa değildir, tersine biz onu kısaltırız; uzun bir yaşamdan yoksun değiliz, tersine yaşamı boşa harcıyoruz" (Seneca, *Brev*. 1. (4)). Açıkça yaşamın değerinin süresine göre değil, içeriğine ve nasıl yaşandığına göre belirlendiğini görmekteyiz. Önemli olan insanın uzun yıllar yaşaması değil, ruhun yetkinliğe ulaşarak gerçek iyiyi elde etmesidir. Bu noktada, yaşamın anlamı ve doluluğu üzerine Seneca şu sözleri dile getirir:

> Biz çok yaşayalım diye değil, yeterince yaşam sürelim diye özen göstermeliyiz. Uzun yaşaman kaderle ilgili bir iştir, dolu bir yaşam sürmen ise ruhunla ilgili. Eğer doluysa yaşamın çok yaşadın demektir. Yaşam da, ruh kendi iyi'sine kavuştuğu, kendi iyi'sini eline geçirdiği zaman dolmuş olur. Seksen yılını hiçbir iş yapmadan geçiren bir insan için yılların ne yararı olmuştur? O adam yaşamış değil, yaşamakta durakalmıştır; geç ölmemiş çoktan ölmüştür… Bir insanın bütün görevlerini yerine getiren, yaşamın en büyük iyi'sine kadar yücelmiş, o güçlü, kaderini hor gören adamlar uzun yıllar yaşayan kişi arasında ne fark var, bilmek ister misin? Biri ölümden sonra bile yaşar, öteki ise ölmeden ölmüştür. (Seneca, 2020: 364-365)

Seneca, yazgı konusunda önemli bir soruyu gündeme getirir: "[T]anrı yazgının dağıtımında iyi insanlara yoksulluk, yara bere, acı bir ölüm belirlerken niçin bu kadar adaletsiz davranmıştır?" (Seneca, *Prov*. 5. 9). Bu noktada, yazgının adaletsiz olup olmadığı sorusu akla gelir. Ancak Seneca, yazgının dağıtımında görülen eşitsizliklerin aslında bir adaletsizlik olmadığını, bunun doğanın yasalarına uygun bir düzenin sonucu olduğunu savunur. Bu düşüncesini şu sözlerle ifade eder:

> Sanatkâr hamuru değiştiremez; yasa böyle. Bazı öğeleri bazı öğelerden ayıramazsın, birbirine sıkıca tutunmuştur, bölemezsin. Yorgun, uykuya meyilli ya da bir tür uykuyu andıran uyanıklık içinde olan doğalar atıl öğelerden oluşmuştur; ardından saygıyla söz edilecek bir insan yaratmak için daha sert bir hamur gerekir. Bu insanın yolu düz olmayacaktır; yukarı ve aşağı gidip gelmeli, savrulmalı, gemisine fırtınalar da hâkim olmalı. Bu insan talihin karşısında rotasını kaybetmemelidir; önüne kaba, dikenli bir sürü yol çıkacaktır, ama o bunları yumuşatmalı, pürüzsüz kılmalıdır. Altın ateşle, mert insan

> kötü yazgıyla anlaşılır. Şimdi gör bak erdem ne kadar yükseğe tırmanmalı; yürüyeceği yolların güvenli olmadığını anlayacaksın. (Seneca, *Prov*. 5. 9-10)

Görüldüğü üzere hayatın doğasında iyi ve kötü olaylar iç içe geçmiş durumdadır ve bazı şeyler birbirinden ayrılmaz. Bu yüzden, her insanın yazgısı farklı olsa da bu dağılımın bir düzeni ve anlamı vardır. Erdemin yükselmesi ve insanın kendini gerçekleştirebilmesi için talihin sert rüzgârlarına karşı direnmesi, zorlukları aşarak kendi yolunu pürüzsüz hâle getirmesi gerekir. İyi insanların kötü yazgıyla karşılaşmaları bir adaletsizlik değil, onların karakterlerini güçlendiren ve hatta onları gerçek birer bilge yapacak olan bir sınavdır. Talihsizlikler insanın ruhunu eğitir. Altının ateşte saflaşması gibi, insan da karşılaştığı sıkıntılarla sınanarak değer kazanır. Sonuç olarak erdem çetin yolları aşarak yükselebilir ve gerçek bir bilge, kötü yazgı karşısında dahi sarsılmadan yoluna devam eder. Gerçekten erdemli bir insan olmak için de hayatın getirdiği zorluklara cesurca katlanmak ve onlardan ders çıkarmak gerekir. Erdem kolay yollardan geçerek elde edilmez, aksine fırtınalar içinde yönünü kaybetmeyen, acılara rağmen kararlılıkla ilerleyen insanlar gerçekten erdemli olabilir.

Seneca için kader, hiçbir şeyi olduğu gibi bırakmaz; en görkemli ve en parlak anlarda bile insanı sarsabilir, her şeyi altüst edebilir. Onun için güçlü ya da zayıf, yüksek ya da alçak olmak fark etmez; herkesi etkileyebilir ve bunu önceden tahmin edilemeyen yollarla yapar. Bazen insanı kendi elleriyle felakete sürükler, bazen de beklenmedik tehlikeler çıkararak hiç hesaplanmayan sonuçlara yol açar (Seneca, 2020: 359). Yani kader insanın kontrolü dışındadır her an herkesi etkileyebilir. Kaderin gelişini önceden görmek ya da ona karşı koymak mümkün değildir.

Kaderin belirsizliği ve insan yaşamındaki karşıtlıkların iç içe geçmiş doğası incelendiğinde hiçbir şey mutlak bir güvenlik içinde değildir; zevklerin içinde acının tohumları bulunur, barışın ortasında savaş çıkabilir, dostlar düşmana, düşmanlar ise müttefike dönüşebilir. Hayatın düzenli ve huzurlu görünen anlarında bile beklenmedik felaketler ortaya çıkabilir. Denizin yaz ortasında ansızın patlayan bir fırtınayla çalkalanması gibi, insanın en güvenli hissettiği anlarda bile kader onu hazırlıksız yakalayabilir. Savaş, doğrudan bir düşman olmasa bile insanları etkileyebilir, aşırı refah bile kendi içinde yeni sıkıntılar yaratır. Hastalıklar en sağlıklılara, cezalar en masumlara, kargaşa ise en sakin ve kenara çekilmiş olanlara bile ulaşabilir (Seneca, 2020: 359). Yani kader tahmin edilemez bir şekilde işler. İnsan, her ne kadar güvenli ve huzurlu bir yaşam kurmaya çalışsa da kaderin ani değişimlerine maruz kalmaktan

kaçamaz. Bu yüzden, yaşamın geçici doğasını kavrayarak her türlü duruma hazırlıklı olmak, olayların gidişatına bilgece uyum sağlamak gerekir. O halde "Kaderi bir bütün olarak her olasılığı ile düşünelim" diyerek insanı olabileceklere karşı bir ön düşünmeye davet eder (Seneca, 2020: 360). Böylece insanın düşündüğü şey başına geldiğinde daha iyi ve uygun hareket edecek, ona göre önden hazırlıklı olacaktır.

Seneca kaderin ani ve acımasız darbelerinden de bahseder. İnsanlar genellikle hayatlarını dikkatle inşa eder, büyük çabalarla başarılar elde eder ve uzun yıllar boyunca biriktirdikleri şeylerin kalıcı olacağını düşünürler. Ancak yazgı, adeta bunu unutmuşuz gibi, beklenmedik bir anda ve büyük bir güçle üzerimize çökerek her şeyi yok edebilir. Uzun yıllar süren emekler, büyük çabalarla elde edilen başarılar, hatta imparatorluklar bile sadece bir an içinde yerle bir olabilir. Özellikle, kaderin yıkıcı gücünün, yaratma sürecine kıyasla ne kadar hızlı olduğu açıktır. Eğer her şeyin yok oluşu, oluşma süresi kadar uzun sürseydi, bu belki de insana bir çeşit teselli olabilirdi. Ancak gerçekte, yılların emeği bir anda silinip gidebilir (Seneca, 2020: 359). Aslında Seneca insanın yaşama ve başarılarına fazla güvenmemesi gerektiğini, hayattaki hiçbir şeyin kalıcı olmadığını, her an her şeyin değişebileceğini göstermektedir. Bu çerçevede Seneca hem bireylerin hem de devletlerin kaderin kaçınılmaz değişimlerine tabi olduğunu da söyler. Her şeyin gelişmesi ve inşa edilmesi zaman alırken, yok olması ani ve beklenmedik bir şekilde gerçekleşebilir öyle ki insan hayatı gibi kentler ve krallıklar da zaman içinde büyük çabalarla yükselebilir ancak kaderin bir darbeyle onları yerle bir etmesi de an meselesidir. Özellikle felaketler her zaman açık işaretler vermezler ve bazen en sakin, en güvenli görünen anların içinde bile büyük bir yıkım saklı olabilir. İç ve dış savaşlarla yıkılmayan devletler bile hiçbir belirgin sebep olmadan çökebilir. Bunun yanında bir diğer mesele mutluluğun ve refahın da bir sınav olduğudur; çünkü birçok devlet bolluk ve rahatlığa dayanamaz, onun getirdiği zayıflık ve gevşeklikle de çöker (Seneca, 2020: 359). O halde insanın yapması gereken kaderin bu değişken doğasını kabul etmek, her şeyi göz önüne alarak düşünmek ve gelebilecek her felakete karşı ruhunu güçlendirmektir (Seneca, 2020: 359). Bu yüzen hayatta her şeyin geçici olduğunu bilerek, olası felaketlere karşı hazırlıklı olmak gerekir. Böylece, kötü zamanlar geldiğinde paniğe kapılmak yerine onları sükûnetle karşılamak ve içsel dengenin korunmasını sağlamak mümkün olacaktır.

Seneca burada, insanın kaderin her türlü değişkenliğine ve belirsizliğine hazırlıklı olması gerektiğini vurgulamaktadır. Sürgünler, hastalıklar, savaşlar ve kazalar gibi felaketler her an insanın başına gelebilir. Yurt dediğimiz güvenli alan elimizden alınabilir ya da biz oradan koparılabiliriz. Kalabalık ve hareketli şehirler birer çöle dönüşebilir, ölüm sessizliğine bürünebilir. Bundan dolayı insan, kaderin karşısına çıkarabileceği her koşulu göz önünde bulundurmalı, beklenmedik felaketler karşısında şaşkınlığa kapılmamak için kaderin her yönünü düşünmeli, olasılıkları bir bütün olarak kavramalıdır (Seneca, 2020: 360).

Seneca, yazgının kaçınılmaz doğasını ve evrendeki her şeyin bir dönüşüme tabi olduğunu vurgular. Ona göre, doğadaki değişim ve yıkım, kaderin ayrılmaz bir parçasıdır ve hiçbir varlık sonsuza kadar aynı kalamaz. İnsan hayatı gibi, doğanın kendisi de zamanın akışıyla aşınır, dönüşür ve nihayetinde yok olur. Bu düşüncesini şu sözlerle dile getirir:

> Dağların dorukları aşınıyor, bütün bölgeler kayıyor aşağı; denizden uzakta olan yerler, bakıyorsun dalgalarla örtülmüş. Büyük bir lav yangını, ışığı boğduğu yanardağın tepesini aşındırmış; geçmiş zamanların çok yüksek tepelerini, gemicilerin yüreğini ferahlatan gözlem evlerini yerle bir etmiştir… Hepsi gün olup çökmek üzere dikilip duruyorlar, hepsini bekleyen son bu. Ya yeraltı yelleri dar yerlerden şiddetle eserek üstlerine binen kitleleri dağıtacak, ya yeraltından dönerek akan koca seller her engeli yıkıp geçecek veya şiddetli alevler toprağın yüzünü çatlatacak ve elinden hiçbir şeyin kurtulamadığı eskimişlik yavaş yavaş koparıp yok edecek her şeyi; ya da kötü iklim koşulları halkı yurtlarından uzaklaştıracak ve bu bırakılmışlık yüzünden çöle dönecek bölgeler. (Seneca, 2020: 360-361)

Görüldüğü üzere Seneca kaderin ve doğanın kaçınılmaz dönüşümüne dikkat çekmektedir. Dağların aşınması, denizlerin karaya ilerlemesi, yanardağların tepelerini yok etmesi gibi doğa olaylarını örnek göstererek doğanın zamanla değişime mahkûm olduğuna değinmektedir. Tüm varlıklar, ister dağlar gibi devasa olsun, ister insanın kurduğu şehirler gibi görkemli olsun çöküşe uğrar. Bu bağlamda Seneca yalnızca doğa olaylarını değil, insan yaşamını ve toplumların kaderini de göz önüne alarak insanları, bu değişimleri kaçınılmaz bir gerçek olarak kabul etmeye ve varlıklarına da sonsuz bir kalıcılık atfetmemeye davet eder. İnsanın yapması gerekeni şöyle ifade eder: “Madem doğanın eserleri bile hırpalanıyor, bu yüzden kentlerin harabeye dönmesini soğukkanlılıkla karşılayalım” (Seneca, 2020: 361). Çünkü “Bildiğim bir şey var: Biz bütün ölümlülerin eserleri ölüme mahkûmdur. Ölüme mahkûm şeyler arasında yaşıyoruz” (Seneca, 2020: 361).

Kader, insanın iradesi dışında gelişen olayların toplamıdır ve bu olaylar herkes için aynıdır. Ancak insanların kader karşısındaki tutumları farklıdır. Akılsızlar ve kadere teslim olanlar, karşılarına çıkan her durumu yeni, beklenmedik ve yıkıcı olarak görürler. Oysa bilge kişi, kaderin getirebileceği her olasılığı önceden düşünerek ruhunu hazırlar. Böylece, gerçekleştiğinde felaketin etkisini daha az hisseder (Seneca, 2020: 274-275). Bu bakış açısı, Stoacı felsefenin temel ilkelerinden biri olan "dış olayların değil, onlara verdiğimiz tepkinin önemli olduğu" anlayışıyla da örtüşmektedir. Bilge kişi için hiçbir şey tamamen beklenmedik değildir; her şeyin olabileceğini kabul ettiği için karşısına çıkan hiçbir şey onu şaşırtmaz veya sarsmaz. Bu konuda şöyle der: "Kimi zaman ham ruhların şöyle dediklerini duyarız: "Başıma gelmedik bir bu kalmıştı, biliyordum!" Bilge, her şeyin onu beklediğini bilir. Ne olursa olsun der ki: "Biliyordum zaten!"" (Seneca, 2020: 275). Bu bağlamda Seneca, insanın kaderi pasif bir şekilde kabullenmesi gerektiğini değil, aksine ona karşı zihinsel ve ruhsal bakımdan hazırlıklı olmasını önerir. Yazgıdan kaçmak mümkün değildir, ancak ona karşı dirayetli olmak ve olayları önceden düşünerek onlara karşı hazırlıklı olmak mümkündür.

Seneca, mutluluğun dışsal ve maddi unsurlara bağımlı olmasının bir tür kölelik olduğunu ifade etmektedir. Altın ve gümüş gibi zenginliklere bağlanmak kadar, temel ihtiyaçlara su ve arpa çorbası gibi en sade şeylere bağımlı olmak da insanı özgür kılmaz. Çünkü bunlar da kişinin kontrolünde değildir; kaderin insana verip vermemeyi seçebileceği şeylerdir. Gerçek özgürlük, dışsal koşullara bağımlı olmamak, yani kaderin sunduklarına ve sunduklarının azlığına bağlı kalmamaktır. Eğer mutluluğumuz kaderin bize bahşettiği maddi şeylere bağlıysa bu ayıptır. Çünkü onların yokluğunda mutsuz oluruz. Oysa gerçek özgürlük, kaderin insana verdiği veya vermediği şeylerden bağımsız olmayı gerektirir (Seneca, 2020: 440). Bu bağlamda Seneca yazgıyı değiştiremeyeceğimizi ancak ona karşı nasıl bir tutum sergileyeceğimizi belirleyebileceğimizi vurgular. Kader bize bir şeyleri vermeyebilir ancak özgürlük, kaderin hiçbir şey vermeyeceği noktada başlar. Gerçek bağımsızlık, yazgının getirdiği koşullardan etkilenmemekle mümkündür.

Sonuç olarak ruhumuzu kaderin doğasını anlamaya ve onu olduğu gibi kabullenmeye hazırlamalıyız. Kader, yalnızca bireylerin değil, en büyük imparatorlukların ve yöneticilerin de üzerinde etkili olan evrensel bir güçtür. Bu yüzden, insan kaderin getirdiği değişimleri kişisel bir haksızlık olarak görmemeli, bilakis onun kaçınılmaz olduğunu kabul etmelidir. İnsan,

dünyanın belirli yasalar çerçevesinde işlediğini ve bu yasaların değişmez olduğunu anlamalıdır. Kendi hayatımıza yön veremediğimiz gibi kaderin büyük yapıları da sarsabileceğini bilerek değişimlere karşı ruhumuzu güçlendirmeliyiz (Seneca, 2020: 362). "Tut ki doğa sana şunu diyor: "Araştırdığın şeyler herkes için eşittir. Hiç kimseye daha kolay bir şey vermem; ama kim isterse onları kendisi için kolaylaştırır." Nasıl mı? Ruhunu hep dingin tutarak" (Seneca, 2020: 363). Yani kader, herkes için kaçınılmaz bir gerçekliktir; hayatın zorlukları ve değişimleri tüm insanlara eşit şekilde sunulmuştur. Ancak bu durum karşısında bireyin tavrı, yani ruhunun dinginliği, kişinin kaderi nasıl deneyimleyeceğini belirler. Eğer bir kişi ruhunu dingin tutmayı başarırsa, kaderin getirdiği olaylar onun için daha kolay hale gelir. Bu bakımdan Stoacı anlayışa uygun olarak, kaderin ağırlığını hafifletmek bireyin elindedir. İnsanın ruhsal tutumunun kader karşısındaki etkisi yadsınamaz. Çünkü insanın yazgısını kabul etme sürecinde içsel dinginlik önemlidir.

2.5.2. 'İnsanın Başına Gelen Felaketleri Karşılama Şekli Nasıl Olmalıdır?' Sorusuna Seneca'nın Cevabı

İnsan, başına gelen felaketleri karşılama biçimiyle yaşamını nasıl sürdüreceğini belirler. Çünkü felaketler karşısında verdiği tepkiler, onun düşüncelerini ve davranışlarını şekillendirir. Örneğin insan felaketlere maruz kaldığında kabul etmek istemeyebilir; kaçmaya çalışabilir, korkabilir, cesaretini kaybedebilir, huzursuz olabilir. Felaketlerin hep kendi başına geldiğini düşünebilir, felaketlerin başından eksilmeyeceğine ve hatta artacağına da inanabilir. Ölmek isteyebilir, kendini bu felaketleri kaldıramayacak kadar güçsüz hissedebilir ve psikolojik olarak da buhrana düşebilir, acı çekebilir, hüzünlü, üzgün, ümitsiz ve kaygılı bir insan olabilir. Bu durum beden sağlığına da yansıyabilir, az yemek yiyebilir ya da çok yemek yiyebilir, az uyuyabilir ya da çok uyuyabilir yani felaketlere maruz kalan insan hem zihin hem de beden sağlığı açısından dengeyi sağlayamaz hale gelebilir. Onun bu hali etrafındaki diğer insanları da kötü etkileyebilir. O halde, insan felaketler karşısında böylesine bir hale bürünmemek için ne yapmalıdır? Eğer bu duruma düşerse, kendini bu halden nasıl kurtarabilir? Felaketler insandan nasıl uzaklaşır? İnsanın bu süreçteki sorumluluğu nedir? Kısacası, bu zorluklar karşısında insan nasıl bir yol izlemelidir?

Öncelikle, felaketlerin olgusallığı yadsınamaz bir gerçektir. İnsanın başına bireysel olarak birçok felaket gelebileceği gibi bir toplum da büyük felaketlerle karşılaşabilir. Hatta doğa bile insanların felaket olarak adlandırabileceği depremler, seller, çığlar gibi olaylarla

insanları sarsabilir. Dolayısıyla, insanın yapması gereken ilk şey, felaketlerin varlığını kabul etmektir. Felaketler yalnızca bireysel olarak değil, toplumsal ve doğal düzeyde de kaçınılmazdır; bu yüzden insan, başına gelen felaketlere karşı çıkmak yerine, onların varlığını kabul etmeli ve onlarla mücadele etmeye hazırlanmalıdır. Felaketler insana acı verir ancak insan bu acıya direnç gösterdiğinde onu yenebilir. İnsan felaket yaşadı mı kaçmaya başlıyor ve felaket de onun peşini bırakmayıp daha fazla üstüne çöküyor. Ama insan ayak direrse karşı koymaya niyetlenirse felaket gerileyecektir (Seneca, 2020: 284). Seneca bu durumu şöyle örneklendirir:

> Atletler, yüzlerine, bedenlerine kadar yumruk yemişlerdir, ama her işkenceye ün kazanma aşkıyla katlanırlar, katlanmaları dövüştükleri için değil, dövüşmek amacıyladır. İdman başlı başına bir işkencedir. Bizde yenelim her şeyi, ödülümüz ne bir çelenk ne bir yengi dalı ne de adımız söylenirken herkesi susmaya çağıran bir borazan sesidir; eğer bir çatışmada kaderi bir kez savaş dışı bırakabilmişsek, ödülümüz bir erdem, bir ruh sağlamlığı, sürekli kılınmış bir huzurdur. (Seneca, 2020: 284)

Görüldüğü üzere insan kader karşısında cesaretli olmalı onla savaşmalıdır. Şayet geri çekilirse kadere yenilir ama acısına direnirse yengi kazanır. Felaketlere göğüs germeli fakat kendini felaketin içine atmamalıdır. Böylece felaketlere karşı insanın yapması gereken bir diğer şey, felaketlerden kaçmamaktır. Daha sonraki yapması gerekeni de Seneca şöyle açıklamıştır: "O halde iyi insana düşen görev nedir? Kendini kadere sunmak" (Seneca, *Prov*. 5. 8). Yani insan, felaketlerden kaçmak yerine, onları yazgının kaçınılmaz bir parçası olarak görmeli, kendini bu akışa bırakmalıdır. İnsan, sadece bireysel bir varlık değildir; aksine, bütüne aittir. İnsan için bütüne karışmak büyük bir tesellidir. Bu bütün, tanrılar da dâhil olmak üzere her varlığı kapsar ve değişmez bir düzen tarafından yönetilir. Seneca'ya göre, bu düzeni değiştirmek mümkün değildir; hatta tanrıların bile bu düzene bağlı olduğu söylenebilir. Bütün varlıkların yaratıcısı ve yöneticisi alınyazısını kendisi yazmıştır bir kez buyurmuştur ve ona her zaman itaat eder (Seneca, *Prov*. 5. 8-9). İnsan da kaderin ve evrensel akışın kaçınılmaz olduğunu kavradığında, yaşadığı felaketleri daha kolay kabullenebilir ve onlara uyum sağlayarak içsel huzurunu koruyabilir. Günümüzde birçok insan, hayatın getirdiği zorluklara karşı çoğu zaman mücadele etmeye veya onları değiştirmeye çalışarak kendini yıpratır. Oysa bazı şeyler bizim kontrolümüz dışında gelişir ve onlara karşı direnmek sadece daha fazla acı getirir. Seneca, bu noktada bir tür zihinsel esneklik önerir: Felaketlerden kaçmak yerine, onların hayatın doğal bir parçası olduğunu bilmek ve bu bilinçle yaşamı sürdürmek. Bu, bir tür teslimiyet gibi görünebilir ancak aslında derin bir bilgelik içermektedir. Çünkü insan,

değiştirilemeyecek olanla mücadele etmek yerine, ona uyum sağlayarak ruhsal direncini güçlendirebilir. Bu bakış açısı, hayatın getirdiği zorluklarla başa çıkmada oldukça faydalı olabilir.

Seneca'ya göre insanın başına gelen felaketlere isyan etmesi, aşırı tepki göstermesi, yani karşı çıkması bir tür çılgınlıktır. Çünkü böyle bir tavır sergileyen kişi, daha felaket gerçekleşmeden önce kendini mutsuz etmeye başlar. Bu kişi yalnızca o an yaşadığı acıyla yetinmez, gelecekte daha büyük felaketler yaşayacağını hayal ederek, kendi kendini daha da büyük bir acıya sürükler. Eğer insan, her kötü olayın kalıcı ve sonsuz olduğunu düşünürse, daha büyük bir ruhsal çöküntü yaşar. Seneca'nın burada eleştirdiği kişi, başına gelen olayları kabul etmek yerine, sanki sonsuza kadar sürecekmiş gibi düşünerek kendini daha fazla mutsuz edendir (Seneca, 2020: 413). Oysa felaketleri doğanın bir parçası olarak görüp onlara karşı direnmek, onlarla uyum içinde olmak gerekir. Felaketleri birer olasılık olarak önceden hesaba katmak ancak gerçekleştiğinde onlara aşırı tepki vermek yerine sabırla karşılamak gerekir. Çünkü felaketler her zaman düşündüğümüz kadar uzun süreli ya da yıkıcı olmayabilir. Bu düşünceye modern psikolojide de rastlamaktayız. Covin ve Dozois'in kişilerarası ilişkiler ve başarı alanlarında ortaya koyduğu ve bilişsel çarpıtmaları ölçmek için geliştirdiği Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği içerisinde yer alan felaketleştirme, bireyin yaşadığı olumsuz bir olayı aşırı derecede büyütmesi ve gelecekte daha da kötüleşeceğine inanması olarak karşımıza çıkmaktadır. Felaketleştiren bireyler, kötü bir sonucun kesinlikle yaşanacağına inanır ve bu durumu geri dönülmez bir felaket olarak da görürler (Özdemir ve Şahin vd. 2020: 382). "Felaket senaryoları, bir durumun olumsuz sonuçlarını veya potansiyel sonuçlarını büyütmeyi veya abartmayı içerir. Aşırı endişe, kaygı ve korkuya yol açarak konsantrasyon, hafıza ve etkili öğrenme için gerekli genel bilişsel işleyişi engeller. Küçük olumsuz olayların algılarına dayanarak geleceği aşırı abartılı ve trajik görür" (Kılınç, 2023: 493). Seneca'nın eleştirdiği kişiler de tam olarak bunu yapmaktadır: Olayın etkisini büyüterek kendilerini gereksiz yere daha fazla mutsuz ederler. Hâlbuki daha dengeli ve kabul edici bir yaklaşım benimsemek, insanın ruh sağlığı ve akıl sağlığı için bilhassa iyi bir yaşam için daha faydalıdır. Seneca'nın bu görüşüne büyük ölçüde katılabiliriz. Nitekim hayatta bazı şeyler bizim kontrolümüz dışındadır ve bunlarla savaşmak yerine onları olduğu gibi kabul etmek, ruhsal dinginlik açısından daha faydalı olacaktır. Elbette ki her insan zorluklar karşısında üzülür, ancak önemli olan bu üzüntünün dozunu ayarlamak ve o üzüntünün içinde kaybolmamaktır. Eğer her kötü olayı sanki

sonsuza kadar sürecekmiş gibi düşünürsek, kendi kendimizi yıpratırız. Seneca'nın vurguladığı gibi, felaketin kendisi kadar ona yüklediğimiz anlam da üzerimizde etkilidir. Olayları önceden zihinde büyütmeden, abartmadan ve aşırı kaygıya kapılmadan karşılamak, hem Stoacı bir yaklaşımı yansıtır hem de psikolojik açıdan daha sağlıklı bir tutumdur.

Bu noktada, felaketlere karşı sergilenen tutumun sadece onları sakin bir zihinle karşılamakla sınırlı olmadığını görmek gerekir. Seneca'ya göre, felaketleri yalnızca kabullenmek yetmez; aynı zamanda onunla mücadele etmek, diğer bir deyişle ona dayanmak ve katlanmak gerekir. İnsanın bunu başarabilmesi onun erdemini kanıtlaması için de fırsattır. Çünkü erdemin kanıtı kolay değildir. O halde talih bizi kötü etkilerse ne yapalım? Mücadele edelim, dayanalım. Bu mücadeleyi ne kadar sık gerçekleştirirsek o kadar cesur hale geliriz. Bu sayede tehlikeyi küçümser hale geliriz, dayanıklı oluruz. Dolayısıyla erdemin kanıtını sunmak istiyorsak tanrının sınamalarına dayanmalıyız. Bedenin bile en sağlam kısmı sürekli çalışan kısmıdır (Seneca, *Prov*. 4. 11-12). Örneğin "Gemicilerin bedeni denize dayanarak sertleşir yine çiftçilerin elleri çalışarak nasır tutar ve askerlerin kasları kargılar savurarak güçlenir ya da atletlerin bacakları koşarak çevikleşir…" (Seneca, *Prov*. 4. 13). Yani her birinin bedenindeki en sağlam kısımlar sürekli çalışan kısımlardır. Eğer insan, karşılaştığı sınamalara karşı sürekli çaba gösterir ve direnirse, zamanla daha dayanıklı hale gelir ve erdemini kanıtlamış olur çünkü zorluklara göğüs germek erdemin en önemli göstergelerinden biridir. Ayrıca talih insanı kötü etkilerse insan, diğer halklara da bir bakmalıdır; öyle ki bazısı yoksuldur ama insan bu yoksulluktan ötürü sapasağlam olan halkların ne çileler çektiğini düşünmelidir. Böylece zorlukların insanları nasıl güçlendirdiğini anlar ve kendi başına gelen kötülükleri göğüslemeyi bile küçümseyecek hale gelir (Seneca, *Prov*. 4. 12-13). Yine insan başka kavimlerin yaşam şekillerini de incelemelidir. Mesela bazı kavimlerin kışın sert geçtiği, besini az veren çorak topraklarda yaşadıkları görülür. Bunlar yağmurdan korunmak için dallardan, sazlıklardan yerler yapmışlardır ve vahşi hayvanları avlayarak beslenirler bu yüzden gün içinde çok yorulurlar. Sadece dinlendikleri yerler dışında evleri de yoktur, zaten yiyecekleri de kaliteli değildir. Yaşadıkları iklim koşulları serttir bu koşullarda kıyafetleri de iyi değildir, bir nevi çıplaktırlar. Bakıldığında bütün bunlar felaketmiş gibi görünmektedir ancak bu halkın yaşamı böyledir (Seneca, *Prov*. 4. 15). Bu topluluklar gerçekten zavallı mıdır? Zavallı değildirler, içinde yaşadıkları kara parçası bu imkânları sunsa bile bu koşullar altında onların yaşam şekilleri, doğaya uygundur. Şüphesiz ki doğaya uygun yaşamanın alışkanlık haline getirilmesi ise

zavallılık değildir. Bu topluluklar da doğaya uygun yaşamayı alışkanlık haline getirmişlerdir. Böyle bir yaşam çok zormuş gibi görünmektedir ancak insana başta zor gelen ve zorunlulukla yapılan şeyler yavaş yavaş zevk vermeye başlar. O halde bizde talihe kendimizi sunmalıyız daha dayanıklı hale gelmeliyiz. Böylece adım adım onun seviyesine erişmeye başlar, tehlikeleri küçümser hale geliriz (Seneca, *Prov*. 4. 15-16). Seneca zorlukların ve felaketlerin insanı güçlendiren bir etkisi olduğunu doğadan yola çıkarak oluşturduğu bir benzetmeyle şöyle anlatır:

> Hiç dinmeden esen rüzgârın hışmına uğramadıkça ağaç köklü ve güçlü olmaz; sarsıldıkça sıkıca tutunur, köklerini sapasağlam toprağa gömer; güneşli vadilerde büyüyen ağaçlar ömürsüz olur. Demek ki sürekli sıkıntılarla didişip durmak ve kötü olarak adlandırılmadıkça asla kötü olmayan olaylara sabırla katlanmak iyi insanların yararınadır; çünkü ancak böyle korkusuzca bir yaşam sürebilirler. (Seneca, *Prov*. 4. 16)

Denilebilir ki bu benzetme, insanın da sıkıntılarla karşılaştıkça daha dirençli hale geldiğini, sarsıldıkça hayata daha sıkı tutunduğunu ifade eder. Dolayısıyla iyi bir insanın hayatında karşılaştığı zorluklar aslında onun yararınadır. Çünkü bu zorluklar, insana sabırlı olmayı, metanet göstermeyi ve en önemlisi korkusuz yaşamayı öğretir. Kötü olaylar, ancak biz onları kötü olarak algıladığımızda kötüdür. Eğer bu tür olaylara sabır ve bilgelikle yaklaşabilirsek, onların bizi yıpratmasına izin vermeden daha güçlü bir ruh haline sahip olabiliriz. Hayatta herkes mutlaka zorluklar yaşar, eğer onları birer felaket olarak görüp isyan edersek, ruhumuz zayıflar. Fakat eğer onları birer sınav ve gelişim fırsatı olarak görürsek, kendimizi daha sağlam bir karakterle donatabiliriz. Sonuçta zorluklar karşısında gösterilen direnç, insanın hayattaki olumsuzlukları birer öğretici deneyim olarak görmesini sağlar. Yani, Seneca'nın burada söylediği şey sadece felsefi değil, aynı zamanda psikolojik olarak da geçerlidir.

Seneca, insanın doyumsuzluğunu ve sürekli bir şeyleri bekleyerek yaşama eğilimini eleştirir. İnsanın hayattaki olayları, özellikle de kaderin getirdiklerini bilinçsizce ve düşünmeden kabul etmesini, tıpkı bir köpeğin önüne atılan yiyeceği çiğnemeden yutması gibi, sabırsız ve farkındalıktan yoksun bir şekilde karşıladığını da ele alır. Buna Attalus'dan alıntı yaparak şöyle açıklık getirir:

> "Köpeğin ağzı açık bir şekilde, efendisinin attığı bir tutam ekmeği ya da eti beklediğini görmüşsündür, değil mi? Köpek yakaladığı her şeyi kaptığı gibi çiğnemeden yutar, hep yeni gelecek parçanın umuduyla ağzı açık bekler. Bizim başımıza da aynı şey gelir. Bekleriz ve kaderin bize fırlattığı her şeyi tadına varmadan indiririz midemize; başka bir ganimete açarak kulaklarımızı, heyecan içinde kalırız!" (Seneca, 2020: 259)

Denilebilir ki bu bakış açısıyla Seneca, felaketleri karşılamada bilinçli bir duruş sergilemeyen, olan biteni sorgulamadan kabullenen ya da sürekli yeni bir beklenti içinde savrulan insanın, Stoacı bir bilge gibi felaketleri anlamlandırarak ve sabırla göğüsleyerek karşı koyma gücünü geliştirememesini eleştirmektedir. İnsan, tıpkı köpek gibi, başına gelenleri içselleştirmeden ve ders çıkarmadan yaşadığında, olayların etkisi altında sürüklenir ve onlara karşı bilinçli bir direnç geliştiremez. Kaderin sunduklarının tadına varmadan her zaman yeni bir şeyin peşine düşer. Bu durum tatminsizliğe ve sürekli bir beklenti içinde olmaya yol açar. Bu nedenle, Seneca'nın eleştirdiği bu tutum, Stoacı bir bilgenin sergilemesi gereken sağlam ve bilinçli duruşun tam tersidir. Çünkü Stoacı bilgelik, aklı temel aldığı gibi insanın bilinçli bir şekilde tepki vermesini önerir. O halde bilinçli tepkiler veren bilgenin, yani örnek bir insan olarak bilgenin felaketleri karşılama tutumu nasıldır?

"Bilge tanrılara komşudur, yakın durur, ölümlülüğü hariç, tanrıya benzer. Bilge yüce, düzenli, sarsılmaz, düzgün ve uygun bir doğrultuda seyrederken, güvenli, nazik, toplumun iyiliği için ortaya çıkan, kendisine ve başkasına yarar sağlayan hedeflerin peşinden giderken, değersiz bir şey istemeyecek veya böyle bir şey için üzülmeyecektir." (Seneca, *Cons*. VIII. (2)). Ölümü kabul etmek, talihin getirdiklerini kabul etmek ve onun getirdiklerinin kötü bir şey ya da haksızlık olmadığını bilmek, kayıplara ve acılara, utanca, yer değişimlerine, ayrılıklara ve hatta kısırlığa bile katlanmak bilgece bir tutumdur. Öyle ki bütün bunlar birleşip bilgenin başına gelse, bilge bunları dert etmez ve bunlar bilgeyi mağlup edemez. Çünkü bilge sakince talihin verdiklerini karşılar, güçlü kişilerin haksızlıklarını da büyük bir sükûnetle karşılar ve ne öfkeye kapılır ne de yılgınlığa düşer (Seneca, *Cons*. VIII. (3)). "Dolayısıyla her şeye katlanır bilge, kışın çetin koşullarına ve göğün dengesiz havasına, yüksek ateşe, hastalıklara ya da şans eseri karşılaştığı diğer her şeye katlanır…" (Seneca, *Cons*. IX. (1)). Bu durum Seneca'nın "Kadere boyun eğebilen insan kaderden kurtulabilir" sözünü hatırlatır (Seneca, 2020: 413). Bilge kişi tam olarak bunu yapar. Kaderin kaçınılmazlığını ve olaylara direnmek yerine onları olduğu gibi kabul etmeyi bilir. O dopdoludur ve içsel dengesini koruyarak hayatına devam eder. Çok büyük, sürekli ve kendi içinden gelen bir neşeden faydalanır (Seneca, 2020: 259). Dışsal olaylar, kaderin getirdiği zorluklar veya değişimler onu sarsmaz. Çünkü bilge, mutluluğunu ve huzurunu kendi içsel dünyasından ve aklının sağladığı dinginlikten alır. İnsan da tıpkı bu bilge gibi sarsılmaz ve dayanıklı hale gelmeye çalışmalıdır. Bunun için, olaylara karşı bilinçli bir

tutum geliştirmeli, talihin değişken doğasını kabul etmeli ve dışsal koşulların ruhunu etkilemesine izin vermemelidir.

Sonuç olarak Seneca'da insan, başına gelen felaketleri karşılarken, beklenmedik olaylara karşı hazırlıklı olmalıdır. Hayatın getireceği zorlukları ve felaketleri baştan hesaba katmalı, bunları olasılık dâhilinde düşünerek zihinsel olarak hazırlanmalıdır. Ancak bu felaketler gerçekleşmiş gibi de yaşamamalıdır. Sadece olay gerçekleştiğinde aşırı tepki vermek yerine, bilinçli ve kontrollü bir şekilde karşılayabilmek adına felaketleri önceden düşünerek gerçekleşmelerine karşın hazırlıklı olabilir. Felaketler karşısında paniklemeden, isyan etmeden, onların gelip geçici olduğunu bilerek dayanıklı olmak da gerekir. Zorlukların insanı güçlendiren, olgunlaştıran ve erdemini kanıtlayan bir sınav olduğu anlayışıyla hareket edilmelidir. Dolayısıyla felaketlere karşı sabır ve sükûnetle durmak gerekir. Ayrıca insanı etkileyen felaketin kendisi değil, ona yüklediği anlamdır. O halde insan, başına gelen olaylara olabildiğince zarar verici bir anlam yüklememelidir, olayları kendi içsel yorumuyla yönetmelidir. 'Bu benim başıma geldi ve katlanamayacağım kadar kötü' demek yerine, 'Bu sadece bir olay, benim bunu nasıl değerlendirdiğim önemli' şeklinde düşünmelidir. İnsan, başına gelen olaylardan bağımsız olarak içsel sağlamlığını korumalı ve olayların dışsal etkilerine karşı kendini güçlendirmelidir, kendi erdemine odaklanmalıdır. Çünkü dayanıklılığı artıran şey, olaylar değil, olaylara karşı gösterilen tavırdır. Ayrıca insan sadece kendi sıkıntılarına odaklanmamalı, başkalarının yaşadığı felaketleri ve onların bu zorlukları nasıl aştığını gözlemlemelidir, yani kendi dışına bakabilmelidir. Böylece kendi acısının mutlak ve dayanılmaz olmadığını fark edebilir. Bu tutum, perspektif kazanmaya ve felaketleri küçümsemeye yardımcı olur.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

GÜNÜMÜZ YAŞANILABİLİRLİĞİ AÇISINDAN SENECA'NIN İYİ YAŞAM DÜŞÜNCESİ

3.1. Seneca'nın Evren Anlayışı ile Modern Bilimin Evren Anlayışı Arasındaki Benzerlikler

Evren hangi ilksel ilke veya güçten doğmuştur, bir gün yok olup hiçliğe mi dönecektir yoksa ebediyen mi var olacaktır? İçinde yaşadığımız dünya, insan varlığı için mümkün dünyaların en iyisi midir, yoksa yalnızca tesadüflerin ürünü müdür? Hatırlanacağı üzere Stoacı düşüncede evrenin oluşumunda etkin ilke olarak ateş başlangıçta saf bir kütleydi. Ateş önce

havaya sonra suya ve en sonda toprağa dönüşerek evreni meydana getirmişti (Laertios, 2003: VII. 136). Bu oluşumda her bir var olan, kendinde bu ateşli doğayı taşımaktaydı. Seneca nazarında da fiziksel olarak meydana gelen bu evrenin doğası gereği yok olması ise tekrardan ateş kütlesi haline dönüşmesi ile gerçekleşecekti. Bu aslında evrenin mutlak bir yok oluşu değil, bir önceki evrene benzer olan yeni bir evrenin başlangıcıdır ve bu evrende de bütün ögeler ateşe dönüşür. Döngüsel bir şekilde gerçekleşen bu süreç ebedi olarak tekrar edecektir. Yunancası *ekpurosis* olan bu teoriden, Seneca'nın *Doğa Araştırmaları III. 27* ve *III. 28*'de kozmik bir yangınla yok oluş ve aynı yasalarla da yeniden varoluş olarak bahsedilir. Seneca evrendeki yıkımın sadece ateş ile gerçekleşeceği düşüncesinde değildir. Çünkü yok oluş gerçekleşirken birçok felakette olacaktır; sel, deprem, fırtına, yıldırım, yanardağ patlamaları ve daha birçok doğal afet. Yani evrene dair fiziki bir yıkım kaçınılmazdır. Ancak bu yıkımın farklı bir boyutu da vardır o da Seneca'yı Stoacılardan ayıran bir taraftır. Seneca'ya göre evrenin yıkımının gerçekleşmesinde sadece felaketler değil, kötülüğe teslim olan insan varlığının tanrı tarafından ortadan kaldırılması da yatar ve insanın yenisinin yaratılması yine tanrı tarafından gerçekleştirilir. Sonuçta Seneca'da evrene ve dünyaya dair salt fiziki bir varlığa gelme değil, aynı zamanda etik ve teolojik nedenselliğinde ön planda olduğu bir varlığa gelme söz konusudur. Hatta Seneca şöyle der: "O halde insanlık tarihinin sonu geldiğinde, yeryüzünün parçaları bozulmak ve kesin bir şekilde dağılmak zorundadır ancak bu şekilde tümüyle temiz, ilkel ve masum bir nesil yaratılabilir, böylece kötülüklerin öğreticisi kalmaz, her zaman olduğundan daha fazla sıvı meydana getirilebilir." (Seneca, *QNat*. III. 28. 5)

Antikçağ düşünürleri, doğa olaylarını anlamaya ve açıklamaya yönelik yoğun bir entelektüel çaba göstermişlerdir. Özellikle yanardağlar, depremler, gök gürültüsü ve şimşek gibi yıkıcı ve gizemli doğa olayları, yalnızca mitolojik anlatılarla değil, aynı zamanda erken doğa felsefesi kapsamında çeşitli kuramlarla da ele alınmıştır. Bu bağlamda Oldroyd, *Çizelge 1.1* ve *Çizelge 1.2*'i oluşturarak, Yunan ve Roma düşünürlerinin bu tür doğa olaylarına dair ileri sürdükleri farklı açıklamaları ve kuramsal eğilimleri sistematik biçimde şöyle sunmaktadır:

Çizelge 1.1 Eski Yunan ve Roma'da yanardağ etkinliğinin ve depremlerin nedenleri üstüne düşünceler[12]

Yeraltında yanardağ geçitleri ya da boşluklar	Yangının depremlerin nedeninin hava/rüzgâr olduğu	Ateşin nedeninin yerküre içinde etkin hava olduğu	Havanın yerküre içine denizin zoruyla basıldığı	Havanın devinimine ya da depremlere akan, dökülen malzemenin neden olabileceği	Lavların 'yakıt' görevi gördüğü kuramı
Demokritos	Anaksimandros	Aristoteles	Aristoteles	Anaksimenes	Ovidius
Metrodorus	Anaksagoras	Epikuros	Kallisthenes	Epikuros	Strabon
Platon	Arkhelios	Lucretius	Lucretius	Lucretius	Seneca
Aristoteles	Demokritos	Ovidius	Seneca	Seneca	Plinius
Epikuros	Metrodorus	Strabon	Aetna	Aetna	Apollonius
Lucretius	Aristoteles	Seneca			Aetna
Ovidius	Kallisthenes	Yapay-Aristoteles			
Diodorus	Epikuros	Apollonius			
Strabon	Lucretius	Aetna			
Seneca	Posidonius				
Plinius	Strabon				
Yapay-Aristoteles	Seneca				
Apollonius	Plinius				
Aetna	Yapay-Aristoteles				
	Aetna				

* Ozanı belli olmayan bir şiir

Yukarıdaki çizelgede 'Yapay-Aristoteles' olarak yazılan bu çeviri, büyük olasılıkla Pseudo-Aristoteles ifadesine karşılık gelen bir çeviridir. Pseudo-Aristoteles (Sahte-Aristoteles); antik dönemden kalma bazı felsefi ya da bilimsel eserlerin ve bu bağlamda düşüncelerin, Aristoteles'e ait olmadığı hâlde ona atfedilmesidir. Bu eserlerin yazarları bilinmediği için, bu tür metinlerin yazarı olarak 'Pseudo-Aristoteles' ifadesi kullanılır. Söz konusu 'Yapay-Aristoteles' ifadesi muhtemelen bu 'sahte' ya da 'gerçek olmayan' anlamını 'yapay' kelimesiyle karşılamaya çalışmıştır ama teknik olarak pek de doğru olmayan bir çeviridir. Dolayısıyla biz 'Pseudo-Aristoteles (Sahte-Aristoteles)' olarak kullanılmasını daha uygun

[12] (Oldroyd, 2004: 32).

görmekteyiz. Yukarıdaki çizelge tam alıntı olduğu için 'Yapay-Aristoteles' ifadesini olduğu gibi bıraktık.

Çizelge 1.2 Yerküre üstüne başka ilkçağ düşünceleri[13]

Yanardağları açıklayan masalımsı söylenceler (çoğunluğu yanardağ Tanrısı Typhon üstüne)	Gök gürültüsü ve şimşek üstüne kurulu benzetmeler	Tütme kuramından yararlananlar	Su nedenine bağlanan depremler	Ateş nedenine bağlanan depremler
Hesiodos Pindaros Virgilius Ovidius Manilius Lacan	Anaksagoras Epikuros Seneca Plinius	Aristoteles Diodoros Seneca Plinius	Thales Demokritos Epikuros Lucretius	Anaksagoras

Seneca'nın MS 62-65 yılları arasında yazmış olduğu *Doğa Araştırmaları* (*Quaestiones Naturales*) adlı eserinde evren ve dünya hakkında söylediklerinin ve vardığı sonuçların günümüz kozmoloji ve kozmogoni anlayışlarında yine jeoloji, astronomi, fizik, astrofizik gibi bilimlerdeki gelişmelerde bir karşılığı olup olmadığı sorusu önemlidir. Bu soruya verilecek cevap, Antik Çağ doğa felsefesinin hem bilimsel düşüncenin öncüsü olabileceğini hem de metafiziksel yaklaşımlar içeren açıklamalarıyla sınırlı yanlarının bulunduğunu ortaya koyabilir. Özellikle depremler ve yanardağlar gibi doğa olaylarını açıklama çabaları, döneminin doğa gözlemlerine dayalı erken bilimsel yaklaşımlarını ve mitolojik-mekanik tasarımları iç içe barındırmaktadır. Nitekim Çizelge 1.1 ve 1.2'de yer alan isimlerden de anlaşılacağı üzere, Eski Yunan ve Roma'da doğa olaylarına dair pek çok düşünür çeşitli açıklamalar getirmiştir. Bunlar arasında Seneca da yer almakta ve depremler ile yanardağların nedenlerine dair görüşleriyle dikkat çekmektedir. Örneğin, Seneca'nın 'ateş'in depremin nedeni olduğu düşüncesi', bugün jeolojide magma odalarının ısı kaynağı olarak değerlendirilmesiyle benzerlik taşır. Yine yeraltı boşluklarına ya da devinen hava akımlarına atıf yapan düşünceler, modern bilimdeki tektonik

[13] (Oldroyd, 2004: 33).

hareketler ya da basınç değişimleriyle ilgili açıklamalarla kıyaslandığında erken dönem yön gösterici yaklaşımlar olarak değerlendirilebilirler (Seneca, *QNat*. 6. IX. 1-2-3). Seneca'nın yanı sıra Lucretius, Epikuros, Aristoteles ve Plinius gibi diğer düşünürlerin de doğa olaylarına dair yaklaşımları, günümüzdeki bilimsel açıklamaların kavramsal kökenlerini anlamada önemli bir yer tutar. Lucretius, şimşeği tanrıların öfkesiyle değil, bulutlar arasındaki hava akımıyla açıklar; Epikuros ise gök olaylarının korkuya değil bilgiye dayalı olarak kavranması gerektiğini savunur. Aristoteles, yağmurdan depreme kadar doğa olaylarını maddi ve ereksel nedenlerle temellendirerek düzenli bir doğa anlayışı geliştirir. Plinius, gözleme dayalı betimlemelerle volkanlardan hayvan davranışlarına kadar doğanın çeşitliliğini aktarır. Bu filozoflar, mitlerin ötesine geçerek doğayı akılla kavrama çabasını insanlığın ortak mirası hâline getirmeye çalışmışlardır (Kenny, 2017 I: 220; bkz. Arslan, 2016 IV: 65, 115-116). Antik metinlerdeki 'hava, ateş, su, toz, basınç, boşluk, yakıt, duman' gibi kavramlar, modern bilimsel terminolojiyle birebir örtüşmese de doğayı açıklama çabasının erken biçimleri olarak değerlendirilebilirler. (Koutsoyuannis ve N. Mamassis, 2021: 2419-2444). Bu bağlamda Seneca'nın evrenin yapısı, doğanın düzeni ve doğal afetlerin nedenleri hakkındaki düşüncelerinin, günümüz bilimsel verileriyle doğrudan değilse bile kavramsal ve tarihsel bir süreklilik içinde olduğu söylenebilir. Onun doğayı anlamlandırma çabası ve doğa karşısındaki hayranlığı ile düzen arayışı, günümüzde hâlâ geçerliliğini koruyan bir insanlık halini ifade eder. Bu insanî arayışın izlerini Leibniz'in düşüncesinde de görmek mümkündür; o da tıpkı Seneca gibi evrenin rasyonel bir düzen taşıdığına inanır ve bu düzeni anlamlandırmaya yönelik metafizik bir çaba ortaya koyar. Mekanik evren anlayışını teleolojik bir evren fikriyle bağdaştırmaya çalışır (Skirbekk ve Gilje, 2006: 273). Bu yaklaşım modern düşünce de Einstein'nın bilindik 'Tanrı zar atmaz (*God does not play dice*)' söylemini akla getirir. Tanrı derken Einstein, dini bir varlıktan çok evrenin düzenini simgeleyen metaforik bir güçten söz etse de evrenin temelinde kesinlik ve deterministik bir düzen olması gerektiğine inanır. Böylece Leibniz ve Einstein'ın dayandıkları zemin farklı olsa da onların anlayışlarındaki ortak nokta; evrenin rastlantısallıktan uzak, ilkesel ve düzenli bir çerçevde görülmesidir. Her ne kadar Einstein'da rastlantı yerine yasadan bahsedilmiş olsa da yine Leibniz'de de rastlantı yerine ilahi akıl ve amaç var olsa da evre, akıl yoluyla anlaşılabilir.

Nitekim dünyanın insan yaşamı için uygun ve elverişli bir yer olması düşüncesi, 17. yy düşünürü Leibniz'in dünya için bilindik 'mümkün dünyaların en iyisi' anlayışında yankı

bulmuştur. Bu anlayışa göre: "Her şey evrensel düzenle uyum içindedir. Bu yüzden hem evrende tamamen düzensiz olan hiçbir şey meydana gelmez hem de böyle bir olay tasarımlanamaz. Tanrı dünyayı nasıl yaratmış olursa olsun dünya her zaman düzenli olacak ve belirli bir genel düzen içinde bulunacaktır. Ama Tanrı, birçokları arasından en mükemmel olan bu dünyayı seçmiştir; başka bir ifadeyle, aynı zamanda varsayımları açısından en zenginini seçmiştir" (Çevikbaş, 2006: 319-320). Naumann, Leibniz'in 'birçokları arasından' derken kastettiği olası dünyaları, gerçekte var olmayan ama düşünsel olarak tasarlanabilen, özellikle ahlaki bakımdan daha iyi ya da daha kötü olabilecek dünyaları işaret ettiğini şöyle söyler: "Modern bilim için önemli olan nokta, Leibniz'in çok sayıda olası dünyanın varlığını varsaymasıdır, ancak bununla bu metnin konusu olan gerçek fiziksel değil, hayali ahlaki dünyaları kastetmiştir" (Naumann, 2017: 2). Yani Leibniz'e göre tüm olası dünyalar arasından Tanrı ahlaki olarak en iyi olanı seçmiş ve bu yüzden içinde yaşadığımız dünya 'mümkün olanların en iyisidir.' Ancak modern bilimin ilgisini çeken şey, Leibniz'in 'birden fazla olası dünya' (yani alternatif gerçeklikler) düşüncesini ortaya atmış olmasıdır. Bu da akla çoklu evren düşüncesini getirmektedir.

> Burada, bir uyarı kelimesi uygun olabilir. Çoklu evren yerleşik bir teori değil, bir hipotezdir. "Çoklu Evren Gerçekten Var mı?" Sorusunu sormak astrofizikçi George Ellis şöyle dedi: "Ne kadar şüpheci olsam da, çoklu evreni tefekkür etmenin bilimin doğası ve varoluşun nihai doğası üzerine düşünmek için mükemmel bir fırsat olduğunu düşünüyorum: neden buradayız... Bu kavrama bakarken, çok açık olmasa da açık bir zihne ihtiyacımız var. Yürümek için hassas bir yoldur. Paralel evrenler var olabilir veya olmayabilir; dava kanıtlanmamıştır. Bu belirsizlikle yaşamak zorunda kalacağız. Bilimsel temelli felsefi spekülasyonda yanlış olan hiçbir şey yoktur, ki bu çoklu evren önerileridir. Ama olduğu şekliyle adlandırmamız gerekir." (Naumann, 2017: 9)

Çoklu evren hipotezi varsayım olarak durmaktadır, kanıtlanmamıştır. Ancak evrene ve yeryüzüne dair yapılan birçok bilimsel çalışma bugün evren hakkında kanıtlar sunmaktadır. Hatta Seneca'nın birçok düşüncesini doğrulayan kanıtlar da vardır. Örneğin Oldroyd, Seneca'nın değişim sorununa ilgi duyduğunu ve yukarıda daha öncede bahsettiğimiz bilgiler göz önüne alındığında 'büyük çevrim kuramı'nı önermiş olduğunu şöyle ifade eder. "Ovidius ve Strabon ile yaklaşık aynı dönemde yaşamış bir başka düşünür de Romlı Stoacı düşünür Seneca (yaklaşık İÖ 3-İS 65) idi. Öncüllerinden birkaçı gibi o da değişim sorununa ilgi duyuyordu ve o bilgiler ışığında evrenin büyük çevrim kuramını önerdi" (Oldroyd, 2004: 29). Bu kurama göre evren sonsuz sayıda genişleme ve sıkışma gelgitlerinden (biz sadece içinde yaşadığımız genişleme evresini bilsek de) oluştuğunu öne sürmektedir. Bu bakımdan

Seneca'nın düşüncesi çağdaş kuramla benzemektedir (Oldroyd, 2004: 29). Bu kuramın bugünkü gelişiminden kısaca şöyle bahsedebiliriz:

> 20. yüzyılın en önemli problemlerinden birisi evrenin yapısına ilişkin olarak ortaya atılan evrenin genişlemekte olduğu olgusudur. Bu olguya ilk dikkat çeken Edwin P. Hubble'dır (1889-1953). Hubble yıldız ışıklarının spektrum analiziyle çeşitli yıldız kümelerinin uzaklıklarını hesap etti ve bu yıldız kümelerinin çoğunun kırmızıya kaydığını, yani bizden uzaklaşmakta olduğunu belirledi. 1929'da, bu hızın uzaklıkla doğru orantılı olduğunu gösterdi. Sonuç açıktı; evren durağan değil, genişlemekteydi. 1965 yılında Arno Penzias (1933-) ve Robert Wilson (1936-), bir radyo anteni ile, Samanyolu dışından yayılan radyo dalgalarının şiddetini ölçmek amacı ile, son derece duyarlı bir mikrodalga detektörünü denerlerken beklenmedik bir gürültü işittiler. Gürültü belirli bir yönden gelmiyordu; atmosferin dışından geldiği kesindi. Çünkü, alıcının yeri değiştiğinde gürültünün şiddeti değişmiyordu. Ancak bunun nedenini açıklayamadılar. Gerçekte bu ses evrenin tümünün bir zamanlar bir plazma halinde iken patlamasıyla ortaya çıkan elektromanyetik dalgaların bir kalıntısı idi. Yıldızların büyük ölçüde kırmızıya kayması ve arka-alan ışıması, evrenin bir patlama sonucu oluştuğunu gösteriyordu. Bu patlama ve genişleme sonucunda, en hızlı hareket eden kütleler en dışta, en yavaş hareket edenler en içte olmak üzere bir yayılım başlamıştı. Patlama ve genişleme süreci 10-20 milyar yıl kadar sürmüş ve hâlâ sürmekteydi. Bu kurama Büyük Patlama (Big-Bang) Kuramı adı verilmiştir. Evrenin genişlemekte olduğunun bulunuşu yirminci yüzyılın en önemli düşünsel devrimlerinden biridir. Buna karşın, statik evren görüşü o denli güçlüydü ki, yirminci yüzyıla kadar dayanabilmişti. Einstein, 1915'de genel görelilik kuramı üzerine çalışırken evrenin statik olduğundan çok emindi. Ancak Hubble'ın gözlemini ve buluşunu duyduktan sonra bu görüşünden vazgeçti. (Unat, 2003:10)

Görüldüğü üzere Hubbel'ın yaptığı gözlemler sonucu yıldız kümelerinin kırmızıya çalması hem birbirinden hem de bizden uzaklaşması evrenin genişlemekte olduğunu göstermekteydi (Kandemir, 2022: 51). Bundan binlerce yıl önce Stoacı düşüncede 'gerilme' fikri ki bu, maddenin içsel gücünü ya da etkinliğinin göstergesidir, maddenin canlı, etkin ve düzenli oluşunu sağlayan bir enerji veya akıl ilkesidir. 'Gevşeme' fikri ise bu etkinliğin azaldığını, enerjisinin düştüğünü ve maddenin daha pasif hale geldiği durumu ifade eder. Stoacılar evreni bu iki hal arasında döngüsel olarak hareket ettiğini savunurlar. Evren statik değildir çünkü maddenin içsel enerjisi zamanla artar ya da azalır, döngüsel değişim evrenin işleyişini belirler, başlangıcı ve sonu olan ama sonsuz döngüler ile yeniden doğan bir yapıdır. Maddenin elementler arasında dönüşümünde gerilim arttıkça topraktan suya, havaya ve ateşe doğru bir dönüşüm gerçekleşir. Seneca da yaşadığı dönemde evrenin; bu döngüde, gerilim artışı aşamasında olduğunu düşünüyordu. *Quaestiones Naturales* adlı eserinde doğada kuraklık, su kaynaklarının azalması gibi gözlemleri, doğanın 'ısı ve enerji düzeyinin yükselmesine' bağlıyordu. Okyanusların kurumasını, evrenin bu artan etkinlik döneminin sonucu olarak görüyordu. Bu, 'evrensel yangın' doktrinin de göstergesiydi. Evren belli bir süre sonra tamamen

yanarak yok olacak ama bu yok oluş son değil, yeniden doğuşun başlangıcı olacaktı. Tüm evren küllerinden yeniden doğacak ve bu süreç sonsuz şekilde döngüsel olarak devam edecekti (Seneca, *QNat*. III. 29. 4-5-6-7; bkz. Oldroyd, 2004: 29). Denilebilir ki bugün 'evrenin genişlemesi' düşüncesinin temelleri arasında Stoacıların ve Seneca'nın düşüncelerinin izlerine rastlamak mümkündür.

'Evrenin genişlemesi' fikrini 1927'de ortaya atan ve bunu da Einstein'in 'genel görelilik kuramına (1915)' göre açıklayan kişi ise Georges Lemaître'dir ki o, bu düşüncesini 1931'de 'ilk atom teorisi' adıyla geliştirmiştir. Daha sonra Fred Hoyle bu teoriye 'big-bang' adını vermiştir ve kendisi durağan evren modelini savunurken 'big-bang (1949)' ifadesini alaycı bir şekilde kullanmıştır ancak alaycı üslupla kullanılan bu ifade sonraları kalıcı hale gelmiştir 1948'de George Gamow, Ralph Alpher ve Robert Herman, evrenin oluştuğu ilk aşama üzerine yaptıkları çalışmada ilk aşamada hidrojen gibi elementlerin oluşabilmesi için bu aşamanın çok yoğun ve sıcak olması gerektiğini söylediler. Nitekim big-bang bu yoğun ve sıcak ortamı sağlıyordu. Hoyle ise evrenin çok sıcak ve yoğun bir patlama ile meydana geldiği savunulacaksa bu patlamadan artakalan bir şeyler olması gerektiğini ifade etmekte ve "Eğer evren sıcak bir Big Bang ile başlamışsa, o zaman bu patlamanın bir kalıntısı olmalı. Bana bu Big Bang'in bir fosilini bulun!" demekteydi (Kandemir, 2022: 52-53). Bu noktada göktaşlarının araştırılması, incelenmesi ve bulunması son derece önemliydi. Büyük Patlama'nın hemen ardından evrenin yapısındaki gelişime bakıldığında iki önemli dönemle karşılaşılmaktadır. İlk dönem evrenin şaşırtıcı derecede genişlediği 'Enflasyon teorisi!' diğeri 'Dekuplaj Dönemi' ki bu, patlamadan 380 bin yıl sonra ortaya çıkan kozmik arka olan radyasyonun maddeyle etkileştiği dönemdir (Tyson ve Goldsmith, 2017: 104-105).

Seneca evreni bazı yönleriyle bilimsel bir anlayışla değil, inanca dayalı yaklaşımlarla yorumlamıştır. Bugün ise bilim, pek çok veri ışığında evreni anlamaya çalışsa da hala açıklanamayan, bilinmeyen birçok boşluk mevcuttur. Seneca'nın inanca dayalı düşünceleri ise bilimde henüz açıklığa kavuşmamış alanlara yönelik arayışa katkıda bulunmaktadır. Örneğin evrenin ne zaman yaratıldığına ve evreni kimin var ettiğine dair sorulara Seneca'nın inanç temelli yaklaşımı, insanın doğayı anlama arayışının tarihsel bir tezahürüdür. Bu bağlamda bilim, analitik bir açıklama getirmeye çalışırken, cevap bulamadığı durumlarda 'henüz bilimin tam olarak çözemediği noktalar var' demiştir. Bilim yerbilim, kozmoloji (evrenbilim) ya da

kozmogoni (evrendoğum) gibi bilim dallarını dikkate alarak araştırmalarını bu sorulara cevap vermek için sürdürmüştür (Oldroyd, 2004: 92). Mesela zamanın başlangıcını big-bang ile açıklayan bilim bundan önceki zamanın belirsizliğinden bahseder. Özemre'nin belirttiği gibi "…Evrenin zaman bakımından başlangıcında bir Büyük Patlama olarak evrimleşmesi zorunlu bir başlangıç sengülaritesinin varlığının kaçınılmaz olduğuna delalet etmektedir" (Özemre, 1981: 106). Bu da evrenin yapısında açıklanamayan ya da bilimin henüz tam çözemediği bir noktadır. "İşte burada enteresan bir ikilik vardır. "Evren her zaman vardı." cümlesi "Başlangıçtan önce neler oluyordu?" cümlesi kadar saygın değildir ve cevabı ikinci soru kadar merak edilmez. İnanan pek çok insan için cevap Tanrı'nın her zaman var olduğudur" (Tyson ve Goldsmith, 2017: 31). Hatırlanacağı üzere Seneca'ya göre evren tanrısal akıl tarafından düzenlenmiş bir kozmos olarak başlar ve sonsuz döngülerle yok olup yeniden doğar. Yani zamansal olarak evren doğar, yanar ve yeniden doğar, her döngüde kendini tekrar eder. Bu evrende her şeyin ilksel hali ateştir, bu ateş tanrıdır ve bu ateşten evren doğar. Doğa varoluşun her anında tanrısal aklın iradesi ve düzeni doğrultusunda işler. Bu çerçevede Leibniz her ne kadar tek bir yaratılış kabul edip lineer bir zaman akışı üzerinde dursa da yani evrenin bir defa yartılmış olduğu düşüncesine sahip olup döngüsel bir evren anlayışını savunmasa da Tanrının planı ya da iradesinin belirleyiciliği noktasında Stoacı düşünce çizgisinde olduğundan bahsedebiliriz. Onun, şu görüşü de Tanrısal düzen fikrini başka ir felsefi gelenekten temellendirir. özellikle Seneca'nın felsefi ve metafizik tutumunu desteklemektedir: "O halde Tanrı'nın fikirlerinde sonsuz mümkün evrenler bulunduğundan ve onlardan ancak bir tanesi var olabildiğinden, Tanrı'nın başka bir evren yerine bunu seçmesini gerektiren bir yeter sebebin bulunması gerekir" (Leibniz, *Mon*. 53). Leibniz'e göre hayatlarımızın akışı Tanrı'nın iradesiyle şekillenmiştir ve her şey İlahi Takdir doğrultusunda önceden belirlenmiştir. Bu nedenle engellenemez olana karşı direnmenin yaratacağı sıkıntı ve gerginlik yerine, zihinsel çabamızı, dünyaya dair görüşlerimizle Tanrı'nın sahip olduğu en iyi görüşleri uyumlu hâle getirmeye yönlendirmeliyiz (Ross, 2002: 130-131). Bu noktada Leibniz'in kader anlayışının Stoacılardaki zorunluluk kavramına benzediğini görsekte, doğrudan Stoacılığa atıf yaptığı bilinen bir yer ile karşılaşmadığımızı da belirtmeliyiz. Bazı kavramsal paralellikler olabilir ama bunlar daha çok ortak felsefi sorulara verdikleri yanıtların sonucudur.

20. yy evren anlayışı evrenin 13,8 milyar yıl önce çok yoğun ve sıcak bir tekillikten başlayarak genişlemeye başladığını söylemektedir. Hatta Seneca'nın düşüncelerini destekler

nitelikte şu gelişmeler yaşanmıştır: "1998 yılının ilk aylarında genişleme hızı artan ve giderek hızlanan bir evrende yaşadığımız bilgisinin bulunması kozmoloji dünyasını derinden sarstı. Kozmik arka plan radyasyonuyla ilgili detaylı gözlemler bugün de evrenin giderek hızlandığını ortaya koymaktadır" (Tyson ve Goldsmith, 2017: 79). Bu gelişmelerin yanında 2001'de Paul Steinhardt, Nil Turok'la birlikte big-bang kuramına karşı '*ekpirotik model*' fikrini ileri sürmüştür. Bu fikre göre evren büyük bir patlama ile başlamamıştır, iki *brane*nin çarpışmasıyla başlamıştır ve bu evren döngüsel bir yapıya sahiptir. Yani sürekli çarpışma ve yeniden doğma döngüsü vardır; bu döngü 100 milyar yıllık süreçlerle kendini tekrar eder. Ekpirosis kavramına ve bu modele bakacak olursak kökeninin Stoacı düşünceye dayandığını görürüz. Yani evrenin yanıp kül olması ve sonra yeniden doğması döngüselliği 'ekpirosis'dir. Yunancada "büyük yangın" manasına gelmektedir. Büyük patlamadan farklı olan bu modelin temellerinde Stoacı bir terim kullanılmış olsa da bu düşünce çok fazla taraftar kazanamamıştır (Tyson ve Goldsmith, 2017: 85-86). Bu görüşe Seneca açısından baktığımızda bizde bu görüşe taraftar olamamaktayız çünkü çarpışmanın olması *brane*nin olması ile gerçekleşir ki *brane*'yi kütleli bir noktacık olarak ele alırsak iki kütleli noktacığın çarpışması manasına gelir ki bu da 'evrenin ateş kütlesi olma tekilliği' düşüncesinden oldukça farklıdır. Her ne kadar çarpışmaları sonucu big-bang benzeri bir olay yaşanmış olsa da.

Sonuç olarak NASA, 30 Haziran 2001'de uzaya WMAP (Wilkinson Microwave Anisotropy Probe) adlı bu uydu göndermiştir. Bu uydu mikrodalga ışınımlarındaki ısı dalgalanmalarının çok daha detaylı bir haritasını çıkarmıştır. Ayrıca şu bilgileri de ortaya çıkarmıştır: Evren 13,77 milyar yaşındaki hata payının %0,5 dolayında olduğu söylenmektedir. Bundan önce evrenin yaşı 15-20 milyar olarak tahmin edilmekteydi. İlk yıldızlar büyük patlamadan 200 milyon yıl sonra parlamaya başlamıştır ki bu da bilim insanları tarafından şaşırtıcı çok erken bir tarih olarak görülmektedir. %4 atom (sıradan madde), %23 bilinmeyen kara madde (dark matter), %73 bilinmeyen karanlık enerji denen bir tür kitle itici kuvvet evrenin oluşumunda içeriği göstermektedir (Kandemir, 2022: 55). Bu bilgiler ışığında yeryüzünde yaşamın nasıl başladığı, canlıların ve insanın nasıl varlığa geldiği konusunda bilimsel açıdan bulgular merak konusudur. Nitekim Seneca yeryüzünde yaşamın başlangıcı noktasında doğadaki yapıların oluşumunun belirli bir düzen ve akıl sayesinde gerçekleştiğini söylemekteydi. Ona göre yeryüzünce canlının ve insanın varoluşu Tanrı'nın istemesiyle olmuştur. Bu konuda şunu söyler: "Dediğim gibi, doğa için her şey kolaydır, özellikle de

başından itibaren planladığı ve aniden değil de uyarıyla sunduğu her şey kolaydır onun için. Dünyanın biçimsiz birliğinden şimdiki yapısına geçtiği ilk gününden bellidir ne zaman yıkılacağı ve bu yüzden gelecekteki bir eylem onun için yabancı bir görev anlamını taşımaz…" (Seneca, *QNat*. III. 30. 1). "Her türden canlı yeniden yaratılır ve toprak kötülükle tanışmamış, daha iyi bir gelecek öngörüsüyle doğmuş insanlara kavuşur. Ancak bu insanların masumiyeti, yeni oluştukları dönemden sonra, uzun süreli olmaz. Çok geçmeden kötülük sızar. Erdem bulunması zor bir şeydir, rehbere ve lidere ihtiyaç duyar, kötülükler ise bir öğreticisi olmadan da öğrenilir" (Seneca, *QNat*. III. 30. 7). Böylece yeryüzünün yıkımı ve yeniden oluşumu hem fiziksel olarak gerçekleşir hem de insan varlığının gidişatı da bu yıkımda etkin rol oynar. Stoacı bilindik dört element (toprak, su, hava ve ateş) kuramını benimseyen Seneca, canlılığın ve yaşamın olduğu dönem için elementlerin orantılı olduğundan bahsederken evrenin yıkım aşamasına geçildiğinde de evrende elementlerin dönüşümü, değişimi ve orantısızlığından da bahseder. Şöyle der: "Öyle ki elementler şimdi gerektiği ölçüdedir. Oransızlığın mevcut dengeyi bozabilmesi için içlerinden birinin artması gerek. Su artacaktır, zira şu anda yeryüzünde yeteri kadar karaları kaplamasa da, çevirmiş durumdadır, ona ekleme yaparsanız, yabancı topraklara taşar. Bu yüzden toprağın az olmasına gerek yok, sadece güçsüz olan daha sağlam olana boyun eğer" (Seneca, *QNat*. III. 29. 5). Görüldüğü gibi ilkin doğadaki elementler belirli bir denge içinde bulunurlar, bu dengenin bozulması ise unsurlar arasındaki orantının değişmesiyle gerçekleşir. Günümüz bilimsel çalışmaları da yaşamın yapı taşlarını ve canlılığın nasıl başladığını farklı elementlerin kimyasal oranlarına dikkat çekerek açıklama yapmaya çalışmaktadır.

Bugüne kadar yeryüzündeki yaşamın kaynağı hakkında dünyanın ilkel koşullarında aminoasitlerin birbirine zincirlenerek proteinler yapmasıyla başladığı varsayılırken artık bu varsayım değişmektedir (Kohler, 1998: 70). Tyson ve Goldsmith'e göre "Evet, Dünya üzerindeki yaşam yıldız tozlarından kaynaklanır. Ama hayır, bu tüm kozmik kimyasal sorunlarımızı çözdüğü anlamına gelmez" (Tyson ve Goldsmith, 2017: 135). Yaşamın yıldız tozlarından oluşmuş olabileceği fikri yaşamın uzayda başlamış olabileceğini de düşündürmektedir. Peki, yaşam yıldız tozlarından nasıl oluşmuş olabilir? 1953'de Stanley Miller bunun için bir deney yapar. 4 milyar yıl önce var olan koşulları oluşturmaya çalışan Miller cam bir balon içine su, metan, amonyak ve hidrojen katar. Bu karışıma elektrik kıvılcımı verdiğinde yaşamın özü olan bazı moleküllerin, aminoasitlerin ortaya çıktığını tespit eder.

Yıldızlararası uzayda, genç yıldızların yaydığı güçlü yıldız rüzgârları (yani yüksek enerjili parçacık akımları), çevrelerinde bulunan kozmik tozları (yani uzayda serbest halde bulunan mikroskobik maddeleri) şiddetli bir parçacık bombardımanına uğratır. Bu etkileşim sonucunda, bu kozmik tozlar üzerinde bazı kimyasal reaksiyonlar meydana gelir ve bu süreçlerin bir sonucu olarak aminoasitlerden oluşan soğuk bir moleküler bulut ortaya çıkar. Sonraları Dünya'nın ilk zamanlarında atmosferin amonyak bakımından daha düşük, oksijen bakımından daha yüksek seviyede olduğu anlaşılınca bu deney tartışmalara yol açar. Fransız araştırmacılar da uzaydakine benzer bir vakum oluşturarak deney yaparlar ve bu vakumun içine karbon tozları üzerine hidrojen, oksijen, azot molekülleri fırlatırlar. Böylece aminoasitleri elde ederler ve ulaştıkları sonuç; "Evrende oluşan aminoasitler, göktaşları vb. Dünya'ya gelerek ilk hücreleri oluşturmuş olabilirdi" şeklinde olmuştur (Kohler, 1998: 70-71).

> Grosse'den Dr. Marcel Devienne ve Strasburg'dan Profesör Guy Ourisson, şöyle bir varsayımı doğrulamak istemişler. Yıldızların veya yıldız gruplarının etrafında bulunan kozmik toz taneciklerinin yıldız rüzgârlarındaki tanecikler tarafından bombardıman edilmesi canlılarda bulunan organik madde moleküllerini yaratabilir miydi? Yaptıkları deneyler "yaşam yapı taşları" olan aminoasit moleküllerinin uzayda çok kolaylıkla oluşabileceğini gösterdi. Bu gerçek radyo gökbilimcilerin uzayda, bazıları çok karmaşık organik moleküllerin bolca bulunmasını açıklığa kavuşturmaktadır. (Kohler, 1998: 70)

Denilebilir ki Miller'in deneylerinden beri ("…Miller 4 milyar yıl önceki ilkel atmosfer koşullarını taklit etmek üzere, bir gaz karışımı (su, metan, amonyak ve hidrojen) içinde bir elektrik kıvılcımı oluşturarak, yaşamın özü sayılan bazı organik molekülleri elde etmişti") organik maddelerin yalnızca ilkel dünya koşullarında oluşabileceği düşünülüyordu (Kohler, 1998: 70). Organik maddeler, kuyruklu yıldızlar ve göktaşları vasıtasıyla gezegenlere ulaşmış olabilirdi. Uygun bir ortamda yani ne sıcak ne de soğuk, suyu ve atmosferi olan bir ortamda hücreler haline gelebilirler ve bu hücreler de evrimle daha yüksek canlıları meydana getirebilirdi. Öyle ki canlıların yapı taşları uzayda vardı. Kaldı ki Fransız araştırmacılar Devienne ve Ourisson da yaşamın uzaydan gelmiş olabileceğini göstermişti. Öyle ki ilk hücreler sanılanın aksine okyanuslarda değil uzayda oluşmuş olabilirdi (Kohler, 1998: 70).

> O halde, yaşamın yapı taşları olan organik moleküllerin, uzayda levojir olarak sentez edilerek Dünya'ya (veya bir başka gezegene) inmiş olma olasılığı vardır. Yine ilginçtir ki kuyruklu yıldızların buzdan çekirdeklerinde yaşam öncesi (prebiyotik) moleküller vardır ve 4 milyar yıl önce yaşam belirirken Dünya yoğun bir gök cisimleri bombardımanı altında kalmıştır. Son zamanlarda Oklahoma ve Virginia Üniversiteleri araştırmacıları, Güneş Sistemi'nin oluşması sırasında levojir moleküllerin çok daha fazla olduğunu ortaya koydular. Bazı göktaşlarında özellikle 1969'da Avustralya'da bulunmuş olan Murchison

> göktaşında, bulunan amino asitlerin çoğu levojirdi! Bütün bu bulgular, Dünya'daki yaşamın uzayda başlamış olabileceğini doğruluyor. Kısacası bu bulgulara göre, her birimiz uzaydan gelmiş yaratıklarız. (Kohler, 1998: 71)

Görüldüğü gibi Dünya'daki yaşamın kökeninin uzaydan gelen levojir organik moleküllere dayanabileceği düşüncesi, yaşamın evrensel bir kökeni olabileceği düşüncesini bilimsel verilerle desteklemektedir. Ancak bu meselelerin çözümleri için daha başka kanıt arayışları, deneyler, gözlemler yapılmaktadır ve gelişen teknoloji ile uzayın derinliklerine dair de pek çok inceleme sürdürülmektedir.

Sonuç olarak modern kozmolojide döngüsel evren teorisi Seneca'nın düşüncesine yakındır. Bilhassa evrenin genişlediği fikri ve Seneca'da gerçekleşen birçok doğa felaketinin ve ileride de gerçekleşecek felaketlerin bu genişlemenin belirtileri ve sonuçları olduğu açıktır. Günümüz bilimsel verileri evrenin oluşumunu fizik yasalarıyla açıklamaya çalışır fakat bu yasaların kaynağı hakkında bilim, tarafsız kalır. Örneğin big-bang teorisi, Tanrı'ya yer vermez. Araştırmaları empirik gözlem, deney ve matematiğe dayanır, metafiziğe değil. Mesela evrenin başlangıcında enerji vardır; zamanla bu enerji maddeye dönüşür (parçacıklar, atomlar, vs.). Modern parçacık fiziği ve kuantum mekaniğine dayanan birçok inceleme yapılmaktadır. Lakin Seneca evrenin içkin bir Tanrı (logos) tarafından yönetildiğini savunurken, evrenin yönetim yasalarının kaynağını da Tanrı'nın istemesi ile açıklar. Şu an hala yaşadığımız gezegende yaşam ve canlılık devam ediyorsa bunun bilimsel sebebi, radyoaktiviteden gelen ısıdır. 'Bu ısı olmasaydı ne olurdu?' sorusunu Hurley şöyle cevaplar. "Rayoaktiviteden gelen ısı olmasaydı, büyük olasılıkla ne bir atmosferimiz ne de okyanuslarımız olurdu. Okyanus var olsaydı bile, onun üzerine yükselen hiçbir kara parçası bulunmazdı. Gerçekten de, Dünya'nın yüzeyi büyük ihtimalle Ay'ınki gibi çıplak ve kayalık olurdu; gündüzleri Güneş tarafından kavrulan, geceleri ise dondurucu soğuklarla baş başa kalan bir yer" (Hurley, 1959: 60). Böyle bir yerde insan da muhtemelen doğmamış olurdu. Bu nedenle, günümüzde dünya, insanın yaşayabileceği en uygun ve yaşanabilir yer olarak kabul edilmektedir. Uzayda başka yaşam izleri, belirtileri aranmaktadır ve bunun için ciddi çalışmalarda yapılmaktadır. Yine insan yaşamı için uygun olabilecek yerlerin var olup olmadığı da araştırılmaktadır. Ancak yaşam için ve dolayısıyla da insan yaşamı için uygun olan kesinleşmiş bir yer 'Dünya' dışında henüz keşfedilmemiştir. Bu konuda birçok varsayım, tahmin ve öngörü vardır. Başka yerlerin olup olamayacağını ise zaman gösterecektir.

3.2. Seneca'nın Ruh Dinginliğinden Günümüz Ruhsal Huzursuzluklarına

İnsan üzerine beden, ruh ve akıl konusunda yapılan çalışmalardaki özellikle bilimsel anlamda psikoneuroimmunoloji alanı, psikosomatik yaklaşımlar, psikoterapi yaklaşımları, epigenetik incelemeler gibi alanlarda birçok veri elde edilmiştir. Yine felsefi anlamda da benliğin olmadığını söyleyen görüşler, genişletilmiş zihin anlayışları, bedenleşmiş zihin anlayışları, fenomenoloji ve nörobilim çalışmaları modern düşünürlerin 'insan nedir?' sorusuna daha çok metafizik anlamda değil, bilimsel verilerle beslenen çok disiplinli bir soru olarak değerlendirmektedirler. Yani insan; duyular, beden, çevreyle ve teknolojiyle karşılıklı etkileşim içinde olduğu ilişkiler de katılarak ele alınmaktadır (Robertson, 2021: 25-26, 33-53) Bu çok boyutlu yaklaşımlar, yalnızca insanın yapısal özelliklerini değil, aynı zamanda ruhsal denge ve huzursuzluk kaynaklarını da anlamaya yönelik önemli katkılar sunmaktadır.

Ruhsal huzursuzluk, insanın varoluşsal tarihinin her döneminde farklı biçimlerde tezahür etmiş bir mesele olmuştur. Hatırlanacağı üzere Seneca'ya göre ruhun huzursuzluğunun kaynağını genel olarak tutkular, öfke, korku, ölüm korkusu, hırs, zenginlik ve statü düşkünlüğü, kaygı, zaman kaygısı, kararsızlık ve toplumun beklentileriyle çatışma gibi unsurlar oluşturmaktaydı. Günümüzde de bu unsurlar hala ruh dinginliğini tehdit etmektedir. Ancak bugün bu unsurlara tüketim kültürünün getirdiklerini mesela sürekli tatminsizlik halini de ekleyebiliriz, özellikle rekabeti, kariyer rekabetini, başkalarıyla kıyaslanmayı, gelecek kaygısının getirdiği belirsizlik duygusunu, yüzeysel ilişkilerin ortaya çıkardığı samimiyetsizlik duygusunu ve bu doğrultuda ortaya çıkabilecek olan yalnızlık halini, stresi, depresyonu, dikkat dağınıklığını, tükenmişlik halini, anlam boşluğunu, yönsüzlüğü, kimlik bunalımını, başkaları tarafından sürekli uyarılma durumunu, başarı baskısını, sosyal medyada onay arayışını ve daha başka söyleyebileceğimiz birçok unsuru da ekleyebiliriz. Bunların huzursuzluk kaynağı olması hangi dönemde, coğrafyada ve toplumsal kesimde görüldüğüyle bağlantılıdır. Toplumun gelişmişlik düzeyi, insanın doğduğu yer, aile ve çevre insanın yaşamını etkileyen faktörlerdir ve bunlar insanın mutlu olmasını da etkilerler. Dolayısıyla ruhsal huzursuzluğun kaynakları noktasında, günümüzde üçüncü dünya ülkeleri ile gelişmiş ülkeler arasında önemli farklılıklar bulunduğunu belirtmek gerekir. Bu nedenle, huzursuzluk durumlarını belli başlıklar altında sınıflandırmak ve tasnif etmek yerinde olacaktır. Bu çerçevede, öncelikle Seneca'nın ruh dinginliğini tehdit eden unsurlarına ek olarak, günümüzdeki huzursuzluk kaynaklarının ne anlama geldiği ele alınacaktır. Ardından, benzer huzursuzlukların farklı ülkelerde ve

toplumlarda nasıl farklı anlamlar taşıyabildiği incelenecektir. Böylece ruh dinginliğini sağlama çabalarının toplumsal bağlama göre değişebileceği ve farklı toplumların bu konuda farklı yaklaşımlara sahip olabileceği ortaya konacaktır. Son olarak ise, Seneca'nın beden ve ruhun isteklerini uyumlu hale getirme ve kişinin kendine egemen olma anlayışı gözetilerek günümüz huzursuzluklarıyla nasıl başa çıkılabileceği üzerinde durulacaktır.

3.2.1. Tüketim Kültürünün Getirdiği Sorunlar ve Sürekli Tatminsizlik Hali

Tüketim kültürü; sosyal medya, reklamlar (geleneksel medya), alışveriş merkezleri gibi birçok yerden sızarak bireyi sürekli tatminsizlik haline ve toplumu da tüketim çılgınlığına sürükler. Fromm'a göre tüketimimizi yönlendiren gerçek ihtiyaçlarımız değil, daha çok reklam sloganlarıdır (Fromm, 2022: 35). Birey, sosyal medya ile sürekli karşılaştırma yapar, reklamlar ise bireye hep bir eksiği olduğunu hissettirir, alışverişler ise kısa süreli haz verip uzun süreli boşluk yaratır. Yani, insan ihtiyacı için değil istekleri için hareket eder, istekleri çoğalır ve bu durum bireyi ruhsal olarak istikrarsızlaştıran bir hale getirir. Bu hal tüketim toplumunda birçok şeyin çok çabuk, hızlı işlemesinden ötürüdür. Sonucunda da doğaya aykırı bir yaşantı ortaya çıkartır. Böyle bir kültürde birey sürekli eksiklik düşüncesinde olduğundan hep daha fazlasını isteme, daha iyisini arama eğilimindedir. Bu noktada Botton'un şöyle bir tespiti vardır:

> Modern dünyada, geçmişe göre gelirimiz daha fazlaymış gibi görünebilir; ancak modernitenin getirdiği zenginlik yalnızca görüntüdedir. Aslında artık daha fakiriz; çünkü beklentilerimiz fena halde tetiklenmiş, paramızın yettiğiyle elde edebildiklerimiz arasında derin bir uçurum oluşmuştur. Olduğumuzla, "aslında olabileceğimiz" kişi arasında dağlar kadar fark vardır artık. Modern toplumlar, yabanıl bir insana göre çok daha güçlü bir mahrumiyet hissiyle baş başa bırakır bizi… Beklentilerimiz azla yetinmek yönündeyse eğer, azla yetinebiliriz. Ve eğer beklentilerimizin yüksek olması gerektiği öğretiliyorsa bize, çok kazandığımızda bile kendimizi fakir ve sefil hissederiz. (Botton, 2005: 73)

Görüldüğü üzere bu durum, modern bireyin içsel bir yoksunluk hissi içinde yaşamasına neden olmakta, bu da ruhsal dinginliğin bozulmasına yol açmaktadır. Alain de Botton'un dikkat çektiği gibi kişi artık gerçek ihtiyaçlarından değil, öğretilmiş beklentilerden hareketle yaşamını sürdürmekte; bu da onu ne kadar kazanırsa kazansın tatminsiz, yetersiz ve mutsuz hissetmeye mahkûm etmektedir. Modern yaşam tarzı Seneca perspektifinden eleştirilebilir. Hatırlanacağı üzere Seneca'ya göre insanı mutsuz kılan şeylerden biri sahip olduklarının az olması değil, ihtiyaçlarının sınırını bilmemesidir. Benzer şekilde o, ölçüsüz beklentilerin ve dışsal değerlere aşırı bağlanmanın insan ruhunu huzursuz ettiğini de söyler. Görüldüğü üzere Botton'un bu tespiti, modern dünyanın bireyi nasıl sonsuz beklentiler döngüsüne soktuğunu ve bu döngünün

nasıl ruhsal huzursuzluğa dönüştüğünü göstermektedir. Eric Fromm bu süreçte insanın başına neler gelebileceğini özetler:

> Kendini tamamen şeylerin üretimine, satışın ve tüketimine veren insanın kendisi de gitgide bir "şey" haline gelir. Sigara ve içkiden tutun da televizyona, filmlere hatta konferanslara ve kitaplara varıncaya kadar her şeyi pasif şekilde almak için didinen topyekûn bir tüketici haline gelir. Kendini yapayalnız ve kaygılı hisseder, çünkü yaşamında geçimini sağlamak dışında gerçek bir anlam göremez. Can sıkıntısı çeker ve bu sıkıntısını giderek artan, durmaksızın değişen tüketimle ve anlamsız heyecanlarla alt etmeye çalışır. Düşünüşü duyuşundan, hakikati tutkusundan ve zihni yüreğinden kopar. Fikirler artık ona hitap etmez, çünkü o, inançlar ve bağlılıklar açısından değil, daha çok, hesaplar ve olasılıklar açısından düşünür. (Fromm, 2022: 96)

Görüldüğü üzere Fromm'un tanımladığı tüketici insan tutkularının peşinden sürüklenmektedir. Daha fazla şeye sahip olma, daha fazla deneyim yaşama arzusu içinde kendini nesnelerin kölesi haline getirmiştir. Bu, Seneca'nın gözünde ruhun sükûnetini yok eden bir durumdur çünkü kişi artık kendi doğasına değil, dışsal şeylere bağımlı hale gelir. Oysaki yaşamın anlamı ne tüketimde ne eğlencede ne de geçici heyecanlardadır; anlam, doğaya uygun yaşamda, yani aklın rehberliğinde, erdemli bir yaşamda bulunur. Akıl ile ruh arasında bir uyum ve bütünlük olması gerekir. Akıl ile kalbin, duygu ile düşüncenin kopması, ruh dinginliğinin bozulmasına neden olur. Ayrıca Fromm'un yukarıda söyldiği "inançlar ve bağlılıklar açısından değil, hesaplar ve olasılıklar açısından düşünmek" ifadesi de Seneca'nın değer verdiği erdemli duruşa aykırıdır. Çünkü ona göre insan, yaşamını sadece fayda hesabı ile değil, ahlaki değerlere bağlı kalarak yönlendirmelidir. Sonuç olarak Fromm'un tarif ettiği modern tüketici insan tipi, Seneca'nın bahsettiği ruh dinginliğini bozan bütün unsurları içinde taşır: tutkulara teslimiyet, anlam boşluğu, içsel kopukluk ve dışa bağımlılık. Bu durumda Seneca'nın iyi yaşam düşüncesini göz önüne aldığımızda bu durumlarla baş edebilmenin yollarından biri mutluluğun çok şeye sahip olmak değil, az şeye ihtiyaç duymak olduğunu söylemek gerekir. Diğeri bu tarz uyarıcılardan (sosyal medya, reklamlar, alışveriş gibi) olabildiğince uzak durmaya çalışmaktır. Bir diğeri de insanın kendine dönerek gerçekten neye ihtiyacı olup olmadığını sorgulamasıdır. Yani insan kendi içine dönmeli, aklını dinlemeli, doğaya uygun yaşamalı ve tutkularını ehlileştirmelidir. Bu doğrultuda insan yetinmeyi öğrendiği gibi beklentilerini de makul seviyede tutabilir. Böylece hem arzuları hem de beklentileri karşısında bir erdem olan ölçülülüğe göre davranmış olur.

Tüketim kültürünün birey üzerinde yaşattığı etkinin toplumsal düzeyde de yansıması söz konusudur. Toplum ahlaki değerler değil; ekonomik büyüme, marka bağlılığı, tüketim performansı gibi şeyler üzerine inşa edilmeye devam eder. Fromm'un deyimiyle çağdaş insan boş zamanının çoğunda edilgen ve tüketicidir ki bu tüketimin alanı oldukça geniştir; içkileri, yiyecekleri, sigaraları, konferansları, manzaraları, kitapları, filmleri tümünü tüketir. Çünkü Ona göre "İnsan, emici olup çıkmıştır, ebediyen beklenti içinde ve ebediyen düş kırıklığı yaşayan..." (Fromm, 2022: 32). Böyle insanların çoğunlukta olduğu bir toplumda insan ilişkileri metalaşır, erdem yerine görünürlük önem kazanır, dayanışma yerine rekabet artar. Seneca'nın görüşleri tarafından bu olanlara bakıldığında bireyin topluma erdemlerle, ölçüyle, öz denetimle katkı sunması gerekmekteydi çünkü toplumun refahı insanların ne kadar tükettikleriyle değil, ne kadar erdemli yaşadıklarıyla ölçülebileceği görülür. Kaldı ki tüketim kültürü sadece bireyi, bireyin ruhsal huzurunu ve toplumu değil, aynı zamanda doğayı da yıpratan, doğanın dengesini tehdit eden bir nitelik taşır, iyi yaşamın zemini olan doğayı tahrip eder. Sürekli tüketim için üretim; doğal kaynakların sömürülmesiyle, çevre kirliliğiyle sonuçlandığı gibi uzun vadede iklim krizine de yol açar. Bunların üstesinden gelebilmek için insan, doğayla uyum içinde yaşamanın ahlaki bir sorumluluk olduğunu hatırlamalıdır. Sade bir yaşam ve ölçülü arzu ile bu sorumluluklarını yerine getirmelidir.

3.2.2. Başarı Baskısı ve Beklenti Tuzakları

Günümüz insanının ruhsal huzursuzluğunun başlıca kaynaklarından biri de başarıya ulaşma baskısı ve çevresel beklentilerin oluşturduğu görünmez ama sürekli bir gerilimdir. Bu durum, kişinin içsel dinginliğini zedeleyerek, yaşamda yönünü belirlemesini giderek zorlaştırır. Bu bağlamda Botton, Amerikalı düşünür William James'in görüşüne atıfla, insanın beklentilerini yükselttikçe aşağılık hissine kapılma riskinin de arttığını belirtir (Botton, 2005: 65). Eğer herkesin zengin ve başarılı olabileceğine inandırıldığımız bir toplumda yaşıyorsak, bunlara ulaşmayan biri kendini yetersiz, aşağı ve ezik hissedebilir. Ayrıca toplumda normal sayılan bu zenginlik ve başarı gibi şeyler giderek arttıkça ve yüksek seviyeye çıktıkça bunlara sahip olmamak kişiyi başarısız ve dolayısıyla da mutsuz hissettirir. Eskiden normal sayılan bir şey mesela sade bir yaşam, artık yetersiz görülür. Bu yüzden insanların beklentisi artar ama elde ettiği tatmini de azalır. Daha önce yüksek konumlara ulaşmış, büyük beklentiler taşımış kimseler için bu beklentilerin karşılanmaması oldukça yıkıcı sonuçlar doğurabilir. Örneğin, bir zamanlar çok sevilen bir oyuncunun artık ilgi görmemesi, bir siyasetçinin halkın desteğini

kaybetmesi ya da 'herkesin başarılı olabileceği yer' olarak görülen Amerika'da başarısız olmuş birinin yaşadığı hayal kırıklığı ve acı onlar için hiçbir acıya benzemez, mutsuzlukları da sıradan bir mutsuzluk değildir. Çünkü bu kişilerin beklentileri ne kadar büyükse, yaşadıkları düşüş de o kadar sarsıcı olur (Botton, 2005: 65). Dolayısıyla bireyin yaşadığı başarısızlık, yalnızca kişisel bir deneyim olarak değil, aynı zamanda kamusal alanda maruz kalınan statü kaybının ve toplumsal yargıların baskısıyla derinleşen psikolojik bir yıkım olarak da değerlendirilebilir.

> Başarısızlığımızın, etrafımızdaki insanlar tarafından sert ve acımasızca eleştirileceği ve yorumlanacağı bilinci olmasaydı, yaşamda başarısız olma korkusu şimdi olduğu kadar yakıcı bir korku olmazdı. Başarısızlığın maddi sonuçlarından duyulan korkunun üzerine, dünyanın başarısızlığa olan ters yaklaşımından duyulan korku eklenir; ne de olsa dünya, başarısızlığa uğramış kişilere "loser" (kaybeden) gözüyle bakmak konusunda pek bir heveslidir. "Kaybeden" sözcüğü, yalnızca başarısız olmuş insanları değil, aynı zamanda başarısızlığı yüzünden dünyanın sempatisini kazanma şansını da kaybetmiş insanları ifade eder. (Botton, 2005: 175)

Günümüzde toplumun saygısını ve onayını kazanmak için Botton'un deyimiyle 'dünyanın bize güler yüz göstermesi için' en güvenilir yol, başarıdır. Başarı, kabul görmenin ve değerli bulunmanın bir aracıdır. Yani bir kişi 'ben sadece arkadaşlarım, ailem ya da partnerim sayesinde mutlu olurum' deyip maddi başarıyı gereksizleştiriyorsa, bu pek gerçekçi değildir. Çünkü bu, ancak Botton'un da dediği gibi "uslanmaz bir iyimser"in söyleyebileceği bir şeydir. Nitekim "İnsanlar, birbirlerine gülümsemek için sağlam ve değişmez nedenler arar." Yani toplumun sevgisini ve ilgisini çekmek şarta bağlı görünmektedir. Eğer bu nedenler (başarı, statü, yetenek vs.) yoksa, insanlar birbirine pek yüz göstermez. Dolayısıyla değer görmenin ve sevilmenin koşulları arasında başarı ön sıralardadır denebilir (Botton, 2005: 120-121).

Modern birey başarısızlığını kendi yetersizliğine de dayandırabilmektedir ve bu olgunun kaynaklarından biri eşitlik düşüncesidir. Yani eşitlik düşüncesine dayalı ruh huzursuzluğu söz konusudur ve bu birçok tutkunun kendini apaçık ortaya koymasına yol açabilir. Tarihsel süreçte bu fikrin nasıl yerleştiğini anlamak da önemlidir. 18. ve 19. yüzyıl sahnesinde ve tüketim kültüründe yaşanan köklü devrimler, eşitlik ve özgürlük düşüncelerini yalnızca yaymakla kalmadı aynı zamanda onları toplumların idealleri arasına yerleştirdi. Üretim, tüketim ve zenginliğin artmasına neden oldu. Kısacası insanlığın refahını artırdı ama aynı zamanda yeni sorunlara da yol açtı. Botton'ın deyimiyle 'psikolojik bir acının doğmasına' neden oldu. Bu dönemle birlikte yaygın olan düşünce yine Botton'un ifadesiyle şuydu: "Bütün insanların doğuştan eşit oldukları, herkesin her şeye ulaşabilmek için sınırsız bir güç taşıdığı inancı." Bu

fikir umut verici görünsede, aslında birey üzerinde büyük bir baskı yaratmaktaydı. Önceki çağlarda insanların çoğu eşitsizliğin doğal, zenginliğin azınlığa özgü, beklentisizliğin de bir erdem olduğuna inanıyordu, yani çok şey istememek değerliydi. Bu nedenle çoğu insanın amacı hayatta kalmaktı, tatmin, zenginlik ve başarı gibi beklentiler azınlıktaydı. Çoğunluk, sömürülmeyi ve mahrumiyeti kabullenmişti (Botton, 2005: 56). Tabiki bu kabullenişi ve olanları tasvip etmesekte. Ancak doğuştan herkesin eşit olduğu kabulü yaygınlaştıkça, eşitimiz saydığımız ve kendimizle kıyasladığımız kimselerin sayısı arttıkça kıskandıklarımızın da sayısı arttı (Botton, 2005: 56). Burada birey benzer koşullarda olduğunu düşündüğü kişilerin daha başarılı, daha mutlu ya da daha önde olduğunu gördükçe, kendi hayatından tatmin olmamaya başlar. Kıyasladığı insanlara yetişebilmek için kendi sınırlarını zorlamaya başlar. Bu da gerçeklikten kopma, sürekli başarısızlık korkusu ve başarı takıntısı gibi durumları beraberinde getirir. 'Ben neden onlar gibi değilim?' düşüncesine girer ve bu da özsaygıyı, özyeterliği zedeler, kişinin kendini değersiz hissetmesine sebep olur. Dolayısıyla kıskançlık, tatminsizlik ve yetersizlik duygularının birikmesiyle de bireyde anksiyete, mutsuzluk, hırs, tükenmişlik gibi duygusal tepkiler ortaya çıkar. Bu durum ruhsal dengeyi bozduğu için aynı zamanda toplumsal düzeyde rekabetçi, huzursuz ve öfkeli bir atmosfer yaratır.

> Benzer bir biçimde, bize anlatılan başarı öykülerinin cazibesini de yanlış yorumlamaya eğilimliyizdir; çünkü bize anlatılan kariyer tasarımlarının birçoğu sansürlenmiş, geriye yalnızca hayran olunacak parıltılı yönleri kalmıştır. Bize sunulan, sürecin kendisi değil yalnızca sonuçlarıdır. Kıskançlığımızın önüne geçemiyorsak eğer, burada asıl üzülmemiz gereken, bütün yaşamlarımızı yanlış şeyleri kıskanarak geçiriyor oluşumuzdur belki. (Botton, 2005: 233)

Eşitlik algısı yalnızca bireyin kendisini değerlendirme biçimini değil, mutluluğun tanımını da etkilemiştir. Bu bağlamda Jean Baudrillard, eşitlik söyleminin Sanayi Devrimi'nden ve 19. yüzyıl devrimlerinden bu yana üstlendiği politik ve sosyolojik işlevi zamanla mutluluk idealine devrettiğini belirtir. Tocqueville'in görüşüne atıfla, bu yeni mutluluk anlayışının ancak nesneler ve göstergeler aracılığıyla, yani "konfor" yoluyla ölçülebilir bir refah biçimi olarak kabul edildiğini ifade eder. "Bütünsel ya da iç haz olarak mutluluk, başkalarının ya da bizim gözümüzde kendini görünür kılabilecek göstergelerden bağımsız olan ve kanıtlara ihtiyaç duymayan bu mutluluk, tüketim idealinden hemen dışlanır, çünkü bu idealde mutluluk öncelikle eşitlik (ya da ayrıcalık) talebidir ve bu yüzden kendini görünür ölçütler bakımından göstermek zorundadır" (Baudrillard, 2008: 52). Görüldüğü üzere modern toplumda mutluluk,

bireyin iç dünyasına ait bir dinginlik hali olmaktan çıkmış; toplumsal kıyaslamalarla belirlenen, başkalarının gözünde görünürlük kazanan bir başarı ve statü göstergesine dönüşmüştür.

Bu eşitlik meselesi ve eşitlik kaynaklı gelişen psikolojik durumlara Seneca nezdinde bakıldığında onun ahlaki ve varoluşsal temelli bir eşitlik anlayışına sahip olduğunu söyleyebiliriz. Kozmopolist bir yaklaşım sergilediğini ve toplumsal-siyasal eşitlikten çok ontolojik ve ahlaki bir eşitlik anlayışına sahip olduğunu belirtebiliriz. Onun eşitlik anlayışı günümüz toplumsal eşitlik tartışmalarından farklıdır çünkü o, daha çok bireyin ruhsal dünyasını eğitmeye ve huzura erişmeye yönelik bir etik öğreti olarak karşımıza çıkar. Daha önce de sıklıkla belirttiğimiz gibi Seneca'ya göre insanlar statü, zenginlik, mevki bakımından eşit olmayabilirler lakin ne olursa olsun insanlar ölmek bakımından eşittirler (bir köle de kral da aynı yazgıyı paylaşır). İnsanlar evrensel akıldan pay almak bakımından eşittirler ancak bu aklın doğru kullanılması bakımından eşit hareket etmeyebilirler. Stoacı bakışla insanlar arasında zenginlik, kölelik, doğum gibi farklar olabilir ama bu farklar doğal değil, yapay ve önemsizdir. Mutluluk da zenginlik ya da mevkiyle değil, erdemli bir yaşamla mümkündür. Ve erdem, herkese açıktır; bir kral da, bir köle de erdemli olabilir; bu anlamda da eşitlik söz konusudur. Sonuç olarak Seneca toplumda dışsal şeyler bakımından eşitsizlikleri tanır ama bunların doğal ya da mutlak olmadığını, çoğunun alışkanlıklardan ve yapay toplumsal düzenlerden kaynaklandığını belirtir. Bu nedenle birey, bu tür farklara değer verip ruhunu bunlara bağlamamalıdır. Kendine yetmeyi bilmeli, tutkularından arınmak için çabalamalıdır. Sonuçta insanın bir diğeriyle eşit koşullarda yaşamayabileceği açıktır, içinde bulunulan coğrafya, kültür, aile hatta yetiştirilme tarzı farklılıklar gösterir. Dolaysıyla bu bilinçle insan, sahip olduklarına ve sahip olabileceklerine dair gerçekçi bir tutumla yaklaşmalı, hatta belli kabullerle yaşamını sürdürmelidir. Diğer türlü bu durumdan en zararlı yine kendisi çıkacaktır. Botton'un da dediği gibi;

> Yaşam, bir endişeyi bir kenara bırakıp ötekine koştuğumuz, bir arzudan sıyrılıp kendimizi bir başka arzunun kollarında bulduğumuz bir süreçtir. Bu sözler, endişelerimizi yenmeye uğraşmamamız, arzularımızı da hiçbir şekilde tatmin etmeye çalışmamamız anlamına gelmemelidir. Yalnızca şunun bilincine varsak iyi olur: bütün o arzuladığımız hedefler, bize bir kere başarılı olduktan sonra durup dinlenebileceğimizi vaat ederler. Ancak vaatlerini hiçbir zaman gerçekleştirmezler. (Botton, 2005: 233)

Bugün insanların çoğu sosyal hiyerarşideki yerleri, statüleri, başarıları gibi şeylerle çok fazla meşgul olmaktadır ve bu durum kaygı yaratır. Ancak doğanın büyüklüğüyle (çöller,

dağlar, okyanuslar) karşılaştıklarında, bu dertlerin aslında ne kadar önemsiz ve küçük olduğunu fark ederler. Bu farkındalık kişiye huzur ve alçakgönüllülük kazandırır. Çünkü bütün bir evrenle kıyaslandığında insanlar oldukça küçük varlıklardır ve bu düşünce insanı içsel olarak özgürleştirir. Yani doğayla temas, insanı dünyevi hırslarından arındırmaya yardımcı olur, ruh dinginliğine katkı sağlar. Bu çerçevede hem bireyin kendi iç dünyasının hem de toplumsal ilişkilerinin sağlıklı olmasını ve uygun atmosferin sağlamasını, sürdürülebilmesini istiyorsak, bireyin üzülmesini istemiyorsak; onun kendisine saygısını artırmasını sağlamalıyız. Bu noktada Botton, başarı ve özsaygı arasındaki ilişkiyi şu sözlerle açıklar: "Çaba olmazsa başarısızlık olmaz, başarısızlık olmayınca da kişide aşağılık hissi uyanmaz. Dolayısıyla şu dünyada kendimize duyduğumuz saygı ve güveni belirleyen, yöneldiğimiz hedeflerdir. Kendimize duyduğumuz saygı, gerçekleştirdiğimiz başarıların potansiyelimize olan oranıyla çıkar ortaya" (Botton, 2005: 65). Bu noktada kendimize saygıyı artırmak istiyorsak iki seçenek vardır. Ya daha fazla başarı elde etmeye çalışacağız ya da beklentilerimizin sayısını azaltacağız. Botton, Whilliam James'e atıfla ikinci yolu yani beklentileri azaltmayı seçmenin faydalı olabileceğini vurgulamaktadır (Botton, 2005: 65). Lakin Seneca nazarında beklentiyi tamamen azaltmak yerine onu doğru nesneye yöneltmek yeğdir. Yanlış nesnelere yönelen beklentiler hayal kıırıklığı yaşatırlar. Eğer beklenti doğru nesneye yöneltilip kontrol edebieceeğimiz bir şekilde olursa, beklentiler gerçekleşmediğinde ortaya çıkabilecek olan önemsizlik hissine karşı da önlem alınmış olacaktır. Fakat diyelim ki önemsizlik hissine kapıldık, bu hissin üstesinden nasıl gelebiliriz? "…kendimizi daha önemli bir konuma getirmeye uğraşmak yerine, herkesin eşit derecede önemsiz olduğunu kavramak gerekir. Bizden birkaç milimetre daha uzun olan insanları kafaya takmak yerine binlerce kat büyük şeylerin karşısında hayranlık duymayı seçebilir, hayranlık duyduğumuz şeye de sonsuzluk, evren ya da (basitçe ve çok daha işe yarar bir biçimde) Tanrı adını verebiliriz" (Botton, 2005: 277). Ayrıca önemsizliğin meydana çıkardığı endişelerle mücadele edebilmek için bizzat doğal güzelliklerle dolu yerlere seyahat edebiliriz (Botton, 2005: 284). Bu seyahatler de insana oldukça iyi gelir. Tabi ki kişi endişeli haliyle seyahat etmemeli endişeden arınmaya çalışarak bir seyahat gerçekleştirmelidir. Görüldüğü gibi Botton'un Stoacı bir yaklaşım sergilediğini açıktır. Hatırlanacağı üzere Seneca, seyahatin insana iyi geldiğini savunurken, yol arkadaşının da bu deneyimde önemli bir rol oynadığını belirtmişti. Bu düşüncesini Sokrates'e atıfla derinleştiren Seneca, insanın bir

yolculuktan gerçek anlamda keyif alabilmesi için, olduğu haliyle değil, kendindeki olumsuz yönlerden arınmaya çalışan biri olarak yola çıkması gerektiğini vurgulamıştı.

Genel olarak bireyin kendinden beklediği başarı ile beklentilerinin gerçekleşme hali ve toplumun ona uyguladığı baskı ile ondan bekledikleri arasında bir denge ve uyum aranacaksa felsefenin kadim "kendini tanı" ilkesine başvurulmalıdır. Çünkü bireyin kendine duyduğu saygı, gerçekçi hedefler belirlemesi ve bu hedeflerin kendi potansiyeliyle ne ölçüde örtüştüğünü bilmesi önemlidir. Kişi ancak kendi sınırlarını ve yetilerini tanıdığında, beklentilerini buna uygun biçimde şekillendirebilir ve böylece hem başarısızlık korkusunu azaltır, beklentilerini daha iyi anlar ve içsel saygısını korur. Çünkü bu, bireyin kendini denetim altında tutmasını sağlar. İnsanın, davranışlarını denetim altında tutmadığında başına neler gelebileceğini ve davranışların nasıl uç noktalara gidebileceğini *Eudemos'a Etik* adlı eserinde Aristoteles şu şekilde gösterir:

öfkelilik	vurdumduymazlık	sakinlik
cüretlilik	korkaklık	yiğitlik
yüzsüzlük	çekingenlik	utanmayı bilme
haz düşkünlüğü	duyarsızlık	ölçülülük
kıskançlık	*adsız*	infial
kazanç	zarar	adalet
savurganlık	cimrilik	cömertlik
şarlatanlık	istihza	ciddiyet
dalkavukluk	soğukluk	dostluk
oltukçuluk	incelikten habersizlik	samimiyet
açgözlülük	içi geçmişlik	sağlam karakterlilik
kendini beğenme	pısırıklık	yüce gönüllülük
gösteriş budalalığı	eli sıkılık	ihtişam
kurnazlık	avanaklık	aklı başındalık[14]

Bu listede ideal olana ulaşmak ve yaşamı o ölçüde sürdürebilmek için sağduyunun yardımı ile bilgelik ve soğukkanlılıkla hareket etmek, bunun için *orta olma* ilkesini benimsemek gereklidir. Böylece insan en iyi'ye ulaşabildiği gibi en iyi huyu da oluşturacaktır (Aristoteles, *Euth. Eth*. 2. III. 25-30). Bu noktada duygularımızın bizi hedeflerimizin çok altında ya da çok üstünde bir yerlere götürebileceği açıktır. Örneğin kendi haline bırakıldıklarında duygularımızın ne yöne gideceği pek belli olmaz: bizi sağlıklı ve erdemli olmaya götürebilecekleri gibi açgözlülüğe, denetimsiz öfkeye ve öz yıkıma da sürükleyebilirler. Bu yüzden sağduyu yetimize başvurmalı bu şekilde duygularımızı uygun şekilde yönlendirmeliyiz.

[14] (Aristoteles, *Euth. Eth.* 2. III. 1221a)

Böylece örneğin istediğimiz bir şeye gerçekten ihtiyaç duyup duymadığımızı ya da korktuğumuz bir şeyin de gerçekten ürkünç bir şey olup olmadığını kendimize rahatlıkla sorabiliriz (Botton, 2005: 139-140). Bu tür bir içsel denetim, yalnızca erdemli bir yaşam sürmeyi değil, aynı zamanda karşılaştığımız durumlara akıl süzgecinden geçirilmiş, sağlıklı, tutarlı ve kişiliğimize yakışır tepkiler vermeyi de mümkün kılar.

3.2.3. Modern Yaşamın Ruhsal Sorunları: Stresten Yabancılaşmaya ve Yönsüzlüğe

Ruh dinginliğini tehdit eden unsurlardan bir diğeri strestir. 1939 yılında Hans Selye bu kavramı bilimsel literatüre kazandırmıştır. O, 'Vücudun herhangi bir değişime karşı gösterdiği genel tepki' olarak stresi tanımlar ve stresin tıbbi anlamda psikolojik ve fizyolojik tepkilerle kendini gösterdiğini söyler. Seneca'nın genel anlamda düşüncelerini göz önüne aldığımızda bugün stresin insanın ruh dinginliğini bozduğunu ve ruhun huzursuzluğunun kaynaklarından biri olduğunu söyleyebiliriz. Ayrıca stres sadece ruh sağlığını değil akıl ve beden sağlığını da etkilemektedir. Robert M. Sapolsky bu alanda derinlemesine çalışmış ve stresin akut ve kronik halde olabileceğini, kardiyovasküler sistemde ölümcül sorunlara yol açabildiğini, metabolizma üzerinde yan etkileri olduğunu, mide ülserine dahi sebep olduğunu, hormonal sisteme, üreme sistemine, bağışıklığa ve bundan kaynaklı hastalıklara yakalanma konusunda insanı daha açık hale getirdiğini, hafıza ve öğrenme gücüne ve de uyku bozukluklarına neden olduğunu gösterir, hatta çocukluk döneminde strese maruz kalmanın ileriki yaşlarda ortaya çıkabileceği sonuçlara değinirken stresin daha birçok etkisi olduğunu da ortaya koymaktadır (Sapolsky, 2004: IV) Stresin akıl sağlığı üzerindeki olumsuz etkisi bir domino etkisi yaratarak bedeni de olumsuz yönde etkiler. Bilindiği gibi insanın doğru seçimler yapmasında ve yaşamını daha iyi yönetebilmesinde aklını doğru kullanması önemlidir. Bu noktada insan zihninin, bedeni etkisi altına alıp ölüme götürmesi olasıdır. Hatta Sapolsky 'Voodoo Ölümü'nü örnek göstererek zihnin bedeni nasıl öldürebileceğinden de şöyle bahseder:

> Vudu ölümüyle ilgili iyi belgelenmiş örnekler, geleneksel ve Batılılaşmamış pek çok kültürden ortaya çıkmıştır. Birisi yasak bir yiyeceği yer, şefi aşağılar, birlikte olmaması gereken biriyle birlikte olur ya da kabul edilemez derecede şiddet içeren veya kutsallara hakaret eden bir şey yapar. Öfkelenen köylüler bir şaman çağırır; şaman, suçluya bazı ritüel süsler sallayarak, bir vudu bebeği yaparak ya da başka bir yolla kişiyi lanetleyerek büyü yapar. Ve inanılmaz bir hızla, lanetlenen kişi yere yığılır ve ölür. Sapolsky'nin en ilginç bulduğu karmaşa ise şu şekildedir: Şaman açıkça bir kişiye lanet okur, köy halkı da "vudu laneti işe yaradı; bu kişi zaten ölecek, o hâlde ona yiyecek ve su israf etmeyelim" der. Kişi

> yiyecek ve sudan mahrum bırakılarak açlıktan ölür; bir başka vudu laneti gerçek olmuş gibi görünür, şamanın ücretleri artar. (Sapolsky, 2004: III)

Vudu ölümü, batılılaşmamış geleneksel toplumlarda, toplumsal bir tabu ihlal edildiğinde şamanlar tarafından uygulanan lanetlerin ardından bireylerin kısa sürede ölmesiyle kendini gösteren belgelenmiş bir olgudur. Sapolsky, bu ölümlerin bazen kişinin yiyecek ve sudan mahrum bırakılmasıyla gerçekleştiğini ancak bazı durumlarda bu ölümlerin psikofizyolojik nedenlerle gerçekleştiğini aktarır. Harvard Üniversitesi'nden Davis ve DeSilva, bu tür ölümleri "psikofizyolojik ölüm" olarak tanımlar; Cannon bunun sempatik sinir sisteminin aşırı çalışması sonucu oluştuğunu, Richter ise vagus sinirinin aşırı etkinliğiyle kalbin durduğunu öne sürer. Her iki teorisyen de doğrudan bu tür ölümleri incelememiştir fakat Davis ve DeSilva, sempatik sistemin kalbi iskemik duruma sokarak ani kalp ölümüne yol açtığını savunur. En şaşırtıcı yönü, bu tür ölümlerin genç ve sağlıklı bireylerde de görülmesidir ki bu da ya bilinmeyen kalp risklerine ya da kültürel inançların ölümcül etkilerine işaret eder. Davis ve DeSilva'ya göre inanç sadece iyileştirmekle kalmaz, öldürebilir de (Sapolsky, 2004: IV). Bu örnek, beden–ruh–akıl ilişkisini inceleyen modern psikolojide ve psikosomatik tıpta da temel bir vakadır. Zihin, yalnızca düşünce üretmekle kalmaz; aynı zamanda bedeni fizyolojik olarak etkileyebilir. Bir kişi bir lanete, büyüye ya da kötü bir kadere güçlü bir şekilde inanıyorsa bu inanç zihinsel bir süreç gibi görünse de, beden üzerinde somut, fiziksel etkiler yaratabilir. Yani irrasyonel bir inanç insanın ölümüne neden olabilir. Dolayısıyla bazı kültürel inançların ve psikolojik beklentilerin ölümcül etkisi olabilir, yani insanın, kendisine büyü yapıldığına inanarak salt korkudan, panikten ya da çaresizlik hissinden ve sonuç olarak stresten ötürü kısa sürede hayatını kaybedebilir. Seneca'nın düşüncelerini göz önüne aldığımızda bu tür durumların üstesinden gelmek için aklın rehberliğine başvurmayı önerdiğini söyleyebiliriz. Nasıl ki öfke anında kişi ne yaptığını fark edemez hâle gelir ve çare olarak aklını devrede tutması gerekiyorsa, benzer şekilde stres kaynaklı korku ve inanç temelli sarsıntılarda da insan akla yönelmeli, düşüncelerini makul temellere oturtmalı. Ve gerektiğinde köklü inançlarını dahi mantığın ve aklın terazisine koyarak tartabilmeli, hatalı ya da yanlış olanları ise ne kadar alışılmış ya da kutsal sayılmış olursa olsun terk edebilmelidir.

Byung Chul Han, 21. yüzyılın patolojik manzarasını 'depresyon, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu [DEHB], sınırda kişilik bozukluğu [SKB] veya tükenmişlik sendromu [TS]' gibi sinirsel hastalıklar olarak gösterir. Bulaşıcı olmayan bu hastalıklar dengenin

bozulması, aşırılık, ölçüsüzlük ve uç noktalara varmak gibi algılanabilir. Dolayısıyla Han'a göre bu yüzyıl ne bakteriyel ne viral olarak belirlenmiş değildir, sinirsel (neural) olarak belirlenmiştir (Han, 2019: 7-8). Foucault'un günümüz toplumunu hastaneler, hapishaneler, kışlalar ve fabrikalardan oluşan bir disiplin toplumu olarak görmesine pek de katılmayan Han, bunların yerini fitness salonlarının, bürolardan oluşan gökdelenlerin, bankaların, havaalanlarının, alışveriş merkezlerinin ve gen laboratuvarlarının aldığını söyleyerek 21. yüzyıl toplumunu disiplin değil performans toplumu olarak görür. Bu toplumun üyeleri Han'ın deyimiyle 'itaatkâr özne' değil 'performans öznesi'dir. (Han, 2019: 17). 21. yüzyıl hem sinirsel (neural) ki yukarıda bahsettiğimiz gibi birçok hastalığın olduğu hem bakteriyel ve viral (ki bunun en yakın örneği dünyayı etkisi altına alan 'Covid-19 (11 Mart 2020'de Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Covid-19'u küresel pandemi ilan etti ve yaklaşık 3 yıl 5 ay sürdü (5 Mayıs 2023'de DSÖ, COVID-19'un artık küresel bir acil sağlık durumu olmadığını açıkladı) olarak belirleyebiliriz. Sadece covid-19'a bağlı kalarak bu yüzyılın viral yüzyılı yıl oldğunu elbette net bir biçimde söyleyemeyiz ama bugün viral olan birçok hastalığın, bulaşıcı birçok virüsün türediğini de görmezden gelemeyiz. Tüm bunların yanı sıra, 21. yüzyıl modern toplumunu ekonomik, biyopolitik, teknolojik alanlarda ilerlediği ve işlevsel yapılar ile üst düzey mekânlar aracılığıyla şekillendiği bir inşa yüzyılı olarak da değerlendirilebiliriz. Bu tabir (inşa yüzyılı), Stoacı bakış açısıyla ve doğaya uygun yaşam düşüncesiyle değerlendirildiğinde, bizzat doğanın tahribatına zemin hazırlayan bir sürece işaret eder. Zira bu süreç, doğal kaynakların hoyratça tüketilmesine, diğer canlılara yönelik saygının yitirilmesine ve doğanın insan eliyle köklü biçimde dönüştürülmesine neden olmaktadır. Bu dönüşümü öngören Hobsbawm şunu söylemiştir:

> Gelecek, geçmişin bir devamı olamaz ve gerek dışsal, gerekse içsel olarak tarihsel bir kriz noktasına ulaştığımızı gösteren belirtiler var. Tekno-bilimsel ekonominin oluşturduğu güçler artık çevreyi, yani insan hayatının maddi temellerini tahrip edecek kadar büyüktür. Bizzat insan toplumlarının, kapitalist ekonominin bazı toplumsal temellerini de kapsayan yapıları, insanlığın geçmişinden devraldığımız şeyin aşınmasıyla tahrip olma noktasındadır. Dünyamız hem dışa hem de içe doğru infilak etme tehlikesiyle karşı karşıyadır. (Hobsbawm, 1996: 666)

Bugün bu tehlikelerden biri de teknoloji kaynaklıdır; bu durumun modern birey üzerindeki etkilerini Han şöyle açıklar:

> MODERN TEKNOLOJİ insanı yeryüzünden uzaklaştırır. Uçaklar ve uzay gemileri yeryüzünün yerçekimini insanın elinden alır. Yeryüzü, uzaklaştıkça küçülür. Yeryüzü,

> üzerinde ne kadar hızlı hareket edilirse, o kadar daralır. Yeryüzü üzerinde, mesafeleri kaldırmaya yönelik her girişim insanla yeryüzü arasındaki mesafenin de giderek artmasına yol açar. Böylelikle, insanı yeryüzüne yabancılaştırır. İnternet ve elektronik posta coğrafyayı, hatta yeryüzünü ortadan kaldırır. Elektronik posta, nereden gönderildiğini belli edecek tek bir işaret barındırmaz. Bir mekânı yoktur. Modern teknoloji insan yaşamını yeryüzünden yoksun bırakır. Heidegger'in "zemin üzerinde durma" (Bodenständigkeit) felsefesi, insanları tekrar yeryüzüne döndürme ve tekrar oluşsallaştırma girişimidir. (Han, 2020: 31).

Görüldüğü üzere Han, modern teknolojinin insanı yeryüzünden mekânsal ve varoluşsal olarak kopardığını söylemektedir. Uçaklar, internet, e-posta gibi araçlarla insan, doğrudan deneyimlediği mekândan ve doğadan uzaklaşmaktadır. Heidegger'in "zemin üzerinde durma" (Bodenständigkeit) kavramı, bu kopuşa karşı bir tür "varlığa geri çağrı" olarak görülebilir. Her ne kadar Heidegger'in bu kavramı ontolojik bir duruma, Seneca'nın ise "doğaya uygun yaşam" ilkesinin etik bir yönelime karşılık gelmesi bakımından epistemolojik düzeyde farklı olsa da, her ikisi de insanın köksüzleşmesine ve yabancılaşmasına dikkat çeker. Modern teknolojiyle yeryüzünden kopuş Seneca açısından değerlendirildiğinde, insanın doğaya uygun yaşamdan uzaklaşarak ruhen dengesiz, tatminsiz ve köksüz bir hayata sürüklenmesi anlamına gelir. Doğadan kopmak, yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda ahlaki ve ruhsal bir sapmadır. Bu sapma da ruhsal huzursuzluğun temel kaynaklarındandır. Han'ın ifadesiyle, elektronik posta bile sahici bir mekâna ait değildir. Bu "mekânsızlık", bireyin hem bedensel deneyimden hem de yerle, aidiyetle kurduğu anlam ilişkilerinden kopmasına neden olur. Bu da insanın kendini yönsüz, savruk ve yerleşmemiş hissetmesine yol açar. Aslında insan kendine yabancılaşmaktadır. Yabancılaşmanın meydana çıkardığı sorunları, başta ruhsal bozukluklar olmak üzere bireye yaşattıklarını Fromm şöyle anlatır:

> Yabancılaşma olayının burada kısaca değineceğimiz daha başka klinik görünümleri de vardır. Tüm bunalım, bağımlılık ve putlaştırma durumları (fanatik olanlar dâhil) yabancılaşmanın doğrudan anlatımları ya da yabancılaşma için doğrudan ödediğimiz bedeldir. Bunlara ek olarak ruhsal bozuklukların kökenindeki önemli bir olay olan insanın kendi kimliğini yaşamakta başarısızlığa uğraması da yabancılaşmanın sonucudur. Yabancılaşmış biri kendisine özgü duygu ve düşünce işlevlerini dışındaki bir nesneye aktarmış olduğu için artık kendisi değildir. Onda hiçbir 'ben' ya da kimlik duygusu yoktur. Kimlik duygusundan yoksun olmanın pek çok sonuçları vardır. En temel ve yaygın olanı, kişiyi kendi içinde çözülmüş bıraktığı için tüm kişiliğin bütünlenmesini engelleyendir. Kendi içinde çözülmüş olan birey ya 'bir şeyi isteme' yeteneğinden yoksundur ya da eğer bir şey istiyormuş gibi görünüyorsa, istenci sağlıksızdır. En geniş anlamında, her nevroz bir yabancılaşmanın sonucu olarak ele alınabilir. Bu doğrudur. (Fromm, 2019: 65)

Bu değerlendirme, nevrozun yalnızca yabancılaşmadan değil, biyolojik, psikolojik ve toplumsal pek çok etmenden de kaynaklanabileceği gerçeğini dışlamaz; ancak yabancılaşma,

nevrotik süreçlerde merkezi bir paya sahiptir. Yabancılaşma olgusunun göstergelerinden biri de ahlak sorunu olarak karşımıza çıkan kayıtsızlık halidir. Nitekim birey kendine verdiği önemi ve hatta biricikliğe ilişkin duyguyu yitirdiğinden kendi dışındaki amaçları araç yapmış ve adeta kendisini bir eşya gibi görmeye başlamıştır, bu yüzden kendi güçlerine de yabancılaşmıştır. Kendini aşağılamaya da başlamış, yapabileceklerine dair inancını yitirmiştir. Haliyle kendini karanlıkta hisseden bu birey kendine gelmek için cesaret etmeye korkar olmuştur (Fromm, 2022a: 261). Yabancılaşmanın meydana getirdiklerinin yanı sıra modern insanı bilindik çölde dolaşan bir hacı (pregrinus) metaforuyla açıklayan Zygmunt Bauman'a göre bu insan yeryüzünde bir çölde dolaşır gibi yaşar, 'biçimi olmayan şeylere biçim, arızi şeylere süreklilik' verir ve bu parçalı şeylerden bir bütün oluşturur. Proje hedefli bir yaşam süren bu insanın dünyası yönetilmiştir (Bauman, 2018: 11-25). Burada kullanılan "hacı" benzetmesi, geleneksel anlamda kutsal bir amacı, yönü ve yolculuğu olan insan figürünü çağrıştırır. Ancak Bauman'a göre modern hacı, artık kutsal bir yeri ziyaret etmek için değil, kendi kimliğini, anlamını ve bütünlüğünü aramak için yola çıkmıştır. Ama bu yolculuk, belirsizliklerle dolu, sürekli değişen ve şekilsiz bir dünyada gerçekleşmektedir. Çöl burada, yönsüzlük hissi yaratan bir metafordur. Tıpkı bir çöldeki yolcunun yönünü bulmakta zorlanması gibi modern insan da hayatına yön verecek sabit değerlerin yoksunluğunu yaşar. Çünkü dünyasında hiçbir şey sağlam, sürekli veya tam değildir; bu nedenle kişi, istikrar arayışında, parçalı ve rastlantısal olan şeylerden sözde bir bütünlük kurmaya çalışır. Bu, Bauman'ın meşhur "akışkan modernite" kavramıyla da ilgilidir: Hayat sabit değil, akışkandır; ilişkiler, kimlikler, bağlar geçicidir. Modern insanın yaşamı, sürekli olarak hedefler koyma ve bu hedeflere ulaşmaya çalışma biçiminde düzenlenmiştir. Bu da kişiyi sürekli bir çaba ve üretkenlik baskısı altında tutar. Ancak bu hedefler, çoğu zaman derin bir anlamdan yoksun, daha çok toplumsal beklentilere yanıt vermeye yöneliktir. Nitekim onun dünyası dışsal olarak yön verilmiş, yani kendi doğallığı içinde değil, sürekli yönlendirilmiş bir şekilde biçimlenmiştir. Kendi iç sesine göre değil, sistemin dayattığı yönelimlere göre hareket eder: kariyer hedefleri, tüketim alışkanlıkları, başarı ölçütleri vs. Sonuç olarak Bauman, modern insanın kimlik, anlam ve aidiyet krizine işaret etmektedir. Modern hacı da kutsal olanı değil, parçalanmış kimliğini ve yaşam bütünlüğünü aramaktadır.

Fakat Han nazarında modern insana gerçek bir hacı demek tam anlamıyla uygun değildir. Ona göre hacı ile modern insan arasında farklar vardır. Bu düşüncesini de şöyle açıklar:

> Bauman'ın "hacı" tabiri modem insana tamamen uygun değildir çünkü peregrinus bu dünyada bir yabancı gibi hisseder kendini. Burada evinde değildir. Dolayısıyla Oraya götüren bir yoldadır hep. Modern dönemde Burada ve Orada arasındaki fark ortadan kalkmıştır. Modem insan bir Orada'ya değil, daha iyi ve farklı bir Burada'ya doğru ilerler. Peregrinus için ise Buradaki bir ilerleme söz konusu değildir. Dahası, onun yolu ne "düzenli"dir ne de "güvenli". Çöl belirsizlik ve güvensizlik mekânıdır. Önceden belirlenmiş bir yolu takip eden hacıdan farklı olarak, modem insan kendi yolunu çizer. Bir hedefe doğru uygun adım ilerleyen bir asker ya da bir emekçi gibidir daha çok. Peregrinus kendi oluşsallığına fırlatılmıştır. Modern insan ise, özgürdür. (Han, 2020: 39-40)

Hem Bauman'ın "hacı" metaforu hem de Han'ın "peregrinus" figürü, Seneca'nın iç huzur ve ideal erdemli bilge figürüyle çelişmektedir. Bu iki metafor, modern bireyin yönsüzlüğünü, köksüzlüğünü ya da dışsal hedeflere saplantılı yaşamını vurgularken Seneca'nın öğretisi *tranquillitas animi* (ruh dinginliği), içsel dengeye, doğaya uygun yaşama ve tutkuların dizginlenmesine dayanır. Dolayısıyla gerek sürekli bir hedefe koşan modern hacı gerekse yersizlik içinde savrulan peregrinus, Seneca'nın önerdiği sarsılmaz ruh hâlinden uzakta durur. Her iki durumda da ruh dinginliğini bozan pek çok unsurla karşı karşıya kalınır. Bauman'ın hacısı bir projeye yöneldiğinden ve amaç sahibi ama dışsal hedeflere bağımlı bir figür olduğundan ve bu durumlar servet, mevki, statü gibi hedeflere yönelik tutkulara kapı açacağından ruh dinginliğini bozmaktadır. Yine Han'ın kendini bu dünyada evinde hissetmeyen diğer bir deyişle yere bağlı olmayan *pregrinus*'u belirsizlik içindedir ki bu da ruh dinginliğini etkiler. Oysaki Seneca nazarında doğa insana yaşamak için bir yer vermiştir ancak bu yerde insanın yönünü şaşırması söz konusu olabilir. Ona göre insan, kozmik düzenin parçası olarak, doğada bir yer edinmelidir. Kendi doğasına ve evrensel doğaya uygun yaşamalıdır. Dış dünyadaki konumunu, güvenliğini ve aidiyetini de görmezden gelmeyip kararlılıkla aklın rehberliğinde yaşamalıdır. Nitekim bu kararlılık erdemli iyi yaşamı doğurur. İnsanın gerçek yolu, erdemli yaşama götüren yoldur. Bu yolun dışına çıkan her tür yürüyüş, ister düzenli (Bauman'ın hacısı gibi), ister kaotik (Han'ın peregrinus'u gibi) olsun, ruhsal dinginliğe değil, dağınıklığa götürür. Dolayısıyla iyi yaşam için Seneca'nın önerdiği yol daha öncelerde de sıkça bahsettiğimiz üzere doğaya uygun, akılla uyumlu, tutkuların değil erdemin belirlediği, sade ve bilinçli bir yaşamdır. Bu yaşamda birey ne projelere saplanır ne de yönsüzlüğe düşer çünkü içsel ölçütlerle yaşar. Böyle bir yaşamda da insan doğayla temas ettikçe hem kendini hem de yaşamın anlamını yeniden keşfeder. Le Breton'un dediği gibi;

> Bereket versin, biz dünyanın kentlerine, ormanlara, dağlara, çöllere doğru tekrar yola çıkacağız, başka görüntüler, başka duyumsallıklar biriktireceğiz, başka yerler, başka yüzler keşfedeceğiz, yazmak için bahaneler arayacağız, bakışımızı yenileyeceğiz ve hiçbir zaman

> dünyanın araba lastiklerinden çok ayaklar için yaratılmış olduğunu asla unutmayacağız ve bir bedene sahip olduğumuz müddetçe ondan yararlanmak gerektiğini de unutmayacağız hiç. (Le Breton, 2008: 136)

Sonuç olarak doğada insanı bekleyen sayısız güzergâh vardır. İnsan, doğru donanım ve bilinçle yola koyulduğunda; köyleri, kentleri, tepeleri, dağları, ormanları, denizleri ve çölleri gözlemleyip tecrübe ederek hem doğanın hem de kendi varlığının hakkını verebilir. Bu da onu doğaya uygun, bilinçli, farkında ve erdemli bir yaşam doğrultusunda mutluluğa götürecektir.

3.3. 'Toplumsal Dönüşümün Gölgesinde İyi Yaşam Mümkün Mü?' Sorusu

Byung-Chul Han, özellikle *Yorgunluk Toplumu* adlı eserinde 'aktiflik toplumu' ve 'yorgunluk toplumu' kavramlarından bahseder. O, Modern insanın psikolojik ve toplumsal durumunu eleştirmek adına bu kavramları kullanmaktadır. Han, ekonomiyle sınırlı kalmayan; kültür, siyaset ve birey-toplum ilişkileri düzeyinde de etkili olan neoliberal sistemin insanı dönüştürmesini eleştirmektedir. Ekonomik ölçekte neoliberalizm; devletin ekonomi üzerindeki denetimini azaltmasıdır. Ayrıca neoliberalizmde özelleştirme söz konusudur ki bu kamu hizmetlerinin özel sektöre devri demektir. Yine neoliberalizm serbest ticaret yani gümrüklerin kaldırılması, küresel pazara açılma, güvencesiz çalışma biçimlerinin artmasına neden olan iş gücü piyasasının esnekleştirilmesi ve rekabetin her şeyden üstün tutulması gibi özelliklerle kendini göstermektedir. Toplumsal ve kültürel boyutta ise insan 'girişimci özne' olarak görüldüğünden kendi yaşamının CEO'su gibidir. Her birey kendi başarısından veya başarısızlığından sorumludur. Toplumsal eşitsizliklerin yapısal değil, bireysel çaba eksikliğiyle ilgili olduğu öne sürülür. Rekabet, verimlilik ve performans bireyin değerini belirler. Görüldüğü gibi bu anlayış birçok alana sirayet etmiştir. Bu anlayışa göre birey; üretken, rekabetçi ve gelişim odaklı olmalı, kendi ürettiklerini pazarlamalı ve markalaşarak başarılı görülmelidir. Mutluluk bile kişisel bir proje haline getirilerek; 'yoga yap, meditasyon yap, verimli uyu, kişisel geliş ama hep bireysel çaba ile olsun bunlar' anlayışı hâkimdir. Yaşamın daha iyi olacağı iddiasını taşıyan bu sistem zamanla pratiğe yansımada tartışılır hale gelmiştir. Han, bu tartışmada 'aktiflik toplumu'ndan bahseder ve modern çağın insanını 'pasiflikten' kurtulmuş, kendini sürekli 'aktif' tutmak zorunda hisseden bir varlığa dönüştürdüğünü düşünür. Bu bağlamda aktiflik toplumu bireyin sürekli üretken ve meşgul olmasını salık veren ve bunun bir nevi norm haline geldiği toplumsal yapıdır (Han, 2019: 51-53) Her şeyin imkân dâhilinde yapılabilir göründüğü ve neoliberal sistemin de yansımalarının olduğu bu toplumda birey

tükenene kadar çaba sarf eder, kendini zorlar. Bunun sonucunda bireyde kronik yorgunluk görülebileceği gibi çabasının ve emeğinin karşılığını alamadığında ya da hedeflerine ulaşma noktasında kendini gerçekleştiremediğinde özgüven kaybı ve benlik krizleri gibi durumlar yaşanabilir. Dolayısıyla sürekli üretkenliğin sonunda bireyin yaşadığı ruhsal çöküşün ve depresyonun baskın hale gelmesi yorgunluk toplumunun göstergesidir. Böylece yorgunluk toplumu, modern insanın görünürde özgürleşmiş olmasına rağmen içselleştirilmiş baskılar yoluyla tahakküm altına alındığını ortaya koymaktadır (Han, 2019: 7-22).

Aktiflik toplumu verimlilik ve sürekli meşguliyet toplumudur. Bu toplumun üyeleri kendini motive etmeye çalışan ve kendine telkinlerde bulunan bireylerden oluşur. Bu bireyler performanslarını artırmak yönünde bir zorunluluk hissederler. Yorgunluk toplumu ise tükenmiş bireylerin yaşadığı toplumdur. Bu toplumun sürekli aktif olmaya ve performans göstermeye, üretmeye zorlanan bireyleri artık yorgun, bitkin ve tükenmiş hale gelir. Bireylerde birçok psikolojik rahatsızlık (anksiyete, depresyon, tükenmişlik sendromu gibi) yaygınlaşır. Çünkü bireyin kendisini motive etmeye çalıştığı ve kendine telkinlerde bulunduğu örneğin 'yapabilirim, başarmalıyım, daha fazla üretmeliyim' gibi ifadelerin yüklediği zorunluluk onu kendi potansiyelinin esiri haline getirir. Sonuç olarak denilebilir ki aktiflik toplumu; bireyin sürekli kendini geliştirmeye zorlandığı, başarıya odaklı bir yaşam biçimini tanımlarken; yorgunluk toplumu ise bu bitmek bilmeyen performans arzusunun yol açtığı tükenmişlik halidir.

Aktiflik toplumu ile yorgunluk toplumu ayrımında olduğu gibi Byung-Chul Han, Michel Foucault'nun kavramsallaştırdığı disiplin toplumu ile kendi tanımladığı performans toplumu arasında da dikkat çekici bir ayrım yapar. Michel Foucault, 19. ve 20. yüzyılın başlarında egemen olan toplumsal yapıyı 'disiplin toplumu' olarak kavramsallaştırmıştır. Bu toplum biçiminde bireyler; devlet, okul, ordu, hapishane ve kilise gibi dışsal otoriteler aracılığıyla gözetim altında tutulur ve disipline edilmeye çalışılır (Han, 2020a: 27). Söz konusu otoriteler, bireyin kendini gerçekleştirmesinden ziyade, onun uyumlu ve itaatkâr bir özneye dönüşmesini hedeflerler. Bu yapıda bireyin eylemleri, 'Yapmamalısın!' ilkesi doğrultusunda, yasaklar ve kurallarla sınırlandırılır. Buna karşılık Byung-Chul Han, 21. yüzyılın karakteristik toplumsal yapısını 'performans toplumu' olarak tanımlar. Bu toplumda, dışsal baskıların yerini içselleştirilmiş ve görünmez baskı biçimleri alır. İktidar artık yasaklayan değil, teşvik eden ve

özgürlük görüntüsü altında bireyi daha derin biçimde yönlendiren bir yapıya sahiptir. Birey, dışsal bir otoritenin emrine tabi olmaktan çıkar; bunun yerine, kendi başarı arzusu, hedefleri ve verimlilik takıntısı tarafından yönlendirilir. Böylece, disiplin toplumunun 'itaatkâr öznesi' yerini performans toplumunun 'başarı öznesi'ne bırakır. Sonuç olarak performans toplumu, bireye özgürleştiği izlenimini verirken onu durmaksızın kendini zorlamaya ve tüketmeye iten bir yapıya hapseder. Bu toplumda birey, performans öznesi konumundadır. Ancak kendini denetleyen, kendinin patronu olan bu birey kendini sömürmekte olduğunun farkında değildir. Kendi üzerindeki baskıyı özgürlük zannetmektedir (Han, 2020a: 11-12-23-24; bkz. Han, 2019: 17). Bu görünmez baskı ve öz-sömürü yapısının net biçimde ortaya çıktığı yerlerden biri de Han'ın 'şeffaflık toplumu' olarak adlandırdığı toplumsal düzendir. Şeffaflık toplumu, performans mantığının daha da derinleştiği, bireyin artık kendi üzerindeki tahakkümü içselleştirdiği bir aşamayı temsil eder. Bu toplum biçiminde birey, yalnızca başarıya odaklanan bir özneye dönüşmekle kalmaz, aynı zamanda kendi sömürücüsü haline gelir:

> Şeffaflık toplumu tam da performans toplumu mantığıyla hareket eder. Performans/başarı öznesinin karşısında onu çalışmaya zorlayan ve sömüren bir tahakküm mercii yoktur. O kendisinin efendisi ve girişimcisidir. Ama tahakküm merciinin yok oluşu gerçek bir özgürlüğe ve zorlamadan kurtuluşa yol açmaz, çünkü performans öznesi *kendini* sömürür. Sömüren aynı zamanda sömürülendir de… Performans öznesi özgür, kendisi tarafından oluşturulmuş bir mecburiyete tabi kılar kendini. (Han, 2020b: 70)

"Kendini özgür sanan performans öznesi aslında bir köledir. Efendisi olmaksızın kendini gönüllü olarak sömürmesi ölçüsünde *mutlak köle*dir" (Han, 2020a: 12). Ayrıca Han, Alain Ehrenberg'den alıntılayarak, performans toplumuna geçişteki bireyin ruh halini şöyle açıklar:

> Depresyonun kariyeri, toplumsal sınıflar üzerinde otoriter ve yasaklayıcı bir hâkimiyet kurup her iki cinsiyete de oynamaları gereken rolü tayin eden davranış kontrolü kisvesindeki terbiye modelinin yerini, herkesi şahsi teşebbüse davet edip kişinin kendisi olmasını mecbur kılan yeni normun almasıyla başladı... Depresif kişi miktar dolayısıyla harap olmamıştır. Takatinin kesilmesinin sebebi kendi olmak mecburiyeti dolayısıyla gösterdiği çabalardır. (Han, 2019: 19)

Görüldüğü üzere performans toplumu birey üzerinde psikolojik bir yük oluşturmaktadır. Artık bireyin karşılaştığı sorun, dışsal baskılarla sınırlanmak değil; kendi olma mecburiyetiyle yüzleşmek zorunda kalmasıdır. Bu zorunluluk, kulağa özgürlük gibi gelse de aslında bireyi sürekli olarak kendi kimliğini üretmeye, yeniden tanımlamaya ve 'olması gereken kişi' olmaya zorlar. Bu da insanın iç dengesini bozan, derin ve sürekli bir çaba hali yaratır. Hatta "Takatinin

kesilmesinin sebebi kendi olmak mecburiyeti dolayısıyla gösterdiği çabalardır" ifadesi performans toplumunun yarattığı depresyonun sebebini açıklamaktadır. Öyle ki kişi, dışarıdaki bir güç tarafından ezilmemektedir fakat kendi potansiyelinin yükü altında ezilmektedir. Bu içsel baskı, kişiyi yalnızca başarısız hissettirmez; aynı zamanda başarmış olsa bile neden hâlâ tatmin olmadığını açıklayamaz hale getirir. Çünkü her zafer, daha büyük bir beklentinin eşiğidir. Bu bağlamda denebilir ki modern depresyon, güçsüzlükten değil, sonsuz güç arzusu ve kendini gerçekleştirme mecburiyetinin bıktırıcı baskısından da doğar. Birey, sanki her an kendini yeniden icat etmek, geliştirmek ve kanıtlamak zorundaymış gibi yaşar. İşte bu durum, sadece bir psikolojik çöküş değil, aynı zamanda varoluşsal bir yorgunluk hali yaratır.

Han'a göre günümüzde disiplin toplumu aşılmıştır; artık performans toplumu içerisindeyizdir. Günümüzde bireyler artık dışsal baskılarla değil, özgürlük ve başarı illüzyonuyla yönetilmektedirler. Performans toplumu, bireyi daha derinden, daha görünmez biçimde tahakküm altına almıştır. Bu da bireyin kendini gerçekleştirme arzusu ile tükenmesi arasındaki çelişkiyi doğurur. Performans toplumunda yorgunluk, yalnızca bedensel bir tükenmişlik değil, aynı zamanda ruhsal ve ilişkisel bir yorgunluktur. Bu tür bir yorgunluk bireyi çevresinden koparır, onu izole eder ve yalnızlaştırır. Bu noktada Han, Peter Handke'nin görüşlerine de yer vererek şöyle açıklık getirir:

> Bunu Peter Handke "*Yorgunluk Üzerine Deneme*"sinde "bölücü yorgunluk" olarak isimlendirir: "İki kişi önlenemez bir biçimde birbirinden uzak, her biri kendi en yüksek yorgunluğuyla meşgul; bizim yorgunluğumuzdan ziyade, seninki orada benimki burada yorgunluğu." Bu bölücü yorgunluk kişiyi "dilsizlik ve bakış beceriksizliğiyle" vurur. Bakış sahasını tamamıyla yalnızca ben zapt eder: "Ona 'Ben senin yorgununum' diyebilemem, hatta Yorgunum! bile diyemem (ki bu belki de bizi bireysel cehennemimizden kurtaracak ortak haykırışımız olurdu). Bu tür yorgunluklar konuşma yetimizi, nefsimizi yakıp küle çevirir." Bu, her toplumu, her bir-araya gelişi, her yakınlığı ve aslında dilin kendisini imha eden şiddettir. "Bu tarzdaki yorgunluk, kalması gerektiği gibi, dilsiz olarak şiddete zorlar. Belki de bu, başkasının biçimini bozan bakışta ortaya çıkar." (Han, 2019: 52-53)

Oysa Seneca'nın felsefesi, bireyin kendini sürekli yeniden üretmesine değil, kendini tanımasına; daha çok başarmaya değil, daha sade ve erdemli yaşamaya çağırır. İyi yaşam, dışsal başarılara değil, içsel huzura bağlıdır. Performans toplumunun dayattığı 'sürekli meşgul ol' ilkesi, Seneca'nın önerdiği bilinçli bir durma ve düşünme pratiğine terstir. Çünkü Seneca, insanın ancak doğasına uygun yaşadığında, tutkularının esiri olmadığında ve aklı rehber edindiğinde mutlu olabileceğini savunur. Modern bireyin üretkenlik kisvesi altında yaşadığı içsel yorgunluk hali, Stoacı anlamda içsel özgürlükten ve ruh dinginliğinden uzaklaşmayı ifade

eder. Dolayısıyla performans toplumunun ideali ile Seneca'nın iyi yaşam anlayışı arasında derin bir karşıtlık bulunur: İlki bireyi tüketirken, diğeri bireyin kendini gerçekleştirmesine alan açar. Yine Seneca'ya göre ruh dinginliği, ölçülülük ve kendine yeterlilikle mümkündü. Oysa performans toplumunun bireyi, sürekli kendini aşma ve 'olması gereken kişi' olma zorunluluğu nedeniyle içsel bir huzursuzluk yaşar. Bu çaba, bireyi kendi doğasından uzaklaştırır ve ruhsal yorgunluğa sürükler. Bu yüzden Seneca'nın erdem temelli yaşam çağrısı, performans toplumunun yıpratıcı taleplerine karşı bir içsel özgürlük ve sade yaşam önerisi sunar.

Modern birey artık başkasının baskısıyla değil, kendi içselleştirdiği 'daha iyi olma' baskısıyla karşı karşıyadır. Neoliberalizm başlangıçta daha özgür, daha üretken, daha zengin ve bireysel düzeyde 'iyi' bir yaşam vaat etmiştir. Ancak bu vaatler büyük ölçüde ekonomik büyümeye odaklanmış; erdem, anlam, içsel huzur gibi Stoacı değerler arka planda kalmıştır. Seneca'nın Stoacı yaklaşımı 'azla yetin', 'kendine dön', 'ölçülü yaşa' derken aktiflik toplumu 'daha çok yap, üret', 'asla durma', 'kendini sürekli geliştir' demektedir ve bu da ruhsal krize yol açarak yorgunluk toplumuna götürür. Hâlbuki Seneca'nın 'erdemli ve sade yaşam' görüşü aktiflik toplumunun ve performans toplumunun hatta neoliberal vaatlerin ötesinde bireyin içsel dengesine ve doğaya uygunluğa vurgu yapar.

Bireyi sürekli üretmeye, kendini aşmaya ve yüksek performans göstermeye zorlayan günümüzün toplumlarında (örneğin aktiflik ve yorgunluk toplumu, disiplin ve performans toplumu gibi), Seneca'nın önerdiği iyi yaşam felsefesi gerçekten uygulanabilir mi? Her ne kadar bireysel anlamda uygulanabilirliği daha mümkün olsa da kanaatimizce toplumsal açıdan da Seneca'nın iyi yaşam düşüncesi uygulanabilirdir, yani imkânsız değildir. Ancak toplumsal anlamda uygulanabilirlik kültürel bir bilinç ve gönüllü bir direnç gerektirir. Çünkü performans toplumu; bireyleri rekabete, hızlanmaya, üretkenliğe ve başarıya göre biçimlendirir. Bu yapıya karşı durmak, sadece kişisel değil, aynı zamanda kolektif bir kültürel dönüşüm ve alternatif bir yaşam anlayışının benimsenmesini gerektirir. Bu da gönüllü bir direnç ve yaygın bir bilinçlenme olmadan pek mümkün değildir. Belki zamanla bu bilinç kazandırılabilir ve zamanla bireylerin dönüşümü sağlanabilir. O halde bunun için neler yapılabilir? Örneğin tüketim ve performans kültürüne Stoacı 'kendine yeterlik' ilkesi ile karşı konabilir. Çünkü Seneca, insanın azla yetinmesini; dışsal övgüye, zenginliğe veya kariyer basamaklarına bağlı yaşamamasını öğütler. Bugünkü 'hep daha fazlası'nı isteyen toplumda bu, gönüllü sadeleşme ile

uygulanabilir. Bunun için neler yapılabilir? Sosyal medya karşısında sürekli kendini teşhir etmemek, daha az tüketmek ve sürekli meşguliyet yerine anlamlı boşluklar yaratmak sağlanabilir. Yine tutkulara ve hırslara karşı bilinçli bir mesafe konabilir. Çünkü performans toplumu bireyi hırsla yorar. Seneca ise hırsın ruh dinginliğini bozduğunu söyler. Peki, bu noktada neler yapılabilir? Daha çok üretmek veya kazanmak yerine erdemli olmak öncelenmelidir. Kıyas, rekabet ve statü tutkularına karşı, kendi iç değerini bilen insan olunmalıdır. Ayrıca Seneca zamanı doğru ve değerli kullanmayanların var olduklarını ama yaşamadıklarını söyler. Aktiflik toplumunun bir nevi 'her anı verimli kıl' düşüncesine karşı, 'boş zaman'ı bir felsefi duraklama alanı olarak görmeyi önerir. Dolayısıyla zamanla dost olmak için geri çekilmek, düşünmek, yazmak, içe yönelmek bu çağda bir direniş biçimidir diyebiliriz. Sonuç olarak bu toplumlarda Seneca'nın iyi yaşam düşüncesi uygulanabilirdir ama kolay değildir. Çünkü onun iyi yaşam anlayışı, performans toplumunun değerleriyle temel bir çatışma içindedir. Ancak bu çağda iyiliğin ölçüsünü dışarıda değil, içeride arayan, azla yetinen, kendini tüketmek yerine dengeyi arayan biri için Seneca'nın düşüncesi hem mümkün hem de şifa verici bir alternatiftir. Yaşam üzerine düşünüp yazmak, günlük koşturmalarda kısa 'ruhsal duraklar' yaratmak, istekleri, görevleri ve ilişkileri sadeleştirme yoluna gitmek, ne kazandığından ziyade nasıl yaşadığın üzerine odaklanmak da bu yaşamın imkânını artıran pratiklerdir. Sonuç olarak denilebilir ki toplumun genelinin Seneca'nın felsefesine uygun şekilde yaşaması, toplumsal değerlerin yeniden şekillenmesiyle gerçekleşebilir. Bu ise hem zaman alır hem de ciddi bir entelektüel ve ahlaki seferberlik ister. Bu bağlamda Jules Evans, belki doğrudan Seneca'nın değil ama Stoacılığın toplumun temelini oluşturabilecek bir felsefe olup olmadığını şu şekilde sorgular:

> Stoacılık koca bir toplumun temelini oluşturan bir felsefe olabilir mi? Halihazırda batı kültüründe derin bir etkisi olduğu söylenebilir; doğal hukuk, insanların kardeşliği, hepimizin bizi birbirine bağlayan kozmosun yurttaşları olmamız (bugün kullandığımız "kozmopolitan" sözcüğü buradan gelir) gibi fikirlerin ortaya çıkışında önemli rol oynamıştır. Stoacılık, nasıl ki Afganistan gibi pek çok yerde İngiliz İmparatorluğu'na hizmet eden Viktoryen hâkim sınıflardan rağbet gördüyse, bugün de İngiliz İmparatorluğu'nun izinden giden ABD ordusunda rağbet görüyor. Fakat geniş kitlelere hitap eden bir din haline gelmesi pek olası görünmüyor; çünkü Stoacılık son derece rasyonel bir felsefedir; ritüelleri, bayramları, şarkıları, simgeleri veya mitleri yoktur… Viktoryen düşünür Matthew Arnold Stoacılığın sadece seçkinlere uygun olduğunu, geniş halk kesimlerinin daha duygusal bir şeye ihtiyaç duyduğunu düşünmüştür. Stoacılık gerçekten de genelde siyasi seçkinlerin ilgisini çekmiştir: Cato'dan Seneca'ya, oradan II. Friedrich, hatta Bill Clinton (evet, kimin aklına gelirdi) ve Çin Başbakanı Wen Jiabao'ya

kadar (Kendime Düşünceler'i yüz küsür kez okuduğunu söylemiştir). (Evans, 2023:107-108)

Görüldüğü üzere doğal hukuk, evrensel insan kardeşliği ve kozmopolit yurttaşlık gibi Batı düşüncesinde köklü yer edinmiş fikirlerin oluşumunda Stoacılık etkili olmuştur. Viktoryen İngiltere'deki elit sınıflar ve günümüzde ABD ordusu gibi disiplin temelli kurumlar Stoacılığa ilgi duymuştur. Ayrıca bazı siyasi liderler ve düşünürler Stoacılığı kişisel bir rehber olarak benimsemiştir. Lakin bu felsefenin, duygularla şekillenen geniş kitlelere hitap etmesinin zor olduğu ileri sürülmektedir. Çünkü Stoacılık, dinsel sistemlerdeki gibi ritüellere, simgelere veya ortak duygusal paydalara değil, akla ve bireysel iç disipline dayanır. Hatta bu konuda Cloward şunu söyler: "Rasyonellik genellikle daha tutarlı kararlar alınmasına yol açsa da, mantıklı olsa da merhametten yoksun kararlarla sonuçlanabilir" (Cloward, 2025: 156). Bu nedenle, Matthew Arnold gibi bazı düşünürler, Stoacılığın ancak entelektüel veya yönetici sınıflara uygun olduğunu savunmuştur. O halde denilebilir ki Stoacılık bireysel ve elit çevrelerde güçlü bir yol göstericidir fakat halkın duygusal ve törensel ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabilmektedir. Bu da onu din gibi kitleleri bir araya getiren bir inanç sistemi olmaktan uzaklaştırabilmektedir. Ama yine de "İnsanlar, Stoacılığın çağdaş ortamlara uygulandığındaki sınırlılıklarını anlayarak, onun evrensel ve zamansız ilkelerini modern yaşamda incelikli karar verme süreçlerini geliştirmek için bir temel olarak kullanmaya devam edebilirler" (Cloward, 2025: 157). Mesela doğaya uygun yaşam düşüncesinden ekolojik bilince geçilmesinde Seneca'nın düşüncelerinden yararlanılabilir.

Seneca'nın iyi yaşam anlayışının bireysel düzeyde uygulanabilir bir nitelik taşıdığından bahsetmiştik. Toplumsal ölçekte hayata geçirilmesi daha güç görünse de her iki düzeyde de ortak bir nokta vardır: İyi yaşam, doğanın insan için elverişli olduğu bir durumda daha mümkün hale gelir. Çünkü sadece bireyler ya da toplumlar değil; toplumun ruh hali, ortak duyarlılığı ve hissetme biçimi de zamanla değişir. Üstelik bu değişim yalnızca insanla sınırlı kalmaz; doğa ve çevre de dönüşür, dönüştürülür. İyi yaşamın sürdürülebilmesi, yalnızca bireysel erdemlerle ya da toplumsal yapılarla değil, aynı zamanda insanın doğayla kurduğu ilişki biçimiyle de yakından bağlantılıdır. Nitekim "Topluluk sadece insanlardan oluşmaz, toprağı, suları, bitkileri ve hayvanları da kapsar. Tek tek insanlar ve insan toplumu, bu daha büyük birimin parçaları olarak görülürler" (Ünder, 1996: 122). Bu noktada, iyi yaşamın yalnızca bireysel erdemlerle ya da toplumsal yapılarla değil, aynı zamanda insanın doğayla kurduğu ilişki biçimiyle de

yakından bağlantılı olduğu görülür. Stoacılığın doğaya uygun yaşama ilkesinden hareketle değerlendirildiğinde iyi yaşamın sürdürülebilirliği, doğanın düzeniyle uyum içinde olmaya da dayanır.

Ancak günümüzde doğanın yapısında meydana gelen bozulmalar, bu uyumun zeminini sarsmakta ve insanın iyi bir yaşam sürme imkânını da tehlikeye atmaktadır. Zira yalnızca bireylerin ya da toplumların değil, aynı zamanda doğanın ve çevrenin de zamanla değişime uğradığı bir dünyada yaşıyoruz. Özellikle modern çağla birlikte, insanın doğayla kurduğu ilişki derin bir kırılmaya uğramıştır. "İnsan modern dönemde tüm varlıkları kendi arzularına göre şekillendirebileceği ve keyfince kullanabileceği malzemeler olarak görmeye başlamıştır. Bu bakış açısı ile alet yapabilme becerisinin birleşmesi dünyayı bugüne dek eşi benzeri görülmemiş bir değişim sürecine sokmuştur" (Diş, 2019: 101). Bu değişimin etkisiyle doğa artık bir işbirliği zemini olmaktan çıkarak üzerinde tasarrufta bulunulan bir nesne haline gelmiştir. Dolayısıyla sadece bireyin ya da toplumun içsel dönüşümü değil, doğaya dair bilgi ve bilinç de önem kazanır. Bu noktada, iyi yaşamı mümkün kılan zeminin korunması ve hatta inşası için insanın doğayla kurduğu ilişkiyi sorgulaması gerekir. Bu bağlamda ekoloji, doğanın durumunu anlamamıza ve onunla daha dengeli bir ilişki kurmamıza imkân tanıyan bir düşünsel alan olarak devreye girebilir. Ekoloji, doğanın bozulma süreçlerini anlamamıza ve bu bozulmanın bireysel ya da toplumsal iyilik hâlini nasıl etkilediğini kavramamıza yardımcı olacak önemli bir düşünsel alan olarak karşımıza çıkar. Çünkü ekoloji, çevredeki sorunları sadece gözlemlemekle kalmaz, bu sorunların nedenlerini anlamamıza ve nasıl düzeltebileceğimize dair yollar düşünmemize yardımcı olur. Yani doğada bir bozulma varsa, ekoloji bu bozulmanın nedenlerini gösterir ve aynı zamanda hangi yollarla bu sorunun çözülebileceğini araştırmamıza imkân tanır. Bunun yanında ekoloji, bizi sadece teknik çözümler üretmeye yönlendirmez; aceleyle yapılan yüzeysel çözümlerin yetersiz olabileceği konusunda bizi uyarır. Çünkü bazı problemler yalnızca teknolojiyle değil, düşünme biçimimizi ve doğayla ilişkimizi sorgulayarak çözülebilir. Ayrıca doğayı daha iyi tanımak, insanın neyin doğru, neyin yanlış olduğunu daha sağlıklı değerlendirmesini sağlar. Bu da ekolojiden yola çıkan bir ahlaki farkındalık kazandırır. Doğaya zarar vermeden yaşamanın yollarını düşünmek, doğaya saygı duyan bir yaşam anlayışı geliştirmemizi mümkün kılar. Kısaca ekoloji, hem doğayı anlamamıza hem de bu anlayışa dayanarak daha bilinçli, sorumlu ve etik bir yaşam biçimi geliştirmemize yardımcı olur (Des Jardins, 2006: 406-407). Dolayısıyla ekoloji bilgisi günümüzde, Stoacı 'doğaya uygun yaşam'

ilkesini somutlaştırmak için güçlü bir araç sunmaktadır. Çünkü ekoloji bize doğanın nasıl işlediğini, insanın bu sistemdeki yerini ve ona verdiği zararların sonuçlarını açıkça gösterir. Bu bilgi, Seneca'nın öğütlediği şekilde *ölçülü, basit, ihtiyaçlara uygun ve kendine yeterli* bir yaşamın neden gerekli olduğunu güncel bir bağlamda temellendirmemize yardımcı olur. Ayrıca Seneca, insanın aşırı arzularının, tüketim tutkusunun ve sınırsız hırslarının ruh dinginliğini bozduğunu savunmaktaydı. Ekolojik farkındalık da benzer şekilde, sınırsız üretim ve tüketimin sadece doğayı değil, insan psikolojisini de yıprattığını gösterir. Bu anlamda ekolojik yaşam tarzı, Seneca'nın savunduğu erdemli yaşam biçimiyle uyumludur: Azla yetinmek, sadeliği seçmek, doğanın ritmine saygı göstermek ve içsel dinginliği tüketimle değil erdemde aramak. Günümüz toplumlarının 'daha fazla üretim, daha fazla tüketim' anlayışı hem doğaya hem de insana zarar vermektedir. Seneca'nın felsefesi, bu yapıya karşı bireysel bir direnç geliştirme imkânı sunmaktadır. Ekolojik bilinçle birleştiğinde ise bu felsefe, yalnızca bireysel bir iç huzur değil, toplumsal ve çevresel bir iyilik hali için de temel oluşturabilir. Sonuç olarak ekoloji sayesinde doğanın işleyişini daha iyi anlayarak Seneca'nın doğaya uygun yaşam çağrısını günümüze taşıyabiliriz. Bu da hem içsel dinginlik hem de daha yaşanabilir bir dünya için güçlü bir imkân sunar.

3.4. Seneca'nın Stoacı Yaklaşımıyla Postmodernizm Açmazlarına Çözümler

Modern kavramı köken itibariyle Latince bir kelime olan modo (son zamanlar, tam şimdi) türetilen modernus, hodiernus (hodie; bugün) terimlerinden gelen bir sözcüktür. İlk defa Hristiyanlığı putperest pagan kültüründen ayırmak için M.S. 5. yüzyılda kullanılmıştır. 'Modern' kavramı, Rönesans'a kadar eski ve yeni arasındaki tam bir karşıtlığa işaret etmemiştir. Modern kavramsallaştırmasındaki asıl değişim Rönesansla birlikte olmuştur. Antik dönem, Orta Çağ ve modern dönem içerisinde modern dönem karanlık ve uzun bir uykudan uyanmaya (ki uyanmakla kastedilen şey daha iyi bir geleceğe yönelik sürecin başlamasından ziyade antik olanın yeniden keşfedilmesidir) işaret eder. Bu nedenle Rönesans dönemi, skolastik dönem ile modern dönem arasında bulunan bir geçiş dönemidir. Egemen kategorisi etkinlik olan bu dönemde yeni doğayla birlikte yeni birey doğmuş ve doğa kendisini bireyin bakışlarına açmıştır (Aslan ve Yılmaz, 2001: 96).

16. yüzyılının geçiş dönemi olarak nitelendirilmesinde teorik ve kozmolojik temeli çürütülmüş bir Aristotelyanizm ve 17. yüzyıl doğa bilimi ile ortaya çıkacak olan yeni

kozmolojiye ilişkin bir eksikliği bünyesinde barındırması yatmaktadır. Modernite 16. yüzyıl Rönesans'ından farklı olarak 17. yüzyılın sonuna doğru temelde antik olandan üstün bir döneme gönderme yapmak için kullanılmıştır. 'Modern'in yeni olarak nitelendirilmesi, 17. yüzyılda yeni evren tasavvuruna işaret etmesinden kaynaklanabilir (Toulmin, 2002: 18). Hâlbuki aynı zamanda söz konusu yeni evren tasavvurunun ardında tarihsel, sosyal, ekonomik ve siyasal birçok alanda önemli değişimler olmuştur. Ama bizim için önemli olan yeni evren tasavvurunun felsefi düşünce açısından sonuçları ve modern felsefenin 'yeni' olma iddiası ile kurulabilecek ilişkilerdir.

Birçok klasik düşünür için insan varlığının dünyadaki amacı, kozmosun düzenini yumuşak başlı bir şekilde tefekkür etmek ve böyle bir kozmos içindeki insan varlığının yerini düşünmektir. Modern düşüncedeki kopuşla birlikte evren tasavvuruna paralel olarak insanın evrendeki yeri de büsbütün değişmiş, evren yumuşak başlı bir tefekkürün objesi olmaktan çıkıp üzerindeki tanrısal ihtişamı kaybetmiş ve nihayetinde kendisini, yönetilip işlenmek üzere insanın egemenliğine bırakmıştır. Böylece akıl ayrıcalıklı bir konuma yükselmiştir. Evrenin bütünü içerisinde evrenin bir parçası olan ve insanın bütününe uyumunu sağlamanın aracı olarak görülen akıl modern dönemle birlikte evreni dönüştürmenin yeni dünyalar icat etmenin biricik referans noktası olmuştur. Kendini bütünün bir parçası olarak gören premodern insan, yerini inşa eden modern özneye bırakmıştır.

Felsefi gücünü 18. yüzyıl Aydınlanma felsefesinden alan modernite, aklı ve insanı merkez olarak belirler. Toplumsal yaşamı rasyonalize eder, dini toplumsal yaşamda arka plana iter ve laikliği ilke olarak benimser. Modernite, özgürlük düşüncesinin yaygınlaşması ve güç kazanmasıyla; özgürlük fikrinin siyasal ve felsefi düşüncenin merkezine yerleşmesi sayesinde de anlam kazanır. Moderniteyi düşünsel olarak Aydınlanma çağına, politik olarak Fransız Devrimine ve ekonomik olarak sanayi devrimine dayandıranlar vardır. Yine modernite kavramı, kendisinden önceki entelektüel gelenekten kesin bir kopuşa işaret etmektedir. Aynı zamanda geçmişte elde edilen pratiklere ve varsayımlara güvenmenin yetersizliğini imlemektedir. Bu anlamda modernite özgül bir düşünme biçimidir, rasyonalite olarak biriken ve tasarlanan bir şekilde hareket eden özel bir hayat biçimini ve aynı zamanda rasyonalitenin dışa yansıyan biçimlerini içeren kurumsal bir bütünlük olarak tanımlanabilir (Aslan ve Yılmaz,

2001: 97). Modernizm ise farklı çerçevelerde anlaşılabilmektedir ve genel olarak şöyle açıklanabilir:

> Modernizm, bir inanç sistemi ya da öğreti bütünlüğünü değişen koşullara uyarlama eğilimi ya da hareketi. Özel olarak da, Batıda 19. yüzyılın sonlarına doğru ortaya çıkan ve kilisenin teolojik öğretisiyle toplum teorisini kentleşme ve endüstrileşmenin, geleneksel otoritenin çöküşü ve liberal/demokratik düşüncelerin yükselişinin ve nihayet modern bilimin etkisiyle dünya görüşünde vuku bulan değişmelerin sonucu olan yeni toplumsal ve politik koşullara uyarlamayı amaçlayan tavır. (Cevizci, 2003: 272)

Modernizm, "Neler bilinmeli? Kim bilmeli? Bilgi bir diğerinden başkasına nasıl geçmeli? Bilmenin sınırları nelerdir?" gibi sorularla ilgilenir. Bu bağlamda modernizmin bilimsel bir tarafı da vardır. Yeni arayışlar içindedir ve bunu sadece toplumsal boyutta yapmaz, bireysel olarak da insanın kendine dair, ben'ine dair yeni soruşturmalar yapar. Modernizmin merkeze alarak bilgiye, akla ve bireysel sorgulamaya verdiği önem, zamanla hem teorik hem de pratik düzeyde bazı sınırlılıklarla karşılaşmıştır. Bu sınırlılıkların yarattığı entelektüel kırılma 20. yüzyılın ikinci yarısında düşünsel ve sanatsal düzlemde gerçekleşerek yeni bir yönelimi, yani postmodernizmi gündeme getirmiştir.

Postmodernizm kavramı üzerine tartışmalar hala devam ediyor olsa da postmodernizm hakkında şunu belirtebiliriz: "[G]enel olarak Batı dünyasında, yirminci yüzyılın son çeyreğinde, resim, edebiyat, mimari, vb. güzel sanatlar alanında ve bu arada özellikle de felsefe ve sosyolojide belirgin hale gelen hareket, akım, durum veya yaklaşım" (Cevizci, 2003: 325). Postmodernizm 1934'lerde ortaya çıkan bir kavramdır. İlkin Anglo-Amerikan edebiyatında kullanılmış sonra mimaride kullanılan bir terim olmuştur ve 1960'lardan sonra yaygınlaşmaya başlamıştır (Özsevgeç, 2017: 135). Özellikle II. Dünya savaşından sonra bilimsel ve zihinsel bilgi üretiminde Batıda getirdiği yıkımın etkisiyle pek çok kimsenin ilgisini çekmiştir. 1980'li yıllarda aydınlar, sanatçılar ve felsefeciler tarafından tartışılır hale gelmiştir (Yılmaz, 2016: 447-448). Yani postmodernizm felsefe dâhil olmak üzere edebiyatta, mimaride ve güzel sanatlarda etkisini göstermiştir. Ayrıca sosyal, siyasal, hukuki, kültürel alanlara da yayılmıştır.

> Modernizmin vaad ettiği şeylerin bir türlü gerçekleşmemesi ve her şeyi çözebileceğine olan yanlış inancın somut olarak yalanlanması (nükleer silahlar, kimyasal atıklar, açlık, yoksulluk, çevre kirlenmesi konularındaki çözümsüzlük), modern bilimin verilerinin kişisel politik tercihlerde kullanılması ve totaliter devletleri ayakta tutmaya yardım etmekle suçlanması, modern bilimde teori ile gerçeklik arasındaki farkların artması, insanın varoluşunun mistik ve metafizik boyutlarıyla ilgilenmemesi hatta görmezden gelmesi ve modern bilimin fazla somutlaşması ve duyguyu unutması postmodernizmin ortaya çıkmasını ve tutunmasını kolaylaştıran diğer etkenlerdir. (Aslan ve Yılmaz, 2001: 101)

Postmodernizm; “Dünya nedir? Dünya nasıl oluşmuştur? Farklı dünyalar olsaydı neler olurdu?” gibi sorularla ilgilenir. Bu noktada siyasi, dini ve toplumsal açıdan küresel bir şekilde kapsayıcı olan görüşleri genel olarak kabul etmeyerek soruşturma yapar. Dolayısıyla geçmiş dönemlerde bilgi açısından temellendirilmiş anlatılardan şüphe duyar ve bunu yaparken modern dönem anlatılarını esas alır (Cevizci, 2003: 325). Nitekim bilindiği gibi postmodernizm, modernizmin temel ilkelerinin sorgulanmasına ve eleştirel bir gözle değerlendirilmesine dayanmaktadır. Bu anlamda Marx’ın özgürleşme anlatıları yine Freud’un psikanalitik yöntemi ve Darwin’in evrim teorisi gibi düşüncelere de bir karşı çıkış söz konusudur. Modernizmin evrensel doğrular ve rasyonel temeller üzerine kurduğu sistem, postmodernizm tarafından eleştirilmiş ve genel kabuller yıkıma uğratılmak istenmiştir. Örneğin ‘Evrensel gerçekler vardır’ gibi bir anlayış postmodernizmle yıkılmaktadır. Bu çerçevede bütün alanlarda akılcı, kuralcı, pozitivist yaklaşımlara karşı bir tepki olduğu görülebilir. Buna göre postmodernizm, modernizmin ortaya koyduğu düşünce ve normları da reddetmiştir. Çünkü modernizmin hüküm sürdüğü dönemde (I. ve II. Dünya Savaşları’nın sonunda) toplumda yaşanan karmaşa ve yıkımlar insanları yeni arayışlara yönlendirmişti. Bu sebeple 1960’dan sonra birçok alanda modernizmden kopuş gerçekleşerek eleştirel zemine dayanan yeni bir yapı olarak postmodernizm kendini göstermişti (Aslan ve Yılmaz, 2001: 99-100). Bu iki yaklaşım (modernizm ve postmodernizm) arasındaki farklar şu şekilde sıralanabilir: “Postmodernizmde romantizm yerine parafizik, birleştiricilik yerine ayırıcılık, amaç yerine oyun, tasarım yerine rastlantı, bütünselleştirme yerine yapıbozum, bütünlüğün yerine parçalanma, büyük anlatıların yerine küçük anlatı, metafizik yerine ironi, nesnelliğin yerine sübjektiflik ve belirlenmişlik yerine belirsizlik geçer” (Özsevgeç, 217: 138). Bu farklılıkların toplumsal ve bireysel düzlemde yansımaları (özellikle postmodern düşüncenin insan ve toplum tasavvuruna yönelik eleştirilerde) açık bir şekilde görülmektedir.

“Postmodernist anlayış, gerçeklerin de yapay ve kurmaca olduğunu, bunların mevcut kültürler tarafından insanlara dayatıldığını; böyle teknoloji, bilim ve kültür ortamında ferdin yok olduğunu dile getirir. Fertler, kitleleştirilerek yok edilmektedir. Kimlikler gruplara göre tayin edilmekte ve insanlar bir takım kategorilere ayrılmaktadır” (Bayram, 2007: 3). Ayrıca postmodernist dönemde etniklik ve kimlik sorunları ortaya çıkmıştır. Postmateryalist değerlere yönelerek yaşam ve kimlik sorunlarıyla bireyin kendisini ifade etme isteği öne çıkmıştır (Yılmaz, 2016: 447-448). Yine dil ve kavramlar üzerine yapılan tartışmalar da söz konusu

olmuştur. Yazarların anlatım tarzları değişmiştir. Eskiden bilindik tek bir anlatım tarzı ile yazılmış ve okunduğunda belli bir sonuç çıkarılan metinler postmodernizmin etkisiyle okurun metinle bütünleşmeden anlayamayacağı, farklı tarzlarda yazılan türler haline gelmiştir (Bayram, 2007: 1-5). Bu bağlamda postmodernist felsefenin önemli temsilcileri olarak, Roland Buthes, Heidegger, Derrida, Wittgenstein, Lyortard, Sauusure, Julia Kristeva, Baudrillard gibi düşünürleri gösterebiliriz. Nitekim bu düşünürlerin yazılarını anlamak da titiz bir okuma ve ince bir çalışma gerektirmektedir.

Denilebilir ki postmodernizm, dünya karşısında oluşturulan yeni bir duruştur ve bireyin dünyayı deneyimleme şekli değişmiştir. Çünkü postmodernizme göre özne, kendi aracılığıyla kendisini ve dünyayı anlamak için kurduğu temel dayanakları terk etmeliydi. Bu yüzden öznenin kendisi ile dünya arasındaki dayanakları da değişmiştir. Özne hem kendi içsel dünyası hem de nesnel anlamda içinde bulunduğu dünyada kendi konumunu kaybederek konumsuz bir konuma düşmüştür. Bu anlayışın sonunda postmodernist dönemde atopolojik sapmalar dediğimiz 'zemin değiştirme ve yönsüzlük' gibi önemli problemler veya sıkıntılar meydana gelmiştir. Ayrıca postmodern dil durumunu yakalamak ve bu doğrultuda dili yeniden karakterize etmek söz konusudur. Bilindiği gibi dünya'yı ve ben'i ilişkilendirebileceğimiz yegâne unsurlardan biri dildir. Söz konusu postmodern dönem olduğunda, dilin belirlediği bir dünyada yaşanmaktadır (Altuğ, 2008: 215-216). Bu koşullar altında, özne ile dünya arasındaki bağların gevşemesi ve dilin anlam üretme gücünün sorgulanması, postmodern düşüncenin doğrudan anlam krizine odaklanmasına neden olmuştur. Bunun yanında 'Postmodernizmin açmazları' olarak ele alabileceğimiz birçok problem de ortaya çıkmıştır. Saptadığımız açmazlar şunlardır: Anlamın parçalanması, ortak zemin eksikliği ve bunun yol açtığı bireysel ve toplumsal yönsüzlük, dağınıklık, kimlik ve benlik dağınıklığı, ahlaki görelilik ve etik pasiflik, aidiyet krizi ve toplumsal bütünlük sorunu. Bugün Stoacılığın postmodernizmin birçok açmazına çözüm getirdiğinden bahsedebiliriz. Dolayısıyla Seneca'nın iyi yaşam anlayışının postmodernizmin hangi açmalarına çözüm sunduğunu ele alabiliriz. Ve çözüm konusunda Stoacılığın ve dolaysıyla Seneca'nın yetmediği noktalara dair de çıkarımda bulunabiliriz.

Postmodernizmin açmazlarından biri 'anlamın parçalanması' olarak belirlenebilir. Çünkü modern çağda insanlar; din, bilim, ilerleme, ahlak, akıl, ulus gibi büyük anlatılar üzerinden yaşamlarını anlamlandırıyorlardı. Bu anlatılar, insanlara 'Neden yaşıyorum? Hayatın

amacı nedir? Ne doğrudur, ne yanlıştır?' gibi sorulara tekil ve güçlü yanıtlar vermekteydi. Ancak bugün postmodernizm bu büyük anlatıların geçerliliğini yitirdiğini söyler. Artık tek bir anlam, tek bir hakikat yoktur. Her bireyin, her grubun kendi anlam dünyası vardır. Ne tek bir hakikat vardır ne de herkesin kabul ettiği bir ahlaki ölçüt vardır. Bu durumda anlamlar çoğalır fakat bu çoğalma bir anlam zenginliğinden çok, yönsüzlük ve dağınıklık yaratmaktadır. Diğer yandan postmodernizm hakikat noktasında bir nevi 'herkesin hakikati kendine' gibi bir düşünce ortaya çıkarmıştır ve bu düşünce; insanı toplumsaldan uzaklaştırmaktadır. Çünkü bireyler kendilerine dönüp baktıklarında görüşlerinin hakikat olduğunu düşünmektedirler. Bu durum ne kadar insan varsa o kadar hakikatin olduğunu gösterir. Bu durumun yansıması 'bana göre', 'ben böyle düşünmüyorum', 'ben eşsizim', 'ben sadece kendimim', 'herkesin varoluşu kendine' gibi söylemlerde de görülür. Bu söylemlerle başlayan cümlelerden ötürü ortak bir zemin bulmakta zorlaşmaktadır. Başka bir deyişle de postmodernizmin her görüşe önem vermesi ortak bir zemin bulmayı güçleştirmektedir. Ortak zemin eksikliği ise bireysel ve toplumsal yönsüzlük gibi bir probleme kapı açmaktadır. Postmodernist dönemde ortak zemin arayışına girildiğinde bu zeminin ne kadar kaygan olduğunu Derrida'nın 'merkez olmayan merkez' düşüncesinde görebiliriz. "Merkez, bütünlüğün merkezindedir, ama yine de merkez bütünlüğe ait değildir (bütünlüğün bir parçası değildir); bütünlük, merkezine başka bir yerde sahiptir. Merkez, merkez değildir" (Altuğ, 2008: 221). Derrida bu tarz söylemleri hakikat ve mevcudiyet arasındaki ilişki için de belirtir. "Mevcudiyet olarak hakikatin yok olması, mevcudiyetin mevcut kökeninin hiçbir zaman yakalanamaması her tür hakikatin tezahür edişinin şartıdır. Hakikatsizlik hakikattir. Mevcut-olmama mevcudiyettir" (Derrida, 2014: 125). Peki, 'Merkez olmayan merkez nasıl olur?' Merkez, anlamın tarihini kuran şeydir. Şöyle ki felsefe tarihi boyunca da incelendiğinde düşünürler özellikle bir şeyi merkez alarak fikirlerini bu eksen üzerine inşa etmişlerdir. Bu durum İlk Çağ'da, Orta Çağ'da farklı ve batı felsefesinde ve batılı olmayan felsefelerde farklıdır. Farklı merkezler birbirlerinin yerini almıştır diyebiliriz. İşte yapı kavramının bütün tarihi de merkezin yerini başka merkezin almasıyla gerçekleşmiştir. Buna örnek olarak 'eidos, arkhe, telos, energia, ousia, aletheia' gibi merkeze ilişkin adlar verilebilir. Anlam verme faaliyeti ise bu merkez etrafında şekillenir. Ancak bilinmelidir ki bu merkezdeki adlar kendinden önceki adın yerini tutar biçimdedir. Böyle olunca merkezin tek, mevut ve sabit değildir. Çünkü burada göstergeler birbirinin yerini alma oyununa girmiştir. Nitekim bu oyunda her gösterge bir diğer göstergenin izini de taşımaktadır. "'İz' aynı zamanda iz bırakan bir şeye-

izden önce varolan bir mevcudiyete, bir ilk şeye de imada bulunur" (Wheeler, 2011: 192). Örneğin, 'bat' denildiğinde bu 'pat, mat, bad, bet' gibi seslerin izlerini taşır. Denilebilir ki gösterge 'öteki'nin izi tarafından belirlenir. Anlamada da izin ötesine geçemeyiz. Çünkü her gösterge iz nedeniyle bir başka göstergeye bizi götürmektedir, bu durum döngüseldir ve sınırsızdır. Burada gösterge, gösteren ve gösterilen olarak bir diğerinin yerini alır ki bu yerini alma bir tür oyundur. Oyundaki bu işleyiş ayıram olarak adlandırılır. Ayırım bilincin erteleme hareketi ile ayrım kavramını bağlayan terimdir (Lucy, 2012: 23).

> Derrida'nın *ayırım* (=*différance*) kavramıyla açıklamaya çalıştığı postmodern tutum bütün anlamlandırma biçimlerini, araştırma alanlarını etkiler. Buna göre insan evreni, dünyayı, bir başka insanı, nesneleri ne kadar açıklamaya çalışırsa çalışsın bu insan, bu evren, bu metinler", sürekli başka insana, başka evrene, başka anlamlara göndermede bulunarak anlamı *erteler*. Bu nedenle de kesin anlam'a ulaşılamaz, mutlak doğrudan söz edilemez. (Uçan, 2009: 2295)

Gösterge imkânını ertelemede bulur ve erteleme hem bilincin hareketi hem de bilincin ertelemesi olarak dil ile bağlantılıdır. Derrida anlamı da göstergenin alanına indirger ama gösterge ertelenmiş mevcudiyettir. Dolayısıyla merkez olan merkezde hem bir iz hem de bir erteleme söz konudur. Sonuç olarak insan bir merkeze tutunup onun ekseninde döndüğünde ve burada anlam bulduğunu sandığında aslında bu merkez iz taşıyan ve sürekli ertelemeye maruz bırakılan bir mutlak, gerçek olmayan merkezdir ve buna anlam yüklemek de anlam değildir. Postmodernizme göre anlamın nihai olarak karara varılamaz olduğu görülmektedir. Nitekim Altuğ'un da belirttiği üzere postmodernite geniş ölçekli bir anlam yıkımıdır. Peki, postmodernizm kaynaklı anlamın parçalanması ve ortak zemin eksikliğinin yol açtığı bireysel ve toplumsal yönsüzlük çıkmazı, Stoacı bir perspektifle ve Seneca'nın iyi yaşam düşüncesiyle nasıl çözülebilir?

Bu açmaz karşısında Seneca'nın iyi yaşam anlayışı, parçalanmış anlam dünyasına karşı bütünlük, sadelik ve içsel istikrar sunar. Postmodern birey, anlamı dış dünyada (tüketim, başarı, kimlik ya da görünürlükte) arar ancak bu anlamlar geçici ve yüzeysel olduğu için hızla parçalanırlar. Senaca ise anlamı dışsal yapılarla değil, insanın içsel doğasıyla ilişkilendirir. Ona göre anlam, erdemli bir yaşam sürerken kendiliğinden ortaya çıkar. Başarı, ün, servet gibi değişken değil; akıl, adalet, cesaret ve ölçülülük gibi sabit değerlere dayanır. Anlamı dışarıda aramak yerine, insanın doğasına uygun yaşaması ve aklın rehberliğinde erdemli olması, parçalanmış anlamı derleyip toparlayabilir. Anlam, kişinin kendi bireysel arzusuna göre değil,

doğanın ve aklın ortak yasasına göre şekillenir. Seneca bu bireysel parçalanmayı aşan bir ortaklık ve uyum önerir. Nitekim postmodernizmde hakikatler çoğalmakta ve herkesin 'kendi gerçeği' olmaktaydı. Bu da ortak bir anlam zemininin kaybına neden olmaktaydı. Seneca ise bireyin evrensel bir düzene (*logos*'a) bağlı olduğunu savunur. Bu evrensel düzen hem bir yasadır hem de insanın içindeki akıl yasasıyla uyumludur. İnsan, doğaya (doğal düzene) uygun yaşadığı takdirde hem kendisiyle hem de evrenle uyumlu bir bütünlük yakalar. Bu uyum içinde yaşamak ise anlamı sabitler. Böylece anlamı dışsal göstergelerde değil, doğaya uygunlukta ve aklın rehberliğinde bulan bireyler, tüketim kültürünün, statü rekabetinin ve kimlik krizlerinin neden olduğu toplumsal gerginlikleri azaltabilirler.

Seneca'nın iyi yaşam anlayışının toplumsal düzeyde en önemli katkısı, bireyleri yüzeysel arzuların ve geçici statülerin peşinde sürüklenmekten alıkoyarak daha istikrarlı ve erdem temelli bir toplumsal yapı oluşturmaya yönlendirmesidir. Herkesin 'kendi gerçeğini' mutlaklaştırdığı bir dünyada çatışma ve bölünmeler kaçınılmazken Seneca'nın önerdiği evrensel akıl ve doğa yasasına dayalı bir yaşam anlayışı, insanlar arasında ortak bir etik zemin yaratabilir. Bu ortak zemin, bireyler arası anlayışı, hoşgörüyü ve birlikte yaşama kültürünü güçlendirebilir. Çünkü anlamın kişisel keyfiyete değil, ortak bir akli ve ahlaki düzene dayandığı bir toplumda bireyler hem kendi içlerinde tutarlı olurlar hem de başkalarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurabilirler. Bu yönüyle Seneca'nın içsel bütünlüğe ve doğaya uygunluğa dayalı yaşam anlayışı, yalnızca bireysel parçalanmayı değil, toplumsal çözülmeyi de onarabilecek bir ahlaki çerçeve sunmaktadır. Ayrıca postmodernizmin getirilerinden biri olarak 'Her şey yoruma açıksa hiçbir şeyin yalan olduğu söylenemez' düşüncesi birçok açıdan her şeyi tartışılabilir kılmaktadır. Bu durum dinlerin ve ideolojilerin sonunu getirebilir. Bu da bireylerde yönsüzlüğe neden olur ve bu açmaz nihilist bir zemine kayabilir. Stoacılık bu yönsüzlüğe karşın bireyi olabildiğince bir hakikat bulmaya, eyleme dönmeye ve etik doğrularla hareket etmeye yönlendirerek bireyin yaşamına anlam katmaktadır. Ayrıca Seneca bireye, önce kendisinin iyi olması gerektiğini ki bu olursa toplumunda iyi olabileceğini söyler. Kişi kendiliğine dönüp kendini bulduğunda topluma faydalı, toplumsal dinamiklere açık bir şekilde hareket edeceğinden Stocılığın birleştirici bir özelliğiyle toplumsal bütünlüğe katkı sağlayacaktır.

Postmodernizmin bir diğer açmazı Michel Foucault, Zygmunt Baumann, Jacques Derrida, Judith Butler gibi düşünürlerin çalışmalarında gözlemlenen; kimliğin ve benliğin

sabitliğini yitirmesi ve çoklu ya da parçalı yapılara dönüşmesi olgusu olarak karşımıza çıkan 'kimlik ve benlik dağınıklığı'dır. Bu açmaza Seneca'nın iyi yaşam düşüncesinin nasıl bir çözüm sunduğundan şöyle bahsedebiliriz. Öncelikle postmodern dönemde kimlik ve benlik dağınıklığının temel nedenlerinden biri bireyin sabit ve süreklilik arz eden bir özne olmamasıdır. Birey çoklu rollere girerek söylemlerinin ve temsil biçimlerinin etkisi altında şekillenen bir varlık olarak görülmektedir. Bilindiği gibi modernizmin 'merkezî özne' anlayışı postmodernizmle birlikte sarsılmıştır. Birey modernizmin sabit bir kimlik taşıyan öznesi konumundan çıkarak artık medya, kültür endüstrisi, tüketim kalıpları ve dijital platformlar gibi dışsal etkenlerle sürekli biçimlenen ve parçalı kimlikler arasında salınan bir varlığa dönüşmüştür. Bu minvalde bireyin kimlik ve benlik dağınıklığının nedenleri arasında küreselleşme, dijitalleşme ve toplumsal yapının hızla dönüşmesi gibi dinamikleri de söyleyebiliriz. Bu dinamikler bireyin aidiyet duygusunu zayıflatmaktadır. Böylece birey kendisini hem içsel olarak bütünleştirmekte zorlanmakta hem de toplumsal bağlamda yerini bulamamaktadır. Bu durum, kimliklerin sadece çoğalması değil, aynı zamanda derinliklerini kaybederek yüzeyselleşmesi anlamına gelir. Sonuç olarak postmodern birey, sabit bir 'ben' değil, anlık tercihler ve değişken dışsal etkilere göre biçimlenen bir kimliğe sahip olma hali yaşar. Postmodernizmin 'kimlik ve benlik dağınıklığı' açmazına Seneca'nın tutumu içsel 'özbenliğin inşa edilmesi'ni içerdiğinden, kendilik merkezli bir açmaza çözüm getirmektedir. Postmodern birey birçok kimlik arasında (kültürel, toplumsal, dijital gibi) kendini bulamazken Seneca insanın kimliğinin dışsal kimliklerde olmadığını, ruh dinginliği ve özfarkındalık içinde kurulması gerektiğini savunur. Ayrıca birey kendi kimliğini diğerlerinin ona yükledikleri anlamlarda değil, diğerlerinin gözünde nasıl göründüğünde de değil, kendi ruhunda, dinginliğinde ve içsel bütünlüğünde bulmalıdır. Bu sağlanabilirse birey, kimlik dağınıklığının ortaya çıkardığı içsel çatışmaları da hafifletebilir. Seneca'nın düşüncesinin bireye sunduğu bu çözüm modeli yalnızca bir kişisel huzur olanağı değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde de bir istikrar imkânı sunabilir. Çünkü birey kimliğini dışsal onaylarla, geçici rollerle veya dijital yansıtmalarla inşa etmez. Böylece daha az manipüle edilir, diğerlerinin kimlik mücadelelerine karşı daha hoşgörülü bir duruş sergiler. Bu tür bireylerin toplumda artması o toplumu daha az çatışmacı yapar. İçsel tutarlılığa sahip olan bu bireyin sorumluluk alması da o bireye karşın güvenirliğin artmasına da katkı sağlar ve toplumsal denge korunabilir. Kimliğini kendi doğası ve akıl doğrultusunda kuran bireylerden oluşan bir toplum çeşitliliğe saygı gösteren bireylerden

oluştuğu gibi bireysel dağınıklıklar söz konusu olduğunda ve bundan dolayı toplumsal kaos ortaya çıktığında tam da bu durumu engelleyebilecek, hatta toplumsal kaosa dönüşmesinin dahi önüne geçebilecektir. Bu açıdan bakıldığında Seneca'nın önerdiği içsel merkezlilik, postmodern kimlik dağılmasının toplumsal düzeyde yol açtığı parçalanmışlık ve aidiyet sorunlarına karşı bir denge unsuru işlevi görebilir.

Postmodernist toplumda görülen çıkmazlardan birini de 'ahlaki görelilik ve etik pasiflik' şeklinde belirleyebiliriz. Bu açmazın ana nedenlerinden biri evrensel ve nesnel ahlak ilkelerine olan inancın sarsılmasıdır. Modernizmin 'akıl' ve 'ilerleme' temelli etik anlayışı yerini, postmodernizmin çoğulculuğa, bireysel yoruma ve kültürel bağlama dayalı bir ahlak anlayışına bırakmıştır. Bu dönüşümle birlikte 'doğru' ve 'yanlış' kavramları mutlak ölçütlere değil, bireysel tercihlere ve yerel normlara göre değerlendirilir hale gelmiştir. Her bireyin kendi değerini üretme hakkı olduğu düşüncesi, zamanla ortak etik ilkelerin zeminini aşındırmış; bu da toplumsal düzlemde bir etik kararsızlık ve eylemsel belirsizlik doğurmuştur. Neticede insanlar, ahlaki bir sorumlulukla harekete geçmek yerine, hiçbir görüşü yargılamamayı bir erdem gibi görmeye başlamış, bu da adalet, hak, sorumluluk gibi temel değerlerin silikleşmesine yol açmıştır. Böyle bir zeminde etik bir tutum sergilemek riskli, müdahaleci ya da bağlam dışı görülerek bireylerin pasif kalmayı tercih etmesine neden olur. Seneca'nın iyi yaşam düşüncesi, ahlaki göreliliğin yarattığı belirsizlik ve etik pasifliğe karşı bireye sağlam bir içsel yön ve ahlaki merkez sunar. Daha önce de sıkça belirttiğimiz gibi Seneca'ya göre iyi yaşam, doğaya uygun yaşamakla, yani insanın aklına ve erdeme göre yaşamasıyla mümkündür. Bu anlayışta ahlaki değerler bireysel tercihlere göre değil, evrensel aklın ve doğanın yasalarına göre şekillenir. Dolayısıyla, 'her şey görecelidir' diyen postmodern yaklaşımın aksine, Seneca için erdemler (adalet, ölçülülük, cesaret, bilgelik) zamana, mekâna ya da kültüre göre değişmezler; insan olmanın doğasında yer alırlar. Bu erdemlere dayanan etik tutum, bireyin eylemlerinde daha kararlı, sorumluluk sahibi ve tutarlı olmasını sağlar. Ahlaki sorumluluğu dışsal beklentilere değil, içsel değerlere bağlayan bu yaklaşım, etik eylemden geri durmayı değil, bilakis ölçülü ve bilinçli bir şekilde harekete geçmeyi erdem sayar. Toplumsal düzlemde ise böyle bireylerin varlığı, sadece bireysel ahlaki duruşu değil, aynı zamanda toplumsal dayanışmayı, adalet duygusunu ve güven ortamını güçlendirir. Herkesin sadece kendi değerini üretip diğerini yargılamaktan kaçındığı bir ortamda, Seneca'nın evrensel akla dayalı etik ilkeleri, ortak bir ahlaki zemin kurarak hem topluma yön verebilir hem de istikrar sağlayabilir.

Postmodernizmin bir diğer çıkmazı olarak ‘aidiyet krizi ve toplumsal bütünlük’ sorununa baktığımızda bu konunun bireyin hem kendine hem de içinde yaşadığı topluma dair köklü bağlarını kaybetmesiyle ilgili olduğunu görmekteyiz. Postmodern dönemle birlikte çoğul, geçici ve bağlama göre değişen kimliklerin ve değerlerin meydana gelmesi ‘aidiyet krizi ve toplumsal bütünlük’ açmazının esas nedenlerindendir. Çünkü tekil, sabit ve kapsayıcı anlatılar çözülmüştür. Ulus, din, ideoloji gibi geleneksel aidiyet biçimleri zayıflamış ve birey içinde bulunduğu toplumla bütünleşmek yerine farklı kültürel, dijital ve tüketim odaklı kimlikler arasında savrulmaya başlamıştır. Böyle bir toplum, bireye birçok kimlik seçeneği sunar. Bu yüzden birey o topluma aidiyet hissiyle bağlanmak yerine yüzeysel bağlantılar kurar. Geçici ilişkilerle şekillenen bireyin yaşamında yönsüzlük hâsıl olur. Ortak bir ‘biz’ duygusunu kurmakta zorlanan birey kendisini toplumun bir parçası olarak görmekte de zorlanır. Bunun yanı sıra toplum, ortak değerler, sorumluluklar ve etik ilkeler etrafında birleşemediği için parçalanmışlık ve kutuplaşma derinleşir. Bu nedenle aidiyet krizi yalnızca bireysel değil, aynı zamanda toplumsal bir bütünleşme ve dayanışma eksikliği olarak da tezahür eder. Postmodernizmin getirdiği aidiyet krizine ve toplumsal bütünlük sorununa çözüm olarak Seneca’nın Stoacı kozmopolit yaklaşımını öne sürebiliriz. Bu yaklaşıma göre insan, sadece doğduğu veya yaşadığı yerin değil, aynı zamanda evrensel doğanın ve aklın vatandaşıdır; yani kozmopolis’in bir bireyidir. Bu evrensel aidiyet anlayışı, bireyi dar ve geçici kimliklerin dışına çıkararak, ortak insanlık ailesinin bir parçası olarak konumlandırır. Yani birey farklı kültürel, toplumsal veya dijital kimlikler arasında savrulmak yerine kendini ortak bir evrensele göre uyumlu hale getirir. Böylece kimlikler arasındaki çatışmalar azalır çünkü herkes daha geniş bir çerçevede bir arada var olur. Seneca, gerçek bir aidiyetin, dışsal koşullara ya da geçici statülere bağlı olmadığını, aksine içsel erdem ve doğaya uygun yaşamla mümkün olduğunu savunur. Bu bakış, bireye hem kendisiyle barışık olma hem de başkalarıyla uyum içinde yaşama imkânı tanır. Toplumsal düzeyde ise bireylerin bu evrensel kimlikle hareket etmesi, kutuplaşmaları azaltır, ortak değerler ve sorumluluklar etrafında birleşmek mümkün olur. Böylelikle Seneca’nın kozmopolit etiği, postmodern parçalanmışlığı iyileştiren, aidiyet ve toplumsal bütünlük duygusunu yeniden tesis eden bir zemin hazırlamaktadır.

Postmodernizme karşı Stoacılığın yetmediği noktaları var mıdır? Elbette, var olduğunu söyleyebiliriz. Özellikle Seneca'nın Stoacı iyi yaşam anlayışını postmodern bir bağlamda değerlendirdiğimizde, bu anlayışın güçlü yönlerinin yanında yetersiz kaldığı ya da cevap

veremediği noktalar da bulunmaktadır. Örneğin postmodern dönemin çoğulculuğu, kimlik çeşitliliği, yapısal eşitsizliklerin eleştirisi ve yaratıcı ifade biçimlerine verdiği önem göz önüne alındığında, Seneca'nın yaklaşımı bu karmaşık yapının birçok yönünü kapsamakta zorlanabilir. Stoacılık, farklı toplumlara yayılmış olsa da özünde evrensel akla dayanan bir ahlak modeli önerir. Bu modelin sanatsal yaratıcılığa, yerel geleneklere ya da farklı inanç biçimlerine ne kadar alan tanıdığı tartışmalıdır. Postmodernizmin benimsediği sanatsal özgürlük, kimlik çeşitliliği ve estetik çoğulluk gibi değerler, Stoacılığın ölçülülük ve sadelik ilkeleriyle kolayca bağdaşmayabilir. Seneca'nın sadeliği yücelten, gösterişi eleştiren yaklaşımı, postmodern sanatın ve kültürel ifadenin ironik, karmaşık ve çok katmanlı doğasına karşı dar bir alan çizebilir. Postmodernizmin her görüşe eşit ağırlık tanıyan yapısı, ortak bir etik zeminin oluşmasını zorlaştırır. Bu durum, kaotik bir değerler alanına yol açabilir. Burada Seneca'nın etik tutarlılığı ve doğaya uygun evrensel ilkeler önerisi bir denge unsuru olarak değer kazanabilir. Ancak bu katkının etkili olabilmesi için Stoacılığın bireysel içe dönüşü, toplumsal sorumlulukla birlikte düşünülmelidir.

Seneca'nın düşüncesi büyük ölçüde birey merkezli uygulanabilir. Bilindiği gibi onun iyi yaşam anlayışı, bireyin tutkularını dizginlemesi, doğaya uygun yaşaması ve içsel dinginliğe ulaşması etrafında şekillenir. Bu bağlamda birey, rasyonel ve evrensel bir akla erişebilecek bir varlık olarak kabul edilir. Ancak postmodernizmin bireyi tanımlama biçimi çok daha karmaşıktır: Postmodern birey, sabit ve evrensel bir özle değil, değişken, parçalı ve bağlamsal kimliklerle tanımlanır. Bu, Seneca'nın bireysel bütünlük ve ruhsal uyum hedefiyle doğrudan çelişmez fakat onun sunduğu çözümün postmodern benliğin dağınıklığına tam olarak karşılık verip veremeyeceği tartışılabilir. Postmodern bireyin parçalı yapısını görmezden gelen, evrensel akla dayalı bir etik model, çoklu kimliklerin çatıştığı günümüzde bireyin yaşadığı çelişkileri çözmede yetersiz kalabilir. Örneğin, bir birey hem bir işçi hem bir ebeveyn hem de bir azınlık grubunun üyesi olabilir ve bu roller arasında sürekli bir gerilim yaşayabilir. Stoacılık, bu tür sosyal ve yapısal boyutlardan ziyade bireyi daha çok kendi iç dünyası üzerinden anlamlandırmaya çalışır. Seneca, bireyin erdemli bir yaşam sürdürebileceğini hatta kölelik gibi dışsal koşulların bile bu içsel özgürlüğü engellemeyeceğini savunur. Ancak bu yaklaşım, yapısal adaletsizliklerin dönüştürülmesi gerektiğini savunan postmodern etikle çok da uyuşmamaktadır. Öte yandan, postmodern bireyin dağınıklığı karşısında, Seneca'nın sunduğu içsel merkezlilik ve ruhsal bütünlük fikri, bir denge unsuru olarak cazip hale gelebilir. Sürekli

değişen kimlikler içinde yönünü kaybeden birey için Seneca'nın öğütlediği 'içsel istikrar' bir direnç noktası oluşturabilir.

Ayrıca Seneca'nın felsefesi kültürel çeşitliliğe ve çoğulcu kimlik yapılarına açıklık sunmakta sınırlı kalabilir. Stoacılık, evrensel bir akla ve kozmopolitan bir bakışa sahip olsa da bu evrenselliğin arka planında bir tür 'ortak insan doğası' anlayışı bulunur. Bu anlayış, postmodernizmin yerel kimlikleri, azınlık deneyimlerini ve kültürel bağlamları öne çıkaran perspektifleriyle çelişebilir. Özellikle sanat, din ve cinsiyet gibi alanlarda farklı yaşam tarzlarının değerli ve eşit kabul edilmesini savunan postmodern yaklaşımlar karşısında, Stoacılığın daha durağan ve evrenselci doğası esneklik göstermekte zorlanabilir. Bu minvalde Seneca'nın modeli, postmodern dünyada bazı noktalarda sınırlı kalabilir. Bu çerçevede sınırlı kaldığı alanlardan biri de yapısal ve toplumsal adalet konusu olabilir. Seneca bireysel erdeme ve içsel özgürlüğe vurgu yapsa da mevcut toplumsal düzenin dönüşümüne yönelik doğrudan bir siyasi program sunmaz. Stoacı erdem anlayışı, bireyin içsel yaşamına yoğunlaştığı ölçüde, dışsal adaletsizliklere karşı kolektif bir mücadele önerisi olarak görülmeyebilir. Postmodern teori ise, özellikle iktidar yapıları, söylemler ve toplumsal cinsiyet gibi alanlarda daha eleştirel ve dönüştürücü bir tutum sergiler. Bu bağlamda Seneca'nın felsefesi bireyin ruhsal özgürlüğünü vurgularken postmodernizm, dışsal koşulların dönüştürülmesi gerektiğini savunur.

Buna karşın Seneca'nın bazı ilkelerinin postmodern çağda değer taşıdığını söyleyebiliriz. Örneğin insanın kendisiyle yüzleşmesi, tüketim ve gösteri kültürüne karşı sade bir yaşam arayışı, etik tutarlılık gibi kavramlar, postmodern dünyanın anlam parçalanmışlığı içinde istikrar sunabilecek düşünsel araçlar olarak değerlendirilebilir. Ne var ki bu araçlar, ancak dönüştürülerek ve çoğulcu bağlamlara uyarlanarak işlevsel hâle gelebilir. Sonuç olarak Seneca'nın iyi yaşam anlayışı, bireysel ölçekte etik bir yol haritası sunabilir. Ancak onun; kültürel çeşitlilik, yapısal eşitsizlikler ve toplumsal dönüşüm gibi postmodern sorunsallar karşısında yetersiz kaldığı noktalar olabilir. Yine günümüzde tutkuların; kültürel ve yapısal etkilerle biçimlenmesi, Stoacı bireysel kontrol anlayışını zorlaştırabilmektedir. Evrensel doğa anlayışı ve bireyin özüne dönüşü gibi Stoacı ilkeler, postmodern çoğulluk ve değişkenlik karşısında yetersiz kalabilir. Bu durum, Seneca'nın modelinin postmodern dünyada hâlâ bazı değerli ilkeler sunabildiğini gösterse de her duruma uygulanabilirliğinin sınırlı olabileceğini

düşündürmektedir. Ancak bu sınırlılık, günümüz dünyasında Stoacı modeli modelin bütünüyle işlevsiz olduğu ya da hiçbir şekilde umut vadetmediği şeklinde değerlendirilmemelidir.

SONUÇ

Stoa felsefesinde ve Seneca'da iyi yaşam düşüncesinden bahsederken ilk olarak evrenin var olma durumu ve bu noktada bu dünyanın mümkün dünyaların en iyisi olma hali ele alınmıştır. Bu doğrultuda Stoacılara göre evren rastlantısal değil, rasyonel bir düzen içerisinde var olmuş bir bütündür ve içinde yaşadığımız dünya, doğası gereği insan yaşamı için bilinen en iyi ve uygun olan yerdir. Sonra evreni var edenin nasıl bir niteliğe sahip olduğundan bahsedilmiştir. Stoacılar için evreni var eden ilke, maddi ama akıl sahibi bir doğaya (logos) sahip olup her şeyi kuşatan ve düzenleyen tanrısal bir akıldır. Daha sonra dünya üzerinde insanın varlığa gelişi, diğer canlılardan farkı ve yeryüzündeki konumu değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme sonucunda insanın, diğer canlılardan farklı olarak akla sahip tek varlık olduğu ve bu nedenle evrensel düzen içinde ayrıcalıklı ve sorumlu bir konumda bulunduğu ortaya konmuştur. Tanrı, evren ve insan arasındaki ilişki soruşturulmuştur. Bu ilişkinin sonucunda insanın, tanrısal aklın bir parçası olarak evrensel düzenle uyum içinde yaşaması gerektiği ve kendi doğasına uygun hareket ettiğinde evrene de uyum sağladığı anlaşılmıştır. En son insanın yeryüzünde nasıl yaşadığı belirtilerek aslında nasıl yaşaması gerektiğine dair önerilerde bulunulmuştur. İnsanın yaşamını 'iyi' sürdürebilmesi için neler yapması gerektiği ve hangi yaşam şeklinin onu mutluluğa eriştireceği incelenmiş ve bu yapılırken bir zorunlu şart olarak erdemden de bahsedilmiştir. İnceleme sonucunda, insanın iyi bir yaşam sürdürebilmesi için akıl rehberliğinde, erdemi temel alan, sade ve doğaya uygun bir yaşam biçimini benimsemesi gerektiği; erdemin ise mutluluğa ulaşmanın zorunlu ve vazgeçilmez bir şartı olduğu sonucuna varılmıştır. Bu bağlamda Stoa dönemi düşünürlerinin iyi yaşam konusundaki algılarına bakıldığında Seneca'nın birçok konuda özellikle ilk dönem ve orta dönem Stoacılarından ilham aldığı, etkilendiği görülmektedir. Bu düşünsel izleri daha iyi anlayabilmek için Seneca'nın etkilendiği Stoacı geleneğin temel çizgilerine yakından bakmak gerekir. Çünkü Seneca'nın düşünce yapısı, sadece kendi dönemine değil, Stoacılığın tarihsel gelişimine de ışık tutmakta; onu anlamak, aynı zamanda Stoacı ahlakın evrimini kavramayı mümkün kılmaktadır.

İlk dönem Stoa'sının şu özelliklerle öne çıktığını söyleyebiliriz: Doğa felsefesinin genel ilkeleri Herakleitos'a dayanmaktadır, ahlaki dayanağın Sokrates olduğu görülmektedir. Yani doğayı akılcı ve düzenli bir bütün olarak gören anlayışlarında Herakleitos'un "logos"**,** evrensel akıl ve süreklilik içindeki değişim fikirlerinden etkilenmişlerdir. Erdemi en yüksek iyi

saymaları ve ahlaki yaşamı akla dayandırmaları bakımından Sokrates'in etik anlayışını temel almışlardır. Ahlakî yaşamın temeli doğaya uygun yaşamaktır; insanın doğasına ve evrensel doğaya uygun bir şekilde akılla yaşamaktır. İnsan, doğası gereği akıllı ve toplumsal bir varlıktır. Bu akıl ve toplumsallık, bireyin yalnızca kendi değil, tüm insanlıkla uyum içinde yaşamasını gerektirir. Zenon'un görüşüne göre geleneksel şehir devletleri yerine doğaya dayalı bir birlik yeğdir. Böyle bir yapı kurulduğunda da cinsiyet, ırk, ulus gibi ayrımlar olmaksızın evrensel bir dünya toplumu ya da dünya devleti (*kozmopolis*) projesi gerçekleşmiş olur. Kleanthes ve Khrysippos da doğaya uygun yaşamın evrensel yasalarla mümkün olabileceğini savunurlar. Çünkü doğa yasası herkes için ortaktır; bu nedenle insanlar arasında yapay ayrımlar yerine evrensel akıl önemlidir. Doğaya uygun yaşamak en yüce iyidir ve mutluluğun temel ilkesidir. Mutluluk Zenon'un deyimiyle yaşamın sorunsuz bir şekilde akmasıydı ki böyle bir akışta sorun yaratmayacak ilke; erdemdir. Bu nedenle insanı yaşamın nihai amacına ulaştıran şey erdemli bir yaşam sürmektir. Roma Stoası'nın önemli bir temsilcisi olan Seneca, erken Stoa'nın doğaya uygun yaşama, akıl, evrensellik ve erdem anlayışlarından etkilenmiş ve bu ilkeleri hem bireysel hem toplumsal yaşam bağlamında ele almıştır. Seneca'ya göre doğaya uygun yaşam hem Tanrısal düzene hem de insanın akıl yetisine uygun yaşamaktır. O, doğayı Tanrısal bir akıl ilkesi (*ratio*) olarak görür; insanın görevi bu evrensel düzene aklen boyun eğmektir. Bu doğrultuda, insanın doğaya uygun yaşaması yalnızca evrenle uyum içinde olmak değil, aynı zamanda ahlaki bir yaşam sürmesidir; çünkü mutluluk (*eudaimonia*) da ancak erdemle mümkündür. Ayrıca ilk dönem Stoacıların dışsal şeyleri (servet, sağlık, statü) değersiz görmelerine katılan Seneca bu şeylerin insanın gayesi haline gelmesini de eleştirir. Yine Seneca, Stoacı kozmopolitizmden de etkilenmiştir; insanlık kardeşliği, ortak akıl, ahlaki eşitlik gibi evrensel değerlerle bu düşüncesini inşa etmiştir. Ona göre insan; toplumsal bir varlıktır, görevi sadece kendi iyiliğini sağlamak değil toplumun iyiliğine de katkı sağlamaktır. Bu çerçevede birey yalnızca bireysel çıkarıyla ilgilenmemeli, topluma karşı sorumluluk, yardım, adalet, merhamet gibi toplumsal erdemler de gözetilmelidir. Sonuç olarak Seneca, erken Stoa'nın sistematik öğretilerinden beslenmiş; bu felsefi mirası ahlaki öğütler, yaşam rehberliği ve ruhsal dinginlik arayışı gibi alanlarda yorumlayarak geliştirmiştir.

Stoacılığın septiklerle karşılaştığı orta Stoa döneminde insanın doğası ile ilgilenen Panaitios, insanın içtepilerine özel önem vererek bunların akıl dışı bir kuvvenin eseri olduğunu düşünmüş, içtepi ve eğilimlerin sadece bastırılacak şeyler olmadığını dönüştürülecek

yönelimler olduğunu ileri sürmüştür. Yine mutlu bir hayat için önemli olan şeyin; şimdi ve burada olmamız olduğunu ve burada yapmamız gerekenler üzerine yoğunlaşmamız gerektiğini savunmuştur. Seneca da Panaitios'un yaklaşımını benimseyerek tutkuları tümüyle bastırmak yerine, onlarla başa çıkma yolları aramıştır; tutkuların doğasını anlamayı, onları dönüştürmeyi öğütlemiştir. Geleceğin belirsizliğinden kaynaklanan endişelere düşmek, umutsuzluğa kapılmak yerine, yine geçmişin pişmanlıkları nedeniyle "keşke" deyip üzüntü yaşamak yerine; insanın şimdiye önem vermesini, şimdi ve şu anda yaşaması gerektiğini söyleyerek zihinsel huzurun geçmiş ya da gelecekte değil, içinde bulunulan anı bilinçli bir şekilde yaşamakta olduğunu vurgulamıştır.

Seneca orta dönem Stoa düşünürü Poseidonios'tan da etkilenmiştir. Poseidonius, erken Stoacıların (özellikle Khrysippos'un) ruhun tek ve bütünden, tutkuların da yanlış yargılardan oluştuğu düşüncesine tamamen bağlı kalmayarak Platon'un üçlü ruh modeline (akıl, öfke, arzu) yakın bir anlayış geliştirmiştir. Böylece Poseidonius, Panaitios gibi tutkuları sadece yanlış yargı ya da akıldışı bir kuvvenin eseri olarak almamış, ondan farklı olarak aynı zamanda ruhun içsel çatışmaları ile de açıklamaya çalışmıştır. İnsan ruhundaki çatışmaları etik gelişimin merkezine koymuştur. Seneca'nın ruh ve tutkular anlayışında, Poseidonius'un Platoncu üçlü ruh modeli ve ruhun içsel çatışmalarına yaptığı vurgu belirgin bir etki yaratmıştır. Seneca, aklın üstünlüğünü vurgulasa da tutkuların bazen fırtınalı, bastırılması zor kuvvetler olarak yükseldiğini kabul eder. Ruhun dinginliğini kazanma sürecini, insanın kendini anlaması ve dönüştürmesi olarak anlatır. Bu da yine ruhun tek ve sade bir akıl olmadığını, katmanlı ve gelişime açık olduğunu kabul etmekle mümkündür. Ayrıca kozmik sempatiden de bahseden Poseidonios, tüm varlıkların (tanrılar, insanlar, doğa, yıldızlar gibi) evrensel düzene bağlı olup karşılıklı etkileşim halinde olduğunu belirterek evreni bir organizma gibi görmüştür. Seneca da doğadaki her olayın bir anlamı olduğunu, evrenin düzenli ve akıllı bir yapıya sahip olduğunu savunur. İnsan da bu bütünün bir parçasıdır ve doğaya uygun yaşarsa evrene uygun yaşar.

Son dönem Stoa düşünürü olan Seneca, felsefenin pratik yönüne dair ortaya koyduğu iyi yaşam öğretileri ile aynı dönemde yer alan diğer Stoacı düşünürler olan Musonius Rufus, Epiktetos ve Aurelius'u da doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemiştir. Seneca'nın felsefeyi soyut teorilerin yanı sıra gündelik yaşamın içine yerleştirmesi, onu yalnızca bir düşünce disiplini değil, ruhsal bir terapi olarak sunması, sonraki Stoacıların yaklaşımını

biçimlendirmiştir. Musonius Rufus, onun bu pratik ahlak anlayışını özellikle aile, eğitim ve toplumsal sorumluluk gibi konulara taşıyarak devam ettirirken; Epiktetos, Seneca'nın tutkularla mücadele, içsel özgürlük ve akla uygun yaşama vurgusunu merkeze alarak, bireysel irade ve ödev anlayışını ön plana çıkarmıştır. Ahlaki maksimleri hayata geçirmek onun için önemlidir. Bu bağlamda Epiktetos, özellikle mutluluğun zihinsel tutumlarla doğrudan ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Mutluluk için insanın önyargılarının ve bakış açısının önemli olduğuna dikkat çekmiştir. Nitekim önyargılar ve irrasyonel düşünceler mutluluğu engellerler. Bu nedenle insan, olayları değil, olaylara dair kendi yargılarını yönetmelidir. Marcus Aurelius ise Seneca'nın öz eleştirel iç diyalog tarzını benimseyerek, *Meditasyonlar* adlı eserinde Stoacı yaşamı imparatorluk yükümlülükleriyle harmanlayan bir varoluş felsefesi geliştirmiştir. Ona göre insan, evrensel aklın (*logos*) bir parçasıdır ve doğaya uygun yaşamak, erdemli olmak zorundadır. Ancak bu bireysel erdem, yalnızca içsel bir durum değil; aynı zamanda topluma ve devlete karşı yerine getirilmesi gereken bir görevdir. Bu felsefe, bireysel etik ile sosyal sorumluluğun uyum içinde olduğu, yaşamın hem kişisel hem evrensel boyutlarının bir arada ele alındığı kapsamlı bir yaşam anlayışıdır. Sonuç olarak duyguların tamamen bastırılması değil, dönüştürülmesi; doğaya uygun yaşamanın bireysel ve kozmik boyutları; insanın kendisiyle ve evrenle uyumu gibi temalar, Seneca'dan bu üç Stoacıya ahlaki, düşünsel ve üslup bakımından süreklilik taşıyan başlıca miraslardır.

Seneca doğaya uygun yaşam düşüncesini ortaya koyarken doğanın bizzat kendisini araştırmış ve *Doğa Araştırmaları* adlı eserini yazmıştır. Kanaatimizce insan, doğaya uygun yaşayacaksa doğanın kendisini de tanımalıdır. Seneca'nın doğayı tanımaya dair bu eseri doğanın işleyişini, düzenini ve matematiğini anlamaya ve anlatmaya çalışmaktadır. Bu sayede doğayı tanıyan insan; doğadaki konumunu ve bu konumda kendinin kim olduğunu, nasıl bir varlık olduğunu, neler yapabileceğini ve yapabileceklerinin sınırını, sorumluluklarının neler olduğunu daha rasyonel bir şekilde sorgulayabilir. Böylece insan, doğanın işleyişine yapacağı katkıyı bulabilir ve belirleyebilir. Yeryüzünde kendine özgü amacının ne olduğunu keşfettikten sonra bu amaca yönelik hem doğaya hem de kendine uygun eylemlerde bulunabilir. Seneca nazarında evrenin özü, tanrısal bir ateştir. Bu ateş sadece fiziksel değil, aynı zamanda akıl yüklü, yaratıcı ve düzenleyici bir güçtür (*ratio*). Evreni yaratır, yönetir, sürekli biçim verir. Dünya, rastgele değil, zorunlu ve düzenli bir neden-sonuç zinciri içinde meydana gelmiştir. Her şey bir amaca hizmet eder ve evrende hiçbir şey boşuna var olmamıştır. Fakat tanrısal ateş

tarafından yaratılan bu evren bir süre sonra evrensel bir yangınla karşılaşıp yok olacaktır çünkü evren genişlemektedir ve sonra yeniden yaratılacaktır. Bu yaratım diğer varlıklar için söz konusu olduğu gibi insan içinde söz konusudur. Bu döngüsel süreçte ortaya çıkacak olan büyük yangın, kıyamet senaryolarını aratmayan birçok doğal afetede neden olacaktır. Bugün bilimsel açıdan Seneca'nın bu görüşlerinin birçoğu (evrensel yangın, evrenin genişlemesi, evrenin yıkımı ve bu yıkımda gerçekleşecek olanlar gibi) kanıtlanmıştır ve Seneca'nın kozmolojisi ile günümüz biliminin kozmolojisi arasında fazlaca benzerlik bulunmaktadır. Evrensel yangın pekâlâ gerçekleşecektir ama bu yangını tetikleyen şeylerden biri de insan faaliyetlerinin kötüye gitmesi, diğer bir deyişle insanlığın kötüye gitmesidir. Bunların yanı sıra bu yangın zaten Tanrı'nın istediği zaman gerçekleşecektir. İnsan bu düzenin hem ürünü hem de bu düzenin inşasına katıda bulunur. Dünya insan yaşamı için mümkün dünyaların en iyisidir. Böyle bir yerde insan, diğer canlılar (bitkiler, hayvanlar) arasında rasyonel düşünme gücü sayesinde, onama ve reddetme yetileriyle üstün konumdadır. İnsandaki en yüksek iyi, akıldır. Yaşamda en yüksek iyi ise mutluluktur, erdemdir. Bu dünyada insanın görevi doğaya uygun ve erdemli yaşamaktır. Bu minvalde iyi yaşam, insandaki en yüksek iyi'ye göre yapılanlarda kendini gösterir. Böylece bir gaye olan mutluluğa ulaşma noktasında emin adımlar atmış olur. Bu adımların bir ayağı da ruh dinginliği üzerinedir. İnsanın dilediği kadar akıl sağlığı yerinde olsun ruh sağlığı yerinde değilse o yaşam buruk bir yaşamdır. Çünkü dinginlik hali insana huzur verir, keyifli hissettirir çünkü bu hal yaşamın insan tarafından gerektiği gibi tadımlanmasına katkı sağlar. Bunun için tutkuların dengesi önemlidir. Ruh dinginliğini sağlamak adına yapılması gereken birçok şey vardır. Yani insan kendine egemen olmayı öğrenmelidir. Böylece aklı sayesinde doğru tercihlerde bulunur, ruhu sayesinde yaptığı tercihlerden memnun olur, dış koşulların esiri olmadan erdemli ve mutlu yaşayabilir. Kaderin getirdikleri karşısında dahi insan, bu yaşamı sürdürebilir. Ama kadere isyan etmemelidir. İnsan elbette gücü ölçüsünde etki edebiliyorsa kaderini değiştirmeye çalışmalı ama bunun mümkün olmadığı yerde ruh dinginliği bozulacağı için kabullenme aşamasına geçmelidir. Nitekim ruhsal dinginlik erdemli yaşam için gereklidir. Böylece Seneca, kaderin zorunluluğu ile insanın içsel özgürlüğünü aslında uyum içinde görür ve mutluluğun bu uyumdan doğacağını savunur. Çünkü insan, akla sahip olması nedeniyle kendi iç tutumları ve yargıları üzerinde özgürdür; yani dışsal olaylar kaderle belirlenmiş olsa da insanın onlara karşı nasıl tepki vereceği kendi iradesindedir.

Peki, insanlığın önünde sonunda kötüye gideceğini ve ayrıca doğanın yıkımının da gerçekleşeceğini bildiğimiz bu dünyada istediğimiz kadar doğaya uygun yaşayalım, iyi yaşayalım varoluşumuza nasıl bir katkı sağlarız? Kanaatimizce öncelikle doğanın yok olacağı fikri umutsuzluk çağrıştırsa da Seneca nazarında onun yeniden var olacağı açıktır. Bu anlamda insan doğanın yok olacağının kaygısını duyup kendini huzursuz etmesindense yeniden var olacağının bilinciyle dinginliğini korumaya devam etmelidir. Seneca nazarında doğanın yıkımında insanlığın ve insani değerlerin kötüye gitmesi gerektiği de açıktır. O zaman neden mücadele edelim, bireysel anlamda iyi yaşam için pekâlâ çaba gösterelim ama toplumsal açıdan niye çaba gösterelim zaten bu kaçınılmaz bir biçimde olacak? Şöyle ki insanlık kötüye dahi gitse gösterilen bireysel çaba ve iyi yaşam şekli bu gidişatı yavaşlandırma noktasında katkı sağlayabilir. Eğer insan, diğerlerini de etkileyebilir, iyi yaşam noktasında insanın ve insani değerlerin iyiye gitmesine yardımcı olacak toplumsal bir bilinç yaygınlaştırabilir ve kazandırabilirse doğanın yıkımını geciktirmeye katkı sağlayabilir, her ne kadar tanrının istemesine müdahale edemese de. Sonuç olarak insanlığın önünde sonunda kötüye gideceği realitesinden kaçmamakla beraber bu gidişatı geciktirebilecek şekilde yaşamını sürdürebilir. Bu noktada insanlığın gidişatından emin olmasak da kendimizin bu gidişatta suçumuz ya da kabahatimiz olmadığından emin olabiliriz. İnsanın yapacağı şey; tercihlerinde, söylemlerinde, eylemlerinde 'iyi'yi esas almaktır. Ama bu kişinin salt kendi çıkarı için bir iyi değil, hem doğaya hem de bireye yarar sağlayacak bir iyidir. Bu yüzdendir ki iyi yaşam, 'doğaya uygun' yaşamdır. İnsan gerçek iyiler ile sahte ya da geçici iyilerin ayırdına varır ve yaşarsa bu yaşam şeklinin adeta bir ikramı olan mutluluğa doğru yol alır. Bu farkındalığını erdemli olma ile desteklerse ve bunun için felsefenin sağlayacağı kazanımlardan da faydalanırsa yaşamı, 'iyi yaşam' olur, kazancı da geçici olmayan bir mutluluk olur. Bu mutluluğa erişmenin bir yolu bilgi edinmedir ki bu, insana bahsettiğimiz farkındalığı sağlar. Diğer yolu da bu bilginin insanın ruh dünyasında yer bulmasıdır. Eğer bu bilgi kişide akla uygun ve doğru bir şekilde bulunuyorsa ruh dinginliğini sağlar. Mutluluğa erişmenin bir diğer yolu da bilgi ve dinginlik halinin insanın eylem dünyasına yansımasıdır ki bu çerçevede erdemli eylemler görünürlük azanır. Tam bu noktada Seneca insanın düşünmesi, sorgulaması, doğru kimselerle arkadaşlık yapması, doğru kimseleri örnek alması gerektiğini savunur. Yine doğaya aykırı ve de akla aykırı aşırılıklar olarak belirlenen tutkular, yargılar ruhsal dengenin bozulmaması için gözden geçirilmelidir. Çünkü tutkular yanlış yargılardan doğan ve aklın kontrolünü yitirmesine neden olan bir ruh

hastalığı gibidirler. Akılla bağdaşmaz, insanı doğadan ve kendisinden uzaklaştırırlar. Dolayısıyla tutkuların dengesi, insanın ruhsal dinginliği (*tranquillitas animi*) ve mutluluğu için zorunludur. Öfke, korku ve endişe gibi duygular ruh dinginliğini tehdit eden unsurlardır. Birey bunlara maruz kaldığında huzursuz olur ve etrafındakileri de huzursuz eder. Bunlar olmasın diye insan, aklını güçlendirmeli, felsefi eğitimden faydalanarak içsel dengeyi korumalı, kendine egemen olmak için beden ve ruhu uyumlu hale getirmelidir. Uyum sağlandığında ise eylemler Aristotelseçi yaklaşımla ortaya uygun olmalıdır.

Günümüz yaşanabilirliği açısından Seneca'nın iyi yaşam düşüncesi hangi coğrafyada, toplumda ve ailede olursa olsun bireysel açıdan kişiye Stoacı pratikleri sergileme imkânı sunar. Çünkü temelinde erdem bulunan bir yaşam doğru düşünme, doğru söylem ve doğru eylem barındıracağından kötü olamaz. İnsan dilerse Seneca'nın Stoacı ilkelerinin birçoğunu yaşamında uygulayabilir. Bu yüzden Seneca'nın iyi yaşam düşüncesi bireysel açıdan bakıldığında gerçekleştirilemeyecek hayali bir şey değildir. Çünkü Seneca'nın öğretilerinde iyi yaşam, karmaşık ve ulaşılmaz bir ideal değil; bireyin kendi iç dünyasında dahi geliştirebileceği ve günlük hayatına uygulayabileceği somut bir yaşam biçimidir. Seneca'nın iyi yaşam anlayışınında belirlediğimiz ilkeleri, bireyin hayatına olan etkileriyle birlikte kapsamlı bir çerçevede şöyle değerlendirilebiliriz: Doğaya uygun yaşamak ilkesiyle insanın hem evrensel düzene hem de akıl sahibi bir varlık olarak kendi doğasına uygun hareket etmesi söz konusudur. Bu süreçte aklın egemenliği, bireyin tutkularını bastırması yerine onları yönetmesini sağlar; bu da ruhsal huzurun temelidir. Sabahları erken kalkmak ve başarılı olmak isteniyorsa güneşle birlikte güne uyanmak yine iyi yaşam için mühimdir. Anı yaşamak, tutkuları akılla yönetmek, öfke ve irrasyonel duyguları dizginlemek, maddi şeylere bağımlı olmamak gibi ilkeler, kişinin ruhsal dinginlik ve mutluluğa adım adım yaklaşmasını sağlar. Erdem, dış koşullardan bağımsız bir değer olarak gerçek mutluluğun kaynağıdır. Bu anlayışa göre, içsel özgürlük, bireyin kendi yargıları üzerinde hâkimiyet kurması ve dış olaylara bağımlı olmadan yaşamasıyla gerçekleşir. Bu doğrultuda ölçülülük, arzuların dengelenmesini sağlar; kendi kendine yetebilme, insanın mutluluğu dışsal nesnelerde değil, kendi akıl ve erdeminde bulmasını sağlar. Özdenetim, tutkuların yönetimini mümkün kılar bu da doğru yargılarda bulunma ile yakından ilişkilidir; olayları akıl süzgecinden geçirerek ruhsal huzura ulaşmaya yardımcı olur. Sosyal sorumluluk, bireyin sadece kendine değil, topluma karşı da ahlaki bir ödevi olduğunu hatırlatır. Birey hazlara bağlı olmamak, geçici zevklerin peşinde sürüklenmemek için dikkatli olmalıdır. Çünkü

gerçek mutluluk geçici zevklerde değil, erdemdedir. *Amor fati* ilkesiyle insan, başına gelenleri iyi ya da kötü olsun kaderin bir parçası olarak benimseyerek direnç geliştirir ve yaşamla barışır. *Memento mori* anlayışıyla ölümün kaçınılmazlığını sürekli hatırlar, böylece insan yaşamını daha bilinçli, sade ve anlamlı kılar. Ölüm ve geçicilik üzerine yapılan meditasyonlar, ruhun derinliğini besler. Son olarak da zaman zaman ruhun yalnızlığına çekilmesi gerekir. Bu durum insanın kendine dönüşünü, kendi doğasını tanımasını ve ruhsal olgunluğa ulaşmasına etki eder ve bu içsel gelişim için de bir gerekliliktir. Tüm bu ilkeler, yalnızca teorik değil, disiplinli bir çabayla birey tarafından hayata geçirilebilecek pratiklerdir, pratik erdemlerdir. Ve bunlar iyi bir yaşam sürmenin temel taşlarıdır. Böylece Seneca'ya göre iyi yaşam, felsefi bir ideal olmaktan öte, disiplinli bir içsel çalışmayla ulaşılabilecek bir yaşam biçimidir. Bu da iyi yaşamın yalnızca filozofların değil, herkesin erişebileceği, pratik ve uygulanabilir bir hedef olduğunu gösterir.

Seneca'nın iyi yaşam anlayışı bireysel düzeyde oldukça uygulanabilir görünüyor olsa da bu öğretilerin toplumsal düzeyde genele yayılması aynı ölçüde kolay değildir. Zira toplumlar, tarihsel, kültürel ve ekonomik koşullar gereği "iyi yaşam"ı farklı biçimlerde tanımlarlar. Örneğin temel ihtiyaçların karşılanmasında zorluk yaşayan bir topluluk için iyi yaşam, hayatta kalmak ve güvenli bir ortamda yaşamak iken; refah seviyesi yüksek bir toplumda bu kavram, statü, başarı veya kişisel gelişimle özdeşleşebilmektedir. Bu da aklımıza Maslow'un bilindik ihtiyaçlar hiyerarşisini getirmektedir. Maslow'a göre bireyler, fizyolojik ihtiyaçlardan başlayarak güvenlik, ait olma, saygı ve en sonunda kendini gerçekleştirme gibi aşamalı bir motivasyon yapısına sahiptir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, Seneca'nın erdem merkezli yaşam anlayışı Maslow'un hiyerarşisindeki en üst basamak olan kendini gerçekleştirme düzeyine karşılık gelir. Ancak bireyin bu düzeye ulaşabilmesi, genellikle daha alt düzeydeki temel ihtiyaçların karşılanmasına bağlıdır. Bu nedenle, Seneca'nın öğretileri birey için ideal ve ulaşılabilir bir yaşam modeli sunsa da, toplumsal düzeyde bu felsefenin yaygınlık kazanabilmesi, öncelikle bireylerin Maslow'un belirttiği alt ihtiyaçlarını karşılayabildikleri bir toplumsal yapının varlığını gerektirir. Başka bir deyişle, Stoacı anlamda iyi yaşamın toplum genelinde mümkün hâle gelebilmesi, insanların hem dışsal hem içsel koşullar bakımından asgari bir dengeye ulaşmalarıyla doğrudan ilişkilidir. Bu bağlamda bakıldığında Seneca'nın doğaya uygun yaşam, içsel özgürlük, tutkuların dizginlenmesi ve

erdem temelli yaklaşımı, bireysel olarak her insanın iç dünyasına hitap edebilirken, bir toplumun bütününe doğrudan uyarlanması daha zordur. Çünkü Seneca'nın felsefesi, bireyin aklını kullanarak kendi içsel düzenini kurmasına odaklanır; oysa toplumlar genellikle topluca hareket etmeyi, ortak norm ve hedefleri paylaşmayı gerektirir. Ayrıca farklı toplumların değer sistemleri ve öncelikleri, Seneca'nın erdem merkezli yaşam felsefesiyle her zaman örtüşmeyebilir. Dolayısıyla Seneca'nın iyi yaşam anlayışı bireysel düzlemde güçlü ve uygulanabilir bir yol sunsa da toplumsal ölçekte bu öğretilerin yaygınlık kazanması, ancak bireylerin dönüşümüyle zaman içinde belki mümkün olabilir. Bu da onun öğretilerinin daha çok bireysel düzeyde etkili olduğunu gösterir.

Günümüz koşullarında Seneca'nın iyi yaşam anlayışında ortaya koyduğu Stoacı ilkelerin ne ölçüde uygulanabilir olduğu ve bireylerin bu düşünceyi pratik yaşamlarında ne derece benimsedikleri ya da hayata geçirebildikleri nesnel olarak tespit edilebilir mi? Günümüzde Seneca'nın Stoacı ilkelerinin bireysel düzeyde uygulanabilirliği oldukça mümkündür; ancak bu uygulamaların birey üzerindeki etkisini ve ne ölçüde hayata geçirilebildiğini nesnel olarak tespit etmek için sistematik bir değerlendirme süreci gereklidir. Bu doğrultuda şöyle bir proje ileri sürülebilir: Projenin ilk aşamasında Stoacı ilkelerin uygulanabilirliğini gözlemlemek adına üniversitelerdeki felsefe öğrencileri üzerinde deneysel bir uygulama yapılabilir. Deney ve kontrol grupları oluşturularak Stoacı yaşam ilkelerine göre yönlendirilen bireylerin, belirli bir zaman dilimi içinde ruhsal durumlarında, tutum ve davranışlarında ne gibi değişimler yaşadıkları gözlemlenebilir. Eğer bu uygulamalar sonucunda bireyin ruhsal dinginliği, özdenetimi, stresle baş etme kapasitesi gibi yönlerde olumlu etkiler görülürse, bu ilkelerin yalnızca felsefe öğrencilerine değil, daha geniş bir toplumsal kesime de uygulanabilir olduğu düşüncesine ulaşabiliriz. Bu bağlamda ikinci aşamada ise bu Stoacı ilkelerin farklı yaş ve sosyo-kültürel gruplardan bireyler üzerinde uygulanarak genel geçerliliği ve hatta faydasını araştırılabiliriz. Eğer bu değerlerin bireylerin ruh ve beden sağlığına katkı sunduğu tespit edilirse bu durumda eğitim kurumları aracılığıyla Stoacı yaşam felsefesine dayanan bir bilinç kazandırmak adına birtakım şeyler yapılabilir. Örneğin; doğaya uygun yaşam dersleri konabilir ama bu dersler salt teorik olmamal pratik boyutada sahip olmalıdır. Böylece daha dengeli, erdemli ve sağlıklı bireylerin yetişmesini destekleyecek önemli bir adım atılmış olacaktır.

Yine Seneca'nın iyi yaşam anlayışında insanın, hayatında kimlerle yol yürüdüğü önemlidir. İnsanın, yaşamını iyi niteliği ile doldurmasında ve şekillendirmesinde kimlerle arkadaş olduğu ve kimi örnek aldığı etkilidir. Örneğin bilge bir kimseyi örnek alan birinin ya da erdemli kimselerle arkadaşlık eden birinin yaşamı, bu kimselerden aldığı olumlu etkilerle sayesinde daha niteikli hale gelir. Seneca da bu tür kimselerle arkadaşlık etmeyi, yol yürümeyi tavsiye eder. Günümüzde eğer Stoacı bir bilgeyi yaşamımız için örnek almak ve onunla arkadaşlık etmek istiyorsak pekâlâ bu düşünürlerin eserlerini okuyabiliriz ama her gün yoldaşlık için de bir teknolojik bir uygulama geliştirebiliriz. Bunu ilk olarak Seneca özelinde yapacak olursak; Seneca'nın eserlerinin yüklü olduğu bir uygulama düşünelim. Burada bireyin seçimine bağlı olarak bir eser ya da eserlerin çoğu veya hepsi tercih edilebilir. Daha sonra bu tercihe göre Seneca'nın eserlerinden bir söz ya da paragraf bildirim olarak insana gönderilecektir. Böylece insan her gün Seneca'nın bir düşüncesiyle karşı karşıya gelecektir. Bu uygulamanın bir üst seviyesi de sadece Seneca ile sınırlı kalmayıp tüm Stoacıların eserlerini içeren ve hatta bu eserlere Latince, Yunanca ve İngilizce gibi dil seçenekleride dâhil edilerek geniş kitlelere ulaşma fırsatı verir ki bu durumda insanlığa katkı sağlanacatır. Hatta tercihe bağlı olarak düşünürlerin orijinal sözleri ve çevirisi bir arada verilerek de insanlara bildirim gönderilebilir. Böylece uygulama oldukça akademik, nitelikli ve kaliteli hale gelecektir. Bu uygulama başta felsefe öğrencileri olmak üzere üniversite öğrencilerinin kullanımına açılabilir ve sonra toplumunun kullanımına sunulabilir. Sonuç olarak günümüzdeki teknik imkânlar ve insanların teknolojik yönelimleri böyle bir uygulamanın kendine yer bulacağını düşündürmektedir. Bugün teknolojik anlamda bu alana Türkçe de katkı sağlayan 'Stoacı Filozof' adı altında 7 Aralık 2023 yılında açılmış, 207.000 aboneli bir youtube kanalı vardır. Oldukça aktiftir ve yüksek bir şekilde izlenme oranı elde etmektedir. Yabancı literatürde ise 'The Stoic Community' adlı youtube kanalı Seneca, Epiktetos ve Marcus Aurelius'un öğretilerine yer vererek Stoacı ilkelerin modern yaşamda nasıl uygulanabileceğine dair pratik içerikler sunmaktadır. Yine Aurelius ve Seneca'dan bahseden 'Stoic Journel' ve Aurelius'dan bahseden 'Stoic Evolation' adlı youtube kanalları da bu alana katkı sağlamaktadır. Yine iş dünyasında insan ilişkilerinin geliştirilmesi noktasında Stoacı bir uygulama olan şöyle bir program vardır. "Kabul ve Karar Terapisi ACT'i Kolay Öğrenmek İlkeler ve Ötesi için Hızlı Bir Başlangıç" adlı Russ Harris'in eseri de Stoacı ilkelerden esinlenerek günümüz ruhsal huzursuzlukları ve ruhsal bozuklukları için insanlara köklü bir davranışsal değişim imkânı

sunmaya çalışmaktadır. Ayrıca Erick Cloward liderlerin daha dirençli takımlar kurmalarına ve belirsizlikle karşılaştıklarında daha iyi kararlar almalarına yardımcı olan bir yönetici koçudur. Daha önce bir teknoloji şirketinde CTO'luk ve yazılım geliştiriciliği yapmış olan Cloward, 2018 yılında "Stoic Coffee Break" adlı podcast programını başlatarak dinleyicilere Stoacı felsefeyi günlük yaşamlarına nasıl entegre edebileceklerine dair pratik bilgiler sunmaya başlamıştır. Amsterdam'da yaşayan Cloward, Stoacılık ve liderlik konularında yazılar yazmaktadır. Denilebilir ki Stoacı düşünme ve yaşama biçimi bugün birçok konuda ilham verici bir kaynak haline gelmiştir. Psikoloji, kişisel gelişim, liderlik, stresle başa çıkma… gibi alanlarda etkili olmuş; hem bireysel hem de profesyonel yaşamda denge, dayanıklılık ve anlam arayışına yönelik güçlü bir yol haritası sunmuştur. Elbette, Seneca'nın yaşadığı dönem kolay değildi; bugün de savaş, terör, belirsizlik ve doğanın tahribatı gibi pek çok zorluk insan yaşamını güçleştirmektedir. Ancak, tıpkı Stoa felsefesinin kendi döneminde insanlara teselli sunduğu gibi, günümüzde de insanlara ilham, teselli, teşvik ve rehberlik kaynağı olacağı kanaatindeyiz.

KAYNAKÇA

Altuğ, T. (2008). *Dile Gelen Felsefe*. 2. Baskı. İstanbul: Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık.

Anaksagoras (2013). "Fragmanlar" (Çev. İlyas Altuner). *Beytülhikme Uluslar Arası Felsefe Dergisi*. Cilt 3. Sayı: 2. ss. 129-132.

Aristophanes, (1958). *Aristophanes Hayatı, Sanatı, Eseri*. (Haz. Azra Erhat). İstanbul: Varlık Yayınevi.

Aristoteles (1975). *Politika*. (Çev. Mete Tuncay). Basım 1. İstanbul: Remzi Kitabevi Yayınları.

Aristoteles (1996). *Metafizik*. Basım 2. (Çev. Ahmet Arslan). İstanbul: Sosyal Yayınları.

Aristoteles (2017a). *Nikomakhos'a Etik*. (Çev. Saffet Babür). Basım 7. Ankara: BilgeSu Yayıncılık.

Aristoteles (2017b). Eudemos'a Etik (Çev. Saffet Babür). Baskı 2. Ankara: BilgeSu Yayıncılık.

Aristoteles (2019). *Ruh Üzerine* [De Anima]. (Çev. Ömer Aygün - Y. Gurur Sev.). Baskı 2. İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Arslan, A. (2016 I) *İlk Çağ Felsefe Tarihi 1 Sokrates Öncesi Yunan Felsefesi*. Baskı 7. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları.

Arslan, A. (2016 IV). *İlkçağ Felsefe Tarihi 4, Helenistik Dönem Felsefesi: Epikurosçular, Stoacılar, Septikler*. Baskı 4. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Arslan, S. ve Abdullah Yılmaz (2001). "Modernizme Bir Başkaldırı Projesi Olarak Postmodernizm". *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*. Cilt: 2. Sayı: 2. ss. 93-108.

Aurelius, M. (2021). *Hayat Kısa Mutlu Olmayı İhmal Etme (Aforizmalar)*. (Çev. Zerrin Duman). İstanbul: Zeplin Kitap.

Aurelius, M. (2023). *Kendime Düşünceler*. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım 1. İstanbul: Can Sanat Yayınları.

Bauman, Z. (2018) *Akışkan Modernite* [Liguid Modernity]. (Çev. Sinan Okan Çavuş). Baskı 3. İstanbul: Can Sanat Yayınları.

Baudrillard, J. (2008). *Tüketim Toplumu Söylenceleri/Yapıları*. (Çev. Hazal Deliceçaylı ve Ferda Keskin). Basım 3. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Başok Diş, S. (2019). *Doğal Olanın Yitimi ve İnsanın Düşüşü Hakkında Felsefi Bir İnceleme*. Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları.

Bayram, Y. (2007). Postmodernizm (Modernizm Ötesi). *Baykara Dergisi*. 5, 1-5.

Bennett, C. (2021). *Ahlak Felsefesi Nedir?* [What is This Thing Called Ethics?]. (Çev. Muhammet Enes Kala). Ankara: Episteme Yayınları.

Botton, A. (2005). *Statü Endişesi* [Status Ankxiety]. (Çev. Ahu Sıla Bayer). Baskı 3. İstanbul: Sel Yayıncılık.

Brun, J. (2020). *Stoa Felsefesi*. (Çev. Medar Atıcı). Baskı 7. İstanbul: İletişim Yayınları.

Birand, K. (1958). *İlk Çağ Felsefesi Tarihi.* Ankara: Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları.

Cevizci, A. (2003). *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. 2. Baskı. İstanbul: Paradigma Yayıncılık.

Cevizci, A. (2005). *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. Basım 6. İstanbul: Paradigma Yayınları.

Cloward, E (2025). *Stoacılık 101* [Stoicism 101]. (Çev. Şafak Tahmaz). Baskı 1. İstanbul: Say Yayınları.

Cicero, (2018). *Tarıların Doğası* [De Natura Deorum]. (Çev. F. Gül Özaktürk ve Ü. Fafo Telatar]. Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Cicero (2019). *Yasalar Üzerine* [De Legibus]. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım 4. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Cicero, M. T. (2020). *Kader Üzerine* [De Fato]. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım 1. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Cicero (2020a). *Yaşlı Cato veya Yaşlılık Üzerine*. [Cato Maior de Senectute]. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım 4. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Cicero, M. T. (2021). *Tusculum Tartışmaları* [Tusculanae Disputationes]. (Çev. Ömer Kerim). Ankara: Dorlion Yayınları.

Cicero, M. T. (2021a). *Yükümlülükler Üzerine* [De Officiis]. (Çev. C. Cengiz Çevik). İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.

Cicero, M.T. (2022). *İyi ve Kötü Şeylerin Gayeleri Üzerine* [De Finibus Bonorum et Malorum]. (Çev. Cengiz Çevik). Baskı 1. İstanbul: Albaraka Yayınları.

Cicero (2022a). *Dostluk Üzerine* [Laelius, De Amicitia]. (Çev. C. Cengiz Çevik). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Çelikkol, S. (2019). "Stoa Felsefesinin Temel Görüşleri Üzerine Bir İnceleme". *Bilimhane*. XXXVII/1. ss. 1225-1245.

Çevik, C.C. (2018a). *Doğa Araştırmaları* [Naturales Quaestiones] içinde *Önsöz*. Baskı 2. İstanbul: Jaguar Kitap.

Çevik, C. C. (2020). *Kader Üzerine* [De Fato] içinde *Sunuş*. (Çev. C. Cengiz Çevik). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Çevik, C. C. (2020a). *Enkheiridion* içinde *Sunuş.* Baskı 4. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları.

Çevik, C. C. (2021). *Zenon ve Kleanthes Stoa Felsefesinin Kuruluş Fragmanları* içinde *Sunuş*. ss. 7-21. (Der. ve Çev. C. Cengiz Çevik). İstanbul: Albaraka Yayınları.

Çevik, C. C. (2021a). *Zenon ve Kleanthes Stoa Felsefesinin Kuruluş Fragmanları* içinde *Kleanthes*. ss. 105-145. (Der. ve Çev. C. Cengiz Çevik). İstanbul: Albaraka Yayınları.

Çevik, C. C. (2021b). *Zenon ve Kleanthes Stoa Felsefesinin Kuruluş Fragmanları* içinde *Zenon*. ss. 20-103. (Der. ve Çev. C. Cengiz Çevik). İstanbul: Albaraka Yayınları.

Çevik, C.C. (2018). *Doğa Araştırmaları* [Naturales Quaestiones] içinde *Önsöz*. Baskı 2. İstanbul: Jaguar Kitap.

Çevik, C.C. (2024). Marcus Aurelius'ta Evren, Adalet ve İnsan. Url-1: https://jimithekewl.com/2023/04/27/marcus-aureliusta-evren-adalet-ve-insan-25-nisan-2023-bodrum/

Çevik, C. C. (2024). Marcus Aurelius'ta Evren, Adalet ve İnsan [Video]. 5 Mayıs. YouTube. Url-2: https://www.youtube.com/watch?v=dRHRKCGM8T8

Çevikbaş, S. (2006). *Leibniz ve Felsefesi: Mantık, Fizik ve Metafizik*. Konya: Çizgi Kitabevi.

Des Jardins, J. R. (2006). *Çevre Etiği Çevre Felsefesine Giriş* [Environmental Ethics An Introduction to Environmental Philosophy]. (Çev. Ruşen Keleş). Baskı 1. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.

Dürüşken, Ç. (2019). *De Providentia [Tanrısal Öngörü]* içinde *Önsöz*. Baskı 3. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.

Empirikus S. (1961). *Against the Physicists-Against the Ethicists*. (Çev. R. G. Bury). Massachusetts, Cambridge.

Epiktetos (2013). *Sövlevler* [Dissertationes]. (Çev. Birdal Akar). İstanbul: Divan Kitap.

Epiktetos (2020). *Enkheiridion* [Enchheiridion]. (Çev. C. Cengiz Çevik). Baskı IV. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Epiktetos (2022). *İçsel Huzur İyi Yaşamın Kapısını Açar*. (Çev. Cengiz Erengil), İstanbul: Beta Yayıncılık.

Erengil, C. (2022). *İçsel Huzur İyi Yaşamın Kapısını Açar* içinde *Önsöz*. İstanbul: Beta Yayıncılık.

Erhat, A. (1958). *Aristophanes Hayatı, Sanatı, Eseri* içinde. (Haz. Azra Erhat). İstanbul: Varlık Yayınevi.

Erkızan, H. N. (2018). "Kleanthes (M.Ö. 331/330-232/231)". *Stoa Felsefesi Özne Dergisi* içinde. ss.87-89. Konya: Çizgi Kitapevi.

Evans, J. (2023). *Hayat İçin Felsefe ve Başka Tehlikeli Durumlarda* [Philosophy for Life and Other Dangerous Situations] (Çev. Özge Çelik). Baskı 1. İstanbul: Koridor Yayıncılık.

Fromm, E. (2019). *Yeni Bir İnsan Yeni Bir Toplum Yanılsama Zincirlerinin Ötesinde* [Beyond the Chains of Illusion-My Encounter with Marx and Freud On]. (Çev. Necla Arat). Baskı 12. İstanbul: Say Yayınları.

Fromm, E. (2022). *İnsan Olmak Üzerine* [On Being Human]. (Çev. Şükrü Alpagut). Baskı 4. İstanbul: Say Yayınları.

Fromm, E. (2022a). *Kendini Savunan İnsan* [Man forHimself]. (Çev. Necla Arat). Baskı 13. İstanbul: Say Yayınları.

Günay, M. (2018). "İlk Stoa Döneminde Tarsuslu Bir Filozof: Khrysippos". *Stoa Felsefesi Özne Dergisi* içinde, 91-96, Konya: Çizgi Kitabevi.

Hadot, P. (2015). *Yaşam İçin Felsefe (Jeannie Carlier ve Arnold I. Davidson ile Konuşmalar)*. Baskı 2. (Çev. Kağan Kahveci). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Hadot, P. (2017). İlkçağ Felsefesi Nedir? [Qu'est-ce que la philosophie antique?] (Çev. Muna Cedden). Baskı 2. Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.

Hadot, P. (2021). *İçsel Kale Marcus Aurelius Üzerine Düşünceler*. (Çev. H. Can Utku). Basım 1. İstanbul: Alfa Yayınları.

Han, B. C. (2019). *Yorgunluk Toplumu*. (Çev. Samet Yalçın). Baskı 5. İstanbul: Açılım Kitap.

Han, B. C. (2020). *Zamanın Kokusu Bulunma Sanatı Üzerine Felsefi Bir Deneme*. (Çev. Şeyda Öztürk). Basım 4. İstanbul: Metis Yayınları.

Han, B. C. (2020a). *Psikopolitika Neoliberalizim ve Yeni İktidar Teknikleri*. (Çev. Haluk Barışcan). Basım 3. İstanbul: Metis Yayınları.

Han, B. C. (2020b). *Şeffaflık Toplumu*. (Çev. Haluk Barışcan). Basım 5. İstanbul: Metis Yayınları.

Hanegelioğlu, A. D. (2022). *Öfke Üzerine* [De Ira] içinde *Sunuş*. Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Harris, S. (2016). *Ahlakın Coğrafyası Bilim, İnsani Değerleri Nasıl Belirler?* [The Moral Landscape: How Science Can Determine Human Values] (Çev. Mehmet Egemen Nişancı). Ankara: Akılçelen Kitapları.

Herakleitos (2020). *Fragmanlar*. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım 1. İstanbul: Türküye İş Bankası Kültür Yayınları.

Hobsbawm, E. (1996). *Kısa 20. Yüzyıl (1914-1991) Aşırılıklar Çağı*. (Çev. Yavuz Alogan). Baskı 1. İstanbul: Sarmal Yayınevi.

Hurley, P. M. (1959). *How Old Is the Earth?*. New York: Anchor Books.

Kar, E. (2024). “Özgür İrade Problemi ve Determinizm: Determinist Bir Evrende Özgür İrade Mümkün müdür?”. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. ss.35/ 298- 310.

Kalaycıoğulları, S. G.- Ceyda Üstünel Keyinci (2016). *Stoacıların Paradoksları* içinde Sunuş. Baskı 2. İstanbul: İmge Kitabevi.

Kandemir, A. M. (2022). *Big Bang ve Yaratılış*. (Ed. Abdullah Demir). Ankara: Oku Okut Yayınları.

Kant, (2009). *Ahlak Metafiziğinin Temellendirilmesi* [Grundelegung Zur Metaphysik Der Sitten]. (Çev. İoanna Kuçuradi). Ankara: Türkiye Felsefe Kurumu Yayınları.

Kant, (1999). *Pratik Aklın Eleştirisi* [Kritik Der Praktischen Vernunft], Baskı 3. Ankara: Türkiye Felsefe Kurumu Yayınları.

Kenny, A. (2017 I). *Batı Felsefesinin Yeni Tarihi Antik Felsefe* [Ancient Philosophy (A New History of Western Philosophy, Vol. 1] (Ter. Serdar Uslu). Basım 1. İstanbul: Küre Yayınları.

Kılınç, Y. (2023). “Bilişsel Çarpıtma ve Epistemik Kusur Farkındalığının P4C Uygulamalarına Katkısı”. *Bursa Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi Kaygı*, 22 (3), 482-514.

Kıymaz, T. (2022). *Kıbrıslı Zenon-Mutluluk Hayatın Dirençsiz Akışıdır*. Destek Yayınları.

King, C. (2011).*Musonius Musonius Lectures & Sayings*. (Çev. Cynthia King) ISBN-13: 978-1456459666.

Kohler P. (1998). [Nous sommes tous des extra terrestre]. *Science et Vie*. Ekim. (Çev. Selçuk Alsan). “Yaşam Uzayda mı Başladı?”. *Bilim ve Teknik Dergisi*. Aralık. Cilt 31. Sayı 373. ss. 70-71.

Konfüçyüs, (2000). *Konuşmalar-Konfüçyüs*. (Çev. Muhaddere Nabi Özerdim). Çağdaş Matbaacılık Yayıncılık.

Kranz, W. (2014). *Antik Felsefe Metinler ve Açıklamalar*. (Çev. Suat Y. Baydur). İstanbul: Sosyal Yayınları.

Laertios, D. (1925). *Lives of Eminent Philosophers, Volume II. Books: 6-10*. (Çev. R. D. Hicks). Loeb Classical Library. MA. Harvard University Press.

Laertios, D. (2003). *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri*. (Çev. Candan Şentuna). Baskı 1. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Laertios, D. (2021). *Erken Dönem Stoa Etiğinden Seçme Metinler* içinde *Diogenes Laertios VII*. ss. 51-70. (Çev. Melike Molacı). Konya: Çizgi Kitabevi.

Le Bon, G. (1997). *Kitleler Psikolojisi*. (Haz. Yunus Ender) Basım 1. İstanbul: Hayat Yayınları.

Le Breton, D. (2008). *Yürümeye Övgü* [Eloge de la Marche]. (Çev. İsmail Yerguz). Baskı 2. İstanbul: Sel Yayıncılık.

Leibniz. G.W. (1997). *Monadoloji* [La Monadologie]. (Çev. Suut Kemal Yetkin). İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.

Lenoir, F. (2016). *Dünyanın Ruhu*. (Çev. Hasan Can Utku). Baskı 2. İstanbul: Pegasus Yayınları.

Long, A. A- D. N Sedley (1987). The Hellenictic Philosophers, Volume I: translitions of the principal sources, with philosphical commentary, Cambiridge University Press.

Lucy, N. (2012). *Derrida Sözlüğü*. (Çev. Sabri Gürses). Ankara: BilgeSu Yayıncılık.

Molacı, M. ve Nazile Kalaycı (2018). *Felsefe Tartışmaları* [A Turkish of journal philosophy] 55. Kitap. Basım 1. Aralık. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi. ss. 88-111.

Molacı, M. (2018). "Güncel Bir İmkân Olarak Stoa Ontolojisi". *Doktora Tezi*. Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Molacı, M. (2019). "Stoacı sevinç". *Düşünbil Dergisi*. ss. 48-52.

Molacı, M. (2019a). "Herakleitos'un Ethos'u: Marhus Aurelius'un Daimon'u". *Felsefî Düşün Akademik Felsefe Dergisi*. Sayı: 13/ Felsefe Tarihinde Ege: Presoktatikler, İyonyalılar. ss. 229-254.

Molacı, M. (2021). *Erken Dönem Stoa Etiğinden Seçme Metinler* içinde *Sunuş.* ss.7-19. (Çev. Melike Molacı) Konya: Çizgi Kitabevi.

Molacı, M. (2021a). *Panaitios Fragmanlar*. (Haz. ve Çev. Melike Molacı). Konya: Çizgi Kitabevi.

Molacı, M. (2021b). *Panaitios Fragmanlar* içinde *Sunuş.* (Haz. ve Çev. Melike Molacı). Konya: Çizgi Kitabevi.

Molacı, M. (2021c). *Musonius Musonius'tan Kalanlar Konuşmalar-Fragmanlar-Mektuplar* içinde *Sunuş*. ss. 9-15. Konya: Çizgi Kitabevi.

Naumann, T. (2017). "Olası Dünyaların En İyisinde mi Yaşıyoruz? Doğanın Sabitlerinin İnce Ayarı". Universe. 3. 60; doi: 10.3390/universe3030060. (Çev. Onur Kenan Aydoğdu). ss. 1-14. Url-4: https://www.researchgate.net/publication/355585432_Olasi_Dunyalarin_En_Iyisinde_mi_Yasiyoruz_Doganin_Sabitlerinin_Ince_Ayari

Oldroyd, D. (2004). *İnsan Düşüncesinde Yerküre-Yer Bilime Bir Tarihsel Bakış*. (Çev. Ülkün Tansel). Ocak. Baskı 2. Ankara: Tübitak Popüler Bilim Kitapları.

Ödemiş, M. (2021). "Determinizmin Yeni Savunması: Nörobiyolojik İndirgemecilik". *Kader*. 19/1 Haziran. 29-54.

Özdemir, N. ve Şahin Şengül Kocamer vd. (2020). "Yaygın anksiyete bozukluğunda bilişsel çarpıtmaların tedaviye uyuma etkisi". *Anatolian Journal of Psychiatry*. 21(4): 380-386.

Özemre, A. Y. (1981). *Teorik Fizik Dersleri Kozmolojiye Giriş*. Cilt. 8. Baım 1. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları.

Özsevgeç, Y. (2017). Postmodernizm Üzerine. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 10/54, 135-142.

Öztürk, F. (2018). "Geç Dönem Stoacılarının Etik Anlayışı ile Kant'ın Deontolojisinin Karşılaştırılması". *İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi [İnönü University İnternational of Social Sciences (INIJOSS)]*. Cilt.7. Sayı: 2. ss. 17-24.

Platon (1989). *Phaidon.* (Çev. Ahmet Cevizci). Ankara: Gündoğan Yayınları.

Platon. (2001). *Devlet*. (Çev. Sabahattin Eyüboğlu-M. Ali Cingöz). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Reeves, H. ve Frederic Lenoir (2017). *Yeryüzünün Acısı*. (Çev. Şule Demirkol). Baskı 8. Yapı Kredi Yayınları.

Rufus, M. (2021). *Musonius Rufus'tan Kalanlar Konuşmalar-Fragmanlar-Mektuplar* içinde *Konuşmalar*. ss. 17-80. (Haz. ve Çev. Melike Molacı). Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları.

Rufus, M. (2021a). *Musonius Rufus'tan Kalanlar Konuşmalar-Fragmanlar-Mektuplar* içinde *Fragmanlar*. ss. 81-90. (Haz. ve Çev. Melike Molacı). Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları.

Rufus, M. (2021b). *Musonius Rufus'tan Kalanlar Konuşmalar-Fragmanlar-Mektuplar* içinde *Mektuplar*. ss. 91-96. (Haz. ve Çev. Melike Molacı). Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları.

Robertson, D. (2021). *Bilişsel-Davranışçı Terapi Felsefesi Rasyonel ve Bilişsel Psikoterapi Olarak Stoa Felsefesi*. (Çev. Feyza Elif Önder). Baskı 1. İstanbul: Albaraka Yayınları.

Ross, G. MacDonald. (2002). *Düşüncenin Ustaları Leibniz* [Past Master Leibniz]. (Çev. Cemal Atila). Baskı 1. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

Sapolsky, R. M. (2004). Why Zebras Don't Get UlCers?. Baskı 3. New York: Holt Paperback.

Seneca (2010) *Teselliler* [De Consolatione]. (Çev. Kenan Sarıalioğlu). Baskı 1. İstanbul: Kırmızı Yayınları.

Seneca (2018). *Doğa Araştırmaları* [Naturales Quaestiones]. (Çev. C. Cengiz Çevik). Baskı 2. İstanbul: Jaguar Kitap.

Seneca (2019). *Mutlu Yaşam Üzerine-Yaşamın Kısalığı Üzerine*. (Çev. C. Cengiz Çevik). Baskı 3. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Seneca (2019a). *De Providentia [Tanrısal Öngörü]*. (Çev. Çiğdem Dürüşken). Baskı 3.

Seneca (2020). *Ahlak Mektupları* [Ad Luciluim Epistulae Morales]. (Çev. Türkan Uzel). Basım 4. İstanbul: Jaguar Kitap.

Seneca (2020a). *Yaşamın Kısalığı Üzerine* [De Brevitate Vitae]. (Çev. Cemal Bilge Özşar). Biblos Kitabevi Yayınları.

Seneca (2021). *Hoşgörü Üzerine-Ruh Dinginliği Üzerine* [De Clementia-De Tranquillitate Animi]. içinde *Hoşgörü Üzerine*. ss. 29-78. (Çev. Bedia Demiriş). Basım 4. Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Seneca (2021a). *Hoşgörü Üzerine-Ruh Dinginliği Üzerine* [De Clementia-De Tranquillitate Animi]. içinde *Ruh Dinginliği Üzerine*. ss. 81-122. (Çev. Bedia Demiriş). Basım 4. Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Seneca (2022). *Bilgenin Sarsılmazlığı Üzerine & İnziva Üzerine* [De Constantia Sapientis & De Otio] içinde *İnziva Üzerine*. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım X. İstanbul: Türkiye İş bankası Kültür Yayınları.

Seneca (2022b). *Bilgenin Sarsılmazlığı Üzerine & İnziva Üzerine* [De Constantia Sapientis & De Otio] içinde *Bilgenin Sarsılmazlığı Üzerine*. (Çev. C. Cengiz Çevik). Basım X. İstanbul: Türkiye İş bankası Kültür Yayınları.

Seneca (2022a). *Öfke Üzerine* [De Ira]. (Çev. A. Doğucan Hanegelioğlu). Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Seneca (2023). *İyilikler Üzerine* [Beneficiis]. (Çev. Levent Keskin). Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Skirbekk G. ve Nils Gilje (2006). *Antik Yunan'dan Modern Döneme Felsefe Tarihi* [Filosofihistori]. (Çev. Emrah Akbaş ve Şule Mutlu). Basım 3. İstanbul: Kesit Yayınları.

Stobaios, (2021). *Erken Dönem Stoa Etiğinden Seçme Metinler* içinde *Ioannias Stobaios Ecl. II*. ss. 71-115. (Çev. Melike Molacı) Konya: Çizgi Kitabevi.

Stock, St. G. (2021). *Stoacılık.* (Çev. Melike Molacı). Ankara: Ayrıntı Yayınları.

Toulmin, S. (2002). *Kozmopolis: Modernite'nin Gizli Gündemi*. (Çev. Hüsamettin Arslan). Baskı 1. İstanbul: Paradigma Yayınları.

Tyson, Neil de. G. ve Donald Goldsmith. (2017). *Kozmos/ Kozmik Evrimin 14 Milyar Yılı* [Origins/ Fourteen Billion Years of Comic Evolution]. (Çev. Hatice Oluk). Baskı 1. İstanbul: İnkilap Kitabevi.

Uçan, H. (2009). Modernizm/Postmodernizm ve J.Derridanın Yapısökümcü Okuma ve Anlamlandırma Önerisi. *International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*. 4/8, 2283-2306.

Unat, Y. (2003). "Astronomi Tarihi". *Felsefe Ansiklopedisi* içinde s.637-649. (Edt. Ahmet Cevizci). Cilt 1. Kasım. İstanbul: Etik Yayınları. Url-3:

https://www.academia.edu/7604861/_Astronomi_Tarihi_Felsefe_Ansiklopedisi_Edit%C3%B6r_Ahmet_Cevizci_Cilt_1_Etik_Yay%C4%B1nlar%C4%B1_Kas%C4%B1m_2003_%C4%B0stanbul_2003_s_639_649

Ünder, H. (1996). *Çevre Felsefesi Etik ve Metafizik Görüşler*. Ankara: Doruk Yayımcılık.

Yalman, M. (2023). "Epiktetos ve Marcus Aurelius'da Ölüm". *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.

Yazıcı, A. ve Sedat Yazıcı (2018). "Stoacı Duygu Kuramının Ontolojik ve Epistemik Temelleri". *Posseible Düşünme Dergisi*. Sayı: 14. ss. 7-17.

Yılmaz, A. (2016). *Çağdaş Siyasal Akımlar.* 3. Basım. İstanbul: Vadi Yayınları.

Zeller, E. (2008). *Grek Felsefesi Tarihi*. (Çev. Ahmet Hamdi Aydoğan). Baskı 2. İstanbul: Say Yayınları.

Wheeler, K. M. (2011). *Romantizm Pragmatizm ve Dekonstrüksiyon.* (Çev. Hüsamettin Arslan). İstanbul: Paradigma Yayıncılık.