

**Frédéric Lenoir:** 1962 Madagascara doğumlu olan yazar felsefe, sosyoloji ve dinler tarihi alanlarında öğrenim görmüştür. Fransa'daki *École des Hautes Etudes en Sciences Sociales*'de [Sosyal Bilimlerde İleri İncelemeler Okulu] doktor unvanıyla araştırmacı kadrosunda görevlidir. Kırka yakın kitap yazmış olan ve üç ansiklopedinin editörler komisyonunda yer almış olan Lenoir'ın kitapları dünyada yirmiden fazla dile çevrilmiş ve dört milyondan fazla basılmıştır.

**Atakan Altınörs (Doç. Dr.):** Galatasaray Üniversitesi Felsefe Bölümünde öğretim üyesi. Yayımlanmış bazı çevirileri şunlardır: *Dilin Kökeni Üzerine* (Ernest Renan'dan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Analitik Felsefe* (Jean-Gérard Rossi'den çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Dilin Kökenleri* (Pascal Picq ve diğerlerinden çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Sihirli Matematikte 80 Küçük Deneme* (Dominique Souder'den çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Descartes* (Alfred Fouillé'den çeviri, Efil Yay.), *John Locke* (Jean Didier'den çeviri, Paradigma Yay.), *Leibniz: Hayatı ve Felsefesi* (Emile Boutroux'dan çeviri, Paradigma Yay.), *Monadoloji&Metafizik Üzerine Konuşma* (Leibniz'den çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *İdea Nedir?* (Nayla Farouki'den çeviri, Say Yay.), *Ricoeur Sözlüğü* (Olivier Abel'den çeviri, Say Yay.), *Metafiziğe Giriş* (Bergson'dan çeviri, Paradigma Yay.), *Metot Üzerine Konuşma* (Descartes'tan çeviri, Paradigma Yay.), *Hakikatin Araştırılması* (Descartes'tan çeviri, Paradigma Yay.), *Zaman ve Anlatı* 4. cilt (Ricoeur'den çeviri, Yapı-Kredi Yay.). Altınörs'ün iki de telif kitabı bulunmaktadır: *İdealar ve Dil Bağlamında Locke ile Leibniz* (Efil Yay.) ve *50 Soruda Dil Felsefesi* (Bilim ve Gelecek Kitaplığı Yay.).

## *İçindekiler*

<b>Önsöz</b> .....	7
1. Sürdürülen hayatı sevmek.....	19
2. Aristoteles ve Epiküros ile zevkler bahçesine.....	27
3. Hayata anlam vermek.....	39
4. Voltaire ve mutlu aptal.....	43
5. Her insan mutlu olmayı diler mi?.....	47
6. Mutluluk bu dünyada değildir: Sokrates, İsa, Kant.....	53
7. Kendi olma sanatına dair.....	59
8. Schopenhauer: Mutluluk hissetmemizdedir.....	63
9. Parayla saadet olur mu?.....	69
10. Duyguların kimyası.....	77
11. Dikkat sanatına ve düşünme sanatına dair.....	85
12. Ne düşünüyorsak oyuz.....	95
13. Bir ömrün zamanı.....	103

14. Başkaları olmadan mutlu olunabilir mi?.....	107
15. Bulaşıcı mutluluk.....	115
16. Bireysel ve kolektif mutluluk.....	119
17. Mutluluğun peşine düşmek mutsuz kılar mı?.....	127
18. Arzudan can sıkıntısına: İmkânsız mutluluk.....	133
19. Buda'nın ve Epiktetos'un gülümseyişi.....	139
20. Montaigne'in ve Zhuangzi'nin kahkahası.....	157
21. Spinoza'nın ve Anandamayi Ma'nın sevinci.....	187
<b>Sonsöz</b> .....	213
<b>Kaynakça</b> .....	223
<b>Dizin</b> .....	227

## Önsöz

*Değil mi ki mutlu olduğunda her şeyimiz var demektir ve olunmadığıdaysa onu elde etmek için her şeyi yaparız, o hâlde insanı mutlu kılan şeyin ne olduğu üstüne derinlemesine düşünmek gerekir.<sup>1</sup>*

Epiküros

Yıllardır mutluluk üstüne bir kitap yazma projem vardı. Bu projeyi yıllardır ertelemekten bir hâl oldum. Mutluluk arayışı dünyada en iyi paylaştırılmış şey olmasına rağmen, bu konuda yazmak kolay değil. “Mutluluk” kelimesinin yerli yersiz kullanılışı, bilhassa da mutluluğa dair hazır “reçeteler” sunma iddiasındaki kitapların bollaşmasından dolayı ilânlarda ve reklamlarda yerli yersiz kullanılışı, birçok kimse gibi beni de gıcık ediyor. Ondan gelişigüzel bahsedildiğini duya duya ayağa düşen her mesele artık işitilemez bir duruma gelir. Fakat bu bayağılaştırmanın ve görünüşteki basitliğinin ardında mesele hâlâ etkileyicidir ve açığa çıkarılması zor olan çok sayıda bileşene işaret eder.

1 Epicure, *Lettre à Ménécée*, 122.

Bu, bilhassa mutluluğun tabiatından kaynaklanır: Bazı bakımlardan mutluluk su ya da rüzgâr kadar ele avuca sığmazdır. Onu ele geçirdiğimizi düşünür düşünmez bizden uzaklaşır. Onu tekrar ele geçirmeye teşebbüs edersek kaçıp gider. Mutluluk ümidi beslediğimiz yerde bazen sıvışır ve bazen de en beklenmedik anda birdenbire yeniden ortaya çıkar. Mutluluğu ancak mutsuzluk çıkageldiğinde tanıdığımız da olur; Jacques Prévert'in şu güzel cümlesindeki gibi: «Mutluluğu, çekip giderken çıkardığı gürültüden tanıdım». Yine de, ben mutluluğu deneyimledim, onun peşine düşmek beyhude bir arayış değildir. Hayatımız üstüne derinlemesine düşünerek, kendimiz üstünde çalışma yaparak, en makûl seçimleri yapmayı öğrenerek, yahut da kendimiz ve dünya hakkında meydana getirdiğimiz inançlarımızı veya tasavvurlarımızı değiştirerek gerçekten de daha mutlu olabiliriz. Mutluluğa ilişkin büyük paradoks, onun ehlileştirilebilir ama bir o kadar da zapt edilemez olmasıdır. Mutluluk, rasyonel ve iradî bir yordam kadar, kadere veya şansa da bağlıdır. Yaklaşık yirmi beş asır önce, Yunan filozof Aristoteles mutluluğun bu çifte özelliğinin altını çiziyordu: «Mutluluğun öğrenilebilir veya alışkanlıkla ya da başka bir talimle kazanılabilir bir şey mi olduğunu, yoksa nihayetinde tanrısal bir ihsân olarak veya tesadüfen payımıza düşen bir şey mi olduğunu bilmek zordur»<sup>2</sup>.

2 Aristote, *Ethique à Nicomaque* I, 10.

## ***Mutluluğun peşine düşmek mutsuz kılar mı?***

*Tek bir ödev vardır: Kendini mutlu kı!<sup>104</sup>*

Denis Diderot

Pascal Bruckner'in, İkinci Dünya Savaşı'nın sonundan itibaren mutluluk arzusunun nasıl mutluluk buyruğu hâline dönüştüğünü göstererek günümüz toplumlarında egemen olan "mutluluk imperatifi"ne karşı çıkışı çok daha ikna edicidir. Mutluluk "hakkı", mutluluk "ödevi"ne ve hemen ardından da bir "yük"e dönüştü. Modern insan mutlu olmanın "esiri"dir ve «öyle olmayı başaramazsa, bundan sadece kendisi mesul tutulabilir. [...] Muhtemelen tarihteki, mutsuz insanları mutlu kılmayacak ilk toplumları kuruyoruz. [...] Hristiyanlığın "kurtuluş" ve "mahf" dramatisasyonundan türetilme "başarı" ve "başarısızlık" lâik dramatisasyonu»<sup>105</sup>.

Gerçekte, mutluluk takıntısı çoğu kez mutluluğun önünde engel oluşturur. İlkın şu sebeple: Ticaret toplu-

104 Denis Diderot, *Eléments de physiologie* (LEW., XIII).

105 Pascal Bruckner, *L'Euphorie perpétuelle...*, op. cit., p. 59, 86,93.

mu bize, nesnelere tüketilmesine, fiziksel görünümüne, sosyal başarıya bağlı bir yığın allı pullu mutluluk vaatlerinde bulunur. Bu vaatlere katanlar da çoğu kez doyurulan arzuların yeni birtakım doyurulması gereken arzulara, yani bir hayâl kırıklığından bir diğerine savrulup duracaktır. İkinci sebepse şudur: Çağımızın hedonizmi genellikle bedeli ağır bir çilecilik [*ascèse*] pahasına uygulanır. Çilecilik eskiden ahiret saadetine değer olduğu gibi, mutluluğa da değer. Alman sosyolog Max Weber Protestan Reformu'nun «insanları dünyada aktif hayatın tam ortasına yerleştirmek için, Hristiyan çileciği manastırından ve metodik hayat tarzından çıkardığını»<sup>106</sup> gösterdi. Kutsal olan bundan böyle dünyevî olanın grameriyle yazılır: Ahiret saadetlerini güvence altına almak üzere keşişler tarafından gözetilen disiplin, giderek bir zorlanım şekline dönüşmüştür; mutluluğa erişmek bakımından her bir kişinin mecbur olduğu bir zorlanım. Şu örneklerdeki gibi: Max Weber tarafından tasvir edilen püriten kapitalist müteşebbisin ultramodern figürü olan, zenginleşmek için gece gündüz çalışan borsa yatırımcısı çileci. Maraton koşucusu çileci, spor salonu müdavimi çileci, bütün diğer yüksek düzey performans sporlarındaki çileci (zaten fiziksel egzersiz çoğunlukla, Kadimlerin mânevî egzersizlerinin modern dengi gibi görünür). Yine basit bir şekilde, bütün vaktini alan işlere ve de çocuklara, hobilere, arkadaşlara yetişmek için kırk takla atan ve her şeyi idare etmek isterken sonuçta tükenip giden ebeveyn çileci.

106 Max Weber, *Ethique protestante et esprit du capitalisme*, II, 1.

## *Buda'nın ve Epiktetos'un gülümseyişi*

*İnsanların kafasını allak bullak eden şey gerçeklik değildir; gerçeklik hakkında geliştirdikleri kanaatlerdir.<sup>116</sup>*

Epiktetos

*Bağlandıkların, şeyler değildir; onlarla bağ kurma biçimindir.<sup>117</sup>*

Tilopa

İster Hindistan'da olsun ister Yunanistan'da, dikkat çekici sayıda bilge, dünyayı kendi arzularına uygun kılmaya uğraşan insanın düştüğü çıkmaza bir çıkış yolu bulduğunu iddia etmiştir: Bilge, problematiği tersine çevirecek, arzularını dünyaya uygun kılmaya çalışır. Arzularının efendisi olmayı, onları sınırlandırmayı, hattâ kendini gerçekliğe uyumlu kılmak için onları nötralize etmeyi hedefler. Böylece de, cereyan eden ve onu etkileme riski taşıyan dışsal olaylar ne olursa olsun bilge hayatından memnun olabilir. Bir başka deyişle, bilgenin mutluluğu

116 Epictète, *Manuel*, *op. cit.*

117 Tilopa, IX. yüzyılda yaşamış Budist bir bilgedir.



artık, onun dışındaki dünyadan kaynaklanan (sağlık, zenginlik, şeref, minnet, vb.) gelip geçici olan olaylara bağlı değildir; kendi iç dünyasının uyumuna bağlıdır. O, huzuru kendinde bulabildiği için mutludur. Dünyayı değiştirmeyi istemekten ziyade, bilge gayretini kendini değiştirmeye odaklar. Onun mutluluğu içseldir: Bu tür bir mutluluk, olduğu hâliyle bu dünyada, bilgenin kendisinin tâ derininde gerçekleşir.

Bu, tersine çevirmeyle mutluluk mümkün olur. Mutluluğun önündeki engel gerçeklik değildir; bizim gerçeklik tasavvurumuzdur. Aynı gerçeklik iki kişi tarafından farklı şekilde algılanabilir: Biri ondan memnun olurken diğeri mutsuz olabilir. Biri mevcut ızdırabının ötesinde onda kendini sorgulama, hayatındaki falan şeyi değiştirme fırsatını görürken ve iç huzurunu kaybetmezken öbürü hastalığını kaderin kahpece bir darbesi gibi algılayabilir. Bir saldırganlık karşısında bazıları hiçbir hınca kapılmazken başkaları kin ve intikam duygusu hisseder: «Kötülerin kaçını öldüreceğim ki? Sayıları uzay kadar sonsuz. Oysa, kin beslemeyi öldürürsem, bütün düşmanlarım aynı anda ölecek» diye yazar Budist bilge Shantideva, *Uyanışa Yürüyüş*'te. Ve Stoacı bilge Epiktetos da onu yankılar: «Unutma ki sana fenalık edildiği hissine neden olan şey, sana küfredilmesi ya da vurulması değildir, sana fenalık edildiğine dair sendeki kanıdır. O hâlde, biri seni öfkelenendirirse bil ki öfkenin sorumlusu, senin kendi kendine vardığın hükmündür»<sup>118</sup>.

118 Epictète, *Manuel*, op. cit.