



**VAROLUŞÇU FELSEFEDEN VAROLUŞÇU PSİKOLOJİYE
(BİRBİRLERİNİ SÜREKLİ YANLIŞ ANLAYANLARIN ONTOLOJİK BÜTÜNLÜĞÜ)**

Yener ÖZEN¹

ÖZET

Varoluşçuluk 19. yüzyılın ikinci yarısında temelleri atılan ve 20. yüzyıl içerisinde önemli ölçüde taraftar bulan bir felsefe akımıdır. Bireysel varoluş, özgürlük ve seçim yapabilme kudreti gibi temel varoluşçu esaslar çerçevesinde eser vermiş pek çok yazarın ortak çabalarının bir ürünü gibi görülebilir. Bununla birlikte bu kategoriye dâhil edilen pek çok düşünürün, Heidegger örneğinde görüldüğü üzere “varoluşçu” oldukları şeklindeki düşüncelere açıkça karşı çıktıkları da görülmüştür. Varoluşçu yazarlar düşüncelerini açıklarken sistematik bir yöntem takip etmezler. Felsefelerini aforizmalar, meseller, manzum eserler, roman veya tiyatro oyunları gibi sanat eserleri aracılığıyla ortaya koymuşlardır. Bu çalışmada Felsefeden-Psikoterapi’ye varoluşçuluğun evrilmesini vermeye çalıştık.

Anahtar Kelimeler: Varoluşçu Felsefe, Varoluşçu Psikoloji ve Terapi

**EXISTENTIAL PSYCHOLOGY FROM EXISTENTIAL PHILOSOPHY
(ONTOLOGICAL INTEGRITY OF THOSE WHO UNDERSTAND EACH OTHER
ALWAYS WRONG)**

ABSTRACT

Existentialism In the second half of the 19th century and 20th century foundations laid within a significant flow fan is a philosophy finds. Individual existence, freedom and choice, such as might be able to work within the framework of the basic existentialist principles of a great many authors, such as a product of joint efforts can be seen. However, many were included in this category of thinkers, Heidegger example shown in the "existentialist" is clearly opposed to the way they think they were too. Systematic method of explaining their thinking existentialist writers do not follow. Philosophy of the aphorism, parable of, verse work artistic works such as novels or stage plays were put through. In this study, from Philosophy to Psychotherapy existentialism-have tried to give to the inverter.

Keywords: Existential Philosophy, Existential Psychology and Therapy

¹ Yrd. Doç. Dr. Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü. Erzincan.
yenerozen@erzincan.edu.tr

GİRİŞ

Düşünce tarihi mutlak hakikatlere dönüşmüş bir sözcükler geçidinden başka bir şey olmasa da, bir yüzyıldan beri felsefi olayları ortaya çıkarması kendine güvenmesi için yeterde artar bile. Ancak 20. yüzyılın başlarında doğru kavramına duyulan güven sarsılmış oldu. Sezgi, onunla birlikte; süre, atılım, hayat vs, bu kavramlar tartışılan ve göreceli durumlar haline getirmektir. Bundan yararlanılmıyordu ve bir zaman egemen olmalıydı bu duruma. Sonra bir yenilik gerekliydi: Varoluş'a geldi sıra. Uzmanları ve amatörleri uyaran büyümlü sözcük! Anahtar sonunda bulunmuş oldu. Artık birey değil, bir *varolan* idik.

Felsefede aklın ve olumlu düşüncenin kazandığı önem, XIX. yüzyıl sonlarında sarsılmaya başladı. Akılcı düşüncenin geleneksel toprağı Fransa bile, öznelci bir tutum alma yolunu tuttu. Bunda, her şeyden önce, psikolojinin bir bilim olarak kurulmaya başlamasının etkilerini aramak doğru olur. Daha önceleri birçok bilgi alanı gibi psikoloji de felsefenin bir dalıydı ve zihnin etkinliklerini incelemekle sınırlanıyordu. XIX. yüzyıl başlarında Wundt (1832-1920) psikolojiyi bir bilim haline getirdi ve Leipzig'de bir psikoloji enstitüsü kurdu (1879). Bu yeni bilimin ortaya koyduğu şaşırtıcı sonuçlar felsefeyi hızla etkiledi ve onu öznelciliğin düzeyine doğru çekti. Felsefenin öznelci düzeye yerleşmesinin başlıca etkilerinden biri de, XIX. yüzyıl sonları Avrupa'sında, toplum düzeninin yeni sosyal ve ekonomik patlamalar getirecek biçimde karışmış olmasıdır. Yüzyıllar boyunca siyasî birliğini kuramamış Fransız kültürünün başarılı ürünleri karşısında bir çeşit aşağılık duygusuna kapılmış olan Almanya yavaş yavaş kendini toparlıyor ve gücünü kendi dışına benimsetme yoluna giriyordu. Bunalımlı Alman toplumu (bu bunalım bu toplumun sanatına ve felsefesine büyük ölçüde yansır) giderek bütün Avrupa'yı bunalıma sürükleyecek, bu genel bunalım iki dünya savaşında cisimleşecektir (aslında savaşın ana nedeni ekonomik durum ve sömürge elde etme yarışıdır. Ancak bu durumun katkısı da yadsınamaz). Sömürgeciliğin bütün olanaklarından yararlanmış ve burjuva kültürünün en güzel örneklerini vermiş olan Avrupalılar (özellikle İngiltere, Fransa, Almanya ve İtalya) bugün bile etkilerini sürdüren bir karmaşanın yıkıcı koşullarıyla sarsıntıya düşmüşlerdir. Avrupa toplumunun düştüğü dağınıklık ve kargaşa, bu dağınıklık ve kargaşanın yarattığı hastalıklı duygu ve düşünceler, bu duygu ve düşüncelerin yarattığı, biçimlediği dünya görüşü, ileride varoluşçu felsefeye kaynaklık edecek olan öznelci dünya görüşü, XIX. yüzyıl

felsefesinin iki önemli kişisinde, Friedrich Nietzsche (1844-1941) ve Henri Bergson'da (1859-1941) en güzel anlatımını buldu (Hançerlioğlu, 1970: 296).

Varoluş felsefesi, çağımızın en önemli iki felsefesinden biridir; Marksçılık ile birlikte hemen hemen bütün çağdaş düşünce oluşumlarının dokusuna katılmıştır. Marksçılık ve varoluşçuluk, bir çırpıda kavranamayacak, kısa süreli çabalarla öğrenilemeyecek kadar geniş ve çeşitli felsefe çalışmalarını içerir. Eskiden bir felsefe genellikle bir kişinin, bazen de başlıca bir kişinin adıyla anılan bir okulun ürünü olurdu. Çağımızda kültürün ileri derecede yaygınlaşması, felsefeleri kucaklanması işi içinden çıkılmaz hale getiriyor. Marksçılık dediğimiz zaman aklımıza bir bakıma birbirini tümleyen, bir bakıma birbirinden ayrı düşen birçok filozof geliyor. Varoluşçuluk dediğimiz zaman ise:

I. YALVAÇ: SOREN KIERKEGAARD

20. yüzyıl felsefesinin en çetin sorunlarından biri birey sorunudur. Max Scheler, “Bir anlamda, bütün ana felsefe sorunları bir tek soruna insan nedir ve insanın varlığın bütünü içindeki metafizik yeri ve durumu nedir sorusuna indirgenebilir,” der (akt; Heidegger, 1915: 200). Temel düşünceleri varoluşçular tarafından benimsen karamsar ve dindar düşünür Soren Kierkegaard bu dönemde Batı düşüncesine ışık tutmuştur. Kierkegaard'ın öğretileri Alman idealizmine ve Hegel'e karşı tepkiydi. Hegel felsefesini eleştiren eseri “**Bilimsiz Çıkarımların Eleştirisi**” ilk eseridir. Bu eserinde Kierkegaard'ın, “Hegel'in insanı ve tarihi akılcı biçimde açıklayan ve tüm felsefi soruları yanıtlayan “tekparça (monolitik)” tarzındaki felsefesine duyduğu tepki, kendi deyişiyle “egzistansiyel felsefesini” geliştirmesine olanak sağladı. İnsan tabiatının *paradoksal ve belirlenemez* niteliklerinin altını çizerek, en büyük gerçeğin Hegel felsefesinin ortaya koymaya çalıştığı gibi objektif bir gerçek olmadığını, gerçeğin subjektif olabileceğini ileri sürdü. İnsan varlığını mantıklı ve nedenselci nedenlerle izah etmeye çalışan monolitik felsefelerin insanın var oluşunu anlamaya karşı yanlış bir yaklaşım içinde olduğunu ve kendi varoluşuna ait sorumluluğu üzerine almaktan kaçınmasına yaradığını, aslında insanın kendi varlığını tam da belirsizlikler karşısında aldığı kararlar ve seçimlerle belirlediğini ileri sürdü”(Gaidenko, 1966: 34)

Kierkegaard eserinde, “İnsanın üzerinde bulunmak üzere seçme şansı bulunan iki yaşam sahnesi olduğunu; bunlardan estetik yaşam sahnesi adı verdiği sahnede, insanların *rafine edilmiş bir hedonistik yaklaşımla*, varoluşun barındırdığı sıkıntı ve ümitsizlikten, çeşitlilik ve yenilik aramak suretiyle kaçmak isteğinde olduğunu” ileri sürdü. Ancak bu tarz bir seçimde bulunan insanlar bir gün kaçınılmaz olarak sıkıntı ve ümitsizlik ile yüzleşmek zorunda kalıyorlardı. Etik olan yaşam (tarzı) seçiminde ise insanlar kayıtsız- şartsız ve tutkuyla dolu olarak, görevlerine, sosyal ve dini yükümlülüklerine bağlı kalmayı seçiyorlardı” der (Kierkegaard, 1956: 179).

Kierkegaard’a göre, insan varoluşun boşluğunda yaşanan nihai keder ve ümitsizlikle karşı karşıya kalmak istemiyorsa aklını bir kenara koymalı (suspension of ethic) ve yalnızca içinde hissettiği imana dayanarak önünde uzanan paradoksal, mistik ve riskli dünyaya dalmalıydı. Korku kavramı ile vardığı noktada insanı ümitsizliğe ve bunalıma yönlendiren gücün büyük bir korku, hiçbir şey olamama korkusu (fear of nothingness) olduğunu söylüyordu (Güçlü ve Uzun, 2002: 95).

Kierkegaard’ın ortaya koyduğu felsefi sorun gerçekten büyük bir sorun: çünkü özgürlük ile zorunluluk ilişkisi sorunu. Kierkegaard özgürlük-zorunluluk ikilemi sorunun Hegelci biçimde çözümüne bambaşka bir açıdan hücum eder. Hegel der ki: “özgürlük ancak akıl yolu ile elde edilir”. Kierkegaard buna şöyle cevap verir; “Özgürlük ancak akla rağmen elde edilir.” Özgürlüğün elde edilmesi için akıl yalnız gereksiz değil, aynı zamanda özgürlüğü olanaksız kılan bir zorunluluğun ortamıdır. Akıl insan özgürlüğünün katili, bireyin katilidir. Akıl tümel âlemini, zorunluluk âlemini yaratır. Bu âlemde olanaklar arasında bir seçim yapma özgürlüğü olmaz ve bunun için de insan kişiliği kurban edilir (Kierkegaard, 1956: 188).

Felsefesini “existential” olarak nitelemesi, felsefesinin Hegel’den farklı olarak yekpare-monolitik bir felsefe sitemine entegre bireyleri değil, kendi yaşamlarını sorgulayan, kendi içsel deneyimlerine dayanarak yaşamlarını şekillendiren bireyleri söz konusu etmesidir. Varoluşçu felsefenin doğuşuna katkıda bulunan, aslında akımın ikinci Âdem’i olan Fenomenoloji kuramını geliştirerek İdealist ve Marxist felsefelere başkaldırı olarak yorumlanan kişi Edmund Husserl’dir.

II. GEMİYİ KARAYA OTURTAN NUH: İKİNCİ ÂDEM; EDMUND HUSSERL

Edmund Husserl, "fenomenoloji" felsefesinin kurucusudur. Nesneleri doğa bilimlerinden farklı olarak, duyu verilerinden bağımsız salt bilince ait olgular olarak ele aldığı ve nesnelerin ""özlerine" ait bilgiyi ele geçirmeye çalıştığı felsefesine "fenomenoloji", bu özlere de fenomen denmektedir (Gençtan, 1996: 9).

Fenomenoloji, nesnelerin bizim algı dünyamız dışında "nesnel bir gerçekliğe" sahip olup olmadığı ile ilgilenmez. Ampirik olarak bilince verili nesneyi alır ve naif bir realizm duygusu ile kayıtsız şartsız kabul eder. Bu anlamda fenomenoloji pozitivizm ve ampirizm akımlarına oldukça benzer. İki akımdan farkı ise Husserl'in fenomenolojik yönteminin nesnelerin "özlerine" akıl yoluyla ulaşmak istemesinde yatar. Diğer bir farkı ise pozitivizmin/ampirizmin maddi dünyayı yöneten doğa yasaları ile ilgili kabullerini yadsıması ve nesnelerin bilinçteki varlıklarını -birbirleriyle ilişkileri bağlamında olmayan- "rastlantı kategorisi" içinde ele almasıdır (Uzun ve Güçlü, 2002: 23).

Fenomenolojik Yöntem Nedir? Bu soruya Husserl şöyle cevap veriyor: "bilincin her zaman niyetli bir şekilde "bir şeye yöneltilmiş bilinç" olduğunu söylemiştir. Fenomenolojik yöntem önce bilinçte bulunan nesnenin "verili" bir nesne olduğunu yani gerçek dünyadaki varlığı ne denli tartışmalı olsa da bilinçteki varlığının tartışmasız bir gerçek olarak ortada olduğunu kabul eder. Bu ön kabul sonrasındaki ikinci aşamada "fenomenolojik indirgeme yöntemi" ile nesnenin duyuusal algılarımızdan ileri gelen somut nitelikleri, diğer nesnelere ilişkileri "parantez içine alınarak" fiili olarak dışlanır. Daha geniş kapsamlı bir indirgeme ile nesne kültürel anlamından(töresel, bilimsel, sanatsal, dinsel, hukuki vb.) soyutlanır. Üçüncü aşamada özne de benliğini paranteze alarak; nesne ile aynı dünyayı paylaşan öznelliğini tüm önyargılarını, değerlendirmelerini askıya alır. "Eidetik yöntem" (eidosis: salt öz) denilen bu yöntem ile sonuçta nesnelerin bilinçteki "ide"lerine, (aşkın ve içkin) salt özlerine ulaşılmış olur. Fenomenolojik yöntem Descartes'in cogito'sunun pratiğine benzer bir yol izler ancak amacı akıl yoluyla "nesnelerin gerçekliğini örten perdeyi kaldırmak/hakikati ortaya çıkarmak" değil sadece "bilince yansıyan nesnelere ait özsel bilgiyi elde etmek" şeklinde farklılaşmıştır (Husserl, 1994: 14).

Özetle, özgül bir felsefe disiplini olarak Fenomenoloji'nin kurucusu Husserl'dir. Heidegger, Merleau-Ponty ve Sartre gibi varoluşçu felsefecileri derinden etkilemiş olmanın yanı sıra, daha sonradan Foucault ve Jacques Derrida gibi yirminci yüzyılın ikinci yarısında etkilerini hissettiren felsefecilerin düşüncesinde de önemli bir rol oynayacaktır.

III. ESKİ AHİT'İ YENİ AHİT'E EKLEYEN MESİH: MARTİN HEIDEGGER

Varoluşçu görüngübilimi geliştiren yirminci yüzyılın en etkili akademisyenlerinden birisi, bir Alman filozofudur. Heidegger yüzyılımızda varoluşçu felsefenin kurucusu olarak kabul edilir. Yaşadığı dönemde en önemli akademik felsefe Dilthey'in "yaşama felsefesi"di". Dilthey, daha sonra Heidegger'inde takipçisi olacağı bir düşünceyi dillendiriyordu."Yaşamak rasyonel yoldan temellendirilemez" diyordu Dilthey ve böylece felsefeyi doğa bilimlerinin hükümlerinden kurtarmaya çalışıyordu. Doğa bilimleri, insanın algı, sezgi, duyum, duygu, yönelim, heyecan, haz, acı ve diğer tüm yaşam bağları içinden sadece "duyum" ve "algı" ya hitap etmek suretiyle, bizzat "deneyim"i ve dolayısıyla "gerçekliği" tahrif etmiş oluyorlardı. Buradan hareketle Heidegger *varoluşçu felsefeden psikoloji ve psikiyatri bilimlerine de bir köprü görevi yapmıştır.*

Heidegger klâsik felsefenin izlediği yola uygun bir yol izleyerek, varoluşçu felsefeyi evrensel genişliği olan ve belli bir sistemde bütünlüğüne kavuşan bir felsefe olarak temellendirmek istemişlerdir. Ancak klâsik felsefenin tutumuna karşıt bir tutum alarak, özler araştırmasını biryana bırakıp doğrudan doğruya varoluşun alanına girmişlerdir. Özleri bu alandan derlemeye yönelmişlerdir. Tanrıtanımaz varoluşçuluğun başlıca temsilcileri Heidegger ve Sartre da aynı çabanın içindeydi. Heidegger tanrıtanımazlığını açıkça belirtmez, daha doğrusu tanrıtanımazlığa sahip çıkmaz. Tanrıtanımazlık onun felsefesinde zorunlu olarak kendini gösterir. Yalnızca olgusal varoluşu varsayınca, Tanrı'nın varlığı ortadan kalkacaktır.

Heidegger'e göre, varoluşumuz başlıca iki biçimde dışlaşır: Gerçek varoluş, özgürlük deneyiyle belirgindir, insanın özgür olduğunu duyusuyla ve böylece kendi yazgısını kendi eliyle çizmeye kalkışıyla ortaya konur ve bunalım deneyiyle gerçekleştirilir. Gerçek olmayan varoluş, insan topluluklarının varlığında ortaya çıkar, çünkü bu insan toplulukları bunalımdan kaçarlar ve genel görüşlere inanırlar: Burada Heidegger'in gerici dünya görüşü belirir: insan olmak

demek, tam anlamında insan olmak demek, ayrıcalı bir tutum içinde olmak demektir (Timuçin, 1994: 254).

Ontoloji adı verilen Heidegger felsefesi insanı; “*İnsan dünyaya atılmıştır. İnsan Hiç içine düşmüş bir Ne’liktir. Bunu kendisi seçmemiştir. Hiç sözcüğü aynı zamanda Varlık anlamına da gelir. Yani insan. Varlık’a atılmış, terk edilmiştir Varlık sınırsızdır ve bu haliyle kavranamadığı için kendisini Hiç’lik olarak da gösterir Varlık’a bu yüzden dil ile tanımlama getirmek imkânsızdır. Zira mantık gereği, Varlık’a “vardır” denildiğinde aynı zamanda “var değildir” denilemez. O yüzden dilin de insan gibi Varlık’ın içine “düşüğünü” söyleyebiliriz* (Heidegger, 1955: 126-127).”

Varoluşçu felsefeyi, fenomenolojiyle bütünleştirip psikolojiye ve psikoterapi’ye aktaran kişi olarak Heidegger üzerinde biraz daha duralım. Yukarıda da belirtildiği gibi Heidegger’in asıl amacı, insan varoluşunu “dünya-içerisinde-varlık” şeklinde formüle ederek ve asıl vurguyu insanın somut bağlantısına ya da bir başka deyişle “dünya içerisinde olma” ya yaparak Kartezyen zihin-beyin (tin ve ten) ikilemini aşmaktır. “Bir bütün olarak Varlık, hep bizden önce ve bizim çevremizde olanlardır...Bir bütün olarak Varlık, belirli ölçülerde daima tamamlayıcılığa sahiptir.; bizim etrafımızdaki her şey, öteki her şeyle bağlantılıdır. Tüm şeyler, birlikte ait olma niteliğine sahiptir” (Grene, 1976: 41). Bu amacın gereği olarak Heidegger, modern bilim tarafından yapıla gelen dışsal doğa ile içsel doğanın nesneleştirilmesine veya somutlaştırılmasına karşı hep eleştirel bir tavır takınmıştır (Göka,1997: 84).

Martin Heidegger, kendi düşüncesi için varoluşçuluk kavramını, kendisi için varoluşçu sıfatını hiçbir zaman kullanmamış ve böyle nitelemeleri kabul etmemiştir (May, 1958a: 16) Bununla beraber başkaları onun çalışmalarını, çağdaş varoluşçu düşüncenin ve varoluşçu psikoloji ve psikoterapinin temeli olarak nitelemeyi sürdürmüşlerdir (Binswanger, 1958: 191).

Kişilik kuramları ve psikoterapi kitaplarında genel doğruymuş gibi aktarılan tirajı-komik bir durumu da izah etmemizde yarar var: Kitaplarda ve makalelerde Heidegger’in düşüncelerini psikoterapi’ye taşıyan iki öncü olarak İsviçreli Ludwing Binswanger ve Medard Boss olarak anlatılır. Heidegger’in düşüncelerini psikoterapi’ye ilk uygulamaya çalışan kişi Binswanger’dır. Binswanger, bu çabasının sonucunda Heidegger’in temel kavramı Daseins Analytics’ten esinlenerek Varoluşsal Analiz adını verdiği bir teori ve uygulama geliştirmiştir.

Ancak daha sonra kendisinin de itiraf ettiği gibi, tüm çabasının Heidegger'in yanlış anlaşılması üzerine bina olduğunu kendi teorisini kurduktan sonra anlayabilmiştir (Binswanger,1960: 258). Şu açıktır ki; Varoluşçu psikoloji ve psikoterapi, Kierkegaard, Husserl ve Heidegger'in yanlış anlaşılmalarının bir toplamı ya da bunların psikoloji ve psikoterapideki karşılığı değil olsa olsa nasıl yanlış anlaşıldığının en güzel örneğini oluşturmaktadır.

IV. İKİ DİNEDE İHANET EDEN SAPKIN: J.P.SARTRE

Sartre solipsist (tekbenci) bir perspektifle varlığının bilincini ve deneyimlerinin özgür görüngülerini incelemeye çalışmıştır. Sartre, fenomenolojik olanı takip ederken "olumsallık/contingency"(bir şeyin mutlak anlamda bir şeye karşılık gelmemesi-değişebilirlik-belirsizlik-şu ya da bu olabilme potansiyeli) fikrini geliştirir. Ampirizm'in savunucularında David Hume'nin görüşlerine katılarak nedensellik ilkesini sorgular ve zorunlu görülenin nesnelere değil aslen zihinde bulunduğunu, zihnin ise bunu nesnelere yüklediğini ileri sürer... Zorunluluk-kesinlik olmadığı zaman dünyadaki her şey tıpkı varlığımız gibi olumsallaşır.

Sartre göre; "Felsefesini özellikle "L'etre et le Neant" (Varlık ve Hiçlik) adlı yapıtında açıklayan Sartre'a göre, varoluş olgusundan başka olgu yoktur Varlık'ı bu varoluş olgusu oluşturur; bu varlık'a temel olan herhangi başka bir varlık'ın varolduğunu düşünemeyiz. Sartre'a göre olgu, varoluşsal gerçekliği içinde, zihinsel sezgiye açılan şeydir. Filozof, böylece, somutun alanını felsefi araştırmanın alanı olarak belirlemiş, dolayısıyla tam anlamında gerçekçi bir tutum almıştır. Onda bütün sorunlara işte bu temel anlayışa göre çözüm getirilir varoluşsal varlık her şeyi kucaklayacak biçimde her yeredir. Tektir ve her şey kapsar. "Buna göre, o hiç bir şeyden gelmez; ne kendinden gelir, çünkü böyle bir şey apaçık saçma olurdu, ne de yaratılma yoluyla Tanrı'dan gelir, çünkü kendi dışında hiç bir şey yoktu. Bu varoluşsal varlık insana bulantı duygusu verir; bulantı duygusu, varlık'ı bir "kendinde şey" olarak sezmemizi sağlar. Böylece, varoluşsal varlık'ı bir "kendinde şey" olarak belirleyen Sartre, insan bilincini de bir "kendi için şey" olarak belirler. Düşünen özne ya da bilinç, özüne, varlık'ın karşıtı olan hiçlik'le ortaya konur. Bilinçlenmek demek, tanımak demektir, bilen'i (özne) bilinen'den (nesne) ayırmak demektir. Bilinç, bir boşlukla ayrılır nesneden. Bu anlamda o, olmadığı şeydir, hiçlik'tir, kendi kendinin hiçlik'idir. Sartre'a göre, insan, bu dünyada, başkalarıyla, zor da olsa, ilişki içindedir.

Her şeyden önce, bir bedenimizin olması, dış dünyayla ilişkimizi olanaklı kılar. Başkasıyla ilişki; en yetkin biçimde, "başkasının bakışı"yla, başkasının bakışının bize verdiği "utanma" duygusuyla kurulur. Tek başına olmak dingin durumda olmaktır. Başkasının varlığı, daha doğrusu başkasının bakışı bizi nesneye indirgemeye çalışır. Biz de başkasının bakışı karşısında nesneye indirgenmemeye bakarız. "Cehennemdir başkaları" der (Timuçin, 1994: 263).

1952'den itibaren **Marksist** olan Sartre ,1960'da yazdığı "Dialektik aklın eleştirisi" adlı eserinde Marksist tarih anlayışından etkilendiğini açıkça ortaya koydu..Marksist felsefenin yaşanan yüzyıl itibarıyla aşılamayacağını söyledi.Ancak Marksın tüm insanlık ilişkilerini yöneten "yokluk" sorununa gereken önemi vermediği eleştirisinde bulundu.

Sartre'nin kaygısı, önceden belirlenmiş bilincin yerine kendi seçimlerini yapabilen bir bilinç koyabilmektir. Klasik felsefe uğraşları olan ontoloji ve epistemolojinin temel sorusu "**dışımızdaki dünyada nesnelere bizden (bilincimizden) bağımsız olarak var olduğunu**" bilebilir miyiz ve bilebilirsek bunu nasıl bilebiliriz şeklindeydi. Bilincimizden bağımsız nesnelere olamaz ve olsa da biz bilemeyiz dendiğinde **idealizme**, bilinç alanımıza girse de girmese de dış dünyada nesnelere bizden bağımsız olarak vardır diyenler ise **realizme** dair görüşleri dile getiriyorlardı. İdealizm ise bilincin a priori (önsel) bazı kavramlarla belirlenmiş olduğunu ileri sürüyordu(Descartes, Spinoza ve kısmen Kant).Sartre bilinci idealizmin öngördüğü "**belirlenmiş konumdan**" kurtarmak istemiş ve "**idealizm ile realizm arasında** " ince bir çizgide ilerlemeye çalışmıştır. İdealizm bilinci her zaman algıların dolduğu bir hazne olarak görmüş ve bu hazne-bilinç ile "kendilik" arasında koşutluk görmüştür. Oysaki bir algı deposu gibi bilinç ile kendilik arasında bir ayırım olsa gerektir. Bu yüzden idealizmin bilinci; *algılarla yüklü ve fenomenolojinin önerdiği gibi daima yönelimsel karakterde sahip* "**şeyleştirilmiş** " ,"**kendi kendisine ihtiyari olarak gelişen**" bir olgu ile özdeşleştirmesini eleştirmiş ve karşı çıkmıştır (Koç, 1999: 336).

Sartre "Ben neysem varlığın olmadığı hiçliğim" diye düşünür."Diğer insanların varlığı benim olanaklarımın ortadan kalkmasıdır."Sartre, insanın kendisinde olmayan şeyi istediğini, eylemlerinin ve arzularının "varlığa doğru akan nehirler" gibi aktığını anlatır."Dünyaya sahip olmak için ve dünya olmak için arzularım. Bir şeylere sahip olduğumda hiçliğim varlık olur. Hemen hemen aynı durum bir şeyi tahrip ettiğimde de gerçekleşir. Onu ayırır ve bana nüfuz

etmezliğini tahrip ederim. Özgürlüğüm tanrı olmak için seçer, bu seçim açıktır ve tüm eylemlerimi yansıtır.” Sartre; **“Varoluş özden önce gelir”**...Sartre, dinsel dogmadan kaynaklanan bir yanılgıya işaret etmektedir önce..Tüm on yedi ve on sekizinci yüzyıl boyunca insanın doğasının önceden belirlenebilirliği üzerinde durulmuştu.Böylece “öz”, yani “insanın değişmeyen özellikleri toplamı” insan daha varolmadan önce onu belirliyordu.**Oysa Sartre,özcü yaklaşımın yanlışlığını ,önceden belirlenmiş insan doğası diye bir şey olmadığını,insani özün varoluşun başlangıcından itibaren bulunmadığını ileri sürdü.** Ona göre ne tanrı vardı ne de tanrının insanı yaratış planı. **Özü olmayan insanın doğumu ile tıpkı diğer canlılarda olduğu gibi bir “kendinde varlık” (l'en-soi) doğuyordu.**“Kendinde varlık” canlının yalnızca türüne özgü niteliklerden ibaretti..O, varlığın doluluğunun bir yansımasıydı.İçinde bu doluluğun önüne çıkan özelleşmiş bir şey barındırmıyordu. **Sartre** insanların özgürlüğe mahkum olduğunu ifade etmişti (Strathern, 2001: 164).

Sartre felsefesinde hiçleyici davranışlara sahip olan "bilinç" in ontolojik gerçekliği kaçınılmaz olarak Özgürlüktür. Bu özgürlük olumsuzdur, Sartre'ın tüm fenomenolojik araştırması olumsuz olanın açıkça gözlenmesinden başka bir şey değildir. Wilfred Desan'ın da önemle vurguladığı gibi Sartre'ın fenomenolojik yaklaşımı sonunda bir başarısızlık olarak görülebilir. Ancak O'nun en büyük erdemi tam anlamıyla bu başarısızlıkta yatmaktadır. Çünkü girişilmek durumunda olan bir teşebbüsün sonucu olup, O'nun daha radikal çabası, tek başına fenomenolojinin, ontolojinin problemlerim çözmek için yetersiz olduğudur.

V. ŞEYTANI REHBER EDİNİP TANRIYA ULAŞMAYA ÇALIŞANLAR:

JASPERS VE MARCEL

Jaspers'e göre insan bir özgür seçiş içindedir: Kendi yazgısını seçer. Bu yazgı bizim ben'imizi kurmamızı sağlar. Ama bu ben, her zaman, başarısızlığa adanmıştır. Başarısızlık bizi Aşkılık'a yani Tanrı'ya yönelten bir etkinliktir: Varoluş dünyası felsefi araştırmanın alanıdır. Felsefede olgubilimsel içebakış yöntemi geçerlidir. Ancak içebakış deneyimiz hiç de kolay bir deney olmayacak. Çünkü kendimize baktığımızda, uçsuz bucaksız, dipsiz bir gerçeklikle karşılaşırız. Her şeyin temelinde Tanrı dediğimiz aşkılık yatar. Tanrı'nın bilgisine insan inançlâ ulaşabilir.

Marcel'in bakış açısı Jaspers'inkine çok yakındır. İnsan, Onda da, özgürlük deneyleri içinde yazgısını kurar. Varoluşumuzu biz Tanrı'nın varlığını benimsemekle gerçekleştiririz. Her şey Tanrı'nın varlığıyla açıklanır. Tanrı'nın yüce varoluşu insan aklının kavrayabileceği bir şey değildir. Bizim yazgımız Tanrı'nın varoluşuna bağımlıdır. Tanrı'nın varoluşunu ancak içedönüşle, hatta içe- kapanışla sezebiliriz. İnsan, düşünsel çabası içinde, sorunlara ve gizlere yönelir. Sorunlar akılla çözülür. Gizlere yönelik bir sezgisel yöneliştir. Gizlerin başlıcası da düşünen ben'dir. İçebakış ya da içekapanışta insan nesnellik düzeyini aşar. İnsan, varoluş deneyi içinde önce "ben"ine yönelir, sonra "Tanrı"ya, sonra da "dünya"ya yönelir. **Gabriel Marcel'in** felsefesi, sorunları ve bu sorunlara getirilmiş belirli çözümleri olan bir felsefe değil, deyim yerindeyse bir inanç düşüncesidir. Onda mantıksal göstermelerden çok duygusal belirlemeler ağır basar (Timuçin, 1994: 266).

VI. DEİST-LAİK AÇILIMCI: MERLEAU-PONYT

Merleau - Ponty, doğrudan doğruya Husserl'in olgubiliminden yola çıkarak, felsefesini ortaya koyar. Ona göre bir özler araştırması olan olgubilim, aynı zamanda özleri varoluşa yerleştiren bir felsefedir. Olgubilim'e düşen, tanıtlamaktır açıklamak ya da ayırtırmak değildir. İnsan, dünyanın basit bir parçası olarak düşünülmemelidir, biyolojinin, toplumbilimin, ruhbilimin basit bir nesnesi olarak ele alınmalıdır. O, her şeyden önce, dünyayı kendi gözleriyle gören bir varlıktır. "Ben mutlak kaynak'ım" der Merleau Ponty (Phenomenologie de la Perceptioy. İnsan çevresinden giderek kurmaz kendini, ama çevresine yönelir. "İnsan dünyadadır ve kendini dünyada tanır."

Merleau- Ponty'nin felsefesi Sartre'ın felsefesinden bir noktada kesinlikle ayrılır: Başkasıyla olan ilişkim, kolay bir ilişki olmasa da, olanaksız bir ilişki değildir. Ben bir dünyada yaşıyorum. Bu dünya herhangi bir dünya değildir, bir doğal dünya olmaktan çok ötededir, çünkü ben bir "kültür" ortamında doğmuşum, yöremde yalnız ağaçlar ve sular değil, aynı zamanda bir uygarlığı ortaya koyan nesnel bulmuşum. "Bir kültür nesnesinde ben, adsız bir örtü altında, başkasının aşkın varlığını bulurum."

İlk kültür nesnesi başkasının bedeni'dir. Başkasının varoluşu nesnel düşünceyi zorda bırakır. Başkasının bedeni, benim kargımda, anlamla dolu, işaretlerle yazılmış, okunacak bir

kitap gibidir. Başkası cehennem değildir benim için, tersine büyük bir ilişki olanağıdır, büyük bir ilişki alanıdır. Başkasının bedeni, çünkü, bir nesne değildir benim için, benim bedenim de başkası için bir nesne değildir; benim bedenim de başkasının bedeni de işaretler demek olan davranışlarla kurulmuştur. Başkasının tutumu beni kendi alanında nesne durumuna indirgemez, benim başkasıyla ilgili algım da başkası- m benim alanımda nesne durumuna indirgemez. Merleau -Ponty, bu nokta- da, Sartre'ın anlayışına iyice ters düşecek bir görüş açısına yerleşir: Başkası, ikinci bir ben'dir, çünkü onun bedeni benimkiyle aynı yapıdadır." Bedenimizi parçalan bir arada bir sistem oluşturur başkasının bedeni de benim bedenimle tek bir bütün oluşturmaktadır,.aynı olgunun tersi ve , yüzüdür bunlar." Sartre, başkasıyla ilişkiyi olası ama olumsuz bir ilişki ı olarak koymuş, bununla birlikte aşırı solcu bir dünya görüşü içinde insanın ortaklaşmasını, ortak eylemde bulunmasını bir gerçeklik olarak ileriye sürmüştü. Merleau - Ponty, ben - başkası ilişkisini, görüldüğü gibi, daha olumlu bir yönden, ben'le başkasının aynı yapıda oluşu yönünden alır (Güçlü ve Uzun, 2002: 126).

Varoluşçuluğun psikoloji ve psikoterapideki yansımalarına geçmeden önce şunu belirtmekte fayda görmekteyim: Birileri Heidegger'den etkilendiğini söylüyorsa, bu etkiyi reddetmenin bir anlamı olmaz; fakat kabul etmek gerekir ki, her zaman böyle bir etkinin niteliğiyle ilgili bir tartışma sürdürmek mümkündür. Yorumsamacı yaklaşımın, ontolojik hermenötiğin ve postmodernizm tartışmalarının son yıllarda yükselişine paralel olarak, Heidegger yeniden ve çok daha güçlü bir biçimde entelektüel gündeme girmiş, filozofun gerçekte ne demek istediği birçok düşünürün zihnini işgal etmeye başlamıştır. Böylece geçmişte Heidegger'den etkilendiği söylenegelen akımları, yeni bilgilerin ışığında yeniden gözden geçirmektedir. Geçmişte kendilerini varoluşçu-hümanist ekol içinde niteleyenlerin asla Heideggeriyen olmadıklarını ifade etmeleri ilginç bir serzeniştir. Hatta çok daha ileri giderek ontolojik hermenötiğin aslında kelimenin tam anlamıyla anti-hümanizm türü olarak kabul edilmesi gerektiği ileri sürülmektedir (Göka, 2001: 85).

VII. VAROLUŞÇU PSİKOLOJİ VE VAROLUŞÇU PSİKOTERAPİ

Psikoterapi, fiziksel tıp bilimlerinde ki terapi yöntemlerinden farklı olarak insanlık tarihinde çok geç dönemlerde, ancak son bir yüz yıl içinde filizlenme ve gelişme olanağı

bulabildi. İnsanın ruhsal acılarını dindirme görevi yıllar boyunca kabile büyücülerine, din görevlilerine(günah çıkarma ve bağışlanma), telkine, felsefeye ve bazen edebiyat, tiyatro, opera gibi sanat dallarında verilen eserlerin (eski Yunan trajediyaları ve Shakespeare'nin eserleri vb) estetik dokunuşuna bırakılmıştı. Ruhsal acının günahkârlık, kıskançlık, kaderine razı olamama, geleneklere ve dinsel öğretilere karşı gelme gibi sebeplerden kaynaklandığı düşünülmekteydi. Çağdaş, bilimsel yönelimli psikoterapinin kurucusu Freud olmuştur. Freud ve Breuer tarafından kaleme alınan 1896 tarihli "Histeri Üzerine Çalışmalar" ve 1900 yılında Freud'un self analizini bitirdikten sonra yazdığı "Düşlerin yorumu" isimli eser ile psikanalizin yani ilk bilimsel yönelimli psikoterapi yönteminin temelleri atılmıştır. Alman Filozof **Heidegger'in** 1927'de çıkan kitabı "*Varlık ve Zaman*" da ki ontolojik (varlık felsefesi) yaklaşımdan etkilenen İsviçreli psikanalistler **Medard Boss** ve **Ludwig Binswanger** "*Daseinanalysis*"(Varoluşçu Analiz) adıyla varoluşçu psikoterapinin öncüsü sayılabilecek bir psikoterapi modeli geliştirdiler. Binswanger, Heidegger'i yanlış anladığını ve yorumladığını ifade edip kendi terapi kuramını kurduktan sonra Avrupa'da en önemli takipçi Medard BOSS'u görmekteyiz.

VIII. DÖRT İNCİLE BEŞİNCİYİ EKLYEN ANALİST: MEDARD BOSS

Heidegger'in düşüncesi ile Freudyen psikanaliz'in birbirlerine nasıl eklemeneceği gelmektedir. Psikanalizin o dönem, psikiyatri, psikoloji ve psikoterapisinde egemen paradigma olduğu, başta Medard Boss olmak üzere Seminerler'e katılanların büyük çoğunluğunun psikanalitik eğitimden geçmiş ve şu veya bu ölçüde psikanalizin etkisi altında bulunan kimseler olduğu göz önüne alınacak olursa, bunu anlamak kolaydır. Bizim psikanalizin ve hatta genel olarak psikoterapinin güç yitirdiği ve egemen biyolojik paradigmanın gündemi terk ettiği bugün, tekrar Heidegger'in düşüncesi ile Freud'un teorisi arasındaki etkileşim sorunu üzerinde yeniden durmamızın sebebi ise, bu ikisinin eklemene imkansızlarının basit bir biçimde sorgulanması değildir. Zaten bugün, ne Heidegger'in ne de Freud'un temellerini attıkları düşünceler oldukları gibi durmaktadır; her ikisi de birçok verimli tartışmaya kaynaklık etmiş, her ikisinden de birçok yeni anlayış ortaya çıkmıştır ve çıkmaktadır. Heidegger ve Freud, her şeyden önce, insana ilişkin modern bilgimize en büyük katkıyı yapan iki düşünürdür ve tüm

büyük düşünceler gibi düşüncenin bundan sonraki seyrinde, her yeni duruma özgü yeni biçimlerde, etkili olmayı sürdüreceklerdir.

Boss, bu dönüşümün gerçekleşmesi için iki temel gerekçe sunar: Birincisi, böyle bir dönüşümle Freud'un kendisini gereksiz yere yüklemiş olduğu teorik ağırlıklardan kurtarılmış ve üstelik mirasının temel değerlerine sahip çıkılmış olacaktır. Çünkü psikanalizin klinik ve teorik görünümleri arasında keskin bir ayırım vardır ve Daseinanalitik bakış sayesinde, Freud'un gerçek, somut ve doğrudan klinik gözlemlerinin içerikleri ve orijinal anlamları restore edilebilecektir (Boss, 1963: 59).

Boss'un ileri sürdüğü ikinci temel gerekçe ise, Freud'un düşüncesini Heideggeriyen terimlerle ifadelendirebilen Daseinanalitik yaklaşım aracılığıyla, psikoterapiyi de hakiki teorik köklerine götürmenin mümkün olduğudur. Boss'a göre, Daseinanalizi, psikoterapinin temel anlamı kadar, psikoterapi ortamı içerisinde ortaya çıkan fenomenlerin anlamı için de, yeterli bir felsefi temele sahip olan bir psikoterapi türüdür (Boss, 1988: 36).

Boss'un ileri sürdüğü bu fikirlerden çıkarılabilecek en özet sonuç, onun Freud'un psikanalitik teorisine değil de psikanalitik tedavi anlayışına ve tekniğine sahip çıktığıdır. Boss, iki teori arasında bir kesişim alanını, muhtemel bir geçişliliği mümkün görmemektedir.

Kockelman, Daseinanalizi ve psikanalizin bir arada düşünülmesinde en fazla sorun çıkartan alanı, psikanalizdeki bilinçdışı nosyonu ve onun libidinal güçlerle olan bağlantısı olarak görmektedir. Kockelman'a göre Freud, başlangıçta, beden-zihin bağlantısını nensel bir ağ şeklinde tasarlamış ve bedensel uyarılardan kaynaklanan bir enerji anlayışına göre bir model oluşturmuştur. Ancak daha sonradır ki, Freud bu nedensel enerjetiğe dayalı modellerle, anlam ve sembollerin yorumunun başarılamayacağını görmüş ve bilinç-bilinçdışı ayrımı yapma yoluna gitmiştir. Freud, teorisinin gelişimi sırasında, bu kez, bilinçdışına yüklediği karakteristiklere, bedensel uyarımlar tarafından enerjilendirilmiş, "id" adını vermiş, fiziksel güçlere zihinsel güçlere göre daha öncelik tanıyan başlangıçtaki anlayışına dönmüştür.

Kockelman, Freud'un bilinçdışı anlayışı nedeniyle, insan varoluşunu, bir içgüdüsel enerji rezervuarına indirgediği ve böyle bir bakışın Heidegger'in düşüncesiyle asla bir araya gelemeyeceği kanaatindedir (Kockelman, 1993). (Kockelman, bu tezlerinin çoğunu Binswanger'e ve Boss'a dayandırmaktadır-aslında Freud ve Heidegger etkileşiminin

imkânlarını ilk araştıran ve buna şans tanımayan bir sonuçla araştırmasını bitiren ilk kişi Ludwig Binswanger'dir).

IX. ESKİ KİTANIN YENİ DİNİNİ YENİ KİTAYA TAŞIYAN HAVARİ:

ROLLO MAY

Rollo May, Avrupa'da filizlenen varoluşçuluğun ve varoluşçu psikoterapinin Amerika'da yayılmasının öncülerinden olmuştur. Kimi zaman adı "*humanistik psikoloji*" ile anılırsa da May, insan varoluşunun trajik boyutunu öne çıkarmasıyla *Carl Rogers ve Abraham Maslow* gibi bu ekolün temsilcilerinden ayrılır Rollo May; 1950 yılında "Anksiyetenin anlamı" (The Meaning of Anxiety), 1953 yılında "Kendini Arayan İnsan" (Man's Search for Himself), 1969 'da "Aşk ve İrade" (Love and Will) 1975'de "Yaratma Arzusu" (The Courage to Create) ve 1991 de "Mitsel Arayış" (Cry for Myth) isimli ses getiren kitapları yazmıştır.

Hristiyan varoluşçu **Paul Tillich'in** yakın arkadaşıdır..1909 yılında ,Amerika'nın Ohio eyaletinde doğan May Yunanistan'da bir süre İngilizce öğretmenliği yaptı.Bu dönemde resim yapan ve sanata düşkün olan May Viyana'ya sık sık seyahat ederek **Alfred Adler'in** psikanaliz seminerlerine katıldı.Daha sonra A.B.D. ye dönerek teoloji okudu.Bu dönemde kilise içersinde varoluşçu görüşleriyle bilinen Paul Tillich'ten etkilendi. İki sene süresince din görevlisi olarak çalıştı ancak psikolojiye olan merakı bu görevi sürdürmesine izin vermedi..New York Colombia Üniversitesinde doktora çalışmasını yürütmekteyken yakalandığı akciğer tüberkülozu nedeniyle senatoryumda uzun bir süre yatarak tedavi görmek durumunda kaldı.Ağır hastalığıyla olan mücadelesi esnasında ölüm ile burun buruna gelmesi ekzistansiyel felsefeye ilgisinin başlamasına vesile olmuştur..Doktorasını tamamladıktan sonra üniversitede çalışmalarına devam ederken önemli eserlerini yayına hazırladı.

May'in eleştirileri, özne ile nesneyi ayıran ve nesnellik adına hasta ile terapist arasına kurulan bariyerlerin arkasından yürütülmeye çalışılan psikoterapötik yönetime de yönelmişti. Psikolojide varoluşçu yönelim, Rönesans sonrası bilimlerin gelişmesiyle birlikte ortaya çıkan "özne/nesne - materyalizm/idealizm" düalizmine karşı bir duruş sergilemekteydi. İnsan ne bazı felsefenin varsaydığı sadece düşünerek varolan "idealist bir özne" ne de psikolojide davranışçı yöntemlerin öngördüğü ölçülebilir, kontrol edilebilir "materyalist görüşe uygun nesne" gibi

görülebilirdi.”Existance” sözcüğü Latineden “*ex sistere*” kökünden geliyordu. Exiztansiyalist felsefe de bu sözcüğün anlamına uygun olarak insanı “düşük-statik düzeyde materyal-mekanizma” toplamından fazla bir şey olarak , “**olmakta -gelişmekte –değişmekte olan**” bir varlık-**Exzistans-** olarak görüyordu. May’a göre, ekzistansiyalist psikoanaliz, toplumdan soyutlanmış, mikroskop altında incelenir gibi soyulup, nesneleştirilmiş bir varlık yerine (ne kadar bu varlığın kişiliği ve ilişkileri endüstriyel gelişim sırasında ayrıştırılmaya uğramış olsa da) “tarihi bir bağlam üzerine oturan ve ancak kültür ile ilişkiler ağı içinde varolabilen” bir varlıkla ilgileniyordu. Ancak Nietzsche’nin kehaneti doğru çıkmış ve “tanrı ölmüştür” (tanrıya ihtiyaç kalmamıştır) ve yeni değerlerin yaratılmadığı nihilistik çağda “değersizlik” en büyük “değer” haline gelmiştir (Güngen, 2009: 45).

X. KÜTÜPHANEDEKİ A’DAN Z’YE TÜM KİTAPLARI OKUYUP A’DAN Z’YE VAROLUŞ ADINA NE VARSA YAZMAYA NİYETLİ BİR MÜMİN: IRVIN. D. YALOM

Yalom varoluşçu psikoterapi modelinin A.B.D de en tanınmış temsilcisidir.Varoluşçu psikoterapi kitabı ile bu ekolün terapi modelini ortaya koydu.Terapi modelini ayrıntıları ile varoluşçu psikoterapi makalesinden okuyabilirsiniz.. Yalom’un modelİ aşağıdaki ilkelere dayanan ve pratikte hastaya uygun yöntem ve tutumların keşfi ve yaratıcı uygulamasını gerektiren açık uçlu bir modeldir:

- 1. Kendinin Farkında Olma (Self-Awareness):** Grup liderleri kendileri hakkında çok şey öğrenmekten korktuklarını çok sık söylerler. "Reddetmek Mutluluktur", "Bilmediğin Seni Zedelemes" nosyonunu kabul edebilirler. Sizin durumunuz nedir? Kendiniz hakkında her şeyi öğrenmeye açık mısınız? Ya da kendinizin farkındalığını genişletmek için istekli misiniz? Şimdi kapalı olan kapıların açılması, yaşantınızı nasıl etkiler? Kendinizin farkında olma ile ilgili çabaları gösterecek örnekler verebilir misiniz? Bir grup lideri olarak potansiyel etkililiğinize bağlı olarak kendi farkındalığınızı arttırmak için işlekliliğinizi ya da isteksizliğinizi nasıl görüyorsunuz?
- 2. Özgürlük ve Sorumluluk (Freedom and Responsibility):** Seçim özgürlüğü,

yaşantınıza yön vermede sorumluluğunuzun olduğunu kabul etmeye yol açar. Özgür olmanın anlamı hayatta kaldığımız sürece ne olacağınız konusunda tercih yapmaktır. Şu anki durumunuzun, tercihlerinizin bir sonucu olduğunu ya da durumları sizin oluşturduğunuzu düşünüyor musunuz? Şimdiki gelişiminiz açısından çok önemli olan, yaptığınız başlıca seçimler nelerdir? Bunları grupla tartışınız. Eğer farklı şekilde karar verseydiniz, şimdiki hayatınızın nasıl farklı olacağını düşünün. Özgürlüğü isteme ve ondan korkma konusundaki mücadeleleriniz nelerdir? Özgürlüğünüzü elde etmek ve seçim yapmayı kabul etmek için kendinizi ne kadar hazır hissediyorsunuz?

3. Kaygı (Anxiety): Kaygı sadece değişiklik için bir güç değildir, aynı zamanda seçimlerinizden sorumlu olduğunuzun farkında olmanın bir sonucudur. Hayatınız için anahtar kararlar vermede ne tür kaygılar yaşadınız? Hangi koşullarda daha fazla kaygı yaşarsınız? Seçimlerinizin sonucu ile direkt yüz yüze gelerek kaygıyı yenmeye yatkın mısınız? Başkalarını kendinizden sorumlu tutmaya çalışarak? Seçim yapmaya karşı koyarak? Gerçeği reddederek? Gerçek yaşantınızda kaygı ile nasıl baş ettiğinizi tartışınız.

4. Ölüm (Death): Ölümünüz gerçeğini nasıl kabul edersiniz? Ölüme nasıl baktığınızı ile, şu anı dolu dolu yaşamamız arasında bir ilişki görüyor musunuz? Ölümün yaşamınızı nasıl etkileyeceğini inceleyerek ölümle ilgili duygu ve düşüncelerinizi sınıflayabilirsiniz.

- a) Mezar taşınıza yazacağınız, yaşamınızdaki anlamlı kişiler, hakkında ne düşünüyorsunuz? Onlara ne söylemek istersiniz?
- b) Cenaze törenizde dağıtılmasını istediğiniz bir mısra yazınız.
- c) Ölümünüze 24 saat var. Ne yapmak istersiniz? Değerleriniz hakkında ne söylersiniz?
- d) Ölümden önce başarmak istedikleriniz nelerdir?
- e) Kendi ölümünüz ve sevdiklerinizin ölümü ile ilgili korkularınız nelerdir? Bu korkularınız ile nasıl baş ediyorsunuz?
- f) Eğer size yakın birini kaybetmişseniz, bunun sizin için ne anlama geldiğini

grupla paylaşın. Bu yaşantıdan kendiniz hakkında ne öğrendiniz? (Özen, 2006: 116-117).

Hayatın varoluşun niteliğinde anlam kazandığı, kendi başına ise bir anlamı olmadığına ilişkin açıklamadır bu. Burada anlam sözcüğü, kişinin varoluşunun kendisine ve çevresine ifade ettiği şey anlamında kullanılıyor. Eğer anlamsızlık bir boşluk, bir hiçlik ise, varoluş bir anlam oluyor. Nasıl bir anlam olduğu da varoluşun niteliğine bağlı oluyor. Anlam ne kadar bir tanım itibarıyla aranıyor olsa da aslında bulabileceğimiz yegâne şey belirli bir duygu *durumudur*. Bu duygu durumu kesinlikle, kendinden, yaptıklarından ve bu dünyada karşı karşıya geldiği olay ve insanlardan hoşnut olma duygusudur. Dünyada bulunmanın hoş, istenilir bir şey olduğu duygusudur. Bu duygu mantıklı herhangi bir ifadenin tartışılması ya da belenmesi ile değil ancak yaşanılması ile kavranabilir. Bu duyguyu duyan bir insanın artık herhangi bir tanımlamaya ihtiyacı olmasa gerek. Peki, nedir bu “anlam veya hoşnutluk-istenilirlik” duygusunu var eden? Bu duyguyu var eden şeyler arasında fiziksel ve psikolojik ihtiyaçların karşılanması, arzuların hedefini bulması sayılabilir. Ancak ben önceliği bu dünyayı diğer insanlarla birlikte paylaştığımızı bilmek ve yalnızlık, ayrılmışlık hislerinden kurtulabilmek olduğunu düşünüyorum. İstencimin kabul görmesi, onaylanması kendimi var ettiğim halimle onaylanmam beni insan toplumunun bir parçası yapar. İnsan toplumunun ayrılmaz bir parçası olduğunu hissetmek, onun tarafından eşit ve özgür bir üye olarak kabul edilmek, istencimin istenir olması “anlamsızlık hastalığının” en temelli tedavisini oluşturuyor (Güngen, 2009: 1-2)

Varoluşçu yaklaşımın odağında insanların kendini fark etmelerinin artacağı, bu kapasiteye sahip oldukları ve yaşamındaki mevcut durumundan seçme yoluyla daha özgür hale gelebileceği varsayımı yer alır. İnsanlar, geçmişlerinin ya da dış dünyanın kurbanları değildir; kendileri için karar verme ve eyleme geçme güçleri vardır (Corey, 1990).

Terapistin, varoluşçuluğun tanımladığı temel süreçleri yaşamış olması ve bunu üyelerle paylaşabilmesi, gruptakiler için anlamlı ve olumlu etkiler taşıyacaktır. Çünkü varoluşsal süreçler insan olma durumuna ait süreçlerdir. Varoluşçu yaklaşımın kendine özgü terapi teknikleri yoktur. Çünkü hedef hastanın esas temeldeki mücadelelerine ulaşmaktır, teknikler ikinci planda kalır. Varoluş analizi belirli bir tanımı oluşturmamıştır, bazı varoluşçular böyle bir tanım geliştirilmesine karşı çıkmışlardır.

Aslında varoluşçu psikiyatri bağımsız bir ekol değildir, belirli bir kişilik kuramı ya da kuramları ve tedavi yaklaşımları zemininde edinilen bir tedavi tutumunu tanımlar. Üstelik sonradan ortaya çıkan bu ekollerin bazıları, bu konuda uzmanlık eğitimi bile vermektedir, oysaki terapistin varoluşçu tutum geliştirmesi kendiliğinden oluşur ya da oluşmaz; sadece eğitim ile elde edilemez ve terapistin kişilik özellikleri, dünya görüşü, birikimi ve deneyimlerinin ortak bir ürünü olarak, zaman içinde ve genellikle orta yaşlara doğru belirlenir.

Genel olarak bakılırsa, varoluşçu yaklaşım hastalara uygulanan bir yaklaşım değil, terapistin yaşadığı ve yansıttığı bir yaklaşımdır. Yaşamla ilgili temel sorgulamaları içerdiği, insanın ait olduğu ve hastanın insan olma niteliğini açığa çıkardığı için varoluşçu terapi yaklaşımı uygulanabilirlik kazanmaktadır. En önemli konu ise, varoluşçuluğun terapi sürecinde kullanılmasından önce felsefi boyutunu öğrenmek ve belki de hissetmektir (Özen, 2006: 130-131)

SONUÇ YERİNE

Varoluşçuluk da gelişimini tamamlamış, kurulmuş, bitmiş bir felsefe değildir. Çünkü çağdaş toplumun bunalımlı insanı yaşıyor. "Kurtulmuş insan" bir tasarıdır ancak. Dünyayı sömürmüş, şişmiş, doymuş, ama doygunluğu ölçüsünde bunalımlara düşmüş, sonunda kendi kendini yemeye başlamış, doygunluğunu bir bakıma kendi zararına kullanmış bir büyük toplumun açmazlarını karşılayacak bir süre. Ayrıca ve daha önemlisi, o kendini kendi içinde arayan, bu arayışa yerden göğe kadar hakkı olan insanın gereklerini karşılamaya çalışıyor ne zamandır. Biz bu bunalıyı yaşamamış olabiliriz, bu bunalıyı bir lüks olarak yaşamak istemiş, ya da tümüyle yadsımış olabiliriz. Ama bunalan insanlar var, bunların bunalıtısı gerçektir. (Timüçin, 2009: 1-2).

Gene de, varoluşçuluk bizde de belli bir ölçüde etkin olmuştur. Olacaktır. Çünkü her toplum gibi bizim toplumumuzda da öznelci tutumun, öznelci bakış açısının bir karşılığı vardır; özellikle çağdaş ruhbilimdeki gelişmeler - varoluşçuluk elbette bu gelişmelerden büyük ölçüde yararlanmıştır - ister istemez bizde de ilgi uyandırmaktadır. Artık her yerde insan öznel - nesnel, bireysel - toplumsal bütünlüğü içinde ele alınmaktadır.

EN SON SÖZ: Bu çalışmada varoluşçuluğu derinden etkileyen ve Nihilizmin Tanrısı Friedrich Nietzsche'den özellikle bahsedilmedi. Çünkü "Tanrı Öldü" postulasından altı ay sonra çıldırması ve ölümüne kadar tam on bir yıl tımarhanede kalması kanımca Tanrı'nın öç alması gibi geliyor. Nietzsche ve teorileri bir başka çalışmanın konusu olacağından burada yer verilmemiştir.

KAYNAKLAR

- BINSWANGER, L. (1958) "The Existential Analysis, School of Thought." **Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology**. New York, 191p
- BINSWANGER, L. (1960). "Daseinsanalyse Und Psychotherpie". **Acta Psychotherapeutica et. Psychosomatica** V;4 N:4, pp:246-258
- BOSS, M. (1963). "Psychoanalysis and Daseinsanalysis". (Çev: **Lefebvre, L.B**). Newyork., 285p
- BOSS, M. (1963). **Psychoanalysis and Dasienanalysis**. N.Y. Basic Books. 127p
- BOSS, M. (1988). "An Encounter With Medard Boss", **Humanistic Psychologist**, V:16, pp: 30-42
- COREY, G. (1990). **Theory and Praticce of Counseling and Psychotherapy**, CA:Brooks/Cole Pub.724p
- GAIDENKO, P. (1966). "Varoluşçuluk ve Birey", **Marxizm, Varoluşçuluk ve Birey** (Çev: Evinç Dinçer), de Yayınları, İstanbul, 64s
- GENÇTAN, E. (1996). **Varoluş ve Psikiyatri**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 328s
- GÖKA, E. (1997). **Varoluşun Psikiyatrisi**, Vadi Yayınları, İstanbul, 275s
- GRENE, M. (1976). **Philosopy in and out of Europa**. Berkley: University of C A Pres, 487p
- GÜÇLÜ, A VE E, UZUN. (2002). **Felsefe Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Vakfı Yay, Ankara, 1287s
- GÜNGEN, C. (2009). <http://www.varoluscupsikoterapi.net/Cangungeninyazilari.html>, Erişim Tarihi: 28/12/2009 saat: 20:55
- HAIL. S.C. VE G. LMDSEY. (1971). **Theories of Personality**, N.Y., 188p
- HANÇERLİOĞLU, O. (1970). **Düşünce Tarihi**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 365s
- HEIDEGGER, M. (1955). **Was ist das- die Philosophie?** Frankfurt a, M., 58p

-
- HEIDEGGER, M. (1915). **Zur Idee des Menschen, Abhandlungen und Aufsätze**, Frankfurt am M.G. Schulte-Buhneke. Berlin, 480p
- HUSSERL, E. (1994). **Avrupa İnsanlığının Krizi ve Felsefe**, Afa Yayınları, İstanbul, 324s
- KIERKEGAARD, S. (1956). **Existenz im Glauben**, Frankfurt am M.G. Schulte-Buhneke.,88p
- KOCKELMAN, J.J. (1993). **Daseinsanalysis and Freud's Unconscious. Hoeller, K. Heidegger and Psychology Studies in Existential Psychology and Psychiatry.** Anlantic Highlands, N.J:Humanities Pres., 590p
- KOÇ, A. (1999) "J.P. Sartre Felsefesinde "Ben-Başkası-İletişim" Problemi", **Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, Cilt: 40 Sayı:2, ss: 333-347
- MAY, R. (Ed). (1969). **Existential Psychology** (2 nd Ed) N.Y. Random House, 768p
- MAY, R. (1986). "Existential Model", **Psychopathology Today**, F.E.Peacsek Publisher, Illinois. C: 22, pp. 10-21
- MAY, R. E. VE H.F ELLENBERGER (Eds). (1958). "Existence". **A New Dimension in Psychiatry and Psychology**.N.Y. Basic Books, (1-42 sayfalar), 474p
- ÖZEN, Y. (2006). **Grupla Psikolojik Danışmada Çağdaş Yaklaşımlar**, Seçkin Yayıncılık, Ankara, 229s
- STRATHERN, P. (2001). **Doksan Dakikada Sartre**, Gendaş Yayınları, İstanbul, 80s
- TİMUÇİN, A. (1994). **Gerçekçi Düşüncenin Çağdaş Görünümü**, Alfa Yayınları, İstanbul, 488s