

Frédéric Lenoir: 1962 Madagascara doğumlu olan yazar felsefe, sosyoloji ve dinler tarihi alanlarında öğrenim görmüştür. Fransadaki *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. Yayınlanmış bazı çevirileri şunlardır: *Hipermodern Zamanlar* (Gilles Lipovetsky'den çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Yapısalcılık* (Olivier Dekens'dan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Dilin Kökeni Üzerine* (Ernest Renan'dan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Neşenin Gücü* (Frédéric Lenoir'dan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Mutluluk Üstüne* (Frédéric Lenoir'dan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Ya Zaman Var Olmasaydı?* (Carlo Rovelli'den çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Miletli Anaksimandros* (Carlo Rovelli'den çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Analitik Felsefe* (Jean-Gérard Ross'i'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 Fouillée'den çeviri, Efil Yay.), *John Locke* (Jean Didier'den 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, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Hakikatin Araştırılması* (Descartes'tan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *İnsanlar Arasındaki Eşitsizliğin Kaynağı* (Rousseau'dan çeviri, Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Zaman ve Anlatı 4. cilt* (Ricoeur'den çeviri, Yapı-Kredi Yay.). Altınörs'ün üç de telif kitabı bulunmaktadır: *İdealar ve Dil Bağlamında Locke ile Leibniz* (Bilge Kültür-Sanat Yay.), *Dil Felsefesi Tartışmaları* (Bilge Kültür-Sanat Yay.), *50 Soruda Dil Felsefesi* (Bilim ve Gelecek Kitaplığı Yay.).

Bilgelğin neticesi, sürekli bir neşedir¹.

SENECA

İçindekiler

Çevirmenin notu	11
Önsöz	13
1. Zevk, mutluluk, neşe	17
2. Neşe filozofları.....	31
Baruch Spinoza.....	35
Friedrich Nietzsche.....	42
Henri Bergson	46
3. Neşeyi yeşermeye bırakmak	49
Dikkat	52
Yaşanan anda olmak	55
Meditasyon.....	58
Güven ve açık yüreklilik.....	61
İyilikseverlik.....	63
Karşılık beklememe	65
Şükran duyma.....	68
Sebatkârlık	71
Oluruna bırakmak ve rıza göstermek.....	73
Bedensel zevk	79

4. Kendin olmak.....	83
Bireyleşme süreci	86
Kendini tanımak ve kendi olmak.....	89
Spinoza'ya göre özgürleşme yolu.....	94
İsa, arzunun efendisi.....	99
İçsel özgürlükten dünya barışına	101
5. Dünya ile âhenk kurma.....	105
Arkadaş sevgisi.....	108
Tutkulu sevgiden/aşktan özgürleştiren sevgiye.....	112
İhsân etmenin/vermenin sevinci.....	118
Doğayı ve hayvanları sevmek.....	120
6. Kusursuz neşe.....	125
Zihinsel olan ve ego	128
Zihinsel olanı salıvermek, kendini ego ile özdeşleştirmemek.....	132
Adım adım saf neşeye doğru yol almak.....	139
Ego'yu öldürmeye heveslenmemek.....	144
7. Yaşama sevinci.....	147
Çocukların kendiliğinden sevinci.....	150
Yalın bir hayatın sevinci	152
Bizde bulunan neşe kaynağını serbest bırakmak.....	155
Rızanın gücü.....	158
Neşe hayata ve dünyaya mânâ katar	160
Sonsöz.....	163
Notlar.....	179
Kaynakça.....	183
Dizin	187

Çevirmenin Notu

Yine bir Lenoir çevirisini beğenimize sunuyoruz. *Mutluluk Üstüne* başlığıyla çevirdiğimiz ilk kitabı gibi bu da, aslında “ağır” denebilecek bir felsefî meseleyi rahat okunan bir üslupla anlatmak gibi çetin bir işin üstesinden başarıyla geldiği en yeni kitabı Lenoir’ın...

Sözü fazla uzatmadan yazara bırakırken, çeviriyle ilgili sadece şunu notu sizlerle paylaşmak isterim: Fransızcadaki “la joie” için dilimizde “neşe” ve “sevinç” olmak üzere iki karşılık bulunmakta (bunlara sıfat olarak “şen” de eklenebilir). Bendeniz çevirimde, yerine göre, her iki karşılığı da kullandım. (Belki bunu “tutarsızlık” olarak görebilecek bazı okurlar çıkar diye) gerekçemi birkaç örnekle kısaca açıklayayım. Meselâ, Türkçede “bütün neşeler” deyince, iyi bir ifade olmuyor; “bütün sevinçler” demek daha doğru. “Duyusal neşeler” de yadırgatıcı kaçıyor; o yüzden “duyusal sevinçler” demeyi tercih ettim. “Neşeden zıplarım” için de aynı şeyi hissettiğimden, “sevinçten zıplarım” diye çevirdim. Keza, “yaşama

neşesi” dendiğinde kulağı tırmalıyor ve “yaşama sevinci” daha yerleşik. Dolayısıyla, iki kelimedenden hangisini nerede kullanacağıma dair tercihim, “neşe” ve “sevinç” arasında bir kavramsal ayrım varsayarak değil (zira böyle bir ayrım yok), sadece “güzel Türkçe” kaygısıyla yaptım. Genellikle (ve özel olarak da kitabın başlığında) “neşe”yi kullanmayı yeğlememin sebebine gelince: “Bir şeye sevinmek”, “sevincine ortak olmak”, vb. kullanımlarıyla sevinç, sanki dilimizde daha “anlık” ve “gelgeç” bir hisse işaret ediyor; buna mukabil “neşe” ise, yazarın kastı olan “kalıcı ve derin bir ruh hâli”ni sanki daha bir öne çıkarıyor (“şen bir insan”, “filozofun hayattaki neşeli duruşu” gibi). Tabii ki bunlar tartışılabilir şeyler.

Keyifli okumalar...

Atakan Altınörs

Önsöz

Neşeden daha fazla arzu edilesi bir deneyim var mıdır?

Hepimiz neşeyi cânıgönülden ve sürekli isteriz; onu zaten deneyimlemiş olanlar içinse neşe sadece gelip geçici bir şeydir. Sevilmekte olan âşık, şampiyonluğu kazandığı sırada sporcu, eserinin karşısındaki sanatçı, bir keşifte bulunduğu esnada araştırmacı, zevkten daha derin, mutluluktan daha somut bir duygu hisseder: Dünyalara değışilmeyecek ve de binbir veçhesiyle arzu edilebilen şeylerin en üstünü olan bir duygu.

Neşe, bizi silkeleyen, kuşatan, bize doluluğu tattıran bir güç taşır. Neşe, hayatın bir tasdikidir. Yaşama kudretimizin bir ifşasıdır, bu var olma gücüne temas etmede, onu tatmada elimizde bulunan yoldur. Neşe deneyiminden daha fazla bizi hiçbir şey canlı kılamaz. Acaba, insan neşeyi [kendiliğinden gelsin diye beklemeden -çev.] üretebilir mi? Onu evcilleştirebilir mi? Onu yetiştirip büyütebilir mi? Günümüzde, neşenin gücü üstünde temellenen bir bilgelik formüle edilebilir mi?

Böyle bir araştırmaya girişmek üzere, Doğu'nun ve Batı'nın bilgeliklerinin mukarrer katkılarını kendime dayanak aldım. Gerçekten de neşe, Çin taoist düşüncesinde temeldir; tıpkı İncil'in mesajını derinden beslediği gibi. Buna karşın, filozofları pek az ilgilendirmiştir. Şüphesiz ki filozoflar neşenin öngörülemez, heyecansal, hatta bazen aşırı karakterinin, onu mesafeli bir refleksiyona pek az elverişli kıldığını göz önünde bulundurmuştur. Bununla birlikte, neşeyi düşüncelerinin merkezine yerleştirmiş ve sayıca az olmayan filozof da -özellikle Spinoza, Nietzsche, Bergson- vardır. Biz de, onlardan hareketle, hazzı, mutluluğu ve neşeyi birbirinden ayırt ederek ve neşe deneyimini felsefi bir bakış açısından kavramayı deneyerek yola çıkacağız. Ama, bu araştırma, insanın neşeye dair sahip olduğu kişisel deneyimlerine atıfta bulunmaksızın nasıl sürdürülebilir ki? Bu itibarla, kendi [hayat -çev.] öykümü, hissettiklerimi ve kişisel kaynaklarımı da dayanak alacağım.

Neşeye erişmenin üç ana yolunun olduğunu, çok somut bir şekilde göstermeye teşebbüs edeceğim. İlk, dikkat, farkındalık, güven, açık yüreklilik, menfaat gütmeme, iyilikseverlik, şükran, sebatkârlık, oluruna bırakma veyahut da bedensel zevk gibi tutumlar etrafında neşenin ortaya çıkışını destekleyen bir yol. Ardından da, bizi daha kalıcı bir neşe deneyimlemeye götüren diğer iki yol: Biri, bize gitgide daha fazla kendimiz olma imkânı sağlayan bir "bağlarından kurtulma", yani içsel özgürleşme yolu; öbürü de tersine, dolu dolu ve tam bir

*Eğer ruhumuz bir an, bir çalgı teli gibi,
yaşama sevinciyle titreştiyse ve tınladıysa,
o esnada, bu tek olayın vuku bulması
için, ezeli olan her şey icap etmiştir.⁵¹*

NIETZSCHE

Émile Zola'nın *Rougon-Macquart* dizisinin on ikinci cildinin başlığı da *Yaşama Sevinci*'dir. Kahramanı olan on yaşındaki öksüz Pauline, velâyetini alan Chanteau'larla beraber yaşamak üzere Bonneville yaylasına gitmek için Paris'ten ayrılır. «İlk haftadan itibaren Pauline'in varlığı Chanteau'ların evine neşe getirecektir. Pauline'in akıllı-uslu bir kız olması, huzurlu güleryüzü, Chanteau'ların yaşadığı buruk sessizliğe derman olur» diye anlatır Zola. Pauline'in yaşama sevinci onlara da siyayet eder. Bu, Pauline'deki «her gün daha da fazla taşan bir yaşama sevgisidir». Bu, «nefret veya korku olmadan, işleyişi içinde kabul edilen, sevilen ve de sağlığın muzaffer şarkısıyla selâmlanan hayattır» diye devam eder Zola. Paulin'in hayatı, buna rağmen kolay da değildir, aksine: Sevgilisi tarafından terk edilir, sonra da onun evlendiği

kadına hizmet etmeye zorlanır, en berbat işleri üstlenir, ama mutluluğundan taviz vermez. Ona sevincinin nedenini soran yaşlı bir adama şu cevabı verir: «Üzüntülü birine dönmekten korkarak, kendimi unutmaya çalışırım ve başkalarını düşünürüm, beni meşgul eden ve sabırla katlanmamı sağlayan şeyleri düşünürüm».

Çocukların kendiliğinden sevinci

Bu dolaysız, doğal, kendiliğinden sevinç, derinlemesine muhakeme etmeye ve kaygı duymaya başlamalarından önce çocuklarda gözlemlenir. Küçük çocukta, ego'nun henüz güçlü bir şekilde kurulmadığı ve zihinselliğin tam olarak teşekkül etmediği bir evre vardır; insan yavrusu o evrede hâlâ içgörüsüyle ve “Kendi” ile irtibat hâlinde olup kendi imajına tutsak değildir ve başkalarıyla, dünyayla cem olarak hâlâ saf sevinçler yaşamaktadır. Yaşla, formatlanmayla, korkuların ve üzüntülerin peydah olmasıyla bu durum gölgelenir ve sonra da ortadan kalkar. Hızlıca -ve günümüzde giderek daha da artan hızla- ego gelişir, çocuk kaybetme korkusuna kapılır, mukayese, rekabet, çatışma, kontrol gibi durumları kavrar. Bununla eşzamanlı olarak da hayran kalma ve kusursuz sevinç kapasitesinin kaybolduğunu görür. Taoçu üstatlar, bilge modelinin sadece yaşlı biri olmadığını, belki de daha ziyade masumiyet içinde hayatın kendiliğindenliğini, ego ve zihinsel olan karşısında özgürlüğü ve öyleyse saf neşe içinde yaşayan çocuk olduğunu dikkate aldıklarında yanılmamıştır. Çocuk için her

şey yalındır, her şey apaçıktır. Taocu üstatlar gibi İsa da, onun vaazını bozmasınlar diye çocukları oradan uzaklaştırmak isteyen müritlerine şöyle dediğinde çocukluğun bu büyük bilgeliğini göz önünde bulundurmaktadır: «Değişmezseniz ve bu küçük çocuklar gibi olmazsanız, göklerin krallığına giremezsiniz»⁵². Benim karşılaştığım bilgeler veya ermişler de bende hep çocuklara benzedikleri izlenimi uyandırmıştı. Yaşama sevinciyle soluk alıp veriyorlardı, her şeye gülüyorlardı, afacan bir yanları vardı. Dalay-Lama ile tam on iki kez karşılaştım ve her defasında bana şunu düşündürdü: Omuzlarında Tibet halkının tüm mutsuzluğunu taşıyan bu adam sürekli neşe içindeydi ve her zaman gülümsüyordu. Bu, onda bir tür alıklık gören çok sayıda Parisli entelektüeli çileden çıkararak, onun sahip olduğu bir ihsândı! İlerlemiş yaşlarıyla kontrast oluşturan çocuksu bir tonu olan sevinçleriyle sürekli gülen Benedikten keşişlere ve Hristiyan münzevîlere de rastladım. Bu kuşkusuz, insanın varoluşunun kontrolünü bırakmayı kabullendiği, kırılma olmayı ve gündelik hayatında yardıma ihtiyacı olduğunu kabullendiği çok ileri yaşların nimetlerinden biridir. O yaşlarda insan çoğunlukla yeniden çocuk olur ve yaşama sevincini yakalar.

Bu kitapta bir figür olarak babamdan birçok kez bahsettim. Bugün, babam hemen hemen doksan yaşında. Geçmişte mesleğinde büyük mesuliyetler üstlenmiş ve hayatında uzun zaman boyunca her şeyin kontrolünü elinde tutmayı istemiş olan bir adam. Ama