



Bir Felsefi Danışmanlık Yöntemi Olarak Nermi Uygur'un Bunalımıyla Hesaplaşması

*As a Philosophical Counseling Method Nermi
Uygur's Dealing with His Crisis*

İlker ALTUNBAŞAK

*İstanbul Arel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi
Sosyoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye
ilkeraltunbasak@arel.edu.tr
ORCID: 0000-0002-0383-7362*

Makale Bilgisi

Altunbaşak, İ. (2018). "Bir Felsefi Danışmanlık Yöntemi Olarak Nermi Uygur'un Bunalımıyla Hesaplaşması". *Posseible Düşünme Dergisi*, Sayı: 14, s. 77-98.

Kategori: Araştırma Makalesi

Gönderildiği Tarih: 14.11.2018

Kabul Edildiği Tarih: 01.02.2019

Yayınlandığı Tarih: 07.02.2019

Article Info

Altunbaşak, İ. (2018). "As a Philosophical Counseling Method Nermi Uygur's Dealing with His Crisis". *Posseible Journal of Thinking*, Issue: 14, pp. 79-98.

Category: Research Article

Date submitted: 14th November 2018

Date accepted: 1st February 2019

Date published: 7th February 2019

Öz

Seksenlerin başında, Avrupa'da, yeni bir felsefe yapma biçimi olarak felsefi danışmanlığın ortaya çıktığını görüyoruz. Çok geçmeden de, felsefi danışmanlık, psikolojik danışmanlığa alternatif bir uygulama olarak görülmeye başlandı. Felsefi danışmanlık, sıradan insanın günlük hayatında karşılaştığı sıkıntıların, onun kişisel felsefesini örtük olarak ifade ettiği varsayılan "dünyagörüşünü" -ki, bu felsefi kendini soruşturmanın ana konusudur, - yorumlama yoluyla ele alır. Fakat bu, psikolojik yorumlardan nasıl farklılıklar gösterir? Mesleklerinin kuramsal ve kavramsal çerçevesini oluşturmaya çalışan felsefi danışmanların yanıtlanması gereken en kritik soru budur. Felsefi danışmanlık, eğer, alternatif bir danışmanlık uygulaması olduğu iddiasına sahipse, felsefi danışmanların, danışmanlık alanlarını ve yöntem veya tekniklerini açıkça belirlemeleri gerekir ki bu mesleklerinin meşruiyeti açısından da hayati öneme sahiptir. Bu noktada, çalışma, Nermi Uygur'un kendi bunalımıyla başa çıkma yönteminin felsefi danışmanlığa, psikolojik yüklerden uzak bir kavram (bunalım) etrafında bir yöntem sağladığı iddiasındadır. Uygur, bunalımı ile olan hesaplaşmasını Bunalımdan Yaşama Kültürü adlı yapıtında dile getirir. Bu yapıt, felsefi danışmanlığın kuram, kavram, yöntem, yaklaşım ve teknikleri göz önünde bulundurularak dikkatle okunduğunda, Uygur'un bunalımdan yaşama kültürüne doğru yolculuğunda, kendi içinde geçirdiği aşamaların, benzer sıkıntı, sorun veya bunalımı yaşayan bir danışana yardım amacıyla bir felsefi danışmanın izleyebileceği yol ve kullanabileceği yöntem, yaklaşım ve tekniklerle benzerliklere sahip olduğu kolaylıkla görülür. Başka bir deyişle, bu yapıtta, Uygur, bir bunalım yaşarken kendine felsefi danışmanlık uygulamakta veya kendisi bir felsefi danışman olarak bir bunalım yaşayan kişiye danışmanlık yapmaktadır

Anahtar Kelimeler: *Felsefi Danışmanlık, Yöntem, Bunalım, Nermi Uygur*

Abstract

At the beginning of the eighties, philosophical counseling as a new way of philosophizing, was introduced in Europe. Not very long, the philosophical counseling began to be considered as an alternative practice to psychological counseling. The philosophical counseling addresses the predicaments the average person faces in everyday life by interpreting his/her worldview (the subject matter of philosophical self-investigation) assumed to implicitly express his/her personal philosophy. But how does it differ from psychological interpretations? This is the most critical question which philosophical counselors should answer while trying to establish the theoretical and conceptual framework of this new profession. If the philosophical counseling claims to be an alternative counseling practice, philosophical counselors should clearly determine their counseling area and methods or techniques, which is also essential for the legitimacy for their profession. At this point, this study claims that Nermi Uygur's method to deal with his crisis provide the philosophical counseling with a method around a concept (crisis) free from any psychological loads. Nermi Uygur tells how he dealt with his crisis in his book named From Crisis to Culture of Living. This work, when read carefully considering the theory, concepts, approaches, methods and techniques of philosophical counseling, it is easily noticed that the stages experienced by Uygur in his journey from crisis to culture of living have many resemblances with a philosophical counselor's way of counseling a person having the same problems, predicament or crisis. In other words, in this work, Uygur, while having a crisis, practices self-philosophical counseling or as a philosophical counselor himself, is counseling a person experiencing a crisis.

Keywords: *Philosophical Counseling, Method, Crisis, Nermi Uygur*



Giriş

Avrupa'da seksenli yılların başında, felsefeyi eskiden olduğu gibi sıradan insanın yaşam dünyasıyla tekrar ilişkilendirmeyi hedefleyen yeni bir felsefe yapma tarzının ortaya çıktığını görüyoruz: Felsefi Danışmanlık. Aslında felsefeyi insanla, onun yaşamıyla buluşturma, çalışmaları felsefi danışmanlıktan daha önce uygulamalı etik (iş etiği, tıp etiği vb.) alanında başlamıştı. Fakat son otuz yılı aşkın bir süredir felsefeyi insanla yakınlaştırma çabaları içinde hiç kuşkusuz en öne çıkan, birçok kişisel *sıkıntı/sorun*un mahiyeti bakımından 'felsefi' olduğunu varsayan felsefi danışmanlık olmuştur.

Felsefi danışmanlık, ilk kez uygulanmaya başlandığı günlerden itibaren, bireyin her günlük hayatında karşılaştığı *sıkıntı/sorun*larla¹ başa çıkmasında felsefenin ona yardımcı olacağına inanan felsefi danışmanlar tarafından psikolojik danışmanlığa alternatif bir danışmanlık türü olarak görülmektedir. Fakat felsefi danışmanlığı, zaten başarıyla uygulanan ve danışmanlık çalışmalarını da tekelinde bulduran psikolojik danışmanlık/psikoterapiden farklı kılan nedir? Felsefi danışmanların bu soruya ilk yanıtı, bu danışmanlık türünün 'felsefi' olduğudur. Ama bu yanıt da hemen başka bir soruyu akla getirir: "Felsefi danışmanlığı 'felsefi' yapan nedir?" Kate Mehuron, felsefe için "hayatla kurulan bir diyalog" der (Mehuron, 2009). Benzer şekilde felsefi danışmanlar için de sorunlarımız, aslında hayatın bize sorduğu felsefi sorulardır. Kişisel sorunlarımızın temelinde yatan da bizim bu sorulara verdiğimiz yanıtlardır, çünkü yanıtlarımız bizim hayat felsefemizin dışı yansımasıdır. Böyle olunca da "bizi etkileyen veya yaşamımızı ilgilendiren, örneğin etik veya varoluşsal sorunlarımızın bir bölümünün kaynağı 'kendi felsefemizdir' diyebilir miyiz?" Felsefi danışmanların bu soruya yanıtı şüphesiz "evet" olur ve bu sorunlarla yüzleşmenin yolu da *felsefe yapmaktır* ki, felsefi danışmanlıkta da yapılan budur. Felsefi danışmanlıkta, danışman ve danışan çoğu zaman insanların gözlerinde canlandırdıkları hasta-terapist veya danışan-danışman ilişkisinden uzak, karşılıklı, birlikte *felsefe yaparlar*. Bu *felsefe yapma* sürecinde danışan açısından hayata geçen *felsefi kendini-soruşturma* (philosophical self-investigation) sonucunda, danışanın *sıkıntı/sorunlarına* kaynaklık ettiği düşünülen *dünyagörüşü* (Lahav, 1995) *sistem/ilkeler* (Mijuskoviç, 1995), *yaşam soruları* (Prins-Bakker, 1995), *yaşam ilkeleri* (Uygur, 2006) veya *hayatı yönlendiren kavrayışlarının* (Tuedio, 1998) danışanın yaşam deneyimlerinde ortaya çıkan ve somut etkilere sebep olan yönleri deşilir. Su üstüne çıkarılmak istenen ve eleştirel olarak sorgulanan, danışanın hayatı kavrayışı, anlam dünyası, anlamlandırmaları, değer atfetmeleri, düşünce kalıpları, varsayımları veya önyargılarıdır.

Peki, danışanın sıkıntı/sorunlarının bu türden bir felsefe yapma etkinliği sürecinde ele alınış biçimi nasıldır? Her ne kadar aralarında yaklaşım, yöntem ve uygulamada anlayış farkları gözlemlense de, bütün felsefi danışmanların felsefi danışmanlıkla ilgili yayınlarının ve çalışmalarının ortak hareket noktası, felsefenin temel bir işi olan 'kavramlarla hesaplaşma'dır. Kavramlara yüklenen anlamlar üzerinden yürütülen tartışmalar, danışanların *felsefi anlamalarını* (philosophical understanding) ortaya çıkarmaları, *dünya-hayatgörüüşlerinde* kendilerinin de bilmediği, kendilerine de gizli kalmış yönleri *apaçık* görmeleri ve buna bağlı olarak da *sıkıntı/sorunlarının* kaynağına inip, onlarla yüzleşmeleri ve baş etmeyi öğrenmeleri amacıyla yapılır. Dolayısıyla, bir sorunun kaynağını kişinin geçmiş yaşantısında veya danışanın psikolojik yaşantısında yerine² felsefi danışmanlar, danışanların *sıkıntı/sorunlarının* nedenlerini felsefi düşünme araçlarını kullanarak anlamalarına yardım ederler: *dünya-hayatgörüüşü* yorumu, varoluşçu analiz, eleştirel düşünme, dilbilimsel ve kavramsal analiz, empatik dinleme, kavram analizleri veya fenomenolojik soruşturmalar gibi.

¹ Metin boyunca *sıkıntı/sorun* kelime çiftiyle çok sık karşılaşacaksınız. *Sıkıntı* kelimesi İngilizce *predicament* ve *sorun* kelimesi de *problem* kelimesine karşılık olarak kullanılmıştır.

² Felsefi danışmanların büyük bir bölümü duyu durumları ve patolojik etkenlerin varlığını kabul eder ve bunları psikolojinin ve psikiyatrinin alanına bırakır. Fakat bu konuda farklı düşünen felsefi danışmanlar da vardır.



Bütün bu düşüncelerle birlikte hiç şüphesiz, felsefi danışmanlar, yaptıkları işin sınırlarını çizme, onu tanımlama, kısaca felsefi danışmanlığı insanlara anlatma gayreti içine girmişler ve öncelikli olarak da işe felsefi danışmanlığın 'ne olmadığını' açıklamakla başlamışlardır. Çünkü felsefi danışmanlığın, mevcut felsefe yapma tarzları, akademik felsefe ve uygulamalı felsefeden (applied philosophy) farklı olduğu özelliklerinin altının çizilmesi, bu iki felsefe yapma tarzıyla karşılaştırıldığında felsefi danışmanlığın ne olduğunun anlatılması anlamına gelir. Bu yeni alanın henüz filizlenmeye başladığı yıllarda felsefi danışmanlar da bunu yaptılar: felsefi danışmanlık akademik felsefe ve uygulamalı felsefeden farklı bir felsefe yapma türüdür. Felsefi danışmanlar yaptıkları işin söz konusu bu iki felsefe yapma tarzından farklı olduğunu açıklamakta sorun yaşamazlar. Bununla birlikte, felsefi danışmanlık kendini, alternatifi olarak gördüğü psikolojik danışmanlık/psikoterapiden aynı ölçüde kesin çizgilerle ve rahatlıkla ayıramaz. Psikolojik danışmanlığa alternatif bir danışmanlık türü olma iddiasının beraberinde getirdiği sorunlar, gerek felsefi danışmanlar ve gerekse de konuya ilişkin yayınlarda bazı psikolog ve psikiyatristler tarafından dile getirilir.

Felsefi danışmanlar yaptıkları işi psikolojik danışmanlıktan farklı kılanın ne olduğunu dile getirirken, felsefi danışmanlığın ilgi alanının insanların 'akılla', düşünen yanıyla ilgili ('ratio' temelli) sorunlar olduğunu ileri sürerler. Fakat felsefi danışmanlar 'duygu durumlarından' kaynaklanan, davranışsal sorunlara neden olan, kendilerinin de psikolojinin alanına girdiğini kabul ettikleri durumları felsefi danışmanlık uygulamalarının ilgilendiği sorunlardan doğru bir biçimde ayırt etme konusunda yaşanan kaçınılmaz sıkıntıları da görmezden gelmezler. Bunların yanında, yine düşünce ve duyguların birbirlerinden kesin çizgilerle ayrılıp ayrılamayacağı, bir bakıma insana, onun 'ratio' düzleminden bakınca 'duygular' düzleminin ortadan kalkmayacağı da bir gerçektir. Dolayısıyla, felsefi danışmanlığın öncelikli olarak hesabını vermesi gereken bu soruyla birlikte, çok temel bir soru daha cevap beklemektedir: genel olarak felsefe, özel olarak da felsefi danışmanlık, insanın sıkıntılarına, sorunlarına, çare olabilir mi?

"Felsefe insanın *sıkıntı/sorunlarına, bunalımlarına çare olabilir mi?*" sorusu bu topraklarda yetişmiş bir filozof, Nermi Uygur'u da uğraştırmıştır. Uygur *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı kitabında "*Bunalım* açısından: toplum ve kültürü nasıl düzenlemeliyiz?" sorusuna yanıt ararken, felsefenin *bunalım* karşısında neler yapabileceğini göz önüne sermeye çalışır. *Bunalım (kriz)* "bir insan-kültür olayı", felsefe ise bir "insan-kültür başarısı" olunca, Uygur'a göre hem felsefenin hem de bunalımın insan ve kültürle olan bağından dolayı felsefenin *bunalım*la yakın ilişkiler kurması gerekir (Uygur, 2006: 253). Felsefe bunalımlı bir dünyayı soruşturur; "ama aynı zamanda bunalımın çaresi de olabilir mi?" Bir başka soru: "Felsefe her derde çare mi?" "Her güçlüğü çözer mi?" Uygur "Hayır" der; ona göre felsefenin gücü sınırlıdır; fakat bu hiç gücü yok demek değildir (Uygur, 2006: 257). Nermi Uygur felsefeyi, "sınırları belirgince çizilmiş" bir etkinlik alanı olarak görmez ve felsefeye "özel güçlüklerinin sızılı basıncını gidermek; yaşam toplum kültür yönelişlerinde ipin ucunu kaçırmamak amacıyla başvurduğunu" söyler (Uygur, 2006: 342). Felsefenin başka güçlükler için geçerli olan sınırlı başarısı *bunalım* için de geçerlidir. Uygur sınırlı olmanın başarının değerini azaltmayacağına inanır; yeter ki bu değer kapsama doğru kullanılabilirsin. Filozofun felsefe-*bunalım* bağına ele alırken vurguladığı bu konular akla hemen felsefi danışmanlıkla ilgili bir soru getirmektedir: Felsefenin bunalım için de geçerli olan sınırlı başarısı felsefi danışmanlık olamaz mı? Geldiğimiz noktada şunu söyleyebiliriz: Dünyası tekil ile tümelin karşılaşma anlarından oluşan insanın (Çotuksöken, 2002: 7) yine tekil ile tümel geriliminin doğurduğu *bunalımlarına* felsefe, özel olarak da felsefi danışmanlık, yapılan işin kendisinin 'felsefe' olmasından dolayı çare olabilir. Çünkü tekil-tümel gerilimi felsefenin çok temel bir uğraş alanı olduğuna göre, bu gerilimin doğurduğu *bunalımlar* da felsefenin aynı şekilde alanına girer. Zaten felsefi danışmanlara göre de "sorunlarımız yaşamın yanıtlarını bizden beklediği felsefi sorular değil midir?" Uygur'un da dediği gibi "bir bakıma herkes yaşama-filozofudur; her insan yaşaması (...) yaşama sorunlarına (...) kendisinin verdiği yanıtlardır" (Uygur, 2012: 7).

Bu çalışmada, giriş bölümünü takiben, "Felsefi Danışmanlık Nedir" başlıklı bölümde çalışmanın tezinin daha iyi anlaşılması için bu yeni felsefe yapma tarzı hakkında genel bir bilgi verilecek. Felsefi danışmanlıkla ilgili olarak diğer ülkelerle kıyaslandığında konuyla ilgili çalışmalar ülkemizde çok fazla olmamakla beraber, son yıllarda bu yeni alana ilgi artmakta. Ayrıca ülkemizde konuyla ilgili gerek çeviri ve gerekse de telif eser yok denecek kadar az. Lou Marinoff, Irwing Yalom, Alain De Botton ve Pierre Hadot'un felsefi danışmanlık kapsamında değerlendirilebilecek bazı eserleri dilimize kazandırılmış.



Çalışmanın, Nermi Uygur'un *bunalım* ilişkin felsefi söylemi ve onunla başetme yönteminin felsefi danışmanlıkla ilişkilendirileceği üçüncü bölümünde bir tez ortaya konuluyor. Tez şu: Uygur'un kendi *bunalım*yla baş etme yolu bir felsefi danışmanlık yöntemi olarak felsefi danışmanlık uygulamalarında kullanılabilir. Bu amaçla Uygur'un *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı yapıtında dile getirdiği *bunalım* söylemini felsefi danışmanlıkla ilişkilendirilecek. Söz konusu eserde, Uygur'un *bunalım*ın üstesinden gelme biçimi, felsefi danışmanın *bunalım* yaşayan bir kişiye yapacağı danışmanlık uygulamasının aşamalarını bire bir görmekteyiz.

Dolayısıyla bu yapıttan esinlenerek, eğer Nermi Uygur bir felsefi danışman olsaydı, kendi yaşadığı *bunalım*ı yaşayan bir kişiye nasıl danışmanlık hizmeti verirdi kurgusuyla, felsefi danışman Nermi Uygur'un yöntemi belirlenecek ve felsefi danışmanlıkla ilişkilendirilecektir.

Felsefi Danışmanlık Nedir?

Alternatif bir danışmanlık türü olma iddiasındaki felsefi danışmanlığı 'felsefi' yapan onun bir felsefe yapma etkinliği olmasıdır. Danışmanlık sürecinde danışan ile danışman felsefe yaparlar. Danışmanla ile danışanın felsefe yapması nedir? Bu sorunun yanıtı, büyük ölçüde, bir felsefi danışmanlık uygulamasında gerçekleşen ve danışanın kendini sorguladığı süreci anlatan *felsefi-kendini soruşturma* (philosophical self-investigation) kavramında aranmalıdır. *Felsefi kendini-soruşturma* veya *felsefe yapma* sürecinde danışan, danışmanın yardımıyla, onun sunduğu felsefi düşünme araçları ile kendini sorgular. Ailesinin ve içinde yaşadığı toplumun kültüründen, geleneklerinden, değerlerinden veya inançlarından öğrendiği, edindiği ve kişisel özelliklerine bağlı olarak oluşan, zaman içinde değişebilen, hatta bazen kendisinin de bilmediği, ona bile gizli kalan yanlarıyla bütün inanç, yorum ve düşünce kalıplarını, anlam yakıştırmalarını, önyargılarını, hayatla ilgili bütün kavrayışlarını görmeye, bunları kendisi için *apaçık* (Blass, 1996a) kılmaya başlar. *Felsefe yapma* veya *felsefi kendini soruşturma*ın amacı, danışanın bu soruşturma sonucunda yeni *felsefi kendini anlama* (Lahav, 1996a) (philosophical self-understanding) ve *kendi-hakkındaki bilgiye* (Jobling, 1996) (self-knowledge) ulaşmasıdır.

Peki, felsefi-kendini soruşturma nasıl bir soruşturmadır ve soruşturulan nedir? Hangi açıdan felsefi kendini-soruşturma 'felsefi'dir? Bu sorunun yanıtı aynı zamanda felsefi danışmanlığın kuramsal çerçevesini çizmesi, kendini yeni bir danışmanlık türü olarak kabul ettirmesi ve varlığını sürdürebilmesi açılarından da son derece önemlidir. *Felsefi kendini-soruşturma*ın felsefi danışmanlığı diğer danışmanlık türlerinden farklı kılan üç özelliği vardır ve *felsefi kendini-soruşturma* olmak bakımından bu üç özelliğe sahip olması gerekir. Bunlar: *felsefi kendini-soruşturma* 1) 'eleştirel'dir; 2) deneysel (empirik) değildir; 3) gizli olandan değil, açık olandan, bilinenden hareket eder.

Peki, felsefi kendini-soruşturmaın nesnesi nedir? Farklı yaklaşımlar incelendiğinde felsefi kendini-soruşturma sırasında felsefi danışmanların üç soruşturma alanı üzerinde odaklandıklarını görüyoruz. Bir grup felsefi danışman, *felsefi kendini-soruşturma*ın nesnesinin yalnızca danışanın açıkça ifade edebildiği düşüncelerinin olabileceğini veya olması gerektiğini savunmaktadır. Buna göre bir felsefi danışmanlık uygulamasında gerçekleşen *felsefi kendini-soruşturma*ın ana konusu danışanın dile getirebildiği görüşleri, düşünceleri, kavramsallaştırmaları, yaşam anlayışı, yaşamı kavrayışı, her konudaki yargıları, değerlendirmeleri veya kabuller dünyasıdır (Veening, 1994). *Felsefi kendini-soruşturma*, danışanın bilinçli bir şekilde kelimelere döküldüğü düşüncelerinin çözümlemesidir. Bu yaklaşımın gerekçesi, felsefi danışmanlığın, kişinin bilinçaltında yatan nedenlerden, onun duygu durumlarından veya kişide gerçekleştiği kabul edilen psikolojik mekanizmalardan kaynaklanan sorunlardan- ki bunlar psikolojinin konusudur- uzak durması gerektiğidir (Lahav, 1996a: 264). Fakat bu yaklaşım, kaçınılmaz olarak felsefi danışmanlığın çalışma alanını daraltmakta, felsefeyi yaşamın yalnızca belirli bir parçasıyla ilişkilendirmektedir. Şüphesiz yaşadığımız bütün sıkıntılar, kaygılar, korkular, ikilemler yalnızca yanlış akıl yürütme veya işlevsiz düşüncelerin, önyargıların veya kişinin mantık dokusunun ürünü olarak ortaya çıkmaz. İnsanlar umutları, istekleri, arzuları, hayalleri ve varoluşlarının parçası duygularıyla vardırılar. Böyle olunca da bazı felsefi danışmanlar felsefi kendini-soruşturmaın konusunu kişinin bilinçaltında olanları da içerecek şekilde genişletmeyi önermişlerdir ki bu da felsefi danışmanların *felsefi kendini-soruşturma*ın nesnesi olarak seçtikleri ikinci alan olan danışanın düşünce sistemidir.



Danışanın düşünce sistemi onun farkında olmadığı birtakım etkenlerle ilişkisi içinde sorgulanır. Danışanın düşünce ağı, bu düşüncelerin neler olduğu, birbirleriyle nasıl ilişkili oldukları ve tutarlı ve mantıklı olup olmadıkları soruşturulur. Bu yaklaşımın yukarıda açıklanan ilk yaklaşımdan farkı, söz konusu düşünce sisteminin, yalnızca bilinçli olarak dile getirilen düşüncelerden daha fazlasını içeren yanlarıyla ele alınmasıdır. Bunun için de bu ikinci yaklaşımda, *felsefi soruşturma* danışanın farkında olmadığı için dile getiremediklerini soruşturmayı da önerir. Örneğin felsefi danışmanlık kapsamında, karşı cinsle arkadaşlık etmekten veya evlilikten kaçınan bir erkeğin bu tutumu, kişinin kendini felsefi bir soruşturmanın odağına almasının sonucunda kadınlarla ilgili, kendisinin de bilmediği kadınların öngörülmez veya güvenilmez olduklarına dair bazı önyargılarını su üstüne çıkabilir. Bilinçaltındaki bu gibi düşünceler, onun kadınlardan neden uzak durduğunu açıklayabilir ve danışanın kadınlara yönelik bu önyargıların mantıklı bir temelden yoksun olduğunu görmesini sağlayacak bir *felsefi soruşturma* ile de danışan durumunu daha akılcıca değerlendirmeye başlaması, sorunun çözümü için atılmış bir adımdır. Fakat bir yandan da aynı yaklaşım çeşitli bilişsel psikoterapiler için de geçerlidir. Düşüncelerin kişinin psikolojik durumuyla da ilişkili olduğu düşünülürken, bu yaklaşımın yapmak istediği ve yukarıda anlatılan birinci yaklaşımdan da farkı, felsefi danışmanlığın ele almaktan kaçındığı 'duygu durumunun' çözümlenmesidir. Bu da *felsefi kendini- soruşturmayı* felsefi yapan ölçütlerden *felsefi kendini-soruşturmanın* empirik bilgiyle ilişkilendirilmemesi gerektiği ilkesiyle çelişir. Çünkü bir kişinin inanış ve düşüncelerinin duygularıyla nasıl etkileştiği ve davranışlara etkisi empirik bir konudur. Dolayısıyla kişinin düşünce sisteminin duygularla etkileşiminin sonuçlarını ele alan bir kendini soruşturma saf bir felsefi soruşturma değildir. O zaman, felsefi kendini soruşturmanın, aslında bir bakıma felsefi danışmanlık için, psikolojinin çalışma alanıyla kesişmeyecek konusu hangisidir?

Bu sorunun cevabını Ran Lahav verir ve felsefi danışmanlığın kuramsal çatısı için önemli olduğuna inandığı ve diğer felsefi danışmanların da çoğunlukla benimseyeceği kendi yöntemini açıklar (Lahav, 1996a). Bu aynı zamanda *felsefi kendini soruşturmanın* nesnesi olan üçüncü ana konudur. Günlük hayatta sürekli olarak hem kendimiz hem de her yönüyle bizi kuşatan dünya-hayat hakkında yorumlar yaparız. Bu yorumlar aynı zamanda bizim yaşama-dünyamızı nasıl kavradığımızın, kavramlaştırdığımızın da ifadesidir. Yalnızca düşüncelerimiz değil, hayattan beklentilerimiz, yaptığımız planlar, umutlarımız, davranışlarımız, seçimlerimiz de dünyayla ilişki kurma, dünyayı yorumlama veya anlamlandırma yollarıdır.³ Çok basitleştirerek örneklendirmek istersek, bir insanın kendini kalabalıklar tarafından hayranlık duyulan bir sporcu, pop şarkıcısı veya sanatçı olarak hayal etmesi, onun hayranlık duyulmaya verdiği önemi ve bunun onun için çok önemli olduğunun ifadesi olabilir. Benzer şekilde, kendini değersiz hisseden ve bundan acı çeken bir kişi, muhtemelen kendisi için biçtiği belirli kişisel değer standartlarının altında kaldığına inanmaktadır. Daha genel olarak, her bir varoluş anında nasıl hissettiğimiz, nasıl davrandığımız veya ne düşündüğümüz, neyin doğru neyin yanlış, neyin iyi neyin kötü, neyin ahlaki veya neyin güzel olduğu, aşk, arkadaşlık, kariyer, evlilik, cömertlik, cesaret ve yaşamın her yanını kuran kavramlara getirdiğimiz tanımlarla yakından ilgilidir. Yaşamın her yönüne ilişkin kavrayışlarımız *dünya-hayatgörüşümüzü*, *felsefi anlamamızı* ve *alışılmış anlamamızı* (lived understanding) açığa vurur. İşte kişinin *dünya-hayatgörüşünü* veya *alışılmış anlamasını* felsefi olarak incelemek, bunların o kişinin yaşam-dünyasına yansıyan anlamını incelemektir. Dolayısıyla, felsefi danışmanlıkta söz konusu edilen felsefi kendini-soruşturma danışanın *alışılmış anlamasını*, yani onun duyguları, davranışları, düşünceleri, umutları, arzuları ve bütün bir varoluşuyla dışa vuran dünyasını ortaya çıkarmaktır. Kişi günlük yaşantısında *alışılmış anlamasının* farkında değildir. Fakat bu farkında olmayış psikolojik anlamda bilinç dışı olmakla eş değildir. Alışılmış anlama ile ilgili olarak bilinmesi gereken en önemli husus alışılmış anlamanın psikolojik bir süreç, bir mekanizma olmadığıdır.

³ Lahav buna "Hayatımızın çevresi" der; "Dünyam olarak inşa ettiğim dar, sınırlı alan." Sıklıkla değişmez, sabit, katı duygusal ve davranışsal yapılar. İşe gideriz, planlar yaparız, heyecanlanır veya kızarız, sever veya nefret ederiz, fakat bütün bunları çoğunlukla gerçeklikle pek de ilişkisi olmayan bir bakış açısıyla sınırlarız. Bu noktada felsefe bizim bu dar çevreyi aşarak gerçeklikle daha sağlam ilişkiler kurmamızı amaçlar (Lahav, R. 2008, Beyond our Perimeter. *Practical Philosophy*. Vol. 9. Society for Philosophy in Practice.)



"Peki, *alışılmış anlama* nedir?" *Alışılmış anlama* bir insanın hayat karşısında aldığı tavrın, davranışlarının, düşüncelerinin anlamı, mantığıdır. İnsan bir olay karşısında bir tepki verir veya herhangi bir durumda şöyle veya böyle davranır ve bütün bunları kendince olması gerektiği gibi yapar. Kişiye davranışının ne olması gerektiğini söyleyen ses onun *alışılmış anlamasıdır*. Onun bir tavrı, düşüncesi, onun *alışılmış anlamasını* ele verir. İşte *felsefi kendini-soruşturmanın* nesnesi, hedef aldığı üçüncü soruşturma alanı, bireyin *alışılmış anlaması* ve onun günlük yaşamda somutlaşan hali, kişinin *dünya-hayatgörüşü* dür. *Dünya-hayatgörüşü* çözümlemesi felsefi danışmanlığın kuramsal çerçevesi için büyük önem taşır ve hemen hemen bütün felsefi danışmanlarda farklı kavramlarla karşımıza çıkar. Psikolojinin alanına giren duygu durumlarını değil, felsefenin işi olan kavramları kendisine konu edinen felsefi danışmanlık için *felsefi kendini-soruşturmanın* yöneldiği bu üçüncü konu onu psikolojik danışmanlık/psikoterapi ayıran noktalardan en önemlisidir. *Alışılmış anlamının* neden psikolojik bir süreç gibi görülemeyeceğini, *felsefi kendini-sorgulama* ile bir resim eleştirisi veya satranç oyununda oyuncunun yaptığı hamleler arasında yapılabilecek analogi ile açıklamak mümkün.

Sanat eleştirmeninin resimdeki farklı anlamları ressamın psikolojisini göz önünde bulundurmadan çözümlemesi veya satranç analistinin yapılan hamleleri oyuncunun zihninde olanlardan bağımsız değerlendirmesi gibi, felsefi danışman da danışanın psikolojik durumundan bağımsız olarak onun varoluşunda somutlaşan anlamların çözümlemesine yardım eder. Bir resimdeki fırça darbeleri, ressamın psikolojik sıkıntılarında bağımsız veya bunlar hiç hesaba katılmadan neşeli bir kompozisyon olarak betimlenebilir. Felsefi danışmanlar da bu anlamda sanat eleştirmenleri veya satranç analistleri gibidirler. Nasıl ki sanat eleştirmenleri veya satranç analistlerinin tual veya satranç tahtasından çıkardıkları anlamların kişinin zihninde her zaman psikolojik bir karşılığı olması gerektiği gibi, felsefi danışmanlar da örneğin, kişinin bir endişesinin her zaman bir duygu durumuna bağlı olmadığını ileri sürerler.

Felsefi kendini-soruşturmanın yöneldiği üçüncü alan, *dünya-hayatgörüşü*, *alışılmış anlama* ve *felsefi anlama* (Lahav, 1995; 1996a; 1996b), *ilk ilke (first principle)*, veya *sistem* (Mijuskovic, 1995), *kendi hakkındaki bilgi* (Joppling, 1996), *yaşam-ilkesi* (Uygur, 2006), *hayatı yönlendiren kavrayışlar* (Tuedio, 1998) ve *yaşam soruları* (Prins-Bakker, 1995), gibi farklı kavramlarla karşımıza çıkar. Bir felsefi danışmanlık uygulamasında danışanın *dünya-hayatgörüşü*, *yaşam-ilkesi* veya *yaşam soruları* üzerinde felsefe yapılır. Yaşam normal akışında devam ederken yaşama ilişkin, örneğin, temel kabullerimizi sorgulamak ihtiyacı duymayız. Fakat ne zaman ki sorunlar ortaya çıkar, ilgili kavramsal örgüler de soruşturulmaya başlanır. Örneğin, çocuk sahibi olmak istememek bekâr bir insan için sadece bir seçimdir ve sorun olarak düşünülmez ta ki bu kişi evlenmeye karar verene kadar. O andan itibaren artık çocuk isteyen bir eş adayının varlığı ile bu sorun çıkarıcı bir kabul olup tartışmaya açılır. Çocuk, evlilik, anne veya baba olmak gibi kavramlar, tıpkı felsefenin kavramlarla hesaplaşmasında olduğu gibi, "Evlilik nedir? Çocuk sahibi olmak nedir?" gibi sorularla, bir bakıma bu kavramların anlamını soran hesaplaşma başlar. Tartışma kişiye özeldir, daha önce yapılmış deneysel bir sonuçtan bağımsız sadece danışana aittir. Kişide saklı olanı, bilinçaltında olanı ya da empirik olanı değil, kişinin somut yaşamını, onun dünyayı ve yaşamı kavrayışı ile zaman içinde oluşan anlayışını irdelemeyi kapsayan bu yaklaşım, felsefi danışmanlık uygulamaları için uygun kavramsal ve kuramsal bir çerçeve olarak nitelendirilebilir. Ayrıca felsefi danışmanlıkla ilgili yaklaşımlar gözden geçirildiğinde, çok sayıda danışmanın çalışmalarında bu yaklaşımı benimsedikleri de görülmektedir.

Felsefi kendini-soruşturma kavramı etrafında anlatılan *dünya görüşü*, *ilk ilke*, *ilkeler/sistem*, *yaşam soruları*, *yaşam ilkeleri* ve *hayatı yönlendiren kavrayışların* çözümlemeleri ile varılan *felsefi kendini-anlama*, danışanın varoluşunun şimdiki anı ile ilgilidir. Fakat adının başında 'bilgelik sevgisi' anlamında 'felsefi' sözcüğü bulunan bu danışmanlık türünde gerçek felsefeye yer var mıdır? Modern dünyada, felsefenin, hayatın nasıl anlaşılması ve yaşanması adına kesin ve hazır cevaplarının olamayacağı da kabul edildiğine göre, felsefe yapmak felsefi danışmanlık bağlamında ne anlama gelir? Kişiler içinde buldukları andaki felsefi anlamının ötesine nasıl geçebilirler? Başka bir deyişle, danışmanlık bağlamında danışan şimdiki varoluşundan yeni bir varoluşa nasıl geçebilir? Lahav'a göre bu soruların cevabı 'bilgelik arayışında' yatar. Ona göre *felsefi kendini soruşturma*nın asıl amacı, 'bilgelik arayışı'dır (Lahav, 1995: 266). Blass bunu *aşma* (transcendence) kavramıyla açıklar (Blass, 1996a: 291). Felsefi danışmanlık, danışan açısından kendini *aşma* arayışındadır. *Aşma* sürecinde felsefi soruşturma danışanın



şimdiki varoluşu üzerinde odaklanmaz. Burada amaç danışanın mevcut kavramlaştırmalarının ve yaşamı kavrayış şeklinin ötesine geçmesidir. Danışan, içinde bulunduğu yaşam biçiminin ötesinde yeni bir varoluş durumuna geçer. Bilgelik veya *aşma* Blass'ın felsefi danışmanlık bağlamında kullandığı anlamıyla alışılmış anlamının, apaçık kılınmasıyla kişinin içinde bulunduğu andaki alışılmış anlamasını *aşması*, hayatı belirleyen zengin düşünceler ağına açık olma anlamında bilgelige doğru kişisel bir yolculuk ile yeni bir varoluşa sahip olmasıdır. Bu aşamada felsefi danışmanın rolü danışanı sahip olduğu *dünya-hayat görüşü* ile karşı karşıya getirmek, eleştirel olarak *dünya-hayat görüşünü* sorgulamasında ona yardımcı olmak ve onun mevcut anlayış ve kavrayışlarının ötesine geçmesine ve yeni bir anlam dünyası kurmasına imkan sağlamaktır (Lahav, 1993,1994,1995). Danışman, bu süreçte danışanı herhangi bir karara yönlendirebilecek müdahalelerden kaçınır, görüş belirtmez ve danışanı kendi ile baş başa bırakır.⁴

Bu şekilde kişi, içinde bulunduğu, kendisinin de sınırlı bir ufukta hareket etmesine neden olan alışılmış anlamasından, belirli bir kişisel perspektifle bağlı olmayan sınırsız anlamlar ağına geçer (Blass, 1996a: 284). Lahav' a göre de felsefi danışmanlığı anlamlı kılan bu bilgelik arayışı tek bir anlayışıyla sınırlı olmayıp, sonsuz fikirler ağı ile gerçekleştirilen bir diyalogdur (Lahav, 2001a: 10). Felsefi danışmanlık açısından bakıldığında da kişiler kendileri için daha açık iyi bir kendini anlama geliştirdiklerinde içinde buldukları durumu daha sağlıklı değerlendirebilir ve bazı felsefi danışmanlar için ikincil bir amaç olsa da belirli sorunların üstesinden gelebilirler.

Takip eden bölümde, Nermi Uygur'un kendi bunalımıyla hesaplaşması sonucunda, içinde bulunduğu yaşam biçiminin ötesinde yeni bir varoluş durumuna, yaşamı kavrayış şeklinin ötesine, yani bunalımdan yaşama kültürüne geçmesinde izlediği yol bir felsefi danışmanlık yöntemi olarak ele alınacak.

Bir Felsefi Danışmanlık Yöntemi Olarak Nermi Uygur'un Bunalımıyla Hesaplaşması

Bu bölümde Nermi Uygur'un yaşamının bir kesitinde başından geçen bir bunalımla nasıl başa çıkıp onu yaşama kültürüne dönüştürdüğü, felsefi danışmanlığın söylemi ile olan ilişkisi açısından ele alınacak. Filozof bunalımı ile olan hesaplaşmasını *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı eserinde dile getirir. Bu eser, felsefi danışmanlığın kuram, kavram, yöntem, yaklaşım ve teknikleri göz önünde bulundurularak dikkatle okunduğunda, Uygur'un *bunalımdan* yaşama kültürüne doğru yolculuğunda, kendi içinde geçirdiği aşamaların, benzer *sıkıntı*, *sorun* veya *bunalım* yaşayan bir danışana yardım amacıyla bir felsefi danışmanın izleyebileceği yol ve kullanabileceği yöntem, yaklaşım ve tekniklerle paralellikler gösterdiği görülür. Uygur'un felsefi danışmanların yöntemlerine benzer biçimde, kendi içinde birbirini izleyen aşamalar içeren bir yöntem benimsemesi ve ikincisi de, yine Uygur'un, felsefi danışmanların da kullandığı yaklaşım ve tekniklerden yararlanmasıdır. 'Yöntem' kavramını, felsefi danışmanlık bağlamında, kendine özgü özellikleriyle ortaya çıkan bir yaklaşımlar ve teknikler bütünü olarak tanımlayabiliriz. Bu bağlamda söz konusu paralelliği somutlaştırmak üzere, bazı felsefi danışmanların önerdiği aşamalı yöntemlerden örnekler verebiliriz. Marinoff felsefi danışmanlık için sırasıyla ", problem, duygu, çözümlenme, düşünme ve denge" sözcüklerinin İngilizce karşılıklarının baş harfleri olan "PEACE" adını verdiği beş aşamalı bir yöntem önerir. Marinoff'un yöntemin birinci aşamasında sorun tanımlanır. İkinci aşamada danışan sorunu ile hesaplaşır. Üçüncü aşamada sorunu çözmeye yönelik seçenekler listelenir. Dördüncü aşamada danışan daha önce tanımlanmış olan sorunla yüzleşir. Son aşamada ise sorun dile getirilir ve felsefi bir sav oluşturarak dengeye ulaşılır (Marinoff, 2012: 56-58). Bir diğer yöntem, Raabe'nin önerdiği dört aşamalı yöntemdir. Raabe'nin felsefi danışmanlık

⁴ Danışmanın da belli bir dünya-hayat görüşünün olduğu göz önüne alınırsa, danışmanın danışana müdahale etmeden nasıl birlikte felsefe yapabilecekleri konusu alanda tartışılmaktadır. Danışan müdahalesinin olmaması, felsefi danışmanlığın danışan otonomisine ilişkin kıstasıdır. Fakat "danışan, farklı kavrayışlar eğer birbirlerinden daha 'iyi' veya 'kötü', 'doğru' veya 'yanlış' olarak değerlendirilemezse, danışan nasıl karar verecektir?" "Verdiği kararın kalkış noktası onun kendi hakkındaki gerçek bilgisi midir?" yoksa "bu bir kendini yanıltma da olabilir mi"? David A. Jopling kendi hakkındaki bilgiyi, kendini yanıltmadan ayırt edememenin nedeninin danışmanların danışan özerkliğinden hareket etmeleri olarak görür ve belli derecelerde 'yönlendirme'nin olabileceğini savunur. Ona göre sınırlı bir müdahale, felsefi danışmanlığın hiçbir yönlendirme yapılmayacağıyla ilgili anlayışıyla çatışmaz, çünkü tam bir yönlendirici müdahale ile sınırlı müdahaleyi ayırmak gerekir (Jopling, 1996: 297-310).



uygulamalarında kullandığı bu yöntemin birinci aşamasında, danışman danışanı tanımaya, onun endişelerini veya sorununu anlamaya çalışır. İkinci aşamada, danışman çeşitli felsefi düşünme araçlarını kullanarak, danışanın sorunu için olası çözümleri bulmasına yardımcı olur. Üçüncü aşamada, danışman bu kez danışana ikinci adımda kullanılan felsefi düşünme becerilerini öğretir. Dördüncü ve son aşamada danışman, danışana öğrendiği düşünme becerilerini kullanarak sorunlarını aşmasında rehberlik eder (Raabe, 2000a: 125-166.) Prins-Bakker'in evlilik danışmanlığı için önerdiği yöntem altı aşamalıdır. Yönteminin birinci aşamasında, danışanın evliliğiyle ilgili sorunu saptanır. İkinci aşamada, danışan bir eş olmaktan ziyade, bir kişi olarak kim olduğu açısından ele alınır. Üçüncü aşamada, danışman danışanla, onun yaşam anlayışını, bunların günlük yaşamda nasıl ortaya çıktığını ve gerekirse bu anlayışların değiştirilip değiştirilemeyeceğini tartışır. Dördüncü aşamada, danışanın bütün bir yaşam beklentileri, planları ve hayalleri içinde nerede olduğu belirlenir. Beşinci aşamada danışanın eşi ile olan ilişkisi sorgulanır. Son aşamada ise artık danışanın evliliği masaya yatırılır ve bu evliliğin geleceği mercek altına alınır (Prins-Bakker, 1995: 135-152). Bu üç yöntemde felsefi danışmanlar farklı aşamalarla farklı yollar izleseler de, aslında hepsinde yapılanlar, felsefi danışmanlığın temel yaklaşımlarına işaret etmektedir. Bu üç yöntemde de önce danışanın sorunu ortaya konur. Danışan sorununun farkına varır, onu anlar, önce kendisi için açık kılar ve bir sorunu olduğunu kabul eder. Sonra danışan sorunu ile hesaplaşmaya, onu sorgulamaya başlar. Bu sorun nereden kaynaklanmaktadır? Sorunun çözümünün bulunması için, danışan bu noktada kendini sorgular. Sorgulanan onun alışılmış anlaması, içinde bulunduğu anda sahip olduğu felsefi anlama ve onun ürünü olan dünya-hayatgörüşüdür. Danışanın *felsefi kendini-sorgulamasının* ardından, onda yeni bir *felsefi anlama* ortaya çıkar. *Dünya-hayat görüşünün* sorunlara neden olan yanları kendisi için açık hale gelir, sorunlarıyla yüzleşir ve onlarla baş etmeyi, onlarla yaşamayı öğrenir.

Uygur'un *bunalım* ile olan hesaplaşmasının felsefi danışmanlıkla olan bir başka benzer yanı kullanılan teknikler ve yaklaşımlardır. Felsefi danışmanlık çerçevesinde 'yaklaşım' kavramı, danışmanın herhangi bir yöntemi uygularken belirlediği kendine özgü tarzı ve kişisel seçimi olarak tanımlanabilir. 'Teknik' ise herhangi bir yöntemin parçasıdır. Felsefi danışmanlıkta kullanılan yaklaşım ve tekniklerden bazıları diyalog, *dünya-hayatgörüşü* çözümlemesi, sorun odaklı yaklaşım, kişi odaklı yaklaşım, açık uçlu soruşturma, kapalı uçlu soruşturma, özerk danışan yaklaşımı ve müdahale eden danışman yaklaşımıdır. Bütün bu yaklaşım, teknik ve yöntemlerin ilk göze çarpan ve en önemli ortak yanı, aynı zamanda felsefi danışmanlığı psikoterapiden ayıran temel özellik olan *dünya-hayatgörüşü* yorumudur. İkinci ortak nokta ise, bütün yöntem, yaklaşım veya tekniklerin, danışman ve danışan arasında gerçekleşen 'diyalog' üzerine kurulu olmasıdır. Danışman hangi yöntemi uygularsa uygulasin, hatta felsefi danışmanlığın bir yöntemi olamayacağını savunan Achenbach'ın 'yöntem ötesi yöntemi'ni benimsesin (Achenbach, 1984, 1995) bir felsefi danışmanlık uygulamasının odağında daima danışanın *dünya-hayatgörüşünün*, kendisi için de gizli kalmış bütün yönleriyle ortaya konması, sorgulanması, bir anlamda 'çatlatılması' ve bir sonraki aşama olarak da bu çatlatılmış *dünya-hayatgörüşünün* yerini yeni bir *felsefi anlamaya* bırakması yer alır. Bu süreçte kullanılan teknik de diyalogdur.

Nermi Uygur'un kendi *bunalım*⁵ ile hesaplaşması, *bunalım*yla birlikte artık yeni bir insan olması, hatta *bunalım*ı sever hale gelmesi sürecinde, felsefi danışmanların yukarıda özetle açıklanmaya çalışılan yaklaşımlarını görüyoruz. "Felsefi danışmanlarla, Uygur'un izlediği yaklaşım, yöntem ve kullandığı tekniklerin kesiştikleri yerler nerelerdir?" Bu sorunun cevabını, Uygur'un izlediği yöntemin farklı aşamalarında bulabiliriz. Bu amaçla önce Uygur'un yönteminin aşamalarının neler olduğuna bakalım.

Uygur'un *bunalım*yla başa çıkma süreci felsefi danışmanlık bağlamında altı aşama ile ele alınabilir. Bu aşamalar:

- 1- "Bana ne oluyor?" *bunalım*ın farkına varış; kabul: "ben bir *bunalım* yaşıyorum."⁶

⁵ Bunalım kelimesi, çeşitli Avrupa dillerinde de bulunan örneğin İngilizce "crisis", Türkçe'de de kullanılan kriz kelimesi anlamında kullanılmaktadır.

⁶Çotuksöken'in *bunalım*la ilgili saptamaları bu noktada önemli; "Nermi Uygur'un betimleyici, çözümleyici, fenomenolojik –hatta bizim de antropolojik olarak nitelendirdiğimiz– bir yönelim içinde altını çizdiği gibi, "durum" ya da "durumlar" karşısındaki



- 2- Kendini-soruşturma başlıyor: yaşanan *bunalım* karşısında tavır alma, ilk eylem hazırlıkları;
- 3- *Dünya-hayatgörüşü* sorgu altında, eski *dünya-hayatgörüşü* çatlatılıyor;
- 4- Yeni *felsefi anlama*, yeni *dünya-hayatgörüşü* ;
- 5- "*Bunalım* karşısında neler yapılmalı?" *bunalımdan* çıkış;
- 6- *Kendini aşma*, yeni bir insan.

Uygur *bunalımını* yaşarken, felsefi danışmanlığın kavramlarıyla düşünürsek, kendisiyle 'açık uçlu' bir diyalog içindedir. *Bunalımın* ele alındığı bölümlerde, diyalog zaman zaman 'sorun odaklı' görünse de, *bunalım* ve insan birlikte var olduğundan ve yine insan bir *bunalım*lar varlığı olduğundan, yani, mayası *bunalım* olduğundan, insanın bir bütün olarak düşünüldüğü bölümlerde 'kişi odaklı' bir yaklaşım vardır. *Bunalım* yaşayan olarak Uygur, felsefi danışmanlıktaki vazgeçilmez bir ilke olan 'danışan özerkliği' gerçekleştirircesine, danışanın kendi özgün felsefesini yapmaktadır. Yine Uygur'un yaklaşımında, danışan otonomisinin gerçekleşmesinin yanı sıra, felsefi danışmanlığı 'felsefi' yapan ve onu psikolojik danışmanlık/ psikoterapiden ayıran, *felsefi soruşturmanın* deneysel verilere dayalı olmaması, daha önce söylenmiş, kullanılmış bir söylem içermemesi (Lahav, 1995) gibi öğeler de dikkati çeker:

Kimseye bir şey öğretmek için yazmıyorum yazdıklarımı. Bunalım işte bu, herkes için geçerli görüşüm, nerde ne zaman olursa olsun ona göre davranın. Söylediklerimi ne denli iyi anlarsanız, yararlanırsınız, türünden bir dizge sunmuyorum. Şöyle olun böyle olmayın, şunu yapın, bunu yapmayın gibilerden bir öğüt beklemeyin benden. Kendimi yazıyorum...(Uygur, 2006: 290)

Şimdi Nermi Uygur'un, bir bakıma kendini yazdığı *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı eserinde dile gelenler, felsefi danışmanlığın yöntem penceresinden görülmeye çalışılacak.

İnsan yaşamında önemli tarihler vardır. Bir tarihi kişinin yaşamı açısından önemli yapan çeşitli nedenler sayılabilir. Nermi Uygur için ise bir tarihi eşsiz kılan, onun "kişinin yaşam süreci içinde yer alıp, öz gelişiminin ögesi" olmasıdır. 13 Kasım 1986 Perşembe günü de Nermi Uygur için böylesi bir tarihtir. Uygur o gün çalıştığı İstanbul Üniversitesinin Haseki'deki Kardiyoloji Enstitüsünde açık kalp ameliyatı geçirir. Ama bu tarihi Uygur için önemli yapan, onun o tarihte bir ameliyat geçirmesi değildir. Bu tarih, onun *bunalımının* yalnızca bir parçasıdır. *Bunalımın* kendisi değildir. Uygur, *bunalımdan* tek o günü anlamaz. Bu, *bunalımı* anlama açısından yanlış olur. Çünkü *bunalım* o günden öncelere ve o günden sonralara uzanır. Nermi Uygur *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı eserinde, o günden kendine bakar. 13 Kasım 1986 Perşembe günü filozofun *bunalımında* hem en karanlık hem de aydınlığa çıktığı tarihtir. Filozof kitabında, işte bu karanlıktan aydınlığa çıkışın, felsefi danışmanlık kavramlarıyla düşünürsek *kendini aşma'nın* hikâyesini, *bunalımdan* bilgelige olan yolculuğunu anlatır. Şimdi bu yolculuğun aşamaları, Uygur'un anlatımıyla her bir aşamayı apaçık hale getirecek biçimde ayrıntılı olarak ele alınacak ve felsefi danışmanlıkla ilişkilendirilecek.

Birinci aşama: "Bana ne oluyor" bunalımın farkına varış; kabul; "ben bir bunalım yaşıyorum." Birinci aşamada, yukarıda örnekleri verilen felsefi danışmanlık yöntemlerinde de olduğu gibi önce sorun belirlenir. Kişinin bir *sıkıntı/sorunu* veya *bunalım* ile hesaplaşması, onunla ilgili olarak kendini sorgulaması, çıkış yollarını düşünmesi için önce bir sorunu olduğunu kabul etmesi ve onu tanımlaması gerekir. Bu aşamada filozof tam da bunu yapmaktadır. Uygur'un aslında düzenli olarak görünmesi gereken bir doktoru ve kullanması gereken ilaçları vardır. Uygur, ilaçlarını kullanmaktadır, yakınmaları giderek azalmıştır, kendini iyi hissetmektedir. Fakat Uygur, bir yandan da sorununu geçiştirmeye çalıştığı, ertelediği düşüncesinin neden olduğu bir gerilim de yaşamaktadır. Bir gün korkusu gerçek olur. Kriz, günlük yaşamın alışılmış doğal akışı içinde, hiç beklenmedik bir anda birdenbire gelir. Uygur artık *bunalım* ile yüz yüzedir. Krizle birlikte Uygur'un kendisini sorgulaması da başlar.

"duruşumuz"da bunalım kendini ele veriyor. Bunalım bir bakıma durumda değil, duruşta kendisini gösteriyor. Nesnel dünya belki durumlardan oluşuyor, ama öznel dünyamızdaki duruşlarla durumları bunalım olarak niteliyoruz ya da geçip gidiyoruz." (Betül Çotuksöken, "Önsöz Yerine: Yazarlık Serüveninde 'Fenomenoloji'den 'Çözümleyici Felsefe'ye Nermi Uygur", Nermi Uygur, Bütün Eserleri-II, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2017, s. 7)



Bu sorgulama, danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında, Nermi Uygur'un kendisine sorular sorduğu ve yanıtlarını yine kendisinin verdiği bir diyalog kurgusu içinde felsefi danışmanlık sürecine uyarlayarak ele alındı. Bu kurgu içinde danışman Nermi Uygur'un sorduğu sorular, eğer Uygur aynı durumda olan bir danışana sorular sorsaydı, bu sorular nasıl olurdu kurgusu içinde, Uygur'un bunalım anlatımından esinlenerek oluşturulmuştur. Sorgulamanın hedefi, bu aşamada, kalp krizi ile gelen yeni durumunu kendisi için açık hale getirmektir. Hem sorular ve hem de cevaplar filozofa aittir.

Hastalığım ile birlikte nasıl bir dünyaya açtım gözlerimi?

Nesneler, kavramlar, amaçlar karmakarışık, her şey bulanık, bölük pörçük. Ortalık allak bullak, sağlam yer kalmamış kendi dünyamda. Dünya o dünya değil artık.

Bütün bunların nedeni ne olabilir?

Bir bunalım geçiriyorum; öznel dünyam bunalımda.

Bir bunalım yaşamakta olduğum sonucuna beni vardırın nedir?

Bambaşka bir yerdenim ben artık. Öznel-kişisel dünyada ne varsa, çığırından çıkmış durumda.

'Bambaşka bir yerden' olmak duygusuyla bunalımımı nasıl bağdaştırıyorum?

Yıllardır çalışmakta olduğum üniversitenin bahçesinde arkadaşlarımla hastaneye gitmek üzere vedalaşırdım:

... Birbirimizi son kez görüyormuşuz gibi geldi. Aşağı yukarı aynı sözlerle uğurladılar beni: "Bir şeyiniz yok, birkaç gün sonra aramızdasınız gene." Keşke inanabilseydim. Gencecik yüzlerine bakamadım, "keşke" deyip ayrıldım hemen; artık oralarla hiçbir bağım kalmamış gibi geldi. On yıllar boyu geçtiğim bahçe cırlak cırlak güneşli, boğuk gürültülü... kendim diye tutunacağım bir şey yok... (Uygur, 2006: 290)

Bir insanın sanki doğal bir parçasıymış gibi sorgulamadan kabul ettikleriyle bu derece yabancılaşması, birden "kendi dışına sürülmesini" onun içinde bulunduğu bunalımın bir belirtisi olduğunu mu düşünüyorum?

Evet. Artık benim dünyam bu, alışmasam da yadırgamadığım bir dünyadayım, şimdilik durumu benimsemekten başka bir önlem de yok, hastalığa bağlı bir *bunalım* geçirmekteyim, ağır kalp hastasıyım. Buraya kadar felsefi danışman Uygur'un, danışan Uygur'la yaptığı 'açık-uçlu' diyalog sonucunda, danışan Uygur *bunalım*ın farkına varır, durumunu kabul eder ve *bunalım*ın nedenini saptar. Birinci aşamada gerçekleşen bu diyalogun daha sonraki aşamalarında danışman Uygur, danışanın durumunu apaçık olarak anlaması ve danışmanlık sürecinin diğer aşamalarına da ışık tutması açısından, 'ağır kalp hastası' olmakla *bunalım* arasındaki ilişkiyi sorgular. Danışanın bu durumu kendisi için açık hale getirmesinin doğru olacağını düşünür. Çünkü tüm *bunalım*ların nedeni ağır kalp hastalığı değildir.

Bunalımının nedeni yalnızca ağır kalp hastası olmam mıdır?

Hayır. "Ağır kalp hastasıyım" demekle, "*bunalım*dayım" demek anlamca eşdeğer değil. "Ben kalp hastasıyım" diyen herkesin, kendine özgü dünyası için söz konusu bir *bunalım* bu. Bir yandan da hastalığım ile içinde depreştiğim bunalım arasında karmaşık bağlar olduğunun bilincindeyim. Hastalığım bunalım saldı yaşamıma. Hastalığım yüzünden kendimi kaptırdığım birçok duygu, düşünce ve iç kımıldanışları, bunalım dediğim ortama sürükledi beni. Fakat yine de ağır kalp hastalığım ile bunalım arasında tek yanlı-yalın bir neden-sonuç ilişkisi olduğunu sanmıyorum.

O zaman durumumu ağır kalp hastası olarak saptamam ne anlama geliyor?

Benim kendi durumumu, ağır kalp hastasıyım diye saptamamın bilinç ve yaşamıma getirdiği yankılar bakımından, benim için eşsiz bir anlamı var. Düpedüz bir bilimsel doğru değil, benim için... varlıksal bir gerçek, benim gerçeğim bu.



Filozofun, felsefi danışmanlıkla ilişkilendirilmeye çalışılan yönteminin birinci aşamasında, danışan hastalığa bağlı bir *bunalım* yaşadığını kabul eder. Bu durum onun varlıksal gerçeğidir. *Bunalım*ın aynı nedenlerle de olsa (kalp hastalığının herkeste ayrı *bunalımlara* neden olması gibi) Uygur tarafından kişiye özgü ve varlıksal bir sorun olarak açıklanması, felsefi danışmanlık bakımından, *sıkıntı/sorun* kavramlarının ele alınmasında karşılaşılan benzerlikleri çağrıştırmaktadır. Burada yine felsefi danışmanlık adına iki konuda önemli paralellikler olduğunu görüyoruz. Birincisi, felsefi danışmanlar, danışanlarla birlikte çözüm yolları aradıkları sorunların, kişiye özgü olmasını ve empirik bilgi veya veriyle yapılabilecek değerlendirmelerin dışında kalması gerektiğini ileri sürerler. Bu özellik felsefi danışmanlığı listelenmiş belirli sorunlar üzerinde çalışan psikolojik danışmanlık/psikoterapiden ayırır. İkincisi Uygur'un *bunalımı*, felsefi danışmanlık bağlamında, "gerçek bir sorun"dur. Fischer'in kullandığı anlamda "gerçek sorun", danışanın neden ve sonuçları bakımından kesin olarak bildiği ve çözmesi gereken bir sorundur. Bu da sorunu, psikolojinin alanına giren, hastanın içinde saklı, kendisinin de açıklayamadığı nedenlerden kaynaklanan sorunlardan ayırır (Fischer, 2011: 58). Uygur hastalığa bağlı bir *bunalım* içinde olduğunu kesin olarak bilmekle beraber, kesin olan bir şey daha vardır ki, o da *bunalımdan* ne zaman ve nasıl çıkabileceğini bilmiyor olduğudur. Bunu başarabilmenin yolu da *bunalımıyla* ilişkili olarak kendisiyle hesaplaşmaktan geçer.

İkinci aşamada Uygur tam da bunu yapar. Felsefi danışmanlığa ait kavramlarla belirtecek olursak, filozof felsefi kendini-*soruşturmasını* başlatır. Bu aşama, *bunalım* yaşayan kişinin içinde bulunduğu durumu, kendi *dünya-hayatgörüüşü* ve *alışılmış anlaması* ile ilişkilendirmesi ve buna bağlı olarak da daha sonra *bunalım* karşısında yine kendi tutumunu belirlemesi açısından önemlidir.

Bir felsefi danışmanlık uygulaması kurgusuyla ele aldığımız sürecin bu ikinci aşamasında önce danışan Nermi Uygur'un kendisiyle hesaplaşmasını görelim:

... Kendime kızıyorum: ne diye başıboş bıraktım sağlığımı! Haksızlık ediyorum, bırakmadım ki. ... doktorlara kızıyorum... haksızlık; hepsi elinden geleni yaptı... iş ortamına kızıyorum: ne diye dar-dünyalı üniversite... haksızım, çocuk muydum ben, kafamı kullanıp önemsemeseydim. Toplumla kızıyorum... haksızım gene... nereye dönssem, özüm artıyor öfkem... iyiden iyiyeye *bunalıyor* aklım (Uygur, 2006: 59).

Felsefi danışmanlık uygulamalarının önemli bir parçası olan *felsefi kendini-soruşturma* sürecinin bu aşamasında, Uygur içinde bulunduğu eylemsizlik ile aydınlık eksikliğini iyice ağırlaştırdığı kararsızlık içinde, "gene de bir şeyler yapmalıyım" der. Bunun için de durumunu iyice kavraması gerekir.

Durumum nedir peki?

Bunalımda öznel dünyam; bir *bunalım* geçiriyorum. Durumumu aydınlatmak için daha önceki tüm çabalarım, gereken başarıya götürmedi. Bunun en baskın nedeni: yaşadığım *bunalımlı* durumun, kişisel-öznel dünyamın tümüne ilişkin bir durum olduğunu kavrayamamış olmam... Gerçekten de, *bunalımsız* zamanlara özgü, alışageldiğim kalıplarla algılamayı sürdürdüğüm için, neyin ne olduğunu göremezdim (Uygur, 2006: 89).

Şimdi burada, bu *bunalımlı* durumda ne yapmam gerekiyor?

"Apaçık ortada: iyileşmem gerekiyor, dolayısıyla da *bunalımdan* çıkmam gerekiyor."

Hastalık varken zorunlulukla *bunalım* olmadığı gibi, hastalık yokken de *bunalım* olabilir. Bu durumda *bunalım*ımla hastalığım arasında nasıl bir ilişki kuruyorum?

Şimdi benim buradaki durumum şöyle: iyileşirsem, çok baskın bir olasılıkla *bunalımın* ötesine geçeceğime inanıyorum, tüm varlığımla inanıyorum buna.

Uygur *felsefi kendini-soruşturmasında*, "ölüm-kalım aydınlatması" diye nitelediği önemli bir noktaya gelmiştir. Bu aydınlatma çabasındaki en küçük bir yanlış, Uygur'a göre olumsuz sonuçlar doğurabilir. Şimdi *apaçık* kılınması gereken bir durum vardır:

Kalp hastalığımla iyileşmesinden ne demek istiyorum?



Hastalığının iyileşmesi: en çok istediğim amaç. "Ne yapmam gerekiyor?" derken, işte bu amaca götüreceğim eylem ya da eylemleri, yapılabilecek şeyleri, işleri anlıyorum. Uygur artık ne olduğunu, nerede olduğunu, nasıl olduğunu kendi kullandığı sözcükle 'apaydınlık' görmektedir. 'Apaydınlık' kavramı felsefi danışmanların (Blass, 1996a) danışanın kendini soruşturması sonucunda vardığı *apaçık* kavramı ile ilişkilendirilebilir. Bir felsefi danışmanlık sürecinde danışan, içinde bulunduğu durumu, yaptığı felsefi soruşturmanın yardımıyla kendisi için *apaçık* kılar. *Apaçık* kılmanın hedefi, danışanın durumunu kendi içinde gizli kalmış ve yaşadığı soruna neden olabilecek bütün yanlarıyla görmesini sağlamaktır. Benzer biçimde, Uygur da bu aşamada içinde bulunduğu durumu, kendi deyişimiyle kendisi için 'apaydınlık' kılmıştır. Felsefi danışmanlık sürecinin bir diğer önemli aşaması da *dünya-hayatgörüşü* soruşturmasıdır. Felsefi danışmanların yaptıkları işin kuramsal çerçevesini çizerken ve onu psikoterapiden ayırırken sıkça kullandıkları bu kavramla filozofun yönteminin üçüncü aşamasında karşılaşırız.

Nermi Uygur'un bunalımıyla hesaplaşmasının üçüncü aşamasında bu kez, *felsefi kendini-soruşturmanın* hedefinde, felsefi danışmanlık kavramlarıyla belirlendiğinde, *dünya-hayatgörüşü* ve *alışılmış anlama* vardır. İkinci aşamada, danışanın içinde bulunduğu durum danışan için *apaçık* kılınmıştır. Bu aşamada ise, danışanın *alışılmış anlamasının* sorgulanmasıyla, onun *dünya-hayatgörüşü* *apaçık* kılınacaktır. Felsefi danışmanlıktaki *alışılmış anlama* kavramı, Uygur'da yaşamın bir "alışkanlıklar ülkesi olması" benzetmesi ile karşımıza çıkar. Uygur'a göre yaşamın bir "alışkanlıklar ülkesi olması" ne demektir? Yaşamın bir "alışkanlıklar ülkesi olması", insanların alıştıkları bir yaşam içinde, çoğu kez yadırgamadan, sanki öyle olması gerekiyormuş gibi yaşamalarıdır. İnsanlar yaşamda, sanki sorgulamaya hiç yer yokmuş gibi yer, içer, uyur, kalkar, dolaşır, koklaşır, hastalanır iyileşir, sanki yıkım, sarsıntı, savaş, yazgımızın bir parçasıymış gibi yuvarlanıp gider. İşte bu *alışılmış anlama*, aynı zamanda kişinin *dünya-hayatgörüşü*nü de oluşturur. Bir yandan da *alışılmış anlama* ve *dünya-hayatgörüşü* çözümlenmesi, *bunalım* ortaya çıkaran nedenleri anlama ve *bunalım*la başa çıkma çabalarıyla yakından ilgilidir.

Üçüncü aşamada yeniden danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında geçen diyalog kurgusuna geri dönelim. Danışman Nermi Uygur sorgulamaya devam ediyor:

Alışılmış anlama veya yaşamın bir "alışkanlıklar ülkesi olması" ile bunalım arasında nasıl bir ilişki kurabilirim?

Bunalım ile davranışlardaki düzen bozulur. Bir yalpalanma, bocalama yaşanır. Bir alışkanlıklar ülkesi olmaktan çıkar yaşam, akılda olmayan bir yöne koşmaya başlar. Sen sen olmaktan çıkarsın, ondan başka bir şey yoktur. Yaşamın "alışkanlıklar ülkesi olmaktan çıkması" *alışılmış anlama* veya *dünya-hayatgörüşü*nde çatlamalara neden olur. Çünkü *bunalımlı* durumu elden geldiğince "aydınlık ve güvenli" bir biçimde anlamak gerekmektedir; bunun yolu da neyin ne olduğunu *apaçık* görebilmekten geçer.

Apaçık görebilmek için ne yapmalıyım?

Gördüğüme değil, neyle nasıl gördüğüme, gördüğüm şeye yaklaşma tutumuma dikkat etmem gerekiyor. Bu da *alışılmış anlamının* kalıpları dışında, yeni bir *felsefi anlama* oluşturma ve *dünya-hayatgörüşü* değişikliği anlamına gelir.

Durumumu kendi kendime açık kılmak için çabalamama rağmen pek de başarılı olamıyorum; bunun nedeni nedir?

Bunalım olağanüstü bir durum. Bu durumu alışlagelmiş, olağan duruma özgü *dünya-hayatgörüşü* kalıplarıyla gözlemleyip kavramaya çalışmak, insanları *bunalım* karşısında başarılı kılmıyor. *Bunalım*ı betimlemede yeni bir dil kullanmam gerekiyor. *Bunalım* anlayıp algılamada yeni bir dil kullanımı, Uygur'un felsefi danışmanlık sürecinin dördüncü aşamasında gerçekleşir.

Nermi Uygur'un bunalımıyla hesaplaşmasının bu üç aşamasında da, felsefi danışmanlığın kuramsal ve kavramsal çerçevesinde çok önemli yer tutan, birçok felsefi danışmanın da kullandığı, *felsefi kendini-soruşturma*, *alışılmış anlama*, *dünya-hayatgörüşü* ve *apaçık* kılma gibi kavramların izleriyle karşılaşıldı.



Felsefi danışmanlar, bu kavramlara, felsefi danışmanlığı özellikle psikolojik danışmanlık ve psikoterapiden ayırırken sıklıkla başvururlar.

Dördüncü aşamada, bir önceki aşamada karşılaştığımız *alışılmış anlama* ve eski *dünya-hayatgörüşü*, yerini yeni *felsefi anlama* ve yeni *dünya-hayatgörüşüne* bırakır.

Alışılmış anlamadan yeni felsefi anlamaya veya yeni *dünya-hayatgörüşüne* geçiş Uygur'da farklı bir dil kullanmakla gerçekleştirilir. Uygur'a göre içinde bulunulan durumu doğru anlama yetisinin kaynağı "dil"dir. Açık-seçik bir durum algılamasının dayanabileceği sağlam destek ancak *bunalım* sözcüklere dökerken doğru bir dil kullanmakla bulunabilir. Üçüncü aşamada danışan Nermi Uygur *bunalımın* olağanüstü bir durum olduğu ve olağan duruma özgü *dünya-hayatgörüşü* kalıplarıyla doğru kavranamayacağı sonucuna varmıştı. Dördüncü aşamada ise işte bu yeni duruma uygun olan doğru dil kullanımı önerilir. Yapılması gereken *bunalım* betimlemelerinde kullanılan benzetmeleri değiştirmek, yeni benzetmeler kullanmaktır.⁷ Uygur'un bu yaklaşımı Norman'ın (Norman,1995), Richard Rorty'den (Rorty, 1995) aldığı belirttiği 'yeniden betimleme' kavramı ile benzer. 'Yeniden betimlenen', kişinin *felsefi kendini-anlamasıdır*. İnsanlar içinde buldukları koşullar için değişik bir anlayış geliştirmek yoluyla karşılaştıkları olaylar hakkındaki kavrayışlarını da değiştirebilirler. Ertürk, Uygur'un da yaşamsal bir konu olan krizi hakkında düşünmek, onunla ilgili kavrayışını değiştirmek için "yeni bir dil" yarattığını, *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı kitabın da bu şekilde ortaya çıktığını ileri sürer (Ertürk, 2010: 90).

Şimdi yeni bir dil kullanımı ile yeni *felsefi anlama* ve *dünya-hayat görüşüne* varma sürecini yine danışan Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında geçen bir diyalog kurgusuyla ele alalım. Danışan Nermi Uygur durumunu kendine açık kılma çabalarının başarısız olmasının nedeni hakkında şöyle bir sonuca varır:

... şimdiye dek, durumumu, çoğun en içimden gelen bir benzetmeyle görüp kavramaya çalıştım. Kimi dram, kimi uçurum, kimi darboğaz diye niteledim durumumu... Ne var ki, önümü ardımı göreyim derken, yanılıya düştüm zaman zaman bu benzetmeler yüzünden. Nedeni de şu: tek bir benzetmeye bağlı kaldım arada sırada... söz gelimi, yıkım diye bunalımın tam tersi bir şey olabileceğini tasarlayamadım. Böylece, zaman zaman tek bir benzetmeyi sürdürerek kendimi yıkıntıların arasında buldum ...(Uygur, 2006: 93-94).

Danışan Nermi Uygur'un "tek bir benzetmeyi sürdürerek kendini yıkıntıların arasında" bulması, içinde bulunduğu *dünya-hayatgörüşü* kalıpları ile *felsefi anlamasında* bir değişiklik oluşturmaması ve *bunalımın* sürmesi anlamına gelir.

⁷ "Tekil-somut-özel olana, insan ve toplum bilimleri eşliğinde yer veren Nermi Uygur, *Bunalımdan Yaşama Kültürü*'nde bunalımı bunalım yapanın ne ya da neler olduğunu kendisiyle ilişkisinde ve "kendisi"- "kendisi olmayan" ilişkisinde ele alıyor; kendi "durumu" karşısında bir "duruş" geliştiriyor. Burada "hastalık" olarak saptanan durum karşısında geliştirdiği duruştan yola çıkarak, içinden geçtiği bunalımdan yola çıkarak, durumunu bunalım olarak kavramaktan hareket ederek, bir yaşama kültürünün yollarını açıyor. İçinde bulunduğu durumla kendi duruşu arasındadır artık bir özne olarak. Arada olan olarak, durumunu düşünme nesnesi olarak yeniden oluşturacaktır; "şimdi ve burada olan"ı yeniden kavramaya, sürekli olarak "ikileşme"ye çabalayacaktır; durumu karşısında mesafe kazanarak sorgulamayı sürekli kılacaktır. Bir filozof olarak, durumlar karşısındaki duruşunu yoğunluklu bir biçimde yaşadığı kendine özgü duruşuyla karşılayacak, tekil-somutu, düşünme ortamına, soyuta taşımadan edemeyecektir. Varolan karşısındaki felsefi yönelim onda salt soru sormada, bir durumu saptamada; örneğin, burada olduğu gibi, içinden geçilen bunalımı saptamada kalmaz; bunalıma göre bir insanlık durumudur ayrıca ve bunalımdan çıkış yolu gösterilmeli, yanıtı verilmelidir. Bunalım da içinde olmak üzere insanlık durumlarına yönelen filozof, çıkış yollarını da, çözüm yollarını da, yanıtları da gözden irak tutmaz, tutamaz." Betül Çotuksöken, "Önsöz Yerine: Yazarlık Serüveninde 'Fenomenoloji'den 'Çözümleyici Felsefe'ye Nermi Uygur", Nermi Uygur, *Bütün Eserleri-II*, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2017, s. 8



O halde bunalımı, dilden vazgeçemeyeceğime ve benzetmeden de başka bir dayanağım olmadığına göre, yeni bir dille gözlemleyip kavramak için ne yapmalıyım?

Tek tek benzetmenin tek yanlılığından kurtulmak için gücüm yettiğince birbirine ters, birbirinden kopuk, birbiriyle çelişik benzetmelere bir arada başvurmak zorundayım.

Şimdiye kadar bunalımlarımı betimlemede kullandığım tek yanlı bir benzetme hangisi olabilir?

Söz gelimi "karaya oturmuşum gibi geliyor bana bunalımda" gibi bir benzetme durumumu anlamamı kolaylaştırabilir. Fakat yalnızca bu benzetme ile yetinirsem durumumun bazı yanları bana gizli kalabilir. Bu benzetmenin oluşturduğu anlayış "teknemi onarıp yeniden yüzdürmek doğrultusunda bir özlem ve çabaya" neden olabilmekle beraber bir tek bu benzetişe takılır kalırsam "deniz bitti tekne yüzmez" türünden bir eğretileninin tutsağı da olabilirim.

Durumumla ilgili algı ve değerlendirmelerimde beni doğru sonuçlara ulaştıracak bir yeniden betimleme için nasıl bir benzetme kullanabilirim?

Sözelimi, bunalıma, beklenmedik bir zamanda apar topar ev-değiştirme, gözüyle bakabilirim. O zaman, durumuma ilişkin öğeler, dolayısıyla tüm algı ve değerlendirmelerim de değişikliğe uğrar. Şöyle ki, durumumu, salt tedirginlik, eski yaşayışın tümüyle geçmişe karışması, uygunsuz ve yabancı koşulların basıncı altında ezilme, diye yorumlayabilirim. Gene de, benzetmeyi azıcık derinleştirdiğimde, yeni donatım olanaklarına kavuşmam söz konusu, bir türlü kaldırıp atılmayan eski ilişkilerle ağırlıkların birden ortadan kalkmasıyla, beklenmedik bir hafifliğe kavuşmam söz konusu (Uygur, 2006: 96).

Kişinin içinde bulunduğu durumu betimlerken kullandığı dil aynı zamanda onun *alışılmış anlaması* ve *dünya-hayatgörüşünü* yansıtır. Danışan Nermi Uygur *bunalım*ıyla başa çıkma çabalarında pek de başarılı olamamasının bir nedeni olarak *bunalım*ı dile getiriş biçimini görür. Ona göre *bunalım* karşısında daha etkin olabilmek için kullanılan dili değiştirmek gerekir. Uygur *bunalım*ı yeniden betimlemek için kullandığı yeni dili benzetmeler üzerinden örneklendirir. Danışan Nermi Uygur *alışılmış anlamasını* sorgular, bir *dünya-hayatgörüşü* kalıbı olan tek yanlı benzetmelerin *bunalım*ı daha doğru algılayıp anlamada ona yardımcı olamadığı sonucuna varır ve *felsefi kendini-sorgulama* ile ulaştığı yeni *felsefi anlama* ve *dünya-hayatgörüşü* ile kullandığı yeni benzetmeler yoluyla da *bunalım*ı apaçık anlar.

Nermi Uygur *bunalım*ıyla hesaplaşmasının ilk dört aşaması sonucunda artık *bunalım*ıyla ilgili olarak içinde bulunduğu durumu apaçık görmektedir. Yaşadığı *bunalım* açısından *dünya-hayatgörüşünü* sorgulamış, *dünya-hayatgörüşünün* *bunalım*la olan hesaplaşmasında onu başarısız kılan yanlarını anlamış ve yeni bir *dünya-hayatgörüşü*, yeni *felsefi anlama* ve kullandığı yeni dille de *bunalım*ına artık farklı açılardan ve farklı bir gözle bakar duruma gelmiştir. Bir sonraki aşamada artık yapılması gereken, bu yeni *dünya-hayatgörüşü* ile *bunalım*la başa çıkmak için yapılması gerekenlerin düşünülmesidir. Beşinci aşamada danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında geçen diyalogun içeriğini *bunalım* karşısında yapılması gerekenler oluşturur. Uygur birinci aşamada ağır kalp hastalığına bağlı olarak bir *bunalım* yaşadığını kabul eder. Her ne kadar *bunalım*ının tek nedeni hastalığı olmasa da *bunalım*ı daha da derinleştiren bu hastalıktan kurtulması gerekmektedir. İyileşmek için yapılacaklar bellidir. Bu durumda yapılabilecek pek bir şey kalmamış gibi görünmektedir. Uygur, yine de hal böyle diye kendini edilgenliğe bırakmaması gerektiğine inanır. Danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında *bunalım*ı durumlarda yapılması gerekenler hakkında gerçekleşen diyalog tam da bu noktada başlar.

Yapılması gerekenler belli olduğuna göre kendimi edilgenliğe bırakmamak için bana yapacak ne kalıyor?

Doğrudan yapabileceğim şeylerin olmadığını farkındayım. Fakat içinde bulunduğum durumda yapılmaması gerekenlerin de var olduğunu biliyorum. İşte bu yapılmaması gerekenlere uymakla bir şeyler yapmış olurum.

Peki, yapmamam gereken şeyler nelerdir?



Üzüntü, korku, örtmece ve umutsuzluk; bunlarda hiçbirine kapılmamak zorundayım. Öncelikle *bunalım* sırasında kendimi *üzüntüye* bırakmazsam eğer, *bunalım*la hesaplaşmak adına bir şey yapmış olurum." Ne tür olursa olsun bir şeyler yapınca üzüntüden uzaklaşıyorum... koşup zıplayamadığıma göre çevremle öznel kişisel dünyamı aşan canlı canlı ilişkilere vermeliyim kendimi... hastalık beni bunalmadan önce nasıl dış dünyayla sıkı bir bağ kurmuştum..." (Uygur, 2006: 92).

İşte aynı şekilde üzüntüye yenilmemenin üzüntüyle akraba tüm duygu iklimlerinin ötesine geçmenin en etkin yöntemi dünyayla bağları elden geldiğince yoğun sürdürüp gitmektir. *Bunalım* yaşarken dünyamda yer vermemem gerekenlerden bir diğeri de korkudur. Kendini bırakanı ezer korku. Korkmak doğaldır. İnsan korkuya kapılmaktansa kendini gündemdeki somut işlere kaptırmayı denemelidir. *Bunalım*da yönelmemek zorunda olduğum bir diğer tutum da örtmececi. "Kimi üzüntü korku dürtüsüyle, başka dürtüler de olabilir kuşkusuz, nice'dir dolanıp kaldığım olumsuz bir davranışa paydos: örtmece yok... sözümona ürkmemi azaltmak için şurasını burasını diye kırpmaya süslemeye yeltenmeyeceğim artık" (Uygur, 2006: 97).

Bunalım sırasında bir de *umutsuz* olmamak gerekir. Danışan Nermi Uygur umuttan, umutsuzluktan yana kendini sorgular.

Umutsuzluktan yana, ben kendim şimdi ne durumdayım?

Bazı günler umutsuzluk gittikçe artıyor. Ne kadar kaldığını bilmediğim yaşama-zamanımı kendim için çekilmez kılıyor... Kendime edebileceğim yardımdan yoksun bırakıyor... Oysa umut, çok daha yararlı şimdiki durumda benim için (Uygur, 2006: 101).

Uygur için umutsuzluğa kapılmamak umut etmektir; başka bir deyişle de *bunalım* için bir şeyler yapmaktır. Felsefi danışmanlar bu danışmanlık türünün kişinin yalnızca şu an için yaşamakta olduğu sorunlara çözüm yolları aramadığını, aynı zamanda onu gelecekte karşılaşılabileceği olası sorunlara karşı da hazırladığını ileri sürerler. Felsefi danışmanlığın bu yanının onu psikolojik danışmanlık ve psikoterapiden ayıran önemli özelliklerinden de biri olduğu daha önce belirtilmişti. Nermi Uygur'un *bunalım*a karşı neler yapılabileceğiyle ilgili sorgulamasında, yine felsefi danışmanlığın bu savına paralel bölümlerle karşılaşıyoruz. Bunlar kültür-*bunalım* bağı ile ilgilidir. Uygur, *Kültür Kuramı* adlı yapıtında kültürü, "insanın ortaya koyduğu, içinde insanın varolduğu tüm gerçeklik" olarak tanımlar. "Kültür" deyince, insanı gördüğümüz her şey anlaşılabilir. Bu noktadan hareketle, *bunalım* bir kültür olayıdır; bir "kültür bağlamı" içinde ortaya çıkar; belli bir kültür ortamında biçimlenir, "kendine özgü biricikliğiyle kültür içinde yerini alır." Aynı zamanda "her kültür *bunalım*ı insan *bunalım*ıdır" da. *Bunalım* daha yakından algılayıp anlayabilmek "kültür oylumu"na yönelik bir bakış açısı gerektirir.

Varlıkça kopmaz bir bağla bağlı kültür ile *bunalım*. ... insan varlığı denge ve düzen yönünden sürekli değişen bir oluşumla ortaya çıkmasaydı kültür diye bir şey olmayacaktı; insanın kendine bir yaşama-dengesi bir varoluş-düzeni kurma çabası, bu tür çabaların ürünüdür kültür (Uygur, 2006: 225).

Bu bakımdan *bunalım* kültürü belirleyen onu "var kılandır". Uygur'a göre kültürün bir tanımı da şudur: "kültür, *bunalım* giderme-ürünüdür"(Uygur, 2006: 226). Danışan Nermi Uygur danışan Nermi Uygur'a *bunalım* açısından, insan-kültür-*bunalım* bağına daha da aydınlatmak amacıyla üç soru sorar; bu sorular şunlardır: 1. *Bunalım* açısından: doğayla ne tür bağlar kurmalıyız? 2. *Bunalım* açısından: toplum ve kültürü nasıl düzenlemeliyiz? 3. *Bunalım* açısından: kendimiz için neler yapabiliriz? Bu üç sorunun bazı ortak yanıları felsefi danışmanlıkların kendi alanları için belirlemeye çalıştıkları kuramsal çerçeve ile uyum içindedir. Öncelikle soruların üçü de kendimizden sorduğumuz sorulardır. Soruyu soran ve o soruyu cevaplamak için akıl yürütüp felsefi danışmanlık bağlamında *felsefe yapacak* kişi, danışanın kendisidir. Bu özellik felsefi danışmanlığın, özellikle onu psikoterapiden ayıran danışanın özerkliği ilkesi ile bire bir örtüşmektedir. Soruların bir başka ve felsefi danışmanlık açısından en dikkat çekici ortak yanı ise sorunların herkesin sorusu olmalarıdır. Uygur'un anlatımıyla: "Ne zaman nerde kim yanıtlarsa yanıtlasın tam olarak doyuya yanıtlanamayacak sorular. İnsan-toplum-tarih-kültüre yapışık zaman-uzay boyutları değiştiğinde, bu sorular, son biçimleri ve yanıt içerikleriyle birlikte, kavramsal yapıları ve uygulanma boyutlarıyla, hep yeni baştan ele alınacaklar" (Uygur, 2006: 234).



Bu özellik soruları ve cevapları bütünüyle kişiye özgü yapar. Belli bir zaman mekan diliminde bir kişinin verdiği cevaplar, aynı sorulara verilebilecek diğer olası cevaplardan farklıdır. Dolayısıyla böylesi sorular etrafında gerçekleşen bir felsefi danışmanlıkta danışanın kendi özerkliği içinde *felsefe yapması* ile ortaya çıkan görüşler, bir başka felsefi danışmanlıktaki danışan görüşlerinden farklıdır. Bu da felsefi danışmanlığı felsefi yapan ve onu psikoterapiden ayıran, söylenenlerin özgün olması, daha önce söylenmemiş olması, deneysel olmaması ve hazır reçetelerden hareket etmemesi gibi felsefi danışmanlık ilkeleriyle paraleldir.

Şimdi danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında geçen bir diyalog kurgusuyla soruları ele alalım.

Bunalım açısından: doğayla ne tür bağlar kurmalıyız?

Biz doğanın parçasıyız, doğal varlıklarız, ama diğer varlıklardan farklı olarak bizim bir kültür dünyamız var; bunun kurucusu da bizleriz ve biz bu kültür dünyasında yaşıyoruz. Bu belirleme ile doğanın özel bir parçası olduğumuzun farkına varmak bizim için *bunalımlarla* yitip gitmemek açısından çok önemlidir. Bu noktada şu soru gündeme gelir:

Bunalımlara düşmemek üzere doğanın özel bir parçası olduğumuzu bilmek bize hangi ödevi yüklüyor?

Doğayla diyalogsuz yaşayamayız; bu birbirine sıkıca bağlı üç göstergenin- doğayla dayanışma, doğaya sorumluluk ve doğada özel durum- *bunalım* açısından ön plana çıkardığı bir gerçektir. *Bunalımlara* düşmemek için doğaya yabancı tutumlar içine girmemelidir; doğa ile dayanışma içinde yaşayan insan *bunalımlara* karşı bir dayanak bulmuş demektir ve *bunalım* açısından doğayı dayanışmalı bir bütünmüş gibi anlarsak ve yaşarsak kendimiz doğa için en uygun olanı gerçekleştirebiliriz.

Bunalım açısından toplum ve kültürü nasıl düzenlemeliyiz?

Bunalım deyince toplum-kültür işlerinde önemle aydınlanması gereken alan yönetim alanıdır. Yönetim ile *bunalım* derin ve dolambaçlı bağlarla birbirine bağlı. *Bunalımsız* insan olmadığı gibi *bunalımsız* toplum da yok. Gene de iyi yönetilen toplum kötü yönetilen topluma kıyasla *bunalımları* önleme adına daha uygun durumdadır. Ancak iyiye yönelik akıl ya da akılla iyiyi istemenin oluşturduğu yönetimdeki insan ve toplum *bunalımın* karşısına kendine en uygun yaşama koşullarıyla çıkma olanağına kavuşur.

Bunalım açısından: kendimiz için neler yapabiliriz?

Bu soruyu ilişkiler açısından ele almak doğru olur. İnsan bir ilişkiler bağlamı, insan dünyası ilişkiler dünyasıdır. 'İlişki' *bunalımlı* dönemlerde insanı anlama ve bu anlayışın ışığında yapılması gerekenleri öğrenip yerine getirme olanağı sağlar. *Bunalım* açısından ilişkilerin en yoğun olduğu alan tek kişinin başkalarıyla ilişkileridir. İnsan dünyada yalnız değildir, varlığını sürdürmek için başkalarının da olması gerekiyor; bu zorunlu durum da tek kişinin başkalarıyla ilişkilerine neden olmakta ve türdeşlerle ilişkiler, toplumsal ilişkiler, ben-sen ilişkileri ile geçmişle ve gelecekle ilişkiler diye adlandırılabilir ilişkiler kategorileri ortaya çıkmaktadır. Başkalarıyla yaşadığının farkında olan insan türdeşleriyle ilişkilerinde kendisini başkalarının yerine koyma başarısını gösterir; böylece de *bunalımdaki* türdeşlerinin durumunu anlar. Kişi toplumsal ilişkilerde genele saygılı, akılcı-kolaycı olur. Yine, kişi için, ben-sen ilişkilerinde sen'in özel biri olduğunu, bir anlamı, değeri olduğunu bilmesi, onun sıcak-sevecen ilişkiler kurmasına yardımcı olur. *Bunalım* açısından "kendim için ne yapabilirim" sorusu herkesçe sorulması gereken temel bir sorudur. Bu soru şöyle bir bilinçle anlamlıdır: "Kendisine ben diyen varlıklar dünyada; ben de onlardan biriyim. ... ben kendim olmasaydım, benim için hiçbir şey olmayacaktı... Ben kendim olmayınca: nasıl ilişki kurarım başkalarıyla? Nasıl sever sayarım başkalarını? Nasıl yardım edebilirim onlara?" (Uygur, 2006: 272).

Böylesi bir bilinçle sorulan bu soru başka sorular doğurur. Bunlar: "Kendime karşı nasıl bir sorumluluğum var? Bu sorumluluğun altından kalkmak için neleri yerine getirmek zorundayım?" gibi sorulardır. Bu soruların herkes için ortak cevabı: 'değişmeyi evetlemektir'. Değişmeyi evetlemek *bunalımlı* yaşama en uygun davranıştır. Değişmeyi evetlemek kendini değişime açık tutmak, değişme



karşısında olumsuz davranışlardan uzak kalmaktır. Değişmemin bazı özellikleri şunlardır: Alışılmışın dışına çıkma, boyunduruğundan kurtulma, değişmeyi sevmek, değişme girişimi ve gerçekçilik.

Değişmeyi evetlemenin kazandırdığı donanım *bunalım* karşısında insanı değerli kaynaklara kavuşturur. Her ne kadar değişmeyi evetlemek her derdin çaresi olmasa da değişmeyi evetlemek, *bunalımı* yaşamı evetlemek; dolayısıyla yaşamın bir ögesi olarak *bunalım*la en elverişli biçimde hesaplaşmaktır.

Filozofun *bunalımıyla* olan hesaplaşmasında *bunalım*-kültür bağıını ele aldığı bölümlerde *bunalım*la baş etmek adına neler yapılabileceği ile ilgili sorduğu sorular ve onlara verdiği yanıtların yaşanmakta olan bir soruna çözümler bulmaktan çok geleceğe yönelik olduğu görülmektedir. Danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur'un birlikte yaptığı felsefe sırasında üzerinde durulan konular danışanın gelecekte yaşayabileceği olası sorunları ortadan kaldırmak veya hiç yaşanmamaları için yapılacaklar hakkındadır. Bu da felsefi danışmanlığın kişiye, gelecekte karşılaşılabileceği olası sorunlara karşı da yardımcı olabileceğiyle ilgili savlarıyla ilişkilendirilebilir.

Apaçık kılma ve *aşma* felsefi danışmanlığın iki önemli kavramıdır. *Apaçık* kılma, danışanın içinde bulunduğu durumu, *sorununu*, *sorununa* yaklaşım biçimini, *sorununa* neden olan *alışılmış anlama* ve *dünya-hayatgörüşü* kalıplarını algılayıp anlaması, kendisi için *apaydınlık* kılmasıdır. Bu kavram felsefi danışmanların ortak bir yaklaşımının adıdır. Felsefi danışmanlar nasıl bir yöntem benimserlerse benimsesinler, danışmanlık etkinliğinde, danışmanlığın işleyişinde, önce danışanın *alışılmış anlama* ve *dünya-hayatgörüşü* ele alınır, sorgulanır ve çözümlenir. Nermi Uygur'un *bunalımıyla* hesaplaşmasının ilk dört aşamasında da yapılan *apaçık* kılmadır. Beşinci aşamada ise danışan artık, *apaydınlık* (Uygur'un *apaçık* kavramı için kullandığı kelime) gördüğü kendi durumunda neler yapılabileceği üzerinde düşünmeye başlar. Felsefi danışmanlığın diğer önemli kavramı ise *aşma* veya Lahav'ın kullandığı kavramla "bilgelik arayışı"dır (Lahav, 1995: 266). Felsefi danışmanlık kendini *aşma* arayışı olarak nitelendirilebilir. Bu aşamada danışan yaşadığı kavramlar örgüsünün ötesine geçer; kendi için yeni bir kavramsal alan açar. Danışan içinde bulunduğu yaşam biçiminin ötesinde yeni bir varoluş durumuna geçer (Blass, 1996a). Bilgelik veya *aşma* Blass'ın felsefi danışmanlık bağlamında kullandığı anlamıyla *alışılmış anlam*ın *apaçık* duruma gelmesiyle kişinin içinde bulunduğu andaki *alışılmış anlam*asını *aşması*, yaşamı belirleyen zengin düşünceler ağına açık olma anlamında bilgelige doğru kişisel bir yolculukta ilerlemesidir. Kişinin içinde bulunduğu, kendisinin de sınırlı bir ufukta hareket etmesine neden olan *alışılmış anlam*asından belirli bir kişisel perspektifle bağlı olmayan sınırsız anlamlar ağına geçiş, Uygur'un yönteminde altıncı aşamada kendini gösterir. Altıncı aşamada artık Nermi Uygur kişisel bakış açısının ötesinde, yeni bir anlam dünyasında, yeni bir varoluşa sahiptir. Altıncı aşamada, bir başka deyişle danışan Nermi Uygur'un yönteminde *aşma* aşamasında, felsefi danışmanlık kavramları ile ele alındığında bir *yeniden betimleme* yaşanır. Yeniden betimlenen Uygur'un 'nesnel dünya'sıdır. Nesnel dünyadaki bu değişiklik Uygur'un 'öznel dünya'sındaki değişikliğin sonucudur. Filozof öznel dünyasında artık *bunalımdan* önceki insan, eski Nermi Uygur değildir. 'Öznel dünya'sındaki 'duygu, duyum, düşünce, düş, istek, özlem, sevgi' gibi şeyler birden çok değişmiştir. Bu değişimle birlikte filozofun 'nesnel dünya'sı da başka bir biçime bürünür. Nermi Uygur bu dünyayla ilişkilerini, bu dünyaya bakışını, bu dünyadan etkilenişini ve etkilemeye yönelik eylemleri için yeni bir dil kullanır; onu *yeniden betimler*. Uygur, içinde bulunduğu bu yeni durum için "İnsan, eşya, çevre, kurum, kuruluş, konu, her şey başkalaştı. Nitelikçe eskisine benzemeyen bir varlık ortamında soluk alıp vermedeyim" der (Uygur, 2006: 190).

Peki, Uygur neden böyledir? Filozofun kendindeki bu değişikliği sorgulamasını yine danışman Nermi Uygur'la danışan Nermi Uygur arasında geçen diyalog kurgusuyla ele alalım.

Bendeki bu büyük değişimin nedeni büyük bir ameliyat geçirmiş olmam mı? Veya hastanede geçirdiğim sürenin birikintisi mi?

Bu noktada ölümden dönmemi sağlayan ameliyatın etkisi var denebilir ama her ameliyat geçiren böylesi değişmez. Doğrudan doğruya ne hastane, ne de ameliyat bu değişimin nedeni.

Öyleyse değişmemin nedeni bir daha başıma böyle hastalıklar gelmesin diye önlem mi?



Doktor önerileri doğrultusunda bir değişim değil bu. Tepeden tırnağa yaşama biçimime ilişkin bir değişim benimkisi.

Olan ne peki?

Bir *bunalım* geçirdim. *Bunalım* yaşamış biri olarak yapıp ediyorum. Eskisi gibi yaşayamıyorum; istesem de olmuyor. Onsuz ben ben değilim artık; onsuz olamıyorum; *bunalımdan* önceki ben değilim.

Nermi Uygur *bunalım*yla olan hesaplaşmasının bu son aşamasında ta baştan beri bütün bir *bunalım* ve kendisindeki değişimin kaynağı hakkında yaptığı *felsefi kendini-sorgulama* sonucunda, felsefi danışmanların *bilgelik* veya *aşma* olarak adlandırdıkları süreç adına, artık en kritik noktaya, bir bakıma sona gelmiştir: Filozofun *bunalım* bundan böyle onun "yaşama kültürü" olmuştur. Felsefi danışmanlık uygulamalarındaki danışanın *sıkıntı/sorun*larını bilgeliğe çevirmesi süreci Uygur'da "*bunalımdan* yaşama kültürü"ne olan bir yolculukla yaşanmıştır. Nermi Uygur bütün çekilenlere rağmen *bunalım*ını sevmektedir. *Bunalım* onun gerçekliği olmuştur; "artık *bunalım* yaşamış biri olarak yaşayacağım; bundan sonraki yaşamımda *bunalımdan* seve seve esinleneceğim; bundan böyle gizli bir gömüm var-*bunalım*" (Uygur, 2006: 193).

Uygur *bunalım* bir 'yaşam kültürü'ne dönüştürmesini, *bunalımdan* yararlanarak bir şeyler yapmak, *bunalım* yaşamda belli bir yönde değerlendirmek olarak görür. *Bunalım* onun en değerli anlam ve yönelim kaynağıdır. Filozof "iyi ki bütün bunlar oldu, diyelim geliyor" der. "Bu *bunalım* bundan böyle yaşama-uzayımın en verimli bölgesi, yaşama-uzayımın en değerli dönemi (...) Beni ben kılan öz; bana güç veren kaynak; bugünümle geleceğimi kendime en yakışan biçimde verimlendirmede tükenmez yardımcı..." (Uygur, 2006: 191).

Nermi Uygur'un *bunalım*ını bir 'yaşam kültürü'ne dönüştürdüğü bu aşamada felsefi danışmanlığın önemli kavramları Uygur'un anlatımında somut olarak nerdeyse birebir karşımıza çıkıyor. *Dünya-hayatgörüğü* sorgulaması, felsefi danışmanlığın onu psikolojik danışmanlık ve psikoterapiden ayıran önemli bir kavramıdır. Lahav'ın kullandığı bu kavram, Mijuskovic'de *ilkeler*, Prins-Bakker'de ise *yaşam soruları* ve Tuedio'da *hayatı yönlendiren kavramlar* olarak ortaya çıkar. Uygur'da ise bu kavramla *yaşam-ilkesi* olarak karşılaşıyoruz. Uygur'un *yaşam-ilkesi* için yaptığı kısa tanım felsefi danışmanların aynı kavram için ileri sürdükleri düşünceler ile örtüşür. Uygur'a göre *yaşam-ilkesi* "yaşananların ortaklaşa yönü, yaşanmışlıkların özetidir." Felsefi danışmanlık açısından bakılınca da *alışılmış anlamadır*. Yine Uygur'a göre *yaşam-ilkesi* "yaşama çekidüzen verme savı güden kurallardır (Uygur, 2006: 194). Felsefi danışmanlara göre *sıkıntı/sorunların* temelinde kişinin kendisine bile gizli kalmış *dünya-hayatgörüğü* kalıpları vardır. Bu kalıplar bir felsefi danışmanlık sürecinde değişime uğrayabilir. Uygur'a göre de yaşam, ilkelerle sınırlanmaz; ilkeler *bunalım*ın etkilerine dayanamaz ve değişir. Uygur "yaşamak, doğru ile yanlış arasında gidip gelmektir" der (Uygur, 2012: 77). Bu değişim nasıl gerçekleşir? Felsefi danışmanlara göre bu, *felsefi kendini-soruşturma* ve *dünya-hayatgörüğü* çözümlenmesi ile gerçekleşir. Peki, bu *felsefi kendini-soruşturma* ve *dünya-hayatgörüğü* analizi Nermi Uygur'da nasıl ortaya çıkar?

Yaşam-ilkelerimi kendim için nasıl apaçık kılarım? Kendi kendimi aydınlatabilirim?

Kendimi eleştirel bir biçimde sorgulamalı ve verdiğim yanıtlardan birtakım yaşama-tutamakları oluşturmaliyim. Nedir bu sorular? "Ne tür bir yaşam sürmek istiyorum? Nasıl bir yaşam sürüyorum? Yaşam adına kendim için neler tasarlıyorum? Yaşam adına neleri deneyelemek istiyorum?" Bu soruların her biri, bir felsefi danışmanlık uygulamasında danışan ve danışman arasında geçen *felsefe yapma* sürecinde *dünya-hayatgörüğü* ile ilgili olarak üzerinde düşünülecek konuları içerir. Nermi Uygur'un *bunalım*ıyla hesaplaşarak onu bir yaşam kültürüne dönüştürdüğü bu *aşma* aşamasında karşılaştığımız bir diğer önemli felsefi danışmanlık kavramı da yeni *felsefi anlamadır*. Felsefi danışmanlık bağlamında yeni *felsefi anlama* danışanın *felsefi kendini-sorgulama* ve dünya-hayatgörüğü sorgulaması sonucunda o ana kadar sahip olduğu düşünce kalıplarının dışında yeni bakış açılarıdır.

Nermi Uygur *bunalım*ıyla hesaplaştığı yönteminin *aşma* aşamasında *yeni felsefi anlamaya* ulaşır. *Bunalım*la birlikte filozofun yaşamında pek çok şey dolaylı ya da doğrudan kökten değişikliğe uğrar. Uygur'a göre bunların tek tek neler olduğunu bilmek yerine, önemli olan tümüyle bunların ne olduğunu



bilmektir. Bu da Nermi Uygur'un bunalımına başka türlü bakmaya başlamasıdır: "... yavaş yavaş daha uzaktan, dolayısıyla da gittikçe başka türlü bakmaya başlıyorum yaşadığım bunalıma (...) hem geçmişim geleceğimle kendime; hem doğası, insanı, kültürüyle çevreme başka bir gözle bakmamı gerektiriyor." (Uygur, 2006: 193)

Filozof başka bir bakış açısı geliştirmek gerektiği bilinciyle kendisine ve tüm unsurlarıyla çevresine bambaşka bir gözle bakmaya, çevresini başka gözlerle görmeye başlar. Böyle olunca da ulaştığı bu *yeni anlama* ile de *bunalım* filozofun "görme açıklığı" olur. Nermi Uygur bir *bunalım* yaşar. Filozofun önünde iki yol vardır: Ya *bunalımıyla* birlikte gelen tüm olumsuzlukların altında ezilecek ya da *bunalımını* bir 'yaşama kültürü'ne dönüştürecektir. O bunlardan ikincisini seçer. Yapılması gereken *bunalımıyla* ilişkin kendine uygulayacağı eleştirel bir sorgulamadır.

Danışman Nermi Uygur'un yardımıyla danışan Nermi Uygur'un *felsefi kendini-sorgulaması* başlar. Önce danışman bunalımının farkına varır; onu tanımlar ve kabul eder. Sonra bunalımına ilişkin olarak durumunu kendisi için *apaçık* kılar. Daha sonra *bunalımın* geldiği zamandaki *dünya-hayatgörüşünü* sorgular, onu kendisine de gizli kalmış yönleriyle çatlatır; kendisi için apaydınlık duruma getirir. Çatlamış *dünya-hayatgörüşünün* yerine yeni bir anlama ve *dünya-hayatgörüşü* kurar. Bu *yeni felsefi anlama* ile *bunalım*la başa çıkma yollarını araştırır. Sahip olduğu yeni anlama onu yeni bir boyuta taşır; bu *bilgelik* veya *aşma* durumudur. Danışan Nermi Uygur birdenbire geldiği o anda:

Acı, umut, üzüntü, bekleyiş, öfke, belirsizlik; ufak tefek sevinçler, katmer katmer korkular, tuhaf tuhaf heyecanlar, inişli çıkışlı çöküntüler; düşünceler karman çorman, duygular topaç topaç, anılar bulanık basınçlı; özelemler varla yok arası, duyum duyum değil: öyle çok şey içiçe dolanmış ki (Uygur, 2006: 15)

diye betimlediği *bunalımını* bilgelik aşamasında bir *yaşama kültürüne* dönüştürür. *Bunalım* Uygur için yeni *dünya-hayatgörüşü* ile ulaştığı anlam bağlamında gelecek için başka bir öz oluşturur; geçmişinden farklı bir gelecek kurmasının itici gücü olur. *Bunalım* sağladığı yeni eylem ve edimlerle filozofun yaşamını başka türlü geliştirir. Felsefi danışmanların *sıkıntı/sorun* olarak adlandırdığı, Nermi Uygur'un da *bunalım* dediği yaşamın kendisi *bilgelik/aşma* aşamasında geleceği geçmişten başka türlü var etmekte kendini gösterir.

Sonuç

Psikolojik danışmanlık ve psikoterapiye alternatif bir danışmanlık türü olarak ortaya çıkan felsefi danışmanlık, kendini alternatifi olduğu alanlardan belirgin çizgilerle ayırmalıdır. Bir başka deyişle felsefi danışmanlık, psikolojiyle olan hesaplaşmasını bitirmelidir. Ancak bu şekilde kendine ayakta durmasını sağlayacak bağımsız bir kuramsal alt yapı oluşturabilir. Fakat şu da bir gerçektir ki felsefi danışmanlık, psikolojik danışmanlıktan nasıl ayrıldığıнын hesabını henüz tam olarak verememiştir ve bu çok da kolay görünmemektedir. Bu çalışma, tam da bu noktada, felsefi danışmanlığa tamamen felsefenin sınırları içinde bir yöntem öneriyor. Çalışmanın tezi şu: Uygur'un kendi *bunalımıyla* baş etme yolu, felsefenin sınırları içinde, felsefi danışmanlığı psikolojik danışmanlıktan ayıracak, özgün bir yöntem olarak felsefi danışmanlık uygulamalarında kullanılabilir. Bu amaçla Nermi Uygur'un *bunalımına* ilişkin felsefi söylemi ve bunalımının üstesinden gelirken kullandığı yöntem felsefi danışmanlıkla ilişkilendirildi ve görüldü ki Uygur'un *Bunalımdan Yaşama Kültürü* adlı yapıtında dile getirdiği *bunalımının* üstesinden gelme biçimi, felsefi danışmanın *bunalım* yaşayan bir kişiye yapacağı danışmanlık uygulamasının aşamalarını bire bir içermekte. Daha önce de belirtildiği gibi, alanda önde gelen felsefi danışmanlar çeşitli aşamaları içeren yöntemler öneriyorlar. Nermi Uygur'da kendi bunalımının üstesinden gelirken belirli aşamalardan geçmiş. Çalışmada bu aşamalar belirlendi. Nedir bunlar? 1. Aşama: *bunalımın* farkına varış; kabul; 2. Aşama: felsefi kendini soruşturma başlıyor: yaşanan *bunalım* karşısında tavır alma, ilk eylem hazırlıkları; 3. aşama: *dünya-hayatgörüşünün* sorgulanması ve çatlatılması; 4. Aşama: yeni *felsefi anlama*, yeni *dünya-hayatgörüşü*; 5. aşama: yeni *felsefi anlama*, yeni *dünya-hayatgörüşü*; 6. aşama: kendini *aşma*, yeni insan. Görüldüğü gibi her bir aşama, Marinnoff, Raabe ve Prins-Bakker gibi felsefi danışmanların yöntemlerindeki aşamalarla paralel özellikler taşımakta. Ayrıca, bütün bu aşamalarda, Uygur'un izlediği yol, gerek felsefi danışmanlık kıstasları ve gerekse de kavramlar açısından bu yeni danışmanlık uygulamasıyla örtüşüyor. Örneğin: sorunların kişiye özgü olması ve empirik bilgi içermemesi, gerçek bir sorun olması, danışanın sorununu tanımlayabiliyor olması, danışanın içinde bulunduğu durumu kendisi için 'apaydınlık' kılması ilk üç aşama için felsefi danışmanlık adına



karakteristik özelliklerdir. Bunlara ek olarak, Uygur'un bunalımıyla hesaplaşmasının bu üç aşamasında, felsefi danışmanlığın kuramsal ve kavramsal çerçevesinde çok önemli yer tutan, birçok felsefi danışmanın da kullandığı, *felsefi kendini- soruşturma, alışılmış anlama, dünya-hayatgörüğü* ve apaçık kılma gibi kavramların izleriyle karşılaşıldı. Daha sonraki aşamalarda, yine felsefi danışmanlıkla paralel olarak, *alışılmış anlamadan yeni felsefi anlamaya* veya yeni dünya-hayatgörüğüne geçiş Uygur'da farklı bir dil kullanmakla gerçekleşir; bir başka deyişle bunalım bir felsefi danışmanlık kavramıyla, yeniden betimlenir. Nermi Uygur'un yönteminin, bütün bu nitelikleriyle, kendisine kuramsal ve kavramsal bir alt yapı oluşturma çalışmaları içindeki felsefi danışmanlık için, gerek ele alınan kavramın (bunalım) psikolojinin yüklerinden uzak olması ve gerekse de izlene yol bakımından önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Extended Abstract

At the beginning of the eighties, philosophical counseling as a new way of philosophizing, was introduced in Europe and has been gaining area as a new form of counseling based on the application of philosophical skills. Not very long, the philosophical counseling began to be considered as an alternative practice to psychological counseling. The philosophical counseling addresses the predicaments the average person faces in everyday life by interpreting his/her worldview (the subject matter of philosophical self-investigation) assumed to implicitly express his/her personal philosophy. The predicaments which one may have with his/her family, self, career, life consist of conceptual, ethical and existential questions. While interpreting the counselee's worldview, the counselor and the counselee philosophize together, assuming that the issues behind the personal predicament are philosophical in nature, which makes philosophical counseling philosophical. Here the counselor's role, by helping the counselees in philosophical self-investigation, is to enable them to develop their philosophical understanding of themselves. In counseling sessions based on philosophizing, the counselee is autonomous, which is one of the tenets seemed to be shared by philosophical counselors. From the point of philosophizing, another tenet shared by philosophical counselors is, as opposed to mainstream academic philosophy, that philosophical counseling does not restrict philosophizing to abstract theories of general issues. Instead, philosophical counseling affirms that it has important things to say about one's concrete life. Among all the tenets shared by the philosophical counselors, the most important one is that philosophical counseling differs from psychological counseling. But, this distinction, both in theory and practice is not easily made. Although the philosophical counselors claim that their counseling involves non-pathological problems or they receive 'sane' person or do not use therapeutic methods and make diagnoses, it is still difficult to define clearly what the differences are. There are important questions waiting to be answered: In an era in which psychological therapies have dominion over counseling, why should a person prefer a philosophical counselor? Is it possible for a philosophical counselor to easily differ a conceptual problem from a non-pathological one? Are emotions and thoughts easily distinguished from each other? How does worldview interpretations differ from psychological interpretations? These are critical questions which philosophical counselors should answer while trying to establish the theoretical and conceptual framework of this new profession. If the philosophical counseling claims to be an alternative counseling practice, philosophical counselors should clearly determine their counseling area and methods or techniques, which is also essential for the legitimacy for their profession. From a method standpoint, philosophical counselors have recommended some philosophical counseling methods since this new form of philosophical practice. Lou Marinoff's PEACE meaning: problems, emotions, analysis, contemplation, equilibrium and his two-stage decision making method, Peter Raabe's four-stage method, Annette Prins-Baker's six-stage marriage counselling method, Socratic Dialogue Method developed in Germany by Leonard Nelson and Elliott Cohen's Logic-Based method of philosophical counseling are examples of these philosophical counseling methods. Philosophical counseling must clarify its basic assumptions and theoretical framework to attain a professional status



and to accomplish this, philosophical counseling should develop a common methodological framework based on its assertion that philosophical counseling differs from psychological counseling. At this point, this study claims that Nermi Uygur's method to deal with his crisis provide the philosophical counseling with a method around a concept free from any psychological loads. Nermi Uygur tells how he dealt with his crisis in his book named *From Crisis to Life of Culture*. This work, when read carefully (meticulously) considering the theory, concepts, approaches, methods and techniques of philosophical counseling, it is easily noticed that the stages experienced by Uygur in his journey from crisis to culture of life have many resemblances with a philosophical counselor's way of counseling a person having the same problems, predicament or crisis. In other words, in this work, Uygur, while having a crisis, practices self-philosophical counseling or as a philosophical counselor himself, is counseling a person experiencing a crisis.

KAYNAKLAR

- Achenbach, G.B. (1984). *Philosophische Praxis*. Köln: Jürgen Dinter.
- Achenbach, G. B. (1995). Philosophy, Philosophical Practice and Psychotherapy. In R. Lahav, M. Tillmanns (Eds.). *Essays on Philosophical Counseling*, (s. 61–74). New York: University Press of America.
- Blass, R. (1996a). "Philosophical counselling and Zen: On the possibility of Self transcendence." *Journal of Chinese Philosophy*, Sayı 23, 277-90.
- Blass, R. (1996b). "The 'Person' in Philosophical Counselling vs. Psychotherapy and The Possibility of Interchange between the Fields." *Journal of Applied Philosophy*, sayı 1, 13, 3.
- Çotuksöken, B. (2002). *Felsefe: Özne-Söylem*. İstanbul: İnkılap Kitapevi
- Ertürk, İ. (2010). "Krizden Bir Yaşama Kültürü Çıkar mı?" *Yeni*, Sayı 1, 84-118
- Fischer, E. (2011). "How To Practise Philosophy As Therapy: Philosophical Therapy And Therapeutic Philosophy." *Metaphilosophy*, Sayı 42, 1-2.
- Jopling, D. (1996). "Philosophical counselling, truth and self-interpretation." *Journal of Applied Philosophy*, Sayı 13, 297-310.
- Lahav, R.(1993). "Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling." *The Journal of Applied Philosophy*, sayı 10 (2),243-252.
- Lahav, R. (1994). *Philosophical personal investigation in philosophical counseling*. Read at the First International Conferena on Philosophical Counseling, The University of British Columbia, July, 1994.
- Lahav, R. and Tillmanns, M. (1995). *Essays On Philosophical Counseling*. Lanham University Press of America.
- Lahav, R. (1996a). "What is philosophical in philosophical counselling?" *Journal of Applied Philosophy*, Sayı 13, 259-78.
- Lahav,R.(1996b). "Philosophical Counseling and Taoism: Wisdom and Lived Philosophical Understanding." *Journal for Chinese Philosophy*, Sayı 23, 259-276.
- Lahav, R (2001a). "Philosophical Counselling as a Quest for Wisdom." *Practical Philosophy*, Sayı 4, 1, 6-18.
- Marinoff, L. (1995). On the emergence of ethical counseling: Considerations and two case studies. R. Lahav & M. de Venza Tillmanns (Eds.), *Essays on Philosophical Counseling* içinde (s.171-192). Lanham, MD: University Press of America.
- Marinoff, L. (2012). *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*. Çeviren: Ezgi Başer. İstanbul: Profil Yayıncılık.
- Mehuron,K. (2004). The Depathologization of Everyday Life: Implications for *Philosophical Counseling*. *International Journal of PhilosophicalPractice*, 2, 3.
- Mehuron, K. (2009). "Supervision and Case Notes in Philosophical Counselling Practice." *Philosophical Practice: Journal of the American Philosophical Practice Association*, Sayı 4(2) 467-474.
- Mijuskovic, B. (1995).Some reflections on philosophical counseling and Psychotherapy. R. Lahav & M.d.V. Tillmans (Eds.), *Essays on Philosophical Counseling* içinde (s.101-120). New York: University Press of America.



- Norman, B. (1995). *Philosophical counseling: the arts of ecological relationship and Interpretation*. R. Lahav & M. Tillmans (eds.) Essays on Philosophical Counseling içinde (ss. 49-58). New York: University Press of America.
- Prins-Bakker, A. (1995). Philosophy in marriage counseling. R. Lahav & M.d.V. Tillmans (Ed.), *Essays on Philosophical Counseling* içinde (ss.135-151). New York: University Press of America.
- Raabe, P. B. (2000). *Philosophical Counselling: Theory and Practice*. Westport, CT: Praeger Publishers.
- Schefczyk, M. (1995) *Philosophical counselling as a critical examination of life- directing conceptions*. R. Lahav and M. Tillmans (eds) Essays on Philosophical Counseling içinde (ss.75-84) Lanham: University Press of America.
- Tuedio, J.A. (1998). "Philosophical Counseling As A Window On The Abstract Realities Of Everyday Life" California State University, Stanislaus Philosophical Counseling as a Window bildirileri
- Uygur, N.(2006). *Bunalımdan Yaşama Kültürü*. İstanbul:YKY.
- Uygur, N. (2012). *Kuram Eylem Bağlamı*. İstanbul:YKY.
- Uygur, N.(2012a). *Yaşama Felsefesi*. İstanbul:YKY.
- Veening, E. (1994). Metalogue in philosophical counseling. Read at the First International Conference on Philosophical Counseling, The University of British Columbia. July, 1994.