

William Mulligan

STOACININ EL KİTABI



İYİ BİR YAŞAM İÇİN
BASİT KURALLAR



Çeviri: Mehtap Özer Isović

Stoacılığa Hoş Geldiniz

Kapkara denizde dalgalar kabarmış, hava bozmaktaydı. Değerli yükler taşıyan gemi, denizde savruluyor ve muazzam bir şiddetle kayalara çarpıyordu, ta ki sonunda meşeden gövdesi daha fazla dayanamayana kadar. Korkunç gıcırta ve çatırtılarla gemi parçalandı ve taşıdığı yük, Ege Denizi'nin derinliklerinde kaybolup gitti.

Gemideki yükün sahibi öyle ya da böyle hayatta kaldı. Zengin bir tüccarken meteliksiz kalan Zenon, boğulmaktan zar zor kurtulmuş ve bitap düşmüş halde Atina şehrine vardı ve –gemi kazasından sağ kurtulan her insanın yapacağı gibi– bir kitapçıyı ziyaret etti. Tüm parasını kötü gitmiş bir deniz yolculuğunda tamamen kaybetmesine kahrolmak yerine kitapçının sahibisiyle son çıkan felsefi öğretiler hakkında sohbet etmeye başladı.

Zenon, belki de gemi kazasında sağ kalan tek kişi olmanın ve varoluş üzerine hararetli tartışmaların ortasında kalmanın şaşkınlığıyla, kendi felsefesini geliştirmeye koyuldu. Takipçileri, her gün antik dönem Atina'sının halka açık alanında bulunan bir revakta yani Stoa Poikile'de bir araya geldiği için Stoacılar diye tanındılar. (Stoacılık esasında Zenonizm olarak adlandırılmıştı ama her öğretmen kusurlu olabileceği ve felsefeleri muhtemelen bu isimle bir kişinin idolleştirildiği bir külte dönüşebileceği için kısa sürede öğretmenlerinin ismiyle anılmaktan vazgeçtiler). Zenon'un ölümünden sonra, su taşıyarak ve güreşerek geçinen, gücü ve sabrı nedeniyle “eşek” lakabıyla tanınan Kleantes, Sto-

acıların bir sonraki lideri oldu; ardından uzun mesafe koşucusu ve çok üretken bir yazar olan Hrisippos geldi. Yazdığı çok sayıda eser Stoacılığın yayılmasında önemli rol oynayan Hrisippos hayli kiskanılacak bir şekilde ölmüştür –incir yiyen bir eşekle alay ederken gülmekten ölmüştür. Ondandır bir süre sonra, Avrupa ve Afrika'yı gezip Dünya'nın çevresiyle Ay'ın gelgitlere etkisini hesaplayan atlet, astronom, matematikçi ve politikacı Posidonius geldi. Ünü sayesinde dünyanın dört bir yanından önemli isimler Stoacılık okuluna geldi.

Yaklaşık yüz yıl sonra, fiziksel engelli olmasına rağmen kölelikten kurtulup özgürlüğünü kazanan ve Stoacılığı teorik bir düşünceden pratik bir yaşam tarzına dönüştüren bilge Epiktetos geldi. Epiktetos, teorik eğitime o kadar karşıydı ki hiçbir şeyin yazıya geçirilmesine müsaade etmezdi –onun verdiği derslere dair bugün elimizde olan her şey, söylediklerini not alan hevesli bir öğrencisinin yazdıklarına dayanıyor. *Söylevler* ve *El Kitabı* isimleriyle bilinen eserlerde karşımıza çıkan bu notlar, iki bin yıl sonra bile faydalı olmaya devam ediyor. Epiktetos, bilişsel davranışçı terapinin kurucusu tarafından, bu yönetime etki eden başlıca kaynaklardan biri olarak gösterilmiştir.

Son büyük Stoacımız, Roma'nın son büyük imparatoru ve filozof kralı Marcus Aurelius'tur. Hayatı boyunca hastalığıyla mücadele etmiş; veba, savaşlar ve birçok çocuğunun ölümüyle baş etmiştir. Stoacı felsefe ve bu felsefe dahilinde kendi yaşamı üzerine, tamamen kendini geliştirmek amacıyla, kişisel notlar tutmuş ancak bu metin sonradan bir şekilde yayımlanmış ve o zamandan beri paylaşılmaya devam etmiştir. Hâlâ Stoacılığın en önemli metinlerinden biri olarak kabul edilen eser, yüzlerce sayfalık bilgelik, mücadele, bilgi ve tartışmaları içerir.

Sonraki yıllarda Stoacılık büyüyerek Antik Yunan ve Roma'da çok sayıda ünlü takipçi edinmiş ve kısa sürede bu ülkelerin ve ele geçirdikleri toprakların ötesine yayılmıştır. Hatta diğer bir-

çok felsefenin bastırıldığı Hristiyanlığın yükseliş döneminde bile varlığını sürdürmüştür. Stoacılığın “iyi” bir hayata giden yolu inşa etme, insanın karakterini geliştirme ve her gün iyi bir ruh haliyle yaşamaya inancı, dünya geneline ve birçok farklı kültüre yayılmıştır.

Stoacılığın binlerce yıllık tarihinde, birçok Stoacı filozof inançları yüzünden sıkıntılar çekmiştir: İmparator Domitianus, Stoacı lider Epiktetos da dahil olmak üzere tüm filozofları Roma'dan sürgün etmiştir. Öncesinde, Domitianus'un babası Vespasianus, daha da ileri giderek bilhassa Stoacı filozofları, öğrencilerini “uygunsuz öğretilerle” yozlaştırdıkları gerekçesiyle sürgün etmiştir. Musonius Rufus, Nero'nun sarayında Stoacı inançları nedeniyle öyle kuşkuyla karşılanmıştır ki bir değil, iki kez sürgüne gönderilmiştir.

Ne var ki, bu hayat derslerini başkalarına aktarmanın kendi varlıklarını sürdürmekten daha önemli olduğuna inanan Stoacı filozoflardan hiçbiri Stoacılığı öğretmeyi bırakmadı. Stoacıların hayatta nelere değer verdiğini keşfettikçe, iktidardakilerin “Belki de bu kadar çok şey satın almak ya da sahip olduğumuz bir parça güç için birbirimizle bu kadar çok savaşmak zorunda değilizdir,” demeye başlayan vatandaşlardan pek hoşlanmadığını anlamak kolaylaşıyor. Yalnızca korku ve tüketimcilikle insanları kontrol etmek isteyenler için içsel huzuru bulmuş korkusuz insanları etkilemek çok daha zor olmalı.

Ancak Stoacılık önemli bir sebepten dolayı bu kadar uzun süre devam etmiştir: Stoacı fikirler kolaylıkla uygulanabilir. Bunun birkaç anlamı vardır –Bir yaşam felsefesi olması, Stoacılığın esnek olduğu anlamına gelir. İnsanların çok farklı koşullarda ve durumlarda yaşadığını kabul edersek ne yiyeceğimiz, kimlerin dışlanacağı ya da neleri yapmanın yasak olduğu konusunda katı kurallar koymanın bir anlamı kalmaz. Kolaylıkla uygulanabilir olmak demek, Stoacılığın erişilebilir olduğu da anlamına gelir: Bu felsefeyi anlamak ve Stoacı bir yaşam sürmeye başlamak için

milyonlarca kelimeyi öğrenmek ya da insanlardan uzaklaşp kayıplara karışmak zorunda değilsiniz. Aslına bakarsanız, tanıdığım en Stoacı insanların bir kısmı, bu felsefeyi bırakın öğrenmeyi daha önce adını bile duymamış. Bahsettiğim yönleri, Stoacılığı inanılmaz derecede cazip kılar. İnsan Stoacılığa bugün başlayabilir ve yine bugün hayatında bir iyileşme görür. Stoacılık, ne vadediyorsa tam olarak onu yerine getirir ve bu felsefe tamamıyla gündelik uygulamalara yöneliktir. Bu yolu takip ettikçe insan daha çok Stoacı olup Stoacılığın zirvesine ulaşmaz. Bunun yerine iyi alışkanlıklar geliştirirsiniz, bu da doğru seçimler yapmanızı kolaylaştırır ve doğru seçimler size mutluluk getirir. Siz daha sabırlı, daha empati kurabilen ve daha bilge bir insan haline geldikçe etrafınızdakilerin hayatı da iyileşir. Her şey, kendimize küçük iyi alışkanlıklar kazandırma, şu dünyada nasıl yaşamak istediğimize karar verme ve bir Stoacı olarak büyüyüp gelişmek için bunları bir araya getirme fırsatını kendimize vermemizle ilgilidir.

Adına felsefe demesek de hepimizin kendi felsefesi vardır. Belki bu, insanlara nasıl davrandığımız ve başkalarının bize nasıl davranmasına izin verdiğimizle ilgilidir; belki de dünyanın şekline dair daha geniş bir bakış açısıdır. Bunu ifade edelim ya da etmeyelim, hepimiz yaşamımıza dair bir felsefe, bir davranış teorisi geliştiririz ve bu, nasıl yaşayacağımıza dair seçimlerimize yön verir.

Zenon, Stoacılık ile yeni bir şey icat etmedi –insanlar nasıl davrandığımız, neleri sevip sevmediğimiz ve her durumda bizi gelişip büyüten şeylere dair birtakım evrensel gerçekler arasında bağlantılar kurdu. Bu kitaptaki her bölüm, belki de artık unuttuğumuz bu evrensel gerçeklerden birini ele alıyor ve umuyorum ki bu gerçeklerden her biri, Stoacılıkla gelen o iç huzuru ve mutluluğu sizlere de biraz olsun getirir.

Bu kitap, kullanışlı bir hayat rehberi. Varoluş, inanç, ahlak ve benlik üzerine sorular sormanızı sağlayacak felsefe kitapları vardır ancak bu kitap, akademik bir teori incelemesi ya da kapsamı

bir tarih incelemesi değil. Bu kitap, daha huzurlu, daha mutlu ve herkes için daha iyi bir dünyada –daha adil, daha sakin, daha bilge ve daha keyifli bir dünyada– hayat sürmek için gündelik bir yaşam şablonu olarak tasarlandı. Amacı, en iyi ve en mutlu halinize ulaşmanız için gerekli araçları sunmak. Stoacılığı yalnızca belirli bir gruba özel ya da erişilmez hale getirmek istemiyorum; bu kitabın, Stoacı felsefenin ne kadar sade ve basit, erişilebilir ve insana neşe veren bir şey olduğunu herkese göstermesini istiyorum. Yüzlerce kitaptan çalışarak sınavlara hazırlanır gibi Stoacı olunmaz. Öyle ki, dünyadaki en Stoacı insanlardan bazıları bu felsefeyi hiç duymamış bile olabilir. Stoacılık, sadece “refah içinde” yaşamak için maddi imkânlarla ya da zamana sahip olan bir azınlık için değil, herkes için yaşamı iyileştirecek şekilde yaşamaktır. Her şeyin anahtarı da işte budur: Aslıolan yaşamaktır. Umarım bu kitabı beğenirsiniz, sonra da gidip Stoacı yaşamınızın tadını çıkarırsınız.