

**Araştırma Makalesi****Başvuru:** 08.06.2022**Kabul:** 09.07.2022**Atıf:** Bahadır, Murat. "Felsefi Düşünmenin İmkânı Olarak Yürümek: Düşünceye Yol Aldırmak İçin Yol Almak," *Temaşa Felsefe Dergisi* sayı: 18 (Aralık 2022): 17-35. <https://doi.org/10.55256/temasa.1127759>

# Felsefi Düşünmenin İmkânı Olarak Yürümek: Düşünceye Yol Aldırmak İçin Yol Almak<sup>1</sup>

**Murat Bahadır<sup>2</sup>**

ORCID: 0000-0002-8767-2322

DOI: 10.55256/TEMASA.1127759

## Öz

İnsanın dilsel ve düşünsel anlamda gelişmesinde önemli bir etken olarak yürümek hem fiziksel hem de düşünsel olarak bir yer değiştirme hareketidir. Felsefe tarihinde birçok filozofun düşünsel yolculuğunun aynı zamanda bir yürüme alışkanlığına bağlı olduğunu gözlemek mümkündür. Modern bilimi şekillendiren birçok bilim insanının yaşamında da yürümek bilimsel bilgi elde noktasında önemli bir yere sahiptir. Dolayısıyla hem felsefe hem de bilim tarihinde yürümeni, düşüncelerin gelişiminde önemli bir işleve sahip olduğu iddia edilebilir. Modern bilimde yürümenin düşünce ve zihinsel gelişim üzerine etkisi ile ilgili gerçekleştirilen deneysel çalışmalar da bu iddiayı destekler niteliktedir. Bu çalışmalardan hareketle yürüme ile düşünme arasında doğrudan bir neden sonuç ilişkisi kurulamasa da yapısal benzerlikler olduğu söylenebilir. Düşünmek, bir nevi kavramlar ile seyahat etmektir. Ancak insanın onu seyahate çıkaracak kavramları elde etmesini sağlayacak deneyim ve yolculuklara ihtiyacı vardır. İnsanın bu yolculuğa nerede (doğada, şehirde) ve nasıl (yürüyerek veya çeşitli ulaşım araçlarını kullanarak) çıktığı, insanın çevresi ile kuracağı ilişkinin şekillenmesinde belirleyici bir yere sahiptir. İnsanın yaşadığı mekanlar ve ulaşım araçları zamanla değişse de yürümek en saf insani eylem olarak insan yaşamının bir parçası olmaya devam etmiştir. Bu bağlamda çalışmada yürümenin düşünme üzerindeki etkisi, filozof ve bilim insanlarının çıkmış oldukları düşünsel yolculuklar üzerinden ortaya konulmaya çalışılacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Felsefe, Yürümek, Düşünmek, Şehir, Teknoloji, Doğa.

## Walking as a Possibility of Philosophical Thinking: Taking a Path to Lead Thought

### Abstract

As an essential factor in human beings' linguistic and intellectual development, walking is a movement of displacement both physically and intellectually. It is possible to observe that the academic journey of many philosophers in the history of philosophy also depends on a walking habit. Walking has an essential place in obtaining scientific knowledge in the lives of many scientists who shape modern science. Therefore, it can be claimed that walking in the history of both philosophy and science has an essential function in developing ideas. Experimental studies on the effect of walking on thinking and mental development in modern science also support this claim. Based on these studies, although a direct cause and effect relationship cannot be established between walking and thinking, it can be said that there are structural similarities. To think is to travel with concepts. However, one needs experiences and journeys that will enable him to acquire concepts that will take him on a journey. Where (in nature, in the city) and how (by walking or using various means of transportation) people go on this journey have a decisive role in shaping the relationship they will establish with their environment. Although the places where people live and the means of transportation have changed over time, walking has continued to be a part of human life as the purest human action. In this context, the effect of walking on thinking will be tried to be revealed through the intellectual journeys of philosophers and scientists.

**Keywords:** Philosophy, Walking, Thinking, City, Technology, Nature.

<sup>1</sup> Bu çalışma 9-11 Mayıs 2022 tarihleri arasında Erzurum'da düzenlenen I. Uluslararası Sosyal Bilimler Sempozyumu'nda sunulan bildirinin gözden geçirilmiş ve genişletilmiş halidir.

<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Erzurum Teknik Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Felsefe Bölümü. [murat.bahadir@erzurum.edu.tr](mailto:murat.bahadir@erzurum.edu.tr)

## Giriş

Gelişen teknoloji ile birlikte yaşamı kolaylaştırmak için üretilen araçlar, insanın giderek daha az hareket etmesine neden olmaktadır. Özellikle son yıllarda geliştirilen sanal gerçeklik<sup>3</sup> teknolojileri hareketi de sanallaştırmaktadır. Günümüz insan yaşamını karakterize eden bu hareketsizliğin neden olduğu biyolojik, psikolojik ve sosyal gibi farklı boyutlardaki sorunlardan en önemlisi, insanın gerçeklikten kopması ve düşünme gücünün zayıflamasıdır. Düşünme gücünün zayıflaması, biyolojik anlamda düşünme süreçlerinin bozulmasını, niteliksel anlamda ise üretilen düşüncelerin insanı ve çevreyi bütünsel olarak geliştirmeye-iyileştirmeye yönelik yetersizliğini ya da negatifliğini ifade etmektedir. Bu durum, günümüz insanının daha az düşündüğü ya da düşünemediği anlamına gelmemekle birlikte, yeni yaşam tarzının neden olduğu düşünme biçiminin kısıtlılığı ve yetersizliğini betimlemektedir. Kimileri için bu yaşam ve düşünme biçimi, düşünme tarihi açısından insanın en üst seviyesini temsil etmekteyken, kimileri için insanlığın yıkılışının açık bir belirtisinden başka bir şey değildir. Çalışmada insanlığın geldiği bu durumun neye karşılık geldiğini tespit etmekten ziyade, yürüme ile düşünme arasındaki ilişki, felsefe ve bilim tarihindeki farklı düşünürlerin düşüncelerinin gelişimi üzerinden açıklanmaya çalışılmıştır.

Tarihsel sürece bakıldığında insan göçebelikten yerleşik yaşama, tarım toplumundan endüstri toplumuna sürekli hareket halinde olmuştur. Yürüme ile başlayan bu serüven daha sonrasında insana daha fazla imkân sağlayacak yeni ulaşım araçlarının inşa edilmesi ile devam etmiştir. İnsanın çıplak elleri ve ayaklarıyla kurmaya başladığı uygarlık, daha sonraları insanın üretmiş olduğu araç-gereçler ve teknolojinin sağladığı imkanlar çerçevesinde şekillendirilmiştir. Ancak bu sürecin insanlığı nasıl bir geleceğe taşıdığı ile ilgili farklı düşünceler ileri sürülmektedir. Öyle ki yürümenin kültürel gelişimin ve varoluşun temeli olarak görüldüğü yerde yürüme imkanından yoksun kalınması ya da gelişen teknolojik araçlar neticesinde yürüyüşün terk edilmesi, insanın sadece spor gibi etkinliklerden değil insan olmanın gerektirdiği niteliklerden mahrum kalması demektir.<sup>4</sup> Çünkü geliştirilen teknoloji ile birlikte insanın çevresi ile daha doğrudan bir ilişki kurmasını sağlayan hareket, giderek daha dolaylı bir deneyime dönüşmüştür. Bu durum insanın kendi doğasında bulunan algılama, anlama, düşünme gibi güçlerin zayıflamasına ve üretmiş olduğu bu araçlara bağımlı hale gelmesine neden olmuştur. Böylece insanlık, birincil konumdan ikincil konuma geçen insanın üretmiş olduğu araçların gölgesinde kalmaktadır. İnsanı diğer canlılardan ayıran özelliğinin düşünme olarak kabul edildiği yerde Solnit'in dikkat çektiği insan olmanın gerektirdiği niteliklerden mahrum kalma iddiasının göstergelerinden biri, beyin hücrelerinin yok olmasının neden olduğu Alzheimer hastalığının yaygınlaşmasıdır.<sup>5</sup> Alzheimer hastalığının tedavisinde ilaçların yanı sıra düzenli olarak gerçekleştirilecek yürüyüşlerin hastalığın nedeni olan bilişsel fonksiyon kayıplarının önlenmesi, geciktirilmesi ve geliştirmesinde etkili olduğunu ileri süren çalışmalar Solnit'in iddiasını destekler niteliktedir.<sup>6</sup> Bununla birlikte insanın yürümek gibi biyolojik-fiziksel

<sup>3</sup> Kavram hakkında birkaç dakika durup düşünüldüğü zaman ilginç bir çelişki fark edilir ve akla şu soru gelir: gerçek olmayan gerçek ne demektir? Tıpkı suyun yakıcı (oksijen) ve yanıcı (Hidrojen) olan, yani birbirine zıt olan iki ayrı elementin bir araya gelmesi ile oluşması gibi sanal gerçeklik de gerçekte olmayan (sanal) ve gerçek gibi birbirine karşıt ve birbiri ile çelişen iki ayrı kavramdan oluşturulmuştur. Bu bağlamda kavram, teknoloji ile gerçekle bağı koparılan, ancak gerçek olmayanın içerdiği belirsizlikten çekinen insanın gerçek olan ile gerçek olmayan arasındaki ayrımı kaybetmesinin neden olacağı şizofreni yangınıının söndürücüsü konumundadır. Diğer bir ifadeyle insanlara dayanmaları gereken yeni bir gerçeklik vadeder.

<sup>4</sup> Rebecca Solnit, *Yol Aşkısı: Yürümenin Tarihi*, çev. Elvan Kıvılcım. (İstanbul: Encore Yayınları, 2016), 351-352.

<sup>5</sup> Bkz. Wei-Wei Chen, Xia Zhang and Wen-Juan Huang, "Role of Physical Exercise in Alzheimer's Disease," *Biomedical Reports* 4, sayı: 4 (2016). <https://doi.org/10.3892/br.2016.607>

<sup>6</sup> Bkz. Massimo Venturelli, Renato Scarsini and Federico Schena, "Six-Month Walking Program Changes Cognitive and ADL Performance in Patients With Alzheimer," *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias* 26, sayı: 5 (2011). <https://doi.org/10.1002/alz.1111>

imkanlarının mekanikleşmesinin neden olduğu düşünsel zayıflık, yapay zeka teknolojileri ile telafi edilmeye çalışılmaktadır. Ancak bu gelişme, her ne kadar insan düşüncesinin bir başarısı olarak görülse de düşünme, bu başarının kurbanı olacak gibidir. Tüm bu sebeplerden dolayı hareket etmenin en sağlıklı yolu olan yürümek, düşünme sürecinin de sağlıklı bir şekilde işleminin teminatı olarak görülebilir. Çünkü düşünmek salt zihinsel bir süreç değildir.

Sinirbilimcilere göre insanın kendisini diğer canlılardan ayıran düşünme kabiliyeti için beyin denilen bir organa sahip olmasının temel nedeni, hareket etme kabiliyetine sahip olmasıdır. Bununla birlikte beyin en temel ve kolay karşılanabilir ihtiyacı da hareket etmek yani yürümektir. Buradan hareketle insanın beden ve zihninin hareket etmek için tasarlanmış olduğu çıkarımı yapılabilir. Biyolojik olarak beynin algı ve bilinç düzeyinin açık olması da hareketlilik ile ilgili bir durumdur. Düşünebilme gücü, hareket etmenin neden olacağı beyin biyolojik yapısındaki değişiklikler ile beyin sinir hücreleri arasında kurulan bağlantı sayısının artmasıyla mümkündür. Dolayısıyla hareketsizlik ya da tek düze ve rutin faaliyetler düşünsel gelişimi olumsuz etkileyen, düşünme kapasitesini zayıflatıcı etkiye sahiptir.<sup>7</sup> Hareket halinde olmak ve hareket etmenin en ideal hali olan yürümek, insanın dilsel ve düşünsel anlamda gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Tarihsel süreçte patikaları, yolları, ticaret ağlarını şekillendiren yürümek, farklı kültürlerde farklı anlamlar taşımıştır. Ancak genel olarak zihin, beden ve dünyanın birbiri ile iletişim ve etkileşime girmesi olan yürümek zihin, beden, doğa ve kentin erozyonuna bir karşı çıkıştır.<sup>8</sup> Dolayısıyla her zaman bir yerden başka bir yere gitmekten daha fazlası olan yürümek, aynı zamanda sosyal bir fenomendir.<sup>9</sup> Bu bağlamda dünyayı şekillendiren eylemlerden biri olarak yürümek, bir nevi insanın evreni kendisi aracılığıyla, kendisini de evren aracılığıyla keşfetmesidir.<sup>10</sup>

Hayvanları doğanın geri kalanından ayıran şeyin kendi kendilerine hareket etmeleri olduğunu söyleyen Aristoteles, hareket etmenin daha yüksek kapasite ve gelişim ile bağlantılı olduğunu ifade etmiştir. Buna göre doğada gezinmek ve çevreyi keşfetmek, hipokampus gibi öğrenme süreçlerinden sorumlu beyin ilgili bölgelerinin gelişimini etkilemektedir. Dünyanın bilişsel haritalarının geliştirildiği beyin merkezindeki bu yapı, kendi kendine hareket kabiliyeti ve hafızanın gelişiminde derinden rol oynamaktadır. Diğer bir ifadeyle beyin, hipokampusün yavaş gelişimi (dolaşım yoluyla kendi kendine hareket) yoluyla yer öğrenme yeteneğine sahip olduktan sonra, anıları açık ve seçik olarak hatırlamaya başlar. Öyle ki kendi kendine hareket ve hafızanın bu karşılıklı bağımlılığı, bazı psikologlarca insanın erken çocukluğunu hatırlayamaması durumu ile açıklanmaktadır.<sup>11</sup> Dolayısıyla Seneca'nın dikkat çektiği gibi insan, yaşadığı dünyayı harekete geçirmek için önce kendisi harekete geçmelidir.

Yürüme ve düşünme arasında ilişkiye dair önemli çalışmalardan biri Oppezzo ve Schwartz'ın *Give Your Ideas Some Legs: The Positive Effect of Walking on Creative Thinking* (Fikirlerinize Biraz Ayak Verin: Yürümenin Yaratıcı Düşünme Üzerindeki Olumlu Etkisi) adlı çalışmasıdır. Çalışma çevreden bağımsız olarak yürümenin düşünsel süreçlerde geliştirici bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Buna göre ister dışarıda ister koşu

[doi.org/10.1177/1533317511418956](https://doi.org/10.1177/1533317511418956)

<sup>7</sup> Bkz. Sinan Canan, *Değişen Be(y)nim* (4. Baskı) (İstanbul: Tuti Kitap, 2017).

<sup>8</sup> Solnit, *Yol Aşk: Yürümenin Tarihi*, 19-22.

<sup>9</sup> Jeremy DeSilva, *First Step* (New York: Harper Collins Publishers, 2021), 203-204.

<sup>10</sup> Solnit, *Yol Aşk: Yürümenin Tarihi*, 53-54.

<sup>11</sup> Matthew B. Crawford, *Why We Drive* (New York: Harper Collins Publishers, 2020), 12-13.

bandında olsun yürümek, yeni fikirlerin üretilmesini geliştirmektedir. Bu gelişmenin etkisi de insanların yaratıcı çalışmalarını yapmak için oturdukları zamana kadar sürmektedir.<sup>12</sup> Dolayısıyla odalarında oturmak zorunda kalan düşünürlerin yürümesinin kesintiye uğratılması, yani beden zihin lehine ihmal edilmesi, zihin ile yürüme arasındaki karşılıklı bağımlılığı görmezden gelinmesi demektir. Bununla birlikte belli bir yürüyüşün ardından odasında oturan bir insanın yürüme deneyiminin arta kalan etkileri göz önüne alındığında, bacak hareketi ve dış uyurım, artan yaratıcılığın doğrudan nedenleri değildir. Bu, dolaşımdan kimyasal değişikliklere kadar değişebilen biyolojik ve de ruhsal araçları içermektedir. Fiziksel egzersiz, ruh halini iyileştirme ile bağlantılıdır ve olumlu ruh halindeki bir artış, farklı düşünmeyi iyileştirebilir. Dolayısıyla yürüyüş yapmak, çağrışımsal hafıza üzerinde güçlü bir etkiye sahip olmakla birlikte her bir kişinin benzersiz çağrışım ağında dokunan yeni fikirlerin geliştirmesinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu bağlamda felsefi düşüncenin geliştirilmesinde filozofların analogiler, metaforlar kullanması ve imgelere başvurmaları, yürümenin çağrışımsal hafızanın aktivitesini arttırmış olabileceği ile açıklanabilir.<sup>13</sup> Bu bağlamda yürümek, belki düşünmek için şart değildir, ancak kesinlikle bu konuda insanlara yardımcı olmaktadır. Beyni değiştiren bir olgu olarak yürümek, sadece yaratıcılığı değil hafızayı da etkilemektedir. Öyle ki dışarıda yapılacak herhangi bir yürüyüş, beynin kilidini açma potansiyeline sahip bir eylemdir.<sup>14</sup> Dolayısıyla yürümek, zihni boşaltmak için değil esasında zihni doldurmak, karmaşık halde duran fikirleri düzenlemek ve böylece rahatlamak, hatta bu düzenleme ile yeni fikirlere yer açmak için gereklidir.

Görünüşte fiziki anlamda bir yer değiştirme hareketi olan yürümek, aynı zamanda düşünsel anlamda da yer değiştirmedir. Yürümek gibi düşünmek de sürekli bir dengesizlik ve ardından gelen denge arasında gidip gelme, düzensizlik ve düşme halinin düzeltilmesi, iyileştirilmesi çabasının döngüsel olarak tekrarlanması sürecidir. Fiziksel ve düşünsel anlamdaki bu yer değişikliği, bu düşme ve dengesizliği göze alma cesareti ile mümkündür.<sup>15</sup> Alman felsefeci Karl Gottlob Schelle'ye göre hem fiziksel hem de entelektüel bir etkinlik olarak yürümek, bedene iyi gelmekle birlikte daha çok zihne iyi gelen bir eylemdir. Kendi güzergahı ve ritmini belirleme imkânı sağlayan yürümek, insanın kendi ile baş başa kalması ve kendisine özgü düşünceleri geliştirebilmesini sağlaması açısından önemli bir deneyimdir.<sup>16</sup> Düşünmek bir tür yolda olmak demektir. İnsan yürürken kimi zaman etrafını saran gerçekliğe, kimi zaman ise sadece yürüdüğü yola ve ayaklarına odaklanır. Eğer yol düz, rahat ve güvenli ise birinci seçenek, yol zorlu ve engebeli ise ikinci seçenek gerçekleşir. Dolayısıyla insan yürüdüğü yolun şartlarına göre kimi zaman çevresine kimi zaman kendisine odaklanıldığı gibi düşünme sürecinde de kimi zaman etrafını saran gerçekliğe kimi zamanda bu gerçeklik ile mücadele edebilecek gücü toplayabilmek için kendisine ve kendi düşüncelerine odaklanır. Bu iki süreç karşılıklı olarak birbirinin gelişmesini desteklemekte ve birbirini şekillendirmektedir. Nasıl ki yürümek yürünen yola etki etmek ve yola bir iz bırakmaksa, herhangi bir şey üzerine düşünmek de o şeye etki etmek ve üzerinde değişiklik yapmaktır. Bu bağlamda insanın yaşamadan, görmeden, deneyimlemeden, gerçeklik ile temas etmeden ve kendisi ile baş başa kalmadan düşüncelerini dile getirmesi, Henry David Thoreau'un ifadesiyle "Yaşamak için

<sup>12</sup> Marily Oppezzo and Daniel L. Schwartz, "Give Your Ideas Some Legs: The Positive Effect of Walking on Creative Thinking," *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition* 40, sayı: 4 (2014): 1142. <https://doi.org/10.1037/a0036577>

<sup>13</sup> Oppezzo and Schwartz, "Give Your Ideas Some Legs: The Positive Effect of Walking on Creative Thinking," 1148-1149.

<sup>14</sup> DeSilva, *First Step*, 224-225.

<sup>15</sup> Roger-Pol Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, çev. Yavuz Baran. (İstanbul: Hep Kitap, 2017), 13-20.

<sup>16</sup> Frederic Gros, *Yürümenin Felsefesi* (8. Baskı), çev. Albina Ulutaşlı. (İstanbul: Kolektif Kitap, 2018), 143.; David L. Breton, *Yürümeye Övgü* (5. Baskı), çev. İsmail Yerguz. (İstanbul: Sel Yayıncılık, 2019), 75.

ayağa kalkmamışken, yazmak için oturmak nasıl da beyhudedir.”<sup>17</sup> Benzer şekilde Friedrich Nietzsche de şöyle yazar: “... yorgunluk nedir bilmeden o dağ benim, bu dağ benim, yedi sekiz saat dolaşabiliyordum. İyi uyuyor, bol bol gülüyordum, -bundan daha dinç, daha sabırlı olamazdım.”<sup>18</sup> Yine Rousseau da “... ne zaman sokağa ayağımı atsam, çevremde yürek parlayıcı konulara rastlıyorum.”<sup>19</sup> sözleri yürüme ile düşünme arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Bu bağlamda yürüyerek bir mekândan başka bir mekâna geçmek aynı zamanda bir düşünceden diğere geçişi hem de yeni düşüncelerin ortaya çıkışını tetikleyen bir yolculuktur. Bu yolculukta insanın karşısına çıkan her manzara üzerine düşünmek için gerekli olan yavaşlık ya da kendi ile baş başa kalabilme imkânı yürümenin düşünürler açısından sağladığı en büyük faydadır.<sup>20</sup>

Her yürüyüş düşünmeyi şekillendiren ya da düşünmeye etki eden bir yürüyüş olmadığı gibi farklı yürüyüşlerin şekillendirdiği düşünceler de aynı zamanda yürüyüşe etki ederek yürümenin işlevi ve anlamını değiştirmiştir. En temelde yürümek, düşünceleri okumak, tekrar etmek, yaymak ve benimsenmesini sağlamak için değil, yeni düşüncelere yelken açmak için bir imkandır. Mevcut düzen, uygulama, kabul ve dayatmaların neden olduğu karmaşıklıklardan ve sıkıcılığın uzaklaşmanın bir aracı olarak yürümek, aynı zamanda uzaklaşılan şeylere karşı yeni alternatifler aramanın bir yoludur. Yürümek için insanın yanına alacağı en iyi şey kitaplar değil, defterlerdir. Bu bağlamda derinlemesine düşünme faaliyeti içerisinde olan filozoflar için yürümek önemli bir etkinliktir. Öyle ki felsefe tarihinde birçok filozof, analiz-sentez gibi düşünsel süreçlerin ilerlemesi ile yürüyüşe bağlı bir ilerlemeyi birbiri ile bağlantılı görmüş ve yürüyüşleri sırasında veya yürüyüşleri sonrasında not ettikleri düşünceler ile büyük eserlere imza atmışlardır. Antik Çağ’dan modern döneme birçok düşünür, düşüncelerine odaklanmak ve onları yazıya dökmek için kentlerin atmosferinden uzaklaşarak kendisi ile baş başa kalacağı yürüyüşler için doğaya çekilmişler ya da şehirlerde kendi yürüyüş güzergahlarını oluşturmuşlardır.

## 1. Antik Yunan’dan Modern Çağ’a Yürüme ve Düşünme

Yolların birbirine bağladığı şehirler, limanlar, meydanlar ve pazarlar ticari değişim ve pazarlama faaliyetlerin gerçekleştirildiği toplanma merkezleri olmasının yanı sıra farklı kültür ve düşüncelerin buluşma yerleri olarak bu düşüncelerin pazarlandığı ve birbirini şekillendirdiği takas yerleridir.<sup>21</sup> Dolayısıyla uygarlıkların ve düşüncelerin oluşmasında yol, önemli bir işleve sahip olmuştur. Antik Yunan’da MÖ 800 civarında dini amaçlar ve ulaşım için özel yolların inşa edildiğine dair kanıtlar olsa da Roma’da olduğu gibi seyahat ve ulaşım için gelişmiş ve sistematik bir yol ağı yoktur. Ancak bu eksiklik, yerel ticareti veya ihracata yönelik büyük ölçekli üretimi pek engellememiştir. Erken zamanlarda, özellikle belirli bölgeler ve uzak bölgeler arasında düzenli bağlantılar sağlayan deniz ulaşımı sayesinde canlı bir ticaret ve etkileşim gerçekleştirmişlerdir.<sup>22</sup> Yunan şehirleri siteler, farklı kültürlerden ticari ürünler ile birlikte farklı düşüncelerin toplandığı bir merkez konumundadır. Bu, o dönemdeki düşüncelerin Yunan filozofların ayağına gelmesi demektir. Öyle ki deniz yoluyla ile uzun yolculuklara çıkanlar olmakla birlikte bu dönemdeki filozofların yürüyüşlerinin çoğu döngüsel ve de

<sup>17</sup> Bkz. Henry D. Thoreau, *The Journal of Henry David Thoreau (1837-1867)* (New York: NYRB Classics, 2009).

<sup>18</sup> Friedrich Nietzsche, *Ecce Homo* (2. Baskı), çev. Can Alkor. (İstanbul: İthaki Yayınları, 2003), 89.

<sup>19</sup> Jean J. Rousseau, *Yalnız Gezerin Düşleri*, çev. Reşat Nuri Darago. (İstanbul: MEB Yayınları, 1999), 132.

<sup>20</sup> Solnit, *Yol Aşk: Yürümenin Tarihi*, 21-23.

<sup>21</sup> Italo Calvino, *Görünmez Kentler* (30. Basım), çev. Işıl Saatçioğlu. (İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2021), 13.

<sup>22</sup> Lukas Thommen, *An Environmental History of Ancient Greece and Rome*, trans. Philip Hill. (Cambridge: United Kingdom at the University Press, 2012), 22.



kısa mesafeliydi. Antik Yunan'da düşüncenin geliştirilmesi ve dile getirilmesinde yürüyüş yapmak, önemli bir etkinlik olmasının yanında genel olarak site içerisindeki yollarda gerçekleştirilen bir eylem olmuştur. Bunun sebebini Yunan düşüncesinin doğa anlayışında, doğa karşısında insanın kendisini konumlandırma çabasında bulmak mümkündür.

Antik Çağ'da yürümek denilince muhtemelen ilk akla gelecek olan ve yapmış oldukları iş gereği gezginlikleri ile ünlü olan Sofistlerdir. Diğer insanların maddi şeylere olan bağlılığı onları sabit bir yere bağlı kılarken, düşüncelere olan bağlılığı nedeniyle sofistlerin bu hareketliliği, onları bir yerde kalmaktan ziyade yürümeye-seyahat etmeye itmiştir. Dolayısıyla insanlardan ayrı olarak sofistlerin düşünceye olan bağımlılığı, bağımsız olmayı gerektiren bir bağlılıktır. Antik Yunan'da düşünme ile yürüme arasında ilişki kurulmasının yanı sıra yürümek, bir sosyalleşme ve sohbet etme aracı olarak da önemli bir işleve sahip olmuştur.<sup>23</sup> Diogenes Laertios'un *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri* eserinde yaşam hakkında konuşan ancak ölüme mahkûm edilen ilk filozof olarak bahsettiği Sokrates, katılmış olduğu askeri seferlerin dışında Atina'yı terk etmemiş, Atina sokaklarındaki yürüyüşleri esnasında karşılaştığı insanlarla yaptığı sohbetler ile doğrunun peşinde olmuştur.<sup>24</sup> Kötülük ve huysuzluğu ile meşhur olan Sokrates'in eşi Xanthipe, evde çıkarmış olduğu huzursuzluklar ile Sokrates'in evden uzaklaşmasına ve Atina sokaklarında saatlerce dolanmasına neden olmuştur. Belki de Sokrates, eve erken dönmek için yürüyüşlerini mümkün olduğunca uzatmıştır. Sokrates evde masa başında kalsaydı bu üne belki de kavuşamayacaktı çünkü onu Sokrates yapan kamusal alandaki yürüyüşleri esnasında gerçekleştirdiği sohbetlerdi.<sup>25</sup> Sokrates'in bu sohbetler esnasındaki yürüyüşü, belli bir ritmi olmayan ve kimi zaman da uzun duraklamalar içeren bir yürüyüştür.

İlk filozofların doğaya dair nasıl sorusuna vermiş olduğu cevapları tatmin edici bulmayan ve de kendisini doğayı bilme konusunda başarılı görmeyen Sokrates, doğa hakkında sahip olunacak nasıl sorusunun cevabı olan bilgilerin insanı daha bilge kılmayacağını düşünmüştür. Sokrates'e göre akıl, doğanın arkasındaki yer alan gücün doğayı var etme amacına ulaşamamasına karşılık, insanın oluşturmuş olduğu toplumun arkasındaki amaca ulaşılabilir güce sahiptir. Bu da Sokrates'in ilgisini insanın yaşamdaki amacının ne olduğu sorusuna yöneltmiştir. Doğaya uygun yaşamın temel alındığı bir kültürde asıl derdi insan olan Sokrates'in yürüyüşünün mekânı sitelerdir. Bunun içinde yürüyüşlerini daha çok insan ile karşılaşabileceği şehir meydanları, pazar ve spor yerlerinde yapmayı tercih etmiştir. Site içindeki Sokrates'in bu yürüyüşüne insanın merakını canlı tutacak bir yığın olay ve kimi zaman hüznü kimi zaman hayallere daldıran insanlar eşlik etmiştir.<sup>26</sup> Sokrates'in bu tavrı Platon'un *Phaidros* diyalogunda açık bir şekilde ifade edilir. Diyalog, Sokrates'in şehrin dışına doğru yürüyüşe çıkan Phaidros ile karşılaşması ile başlar. Doğadaki yolların şehrin yollarına göre daha az yorucu olduğunu dile getiren Phaidros, bu yürüyüşte Sokrates'e kendisine eşlik etmesini ister. Bu teklife olumlu cevap veren Sokrates, Phaidros ile bir süre yürüdükten sonra büyük bir ağacın yanına gelirler ve Sokrates burası için:

<sup>23</sup> Solnit, *Yol Aşkısı: Yürümenin Tarihi*, 34-37.

<sup>24</sup> Diogenes Laertios, *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri* (8. Baskı), çev. Candan Şentuna. (İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2019), 75-76.

<sup>25</sup> Wilhelm Weischedel, *Felsefenin Arka Merdiveni* (7. Baskı), çev. Sedat Umran. (İstanbul: İz Yayıncılık, 2014), 32-33.

<sup>26</sup> Breton, *Yürümeye Övgü*, 104.; Francis M. Cornford, *Sokrates Öncesi ve Sonrası*, çev. A. M. Celal Şengör ve Senem Onan. (İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2015), 22-26.; Felix M. Ibanez, *Felsefe Öyküleri* (2. Baskı), çev. Hamide Koyukan. (Ankara: İmge Kitapevi, 1998), 42.

Hera aşkına! Dinlenmeye ne kadar da uygun bir yer. Ağaç epeyce geniş ve yüksek, uzunluğu ve gölgesi çok hoş, ayrıca dalındaki çiçekler sayesinde her yer güzel kokularla dolu. Ağacın altından akan su da soğuk, sanki tam da ayaklarımın istediği şekilde.... Ayrıca güzel de bir esinti var, bu da insanın içini huzurla dolduruyor. Bir yandan ağustosböcekleri koro halinde ses çıkarıyorlar, çimenler ise yattığımız zaman kafamızı rahatça üzerine koyabilecek kadar güzel uzunlukta. Evet sevgili Phaidros! Yabancı birini gerçekten de güzel bir yere getirdin.<sup>27</sup> şeklinde bir değerlendirmede bulunur. Sokrates'in bu değerlendirmesine karşılık Phaidros ise "Sen inanılmaz derecede dikkat çekici ve tuhaf bir insansın. Sanki buralı değilmiş gibi, kendisine rehber olunan bir yabancı gibi konuşuyorsun. Sanırım hiçbir zaman şehrin surlarının dışına çıkmadın, hiçbir zaman nehrin sınırlarını da aşmadın." diye karşılık verir. Onun bu gözlemi karşısında ise Sokrates şu şekilde cevap verir: "Sevgili dostum beni affet! Ben her zaman öğrenmeye çalışan bir insanım. Kırılarda ya da ağaçlarda bir şey öğrenme şansım yok ama kentlerdeki insanlardan bir şeyler öğrenebilirim."<sup>28</sup> Doğadaki patikalarda yürüyüşleri yapmak yerine sitelerin yollarında kendi patikalarını oluşturan Sokrates, insanların her gün sitenin yollarında otomatik şekilde yürümelerinin aksine düşünsel anlamda yaşamlarını sorgulamalarını sağlayacak bir bilinçlilik ile kendi yaşam yollarını oluşturmalarına katkı sunmayı amaçlamıştır.

Yürümenin düşünme üzerindeki etkisini açıklayabilmek adına ele alınması gereken filozoflardan biri de Sokrates'in düşüncelerini yazmış olduğu diyaloglar aracılığıyla kalıcı hale getiren Platon'dur. Sokrates'in ölümünden sonra, Atina'yı terk eden Platon, 12 yıl boyunca Mısır'dan İtalya'ya kimi uzun gemi seyahatleri ve yürüyüşler gerçekleştirmiştir.<sup>29</sup> Aristokrat bir aileden gelen Platon, şiir ve savaş ile ilgili eğitimler almış, siyaset ile ilgilenmiştir. Atina'daki kısıtlı imkanlardan uzaklaşabilmek için Afrika ve İtalya'daki Yunan kolonilerine seyahatler gerçekleştirmiştir. Özellikle de siyaset ile ilgili düşüncelerini hayata geçirebilmek adına siyasi danışmanlık görevi için Siraküza'ya birçok kez gitmiştir.<sup>30</sup> Megara'ya Eukleides'in yanına, Kyrene'ye Matematikçi Theodoros'un yanına, İtalya'ya Eurotos'un yanına, oradan da deniz yoluyla Mısır'a gitmiştir.<sup>31</sup> Bu seyahati esnasında Mısırlıların gelenek ve inançlarının kendisine yabancı geldiğini ifade eden Platon'a göre onların adil olduğu tek şey her insanın hangi işle uğraşacağına doğuştan belli olmasıydı. Bu gözlemlerinden hareketle adalet düşüncesini şekillendiren Platon, Pers din adamları olan Maglar'la buluşmayı da istemiş ancak, savaş tehlikesinden dolayı bundan vazgeçerek Atina'ya dönmüştür. Burada kent dışında ağaçlı bir gymnasium olan Akademeia'ya yerleşmiştir. Platon'un hem Atina dışında hem de Atina'da kurmuş olduğu okulda öğrencileri ile gerçekleştiği tüm bu yürüyüş serüveninde tuhaf bir ikilik vardır: "Yürür, bakar, dinler, insanlarla konuşur, ama içi onlarla değildi; bütün dikkati kendi içine yönelmişti."<sup>32</sup> Gençliğinde çok saygılı ve terbiyeli biri olarak bilinen ve kahrkaha bile atmadığı söylenen Platon'un yaşamı, çeşitli komedyalar ozanlarının eserlerine konu edilmiştir. Öyle ki Aleksis, *Meropis* adlı eserinde Platon'un yürüyüşünü "Tam zamanında geldin, çünkü ne yapacağımı bilmeden, Platon gibi bir aşağı bir yukarı gezinip hiçbir bilgeliğe yakalayamadım, ama bacaklarım yoruldu." şeklinde alay konusu etmiştir.<sup>33</sup>

<sup>27</sup> Platon, *Phaidros*, çev. Furkan Akderin. (İstanbul: Say Yayınları, 2017), 29-30.

<sup>28</sup> Platon, *Phaidros*, 30.

<sup>29</sup> Jacop Burckhardt, *Yunan Kültür Tarihi*, çev. Nur Nirven. (İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2020), 365.; Ibanez, *Felsefe Öyküleri*, 45.

<sup>30</sup> Martin Cohen, *Felsefi Masallar*, çev. S. Aktuyun ve M. Yalçinkaya. (İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2018), 31.

<sup>31</sup> Laertios, *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri*, 132.

<sup>32</sup> M. İlin ve E. Segal, *İnsan Nasıl İnsan Oldu* (12. Baskı), çev. Ahmet Zekerya. (İstanbul: Say Yayınları, 2001), 223-224.

<sup>33</sup> Laertios, *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri*, 141-142.

Yolculuğa çıkmak için gerekli koşulları sağlamak adına yaşamış oldukları bazı ekonomik ve sosyal yoksunluklara ve yolculuk esnasında karşılaştıkları tehlikelere karşın antik Yunan dünyasındaki birçok filozof, o zamanki bilinen coğrafyada çok fazla seyahat etmeyi göze almışlardır. Pythagoras gibi çokça seyahat eden düşünürlerden biri olan Ksenophanes, yaşamından söz ederken 67 yıl dolaştığını dile getirir. Benzer şekilde Demokritos da o dönemdeki hemen hemen birçok insanın görmediği yerleri kendisinin gördüğünden, bu yerlerdeki bilginlerden en çok dersi kendisinin aldığından ve Mısır'da pirlere beş yıl kaldığından bahseder.<sup>34</sup> Antisthenes'in de anlattığına göre Demokritos, zaman zaman mezarlıklarda kendi başına dolaşmaya çıkar, bu yürüyüşlerinde aklına gelen düşünceleri ve imgeleri çeşitli şekillerde sınamaya tabi tutardı.<sup>35</sup> Yunanistan'da bir liman kenti olan Pire şehrinde öğrencileri ile birlikte Sokrates'i dinlemek için 7,5 km yol giden Antisthenes, Kinik okulunun kurucusudur.<sup>36</sup> Antik Yunan'da gerçek anlamda yürüyenlerinden biri de kiniklerdir. Bir siteden diğerine bir meydandan diğer meydana sürekli yollarda olan kinikler, her zaman aylakça sokak sokak gezerlerdi. Bu yürüyüşlerinde doğaya uygun yaşamın gerektirdiği fazlalıklardan arınmış bir şekilde yerleşik toplumun, site hayatının gerektirdiği uzlaşmalar, alışkanlıklar, hırslar gibi her türlü yapay unsuru eleştirir, yargılar, alay ve aşağılama konusu yaparlardı.<sup>37</sup>

Yunanca yürüyen anlamına gelen *peripate* kavramından hareketle kurmuş olduğu okulunda yürüyerek ders verme yöntemini geliştiren Aristoteles, bu çağda yürümesi ile ön plana çıkan önemli düşünürlerdendir. Babası gibi hekim olmak yerine Atina'ya gitmek isteyen Aristoteles, Atina'ya gitmesi halinde ne yapması gerektiği ile ilgili danıştığı kâhin, ona felsefe öğrenmesi gerektiğini söyler. Dolayısıyla onun Atina'ya gitmek için çıkmış olduğu bu yolculuk, felsefe için çıkmış olduğu ilk yolculuğudur. Öyle ki bu dönemde felsefe öğrenmek, herhangi bir mesleğe sahip olmak isteyen birisinin ilk olarak ilgilenmesi gereken bir uğraş olmuştur.<sup>38</sup> Aristoteles daha çocukken bitki bilimci babası ile yapmış olduğu yolculuklarla doğayı keşfetmiştir. Böylece iyi bir gözlemci haline gelmiş ve bu özelliği sayesinde gerçekleştirdiği seyahatlerde biyoloji alanında canlıların sınıflandırılması konusunda başarılı çalışmalar gerçekleştirmiştir.<sup>39</sup> Gerçekleştirmiş olduğu bir dizi seyahatten sonra Atina'ya dönen Aristoteles, Lykeion (lise) adına bir okul kurar. Kurmuş olduğu bu okulda spor zamanına kadar öğrencileri ile yürüyüşler gerçekleştiren Aristoteles hem Lykeion'da hem de buraya gidiş-geliş yolundaki yürüyüşlerinde düşüncelerini oluşturmaya ve anlatmaya başlamıştır. Sofistler gibi döngüsel bir yürüyüş sergilememiş olan Aristoteles, sitenin meydanında ve buralardaki yürüyüş alanlarında dolaşmıştır.<sup>40</sup>

Antik Yunan'dan farklı olarak Roma döneminde *cursus publicus* (kamu yolu) olarak adlandırılan organize ve gelişmiş bir ulaşım ağı geliştirilmiştir. Roma devletini karakterize eden bir sembol olan ve devlet ile yerel bölgeleri birbirine bağlayan yol, bu dönemde büyük ölçeklerde inşa edilmiştir.<sup>41</sup> Roma döneminin aksine küçük sitelerden oluşan Antik Yunan döneminde büyük karayolu ulaşım ağları yoktu. Bu dönemde ulaşım daha çok deniz yoluyla yapıldı ve ticaret amaçlı kullanılmaktaydı. Yunan ve Roma dönemi arasındaki bu

<sup>34</sup> Burckhardt, *Yunan Kültür Tarihi*, 364.

<sup>35</sup> Laertios, *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri*, 433-434.

<sup>36</sup> Laertios, *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri*, 252.

<sup>37</sup> Gros, *Yürümenin Felsefesi*, 116-117.

<sup>38</sup> Weischedel, *Felsefenin Arka Merdiveni*, 56.

<sup>39</sup> Cohen, *Felsefi Masallar*, 38-39.

<sup>40</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 44-46.

<sup>41</sup> R. Laurence, "The meaning of roads: a reinterpretation of the Roman Empire" in *Travel, Pilgrimage and Social Interaction From Antiquity to The Middle Ages*, ed. Jenni Kuuliala and Jussi Rantala (New York: Routledge, 2020), 38.



farklılık onların düşünsel ve sosyal yapısına da yansımıştır. Antik Yunan'a göre ulaşım sisteminin oldukça ileri taşındığı Roma döneminde yol, farklı amaçlar ve işlevler için kullanılmıştır. Antik Yunan'da genel olarak hakikate ulaşmak, öğrenmek ve yaşamın anlamını yakalamak için düşünceyi harekete geçiren düşünsel bir yolculuk olarak görülen yol ve yürümek, Roma döneminde coğrafyaya hâkim olmak için gerçekleştirilmesi gereken seküler bir olgu olarak görülmüştür. Bu bağlamda yol, coğrafya üzerindeki emperyal gücü temsil etmekteydi ve yollar sadece imparatorluğun çeşitli kısımlarını birbirine bağlamakla kalmıyor, aynı zamanda devlet ile halk arasındaki bağlantıyı da temsil ediyordu. Roma yolları, devlet ve halkı birçok sembolik yolla birbirine bağlamakla birlikte hükümdarlar ve halkların somut bir etkileşimi için de birçok araç sağlamıştır.<sup>42</sup> Bununla birlikte yolun önemli bir işleve sahibi olduğu Roma'da yürüyüş, insanın kim olduğunu tanıtan bir kartvizit olarak değerlendirilmiştir.<sup>43</sup>

Yürümek, yürünecek yolun varlığı ya da yokluğu ile ilgili bir durum olmaktan ziyade yolun nasıl görüldüğü, dolayısıyla da o dönemde hâkim olan zihniyet ve bilinç ile ilgili bir durumdur. Antik Yunan'da daha çok teorik ve felsefi düşünce gelişirken Roma döneminde pratik ve teknik anlamda gelişmelerin ortaya konulması, bu durumun bir göstergesi olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda antik Yunan'da yaşanan dünyanın anlaşılmaya çalışıldığı yerde Roma döneminde dünyaya hükmetmek esas amaç olmuştur. İşgal edilen yerlerin yönetimi için yolların inşa edildiği Roma döneminde Yunan'a kıyasla felsefi düşünme çok fazla gelişim göstermemiştir. Bu durumun Romalı filozofların yürüyüş düşüncelerine de etki etmiştir. Öyle ki stoacıların en önemli temsilcilerinden olan Epiktetos, kendisini oturarak dinleyen bir kitleye hitap etmiştir. Benzer şekilde Romalı epikürosçular ağaçların gölgelendirdiği büyük bahçelerde düşüncelerini dile getirmişlerdir.<sup>44</sup> Bununla birlikte yürümek ve düşünmenin karşılıklı olarak birbirini etkilediğini ifade eden Seneca için yaşam, insanın kendi ritminde doğa ile iç içe yürümesidir. Ona göre belli bir amaç, zorunluluk, kalabalık ve telaşın aksine yürüyüş, belirlenmiş bir yol güzergahı olmadan, tek başına, özgün bir tempoda ve konsantre olmuş bir şekilde doğa ile iç içe yapılmalıdır.<sup>45</sup> Antik Yunan filozofların genel olarak site içerisinde diğer insanlarla birlikte gerçekleştirdiği yürüyüşlere karşın Roma döneminde yürüyüşler, insanın kendi ile baş başa kalacağı doğaya kaymıştır.

Roma döneminde Hristiyanlığın resmi din olarak kabul edilmesi ile pagan olarak ifade edilen düşünce ve inançların terk edildiği Orta Çağ'da, seküler amaca hizmet eden araç ve eylemlerde bir kenara konulmuştur. Yeni bir çağın başlangıcını hazırlayan bu değişimler ile birlikte yol ve yürümenin anlamı ve işlevi de değişmiştir. Roma'dan kalma yolların kullanıldığı ve yeni yollar inşa edilmediği Orta Çağ'da yola dair böyle bir bakış sergilenmesinin sebebi, toplumsal yapıda ve onun evriminde aranmalıdır. Oldukça uzun bir tarih dönemi boyunca, insanlar çoğunlukla şehir devletlerinde örgütlenmiş, kendi kendine yeterli olacak şekilde ticaret ve hareketlilik için sınırlı ihtiyaç sergilemişlerdir.<sup>46</sup> Bu bağlamda yol, tapınma ve ibadet yerlerine ulaşmak ve de dini yayma amacıyla kullanılmıştır. Hakikatin bilgisine sadece tanrı sahip olduğu için yürümek, hakikati aramak için değil yaymak için kullanılmıştır. Hristiyanlık inancına göre insan, geçici olan bu dünyadan geçen bir yolcudur. Dolayısıyla insan bu dünya ile ilgili işler ile çok fazla meşgul olmamalı, asıl yurduna ulaş-

<sup>42</sup> J. Kuuliala and J. Rantala, "Introduction" in *Travel, Pilgrimage and Social Interaction From Antiquity to The Middle Ages*, ed. Jenni Kuuliala and Jussi Rantala (New York: Routledge, 2020), 3-4.

<sup>43</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 55.

<sup>44</sup> Gros, *Yürümenin Felsefesi*, 116.

<sup>45</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 56-57.

<sup>46</sup> A. Mouratidis and F. Kehagia, "On the Track of Road Evolution," *Journal of Infrastructure Development* 6, sayı: 1 (2014): 5.

masını sağlayacak eylem ve işler ile meşgul olmalıdır. Bu bağlamda yürümek, hac ibadeti gibi kutsal mekanlara ulaşmak ya da dini yaymak için gerçekleştirilmesi gereken süreç odaklı değil amaç odaklı bir eylemdir. Bu amaç dışında yürümek veya bir manastırdan diğerine gerçekleşen göçebe keşiş vari dini yürüyüşler dahi pek tasvip edilmemiştir. Bunun yerine belli bir manastırda inzivaya çekilerek dua ve ibadet ile meşgul olmak daha değerli görülmüştür.<sup>47</sup> Bu durum düşünsel alanda çok da verimli olmayan bir çağın yaşanmasına neden olmuştur. Ancak düşünsel anlamda bu çağda ön plana çıkan düşünürlerin yaşamında yürümenin önemli bir yere sahip olduğunu gözlemlemek mümkündür. Öyle ki Orta Çağ'daki baskın dini atmosfere karşılık, felsefi ve de empirist bir eğilime sahip olan Fransisken tarikatının bir üyesi olan Ockhamlı William, ortaya koymuş olduğu düşünceler ile felsefede önemli bir yere sahip olmuştur. Dönemindeki birçok din adamı gibi o da Avrupa'nın farklı ülkelerine yaya olarak seyahatler yapmış ve üniversitelerde dersler vermiştir.<sup>48</sup>

Yürümek, Antik Çağ ve Orta Çağ boyunca insanların düşünsel ve sosyal hayatını birçok şekilde etkilemiştir. Bu nedenle yürümek hem gündelik hayatın sorularını hem de modern öncesi dünyanın düşünsel gelişimini açıklama noktasında önemli bir yere sahiptir. Yolda olmak yani yürümek, bir yerden başka bir yere gitmekten çok daha fazlası olmuştur. Bu bağlamda yolculuktan önce, yolculuk sırasında ve varış anında farklı şekilde hareket etmiş insanlar, bu süreçte sosyal hayatlarını, inançlarını ve kimliklerini etkileyen birçok deneyim yaşamışlardır.<sup>49</sup> Özellikle Orta Çağ sonrasında Yeni Dünya'nın keşfi, seyahat için artan sayıda yeni rotaların ortaya çıkması, yeni ulaşım imkanlarını da beraberinde getirmiştir. Bu yeni rotalar, farklı güzergâh ve yollarda yeni yürüyüş deneyimlerinin yaşanmasına ve de yeni düşüncelerin ortaya çıkmasına neden olmuştur.

## 2. Modern Çağ'da Yürüme ve Düşünme

Orta Çağ sonrası Reform, Rönesans, sömürgecilik, coğrafi keşifler, bilimsel ve teknik gelişmelerin etkisi ile insanlık, çok daha hızlı bir değişim süreci içerisine girmiştir. Yeni coğrafyaların keşfedilmesi, yeni yolların açılması ve bu yollarda yeni ulaşım araçlarının kullanılması ile de yol ve yürümenin anlamı, dolayısıyla da işlevi değişmiş, yeni düşünme biçimleri ve düşünceler ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda modern çağın düşünürleri, eski güzergâh ve düşüncelerden haberdar olmakla birlikte diğer düşünürler gibi mevcut güzergâhların dışında yeni yollar bulmak, düşüncelerini zenginleştirmek, bakış açısını geliştirmek, dönemin kültür ve yaşayışını değerlendirmek için kendileri ile baş başa kalacakları, kimi zaman doğada kimi zamanda şehirde yeni güzergâhlarda kısa, uzun veya döngüsel yürüyüşler gerçekleştirmişlerdir.

Modern dönemde yürümek ve düşünmek arasındaki ilişkiye dair düşüncelere rastlayacağımız önemli düşünürlerinden olan Rene Descartes, iyi bir Fransız ailenin üyesi olarak dünyaya gelmiştir. Çok narin bir çocuk olmasına karşılık askeri bir kariyere sahip olan Descartes, 1618-1628 yılları arasında Hollanda'da Orange Prensi'nin ordusunda, ardından Bavyera ordusunda ve yine Macaristan'da askerlik hizmetine gönüllü olarak katılmış ve birçok yeri bu sayede dolaşma imkanına sahip olmuştur. Kış aylarında çok fazla boş zamana sahip olmasını sağlayan bu askeri kariyeri, ona düşünmek için yeterli zaman ve imkân sağlamıştır.<sup>50</sup> Descartes

<sup>47</sup> Gros, *Yürümenin Felsefesi*, 99-100.

<sup>48</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 105.

<sup>49</sup> Kuuliala and Rantala, "Introduction," 9.

<sup>50</sup> Henry Alpern, *The March of Philosophy* (New York: The Dial Press Inc., 1933), 104.

bir odada oturarak düşünce üretmek yerine dünyanın farklı yerlerini görebilmek için seyahatlere çıkmıştır.<sup>51</sup> Hollanda, Fransa, İtalya, İsviçre ve Polonya gibi birçok ülkeye seyahat eden Descartes'in en sevdiği seyahat biçimi, orduya katılarak gerçekleştirdikleri olmuştur. Savaşmak için değil daha çok şey görebilmek için bir seyirci olarak ordulara katılan Descartes için ordu ile seyahat etmek bir tür acentenin organize ettiği tura katılmak gibiydi. Çünkü farklı insanlar ile tanışmanın, notlar almanın, kendi düşüncelerine dalmaya imkân sağlayan uzun bekleme sürelerinin olduğu Avrupa'daki güzergahları güvenli bir şekilde seyahat etmenin en ideal yolu bu seyahatlerdi. Bu seyahatlerin sonunda 1629 yılında ordudan ayrılan Descartes, *Yöntem Üzerine Konuşmalar* eseri ile başlayan felsefi düşünce serüvenini kaydetmek üzere gerçekleştireceği yalnız yürüyüşler ve de yatakta kendi kendisi ile geçireceği zamanlar için inzivaya çekilmiştir.<sup>52</sup> Kalabalıktan uzak kalabileceği, sessiz ve sakin bir kafa ile eserlerine odaklanabileceği bir yer olan Hollanda'ya giden Descartes, hayatının en önemli yıllarını kırsal bölgelerde yalnız başına geçirmeyi tercih etmiştir. Çok okuyan biri olmamakla birlikte algı ve kavrayış gücü çok yüksek olan Descartes için yürümek, düşünmek gibi kaçınılmaz bir eylemdir.<sup>53</sup>

Eğitimli insanlara daha yakın olmak ve daha nitelikli deney ve gözlemler yapabilmek için Hollanda'da inzivaya çekilen Descartes, uzun süre buranın kendisine sağladığı ideal düşünme ortamından faydalanmıştır.<sup>54</sup> Descartes'in bundan sonraki hayatı, yalnızlık ve yolculuk tarafından şekillendirilen bir ikilem ile devam etmiştir. Tanıdığı insanlara karşı çoğu zaman yakınlık duymayan, kendisine ait bir evi olmadığı gibi bu yönde de bir isteği olmayan Descartes, ömrünün sonuna kadar huzursuz ve yalnız olmuştur.<sup>55</sup> Yaşamı boyunca huzur ve yalnızlık arayan Descartes'in bu arayışı kendisini saplantılı yolculuklara itmiştir.<sup>56</sup> Düşüncesinin oluşmasında oldukça önemli bir yere sahip olan bu yolcuların önemini *Yöntem Üzerine Konuşmalar* eserinde şu şekilde dile getirmiştir:

... gençliğimin geri kalanını yolculuk yapmaya, saray erkânlarını ve orduları görmeye, çeşitli mizaçlarda ve koşullarda insanlarla içli dışlı olmaya, çeşitli deneyimler edinmeye, kaderin önüme çıkardığı rastlantılarda kendimi denemeye ve her yerde önüme çıkan şeyler üzerine bir parça yarar sağlayabilmek amacıyla bu şekilde tefekkür etmeye kullandım. Zira bana öyle geliyor ki, odasında kitaplara gömülmüş bir insanın yaptığı, hiçbir somut sonucu olmayan ve genel kanıdan uzaklaştığı ölçüde göstermek zorunda olduğu zekâ ve beceri nedeniyle bir ihtimal elde edebileceği boş gururdan başka hiçbir netice vermeyen kurgulara ilişkin uslamalardan, herkesin kendisini ilgilendiren ve yanlış hüküm verdiği takdirde olayın kendisini derhal cezalandıracağı muhakemelerde daha çok hakikatle karşılaşabilirdim.<sup>57</sup>

Kimi zaman toprak kimi zaman şehrin kaldırımlarında yürüyen Descartes'a göre hızlı gitmekten ziyade patika ve toprak yollarda yavaş yürümek, insanın kavrayış yeteneğini güçlendiren, düşünceleri canlandıran

<sup>51</sup> "Descartes "inziva" dayken çok kitap okumazdı; aslında kitap okuma isteksizliği hiç geçmedi; bu durum dostlarının yazdığı kitaplar için de geçerliydi." Desmond M. Clarke, *Descartes*, çev. Nur Nirven ve Berkay Ersöz. (İstanbul: İş Banası Kültür Yayınları, 2016), 120.

<sup>52</sup> "Descartes'in seküler bir keşiş gibi inzivada yaşama eğilimi yüzünden Mersenne, yaklaşık yirmi yıl boyunca ona güvenilir entelektüel bağlantılar sağladı ve Descartes ailesinin Brötanya'da yaşayan üyeleri de dahil olmak üzere başka birçok kişiyle mektup alışverişini yapmasına aracı oldu. Bu dönemde Descartes hiçbirini bitirmediği çok sayıda proje üzerinde çalışmaya başladı." Clarke, *Descartes*, 90.

<sup>53</sup> Charles Adam, *Descartes Hayatı ve Eserleri*, çev. Mehmet Karasan. (İstanbul: MEB, 1991), 15-23.; Ibanez, *Felsefe Öyküleri*, 147-153.

<sup>54</sup> D. R. Lewis, "Descartes'in Yaşamı ve Felsefesinin Gelişmesi," *Cogito* sayı: 10 (1997): 30.

<sup>55</sup> Paul Strathern, *90 Dakikada Descartes* (2. Baskı), çev. Murat Lu. (İstanbul: Gendaş Yayınları, 1999), 13-14.

<sup>56</sup> Strathern, *90 Dakikada Descartes*, 37.

<sup>57</sup> René Descartes, *Yöntem Üzerine Konuşma*, çev. Murat Erşen. (İstanbul: Say Yayınları, 2018), 17.

bir eylemdir.<sup>58</sup> Öyle ki Descartes'e göre "...yavaş yürüyenler, eğer her zaman doğru yolu izlerlerse, koştukları halde bu yoldan uzaklaşanlara göre çok daha ileriye gidebilirler."<sup>59</sup>

Yürüme ile düşünme arasındaki ilişkiye dair fikirleri kaleme alma girişimi, bu ikisi arasındaki ilişkinin kayda değer olduğunu düşünen Rousseau'ya aittir. Bu konuda Descartes ile hemfikir olan Rousseau, akli ayaklarına bağlı olan ve doğadaki yürüyüşleri ile düşüncelerini açığa çıkartan filozoflardandır. Uygarlığın insanı doğasından uzaklaştıran yapaylık ve çürümüşlüğüne karşı doğal olmanın bir simgesi olan yürümeyi, insanın uygarlıktan soyutlanarak kendiliğine dönmesinin yolu olarak gören Rousseau'ya göre uygarlığın mekânı olan şehirdeki insanlar yürümekte ve yürümenin anlamını bilmemektedirler.<sup>60</sup> Bu yüzden yürümek, sahte yapaylıkların hüküm sürdüğü şehirde, modern ulaşım araçları ile gerçekleştirilen bir eylem değil, doğada gerçekleştirilen bir eylemdir. İnsanlığın ilerlemesinden ziyade kötülükler neden olan bilim, sanat, lüks, ün ve arzuların mekânı olan şehirlerde modern araçlar ile yolculuk yapmak yerine Rousseau, istediği zaman durabileceği, yön değiştireceği doğada, patikalarda yürüyebilme özgürlüğünün peşindedir.<sup>61</sup> Bunun için aklın mekânı olan şehirler yerine içgüdünün mekânı olan doğada yürümek Rousseau için insanın kendisini keşfetmesi, düşünme yeteneğinin ortaya çıkmasını sağlayan bir gözlem ve düş kaynağıdır. O bu düşüncesini *Yalnız Gezerin Düşlemleri* adlı kitabını yazma nedenini açıklarken şöyle dile getirir:

Ruhumun her zamanki durumunu tanımlamayı bir ölümlünün düşebileceği en şaşırtıcı durumda tasarlayınca, bu girişimimi başarmanın en kolay, en güvenli yolunu, yalnızca dolaşmalarımı ve dolaşırken kurduğum düşlemleri olduğu gibi yazmakta buldum. Bu yalnızlık ve düşünme saatleri, günün, bütünüyle kendim olduğumu, bana yabancı düşüncelerden uzak olduğumu, doğa benim nasıl olmamı istediye öyle olduğumu gerçekten söyleyebileceğim tek anlarıdır.<sup>62</sup>

Çıkmış olduğu seyahat ve yürüyüşleri, başka hiçbir zamanda olmadığı kadar kendisi olduğu ve düşündüğü anlar olarak gören Rousseau, yürümeyi düşüncenin harekete geçebilmesi için bedeninin harekete geçirilmesi olarak görür. Bununla birlikte temiz havayı soluduğu yürüyüşlerin kazandırdığı sağlığın onu özgürleştirdiğini, ruhunu bağlarından kurtardığını ve sıkılıp korkmadan daha büyük düşünme cesaretine sahip olmasını sağladığını ifade eder.<sup>63</sup> Öyle ki yürümenin neden olduğu bu kazanımlar, başkasının yürümesine eşlik ederken değil, kendi istediği zaman gerçekleştirilen yürüyüşlerde ortaya çıkar. Onun için de kendi başına çıkmış olduğu yürüyüşleri bölen ve kesintiye uğratan kişilerin yanına yaklaşmasını, yürüyüşüne eşlik etmesini istemeyen ya da arabaya alınma tekliflerine yüzünü buruşturan biridir.<sup>64</sup>

Doğu Prusya'nın Königsberg şehrinde yaklaşık altmış yıl boyunca her gün saat üç buçukta çıkmış olduğu ve bir saat süren düzenli yürüyüşlerindeki dakikliği ile ünlü olan Kant, sadece yürüyüşlerinde değil yürüyüşün dışında gerçekleştirdiği işlerde de aynı dakiklik ve düzenliliğe sahip biri olarak üzerinde durulması gereken filozoflardandır. Kant'ın kendisi ile baş başa kalarak derin düşüncelere daldığı bu yürüyüşler, yağmur-çamur demeden hemen hemen her zaman gerçekleştirdiği günlük rutinleri arasında önemli bir yere sa-

<sup>58</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 113-116.

<sup>59</sup> Descartes, *Yöntem Üzerine Konuşma*, 9.

<sup>60</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 129.; Gros, *Yürümenin Felsefesi*, 62-63.

<sup>61</sup> Bkz. Jean J. Rousseau, *Bilimler ve Sanatlar Üstüne Söylev* (9. Baskı), çev. Sebahattin Eyüpoğlu. (İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2019).

<sup>62</sup> Rousseau, *Yalnız Gezerin Düşleri*, 20.

<sup>63</sup> Jean J. Rousseau, *İtiraflar I*, çev. Reşat N. Güntekin. (İstanbul: Cumhuriyet Dünya Klasikleri, 1991), 247-248.

<sup>64</sup> Rousseau, *İtiraflar I*, 181, 242.

hiptir.<sup>65</sup> Yürüyüşün dışında öğle yemeğinde akademiden olmayan entelektüel birçok zeki arkadaşı ile çeşitli konularda yapmış olduğu masa başı sohbetleri de onun günlük rutinleri arasındaydı. Ayrıntıya düşkün bir zihne sahip olan Kant, Könisberg'ten çok ayrılmamış olsa da diğer şehirler ile ilgili uzun betimlemeler yapabilecek kadar bilgiye sahiptir.<sup>66</sup> Öğle yemeklerinde misafir ettiği arkadaşları ile konuştuğu konulardan biri de muhtemelen onların seyahat deneyimleriydi.

Kant'ın yürüyüş güzergahı, yönetici, işçi, esnaf gibi toplumun farklı katmanlarının yaşadığı bölgeleri geçerek orada yaşayan insanları gözlemlene imkânına sunması açısından sıradan bir yürüyüş güzergahı değildi.<sup>67</sup> Yavaşlık, sabır ve düzenlilik ile her gün gerçekleştirilen bu yürüyüş aynı zamanda onun düşünsel karakterinin de bir yansımasıdır. Buna göre düşünmek bir yola girmek, o yolu sabırla ve istikrarlı bir şekilde kat etmektir. Seksen yıllık ömrünün yaklaşık yetmiş yılını Könisberg'de geçirme sabrı gösteren Kant, çevre köylere yapmış olduğu kısa yolculuklar dışında buradan hiç ayrılmamıştır. Ancak okumasıyla bütün dünyayı ruhu ile dolaşmış olan Kant'ın yaşamı, düşünmek, konuşmak ve yazmak üçgeni etrafında geçmiştir. Öyle ki ona büyük ününü kazandıran *Saf Aklın Eleştirisi* kitabını on yıllık bir düşünme ve beş aylık bir yazma süreci sonunda tamamlamıştır.<sup>68</sup> Çoğu filozofun tek başına çıktığı yürüyüşler ile elde ettiği yalnızlığı Kant, yaşadığı şehir, ev ve çevrede sağlamaya çalışmıştır. Öyle ki komşusunun öten horozundan rahatsız olunca evini değiştirecek kadar yalnızlık ve sakinliğin peşinde olmuştur. Yaşamı ile ilgili biyografilerde ne kadar titiz, düzenli, dakik olduğu yönündeki anlatımlardan hareketle onu bir doğa yürüyüşündeki ön görülemeyen koşulların neden olacağı gecikme ve düzensizlik kadar tedirgin edecek başka bir şey olmayacağını söylemek mümkündür. Öyle ki bir soylunun davetiyle çıkmış olduğu bir köy gezisinin uzaması dolayısıyla yaşadığı korku ve endişe onun bir daha herhangi bir davete katılmama kararı almasına neden olmuştur.<sup>69</sup>

Kopenhag caddelerinde ve evde babası ile yapmış olduğu yürüyüşler ile edebiyattan felsefeye birçok eser üreten Kierkegaard da Rousseau gibi yürüyüş ve düşünme üzerine yazan filozoflardan olmuştur. Kopenhag'ın caddelerinde yapmış olduğu yürüyüşlerde insanları gözlemleyen Kierkegaard, bu gözleme işini bir botanik bahçesinde bitki örnekleri toplamaya benzetmiştir. Çok sosyal biri olmayan Kierkegaard, bu eksikliğini Kopenhag caddelerinde çıkmış olduğu yürüyüşlerde gidermeye çalışmıştır. Kısmen dahil olduğu, kısmen de seyircisi olduğu insan ilişkilerine dair gözlemleri, onu derin düşüncelere itmiştir.<sup>70</sup> *Kahkaha Benden Yana* adlı eserinde böyle bir gözleme dair düşüncelerini şu şekilde dile getirir:

Bir keresinde üç adamın utanmaz biçimde tek bir kişiye saldırdığı bir sokak kavgasına tanık olmuştum. Kalabalık durmuş, bu haksızlığa duyduğu öfkeyle seyrediyordu; nefret ifadeleri sahneyi canlandırmaya başladı; sonra seyredenlerden birkaçı üç saldırgandan birine saldırdı ve yere yıkıp dövdü. İntikam alanlar aslında saldırganlarla aynı kuralları uygulamıştı. Eğer izin verirseniz ben de naçizane kendimi hikâyeye katıp devam edeceğim. İntikam alanlardan birinin yanına gidip yaptığı şeyin ne kadar mantıksız olduğunu argümanlarla açıklamaya çalıştım; fakat meseleyi tartışmak onun için imkânsızdı...<sup>71</sup>

<sup>65</sup> Ibanez, *Felsefe Öyküleri*, 232-233.

<sup>66</sup> Cohen, *Felsefi Masallar*, 174.

<sup>67</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 132.

<sup>68</sup> Ibanez, *Felsefe Öyküleri*, 242-243.

<sup>69</sup> Weischedel, *Felsefenin Arka Merdiveni*, 216-217.

<sup>70</sup> Solnit, *Yol Aşkısı: Yürümenin Tarihi*, 34-54.

<sup>71</sup> Soren Kierkegaard, *Kahkaha Benden Yana* (3. Baskı), çev. Nedim Çatlı. (İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2013), 249.



Kişinin kendisini yaşadığı çevreden ve toplumsal bağlardan uzaklaştırmasını tehlikeli bir durum olarak gören Kierkegaard, bu uzaklaşmayı düşünmek için ideal bir ortam olarak görür.<sup>72</sup> Öyle ki Kierkegaard, şehrin kalabalığı içindeki yürüyüşünü tarif ederken şu ifadeleri kullanmıştır: “İşte böyle gözlerim yerde sokaklardan aceleyle adeta süzülerek geçiyorum; kaldırımın bana ait olduğundan emin bir şekilde, etrafa bakmayı hiç gerekli görmüyorum, böylece saadetle koşar adım kaldırımda giderken...”<sup>73</sup> Etrafını saran kalabalık bir kitle arasında otururken düşünebilme kabiliyetini en iyi şekilde gerçekleştirdiğini ifade eden Kierkegaard için bu topluluktan gelen konuşma ve gürültü, düşünmenin kendi nesnesine odaklanması için gerekli olan hareketi sağlamaktadır.<sup>74</sup> Kierkegaard için böyle bir ortam içinde yürümek, bir resmin odağında yer alan nesneyi ön plana çıkarmayı ve ona odaklanmayı sağlayan arka plan işlevi görür. Kaldı ki odaklanılan nesne bu flu arka planla birlikte anlamlı bir birliktelik oluşturmaktadır. Benzer şekilde bir düşüncede ona sebep olan durumlar ile birlikte anlamlı ve anlaşılırdır.

Hayatı bir yol olarak gördüğü için yürüyüşlere çıkan Kierkegaard, yürüyebildiği sürece ölüm dahil hiçbir şeyden korkmadığını dile getirmiştir. Yürüyüşe çıkamadığı zamanlarda ise her şeyin kötüye gittiğini, için hayatın korkutucu bir hal aldığını ifade eden Kierkegaard için yürüyebilmek, her şeyden uzaklaşabilme imkânı sunduğu için vazgeçilmezdir.<sup>75</sup> Beden ve zihin sağlığının yürümeye bağlı olduğunu düşünen Kierkegaard için yürümek, gözlem yapmanın, ilham almanın, dolayısıyla da düşünsel verimlilik ve ilerlemenin kaynağıdır. Aksi durumda hem bedenin hem de düşüncenin çöküşe geçeceğini düşünen Kierkegaard’ın Kopenhag caddelerindeki yürüyüşü, belli bir zaman ve güzergahı olmayan, karşılaşılan şeylere ve ruh haline göre değişen bir ritme sahiptir. Yürüyüşlerden arda kalan zaman ise şehirdeki bu yürüyüşlerin meyvelerinin derlenip toplandığı yazma eylemi ile doldurur.<sup>76</sup> Bu bağlamda Kierkegaard’ın kitapları yazılı metin, yürüyüşleri ise yaşayan canlı metinlerdir. Bir anlamda kitapları tez, yürüyüşleri de antitezdir.<sup>77</sup>

Modern dönemin saplantılı yürüyüşçülerinden biri de Friedrich Nietzsche’dir. Her gün 11.00-13.00 saatleri arasında elinde not defteriyle yürüyen Nietzsche, bütün büyük düşüncelerin yürümekle ortaya çıktığını söylemiştir.<sup>78</sup> Kentlerin sağlamış olduğu ulaşım ağları yerine doğadaki patikalarda yalnızlığının eşlik ettiği uzun yürüyüşler gerçekleştiren Nietzsche için oturmak, muhakeme gücünün zayıflaması, açık ve seçik düşüncelere ulaşmamaktır. Onun için yürüyüş sürecinde doğmamış hiçbir düşünceye itimat edilmemelidir.<sup>79</sup> Platon’un temsil etmiş olduğu durağanlık ve değişmez gerçeklik fikrine karşı her şeyin değişim içerisinde olduğunu dile getiren Herakleitos’cu düşünceye önem veren Nietzsche için bu düşünceyi temsil eden yürümek, bakış açısında ve düşünmekte sürekli ilerleme ve değişimi temsil eder. O yüzden yaşamında doğada uzun yürüyüşlere çıkmasına karşılık sağlığının bozulması ile artık yalnız ve uzun yürüyüşler gerçekleştiremeyen Nietzsche, bu süre içerisinde kalmış olduğu pahalı ve kirli kentlerden (Nice, Sils, Venedik) iyice nefret eder, ta ki Torino’yu keşfedene kadar. Bozulan sağlığının düzelmesine katkıda bulunan Po nehri kıyısında gerçekleştirdiği yürüyüşler, kenti hem ayaklara hem gözlere hitap eden yerler olarak görmesine neden olur.

<sup>72</sup> Soren Kierkegaard, *Günlüklerden ve Makalelerden Seçmeler*, çev. İbrahim Kapaklıkaya. (İstanbul: Anka Yayınları, 2005), 72.

<sup>73</sup> Kierkegaard, *Kahkaha Benden Yana*, 87-88.

<sup>74</sup> Kierkegaard, *Günlüklerden ve Makalelerden Seçmeler*, 142.

<sup>75</sup> Kierkegaard, *Kahkaha Benden Yana*, 90-91.

<sup>76</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 157-160.

<sup>77</sup> Soren Kierkegaard, “Önsöz” *Kahkaha Benden Yana* içinde (3. Baskı), çev. Nedim Çatlı (İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2013), 21.

<sup>78</sup> DeSilva, *First Step*, 224.

<sup>79</sup> Friedrich Nietzsche, *Ecce Homo* (8. Baskı), çev. Mustafa Tüzel. (İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2020), 24.

Bu iyileştirici deneyim onun düşünsel verimliliğini de canlandırır ve kısa zamanda birçok kitap yazmaya başlar.<sup>80</sup> İnsanlar ile ilişkisinde yaşadığı güçlükler ve yaşadığı sağlık sorunları ile melankolik bir kişiliğe bürünen Nietzsche, gezginci bir firari olarak Almanya, İtalya ve İsviçre'deki birçok yere seyahat ederken eserlerini yazmıştır. Dolayısıyla onun düşünceleri ile yaşamı arasında sıkı bir ilişki olduğu söylenebilir.<sup>81</sup> Diğer bir ifadeyle o, eserlerini varoluşu ve yaşamı ile birlikte yazmıştır.

Yaşamı ve yürüyüşü ile dikkat çeken düşünceleri ile yaşadığı dönemi şekillendiren filozoflarından biri de Ludwig Wittgenstein'dir. Zengin bir ailenin çocuğu olarak gençliğini Viyana'da geçirmiş olmasına rağmen Wittgenstein, belli dönemlerde kentlerden ve insanlardan uzak kalmak için düşünsel açıdan en verimli zamanlarını Norveç Skjolden'de geçirmiştir. Öyle ki onun asıl ilgisi insanların toplandığı kalabalık yerleşim yerleri dışında yürüyüşler gerçekleştirmek olmuştur.<sup>82</sup> Babasından kalma yüklü mirasını kardeşlerine bırakarak mülkiyetin getirdiği yükten kurtulmak isteyen, ancak yalnızlığın neden olduğu bunalımlı bir gençlik dönemi yaşayan Wittgenstein, Russell'in yanında eğitim almak için Cambridge üniversitesine gitmiş ancak burada uzun süre kalamamış, Norveç'e giderek sakin bir yaşam sürmeyi tercih etmiştir.<sup>83</sup>

Birinci dünya savaşının çıkması ile subay olarak Avusturya-Macar ordusuna gönüllü olarak katılan Wittgenstein, İtalyanlara esir düşmesi ile hapisanede geçirdiği zamanlarda, Norveç'teki münzevi hayatı ve subaylık zamanındaki askeri yürüyüşlerde biriktirdiği düşünceleri yazıya dökmüş ve en önemli eserlerinden olan *Tractatus*'u yazmıştır. Savaş sonrası süreçte bir köyde öğretmenlik yapmaya başlasa da arkadaşlarının ısrarı ile yeniden Cambridge'e geri dönmüştür. İkinci dünya savaşının çıkması ile tekrar orduya katılan Wittgenstein, savaştan sonra yeniden Cambridge dönse de üniversiteyi tabiri caizse yaşarken ölmek olarak değerlendirdiği için kısa süre sonra istifa etmiş ve İrlanda'da bir çiftlikte kendisini araştırmalarına adanmıştır.<sup>84</sup> Üniversite ortamının gerektirdiği kurumsallık ve zorunlulukları kendi düşüncelerine odaklanamama ve yalnız kalmanın önünde engel olarak gören Wittgensteinn bu kararı, Norveç'teki ve askerlik sürecindeki kendi ile baş başa kalma ve yalnızlığın sağladığı üretken ortama geri dönme isteği olarak değerlendirilebilir.

Yürümek sadece filozofların değil, bilim insanlarının da düşüncelerine ve bilimsel çalışmalarına yön veren bir eylem ve alışkanlık olmuştur. Modern bilimin şekillenmesinde etkili olan isimlerden Albert Einstein ve Charles Darwin her gün yürüme alışkanlığına sahip bilim insanları arasındadırlar. İçeride biri olan Darwin, ömrünün neredeyse beş yılını, Beagle adlı gemi ile dünyayı dolaşarak şimdiye kadar yapılmış en önemli bilimsel kavrayışlardan bazılarını üreten gözlemleri kaydederek geçirmiştir. O zamanlar yirmili yaşlarındaydı ve Avrupa'yı dolaşmanın ayrıcalıklı on dokuzuncu yüzyıl doğa bilimci versiyonuna girişiyordu. 1836'da evine döndükten sonra, bir daha asla Britanya Adaları'nın dışına adımını atmamıştır. Konferanslardan, partilerden ve büyük toplantılardan kaçınmış olan Darwin bunun yerine, günlerini Londra'nın yaklaşık yirmi mil güneydoğusundaki sessiz evi Down House'da eserlerini yazarak geçirmiştir. Ancak Darwin'in en iyi düşünceleri çalışma masası başında ortaya çıkmamıştır. Dışarıda, mülkünün kenarında Sandwalk adını

<sup>80</sup> Gros, *Yürümenin Felsefesi*, 27-31.

<sup>81</sup> Weischedel, *Felsefenin Arka Merdiveni*, 315-316.

<sup>82</sup> Droit, *Filozoflar Nasıl Yürür?*, 167-168.

<sup>83</sup> Weischedel, *Felsefenin Arka Merdiveni*, 355-356.

<sup>84</sup> Weischedel, *Felsefenin Arka Merdiveni*, 359-359.

verdiği küçük “d” şeklinde bir yolda yapmış olduğu yürüyüşler, düşüncelerini oluştururken üzerinde yükseldiği en önemli zemindi. Bugün bu yol, Darwin’in düşünce yolu olarak bilinmektedir.<sup>85</sup>

### Sonuç

Felsefi düşüncenin oluşmasında yürüme ve seyahat etmenin rolünün ele alındığı bu çalışmada, tarihsel süreç içerisinde farklı filozofların düşüncelerinin ortaya çıkmasında yapmış oldukları yürüyüşlerin önemine dikkat çekmek amaçlanmıştır. Bu noktada öncelikle yürüme ve düşünme arasındaki benzerlikten hareketle yürümenin düşüncenin biyolojik yapısı üzerindeki etkisine dair bilimsel çalışmalara yer verilmiştir. Bu, düşünceyi salt biyolojik bir süreç olarak değerlendirmekten ziyade düşüncenin sosyal, psikolojik, bilişsel, kültürel boyutlarının yanı sıra biyolojik yanının da olduğuna dikkat çekmek amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda düşünme gibi salt biyolojik değil, sosyolojik, psikolojik, kültürel boyutları da olan yürüme eylemi, düşünme ile arasında benzerlik kurulabilecek en ideal eylem olarak değerlendirilmiştir. Bu arada yürümek felsefi düşüncenin gelişmesinde önemli bir etken olmakla birlikte sanat ve bilim gibi farklı disiplinlerin gerçeklik ile yüzleşmeyi-karşılaşmayı gerektiren farklı alanlardaki sanatçı, bilim insanı ve düşünürler için de önemli bir işleve sahip olmuştur. Burada yürümek dışında sağlıklı yemek ve belli bir saat uyuma gibi farklı eylemlerin de entelektüel düşünme üzerinde etkili olabileceği iddiasında bulunulabilir veya yürümeyi bu eylemlerden ayrıcalıklı kılanın ne olduğu eleştirisi yapılabilir. Bu noktada diğer eylemler ile karşılaştırıldığında yürümek, salt biyolojik olarak değerlendirilebilecek bir eylem değildir. Yukarıda ifade edilen farklı boyutlarının yanında yürümenin en önemli boyutu insanın farklı gerçeklikler ile karşılaşmasını sağlaması ve yaşadığı deneyimi adlandıracak yeni kavramların oluşturulmasına kaynaklık etmesidir. Bunun dışında genel olarak tüm insanların, yemek yemeleri veya uyumaları benzer etkilere yol açacaktır. Muhtemelen aynı yemeği yiyen insanlar hemen hemen aynı tadı alacaktır, ancak aynı yolda yürüyenler aynı şeyleri görmeyecek, farklı şeyler dikkatlerini çekecektir. Hatta bir kişi aynı yoldan ikince kez yürüdüğünde dahi aynı şeyleri görmeyecektir.

Genel olarak düşünürlerin yürümeyi salt biyolojik bir süreç olarak kabul etmemelerinin nedenlerinden biri de yürümeyi bir araç olarak görmemeleridir. Bu noktada kimileri kısa, kimileri uzun yürüyüşlere çıkmayı, kimileri şehirde, kimileri ise doğada yürüyüşler yapmayı tercih etmiştir. Aynı şekilde kimileri yürümeyi gözlem yapma ve çözüm aradığı sorunlara dair gerçeklikleri görme, kimileri kendisi ile baş başa kalarak düşüncelerini netleştirme ve derinleştirme, kimileri ise düşüncelerini tartışma imkânı sağlayacak kişiler ile karşılaşma imkânı olarak görmüştür. Yürümenin düşünmeye etki eden salt biyolojik bir eylem olmadığının diğer bir kanıtı ise doğa yürüyüşçüleri ve sporcuların çeşitli konular hakkında entelektüel düşünce geliştirdikleri iddiasında bulunmamaları ya da sanatçı, filozof ve bilim insanlarının iyi bir yürüyüşçü veya sporcu olduklarını iddia etmemeleridir.

İnsanlık tarihinde hakikati seven ve ona ulaşmaya çalışan ya da hakikate ulaştığını iddia edenlerin düşüncelerinin şekillenmesinde seyahat etmek (özelde yürümek), önemli bir işlev ve anlama sahip olmuştur. Birçok filozof ve bilim insanı şehirde veya doğada yürüyüşler yapmış ve çıkmış oldukları seyahatlerdeki gözlemleri, hakikate yaklaşımda veya hakikate ulaşmada önemli bir etken olarak görmüşlerdir. Öyle ki hakikat gibi bir amacın peşinden gitmek, insanın gerçekliği nasıl gördüğü ve bu gerçeklik ile nasıl ve ne kadar temas ettiği ile ilgili bir durumdur. Gerçekliğin ne olarak tanımlandığına bağlı olarak kimi zaman dışsal, kimi

<sup>85</sup> DeSilva, *First Step*, 222-224.

zaman içsel, kimi zaman da hem içsel hem de dışsal olarak gerçekleştirilen yolculuklar, hakikate giden yollar olarak görülmüştür. Böyle bir yolculuğa çıkmamak, gerçeklik ile temas etmeden hakikate ulaşmak iddiasında bulunmaktır. Diğer bir ifadeyle bedeni harekete geçirmeden düşüncenin harekete geçirilmeye çalışılması demektir.

İnsanlık tarihinde her kültür, yürümeyi farklı şekillerde yorumlamış ve değer vermiştir. Batı yürüyüşünün temel değerlendirmesini oluşturan Yunanlılar, farklı yürüyüş biçimlerini içerdiği değere göre sınıflandırmışlardır. Örneğin Homer, güçlü savaşçıların uzun adımlar atması gerektiğini söylediği yerde Yunan yazarlar, daha yavaş yürümenin aristokratik bir arka plan ve müzakereci bir doğa sergilediğini ve hatta büyük bir ruha sahip bir adama işaret ettiğini dile getirmişlerdir.<sup>86</sup> Mitolojik düşüncenin ve felsefenin etkisi ile yürümek, bilgeliğin, erdemli ve ahlaklı olmanın, ruha özen göstermenin, hakikati aramanın bir yöntemi ve aracı olmuştur. Temelde bedensel bir eylem olmasına karşılık yürümek, ruhsal ve düşünsel etkileri olan ve maddi şeylerden uzaklaşmayı sağlayan bir eylem olarak görülmüştür.

Felsefi düşüncenin başlangıç noktası olarak kabul edilen Antik Çağ'da Yunan şehirleri filozofların düşüncelerini geliştirdikleri ve ilan ettikleri, sokak ve caddelerinde yürüyüşler gerçekleştirdikleri yerlerdir. Ancak felsefe, sadece şehirde gerçekleştirilen bir yürüyüşün ürünü olmamıştır. Felsefe şehir ile birlikte ulaşılan görece kültürel olgunluğun bir ürünü olarak antik dünyada ortaya çıkmış olsa da filozoflar felsefi düşüncelerini geliştirme noktasında sadece şehirlere bağlı kalmamış, onların doğada ve kırdaki gerçekleştirdikleri yürüyüşleri, felsefi düşüncenin gelişmesinde önemli bir etkiye sahip olmuştur. Şehrin antitezi olarak doğa, kenti anlamak için bir referans noktası ve bir senteze ulaşmanın mekânı olarak görülmüştür. Buna karşılık bazı filozoflar ise doğada yürümenin sağlayacağı yalnızlık ve dinginliği şehirlerde tesis etmeye çalışmış ve kendine özgü bir kent yaşamı ve yürüyüş rutini geliştirmiştir.

Antik Yunan'da şehir, düşüncelerin diyalektik şekilde gelişmesine imkân sağlaması açısından önemliken, modern toplumda şehrin karmaşasından uzakta insanın kendisi ile baş başa kalmasını sağlayan doğa, düşüncenin geliştirilmesine imkân vermesi açısından önemli görülmüştür. Antik Yunan'da düşüncenin karakteristik olarak diyalektik şeklinde bir süreç olarak görülmesinden dolayı insanlar ile daha fazla etkileşim imkânı sunan şehirde dolaşmak, hakikate ulaşmanın gerekli koşuludur. Çünkü düşünmek, daha doğrusu eleştirel düşünmek, karşılıklı anlaşma veya bir uzlaşma sürecidir. Ayrıca antik Yunan'da Sofistlerle birlikte felsefi ilginin insana kayması ve insanın kendini bilme çabası diğer insanlarla birlikte olmayı gerekli kılmış, hakikate ulaşmanın şehirde insanlar ile birlikte yürütülmesi-yürünmesi gereken bir süreç olarak görülmesine neden olmuştur. Bu yürüyüşler kimi zaman polis içerisinde, kimi zaman da diğer polislerde ya da uzak yerlerdeki şehirlere doğru, daha fazla ve farklı insan ile karşılaşma imkânı sunacak seyahatler şeklinde olmuştur.

Antik Yunan'da yürümek, hakikate ulaştıracak düşünmenin imkânı olarak, Orta Çağ'da ise tanrının bildirmiş olduğu hakikati anlamının ve yaymanın aracı olarak görülmüştür. Aydınlanma ile birlikte insanın kendi aklına güvenmesi ve bireysellik düşüncesi düşünmenin karakterinin değişmesine neden olmuştur. Bu noktada düşünmek diyalektik açılımla gerçekleştirilen bir süreç değil, insanın kendi akli yetkinliği ve becerisinin bir ürünü olarak tek başına çıkılan zihinsel bir yürüyüş olarak görülmüştür. Bu da yürümenin mekanının değişmesine neden olmuştur. İnsana bu imkânı sağlayacak en iyi mekanlar olarak doğada yürümek daha

<sup>86</sup> J. A. Amato, *On Foot: A History of Walking* (New York: New York University Press, 2004), 8-9.

popüler hale gelmiştir. Öyle ki modern şehirlerin ilk şehirlere göre çok daha fazla uyaran içeren karmaşık düzeninin neden olduğu belli bir düşünceye odaklanamama, herkesin farklı bir amaç peşinde koşmasının yarattığı dağınıklık insanın düşünme sürecini olumsuz etkilemektedir. Bugün kentler birçok olgunun gözlem yeri, veri kaynağı olmasına karşılık bu verileri zihinde düzenleme imkânı verecek sakinliği sunmamaktadır. Günümüzde iyi, ahlaklı bir insan olma, kendini bilme dolayısıyla da hakikate ulaşma gibi entelektüel bir merak ve ilgisi olmayan insanlar arasında yürümek, antik Yunan'da insanı bilmek isteyen Sokrates'in yürüyüşlerini doğada yapması ile aynı şeydir. Dolayısıyla modern şehirlerde yürümek hem entelektüel ilgiye sahip insanlar yerine maddi kaygılar için koşturan insanlar olması nedeniyle hem de felsefi düşüncenin temel karakteristik özelliklerinden olan refleksiviteye imkân sunmaması açısından çok fazla tercih edilen bir eylem olmamıştır. Ayrıca doğa, kentlerdeki yaşantının ve kentlerdeki olgulardan elde edilen verilerin karşıtlarının bulunacağı, insanın zihninde uyanan düşüncelerin karşıtlarını gözlemleyebileceği bir yer olarak düşünsel süreci tetikleyen güzergahlar içermektedir. Bundan dolayı modern dönemde birçok filozofun yürüyüş mekânı, şehirlerden uzak doğa olmuştur. Bu filozoflar açısından şehirler veri toplama alanı, doğa ise bu verileri zihinde işleme mekânı olmuştur. Bunun yanında Kierkegaard ve Kant gibi şehirden elde ettikleri verileri zihinde işleyecek imkânı ve yalnızlığı, şehirlerde bulan filozofların yürüyüş mekânı ise şehirler olmuştur.

Günümüzde yürüyüş yapmak, çeşitli dernek ve kulüpler ile kurumsal bir faaliyete dönüşmüştür. İnsanın kendi belirlediği bir etkinlik olmaktan ziyade profesyonel bir ekip tarafından organize edilen, idealleştirilmiş belirli rotalar üzerinde grup olarak ya da spor salonlarında koşu bantlarında gerçekleştirilen sportif bir boş zaman endüstrisi etkinliği haline gelmiştir. Yürümek, üretici düşünsel bir etkinlikten ziyade yürüyüş için üretilmiş ürünlerin tüketildiği bir etkinliğe dönüşerek, salt bedensel bir eylem ya da bedensel dayanıklılık gösterisine indirgenmiştir. Dolayısıyla günümüzde geliştirilen teknolojik araçlara bağlı olarak yürüme imkân ve istediğinin giderek azaldığı bir çevrede kapalı mekanlara hapsolan ya da kapalı mekanlarda (metro, uçak vb.) seyahat eden insanlar, düşünme kapasitesinin gelişmesi ve düşünme sağlığını uzun süre koruma noktasında problemler yaşamaktadır. Yürümenin bir eziyet olarak görüldüğü günümüz dünyasında düşünme için de benzer bir bakış açısının varlığından bahsedilebilir. Bunun en büyük göstergesi ise insanı düşünme zahmetinden kurtaracak, insanın düşünmesindeki kusurları içermeyecek bir yapay zekâ geliştirmeye yönelik çalışmalardır. Bu durum akla şu soruyu getirmektedir: Yürümeyi minimize eden teknolojik araçlar bir gün yürümeyi ortadan kaldıracak gibi benzer şekilde yapay zekaya yönelik çalışmalarda bir gün insanın düşünme imkanını ortadan kaldırabilir mi? Gelişen teknoloji ile cevabı netleşecek olan bu sorunun gelecekte tanık olunacak somut etkilerinden önce bugün asıl endişe verici olan, bu soru üzerine düşünmesi gerekenlerin belli kurumsal yapılardan oluşan akademik çevre içerisine kendilerini hapsedmeleridir. Solnit'in de ifade ettiği gibi "... masa, büyük çaplı düşünmek için doğru yer değildir."<sup>87</sup> Bu yüzden bu düşünürlerin kendilerini hapsedtikleri veya hapsedildikleri yerlerden çıkararak, gerçekliği doğrudan deneyimleyebilecekleri yürüyüşler yapmaya başlaması gerekmektedir.

### Kaynakça

- Adam, C. *Descartes Hayatı ve Eserleri*. Çeviren: Mehmet Karasan, İstanbul: MEB, 1991.  
 Alpern, H. *The March of Philosophy*. New York: The Dial Press Inc., 1933.  
 Amato, J. A. *On Foot: A History of Walking*. New York: New York University Press, 2004.  
 Breton, D. L. *Yürümeye Övgü* (5. Baskı). Çeviren: İsmail Yerguz, İstanbul: Sel Yayıncılık, 2019.

<sup>87</sup> Solnit, *Yol Aşkısı: Yürümenin Tarihi*, 19.



- Burckhardt, J. *Yunan Kültür Tarihi*. Çeviren: Nur Nirven, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2020.
- Calvino, I. *Görünmez Kentler* (30. Basım). Çeviren: Işıl Saatçioğlu, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2021.
- Canan, S. *Değişen Be(y)nim* (4. Baskı). İstanbul: Tuti Kitap, 2017.
- Chen, W. W., Zhang X. and W. J. Huang. "Role of Physical Exercise in Alzheimer's Disease," *Biomedical Reports* 4, sayı: 4 (2016): 403–407. <https://doi.org/10.3892/br.2016.607>
- Clarke, D. M. *Descartes*. Çeviren: Nur Nirven-Berkay Ersöz, İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2016.
- Cohen, M. *Felsefi Masallar*. Çeviren: S. Aktuyun – M. Yalçinkaya, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2018.
- Cornford, F. M. *Sokrates Öncesi ve Sonrası*. Çeviren: A. M. Celal Şengör ve Senem Onan, İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2015.
- Crawford, M. B. *Why We Drive*. New York: Harper Collins Publishers, 2020.
- Descartes, R. *Yöntem Üzerine Konuşma*. Çeviren: Murat Erşen, İstanbul: Say Yayınları, 2018.
- DeSilva, J. *First Step*. New York: Harper Collins Publishers, 2021.
- Droit, R. P. *Filozoflar Nasıl Yürür?*. Çeviren: Yavuz Baran, İstanbul: Hep Kitap, 2017.
- Gros, F. *Yürümenin Felsefesi* (8. Baskı). Çeviren: Albina Ulutaşlı, İstanbul: Kolektif Kitap, 2018.
- Ibanez, F. M. *Felsefe Öyküleri* (2. Baskı). Çeviren: Hamide Koyukan, Ankara: İmge Kitapevi, 1998.
- İlin, M. ve Segal, E. *İnsan Nasıl İnsan Oldu* (12. Baskı). Çeviren: Ahmet Zekerya, İstanbul: Say Yayınları, 2001.
- Kierkegaard, S. "Önsöz" *Kahkaha Benden Yana* içinde (3. Baskı), Çeviren: Nedim Çatlı, 11-28. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2013.
- Kierkegaard, S. *Günlüklerden ve Makalelerden Seçmeler*. Çeviren: İbrahim Kapaklıkaya, İstanbul: Anka Yayınları, 2005.
- Kierkegaard, S. *Kahkaha Benden Yana* (3. Baskı). Çeviren: Nedim Çatlı, İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2013.
- Kuuliala, J. and J. Rantala. "Introduction" in *Travel, Pilgrimage and Social Interaction From Antiquity to The Middle Ages*, Editors: Jenni Kuuliala and Jussi Rantala, 1-14. New York: Routledge, 2020.
- Laertios, D. *Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri* (8. Baskı). Çeviren: Candan Şentuna, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2019.
- Laurence, R. "The meaning of roads: a reinterpretation of the Roman Empire" in *Travel, Pilgrimage and Social Interaction From Antiquity to The Middle Ages*, Editors: Jenni Kuuliala and Jussi Rantala, 37-63. New York: Routledge, 2020.
- Lewis, D. R. "Descartes'in Yaşamı ve Felsefesinin Gelişmesi," *Cogito* sayı: 10 (1997): 17-40.
- Mouratidis, A. and F. Kehagia. "On the Track of Road Evolution," *Journal of Infrastructure Development* 6, sayı: 1 (2014): 1-15.
- Nietzsche, F. *Ecce Homo* (2. Baskı). Çeviren: Can Alkor, İstanbul: İthaki Yayınları, 2003.
- Nietzsche, F. *Ecce Homo* (8. Baskı). Çeviren: Mustafa Tüzel, İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2020.
- Oppezzo, M. and D. L. Schwartz. "Give Your Ideas Some Legs: The Positive Effect of Walking on Creative Thinking," *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition* 40, sayı: 4 (2014): 1142–1152. <https://doi.org/10.1037/a0036577>
- Platon. *Phaidros*. Çeviren: Furkan Akderin, İstanbul: Say Yayınları, 2017.
- Rousseau, J. J. *Bilimler ve Sanatlar Üstüne Söylev* (9. Baskı). Çeviren: Sebahattin Eyüpoğlu, İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları, 2019.
- Rousseau, J. J. *İtiraflar I*. Çeviren: Reşat N. Güntekin, İstanbul: Cumhuriyet Dünya Klasikleri, 1991.
- Rousseau, J. J. *Yalnız Gezerin Düşleri*. Çeviren: Reşat Nuri Darago, İstanbul: MEB Yayınları, 1999.
- Solnit, R. *Yol Aşkı: Yürümenin Tarihi*. Çeviren: Elvan Kıvılcım, İstanbul: Encore Yayınları, 2016.
- Strathern, P. *90 Dakikada Descartes* (2. Baskı). Çeviren: Murat Lu, İstanbul: Gendaş Yayınları, 1999.
- Thommen, L. *An Environmental History of Ancient Greece and Rome*. Translator: Philip Hill, Cambridge: United Kingdom at the University Press, 2012.
- Thoreau, H. D. *The Journal of Henry David Thoreau (1837-1867)*. New York: NYRB Classics, 2009.
- Venturelli, M., R. Scarsini and F. Schena. "Six-Month Walking Program Changes Cognitive and ADL Performance in Patients With Alzheimer," *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias* 26, sayı: 5 (2011): 381–388. <https://doi.org/10.1177/1533317511418956>
- Weischedel, W. *Felsefenin Arka Merdiveni* (7. Baskı). Çeviren: Sedat Umran, İstanbul: İz Yayıncılık, 2014.