

## Bir Dayatma Halini Alan Mutluluk Talebi

Sebile Başok Diş<sup>1</sup>

### Özet

Mutluluk, insanoğlu için en önemli değerlerden biri olagelmıştır. Antik dönemlerde ve Ortaçağda mutluluğun yalnızca kişinin kendi çabası sonucu elde edilebileceği düşünülmemiştir. Kendisine ulaşılması, Tanrı'nın lütfuna veya talihin rast gitmesine de bağlanmıştır. Aydınlanma döneminde bu konuda bir kırılma yaşanmış ve tüm insanların bu dünyada mutlu olmaya hakkı olduğu düşüncesi ortaya çıkarak yaygınlık kazanmıştır. Gelinen noktada mutlu olmak, sadece insan iradesine bağlı bir sorumluluk olarak algılanırken mutluluk bir dayatma haline gelmiştir. Başlangıçta her ne kadar amaçlanan, tüm insanların bu dünyada mutlu olması iken, bu durum paradoksal şekilde insanların mutsuzluğunun artması ile sonuçlanmıştır. İnsanın kendi mutluluğunu ve başkalarının mutluluğunu önemsemesi ve istemesi oldukça normaldir ancak herkesin her zaman mutlu olmayı beklemesi, bunu bir hak ve sorumluluk olarak görmesi kaçınılmaz olarak hayal kırıklığı ve mutsuzluk ile neticelenmektedir. Bilim ve teknolojinin yardımı ile bazı acıları önlemek ve azaltmak mümkünse de nihai olarak acıları yeryüzünden kaldırmak mümkün değildir. Öte yandan evrenin veya Tanrı'nın insanı mutlu etmek gibi bir görevi yoktur.

**Anahtar Kelimeler:** Mutluluk, İrade, Ödev, Ahlak, Modern Dönem.

### The Pursuit Of Happiness That Has Become An Obligatory

#### Abstract

Happiness has always been one of the most important values for human being. Happiness is not thought to be achieved only by one's own efforts in ancient period and the middle ages. Finding happiness is also related to the grace of God or to being a bit a lucky. There has been a break on this issue in the Enlightenment period and thought that all people are entitled to be happy in

<sup>1</sup> Yrd. Doç. Dr. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, Felsefe Bölümü, sebile\_basok@2000yahoo.com

this world has been emerged and gained wide currency. At this stage, while becoming happy is perceived as a responsibility that is only allied with human will, happiness has become an obligation. Although, main subjectivewas initially happiness of all people in this world, this situation paradoxically resulted in the increase of people's unhappiness. It is fairly normal for people to care about their own and others happiness, but hoping that everyone always becomes happy and considering it as a right and a responsibility inevitably lead to frustration and unhappiness. With the help of science and technology it is possible to prevent and reduce some sufferings, but it is not possible to remove ultimately the sufferings from the earth. On the other hand the universe or God has no duty to make people happy.

**Key Words:** Happiness, Will, Homework, Morality, Modern Period.

## Giriş

Tarih boyunca insanlar için en önemli konulardan bir mutluluk olmuştur. Antikçağ filozofları gibi günümüz psikologları ve guruları da mutluluğa ilişkin çeşitli görüş, tavsiye veya reçeteler ile insanların karşılıklarına çıkmaktadırlar. Mutluluğun insanlar için temel konulardan biri olmasının nedeni, genel olarak hemen herkesin mutlu olmayı arzu etmesidir. Ancak tüm insanların mutluluğu istemesi, tarihin her döneminde insanların mutluluğa aynı şekilde baktığı anlamına gelmemektedir. Antikçağ, Hellenistik dönem ve özellikle Stoalılarda<sup>2</sup> ve Ortaçağ boyunca mutluluk talihin veya Tanrı'nın etkisinden bağımsız düşünülmezken, modern dönemde bir kırılma yaşanmış ve insan, kendi mutluluğunun tek belirleyicisi haline getirilmek istenmiştir.

Modern dönemde mutluluk kavrayışı, Sokratesçi "Nasıl yaşamalıyım?" sorusunu dikkate alan önceki çağların talih ve erdemli karakter ölçütlerinden uzaklaşmış ve "Gerçekten ne istiyorum?" sorusuna verilen yanıtla indirgenmiştir. Ahlaki alandan uzaklaşıp bireysel gereksinimlere ağırlık veren bu bakış, Eudaimonist gelenekteki mutluluk ile modern mutluluk anlayışı arasında büyük fark yaratmıştır.<sup>3</sup> Artık mutluluk ahlak eksenli bir kavram olmaktan çıkmış ve psikoloji odaklı bir anlam kazanmıştır. Mutluluk söz konusu olduğunda eskiden temel mesele iyi insan olmakken, günümüzde iyi hissetmektir. Öte yandan talihin ve Tanrı'nın etkisinin olmadığı bir mutluluk anlayışı,<sup>4</sup> mutluluğu umut edilen bir olasılık olarak görmeyi bıraktıracak onu birey için bir ödev haline getirmiştir. Mutlu olmak, artık umut edilen bir olasılık değil, birey için yerine getirilmesi gereken bir ödevdir.

<sup>2</sup> Arslan Topakkaya; "Stoa Etiğinin Temel Kavramları", *Felsefe Dünyası*, sayı: 49(2009/1), ss.56-69.

<sup>3</sup> Ziyad Marar, **Mutluluk Paradoksu**, çev. Serpil Çağlayan, Kitap Yayınevi, İstanbul, 2012, s. 23.

<sup>4</sup> Arslan Topakkaya; "Kant'ın 'Ahlak(iliğ)in Metafiziği' Adlı Yapıtında Etiğın Temellendirilmesi", *Doğru-Batı Dergisi*, 4. Sayı, 3. Baskı, (2004), ss. 69-79.

Kitapevleri nasıl mutlu olunacağını anlatan kitaplarla dolup taşmakta, üniversitelerde mutluluk araştırma bölümleri açılmakta, mutluluk enstitüleri, kamp-ları, kulüpleri, sınıfları, atölyeleri kurulmaktadır.<sup>5</sup> Bu tür faaliyetlerin yoğunlaştığı 1950’li yılların ardından gelen dönem, mutluluk dönemeci olarak ifade edilmektedir. Mutluluk dönemeci, en çok modernliğin en güçlü olduğu Batı toplumlarında kendisini göstermektedir. Ancak o mutluluk arayışının dünya çapında bir hak olarak yaygınlaşması nedeniyle mutluluk dönemecinin uluslararası bir nitelik taşıdığı söylenebilir. Bunun en açık delili, ulus devletler içinde ve arasında mutluluğu ölçen küresel çapta mutluluk anketleri ve raporlarının hazırlanıp yayınlanmasıdır.<sup>6</sup>

Bu dönemde mutluluk hakkında söylenen ve yazılan o kadar çok görüş vardır ki bu görüşlere kulak veren ve mutluluk ödevi ile yükümlü olan modern bireyin kafasının karışmaması mümkün değildir. Paul Watzlawick, mutluluğa ilişkin ortaya konan çalışmaları mutlu olmanın yolunu gösteren reçetelerden oluşmuş bir sele benzetirken<sup>7</sup> pek de haksız değildir. Modern okur, bir yandan “mutluluğun kovalandığı için hep son anda elden kaçan, oysa kişi sakince dursaydı onun üzerine konacak bir kelebeğe benzediği” düşüncesi ile öbür yandan ise eğer bilinçli bir şekilde mutluluğu seçerse hedefine çok daha rahat ulaşabileceği tavsiyesi ile karşı karşıya kalır.<sup>8</sup> Kelebeğin kovalanarak mı yoksa sakince beklenerek mi elde edileceği belli değildir. Mutluluk konusunda bir reçete ve tavsiye bombardımanına maruz kalan birey, çelişkili öneriler arasında bocalamaktadır. Mutluluğa ilişkin birbiriyle tutarsızlık içinde olan bunca görüşün ortaya çıkmasının temel nedeni, mutluluğun muğlak ve izafi bir yapıya sahip olmasıdır.

### Mutluluğun Gizemi

Mutluluk kavramının doğasında bir gizem vardır. Suyun her forma girip hiçbir formun onu tüketmemesi gibi, mutluluk da sonu gelmeyen tartışmalara neden olmaktadır. Mutluluk, düşüncelerle, eylemlerle, duyularla, ruhla, yoksunlukla, refahla, erdemle, günahla, kendimiz ve başkaları ile ilişkilerimizle ilgilidir.<sup>9</sup> Mutluluk, tek bir etkene bağlı olmayıp çok sayıda faktörle ilişkilidir. Bu da onun nasıl elde edileceği konusunu basit bir mesele olmaktan çıkarmaktadır.

<sup>5</sup> Elizabeth Farrelly, **Mutluluğun Sakıncaları**, çev. Erdem Gökyaran, Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık, İstanbul, 2015, s. 19.

<sup>6</sup> Sara Ahmed, **Mutluluk Vaadi**, çev. Deniz Mayadağ, Sel Yayıncılık, İstanbul, 2012, s. 19.

<sup>7</sup> Paul Watzlawick, **Mutsuzluk Kılavuzu**, çev. Veysel Atayman, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 1995, s. 12.

<sup>8</sup> Marar, **Mutluluk Paradoksu**, s. 28.

<sup>9</sup> Pascal Bruckner, **Ömür Boyu Esenlik**, çev. Birsal Uzma, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2012, s. 11.

Mutluluğun kişinin kendisi dışında ayrıca talihe bağlı olması da onun gizemi ni arttırmaktadır. Aristoteles, “Mutluluk acaba öğrenilebilir ya da alışılabilir veya başka bir şekilde gerçekleştirilebilir bir şey midir? Yoksa bir Tanrı vergisi olarak mı ya da bir rastlantı sonucu mu gelir?”<sup>10</sup> sorusuyla mutluluğun bu yönüne işaret etmiştir. Aristoteles, bilgeliği mutlu yaşama sanatı olarak görmüşse de mutluluğun kişiye bağlı olmayan unsurlar da içerdiğini, mutlu olmanın erdemli olmayı gerektirdiğini fakat mutluluğun aynı zamanda sefalet ya ad onursuzluk içinde yaşamama, sağlığın yerinde olması, ülkenin baskı görmemesi, ya da iç savaş içinde olmaması gibi dış unsurları da gerektirdiğinin farkındaydı. Mutluluk, kısmen kişinin erdemlerine bağlıdır. Kısmen de kişinin dışında kalan unsurlara veya talihe bağlıdır.<sup>11</sup> *Mutlu Olma Sanatı* adıyla bir kitap yazan ve mutluluğa çaba ile erişilebileceğini savunan, mutluluğun Tanrıların bir lütfu olmayıp, büyük bir çaba gerektiren bir başarı olduğunu savunan<sup>12</sup> Bertrand Russell bile mutluluğun kısmen kişinin kendisine kısmen de dış koşullara bağlı olduğunu kabul etmek durumunda kalmıştır.<sup>13</sup>

Öte yandan mutluluk, kültürden kültüre, kişiden kişiye ve her bir insanın da hayatının çeşitli evrelerinde değişmekte ve hep kişide olmayan bir şeyin suretine bürünmektedir. Bunun yanı sıra kişileri mutlu eden faaliyetlerin farklılık göstermesi de herkes için geçerli bir mutluluk reçetesi yazılamamasının bir diğer nedenidir.<sup>14</sup> Bir insanı o sırada neyin mutlu edeceğini kesin olarak söyleme ve mutluluğu bir formüle indirgeme imkanına sahip olmadığımız için mutluluğu reçetesi olmayan bir ideal olarak görmek daha doğru olacaktır. Ancak bu durum, mutluluğa ilişkin hiçbir şey söyleyemeyeceğimiz anlamına gelmez. En azından insanın temel ihtiyaçlarının karşılanmasının mutluluk için bir gereklilik olduğunun kabulü ile insanların mutlu olması için yapılabilecek pek çok şey vardır.

### Antik Dünyada ve Ortaçağda Mutluluk

Antik dönemde talihin rolü göz önüne alınarak insan mutluluğun tek belirleyicisi olarak görülmemiştir. Mutluluğun insanın başına gelen ve üzerinde kontrolünün olmadığı bir şey olduğu görüşü, Antik Yunanlıların ve antikite dünyasının çoğunun paylaştığı bir görüştü. Çoğu insan kendilerine sunulanla yetinmek duru-

<sup>10</sup> Aristoteles, *Nikomakhos’a Etik*, çev. Saffet Babür, BilgeSu Yayıncılık, Ankara, 2009, s. 21-22.

<sup>11</sup> Andre Comte, Sponville, Jean Delumeau, Arlette Farge, *Mutluluğun En Güzel Tarihi*, çev. Saadet Özen, Türkiye İş Bankası Yayınları, İstanbul, 2005, s. 31.

<sup>12</sup> Bertrand Russell, *Mutlu Olma Sanatı*, çev. Yunus Sağlamtürk, Say Yayınları, İstanbul, 2016, s. 171-172.

<sup>13</sup> Age, s. 179.

<sup>14</sup> Frederic Lenoir, *Mutluluk Üstüne*, çev. Atakan Altınörs, Bilge Kültür Sanat, İstanbul, 2015, s. 9.

mundaydı. İçinde yaşadıkları koşulları değiştirmeyi ya da gerçekleşen olayları etkilemeyi düşünmüyorlardı. Onlar için en kötüsünü düşünmek, en iyisini ummak ve mutluluğu Tanrılara bırakmak kolay ve akıllıca bir davranıştı.<sup>15</sup>

Tesadüf, bir insanın bahtına çıkandır. Kişinin lehine olabileceği gibi, aleyhine de olabilmektedir. Eski çağlar, tesadüfler daima lehte olmayacağından her iki ihtimali de hesaba katacak kadar temkinliyidiler. Aleyhte tesadüflerin gerçekleşme olasılığı çeşitli önlemlerle azaltılabilse de bunları tamamen ortadan kaldırmak mümkün değildir. Antik dönemde insanlar, lehlerine ve aleyhlerine olan durumları tanrısal bir kaynağa dayandırmış ve her ikisini de tevekkülle karşılamışlardır.<sup>16</sup> Platon'un da ifade ettiği gibi "Bir ölümlü hayatta her şeyin gönlünün dilediği gibi olmasını bekleyemez" di.<sup>17</sup>

Antik dönemin mutluluğa ilişkin kavrayışının bir diğer ayırt edici yönü, eudaimonist gelenekte bir insanın mutlu olarak nitelendirilmesinin esas olarak onun ahlaki karakterinin ve değerinin onaylanması anlamına gelmesidir.<sup>18</sup> Bu şekilde antik dünyada mutluluk, iyi yaşam ve erdemle ilişkilendirilmiştir. Mutluluk, iyi ve erdemli davranışlardan ayrı düşünülemezdir.

Ortaçağ insanı ise, Tanrı karşısında büyük bir teslimiyet sergilemekteydi. Ona göre lütuf verilirdi de alınırdı da. Her şey Tanrı'nın takdirdiydi. Mutluluk da tıpkı lütuf gibiydi ve Tanrı'ya mahsustu. Onu hiç kimse hak etmediği gibi herkes de ona erişemezdi.<sup>19</sup>

Ortaçağ dünyasında da mutluluk ahlak ile ilişkilendirilmeye devam etmiştir. Augustinus, Pascal ya da başka bir Hristiyan düşünür, mutluluk ile doğruluğu birbirinden ayrı düşünmemiştir. İnsan hayatı bir yolculuğa benzetildiğinde mutluluğun, bu yolculuğun sonunda bulunduğu düşünülüyordu. Erdem, Tanrı'nın inayeti ile insanı mutluluğa ulaştıracaktı.<sup>20</sup> Ancak antik dönemden farklı olarak bu dönemde öte dünyada mutluluk düşüncesi ağırlık kazanmıştır. Bu dünyada sadece mükemmellikten uzak ve vasat olan vardı. Kurtuluş umudu öbür dünyaya bırakılmıştı.<sup>21</sup>

<sup>15</sup> Darrin M. McMahon, **Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma**, çev. Kıvanç Tanrıyar, E Yayınları, İstanbul, 2013, s. 37.

<sup>16</sup> Wilhelm Schmid, **Mutsuz Olmak**, çev. Tanıl Bora, İletişim Yayınları, İstanbul, 2014, s. 17-18.

<sup>17</sup> Platon, *Meneksenos*, çev. İrfan Şahinbaş, Sosyal Yayınlar, İstanbul, 2001, s. 27.

<sup>18</sup> Marar, **Mutluluk Paradoksu**, s. 19.

<sup>19</sup> Susan Neiman, **Ahlâki Açıklık**, çev. Nagehan Tokdoğan, İletişim Yayınları, İstanbul, 2016, s. 170-175.

<sup>20</sup> McMahon, **Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma**, s. 251.

<sup>21</sup> Bruckner, *Ömür Boyu Esenlik*, s. 35-36.

Hristiyanlığın yaygınlık kazanmasıyla “iyi hayat” Tanrı’nın onayladığı hayat olarak anlaşılmaya başlandı. Artık mutluluk bu dünyadan değil, ölümsüzlük diyarından beklenmekteydi. Dünya hayatı mutsuz bir mücadele olarak görülürken, mutlulukla ancak hak ettiğimiz takdirde cennette karşılaşacaktık. Bu mutluluk anlayışı yüz-yıllar boyunca Ortaçağ kültürüne egemen olmuştur.<sup>22</sup> Ancak bu mutluluk anlayışı yüzlerce yıllık hakimiyetine rağmen egemenliğini kaybetmekten kurtulamamıştır.

### Aydınlanma Döneminden Günümüze Mutluluk ve Acıya İlişkin Anlayış

Rönesans döneminde Ortaçağ mutluluk anlayışında bir değişim baş göstermiş, bu değişim Aydınlanma döneminde ivme kazanmış ve nihayetinde mutluluk kavramının sekülerleşmesi ile tamamlanmıştır. Gelinek noktada artık mutluluğun erdemle veya öte dünya ile pek bir ilgisi kalmamıştır.

Rönesans döneminde antikçağ düşünürlerinin etiği yüceltilmiş, 17. ve 18. yüzyıllarda ise kendini iyi hissetme fikri ilk kez tırmanışa geçmiştir. Artık insan doğasının ilk günahla lekelenmediği, arzunun istenilebilir bir şey olduğu, toplumun iyileştirilebileceği, insanın doymak bilmez arzularından iyiliğin doğabileceği düşünceleri insanlar tarafından kabul görmeye başlamıştır. Aydınlanmacılar ve sonrasında Hobbes, Locke, Hume, Bentham, Mill gibi filozoflar ve Romantik düşünürler mutluluk, arzu, özgürlük, bilinç, ve hazzı modern ahlakın merkezine yerleştirmişlerdir.<sup>23</sup> Bu süreçte zevk ve refah saygınlığa kavuşmuş ve acı arkaik bir olgu olarak uzaklaştırılmıştır. Modern mutluluk arayışı Aydınlanma döneminde ortaya çıkan bu gelişmelerin ürünüdür ve Voltaire’in *Le Mondain* (1736) şiirindeki gibi ünlü bir mısra ile özetlenebilir: “Yeryüzü cenneti benim olduğum yerdir.”<sup>24</sup> Hristiyanlık, mutluluğu muhteşem bir cennet olarak Adem’in hatası sonucu kaybedilen ama sonunda Tanrı’yla yüz yüze gelip onu seyre dalmayı bekleyenler tarafından umut edilen bir yer olarak görmüştür. Hristiyanlık için mutluluk, umut edilen, kendisine ulaşılacağı kesin sayılmayan bir şeydir. Aydınlanma süreciyle beraber bu mutluluk ve cennet anlayışı silinmiş; cennet her türlü acının teselli edileceği, susuzlukların ve açlıkların giderileceği bir durum olarak görülmeye başlanmıştır.<sup>25</sup> Bu haliyle cenneti bu dünyada inşa etmek mümkün sayılmıştır.

<sup>22</sup> Marar, **Mutluluk Paradoksu**, s. 20.

<sup>23</sup> Marar, **Mutluluk Paradoksu**, s. 21.

<sup>24</sup> Bruckner, *Ömür Boyu Esenlik*, s. 31-32.

<sup>25</sup> Andre Comte, Sponville, Jean Delumeau, Arlette Farge, **Mutluluğun En Güzel Tarihi**, s. 11.

Aydınlanma ve Fransız Devrimi ile yalnızca ilk günahın silindiği ilan edilmiştir, bunlar ayrıca tüm insanlığa yönelik bir mutluluk vaadi olarak gerçekleşmiştir. Rönesans'tan itibaren ortaya çıkan değişimle, maddi ve teknolojik ilerlemelerin ardından yeryüzündeki hayatın bir kefaret ya da çile olmadığı düşünülmeye başlanmıştır. Bedene ilişkin bakış da bu değişimden nasibini almıştır. Bedeni artık ruhu kuşatan, kaçınılması ve kurtulunması gereken geçici ve tiksindirici bir örtü olarak görme dönemi sona ermiştir. Dinin dizginlenmesi, aşağılanması ve unutulması gerektiğini söylediği beden, her tür tıp ve hijyen kuralı ile kollanması, bakılması, sarıp sarmalanması gereken dost mertebesine erişmiştir. Bu, konforun zafer kazanmasıdır, rahatlığın ve rahatlığı sağlayan şeylerin kutsanmasıdır.<sup>26</sup>

Batı toplumları, Aydınlanma çağından itibaren mutluluğu yeryüzünde yaratma işini görev edindiler. Fakat mutsuzluklara neden olan acılar ne kadar kovalanırlarsa kovalansınlar, yeniden ortaya çıkmaya ve çoğalmaya devam etmektedirler.<sup>27</sup> Acı ve ıstırap istendik durumlar olmasalar da dünyamızın birer parçasıdır ve bu dünyada onlardan tamamen kaçınmak mümkün değildir. Buna karşın modern düşüncenin ileri gelenleri acının ve ıstırapın ortadan kaldırılmasını hedeflemişlerdi.<sup>28</sup> Hristiyanlık büyük bir ihtiyat göstererek hiçbir zaman acıyı yeryüzünden kaldırmayı vaat etmemiştir. Oysa Aydınlanmacı düşünürler için zaman ve sabır ile insan türünü üzüntüye sürükleyen felaketlerin neredeyse hepsini sona erdirmek mümkündür. Ancak ne olursa olsun modern çağın insanların acılarının kendilerinden öncekilerin acılarından daha az olduğu söylenemez.<sup>29</sup>

Mutluluk, Aydınlanma öncesinde cennet bahçesi ya da altın çağa mahsus, bir ihtimal ölümden sonraki hayatta ulaşılabilecek, bu dünyada ise tesadüfen sahip olunabilecek bir duygu olarak ele alınıyordu. Aydınlanma ile beraber her insanın mutlu olmaya ve mutluluğunu aramaya hakkı olduğu, bu dünyada mutluluğun sağlanabileceği, yeryüzünün bir imtihan yeri olmadığı fikri kabul görmeye başlamıştır. Artık mutluluğu istemek, bir temenni ya da bir güçsüzlük işareti sayılmamaktadır. Zira mutluluk, insanın hissetmeye hakkının olduğu bir duygudur.<sup>30</sup> Antik dönemde bilgiler, seçkin ahlakî bir elit oluşturmayı amaçlamışken; Aydınlanma düşünürleri, mutluluğu tüm topluma ve hatta bir bütün olarak insanlığa getirmeyi hayal etmiştir.<sup>31</sup>

<sup>26</sup> Bruckner, *Ömür Boyu Esenlik*, s. 33.

<sup>27</sup> Age., s. 152.

<sup>28</sup> Tage Lindbom, *Başaklar ve Ayrık Otları*, çev. Ömer Baldık, İnsan Yayınları, İstanbul, 2016, s. 181.

<sup>29</sup> Bruckner, *Ömür Boyu Esenlik*, s. 35-37.

<sup>30</sup> Neiman, *Ahlâki Açıklık*, s. 180-185.

<sup>31</sup> McMahon, *Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma*, s. 233.

Çok sayıda insana bu hayatta mutlu olacakları ve mutlu olmak zorunda oldukları fikrinin ilk defa empoze edildiği dönem Aydınlanma çağıdır. Bu dönemde mutluluk, tüm insanların bu hayatta elde edebilecekleri bir şey olarak sunulmaya başlanmıştır. Mutluluk, Tanrı'nın hediyesi ya da talihin bir oyunu veya sıra dışı bir davranışa verilen ödül değil, tüm insanlar tarafından elde edilecek, insana doğa tarafından bahşedilmiş bir hediyedir. Aydınlanma düşünürlerine göre insanların mutsuzluğu onların inançları, yönetim şekilleri, hayat koşulları veya gelenekleriyle ilgili birtakım yanlışlıklardan kaynaklanmaktaydı. bunların değişmesiyle mutluluğa ulaşmak mümkün olacaktır.<sup>32</sup> Kuşkusuz bu görüşte haklılık payı vardır. İnsanlarının çoğunun mutsuzluğu bu gibi nedenlerden kaynaklanmaktadır. Bunların değişmesi ile insanların mutluluğu artabilir. Ancak bütün bu unsurlar değişse bile nihai anlamda insan mutsuzluktan kaçınamaz.

Aydınlanma ile değişen mutluluk anlayışı, ahlakî evrenden psikolojik alana kaymıştır. 18. yüzyılın sonunda ise siyasi bir kavram olarak yükselmiştir. Mutluluk arayışı, Amerikan Anayasası'nda yaşama ve özgürlük ile beraber devredilemez haklar arasında zikredilerek kutsanmıştır.<sup>33</sup> Modern toplum bu mutluluk hakkını benimsemiştir. Mutluluk arayışının ve onu elde etme umudunun bireyin topluma iştirak etmesinin temel motivasyonu haline gelmesi gerektiği düşünülmüştür. Mutluluk arayışına böyle bir rol verilmesi ile bu arayış, yalnızca bir fırsat olmaktan çıkarak bir göreve ve en yüce ahlak ilkesine dönüşmek zorunda kalmıştır.<sup>34</sup> Gelinek noktada modern dünyada mutluluk artık bir vaat veya politik bir düşünce değildir. O bir hak ve ödevdir.<sup>35</sup>

Mutluluk bir hakka dönüştüğünde insanların onu savunmaları gerekmektedir. Bunun aksine bir hak olarak değil de lütuf olarak kavrandığında insanın ona ilişkin bir sorumluluğu yokken, onun bir hak olarak görülmesi ile birlikte insana bir yükümlülük de getirilmiş olur.<sup>36</sup> Mutluluğun bir ödev ve yükümlülük haline gelmesi temelde onun iradi bir mesele olarak görülmesi ile ilgilidir. Mutluluk, daha önceleri Tanrı'nın veya talihin bir lütfu olarak görüldüğünden onun ortaya çıkması insanın sorumluluğu değildi. İnsanlar ancak 18. yüzyılda talihi ve Tanrı'yı bir kenara bırakarak mutluluğun kontrol edemediğimiz güçlerin elinde olduğuna ilişkin inancı terk ederek kendi mutluluklarının sorumluluğunu üstlenmeye başladı.<sup>37</sup>

<sup>32</sup> Age., s. 30-31.

<sup>33</sup> Marar, **Mutluluk Paradoksu**, s. 25.

<sup>34</sup> Zygmunt Bauman, **Cemaatler**, çev. Nurdan Soysal, Say Yayınları, İstanbul, 2016, s. 89-90.

<sup>35</sup> Andre Comte, Sponville, Jean Delumeau, Arlette Farge, **Mutluluğun En Güzel Tarihi**, s. 13.

<sup>36</sup> Neiman, **Ahlâki Açıklık**, s. 185-186.

<sup>37</sup> McMahon, **Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma**, s. 82.



Günümüzde insanlar mutluluğu kendi çabaları hemen ulaşabilecekleri, hazır reçetelerde sunulan bir hedef olarak görme yanılgısına kapılmaktadır. Modern insanlar sadece lehlerine olan tesadüfleri talih olarak görür. Mutluluğu artık iyi şansın ya da rastgele seçimin sonucu olarak kabul etmeyen modern mutluluk anlayışı, mutluluğu herkesin özel olarak hazırlaması, yetiştirmesi ve savunması gereken bir durum sayar.<sup>38</sup> Mutluluk, aynı anda hak, görev ve hayatın başlıca amacı mertebesine yükseltilmiştir.<sup>39</sup> Önceki dönemlerle modern dönem arasında mutluluk anlayışı bakımından büyük farklar ortaya çıkmıştır. Önceden mutluluk görev, sorumluluk ve gereklilikle şekillendirilen bir hayatın ümit edilen bir yan etkisi olarak görülürken, modern dönemde mutluluk, ele geçirilemediği için peşinden daha büyük bir hırsla koşulan neredeyse evrensel bir amaç haline gelmiştir.<sup>40</sup>

### Mutluluğun Dayatılmasının Bazı Sonuçları

Mutluluğun ödev halini alması ile her şey zevk ve sıkıntı üzerinden değerlendirilmeye başlanmıştır. Mutluluk bir hayat projesi ve sorumluluk olarak görülür. Bu ödev, özellikle 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren onu benimseyenlerde utanç ve huzursuzluğa neden olmaktadır. Bu ödevde göre insan mutluluk hedefine ulaşmaya çalışmalıdır ve ulaşamayınca da kendisini cezalandırmalıdır. Mutluluğu bir ödev haline getiren anlayış, birtakım yanılgılar taşır. Mutluluğun bir ödev olarak talep edilmesi, akademik bir konu gibi öğrenilmeye çalışılması, bir ev gibi tasarlanması aslında birer yanılgıdır.<sup>41</sup>

Mutluluğun nihai hedef haline gelmesi, insanın mutluluğu üzerinde tam hakimiyete sahip olduğu düşüncesine dayanır. Bu inanca göre insanoğlu, kendi kaderinin efendisi olacak, kaderini kendisi inşa edecek ve mutluluğu keşfedecektir. Böylece mutluluk da teknik ve bilim gibi insana bağlı marifetler arasına dahil edilmiştir. Mutluluk, insan tarafından yaratılmalı ve sergilenmelidir.<sup>42</sup> Böylesi bir anlayış açısından mutluluk yalnızca bir irade meselesidir.

Ancak mutluluk hiçbir zaman yalnızca bir irade meselesi değildir. O, irade ve rasyonel çabaya bağlı olduğu kadar, kadere veya talihe de bağlıdır. Hayat beklenmedik sürprizlerle doludur, onun karşımıza ne çıkaracağını bilemeyeceğimiz gibi kendi duygularımız üzerinde de mutlak bir kontrole sahip değiliz. Mutluluk,

<sup>38</sup> Ahmed, **Mutluluk Vaadi**, s. 38.

<sup>39</sup> Zygmunt Bauman, **Yaşam Sanatı**, çev. Akın Sarı, Versus Kitap, İstanbul, 2013, s. 50.

<sup>40</sup> Farrelly, **Mutluluğun Sakıncaları**, s. 112-113.

<sup>41</sup> Bruckner, **Ömür Boyu Esenlik**, s. 12.

<sup>42</sup> Age., s. 42.

beklenmedik bir şiddet eylemiyle gölgelenebilir, günümüz dünyasında neredeyse herkes bir terör saldırısına uğrayabilir veya olmayacak bir kaza başına gelebilir.<sup>43</sup> İrade, bu gerçeği kabul etmeyerek kendisine bağlı olmayan koşulları değiştirmeye çalıştığında zayıf düşer.<sup>44</sup> İrade ne kadar güçlü olursa olsun bu gücün bazı sınırları vardır. İnsanın başına gelen her şeyi kabul etmesi gerekmez, kuşkusuz insanın değiştirebileceği pek çok şey vardır. Bir hastalık durumunda kendisini iyileştirecek veya kötüleştirecek pek çok etken hastanın elindedir. Ama hiç kimse her şeyi değiştirebilecek güçte değildir. İnsanın tüm hastalıkları tüm zamanlarda önlemesi mümkün değildir. Bireysel ve toplumsal duyarlılık ile talihsiz tesadüflerin ortaya çıkma ihtimallerini azaltmak mümkünse de onları insan hayatından tümüyle çıkarmak mümkün değildir.<sup>45</sup> İradenin kendisine mutlak bir güven duyarak mutluluk arayışına girişmesi düş kırıklığı yaratır, saldırganlığa dönüşme tehlikesi taşıyan bir keder yaratır. Daha da kötüsü, bu arayışın yararsızlığının yaşamın saçma olduğu düşüncesini uyandırarak hayatın sürekliliğini tehlikeye atabilmesidir.<sup>46</sup>

Günümüz tüketim toplumunun karakteristik değeri, diğer tüm değerlerle ilişki içinde olan ve diğer değerlerin kendisine dayandığı en üst sırada yer alan değeri mutlu yaşamdır. İnsanlık tarihinde dünyevi mutluluğu, buradaki ve şimdideki mutluluğu, ertelemeyen ve kesintiye uğramayan bir mutluluğu vaat eden tek toplum da muhtemelen bu tüketim toplumdur. Ancak bu toplumun dikkat çekici bir başka yönü daha vardır. Bu yön onun mutsuzluğa bakışıyla ilgilidir. Günümüz tüketim toplumu, aynı zamanda mutsuzluğun hiçbir çeşidini onaylamayan, mutsuzluğu tiksinti verici bir şey olarak sunan tek toplumdur.<sup>47</sup> Mutsuzluğun kabul edilemez oluşu, “havasında olmayan” insanları kimsenin yanında istememesine yol açarak<sup>48</sup> mutsuz kişileri yalnızlaştırmaktadır.

Mutluluğa bakış, mutsuzluğun ve acının algılanışını doğrudan etkilemektedir. Hayatın amacı erdemli olmaktan veya bir görevi yerine getirmekten çıkıp refah elde etmeye dönüştüğü andan itibaren en ufak bir memnuniyetsizlik bile insana bir hakaret gibi incitici gelir. Artık acı, dinî açıklamalardan mahrumdur ve hiçbir anlam taşımamaktadır. Tespit edilebilen fakat açıklanamayan acı, yenilmesi gereken bir

<sup>43</sup> McMahan, **Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma**, s. 30.

<sup>44</sup> Bruckner, **Ömür Boyu Esenlik**, s. 49.

<sup>45</sup> Schmid, **Mutsuz Olmak**, s. 20-21.

<sup>46</sup> Zygmunt Bauman, **Ölümlülük, Ölümsüzlük ve Diğer Hayat Stratejileri**, çev. Nurgül Demirdöven, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2012, s. 114.

<sup>47</sup> Zygmunt Bauman, **Etiğin Tüketiciler Dünyasında Bir Şansı Var mı?** çev. Funda Çoban, İnci Katırcı, De Ki Basım Yayım, Ankara, 2010, s. 143.

<sup>48</sup> Schmid, **Mutsuz Olmak**, s. 28.

düşman gibi görülmektedir. Eskiden kurtuluşa vesile olan acı, artık telafi gerektiren bir durumdur.<sup>49</sup> Mutlu tesadüflerin insanların karşılıklarına çıkmaması, bu insanların mutlu olma haklarını engellediği için bir mutsuzluk nedenidir. Bu tür durumlar onları kızdırır ve hayal kırıklığına uğratır.<sup>50</sup>

Mutluluğun dayatılması ile günümüzde insanlar dergilerde, filmlerin sonunda, reklam afişlerinde, televizyonlarda hakları olduğu için eğlenen insanların gülen yüzleriyle sürekli karşılaşmaktadır. Bazı araştırmalar gülmenin daha iyi bir ruh hali aşladığını iddia ederek insanları gülmeye davet etseler de yapay mutluluk imgeleri, neşeyi paylaşamayan insanların mutsuzluğunu, vicdan azabını ve yetersizlik duygusunu güçlendirebilir.<sup>51</sup>

Mutluluğa verilen yüksek değer, üzüntü ve endişeye yol açan her tür davranıştan kaçınarak ortaklaşa mutluluğa katkıda bulunmaya yönelik ahlakî bir ödev doğurmuştur. Bu ödev, umutsuzluk insanı derinden sardığında bile mutlu gözükmeyi gerektirmektedir. İnsanlar üzüntülerini sergilemesi, mutluluğa karşı günah işlemek ve onu tehdit etmek şeklinde algılanmaktadır.<sup>52</sup>

Mutsuzluğa ve mutsuz kişilere tahammülsüzlüğün artması nedeniyle müstakbel vatandaş olan göçmenler, mutluluk görevleri nedeniyle yaşadıkları ırkçılıktan bahsetmemeye, sömürge tarihinin mutsuzluğundan ya da çok kültürlü ulusun renkli çeşitliliğine dahil edilmeyen bağlardan söz etmemeye zorlanmaktadır. Göçmenlerin mutluluk ödevi, geldikleri ülkeye gelişlerinin iyi olduğunu veya bu gelişin iyiliğine dair bir hikaye anlatmalarını gerektirmektedir. Mutluluk ödevi, göçmenlerin durumunda olduğu gibi iyi olandan söz etmeyi gerektirirken, mutsuzluk hakkında konuşmayı güçleştirmektedir.<sup>53</sup> Mutluluk ödevi, kişiler üzerinde bir baskı yaratarak mutluluk hikayeleri inlemek isteyen veya mutsuzluğa tahammülü olmayan insanlar karşısında onları mutsuzlukları konusunda suskunluğa itebilmekte veya gerçeğin tahrifine sevk edebilmektedir.

Mutlu olma hakkı ve ödevi insanlar üzerinde baskı yaratmaktadır. Acının kabul edilmemesi ve mutsuz insanlara mesafeli olunması, ruh halini değiştiren uyuşturucuların giderek daha fazla tüketilmesine yol açmaktadır. “Bir Prozac top-

<sup>49</sup> Bruckner, *Ömür Boyu Esenlik*, s. 37-38.

<sup>50</sup> Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 18.

<sup>51</sup> McMahon, *Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma*, s. 481.

<sup>52</sup> Philippe Aries, *Batılının Ölüm Karşısındaki Tavırları*, çev. Mehmet Ali Kılıçbay, Gece Yayınları, Ankara, 1991, s. 92.

<sup>53</sup> Ahmed, *Mutluluk Vaadi*, s. 206.

lumu”nda yaşıyoruz ve bu, giderek bir Prozac dünyası halini alıyor.<sup>54</sup> Mutluluğa, hazza, tatmine ve hayattan zevk almaya yönelik gösterge bombardımanına karşın günümüz toplumlarında depresyon, içe kapanma, apati, kayıtsızlık, bıkkınlık ve öz tahribat artmaktadır.<sup>55</sup>

İnsanlar kendilerini sürekli mutlu olmak zorunda hissettikleri için bu durum doğal bir şekilde gerçekleşmediğinde yapay yollarla mutlu olmaya çalışmaktadır. Beynin kimyasını değiştiren uyuşturucu madde kullanımı dışında, mutlu olmak için başvurulan diğer yöntem eğlence araçlarıdır. Bir sektör olarak eğlence sektörünün her sene büyümesi ve insanlar tarafından eğlenmenin bir ihtiyaç olarak görülmesinin yaygınlık kazanması mutlu olma ödeviyle yakından ilişkilidir. Günümüzde eğlence, bizi mutlu etmek amacıyla her yerdedir. İnsanlara her yerde ve her zaman eğlenmelerine imkan sağlayacak araçlar sunulmaktadır. Artık herkes istediği yerde kendisini eğlendirecek müzikleri dinleyebilir, videoları ve görselleri izleyebilir. Evinde, iş yerinde, yollarda, toplu taşıma araçlarında vb. kişiliğine uygun eğlence unsurlarından faydalanabilir. Eğlenceye verilen önem o derece artmıştır ki artık en ciddi faaliyetlerden biri olan öğrenmenin bile eğlenceli olması istenmektedir.

Sürekli mutluluk beklentisi ve mutlu olma yükümlülüğü insanın acıyı kabullenişini ve ona tahammülünü güçleştirirken, mutluluk ile acı arasındaki ilişkinin de göz ardı edilmesine neden olmaktadır. Mutluluk hiçbir şekilde acının olmadığı bir hayat demek değildir. Mutlu bir hayat için belli ölçüde, acı, ıstırap, yokluk ve mücadeleye gereklidir. Fransız filozof Alain, bu durumu “Mutluluğun biraz endişe, biraz tutku ve bizi kendimize getiren bir parça acının var olmasını gerektirdiğine şüphe yoktur” diyerek açıklamıştır.<sup>56</sup>

Mutluluk, çeşitlilik kadar karşıtlıklara da ihtiyaç duyar. Engellenme kadar tatmin de onun için ölümcüldür. Alabildiğine yaşandığı andan itibaren kendi kendini tüketmeye başlar.<sup>57</sup> İnsanların mutlu olmak için çaba harcamalarının nedeni mutsuzluklardır. Mutluluğu bulduklarında mutsuzluk olmadan yapamazlar çünkü mutsuzluğa da ihtiyaç duyarlar. Televizyon programlarının izleyicilerini mutlu etmek için mutsuzluk tasvirlerini kullanmalarının nedeni budur. Mutluluk anlarının ve zamanlarının anlamlı olmasına rağmen insanın sürekli mutlu olmayı istemesi anlamlı değildir. Mutluluğun ebediyen sürmesi mümkün değildir. Ancak günü-

<sup>54</sup> Age., s. 495.

<sup>55</sup> Yaşar Çabuklu, **Toplumsalın Sınırında Beden**, Kanat Kitap, İstanbul, 2004, s. 111.

<sup>56</sup> Alain, **Mutlu Olma Sanatı**, çev. Ayda Yörükân, Doğu Batı Yayınları, Ankara, 2016, s. 137.

<sup>57</sup> Bruckner, Ömür Boyu Esenlik, s. 39.

müzde pek çok insan tam da bunu ummakta ve istemektedir. Sürekli mutlu olmayı isteyen bu insanlar, esintisiz bir hoşluk hali, daimi neşe, sürekli keyifli olma ve bol eğlence peşindedirler. Oysa hiç kimse sürekli sadece sevinç duyamaz.<sup>58</sup>

### Sonuç

İnsanlar için mutluluk her zaman en çok istenen değerler arasında yer almıştır. Ancak tarihin farklı dönemlerinde insanlar ona ulaşılabilirliğe ilişkin farklı anlayışlar sergilemişlerdir. Antik dönemlerde ve ortaçağda ağırlıklı görüş, ona erişmenin insan iradesinden çok talihe veya Tanrı'nın lütfuna bağlı olduğu şeklindedir. Antik Grekler ahlaklı olmadan ve erdemli yaşamadan ayrı bir mutluluk kavramı ortaya koymamışlardır. Onlar için ahlak ile mutluluk yakından ilişkiliydi. Ortaçağ Hristiyan dünyasında ise hakim görüş, bu dünyanın bir imtihan yeri olduğu ve mutluluğun ancak Tanrı'nın lutfu ile öbür dünyada cennette elde edileceğiydi.

Aydınlanma döneminde mutluluk anlayışında köklü bir değişim olmuştur. İnsan aklına duyulan büyük güvenle beraber her insanın bu dünyada mutlu olabileceği düşüncesi yaygınlık kazanmıştır. Mutluluk arayışı insanlar için birer hak olarak görülmeye başlanmıştır. Artık insanlar yalnızca kendi çabaları ile bu dünyada mutlu olabileceklerini ve sadece mutluluğu aramanın değil, mutlu olmanın da kendileri için bir hak olduğunu düşünmeye başlamışlardır. Mutluluğun en belirleyici ve en yüce değer haline gelmesi ile beraber kendini iyi hissetmek, iyi bir insan olmaktan önemli hale gelmiş ve kişiler için mutluluk en önemli yükümlülük sayılmıştır. Günümüzde hem insanın kendisi hem de diğer herkes ondan mutlu olmasını beklemektedir. Bu haliyle mutluluk talebi bir dayatmadır.

Mutlu olma talebi insanlar için bir dayatma halini aldığı anda, insanlar hayatlarının her anında mutlu olmalarının bir hak ve yükümlülük olduğunu düşünür. Artık mutluluk arayışı, bir mutsuzluk kaynağı haline gelir. İnsanların mutluluğa ulaşmaya çalışmaları ve acılardan kaçınmayı istemeleri normal ve anlaşılır bir durumdur. Ancak bunu başarmak her zaman imkan dahilinde değildir. Bunu söylemek, insanların mutlu olma isteğine ve bu uğurda sarf ettikleri çabalara karşı çıkmak değildir. Mutluluk duygusunun kırılmasını vurgulayarak hayatın her anında mutlu olma talebinin ne derece gerçekçi ve makul bir istek olduğunu sorgulamaktır.

Her ne kadar bizi mutsuz eden acıları hayatımızdan çıkarmayı istesek de “yaranlanma ve hastalığa bağlı bedensel acılar, hayal kırıklığına ve duyguların incinmesi-

<sup>58</sup> Schmid, **Mutsuz Olmak**, s. 27.

ne bağlı ruhsal acılar, geçicilik ve ölümle karşılaşınca düşünülen anlamsızlığa bağlı zihinsel acılar”<sup>59</sup> hayatımızda er almaya devam edecektir.

Mutlu olmak insanlar için bir hak ve yükümlülük olarak görüldüğünde her acı ve her türlü mutsuzluk nedeni bir haksızlık olarak algılanacaktır. Bu da yaşanan acıyı ve mutsuzluğu arttıracaktır. Çünkü artık yaşanan olumsuzluk sadece bir olumsuzluk değildir, ayrıca kişinin mutluluk hakkına yapılmış bir saldırdır ve o kişinin mutlu olma yükümlülüğünü yerine getirememiş olmasından kaynaklanan bir başarısızlık ve yetersizlik duygusu yaratır. Kişi, Tanrı'nın, evrenin ya da talihin onu her zaman mutlu etmesi gerektiğini düşünürse, bu mutluluğu gölgeleyecek veya engelleyecek her tür gelişme onun tarafından bir haksızlık sayılacaktır. Tanrı'dan, evrenden veya talihten böyle bir beklentisi olmayan insan için hayatta karşısına çıkan mutsuzlukları ve acıları kabullenmek ve bunları hayatın bir parçası olarak görmek çok daha kolaydır.

Mutlu olmayı kişisel bir yükümlülük olarak üstlenen kişi için mutsuzluk, mutluluğu Tanrı'nın veya talihin bir lufu olarak gören kimseye göre daha yıpratıcıdır. İkincisi için mutsuzluğun nedenini Tanrı'nın iradesinde veya talihin oyununda görmek mümkünken, ilki için böyle bir imkan yoktur. O, mutlak bir güç atfettiği iradesi ile mutlu olmalıdır ve eğer ortada bir mutsuzluk varsa bu, o kişinin mutlu olmadaki başarısızlığının bir sonucudur. O kişi, mutsuzluğa ilaveten başarısızlık ve yetersizlik duygusunu da tadacaktır ve mutsuzluğu artacaktır.

Tanrı'nın, evrenin ya da talihin insanı mutlu etmek gibi bir görevi yoktur. İnsanın kendisi de sürekli kendisini mutlu edemez. İçinde yaşadığımız dünya, mutluluklar kadar mutsuzluklara da neden olacak olaylara sahne olmaktadır. Kuşkusuz bireysel ve toplumsal olarak acıları azaltmaya ve sevinçleri arttırmaya çalışmamız ahlaken övgüye değerdir. Ahlaklı olmak, bu yönde çaba sarf ettirmemizi gerektirir. İnsanoğlunun sahip olduğu potansiyel, dünyada pek çok acının sona ermesini sağlamıştır. Örneğin artık depresyon, sel gibi doğal felaketler karşısında daha az acının yaşanmasını sağlayacak bilgi ve araçlara sahibiz. Ahlaki fail olarak gücümüz dahilindeki olaylardan sorumluyuzdur ve sahip olduğumuz bu güç pek çok mutsuzluğu ortadan kaldıracak büyüklüktedir. Bu nedenle gücümüz dahilindeki mutsuzluk ve acılardan ötürü Tanrı'yı, evreni veya talihi suçlayamayız. Ancak potansiyelimizi ortaya koyarken insanoğlunun yeryüzündeki tüm acıları ortadan kaldırdığı ve tüm insanları her zaman mutlu edebileceği yanılışına kapılma-

<sup>59</sup> Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 30.

malıyız. Böyle bir yanılısama hayal kırıklığı ile sonuçlanmaya mahkumdur. Ne tüm acılar ortadan kalkacaktır ne de herkes her zaman mutlu olabilir. Mutsuzluğun da mutluluk kadar doğal olduğunu kabul ettiğimizde diğer nedenlerden kaynaklanan mutsuzluk değilse de mutluluk dayatmasından kaynaklanan mutsuzluk sona erecektir.

### Kaynakça

- Ahmed, Sara, Mutluluk Vaadi, çev. Deniz Mayadağ, Sel Yayıncılık, İstanbul, 2012.
- Alain, Mutlu Olma Sanatı, çev. Ayda Yörükân, Doğu Batı Yayınları, Ankara, 2016.
- Andre Comte, Sponville, Jean Delumeau, Arlette Farge, Mutluluğun En Güzel Tarihi, çev. Saadet Özen, Türkiye İş Bankası Yayınları, İstanbul, 2005.
- Aristoteles, Nikomakhos'a Etik, çev. Saffet Babür, BilgeSu Yayıncılık, Ankara, 2009.
- Bertrand, Russell, Mutlu Olma Sanatı, çev. Yunus Sağlamtürk, Say Yayınları, İstanbul, 2016.
- Darrin, M. McMahon, Mutluluk/Mutluluk Üzerine Tarihsel Bir Çalışma, çev. Kıvanç Tanrıyar, E Yayınları, İstanbul, 2013.
- Elizabeth Farrelly, Mutluluğun Sakıncaları, çev. Erdem Gökyaran, Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık, İstanbul, 2015.
- Frederic Lenoir, Mutluluk Üstüne, çev. Atakan Altınörs, Bilge Kültür Sanat, İstanbul, 2015.
- Pascal, Bruckner, Ömür Boyu Esenlik, çev. Birsal Uzma, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2012.
- Paul, Watzlawick, Mutsuzluk Kılavuzu, çev. Veysel Atayman, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 1995.
- Philippe, Aries, Batılının Ölüm Karşısındaki Tavırları, çev. Mehmet Ali Kılıçbay, Gece Yayınları, Ankara, 1991.
- Platon, Meneksenos, çev. İrfan Şahinbaş, Sosyal Yayınlar, İstanbul, 2001.
- Susan, Neiman, Ahlâki Açıklık, çev. Naghan Tokdoğan, İletişim Yayınları, İstanbul, 2016.
- Tage, Lindbom, Başaklar ve Ayrık Otları, çev. Ömer Baldık, İnsan Yayınları, İstanbul, 2016.
- Topakkaya, Arslan: "Kant'ın 'Ahlak(iliğ)in Metafiziği' Adlı Yapıtında Etiğin Temellendirilmesi", Doğu-Batı Dergisi, 4. Sayı, 3. Baskı, (2004), ss. 69-79.
- Topakkaya, Arslan; "Stoa Etiğinin Temel Kavramları", Felsefe Dünyası, Felsefe Dünyası , sayı: 49(2009/1), , ss.56-69.
- Wilhelm Schmid, Mutsuz Olmak, çev. Tanıl Bora, İletişim Yayınları, İstanbul, 2014.
- Yaşar, Çabuklu, Toplumsalın Sınırında Beden, Kanat Kitap, İstanbul, 2004.
- Ziyad, Marar, Mutluluk Paradoksu, çev. Serpil Çağlayan). İstanbul: Kitap Yayınevi
- Zygmunt, Bauman, Etiğin Tüketiciler Dünyasında Bir Şansı Var mı? çev. Funda Çoban, İnci Katırcı, De Ki Basım Yayım, Ankara, 2010.

Zygmunt, Bauman, Ölümlülük, Ölümsüzlük ve Diğer Hayat Stratejileri, çev. Nurgül Demirdöven, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2012.

Zygmunt, Bauman, Yaşam Sanatı, çev. Akın Sarı, Versus Kitap, İstanbul, 2013.

Zygmunt, Bauman, Cemaatler, çev. Nurdan Soysal, Say Yayınları, İstanbul, 2016.