



Türk Din Psikolojisi Dergisi
Turkish Journal for the Psychology of Religion

Sayı: 9 • Haziran 2024 • 293-302
Issue: 9 • June 2024 • 293-302



Psikanaliz ve Zen-Budizm

Fromm, E. (2019). *Psikanaliz ve zen-budizm*.
İstanbul: Say Yayınları (88 s.)
Fromm, E. (2019). *Psychoanalysis and zen-buddhism*.
İstanbul: Say Publishing (88 p.)
ISBN: 978-605-02-0620-3



Yiğit Sefa Kalava

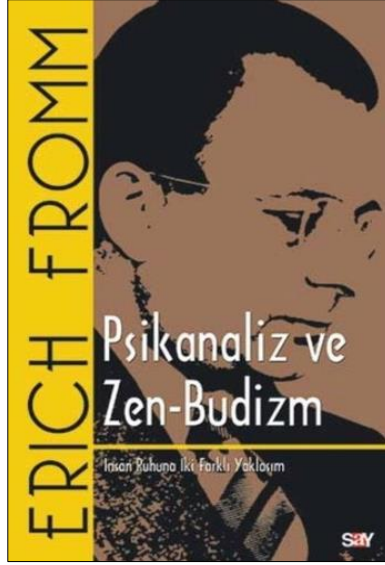
Yüksek Lisans Öğrencisi
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: kalava@gmail.com
Orcid: 0000-0002-3548-0812
Eskişehir / Türkiye

MA Student
Eskişehir Osmangazi University
Institute of Social Sciences
E-mail: kalava@gmail.com
Orcid: 0000-0002-3548-0812
Eskişehir / Türkiye

<https://doi.org/1059379/tdpd.1416832>

Türk Din Psikolojisi Dergisi
Turkish Journal for the Psychology of Religion

Makale Türü • Article Type Kitap İnceleme • Book Review
Geliş Tarihi • Received 09 Ocak 2024 • 09 January 2024
Kabul Tarihi • Accepted 08 Mart 2024 • 08 March 2024



Ö z e t

Fromm, Psikanaliz ve Zen-Budizm kitabında, başlangıçta ilgisiz görülebilecek bu iki yaklaşımı karşılıklı olarak irdeler ve Freud ile başlayan bilimsel psikanaliz yöntemine Zen-Budizm'inin entegre edilebilme olasılığı üzerine çeşitli savlarda bulunur. O, yaklaşımları metin içinde karşılaştırırken, aralarındaki farklılıkların benzerliklere oranla daha ağır bastığını vurgulamasına karşın bu iki disiplini temel kavramları üzerinden ilişkilendirerek insanın esenliğe kavuşturulmasına yardımcı olma arzusu açısından inceler.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Din psikolojisi • Psikanaliz • Zen-budizm
Ruh sağlığı • Doğu ve Batı düşüncesi

A b s t r a c t

In his book Psychoanalysis and Zen Buddhism, Fromm explores the possibility of integrating Zen Buddhism into the scientific method of psychoanalysis initiated by Freud, despite these two approaches initially appearing unrelated. While he acknowledges that the differences between these approaches outweigh their similarities, he examines them through their fundamental concepts. Fromm aims to demonstrate how both disciplines, despite their differences, share a common desire to help individuals achieve well-being.

K e y w o r d s

Psychology of religion • Psychoanalysis • Zen-buddhism
Mental health • Eastern and Western thought

23 Mart 1900 yılında Almanya’da dünyaya gelen Erich Fromm, ünlü bir psikanalist olmasının yanında antropoloji, din, etik, psikanaliz, sosyoloji ve felsefe dahil olmak üzere birçok alanda araştırma yapmıştır. Çalışma alanını sosyoloji olarak değiştirene ve Heidelberg Üniversitesine kaydolana kadar Frankfurt Üniversitesinde hukuk okudu. 1922 yılında sosyoloji alanında doktora derecesi ile mezun olduktan sonra Münih Üniversitesinde eğitimine psikoloji ve psikiyatri ile devam etti. Bunun yanında 1929-1932 yılları arasında Frankfurt Üniversitesi Sosyal Araştırmalar Enstitüsünde akademisyen olarak görev yaptı. Enstitü daha sonra Frankfurt Eleştirel Teori Okulu olarak tanındı ve Marksist disiplinler arası sosyal psikolojiye adanmış en yaygın bilinen merkezlerden biri haline geldi. 1930’lu yıllarla birlikte Nazi hareketlerinin başlaması ile 1933’te davet üzerine ABD’ye gitti ve 1941’e kadar New York’taki Columbia Üniversitesi’nde görev aldı. Bu süreçte aralarında tanınmış bir Alman psikanalist olan Karen Horney de dahil olmak üzere birçok bilim insanıyla ilişki kurdu. Fromm, ilk olarak, insanın bilinçsiz özgürlüğü ve otoriter siyasi sistemleri ele aldığı ‘Özgürlükten Kaçış’ adlı kitabıyla dikkat çekti. Bu kitap dönemin Amerika’sının entelektüel düşüncesine etki ederek şekillenmesine katkı sağladı ve Fromm’un Karen Horney ve Harry Stack Sullivan ile birlikte Neo-Freudyen olarak kategorize edilmesine neden oldu. 1941-1950 yılları arasında ise, Vermont eyaletinde bulunan Bennington College’da öğretim üyeliği yaptı. 1951’de Frontera’daki Meksika Ulusal Özerk Üniversitesinde profesörlük görevine getirilen Fromm, Mexico City’ye taşındı. 1955-1965 yılları arasında üniversitede psikanaliz bölümünün başkanlığını yaptı. Emekli olması ile birlikte ise 1980’deki ölümüne kadar kaldığı İsviçre’ye taşındı. Alanında “*Escape from Freedom*” (Özgürlükten Kaçış) 1941, “*Man for Himself*” (Kendini Savunan İnsan) 1947, “*Psychoanalysis and Religion*” (Psikanaliz ve Din) 1950, “*The Art of Loving*” (Sevme Sanatı) 1956, “*The Heart of Man*” (Sevginin ve Şiddetin Kaynağı) 1964, “*The Nature of Man*” (İnsanın Doğasına Bakış) 1968, “*The Anatomy of Human Destructiveness*” (İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri) 1973, “*The Art of Being*” (Olma Sanatı) 1993, gibi birçok eser veren psikanalist, bilim dünyasının en çok değer verdiği isimlerden birisidir (Britannica, 2023).

Erich Fromm tarafından hazırlanan ve değerlendirmesi ikinci baskısı üzerinden yapılan “*Psikanaliz ve Zen-Budizm*” isimli bu eser, yazarın yaşadığı dönemde psikanalistler arasında Zen-Budizm’e giderek artma eğiliminde olan ilginin sebeplerini arar ve Batı düşüncesine dayalı psikanalitik yöntem ile Doğu felsefesi ve maneviyatı arasındaki ilişkileri inceleyerek, ruhsal gelişim ve iç huzur arayışı üzerine derinlemesine bir bakış sunar. Önsöz dışında altı bölümden oluşan eserin alt başlıkları ise

şöyledir: “*Günümüzdeki Ruhsal Bunalım ve Psikanalizin Rolü, Freud’un Psikanaliz Kavramlarındaki Değerler ve Hedefler, Esenliğin Niteliği–İnsanın Ruhsal Evrimi, Bilincin, Bastırmanın ve Baskısızlaştırmanın Yapısı, Zen-Budizm’in Prensipleri, Baskısızlaştırma ve Aydınlanma*”. Son alt başlık olan “*Baskısızlaştırma ve Aydınlanma*” kısmında ise sonuç anlamında bu yaklaşımların amaç ve yöntemleri üzerine bir değerlendirmeye yer verilmiştir. Freud’dan hareketle bilimsel bir yöntem olarak psikanalizin başladığını ifade eden yazar, kendi tarihi içerisinde yöntemin önemli bir yol kat ettiğini ve Zen-Budizm’in ilkeleriyle birlikte ilişkilendirilmesi durumunda insanın doğasının esenliğe ulaştırılabileceğini savunur. Görece kısa tutulan önsöz kısmında bu iki yaklaşımın aslında “Doğu ve Batı düşünce tarzının karakteristik ifadesi” olduğu belirtilir ve kültürel kodların birer taşıyıcısı olarak görülür. Bu anlamda aralarındaki farklılıkların benzerliklere oranla daha ağır bastığının bilincinde olan Fromm, hedefinin ne Zen-Budizm düşüncesinin bir sunumu ne de psikanaliz tarihinin bütüncül bir incelemesi olmadığını belirtir. Amacı, yaklaşımları temel kavramları üzerinden ilişkilendirerek insanın esenliğe kavuşturulmasına yardımcı olmaktır. Ülkemizde Din Psikolojisi alanında multidisipliner anlayışla kaleme alınan yeteri kadar özgün çalışma ya da eser çevirisinin olmaması nedeniyle önem arz eden eser, 88 sayfa olarak Say Yayınları tarafından Nurdan Sosyal çevirisiyle basılmıştır.

Erich Fromm, kitabın ilk bölümü olan *Günümüzdeki Ruhsal Bunalım ve Psikanalizin Rolü* (ss. 9-12) başlığı altında öncelikle batı kültürü içerisinde yaşayan insanın yaşadığı buhranı ifade eder. O, bu buhranın ya da bıkınlığın kaynağını on dokuzuncu yüzyıldaki teist görüşlerin terk edilmesiyle birlikte rasyonalizmin yükselişi, akılcılığa verilen aşırı önemin bir sonucu olarak duyguların akıldışı olarak kabul edilerek düşüncelerden ayrılması yani bir anlamda dışlanması, bireyin maneviyatını yitirerek materyalist odaklı yaşamaya başlaması ve buna bağlı olarak doyumsuzluğun doruklarına ulaşmasında arar. Teist görüşler döneminde bireyin kendi iç dünyasını anlama, anlamlandırma bağlamında manevi yönden olgunlaşmaya odaklandığı ifade edilebilirken rasyonalizm ile birlikte insan dışa dönük olarak nesneye yönelmiş, sonrasında da geliştirdiği çeşitli teknik ve teknolojiler sayesinde nesnenin mükemmelleşmesine odaklanmıştır. Yazar her ne kadar yaşadığı dönemdeki kilise üyeliğinin inanılmaz artışına değinse ve din kitaplarının çok satanlar listelerinin zirvelerinde yer aldığını vurgulasa da insanların bunu sadece maddi dünyalarını perdelemek için bir araç olarak kullandıklarını belirtir. Kendi ifadesiyle Tanrı yanılmasından vazgeçen insanın aslında tevazuyu, sevgiyi, tarafsızlığını ve temelde de potansiyelini kaybettiğini belirten Fromm, Doğu dinlerinin Batı

dinlerine göre daha akılcı ve gerçekçi olduğu ve bu kapasiteleri ile Batı dünyasının rasyonalist bakış açısı ile örtüştüğünü belirtir.

Freud'un Psikanaliz Kavramlarındaki Değerler ve Hedefler (ss. 13-20) başlıklı ikinci bölümünde Fromm, Freud'un psikanaliz yaklaşımından bahseder ve onun aslında farkına varmadan Zen-Budizm'in ruhuna yaklaştığını ifade eder. Ona göre, Freud klasik hastalık ve tedavi kavramını aşmıştı, ruhsal bozukluğu terapi yöntemiyle tedavi etmekten ziyade bir kişiyi kimi zaman yıllarca analiz ederek onun kurtuluşuna vesile olma amacındaydı ve temel yönelimi bilinçaltına nüfuz ederek alt benliğin olduğu yere benliği yerleştirmektir. Aynı zamanda Freud'un "bilgi dönüşüme yol açar" (ss. 15) prensibi doğrultusunda kuram ve pratiği birleştirerek kişinin kendi kendisini bilmesine ve dönüştürmesine odaklanmıştı. Ona göre batılı insanın bilinçli düşünme sistemine fazlasıyla değer atfediliyordu ve bireyin ruhsal süreçleri söz konusu olduğunda yani devreye bilinçaltının da katılmasıyla birlikte aslında bilinç seviyesi önemsiz bir alan kaplıyordu. Serbest çağrışım yöntemi ile birlikte bilinçaltına ulaşarak bilinçli düşünce sisteminin de üstesinden gelmeyi hedefleyen Freud, bu metodu ile birlikte Batı dünyasının gelenekselleşen akılcı düşünce tarzını aşarak kendi kuramını ve uygulamalarını Doğu düşüncesine yaklaştırmıştı. Her ne kadar Fromm bu noktada, Freud'un bu yaklaşımı bilinçli bir tarzda yapmadığının, Zen-Budizm'i tanıyor olsa bile ona yakınlık duymayacak kadar Batı düşüncesinin çocuğu olduğunun altını çizse de tüm bunlar hesaba katıldığında Freud'un Psikanalist Kuramı ile Zen-Budizm'in yakın bir ilişki içerisinde olduğu görülebilir.

Üçüncü bölüm olan *Esenliğin Niteliği – İnsanın Ruhsal Evrimi* (ss. 21-31) başlığı altında yazar esenliği, "insanın doğasıyla uyum içinde olmasıdır" (ss. 21) şeklinde tanımlar ve insanın zihinsel olarak doğuşundan bahsederek onun kapsamını çizer. Ayrıca yazar, insan varoluşuna dair temel sorunun cevabının nasıl verilebileceğini Zen Budizm felsefesi üzerinden açıklar: "İnsan bu dünyaya iradesi dışında gelir ve yine iradesi dışında uzaklaştırılır" (s. 21). İnsanın yaşamıyla doğayı aşması gerektiğini, içerisindeki farkındalığın kimi zaman kendisini kaybolmuş, yalnız ve güçsüz hissetmesine sebep olduğunu belirtir. Bu ıstırapın üstesinden gelmenin tam doğmuş olmakla yani "kişinin farkındalığını, mantığını, sevme kapasitesini benmerkezci katılımını aşıp, dünyayla yeni bir ahenge, yeni bir birliğe ulaşacağı noktaya kadar geliştirmek" (s. 22) ile sağlanabileceğini ifade eder. Buna rağmen çoğu kimsenin bu bilince varamadan öldüğünden yakınır ve yirminci yüzyılın insanlarına yönelik bir dönem eleştirisi yapar; "mal

mülkle, itibarla, güçle, üretimle, eğlence ve en nihayetinde de var olduğumuzu unutmakla” (s. 28) daha doğmadan öldüğümüzü vurgular. Fromm’a göre varoluşuna sağır olan insan ancak yerinde sayar. Ortalama insanın hayatını yarı uyku halinde geçirdiğini söyleyen Fromm’a göre insan tam uyanıklık haline geçtiğinde, doğayla bütünleştiğinde esenliğe ulaşır, böylece Tanrı’yı ya da doğayı düşünme evresinden Tanrı olma ve doğayla bütünleşme noktasına gelir.

Eserin dördüncü bölümü olan *Bilinçin, Bastırmanın ve Baskısızlaştırmanın Yapısı* (ss. 33-54) başlığı altında ise, psikanalizin hedefine ulaşmak için kullandığı kendine has yaklaşımına odaklanır. Fromm, Psikanalitik kuramın en kritik unsurunun bilinçdışını bilinçli hale getirmek olduğunu savunur; ifadeyi Freud’un kelimeleri ile tarif edersek “alt benliği benliğe dönüştürme çabasıdır” (s. 33). Birey toplumsal yaşamın bir parçası olduğu için kendi kültürünün kalıplarına uymayan duygu ve düşünceleri bastırmaya mahkumdur. Bilinçdışı ve bilinç bu anlamda toplumun yapısına ve oluşturduğu değer yargılarına sıkı sıkıya bağlıdır. Bilinç, toplum nazarında gerçekleştirilen eylemin küçük bir kısmını sunarken bilinçdışı, evrensel boyuttaki bireyin zenginliğini ve derinliğini yansıtır. Buna göre toplumsallaşma ile birlikte oluşan bastırılmışlık hali bireyin kendi doğasından kopuşunu temsil eder, insanı eksik bırakan bir süreçtir.

Fromm’a göre düşünen kişi yabancılaşmış kişidir, bu düşünme süreci dilin muğlaklığı ile alakalıdır; birey düşünme eylemini “dil, mantık ve toplumsal tabular süzgecinden” geçirerek gerçekleştirir. Bu durumda, gerçeğe ulaşmasının önünde bu süzgeçler vardır. Birey bilinç düzeyindeki düşüncelerinde “yarı uykuda”dır ve bilinç düzeyindeki düşünme eyleminin bilinçdışının geniş alanında örtülü kalan gerçeklerden uzak biçimde “düzmece bilinçle” gerçekleştirildiğinden söz eder. Bu durumda birey, kendi bilinçdışına ve gerçeklere yabancılaşır. Deneyimin yerini kelime ile ifade etme alır ve düşünsel mekanizmalar ile birlikte duygular sadece birer kelimelere dönüşerek anlamını yitirir. Modern dönemde bilimsel ve teknik edinimlerin en üst seviyeye ulaşmasıyla birlikte zihinsel etkinliğin önemi de artmış ve bu da deneyimlerin yerini kelimelerin almasına sebebiyet vermiştir. “O, bir şey gördüğünü sanır; bir şey hissettiğini sanır, ama anı ve düşünce haricinde hiçbir deneyim yoktur. Gerçeği kavradığını sandığında onu kavrayan sadece beyin-benliktir; o, bütün insan, gözleri, elleri, kalbi, karnı hiçbir şey anlamaz; aslında o, kendisinin olduğunu sandığı deneyimde yer almaz” (s. 49). Psikanalistler arasında -ki buna Freud da dahil-, tedavilerinde zamanla Spinoza’nın değişim için düşünsel bilgi yanında

duygusal bilgiye gerek olduğu savını kabul etmek durumunda kalmışlardır. Çünkü, sadece düşünsel bir bilginin bir değişim meydana getirmeyeceği anlaşılmıştır. Kısacası, bilinçdışında neler bulunduğunu ifade etmenin yeterli olmadığı ortaya çıkmıştır, tedavi ancak duygunun devreye alınmasıyla gerçekleşebilir ve o zaman teorik ve düşünsel bilgi aşılarak deneyimler dizisi keşfedilebilir. Fromm, Psikanalizin amaçlarından olan bilinçdışının bilince getirilmesinin yararı ise, düzmece bilincin fark edilmesi ve gerçekle akılcı ve duygusal olmak üzere iki yönlü bir ilişki kurulması olarak açıklar.

Zen-Budizm'in Prensipleri (ss. 55-64) isimli beşinci bölümde yazar, Zen-Budizm'in prensip, amaç ve kişide bıraktığı etki ya da daha doğru bir ifadeyle onda yarattığı dönüşümden bahseder. Fromm, Zen'in temel amacını Suzuki'nin deyiimiyle şöyle açıklar: “Zen, özünde kişinin varlığının doğasını kavramasını sağlayan ve esaretten özgürlüğe giden yolu gösteren sanattır” (s. 56). Nihai amacı ise, Satori olarak adlandırılan aydınlanma deneyimidir. Yine Suzuki'nin deyiimiyle “Bütün zihinsel faaliyetleriniz artık, çok daha doyurucu, daha huzurlu, daha önce yaşadıklarınızdan çok daha mutluluk dolu farklı bir akortta işleyecektir. Yaşamın tonu değişecektir. Zen'e sahip olduğunda yenileyici bir şey gelir. Bahar çiçekleri daha güzel görünür, deli çay daha serin ve şeffaf akar” (s. 57). O halde, zen bir esenlik halidir ve bu aydınlanma psikolojik terimlerle ifade edilmek istenirse, kişinin tamamen kendi içindeki ve dışındaki gerçekliğe döndüğü, gerçekliğin tamamen farkında olup onu tamamen kavradığı bir haldir. Yani “gerçeğe tam olarak uyanmak, üretken yönelime tam olarak erişmiş olmaktır” (ss. 59). Evreni, toplumsal kodlar üzerinden değil de tarafsız bir gözle görür, hırs, korku ya da diğer unsurların çarpıtması ya da yönlendirmesi olmadan görür. Kısacası Zen özünde kişinin kendi doğasını bilmesini amaçlar. Zen'de kendinin bilgisi, bilenle bilinenin bir olduğu eksiksiz bir deneyim olarak ifade edilebilir.

Eserin *Baskısızlaştırma ve Aydınlanma* (ss. 65-88) başlıklı altıncı ve sonuç niteliğindeki bölümünde ise, yazar Zen ile psikanaliz arasındaki ilişkiyi detaylı bir şekilde irdeler; bu konuda öncelikle ikisinin de hedeflerinden ayrı ayrı bahseder ve sonrasında aslında ortak bir amaca hizmet ettiklerini belirtir. Fakat yöntemlerinin farkına da dikkat çekerek bu iki yaklaşımı bir noktada birbirinden ayırır. Dr. Suzuki'nin “Zen, özünde, kişinin kendi varlığının doğasını kavramasını sağlayan ve esaretten özgürlüğe giden yolu gösteren sanattır” (s. 65) sözünden hareketle Fromm, bu tarifi, hiçbir değişiklik yapmadan, psikanalizin erişmek istediği noktanın da tarifi olarak sunar. Paralellliği göstermek

adına Psikanaliz ile Zen arasındaki benzerlikleri üç maddede sıralar. Birincisi, ahlak konusundaki tutumdaki benzerlik; her ikisi de ahlakçı sistemler olmamakla birlikte, her ikisinde de açgözlülükten özgürleşme bir amaç ya da amaca giden bir şart olarak görülür. İkincisi, her iki sistemde de otoriteden özgürleşme önem verilen bir meseledir, üçüncü benzerlik ise, analist ile Koan'ın hastaya/öğrenciye olan tutumundadır.

Psikanalizin amacı, bilinçdışını bilinçli kılmaktır. Bastırılmışlık durumundaki kişi, var olanı tam anlamıyla göremeyeceği için hayatı sahte bir bilinçle yaşar. Olanı gerçek halleri ile değil de imajların ve fantezilerin ışığında görür. Evrenle temasta olduğunu sanırken aslında yalnızca beyinsel faaliyetler neticesinde kelimelerle temas halindedir. Bastırılmamışlık durumu, bireyin, gerçekliği aracısız ve çarpıtılmamış şekilde görebilmesini sağlar. Zen de nesneye doğrudan nüfuz edip içgörü şeklinde gerçekliği aracısız kavramayı amaç edinir. Onun amacı, yabancılaşmanın ve dünyayı algılama noktasında özne-nesne ayrımının üstesinden gelebilmektir, bu şekilde bilinçdışı açığa çıkarılabilir ve duygusal kirlenmenin önüne geçilebilir.

Amaçlardan bahsettikten sonra Fromm, Freud'un bilinçdışını bilince dönüştürme gayesinin sonuna kadar takip edilmesi durumunda aydınlanmaya erişilebileceğini savunur. Fakat bu amaca ulaşma yönetsel açıdan iki disiplinde de farklılık gösterir. Zen'in yönteminin, algının yabancılaşmış haline oturma, Koan ve üstadın otoritesi kanalıyla cepheden saldırı şeklinde olduğu söylenebilir. Psikanaliz yönteminde ise, bilinçdışının ele geçirilmesinde değişik bir yaklaşım sergilenir. Dikkat, çarpıtılmış algıya yönlendirilir, kişinin kendi içindeki hayal ürününün tanınması sağlanır, böylece de bastırılmışlık ortadan kaldırılarak deneyim alanı genişletilir.

Sonuç olarak alana ilişkin yerli ve yabancı kaynak taraması yapıldığında bu tarz multidisipliner çalışmaların azınlıkta olduğu görülmektedir. Bu bakımdan alanın saygın bilim insanı Erich Fromm tarafından literatüre kazandırılan Psikanaliz ve Zen-Budizm isimli eser hakkında genel bir değerlendirme yapıldığı takdirde;

(a) *Güçlü yönleri:* (i) Öncelikle hem din psikolojisi alanında hem de psikanaliz yöntemine kazandırmak istediği bakış açısı anlamında önemli bir eser niteliğindedir. (ii) Bilim dünyasında gittikçe artan multidisipliner çalışmalar arasında kendi alanında öncü çalışma olma özelliği taşır. (iii) Yazar, psikanalizin vizyonunu geliştirme/genişletme adına, onun bir tedaviden ziyade esenliğe kavuşturma/aracılık etme amacı taşıması gerektiğini savunmaktadır. Yazarın bu görüşleri ile birlikte içinde

bulunduğu dönemde yaygın olan düşünce dünyasında yenilikçi olarak değerlendirilebileceği söylenebilir. (iv) Eserin 88 sayfa oluşu görece kısa olmasına rağmen altı bölüme ayrılması ve bölümlerin her birinin kendi içinde fikrîsel bütünlük taşıyarak vermesi gereken fikri net bir şekilde ortaya koyması dikkat çekmektedir. Eserdeki bu bütünlük yazarın anlatmak istediği konuları öz bir biçimde ifade etmesini kolaylaştırmıştır. (v) Eserin dilinin sade ve akıcı bir şekilde kaleme alınmış olması, alan dışı okuyucuya hitap etme noktasında önemlidir.

(b) *Zayıf yönleri:* (i) Yazar, önsözde her ne kadar kitabında Zen-Budizminin sistematik bir sunumunu amaçlamadığını ifade etse de kitabın bir bölümünde kısaca tarihi ya da düşünce yapısının çerçevesinin belirtilmesi okuyucu açısından konuya daha çok vakıf olabilmek için faydalı olabilir. (ii) Yazar eserinde psikanalizin bilimsel yönteminin Freud ile başladığını ileri sürmüş ve eserde psikanalitik yöntem örneklerini daima Freud üzerinden vermiştir; diğer bilim insanlarının zihin yapılarına ve yöntemlerine hiç değinilmemiştir. Bu durum zayıf bir yön olarak görülebilir. (iii) Zen Budizm'in genel çerçevesi çizilmediği gibi bu yaklaşımın eser içerisinde Dr. Suzuki üzerinden aktarıldığı ve onun sözlerine yer verildiği görülmektedir; aynı eksiklik Suzuki konusunda da yaşanmaktadır. Suzuki'nin eğitim hayatına, yaşantısına, Zen Budizm'ine olan bakış açısına ve kendisinin Zen Budizm'inin düşünce sisteminde ne ifade ettiği konularına kısa da olsa bir bölüm ayrılmaması eksiklik olarak görülebilir.

(c) *Geliştirilebilir yönleri:* (i) Eserde Zen Budizm'i konusunda alıntı ve görüşlerine başvuru Dr. Suzuki'ye dair bir bölüm ya da kısa bir çerçeve metnin yer alması durumunda eser daha anlaşılır ve somut kılınabilir. (ii) Sigmund Freud'un bilimsel psikanaliz yönteminde öncü bir bilim insanı olması ve yazarın kendisi ile olan derin ilişkisi nedeniyle eserde psikanaliz alanında kendisine yer verilmesi önemlidir fakat psikanaliz alanında tanınan ünlü isimlere de yer verilmesi fikri anlamda çoğulculuğa katkı sağlayabilir. (iii) Yayınevi tarafından yazarın özgeçmişini tam anlamıyla yazarı yansıtamamış, çok kısa tutulmuştur. Dolayısıyla özgeçmiş, yazar hakkında bilgi sahibi olmak isteyen okuyucular ve yetkinliğini öğrenmek isteyen araştırmacılar için detaylandırılarak sunulabilir. Sonuç olarak eser, psikanaliz ve Zen-Budizm arasındaki ilişkileri detaylı bir şekilde inceleyerek bireyin ruhsal evrenine Doğu felsefesi üzerinden bir bakış sunar ve bu onu alanda önemli bir kaynak hale getirmektedir.

Kaynaklar

Britannica. (2023, 14 Kasım). *Erich Fromm*. Erişim adresi:
<https://www.britannica.com/biography/Erich-Fromm>

Wikipedia. (2023, 11 Kasım). *Erich Fromm*. Erişim adresi:
https://en.wikipedia.org/wiki/Erich_Fromm