İrade Terbiyesi

İrade terbiyesi, bireyin kendine hâkim olmasını ve hayatını düzenlemesini sağlayan temel bir yaşam becerisidir. Jules Payot'nun "İrade Terbiyesi" kitabı, bu önemli konuyu psikolojik, sosyal ve fizyolojik açılardan ele alarak derinlemesine bir rehber sunmaktadır.

Bu makaleyi Spotify'da sesli olarak dinlemek için podcast'ine bu linkten ulaşabilirsiniz.

1.1 Giriş

"İrade Terbiyesi" kitabı 1893 yılında Jules Payot tarafından yazılmıştır. 17. ve 18. yüzyıllarda din, insan hayatında önemli bir yer tuttuğu için irade terbiyesi genellikle bir sorun teşkil etmemekteydi; Katolik kilisesi inananların karakterini şekillendiriyordu. Ancak günümüzde bu mesele birçok düşünürü meşgul etmekte ve dinin yerini tutabilecek bir şey bulunamadığı düşünülmektedir. Romanlar, dergiler, gazeteler ve mecmualar irademizi zorlar hale gelmiştir.

Bu makaleyi Youtube'da görüntülü olarak izlemek için videosuna bu linkten ulaşabilirsiniz.

İradesizlik, hekimlerin de ilgisini çekmiş, ancak ruhsal sorunlara odaklanan doktorlar çözümü psikolojide aramışlardır. İrade, temelde akılla ilgili bir kavram olarak görülse de, eksikliği duyulan yanı, ispatı gereken bir metafizik teorinin olmayışıydı. Kitabın yazarı, eseri Fransa'da psikoloji eğitimini sevdiren ve metafiziği psikolojiden ayırmasına öncülük eden Théodule Ribot'ya adamıştır. Ribot'nun metodu, metafiziği yok saymayıp sadece psikolojiyi ondan ayırmaktadır. Bilim insanının görevi sadece bilmek değil, bilginin kullanılmasını sağlamaktır; psikoloğun görevi ise insanlık adına geleceği daha düzgün yaşanması için şekillendirmektir. Kitap, iradenin zayıf olmasının nedenlerini araştırmakta ve çözümün geliştirilmeye müsait duygu durumlarına dayandığını belirtmektedir. Bu kitap, irademize faydalı olacak duyguları geliştirmeyi ve zararlı olanları uzaklaştırmayı amaçlamaktadır. Soyut bir irade terbiyesi yerine, uzun süreçli ama kalıcı bir yolla iradeyi terbiye etmeyi hedeflemektedir. Özellikle gençlerin ve zihinsel çalışanların bu kitaptan faydalanmaları umulmaktadır, zira birçok öğrenci kendini kontrol etmede yöntem eksikliğinden şikayet etmektedir.

1.2 Mücadele Edilecek Düşmanlar

İrade terbiyesi yolunda mücadele edilmesi gereken başlıca düşmanlar **isteksizlik (tembellik)** ve **şehvet (cinsel dürtüler)**'dir.

1.2.1 İsteksizlik ve Tembellik

- İnsanlar, özellikle süreklilik gerektiren çabadan korkarlar; rahat düşkünlüğü ve tembellik gibi huylar Yerçekimi kanunu gibi doğaldır. Kararlı bir iradenin karşısında

ancak devamlı bir güç durabilir.
- Tutkular geçicidir, ancak hantallık, rehavet, tembellik veya aymazlık gibi huylar süreklilik arz eder. Bu huylara karşı düzensiz mücadeleler başarısızlıkla sonuçlanır.
- Düzenli ve uzun süreli çaba genellikle zorlamayla veya ihtiyaç halinde ortaya çıkar. İlkel toplumlar çalışmaya isteksiz oldukları için geri kalmışlardır; öğrenciler de asgari çabayla sınavları geçmek isterler.
- Özgün yorum yapmak öğrencilere zor gelir, ezberlemeyi tercih ederler. Maaş garantisi olan, beyni yormayan meslekler tercih edilir, bu da kişiyi yaşamaktan ve harekete geçmekten alıkoyar.
- Mesleki hayatın ilerleyen yıllarında beyin, kullanılmadıkça etkinliğini kaybeder ve tembelliğin farklı türleri ortaya çıkar.
- **Uyuşukluk:** Gençlerde en sık görülen zaaf, saatlerce uyuma, halsiz uyanma, hiçbir şeye ilgi duymama ve her şeyi yavaş, neşesiz yapma halidir.
- **Dağınık Tembellik:** Nadiren boş duran ancak gün boyunca farklı konulara (resim, jeoloji, gazete, ders notları, tercüme) el atıp hiçbirinde derinleşmeyen kişidir. Bu durum, irade zayıflığından başka bir şey değildir ve kalıcı bir eser bırakmaya engel olur.
- Zihinsel tembellik, öğrenme mekanizmasını ağırlaştırır ve eğitim müfredatının öğrencilerin yaratıcılığını köreltmesine neden olur. Modern hayatın kolaylıkları (iletişim, seyahat) de düşünceleri dağıtır ve okumaya zaman bırakmaz.

1.2.2 Cinsel Dürtüler ve Şehvet

- Tembellik, insanı ahlaki açıdan korunaksız hale getirerek şehvete sürükler. İhtiras, insanın kendini kaybetmesine, hayvani dürtülerin çalışmasına ve aklın kararmasına neden olur.
- Enerjiyi tüketen istekler azaltılmalı, canlılık sağlayanlar ise ortaya çıkarılmalıdır.
- Gençlerde yalnızlığa neden olan şehvetli hayaller ve arkadaş faktörü (bar, restoran hayatı) iradeyi zayıflatır. Lise sonrası gözetimsiz kalan gençler zamanlarını hayallere ve cinsel içerikli düşüncelere dalarak harcayabilir.
- Üreme isteğinin belirginleştiği bu dönemde enerji doğru kanalize edilmezse sapkınlıklara yol açabilir. Çevre (sağlıksız ortamlar, iradeyi zayıflatan hayaller) bu durumu körükler.
- Pembe, romantik hayaller kurmak, gencin ciddi işlere konsantre olmasına engel olur ve değerli çalışma saatlerini tüketir.
- Toplumsal gelenekler (başlık parası gibi) evliliği geciktirerek gençlerin en güzel on yılını fizyolojik ihtiyaçlarıyla kötü alışkanlıkları arasında geçirmesine neden olabilir.
- Hayat kadınlarıyla ilişkiye girmek, sağlık açısından çok olumsuz sonuçlar doğurur: kas yetmezliği, bel omurilik sorunları, yüz renginin solması, hafıza kaybı, dikkat dağınıklığı ve mutsuz bir yaşam.
- Aşırı yemek yeme ve uzun süre oturma pozisyonunda kalma gibi fizyolojik alışkanlıklar cinsel dürtüleri tetikler. Özellikle sabah uykusunu uzatmak iradeyi zayıflatır.
- Vasıfsız ve ahlaki değerleri zayıf arkadaşlarla vakit geçirmek son derece zararlıdır; gürültülü ve içi boş sohbetler gençleri olumsuz etkiler.
- Cinsel arzular, kendine dayanak oluşturacak fikirlerden ilave güç alır ve özellikle

resimler aracılığıyla aklı devreden çıkararak halüsinasyonlara varan önerilerde bulunur. Akıl boş kaldığında hayaller işlemeye başlar ve dürtüler yerleşir.
- İffetli olmanın sağlığa zarar verdiği fikri yanlıştır; aksine, kontrolsüz cinsel ilişkiler birçok hastalığa neden olurken, kendini alıkoymak zihinsel dinçlik ve enerji sağlar.
- Cinsel arzularla doğrudan mücadele etmek yerine, onlardan kaçınmak ve zihni sürekli meşgul etmek daha etkilidir. Akıl, verimli ve mutlu bir şekilde iş ortamıyla meşgul edilmelidir.

1.3 Çalışmanın Verimi ve Mutluluğu

Tembellik, mutsuzluğa neden olur; zira her mutluluk az çok bir çaba gerektirir. Gerçek ve verimli çalışma, az ama düzenli olan eforla mümkündür. Çalışma, tek bir hedefe yönelik olmayı gerektirir; irade, gösterilen çabanın çokluğundan ziyade tek amaca yönelik olmasıyla kendini belli eder. Dağınık çalışma, hiçbir kalıcı eser bırakmaz ve tembellikten daha tehlikeli olabilir, çünkü kişiyi işten soğutur.

Çalışmanın verimi ve mutluluğu için şunlar önemlidir:

- **Odaklanma ve Dikkat:** Hakiki bir çaba, tüm eforun düzenli bir şekilde tek bir yöne odaklanmasını gerektirir. Bilgiyi yutmak yerine, yaratıcı düşünce ve bireysel çaba önemlidir. İşin zahmetli kısmı, evvela dikkat etmek, sonra konsantre olmak ve kendini tanımaktır. Dikkat, sürekli tekrar eden, bazen şiddetli, bazen sakin, birbirini takip eden irili ufaklı gayret gerektirir.
- **Düzenlilik ve Sebat:** Günlük vazifeler belirlemek, düzenli ve sebat gerektiren dikkati alışkanlık haline getirmeyi sağlar. Bir fikrin veya duygunun içimizde canlanması ve yerleşmesi için samimi, devamlı ve tekrar etmesi gerekir. Göte'nin Faust eserini 30 yıl boyunca yanında taşıması gibi, önemli fikirler uzun bir olgunlaşma süreci ve sürekli düşünmeyi gerektirir. Darwin'in de belirttiği gibi, bilim alanındaki başarılar disiplin ve sürekli düşünme sayesinde elde edilir.
- **Verimlilik:** Yoğun ama düzensiz çalışmanın hiçbir faydası yoktur; sarf edilen çaba tek bir neticeye yönelik olmalıdır. Zihinsel çalışmalar, ruhsuz detaylardan arındırılmış, yoğun düşünce gücüyle üretilen konsantrasyon anlamına gelmelidir. "Yaratmak, bir fikri bütünsel olarak düşünmek ve gün yüzüne çıkarmak" demektir.
- **Mutluluk Kaynağı:** Düzen, sukunet ve verimli çalışmayla hayat gerçek mutluluğuna kavuşur. Zihnen çalışanlar, kargaşadan, can sıkıcı çalışma ortamından ve endişelerden kolaylıkla kurtulabildikleri için diğer meslek grupları tarafından kıskanılır. Tembellik, kişinin kendisine, bedenine ve aklına verebileceği bir eziyettir. Gerçek zevk çabada gizlidir; hareketsiz bir yaşam keyif vermez. Çalışmak insanlığın temelini oluşturan bir kuraldır ve bunu edinen herkes kalıcı ve yüksek mutluluklara kavuşur.
- **Dinlenme:** Yorucu ve uzun soluklu bir çalışma, irade terbiyesi için çok değerlidir, ancak bedensel çalışmada zihin başka şeyleri düşünmeye izin verir. Dinlenmek tembellik değildir; dinlenme, çalışmış ve yorulmuş olmayı, dolayısıyla istirahati hak etmeyi gerektiren verimli bir uykudur. Sakin ve derin uyku vücudun toparlanmasını sağlar. Zihinsel yorgunluk iddialarının aksine, sürekli meşguliyet beşeri manadadır; uyku çalışmayı böler ve dinlenmeyi sağlar. Gezerken de okuyarak, dolaşarak kafa

dağıtarak dinlenmek mümkündür.

1.4 Çevrenin Önemi

İrade terbiyesi mücadelesinde sadece iç kaynaklarımızı kullanmak yeterli değildir; sosyal çevrenin de güçlü desteğine ihtiyaç vardır. Hiçbir zaman toplumdan tamamen uzak değiliz; ailemiz, yakın çevremiz, arkadaşlarımız başarılarımızı takdir ederek bize manevi destek olur. Toplumun harekete geçirici vasfı çok güçlüdür; hatta tanımadığımız insanların bile tesirinde kalabiliriz. Öğrenci, arkadaşlarından, öğretmenlerinden ve ailesinden gelen baskıyı en fazla kolejde hisseder.

Çevrenin irade terbiyesindeki etkileri:

- **Arkadaş Çevresi:** Doğru seçilmiş arkadaşlar önemlidir; maddi durumu iyi, gelecek kaygısı olmayan ve değerler eğitiminden yoksun kişiler, gençliklerini boşa harcayabilir. Tembel, karamsar, kıskanç ve kendini beğenmiş kişilerden uzak durulmalıdır. Bu tür arkadaşlıklar kişinin hayatını, aklını ve sağlığını tüketebilir. Aklı başında bir genç, bu tür muhabbetlere girmemeli ve yalnızlığı onlara tercih etmelidir. Müzeler, gezintiler ve gerçek dostluklar, kafe ve bar ortamlarından daha faydalıdır.
- **Eğitim Ortamı ve Öğretmenler:** Öğretmenlerin, öğrencilerin çalışmalarına destek olması, motive etmesi ve eleştirmesi büyük önem taşır. Yükseköğretimde bilgelik ve bilim kimliğini eleştirenler, öğrencilere bilgi yığını yüklenmesi ve çalışma metotlarının öğretilmemesi konularında haklıdırlar. En önemli şey dersler değil, pratik çalışmalar ve hoca-öğrenci birebir iletişimidir. Bu iletişim, öğrencide bilimsel heyecan uyandırır ve çalışma metodunu öğretir.
- **Maddi ve Kültürel Ortam:** Gazete ve dergiler, dikkati dağıtarak zihinsel gücü tüketebilir ve gereksiz yorgunluğa neden olabilir. Sosyete denilen çevreler, genellikle ne akıllı ne de karakter sahibi insanlardan oluşur; burada para ve gösteriş kol gezer, bu da genci ön yargılı ve kültür eksikliği olan bir yapıya sokar. Sakin, temiz, nezih bir ortam, zihinsel çalışma için şarttır. Fabrika ve ev bacalarının uzandığı kalabalık ortamlar, insanın sağlığına ve çalışma şevkine zarar verir.
- **Örnekler ve İletişim:** Büyük üstatların eserleri, yaşayanlardan daha fazla destek sağlayabilir; Sokrates'in iki bin yıl sonra bile genç dimağlarda heyecan uyandırması bunun bir göstergesidir. Çocuğun eğitiminde ebeveyn ve öğretmenlerin rolü büyüktür; ancak lise sonrası öğrenciler gözetimsiz kalırlar ve şehir hayatının karmaşasına kapılabilirler. Başarıya mecbur olan zayıf iradeli öğrenciler için ekonomik zorluklar, yaşam tarzlarını değiştirme ve haylazlardan uzak durma motivasyonu olabilir.

1.5 İrade Terbiyesinde Tefekkürün Önemi

Tefekkür, zihinsel düşünceden farklıdır; hayal kurmak veya irade terbiyesi yolunda yok edilmesi gereken duygusal hayaller kurmak değildir. Tefekkür, bilgi edinmeye yönelik eğitimlerden farklı olarak, aklı donatmaktan ziyade güçlendirmeye yarar. Amacı, içimizdeki aşkı veya nefreti ortaya çıkarmaktır. Tefekkür, gerçeklerle uğraşmaktan ziyade yararlı

kurguları tercih eder, çünkü bu süreçte hikaye yalnızca fayda sağlayabilmektedir.

Tefekkür, ruh biliminin en küçük detaylarına, özellikle zihinsel yeteneklere ve arzuların sebeplerine hakim olmayı gerektirir. Faydalı duygular ve fikirler için içimize damıtma işlemi yapmak, soyut olanları hassas ve canlı duygulara çevirmek gerekir. Tefekkür, ruhumuzda güçlü duygular ve tepkiler uyandırdığında görevini tamamlamış olur.

Tefekkürün temel adımları:

- **Faydalı Düşüncelere Odaklanma:** Aklımızdan faydalı bir düşünce geçtiğinde, onu yavaşlatmak, unutulmasını engellemek, dikkatimizi ona çekerek işe yarayacak benzer düşünceleri uyandırmak (yani azami fayda sağlamak) gerekir.
- **Eksik Duyguları Uyandırma:** Eksik olan bir duyguyu uyandırmak, ortaya çıkmasına engel olan düşünceleri ortadan kaldırmak, bu duygu ve benzer duygular üzerinde dikkati yoğunlaştırmak ve ilişkilendirme kuramının doğal görevini yerine getirmesini beklemek önemlidir.
- **Zararlı Duygulardan Uzaklaşma:** İşe yaramayan bir duygu ortaya çıktığında dikkati ondan çekmek gerekir. Eğer istenmeyen bir duygu yerleşmişse, onunla ilintili düşünceler üzerinde eleştirel bir bakış açısı geliştirmek ve tehlike oluşturan dış etkenlerden uzak durmak amaçlanmalıdır.
- **Kendini Dinleme ve Yüce Duygular Uyandırma:** Genç, kendinden kaçmayı öğrendiğinde ve oyalanmanın bir zayıflık olduğunu anladığında, kendini dinleme fırsatı bulur. Nefse hâkim olmanın en doğru yolu, ruhunda yüce duyguları uyandırmak veya erdemli kararlar almaktır.
- **Düşünceleri Somutlaştırma:** Kelimelerle düşünmektense, üzerinde düşünülen fikirleri somut olarak görmek ister. Tefekkür eden akıl, tıpkı bir bal arısı gibi fikrini damla damla oluşturur.
- **Nefret ve Tiksinti Uyandırma:** Tembel yaşam tarzının kötülüğünü tekrar tekrar işlemek, istenmeyen arzuların ve tembelliğin zararlarını içimizde tutup kendimize hatırlatmak, bunlara karşı tiksinti ve utanç uyandırmak gerekir.
- **Kalıcı Eylemler Yaratma:** Başarıyı getirecek her hareketin içinde mutlaka derin düşünce bulunur. Her faaliyet daima bir tefekkürü takip etmelidir.
- **Akılcı Özgürlük:** Tefekkür, hırs ve tutkunun olumsuz etkilerini törpüler, iç dünyamızdan kaynaklanan tehlikeleri öngörmeyi ve geleceği daha net planlamayı sağlar.
- **Tefekkür Pratiği:** Tefekkürün amacı, ruhumuzdaki nefret ve şefkat duygularını harekete geçirmek, davranışlarımıza düzen getirmek, kendimizi karar almaya itmek ve iç-dış kaynaklı fırtınalı ruh hallerinden kurtulmaktır. Düşünceyi kelimelerden arındırarak daha pratik “kısa göstergeler” (umumi kelimeler) kullanmak gerekir. Bu kelimeler zihinde detaylı ve somut imgeler canlandırmalıdır.
- **Destekleyici Faaliyetler:** Derin düşünme için ilham bulunmadığında, uygun kitaplar okunabilir, dikkat canlı tutmak için yüksek sesle konuşulabilir veya düşünceler yazılabilir.

1.6 İrade Terbiyesinde Beden Sağlığının Önemi

İrade ve onun en güçlü göstergesi olan dikkat, sinir sistemimizin ayrılmaz parçalarıdır. Sinir sistemimiz hızlıca zayıflar ve kendini toparlaması uzun zaman alırsa, azim ve çaba göstermek imkansız hale gelir. Bedensel zayıflık, cılız irade ve yetersiz dikkate sebep olur. Tüm çalışmalarda başarıyı getiren en büyük etken enerji durumudur; canlı olunduğunda istek yüksek, dikkat yoğun olur.

Beden sağlığının korunması için şunlara dikkat edilmelidir:

- **Sağlık ve Ruh Hali:** Sağlığımız kötüleştiğinde ruh halimiz de olumsuz etkilenir ve kendini kontrol etme gücünü yitirmeye başlarız. Sağlıklı olmak için sıcak, soğuk, nem, hava, aydınlatma, yemek ve spor gibi birçok hususa dikkat etmek şarttır.
- **Beslenme:** Alınan proteinin yanında karbonhidrat veya yağlı besinler alınmazsa protein birikime neden olabilir. Günde yaklaşık 75 gram protein ve ortalama 3000 kalori ihtiyacı olan zihnen çalışan bir birey için, çok fazla et tüketiminin mide ve bağırsakları aşırı yüklediği belirtilir. Sindirim sisteminin aşırı çalışması, kişinin “sadece sindirim sistemleri için yaşayan insancıklar” olmasına yol açar. Filtre kahve önerilmez, zira asabiyete neden olabilir.
- **Temiz Hava ve Solunum:** Temiz hava teneffüs etmek mecburidir. Yüksek sesle okumak ve konuşmak, akciğerlerin enerjiyle çalışmasını sağlar. Kambur pozisyonda okuma ve yazma, nefes almayı zorlaştırır; sırtı dik tutma alışkanlığı edinilmelidir. Sabahları yapılan gerilme hareketleri ve derin nefes çalışmaları, akciğer kapasitesini artırır.
- **Fiziksel Aktivite:** Kaslar gerçek anlamda bir solunum organıdır ve spor, enerjik olmayı, hızlı sindirimi sağlar, istenmeyen maddelerin vücuttan atılmasına yardımcı olur. Fiziksel çaba, iradeyi geliştirir; yorucu olmaya başladığında acıya dayanma isteğini doğurur. Fiziksel tembellik, algıları zayıflatır ve monotonluğu teşvik eder.
- **Uyku ve Dinlenme:** Dinlenme, önceden çalışmış ve yorulmuş olmayı gerektiren verimli bir uykudur. Sakin ve derin uyku vücudu toparlar. Akşam çok geç yatmamak (gece on ikiyi geçmemek) ve sabah uykuyu uzatmamak önemlidir. Öğleden sonra saat dörtten sonra zihinsel kabiliyetler düşer, bu yüzden verimli saatler önemli çalışmalar için kullanılmalıdır. Gece yorgun vaziyette zihni meşgul etmekten önemli bir fayda elde edilmez.

1.7 İrade Psikolojisi

Psikolojimizi oluşturan unsurları üç başlık altında toplamak mümkündür: **düşüncelerimiz, duygusal durumumuz ve eylemlerimiz**. Bu unsurlar arasındaki karmaşık bağlar, nefse hâkimiyet yolundaki tehlikeleri analiz etmeyi hassaslaştırır.

İrade psikolojisindeki önemli noktalar:

- **Düşünceler ve Duygular:** Düşüncelerimizin çoğu bize dışarıdan gelir (okuduklarımızdan, sohbetlerimizden, rüyalarımızdan). Hafıza, bu düşünceler için bir

depo görevi görür ve tembelliğimiz ile dürtülerimiz bu depodan dayanak bulur. Ancak düşünce tek başına zayıftır; zeka, dışarıdan destek almadan dürtülerle karşılaşınca gücünü kaybeder. Harekete geçmeyi sağlayan unsur duygulardır; hislere neşe ve mutluluk eşlik etmezse fikirler soğuk ve etkisiz kalır. Alkoliğin sarhoşluğun sonuçlarını bilmesine rağmen harekete geçememesi, hissetme eksikliğindendir.

- **Duyguların Gücü:** Duygular, acılarla ve ölüme bile baş etmemizi sağlar; bu gücün anlaşılması tecrübeyle mümkündür. İçimizdeki canlı istek, hislerin ışıldamasını sağlar; isteme iradesi olmayınca duygular soyut ve etkisiz kalır. Duygular, her eylemin ilk ve ilkel şeklidir; yakıcı özellikleri olan bir tür enerji gibidirler. Güçlü bir duygu, görünüştü kendinden bağımsız duran bir psikolojik hali bile etkileyebilir.
- **Akıl ve İrade İlişkisi:** İrade, zekadan emirler almayı sevmez; ona daha çok tutkularla ve duygulu emirler gerekir. Güçlü duygusallık, kendi nefsine karşı hâkimiyet kurmanın hem aracı hem de koşuludur, ancak duyguların doğru yönde yönlendirilmesi gerekir. Zekanın doğrudan duygular üzerindeki gücü zayıftır, çünkü hislerin esas kaynağı fizyolojik ve kontrolümüz dışındadır. Ancak zaman, aklın bugün muktedir olamadığı şeyleri yapmasına imkan sağlayacaktır.
- **Çağrışım Yasası:** Beynin çağrışım yasası sayesinde, ilişkili fikirlerin zincirlerini kırıp fikirlere yeni düşünceler ekleyip zihnimizde yeni bağlar kurabiliriz. Hareket, özellikle konuşma, çağrışım yaratmada çok faydalıdır. Duygusal durumlarımıza doğrudan müdahale edemeyiz, ancak çağrışım yasasını akıllıca kullanarak gücümüzü muazzam bir yaygınlığa ulaştırabiliriz.
- **Alışkanlıklar ve Zaman:** Tekrar, hatıraların içimize derinlemesine kazınması için gereklidir; tekrarlanmayan düşünceler zayıflar ve silinir. Zaman, alışkanlıkları biçimlendirir ve onlara doğal eğilimlerin gücünü ve enerjisini sağlar. Küçümsenmemesi gereken küçük eylemler, sayısız kez tekrarlandığında devasa sonuçlar oluşturur.
- **Düşüncelerin Kontrolü:** Düşüncelerimizin yönünü belirlemek bize aittir. Tutkuyu besleyen bahaneleri ve hataları akıllıca yok etmek, hatta yıkıcı gerçeklere inanmaktan uzak durmak gerekir. Bahanelerle gerçekleri yüzleştirmek, en zor koşullarda bile mümkündür. İrade, samimiyet katıldığında davranış üzerinde etkili olan bir “yalan” veya “kurgu” olabilir. Üzerinde düşünmek istemediğimiz düşünceleri silerek hayat boyu ölüme mahkum edebiliriz.

1.8 Son Söz

Bu kitabın umut verici yönü, kişinin kendisine rehberlik etmesinin zor olmadığını göstermesidir. Milli eğitim müfredatının da bu istikamette olması gerektiği vurgulanmaktadır, zira tembelliği ve cinselliği kontrol etmek kolay değildir. Kitabın sonuç kısmı, karakterimizi şekillendirebileceğimiz ve irademize sahip çıkmak için kendimizi tanıdıkça ve içgüdüsel isteklerimize hakim oldukça kendimizi kontrol edebileceğimizi belirtmektedir. Saygı ve sevgi, insanları birbirine bağlayan ve ilişkileri güçlendiren temel değerlerdir.

İrade terbiyesi, hayatımızın öncelikli meselesi olmalıdır; çünkü mutluluğumuz, irademize hakim olmaktan geçmektedir. Mutluluk, dikkatimizi yoğun bir şekilde irademiz üzerinde

tutmamıza bağlıdır. Zihinsel gelişim de irade terbiyesinden geçer ve bunun püf noktası büyük sabır göstermektir. Büyük bilimsel ve edebi eserler, olağanüstü beyinler sayesinde değil, başarılı bir otokontrol ve kendine hakim olma neticesinde doğar.

Eğitim sistemi acilen gözden geçirilmeli, ezbercilik ortadan kaldırılmalı, öğrencilerin aktif düşünmesini ve inisiyatif kullanmasını özendirecek ödevler verilmelidir. İlkokuldan itibaren çocuğa iradesine hakim olmayı sağlayan ahlaki değerlerin verilmesi şarttır. Doğru yöntemlerin uygulanmasıyla her gencin kendini kontrol etmesi mümkündür. Kendine hükmetmenin akıl için ne denli önemli olduğu unutulmamalıdır; irade terbiyesinin gerekliliğini ve getirisini düşünen herkesin bu işi hayatlarının odak noktasına koyması gerekir.