

# PSK 407 – Existential Psychology

*Existence precedes essence*

## UYGULAMA | ASSIGNMENT #1

Absurd (manasız) bir döngü içerisinde olduğumuzu ve bu döngüyü doğumdan ölüme kadar yaşamak zorunda olduğumuz varsayarsak; bu döngünün ya da ritmin kırılmasının da kaygı yaratacağını bekleyebiliriz. Normal şartlar altında, söz konusu döngünün kendiliğinden kırılmasının da çok zor olduğu açıktır.

Bu uygulamanın amacı, günlük hayatınızın herhangi bir yerinde ve en fazla 2 saatlik bir zaman dilimini kapsayan bir alanında döngüyü değiştirmeye çalışmaktır.

Sizden istenen, gelecek haftaya kadar istediğiniz gün ve saat aralığında, tamamen bilinçli olarak, 2 saatlik bir zaman döngüsünü değiştirmeye çalışmanız. “Yeni” eyleminiz, mümkünse daha önce yapmadığınız davranışları içermeli.

Doğal olarak bu eyleminizin, sonuçlarından siz sorumlusunuz ve bu nedenle, yasal, ahlaki, veya kişisel zorlamalar içermemelidir.



**Sol tarafta aktarılan uygulamayı yaptıktan sonra, deneyimlerinle birlikte – ya da onlardan yol çıkararak – kendi “Absurd” felsefenizi ortaya koyan en çok 2 sayfalık bir deneme yazınız.**