

SEKS YOGASI VE BAŞKA YAZILAR

İLHAN GÜNGÖREN

BAŞKA BİR GÖZLE, BİR BAŞKA AÇIDAN



Bir zamanların gerçek İnsanı yaşama dört elle sarılmaz, ölümden de korkmazdı. Fazla keyiflenmeden gelir, sorun çıkarmadan da giderdi. Bir bakarsın gelmiş, bir bakarsın gitmiş. Hepsi bu kadar... Nereden başladığını unutmaz, nereye gideceğini öğrenmeye çalışmazdı. Kendisine verilenle yetinip keyfini çıkarmayı, sonradan da uzatmadan geri vermeyi bilirdi.

Chuang-Tzu

**BAŞKA BİR GÖZLE
BİR BAŞKA AÇIDAN
İLHAN GÜNGÖREN**

YOL
YAYINLARI



Florya Otlukbeli Sok. 28
P. K. 30 Yeşilköy İST.
Tel. 573 85 10 - 519 45 80

ISBN 975-7569-03-8

Yayın hakkı



Yol Yayınları 1988

Kapak düzeni: Ayşegül Tolgay Güngören

Ekim 1988

Dizgi - Baskı Tuba Matbaası

Tel. 512 91 33

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	7
 Birinci Bölüm	
BİR BAŞKA AÇIDAN SEKS	9
 Seks Yogası	11
Taocu Sevişme	17
Maithuna ve Törensel Seks ...	25
«Taocu Sevişme» ya da Erkeğin	
Boşalmadan Orgazm Olması	
Konusunda Söyleşi ...	34
Taocu Sevişme ve Aşk Kası	45
Gizemciler ve Cinsellik	52
Taoculara Göre Mastürbasyon	63
Erotizm Hümanizmdir	66
Pornografi ve Kadınlar	
Pornografi ve Erkekler ...	68
Porno Müstehcenlik ve Muzırlık	73
Erkeklerde İktidarsızlık	80
 İkinci Bölüm	
ZEN VE 'BEN'	89
 Cüneyt Aral'la Zen Üzerine Söyleşi ...	91
Rozerin Doğan'la Zen Konusunda Söyleşi	97
Bilinmeyenle Zen ve Meditasyon	

Üzerine Söyleşi	104
Zen Budizm	111
Alan Watts ve 'Taoculuk Zen ve Batı Kültürü' ...	118
T'ai Chi Ch'uan Hareketle Meditasyon	123
Yaşama Sanatı	128
Üçüncü Bölüm	
BAŞKA BİR GÖZLE TARİH VE TOPLUM	137
İpek Yolu ve Marco Polo	139
Adaletli Bir Toplum Konusunda	
Budacı Bir Bakış Açısı	149

Ö N S Ö Z

Bir süredir son beş on yıl içinde şurada burada yayımlanmış yazılarımdan, ya da yaptığım konuşmalardan seçtiklerimi bir kitap içinde toplamayı düşünüyordum.

Şunu da burada söylemeliyim: Bu yazılardan bir bölümü kitaplarımı ya da yaptığım çevirileri daha iyi tanıtabilmek için yazılmış yazılar. Genellikle kitaplarımda olsun, çevirilerimde olsun yurdumuzda az bilinen konuları, düşünceleri tanıtmaya çalıştığım için tanıtma yazılarını yazacak başka kimse çıkmadığı zaman bunu yapmak ister istemez bana düştü.

Bugüne kadar ertelediğim bu projemi şimdi uygulamaya koymamın bir nedeni de şu son aylarda üçüncü baskısını yapmış olan «Taocu Sevişme ve Seks» adlı çevirimin uyandırdığı ilgiyi değerlendirmeyi ve bu arada bu konudaki araştırmalarımı, düşünce ve deneylerimi derli toplu bir biçimde sunmayı istemiş olmam.

Çoğunu unuttuğum bu yazıları derleyip yeniden okuduğum zaman hepsinin kendi içinde bir tutarlılığı ve birbirlerini tamamlayan bir bildirileri olduğunu gördüm. Baktım ki hangi konuda olursa olsun bütün yazıların bir ortak özelliği var. Bu daha çok benim herşeye, her konuya başka bir gözle, bir başka açıdan bakmayı huy edinmiş olmamdan gelen bir özellik.

Florya, Eylül 1988

Birinci Bölüm

BİR BAŞKA AÇIDAN SEKS

SEKS YOGASI*

Haz ve doyum konusunda cinsel yaşantıdan alabileceğımızden çok daha azını aldığımızın çoğumuz farkındayız. Ama bunun böyle oluşuna bir çözüm bulamıyor, çaresizlik içinde bu duruma katlanıyoruz.

Ünlü Amerikalı düşünür Alan Watts'ın altı denemesini bir araya getiren «Taoculuk, Zen ve Batı Kültürü» adlı kitaptaki «Seks Yogası (Maithuna ve Tao-cu Sevişme)» başlığını taşıyan denemede bu konudaki çaresizliğimizden bizi kurtarabilecek ilginç öneriler var.

Başta Zen Budizm ve Taoculuk olmak üzere Hint ve Çin felsefe ve dinlerinin bir yorumcusu olarak büyük ün yapmış olan Watts «Deney onu gösteriyor ki» diyor, «cinsel birleşme, zevk ve haz konusundaki beklentilere ne yeterli bir karşılık verebiliyor, ne de kadınla erkek arasında tam anlamıyla doyurucu bir ilişkiyi gerçekleştirebiliyor. Tek yapabildiği şey daha da büyük bir açlık, daha da amansız bir istekle bir kez daha, bir kez daha peşinden koşturacak kadar vaat ettiği zevkin azıcığını tadımlık olarak vermekten öte bir şey olmuyor.»

* Kadınca Dergisinin Ocak 1986 sayısında yayımlanmıştır.

Hep bildiğimiz gibi oyun çok kez daha başlamadan bitiyor. Geriye kalansa beklentilerin gerçekleşmemesinden gelen düş kırıklığı, gönül kırıklığı... Neden cinsel yaşantımız beklentilerimizin altında kalıyor? Neden verebileceklerinin tümünü alamıyoruz seksten? Çünkü her zaman acelesi, telaşı olan, her zaman bir şeyler elde etmek, bir şeyler kanıtlamak, bir şeyler başarmak çabası içinde olan bizler için, hiç acele etmeden, hiç telaş etmeden, karşılıksız ve emeksiz alınabilecek bir şey olabileceğine inanmak güç... Zevk ve haz duymakla zevk ve haz duyma umuduyla birtakım girişimler içinde olma arasındaki büyük farkı göremiyoruz. Çabayla, zorla, parayla dünyanın en güzel kızıyla ya da en yakışıklı delikanlısıyla yatağa girmeyi başarabilirsiniz belki. Ama haz duymaya gelince bu ilişkiden beklediğiniz yoğun, olağanüstü haz ve zevki, olağanüstü doyum ve mutluluğu elde edebilmeniz çabayla, zorla ya da parayla olabilecek bir şey değildir. En güçlü cinsel uyarılar bile bazen sizi buz gibi duygusuz bırakmış olabilir.

Zevk almayı istemek başka bir şey, zevk almaksa bir başka şeydir kuşkusuz. Zevki zorla koparıp alamazsınız, tam tersine zevk alma istek ve telaşının yaratacağı gerginlik zevk ve hazzın kaynağını, çeşmesini kurutur. Zevk alma istek ve telaşından gelen gerginlik de içinde olmak üzere her türlü gerginlik yok edilip huzurlu ve rahatlatıcı bir ortam sağlanmadıkça elde edeceğiniz şey zevk ve haz değil, onun değersiz bir taklididir, düş kırıklığından, beklentilerinizin boşa çıkmasından gelen gönül kırıklığıdır...

Zevk almanın bir çaba, bir emek karşılığı olamayacağını iyice belirtmek için «Zevk almak bir bağıştır, bir lütuftur, bir kutsanmışlıktır.» diyor Watts ve bu sözleri bir çok kez yineliyor yazısında.

Burada hemen şunu söylemeliyiz: Her türlü gerginliği yok edecek bir gevşeme sağlamaktan, zihni ve duyuları olabildiğince açarak en alıcı duruma getir-

mekten filan söz etmek kolay da, bunları gerçekleştirmek söylendiği kadar kolay şeyler değil. Bir de şu var: Böyle bir ruhsal durumu gerçekleştirmeye çalışıp çabaladığımız zaman zevk ve hazzı çabayla, zorlamayla elde etme yanılığısına biraz dolambaçlı olarak bir başka yoldan geri dönmüş olmuyor muyuz?

Seks yogasının ruhsalbilimsel amacı işte bu doğallığın, kendiliğindenliğin kazanılmasıdır.

Batı'da seksbilimle uğraşanlardan pek çoğunun gözden kaçırdığı ya da yeterince üzerinde durmadığı cinsel haz ve duyarlılıkla ilgili önemli bir konu da bedensel duyarlık, bedensel bilinçliliğin geliştirilmesi konusudur. Bedensel duyarlık, bedensel bilinçlilik diyerek bununla anlatmak istediğimiz şey beden en başta kendi bedensel bütünlüğü olmak üzere fark etme alışkanlığını kazanmasıdır, gerek dıştan, gerek içten gelen uyarılara son dereceye kadar duyarlı olmasıdır. Haz duyumlarını beyne taşıyan aracımız bedenimizdir kuşkusuz. Bedenimizin her noktasında haz üretebilecek bir duyarlık geliştirilmedikçe beyne haz aktaran iletişim ağında kopukluklar var demektir. O zaman bedeninin bütünüyle değil de ancak bir bölümüyle ya da yalnız cinsel organlarıyla sevişiyor demektir o kimse. Bu durumda o kimsenin cinsel haz konusunda alabileceklerinin tümünü alabildiğinden söz edemezsiniz elbette. İşte bu bedensel duyarlığın bedensel bilinçliliğin geliştirilmesi de seks yogasının amaçları arasındadır.

«Seks yogasının asıl amacını anlayabilmek için konuyu Budacı ve Taocu felsefelerin bağlamı içinde incelemeliyiz.» diyor Watts ve sonra şöyle sürdürüyor sözlerini: «Budacılığın en temel ilkesi, isteklerimizin, tutkularımızın, bir şeyler elde etme, bir şeyler başarma çabamızın zihnin dinginliğini, zihnin huzurunu bozmasına izin vermemektir.»

Hem Budacıların, hem Taocuların uyguladıkları

yoga egzersizleri aynıdır. Bu egzersizler nefesin bilinçle izlenmesidir.»

Seks yogasının uygulama yöntemi nefes alış verişindeki izleyici tutumun bir uzantısı, bir benzeridir. Watts bu uygulama yöntemini şöyle açıklıyor: «Nefes alış verişini izlemeye başladınız mı nefes kendiliğinden yavaşlar. Cinsel duyumların da duyarlıkla izlenmesi, geciktirmek için hiç bir çaba olmadan orgazmı geciktirir. Kuşkusuz böyle bir duyarlık ve duyarlığın getirdiği cinsel hazlar olmadıkça cinsel ilişkiyi uzatmanın bir anlamı olamaz. İşin özü cinsel birleşmenin zorlamasız bir kendiliğindenlik içinde yürütmesini sağlamaktır.» Sonra da bu zorlamasızlık, bu kendiliğindenliğe daha fazla açıklık getirmek için şöyle diyor: «Çok hareketli zorlama bir cinsel birleşme, kendiliğinden içten geldiği gibi yapılan hareketlerin istenç gücüyle yürütülen kaba bir taklididir. Oysa zihin ve duyuların sonuna kadar açılmış, en alıcı, en keskin durumuyla cinsel birleşme bir vahiy olur çıkar.»

Duyarlıkla izleyici bir tutum içinde olmayı da şöyle anlatıyor: «Olması istenen, olması beklenen hiçbir şey yoktur. Yalnız bir erkekle bir kadın bir aradadırlar, ne olması, nasıl olması konusunda hiç bir önyargıya, hiç bir beklentiye kendilerini tutsak etmeden kendiliğinden ortaya çıkıveren duyumları izlemektedirler. Çünkü duyarlıkla izlemenin yolu budur. Sorun neler olması gerektiğinin değil, neler olup bittiğinin duyarlığında olmaktır. Önemli olan acele etmeden, bir şeyleri zorla almaya, bir şeyler başarmaya çalışmadan haz duyumlarının algılanışıdır. İşte böyle bir tutum, böyle bir anlayış bizim kültürümüze bütününüyle yabancı olduğu için cinsel yaşantı olabileceğinin, ulaşabileceği dorukların çok aşağısında kalmaktadır.»

Sonra da erkekle kadının tam bir uyum ve doyum sağlayabilmesinin koşulları üzerinde duruyor.

Diyor ki: «Cinsel birleşmenin süresi kısa olunca kadının orgazma ulaşma olasılığı azalır. Cinsel birleşmenin kısa sürmesinin nedeniyse erkeğin zamanından önce yaptığı gereksiz hareketlerle kendi orgazmını çabuklaştırmış ve zorlamış olmasıdır. Buna karşın duyarlılıkla izleyici bir tutum içinde, aşırı hareketler yapmadan sürdürülen cinsel birleşmeyi hiç bir zaman sınırı olmadan olabildiğince uzatma olanağı doğar. Böyle olunca erkek boşalmayı hiç güçlük çekmeden ve tüm dikkatiyle izlemekte olduğu cinsel birleşmenin verdiği hazlarda hiç bir eksilme olmadan dilediği kadar, hemen hemen sonsuza kadar geciktirebilir. Bir de şu var, insan bir kez bu tür sevişmeyi öğrendi mi kadının en yüksek düzeyde doyum elde etmesini sağlayacak biçimde çok hareketli bir sevişmeyi de çok uzun süre sürdürebilir.»

Denemenin bir başka yerindeyse daha somut önerilerle karşımıza çıkıyor. Şöyle diyor: «İnsan ilişkileri içinde en çok özgürlüğe gereksinimi olan bu ilişkiye birtakım kurallar getirmek istemiyorum. Ama kuşkusuz en iyisi başlangıçta fazla hareketli olmaktır. Eşler cinsel organları birbirlerine değecek kadar yakın olunca yapılacak şey sakın ve acelesiz bir ruhsal durum içinde hareketsiz kalmaktır. Kadının organı erkeğin organını içine alana dek böyle hareketsiz kalmalıdır. Böyle bir bağlantı kurulduktan sonra dikkatini sonuna kadar açarak yalnızca duyarlılıkla beklemek fazlasıyla ödüllendirilecektir. Eğer boşalmanın gerçekleşmesine bedensel hareketlerle yardımcı olunmazsa cinsel organların iç içe oluşu son derece güçlü bir ruhsal akımın dolaşımı için bir kanal oluşturacaktır. Eşlerden her ikisi de bir şeyler olsun, bir şeyler gerçekleştiren diye bir çaba içine girmeden olayların akımına kendilerini kapıp koyuvermelidirler. Olaylar nasıl gelişirse gelişsin, olayların akışı ne getirirse o olsun, neyi uygun görürse öyle yapsın diye her şeyi kendi haline bırakmalıdırlar. Er-

keğın boşalmayı engellemek için ya da çabuklaştırmak için hiçbir şey yapmadığı bu durumda eşler arasındaki bu akımın bir saat ya da daha fazla sürmesi ve bu süre içinde pek hafif hareketlerle dahi kadının pek çok kez orgazm olması olanak içine girer. Yeter ki kadın kendini olayların akışına bıraksın ve duyarlılığını aynı yoğunlukta sürdürebilsin.»

Seks yaşantısında doruğa çıkmak için gerçekten ilginç bir yol gösteriyor Watts. Bu yolu izlemenin bütün güçlüğü de hiç bir çabayı, zorlamayı, aceleci telaşı gerektirmemesi.

TAOCU SEVİŞME*

Eski Çin bilgeliği diye de tanımlayabileceğimiz Taocu felsefe erkeği ateşle, kadınıysa suyla özdeşleştirir. Bilindiği gibi su ateşi kolaylıkla söndürür ama ateşin suyu ısıtması, hele kaynatması zaman alır. Su bir kez kaynamaya görsün ateş söndükten sonra da uzun bir süre sıcaklığını korur. İşte kadınla erkeğin bu farklı yaratılışları iyice anlaşılıp gözönünde tutulmadıkça başarılı ve doyurucu bir seks ilişkisi kurulamaz.

Dilimize *Taocu Sevişme ve Seks* adıyla çevrilip Yol Yayınları'nca yayımlanan kitapta yazar Jolan Chang bakın bu konuda ne diyor: «Kadınla karşılaştırılınca erkek daha canlı, daha hareketli, daha çabuktur. Kadınsa daha yumuşak, daha durgun, daha sakindir ama sonuçta kadın erkekten çok daha güçlüdür. Ateş oraya buraya sıçrayıp herşeyi tutuşturur ama sonunda suya yenilir.»

Kitapta alıntılanan İS III. Yüzyılda yaşamış Çinli bilge Wu Hsien'in şu sözleri durumu daha da açıklıkla ortaya koyuyor: «Erkek Yang'dır. Yang'ın özel-

* Kadınca dergisinin Şubat ve Mart 1984 sayılarında iki bölümde yayımlanmıştır.

liği çabucak isteğinin kabarmasıdır. Ama gene çabucak da doyuma ulaşır. Kadın Yin'dir. Yin'in özelliği çabuk isteklenmemesidir. Ama bir kez isteklendi mi kolay kolay doyurulamaz.»

Yedinci yüzyılda yaşamış bir başka Taocu sevişme ustası olan Tung tzu, «Her erkek boşalmayı seviştiği kadın tam anlamıyla doyum sağlayana kadar geciktirmeyi öğrenmelidir.» demiş. Kısacası Taocu Sevişme ğretisi erkeğin cinsel birleşmede boşalmayı denetim altına alabilmesi, denetim altında tutabilmesidir.

Jolan Chang Taocu Sevişme yöntemini öğrenmenin yararlarını şöyle sıralıyor: «Taocu sevişme bilimini öğrenmiş bir erkeğin yatak arkadaşı doyumsuzluk nedir bilmez. Buna ek olarak Taocu Sevişme kesin bir doğum kontrolü de sağladığından kadın için gebe kalmak gibi kaygılarda cinsel birleşmenin keyfini boşmaz. Bir de şu var, ne zaman canları isterse diledikleri kadar sık ve uzun sevişebilirler, birbirlerini doya doya seyretmek, bol bol okşamak, bedenlerinin görünümlerinin ve cinsel iştahlarını artırıcı kokularının ve bunun gibi daha pek çok ayrıntının tadını çıkarmak için yeteri kadar zamanları olur.»

«Bir kimse Taocu Sevişme yöntemini uygulamadıka sevdiği bir yemeği doya doya yemek isteyen ama midesinde yer kalmadığı için istediği gibi yiye-meyen boğazına düşkün bir kimseye benzetilebilir. Eski Romalılar yiyip içmeyi o kadar çok severlermiş ki yemek keyfini sürdürebilmek için boğazlarına parmaklarını sokup yediklerini çıkartmaya alışırlarmış - sağlık bakımından sakıncalı, ekonomik bakımdan savurganca olan bu uygulama üstüne üstlük bir de iğrenç ve yakışksız.» diyor Jolan Chang. «Ama Taocu sevişmeyi uygulayan bir çift söz konusu olunca, onların en sevdikleri yemek nlerindedir. Her zaman da midelerinde o yemeği yiyecek yer vardır.» diye sözünü sürdürüyor.

Kitabın bir başka bölümündeyse şöyle yazıyor: «Tecrübe sahibi her kadın erkeğinin kendisini yeterince sevip okşamadığının bilincinde, duyarlılığında-
dır. Bu yüzden pek çok kadın sevgilerini sevildikleri zaman karşılık vermesini bilen evcil hayvanlara yöneltmişlerdir. Eşcinselliği seçen kadınlardan birçoğu kendilerini eşcinselliğe iten nedenleri bir kadının se-
vilmek okşanmak gereksinimini ancak tam olarak bir kadının anlayıp karşılayabileceğini söyleyerek açık-
lamaya çalışıyorlar. Bir erkeğin de sevme okşama ge-
reksinimi bir kadının ki kadar büyük olabilir. Erkek-
lerin büyük çoğunluğu ne yapılacağını, nasıl yapıla-
cağını bilmiyorlar.» Jolan Chang'ın kitabın giriş bö-
lümünün başına koyduğu ünlü ruhbilimci Sandor Fe-
rencz'in şu sözleri bütün bu açmazları özetliyor: «SE-
VİŞMEK İSTİYORLAR DA NASIL SEVİŞECEKLERİ-
Nİ BİLMİYORLAR».

Bu yazıyı okuyacak kadınlardan çoğunun, «kadın olarak elimizden ne gelir ki? Yapabileceğimiz tek şey erkeklerin bir an önce Taocu Sevişmeyi öğrenmelerini dilemekten öteye geçemez» diye düşüneceklerini sanıyorum. İlk bakışta bu bakış açısı doğru gibi gö-
rünebilir insana. Ancak şunu unutmamak gerekli: Se-
vişme bir kadınla erkeğin birlikte gerçekleştirebile-
cekleri bir şeydir. İki taraf içinde sağlıklı, doyurucu,
insanı günlük yaşamın tekdüzeliğinden bulutların
üstüne çıkarabilecek bir cinsel birleşme ancak iki ta-
rafın bilgili ve becerili katılımıyla olabilir.

Çok kimse cinsel birleşme için kadının sırtüstü
yatıp bacaklarını açmasının yeterli olduğunu, bundan
ötesinin erkeğin sorumluluğuna girdiğini düşünür.
Oysa iki tarafta birbirlerinin sorunlarını anlamadık-
ça, her konuda birbirlerine yardımcı olmaya, araştı-
rma-
malarını birlikte sürdürmeye, bilgi ve becerilerini
birlikte artırmaya çalışmadıkça bulutların üstüne çı-
kamazlar.

Kadınla erkek arasında tam anlamıyla iletişim

bağlantısı kurulamamış olduğu durumlarda cinsel birleşme olayından sevişme diye söz edilmesi ne dereceye kadar uygun olur? Birbirleriyle ruhsal ve bedensel bir birliktelik sağlayamamış, daha doğrusu birbirlerine haz verip vermediklerinden habersiz, birbirlerinin doyumunu umursamadan kendi bireysel hücrelerinde zevk arayışı ve beklentisi içinde olan bencillerin yaptığı şeye sevişme denebilir mi hiç?

Jolan Chang buna erkeğin kadın organında mastürbasyon yapması diyor. Ünlü İngiliz feminist yazar Germain Greer biraz daha da ileri gidiyor. «Taocu Sevişme ve Seks» kitabındaki alıntıda bu konudaki görüşlerini şöyle dile getiriyor: «Bir erkek mastürbasyon yapmaktan utanıyorsa cinsel boşalmayı sağlamak için bir kadını araç olarak kullanabilir, kadınlık organı boşalmayı gerçekleştirmeye yarayan sürtünmeyi sağladığı ve boşalma döl yolu içinde gerçekleştiği için böylelikle mastürbasyonun utancı kadına aktarılmış olur. Bu durumda erkek kadını belsuyunu boşaltacağı bir kap, bir tükürük hokkası yerine koymuş olur. Boşalınca da nefretle kadından uzaklaşır».

Sevişme sevgi ve haz alışverişi olacak yerde, ne yazık ki, bir çok erkek için sanki kadın yokmuş gibi ya da kadın yalnızca bir gövdeden ibaretmiş gibi yürütülen mekanik bir devinimden fazla bir şey olamıyor. Bazı erkekler böyle davranarak doyum elde ettiklerini sanabilirler ama sevişmenin getirebileceği hazların hangi doruklara çıkabileceğinden haberi olmayan zavallılar bunlar.

«Sevişmenin gerçek kıvancına ancak dokunma, tatma, görme, işitme, konuşma, duygulanma yeteneklerinin tümünü birden devreye sokarak onların hepsini en keskin olana dek bileyerek, en ayarlı bir biçimde alıcı duruma getirerek varılabilir», diyor Jolan Chang, sonra da insanın yalnız cinsellik organlarıyla değil de, duyu organlarının elverdiği oranda bedeninin bütünüyle sevişmesinin bir yandan cinsel haz

doyumunu kat kat çoğaltacağını, öbür yandan bu durumun boşalmanın geciktirilmesini kolaylaştıracağını yazıyor.

Ama sağlıklı bir erkek ne yaparsa yapsın, eninde sonunda boşalmayı geciktirmesinin olanaksızlaşacağı bir noktaya gelecektir elbette. İşte o zaman ne yapılabilir? Sorun burada...

Erkeğin dilediği kadar boşalmayı geciktirebilmesi hatta hiç boşalmadan dilediği kadar uzun ve dilediği kadar sık sevişebilmesi için çok basit uygulanabilirliği olan bazı öneriler getiriyor Taocu Sevişme. Öneri şu: Erkek tehlikeli noktaya yaklaştığını anlayınca penisi yalnız baş bölümü döl yolunun içinde kalacak biçimde dışarı çekmeli ve o tehlikeli noktayı aşana dek, yani boşalma isteğini denetim altına alınca kadar hareketsiz kalmalı, bir yandan da derin derin nefes almalıdır. Genellikle on ya da otuz saniyelik bir durak boşalma isteğini geriletecektir.

Başka bir öneri de erkeğin denetimi yitireceğini anladığı zaman yukarıda anlatıldığı gibi penisi dışarı çekmenin yanında erbezi torbalarının alt bölümüyle anüs (makat) arasındaki bölüme ya da penisin kökü diyebileceğimiz yere işaret ve orta parmaklarını bir arada tutarak üç dört saniye bastırmasıdır.

Kilit ve bastırma yöntemi adları verilen bu uygulamalar sonucu boşalma tehlikesini geciktirmiş olan erkek bundan sonra yeniden devinmeye ve derin dalışlara başlayabilecektir. Erkek bu uygulamaları her gerektiğinde bir daha, bir daha, pek çok ke-reler yineleyebilir. Bu konudaki deneyimi çoğaldıkça giderek daha seyrek penisi dışarı çekme gereksinimini duyacaktır. Sonunda ancak pek seyrek durumlarda boşalmayı geriletmek için önlem alması gerekecektir.

Kuşkusuz bu denetimin sürdürülebilmesinde kadına düşen görevler de vardır. Kadının da erkeğin durumunu izlemesi, denetim çabasını olanaksızlaştı-

racak devinimlerden kaçınması gerekli elbette. Sevişmeyi bir bakıma dans etmeye benzetebiliriz. Dansta çiftler nasıl sözsüz bir iletişim kurarlarsa, birbirlerinin ne yapmak, nasıl yapmak istediğini gövdelerinin en küçük kıpırtılarından sezerlerse, sevişmede de böyle olmalıdır.

Boşalmanın denetim altında tutulmasında cinsel birleşme sırasında düzenli ve bilinçli nefes alınıp verilmesi, sığ ve derin girişlerin sayısal bir düzen içinde birbirlerini izlemesi, (en çok önerilen sayısal düzen dokuz sığ ve bir derindir.) sevişme biçimlerinin arada bir değiştirilmesi göz önünde tutulması gerekli önemli noktalar olarak sayılabilir.

Özellikle sığ ve derin git-gel hareketlerinin belirli bir düzen içinde birbirlerini izlemesi boşalmanın denetiminde çok önemli bir rol oynar. Bunun nedeni şöyle açıklanabilir: Penisin baş bölümünün haz duyumuna son derece duyarlı olmasına karşın bu bölümün döl yolundaki devinimleri kolay kolay boşalmaya yol açmaz. Oysa penisin alt bölümünün döl yolunun kavramasıyla sağılma durumunda kalması boşalma mekanizmasını harekete getiren bir etken olur. Bu nedendir ki, derin bir girişi sığ girişlerin izlemesi elden kaçırılma kertelerine gelmiş olan denetimin yeniden kazanılmasına yardımcı olur.

Uzun süren cinsel birleşme yalnız kadının aldığı zevki çoğaltmakla ve kadının cinsel doyuma ulaşmasını olanaklandırmakla kalmaz, kuşkusuz erkek için de daha zevkli, daha doyurucu olur böylesi. Cinsel birleşmenin hazzını uzatmayı kim istemez? «Ancak sevişme hiçbir zaman önemsemezlik, özensizlik, aynı duruş ve hareketlerin yinelendiği bir tekdüzelik durumuna dönüştürülerek eşlerin birbirlerinden bıkkınlık duymalarına yol açmamalıdır», diyor Jolan Chang. «Taocu sevişmeyi öğrenen kimse giderek sevişmeyi daha uzun sürdüreceği için eğer eşler sürekli yenilikler arayışı ve yeni yeni denemeler içinde olmazlar-

sa o zaman sevişme tekdüze bir alışkanlığa dönüşebilir, çekiciliğini yitirebilir», diye sürdürüyor sözlerini. Buna çözüm olarak da eşlerin birbirlerinin cinsel istek ve fantezilerini anlayışla karşılayıp uygulamaya koymalarını, zevk almaya çalışmaktan çok zevk vermeye çalışmalarını öneriyor. Kuşkusuz eşinin büyük bir haz içinde olduğunu gören kimse için bu durum cinsel bakımdan son derece uyarıcı, etkileyici olacak, kendi haz duyumunda da bir şiddetlendirici gibi etki yapacaktır.

Aslında Taocu sevişmenin öğrenilmesinde' de, uygulamaya konmasında da hiçbir güçlük yoktur. Bu öğrenimin tek güç yanı boşalmanın sevişmenin en zevkli bölümü olduğu konusundaki önyargılardan ve yetersiz deneyimden gelen yerleşik kanıdan o kimsenin kendisini kurtarmasıdır. Boşalmanın zevkin doruk noktası diye tanımlanması alışkanlıktan kaynaklanan bir yanıltır, hem de son derece zararlı bir yanıltır.

Sarı imparatorun (İÖ 2697 - 2598) Taocu sevişmeyi öğrenen kimsenin giderek daha az boşalmasının daha az zevk almasına yol açıp açmayacağı yolundaki sorusuna Taocu seks danışmanı Peng Tsu'nun verdiği yanıt bu konuya daha çok açıklık getirebilir. Peng Tsu'nun yanıtı şöyle: «Tam tersine, boşaldıktan sonra o kimse yorgunluk duyar. Kulaklarında bir uğultu olur. Göz kapakları ağırlaşır, susuzluk duyar. Kolları bacakları kasılır, kollarını bacaklarını oynatamaz. Boşalırken pek kısa bir süre için duyumsadığı coşkunun bedeli saatler süren bezginliktir. Bu durumu da gerçek bir zevk sayamazsınız elbette. Buna karşın boşalmayı bir düzen içine koyup en alt düzeye indiren kimsenin bedeni güçlenir. Zihni dinginleşir, görme ve duyma yetisi artar. O kimsenin bazı kereler boşalmadan duyulan coşkudan kendini yoksun bırakmasına karşın kadınına duyduğu şehvet artar. San-ki kadınına hiç, ama hiç doyamıyormuş gibi gelir o

kimseye. Asıl sürekli ve gerçek haz duyumu budur».

Taocuların görüş ve deneylerine göre sevişmede doyum elde etmenin yararı yalnız doğanın bize bahışladığı bir nimetten olabildiğince yararlanmaktan ibaret de değildir. Bir yandan da ruhsal ve bedensel sağlıklı bir yaşamın, mutlu, sağlıklı, uzun ömürlü olmanın da önkoşuludur. Bu Taocu görüş bugün çağdaş bilim tarafından da onaylanmaktadır. Kadında olsun, erkekde olsun cinsel isteğı uyandırmak da, eğitmek de sağlıklı, mutlu ve uzun ömürlü olmak için son derece önemlidir.

Jolan Chang'ın dediğı gibi: «Hemen her türlü nefretin, kederin, hırsın, sahip olma tutkusunun ardından sevgi ve seks açlığı fışkırır. Oysa sevgi ve seks kaynağı ve çeşmesinin tıpkı uçsuz bucaksız evren gibi bitmez tükenmez bir sınırsızlığı vardır. Yaşam ve kıvanç çeşmesi olan Yin ve Yang arasındaki uyum sağlanamayınca geriye kalan şey yıkım, yitim ve ölümdür».

MAİTHUNA VE TÖRENSEL SEKS*

Altmışlı yıllarda tüm Batılı ülkelerde cinsel devrim yaygınlaşır ve ivme kazanırken bir yandan da Doğu dinleri ve gizemciliğine karşı büyük bir ilgi uyanmıştı. Önce beat kuşağı sonra da hippiler, bu iki ilgiyi bir arada tutup bayraktarlık yapmakta öncü oldular.

İlk bakışta birbirleriyle bağlantısız gibi görünen bu iki ilgi alanının bazı ortak yanları da yok değil. Öncelikle Doğu dinlerinin cinsellik konusuna yaklaşımı, geleneksel Hristiyan Batı anlayışından bütünüyle değişik. Hristiyan kültüründe, Adem ile Havva'nın günahıyla karalanmış, aşağılanmış olan cinsellik güdüsü genellikle doğu dinlerinde Tanrısal yaratıcılık gücünün her bireyde dışavurumu olarak ele alınmış ve bu anlayış içinde birtakım dinsel simgelerin, birtakım dinsel törenlerin konusu durumuna getirilmiştir. Kuşkusuz Doğu dinlerinin bu yanı da, Avrupa ve Amerika'da cinsel devrimin patlama yılları olan 1960'larda Batı dünyasının ilgisini çekmemelik edemezdi. Bu ilgiyi, o dönemde yayınlanmış pek çok romanda izleyebiliyoruz:

* «Bitmeyen Orgazm» adıyla «Bravo» dergisinin Ağustos 1983 sayısında yayınlanmıştır.

Beat kuşağının en başta gelen temsilcisi olan Jack Kerouac 'The Dharma Bums' (Zen Kaçıkları) adlı romanında, Doğu usulü seks ayinlerinin San Francisco'lu Beatniklerin yeraltı dünyasına uyarlanmış biçimlerini anlatmaktadır. Bu kuşağın sözcülüğünü ve temsilciliğini üstlenmiş olan ünlü yazar Aldous Huxley 'Ada' adlı son romanında, gene bu konuya büyük yer ayırmıştır.

Ütopya adasının insanlarının, seks ve sevişme konusuna bilgece yaklaşımları, onların mistik bir sevişme yöntemiyle boşalmadan cinsel birleşmeyi ve orgazmı amaçlayan 'maithuna'yı benimsemelerine yol açıyordu. Romanın kahramanlarından İngiliz gazeteciyle genç ve güzel hastabakıcı Radha arasında geçen aşağıdaki konuşma; Huxley'in 'maithuna' konusundaki yorumuna açıklık getirmesi bakımından ilgi çekicidir.

«Maithuna nedir?»

«Maithuna aşk yogasıdır.»

«Kutsal mı, bedensel mi?»

«Böyle bir ayırım yok. İşin ilginç yanı maithuna yaptığınız zaman bedensel aşk kutsal aşkla özdeşleşir...» «Tüm organlarımıza yayılmış bir cinsellik...» «Çocukluğumuzda içinde yaşarken büyüdükçe yitirdiğimiz cenneti yeniden bulmak, yaratmak için geliştirilmiş bir yöntemdir.» ...«Maithuna'nın önemi sevişmeyi yogaya dönüştüren özel tekniğinden çok, bu tekniğin sağladığı kendi duyumlarına ve her duyumun özündeki benlik üstü bölgeye dayanmakta.»

Romanın bir başka kahramanı Rhanga söze karışıyor ve şu saptamayı yapıyor:

«Maithuna, meditasyondur.»

★

Huxley'in 'Ütopya Adası'nda 'maithuna', çocuklara onbeş yaşına geldiklerinde okullarda ders olarak öğretilmektedir.

Doğu dinlerinde ve Doğu gizemciliğinde cinsellik

konusu pek çok çeşitleri ve örnekleri olan ve genişlemesine incelenmesi bu yazının boyutlarını aşan çok geniş bir konudur. Bu yazıdaki inceleme yalnızca Tantrizm adı verilen, hem Budizm hem Hinduizm'de ortak gizemci öğretilerdeki bazı cinsel uygulamalar ve törenlerle sınırlandırılmıştır.

Tantrizm VII. ve VIII. yüzyıllarda gelişmiştir.

Tantrist'e göre Tanrı, seks aracılığıyla yaratılışı sürdürüyor. Doğanın gizemli gücü, cinsel enerjide kendini açığa vuruyor. Tantrist'in görüşüne göre insanda Tanrısal bir şeyler varsa, bunların en başında cinsel enerji gelmektedir.

Tantrist, bütünün oluşmasında en önemsiz şeylerin bile vazgeçilmezliğini derinden derine kavramıştır. Bu bütünü bir arada tutan kaynaştırıcı olarak da işte bu cinsel güdüyü, cinsel enerjiyi görmektedir.

Batılının bakış açısından seks, üreme içgüdüsünün dışavurumu, yalnızca biyolojik bir işlevden öte bir şey değilken, Tantrist için Tanrısal yaratıcılık gücünün güdümünde olan bir faaliyettir. Bunun içindir ki, bu enerjinin dış görünüşleri olan erkeklik organına ve dişilik organına dinsel saygı gösterilir. Tantrist gizemcinin bakış açısından, Tanrısal enerjinin kendi varlığındaki yansıması olan cinsellik organı da aynı şekilde kutsanmaya değer sayılmalı, ona da dinsel saygı gösterilmelidir.

İnsan, gerçeği ancak bir bütün içinde, yani zihin ve beden birlikteliği içinde, tüm sinir sisteminin uyanık ve alıcı bir duruma gelmesiyle algılayabilir. Kuşkusuz böyle bir bütünlüğü, böyle bir uyanıklığı gerçekleştirmekte cinsel dürtünün önemli bir aracı olduğu yadsınamaz. Cinsel birleşme haz ve zevkin en başta gelen kaynağı olduğuna göre, Tantra öğretisinin, cinsel birleşmeyi, aşkın bir coşkunlukla Tanrı'ya ulaşmak, Tanrı ile bütünleşmek için kullanmak istemesinin kendi mantık sistemi içinde bir tutarlılığı olduğu düşünülebilir.

Doğuluyla Batılının seks konusuna yaklaşımlarındaki bu iki değişik anlayış, seksin anlamını ve uygulanma yöntemini de etkilemiştir. Batının Hristiyan kültüründe, cinsel birleşmenin günahla, ayıpla bulaştırılıp kötülenmesi, aşağılanmasıyla Doğu gizemciliğinde Tanrısal bir faaliyet olarak Tanrı katına yüceltilmesi, cinsel birleşmenin yalnız yorumuna değil, niteliğine de etki yapmış, hatta bu iki kültürden olanların bireysel cinsel yaşamlarında bile, bu nitelik farkı belirginleşmiştir.

«Kamasutra», «Ananga Ranga» ve daha birçok Hint seksbilim kitabı, cinsel hazzın, yani cinsel gerilimin olabildiğince uzatılmasına ilişkin sevişme biçimlerini ve tekniklerini içeren önerilerle doludur. Oysa Batıda cinsel birleşmenin amacı, boşalıp, cinsel dürtünün basıncından kurtulmaktır. Batıda bir kimsenin cinsel gücü cinsel gerilimin doruğuna ulaşp orada kalmayı başardığı süreyle değil de, art arda kaç kez boşalmayı gerçekleştirebileceğiyle ölçülür. Hintliler için, bu anlayış son derece kaba ve ilkel, aşağılanması gereken bir yaklaşımdır.

Hintli, cinsel birleşmeyi en kısa yoldan boşalmak için bir yöntem olarak düşünmez. Hintli için hedef, bedeniyle ve zihniyle, yani varlığının bütünlüğüyle 'aşkın' bir coşkuya ulaşmak ve bu durumu olabildiğince uzatmaktır. XVIII. yüzyılın Hintli fahişeleri, Batılı erkeklere «çöplük horozları» adını takmışlar, onları alay konusu yapmışlardı. Cinselliğin hor görülüp aşağılandığı, insanların bilinçli olarak cinsellik konusunda bilgisiz bırakıldıkları bir kültürden gelen Batılılardan elbette daha fazlası beklenemezdi. Bugün Batıda cinsellik konusundaki bilginin çoğalması, aynı zamanda toplumsal ortamın çok değişmiş olması bile bu temel tutum ve anlayışı değiştirmemiştir. Batıda bugün bile seksin amacı, boşalmayla sonuçlanacak bir birleşmeyle cinsel gerilimi gidermektir.



Tantrik uygulamanın başlıca özelliği ise cinsel birleşmenin boşalmayla sonuçlanmamasını sağlamaktır. Cinsel gerilimi olabildiğince sürdürmek ve boşalmayı önleyerek ersuyunu gerisingeri döndürmek ve omurilikten yukarıya doğru, yani kuyruksokumundan başlayarak bel, sırt, ense yoluyla iki kaş arasına kadar çıkarmaya çalışmaktır. Fizyoloji açısından, böyle bir şeyin olamayacağından elbette kimsenin kuşkusu yoktur. Ancak burada sözü edilen şey, fizyolojik olmaktan çok duyumsal bir sinir akımdır. «Laya yoga» ya da «Kundalini yoga» adıyla bilinen bu gizli öğreti, bugün artık pek çok kitapta ayrıntılı olarak açıklanmaktadır. Ama yine de yogayı sürekli ve ısrarlı bir uğraş durumuna getirmemiş bir kimse tarafından öğrenilebilmesi de uygulanabilmesi de olanaksızdır. Ancak Tantrik yazılarda ersuyunun geri döndürülmesini kolaylaştıran daha basit bazı ipuçları, bazı öneriler vardır. Bu önerileri, «düşüncenin, nefesin ve ersuyunun tutulması» formülü içinde özetleyebiliriz. Bu formül içinde anlatılmak istenen şey şudur: Boşalmanın yaklaştığını farkedenden öğrenci, kafasından her türlü düşünceyi siler. Böylece, cinsel ve bedensel tüm duyumları algılayabilecek bir hale gelir. Birleşmeyi düzenli ve uyumlu nefes alıp vererek sürdürürken nefesini tutar. Dilini ağzının içinde yuvarlayarak nefes yolunu tıkamaya çalışır. Dilin bu işlevini kolaylaştırmak için bazı Tantristlerin dilin altındaki deriyi bile kestikleri bilinir. Öğrenci, ersuyunun akışını durdurmak için, karnını içeri, penisi ise bir miktar dışarı çeker. Böylece, uyanıklığın ve mutluluğun en son aşaması diye tanımlayabileceğimiz, ruhsal durum gerçekleştirilmiş olur.

İşte 'maithuna', böyle bir ruhsal durumu gerçekleştirmek için dinsel tören kurallarına uygun olarak yapılan cinsel birleşmenin adıdır.

Kuşkusuz 'maithuna'nın öğrenilmesi, bir hazırlık dönemini zorunlu kılan ayrıntılı bir tekniktir. Öğren-

cinin ersuyunu geri döndürebilmesi, zihni ve bedeni üzerinde belirli bir egemenlik kurmasını gerektirir. Onun için, öğrenciden, Hatha yoga'da yol almış olması, uzun süre nefes egzersizleri yapmış olması istenir. Hazırlık döneminde öğrencinin 'maithuna' için kendisine eş olarak seçilen kadınla içtenlikli bir yakınlık geliştirmesi de, önkoşullar arasındadır.

*

Buna bir örnek olarak Budizm'le Şivaizm'in bir karışımı olan Sabajiya mezhebindeki uygulama gösterilebilir. Öğrenci kendisine eş olarak seçilmiş olan kadına bir program içinde yaklaşır. Bununla iki amaç gözetilir: 1. Öğrenci duyuları üzerinde egemenlik kurmayı aşamalı olarak öğrenir. 2. Yavaş yavaş yaklaşması, kadına duyacağı isteği körükler. Kadını giderek bir Tanrıçaymış gibi kutsallaştırır.

Öğrenci, ilk dört ay kadına bir uşak gibi hizmet edecektir. Aynı odada ama kadının ayak ucunda uyuyacaktır. Bu dönemi izleyen ikinci dört ay, yine kadına bir uşak gibi hizmet edecek, ancak bu kez aynı yatakta kadının sol yanında, kadına değmeden yatacaktır. Daha sonraki dört ay yine aynı yatakta kadına değmeden, bu kez sağ yanında yatacaktır. Son dört ayda ise kadına sarılarak uyuyacaktır. Ama 'bu süre içinde de kesinlikle cinsel birleşme olmayacaktır.

Bundan sonra gerek erkek gerekse kadın artık 'maithuna' için hazır duruma gelmiş sayılabilirler. Tören yerine gitmeden önce erkek bir Tanrıça'yı yıkarılmışçasına kutsal bir saygı içinde eşini yıkayacaktır.

Guru'nun öğrenciye eş seçmesi de bazı kurallara bağlanmıştır. Maithuna için seçilen eş hem genç ve güzel olmalı, hem de böyle gizemli ve güç bir öğretiyi kavrayacak derecede akıllı olmalıdır. Bunun için genellikle aşağı kastlardan kızlar ya da fahişeler özel bir eğitimden geçirilirlerdi. Tantrik edebiyat-

ta bu kızlar çamaşırcı anlamında 'dombi' diye adlandırılırlar.

Guru, eşlerin hazır olduğu kanısına varınca dinsel töreni başlatır. Tören tek bir çift için yapılabileceği gibi, dört, beş, yedi, dokuz, on iki, on altı ya da otuz iki çiftin katılmasıyla da yapılabilir. Tören odasının çevresinde çiftlerin yararlanması için sedirler, şilteler vardır. Tören birden fazla çift için yapıldığı zaman, Guru kendi eşiyle birlikte ortada yer alır. Tören odasının bir köşesinde sunak yeri bulunur. Sunak yerinin üstüne buhurdanlıklar, bir testi şarap, biraz et, bir balık yemeği ve kakule tohumları konulmuştur. Aslında bunların hepsi hem geleneksel Budist öğretisinde hem de Hindu öğretisinde, uzak durulması önerilen yasaklanmış şeylerdir. Ama bu konuda Tantrist'in görüşü değişiktir. Tantrist'e göre, isteklerin bir tutku durumuna gelip insanı tutsak etmelerini, sürekli imrendirip ayartmalarını önlemenin en güvenilir yolu, güç ve verimsiz cilelerle istekleri yenmek için savaş vermekten değil, onları doyurmaktan geçer.

Törene akşam saat 7.00 ile 12.00 arasında herhangi bir saatte başlanabilir. Tören odası aşırı derecede aydınlık olmadığı gibi göz gözü görmeyecek derecede karanlık da değildir. Özellikle eşlerin 'maithuna' yapacağı sedirlerin, şiltelerin olduğu yerler, mor ışıklar verecek biçimde siperlenmiş lambalarla iyice aydınlatılmış durumdadır. Tören odasında buhurdanlar yakılmış, genellikle oda, çiçeklerle donatılmıştır.

Eşler, odaya, kadın erkeğin sol yanında, belirli tören adımlarıyla girerler. Kadın saçlarını açmış, çıplak etinin üstüne çingülü kırmızısı ince bir giysi giymiştir. Çiftler, ellerindeki mumları yaktıktan sonra sunak yerine gelip yere otururlar. Erkek şu sihirli sözleri söyler: «Devata bhava siddhaye.»

İki küçük kadehin üçte ikisi şarapla doldurulur.. Erkek de, kadın da aynı anda kadehleri kaldırıp şa-

rabı içerler. Sonra her ikisi de elleriyle bir lokma et yerler, gene aynı biçimde şarap içerler, ardından birer lokma balık yerler, bir kez daha şarap içerler. En sonunda kabuklarını soyup birkaç kakule tohumunu çiğnerler. Böylelikle kakulenin tadı ağızlarına ve ferahlatıcı kokusu nefeslerine sinmiş olur. Son kez bir daha üçte ikisi şarapla doldurulan kadehler boşaltıldıktan sonra, törenin sunak yerindeki bölümü tamamlanmış olur.

Çiftler bir sedire ya da şilteye doğru yönelirler. Kadın giysisini çıkartır ve anadan doğma sedirin kenarına dik bir biçimde oturur. Erkek kadının karşısında durur ve onu hayranlıkla ve huşu içinde seyreder. Kadın artık erkeğin gözünde doğanın gizemli gücünün, yaratılışın hiçbir zaman keşfedilemeyecek gizinin simgesidir. Onu Tanrıça Şakti'nin cisimleşmesi olarak canlandırır gözünde.

Bir süre sonra elini kadının kalbinin üstüne koyar ve şu gizemli sözleri mırıldanır: «Shiva hum, So hum» (Ben Şiva'yım... Ben Şakti'yim).

Böylece kendini evrensel Şiva-Şakti bütünlüğüyle özdeşleştirir. Sonra sağ elinin işaret ve orta parmağını bir arada tutarak parmaklarını kadının bedeni üzerinde gezdirir. Bir yandan da şu sözleri söyler: «Hling... Kling... Kandarpa... Svaha...» Önce kadının kalbine, sonra başının tepe noktasına, daha sonra göz kapaklarına ve iki kaş arasına, sonra da sırasıyla boğazının oyuk yerine, sağ ve sol kulak memelerine, göğüslerine, kollarının omuzlarına yakın bölümüne, ayaklarına ve en sonunda da kadınlık organına dokunur. Daha sonra kadın sırtüstü uzanır. Erkek de kadına dönük olarak sol yanına yanlamasına yatar. Solukları kadınıkiyle uyum içinde olunca rahat durumda, ya da meditasyon oturuşuna geçerek, kadını kucağına alıp 'maithuna'ya başlar. Bir süre hareketsiz kalırlar, sonra çok aşırı olmamak koşuluyla

git, gel hareketleri başlar. Bir süre sonra çiftler cinsel gerilimin doruk noktasına ulaşırlar.

Bu aşkın coşkunluk durumu üç, beş dakika kadar sürer. Zamanla 'maithuna'da deneyim kazanmış, ustalaşmış gizemci için bu durum iki, üç saate kadar uzayabilir. Sonra tatlı bir gevşemeyle gerilim çözülür.

Maithuna'nın amacı boşalmayı kesinkes önlemektir. Eğer 'maithuna' boşalmayla sonuçlanırsa kutsal bir faaliyet olmaktan çıkar, dinsel anlam ve amacını bütünüyle yitirir, insanı kurtuluşa değil de bağımlılığa götüren din dışı sıradan bir eyleme dönüşür.

Bu tören birçok çeşitlemelere ve Guru'nun sanatçı yaratıcılığına açıktır. Bazı törenler sunak yerine oturtulan ve Tanrıça'yı temsil eden anadan doğma bir bakirenin saygı ve huşu içinde seyredilmesiyle başlar. Bazı kereler tören, ya Guru'nun ya da katılanlardan birinin bakire ile 'maithuna' yapmasıyla sürdürülür. Bazı törenlerde Guru, üç ya da daha çok sayıda kadınla 'maithuna' yapar ve törene böyle başlanır. Çiftlerin kura ile belirlendiği, ya da tüm çiftlerin bir kumaşla birbirlerine bağlanarak evrensel bütünlüğün simgelendiği çeşitlemelerden de söz edilmektedir.

★

Yazıyı bitirirken konuyu şöyle özetlemek istiyorum: Tantrizm, gizemcinin zihinsel ve bedensel, tüm olanaklarını devreye sokarak yaşama daha boyutlu yaklaşma çabasıdır. Tantrist'in gözünde bu evren, bizim evimizdir. Yaşamak için burdayız biz...

«TAOCU SEVİŞME» YA DA ERKEĞİN BOŞALMADAN ORGAZM OLMASI KONUSUNDA SÖYLEŞİ*

Uzun bir süreden beri Uzakdoğu dinleri ve felsefeleriyle, özellikle Zen Budizm'le ve Taoculuk'la ilgilendiğinizi ve bu konularda kitaplar, inceleme yazıları yazdığınızı, çeviriler yaptığınızı biliyoruz. Ama asıl ilgimizi çeken sizin bu konularla seks arasında bağlantı kuran çevirileriniz ve yazılarınız oldu. Özellikle «Taocu Sevişme ve Seks» adlı çevirinizle Alan Watts'dan çevirdiğiniz «Taoculuk, Zen ve Batı Kültürü» adlı kitaptaki Seks Yogası başlıklı yazıdan söz etmek istiyorum. Öncelikle sizden bu felsefelerle seks arasındaki ilişkiyi açıklamanızı isteyecektim.

Güngören: Taoculuk'ta da Zen'de de temel öğreti insana iç çelişkilerinden kurtulmanın, kendiyle de, çevresiyle de uyumlu ve mutlu bir bütünleşmenin yollarını göstermektir. İnsanın iç çelişkilerini çözebilmesi, kendiyle bütünleşebilmesi için cinsellikle ilgili tüm sorunlarını çözmesinin gerekeceği konusunda bilmem kuşkusunu olan bir kimse çıkar mı? Taoculuk ve Zen, insanı bir bütün olarak ele alır, cinselliği insan yaşa-

* «Bravo» Dergisinin Ocak 1987 sayısında «Hedef Mutlu ve Doğurucu Bir Cinsel Yaşam» adıyla yayınlanmıştır.

mının bütünden kopuk ayrı bir bölümü olarak değerlendirmez. Alan Watts'ın dediği gibi «sevişmenin bize verdiği sıcak duyguyu yataktan iş yaşamımıza, yaşamımızın her türlü etkinliklerine taşırız.» Doyumsuzluktan kaynaklanan gönül kırıklığı da yaşamımızın bütününe yansır. Bir de şu var. İnsan iç çelişkilerden kendini kurtarıp kendisiyle de, çevresiyle de uyumlu bir bütünleşmeyi gerçekleştirdiğinde her günkü yaşamımızdaki koşturmaca ve telaş içinde gözümüzden kaçan binbir ayrıntıyı gözlerimiz görmeye, duyarsızlık yüzünden körelmiş olan duygu dünyamız yeşermeye başlıyor. O zaman cinsellik de bambaşka bir boyut, bambaşka bir yoğunluk kazanıyor.

Bravo: Bu bambaşka bir boyut, bambaşka yoğunluk nasıl bir şey? Daha belirleyici bir açıklama isteyeceğiz sizden.

Güngören: Zihnimizde sözünü ettiğim biçimde bir durulma olunca gözlerimizin, kulaklarımızın, burunumuzun, tüm duyumlara alıcılığının çoğalıp, duyumların keskinleşmesinin yanında etimiz de cinsel uyarılara son derece duyarlı oluyor, her ayrıntının, her uyarının bilince yolunu bulması cinsel istek ve uyarılmışlığı kat kat artırıyor. Daha açıklayıcı olmak için şöyle örnekleyeyim bu sözlerimi: Eşlerin birbirlerinin soluk alışlarının, kalp atışlarının, yüzlerindeki ifade değişikliklerinin, gözlerinin, kirpiklerinin kıpırtılarının; bedenlerindeki her kıvrımın, her kıvrımının ve daha bunlar gibi binbir ayrıntının izleyici bir tutum içinde farkında, duyarlılığında olmalarından söz etmek istiyorum böyle diyerek.

Bravo: Cinsel uyarılara duyarlılığın böylesine artmış olması boşalmayı çabuklaştıracı bir etken oluyor mu? Sizin çevirisini yaptığınız «Taocu Sevişme ve Seks» adlı kitapta önerilen boşalmadan sevişme ve bu aşırı duyarlılık ikisi bir arada nasıl yürütülebiliyor? Bu boşalmadan sevişme yöntemini siz kendiniz de uygulayabiliyor musunuz?

Güngören: Cinsel uyarılara duyarlılığın böylesine artmış olması boşalmayı çabuklaştırmak yerine tam tersine geciktirici bir etken oluyor. Çünkü bu durumda duyarlılık yalnızca cinsellik organlarında yoğunlaşacak yerde tüm bedende yaygınlaşıyor. İnsan belirli organları, bedeninin belirli bölgeleriyle değil bedeninin bütünüyle haz almayı sürdürüyor.

«Taocu sevişme»ye gelince, belki şu örnek sorunuzun yanıtlanamama yardımcı olabilir. Karnı çok aç olan bir adamın yiyeceklere saldırıp tadına varmadan koca koca lokmalarla çiğnemediği yutup yiyecekleri bir solukta bitirmesiyle yavaş yavaş yediğinin tadını çıkararak yemesi arasında elbette dünyalar kadar fark vardır. İkisi de karnını doyurmaktır. Ama gene de çok farklı, çok başka şeylerdir. İşte Taocu sevişme, sevişmenin tadını çıkarmayı, tam olarak tadına varmayı öğreten bir öğretilerdir. Bu öğreti ya da bu öğretinin bir benzeri olan Hint kökenli Tantracı Maitihuna eskiden beri ilgimi çekmiş ve bu konuyu incelemeye çalışmıştım. Ancak Tantracı öğretinin bir gizli öğreti olması ve bu konuda yazılmış olan eski metinlerde konuyu bir erişirme töreniyle ustadan öğrenmiş kimselerin anlayabileceği simgesel bir dil kullanılmış olması bu metinlerden bir sonucu varmayı olanaksızlaştırıyordu. Yaptığım bazı denemelerde de, örneğin erbezlerinde bir basınç ve gerginlik oluşması gibi durumlar, konuyu yeterince bilmeden yapılacak uygulamaların sağlık bakımından sakıncaları olabileceği kuşkusuyla denemeleri daha ileri götürmekten beni alıkoymuştu. 1978 yılında «Taocu Sevişme ve Seks» adlı kitabı okuduktan sonra bu konuda fazla kuşku duymaya gerek olmadığını anladım. Kitabın yazarı Jolan Chang'ın önerilerini izleyerek Taocu sevişme öğretisini özümlemede tam bir başarıya ulaştım.

Bravo: Flört aşamasından daha ileri gitmeyen de-

likanlıların çok iyi bildiği boşalmama olayının neden olduğu erbezlerindeki o gerginlik ve basınç, hatta zorlanma ve ağrı durumu için ne söyleyeceksiniz?

Güngören: Jolan Chang'ın söylediklerini: (Boşalmanın denetimini öğrenmeye başladığınız ilk dönemlerde erbezlerinde bir gerginlik bir zorlama hissediyorsanız kendinizi kaygıya kaptırmanız için hiçbir neden yoktur. Pek çok erkek bu aşamada korkuya kapılıp çabalarını sürdürmekten vazgeçerler. Bu konuda ustalaşmak, etkinlik kazanmak için bir süre çalışmak gereklidir. Bir kez tam olarak ustalaşılıp beceri kazanıldı mı beden kendini ona göre ayarlayacak, bu uygulama dünyanın en doğal, en zorlamasız şeyi olacaktır.) Tam söylediği gibi oldu. Bir süre sonra erbezlerimden yakınmamı gerektirecek herhangi bir durum gelmedi.

Bravo: Taocu sevişme konusundaki başarınızı neye bağlıyorsunuz? Acaba başarınızda uzun bir süreden beri Zen yolunu izlemenizin bir payı oldu mu? Sizce kitaptaki önerileri izleyen herkes Taocu sevişmeyi gerçekleştirebilir mi?

Güngören: Bir öncü olarak başarımda uzun bir süreden beri Zen yolunu izlememin bir payı olduğunu sanıyorum. Ama bu demek değildir ki Taocu sevişmede başarılı olmak için çok uzun bir süre belirli bir pratik yapmaya gerek vardır. Jolan Chang'ın yaptığı alıntıdan bundan aşağı yukarı iki bin yıl kadar önce yaşamış olan Taocu sevişme ustası Wu hsien'in «çok sabırsız bir kimsenin bu yöntemi öğrenmesinin yirmi günden fazla zaman alacağını, sakın, yumuşak huylu bir kimsenin daha çabuk öğreneceğini, genelde bu yöntemi öğrenmeye bir ay kadar bir zamanın yeteceğini» söylediğini öğreniyoruz. Wu hsien'in bu söylediklerine inanmamak için ben de bir neden göremiyorum. Ancak göz önünde tutulması gerekli önemli bir nokta var. Bundan iki bin yıl önce yaşayan Çinlilerin sakın yaşam ve çevre koşullarıyla gü-

nümüz insanının gerilim içindeki yaşam ortamını hesaba katmak lazım. Bu bakımdan Jolan Chang da önerileri arasında önemle ve özenle düzenli ve bilinçli nefes egzersizlerinden ve T'ai Chi Chuan adlı Çin jimnastiğinden söz ediyor. Her ikisi de sinir sistemindeki gerginlikleri gidermek, olağanüstü bir bedensel duyarlık kazanmak için son derece etkili olan şeyler. Zaten bunlar benim yapmakta olduğum pratikler arasındadır. Gene Jolan Chang'ın önerileri arasında dokunma, görme, tatma, işitme ve koku alma duyularının tümünün birden en keskin olana dek, en alıcı bir ayar ve uyum durumuna getirilmesi var ki bunun gerçekleştirilmesi zihinden bu alıcılığı engelleyecek her şeyi kovmadan, kısacası insanın kendini bütünüyle sevişmenin kıvancına kaptırmadan kolay kolay olabilecek bir şey değil.

Bravo: Öyleyse bunun için en başta sinir sisteminin gevşetilmesi, insanın kendi bedenine karşı keskin bir duyarlılık elde etmesi, dokunma, görme, işitme, koku ve tat alma duyularının keskinleştirilmesi ya da bu duyumlara karşı zihnin alıcılığını çoğaltan zihinde bir arınmışlık, dinginlik, sükûnet, bir huzur atmosferi yaratılması gerekli. Sanıyoruz bunların kolay şeyler olduğunu söyleyemeyeceksiniz.

Güngören: Kuşkusuz bunlar kolay şeyler değil. Yalnız şu var: Sevişmenin gerçek kıvancını tatmak için bu saydığınız şeylerin hepsi gerekli. Çağımızın en kısa, en kestirme yoldan başarıya ulaşmaya ağırlığını koymuş olan kültüründe insanların, sevişmenin gerçek kıvancına varmaları hemen hemen olanaksız. Sevişme, erkeğin kadına erkekliğini kanıtlaması gereken bir karşılaşmaymış gibi ele alınmıştır kültürümüzde. Bu yüzden erkeklerin büyük bölümü iktidarsızlık durumuna düşüyorlar. Farklı kültürlerde iktidarsızlık oranı değişik olabiliyor. Örneğin Kızılderililerde iktidarsızlık diye bir sorun olmadığını okumuştum bir yerde. Erkek de, kadın da rol yapmayı bira-

kıp sevişmek için giysilerini çıkarttıkları gibi toplumsal kişiliklerinden de soyunmalıdırlar. Birbirlerine bir şeyler kanıtlama sevdasından vazgeçmedikçe ve yalnızca birbirlerine verdikleri haz uyarılarını algılamakta kendilerini yoğunlaştırmadıkça sevişme gerçek sevişmenin kötü bir taklidinden, gerçeğin yerine konmuş yalancısından daha fazla bir şey olamaz. Bhagwan Shree Rajnesh sevişmek için yatağa girdiğinizde erkek ya da kadın olduğunuzu da unutup diyor. Ne kadar haklı! Çünkü erkekliğimiz de, kadınlığımız da biyolojik bir çekirdek çevresinde oluşan toplumsal bir kişilikten öte bir şey değil. Mutlu ve doyurucu bir cinsel yaşantı için doğal yapımıza yabancı olan her şeyi atmamız gerekir. Kuşkusuz erkekliğimiz ya da kadınlığımız da doğal olmaktan çok toplumsal bir katkı olabilir kişiliğimizde.

Bravo: Taocu sevişme öğretisinin bize kuşkuyla görünen bir yanı var. Sevişmenin uzun süre sürdürülmesinin cinsel hazzı uzatacağını hatta artıracaklarını kabul ediyorum, ancak boşalmamanın sağlayacağı bir yarar olabileceğine inanmıyorum. Yoksa siz de Doğu gizemciliğindeki genel ve yaygın inanca uyarak boşalma yoluyla harcanmayan cinsel enerjinin ruhsal enerjiye dönüşeceğini mi savunuyorsunuz? Kısacası boşalmamanın sizin görüşünüze göre yararı nedir?

Güngören: En başta boşalma yoluyla harcanmayan cinsel enerji başka bir enerji biçimine dönüştürülmesine gerek olmadan gene cinsel enerji olarak kullanılabilir. Kısacası boşalmama insanın cinsel gücünü sınırsızlık aşamasına kadar artırabilir. Bu yöntemi öğrenmiş olan kimse süreyle ve sayıyla sınırlı olmadan dilediği kadar ya da eşinin dilediği kadar uzun ve sık sevişebilir. Bir de şu var: Boşalmama insanın cinsel uyarılara karşı duyarlılığını da son derece artıran bir etken olur. Jolan Chang'ın alıntı yaptığı eski bir Çin metninde yazıldığı gibi «boşalmayan kimsenin kadınına karşı duyduğu şehvet artar, san-

ki kadınına hiç ama hiç doyamıyormuş gibi gelir o kimseye. Asıl gerçek ve sürekli haz duyumu da budur.» Bunun dışında boşalmayla harcanmayan cinsel enerjinin ruhsal enerjiye dönüştürülebilmesi düşüncesi bana bütün bütün çağdaş bilime ters bir görüş gibi de gözüküyor. Bu görüşle derinlik ruhbiliminde özellikle Freud'cu öğretilerdeki yüceltme ya da süblimasyon kuramı arasında bir benzerlik var. Sonra fazla boşalan insanlarda bir uyuşukluk, bir miskinlik ve gevşeklik, enerji eksikliği olduğu hepimizin deney ve gözlemlerimizle bildiğimiz bir şey.

Bravo: Şu boşalmama ya da sizin kullandığınız deyimini kullanırsam boşalmadan orgazm olma konusunu ayrıntılı olarak açıklar mısınız? Çünkü bana boşalmama sevişmeyi yarıda bırakma, bitirmeden yarıda kesme gibi bir şey geliyor.

Güngören: Boşalmadan orgazm olma dediğim zaman dile getirmeye çalıştığım haz duyumu boşalmaya eşlik eden haz duyumunun aynısıdır. Bazı kere sanki ersuyu dışarı değil de insanın içine doğru akıyormuş, göbek bölgesine ya da omurilikten yukarı doğru akıyormuş gibi bir duyarlık da orgazma eşlik edebilir. Ancak boşalmadan orgazm olmanın boşalmayla birlikte olan orgazmdan gene de çok, ama çok büyük bir farkı vardır. Boşalmayla birlikte gerçekleşen orgazmın saniyelerle ölçülebilecek bir sürede oluşmasına karşın boşalmadan olan orgazm bazen yarım saat ya da daha uzun bir süre sürebilir veya çok kısa aralıklarla sayılamayacak kadar çok yinelenebilir. Hem süre, hem haz duyumundaki yoğunluk açısından ikisi birbirleriyle karşılaştırılınca boşalmayla olan orgazm çok aşağılarda kalıyor. Bu sözlerimi abartılmış sözler olarak düşünebilirsiniz ama benim bu konudaki heyecanım olasılıkla binlerce yıldan beri ancak erişirme törenleriyle seçilmiş bir azınlığa verilmiş gizli bir öğretiyi diyelim ki bir rastlantı sonucu bulmuş olmamdan geliyor. Böyle ola-

ğanüstü bir şeyin var olduğunu öğrendikten sonra bundan olabildiğince çok insanın yararlanmasını istiyorum. İşte heyecanımın nedeni bu. Hatta, derginize bir önerim var: Bu konudaki denemelerini, sorunlarını, bilgilerini okuyucularınızın birbirlerine aktarmaları için derginizde boşalmadan orgazm konusunda bir okuyucu sütunu açmanız.

Yarıda kalmak konusuna gelince kesinlikle böyle bir şey söz konusu değil. Bir zaman geliyor ki insanda tatlı bir gevşemeyle cinsel gerilim çözülüyor, tam olarak bir doygunluk hissi kaplıyor insanın içini. Ancak kuşkusuz insan eğer isterse kısa bir süre sonra aynı güç ve yoğunlukla cinsel birleşmeyi yineleyebiliyor.

Bravo: Herhalde bu aşamaya ancak boşalmanın tam olarak denetim altına alınmasından bir süre sonra gelinebiliyor?..

Güngören: Öyle sanıyorum. Bence bir yandan cinsel uyarılara karşı çok yoğun bir duyarlılık oluşması, bir yandan da boşalmaya izin verilmemesi, sonunda, boşalmadan orgazm olma diye nitelediğim olayın gerçekleşmesine yol açıyor. Ancak bu aşamaya varılmamış bile olsa çok kısa süreli bir boşalmaya eşlik eden orgazm yerine birçok kez uzun süreli boşalmadan sevişme yeğlenebilir kanısındayım. Sonra şu da var: Bu yöntemi uygulayan kimsenin dilediği zaman boşalmasına da hiçbir engel yok. Örneğin haftada iki kez boşalan bir kimse ancak iki kez cinsel ilişkide bulunabilirken bu yöntemle gene haftada iki kez boşalabilir, ama buna ek olarak dilediği kadar boşalmadan sevişebilir.

Bravo: Bir şey daha sormak istiyorum. Boşalmayı denetim altında tutmak sanki çok kolay bir şeymiş gibi konuşuyorsunuz. Oysa bunun kolay bir şey olmadığını hepimiz biliyoruz. Gerçi Taocu Sevişme ve Seks adlı kitapta bu konuda birtakım öneriler var

ama ben bu konuda sizin görüş ve düşüncelerinizi öğrenmek istiyorum.

Güngören: Bence en önemli nokta eşlerin acelesiz, telaşsız bir ruhsal tutum içinde olmalarıdır. Şöyle olmalı, böyle yapılmalı gibi beklentiler olmadan eşler yalnızca cinsel haz uyarılarına izleyici bir ruhsal tutum içinde olmalıdırlar. Buna ek olarak başlarda güvenli bir denetim kazanılınca kadar eşler aşırı hareketler yapmaktan da kaçınmalıdırlar. Kuşkusuz denetimin sürdürülmesinde kadına düşen görevler de vardır. Kadın da erkeğin denetim çabasını zorlaştıracak hareketler yapmaktan kaçınmalıdır. Başarılı bir sevişme usta bir dansçı çiftin dans etmelerine benzetilebilir. Nasıl dansa çiftler sözsüz bir iletişim kurarlarsa, ne yapmak, nasıl yapmak istediklerini gövdelerinin en küçük kıyıltılarından sezerlerse sevişmede de böyle olmalıdır. Yalnız şu farkla, dansa kaval ve dam vardır, yöneten yönetilen vardır. Hiç olmazsa eski zaman danslarında bu böyleydi. Yatakta böyle bir ikiliğe de gerek yoktur. Jolan Chang'ın kitapta sözünü ettiği önerileri şöylece özetleyebilirim: Erkek tehlikeli noktaya yaklaştığını anlayınca penisi yalnız baş bölümü dölyolunun içinde kalacak biçimde dışarı çekmeli ve o tehlikeli noktayı aşana dek yani boşalma isteğini denetim altına alıncaya kadar hareketsiz kalmalı, bir yandan da derin derin nefes alıp vermeyi sürdürmelidir. Genellikle on ya da otuz saniyelik bir durak boşalmayı engellemeye yetecektir.

Başka bir öneri de erkeğin denetimi yitireceğini anladığı zaman şimdi anlattığım biçimde penisi dışarı çekmesinin yanında erbezi torbalarının alt bölümüyle anüs (makat) arasındaki bölüme ya da penisin kökü diyebileceğimiz yere işaret ve orta parmaklarını bir arada tutarak üç dört saniye bastırmasıdır.

Bravo: Hepsi bu kadar mı?

Güngören: Boşalmanın denetim altında tutulmasında cinsel birleşme sırasında insanın kendini son

derece gevşek bırakması, düzenli nefes alıp vermesi ve nefes alışverişini izlemesi geliyor.

Bravo: Kitapta sözü edilen git gel çeşitlerinin sizce Taocu sevişmeyi gerçekleştirmede önemli bir işlevi var mı? Bu konuda ne düşünüyorsunuz?

Güngören: Çin sevişme sanatında git gel çeşitlerinin üzerinde önemle durulmuştur. Taocu Sevişme ve Seks adlı kitapta alıntı yapılan bir eski metinde yazıldığı gibi, «Derin ve sığ, yavaş ve hızlı, doğru ve yanlamasına git geller kuşkusuz hiçbir bakıma birbirlerine benzemezler, her birinin ötekilerden değişik etki ve özellikleri vardır.» Bundan başka sığ ve derin git gellerin belirli bir düzen içinde birbirlerini izlemesi bir yandan haz duyumunu çoğaltırken boşalmanın denetimini de kolaylaştırır. Bu nedenledir ki derin dalışları sığ girişlerin izlemesi elden kaçırılmakertelerine gelmiş olan denetimi yeniden kazanmaya yardımcı olur.

Bravo: Taocu sevişmeyi uygulamak isteyenlere söylemek istediğiniz başka bir şey var mı? Özellikle yapılacak yanlışlara karşı uyarılarınız neler olacak?

Güngören: Taoculuk doğal olma, doğanın yolundan gitme, kendini doğanın uyumuna bırakmaktır. Bu konuşma sırasında sık sık kullandığım denetim ve denetleme sözleri Taoculuğun ruhuna aykırıdır. Ne yapayım ki anlatmak istediğim şeyi açıklayabilmek için denetimden daha uygun bir söz bulamadım. Her türlü zorlama düşüncesi Taoculuğa ters düşer. Taocu sevişmede hiçbir zorlama olmamalıdır. Boşalma aşamasına daha çabuk ulaşmak için aşırı hareketlerden kaçınılacağı gibi boşalmanın engellenmesi de bir zorlama sonucu olmamalıdır. Taocu sevişme yalnızca sevişmenin hazzını, kıvancını uzatma ve sürdürme öğretisidir. Onun için bütün bunlar doğal bir içtenlikle, kendini doğanın ellerine bırakarak yapılmalıdır. Taocu sevişmenin aslında bir teknik olarak düşünülmesi de yanlış olur. Denizde yüzmesini öğren-

mek için bizden evvel yüzmeyi öğrenmiş olanların buldukları kolaylıklardan yararlanmalıyız elbette. Ama suyla hareketlerimiz, nefes alış verişimiz arasında en doğal, en zorlamasız bir uyuma ulaşmadıkça ve tüm öğrendiklerimizi kafamızdan atmadıkça iyi bir yüzücü olamayız.

Gene yapmak istediğim bir uyarı, sevişme sırasında penisin sertleşmekte olup olmadığının izlenmeye çalışılmasının felakete çağrı çıkarmak olacağıdır. Böyle bir özdenetim sertleşme sürecinin kendiliğindenliğini kesinkes bozacaktır. Daha önce de söylediğim gibi yatağa girince her şeyi, hatta erkek olduğunu, bir penisin olduğunu bile unutup kendini bütünüyle sevişmenin kıvancına bırakacaksın, hiçbir telaş, hiçbir beklenti olmadan en ince en keskin ayarla kendini haz duyumlarına açacaksın. O zaman insan, insanların büyük çoğunluğunun habersiz yaşadığı çok büyük bir potansiyelle karşı karşıya geliyor.

TAOCU SEVİŞME VE AŞK KASI*

Binlerce yıllık geçmişı olan Taocu Sevişme öğretisinin en kısa yoldan tanımını «Erkeğin boşalmadan orgazm olmasını sağlayan bir teknik» diye yapabiliriz. Bu durumda Taocu Sevişme, boşalmayı erkek orgazmının kaçınılmaz sonucu olarak gören yaygın kanıya karşı çıkmış, erkekteki orgazm olayıyla boşalma olayını farklı ve ayrı şeylermiş gibi birbirinden ayırmış oluyor. Biliyorum çok kimseyi böyle bir şeyin olabileceğine, hele böyle bir şeyi herkesin gerçekleştirebileceğine inandırmak öyle kolay bir iş değil. Hepimiz ip üstünde yürüyen, hatta takla atan ip cambazlarını görmüşüzdür. Bunun için ip üstünde yürümenin olmayacak bir şey olduğunu iddia etmeye kalkmayız. Ama denemeyi de aklımızdan geçirmeyiz. Acaba Taocu Sevişme de ip üstünde yürüme denli güç bir şey mi? Kesinlikle hayır! Herkes az bir çabayla öğrenebilir «Taocu Sevişme'yi. Taocu Sevişme'yi öğrenmekte karşımıza çıkan en büyük güçlük boşalmamanın, boşalmayla elde edilen doyumunu kat kat aşan hazların ve imkanların kapılarını açacağına inanmak, bu konudaki alışkanlıklarımızı, önyargılarımızı bira-

* Playboy dergisinin Eylül 1988 sayısında yayımlanmıştır.

kıp koşullandırılmış reflekslerimizi yeni baştan eğitmektir.

Taocu Sevişme binlerce yıldan beri Çin'de Taocu bilgeler, imparatorlar ve imparatorlara yakın çevreler tarafından uygulanmış bir gizli öğretilerdir. Çin'den Hindistan'a ve Tibet'e geçmiş, bu ülkelerde de Maitihuna ve Yab yam adı altında dışa kapalı maneviyatçı örgütler tarafından bir uyanma ve aydınlanma yöntemi olarak kullanılmıştır. İslam dünyasında da İmsak adı altında böyle bir gizli öğreti olduğu bilinmektedir. Peki Batı ve Batılı bilimsel araştırmacılar ne diyor bu konuda?

Batı'da Coitus Reservatus diye bilinen ve çok kez seksbilim kitaplarında Karezza diye adlandırılan bu teknik 1848 yılında ABD'de kurulan dinci ve gizemci Oneida toplumunda uygulanmıştı. Toplumun tüm kadın üyeleri tüm erkek üyeleriyle evli kabul ediliyordu bu toplumda. Çocuk yapmak üstün ve nitelikli çocuklar yetiştirmek için birtakım kurallara bağlanmıştı. Oneida toplumunda karezza'nın daha çok doğum kontrolü için kullanıldığı anlaşıyor.

Bu konu bilimsel araştırma alanına ilk kez seks araştırmacısı Kinsey tarafından getirildi. 1948 yılında yayımladığı Erkeklerde Cinsel Davranışlar (Sexual Behavior in the Human Male) adlı kitabın 158-159 sayfalarında Kinsey'in yazdıkları şunlar: «Orgazm boşalma olmadan da gerçekleşebilir... Az sayıda yetişkin erkekte böyle olmaktadır. Bu erkekler (beş olay saptamıştır) coitus reservatus diye bilinen gebeliği önleyici bir yöntem uygulanarak cinsel organlarıyla ilişkili kaslarını sıkıştırma yoluyla boşalmayı önlemektedirler. Ancak bu yöntemle boşalma olmadan da gerçek bir orgazm yaşantısını duyumsamakta hiçbir güçlükle karşılaşmıyorlar.»

Kinsey verdiği bilgilerle, söz konusu erkeklerin boşalmayı önlemek için hangi kaslarını sıkıştırdıkları konusuna pek fazla açıklık getirmiş olmuyor. Ama

son zamanlarda yapılan araştırmalar bu konuya daha fazla açıklık kazandırmıştır. Bir araştırmacı grubu tarafından yayımlanmış olan G. Noktası (The G Spot) adlı kitapta karın kaslarını kuyruksokumuna bağlayan bir kas söz konusu ediliyor. Okunması çok güç bir adı var bu kasın; puboccocygeus. Onun için de bu kasa kısaca PC kası ya da aşk kası adı veriliyor. Çünkü bu kas gerek kadınların gerek erkeklerin cinsel yaşamında son derece önemli ve son derece etkin bir kas. G Noktası adlı kitabın 36. sayfasında «Eğer erkek puboccocygeus kasını güçlendirirse art arda birçok kez orgazm olma ve boşalmayı orgazmdan ayırma yeteneğini kazanmış olur.» diye yazıyor. Gene aynı kitabın 88. sayfasında yazılanlar da şunlar: «Aşk kasının ve karın kaslarının geliştirilmesinin cinsel sağlık üzerinde son derece yararlı etkileri olduğu gibi bu kasların gelişmişliğinin haz düzeyini artırıcı bir etkinliği de vardır.» Bu konuyla ilgili son senelerde yazılmış bir kitap daha var. Kitabın adı Aşk Kası (The Love Muscle). Kitabın yazarı Bryce Britton. Bu kitabın da 12. sayfasında şu sözleri buluyoruz: «Eğer erkek aşk kasına egzersiz yaptırarak bu kasını eğitirse boşalmayı denetim altında tutabilir ve hatta boşalmadan birçok kez orgazm olmayı gerçekleştirebilir.»

Bu açıklamalardan anlaşılıyor ki Kinsey'in sıkıştırıldığından söz ettiği kas, karın kaslarını kuyruksokumuna bağlayan puboccocygeus ya da aşk kasından başka bir kas değil.

İşin şaşılacak yanı Batı seksbiliminin yeni keşfettiği aşk kası binlerce yıldan beri Doğu'da bilinmektedir ve hemen hemen bütün Taocu sağlık egzersizleri karın kaslarını (hara) ve özellikle puboccocygeus kasını güçlendirme amacını gütmektedir.

Bu konuya geçmeden önce Taocu sevişmenin ya da boşalmayı orgazmdan ayırma öğretisinin getireceği yararlar üzerinde biraz daha durmak istiyorum.

Taocu görüŖe göre insan doğayla uyum sağladığı zaman doğayla bütünleşmiş ve doğanın sınırsız güçlerini kullanma olanağı kazanmış olur. Doğulu savaş ve savunma sanatları, Kung Fu, Judo, Aikido ve hepsinden önde T'ai Chi Ch'uan bu anlayışın, bu felsefenin ürünüdür. Eğer savaşçı evrensel enerjiden başka bir şey olmayan içsel enerjisini kullanmasını öğrenirse olağanüstü bir güç sergilemiş olur. Hepimiz bu savaş ve savunma sanatçılarının nasıl çıplak elleriyle tuğla duvarları yıktıklarına, nasıl dizi dizi kiremitleri kırdıklarına dair bir şeyler görmüş ya da işitmişizdir. Evrensel enerjinin bir dönüşümünden başka bir şey olmayan cinsel enerji için de durum aynıdır. Taocu Sevişme'nin bir başka adı da cinsel kung fu'dur. Taocu Sevişme'yi uygulayan kimse doğanın sınırsız, bitmez tükenmez gücünü kullanır. Nasıl mı? Cevap çok basit: Boşalmayarak. Boşalma, cinsel enerjinin tüketimidir. Boşalmanın ardından bir süre erkek cinsel uyarılara karşılık veremez. Bir süre için tam bir iktidarsızlık durumuna düşer, sertleşmeyi gerçekleştiremez. Bir zaman sonra yeniden uyarılara karşılık vermeye başlar, yeniden sertleşme olur ama genellikle istekliliğinde, uyarılara verdiği karşılıklarda bir azalma olmuştur. Kuşkusuz birkaç kere boşaldıktan sonra erkeğin eski gücünü, istekliliğini kazanabilmesi için uzunca bir zamanın geçmesi gerekir. Çünkü cinsel enerji harcanmış ve yoğunluk düzeyi düşmüştür. Oysa boşalmadığı sürece erkeğin uyarılara karşı tepkilerinde, cinsel güçlülüğünde bir azalma olması şöyle dursun giderek bir çoğalma olur.

Bildiğimiz anlamda erkekte boşalmayla sonuçlanan orgazm saniyelerle sınırlı şiddetli bir haz duyumdur. Sonra haz da biter, cinsel gerilim de. Oysa Taocu Sevişmeyi öğrenip uygulayabilen kimse için her türlü sınır aşılmıştır. Artık o kimse doğanın sınırsız, bitmez tükenmez gücünü kullanmaktadır. Cinsel gücünün elverdiği kadar değil canının istediği ya

da eşinin istediği kadar sık ve uzun sevişebilir. Artık orgazm saniyelerle sınırlı değildir.

Üç beş dakikadan bir iki saate kadar uzayabilir ya da kısa aralıklarla sayılamayacak kadar çok yinelenabilir. Haz duyumundaki yoğunluk bakımından ikisi birbiriyle karşılaştırılınca boşalmayla sonuçlanan orgazm *Taocu Sevişme*'nin gölgesi gibi kalır. Belki de bunu lezzetli bir yemeğin tadına küçük parmağınızla bakmaya benzetebiliriz

Asıl sorun boşalmayı önlemek için aşk kasını nasıl kullanabileceğimiz konusu. Bunun tekniklerinden bir tanesini burada açıklamaya çalışacağım:

Taocu Sevişme'yi öğrenen kimse boşalmanın önlenemezliği aşamasına gelmeden önceki tehlikeli noktaya yaklaşınca karnını içeri çekerek aşk kasını kasar ve böylelikle boşalmayı geriletir. Bu olayı ayrıntılı olarak şöyle açıklayayım. Karnını içeri çekerek kasarken penisi, baş bölümü dölyolunda kalacak kadar dışarı çeker. Bir yandan ayak ayalarıyla bir yay yaparcasına ayaklarını aşağı doğru uzatarak gerer, yumruklarını ve dişlerini sıkar, ensesini kasar, dilini geriye doğru yuvarlayarak diliyle nefes borusunu tıkamaya çalışır. Nefesini tutar ve yeniden denetimi kazanıp tehlikeli durumu geçiştirene kadar bu durumda bekler. *Taocu Sevişme*'yi öğrenen kimse bu alanda deneyim kazandıkça yukarda açıkladığım biçimde bir bedensel çabaya gerek olmadan yalnızca hafifçe penisi dışarı ve karnını içeri çekerek bu denetimi sağlamayı başarır.

Tehlikeli nokta aşıp yeniden sevişmeye başladığı zaman haz düzeyinde bir çoğalma olduğunu duyumsayacaktır uygulayıcı. Her duraktan sonra yeniden sevişmeye başladığında haz düzeyinde belirli bir artış olduğunu gözlemleyecektir. Böylece birçok kez boşalma önlendikten sonra sürekli ve yoğun bir orgazm yaşantısına geçilmiş olur.

Aşk kasını güçlendirecek egzersizler konusu ol-

dukça geniş ve ayrıntılı bir konu. Bu önerilerden birisini *G noktası* adlı kitapta buluyoruz. Bol bol göbek atmayı, çiftetelli oynamayı öneriyor kitap. Bunun oldukça keyifli bir egzersiz olacağına kuşku yok. Tao-cu egzersizlere gelince *Taocu Sevişme ve seks* yazarı Jolan Chang T'ai Chi Ch'uan yapmayı öneriyor. Ben de bu görüşe tam olarak katılıyorum ancak T'ai Chi Ch'uan yapmayı öğrenmenin çok kolay birşey olduğunu söyleyemeyeceğim. Onun için de daha kolay, daha basit egzersizler önereceğim.

En önemli ve etkili egzersiz kilitleme egzersizidir. Bu egzersiz her gün düzenli olarak yapılmalıdır. Şöyle yapılır: Ayaklarınızı bir omuz genişliği kadar açınız ve tabanlarınızı bir vantuz gibi iyice yere yapıştırınız. Dizlerinizi hafifçe bükerek sırtınızın dik durmasını sağlayınız. Ellerinizi yumruk yapınız ve yumduğunuz parmaklarınız yukarı bakar durumda yumruklarınızı kasıklarınızın önüne getiriniz. Derin bir nefes alınız, apışlarınızı ve kabaetlerinizi iyice sıkıştırınız. Karnınızı içine çekerek aşk kasını iyice kasınız. Bu kasılma sırasında anüsü ve cinsellik organlarını içinize çekiniz. Ensenizi kasarak kilitleyiniz. Dilinizi ağzınızın içinde yuvarlayarak üst damağınıza yapıştırınız. Yumruklarınızı ve dişlerinizi sıkınız. Bir süre nefesinizi tutunuz. Sonra kendinizi gevşetip nefes veriniz. Bu egzersizi her defasında üç beş defa tekrarlamalısınız. Bir iki haftalık bir çalışmadan sonra nefes alıp karnınızı içeri çektiğiniz zaman kas kasılması sonucu penisi aşağı yukarı oynattığınızı hissetmeye başlayacaksınız.

Kuşkusuz kilitleme egzersizine az da olsa bir zaman ayırmanız gerekecektir. Belki arada yapmayı unuttüğunuz, savsakladığınız da olacaktır. Ben şimdi hiç unutmayacağınız ve savsaklayamayacağınız bir egzersiz önereceğim size. Bu egzersiz aynı zamanda insanın cinsel yaşamında çok büyük bir etkinliği olan böbrekleri de güçlendirmektedir. Bu egzersiz içemekle

ilgili bir Taocu gizli öğretiler. İktidarsızlık ve erken boşalmanın tedavisinde de bu egzersizden yararlanılabilir. Şöyle yapılır: İşerken topuklarınızı havaya kaldırarak ayak parmaklarınızın üstünde durunuz, bir yandan da sırtınızı ve belinizi dik tutacak biçimde dizlerinizi bükünüz. Dengenizi sağlamak için bir elinizle duvara tutununuz. Apışlarınızı, kabaetlerinizi ve dişlerinizi sıkıştırınız. Daha çabuk işemenize yardımcı olacak şekilde karnınızı içeri çekerek aşk kasını kasınız. İşemeye başladıktan sonra aşk kasının yardımıyla işlemeyi durdurmayı sonra gene işlemeyi deneyiniz. Bunda başarılı olduğunuz zaman aşk kasınızı yeterince güçlendirmiş olduğunuza güven duyabilirsiniz. İyi çalışmalar ve sonsuz orgazmlar!

GİZEMCİLİK VE CİNSELLİK*

Cinsellik her zaman için gizemcinin ilgisini çekmiş, ona olağanüstü büyüleyici bir konu olarak görünmüştür. Ya bütünüyle cinselliğin çekimine kendini kapıp koyuvermiş, ya da en katı bir biçimde karşısına çıkmıştır, ya yanında ya da karşısında olmuştur, ama hiçbir zaman ilgisiz ve umursamaz kalmamıştır bu konuya. Bunun böyle oluşunu değişik nedenlere bağlayabilirsiniz belki, ama bana kalırsa bunun mantıklı üç açıklaması olabilir.

Birincisi gizemcilikteki bazı uygulamaların zihinde bir durulmaya, bunun sonucunda da duyu algılarının keskinleşmesine yol açması. Bu uygulamaların başında İslam tarikatlarında *murakabe* ve bunun bir başka çeşitlemesi olan *zikir* diye bilinen ya da Batıda *meditasyon* diye adlandırılan uygulama gelir. Gizemcinin yaşam biçemi ve yaşam felsefesi de buna yardımcı olur. Sonuçta günlük sorunlar içinde boğulmuş insanların büyük çoğunluğuyla karşılaştırılınca çok daha ileri bir duyarlık, bilinçlilik geliştirir gizemci. Upanişad'lardan birinde dile getirildiği gibi gizem-

* Kerem Lokman'ın derlediği «Seks Yazıları» «Gizemciler ve Seks» adlı antolojide yayımlanmıştır. Söz Yayın. 1984

cilik algı kapılarını açar. Keskinleşmiş, bilenmiş duyularımızla algıladığımız dünya bir değişime uğrar. «Dağlar dağ gibi, nehirler nehir gibi» görünmemeye başlar gizemciye. Bu durumu Suzuki'nin sözleriyle belki şöyle anlatabiliriz: «İnsan kendini yenilenmiş bulur, bahar çiçekleri daha canlı, daha renkli, dağdan akıp gelen derenin suyu daha serin daha saydam görünür.»

Çeşitli gizemci yollarda bu yaşantı değişik biçimlerde yorumlanmış, değişik adlarla tanınmıştır. İslam tasavvufunda bu durumu anlatmak için aşktan söz edilmiştir. Bence bu söz gerçekten yerine oturuyor. Çünkü âşık olan herkes bilir, aşkta dünyayı değiştirecek bir güç vardır. Âşığa yıldızlar, ay ışığı daha parlak, dalgaların sesi daha dokunaklı gelir. Herşey, her söz âşığın içindeki en ince, en duyarlı tellere dokunur, Küçük egosunun dışına taşıdığı, başka bir insanla bütünleşmek, tüm dünyayla barışık, uyum içinde olmak istediği bir ruh durumu geliştirir âşık. Hristiyanlıkta bu yaşantı *beatitude*, Hinduzim ve Budizm'de *samadhi* diye adlandırılır. Zen Budizm'de kullanılan sözcükse *satori*'dir.

Bu ruhsal duruma verilen değer ve önem gizemci yollardan birinden ötekine, gizemci yolun genel felsefesine göre değişir. İslam'da ve Hristiyanlık'ta bir yan ürün olarak değerlendirilirken örneğin Zen Budizm'de başlı başına amaç, varılmak istenen hedef olur. Ancak bu ruh durumunun yol açtığı bir sorun var. Gizemcinin aydınlanmış, uyanmış gözlerine yalnız bahar çiçekleri daha canlı, daha renkli, dağdan akıp gelen derenin suyu daha serin, daha saydam gözükmeyle kalmıyor, aynı oranda karşı cinsten olanlar da olağanüstü güzel ve çekici gözüküyorlar. Elbet eşcinsel olanlar için durum biraz daha değişik olabilir. Gizemcilerde gözlerin, kulakların ve tüm duyumların yanında etin de cinsel uyarılara duyarlılığı çoğalıyor. Bunun böyle olması dışardan olan kimselere yakışık-

sız görünebilir. Din adamlarının, din görevlilerinin, üfürükçülerin Havva kızlarına gösterdiği aşırı ilgi her zaman için gazetelerde haber olma niteliğini korur. Bu haberleri okuyunca «Nasıl olur da bir Tanrı adamı dünya zevklerine olan ilgisini sürdürmekte diretebilir?» diye şaşar dururuz. Ama gizemcinin cinsel uyarılara duyarsız kalmak elinde değildir. Daha doğrusu elinde olan şeyler de vardır. Karşı cinsten olanlardan uzak durmak, onlara bakmamak için başını çevirmek onlardan kaçmak, saklanmak... Gizemcilerden büyük bir bölümünün seçtiği yol, yaptığı ya da yapmaya çalıştığı şey budur. Bir yandan da herkesi cinsel uyarılara karşı kendileri kadar duyarlı sanmak yanılgısına düşerler, başka kimselerin cinsellik konusunda kendilerinden daha masum, daha ilgisiz bir tutum içinde olabileceğini anlamak istemezler. Bu konuda kendilerine işkence ettikleri oranda başkalarına karşı da acımasız ve katı olurlar. Bu yöntem her zaman için ters çalışır, gizemcinin cinselliğe olan ilgisini azaltacağına çoğaltır

Belki gizemciler yaratılışları gereği olarak da sıradan insanlardan daha duyarlı, daha kolay etkilenebilen insanlardır, ilgilerini yalnız tinsel, manevi konularla sınırlandıramayacak kadar coşkulu kimselerdir. Bu da olabilir. Ancak bir gerçek var, gizemcilerin cinsel uyarılara aşırı duyarlı olmaları.

Bir kez üyeleri iş adamlarından oluşan bir dernekte bir konuşma yapmıştım. Konuşmayı izleyenlerden biri böyle bilenmiş keskinleşmiş duyu algılarıyla kadınların göze nasıl görünebileceğini sormuştu. Hiç düşünmeden «Öylesine güzel görünürler ki insan saldırmamak için kendini zor tutar.» deyivermiştim. Bu sözlerimin iş adamları üzerinde yaptığı şok etkisini, yüzlerinin aldığı görünümü anımsadıkça hâlâ gülüyorum. Ne yapmalı ki söylediklerim gerçektir. Algı kapıları aralanıpta baskılar kalkınca, bastırılmış duygu ve düşünce düğümleri çözülünce, insanın içini dol-

duran o aşkınlık duygusuyla cinsel gerilim sıradan ortalama insanların her bakımdan beklentilerini de anlayışlarını da aşan bir boyut kazanıyor. İnsanların çoğu için bireysel bir haz arayışı olan seks gizemci için kendi küçük bireysel kabuğunu kırıp kendi dışına taşmanın, bütünle bütünleşmenin coşkulu kıvançını da yanında getiriyor.

Gizemcinin cinselliğe ilgisinin ikinci nedenini cinsel enerjinin dirimsel enerjiyle ya da yaşam enerjisiyle özdeşliğini farketmiş olmasına bağlayabiliriz sanıyorum. Şöyle de söyleyebiliriz belki: Cinsel enerji yaşam enerjisinin çeşitli kendini açığa vurma biçimlerinden biridir, yani cinsel enerji gücünü öteki enerji biçimleri gibi yaşam enerjisinden alır. Bu demektir ki yaşam enerjisi cinsel enerji olarak kullanılmadığı zaman başka alanlara, başka kanallara yönlendirilebilir.

Yaygın bir inanışa göre yaşam enerjisi ersuyuyla harcanmış olur. Bu görüşü benimseyenler erkeklik organına enerji haznesinin musluğuymuş gözüyle bakarlar. Gizemcilerden pek çoğu yaşam enerjisinin cinsel enerji olarak harcanmasının aynı enerjinin daha yüksek amaçlarla kullanılmasını engelleyeceğini savunmuşlar, cinsel perhizciliğin yanını tutmuşlardır. Bu görüşün erkekler açısından bir tutarlılığı olduğu varsayılsa bile kadınlar söz konusu olunca bir anlamı olamayacağında kuşku yok. Ama hiç bir zaman kadınların gizemciliği ayrı bir araştırmaya konu olarak ele alınmamıştır. Kadın gizemciler de erkeklere öykünmekle, erkeklerin yaptığını yapmakla yetinmişlerdir. Boşalmanın ardından erkeğin bir süre için cinsel istekliliğini yitirmesi ya da cinsel uyarılara karşılık veremeyecek duruma düşmesi, bir yandan da çok sık boşalan erkeklerde ruhsal ve zihinsel bir gerileme olacağı konusundaki genel kanı yaşamsal enerjinin boşalmayla eksileceği yolundaki daha çok Doğru gizemciliğinde benimsenmiş bu görüşü destekliyor

gibi görünüyor. Hintli gizemcilerin abartılı bir biçimde yaptıkları bir benzeti bu bakış açısını çok açık olarak ortaya koymaktadır: Bir ermişin bir yanı kesilecek olursa kesikten kan değil ersuyu akarmış. Ermişin gövdesi böylesine biriktirilmiş ersuyunun temsil ettiği yaşam enerjisiyle dolu olurmuş.

Samadhi ya da Hristiyanlıktaki anlamdışı *beatitude* durumunun yaşantılaştırılabilmesinin ancak ersuyunun iyi korunmasına bağlı olduğu inancı ve olasılıkla bu inancın deneyle de doğrulanmış olması gizemcilikte tam bir cinsel perhizciliğin çok sayıda yandaş kazanmasına yol açmıştır. Ama kıvrak insan zekâsının çözümsüz sorunlara çözüm bulmaktaki becerisi bu sorunu da bütünüyle çözümsüz bırakmamıştır. Çin'de Taocular boşalmayı gereksizleştiren bir cinsel birleşme yöntemi geliştirmişlerdir. Bu yöntem İS VII. ve VIII. yy. larda hem Budizm hem Hinduizm üzerinde derinlemesine etkili olmuş olan Tantrizm adlı dinsel akım içinde de gelişme ortamı bulmuştur. Çin işi (Çinakara) ya da *Maithuna* adıyla tanınan bu yöntem Sol Yön Tantrizmi diye adlandırılan mezhepte bir gizli öğreti olarak ayrıntılı tören kuralları ve düzeniyle günümüze dek uygulanagelmıştır. İran'a ve Arap dünyasına da *imsak* adıyla geçmiş olan bu yöntemin yurdumuzda da bazı tarikatlar içinde uygulama yeri bulmuş olması olasılıktan uzak görünmüyor bana.

Tantrik *maithuna* uygulaması ersuyunun geri döndürülmesi diye de bilinir. Bu yöntemi öğrenmiş gizemcide ersuyu boşalma aşamasına yaklaştığı sırada sanki gerisingeri iç organlara, göbek bölgesine ya da omurilikten yukarı doğru gövdenin derinliklerine dönüyormuş gibi bir duyarlılık oluşur. Bu uygulama düşüncenin, nefesin ve ersuyunun durdurulması formülü içinde özetlenir. Boşalmanın kaçınılmazlığı aşamasına yaklaşan gizemci kafasından her türlü düşüncüyü kovar ama bunu yaparken kendini tüm

duyumlara açık tutmayı, aşkın bir bilinçlilik durumunu sürdürmeyi de elden bırakmaz. Cinsel birleşme sırasında bilinçli ve düzenli olarak nefes alıp verirken bu aşamada nefesini tutar, bunu kolaylaştırmak için dilini ağzının içinde geriye doğru yuvarlayarak nefes yolunu tıkamaya çalışır. Bazı tantristler dilin bu işlevini daha iyi yapabilmesini sağlamak için dil altındaki bağlantı derisini keserler. Üçüncü olarak ersuyunu geri döndürmek için karnını içeri ve penisi baş bölümü dölyolunda kalacak biçimde dışa doğru çeker. Böylelikle ersuyu geri döndürülünce gizemci *mahasukha* ya da *samarasa* diye adlandırılan hazzın ve mutluluğun doruk noktasına ulaşır ve bu durum bir kaç dakikadan bir kaç saate kadar sürebilir. Orgazm adını verdiğimiz çok kısa süreli boşalma olayının uzun süreli ve çok daha yoğun bir benzerini duyumsar gizemci bu sırada. Böylelikle ersuyu korunurken aynı zamanda yaşam enerjisi de biriktirilmiş olur.

Ancak gizemcilerin çoğunlukla cinselliğin karşısında olmalarını, cinsel perhizciliğin yanını tutmalarını yalnızca cinsel güçlerini harcamayarak böylelikle yaşam güçlerini koruma isteğine bağlamak konuyu fazlasıyla basitleştirmek, birçok önemli gerekçeyi gözardı etmek olacak. Kesinlikle bu tutumun çok daha karmaşık, çok daha dolaylı nedenleri de var. Belki bu nedenlerden bazılarını kültür tarihinin derinliklerinden bulup çıkartabiliriz. Öncelikle evrenin yapısıyla ilgili inançlardan, varsayımlardan başlayalım araştırmamıza. Görüyoruz ki kültürümüzde tüm varoluş ikici bir anlayışla bölünüp değerlendirilmiştir: Örneğin ruh madde, tanrısal doğal, kutlu kutsuz, bedensel manevi vb. Hemen şurasını söyleyeyim, kültürümüz deyince, Tantrizm ve Taoculuk gibi bir iki küçük kültür adacığı dışında kalan Yunan, Yahudi ve Hint temelli bir yapı, bir sacayağı üzerine oturan evrensel kültürden söz etmek istiyorum. Evet, kültürü-

müz evreni ikiye bölmekle de yetinmiyor böldükleri arasından, bir seçim yapmamızı da istiyor bizden. Kültürümüze göre bir şey ya iyidir, ya kötü, ya doğrudur ya da yanlış. Aynı zamanda hem iyi hem kötü, hem doğru hem yanlış olamaz. Gene kültürümüzün bir temel özelliği insanın aklına olan büyük güvenine karşı içgüdülerine olan güvensizliğidir. Bu anlayış insanı akıl yanıyla algıladığı benliğiyle kendini doğadan ayrı ve farklı bir şeymiş gibi görmeye itmiştir. Akıl yanıyla kendini doğadan dışlamıştır. Doğayla, doğal olanla böylelikle özdeşliğini vitirdikten sonra da doğayı yanına değil de karşısına almıştır. En başta kendi doğal yapısı, doğal içgüdüleri olmak üzere doğayı, doğal olanı aşağılamış, kendi aklının ürünü olan soyut tasarımlara göre doğayı da, kendi doğasını da yeni baştan yaratmaya, düzeltmeye girişmiştir. Örneğin doğal düzenin ve uyumun yerine geometrinin uyum ve düzenini koymaya, gene kendi doğal eğilimlerini, içgüdüsel yapısını kendi aklının buluşu olan soyut kurallara göre yeniden düzenlemeye çalışmıştır. Bu düzenleme de evreni değerlendirirken yaptığı ayrımın doğrultusunda ruhunu yüceltirken bedenini olabildiğince aşağılamıştır. Ruhunu yüceltmek için de nefsin köretilmesi, bedene eziyet edilmesi, bedene cefa çektirilmesi gerekliliğine inanmıştır. Onun için bedenin en masum, en doğal isteklerini bile karşılıksız bırakmayı ruhu yüceltmenin önkoşulu saymıştır. Sanki ruh, madde içinde bir mahpusmuş gibi düşünmüş, böyle olunca da ruhun güçlendirilmesinin maddenin güçsüzleştirilmesiyle sağlanabileceği, ruhun kurtuluşunun bu yolla kolaylaşabileceği vargısı egemen olmuştur gizemcinin davranışlarına.

Erkek göğü, kadınsa yeri, doğayı simgelemektedir kültürümüzde. Kadın bir takım dolaylı benzetmeler yüzünden doğa anayla, insanın daha dünyaya dönük, daha maddesel yanıyla özdeşleştirilmiştir. Bu nedenle de erkek aklın, kadınsa içgüdülerin temsilci-

si sayılmıştır. Bütün bunların ardında kadın sömürsüne bir gerekçe bulmak çabasını görmeden edemiyor insan. Kuşkusuz bu kültür değerleri başka tür bir üretim biçiminde bunun tam tersi de olabilirdi. Bu varsayıma bir dayanak göstermek için şunu söyleyebilirim: Kadınla erkeğin yer ve göğü simgelemeleri tarım dönemine geçişten sonra ortaya çıkmış bir yorumdur. Kadın çocuk doğurduğu için ürün veren canlı doğurtkan doğanın simgesi sayılmıştır. Cilalıtaş kültürü ana tanrıçalar dönemidir. Cilalıtaş kültüründe çoğunlukla önemli dinsel görevler kadınlar tarafından yapıldı. Bugün bile cilalıtaş kültürünün kalıntıları olan falcılık, büyücülük gibi etkinlikler genellikle kadınlar tarafından yürütülür. Buna karşın toprağın sahiplenilmesi sonucu ataerkil aile düzeni güçlendikçe çocuğun babanın tohumunun ürünü olduğu inancıyla desteklenerek babanın çocuğun oluşumundaki önemi büyütülmüş kadının rolüyse tarlanınkine örneklenerek önemsizleştirilmiştir. Artık Tanrı doğadan kopartılarak göğe çıkarılmış ve canlı doğanın yerini Tanrının soluğuyla canlanan cansız bir doğa imgesi almıştır. Canlıcı (animist) tapınçlar semavi dinlerin saldırısı karşısında yenilmiştir. Babayı simgeleyen göksel Tanrı'nın karşısında kadın yerin, doğanın temsilcisi sayıldığı için semavi dinlerde kadına hiçbir dinsel görev verilmemiştir. Bildiğiniz gibi kadın papaz da olamaz, imam da olamaz, haham da olamaz. Kadın doğayı simgelediği için insanın doğaya karşı tutumuyla kadına karşı tutumu her zaman benzeşmiştir. Hayvansal diye aşağıladığı kendi doğasını silmeye çalıştığı için de bazı küçük istisnalar ve sapkın diye damgalanmış uygulamalar dışında Doğuda da Batıda da ancak cinselliğin çekiminden kurtulma koşuluyla manevi gelişmenin sağlanabileceği yaygın inanç olmuştur. Kültürümüz hiçbir zaman doğal olanın aynı zamanda tanrısal da olabileceğini kabul edememiştir. Çünkü mantığımızın buyruğu budur.

Birşey aynı zamanda hem doğal, hem tanrısal olmaz.

Şimdi aşağıda yazacaklarım yukarda yazdıklarımla çelişiyor gibi görünecek ama bu çelişkinin sorumluluğunu üzerime almıyorum. Yazacağım şu: Üçüncü olarak cinselliğin gizemcinin ilgisini çeken bir başka yanı da o gizemli ve tanrısal yaratılış olayıyla cinselliğin yakın ilişkisidir. Hepimizin bildiği gibi yokluğu varlığa dönüştüren cinsel birleşmedir. Yapay dölleme tekniğinin bilinmediği, tüp bebeklerinin daha dünyaya gelmedikleri dönemde gelişkin canlıların tümü yaşamlarını cinsel birleşmeye borçlu bulunuyorlardı. Konuya böyle bakınca, cinsellik tanrısal yaratıcılık güdüsünün güdümündedir ve tanrısal yaratıcılığın bir aracıdır. «Yaşamın temelinin atıldığı ve cinsel haz ve esriğin en uç noktasına ulaştığı o anın yaşantısında kutsal ve tanrısal bir şey olduğunu görmemek hem yaşama hem Tanrıya saygısızlık olmaz mı?» diye soruyordu Alan Watts bir yazısında.

Acaba cinsellikte doğanın gizlerini çözebilecek, insanın olağan hergünkü bilincinin ötesine geçmesine, tarifsiz haz ve mutluluk doruklarına çıkmasına olanak veren, cennetin kapılarını açabilecek bir boyut olabilir mi? Gizemcilerin büyük bölümü böyle bir umudu öbür dünyaya erteliyorlar. Ancak küçük bir bölümünün bu soruya yanıtı olumlu. Evet, gerçekten böyle bir boyut var cinsellikte. Sevişmeyi olağan basit bir biyolojik işlev olmanın çok üstünde, çok ötesinde insanın gerçekleştirebileceği en güzel, en harika, en mutlandırıcı bir mucizeye dönüştürebilecek bir boyut... Bu mucizeyi yaratansa tüm duyumlara karşı uyanıklık keskin bir bilinçlilik. Gizemcinin hiç de yabancı olmadığı bir konu bu. Algı kapıları açılınca bilinç bir büyüteç, bir şiddetlendirici gibi görev görür, haz duyumlarını kat kat artırarak algılar. İnsan kendini büyülü bir dünyada bulur. Dokunma, tat-

ma, görme, işitme ve duygulanma olanaklarının hepsini birden en keskin bir ayar içinde bütünleştirmek sihirli kapıları açar. Artık cinsel birleşme insanı bilinçsiz bir biçimde yakalayıp alıp götüren bir burgaç olmaktan çıkar, dingin bir ruhsal ortam içinde her ayrıntının, her kıvancın gizemcinin bilincine yolunu bulup yansıdığı bir esrikliğe dönüşür. Bir anlamda gizemci olayın dışında kalır ama bunun böyle oluşu sevişmenin keyfini kaçıran ya da azaltan bir etken olarak düşünülmemelidir.

Her gizemci bu yaşantıyı izdeşi olduğu yolun genel felsefesiyle çelişmeyecek bir dil kullanarak açıklamaya çalışmıştır. Eğer bu yolun felsefesi bedensel doyumları hayvansal diye aşağılıyor, buna karşın ruhsal olanları manevi diye yüceltiyorsa o zaman gizemcinin cinsel yaşantısını açıklarken bu değerlendirmeye uygun düşecek sözcükler bulup kullanmasına şaşmamalıyız. Gizemcinin bedensel duyumların keskin bir bilinçlilikle algılanmasının verdiği olağanüstü cinsel tadı ruhsal, manevi hazlar, yücelme, bedensellikten arınmışlık ve buna benzer sözlerle sulandırmaya çalışması'nı anlayışla karşılamalıyız. Yalnız şurası kesin: Kullanılan sözler ne olursa olsun olayın temel niteliği aynıdır.

Cinsel birleşmenin gizemci için bir cinsel edim olmaktan çıkıp bir meditasyona dönüştüğü yolunda sık sık söylenen sözler de meditasyonu tam olarak tanımayanlar için gene yanıltıcı olabilir. Eğer meditasyon dendiği zaman bütün duyuların en açık, en alıcı olduğu keskin bilinçlilik durumu anlatılmak isteniyorsa evet, ama cinselliği bedensellikten arındırmaksa amaç, o zaman hayır.

Kültürümüz bedensel ve doğal olanın karşısına zihinsel, ruhsal ve manevi gibi karşıtlar koymuş ve bunlardan hangilerini seçmemiz gerektiğini de daha önden belirlemiştir. Oysa ister bedensel, ister zihinsel ya da manevi olsun bütün duyumları zihinsel

algılara dönüştüren gene bedensel bir organımız, yani beynimizdir. Öyleyse fark nitelikten değil kültürden kaynaklanan değer yargılarından geliyor.

Şu var ki çağımızda şimdiye kadar var olan çağdışı kültürden çok farklı yeni bir kültür ortamı oluşmaktadır. İnsanın suçluluk duymadan, utanmadan doğasını olduğu gibi kabul edebileceği bir bilimsel ortam doğmuştur artık, bu anlayışın ışığında gizemciliği de, cinselliği de, kadını da, erkeği de yeni baştan ele alıp değerlendirmek gerekiyor. Bu değerlendirme yapılırken gizemciliğin cinselliğe büyük katkısı olan *Taocu Sevişme* ve *Maithuna*'nın da unutulmayacağına umarım.

TAOCULARA GÖRE MASTÜRBASYON*

Taocular mastürbasyonu çeşitli amaçlar için kullanmışlardır. Taocuların gözünde mastürbasyon öncelikle cinsel gücü artırıcı bir sağlık egzersizidir. Sağlık egzersizidir, çünkü Taoculara göre cinsel güçlülük sağlıklı olmanın ön koşuludur. Bunun yanında mastürbasyon cinsel enerjiyi ruhsal enerjiye dönüştürmek için ve gene boşalmanın engellenebilmesi konusunda eğitim için yararlanılabilecek bir yöntemdir.

Ancak Taocularda mastürbasyon bizim bildiğimiz uygulamadan farklıdır. Taoculara göre mastürbasyon boşalmayla sonuçlanmamalıdır. Kadınlar da mastürbasyonun orgazmla sonuçlanmasına izin vermemelidirler. Çünkü Taoculara göre boşalma ya da orgazm yaşamsal enerjinin savunganca harcanması demektir. Cinsel ilişkide hiç olmazsa eşler birbirlerinin cinsel özlerinden, yani kadın erkeğin yang özünden, erkek kadının yin özünden yararlanır. Kuşkusuz cinsel ilişkide bir ruhsal doyum da vardır. Oysa mastürbasyon'da bunların hiçbiri yoktur. Mastürbasyon boşalmayla sonuçlanırsa getireceği gönül kırıklığını

* Kadınca dergisinin Nisan 1988 sayılı sayısında bir ankete verilen yanıttan.

dan başka birşey olamaz. Onun için hiçbir koşulda mastürbasyon boşalmayla sonuçlandırılmamalıdır.

Taocuların görüşüne göre cinsel enerji (Ching) bedensel enerjiye (C'hi) ve bedensel enerji (C'hi) ruhsal enerjiye (Shen) çevrilebilir. Bu enerji dönüşümü boşalmama koşuluyla iki eşin cinsel ilişkide bulunmaları yoluyla olabileceği gibi mastürbasyonla da sağlanabilir. Karşı cinsden bir eş bulamayanlar ya da karşı cinsle ilişkinin manevi gelişmeyi yavaşlatacağı veya önleyeceği görüşünde olup kaçınık yaşamını seçmiş olanlar bu amaç için mastürbasyonu bir araç olarak kullanırlar. Karşı cinsten eşi olanlara da mastürbasyon boşalmadan cinsel ilişkide bulunmayı öğrenebilmeleri için bir eğitim yöntemi olarak önerilmektedir. Bir eşle sevişirken boşalmayı önleyebilmek cinsel uyarılar çeşitli ve çok daha yoğun olduğu için güçtür. Bu nedenle mastürbasyonla boşalmama eğitimini başlatmak daha kolay olabilir. Kullanılacak yöntem oldukça basittir. Denetimin elden kaçmak üzere olduğu o dönüşü olmayan noktaya yaklaşıldığı zaman mastürbasyona ara verilir, dişler iyice sıkılıp dil üst damağa değecek, hatta nefes borusunu kapatacak biçimde geriye doğru iyice yuvarlanarak kıvrılır, yumruklar sıkılıp nefes tutulur ve karın iyice içe çekilir. Taocular böyle yaparak cinsel enerjiyi (Ching) ya da nektar adını da verebileceğimiz yaşamsal özü kafatası kubbesinin hemen altındaki ruhsal enerjinin yuvası olan «Altın Çiçeğe» çıkartmaya yani cinsel enerjiyi ruhsal enerjiye dönüştürmeye çalışırlar. Bu yöntem Hint yogasında «Kundalini» adı verilen uygulamanın bir benzeridir.

Gerek mastürbasyon'da olsun, gerek cinsel ilişkide olsun boşalmanın ya da orgazmın bu yöntemle önlenmesinden sonra yeniden denetim kazanıldıktan sonra sürdürülmesi durumunda daha yüksek düzeyde, daha yoğun bir haz duyma aşamasına geçilmiş olur. Her duraktan sonra haz düzeyi biraz daha yük-

selir ve bu yolla elde edilen haz kısa süreli bir ilişki sonucu gerçekleştirilen sıradan bir orgazmdan kat kat üstündür ve çok daha doyurucudur. Ne yazık ki kadınlar erkeğinin kendisi orgazm olmadan boşalıp yarıda kalacağı endişesiyle orgazm olmayı çabuklaştırma eğilimindedirler. Bu yüzden de yeterince derin ve yoğun bir haz elde etme imkânını kullanamamış olurlar. İşte bu nedenle kendi cinsel kapasitelerini tanımalarına yardımcı olacağına inandığım için Taocu bir eş bulamamaları durumunda kadınlara Taocu mastürbasyonu öneririm.

EROTİZM HÜMANİZMDİR*

Cinsel devrimin patlama yılları olan 1960'lı yıllarda ağızlarda dolaşan bir slogan vardı. «Erotizm hümanizm'dir» diye bağıryorlardı seks devriminin destekçileri. Ben de tam olarak bu görüş ve anlayışa katılıyorum.

Erotizm, cinselliği birçoklarının sandığı gibi biyolojik bir işlev, basit bir orgazm olayı olmaktan çıkıp onu insanların gerçekleştirebileceği en güzel, en harika, en mutlandırıcı bir serüvene yüceltebilen büyümlü anahtarın adıdır.

Bu anahtarladır ki günlük soluk yaşamımızın arında ki o renkli, o büyümlü seks ülkesinin kapılarını açarsınız. Bu ülkede her dönemecin ötesinde tüm beklentilerinizi aşan büyüleyici manzaralar, haz dorukları çıkar karşınıza, yaşamı yaşanmaya değerli kılan herşey vardır orada. Hatta gizemci erotik, bu ülkeden Tanrıya varmak için bile bir yol bulur.

Kısacası erotizm biyolojik cinsellik işlevine zihninin tüm olanaklarıyla — duyumlar, duygular, coşku ve heyecanlar, hayal ve fantezilerle — katılımını sağ-

* Bravo dergisinin Ekim 1983 sayısında yayımlanan ankete verilen yanıttan.

lar. Erotik uyarıların aracılığıyla zihin cinsel hazzın inanılmaz yüksekliklere tırmanışını olanaklandıran bir şiddetlendirici gibi görev yapar, bir andan ötekinе her haz doruğunu cüceleştiren yeni doruklar çıkarır karşınıza.

Bir de şu var: Erotizm'in etkisi geçici değil kalıcıdır. Her erotik uyarı geri dönüşü olmayan bir aşamadır. Yaşam boyu cinsellik düzeyini yükseltmeyi sürdürür. Tıpkı sanatsal heyecanları bir kez tatmış olan kimsede bu heyecanların etkisinin kalıcı olmasına benzetebiliriz bunu. İsteseniz de bir daha o kaba duyarsız insan olamazsınız artık. İnsana sınırsız haz ve duygu kapılarını açan daha doyurucu, daha boyutlu bir yaşamı olanaklandıran erotizm için «hümanizm'dir» (insancılık) demekte bilmem bir abartma var mı?

PORNOGRAFI VE KADINLAR PORNOGRAFI VE ERKEKLER*

Erkeklerin çoğunluğunun çıplak kadın resimlerine ya da açık saçık resimlere bakmaktan hoşlanmak gibi pek masum bir düşkünlükleri olduğunu hepimiz biliyoruz. Şu son aylarda peşpeşe yayın yaşamına katılan erkek dergileri de bildiğimiz bu gerçeği bir kez daha doğruladı. Ancak kolay kolay gözardı edilemeyecek bir gerçek daha var: Kadınların büyük bölümü erkeklerin bu ilgi ve düşkünlüğünü paylaşmadıkları gibi anlayış ve hoşgörüsü de karşılamıyorlar. Örneğin ABD'deki «Kadınların Özgürlüğü Akımı»nın içinden bir bölümün, çıplak kadın resmi basan dergileri yasaklatmak için bir kampanya başlattıklarını gazetelerde okuyoruz. Gene bu akımın yurdumuzdaki öncülerinden Şirin Tekeli de bir gazetede yayımlanan yazısında benim anladığım kadarıyla kadınları kocalarına, nişanlılarına, sevgililerine ya da oğullarına bu tür dergileri almamaları için baskı yapmaya çağırıyordu.

Belki de erkek olduğum için ben, çıplak resimlerinin basılarak kadınların bir ticaret metaı duru-

* Kadınca dergisinin Mayıs 1986 sayısında yayımlanmıştır.

muna getirildikleri, bir seks nesnesi durumuna düşürülerek sömürüldükleri, aşağılandıkları görüşüne katılmıyorum. Bu iddialarda haklı yönler olsa bile, eleştiri çıplak kadın resimlerine değil tüm ekonomik sisteme birden yöneltilmelidir bence.

Batı uygarlığından çok daha görmüş geçirmiş, çok daha fazla geçmişi olan uygarlıklarda tanrıçaların da çıplak yontuları, çıplak resimleri yapılmıştır. Hatta bu resim ve yontularda tanrıçalar cinsel birleşme durumunda bile temsil edilmişlerdir. Bunları yapan sanatçıların amacı dini ve tanrıçaları küçük düşürmek, aşağılamak değildi herhalde.

Biz erkekler aslında kadınlardan çekinen, utanç yaratıklarız. Onları okşamak, koklamak, öpüp sevmek, bu arada doya doya seyretmek istiyoruz da, yapabildiğimiz çıplak resimlerine bakıp kurduğumuz hayallerde yardımcı malzeme olarak bu resimlerden yararlanmaktan daha fazla olamıyor çok kez. Bu küçük mutluluğumuzu da sonuna kadar savunacağız. Kadınları yalnızca bir seks nesnesi olarak gören erkekler varsa bunun için yalnızca pornografiyi suçlamakta da bir haksızlık görüyorum. Asıl suç, erkekle kadını ayıran, ayrı ayrı bölmelerde tutan, birbirlerini bir insan olarak değil de bir seks nesnesi olarak görmelerine yol açan toplumsal düzen ve cinsel tabulardadır.

Çıplaklıkta da, sekste de aşağılık bir şey olduğunu düşünmek bugün artık çoktan aşılmış Hristiyan bağnazlığının ve Püriten dünya görüşünün çağımıza kadar gelebilmiş kalıntılarından başka bir şey değildir. Her ikisi de son derece doğal, sağlıklı ve güzel şeylerdir. Birçok kültürler bunları aşağılık şeylermiş gibi görmek, aşağılamak yerine bunlarda tanrısal yaratıcılık güdüsünü görmüşler, dinsel bir saygıyla kutşamışlardır. Diyelim ki, bazı dergilerde kadınların yakışsız çıplak resimleri sergilenerek böylelikle kadınlar aşağılanmış oldular. Niçin kadınlar da çıplak

erkeklerin birer seks nesnesi olarak sergilendiği kadın dergileri çıkararak iddia ettikleri aşağılanmaya yerinde bir karşılık vermeyi düşünmüyorlar? Aslında bu yolda bazı girişimler, bazı denemeler de yapılmamış değildir. Örneğin «70»li yıllarda ABD'de yayımlanan «Viva» adlı dergi böyle bir girişimin ürünüydü. Ancak bu tür kadın dergileri erkek dergilerinin başarısına erişemediler. Sonunda ya yayını durdurdular ya da çıplak erkek resimleri basmaktan vazgeçerek tür değiştirdiler.

Her ne denirse densin kadınların büyük çoğunluğunun görsel pornografiye karşı olumsuz bir tutum içinde oldukları, hiç olmazsa bu konuda erkeklerle eşitliği istemedikleri artık açıklıkla görülüyor. Kadınların bu tutumunun üç açıklaması olabilir. Bunlardan birincisi kadınların biyolojik ve ruhsal bakımdan erkeklerinkinden farklı bir yapıya sahip olmaları; ikincisi farkın biyolojik ve ruhsal nedenlerden değil, kültürden ve eğitimden kaynaklanan koşullanmaların, biçimlenmelerin sonucu olması; bana daha çok gerçeğe uyuyormuş gibi görünen üçüncü açıklamaysa, bazı önemsiz biyolojik ve ruhsal farklılıklar olmakla birlikte bu farklılıkların kültürden, eğitimden gelen etkilerle katlanarak çoğaldığıdır. Kadınlarla erkekler arasında bazı doğal farklar olabileceği düşüncesi çok yüzeysel bir biçimde kadın erkek eşitliğini savunanlara sevimli görünmeyebilir. Ama şurası da kesin, doğa erkeğin cinsellik organını dışarda bırakırken kadınınkini saklamıştır. Salt bu durumun bile birtakım ruhsalimsel yansımaları olabileceğini hesaplamamız gerekir. Bence benzemezliklerin eşitsizliğe bir dayanak olarak değil, insan yaşamının zenginliği olarak alınması doğru olur. İnsanların kimisi uzun, kimisi kısıdır, kimisi beyaz, kimisi karadır. Bütün bunlar insanlığı güzelleştirip zenginleştiren çeşitliliklerdir.

Son günlerde Yaprak Yayınları'nın yayınladığı

Avustralyalı yazar ve kadın özgürlüğü eylemcisi Be-atrice Faust'un büyük bir araştırma ve derin bir iç-görünün ürünü olan «Kadınlar, Seks ve Pornografi» adlı yapıtı kadınların pornografi karşısındaki tutu-munun nedenlerini anlamamızda çok yararlı bir reh-ber olabilecek nitelikte bir kitaptır. Bu ilginç yapıtta Ms. Faust «Kadınla erkek arasındaki yapısal ve ruh-sal farklılıklar abartılacak kadar önemli değildir» di-yor. Sonra da şöyle devam ediyor: «Dış görünümlerin-deki farklara rağmen cinsel anatomi ve fizyolojî ba-kımından kadınla erkek ya özdeş ya da birbirlerine çok benzeyen yapılara sahiptirler.» Sonunda Kinsey' in bir cümlesiyle, «Makineler aynıdır, tek fark ilk ha-reket motorlarındadır» diyerek tamamlıyor sözlerini. Bu kurala pek çok istisna gösterilebilirse de genellik-le kadınlar görsel cinsel uyarılara erkeklerden daha az tepki gösterirler. Örneğin çıplak bir erkek görme-si, bir erkeğin çıplak bir kadın görmesi kadar uyarı-cı olmuyor kadınlar için. Buna karşın dokunsal cin-sel uyarılara, kokuların yaptığı uyarılara erkeklerden çok daha fazla yanıt veriyorlar. İşte bu bulgudur ki erkek tıraş losyonu sanayiinin patlama yapmasına yol açmıştır. Gene müzik, hem ritm olarak, hem me-lodi olarak erkeklerden çok, tüm sosyo-ekonomik gruplardaki kadınlar üzerinde cinsel uyarıcı olarak etki yapıyor.

Ms. Faust erkeklerle kadınların cinsel davranışla-rını incelerken birtakım davranış farkları da tesbit ediyor. Bunlardan en önemlisi erkeklerin seksî özne-lerden soyutlamada kadınlardan daha başarılı olma-sıdır. Erkekler özel bir ilgi duymadıkları sıradan, isimsiz, hatta sevimsiz buldukları bir kadınla bile ba-şarılı bir seks ilişkisi kurabilirler. Oysa çoğunlukla kadınlar seksle duyguyu bir arada isterler. Bir kadı-nın ilgi duymadığı bir erkekle yatmak istemesi az raslanan bir olaydır.

Özetle, erkeğin seksteki tutumu özneyi önemsiz-

leştiren kişisiz ve nesnel, görsel cinsel uyarılara daha duyarlı ve başarı ağırlıklı olmasına karşın, kadının-ki isimsiz bir erkeği saf dışında bırakan kişili ve öznel, dokunma, hareket, koku ve ses gibi uyarılara daha duyarlı, başarıya değil de olayların oluş biçimine ağırlık veren bir tutumdur. Kadınlar için seks, sevgi ya da ilgiye dayalı az ya da çok sürekli bir ilişkidir. Faust bu görüşlerine dayanak olarak genç erkeklerin ve genç kızların odalarına astıkları resimleri gösteriyor. Genç erkeklerin duvarlarına yapıştırdıkları resimler genellikle belirli bir adı olmayan, kimliksiz güzel çıplak kızların resimleridir. Oysa genç kızların duvarlarına yapıştırdıkları resimler bir adı, bir ünü olan pop şarkıcılarının, sporcuların ya da sinema veya tiyatro sanatçıların resimleridir. Bu resimlerde de bu ünlülerden hiçbiri çıplak değildir.

Kadınla erkek arasında cinsel uyarı mekanizmasındaki bu farklılıkların biyolojik mi, kültürel mi olduğunu ya da geçici mi, kalıcı mı olduğunu uzun boy-lu tartışmanın kısa vadede soruna bir çözüm getirmeyeceğinden kuşku yok. Cinsel doyumu ve cinsel mutluluğu karşı cinste aradığımız sürece, karşı cinsin cinsel gereksinmelerini, özelliklerini ve fantezilerini daha iyi anlamak ve beklentilerine karşılık vermek durumundayız. En iyisi orta yerde buluşmaktır. Biz erkekler sekse daha çok duygu katmalıyız, kadınlar da bizim pornografiye düşkünlüğüümüzü illa paylaşmayacaklarsa hiç olmazsa anlayışla karşılamalıdırlar.

PORNO, MÜSTEHCENLİK ve MUZIRLIK*

Bu tartışmada bence daha en başta sorulması gerekli bir soru var: Hangisi muzır? Müstehcenlik mi? Ya da cinsellikle ilgili herşeyi 'muzır' diye damgalayıp yetişme ve erginleşme çağındaki çocuklardan gizli tutulması gerekli şeyler olarak gören ve gösteren anlayış mı?

Çocukların tüm erişkin yaşamlarına yön verecek olan, yaşamları boyunca mutlu, sağlıklı, yaşama dönük bir insan mı, ya da mutsuz, sağlıksız, sorunlu ve yaşama küskün bir insan mı olacaklarını belirleyecek büyük bir sınava hazırlandıkları sırada cinselliği kötü, ayıp, gizlenmesi gerekli bir şey, kısacası 'muzır' olarak yaftalayan bu anlayışın son derece tehlikeli ve muzır' olduğundan kuşku duyulmamalıdır. Çocukların içgüdülerinden ve en doğal duygularından utanmadan, güvenle ve başlarını dik tutarak mutlu bir geleceğe adım atabilmeleri cinsellik konusunda bilgisiz bırakılmayıp eğitilmiş olmalarına, cinsellikle ilgili her türlü bilgiyle donatılmış olmalarına bağlıdır. Cinsellikte hazır giysi gibi herkese uyacak

* Bir bölümü Playboy dergisinin Mayıs 1986 sayısında Forum sütununda yayımlanmıştır.

bir doğru olamayacağı için çocuk kendi yapısına, yarıradılışına ve yetiştirme ortamına uyan doğruyu bu bilgilerin içinden kendisi bulup çıkarmak durumundadır. Bu sınavda başkalarının ya da büyüklerinin doğrularını benimsemek hiçbir yarar sağlamaz.

'Muzır yayındır', '18 yaşından küçükler satılmaz' damgası vurarak, satışına tahditler koyarak yaftalanan yayınların büyük çoğunluk tarafından okunması böylelikle engellenebilir. Ama tek başarılamayacak şey 18 yaşından küçüklerin okumasını önlemektir. '18 yaşından küçükler satılmaz' damgası küçüklerin merakını ve rağbetini kıskırtmaktan başka bir işe yaramaz. Eninde sonunda nasıl olsa, şu yoldan ya da bu yoldan küçüklerin eline ulaşacaktır bu yayınlar. En fazlası araçlar da arada üç beş kuruş kazanacaklardır. Büsbütün yasaklamaksa seviyesiz korsan yayınların ticaretini geliştirmeye yarayacaktır ancak.

Değişen şey küçüklerin kötü ve kirli birşey yapıyorlarmış gibi bir suçluluk duygusu içine itilmeleri, yasak ve gizli şeyler yapmanın buruk tadını almaları, tehlikeli dönemecine sapsmaları olacaktır.

İşte bir soru daha: Müstehcenlik nedir? Çok kimse, özellikle gerici kesimin sözcüleri müstehcenlik deyince çıplaklığı anlıyorlar. Müstehcenlik çıplaklıkla özdeşleştirilince dünya müzelerini dolduran sanat yapıtlarından bir bölümünün de müstehcen sayılması gerekecek, böyle bir anlayışa az ya da çok eğitim görmüş kimselerin katılmayacağı da kesin.

Yasa koyucu müstehcenden söz etmiş ama müstehcenin tanımını yapmamıştır. Sanki müstehcen sözcüğü yeterli bir açıklamaymış gibi bu sözcüğü kullanmakla yetinmiştir. Yasanın suç saydığı eylemlerde hiç kimsenin kuşku duymayacağı bir belirlilik olması gerekliliği temelli bir hukuk kuralıdır. Bir kimse eğer bu yaptığım acaba suç mu, değil mi diye kesin bir yargıya varamıyorsa, ortada bir suç olup olmadığı bir bilirkişinin (bildiği şey nedir, uzmanlık dalı han-

gisidir? Orası da kuşkulu.) dayanaktan yoksun kişisel görüşleriyle belirlenebiliyorsa o zaman daha çok yasal bir suçtan değil, örfi bir suçtan söz edilebilir. Böyle bir anlayış ve uygulama da hukukun en temel ilkesi olan ve ceza yasasının ikinci maddesinde de yer alan «Yasasız suç olmaz» kuralına ters düşer. Bir bilirkişinin suç var dediğine bir başka bilirkişi yok diyebiliyorsa, ortada bir suç olup olmadığı nesnel verilerle değil de bilirkişilerin kişisel eğilimleri ve keyfi görüşleriyle belirlenebiliyorsa hukuk dışı bir suç kavramı çıkar ortaya.

Genellikle müstehcenliğin toplumun edep ve utanma (ar ve haya) duygularını inciten resim, söz, yazı ya da malzeme olduğundan söz edilir. Ancak farklı toplumların bireyleri arasında olduğu kadar aynı toplumun çeşitli kesitleri ve bireyleri arasında da büyük farklılıklar var. Cinsel değerler ve tutumlar yaş, cinsiyet, inanç, etnik grup ve sosyo-ekonomik etkenlerle büyük farklılıklar gösterebiliyor. Bir toplumda yasanın uygulanmasında toplumun hangi kesiti ölçüt olarak alınacaktır? Olasılıkla toplumumuzun küçümsemeyecek bir kesiti için kadının burnunun ucuyla parmağının ucundan fazlasını gösteren ya da anlatan herşey müstehcen sayılabilir. O zaman toplumun bir kesitinin görüş ve duygularını ölçüt olarak alacak olursak toplumun başka kesitlerindeki bireylerin özgürlüğünü ve duygularını incitmiş olmayacak mıyız? Aslında hiç kimse müstehcenin doğru dürüst tanımını yapamıyor. Yalnız «Tanımını yapamam ama görünce tanırım» gibi bir tavır koyarak keyfi uygulamalara açık kapı bırakmaya çalışanlar var.

Toplumun bazı kesitlerindeki bireyler gerçekten açık saçık resimler ve yayınlardan inciniyorlar mı? Çok kimsenin bu konudaki tutum ve davranışlarının içtenlikten yoksun olduğunu sanıyorum. Toplum karşısında açık saçık yayın ve resimlerden incinmiş görünen kimbilir ne çok insan gizli gizli bu tür resim-

lere bakmaktan ya da yazıları okumaktan nasıl büyük bir zevk alıyordu? Bu gibi kimseleri ayıp şeyleri görmemek için elleriyle gözlerini kapatırken parmaklarını aralık bırakmayı unutmayan ikiyüzlü iffet düşkünlerine benzetemez miyiz bilmem?

Görülüyor ki müstehcen sözcüğü yeterince açık olmadığı gibi açıklayıcı da değil. Batı dillerinde bu konuya biraz daha açıklık getiren birkaç kavram var. 'Obscene', 'pornografi' ve 'erotik' sözcükleri bu bağlam içinde çok kullanılan sözcükler. 'Obscene' için müstehcenin anlamdaşdır diyebiliriz. 'Pornografi' ya da 'porno'yu en doğru şekilde insanı cinsel bakımdan az ya da çok uyaran resim, yazı ve diğer malzeme diye tanımlayabiliriz. Ancak o zaman porno'yu erotik olandan ayırmakta bir güçlük çıkıyor karşımıza. Pornografinin amacı kesinlikle erotik bir etki yapmaktır. Kuşkusuz erotik sanat yapıtlarının yaptığı etki daha derinlere işler, daha kalıcıdır, sanatsal değeri daha ağır basar. Ama aralarında cinsel uyarı yapmak bakımından nitel bir fark yoktur. Bunun en açık kanıtı da ilk çıkışlarında porno diye kakalanan ne çok yapıtın sonradan erotik sanat başyapıtı olarak onaylanmış olmasıdır.

Bunun dışında Batıda porno bir ayırımdan daha geçirilmiştir. 'Hard core' ve 'Soft core' ya da katı ve yumuşak porno diye ikiye bölünmüştür. 'Katı porno' nun ayırıcı özelliği cinsel organların her durumuyla ve cinsel birleşmenin ayrıntılı olarak gösterilmesi ya da homoseksüel, lesbien ve sadomazoşist ilişkilerin cömertçe sergilenmesidir. Katı pornonun yanını tutan pek çok şey söylenebilir kuşkusuz, ama şimdi gündemde olan, tartışma konusu yapılp, 'muzır' olduğu gerekçesiyle yasaklayıcı ve kısıtlayıcı önlemler alınması planlanan yumuşak (soft core) porno olduğu için bu konuyu tartışmanın henüz sırası gelmediği düşünülebilir.

Müstehcenlik ya da porno'dan yakınlardan genel-

likle bunların gençleri ahlaksızlığa ittiğinden, ahlak dışı ilişkileri, herkesin herkesle yatmasını teşvik ettiğinden, bu yüzden zührevi hastalıkların yaygınlaşmasına yol açtıklarından, evlilik dışı gebeliklerin, cinsel suçların, ırza geçme olaylarının çoğalmasına, kadınlara karşı saldırganlığa neden olduğundan, aile yaşamını zedelediklerinden filan söz ederler. Acaba bu iddialarda bir gerçeklik payı var mı?

Son günlerde Yaprak Yayınlarının yayımladığı Avustralyalı kadın yazar ve kadın özgürlüğü eylemcisi Beatrice Faust'un büyük bir araştırma ve içgörü ürünü olan «*Kadın, Seks ve Pornografi*» adlı yapıtında bu soruya bir yanıt buluyoruz. Faust şöyle yazıyor: «Bu iddialar uzun süre tahminlere dayandırıldı. Cinsellik kötüyse cinselliğin açığa vuruluşu da kötüydü elbet ve bunun da kötü sonuçları olması beklenmeliydi. Sansürün müstehcen bulduğu şeyleri yasakladığı sürece bu konuda ciddi bir araştırma yapmak olanaksızdı. Ama sonradan toplumun bu konudaki tutumunun değişmesi deneysel araştırmalar yapılmasını kolaylaştırdı. Sonunda sağduyuyla açıklanmaya çalışılan ya da 'Bunun böyle olduğundan kuşum yok.' gibi yorum ve tutumların yerini bilimsel kanıtlar aldı. ABD'de 1970 yılında devlet eliyle müstehcenlik ve pornografi konusunda yürütülen araştırma (US States Commission on Obscenity and Pornography) bu gibi malzemenin suç ve suçluluk üstünde bir etkisi olmadığını ortaya çıkardı. «Pornografik malzemenin etkisi çok çabuk geçen hafif bir uyarıcı olduğu anlaşıldı.» (1)

Gene kitabın başka bir yerinde Faust şöyle yazıyor: «ABD Pornografi komisyonunun yaptığı araştırmaların kadınlara karşı şiddet olaylarına yol açması şöyle dursun tam tersine böyle davranışları azalttığı ortaya çıktı.» Faust daha ileri bir örnek olarak «Seks ve şiddeti birleştiren filmlerin kendilerini eyleme ittiğini söyleyecek her bir kişiye karşı bu tür filmlerin

kendilerindeki şiddet eğilimlerini durdurduğunu söyleyecek binlerce insan çıkacaktır.» diyor.(2)

Kitapta «Seks suçluları: Suçlu Tiplerin Çözümlemesi» (*Sex Offenders: An Analysis of Types*) adlı bir kitap yazmış olan Paul Gebhard'ın kitabından yapılmış bir alıntı da şöyle: «Pornografinin kendilerini güçlü bir biçimde uyardığı kimseler hayal gücü çok gelişmiş, gördüklerini ya da okuduklarını zihinlerinde canlandırmaya yetenekli kimselerdir. Bu yeteneklerse sağlıklı canlı olmakla, eğitimle çoğalan niteliklerdir. Oysa bunlar seks suçlularında az raslanan niteliklerdir. Bunun içinde seks suçluları pornografiye duyarlı kimseler değildir.» (3)

Seks suçlarının içinde özellikle ırza geçme genellikle kadınlarla erkeklerin ayrı bölmelerde birbirlerinden ayrı tutuldukları toplumlara, kadınla erkek arasında sağlıklı, insanca bir iletişim kurulamayan toplumlara musallat olan bir sapıklıktır. Amerika, İngiltere gibi ülkelerdeyse genellikle ırza geçme olaylarının suçluları egemen sınıfların kadınlarıyla aralarında aşılmaz bir sınır bulunan az ya da çok egemen kültürden kopuk etnik grupların üyeleridir.

Olasılıkla bütün bu bilimsel kanıtları bildiği için müstehcenlik davalarında bilirkişilik yapmasıyla ünlü ceza hukuku profesörü Sayın Sulhi Dönmezer de Cumhuriyet gazetesinde yayımlanan Yalçın Pekşen'le yaptığı söyleşide müstehcenliğin zararlı olduğuna inanmadığını itiraf etmek zorunda hissetmiştir kendini.

Günümüzde birçok doktor pornografinin yarattığı cinsel uyarının hormonların çalışmasını arttırdığını ve böylelikle hem ruhsal, hem bedensel sağlığı olumlu yönde etkilediğini, cinsel birleşmeden önce kullanıldığı zaman bir uyarıcı gibi etki yaptığını, gerginlik ve kaygıları gidermek ve eşleri cinsel birleşmeye hazırlamakta yardımcı olduğunu, cinsel yaşamda yeni esinlere, yeni ufuklara yol açarak cinsellikteki haz

ve etkinlik düzeyini yükselttiğini ileri sürmektedirler. Pek çok doktor pornografiyi cinsel sağaltımın önemli bir yardımcısı olarak görmektedir. Yurdumuzda konunun uzmanı olarak ün yapmış olan Sayın Doktor Haydar Dümen de Cumhuriyet gazetesinde yayımlanan Yalçın Pekşen'le yaptığı söyleşide bütün bu yaklaşımı en öz en belirtici biçimde «Porno ilaç gibi gereklidir» diyerek dile getirmiştir.

Batı uygarlığından çok daha eski, çok daha görmüş geçirmiş uygarlıklarda pornografinin önemi ve yararı biliniyor ve pornografi çeşitli amaçlarla kullanılıyordu. Örneğin Çin ve Japonya'da yeni evli çiftlere verilen başucu kitapları cinsel birleşme pozisyonlarını içeren albümlerdi. Hindistan'da da bu amaçla kullanılan minyatürler vardı. Çağımızda Batıda da bu doğrultuda bir gelişme başlamıştır. Kuşkusuz bu gelişme daha sağlıklı, daha mutlu kuşakların yetişmesine yardımcı olacaktır. Bakınız Beatrice Faust İsveç'teki liberal seks eğitiminin başarısı konusunda neler söylüyor: «İsveç'te gençlerin daha büyük bir sorumlulukla davrandıkları anlaşılıyor. Doğum kontrolü artmış, çocuk düşürme ve aldırma azalmış, zührevi hastalıklardan korunmada başarı sağlanmış, eş değiştirmeler azalmıştır. İsveçli gençler, İngiliz ya da Amerikalı akranlarının aksine ilk denemelerinde düş kırıklığına uğramadıklarını, bu denemenin kendilerine özgünç ve kıvanç verdiğini söylemişlerdir.» (4)

Bu konuda şunu sormalıyız kendimize: Nasıl bir gençlik istiyoruz? Mutlu, sağlıklı, yaşama dönük bir gençlik mi? Ya da kırık, doyumsuz, sorunlu, mutsuz, yaşama küskün, baştan yenik düşmüş bir gençlik mi?

(1) Beatrice Faust, Women, Sex and Pornography, (Pengu'n Books 1980, U.K.) s. 11-12

(2) A.G.Y., s 73

(3) A.G.Y., s. 73-74

(4) A.G.Y.Y., s. 132

ERKEKTE İKTİDARSIZLIK*

İktidarsızlık diye adlandırılan bozukluklar erkeğin, ya sürekli, ya zaman zaman geçici olarak sertleşmeyi gerçekleştirmekte veya sürdürmekte karşılaştığı zorluklardır. İktidarsızlıktan yakınan erkekte penis ya hiç, ya yeterince sertleşmez ya da dölyoluna girerken veya girdikten kısa bir süre sonra sertliğini yitirir.

Yapılan araştırmalar bu konularda sorunları olan erkeklerin sanıldığından çok daha fazla olduğunu ortaya koymuştur.

Hemen hemen her erkek zaman zaman sertleşme zorluğuyla karşılaşır. Hiç olmazsa her erkeğin boşalmanın ardından ikinci ya da üçüncü kez yeniden sertleşmeyi gerçekleştirmek istediği zamanlar sorunları olabiliyor.

Kuşkusuz sertleşmedeki zorluklarının sürekli duruma gelmiş olmasından yakınan erkeklerin tam olarak oranını kestirmek öyle pek kolay bir şey değil. Çünkü bu konu erkeklerin davul çalarak açıklamaktan hoşlandıkları bir konu sayılamaz. Gene de sürekli-

* Kadınca dergisinin Aralık 1984 ve Ocak 1985 sayılarında İki bölümde yayımlanmıştır.

li olarak bu zorlukların şu ya da bu biçiminden yakananların; erkeklerin yüzde ellisinden az olmadığı söylendiği zaman durum abartılmış olmayacaktır. Hele ya yaşını ya da sağlık durumunu ileri sürerek oyundan çıkanları da hesaba katacak olursak, gerçek rakamların bu oranın çok üstüne çıkması da beklenebilir.

Niçin bazı erkekler arada bir, bazı erkekler de her zaman için sertleşmede güçlükle karşılaşılıyorlar?

Bugün artık, sertleşme güçlüğü'nün fizyolojik bir nedene bağlanabileceği durumların sanıldığından çok daha az olduğu anlaşılmıştır. İster geçici, ister sürekli olsun bu konudaki güçlüklerin yüzde doksanının ruhsal nedenlerden kaynaklandığı biliniyor artık.

İktidarsızlık sorununu iyice anlayabilmek için en başta sorunun penisle ilgili olmadığı'nın anlaşılması gerekli. Yani iktidarsız bir erkeğin penisi de güçlü bir erkeğin penisi kadar sağlıklıdır. Tek sorun vejetatif sinir sisteminin doğal kendiliğindenliğini bozan nedenlerin araya girmiş olmasıdır. Penis beyin ve omuriliğin bir uzantısıdır. Penisin sertleşme kolaylığını, sertleşme kendiliğindenliğini bozan şey de beyinde olup biten çatışmalardır.

Sevişme kadınla erkeğin birlikte gerçekleştirdikleri bir haz ve mutluluk alışverişi olduğu için iktidarsızlığın yalnız erkekleri ilgilendiren bir sorun olduğu söylenemez elbette. Bugüne kadar karşılaşmamış bile olsa, bir gün erkeğinin böyle bir sorunuyla karşılaşması durumunda, kadının iktidarsızlığın nedenini ve sağaltma yöntemini bilmesinin kuşkusuz büyük yararı olabilecektir. Konunun kadınların ilgisini çekecek bir başka yönü de iktidarsızlığın kadınla erkeğin toplumsal ve kültürel konumlarıyla doğrudan ilişkili olmasıdır.

Erkeğin sertleşmeyle ilgili güçlüklerinin altında yatan temel sorun, büyük bir olasılıkla binlerce yıl-

dan beri süregelen erkek üstünlüğüne dayalı toplum modelinin değer yargılarından, yani erkeğin cinsellik konusunda başarılı olmasına aşırı önem verilmesinden kaynaklanıyor. Toplumun yargılarına göre eğer erkek erkekliğin gereğini yerine getiremezse erkeklik sanını hak etmiş olmaz. Toplumun gözünde böyle bir erkek acınacak biridir.

Buna karşın toplumsal yargı kadına hiçbir sorumluluk yüklemeyi bu konuda. Kadın yardımcı olmasa da, bütünüyle olumsuz bir tutum içinde de olsa toplum erkekten gene de başarılı olmasını ister. Durum ne olursa olsun her defasında, her fırsat çıkışında erkek erkekliğini kanıtlamalıdır kadına. Yapısal anormallikler bir yana bırakılırsa toplumun gözünde kadın için hiçbir biçimde iktidarsızlık diye bir şey söz konusu olamaz. Kadınlardan bir kısmı cinsel birleşmeden hiç ya da hiç denecek kadar az zevk duydıkları, hiç orgazm olmadıkları halde bir yaşam boyu cinsel birleşmede bulunmuşlar, çocuklar doğurup yetiştirmişlerdir.

Toplumsal kanıya göre sırtüstü yatması kadının cinsel birleşmeye yapacağı katkı olarak yeterlidir. Çok değil, daha bundan elli yıl önce Batı ülkelerinde bile kadının cinsel birleşmeden zevk duyması doğal olmayan bir fizyolojik tepki olarak görülüyor, kadının böyle bir durumu belli etmesi de hiç olmazsa yakışsız bir davranış olarak yorumlanıyordu. Kuşkusuz bu anlayış kadının cinsel birleşmeye etkin bir biçimde katılımı konusundaki çağdaş görüş ve anlayıştan çok uzaktır. Bugün için kadının bütün bütün edilgen (pasif) bir tutum içinde olması ruhbilimsel açıdan kadının cinsel birleşmeye etkin bir katılımı olarak nitelendirilemez. Ama kadının sırtüstü yatmasının cinsel birleşmeye yeteceği konusundaki temel ve yerleşik toplumsal kanı günümüzde bile pek az değişime uğramıştır.

Oysa erkeğin bir kez için bile olsa sertleşmeyi

gerçekleştirmekte zorlukla karşılaşması toplumsal modelin erkeğe yüklediği sorumlulukta önemli bir çatlaktır. Yıllarca süren başarılı birleşmelerden sonra bile tek bir başarısız deney erkeğin ilerdeki fırsatlarındaki cinsel başarısı konusunda ciddi kuşku ve kaygılara düşmesine, kendine karşı güvenini yitirmesine yetecektir.

Cinsel güçsüzlük pek çok erkeğin erkek olmanın kendilerine kazandırdığını varsaydıkları ayrıcalığın karşılığında ödedikleri ağır bir bedeldir. Bütün sorun kültürümüzün erkeğe yüklediği sorumluluğu pek çok erkeğin taşıyamamasından kaynaklanmaktadır.

Bir kere kuşku uyanmayagörsün erkek bu konudaki zorluklarının nedenlerini bulmaya çalışır. İlk aklına gelen fizyolojik nedenlerdir. Kabahati kendinde bulmak, sorunun bu konudaki kuşkularından, kaygılarından kaynaklandığını düşünmek erkeklik onurunu yaralayacağından kabahati başka şeylere yüklemeye çalışır. Kabahat ya yaşının ilerlemekte olmasındadır (-O zaman bu özür toplum tarafından da saygıyla karşılanır, tehlikede olan erkeklik onuru da böylece kurtarılmış olur-) ya da kabahat prostat gibi, şeker gibi bir hastalığa yüklenir. Toplum bunu da oyundan çıkmak için onurlu bir neden olarak kabul eder.

Sertleşme güçlüğünden yakınan kimsenin sorununun ruhsal olduğunu kendi kendine yinelemesi konunun ağırlığını giderici bir avuntu olmak şöyle dursun, tersine sorunun çözülmesindeki zorluğu büyüten bir etken olur. Bu konudaki kuşkuları, kaygıları artırmaktan başka bir işe yaramaz. Cinsel birleşme fırsatının doğabileceği düşüncesi bile böyle kaygılara düşmüş olan kimsenin soğuk terler dökmesine yeter de artar.

Öyle bir erkeklik sorunudur ki bu, basur memesi dahil her hastalığını ballandıra ballandıra anlatmak-

tan büyük bir zevk duyan kimselerin bile anlatmaktan çekindikleri tek konudur.

Böyle bir durumla karşılaşan erkeğe kadının anlayış göstermeye çalışması erkeğin erkeklik onurunu büsbütün yaralamaktan başka bir sonuç vermez. Erkek kadının gözünde yalnızca yataktaki etkinliğini yitirmesi nedeniyle aşağılanmakla kalmayacağının, toplumsal saygınlığından da çok şeyler yitireceğinin korkusu içindedir. Bu korkusunun büsbütün yersiz olduğu da söylenemez. Bir yandan da eşinin ya da başarısızlığa uğradığı kadın arkadaşının gevezelik edip kusurunu açıklayacağından korkar.

Buna karşın kadının cinsellik konusundaki soğukluğu hiçbir zaman kadını küçültecek bir kusur sayılmaz. Çok kez kadın bu kusurundan küçük de olsa bir övünç payı bile çıkarır kendine, ya da kusurunun sorumluluğunu kocasına veya erkek arkadaşlarına yükleyerek işin içinden sıyrılmanın yolunu bulur. Oysa erkeğin sorunu eşi yüzünden, onunla aralarında bulunan gerginlik ve kavgalar nedeniyle bile olabilir.

Araştırmaların, özellikle ünlü seks araştırmacıları Masters ve Johnson'un araştırmalarının ortaya çıkardığı gerçek şu: İktidarsızlık diye adlandırılan bozuklukların (fizyolojik bozukluklar dışında, hatta çok kez fizyolojik bozukluklar da içinde olmak üzere) başlıca nedeni başarısızlık korkusudur. Erkeklerin cinsellik konusuna hastalıklı bir duyarlılıkla yaklaşmalarına, cinsel başarıya bir ölüm kalım, var olma ya da yok olma sorunuymuşçasına bakmalarına neden olan, toplumsal koşullanmalardır.

Bütün bu koşullanmalara karşın gene de her erkeğin cinsel güçsüzlük durumuna düşmemesi sertleşmeyi sağlayan kendiliğindenlik olayının ne kadar güçlü olduğunun bir kanıtıdır. Demek ki, doğanın gücü eninde sonunda üstün geliyor. Ama yapısı gereği çabuk etkilenen hastalık kapmaya yatkın, hassas

kimselerde, doğanın g¼c¼ her zaman da ¼ste ¼ıkamıyor, bunun sonucunda da az ¼ok s¼ređen iktidarsızlık durumları ortaya ¼ıkabiliyor. Pek ¼ok erkeğin kolaylıkla atlatabileceği bir sarsıcı olayın etkisi başka bir erkekte s¼rekli bir cinsel g¼c¼s¼zl¼k durumuna d¼n¼řebiliyor. Toplumsal d¼zeyde başarısızlıktan hırpalanmış kişiliklerde yatakta da karşılaşılan başarısızlık ¼ok kez bardağı taşıran son damla oluyor. Bazı kereler b¼yle bir durum s¼rekli bir cinsel g¼c¼s¼zl¼đe bile kapı a¼abiliyor. Başarının arkadan gelen başarılarla, başarısızlığın da sonraki girişimlerde s¼rekli kazanmasına yol a¼tıđı herkesin bildiği bir ger¼ek.

Cinsel g¼c¼s¼zl¼k erkeği yaşamsal zevklerin en b¼y¼đ¼nden yoksun bırakır. B¼y¼k bir haksızlık var bunda. Cennetin kapısının hemen eşiğinde durmak, kapının a¼ık olduğunu g¼re g¼re gereksiz korkular, kaygılar y¼z¼nden oraya girememe... ¼ok acıklı bir şey bu... Bu haksızlığa kesinkes bir ¼öz¼m bulunmalıdır. Bu ¼öz¼m de vardır.

Sorunun nedeni en başta bilgisizliktir. ¼öz¼me ancak sorunun ¼ok iyi anlaşılmasıyla varılabilir. ¼öz¼me g¼t¼ren ilk adım gerek s¼rekli, gerek arada bir musallat olan sertleşme zorluklarının nedeninin başarısızlık korkusu olduğunun iyice kafaya sokulmasıyla atılmış olur.

Gene ¼đrenilmesi gerekli en ¼nemli bilgi sertleşmeyi zorla ger¼ekleřtirmeyi sağlayabilecek hi¼bir y¼ntemin olmadığıdır. Yani penisi komutayla, irade g¼c¼yle sertleştirebilmek i¼in erkeğin yapabileceği hi¼, ama hi¼bir şey yoktur. Sertleşme ve sertleşmenin s¼r¼p gitmesi doğal bir olaydır. Başarma isteği ve başarısızlık korkusudur bu doğallığı tıkayan. Bir kimsenin dikkatini sertleşme olayı ¼zerine ¼evirerek, sertleşmeyi bilinciyle izlemeye ya da iradesinin g¼c¼yle ger¼ekleřtirmeye ¼alıřması doğru değildir. Bu durum

sertleşmenin kendiliğindenliğini bozmaktan, sertleşmeyi engellemekten başka işe yaramaz.

İnsanın elinde olan şeyler vardır, elinde olmayan şeyler vardır. İnsan iradesinin gücüyle sindirimi kolaylaştırılmaz, bağırsakların ya da böbreklerin çalışmasını düzen altına koyamaz. Yapabileceği şey olsa olsa sindirimi kolaylaştıracak ya da bağırsakların böbreklerin düzenli çalışmasına yardımcı olabilecek bir ruhsal ortam hazırlayabilmektir. Sertleşme konusunda da yapabileceği şey daha fazlası değildir. İster sürekli ister arada bir musallat olan sertleşme güçlüğünden yakınan her erkek, konuya bu rahatlıkla bakmalıdır. Tüm vejetatif sinir sistemine bağlı durumlarda olduğu gibi sertleşme olayı bilinçli zihnin etki alanının dışındadır.

Cinsel uyarı karşısında kadının salgı yapma, sulanma tepkisinin aynısıdır erkeğin sertleşme tepkisi. Her iki tepki de organizmanın kendisini cinsel birleşmeye hazırlamak için yaptığı ayarlamalardır.

Kadın, organının salgı yapıp yapmamasını hiçbir zaman sorun yapmaz. Bunun için de bu olayın kendiliğindenliğini bozacak bir özdenetim içine de sokmaz kendini. Kadınlık organı salgı yapmasa da bunu önemsemez. Bu durumu kendi sorunu olmaktan çok erkeğin sorunu olarak düşünür.

Anatomi açısından bakılınca erkekte sertleşmeyi, kadında sulanmayı sağlayan aynı yapıdır. Aynı dokular, aynı kan hücumu olayı, aynı sinirsel uyarılardır. Kadınlık erkekle arasında aslında cinsel mekanizma olarak benzemezlik değil, tam tersine büyük bir benzerlik vardır.

Her erkek cinsel uyarı karşısında sertleşme kolaylığıyla doğmuştur. Sistemin kendiliğindenliğini bozan bir neden olmadıkça sertleşme kesinkes gerçekleşecektir.

Buna karşın sertleşmeyi gerçekleştireceğim diye

kendini kan ter içinde bırakmak, giderek duyarsızlaşmaktan başka bir sonuç vermeyecektir.

Bu durumda erkeğin tek yapabileceği şey, elinden bir şey gelmeyeceğinin bilinci içinde her şeyi olurluna bırakmak, korku ve kaygıları bir yana atıp dikkatini sertleşme olayından çevirmektir.

Erkek kendi tepkilerini denetlemektense yatak arkadaşının tepkilerini izlemeyi seçmelidir. Kadının uyarılmış olduğunu görmek ergeç erkeğin de isteğini kamçılacaktır.

Jolan Chang'ın başyapıtı 'Taocu Sevişme ve Seks' adlı kitabında dediği gibi penisi sertleşmemiş erkek bütünüyle çaresiz de sayılmaz. Parmaklarıyla ya da başka şekillerle kadını uyararak haz ve doyum verebilir. Jolan Chang'ın sözleriyle, «Kendi organının sertleşip sertleşmediğiyle uğraşmayı bırakıp eşinin gövdesini, çekiciliğini duyumsamakta yoğunlaştırmalıdır zihnini. Cinsel haz almanın da vermenin de çeşitli yolları vardır. Onu seyretmenin, kokusunu, derisinin yumuşaklığını algılamanın vereceği cinsel hazlar da vardır.»

Masters ve Johnson, iktidarsızlığı sağıaltmak için, uzun klinik denemelerden de geçirdikleri, çok basit ama başarı şansı oldukça yüksek olan bir yöntem bulmuşlardır. Bu yöntem iktidarsızlıktan yakınan erkeğin önsevişmeyi istediği kadar sürdürmesi ancak bir süre için, daha doğrusu erkek güvenli bir şekilde sertleşme kolaylığını yeniden kazanana dek önsevişmenin hiçbir koşulda cinsel birleşmeyle sonuçlandırılmamasıdır.

Sertleşme güçlüklerinden yakınan kimselerden çoğu bir kadınla cinsel birleşme olasılığı olmadığı zaman ya da yalnızken sertleşmeyi gerçekleştirmekte güçlük çekmezler. Bu gibi kimselerin cinsel gücünü cinsel güçsüzlüğe dönüştüren şey bir dölyoluyla karşılaşma korkusudur. Önsevişmenin cinsel birleşmeyle sonuçlanması yasaklanınca başarısızlık korku

ve kaygısı için de bir neden kalmayacağından, erkek dikkatini penisinden ayırıp eşinin kendisine vermekte olduğu haz uyarılarına çevirebilme fırsatını bulabilecektir.

Masters ve Johnson'a göre erkek de, kadın da önceleri yalnızca birbirlerini okşamakla yetinmelidirler. Başlangıçta birbirlerinin cinsellik organlarına dokunmamalıdır. Hatta erkek kadının göğüslerini de ellememelidir. Eller hiç durmadan yuvarlak hareketlerle yüz, ense, kulaklar, sırt, kollar ve bacaklar, kaba etler üzerinde dolanmalıdır. Böylelikle bir süre sonra cinsel uyarılara karşı duyarlık kazanılacaktır. Masters ve Johnson'un görüşüne göre ilk denemelerde sertleşme gerçekleşmiş de olsa, bir süre bu yöntem izlenerek tam ve kesin olarak sertleşme kolaylığı kazanılmadıkça bu fırsatlar kullanılmamalı, cinsel birleşme girişiminde bulunulmamalıdır.

Batı kültürüne oranla çok daha görmüş geçirmiş bir kültürü olan Hindistan'da bundan en az on altı yüzyıl önce yaşamış Vatsyayana adında bir bilgenin yazmış olduğu 'Kama Sutra' adlı ünlü seksbilim kitabında yeni evlenen çiftlerin ilk üç gün birbirlerini okşamakla yetinmeleri, kesinlikle cinsel birleşme girişiminde bulunmamaları önerilmektedir. Burada Vatsyayana'nın önerisiyle Masters ve Johnson'un sağaltım yöntemi, ya da Doğu bilgeliğiyle çağdaş Batı bilimi arasında bir köprü kurmadan edemiyor insan.

Yazıyı bitirirken şöyle bir özet yapabiliriz. Konu iktidarsızlık diye değil, başarısızlık korkusunun neden olduğu haz uyarılarına karşı duyarsızlık olarak ele alınmalıdır, ve erkekler böyle bir olayla karşılaştıklarında, paniğe kapılmamalı, sertleşme için uğraşmamalı, başka biçimde, rahatça olayı sürdürmelidirler. Çünkü kadınlar bu olayı sanıldığı gibi önemsemezler.

İkinci Bölüm

ZEN VE ‘BEN’

CÜNEYT AYRAL'LA ZEN ÜZERİNE SÖYLEŞİ*

İlk bir Paris akşamında Paris'i İstanbul'a birkaç günde bağlayacak olan otobüse binerken Prof. Mina Ungan'la karşılaştım, yol boyunca, daha doğrusu günler boyunca sürecektir söyleşinin tadını hemen o anda çıkartmaya başlamıştım sanki, bu arada uzun sakalları ile ince yapılı birisi de Paris'ten dönüyordu bizimle aynı otobüste. Taa Yugoslavya'daki konaklama yerine gelene kadar kısa selâmlaşmaların ötesinde tanışamadık o beyle, ama Yugoslavya'daki akşam yemeğini birlikte yerken kim olduğunu, ne yaptığını öğrenebildik, Batının harıl harıl okuduğu, her yönüyle tartıştığı Zen, Budizm, Doğu düşünüsü konularında çalışıyor, çeviriler yapıyor, kitaplar yazıyordu. 1978 yıllarında kimi arkadaşlarımdan nedensiz bir ketumlukla açıklamadıkları «meditasyon» kavramının ne olduğunu sorduğumda sakın sakın ve kolay bir dille açıklamaya başladı, kaldığımız kentin gecesini dolaşılıyor, bir yandan üşüyor, bir yandan da anlattıklarını dinliyorduk, söyleşimiz Bulgaristan'da bir öğlen yemeği sırasında da sürdü ve İstanbul'da ayrıldık, karşılıklı telefon numaralarımızı da almıştık. Türki-

*Oluşum dergisinin Şubat 1982 sayısında yayımlanmıştır.

ye'ye varıştan hemen sonra basından öğrendim Türk Dil Kurumu ödülünü kazandığını ve hemen kendisini arayarak bir söyleşi yapmak istediğimi, bunun olanağı olup olmadığını sordum, kısa bir süre sonra da İstanbul'da buluştuk, Taksim alanının gürültüsünden kendimizi söyleşinin derinlemesine sürmesinden ötürü kurtarıp konuştuklarımızı, daha doğrusu Güngören'in anlattıklarını aşağıda aynen aktarıyorum.

— Zen diyoruz, Zen - Budizm diyoruz, nedir Zen, biraz açar mısınız?

— Her şeyden önde Zen'in, zihnimizi tanımlara, kavramlara tutsak etmeye karşı olduğunu söyleyebilirim. Zen'in Zen olarak anlaşılabilmesi için öncelikle tanımlardan kaçınmak gerekli. Bir kez Zen'in tanımını yaptınız mı ondan sonra Zen'i bu tanımın arkasından görmeye başlıyorsunuz. O gördüğünüz şey de Zen olmaktan çıkıyor. Zen'in ne olduğunu anlatmak için bir usta küçük parmağını havaya kaldırmış, öteki testiye bir tekme atmış, bir başkası da soruyu sorana bir tokat yapıştırmış. Konunun dışında olanlar için bu davranışlardan hiç birinin fazla aydınlatıcı bir açıklama sayılamıyacağı da ortada.

Ben bir tanım yapmadan bir kaç somut örnekle Zen yaşantısı konusunda bir ipucu vermeye çalışayım. Bilmem Zen'i şöyle açıklayabilir miyim? Yanığınıza değen, burun deliklerinizden geçen havanın serinliğinin ayırdında olmak, ya da gördüğünüz gülü, gül sözcüğünün ardından değil de bütün somut nitelikleriyle gül olarak görebilmek. Tüm renkleriyle, sesleriyle, biçimleriyle dünyaya uyanmak, kuşun kanat çırpmasının sesinden, yaprağın hışırtısından, pencereden size ulaşan kentin uğultusundan duygulanabilmek, coşku duyabilmek. Ama bunlardan da öte yarının, geleceğin kaygılarını, beklentilerini bir yana bırakıp bugünü, bu anı yaşamayı öğrenmek... Zaten bugünü bu anı yaşamakla, bütün renkleriyle, sesleriyle, biçimleriyle dünyaya uyanmak birbirlerinden

ayırılamayacak kadar iç içe... İçinize çektiğiniz havanın ayırında olunca bugünü, bu anı yaşıyorsunuz, bugünü, bu anı yaşamaya başlayınca da kafanızdaki kurguları, kaygıları bırakıp renklerin, seslerin, biçimlerin ayırında oluyorsunuz. Özetle şöyle söyleyeyim: Duyarak, anlayarak, coşkuyla, yanında değil, bugünde, bu anda yaşamak... İşte Zen bu... Zen diliyle bu yaşantının adı satori'dir. Bu sözcüğün Türkçe karşılığı uyanma, aydınlanma yaşantısı olabilir.

— Yani Zen dinsel olmaktan çok, teolojik niteliklerinden çok somut bir yaşantı anladığım kadarıyla, peki Zen ne diyor böylesi bir yaşantıyı gerçekleştirebilmek için, neler öneriyor bize?

— Öncelikle böyle bir yaşantıya geçmemize izin vermeyen engelleri bulup ayıklamayı öneriyor. Bu engellerin en başında 'ben' geliyor. 'Ben' ve 'ben'in sorunları... 'Ben'im güvenim, 'ben'im geleceğim, 'ben'im ünüm, şerefim, 'ben'im isteklerim, heveslerim, 'ben'im yaşama, öldükten sonra da var olma doyumsuzluğum... Bütün bu 'ben'le ilgili sorunlar, kaygılar, yaşamayı hiç bir zaman gelmeyecek bir yarına ertelememize, sonuç olarak bugünün, şu yaşadığımız anın yeterince ayırında, bilincinde olmamamıza yol açıyor.

Öbür yandan, bir uyurgezer gibi yaşıyoruz bu dünyada. En başta herşeyin birden ayırında olmaya, her şeyi birden uzun süre görmeye bilincimiz yeterli değil. Çevremizde olup bitenleri tüm ayrıntılarıyla görecektik, tüm sesleri duyacak biçimde bilincimizi ayar ettiğimizi varsayalım Acaba böyle bir durumu ne kadar sürdürebiliriz? Hemen söyleyeyim saniyelerle sayılacak kadar kısa bir süre... Sonra bilincimiz bulanacak, zihnimiz düşüncelerin saldırısına uğrayacaktır. İnanmayanlar deneyebilir.

Güçlü adaleleri olmak için nasıl egzersiz yapmak, adaleleri çalıştırmak gerekiyorsa, güçlü bir bilinci olmak için de bilinci uyanık kalmaya alıştırmak, bi-

lince egzersiz yaptırmak gerekli. Bu egzersizin Zen dilinde adı 'zazen'dir. Buna Zen meditasyonu da diyebiliriz. Bunun dışında zihni bağımlılıktan, sınırlılıktan kurtarmak için zihnin karşısına mantıkla, akıl yoluyla çözülmesi olanaksız açmazlar çıkarmak ya da sorulu yanıtı öykülerle zihnin gözünü açmak yolları da deneniyor. Bunlardan birincisine 'koan', ikincisine 'mondo' adı veriliyor.

— Şimdi, benim aklıma takılan bir nokta var, özellikle Amerika Birleşik Devletlerinde Zen ve buna değin bilgilerle LSD, marijuana arasında bir ilişki kuruyorlar ve bu farkında olabilme işini bunların kolaylaştırdığını savunarak özellikle bunalım içindeki insanları bu uyuşturucular piyasasına müşteri etmeye çalışıyorlar ve galiba büyük ölçüde de başarıyorlar. Bu az önce söylediklerinizden başka Zen'in önerdiği yollar var mı ve bu sözünü ettiğim uyuşturucularla ilgisi nedir Zen'in, ya da var mıdır ilgisi?

— Zen'in marijuana ve LSD'yle bir ilişkisi yoktur. Bu suçlama Amerika'da marijuana ve LSD'ye ilgi duymuş olan 'beat' ve 'hippi' kuşaklarının aynı zamanda Zen'e de ilgi duymasından kaynaklanıyor. Zen'in Amerika'da yaygınlaşması 'psychedelic' akımıyla aynı zamana rastlamıştır. Satori'ye erişmek için Zen'in gösterdiği yolun senelerce çabayı gerektiren güç bir yol olmasına karşın, marijuana ve LSD satoriye kestirme ve kolay bir yol sanılmıştır. Aldous Huxley ve Alan Watts gibi çok önemli düşünürler bile bu ekspres yolculuğu öven yazılar yazmışlardır. Yalnız şurası kesin, beat ve psychedelic akımı hızını yitirmiştir. Oysa Zen gelişmesini sürdürüyor. Zen zihni bağımsızlaştırma, bağımlılıklardan kurtarma amacını gütmektedir. Benim kanımca uyanmak, aydınlanmak için bile olsa zihni bir ilaca bağımlı yapmak Zen'in temel görüşüyle bağdaşmaz.

— Zen'in insanlarımız ve özellikle aydınlarımız

İçin özel bir önemi olduğu inancında mısınız? Bu konuda ne diyorsunuz?

— Aydınımız için evet. Satoriye erişmek kuşkusuz herkesin başarabileceği birşey değil ama Zen'in yaptığı bir dürtü var. Bu dürtü bazı kimselerin uykudan uyanmalarına, dünyayı gerçek boyutlarına daha yaklaşıp olarak görmelerine yardımcı olabilir. Kendi kanılarının, yargılarının, kararlarının şaşmazlığı, yanılmazlığı yanılğısından kurtarabilir çok kimseyi. Özeleştiri yapmalarına olanak verecek bir görüş açısı kazandırabilir. Bunun yanında değişik kültürlerle, değişik görüşlerle tanışmasının Türk aydınının tekyanlılıktan, tekdüzelikten, dar görüşlölükten kendini sıyrmasında yararı olacağı kanısındaım.

— Peki, bize biraz da ödüllü kitabınızın yazarı düşünür Suzuki konusunda bilgi verebilir misiniz? Kimdir Suzuki?

— Batı birinci derecede Zen Budizm'le tanışıklığını Suzuki'nin çalışmalarına borçludur. Batı düşüncesini yoğuran pek çok sorumlu Suzuki'nin yapıtlarının aracılığıyla Zen Budizm'den etkilendiler. Bunlar arasında varoluşçu filozof Martin Heidegger'i, ruhbilimci C. G. Jung'u, Toplum ve ruhbilimci Erich Fromm'u, romancı Hesse'yi, Henry Miller'i sayabiliriz. Bu liste daha bir hayli uzayabilir.

Heidegger'e bir gittiğinde Suzuki'nin bir kitabını okurken bulmuş olan bir dostunun anlattığına göre Heidegger Suzuki'yi amaçlıyarak «Bu adamın söylediklerini doğru olarak anlıyorsam hep benim anlatmak istediklerimi yazıyor» demiş. Jung'da Suzuki'nin 'Zen Budizme Giriş' adlı yapıtına önsöz yazmıştır. Özellikle benim içinden seçmeler yaptığım 'Zen Budizm Konusunda Denemeler' adlı yapıtın Batının Zen Budizmi tanınmasında önemli bir rolü olmuştur. Bir Amerikalı tarihçi (Lynn White) «Suzukinin bu kitabının yayınlanış yılı olan 1927'nin Batının düşünce tarihi bakımından gelecek kuşaklar için 13. yüzyılda

William of Moerbeck'in Aristo çevirisi ya da 15. yüzyılda Marsiglio Ficino'nun Plato çevirisiyle eşit önemde sayılabileceğini» söylüyor.

Bu sözlerin Suzuki'nin önemini belirtmeye yeteceğini sanıyorum.

ROZER'İN DOĞAN'LA ZEN KONUSUNDA SÖYLEŞİ*

— *Budacılık, Taoculuk ve özellikle Zen Budacılığı konusunda bir çok kitaplar, yazılar yazdınız, çeviriler yaptınız. Bu konuları tanıtma çabası içinde olduğunuz görünüyor. İlginizin nedenlerini açıklar mısınız?*

— Çok uzun bir zamandan beri bana söylenen, öğretilen şeylerden bazılarının yanlış olduğunu fark etmiştim. Ama daha sonraları bana söylenen, öğretilen hemen herşeyin yanlış olduğunu anladım. Doğruyu bulabilmenin tek yolunun da ünlü Zen düşünürü Suzuki'nin dediği gibi, «zihnimi, kanıların, yargıların, kararların zorbaca baskısından kurtarmak, kitaplardan edinilen bilgilerle değil de, kişisel yaşantılarımdan çıkan gerçeklere dayanarak, gerçekle zihnim arasına hiç bir aracı koymadan, ortaya çıkabilecek gerçeğin ne tür bir gerçek olacağına aldırmandan gerçeklerin üstüne üstüne gitmek; şimdiye kadar gözlerimi kapadığım için göremediğim gerçeklere gözlerimi açmak» olduğunu anladım.

İşte bu Zen Budacılığının yoludur. Zen Budacılı-

* İkibine Doğru dergisinin 6 - 12 Aralık 1987 sayısında yayımlanmıştır.

ğında doğma olmayışı, Zen yolunu izleyenlerden kendi yaşam deneyleriyle doğrulayabileceklerinin dışında hiç birşeye inanmamalarının istenmesi, Zen öğretisinin temel amacının bilinci büyütüp güçlendirme, fark etme alışkanlığını geliştirme olması ilgimi çekti. Belki Zen'i geleneksel bir kalıbı kullanarak, en kısa yoldan uyanma, aydınlanma öğretisi olarak tanımlayabiliriz. Yalnız uyanma aydınlanma derken doğaüstücü gizemcilerden bir çoğunun yapmaya çalıştıkları gibi öyle gizemli bir havaya bürüyüp sislendirmek istemiyorum.

Zen Budacalığının bu amacı gerçekleştirmeye yardımcı olan, öğrenilmesi ve uygulanması oldukça kolay zazen adı verilen bir meditasyon yöntemi vardır.

— *Zazen adı verilen Zen meditasyonunun fark etme alışkanlığını geliştirmede, uyanıp aydınlanmada nasıl bir katkısı oluyor? Bu konuyu biraz açıklamamız gerekecek sanırım.*

— Zazen yapanlar bunu gayet iyi bilirler, zazen gerek zihinsel gerek bedensel gerginliği giderip bedende gevşemeye eşlik eden bir esenlik duygusu, zihinde bir dinginlik bir iç barış yaratır. İşte bu dinginlik, bu iç barış durumu zihninin fark etme olanaklarını çoğaltıyor. O zamana kadar zihnimizin sınırlı bir gerginlik içinde olması, düzensiz, karmaşık ve bulanık düşüncelerle dolu olması yüzünden bilincimize ulaşamayan duyuları zihnimiz algılamaya başlıyor, fark etmediğimiz pekçok şeyi fark ediyoruz o zaman. Zazen yaparak elde ettiğimiz bedensel gevşemeye eşlik eden zihinsel dinginlik ve iç barış durumu yalnız zihinsel etkinliklerimizin değil, tüm yaşamsal faaliyetlerimizin en iyi, en uyumlu koşullarda çalışmasını sağlıyor.

Bir yandan da karışık düzensiz düşünceler yerlerini keskin bir bilince bırakıyorlar. İnsan tüm yeteneklerini tüm olanaklarını en iyi bir biçimde kullanabileceği bir uyum ve ayar içinde buluyor kendini.

— *Şu halde size göre yalnızca meditasyon yapmak zihinsel gerginlikleri gidermek için yeterli bir yol oluyor.*

— Kesinlikle hayır. Meditasyon ya da Zazen yaparak sinirleri gevşetmek, zihinde bir dinginlik ve iç barış duygusu yaratmak mümkün ama bunu sürdürebilmek için insanın sorunlara karşı başka bir bakış açısı geliştirmesine gerek var. İnsan birşeylerin peşinde oldukça ve bunları hırsla tutkuyla elde etmeye çalıştıkça yeniden gerginliklerin, gerilimlerin tuzağına düşmeden edemez. Buda ıstıraplara neden olarak tutkuları (trishna) göstermişti. Onun için insanın kazançla kaybı; başarıyla başarısızlığı; yengi ile yenilgiyi bir tutmayı öğrenmedikçe; bencilik ve bencilikten kendini kurtarmadıkça meditasyonla herşeyi çözeceğini sanması yanlış olur. Ama meditasyona başlamak için bu noktaya varmayı da beklemek gene yanlış olur. Hiç meditasyon yapmamaktansa meditasyon yaparak kısa süreli de olsa kendini gevşetmenin yarar sağlayacağı tartışma götürmez.

— *Konuşmanın başında «Bana söylenen, öğretilen hemen herşeyin yanlış olduğunu anladım» dediniz. Bu sözlerinizi çok iddialı bulmuyor musunuz?*

— Böyle söyleyerek anlatmak istediğim şey şu: Son birkaç bin yıldan beri egemen kültür ikici bir çizgi üzerinde gelişmiş, dil de kaçınılmaz olarak bu ikici çizgiyi izlemiştir. İkicilik diyerek karşıt kavramlarla düşünme, konuşma, yargılara vargılara varma alışkanlığımızdan söz etmek istiyorum. İyi-kötü, güzel-çirkin, doğru-eğri gibi. Yaratan-yaratık, ruh-madde, zihin-beden tam olarak birbirinin karşısına konulmuştur. Oysa ikicilik gözlemlerimizle doğrulanmayan bir kurgu, bir soyutlamadır ve çok uzun bir gelişme süreci içinde kendi bütünlüğünden kopardığı aklıyla, insanın dünyayı da, kendi varoluşunu da açıklamaya arayışının ürünüdür. Uygarlığımız bu ikici temel üzerinde bina edilmiş ve bunun sonucu olarak da

zihni bedenden ruhu maddeden, yaratana da yaratıktan ve varoluştan koparıp bölmüştür. Bu konuşmamda bile zihin ve bedenden sanki ayrı şeylermiş gibi söz ettiğim için kendi kendimden utanıyorum. Ama ikici karşıt kavramlardan oluşan dilin sınırlılığı beni böyle konuşmaya zorladı. Yoksa ne demek istediğimi anlatamayacaktım.

Örneğin zihin beden ikiciliğini alalım. Zihin dediğimiz şey bedenimizin bir organı olan beynimizin ve sinir sistemimizin ürettiği ve yaşamsal faaliyetlerimiz için gerekli algılar, düşünceler kararlar, yargılar, duygular, bilinç ve bellekten başka nedir ki? Midenin sindirim için salgı yapması gibi beyin de yaşamımızı sürdürebilmemizin gerektirdiği eylemlerimizi yönlendirebilmemiz için düşünceler üretmektedir.

Ya da ruh madde ikiciliği... Ruhsal etkinliklerimizin istisnasız hepsinin sinir sistemiyle ya da beyindeki merkezlerle bağlantısı iyice biliniyor artık. Bu durumda maddesel varlığımıza bağlı olmayan bir ruhsal etkinlikten söz etmek gerçekte ve gözlemle doğrulanamayan temelsiz bir kurgudan başka bir şey olamayacaktır.

Çağdaş ünlü bir Zen ustası Taisen Deshimaru'nun dediği gibi «Ruh, zihin ve beden bir bütündür. Bunları birbirinden ayırmak bir kağıdın ön yüzünü arka yüzünden ayırmak gibi bir imkânsızlıktır.» Deshimaru'nun bu bakış açısını gerek bilimsel gerek sağduyuya dayalı gözlem de doğrulamaktadır. Zaten Zen'in de görüşlerini paylaştığı ince ve gözlemci bir diyalektik ürün olan Mahayana felsefesine göre her türlü ikicilik, her türlü karşıt kavramlar yanılgıdır. Karşıtlıklar birbirlerine göreli olarak vardır. Herşey birbirini bütünleyen bir doku içinde varlığa dönüşmektedir. Kuşkusuz kötülük olmasaydı iyilik, çirkinlik olmasaydı güzellik olmayacaktı.

İşte bunun için benim görüşüme göre egemen kültürün ürettiği bütün düşünceler, inançlar, yargı-

lar ve kurumlar ikici düşüncenin eseridir, onun için de hepsi yanlıştır.

— *Sizce Zen Budacılığı ya da başka Doğulu dinler veya felsefeler mutsuzluğa çözüm getirebilirler mi? İnsanların büyük çoğunluğu açlık, haksızlıklar, savaşlar, hastalıklarla boğuşurken bireysel bir mutluluk mümkün mü? Mutsuz bir toplulukta mutlu bireyler olabilir mi? İnsan, sorunlardan kaçabilir mi?*

— Hep bildiğimiz gibi. Buda yaşamın baştan başa ıstırapla dolu olmasını öğretisine temel yapmıştır. Bizi mutsuz eden, bize ıstırap veren olayları değiştirmek genellikle elimizde değildir. O zaman elimizde iki seçenek var demektir. Ya mutsuzluk ve ıstırap içinde kıvranarak yaşamak, ya da bizi mutsuz eden, bize ıstırap veren olaylara karşı tutumumuzu değiştirmek. Buda'nın öğretisi işte bu ikinci seçenekte özetlenebilir. Değiştirilmesi elimizde olmayan olaylara daha bir katlanma gücüyle, daha bir hoşgörüy-le bakmasını öğrenmeliyiz. Birçok insan yaşlanıyorum diye kendisini mutsuz eder. Yaşlanmaya karşı elimizde olan şeyler de vardır, olmayanlar da. Yaşlanmayı geciktirmek için sağlık egzersizleri yapılabilir, sağlıklı şeyler yiyip içebiliriz. Ama yaşlanmayı bütünüyle önlemek imkânsızdır. Zamanı geri döndürüp geçmiş yılları geri getiremezsiniz. Çözümü, çaresi olmayan birşey için ah vah edip kendisini mutsuz etmekse akılsızlıktır.

Eğer hayalciliği bırakır da gerçekçi olarak bakersak, dünyadaki açlık, sefalet, zulüm, haksızlıklar, savaşlar, hastalıklar gibi ıstırap nedenlerini ortadan kaldırabilmek için yapabileceğimiz şeylerin çok sınırlı olduğunu itiraf etmek zorunda kalırız. Kurt kuzuyu yemesin. Gönlümüzün isteği bu. Ama ne yapabiliriz bunun için? Kurt'un huyunu değiştiremeyiz. Tüm dünyadaki kuzuları güvence altına alamayız. Tek yapabileceğimiz kuzuları kurtlara karşı bilinçlendirmek.

Bu da çok uzun vadeli bir iş. Başarılabılır mi, başari-lamaz mı? Onu da bilmiyorum.

Şimdiye dek insancıl dünya görüşleri kuzuları sav-unmuşlar ya da kurtlarla kuzuların birbirlerini ye-meyecekleri topluluk biçimleri önermişlerdir. Ama bu güne dek hiçbir yerde bunun başarıldığını göste-ren bir örnek de yok. Kuzularla kurtlara yer değiştirt-mek de bir çözüm değil sanırım. Kuşkusuz gönlümü-zün isteği kurtların kuzuları yemeyeceği bir dünya yaratmaktır. Elbet böyle soylu bir amaç için çaba har-camaya da değer.

Bence konuya bireysel mutluluk arayışı filan di-ye bakmak yanlış. Bütün sorun kendimizi gereksiz gerginliklerden, tedirginliklerden, hırçınlıklardan kur-tarmak, sinir sistemimizi olaylar karşısında en akıl-cı, en olumlu davranışları yapmamızı mümkün kıla-cak bir ayarda tutmaktır. Kuşkusuz olaylara böyle bir yaklaşım gereksiz mutsuzlukları da ortadan kal-dıracaktır. Hiç olmazsa mutsuzluk nedenlerini en aza indirecektir. Sonra şu da var: Benim mutsuzluğum sayısız mutsuzlar, gerginler, kızgınlar ordusuna bir kişi daha katmaktan başka ne işe yarayabilir? Mut-suzluk da mutluluk da bulaşıcıdır. Mutsuz bir insa-nın topluma katkısı, olsa olsa mutsuzluğu yaygınlaş-tırmak olabilir. Çağımızda herşeyden çok gülen yüz-lere ihtiyacımız var.

— *Bireysel uyanma ve aydınlanmanın kişisel do-yum dışında toplumsal açıdan bir katkısı olabilece-ğini düşünüyor musunuz?*

— Evet düşünüyorum. Gözümüzün önünde durup duran gene de göremediğimiz pek çok gerçek var. An-cak uyananlar, gözlerini açabilenler gözümüzün önünde durup duran gerçeği görebiliyorlar. Onlar gösterince o zaman biz de görebiliyoruz. Örnek mi? İnsanın insanı sömürmesi olayı var. İnsanlık kadar eski bir olay bu ama sözümona gerekçeler gösterile-rek, bir takım nedenler uydurularak öylesine gözden

saklanmış ki, bu olayı bizim görebilmemiz için bir di-
zi insanın uyanması ve toplumsal koşullanmaları aş-
ması gerekti. Benim çok iyi hatırladığım bir geçmiş-
te en kötü koşullarda işçiyi sömüren patronlara işçi-
ler velinimettir diye en büyük saygı ve bağlılığı gös-
terirlerdi. Aradan beş on yıl geçti ve işçiler sömürü
olayına uyandırıldılar. Ardından hemen sınıf kavgası
başladı. Tıpkı bunun gibi ikiciliğin bir yanığı oldu-
ğunu görebilmemiz için de gözlerini açıp bu gerçeği
görenlerin bize göstermesi gerekiyor.

— *İnsanların yabancılaştırmadan kurtulmasını öne-
ren iki tür düşünce biçimi var. Salt insanları değiştirenler,
ve toplumsal koşulları değiştirmeyi düşleyenler,
ve toplumsal koşulları değiştirerek insanları yaban-
cılaştırmadan kurtarmayı düşünenler...*

— İnsanı çevresinden soyutlayamazsınız. İnsan-
çevre bir bütündür. İnsan ancak çevresiyle birlikte
vardır ve çevresel koşulların ürünüdür. Böyle bakın-
ca konuya toplumu değiştirmeden insanı ve insanı
değiştirmeden toplumu değiştiremeyeceğimizi çok iyi
anlarız. Ama öyle de olsa böyle de birbirlerini etki-
leyerek insan da toplum da hızla değişiyor.

Yalnız bu değişimde ütopyaların katkısı ya da
etkisi çok az. Dünyayı da değişimi de yönlendiren,
akılcı bir tutumdan çok daha önde, hırslarımız, kız-
gınlıklarımız tutkularımız. Bunları önlemeye de ak-
lın hiçbir yararı olmuyor. Genellikle ütopyaların uy-
gulayıcıları da hırslı, tutkulu, kızgın kimseler. Önü-
müzdeki ilk sorun sinir sistemimizi gevşetmektir. Kat-
kımız çok az da olsa hepimiz geleceğin mimarlarıyız.
Hırslı, gergin, kızgın insanların inşa etmekte olduğu
bir geleceğin nasıl olacağını tahmin etmek de çok
güç değil.

BİLİNMEYEN'LE ZEN VE MEDİTASYON ÜZERİNE SÖYLEŞİ*

Bilinmeyen: Zen Budizm'i Türkiye'ye tanıtan ilk siz oldunuz. Aynı zamanda Zen Budizm'in bir uygulayıcısı olarak tanınıyorsunuz. Doğu felsefeleriyle ilk tanışmanız nasıl oldu? Zen Budizm'i niçin benimserdiniz?

Güngören: 1960'lı yılların başlarında Hatha Yoga'yla ilgiliydim. Yaptığım yoga hareketlerinin gerek bedensel, gerek ruhsal sağlığım üzerindeki yararlı etkilerini fark etmiş olmam yogaya ve Doğu felsefelerine olan ilgimi artırdı. O yıllar yogayla ve Hint düşüncesiyle ilgili elime ne geçirebildiysem okudum. Okudukça da aklım karıştı. Yoganın sağlığım üzerinde yaptığı olumlu etkileri gözlemlemiş ve yoganın dayandığı ilkelere inanmıştım. Ama yoga yaparak insanın ayaklarının yerden kesilip havaya yükselebileceğine, duvarın bir tarafından öbür tarafına geçebileceğine, aynı anda iki yerde birden olabileceğine ve buna benzer kerametler gösterebileceğine inanmam mümkün değildi. Gene Hint düşüncesinin temel taşı olarak tanımlayabileceğimiz genedoğuma (reenkar-

* Bilinmeyen dergisinin 113. sayısında yayımlanmıştır.

nasyon) inanmak bana ters geliyordu. Sonunda 'yoganın taş devrinden kalma değerli bir miras olduğu' içinde doğrular olduğu kadar, boş inançlar, hurafeler de olduğu kanısına vardım.

O sıralarda Zen düşüncesine çok yakın Krishnamurti'nin kitaplarını Alan Watts'ın Zen Yolu (The Way of Zen) adlı ünlü başyapıtını okudum. Baktım ki Zen Budacılığında benden kendi yaşam deneyimle doğrulamadığım hiçbir şeye inanmam istenmiyor. «İşte doğru budur!» diye hiçbir şey bana zorla kabul ettirilmeye çalışılmıyor ve birtakım hurafeleri bırakıp başka hurafelere inanmam benden istenmiyor, yalnızca doğruyu kendi kendime bulmama engel olan önyargılardan, kanıların, kararların zorbaca baskısından kendimi kurtarmam söyleniyor, bunu kolaylaştırmam için pratik uygulanabilirliği olan basit ama etkili bir yöntem öneriliyor, o zaman aradığım öğretiyi bulduğumu anladım. Araştırmalarımı ve yöntemi uygulamayı sürdürdükçe doğru yolda olduğum konusundaki inancım güçlendi.

Bilinmeyen: Zen Budacılığını en açık ifadeyle nasıl tanımlayabilirsiniz? Bu metodun insan karakteri üzerindeki etkisi nedir?

Güngören: Zen, en dolaysız, en yalın yoldan uyanmayı ve aydınlanmayı hedef alan bir öğretilerdir. Zen Budizm, insanın zihnindeki gerginlikleri, stresleri ortadan kaldırarak, insanın daha rahat ve daha gevşek bir şekilde kendisiyle ve çevresiyle uyum içerisinde olmasını, doğa-insan dengesizliğindeki uyumsuzlukları ortadan kaldırmasını hedef alan bir sistemdir. Bunu yapmak için de uyguladığı başlıca yöntem Zen meditasyonunu yani (zazen)'dir.

Bilinmeyen: Zen'in öteki Budacı mezheplerden ve öteki Doğu felsefelerinden farkı nedir?

Güngören: Zen'in öteki Budacı mezheplerden farkı, en dolaysız ve en yalın aydınlanma yolu olmasıdır.

Bilinmeyen: Uyanma, aydınlanma dediğiniz zaman ne anlatmak istiyorsunuz?

Güngören: Gözlerimizin önünde durup durduğu halde önyargılarımızın, önceki düşünce, karar ve eylemlerimizin, koşullanmalarımızın, yaradılıştan gelen mizaç ve karakter özelliklerimizin ve en sonunda toplumsal inançlara ters düşmekten, toplum dışına itilmekten korktuğumuz için, göremediğimiz gerçekleri görüp, yanılğı ağıını yırtmak.

Bilinmeyen: Çağımızda özellikle Batı'nın içine düştüğü ümitsizlikten, bunalım ve stresten kurtulmasında Zen Budizm'in yeterli bir yol olabileceğine inanıyor musunuz?

Güngören: Zen'i ısrar ve sebatla izleyenlerin yararlı sonuçlar alacağına inanıyorum. Batı'yı bunalımdan kurtaracağını söylemek kuşkusuz, ölçsüz bir hayalcilik olur. İnsanlığı içine düştüğü bu bunalımdan kurtarmanın kısa vadeli, kolay ve ucuz bir yolu olduğunu sanmıyorum.

Bilinmeyen: Zen Budizm'i ve özellikle zazen adı verilen Zen meditasyonunu uygulayanların birtakım fizik ötesi deneyimler geçirdikleri biliniyor. Bu tür fenomenleri nasıl yorumluyorsunuz?

Güngören: Bu soruya 1973 yılında yitirdiğimiz çağdaş bir Zen ustasının, Yoshutani Roshi'nin ağzından cevap vermek istiyorum. Yoshutani Roshi uzun seneler ABD'de Zen öğretmenliği yapmış bir kimsedir. Yazdığı «Zazen Üzerine Dersler» adlı küçük broşürde şöyle diyor:

«Makyolar, yani görüntüler, sanrılar, fanteziler, vahiyler, yanılğıdan kaynaklanan duyumlar zazen yapan kimselerin bir aşamada karşılaşabilecekleri olaylardır... Onların ne olduklarını, gerçek niteliklerini bilmez de tuzaklarına düşersek zazen için önemli bir engel olabilirler... Makyoların çeşitleri sayılamayacak kadar çoktur. Zazen yapan kimsenin kişiliğine, yapısal özelliklerine, mizacına göre sayısız şe-

killerde kendilerini açığa vururlar. Görsel, işitsel, dokunsal, ya da koku duyma türünden makyolar da olabilir.»

«Bundan 650 yıl önce yazılmış olan Zazen Yojinki (Zazen yaparken göz önünde bulundurulması gerekli noktalar) adlı kitapta aşağıdaki açıklamaları buluyoruz: 'İnsana gövdesi ateş gibi, ya da buz gibi, ya da cam gibi saydam gelebilir. İnsan gövdesini kaskatı ve çok ağırmış gibi ya da çok hafifmiş gibi duyumsayabilir. Bütün bunların nedeni :Nefes alış verişinin ritminin zihinle uyuşmamış olmasındandır...' Sonra da açıklamalar şöyle sürdürülüyor: 'İnsan Budaları, din ulularını görebilir. Her şeyin ardında gizlenen gerçeği görüp anlamasına yol açan bir içgörü bir şimşek gibi çakabilir... Bütün bu anormal görüntüler, duyumlar zihinle nefes alışverişi arasında bir uyumsuzluk, bir bozukluk olduğunun göstergesidir.»

«Başka dinler ve mezhepler Tanrı'yla ya da başka göksel varlıklarla ilgili sanrılara, göksel sesler duymaya, vahiylerle, Tanrı'dan bildiriler almaya büyük değer verirler... Ama Zen açısından bütün bunlar gerçek bir dinsel anlayıştan yoksun anormal durumlardır. Bunun için bunlar birer makyodan başka bir şey değildir.»

«Rüyanızda kendinizi milyarder görmeniz, uyanığınızda sizi daha zengin yapmayacağı gibi, din ulularının görüntülerini görmeniz ermişliğe yaklaştığınız anlamına gelmez. İşte bu yüzden böyle bir makyodan coşku ve gurur duymanız için hiçbir gerek yoktur. Hepsinden önemlisi Tanrı'nın sizi kutsadığı, size tanrısal vahiyler, bildiriler sunulduğuyla ilgili sanrılar ya da sonradan doğruluğu saptanan kehanetler gibi makyolarla ayartılmanıza izin vermeyin. Yoksa saçma sapan şeylerle enerjinizi harcar durursunuz.»

İşte böyle diyor Yoshutani Roshi.

Bilinmeyen: Hiç bu tür olaylar yaşadınız mı?

Güngören: Bir zamanlar evet, ama bu tür olayla-

rın üzerinde durmadığım için artık olmuyor. Olmamasından da çok mutluyum.

Bilinmeyen: Taocu'nun boşlukta büyük bir erdem gördüğünü, zihni bütününü düşüncelerden arıtp boşaltmanın Taocu'nun başlıca amacı olduğunu biliyoruz. Boş bir zihinle yaşamak oldukça garip geliyor. Bu konuyu biraz açıkla mısınız?

Güngören: İzin vererseniz bu sorunuza bir öyküyle cevap vereyim. Bir Amerikalı profesör Japonya'ya ziyareti sırasında bir Zen ustasına gitmiş. Hangi üniversitelerde profesörlük yaptığı, hangi enstitülerin, hangi kuruluşların üyesi ya da başkanı olduğu ve başkaca Akademik nitelikleri konusunda bilgi verdikten sonra ustaya Zen öğrenmek istediğini söylemiş. Ustanın yanıtı: «Önce bir fincan çay içelim» olmuş. Usta, Amerikalı profesörün fincanına çay koymaya başlamış. Fincan dolmuş, taşmış ama usta dolu fincana çay koymayı sürdürmüş. Amerikalı profesör şaşkınlık içinde: «Ne yapıyorsunuz usta! Baksanıza fincan taşıyor!» diye bağırılmış. Usta: «Gördüğünüz gibi» demiş. «Dolu bir fincanı daha fazla dolduramazsınız. Eğer Zen öğrenmek istiyorsanız önce kafanızın içini iyice boşaltmanız gerekecek» diye de eklemiş.

Boş bir zihin, alıcı bir zihindir. Kafanızın içi doluyken yanınızdan babanız geçse onu bile tanıyamazsınız. Nerede kaldı burnunuzun deliklerinden geçip ciğerlerinizi dolduran havanın serinliğini, yanaklarınızı okşayan, saçlarınızın telleriyle oynayan meltemi duyumsamanız? Göğün mavisini, yaprağın yeşilini, karşınızdaki güler yüzlü bir çocuğun gülen gözlerini fark etmeniz? Duyguyla, duyarlılıkla yaşadığının farkında olarak yaşamak! Bunları fark edebilmemiz için bize gereken boş bir kafadır.

Bilinmeyen: Yaşam şartları, ekonomik durumlar böyle hareket etmemizi engelliyor. Yani huzurlu yaşayacağız diye aç mı kalalım?

Güngören: Hayır. Zen Budizm hiçbir şeyi engelle-

miyor. Doğru sporlarıyla uğraşanlar konuyu daha iyi bilirler. Yani bu şöyle bir şey: «Şöyle yapayım», «böyle yapayım» diye bir tutum içerisinde olmayacaksınız; para kazanmaya, hayatta başarılı olmaya engel değil bu. Yalnız para kazanmak için, karşınızdaki adamı yenmek için kendi kendinizle didişmenize engeldir. Hırs olmayacak yani. Sinirli gergin bir insan zayıf bir insandır. Ama rahatlıkla olaylara bakabiliyorsan o zaman güçlüsün. Bu gerginliğin olmaması seni güçlü yapıyor. Bütün Samuraylar güler yüzle rahatlıkla adam öldürüyorlar değil mi? Hiç kızmadan: «Ama onu öldürmeye mecburum. Çünkü ben onu öldürmezsem o beni öldürecek» diyebiliyor. Halbuki gerginlik, stres, senin görüşünü de kısıtlıyor, hareketlerini de kısıtlıyor. Yapmamız gereken şey o anda ne yapılması gerekiyorsa onu görüp uygulayabilmektir.

Bilinmeyen: Doğru dinleri ve felsefelerini inceleme konusu yapmış olduğunuza göre bu dinler ve felsefelerle İslam Tasavvufu arasında ne gibi benzerlikler ve benzemezlikler var? Bu soruyu cevaplayabilir misiniz?

Güngören: İslam Tasavvufuyla Budizm arasında pek çok benzerlikler var. Pek çok Batılı doğubilimci de bu benzerliklere değinmiştir. Ünlü şair Asaf Hallet Çelebi de bu benzerliklerden söz etmiştir. Tasavvufdaki *fenafillah* kavramıyla *nirvana*, *adem* kavramıyla *şunya*, *enaniyyet*'in bir yanılgı olduğu düşüncesiyle *anatman*, *vahdetivücut* inancıyla Budacı evren görüşü hemen hemen aynıdır. Bazı tarikatlerde, örneğin Bektaşilikte genedoğum inancı bile vardır. Bunun yanında tarikatlerdeki tekke düzeniyle Budacı *vihara*'ların düzeni, her ikisindeki usul ve erkân, dervişlerin keşkül taşımaları cerre çıkmaları gibi uygulamalardaki özdeşlik yalnızca raslantıyla açıklanamıyacak kadar büyüktür.

Bence bunun nedenini de açıklamak güç değil. İslamiyetin daha birinci yüzyılında Halife Osman za-

manında Horasan istila edilmiş ve islamlaştırılmıştır. Bugünkü Afganistan ve İran'ın bir bölümünü oluşturan Horasan adı verilen eski adıyla Baktriya ve Sogdiana diye bilinen bu bölgede Büyük İskenderin Hindistan'ı istila girişiminden Arap istilasına kadar geçen bin yıla yakın bir süre Budacılık egemen din olmuştur. Arap istilasından sonra bu bölgenin Budist olan halkı da daha çok kılıç zoruyla islamiyeti kabul etmiştir. Buna bir örnek olarak kuşaklar boyu halifelere vezirler yetiştirmiş olan *Bermek* ailesinden söz edebiliriz. *Bermek* ailesi Belh yakınlarında Budacı Nevbahar tapınağının 664 yılında yıkılması üzerine İslamiyeti kabul eden bir Budacı keşişten gelmektedir. Kuşkusuz İslamiyeti kabul eden eski Budacılar Budacılığın felsefesini de islamiyetle bağdaştırmaya, uzlaştırmaya çalışmışlardır. Yalnız Budacılığın değil, aynı zamanda Yunan ve Roma din ve felsefelerinin Nesturi Hristiyanlığın, Şamanlığın, Türklerin eski dininin, Maniheizm'in ve mazdehizm'in, Zerdüştlüğün ve VII yy'dan sonra islamlığın yayılma ve gelişme ortamı bulduğu ve böylelikle çeşitli dinlerin, düşüncelerin ve felsefelerin bir arada kaynadığı bu potadan İslam Türk Tasavvufu ve İslam bilim rönesansı doğmuştur.

Tasavvufla Horasan arasında her zaman bir bağlantı kurulur. Mutasavvıflardan bir çoğu Horasan erleri diye de bilinir. Bize de tasavvuf Horasan'dan gelmiştir. Gerek Mevlana Celaleddin-i Rumi, gerek Hacı Bektaş Veli, gerek Ahmet Yesevi, hep Horasan'dan gelen kimselerdir. Yalnız, şu var: Budizm sözü İslamiyette hoş karşılanan bir söz değildir. Bu yüzden hiçbir zaman Budizmden söz edilmemiş, tasavvufla Budizm arasındaki ilişki her zaman örtbas edilmiş, açıklanmamıştır. Hatta tasavvufun kaynakları arasında Yunan felsefesinden, Hint felsefesinden, Hint dinlerinden bahsedilir de Budizmin adı yine de anılmaz.

ZEN BUDİZM*

Budizm ilkelerinin Çin'de Taocu ve Konfiçyusçu öğelerle karışıp kaynaşmasından oluşmuş bir uyanma aydınlanma yolu olan Zen Budizm VI. yüzyılda Çin'de doğmuş, XII. yüzyılda Japonya'ya geçmiş ve gelişmesini orada günümüze kadar sürdürmüş bir akım. Bin beş yüz yıllık geçmişi boyunca Çin ve Japonya dışında ilgi görmemiş olmasına karşın son elli yıldan beri bütün dünyada, özellikle aydınlar arasında olağanüstü bir ilgiyle karşılanıyor. Yurdumuzdaysa Zen Budizmin aydınların ilgisinin de, bilgisinin de dışında kalmış olduğu bir gerçek.

Zen Budizm'in bütün dünyada uyandırdığı bu ilgi, yalnızca Batı'da Uzakdoğuya karşı duyulan egzotik bir merakla açıklanamayacak kadar köklü. Bunun böyle oluşu, kanımca, Zen Budizm'in bütün insanlar için geçerli evrensel bir bildirisi olmasından ileri geliyor.

Türk aydınının Doğu'dan gelen her şeye karşı geleneksel bir çekimserliği var. Hele bu dinsel bir öğreti ya da gizemcilik falan olarak damgalanabilecek bir

* Cumhuriyet Gazetesinin 8 Eylül 1979 tarihli sayısında «Gerçeği Görmek İçin Aydınlanma» başlığıyla yayımlanmıştır.

şeyse, bu çekimserlik daha da artıp dirence dönüşüyor.

Zen Budizm sözünün Türk aydınında ön yargılı olarak yanlış çağrışımlara yol açtığını sanıyorum. Zen Budizm denince belki de o Doğunun kendine özgü, konunun dışında olanlara hiç bir şey söylemeyen terimler kalabalığı aklına geliyor; Buda'lar, Bodhi-sattva'lar, Deva'lardan oluşan bir sürü Tanrısallaştırılmış kişilikler, yüzlerinde gizemli bir gülümseme olan Buda heykelleri, pagodalar, mumlar, buhurdanlar, daha bir sürü Doğuya özgü ayrıntı aklına geliyor; Doğunun anlaşılması öylesine güç, öylesine karmaşık gizemciliği aklına geliyor; samurai'ler kamikaze'ler bile aklına gelebiliyor da Zen Budizm'in tam bir nesnellikle, yan tutmadan, saptırmadan gerçeği olduğu gibi bütün yalınlığı içinde kavramamızı sağlayacak biçimde zihnimizi eğitmeye, yanılgılardan, yanılsamalardan kurtarmaya çalışan bir yöntem olabileceği aklına gelmiyor.

Bunun böyle oluşu aydınlarımız için gerçek bir talihsizlik. Çünkü Zen Budizm'le tanışmak düşünce ve görüşlerinde belirli bir genişlik, bir boyut kazanmalarına yol açabilirdi.

Gene Zen Budizm'in genellikle bir tür gizemcilik olarak tanımlanıp değerlendirilmesinin neden olduğu bir takım olumsuz çağrışımlar var. Gizemcilikten, bir dizi doğmaya dayalı olarak, o doğmaları doğrulamak için akli ve normal bilincimizi aşan bir aşkınlıkla, bir esrime (extasy), bir kendinden geçme durumu (trance) içinde algılar ötesi yüksek gerçeklere, Tanrıya ulaşılması anlaşılıyorsa Zen Budizm'in bu tanıma uymayan yanları uyanlardan daha çok. Öncelikle şunu söylemeliyim, Zen'de doğmanın hiç bir tür-lüsü olmadığı gibi, tektanrıci dinlerdeki tasarıma uyacak biçimde bir Tanrı kavramı da yoktur. Bundan başka Zen, esrime gibi, kendinden geçme gibi zihnin saydamlığını bozan, insanı gerçek dışı düşlere, kurun-

tulara sürükleyen durumları benimsemez. Zihnin olanca keskinliğiyle gerçeği bütünlüğü içinde, olduğu gibi kavramasına olanak verecek bir uyanıklık durumunu gerçekleştirmeyi amaç edinmiştir. Gerçeği yüksek gerçekler, olağan gerçekler, kutsalla kutsal olmayan diye ikiye bölmeye çalışan ikiciliğe de karşı çıkar. Zen gözüyle gerçek bölünmez bir bütündür. Bütünü oluşturan parçalardan ayırtılamaz.

Zen Budizm bizim koşullandırılmış kanıların, yargıların, kararların, mantık kurallarının, dilin bağımlılığı altında etkinliğini özgürlük içinde yürütemeyen bir aklımız olduğunu, böyle bir aklın kısıtlılığını aşmamız gerektiğini savunuyorsa, derinlik ruhbilimi, toplumbilim, anlambilim, iletişim, dilbilim gibi bilim kollarında da benzer yönelişler olduğunu yadsıyamayız. Salt bu nedenle bu bilim kollarını gizemcilikle damgalayabilir miyiz?

Bunun dışında Zen Budizm'i diğer gizemci yollardan ayıran önemli bir özellik, Zen Budizm'in var olanın dışında bir gerçek, bir giz aramamasıdır. Zen, kendimizi doğmalardan, önyargılardan, geleneğe bağımlılıktan gelen sınırlamalardan kurtarmadıkça inançların, kurguların desteğiyle yaratacağımız kavramların bizi gerçeğe eristirmekte yetersiz, başarısız kalacağı görüşündedir.

Zen yaşantısına ulaşmış kimse için bir türlü gerçek vardır; günlük yaşantımız içinde bulup yaşayabileceğimiz, en anlamsız gibi görünen ayrıntılar içinde de aynı oranda var olduğunu gözleyebileceğimiz gerçek.

Çin'li bilge Chao-chou'ya (Joshu, 778-897) «Zen gerçeği (Tao) nedir?» diye sordukları zaman, «Sizin her günkü yaşamınızdır, her günkü düşüncelerinizdir.» demiş. Zen'in amacı yaşama ve gerçeğe karşı bir duyarlık kazandırmak, şu kanıksadığımız, yabancılaştığımız dünyayla bizi yeniden kaynaştırmak, onun olağanüstü güzelliğine uyandırmaktır. Zen yaşantısı-

na erişen kimsenin elde ettiği duyarlık, yaşama ve gerçeğe duyarlıkla yaklaşmış, bir çok yanılgılardan, yanılsamalardan kendini kurtarmış, belirli bir uyanıklık kazanmış pek çok sanat ve edebiyat adamının-
kinden bütün bütün değişik bir şey değil. Aradaki fark yoğunluk ve yaygınlıktan gelen bir farklılık.

Zen Budizm kendine özgü anlatım yoluyla yani kısa öykülerle, karşılıklı söyleşilerle (mondo), şiirlerle gönlümüzün isteklerine uysa da uymasa da, katılığından, acımasızlığından ötürü kolay kolay gönlümüze yatıramasak da dünyayı olduğu gibi kabullenmekten başka bir seçeneğimiz olamayacağına. dünyadan verebileceğinden daha çok, daha değişik şeyler istemenin bize acıdan, düşkürlüğünden, gereksiz tassa ve kaygılardan başka bir şey getiremeyeceğine gözlerimizi açmaya çalışıyor. Diyor ki: «Daha en baştan beri senden hiç bir şey gizlenmemişti. Sendin gözlerini gerçeklere kapayan! Sendin!.. Zen'de ne açıklanabilecek bir şeyler var, ne de öğretilip senin bilgini arttırmanı sağlayacak bir şey var. Senin içinde gelişip büyümedikçe hiç bir bilginin sana yararı olmaz, ödünç kuş tüyleriyle süslensen de takma tüyler büyümmez.» (1)

Zihnimizde, tıpkı bir gramfon plağında olduğu gibi, düşünceler, daha önceki düşüncelerin çizdiği izlerden gidiyor. Zihnimiz yeni düşüncelere, yeni görüşlere bütün bütün kapalı olmasa da dirençle karşı koyuyor. Büyük çoğunluk konu edilince çekinmeden bütün bütün kapalı olduğunu da söyleyebiliriz. Kültür, eğitim, din, propaganda düşüncelerimizi koşullayıp biçimliyor. Yiyip içtiklerimizin, tahıl ya da et yememizin bile davranışlarımız yoluyla düşüncelerimizin biçim almasında etkin olduğunu savunanlar var. Düşüncelerimiz davranışlarımıza yön verirken davranışlarımız da düşüncelerimize biçim veriyor. Bu durumda düşüncelerimizin doğruluğuna nasıl güven duyabiliriz? Hiç kimse kanılarının, yargılarının, ka-

rarlarının doğruluğundan kuşku duymuyor. Oysa herkesin kanıları, yargıları, kararları belirli kalıplara uygunluklarına göre bir kaç bölümde sınıflanabilse de gene de, ne kadar değişik, ne kadar çelişkili... Hiç kimse bu kanılara, kararlara, yargılara varmış olmasında çevresel koşulların, koşullanmaların, tutkuların, çıkarların, gizli açık isteklerin ne denli etkili olmuş olabileceğini düşünmeye gerek görmüyor. Spinoza'nın dediği gibi «İsteklerimizin ayırdındayız ama bu istekleri doğuran nedenlerin yeterince bilincinde değiliz.»

Kararlarımızın, yargılarımızın doğruluğuna güven duyabilmemiz için her şeyden önce bu kararlara, yargılara varmamızın örtük nedenlerini bulup ortaya çıkarmamız, zihnimizin derin çalışma düzeniyle tanışmamız gerekmez mi? Üyesi bulunduğumuz sınıfın, toplumun, bölgenin bireyleriyle başka sınıfların, toplumların, bölgelerin bireylerinden farklı düşünce ve kanıları paylaşmamız, bu gerekliliği tartışma götürmez bir açıklıkla ortaya koymuyor mu?

Zihnin en uygun koşullarda, en verimli, yaratıcı bir biçimde, nesnellikten, yansızlıktan ayrılmadan çalışmasını önleyen bütün engelleri aradan çıkarmadıkça zihnin bulanık, karmaşık, dağınık, çeşitli duygusallıkların etkisi altında bir takım gerçekdışı düşünceler üretmesini nasıl önleyebiliriz?

Zen bazı başka gizemci öğretiler gibi bir kaçış değil, yüreklilikle, gözüpeklikle yaşamın, gerçeğin göğüslenmesi, üstlenilmesi demektir; birtakım yalancı güvenceler vererek uyutmaya değil, bütün inançları güvenceleri elimizden alarak bizi uyandırmaya çalışır. Gözleme, yaşantıya dayanmayan her türlü inancın gerçeğe aramıza giren bir engel oluşturduğunu fark etmiştir; gerçeği yorumlayan, çok defa saptıran, çarpıtan zihnimizle, derin benliğimizle, iç varlığımızla, iç yapımızla tanışmadıkça gerçeğe varılamayacağının bilincindedir.

Sokrat, kendi kendimizi tanımayı önerdiği zaman, bunun nasıl yapılabileceği, nasıl buraya varılabileceği konusunda sanıyorum ki yeterince ayrıntıya girmemiş. Zen gözüyle kendi kendini tanımak, zihnin derin çalışma düzeniyle, derindeki düşüncelerin akımıyla tanışmak, düşüncelerin bağımlılığını, düşüncelerin belirli düşünce yumaklarını izlediğini görüp anlamak demektir. Ancak bu yolla düşüncelerimizde özgürlüğü kısıtlayan, düşüncelerimizi koşullayan nedenlerle tanışabilir, böylelikle de zihnimize yeni baştan özgürlüğünü kazandırma yoluna girmiş olabiliriz.

Zen Budizm öldükten sonraki yaşamımızla ilgili bir avunma değil, bir uyanma, gerçeği olduğu gibi, gerçeği gerçekliği içinde kavrayabilmek için bir eğitim, aldatılmadan, kandırılmadan, başkalarını da aldatmadan, kandırmadan gerçeğe katlanma yürekliliğini gösterebilecek kimselerin izleyebileceği bir yoldur. Gerçeğe gözlerini açmak, teypi silmek, yeniden kayıt yapabilecek duruma getirmek, yalnız onaylayan bir zihin değil, özgürce yeni çözümlere, yeni anlayışlara, duygulara, akıldışına da açık yaratıcı bir zihinle kendine ve dünyaya bakmaktır.

Toplumsal düzen kaygusu insanların özgürce düşünmelerine, iyi ya da kötü kendi özgür istençleriyle kararlara, yargılara varmalarına karşı çıkan bir eğitim sistemi geliştirmiştir. En başta insanlar için neyin iyi neyin kötü olduğuna karar veren bir Tanrı inancı olmak üzere insan, derece derece, yalnız onu yaşamında yöneten, güdümleyen yöneticilere de, inançlarına, kanılarına yön veren eğitimcilere, önderlere kamuoyu oluşturunuculara gereksinim duyacak biçimde koşullandırılmıştır. Kendisine kabul ettirilen inançlarla kendisinden neler saklanmak istendiğini görüp anlayacak, olmayacak inançların ardında kendisine yalancı ve ucuz bir güvence bulacak biçimde eğitilmiştir.

Aslında hepimiz zihnimizi bağlayan bağları çözmekten korkuyoruz. Böyle bir girişimin çekinceleri bizi ürkütüyor. Ama gene de bir kez denenmeye değer soylu bir hedef bu.

Neyin gerçek neyin yalan olduğunu anlamak için bir yol var. Zihnin derin çalışma düzeniyle, kendi iç varlığının derinliğiyle tanışıp gerçeği gerçekliği içinde görebilecek biçimde uyanıp aydınlanmak.

İşte Zen'in önerisi bu! Öyle bir anda elinizin tersiyle geri çevirilecek bir öneri de değil.

(1) Zen Budizm D. T., Suzuki'den seçme yazılar, çeviren: İlhan Güngören, 2. Basım: Yol Yayınları 1984

ALAN WATTS ve «TAOCULUK, ZEN VE BATI KÜLTÜRÜ»*

Çevirmenin kendi çevirisi için bir tanıtma yazısı yazması pek alışılmış bir uygulama değil aslında. Genellikle çevirmen söyleyecek bir sözü varsa bunu kitabın başına bir önsöz yazarak orada söyler. Ben bir önsöz yazmadım, çünkü kitabı öylesine eksiksiz, öylesine yeterli buldum ki yapacağım her hangi bir eklentinin kitaba bir şey katmamasından çekindim. Yazarın söylediklerine katabilecek ya da yazardan daha değişik bir biçimde söyleyecek bir şey gelmedi aklıma. Buna karşın tanıtma konusuna gelince seneler senesi Alan Watts'ın kitaplarıyla öylesine derinlemesine kaynaşıp içli dışlı olmuş bir kimse olarak yazabileceğim bir şeyler olacağını sanıyorum. Bunu yaparak herşeyden çok Alan Watts'a olan gönül borcumu ödemek istiyorum.

Altı denemeyi içeren «Taoculuk, Zen ve Batı Kültürü» Alan Watts'ın dilimize çevrilen ilk kitabıdır. Kitapta yer alan denemeler sırasıyla şunlar: «Beat Zen, Kurumlaşmış Zen ve Zen», «Tinsellik ve Cinsellik», «Seks Yogası (Maithuna ve Taocu Sevişme)»,

* Çağdaş dergisinde Ağustos 1986 sayısında yayımlanmıştır.

«İçgüdüler, akıl ve tedirginlik», «Zen ve Denetim Sorunu», «İşte bu O...»

«Altmışlı», «yetmişli» yıllarda Batı Kültürü dışında bir seçenek arayışı içinde olanların ve özellikle gençlik akımlarının putlaştırdığı bir ad Watts'inki. Kanımca ülkemizde ya hiç tanınmamış, ya da az tanınmış olması kültürümüz için büyük bir eksiklik... Alan Watts'ın düşüncesi sanıyorum ki İslam Tasavvufuyla ilgili olanlara Hristiyan Kültür kalıplarıyla düşünmeye alışık olanlara gözükteğü kadar yadırgatıcı gözükmeyecek belki de. Bir de şu var, bu kitaptaki denemelerin bir özelliği de kuru didaktik bir felsefe yapısı olmaktan çok dünyayı da, yaşamı da şiirsel boyutlarıyla ele alan duygulu ve duyarlı bir edebiyat yapısı olmasıdır.

Kuşkusuz her kültürün görmemize, anlamamıza, bilmemize getirdiği sınırlar vardır. Ben buna kültürlerin at gözlükleri diyorum. Bir kültürden gelipte bu kültürel sınırları aşıp at gözlüklerinin görmemizi engellediği şeyleri görüp, anlayıp dile getirebilmiş olanlar tüm tarih boyunca parmakla sayılabilecek kadar azdır. Bu gibi kimselerin yaşam öykülerini incelediğimiz zaman hemen hepsinin toplumsal kültürel modelden onları koparan başlıca etkenin o topluma yabancı değişik kültürlerin etkisi olduğunu görüyoruz. Marx ve Freud'un Yahudi olması belki de büsbütün bir raslantı değildi. Acaba onların egemen kültürün sınır çemberini kırmalarında bir kültürel çatışmanın etkisini aramak çok mu aşırıya kaçmak olur?

Alan Watts'ı öteki Batılı düşünürlerden öylesine farklı yapan özellik kuşkusuz onun Doğu ve Uzakdoğu kültürleriyle yakın ilişkisinin ona Batılı at gözlüklerini çıkarttırmış olmasından geliyor. Ama bir yandan da Doğu kültürünü Batıya tanıtan ya da aktaran öteki Batılılardan farklı olarak çıkardığı Batılı at gözlüklerinin yerine Doğulu at gözlüklerini takmamış,

bütünüyle zgr bir dşnr olmayı başarabilmiş olmasından geliyor.

Hep bildiğimiz gibi Musevi ve Yunan etkileri altında gelişmiş olan Batı düşüncesi bütünüyle ikici (dualist) bir temel üzerine oturmuştur. Yani Tanrı ve evren, ruh ve madde, zihin ve beden, akıl ve duygu — bu böyle sürer gider — birbirlerine karşıt şeyler olarak ele alınmıştır Batı kültüründe. Herşeyi böyle ikiye bölmenin hiç bir şeyi açıklamaya yetmemesi ve hem bilimsel, hem bireysel gözlemlerimize ters düşmesi bir yana bu ikici dünya görüşü insana vicdan huzursuzluğu getirmiş, mutluluğu engellemiş, ruh sağlığına zarar vermiştir. Dışımızda hatta evrenin de dışında olan bir Tanrının sürekli olarak yarđılayan bakışları altında yaşama, onun buyruklarına uyma zorunluğu insanın zgn bütünlüğünü parçalamıştır. Orwell'in ünlü «1984»nde Winston'un odasında AĞABEY'in gözlerinden saklanabileceği bir kr aı vardır. Ama herşeyi gören, herşeyi bilen ve buyruklarına uymayanları sonsuza dek cehenneminde yakmak için pusuda bekleyen Tanrı'dan kaçmanın, saklanmanın bir yolunu bulamazsınız. Ruhunun yararlarıyla bedeninin isteklerinin, duygularıyla aklının çeliştiği bir ortamda nasıl mutluluğuna uzanabilir insan? «şu geçici güvensiz dünyaya ayak uydurmayı, uyum sağlamayı, kendi evindeymiş gibi huzur içinde olmayı nasıl başarabilir?» Bu ikici yaklaşım bir ikilemi de birlikte getiriyor. Her zaman için ikici kutuplardan birini seçmek durumundasınız. Hem Tanrıyı, hem dünyayı, ikisini birden seemezsiniz. Ya ruhunu yüceltmek için etini karşına alacaksın, ya etine yenik düşüp sonsuza kadar Tanrının gazabından kendini kurtaramayacaksın; ya kendine aklını kılavuz olarak seçecek doğru yolu bulmaya abalayacaksın ya da aklının buyruklarını bir yana itip dümeni kopmuş bir gemi gibi kendini dalgaların kapisine kapıp koyuvereceksin.

Başka bir yol, bir başka çözüm daha yok mu? Niçin ikisini birden, hem Tanrıyı, hem dünyayı birlikte seçemiyeyim? Watts'a göre bunun yolu bu ikici dünya görüşü yanılığısından kendini kurtarmaktır. «Bizim şu anda ve burada yaşadığımız yaşamımızın O olduğunu ve tüm evrensel varoluşun bundan başka birşey olmadığını görüp anlamamızı olanaksızlaştıran, bizi şu her şeyi ikiye bölüp birbirinden kopartmaya iten düşünme ve konuşma alışkanlıklarından kendimizi kurtarmaktır.»

Watts kitaba yazdığı önsözde kitapta bir araya getirilmiş denemelerin hepsinin «Maneviyatçı gizemci yaşantıyla hergünkü maddeci yaşamımız arasındaki ilişkiyi konu aldığını yazdıktan sonra, sözlerini şöyle sürdürüyor: «Maneviyatçı ve gizemci sözcükleri insanın aklına hemen çok yüksek, dinsel yüceliklerle dolu olan şeyleri bizim hergünkü yaşamımızdaki uğraşlarımızın karşıtı olan şeyleri getiriyor. Burada okuyacağınız denemelerin asıl amacı bu karşıtlığın aslı olmayan boş lakırdılardan, safsatalardan başka birşey olmadığını, manevi olanın maddesel olandan koparılamayacağını olağanla olağanüstü arasında bir ayırım yapılamayacağını göstermektir.»

Watts'ın çizdiği portresinde insan, organizma-çevre ilişkisinden başka bir şey değildir. Doğa diye karşısına aldığı doğal çevreyse varlığının en değerli, en önemli parçasıdır. Dünya rasgele bir araya getirilmiş birbirinden kopuk varlıklardan oluşmuyor, birbirini tamamlayan, birbirini bütünleyen ilişki ağı içinde bir akış ve değişim süreci içinde varlığa dönüşüyor.

Bu ikici düşünce alışkanlığı ister istemez cinsellik konusuna da yansıyor. Cinsellik insanın bütünlüğünden koparılmış varlığının ayrı bir bölümü olarak ele alınmıştır Batı kültüründe. Oysa «cinsel yaşantının tüm görkemi bize genel olarak tüm dünyaya yepyeni bir ilgi ve dikkatle bakma olanağını kazandır-

masındadır.», «Sevişmenin yüreğimize verdiği sıcak duygu yataktan iş yaşamımıza, tüm konuşmalarımıza yansımalıdır.» diyor Watts. Aşk bedensel aşk ve ruhsal aşk diye ikiye bölmekse Batıya özgü bir başka yanılgıdır Watts'ın gözünde.

Felsefesini en iyisi Watts'ın ağzından şöyle özetleyeyim: «Birtakım amaçlar peşinde koşuşan insan-cıkları içinde barındıran şu uçsuz bucaksız evrenin... bizim anladığımız anlamda bir amacı da var dene-
mez. Doğa bir amaç peşinde koşmaktan daha çok gönül eğlendirmeyi oyun oynamayı yeğliyor... hem çevremizde, hem organizmamızda istencimizin dışında olup biten süreçler... sanatsal etkinliklere benzemektedir. Özellikle de dansı ve müziği anımsatıyorlar. Gelecekle ilgili bir hedef gütmeyen, dur durak bilmeden bir biçimden ötekine, bir uyumdan bir başkasına değişip duruyorlar.»

Öyle sanıyorum ki düşünce ve edebiyat dünyamıza yepyeni bir soluk getiriyor Alan Watts.

T'AI CHİ CH'UAN HAREKETLE MEDİTASYON*

T'ai Chi Ch'uan Batıda olduğu gibi Uzakdağuda da yeni bir olay. Beş bin yıllık Taocu kültür ve felsefenin ürünü olmasına rağmen yüzyılımıza ancak Kuzey Çin'de bilinen bir gizli öğreti, bir savaş ve dövüş sanatı olarak gelmiş. Çin'de yaygınlaşması 1937-38 yıllarında Japonların Çin'i istila girişiminden sonra... Ama asıl kitlelere mal olması Çin devriminden, Batı ülkelerinde tanınmasıysa 1970'lerden sonra olmuş. Günümüzde Çin'de ve dünyanın başka ülkelerinde T'ai Chi Ch'uan yapanların sayısının yüz milyonu bulmuş ya da aşmış olduğu hesaplanmaktadır. Günümüzde Çin kentlerinde sokaklarda, meydanlarda T'ai Chi yapan kalabalıklar adeta Çin'in simgesi durumuna gelmiştir.

Bu hızla büyüyen ilginin bir açıklaması olması gerekli elbette. T'ai Chi Ch'uan bugün bir savaş ve dövüş sanatı olmasından çok daha önce bir beden, zihin ve ruh sağlığı egzersizi olarak ilgi görmektedir. T'ai Chi Ch'uan son derece yavaş, yumuşak ve zorlamasız hareketlerin kesiksiz bir art ardalıkla birbirlerini izlemesinden oluşur. Genellikle sağlık egzersiz-

* Çerçeve'nin Haziran 1987 sayısında yayımlanmıştır.

lerinin, sporların yararlılığının zorluk derecesiyle orantılı olduğunu sanırız. Egzersizlerin kasları iyice çalıştırması, kalp atışlarını iyice hızlandırması, egzersizleri yaparken insanın kan ter içinde kalması yararlılığın ölçüsü olarak alınır. Onun için böylesine yavaş, zorlamasız ve yumuşak hareketlerin nasıl olup da bir sağlık mucizesi yaratabileceğine inanmakta pek çok kimse güçlük çekebilir. Yalnız şu var, bu hareketlerin amacı kasları geliştirmek, güçlü adalelere, pazulara sahip olmak değildir. Amaç tam bir gevşemedir. Tüm kasların tüm iç organların gevşemesini sağlamak gerek bedende gerek zihinde olabildiğince bir rahatlamışlık, bir dinlenmişlik duygusu yaratmaktır. Hepimiz biliyoruz, gerginlikler, gerilimler hem bedenimizi hem zihnimizi ve ruhsal etkinliklerimizi olumsuz yönde etkileyen sağlıklı koşullara ortam hazırlamaktadır. Gene bildiğimiz bir şey daha var, sürekli gergin yaşadığımız.

Her yaptığımız hareket bir bölüm kaslarımızın gerilmesini gerektiriyor. Örneğin kolumuzu kaldırdığımız zaman bir bölüm kaslarımızı germiş oluyoruz. İndirdiğimiz zaman kolumuzu kaldırırken kasmış olduğumuz kaslarımızın gevşetilmiş olması gerekli. Ama hiçbir zaman kasmış olduğumuz kaslarımızı tam olarak gevşetmesini bilemiyoruz. Gerginliklerden bir bölümü arta kalıyor ve artık gerginlikler birike rek yorgunluğa dönüşüyor. 10-15 kez kolunuzu kaldırıp indirdiğinizi varsayın. Kollarınızda yorgunluk hissedeceğiniz kesin. Bunun nedeniyse kaslarımızı gevşetmeyi bilemememiz, becerememiz.

Ama en sağlıklı gerginlikler burada sözünü ettiğim kas gerginlikleri değildir. Bunlar, korku, kaygı, tedirginlik, kızgınlık, heyecan gibi durumların bedenimizdeki yansılarını olan çok daha derin gerginliklerdir. Bu tür gerginlikler yaşamsal faaliyetlerimizde bozukluklara yol açarlar, başta kalp, ülser gibi has-

talıklar olmak üzere çeşitli hastalıklara neden olurlar.

İnsanın, özellikle çağdaş insanın başlıca sorunu gerginlik ve kendisini nasıl gevşeteceğini bilememesi. Belki de kendisini gevşetmesini bilemeyen tek yaratık insan. Hepimiz biliyoruz, hayvanlar kendilerini gevşetmek için uzun uzun geriniyorlar, saatler boyu hiç kıılmıdamadan oturuyorlar. Meditasyon ya da zazen yaptıklarını sanırsınız. Gerçekten de yaptıkları şey meditasyondur. Hatta bu söylediklerim birçok ulusların köylüleri için de geçerlidir. Oysa çağdaş yaşamın temposuna kendilerini kaptırmış olan insanlar giderek artan bir gerginliğin tuzakına düşmüşlerdir.

Örneğin kedilerin uzun zaman kıılmıdamadan oturduklarını, ama hiçbir zaman uyuşukluk içine düşmeden hep tetikte olduklarını gözlemiş olmalısınız. Öyle uyur gibi dururlar, ama en ufak tıkırtıya kulak kabartırlar. Bir sıçan tıkırtısı duyar duymaz o sakın duruşlarından bir kaplan gibi atlamaya hazır duruma geçerler. Ya da kurbağalar sakın sakın otururken birden suya atlamalarına gölgenizin üstlerine düşmesi yeter de artar bile.

T'ai Chi'nin bize sağlayacağı gevşeme işte bu tür bir gevşemedir. Uykulu, bulanık bir laçkalık, miskinlik durumu değildir. Gerginliklerin giderilmiş olmasından kaynaklanan tüm yaşamsal faaliyetlerin en iyi, en uygun koşullarda yürümesinin yarattığı bir dinlenmişlik, bir esenlik bir iç barış durumudur, en ince ayarda akort edilmiş bir kemanınkine örnekleyebileceğimiz bir alıcılık, bir uyanıklık durumudur. Zihin durulup dinginleşince gözler daha iyi görmeye, kulaklar daha iyi işitmeye başlar. Parazit düşünceler gidince zihin berraklaşır, daha yapıcı, daha yaratıcı düşünceler gelir zihne. Salgı bezleri sağlık için yararlı salgılar yapar, tükürük bile ağzımızın içinde tathılşır. Kan dolaşımı düzelir, nefes daha derin, daha rahat bir ritme oturur.

T'ai Chi Ch'uan'ın bir başka yararı insana olağanüstü bir iç duyarlık kazandırmasıdır. Kuşkusuz bu iç duyarlık bilinci büyütür, insana bir bütünlük duygusu verir, bir yandan da gevşemeye yardımcı olur. Aslında gevşeme ve iç duyarlık ya aynı şeydir ya da birbirlerini tamamlayan şeylerdir. İç duyarlık gevşemenin anahtarıdır da diyebiliriz belki. Bu duyarlık olmadan kendimizi nasıl gevşeteceğimizi bilemeyecek, yaptığımız hareketlerin hızını ve dozunu ayarlayamayacağız.

Ama asıl iç duyarlığın cinsel yaşantıya yaptığı katkı T'ai Chi'nin bir başka mucizesidir. Bu bedensel iç duyarlık yalnız deriyle de sınırlı kalmıyor, en iç, en derin organlar bile bu duyarlıktan payını alıyor. O zaman da cinsel uyarılara, cinsel hazlara karşı duyarlık birçok kez katlanmış oluyor. Cinsel yaşamda doruklara çıkamamamızın hep ortanın biraz altında, biraz üstünde bir yerlerde dolaşmaktan fazlasını yapamamamızın başlıca nedeni kendimizi gerginliklerden, tedirginliklerden, kaygılardan, kuşkulardan kurtaramamamızdan, kişilik savaşını yatakta da sürdürme çabasında olmamızdan kaynaklanmıyor mu? Hatta bu yüzden çok kimse yatağa girmeden önce alkol ya da uyuşturucu maddeler kullanarak gerginliklerini yok etmeye çalışırlar. Oysa alkol ya da uyuşturucu maddelerin gevşemeden beklenen uyanıklık, zindelik ve en uygun sağlık koşullarını sağlamakta yetersiz kalacakları konusunda bilmem fazla söz söylemeye gerek var mı?

T'ai Chi Ch'uan hareketlerinin bir başka yararı gövdemizin tüm oynak yerlerini, tüm eklemleri çalıştırmasıdır. Eklemlerin, oynak yerlerinin esnekliğinin korunması kuşkusuz sağlıklı olmanın genç kalmanın ön koşuludur. «Taocu Sevişme ve Seks» yazarı Jolan Chang'ın dediği gibi «pek çok kimse yaşı olduklarını eklemlerini oynatmakta çektikleri güçlükle hissetmekte ve çevrelerine de belli etmektedir. Eklemler

bir kez eğilmez bükülmez duruma gelince insan bedenini doğru dürüst kullanamaz. Bunun sonucunda da sağlık giderek bozulur.■

Çin devriminden sonra Çin'de çağdaş tıp bilimiyle beş bin yıllık geleneksel Çin hekimliğinin uzlaştırılması ve geleneksel Çin hekimliğinin bulgularının çağdaş bilimin eleğinden geçirilerek doğrulanması bir devlet politikası olarak benimsenmişti. T'ai Chi Ch'uan da 1950'lerden sonra bilimsel araştırmaların konusu oldu. Sonuçta sağlıklı kalmaya yaptığı katkının yanında yüksek tansiyon, damar sertliği, eller ve bacaklarda dolaşım bozukluğundan kaynaklanan uyuşmalar, süregen baş ağrıları ve baş dönmeleri, sürekli uykusuzluk, artirit, romatizma gibi bozuklukların tedavisinde başarıyla kullanılabileceği ispatlandı.

T'ai Chi Ch'uan'ın kısa zamanda yüz milyon yandaş toplamasının birkaç nedeni işte bunlar. Yediden yetmişe herkesin kolaylıkla uygulayabileceği, beden, zihin ve ruhun tam bir birliktelik içinde, en sağlıklı koşullarda uyumlu ve düzenli çalışmasını sağlayacak bu yavaş, zorlamasız, yumuşak hareketlere günde bir on dakikacık ayırmanız yetecektir.

YAŞAMA SANATI*

«Böyle bir sanat mı var?» Çok kimseyi yaşama sanatının varlığına inandırmak bir hayli güç olacak. Nedir bu yaşama sanatı? Nasıl tanımını yapabiliriz bu sanatın? Yaşamın her anının tadını çıkararak doya doya, dolu dolu yaşamak diyecek olsam; ya da Nazımın dizelerinde dile getirildiği gibi,

«Anlayarak bir usta kitap gibi,

«Bir sevda şarkısı gibi duyup,

«Bir çocuk gibi şaşarak yaşamak» desem; insanın içinin kıvançla, huzurla dolup taşmasını sağlayan bir ruhsal durumu geliştirmek, ya da insanın gözlerinin kulaklarının ve yüreğinin tüm güzelliklere açık tutulmasını öğreten bir eğitim; yaşamdan olabildiğince zevk almayı öğrenmek diyecek olsam ve bunlara daha bir çok şey eklesem içinizden pek çok kimse haklı olarak bu tür ruhsal durumların kalıcı olamayan anlık yaşantılar olduğunu söyleyecekler. Ben gene de yaşama sanatı öğrenilirse bu anlık yaşantıların sıklaştırılabileceğini, hatta kalıcı olamasalar bile uzun süreli olabileceklerini savunuyorum. Belki gene bir çoklarınız yaşadığımız koşullar ve toplumsal ortamda yukarda saydığımız şeylerin gerçekleştirilmesi olanak dışı hayal ve kurgular olduğunu söyleyecekler.

* Bir dernekte yapılan konuşma.

Bir başkaları da yeterince param, gücüm ve ünüm ol-
sa, bir de beni şu dört yandan çevreleyen sorunlar
olmasa ben nasıl yaşanacağını size göstererek öğre-
tecektim diyecekler. Para, güç ve ün yarı çaba, yarı
talihle elde edilebilecek şeyler. Bunlara sahip olan
çok kimse var bu dünyada. Ama şu sorunlardan kur-
tulmak nasıl bir şey? Yeterince parası, gücü ve ünü
olan ne çok kimse mutsuzluk, huzursuzluk içinde kıv-
ranıyor. Demek ki sorunlardan kurtulmaya bunlar
yetmiyor.

Yaşama sanatı elden geldiğince, olabildiği kada-
rıyla huzurlu ve mutlu bir yaşamı gerçekleştirmenin
yolunu yordamını bulmamıza yardımcı olan bir ruh-
sal tutumun geliştirilmesidir dediğim zaman bu fazla
iddialı olmayan tanımda az ya da çok bir uzlaşmaya
varabileceğimizi sanıyorum. Ama gene şu soru orta-
da kalıyor. «İyi de, yaşam koşulları huzurlu, uyumlu
ve mutlu bir yaşama elvermediği zaman, o zaman ne
olacak? O zaman bu sanat bize nasıl bir yol göstere-
bilecek?»

Eğer gerçekten yaşama sanatını biliyorsanız her
durumda, her koşulda huzurlu ve dingin olmayı ba-
şarabilirsiniz. Ama bunu nasıl yapabileceksiniz?

Bildiğiniz gibi her sanatta beceri kazanmak us-
talaşmak sürekli ve dirençli bir çabayı gerektirir. Sa-
natlarda yetenek gerekliyse de yeterli değildir. İyi
bir dansçı, iyi bir piyanist ya da kemancı olmak için
düzenli ve direşken bir çalışmaya gerek vardır. Sa-
natçı bıkmadan usanmadan sebatla çalışmalarını sür-
dürmelidir. Yaşama sanatı için de durum bundan pek
farklı değildir. Yedi notayı öğrenmekle insan ne ka-
dar müzisyen olabilirse, «Kendine dert etme» ya da
«Üzüntüyü bırak, yaşamaya bak.» türünden vecize-
lerle ancak o kadar yaşama sanatçısı olabilir. Ben
gerçekten ve yürekten üzüntüyü bırakmak, kendime
dert etmemek istiyorum da üzüntüler, dertler benim
yakamı bırakmıyor.

Eğer bir yaşam sanatçısı olacaksanız bu sanatta kendinizi eğitmek, becerinizi artırmak için sürekli ve sebatlı bir çaba içinde olmanıza ve buna bir zaman ayırmanıza gerek olduğuna inanmalısınız. Kesinlikle bu sanatı öğrenmek ve bu sanatta yol almak için günlük yaşamınızdan bir zaman ayırmak zorundasınız.

Her sanatın *enfant prodige*'leri vardır. Dahi çocuk müzisyenler, dahi çocuk ressamalar, dahi çocuk sahne ve perde sanatçıları vardır. Yaşama sanatına gelince bütün çocuklar bu sanatta birer *enfant prodige*, birer dahi sanatçıdır, bütün çocuklar bu sanatın ustalarıdır. Sonra biz çocuktaki bu sanatçıyı eğitimle öldürürüz. Çocuğun kafasına paralı, güçlü ve ünlü olmak, toplumun onayını, saygısını kazanmak isteğini kışkırtan tohumlar ekeriz. Tohumlar filiz verip büyüdükçe çocuğun içindeki yaşam sanatçısı yitip gider. Ancak çocuklardan pek azı bu doğal yeteneklerinden birşeyler korumayı başarabilirler, çok küçük bir azınlık bunlar. Azınlık oldukları, bizlere benzedikleri için onları horlayıp aşağılarız. Onlar için bir yığın küçültücü söz bulup söyleriz. «Bir türlü büyümeyecek bu adam ya da kadın.» deriz. «Hiç birşeyi ciddiye almıyor, yaşamı şaka sanıyor.» deriz, «Yalnız keyfini düşünüyor, bu adam ya da kadın sorumluluk taşıyamaz, hiç mi hiç ambisyonu yok.» deriz. Daha bin türlü lakırdı buluruz onları küçültmek için. Bir yandan da bu tür kimseleri gizli gizli kıskanmaktan da geri durmayız.

Burada aklıma bir soru geliyor. Biz gerçekten yaşama sanatını öğrenmek, gerçekten bir yaşam sanatçısı olmak istiyor muyuz? Sanıyorum yanıt hem istiyoruz, hem istemiyoruz olacak. Yaşamı doya doya, sonuna kadar tadını çıkararak, keyfine vararak, dolu dolu yaşamak filan gibi lakırdılar edildiği zaman ağzımızın suyu akıyor ama böyle bir amacı gerçekleştirmek için parmağımızı bile oynatmak, eski alışkanlıklarımızdan hiçbirini değiştirmek istemiyoruz.

Sanırım mutluluk ve huzur içinde geçirilecek bir yaşama hayır diyecek akıllı başında bir insan çıkmaz. Ama ya böyle bir yaşama inanmanın bir ham hayal olduğunu sanıyoruz ya da böyle bir arayışın mutluluğumuzdan daha fazla değer verdiğimiz saygınlığı-mıza gölge düşüreceğinden, sorumluluklarımızla bağdaşmayacağından korkuyoruz ama hepsinden daha çok mutluluğa ulaşmak için paralı, güçlü ve ünlü olmaya gerek olduğuna inanıyoruz. Hatta bununla da bitmiyor, sevilmemizin de gerekliliğine, dahası da var sevdiğimiz kimsenin bizi sevmesinin gerektiğine de inanıyoruz. Bunları gerçekleştirmek için huzurumuzu kaçıran, keyfimizi bozan, bizi çeşitli gerilimlere gerginliklere iten ölesiye bir savaş veriyoruz. Bu hedeflere ulaştığımız zaman da umduğumuz, beklentisi içinde olduğumuz huzur ve mutlulukla aramızdaki uzaklığı azaltmış olmuyoruz. Parayı, gücü, saygınlığı ve ünü, hatta sevdiğimizi elde ettiğimiz zaman da bunları elde tutmak, elden kaçırmamak için gene bizi gerginliklere iten öncekinden pek farklı olmayan üzüntülü ve dertli bir savaş vermeyi sürdürüyoruz.

Bunda kesinlikle bir yanlışlık olmalı. Ya biz huzur ve mutluluğun peşinde değiliz, ya da huzura ve mutluluğa götüren yol bu değil. Sanıyorum doğru yanıt ikisinin arasında yalpalayıp durduğumuz. Hem onları, hem bunları ikisini birden istiyoruz. Hepsini birden istemekte de haksız sayılmayız. Ama birileri ötekilerini dışlıyorsa o zaman ne yapmalı? Mutluluğu huzuru bulacağım diye paranın, gücün, ünün peşinden giderek mutsuzluğun, huzursuzluğun batağına saplanmaktan, bir kısır döngünün içinde dönüp durmaktan nasıl kurtarabileceğiz kendimizi. Bir orta yol bir uzlaşma noktası var mı bu konuda?

Gücü, ünü, saygınlığı bir yana atıp yalnız keyfine bakmanın, yalnız zevk ve haz veren şeylerin ardından gitmenin de pek büyük bir yararı olmuyor, böyle yaparak da kısır döngünün dışına çıkamıyo-

ruz. «İç bade güzel sev» ama bu tutum da insanı sorunlardan kurtaramıyor. «Dünya var imiş ya ki yok imiş ne umurum» diyemedikçe şarap içip güzel sevmenin bir yararı olamıyor. Şarabın azının bile organizma üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini hepimiz biliyoruz. Hele dozu kaçınca bundan yalnız bedensel sağlığımız değil ruhsal sağlığımız da zarar görecektir. Güzel sevmenin de getireceği şeyler çoklukla üzüntüler, düş ve gönül kırıklıklarıdır. Şimdilerde buna bir de AİDS riski de eklenmiş bulunuyor. Yaşamın zevkli yanını isteyip acılı ıstıraplı yanından kaçmak mümkün değil. Zevkli şeylerin keyfini çıkarabilmek acı veren ıstıraplı şeyleri göğüslemeden olamıyor. Bunu gerçekleştiremedikçe şu anda önümüzde durup duran haz ve zevke dönüştürebileğimiz fırsatları ve imkânları kullanıp değerlendirmeyi beceremeyeceğiz. Kafamızdaki kaygıları kuşkuları atamadıkça bize zevk vereceğini düşündüğümüz, umduğumuz şeyler beklentilerimize karşılık veremeyecekler.

Bir ilkyaz günündeyiz bugün. Rüzgârlı bir ilkyaz günü, mavi gökte kurşun rengi parça bulutlar, yüzünüzü yanaklarınızı yalayan serin rüzgâr, rüzgârda salınan yeni yapraklanmış ağaçlar, havada yelkovanlar çizen kuşlar... Bunları görüp izleyip yaşamak ne kadar olağanüstü güzel birşey. Ama bugün kafanızda bin bir sorun vardı, bin bir türlü işiniz arasındayken bu tür ayrıntılarla kaybedecek zamanınız yoktu. Bu kadar iş, bu kadar sorun varken zamanınızı bunlarla harcayamazdınız. Herşeyin bir zamanı var. Hele şu işleri, sorunları bir yoluna koyalım ondan sonra bulutlara, kuşlara da bakacak zamanımız olacak elbet. Olacak mı? Ben olacağından kuşku duyuyorum. Çünkü bizimki sorunların çözümüne ertelenmiş bir yaşam. Biz yaşamayı hep sorunların çözümüne, ardı arkası gelmeyecek sorunların çözümüne erteledik. Önce yaşamaya başlamak için okulun bitmesini bekledik, sonra bir iş güç sahibi, çoluk çocuk sahibi ol-

mayı bekledik. Sonra işimizde yol almayı, çoluk çocuğun büyümesini bekledik. Şimdi de emekliliğimize erteliyoruz yaşamı. Bir süre daha geçince bu dünyadan umut kesip beklentilerimizi öldükten sonrasına, öteki dünyaya yönelteceğiz. Bizimki yaşanmadan geçip giden ertelenmiş bir yaşam.

Sorunlarımız olmasa mutsuz huzursuz olmayacaktık. Öyle değil mi? Bunun böyle olmadığını hepimiz biliyoruz. Sorunumuz yoksa gene sorunumuz var demektir. Çünkü ot gibi yaşıyoruz demektir. Yaşamımızda ne yüreğimizi çarptıracak bir heyecan, ne gözlerimizi yaşartacak bir coşku var demektir. Yaşamın ellerimizin avuçlarımızın arasından akıp gitmesine seyirci kalıyoruz demektir

Geç kalmadan kararınızı verin gerçekten ve yürekten yaşama sanatını öğrenmek istiyor musunuz? Kendinizi yeni baştan eğitip içindeki sanatçıyı gerçekten yüzeye çıkartmak istiyor musunuz? Bu konuda bir kaç yazı okumanın, konuşmalar dinlemenin, ya da basmakalıp bir kaç öğüdün pek fazla bir yararı olamayacağını biliyorsunuz kuşkusuz. Peki ne yapmalı? Yaşınız kırkı aşmışsa kemen çalmasını öğrenemezsiniz. Ama gerçekten öğrenmek istiyorsanız yaşama sanatını öğrenmekte bir yaş sınırı yoktur. Bir kere öğrenmeye karar vererseniz elbet arayıp tarayıp bir yol bulacaksınız kendinize. Bilmem bende bu sanatın bir öğrencisi olarak size bir ipucu verebilir miyiz? Bu konuda yazılmış ve söylenmiş pek çok şey olması tek bir doğru yol olmadığını gösteriyor. Herkes yapısına, mizacına uyan yolu kendi bulmalıdır. Benim burada yapmak istediğim çeşitli yollar arasındaki ortak doğruyu ortaya çıkartmaktan daha fazla birşey değil.

En başta söyleyebileceğim şey şu: Bu konuda verilen öğütlerin, söylenen güzel sözlerin hiç mi hiç yararı olmadığıdır. «Ayağını sıcak tut, başını serin, gönlünü ferah tut, düşünme derin.» Bütününü bu öneri-

lere katılıyorum. Tek sorun ayağımı sıcak, başımı serin tutmanın yolunu biliyorum da gönlümü ferah tutmanın, kafamı üzüntülerden, kaygılardan, kuşkulardan, kuruntulardan, parazit düşüncelerden uzak tutmanın yolunu bilemiyorum. Üzüntülerden, kaygılardan, kuşkulardan zihnimizi kurtarmak, istemekle, irademizi kullanarak olabilecek birşey değil. İrademizi kullanarak düşünceleri kafamızdan kovamayız. Ol-
sa olsa onları daha büyük bir güçle, daha büyük bir basınçla beklenmedik bir anda yüzeye çıkabilecek biçimde bastırabiliriz.

Bizim bir olay, bir sorun karşısındaki tepkimizi belirleyen bu konuda önceden verdiğimiz kararlar ya da duyduğumuz ve benimsediğimiz öğütlere uyumlu davranmak istediğimiz değil, o anda sinir sisteminizin içinde bulunduğu durumdur. Sinirlerimizin gergin olmadığı bir ortamda bir olay ya da soruna tepkimizle aynı olay ya da soruna sinirlerimizin art arda gelen tatsız olaylarla son derece gergin olduğu zamanki tepkimizin çok farklı olabildiğini kendi yaşamımızdaki örneklerle iyice biliyoruz. Hatta bu durumu dile getirmek için sık sık bardağı taşıran son damla deyimini kullanırız.

Sözü daha fazla uzatmadan hemen söyleyeyim: Yaşama sanatında en başta gelen ilke sinir sistemindeki gerilimleri gerginlikleri gidermek, sinir sisteminin gevşek tutmanın yolunu öğrenmektir. Gergin sinirler, ve gergin sinirlerin neden olduğu gerilim içinde bir ruhsal durum yaşama sanatçısının kesinlikle kendisini kurtarması gereken şeylerdir.

Yaşama sanatını öğrenmek, bu sanatta ustalaşıp beceri kazanmak için bir zaman ayırmak zorundasınız dediğim zaman anlatmak istediğim şey buydu. Sinir sisteminizi rahatlatmak, sinir sisteminizi eğitmek, sinir sistemindeki gerginlikleri, gerilimleri gidermek için her gün buna bir zaman ayırmalısınız.

Bir süre sabah, bir süre akşam sinir sistemini gevşetme egzersizleri yapmalısınız.

Benim bu konuda bildiğim ve önerdiğim Zen meditasyonu da diyebileceğimiz «zazen» ya da hareketli meditasyon diye de adlandırabileceğimiz «T'ai Chi Ch'uan»dır. Belki bunlar kadar etkili ya da etkisi bunlarinkine yakın başka yöntemler de vardır. Ben bilemiyorum. Asıl sorun bu değil. Gerçekten yaşama sanatını öğrenmeye karar verdiniz mi? Sorun bu. Eğer karar verdinizse ve buna bir zaman ayırmadan bir yere varamayacağınızı, hiçbir becerinin emek ve alın-teri olmadan elde edilemeyeceğini biliyorsanız kesinlikle bu sanatta az ya da çok yol alacaksınız demektir.

Üçüncü Bölüm

BAŞKA BİR GÖZLE TARİH VE TOPLUM

İPEK YOLU VE MARCO POLO*

İpek Yolu'nun öyküsü Büyük İskender'in Hindistan seferiyle başlıyor. İskender sonraları Horasan adını almış olan kuzeyi Amuderya (Ceyhun) ırmağıyla güneyi Hindukuş dağlarıyla çevrelenmiş Baktriya Satraplığına gelince, anayurdu Makedonya'ya benzettiği bu güzel bitek ovada uzun ve yıpratıcı bir seferin yorgunluğunu dinlendirecek bir ülke bulmuş oldu. İki yıl boyunca burada konakladı, Roksan'la burada evlendi. İ.Ö. 327 yılında Hindistan'ı istila girişiminde bulunduyorsa da İndus bölgesinden daha ötelere gidemedi, sonunda Hindistan seferi bozgun ve düş kırıklığıyla bitti. İskender'in imparatorluğu paylaşıldığı zaman Baktriya ve Sogdian (bugünkü Batı Türkeli Maveräünnehir) İmparatorluğun Asya bölümüne el koymuş olan Seleukos'larda kalmıştı. Seleukos'un oğlu Antiokhos zamanında Doğu İran'da daha birçok Yunan kolonisi kuruldu.

İÖ 255 yılında Baktriya'yı tarih sahnesinde bağımsız bir Yunan İmparatorluğu olarak görüyoruz. Baktriya Satrapı Diototus'un Soğdian'ı da ele geçirdikten sonra kurduğu ve sonraları sınırlarını Hindis-

* Cumhuriyet Gazetesi eki, Siyaset 85'te yayımlanmıştır.

tan'ın Pencap bölgesini de içine alacak kadar genişletmiş olan bu devlet kısa ömürlü olmuşsa da Doğu uygarlığı üzerinde yapmış olduğu etki ve Doğu uygarlığından Batıya bir kapı açmış olması bakımından kültür tarihinin en önemli dönemeçlerinden biri olarak değerlendirilmelidir.

Baktriya'da Helenizm ve Budizm karşılaşmış bütünleştiler. Bu bütünleşmenin ürünü adını Gandhara kentinden alan sanat akımı oldu. Böylelikle Yunan sanatı Hindistan'da bu akımın ardından gelen Kuşan ve Gupta sanat akımlarını doğrudan ve açıkça etkilemekle kalmadı, bir yandan da ipek yolundan Çin ve Japonya'ya kadar ulaşmış bu ulusların sanatları üzerinde kalıcı etkiler yaptı. Gene Baktriya'da Yunanlı, Romalı, Hristiyan, Zerdüş ve Şaman etkiler altında kalan Budizm büyük bir değişim geçirdi ve bu değişimin sonucunda Mahayana (Büyük Taşıt) adı verilen mezhep doğdu. Ama kuşkusuz bunlardan çok daha önemlisi Baktriya'nın hemen hemen 15 yüzyıl boyu sürecek Doğuyla Batı arasındaki bir kültür alışverişini ve kültür benzeşmesini olanaklandıracak olan İpek Yolu diye bilinen ticaret yolunun açılması ve sürekliliğindeki katkısıdır.

Diodotus'un Baktriya'da kurduğu Yunan İmparatorluğu'nun egemenliğine İÖ 140 yılında Mete Han'ın (Mao tun) yurtlarını bırakıp göç etmeye zorladığı Yüe-çi'ler son verdiler. Bu Yunan imparatorluğu Pencap bölgesinde bir süre daha varlığını sürdürdü. Ancak Yüe-çi'lerin kurduğu Kuşan İmparatorluğunun sınırlarını Hindistan'ın içlerine doğru genişletmesi sonucu İÖ 99 yılında tarih sahnesinden bütünüyle silindi. Ancak bundan ne Budizm, ne de Yunan kültürü etkilendi. Yüe-çi'lerin kurduğu Kuşan imparatorluğunda Budizm de, Yunan Kültürü de daha da gelişerek varlıklarını sürdürdüler. Kuşan imparatorlarından İS II yy.da yaşamış olan İmparator Kanişka'nın Budist yazınında hemen hemen ünlü Budist İmparator

Aşoka kadar önemli bir yeri vardır. Kuşanlardan sonra bu bölgede egemenlik kurmuş Sasaniler, Akhunlar (Eftalitler) ve Göktürkler zamanlarında da bu durum değişmedi. İS VI ve VII yy.larda bile Kâbil vâdisinde çok sayıda Budist tapınaklar ve stupalar inşa edildiği biliniyor. Horasan'ın Araplar tarafından istila edildiği VII yy.dan sonra da Yunan kültürü ve Budizm şu şekilde ya da bu şekilde varlıklarını sürdürdüler. Gerçi Araplar Horasan'ı alınca Budacı tapınakları yakıp yıktılar ama anlaşıldığına göre Budacı keşişlerinden bir kısmı İslâmiyeti kabul ettiler ve Yunan kültürünün de, Budacı felsefenin de islâmiyete aktarılmasında etkin bir rol oynadılar. Buna canlı bir örnek olarak halifelere kuşaklar boyu vezirlik yapmış Bermek soyunu gösterebiliriz. İlk Bermek önceleri Belh'te Budacı Nevbahar tapınağının keşişlerinden olan bir bilgindi. Harun-ür-Reşid'in veziri Bermek soyundan Cafer ibni Yahya'ysa Yunan yapıtlarının Arapçaya çevirilerini yapmıştı.

Kuşan imparatorluğunu kuran Yüe-çi'lerin Çin sınırlarından, Orta Asyanın Doğu bölgelerinden gelmiş olmaları ve Baktria'nın da, Sogdian'ın da Akdeniz uygarlığıyla hem ticaret, hem kültür bağlarını sürdürmüş olması Çin'i Roma'ya bağlayacak olan İpek Yolu'nun açılması için uygun bir ortam hazırlamış oldu.

İpek Yolu'nun açılmasıyla sonuçlanan olaylar Çinlilerin Hsiung Nu adını verdikleri Hunlarla savaşta kullanmaya elverişli atlar bulup satın almak umu-
duyla Kuşan imparatorluğunun egemenliğinde olan Maverâ-ün-nehir yöresine elçi göndermeleriyle başladı. Çinli atlı savaşçıların donanımlarının ve silahlarının Hunlarınkinden daha ağır olması yüzünden Hunların kullandığı ve o bölgelerde yetişen atlardan daha cüsseli atlara gereksinimleri vardı. Bir de şu var, Hunlarla savaşırken bir yandan da Hunlardan at satın almaları olanaksızdı. İşte bu arayış Çinlileri

Mavera-ün-nehir'e varana kadar Batıya götürdü. Çinliler ilk kez orada kendi uygarlıklarıyla kıyaslayabilecekleri bir uygarlıkla karşılaşmış oldular.

Kuşan'lar önce atlarını satmaya yanaşmadılar. Ama Çin tarihinin pek seyrek istilacı atılımlarından biri olan Han soyu döneminde birkaç başarısız girişimden sonra Çinliler Kuşan imparatorluğundan Çin'e kadar olan alanı egemenlikleri altında tutmayı ve Kuşanlı'ları zor gücüyle atlarını satmaya ikna etmeyi başardılar (İS 73). Böylelikle Çin'den Roma'ya ticaret kervanlarının gidiş gelişine bir engel kalmamış, ünlü İpek Yolu açılmış oldu.

Artık Çin İpeklileri Roma'ya kadar yolunu bulmuş Romalı güzellere giysi olmuştu Latin şairi Vin-cel şiirlerinde o harikulade Çin ipeklilerinden söz ediyordu. Roma İmparatoru Marcus Aurelius İpek Yolu'ndan Çin'e bir elçi gönderdi (İS 166. (1)

Çinliler İpek Yolu'nun Orta Asya bölümünün denetimini uzun süre ellerinde tutamadılar. O tarihlerden sonra İpek Yolu Orta Asya siyasetinin başlıca devitken gücü oldu. Her türlü siyasal olayın ardındaki saklı ya da açık güdü İpek Yolu'nun denetimini ele geçirmekte.

Baktriya'ya gelince Kuşan'lardan sonra bir süre Sasanî'lerin egemenliği altında kaldıktan sonra V ve VI yy.larda Akhunlar'ın (Eftalitler) egemenliği altına girdi. Akhunlar Çin Türkeli'nden İran'a kadar uzanan sonraları Hindistan'ın Pencap bölgesini de içine alan bir Türk devleti kurdular ve böylelikle İpek Yolu'nun ticaretini de ellerine geçirdiler.

Göktürk İmparatorluğu kurulduktan kısa bir süre sonra Sasanilerle birleşerek Akhunların devletini yıktılar, ülkeyi Sasaniler'le bölüştüler. Göktürk İmparatorluğu Altay'dan Volga'ya ve güneyde İndüs'e kadar Asya ülkelerini egemenliği altında birleştirdi ve İpek Yolu ticaretini bir yüzyıl kadar denetimi altında tuttu. Kervanlar güven içinde İpek Yolu'ndaki

gidip geldiler. İpek Yolu Japonya'ya kadar uzandı. Doğu Göktürk devletinin çöküşünden sonra gene Çin'in bir genişleme dönemi olan T'ang soyu (618-907) Çin egemenlik alanını Maverâ-ün-nehir ve Horasan'a kadar genişletti. T'ang soyu döneminde ticaret daha da gelişti. Ancak daha en başından beri bu yolla bir ülkeden ötekine taşınan, ticaret mallarından daha fazla, düşünceler, felsefeler, dinler, sanat, teknoloji ve kurumlar olmuştur. İS I. yy.da Çin'e ve IV. yy.da Kore'ye Budizm İpek Yolu'nu izleyerek gelmişti T'ang dönemiye bu kültür alışverişinin daha da yoğunlaştığı bir dönem oldu. İslâmlık ilk yüzyılında yani VII yy.da Çin'e geldi. Çin'de hâlâ kullanılmakta olan iki cami VII. yy.dan günümüze kalmıştır. Camilerden biri Canton'da, öteki şimdilerde Sian adını almış olan Changan'dadır. Gene bu yıllarda Nesturi Hristiyanlık da Çin'e kadar gitmiş, İmparatorun desteğini de kazanan Nesturi'ler bu yıllarda bir kilise de inşa etmişlerdi.

IX. yy.dan sonra İpek Yolu ticaretini Uygurlar ele geçirdiler. Doğu göktürk devletinin çöküşünden sonra Çin'in egemenliği altına giren Göktürklerle bir çok kez savaştıktan ve bir çok Türk boylarını egemenlikleri altına aldıktan ve bir yüzyıl kadar Moğolistan'ı ellerinde bulundurduktan sonra Kırgızlar'a yenik düşen Uygurlar bugünkü Çin Türkeli diye bilinen Turfan dolaylarına göçtüler. Bundan daha önce-leri de Taklamakan Çölü'nün kuzeyinden geçen İpek Yolu'nun Uygurlar'ın denetiminde olduğu anlaşıyor. (2) IX. yy.dan sonra İpek Yolu'nun ticaretini yürütenler yüzyıllar boyunca Uygurlar oldular. İlk uluslararası tüccarlar Uygurlar'dı. Pekin'den Turfan'a, oradanda Semerkand'a ve Belh yoluyla İran üzerinden Antakya'ya gidiyordu kervanlar. Zaman zaman İran'ın fazla vergi alması ya da İran yolunun güvenliğinin bozulması İran yolunun bırakılmasına ve kervanların mallarını Kırım'a götürmelerine yol

açıyordu. Kırım'dan sonra mallar gemilere yükleniyor ve Cenevizli ve Venedikli tüccarlar tarafından İstanbul Boğazından geçirilerek Akdeniz ülkelerine götürülüyorlardı. Marco Polo geziler kitabının sonunda «Yakından tanımamıza karşın Karadeniz'i ve Karadeniz kıyısındaki illeri anlatmadık, çünkü her zaman gidilip görülebilecek yerleri bu kitapta anlatmayı gereksiz gördük.» demektedir. (3) Bu sözlerden de Ceneviz ve Venedik gemicileri ve tüccarları için Kırım'ın sürekli sefer yaptıkları ülkelerden biri olduğu anlaşılıyor. Bir başka yol Rusya ovalarından Baltık denizine giden yoldu. Bu yola Türkler Karyagan yolu adını vermişlerdi. Yalnız şu var, bütün yollar eski adıyla Sogdian, sonraki adıyla Maverâ-ün-nehir ya da Batı Türkeli'nden ve eski adıyla Baktriya sonraki adıyla Horasan'dan geçiyordu. (4) İpek Yolu üzerinde çeşitli kültürel etkilerle ticaret sanayi ve kültür alanında çok ileri gitmiş iki uygarlık adası oluşmuştu. Bunlardan biri Yunan, İran ve Hint ağırlıklı Maverâ-ün-nehir ve Horasan'daki uygarlık, öteki bugün Çin Türkeli diye bilinen Turfan dolaylarındaki daha çok Çin ağırlıklı Uygur uygarlığıydı. Bu yol dinlerin, kültürlerin ve bilimin olabildiğince gelişmesine, kısa bir süre önce göçebe talancılar olan ulusların büyük uygarlıklar yaratmalarına, uygarlıkta başı çekmelerine gerekli ortamı hazırlamıştı. Maverâ-ün-nehir'de cam, çelik ve dokuma sanayii çok ileri gitmişti. Özellikle Horasan çeliği ün kazanmıştı. Daha VI. yy.da yüzlerce Türk tüccar İstanbul'a yerleşmişti. (5)

XII yy.ın sonlarında ve XIII. yy.ın başlarında Cengiz Han'ın Moğol birliğini gerçekleştirmesi çeşitli yönlerden İpek Yolu uygarlığı üzerinde etkili oldu. İlk olarak Cengiz Han'ın Kathay adı verilen Kuzey Çin'i istila etmesi Güney Çin'in İpek Yolu'yla bağlantısını koparmış oldu. Bunun sonucunda da Güney Çin üzerinde daha bir süre egemenliğini sürdüren Güney Sung Soyu döneminde deniz yolu açılmış ol-

du. O tarihlerden yetmiş seksen yıl sonra deniz yolundan yurduna dönen Marco Polo'dan bu nispeten kısa süre içinde deniz yolu ticaretinin ne kadar gelişmiş olduğunu, yol üzerindeki limanlardaki canlı ve hareketli yaşamı öğrenmiş oluyoruz. Deniz yolu Çin Hindi'ni ve Seylan'ı, Hindistan'ın Batı kıyılarını dolaştıktan sonra Basra Körfezi'ne ulaşıyordu. Oradan da mallar karadan Antakya'ya ya da Sur'a taşınıyordu. Gemilerden bir bölümüyse Kızıldeniz üzerinden İskenderiye'ye yaklaşıyorlardı.

Cengiz Han'ın Maverâ-ün-nehir ve Horasan'a saldırmasına neden olan olaylar da İpek Yolu'nun güvenliğiyle ilgiliydi. Bu bölgeleri ellerinde bulunduran Harezmşahlar devletinin Cengiz Han'a gönderdiği elçilerle İpek Yolu ticaretinin güvenliği konusunda anlaşmaya varılmıştı. Buna rağmen bir kervanın Harezmşahlar devletinin bir kenti olan Otrar şehrinde kent valisinin emriyle soyularak kervan kafilesindeki 450 kişinin öldürülmesi Cengiz Han'ın Harezmşahlar devletine saldırmasına neden oldu. Cengiz Han'ın orduları gerek Maverâ-ün-nehir'deki, gerek Horasan'daki kentleri yakıp yıktı, bazı kentlerde hiç bir canlı bırakılmaması istendiği için kediler, köpekler bile katliamdan kendilerini kurtaramadılar. Bu Baktriyan ve Sogdian uygarlığının sonu oldu. Büyük İskender'in Roksan'la evlenişine tanık olmuş olan soylu Belh kenti öylesine yakılıp yıkıldı ki bir daha eski önemini kazanamadı, bir kalıntı şehir olarak kaldı. Buna karşın Belh'in pek yakınında ki Hazreti Ali'nin mezarının olduğu Mezarı Şerif gelişti.

Belh Mevlana Celalettin-i Rumi'nin doğduğu şehirdir. 1212 yılında yani Cengiz ordularının kenti yakıp yıktığı ve halkını kılıçtan geçirdiği 1220 yılından yalnızca sekiz yıl önce altı yedi yaşında bir çocukken Belh'ten ayrılmıştı. Ne mutlu bir rastlantı. Belh'

ten ayrılmamış olsaydı olasılıkla kıyımdan canını kurtaramayacaktı.

Cengiz ordularından elli yıl sonra Belh'ten Marco Polo geçiyor. Belh kentinin büyük meydanlarından, yakılıp yıkılmış mermer sarayların kalıntılarından söz ediyor.

Kuşkusuz Marco Polo İpek Yolu'ndan geçen ilk Batılı değildir. Hatta gezi gözlemlerini yazıya döken ilk Batılı da değildir. Marco Polo'dan önce isimli isim-siz pek çok Batılı'nın İpek Yolu'ndan geçtiği anlaşı-lıyor. Roma İmparatoru Marcus Aurelius'un elçileri-nin İpek Yolu'nu izleyerek Çin'e gittiğinden (İS 166) söz etmiştik. Gene Bizans elçisi olarak Valentinus Ba-tı Göktürk Kağanı İstemi Han'a gitmişti (576). Mar-co Polo'nun gezisinden kısa bir süre önce Papa IV. İnnocent'in elçisi olarak papaz Giovanni de Piano Carpini 1245-1247 yıllarında Moğolların hanını gör-meye Karakurum'a gitmiş dönüşünde yazdığı gezi notları büyük ilgi uyandırmıştı(6). Gene Fransa Kralı IX Lui, Rubruck adında bir Hollandalı misyoneri 1253 yılında Batu Han'a elçi olarak yollamış, Batu Han da Rubruck'u Moğolların Büyük Han'ına gön-dermişti. Mengü Han'a naiplik yapan Gaymış, Rub-ruck'u Fransa kralının elçisi olarak kabul etmişti. Rubruck'un Fransa kralına verdiği Latince raporda Asya'nın coğrafyası, Asya'da yaşayan ulusların adet-leri ve dilleri konularında yararlı bilgiler vardır.(8)

Ancak Marco Polo'nun bütün bu gezginler ara-sında çok önemli ve özel bir yeri vardır. Kubilay Han'ın Papa'ya gönderdiği mesaja Papa'dan bir yanıt gö-türen babası Nicolo ve amcası Maffeo'yla birlikte 1271 yılında yola çıkan 17 yaşındaki Marco Polo'nun tek-rar yurduna geri dönmesi 25 yılını almıştır. Bu süre içinde Tatarca ve Moğolcayı da öğrenen Marco Polo Kubilay Han'ın güvenini kazanmış ve resmi görev-lerle Çin'in birçok yerine ve Hindistan'a gönderilmiş-

tir. Ortaçağ iskolastisizminden ve bağınazlığından kendini kurtarmış oldukça yansız bir gözlemci olan Marco Polo, geçtiği yörelerin özelliklerini, halkların adetlerini, dinlerini, dillerini, yaşam alışkanlıklarını ve hatta fırsat düştükçe tarihlerini de anlatarak Et-nografya'nın kurucusu sanını hak etmiştir. Marco Polo'nun kitabının bir ilginç yanı da İpek Yolu'ndan hem karadan, hem denizden yapılan bir yolculuğun ayrıntılı öyküsünü getirmesi, XIII yy.daki durumuy-la İpek Yolu'nu bize tanıttırmasıdır.

Konuyu özetlemek için İpek Yolu uygarlık tarihinin belkemiğı olmuştur dersem kuşkusuz bunu bir abartma sayanlar çıkacaktır içinizden. Ama şurası kesin: Uygarlık çeşitli kültürlerin, çeşitli dinlerin, çeşitli düşüncelerin, çeşitli kurumların karşılıklı etkileşiminin ürünüdür. Uzak Doğu uygarlığının en önemli belirtici özelliklerinden biri olan Budizm İpek Yolu'nu izleyerek Uzak Doğu'ya gitmiştir. Uygurlarda büyük oranda Nesturi Hristiyanlığın ve Budizmin yaygın olduğunu biliyoruz. Buna ek olarak Çin Türkistanının da bulunmuş fresklerde Budist konu ve simgelerle Yunan ve Roma mitolojisinden alınmış figürleri bir arada görüyoruz (8)

Zerdüş'tün de vatani olan Baktriya ve Soğdiyan ya da sonraki adıyla Horasan kuşkusuz İpek Yolu uygarlığının merkezi olmuştur. Bu bölge bin yıla yakın bir süre Budist kültürün etkisi altında kalmış olmakla birlikte Yunan ve Roma dinlerinin, Nesturi Hristiyanlığın Şamanlığın, Türklerin dininin, Maniheizm'in, Mazdehizm'in ve VII. yy dan sonra İslamiyetin yayılma ortamı bulduğu bir bölge olmuştur. İşte çeşitli dinlerin, düşüncelerin ve felsefelerin kolaylıkla kök salabildiğı bu biterik ovada İslam Türk Tasavvufu(9) ve İslam bilim rönesansı doğmuş, içlerinde İbni Sina'da olmak üzere nice bilginler, düşünürler çıkmıştır bu bölgeden.

N O T L A R

- (1) Cihad Baban, İsa Öncesinden Günümüze Kadar Çin Tarihi, İst. 1983 s. 30
- (2) Taklamakan çölünde İpek Yolu bir çölün kuzeyinden bir güneyinden geçen iki kola ayrılır.
- (3) Marco Polo'nun Geziler Kitabı, Çev. Ömer Güngören, Yol Yayınları, İstanbul 1985
- (4) Horasan, siyasi bakımdan Maverâ-ün-nehir ve Sicistan'ı da içine alır.
- (5) Batı Göktürk Kağanı İstemi Han'a Bizans'ın gönderdiği elçi Valentinus'a İstanbul'daki 106 Türk eşlik etmişti. Bkz. Doğan Avcıoğlu, Türklerin Tarihi, cilt II. s. 606
- (6) Doğan Avcıoğlu, Türklerin Tarihi, Cilt 2, s. 1050
- (7) Encyclopedia Americana, Cilt 23, s. 74, Cilt 16, s. 784
- (8) İlhan Güngören, Buda ve Öğretisi, Yol Yayınları 1981, s. 164
- (9) Asaf Halet Çelebi, Gotama Buddha, Batı Yayını, 1946, s. 6'da şöyle yazıyor: «Aralarındaki müşterek vasıfları gözönünde bulundurarak İslam tasavvufunun Budizm tesiri altında kaldığını iddia eden geçen asrın bazı müsteşriklerine rağmen bu fikir bugün fazla revaç bulamamıştır; lâkin bu müşterek vasıflar, bilhassa eski Budist merkezleri olan Türkistan şehirlerinde zuhur eden ve hemen eskiden rahiplerin inzivaya çekildikleri aynı mağaralarda yaşayan müslüman evliya ve azizlerinin menkıbelerinde böyle bir tesir imkânını katıyetle reddetmek de doğru olmaz.»

ADALETLİ BİR TOPLUM YARATMA KONUSUNDA BUDACI BİR BAKIŞ AÇISI*

Adaletli bir toplum yaratabilmek için kesinkes bir Tanrı inancına gerek var mı? Bu soru ister istemez ardından başka soruları da getiriyor. Öncelikle adaletli toplum dediğimiz zaman bu sözle neyi anlatmak istediğimize açıklık kazandırmalıyız. Eğer adaletli toplum bütün üyelerine özgürlük, mut-

* 9-15 Ağustos 1984 tarihleri arasında Kore'de Seoul'de toplanmış olan Dördüncü Tanrı Konferansı'na (The Fourth God Conference) davetli olarak katılmış ve Konferansa yukarıya çevirisini koyduğum «**A Buddhist View of Creating a Just Society**» adlı bir çalışma sunmuştum. Konferansta seçtiğim çalışma grubunun tartışma konusu 'Adaletli bir toplum yaratmak için Tanrı inancının kesinkes gerekli olup olmadığıydı. Bu yazı bu konudaki görüşlerimi açıklamak için yazılmıştır. Çalışmam Memphis State Üniversitesi felsefe profesörü Gene James'in konferansa sunmuş çalışmalar arasından seçip derlediği 15 çalışma arasında 1987'de Paragon House Publishers, New York tarafından yayımlanan «**The Search for Faith and Justice in the Twentieth Century**» adlı kitapda yer almıştır. Bu yazıdaki bazı düşüncelerin, hatta bazı cümlelerin **Buda ve Öğretisi** adlı kitabımdan alınmış olduğunun okuyucularımdan bir kısmının gözünden kaçmayacağını düşündüğüm için burada konunun başka bir bağlamda ele alınmış olması nedeniyle bu tekrarın okuyucularımdan hoşgörüsüyle karşılanacağını umduğumu belirtmek istedim.

luluk getiren, üyelerinin ruhsal ve bedensel sağlıklarını korumaları ve tüm olanaklarını olabildiğince kullanabilmeleri için fırsat eşitliği veren, herkesin toplumun refahına yaptığı katkıyla oranlı bir pay almasının gerektirdiği koşulları sağlayabilen bir toplumsa, ne demeli ki bugüne dek böyle bir toplum olmamıştır. Tarih boyunca Tanrı inancının son derece güçlü olduğu toplumlara raslıyoruz. Ancak bu inançlı toplumlar içinden hiç birisini «İşte bu adaletli toplum.» diye gösterebileceğimizi sanmıyorum. Hemen akla ikinci bir soru geliyor. «Ne tür bir Tanrı İnancı?» Bizim dileklerimizi dinleyip bize gereğinde yardımcı olan, kendisine sığındığımız zaman bizi koruyan, yaptıklarımızı beğendiği zaman bizi ödüllendirip beğenmediği zaman cezalandıran bir Tanrı mı? Yoksa insanın yazgısıyla hiç ilgilenmeyen ve insanların boyun eğmekten başka seçenekleri olmayan doğa yasalarını yapmakla ve yürütmekle yetinen evrensel bir güç mü? Kısacası bu yaşayan, insaninkine benzetebileceğimiz nitelikleri olan bir Tanrı inancı mı? Ya da doğa yasalarıyla özdeşleştirebileceğimiz kişisiz kozmik bir Tanrı mı?

Benim de bu konuda tam olarak katıldığım Budacı düşünceye göre doğa yasaları içinde en temel yasa nedensellik yasasıdır (karma yasası). Eğer evrende hiç değişmeden kalan mutlak birşey arayacak olursak bulacağımız şey nedenselliğin şaşmaz zorunluluğudur. Nedensellik yasasının karşısında Tanrının bile eli kolu bağlıdır. Nedensellik yasasının şaşmaz kesinliğini Tanrı bile değiştiremez ya da değiştirmez. Budacı kutsal metinlerde yazılı olduğu gibi «Nasıl öküz arabayı ardından çeker götürürse»(1) nedenlerde sonuçları arkalarından sürüklerler. Buda konuya böyle baktığı için tanrıların gücünü ve işlevini nedensellik yasasına yüklemişti. Budacı düşünceye göre hatta tüm varoluş, nedenselliğin çarkına takılan yokluğun varlığa dönüşmesinin sonucudur.

İnsanın yazgısını belirleyen neden sonuç bağımlılığı olduğu için de nedenleri sonuçlardan koparmak bir imkânsızlık olarak karşımıza çıkmaktadır. Tanrının bir kimseye yardımcı olabileceğini düşünmek Tanrının sonuçları nedenlerden koparıp ayırabileceğini düşünmekle aynı şeydir. Böyle bir düşünce de kuşkusuz doğa yasalarıyla yönetilen düzenli bir evren görüşüyle bağdaşamaz. Böyle bir inancın bizim bilimsel bir gözle gözlemlediğimiz evrendeki düzenle çelişmeyen tutarlı bir açıklamasını yapamazsınız. Tanrının herhangi bir sevgili kulunun hatırı ya da çıkarı için bir süre nedensellik yasasını askıya alıp neden sonuç bağlantılarının zorunluğunu yürürlükten kaldıracağını düşünmek ve bir yandan da mantığın sınırları içinde kalmak bir hayli güç olur. Böyle olduğu için de Tanrıdan medet ummanın, dileklerinin olması için Tanrıya dualar edip yakarmanın, kurbanlar adamanın yararsızlığı kendiliğinden ortaya çıkar.

Ne Tanrı ne de başka bir güç eylemlerimizin sonuçlarından bizi kurtaramaz. O zaman geriye eylemlerimizin sorumluluğunu üstlenmekten başka bir çözüm kalmıyor. Tanrıdan, anamızdan babamızdan beklediğimiz türden bir sevgi ve sevecenlik istemek, bizi bağışlamasını beklemek çocukça bir duygu olur. Eğer eylemlerimizin kötü sonuçlarından kendimizi korumak istiyorsak iyi sonuçlar getirecek eylemler yapmalıyız. Herşeyden önce nedensellik yasasını tüm özellikleriyle iyice tanımalıyız. Şunu iyice kafamıza sokmalıyız: Her olay, o olaya öncülük eden nedenlerin sonucudur. Nedensellik yasasının şaşmaz zorunluğu bir an için, bir kere için bile olsa ortadan kaldırılamaz. Tanrı bile bunu yapamaz ya da yapmaz. Belki arada bir, nedensellik ağının ince örgüsünü göremediğimiz oluyor, bazı olaylar bütünüyle raslantının ürünü gibi geliyor bize. Ama bizim göremememiz herhangi bir olayın nedenselliğin etkinliği dışında gerçekleşmiş olabileceğine kanıt tutulamaz.

Nasıl oluyor da nedensellik (karma) bizim içimizde de dışımızda da o görünmez ağını örüyor, ellerimizi ayaklarımızı bağlayıp bizi tutsak ediyor, bizi bir kuklaya dönüştürüyor. Pali derlemesinin en önemli kutsal kitaplarından biri olan Dhammapada şu sözlerle başlar: «Şu anda ne olduğumuzu belirleyen çünkü düşüncelerimizdir. Bugün kafamızdan geçen düşüncelerse yarınki yaşamımızı biçimliyor. Yaşamımız kesinkes zihnimizin ürünüdür.» (2) Burada akla bir soru geliyor: Nereden ve nasıl çıkıyor bu düşünceler? Kuşkusuz düşüncelerimizin kökleri önceki düşüncelerimizde, kararlarımızda ve eylemlerimizde aranmalıdır. Yanılgıdan kaynaklanan düşüncelerimiz yargılara, kararlara dönüşüyor, bunlar da eylemlerimizi yönlendiriyor. Sonuçta eylemlerimiz de düşünce ve kararlarımızı etkilemeyi sürdürüyor. Her düşünce sonraki düşünceleri sınırlayıp belirliyor. Bir kez tam bir özgürlük içinde birşey düşünmüş olduğumuzu varsaysak bile arkadan gelen düşüncelerimizde aynı oranda özgür olamayacağımız kesin. Giderek düşüncelerimizdeki özgürlük alanı kısıtlanıp daralacaktır, arkadan gelen düşüncelerimiz önceki düşüncelerimizin açtığı yivleri, yalıkları izleyecektir.

Her düşünce, her eylem sonsuza kadar kalacak silinmez izler bırakıyor. Olmuş bir olayı olmamış, ağızdan çıkmış bir sözü söylenmemiş yapmanın hiçbir çaresi yoktur. Acaba bizi tutsak eden, bizi sımsıkı dört bir yanımızdan bağlayan karmanın görünmez ağından kurtulmanın bir yolu var mı? Budacılık bunun bir yolu olduğunu söylüyor ve bu yolu da gösteriyor.. Bu görünmez ağın içinden çıkıp özgürlüğümüze uzanmanın tek yolu bizi böyle düşünmeye, böyle davranmaya iten nedenleri görüp tanımak ya da Budacıların dediği gibi uyanıp aydınlanmak ve böyle yaparak kökleri yanılgıda olan isteklerden tutkulardan kurtulmak. Budacıların gözüyle yanılgı insanın kendisini de dünyayı da gerçek yapısıyla (yathabhu-

tam), gerçek böylesiliğiyle (tathata) ve nesnel bir gözle görememesi, 'ben'le dünya arasına aşılmaz bir sınır koyup özneye nesneyi bölmesidir.

Öyleyse 'ben'in gerçek yapısı nedir? Budacı görüşüne göre 'ben'in gerçek yapısı yokluktur, hiçliktir, boşluktur ya da Budacı diliyle şunya'dır. Şunya'yı ressamın kullandığı boyaya ya da heykeltcinin elindeki çamura benzetebiliriz. Boyaya, çamura biçim veren ressam ve heykeltcidir ama Şunya'yı yoğurup biçim veren neden sonuç ilişkileridir. Sonuçta 'ben' neden sonuç ilişkilerinin ürünü olan koşulların biçimlendirdiği geçici bir olaydan başka birşey değildir. Bunun için de bizim değişmeden olduğu gibi kalan 'ben' ya da 'ruh' adını verebileceğimiz bir kimliğimiz olduğunu sanmamız bir yanılgıdır. Buda öncesizden sonsuza kadar varlığını sürdüren değişmez bir benliğimiz olduğunu da, böyle bir 'ben'in bir uzantısından başka birşey olmayan bir ruhumuz olduğunu da kabul etmemiştir. Şöyle demiştir: «Ben olarak gelecekte de var olacağım, benim sürekli, değişmez, öncesizden sonsuza değişmeden kalan bir benliğim var diye iddia edenlerin görüşü ancak budalaların görüşü olabilir» (Majjhima Nikaya 1:38). (4)

Konuya yüzeysel olarak bakanlar Buda'nın 'ben' ve ruhu inkâr eden görüşleriyle samsara (doğum ölüm döngüsü) öğretisini benimsemiş olmasında bir tutarsızlık olduğunu düşünebilirler, ama konu derinlemesine incelendiği zaman Buda'nın bu konudaki düşüncelerinin tam anlamıyla tutarlı olduğu görülüp anlaşılacaktır. Buda'nın görüşüne göre yeniden doğan 'ben' ya da ruh değil eylemlerimizin harekete geçirdiği nedenlerin sonuçlarıdır. Bir yaşamdan ötekine aktarılan eylemlerimizin etkileri ve bu etkilerden doğan tepkilerdir. Geçmiş karmalar etkilerini bizde sürdürüyorlar. Buda bu görüşlerini şöyle dile getirmişti: «Ben geçmiş eylemlerin mirasçısıyım. Ben eylemlerden doğuyorum. Bir yandan da eylemlerin

anası da babası da gene benim. Bütün eylemler ben-
de toplanıyor. İyi kötü bütün eylemleri ben yapıyo-
rum. Yaptığım eylemlere de mirasçı oluyorum. (Majj-
hima Nikaya 1:390).(5)

Anlaşıldığına göre Budacılığın ilk dönemlerinde
karma öğretisi yalnızca bireysel kurtuluş açısından
ele alınmıştı. Karma toplum üzerindeki etkileri ba-
kımından incelenmemişti. Budacılığın 'ben'i inkâr
eden bakış açısı ister istemez bireysel kurtuluş çaba-
larının anlamsızlığı düşüncesinin doğmasına yol açtı.
Budacılıkta sonraki dönemlerdeki gelişmeler çelişki-
li gibi görünen bu duruma mantıklı bir açıklama ge-
tirdi. Mahayana Budacılığında daha da belirginleşen
bu anlayışa göre tüm canlılar aynı varoluş olayının,
aynı yaşam gerçeğinin geçici dışavurumlarından baş-
ka bir şey değildi. Yaşam ve varoluş bölünmez bir
bütündü. Bu bütün öylesine girişik bir örgü içindey-
di ki en küçük parçacığını bile bu bütünden koparıp
ayırmanın imkânı yoktu.

Vajracchedika Sutra'da yaşamın bir bütün oldu-
ğu onun bölünmez yapısı Buda'ya ınal edilen şu söz-
lerle dile getirilmiştir: «Her Boddhisattva zihnini öy-
le eğitmelidir ki şöyle düşünebilsin: 'Ne türden olur-
sa olsun tüm duyarlılığı olan varlıklar benim çabamla
nirvana'nın sınırsız özgürlüğüne ulaşabilmelidir. Çün-
kü sayısız, sayılamayacak kadar çok varlık kurtuluşa
ulaşmadıkça hiçbir varlık kurtuluşa ulaşmış olmaz.
Niçin bu böyledir Subhuti? Çünkü hiçbir Bodhisattva,
gerçekten bir Bodhisattva'ysa bir benlik, bir kimlik,
bütünden kopuk bir bireylik iddiasında olamaz da on-
dan »(6) Ya da *Avatamsaka Sutra*'da yazıldığı gibi
«Tüm duyarlılığı olan varlıklar kurtuluşa erişmedikçe
yol arkadaşlarımı bırakmayacağım.»(7)

Konuya böyle bakınca karma öğretisinde bir baş-
ka boyut, bir başka bakış açısı çıkıyor ortaya. Bu açı-
dan bakınca da tüm varoluşun ortak bir karmayı pay-
laştığını görüyoruz. Görüyoruz ki her eylem ne kadar

önemsiz görünürse görünsün bütünün oluşmasında etkin ve anlamlı bir rol oynamaktadır. Burada bencil kurtuluş isteğinin önüne geçirilmiş çok daha soylu bir amaç görüyoruz: Tüm insanlığın, tüm canlılar ailesinin, hatta tüm varoluşun yararı. Ya ben! Ben kimim? Ben bütünün içinde önemsiz bir parçacık, uçsuz bucaksız varoluş denizinin yüzeyinde küçücük geçici bir dalgacık, bir kıpırtıdan başka birşey değilken nasıl olur da bireysel bir kurtuluşu umabilirim? Benim için yapacak tek birşey kalıyor! Tüm varoluşun sorumluluğunu üstlenmek. Benim görünürde kendi çıkarıma hizmet ediyormuş gibi görünen eylemlerim eğer topluma zarar veriyorsa ben de toplumun bir parçası olduğuma göre eninde sonunda ben de zarar göreceğim bu eylemlerden. Bu durum kendi çıkarları için çevreyi kirleten kimsenin örneğinde açıklıkla görülmektedir. O kimse de sonunda kirli bir çevrenin zararlı etkilerinden kendini kurtaramayacaktır.

Budacılığın sonraki dönemlerinde özellikle Mahayana Budizminde tüm canlıların bir tek ve aynı yaşamı paylaştığı, tüm varoluşun bölünmez bir bütün olduğu görüşü yaygın bir kabul gördü ve bu görüş açıklıkla ortaya kondu. Bu görüşü benimsediğimiz zaman bireylerin karmalarını gelecek kuşaklara aktarabilmeleri için 'ben' ya da ruh gibi bir aracıya gerek kalmamış oluyor. Bu gerçeği tam olarak içimize sindirdiğimiz zaman her yeni doğan çocuğun ekilmeye hazır boş bir tarla gibi dünyaya geldiğini anlıyoruz. Bu tarlada tüm geçmiş yaşamlardan kalmış kin, nefret, tutku tohumları kök salmaya hazır durumda onları yeşertecek ortamın oluşmasını bekliyorlar. Karma öğretisine getirilmiş bu yeni boyut öğretinin toplumsal açıdan ele alınıp incelenmesini bir gereklilik durumuna getiriyor.

Kim iyi bir iş yaparsa o kimsenin yaptığı iyi işten yararlanacak başkaları da olacaktır. İyi bir iş iyi sonuçlar doğuran bir dizi iyi işi başlatmış olacaktır.

Hepimiz aynı gemideyiz. Tüm varoluşla birlikte ortak bir karmayı paylaşıyoruz. Yapacağımız her eylemin tüm insanlara, tüm canlılara, hatta tüm varoluşa yararı ya da zararı olabileceğini düşünmeliyiz. Hepsi bu kadar da değil, eylemlerimizin yararlı ya da zararlı etkileri bizlerden sonra gelecek kuşakları da etkileyecektir elbette. Budacılığın çağdaş bir yorumunu yapan Japon düşünür S. Kuruda'nın yazdığı gibi «Bizim bugünkü yaşamımız geçmiş yaşamların bir yansıısından başka birşey değildir. İnsan bu yansılar sanki kendi özbenliğiymiş gibi değerlendiriyor, gözlerini, kulaklarını, dilini, gövdesini, bir yandan da bahçeleri, ormanları, çiftlikleri, evleri... kendisinin sanıyor, bütün bunların sayısız, sayılamayacak kadar çok eylemlerin ürünü olduğunu gözden kaçırıyor. Herşeyi geriye doğru, ta çıkış noktasına kadar izlemeye kalkacak olsak bir başlangıç olmadığını görüp şaşacağız. Bunun gibi eylemlerin etkilerini geleceğe doğru izlemeye çalıştığımızda da bir son bulamayacağız.» (8)

Konuya böyle bakınca ödüllendirilecek ya da cezalandırılacak bir 'ben' ya da ruhun olmaması ya da Tanrının ödüllendirme ve cezalandırma işinin dışında tutulması bireysel sorumluluğumuzu azaltacağına tam tersine çoğaltıyor. Bir örnek olarak bir devlet yöneticisinin ya da siyasal liderin sorumluluğunu ele alalım. Bir devlet yöneticisinin alacağı kararların harekete geçireceği olaylar dizisi, ya çok sayıda insanın yaşam koşullarının kolaylaşmasına, mutluluğuna yardımcı olacak ya da tam tersine yoksullaşmalarına, mutsuzluklarına, yıkım ve yitimlerine neden olacaktır. Olumlu ya da olumsuz yönde etkilerini kusaklar boyu sürdürecektir. Bunun gibi bir siyasal liderin başlatacağı eylemler topluma mutluluk, geçim genişliği, özgürlük, ya da mutsuzluk, tutsaklık, yoksulluk getirecektir. Bunun için devlet yöneticisinin ya da siyasal liderin kendi bireysel çıkarlarının ya da istek-

lerinin önüne geçireceği topluma karşı bir sorumluluğu vardır ya da olmalıdır. Devleti yönetenler için durum bu olduğu gibi sıradan insanların da öteki insanlara, canlılara ve varoluşa karşı sorumlulukları vardır. Her insanın yaptığı eylemler tüm insanları, tüm canlıları hatta tüm varoluşu etkilemektedir. Kafamızdan gelip geçen önemsiz düşünceler bile daha sonra gelen düşüncelerimizi biçimleyerek bu düşüncelerden kaynaklanan eylemlere dönüşmektedir. Bu durumda en önemsiz bir düşüncenin bile geleceğe biçim verecek bir gücü olduğu ortaya çıkıyor. Tek bir insan söz konusu olunca elbette onun düşüncelerinin, eylemlerinin etkisi koskoca denizde bir damladır ama koskoca deniz su damlacıklarının bir araya gelmesinden oluşur. Bunun bilincinde olmasak da bizler hep birlikte geleceği inşa eden mimarlarız. Biz bizden evvel yaşamış olanların biçim verdiği bir dünyada yaşadığımız gibi bizden sonra gelecek kuşaklar da bizim yönlendirdiğimiz bir gelecekte yaşayacaklar. Bugün siz de, ben de herkes gibi düşüncelerimizle, sözlerimizle, eylemlerimizle geleceği yaratıyoruz. Onun için geleceğe, insanlara, canlılara ve varoluşa karşı büyük bir sorumluluk taşıyoruz. Tanrı korkusundan gelmeyen, bencil çıkarlarımızın çok üstünde bir sorumluluk bu.

Tanrının bizim bencil küçük çıkarlarımızı koruması için yardımını istemek Tanrıyı küçültmek oluyor bence. Tanrı elbette en güçlü bir hükümdarla bile kıyaslanamayacak yüce bir mevkie sahiptir. Bırakın bir hükümdarı, en küçük bir kabilenin başkanı bile uyruklarının hergünkü işlerinin ve uğraşlarının dışında kalmasını bilir.

Ne kadar güç görünürse görünsün adaletli bir toplum yaratmak sayısız, sayılamayacak kadar çok insanın tüm insanlara, tüm canlılara ve varoluşa karşı olan sorumluluklarını kendi bireysel çıkarlarının üstünde tutmaları durumunda gerçekleşebilir. İnsan-

lık böyle bir aşamaya ancak yüreğinde tüm varoluşa karşı sevecenlik dolu bir duygu (karuna) olduğu zaman gelebilir. Böyle bir duygu da aydınlanmayla ortaya çıkar.

N O T L A R

- (1) Dhammapada, Çev. Juan Mascaro (Penguin Books, 1973) s. 35
- (2) a.g.y.
- (3) Sidney Spencer, **Mysticism in World Religion** adlı kitapta yapılan alıntıdan (Penguin Books, 1963) s. 70
- (4) H. Oldenberg, **Le Boudha** adlı kitapta yapılan alıntıdan (Paris, Librairie Félix Aican, 1934) s. 259
- (5) Ananda K. Coomaraswamy, **Hinddouism ve Boudhism** adlı kitapta yapılan alıntıdan (Paris, Galimard, 1949) s. 167
- (6) Alan Watts, **The Way of Zen** adlı kitapta yapılan alıntıdan (Penguin Books, 1957) s. 81
- (7) Ananda K. Coomaraswamy, **Buddha and Gospel of Buddhism** adlı kitapta yapılan alıntıdan (New York, Harper and Row, 1964) s. 230
- (8) a.g.y., 233

" BİR BAŞKA AÇIDAN SEKS "

" ZEN VE 'BEN' " ve " BAŞKA

BİR GÖZLE TARİH VE TOPLUM"

başlıklı üç bölümde bir araya

getirilmiş yirmi yazı ve söyleşi...

Yazıların ve söyleşilerin ortak

özelliği konuları başka bir gözle,

bir başka açıdan ele almış olmaları.

