

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

J. Krishnamurti

Bilinenden Kurtulmak





Jiddu Krishnamurti (12 Mayıs 1895 - 17 Şubat 1986)

Hindistan'ın Madanapalle kentinde doğdu. 1909 yılında C. W. Leadbeater tarafından keşfedildi. 13 yaşındayken Theosophical Society tarafından "dünya öğretmeni" seçildi. Konuşmaları ve yazıları herhangi bir dinle bağlantılı değildi. Kendisine mesihlik yakıştırılmış olmasına rağmen bunu hiçbir zaman kabul etmedi. Dünyanın her yerinde geniş bir izleyici kitlesine ulaşmış olmasına rağmen iradesi dışında oluşturulan bu topluluğu kendi isteğiyle dağıttı. Çünkü hiçbir zaman kendisini bir otorite olarak görmedi ve çevresinde müritlerin oluşmasına izin vermedi. Onun yaklaşımı bir birey olarak başka bir bireyle iletişim kurmak üzerineydi.

Eserleri, dünyayı dolaşarak yaptığı konuşmalardan, başkaları tarafından derlendi. Konuşmalarında "hakikatin/ gerçeğin, yolları olmayan bir ülke" olduğunu ve bireyin ancak farkındalıkla ve yaşamla bütünleşerek gerçeğe/hakikate ulaşabileceğini işaret etti. Ölümle yaşamın bir ve tekliği, yaşamın durağan olamayacağı, korku, özgürlük, şiddet, doğa ve çevre üzerine konuşmalar yaptı.

Yaşamının büyük bölümünü Hindistan, İngiltere ve Amerika arasında gidip gelerek geçiren Jiddu Krishnamurti ardında sayısız eser bırakarak, 17 Şubat 1986'da 90 yaşında öldü.

J. KRISHNAMURTI

BİLİNENDEN KURTULMAK

Editör:

Mary Lutyens

İngilizce aslından çeviren:

Ayşegül Korkmaz



1. baskı: Omega Yayınları, 2009
2. baskı: Omega Yayınları, 2010
3. baskı: Omega Yayınları, 2012



J. Krishnamurti

BİLİNENDEN KURTULMAK

Krishnamurti Kitaplığı – 2

Özgün Adı: *Freedom From The Known* / Edited by Mary Lutyens

Copyright © 1969 by Krisnamurti Foundation of America
Krishnamurti Foundation of America
P. O. Box 1560, Ojai, California 93024 USA
E-mail: kfa@kfa.org
Website: www.kfa.org

J. Krishnamurti ve Krishnamurti Foundation
hakkında bilgi almak için www.jkrishnamurti.org adresini
ziyaret edebilirsiniz.

Yayın Hakları © Omega Yayınları

Bu eserin tüm hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmaksızın kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

ISBN 978-975-468-829-0
Sertifika No: 10962

İngilizce Aslından Çeviren: Ayşegül Korkmaz

Baskı: Kurtiş Matbaası
Topkapı / İstanbul
Tel.: (0212) 613 68 94
Matbaa Sertifika No: 12992

Omega Yayınları
Ankara Cad. 22/12 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Telefon: 0 212 - 512 21 58 • Faks: 0 212 - 512 50 80
web: omegayayincilik.com • omega@omegayayincilik.com

Genel Dağıtım: Say Dağıtım Ltd. Şti.
Ankara Cad. 22/4 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Telefon: 0 212 - 528 17 54 • Faks: 0 212 - 512 50 80
online satış: www.saykitap.com • e-posta: dagitim@saykitap.com

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM • 9

- İnsanın Arayışı • Acı Çeken Zihin • Geleneksel Yaklaşım
- Saygınlık Tuzağı • İnsan ve Birey • Varoluş Savaşı
- İnsanın Temel Doğası • Sorumluluk • Gerçek
- Kendi Kendini Değiştirmek • Enerjinin Dağılımı
- Otoriteden Kurtuluş

2. BÖLÜM • 23

- Kendimizi Tanımak • Sadelik ve Alçakgönüllülük • Şartlanma

3. BÖLÜM • 33

- Bilinç • Hayatın Bütünlüğü • Farkındalık

4. BÖLÜM • 41

- Zevk Arayışı • Arzu • Düşünceyle Ayartma • Hatıralar
- Sevinç

5. BÖLÜM • 49

- Kendini Düşünmek • Mevki Arayışı
- Korkular ve Topyekûn Korku • Düşüncenin Parçalanışı
- Korkunun Sonu

6. BÖLÜM • 61

- Şiddet • Öfke • Haklı Çıkarma ve Kınama • İdeal ve Gerçek

7. BÖLÜM • 73

- İlişkiler • Çatışma • Toplum • Yoksulluk • Uyuşturucu
- Bağımlılık • Karşılaştırma • Arzu • İdealler • İkiyüzlülük

8. BÖLÜM • 85

- Özgürlük • İsyan • Yalnızlık • Masumiyet
- Kendimizle Yaşamak

9. BÖLÜM • 93

- Zaman • Keder • Ölüm

10. BÖLÜM • 101

- Sevgi

11. BÖLÜM • 113

- Bakmak ve Dinlemek • Sanat • Güzellik • Sadelik
- İmgeler • Sorunlar • Mekân

12. BÖLÜM • 123

- Gözlemci ve Gözlenen

13. BÖLÜM • 129

- Düşünmek Nedir? • Fikirler ve Eylem • Zorluk
- Madde • Düşüncenin Başlangıcı

14. BÖLÜM • 137

- Dünün Yüğü • Sessiz Zihin • İletişim • Başarı • Disiplin
- Sessizlik • Gerçek ve Gerçeklik

15. BÖLÜM • 145

- Deneyim • Tatmin • İkilik • Meditasyon

16. BÖLÜM • 153

- Tam Devrim • Dindar Zihin • Enerji • Tutku

Bu kitap Krishnamurti'nin önerisi ve onayıyla hazırlanmıştır. Kitapta yer alan metinler Krishnamurti'nin dünyanın çeşitli yerlerinde yaptığı, daha önce yayımlanmamış konuşmalarından oluşmaktadır. Konuşmaların seçimi ve sunuluş sırası benim sorumluluğumda gerçekleşmiştir.

Mary Lutyens

İNSANIN ARAYIŞI
ACI ÇEKEN ZİHİN
GELENEKSEL YAKLAŞIM
SAYGINLIK TUZAĞI
İNSAN ve BİREY
VAROLUŞ SAVAŞI
İNSANIN TEMEL DOĞASI
SORUMLULUK
GERÇEK
KENDİ KENDİNİ DEĞİŞTİRMEK
ENERJİNİN DAĞILIMI
OTORİTEDEN KURTULUŞ

İnsan çağlar boyunca kendisinin ve maddi refahın ötesinde olan, olayların, düşüncelerin ya da insanlardan kaynaklanan yozlaşmanın bozamadığı bir şeyi –doğru ya da Tanrı ya da gerçek dediğimiz bir şey, zamanı olmayan bir varoluş hali– bulma arayışı içinde olmuştur.

İnsan hep şu soruyu sormuştur: Bütün bunların anlamı nedir? Hayatın bir anlamı var mıdır? İnsan hayatın akıl almaz karmaşasını, vahşetleri, isyanları, savaşları; dinin, ideolojilerin ve milliyetin getirdiği bilinmeyen anlaşmazlıkları görmüş ve derin, bitmek bilmez bir boşa kürek çekme hissiyle kendi kendine sormuştur: Ne yapmalı? Yaşamak dediğimiz bu şey nedir? Ötesinde bir şey var mıdır?

Ve hep arayıp durduğu bu bin bir adı olan isimsiz şeyi bulamayınca da inanç olgusunu geliştirmiştir –bir kurtarıcıya ya da ideale duyulan inanç– ve inanç da her zaman şiddeti doğurur.

Yaşam dediğimiz bu süregelen savaşta, yetiştirildiğimiz toplumun özelliklerine bağlı olarak bir davranış biçimi geliştirmeye çalışırız, bu ister komünist bir toplum olsun ister sözde özgür bir toplum; belli bir davranış standardını bir Hindu, Müslüman, Hristiyan ya da başka bir şey olarak sahip olduğumuz geleneğimizin parçası olarak kabulleniriz. Bize neyin doğru ya da yanlış bir davranış olduğunu, neyin doğru ya da yanlış bir düşünce olduğunu başkalarının söylemesini bekleriz ve bu şablona uyarken davranışlarımız ve düşüncelerimiz mekanik bir hal alır, tepkilerimiz otomatikleşir. Bunu kendimizde kolayca gözlemleyebiliriz.

Yüzyıllardır her şey bize öğretmenlerimiz, yetkililerimiz, kitaplarımız, evliyalarımız tarafından hazır lokma olarak su-

nuluyor. “Bana her şeyi anlat – dağların, tepelerin ve dünyanın ardında ne var?” diyoruz ve onların tanımlamaları bizi tatmin ediyor, bu da demek oluyor ki kelimelere dayalı bir yaşam sürüyoruz ve hayatımız sığ ve boş. Biz ikinci el insanlarız. Hayatımızı bize anlatılanlarla devam ettirdik; ya heveslerimizin ve eğilimlerimizin gösterdiği yönde gittik ya da olaylar ve çevre tarafından dayatılanları kabul etmek zorunda bırakıldık. Bin bir çeşit tesirin ürünüyüz ve içimizde yeni bir şey yok, kendi başımıza keşfettiğimiz hiçbir şey yok; özgün, bozulmamış, lekesiz herhangi bir şey.

Dinbilim tarihi boyunca dini liderler tarafından, bazı ibadetlerde bulunur, bazı duaları veya mantraları tekrarlar, bazı şablonlara uyarsak, arzularımızı bastırırsak, düşüncelerimizi kontrol altında tutarsak, tutkularımızı yüceltirsek, isteklerimizi sınırlarsak, cinsel arzularımızdan uzak durursak zihnimiz ve bedenimiz yeterince acı çektikten sonra, bu küçük hayatın ötesinde bir şeyler bulacağımız konusunda temin edildik. Ve dindar denen milyonlarca insan da yüzyıllar boyu aynen denildiği gibi yaptı; kâh inzivaya çekilip, çöle dağlara, bir mağaraya ya da elinde bir dilenci tasıyla köyden köye dolaşarak, kâh gruplar halinde bir manastıra girerek, zihinlerini, önceden belirlenmiş bir şablona uydurmaya zorladılar. Ama acı çeken bir zihin, kırık dökük bir zihin, bütün karmaşalardan uzaklaşmak isteyen, dış dünyayı inkâr etmiş, disiplin ve itaat yüzünden körelmiş bir zihin – böyle bir zihin, ne kadar uzun süre ararsa arasın, sadece kendi çarpıtılmış bakış açısına uyan şeyler bulacaktır.

Onun için, bence insanın endişe, suçluluk, korku ve rekabet hisleriyle dolu bu yaşamın ötesinde bir şey olup olmadığını keşfetmek için tamamen farklı bir yaklaşıma sahip olması şart. Geleneksel yaklaşım, dıştan içe doğru ilerlemek ve zaman içinde, pratik yaparak ve bir şeylerden feragat ederek içimizdeki o çiçeğe, o iç güzelliğine ve sevgiye yavaşça ulaş-

maktır – aslında kendini dar kafalı, adi ve bayağı hale getirecek her şeyi yapmak demektir bu; azar azar soymak; acele etmemek; yarın da olur, öbür hayatta da olur – ve insan en sonunda merkeze vardığında orada bir şey olmadığını görür çünkü zihni artık yetilerini kaybetmiş, körelmiş ve hissizleşmiştir.

Bu süreci gözlemleyince insan kendine soruyor, bambaşka bir yaklaşım olamaz mı – yani içten dışa doğru bir patlama mümkün değil mi?

Dünya geleneksel yaklaşımı benimser ve ona göre hareket eder. İçimizdeki karmaşanın temel nedeni bir başkasının vaat ettiği gerçekliği arıyor olmamızdır; bize huzurlu bir manevi hayatın güvencesini veren birini robot gibi takip ederiz. Çoğumuz zalim hükümetlere ve diktatörlüğe karşıyken bir başkasının zihnimizi ve yaşam biçimimizi çarpıtan otoritesini, diktatörlüğünü içten içe kabul etmemiz gerçekten de çok şaşırtıcı bir durumdur. Dolayısıyla, ruhani otorite olarak adlandırılan her şeyi, bütün törenleri, ritüelleri ve doktrinleri sadece aklımızda değil, gerçek hayatta da tamamen reddedersek, tek başımızayız ve şimdiden toplumla bir zıtlasma içine girmişiz demektir; artık saygıdeğer insanlar olduğumuz günler geride kalmıştır. Saygıdeğer bir insanın o sonsuz, sınırsız gerçekliğe yaklaşması mümkün değildir.

Böylece tamamen yanlış bir şeyi –geleneksel yaklaşımı– reddederek bir başlangıç yapmış bulunuyorsunuz ama onu sadece tepkisel olarak reddederseniz içinde kısılp kalacağınız başka bir kısırdöngü yaratmış olursunuz; aklınızdan bu reddedişin çok iyi bir fikir olduğunu geçirir ama bu konuda hiçbir şey yapmazsanız, o noktadan ileri gidemezsiniz. Ama bu yaklaşımı, ne kadar ahmakça ve çocukça olduğunu anladığınız için redederseniz, özgür olduğunuz ve korkmadığınız için onu müthiş bir akıllılıkla reddederseniz, kendi içinizde ve çevrenizde büyük bir kargaşaya neden olursunuz ama saygınlık tuzağından da kurtulursunuz. İşte o zaman artık bir

şeyleri aramadığınızın farkına varırsınız. Öğrenmeniz gereken ilk şey de budur: Aramamak. Ararken aslında bütün yaptığınız vitrinlere bakmaktır.

Bir Tanrının ya da hakikatin ya da gerçekliğin –ya da her ne derseniz– olup olmadığı sorusu kitaplar, rahipler, filozoflar ya da kurtarıcılar tarafından asla cevaplanamaz. Sizden başka hiç kimse ve hiçbir şey bu soruyu cevaplayamaz, işte bu yüzden kendinizi tanımanız gereklidir. Toyluk ancak kendinden tamamen bihaber olmaktan doğar. Kendini anlamak bilgeliğin başlangıcıdır.

Peki ‘kendin’ nedir, birey olarak ‘sen’ nedir? Bence insanla birey arasında bir fark var. Birey yerel bir varlıktır, belli bir ülkede yaşar, belli bir kültüre, topluma, dine aittir. İnsan yerel bir varlık değildir. Her yerdedir. Birey hayat denen âlemin sadece belli bir köşesinde faaliyet gösterirse faaliyetinin bütünle hiçbir ilgisi yoktur. Öyleyse parçadan değil bütünden bahsettiğimiz unutulmamalıdır çünkü küçük olan büyük olanın içindedir ama büyük olan küçük olanın içinde değildir. Birey küçük, şartlanmış, zavallı, hedefine ulaşamamış bir varlıktır, küçük Tanrılarından ve küçük geleneklerinden memnundur ama insanın tasası dünyadaki bütün refah, sefalet ve karmaşadır.

Biz insanlar milyonlarca yıldır nasılsak yine öyleyiz: İnanılmaz derecede açgözlü, haset dolu, saldırgan, kıskanç, vesveseli ve ümitsiz, arada sırada da anlık neşe ve sevgi parıltıları saçan varlıklarız. Nefret, korku ve şefkatin tuhaf bir karışımıyız; hem şiddetiz hem de barış. Dışarıdan bakılınca öküz arabasından jetlere doğru bir ilerleme var ama psikolojik anlamda birey hiç değişmemiştir ve dünyanın her yerinde toplumun yapısını yaratan bireylerdir. Dıştaki sosyal yapı bizim insan olarak kurduğumuz ilişkilerin psikolojik iç yapısının bir sonucudur, çünkü birey insanın tüm deneyimlerinin, bilgisinin ve davranışlarının ürünüdür. Her birimiz geçmiş

içinde barındıran birer depoyuz. Birey, bütün insan ırkını içinde barındıran insandır. İnsanlığın bütün geçmiş tarihi benliklerimizde yazılıdır

İçinde yaşadığınız güç, makam, prestij, şöhret, başarı ve bunların dışındaki her şeyi arzulayan bu rekabetçi kültürde içinizde ve dışınızda neler olup bitiyor gözlemleyin- çok gurur duyduğunuz o başarıları, içerdiği her tür ilişkide nefrete, düşmanlığa, vahşete ve bitmek bilmeyen savaflara yol açan bir çatışma barındıran yaşamak dediğiniz bu âlemi gözlemleyin. Bu alem, bu hayat, bildiğimiz tek şey ve bu müthiş varoluş savaşını anlayamadığımız için doğal olarak ondan korkuyor ve bin bir çeşit kurnazca yol bulup ondan kaçıyoruz. Bilinmeyen- den de korkuyoruz; ölümden, yarının ötesinde bizi nelerin beklediğinden korkuyoruz. Yani bilinen- den de korkuyoruz, bilinmeyen- den de. Günlük hayatımız bundan ibaret ve içinde umuda yer yok, dolayısıyla her tür felsefe, her teolojik kavram, sadece var olanın gerçekliğinden bir kaçıştan ibaret.

Savaşların, devrimlerin, reformların, kanunların ve ideolojilerin yol açtığı bütün görünürdeki değişimler, insanın ve dolayısıyla da toplumun temel mizacını değiştirme konusunda tamamen başarısız oldu. Bu korkunç derecede çirkin dünyada yaşayan insanlar olarak, soralım kendimize, bu rekabet, vahşet ve korkuya dayalı toplum sona erebilir mi? Aklımızdan geçen bir fikir ya da bir ümit değil, gerçek bir olay olarak, insan zihni taze, yeni ve masum olabilir, tamamen farklı bir dünya yaratabilir mi? Bence bu ancak her birimiz şu önemli gerçeğin bilincine varırsak mümkün olur: Dünyanın neresinde yaşıyorsak yaşayalım ya da hangi kültüre ait olursak olalım birey olarak, insan olarak dünyanın genel durumundan bütünüyle sorumluyuz.

Her birimiz, kendi hayatlarımızdaki saldırganlık, milliyetçiliğimiz, bencilliğimiz, Tanrılarımız, önyargılarımız ve ideallerimiz -ki hepsi de bizi ayıran faktörlerdir- yüzünden bütün

savaşlardan sorumluyuz. Ve ancak zihnimizde değil sahiden, aç ya da acı çekmekte olduğumuzun farkına varır gibi sahiden, sizin ve benim, bütün bu süregelen kaostan, dünyadaki sefaletten, günlük hayatımızda ona katkıda bulunduğumuz, savaşları, ayrımları, çirkinliği, vahşeti ve açgözlülüğüyle bu korkunç toplumun bir parçası olduğumuz için sorumlu olduğumuzu idrak ettiğimizde – ancak o zaman harekete geçeceğiz.

Ama tamamen farklı bir toplum yaratmak için bir insan ne yapabilir? Siz ve ben ne yapabiliriz? Kendimize çok ciddi bir soru soruyoruz. Yapılabilecek herhangi bir şey var mı? Ne *yapabiliriz*? Birisi bize söyleyecek mi? Bunu bize söyleyenler *oldu zaten*. Bu konuları bizden daha iyi bilmesi gereken sözde ruhani liderler, bizi eğip bükerek, şekillendirip yeni bir kalıba sokmaya çalışarak bunu söylediler; bu şekilde pek de bir yere varamadık; görmüş geçirmiş, eğitilmiş adamlar da söylediler ve o da bizi daha ileri götürmedi. Bize bütün yolların gerçeğe çıktığı söylendi –sizin bir Hindu olarak izleyeceğiniz bir yol vardır, bir başkasının Hristiyan olarak, başka birinin de Müslüman olarak ve hepsi aynı kapıda buluşur– ki dikkatlice düşünürseniz bu apaçık bir saçmalaktır. Gerçeğe giden bir yol yoktur, gerçeğin güzelliği de buradadır zaten, o yaşayan bir şeydir. Ölü bir şeye giden bir yol vardır çünkü o durağandır ama gerçeğin, yaşayan, hareket eden, belli bir yerde durmayan, hiçbir tapınakta, camide ya da kilisede bulunmayan, hiçbir dinin, öğretmenin, filozofun, hiç kimsenin size yolunu gösteremeyeceği bir şey olduğunu anladığınızda işte o zaman bu yaşayan şeyin aslında siz neyseniz o olduğunu –öfkeniz, vahşetiniz, şiddetiniz, ümitsizliğiniz, yaşadığınız acı ve keder– da anlarsınız. Gerçek bütün bunları anlamakta gizlidir ve gerçeği ancak hayatınızdaki bu saydığım şeylere hangi gözle bakacağınızı bilerseniz anlayabilirsiniz. Bu unsurlara da bir ideolojinin, sözcüklerden örülmüş bir perdenin, umutların ve korkuların arkasından bakamazsınız.

Dolayısıyla, gördüğünüz gibi kimseye güvenemezsiniz. Rehber, öğretmen ya da otorite yok. Sadece siz varsınız –diğer insanlarla ve dünyayla olan ilişkiniz var– başka bir şey yok. Bunun bilincine vardığınızda ya büyük bir ümitsizliğe kapılırsınız, bu da kötümserlik ve husumeti beraberinde getirir ya da dünyadan ve kendinizden, düşündüklerinizden, hissettiklerinizden ve davranış biçiminizden sizden başka kimsenin sorumlu olmadığı gerçeğiyle yüzleşince içinizdeki bütün kendine acıma duygusu ortadan kalkar. Normalde başkalarını suçlamaktan güç alırsınız ki bu da kendine acımanın başka bir çeşididir.

Öyleyse siz ve ben dışarıdan hiçbir etki olmadan, ikna edilmeden, cezalandırılmaktan korkmadan vahşi, saldırgan, rekabetçi, endişeli, korkak, açgözlü, kıskanç yanlarımızdan, günlük hayatımızı yaşadığımız yozlaşmış toplumu meydana getiren tüm bu özelliklerimizden kurtularak içimizde, varlığımızın ta özünde topyekûn bir devrim, psikolojik bir başkalaşım gerçekleştirebilir miyiz?

Şunu en baştan anlamakta fayda var: Herhangi bir felsefe veya teolojik fikirler örgüsü veya teolojik kavramlar öne sürmüyorum. Bence bütün ideolojiler ahmakça. Önemli olan, bir hayat felsefesi değil, günlük hayatımızda –hem görünür olanında, hem de iç dünyamızda– neler olup bittiğini gözlemlemektir. Neler olduğunu iyice yakından gözlemler ve incelerseniz, hayatımızın akıldaki kavramlar üzerine kurulu olduğunu görürsünüz, ama varlık yalnızca akıldan ibaret değildir; akıl sadece bir parçadır; bu *parça* ne kadar zekice oluşturulmuş, ne kadar eski ve geleneksel olursa olsun, varlığın sadece küçük bir parçasıdır, oysa bizim ele almamız gereken hayatın bütünüdür. Dünyada neler olup bittiğine de bakarsak aslında iç ve dış süreç diye iki ayrı şey olmadığını anlamaya başlarız; sadece bir tek, üniter bir süreç vardır, bu bütün, topyekûn bir harekettir; içteki hareket dıştaki hareketle

kendini ifade eder, dıştaki de yine içtekinde tepki verir. Bence tek ihtiyacımız olan buna bakabilmektir çünkü bakmayı bilirsek, her şey çok net bir hal alır, bakmak için de felsefeye, öğretmene ihtiyaç yoktur. Kimsenin size nasıl bakacağını söylemesine gerek yoktur. Sadece bakarsınız.

O zaman, bu tablonun bütünü, sözde değil, gerçekten görünce, kolayca, birdenbire, kendinizi değiştirebilir misiniz? Asıl mesele budur. Ruhta tam bir devrim gerçekleştirmek mümkün müdür?

Böyle bir soruya tepkiniz ne olur merak ediyorum. “Değişmek istemiyorum” diyebilirsiniz. Çoğu insan değişmek istemez, özellikle sosyal ve ekonomik açıdan güvende olanlar ya da dogmatik inançlara sahip olup kendilerini ve olayları olduğu gibi ya da biraz değiştirilmiş haliyle kabul etmekten hoşnut olanlar. O insanlar bizi ilgilendirmiyor. Ya da daha kurnazca, “Bu çok zor, bana göre değil,” diyebilirsiniz, bu da kendinize çoktan set çektiğiniz, soru sormayı bıraktığınız anlamına gelir ve daha ileri gitmenin bir yararı olmaz. Ya da, “Kendimde köklü bir iç değişikliğin gerekli olduğunu görüyorum ama bunu nasıl yapabilirim? Lütfen bana yol gösterin, o yola koyulmama yardımcı olun,” diyebilirsiniz. Bunu söylüyorsanız, sizi ilgilendiren değişimin kendisi değildir; aslında ilginizi çeken köklü bir devrim değildir: Sadece değişimi gerçekleştirebilmek için bir yöntem, bir sistem arıyorsunuz demektir.

Size bir sistem verecek kadar saf olsaydım, siz de onu uygulayacak kadar saf olsaydınız, bütün yaptığınız kopyalamak, taklit etmek, itaat etmek ve kabullenmekten ibaret olurdu, bunları yaptığınız zaman da benliğinize bir başkasının otoritesini yerleştirmişsiniz demektir, dolayısıyla o otoriteyle aranızda bir anlaşmazlık oluşur. Size öyle söylendiği için bir şey yapmanız gerektiğini düşünürsünüz ama yapmak bir türlü elinizden gelmez. Uymanız gerektiğini düşündüğünüz sistemle çakışan, kendinize özgü hevesleriniz, eğilimleriniz ve hissettiği-

niz baskılar vardır, bu yüzden de bir çelişki doğar. Böylece sistemin ideolojisiyle günlük yaşamınızın gerçeği arasında ikili bir hayat sürdürürsünüz. İdeolojiye uymaya çalışırken kendinizi bastırırsınız. Oysa gerçek olan ideoloji değil sizsiniz. Kendinizi başka birisinin düşüncelerine göre incelemeye çalışırsanız hep ikinci el bir insan olarak kalırsınız.

“Değişmek istiyorum, bana bunu nasıl yapacağımı söyleyin,” diyen kişi çok samimi, çok ciddiymiş gibi görünür ama değildir. İsteddiği, iç dünyasına çeki düzen vereceğini umduğu bir otoritedir. Ama otoritenin iç dünyaya düzen getirmesi mümkün müdür? Dışarıdan zorla kabul ettirilen bir düzen, daima düzensizlik yaratmaya mahkûmdur. Bunun doğruluğunu zihnen anlayabilirsiniz, ama bunu gerçekten uygulayabilir misiniz, aklınızın artık hiçbir otoriteyi –ne bir kitabın, bir öğretmenin, bir eşin, bir ebeveynin, bir arkadaşın ya da toplumun otoritesini yansıtmamasını sağlayabilir misiniz? Hep bir formülün şablonu içerisinde hareket etmiş olduğumuz için formül ideoloji ve otorite yerine geçer; ama “Nasıl değişebilirim?” sorusunun yeni bir otorite yarattığını gerçekten anladığınız an, otoriteyle işiniz kesin olarak bitmiştir.

Şunu yeniden açıkça ifade edelim: Varlığımın en derinlerinden başlayarak tamamen değişmem gerektiğini anlıyorum; artık hiçbir geleneğe bağlı kalamam çünkü gelenek, bu müthiş tembelliğin, kabullenişin ve itaatkârlığın nedeni; başka birisinden, bir öğretmenden, bir Tanrıdan, bir inançtan, bir sistemden ya da herhangi bir dış baskıdan veya etkiden değişmemde bana yardımcı olmasını da isteyemem. O zaman ne olur peki?

Öncelikle, bütün biçimleriyle otoriteyi reddedebiliyor musunuz? Reddedebiliyorsanız artık korkmuyorsunuz demektir. O zaman ne olur? Nesillerdir içinde taşıdığınız yanlış bir şeyi reddettiğinizde, herhangi bir yükten kurtulduğunuzda ne olur? Daha çok enerjiniz olur, değil mi? Daha çok kapasiteniz, daha çok gayretiniz olur, kuvvetiniz ve canlılığınız

artar. Bunu hissetmiyorsanız, yükü üzerinizden atmamışsınız, otoritenin ağırlığından kurtulamamışsınız demektir.

Ama o yükü attığınız ve içinde hiçbir korku –hata yapma korkusu, doğru ya da yanlış yapma korkusu– bulunmayan bir enerjiye sahip olduğunuzda, o zaman o enerjinin kendisi bir mutasyon değil midir? Çok büyük bir enerjiye ihtiyaç duyarız ve o enerjiyi korku yüzünden ziyan ederiz ama her tür korkuyu üzerinden atmaktan gelen bu enerji varolduğunda, o enerjinin kendisi iç dünyadaki köklü devrimi yaratır. Bu konuda hiçbir şey yapmanız gerekmez.

Böylece kendinizle baş başa kalırsınız, bu da bu konularda çok ciddi olan bir insanın içinde bulunması gereken haldir; artık hiç kimseden ve hiçbir şeyden yardım beklemediğiniz için de keşfetmekte özgürsünüz demektir. Ve özgürlüğün olduğu yerde enerji vardır; özgürlük varsa eğer, asla hata yapılmaz. Özgürlük başkaldırıdan tamamen farklıdır. Özgürlüğün olduğu yerde doğru ya da yanlış yapmak diye bir şey yoktur. *Özgürsünüzdür* ve o merkezden hareket edersiniz. Dolayısıyla korku yoktur ve korkusuz bir zihin büyük sevgi hissedebilir. Ve sevgi söz konusu olduğunda aynı zihin, istediği her şeyi yapabilir.

Onun için şimdi kendimiz hakkında yeni şeyler öğreneceğiz, benim ya da bir analizcinin ya da filozofun düşüncelerine göre değil kendimize göre –çünkü kendimizle ilgili şeyleri başkalarının düşüncelerine göre öğrenirsek kendimizi değil, onları tanımış oluruz– gerçekte ne olduğumuzu öğreneceğiz.

Kendi ruhsal yapımızda tam bir devrim gerçekleştirme konusunda hiçbir dış otoriteye bağlı kalamayacağımızı fark ettikten sonra kendi iç otoritemizi –kendimize ait küçük tecrübelerimizin ve görüşlerimizin, bilgimizin, fikirlerimizin ve ideallerimizin otoritesini– reddetmek gibi çok daha büyük bir zorluk çıkar karşımıza. Dün size bir şeyler öğreten bir de-

neyim geçirdiniz diyelim, onun size öğrettiği şey yeni bir otorite haline gelir ve dünün otoritesi de bin yılın otoritesi kadar yıkıcıdır. Kendimizi anlamak hiçbir otorite gerektirmez. Kendimizi anlamak için ne dünün otoritesi gerekir ne de bin yılın. Çünkü biz canlı varlıklarız, devamlı hareket eden, akan, hiç durmayan. Kendimize dünün ölü otoritesiyle baktığımız zaman yaşam denen hareketi, o hareketin güzelliğini ve niteliğini anlayamayız.

İster kendinizin olsun ister başkasının, her tür otoriteden kurtulmak, düne ait her şey karşısında bir ölü gibi tepkisiz olmaktır; böylece zihniniz daima taze, daima genç, daima masum, hayat ve tutku dolu kalır. İnsan ancak bu haldeyken öğrenebilir ve gözlemleyebilir. Bunun için de ileri düzeyde bir farkındalık gereklidir; iç dünyanızda neler olup bittiğine dair, o dünyayı düzeltmeyi ya da ona ne olup ne olamayacağını buyurmayı içermeyen gerçek bir farkındalık, zira onu düzelttiğiniz an başka bir otorite, bir sansürleme makamı tesis etmiş olursunuz.

Demek ki şimdi birlikte kendimizi inceleyeceğiz –siz okurken bir şeyler açıklayan, sözlerine katıldığınız ya da katılmadığınız bir tek kişi olmayacak, birlikte bir yolculuğa çıkacağız, zihinlerimizin en gizli köşelerine doğru bir keşif yolculuğuna. Böyle bir yolculuk yapabilmek için yükümüzün hafif olması; görüşleri, önyargıları ve kararları– son iki bin küsur yıldır topladığımız bütün o eski eşyaları yanımızda götürüremeyiz. Kendiniz hakkında bildiğiniz her şeyi unutun; şimdiye dek kendiniz hakkında düşündüğünüz her şeyi unutun; işe hiçbir şey bilmiyormuşuz gibi başlayacağız.

Dün gece çok yağmur yağdı ve şimdi hava açmaya başlıyor; bugün yepyeni bir gün. Gelin o günü hayatımızın tek günümüz gibi karşılayalım. Gelin yolculuğumuza düne ait bütün hatıraları geride bırakmış olarak çıkalım ve ilk defa kendimizi anlamaya başlayalım.

KENDİMİZİ TANIMAK
SADELİK ve ALÇAKGÖNÜLLÜLÜK
ŞARTLANMA

S ırf ben ya da bir başkası öyle söyledi diye kendinizi tanımanın önemli olduğunu düşünüyorsanız, korkarım aramızdaki bütün iletişim şu anda kopmuştur. Ama kendimizi tamamen anlamamızın hayati bir konu olduğunda hemfikirsek aramızda çok daha farklı bir ilişki var demektir, o zaman birlikte mutlu, dikkatli ve akıllı bir sorgulamayla incelememize başlayabiliriz.

Sizden inancınızı istemiyorum; kendimi bir otorite olarak ortaya koymuyorum. Size öğretecek hiçbir şeyim yok –yeni bir felsefem, yeni bir sistemim, insanı gerçekliğe götüren yeni bir yolum– hakikate giden bir yol olmadığı gibi, gerçekliğe giden bir yol da yoktur. Otorite tüm biçimleriyle, özellikle de düşünce ve anlama alanında, son derece yıkıcı ve kötü bir şeydir. Liderler destekçilerini yok ederler, destekçiler de liderlerini. Kendi kendinizin öğretmeni ve müridi olmalısınız. İnsanın değerli ya da gerekli kabul ettiği her şeyi sorgulamalısınız.

İnsan birilerinin peşinden gitmezse kendini çok yalnız hissederek. Yalnız olun o zaman. Yalnız kalmaktan niye korkuyorsunuz? Gerçek halinizle yüz yüze kalacağınız ve boş, sıkıcı, aptal, çirkin, suçlu ve endişeli olduğunuzu; önemsiz, bayağı, ikinci el bir varlık olduğunuzu anlayacağınız için. Bu gerçekle yüzleşin; onu inceleyin, ondan kaçmayın. Kaçtığınız an korku başlar.

Kendi kendimizi araştırırken kendimizi dünyanın geri kalanından soyutlamıyoruz. Bu sağlıklı bir süreç değil. Dünyanın her yerinde insanlar bizim takılıp kaldığımız günlük sorunlara takılıp kalmış durumda, yani kendimizi incelemekle nevroitik bir davranış sergilemiş olmuyoruz çünkü bireyle

topluluk arasında bir fark yok. Bu bir gerçek. Dünyayı şimdiki halimle yarattım. Onun için parçayla bütün arasındaki bu çarpışmanın içinde kaybolmayalım.

Kendi benliğimin tümünün –ki bu bireyin ve toplumun bilincidir– farkına varmalıyım. Ancak o zaman, zihin bu bireysel ve sosyal bilincin ötesine geçtiğinde, kendim için hiç sönmeyen bir ışık olabilirim.

Şimdi, kendimizi anlamaya nereden başlayacağız? Burada-
yım, kendimi nasıl inceleyeceğim, gözlemleyeceğim, iç dünyamda gerçekte neler olduğunu nasıl anlayacağım? Kendimi ancak bir şeyle ilişki kurarken gözlemleyebilirim çünkü hayatın kendisi ilişkiden ibaret. Bir köşede oturup kendim hakkında düşünmenin yararı yok. Tek başıma var olamam. Ancak insanlarla, nesnelerle ve fikirlerle ilişki kurarak var olurum; ve ancak iç dünyama ait şeylerin yanı sıra dış dünyadaki şeylerle ve insanlarla olan ilişkiyi inceleyerek kendimi anlamaya başlarım. Diğer bütün anlayış şekilleri soyut kavramlardan ibarettir ve ben kendimi soyut bir kavram olarak inceleyemem; ben soyut bir varlık değilim; dolayısıyla kendimi gerçekteki halimle, olmayı istediğim gibi değil, olduğum gibi incelemek zorundayım.

Anlamak zihinsel bir süreç değildir. Kendiniz hakkınızda bilgi edinmek ve kendiniz hakkınızda bir şeyler öğrenmek farklı şeylerdir; çünkü hakkınızda topladığınız bilgi daima geçmişe aittir, geçmişin yükünü taşıyan bir zihin de hüznü bir zihindir. Kendiniz hakkında bir şeyler öğrenmek bir dil ya da teknoloji ya da bir bilim öğrenmeye benzemez –o zaman tabii ki birikim yapmak ve hatırlamak zorundasınız, en baştan başlamak çok saçma olur– ama psikoloji alanında kendinizle ilgili bir şeyler öğrenmek hep şimdiki zamanda, bilgi ise hep geçmiştir; çoğumuz da geçmişte yaşadığımız ve geçmişten memnun olduğumuz için bilgi olağanüstü önemli bir hal alır. Bu yüzden bilgiç, akıllı, kurnaz olana taparız.

Ama devamlı öğrenme halindeyseniz, her dakika yeni bir şey öğreniyorsanız, izleyerek ve dinleyerek, görerek ve yaparak öğreniyorsanız, öğrenmenin geçmişi olmayan devamlı bir hareket hali olduğunu anlarsınız.

Kendinizle ilgili şeyleri yavaş yavaş, gittikçe daha çok şey ekleyerek, azar azar öğreneceğinizi söylüyorsanız, kendinizi şimdi olduğunuz halinizde değil, edinilmiş bilgiler aracılığıyla inceliyorsunuz demektir. Öğrenmek büyük hassasiyet gerektirir. Ortada bir fikir, yani geçmişe ait, şimdiki zamana hükmeden bir şey varsa, hassasiyet yoktur. O durumda zihin keskin, esnek ve uyanık değildir. Çoğumuz fiziksel olarak bile hassas değiliz. Aşırı yemek yiyoruz, doğru beslenmeyi önemsemiyoruz, aşırı sigara ve içki içiyoruz, vücutlarımız iri ve hissiz bir hal alıyor; organizmanın kendisindeki dikkat becerisi körleşiyor. Organizmanın kendisi hissiz ve ağır uyanık, hassas, net bir zihin nasıl mümkün olabilir ki? Bizi şahsen etkileyen bazı konularda hassas olabiliriz ama hayatın barındırdığı bütün farklı manalara tamamen duyarlı olmak organizmayla ruh arasında hiçbir ayrılık olmamasını gerektirir. Bu, bütünü kapsayan bir harekettir.

Bir şeyi anlamak için onunla yaşamamız, onu gözlemlememiz, bütün içeriğini, doğasını, yapısını, hareketlerini bilmeniz şarttır. Hiç kendinizle yaşamayı denediniz mi? Denerseniz, 'kendiniz'in durağan bir hal olmadığını, taze, canlı bir varlık olduğunu anlamaya başlarsınız. Canlı bir varlıkla birlikte yaşamak için zihninizin de canlı olması gerekir. Ve görüşlere, hükümlere, değerlere takılıp kalmışsa zihin canlı olamaz.

Kendi zihninizin ve kalbinizin, bütün benliğinizin hareketini gözlemlemek için özgür bir zihne sahip olmalısınız, bir fikre katılan ya da karşı çıkan, bir tartışmada taraf tutan, sözcükler hakkında bile tartışan bir zihne değil, anlamak amacıyla takip eden bir zihne – ki bunu yapmak çok zordur, çünkü çoğumuz bir ırmağın güzelliğine bakmayı ya da ağaçların arasından esen rüzgârı dinlemeyi bilmediğimiz gibi kendi

varlığımıza nasıl bakmamız ya da onu nasıl dinlememiz gerektiğini de bilmiyoruz.

Bir şeyi kınar ya da onu haklı çıkarırken olayları net bir şekilde göremeyiz, zihinlerimiz de hiç durmadan düşünceler dönüp dururken de; o zaman *olanı* gözlemleyemeyiz; sadece kendi yarattığımız yansımaları görürüz. Hepimizin aklında, olduğumuz ya da olmamız gerektiğini düşündüğümüz şeye dair bir tasvir vardır ve o tasvir, o tablo, kendimizi olduğumuz gibi görmemizi engeller.

Bir şeye basit bir şekilde bakmak dünyadaki en zor şeylerden biridir. Zihinlerimiz çok karmaşık olduğundan, basitlik denen özelliği yitirmişiz. Giysilerdeki veya yiyeceklerdeki basitlikten, üzerine sadece bir peştemal giymekten ya da oruç tutma rekoru kırmaktan ya da ermişlerin teşvik ettiği diğer çocukça saçmalıklardan bahsetmiyorum; kastettiğim, olaylara korkmadan dosdoğru bakıp bizi hiçbir çarpıtma olmaksızın, gerçekte olduğumuz gibi görebilen, yalan söylediğimizde yalan söyledin diyebilen, bunu örtbas etmeye ya da bundan kaçmaya çalışmayan türden bir sadelik.

Kendimizi anlamak için ayrıca alçakgönüllülüğe ihtiyacımız var. İşe, “Kendimi tanıyorum,” diyerek başlarsanız kendiniz hakkında yeni şeyler öğrenmeyi zaten bırakmışsınızdır; veya, “Hakkımda öğrenilecek pek bir şey yok çünkü ben bir hatıralar, fikirler, deneyimler ve gelenekler toplamıyım,” dersiniz, o zaman da kendinizle ilgili gerçekleri öğrenmeyi bırakmış olursunuz. Bir şeyleri başardığınız an, o masumiyet ve alçakgönüllülük özelliğini yitirirsiniz; bir sonuca vardığınız ya da bilgilerden yola çıkarak incelemeye başladığınız an bitersiniz çünkü o zaman her canlı varlığı eskiye göre yorumlarsınız. Oysa ortada sağlam basabileceğiniz bir yer, bir kesinlik, bir başarı yoksa, incelemekte, başarmakta özgür olursunuz. Ve özgür gözlerle bakınca, her şey hep yepyenidir. Kendinden emin olan kişi aslında insan olarak ölüdür.

Ama doğduğumuz andan öldüğümüz ana kadar beyinlerimiz belli bir kültür tarafından “ben” denilen dar kalıpla şekillendirilirken bakmakta ve öğrenmekte nasıl özgür olabiliriz ki? Yüzyıllardır milliyet, kast, sınıf, gelenek, din, dil, eğitim, edebiyat, sanat, alışkanlık, düzen, her çeşit propaganda, ekonomik baskı, yediğimiz yemek, içinde yaşadığımız iklim, ailemiz, arkadaşlarımız, deneyimlerimiz –aklınıza gelebilecek her türlü etki– tarafından şartlandırılıyor, bu yüzden her türlü soruna gösterdiğimiz tepkiler de şartlandırılmış.

Şartlandırılmış olduğunuzun farkında mısınız? Kendinize ilk sormanız gereken soru, şartlandırmadan nasıl kurtulabiliriz değil, budur. Şartlandırmadan hiç kurtulamayabilirsiniz ve “Bundan kurtulmalıyım,” dersanız, bir başka şartlandırma türünün tuzağına düşebilirsiniz. Öyleyse şartlandırılmış olduğunuzun farkında mısınız? Bir ağaca bakıp, “Bu bir meşe ağacı,” ya da “Bu bir banyan ağacı,” dediğiniz zaman bile ağaca verilen adın –ki botanik bilgisidir– sizi ne kadar şartlandırmış olduğunu ve kelimenin ağacı gerçekten görmenizi engellediğini biliyor musunuz? Ağaçla temas kurabilmek için elinizi ona dokundurmanız gerekir ve kelimeler ağaca dokunmanıza yardımcı olmaz.

Şartlandırıldığınızı nereden biliyorsunuz? Bunu size söyleyen ne? Size aç olduğunuzu söyleyen nedir? Teori olarak değil, bir gerçek olarak açlığınızı anlamanızı sağlayan nedir? Aynı şekilde, şartlandırılmış olduğunuz gerçeğini nasıl meydana çıkarabilirsiniz? Bir sorun, bir zorluk karşısında verdiğiniz tepki sayesinde değil mi? Her zorluğa şartlandırılma biçiminize uygun olarak tepki verirsiniz ve şartlandırılma biçiminiz, yetersiz olduğundan, daima yetersiz bir tepki verir.

Farkına vardığınızda, ırkın, dinin ve kültürün yarattığı bu şartlanma bir hapsolme hissini de beraberinde getirir mi? Bir tek şartlanma türünü ele alın, milliyeti mesela, o şartlanmanın cidden, tamamen farkına varın ve bakın bakalım ondan hoşlanıyor musunuz, yoksa ona isyan mı ediyorsunuz; isyan

ediyorsanız, bütün şartlanmaları kırmak istiyor musunuz? Şartlanmaktan memnunsanız tabii ki bu konuda hiçbir şey yapmayacaksınız ama memnun değilseniz şartlanmanın bilincine vardığınızda onsuz hiçbir şey yapmadığınızı fark edeceksiniz. *Hiçbir şey!* İşte bu yüzden daima geçmişte, ölülerle birlikte yaşıyorsunuz.

Nasıl şartlanmış olduğunuzu, ancak zevkin devamlılığı ya da acıdan kaçınma konusunda bir sorun olduğunda görebilirsiniz. Etrafınızdaki herkes kusursuz bir şekilde mutluyorsa, eşiniz sizi seviyorsa, siz de onu seviyorsanız, güzel bir eviniz, güzel çocuklarınız ve yeterince paranız varsa, şartlanmış olduğunuzun hiç de farkına varmazsınız. Ama rahatsız edici bir durum olunca –eşiniz başka birisine bakınca ya da siz para kaybedince ya da savaş veya başka bir acı veya endişe tehdidi altında kalınca– o zaman şartlandığınızı anlarsınız. Rahatsız edici bir durumla baş etmeye çalışırken ya da kendinizi herhangi bir iç veya dış tehdide karşı korumaya çalışırken şartlanmış olduğunuzun ayrımına varırsınız. Çoğumuz da zaten çoğu zaman –yüzeysel anlamda ya da derinden– rahatsız olduğumuzdan, bu rahatsızlığın kendisi şartlanmış olduğumuzu gösterir. Bir hayvan okşandığı sürece olumlu tepki verir ama kışkırtıldığı an, doğasındaki bütün şiddet ortaya çıkar.

Hayat, siyaset, ekonomik durum, dünyadaki ve içimizdeki dehşet, vahşet ve keder bizi rahatsız ediyor ve burdan da ne kadar sıkı sıkıya şartlanmış olduğumuzu anlıyoruz. Peki ne yapacağız? Çoğumuzun yaptığı gibi, bu rahatsızlığı kabullenip onunla birlikte mi yaşayacağız? Sırt ağrısıyla yaşamaya alışır gibi, ona alışacak mıyız? Ona tahammül mü edeceğiz?

Hepimiz olaylara tahammül etmeye, alışmaya ve suçu içinde bulduğumuz duruma atmaya meyilliyiz. “Ah, her şey olması gerektiği gibi olsaydı, farklı olurdu” ya da “Bana fırsat verin, yapmak istediklerimi gerçekleştireyim” ya da

“Hayatın adaletsizliği altında eziliyorum” deriz, rahatsızlıklarımızdan dolayı başkalarını, çevremizi ya da ekonomik koşulları suçlarız.

İnsan rahatsızlığa alıştıysa zihni körelmiş demektir, tıpkı insanın etrafındaki güzelliğe artık onu fark etmeyecek kadar alışabilmesi gibi. İnsan kayıtsızlaşır, katılaşır, acımasızlaşır ve zihni gittikçe körelir. Buna alışmazsak bir uyuşturucu madde alarak, siyasi bir gruba katılarak, bağırarak, yazarak, futbol maçına veya bir tapınağa veya kiliseye giderek ya da başka bir eğlence yolu bularak bundan kaçmaya çalışırız.

Gerçeklerden neden kaçarsınız? Ölümden korkarsınız –bunu sadece bir örnek olarak alıyorum– ve ölüm gerçeğini gizlemek için türlü teoriler, umutlar, inançlar icat ederiz ama gerçek hâlâ oradadır. Bir gerçeği anlayabilmek için onu incelemeli, ondan kaçmamalıyız. Birçoğumuz ölmek kadar yaşamaktan da korkuyoruz. Ailemiz için korkuyoruz, kamuoyundan korkuyoruz, işimizi, güvencemizi kaybetmekten ve başka yüzlerce şeyden korkuyoruz. Şurası basit bir gerçek ki bizler korkuyoruz, neden korktuğumuzun bir önemi yok. Peki bu gerçekle neden yüzleşemiyoruz?

Bir gerçekle ancak şimdiki zamanda yüzleşebilirsiniz, o gerçekten devamlı kaçtığınız için onun şimdiki zamanda varolmasına asla izin vermezseniz onunla asla yüzleşemezsiniz. Bizler de bir kaçış ağı oluşturacak kadar çok kaçış yolu geliştirdiğimiz için kaçma alışkanlığına takılıp kalıyoruz.

Eğer birazcık olsun duyarlıysanız, birazcık ciddiyseniz, sadece şartlanmanızın değil onun yol açtığı tehlikelerin, ne kadar vahşete ve nefrete sebep olduğunun da farkındasındır. Öyleyse, şartlanmanın getirdiği tehlikeyi görüyorsanız, neden bir şeyler yapmıyorsunuz? Tembel olduğunuz ve tembellik enerji eksikliği olduğu için mi? Ama yolunuzdaki bir yılan, bir uçurum veya bir yangın gibi acil bir fiziksel tehlikeyle karşı karşıya kaldığınızda enerji sıkıntısı olmaz. O za-

man şartlanmanızın ne kadar tehlikeli olduğunu gördüğünüzde neden harekete geçmiyorsunuz? Milliyetçiliğin kendi güvenliğiniz için bir tehlike oluşturduğunu görseniz, harekete geçmez miydiniz?

Cevap şu: Görmüyorsunuz. Zihinsel bir analiz sonucunda milliyetçiliğin sonunun kendi kendini imha etmek olduğunun farkına varabilirsiniz ama bunda duygusal bir içerik yoktur. Ancak duygusal bir içerik olduğu zaman canlanırsınız.

Şartlanmanızdaki tehlikeyi sadece zihinsel bir kavram olarak görürseniz, bu konuda hiçbir şey yapmazsınız. Bir tehlikeyi sadece bir fikir olarak görmek, fikirle hareket arasında bir çatışma yaratır ve o çatışma da bütün enerjinizi alır. Ancak şartlanmayı *ve* getirdiği tehlikeyi o anda bir uçuşu görmeye gibi gördüğünüz zaman harekete geçersiniz. Öyleyse *görmek harekete geçmektir*.

Çoğumuz hayatın içinden dikkatsizce geçip gideriz, hiç düşünmeden, içinde büyüdüğümüz çevreye göre tepkiler vererek ve bu tür tepkiler sadece daha çok esarete, daha çok şartlanmaya yol açar; ama bütün dikkatinizi şartlanmanıza verdiğiniz an, geçmişten tamamen kurtulduğunuzu, onun kendiliğinden sıyrılıp gittiğini göreceksiniz.

BİLİNÇ
HAYATIN BÜTÜNLÜĞÜ
FARKINDALIK

Şartlandığınızın farkına varınca tüm bilincinizi anlayacaksınız. Bilinç, düşüncenin faaliyette bulunduğu ve ilişkilerin var olduğu alandır. Bütün amaçlar, niyetler, arzular, zevkler, korkular, ilhamlar, hasretler, umutlar, kederler ve mutluluklar bu alanda yer alır. Ama biz bu bilinci aktif ve uyuyan, üst ve alt katmanlar diye ikiye ayırmış bulunuyoruz; yani bütün günlük düşünce, duygu ve aktiviteler yüzeyde, bunların altında da bilinçaltı denen, aşına olmadığımız, kendilerini zaman zaman bazı ima, sezgi ve rüyalarla açığa vuran şeyler var.

Biz hayatımızın büyük bir bölümünde bilincin küçücük bir köşesiyle meşgul oluyoruz; bilinçaltı dediğimiz, bütün o amaçları, korkuları, ırksal ve kalıtsal nitelikleri içinde barındıran geri kalanına nasıl girileceğini bile bilmiyoruz. Şimdi size soruyorum, bilinçaltı diye bir şey var mıdır aslında: Bu kelimeyi çok serbestçe kullanıyoruz. Böyle bir şey olduğunu kabul etmişiz ve psikanalistlerin ve psikologların bütün deyimleri ve mesleki terimleri dilimize sızmış; ama böyle bir şey var mı? Ve ona neden bu kadar çok önem veriyoruz? Bana kalırsa bu kavram zihnin bilinçli kısmı kadar önemsiz ve saçma – onun kadar dar, bağınaz, şartlanmış, endişeli ve bayağı.

Peki bilincin sadece bir parçasından, bir bölümünden değil de tümünden haberdar olmak mümkün müdür? Bütünden haberdarsanız daima dikkatinizin bir parçasını değil tümünü vererek iş görüyorsunuz demektir: Bunu anlamak önemli, çünkü insan bilincin tümünün tam anlamıyla farkına vardığında sürtüşme ortadan kalkar. Sürtüşme ancak *tüm* düşüncelerin, duyguların ve hareketlerin toplamı olan bilinci farklı katmanlara böldüğünüzde ortaya çıkar.

Parçalar halinde yaşıyoruz. Ofiste başka, evde başka birisiniz: Demokrasiden bahsediyorsunuz ama içten içe otokrasi yanlısısınız; komşunuzu sevmekten bahsediyorsunuz ama onunla rekabet ediyorsunuz; bir parçanız diğerinden bağımsız çalışıyor ve bakıyor. İçinizdeki bu parçalı varoluştan haberdar mısınız? Peki, kendi işleyişini, kendi düşünme yetisini parçalara ayırmış bir beyin bütünden haberdar olabilir mi? Bilincin tümüne bütünüyle, tam anlamıyla bakmak –ki bu, bütün bir insan olmak demektir– mümkün müdür?

Bütün o olağanüstü karmaşıklığıyla “ben”in ya da benliğin yapısını anlamaya çalışmak için adım adım ilerler, katmanları tek tek gün yüzüne çıkararak, her düşünceyi, hissi ve amacı inceleyerek hareket ederseniz, haftalar, aylar, yıllar sürebilecek bir analitik sürece takılıp kalırsınız – ve kendinizi anlama sürecine zamanı dahil ettiğinizde her türlü tahrifatı da hesaba katmanız gerekir çünkü benlik hareket halinde, canlı, mücadele eden, isteyen, inkâr eden bir varlıktır ve devamlı etkisinde olduğu baskılar, güçler ve tesirler vardır. O zaman bunun doğru yol olmadığını, kendinizi görmenin tek yolunun bütünüyle, derhal ve zamana bırakmadan bakmak olduğunu ve kendinizi ancak zihniniz parça parça değilken bir bütün olarak görebileceğinizi anlarsınız. Bütünde gördüğünüz şey gerçeğin kendisidir.

Peki, bunu yapabilir misiniz? Çoğumuz yapamayız çünkü çoğumuz soruna bu kadar ciddiyetle yaklaşmamışızdır, kendimizi hiç gerçek anlamda incelememiştir. Başkalarını suçlarız, olayları örtbas ederiz ya da bakmaktan korkarız. Ama tam anlamıyla bakarken tüm dikkatinizi, tüm varlığınızı, her şeyinizi –gözlerinizi, kulaklarınızı, sinirlerinizi– bu işe verirsiniz; kendinizi tamamen teslim ederek dikkat kesilirsiniz, o zaman da korkuya, çelişkiye yer kalmaz ve dolayısıyla ortada bir çatışma da olmaz.

Dikkatle konsantrasyon aynı şey değildir. Konsantrasyon dışlamaktır; tam bir farkındalık anlamına gelen dikkat ise

hiçbir şeyi dışlamaz. Bana öyle geliyor ki çoğumuz sadece neden bahsettiğimizizin değil çevremizin, etrafımızdaki renklerin, insanların, ağaçların şeklinin, bulutların, suyun hareketinin de farkında değiliz. Belki kendimizle, önemsiz küçük problemlerimizle, kendi fikir, zevk, uğraşı ve hırslarımızla fazlaca meşgul olduğumuz için objektif bir şekilde farkında değiliz. Oysa farkındalık hakkında bol bol konuşuyoruz. Bir defasında Hindistan'dayken bir arabayla yolculuk ediyordum. Arabayı bir şoför kullanıyordu, ben de yanında otuyordum. Arka koltukta hararetle farkındalık üzerine konuşan ve bana konuyla ilgili sorular soran üç beyefendi vardı, ne yazık ki o anda şoför de başka bir yöne bakıyordu ve bir keçiye ezdi, o üç beyefendi de hâlâ farkındalık hakkında konuşuyordu – bir keçiye ezdiklerinden tamamen habersiz olarak. Bir şeylerin farkında olmaya çalışan o üç beyefendiye bu dikkatsizlikleri işaret edilince bu onlar için büyük bir sürpriz oldu.

Bu çoğumuz için böyle. Ne dışımızdaki ne de içimizdeki şeylerin farkındayız. Bir kuşun, bir sineğin ya da bir yaprağın güzelliğini veya bütün karmaşık yanlarıyla bir insanı anlamak istiyorsanız bütün dikkatinizi vermelisiniz, bu da farkında olmaktır. Bütün dikkatinizi de ancak bir şeyi önemseydiğiniz zaman verebilirsiniz, ki önemsemek anlamayı gerçekten istemek demektir – o zaman bütün kalbinizi ve beyninizi öğrenmeye adarsınız.

Böyle bir farkındalık hali bir yılanla aynı odada yaşamaya benzer; her hareketini izlersiniz, çıkardığı en ufak sese karşı son derece hassas olursunuz. Böyle bir pür dikkat hali sırf enerjiden ibarettir; böyle bir farkındalık söz konusu olduğunda bütün benliğiniz bir anda gözler önüne serilir.

Kendinizi bu kadar derinlemesine incelediğinizde çok daha derine inebilirsiniz. "Daha derin" derken bir kıyaslama yapmıyoruz. Kıyaslamalar üzerinden düşünürüz hep: Derin –sığ, mutlu– mutsuz. Devamlı bir şeyleri ölçüp biçiyor, kıyaslıyo-

ruz. Peki insanın içinde sık ve derin diye farklı farklı haller var mıdır? “Benim aklım sık, sıradan, dar görüşlü, kapasitesi sınırlı,” dediğim zaman bütün bunları nereden biliyorum? Aklımı sizin daha parlak, daha geniş kapasiteye sahip, daha zeki ve çevik olan aklınızla karşılaştırdım da ondan. Bir karşılaştırma yapmadan kendi sıradanlığımı bilebiliyor muyum? Açken o açlığı dünyanın açlığıyla karşılaştırmam. Dünkü açlık bir fikir, bir hatıradan ibarettir.

Eğer durmadan kendimi sizinle kıyaslıyor, sizin gibi olmaya çalışıyorsam, gerçekte ne olduğumu inkâr ediyorum demektir. Dolayısıyla yaptığım bir aldanma yaratmaktır. Her tür karşılaştırmanın, tıpkı kendimi analiz ettiğimde, hakkımda bildiğim şeylere azar azar yenilerini eklediğimde ya da kendimi dışımdaki bir şeyle özdeşleştirdiğimde –bu ister devlet, ister bir kurtarıcı, ister bir ideoloji olsun– olduğu gibi, ancak daha ciddi aldanmalara ve daha büyük acıya neden olacağını anlayınca; bunların ve benzeri bütün süreçlerin sadece daha fazla boyun eğmeye ve dolayısıyla daha çok çatışmaya yol açacağını anlayınca; bütün bunları görünce hepsini bir kenara bırakırım. İşte o zaman beynim aramaya son verir. Bunu anlamak çok önemli. O anda beynim el yordamı ile aramayı, araştırmayı, sorgulamayı bırakmış demektir. Bu, zihninin her şeyin içinde bulunduğu halden memnun olduğu anlamına gelmez ama böyle bir zihinde aldanmaya yer yoktur. Böyle bir zihin bundan sonra tamamen farklı bir boyutta hareket edebilir. Genelde içinde yaşadığımız boyut, acı, zevk ve korkudan ibaret olan günlük hayat beyni şartlandırır, beynin doğasını kısıtlar, Bu acı, zevk ve korku ortadan kalkınca (bu artık sevinciniz olmadığı anlamına gelmez: Sevinç zevkten tamamen farklı bir şeydir) – işte o zaman beyin çatışmanın veya “ötekilik” hissinin bulunmadığı farklı bir boyutta çalışmaya başlar.

Kelimelerle ancak belli bir yere kadar gidebiliriz: Bunun ötesindeki şeyler kelimelere dökülemez çünkü kelime nesne-

nin kendisi değildir. Şu ana kadar olan kısmı tasvir edebilir, açıklayabiliriz ama hiçbir kelime veya açıklama kapıyı açamaz. Kapıyı açacak olan her gün farkında olmak ve dikkat etmektir; nasıl konuştuğumuzun, ne dediğimizin, nasıl yürüdüğümüzün, ne düşündüğümüzün farkında olmak. Bu bir odayı temizleyip onu düzenli tutmaya benzer. Odayı düzenli tutmak bir anlamda önemlidir ama başka bir anlamda *tamamen* önemsizdir. Odada düzen olmalıdır ama düzen kapıyı ya da pencereyi açamaz. Kapıyı açacak olan sizin iradeniz ya da isteğiniz değildir. *Ötekini* davet etmeniz mümkün değildir. Tek yapabileceğiniz, odayı düzenli tutmaktır; bu da getireceği yararlar için değil, erdemli olmak için erdemli olmak demektir. Akli başında, mantıklı, düzenli olmak. O zaman belki, şansınız varsa, pencere açılır ve rüzgâr içeri eser. Ya da esmeyebilir. Bu sizin ruh halinize bağlıdır. Ve o ruh halini ancak siz anlayabilirsiniz, onu gözlemleyerek ama asla şekillendirmeye çalışmayarak, asla taraf tutmayarak, asla karşı çıkmayarak, asla uyuşmayarak, asla bir şeyleri haklı çıkarmayarak, asla kınamayarak, asla yargılamayarak – bu da hiçbir seçme şansınız olmadan onu gözlemlemek anlamına gelir. Ve bu mecburi farkındalığın sonucunda belki kapı açılır ve hiçbir çatışmanın ve zamanın olmadığı o boyutun ne olduğunu öğrenirsiniz.

ZEVK ARAYIŞI

ARZU

DÜŞÜNCEYLE AYARTMA

HATIRALAR

SEVİNÇ

Önceki bölümde sevincin zevkten tamamen farklı bir şey olduğunu söylemiştik, öyleyse gelin zevkin nele-ri içerdiğini ve içinde zevk değil, büyük bir sevinç ve mutluluk hissi barındıran bir dünyada yaşamanın mümkün olup olmadığını birlikte görelim.

Hepimiz şekli ne olursa olsun zevki aramakla meşgulüz – zihinsel, duyulara hitap eden ya da kültürel zevk, ıslah etmenin, başkalarına ne yapacaklarını söylemenin, toplumdaki kötülükleri azaltmanın, iyilik yapmanın zevki; daha çok bilginin, daha fazla fiziksel tatminin, daha çok deneyim sahibi olmanın, hayatı daha iyi anlamının, akla dair bütün o zeki, kurnazca şeylerin verdiği zevk– ve en büyük zevk tabii ki Tanrı'ya sahip olmak.

Zevk toplumun yapısıdır. Beşikten mezara kadar gizlice, kurnazca ya da açıkça zevki ararız. Onun için aradığımız zevkin türü konusunda bence çok net olmalıyız, çünkü o tür ne olursa olsun, hayatlarımızın yönünü belirleyecek ve onu şekillendirecektir. Dolayısıyla her birimizin bu zevk meselesini yakından, ağırdan alarak nazikçe araştırması çok önemlidir çünkü zevki bulmak, sonra da onu besleyip canlı tutmak hayatın temel gereksinimlerinden biridir ve onsuz hayat sönük, saçma, kasvetli ve anlamsız bir hal alır.

O zaman hayatın yönü zevk tarafından niye belirlenmesin diye sorabilirsiniz. Nedeni çok basit: Zevk beraberinde acı, hayal kırıklığı, keder ve korkuyu ve korkudan doğan şiddeti getirir. Eğer o şekilde yaşamak istiyorsanız yaşayın. Dünyadaki insanların çoğu öyle yapıyor zaten ama kederden kurtulmak istiyorsanız zevkin tüm yapısını anlamak zorundasınız.

Zevki anlamak için onu yok saymak gerekir. Zevki yargılamıyoruz ya da doğru veya yanlış olduğunu söylemiyoruz ama eğer onu elde etmeye çalışıyorsak bunu gözlerimiz açık olarak, devamlı zevk arayan bir zihnin, kaçınılmaz biçimde, zevkin gölgesi olan acıyla karşılaşacağını bilerek yapalım. Biz her ne kadar zevkin peşinden koşup acıdan kaçınmaya çalışsak da ikisini birbirinden ayırmak mümkün değildir.

Peki zihin neden hep zevk talep ediyor? Neden zevk arzusuyla asil ve alçakça davranışlarda bulunuyoruz? Neden zevk denen pamuk ipliği uğruna fedakârlıklar yapıp acı çekiyoruz? Zevk nedir ve nasıl oluşur? Merak ediyorum, kendinize bu soruları hiç sordunuz ve cevapların sonuna kadar takipçisi oldunuz mu acaba?

Zevk dört aşamadan oluşur: Algı, hissetme, temas ve arzu. Diyelim güzel bir araba gördüm; ona bakmak içimde bir his, bir tepki oluşturur; sonra ona dokunurum ya da dokunduğumu hayal ederim, o zaman da ona sahip olma ve onunla hava atma arzusu kendini gösterir. Veya güzel bir bulut, göğe yükselen bir dağ, baharda yeni açmış bir yaprak, güzellik ve ihtişam dolu bir vadi, muhteşem bir günbatımı ya da zekâ ve hayat fışkıran güzel bir yüz görürüm, utangaçlık yüzünden güzelliğini kaybetmemiş bir yüz. Bütün bunlara büyük bir sevinçle bakarım ve ben onları incelerken ortada bir gözlemci yoktur, sadece saf bir güzellik vardır; tıpkı sevgi gibi. Bir an için bütün sorunlarım, endişelerim ve dertlerimle yok olurum; geriye sadece o olağanüstü şey kalır. Ona keyifle bakabilirim, bir saniye sonra da onu unuturum ya da zihin devreye girer ve problem de başlar; zihnim gördüğü şeyi ve ne onun kadar güzel olduğunu düşünür; kendi kendime, “onu defalarca görmek istiyorum” derim. Düşünce karşılaş-tırmaya, yargılamaya ve, “Buna yarın yine sahip olmalıyım,” demeye başlar. Bir an için haz vermiş olan bir deneyimin devamlılığı düşünce tarafından sağlanır.

Cinsel arzu ya da başka türden bir arzu için de aynı şey geçerlidir. Arzuda bir kötülük yoktur. Tepki vermek tamamen doğal bir şeydir. Bana bir iğne batırırsanız, felçli değilsem, tepki veririm. Ama sonra işin içine düşünce girer, o sevinç üzerine kafa yorar ve onu zevke dönüştürür. Düşünce yaşanan deneyimi tekrarlamak ister, tekrarladıkça deneyim gitgide daha mekanik bir hal alır; üzerinde ne kadar çok düşünürseniz, düşünce zevki o kadar güçlendirir. Böylece düşünce zevki arzu aracılığıyla yaratıp canlı tutar ve onun devamlılığını sağlar; dolayısıyla düşünce, arzunun güzel olan her şeye verdiği doğal tepkiyi çarpıtır. Düşünce o tepkiyi bir hatıraya dönüştürür, sonrasında da o konuyu defalarca düşünmek hatırayı besler.

Tabii hafızanın belli bir derecede önemli bir yeri de vardır. O olmadan günlük hayatta hiçbir şey yapamayız. Kendi alanı dahilinde etkili olsa da hafızaya pek bırakmayan bir ruh hali de var. Hatıralarla eli kolu bağlanmamış bir zihin gerçek bir özgürlüğe sahiptir.

Bir şeye tüm kalbinizle, tam olarak tepki verdiğiniz zaman aklınızda bunun hakkında pek az hatıra kaldığını fark ettiniz mi hiç? Ancak zor bir durum karşısında bütün varlığınıza tepki vermediğinizde bir çatışma, bir mücadele söz konusu olur, bu da şaşkınlığı ve zevki ya da acıyı beraberinde getirir. O mücadele de yeni bir hatıra yaratır. Başka hatıralar o hatıraya devamlı bir şeyler ekler, tepkiyi veren de bu hatıralardır. Hatıraların sonucu olan her şey eskidir, bunun için de asla özgür değildir. Düşünce özgürlüğü diye bir şey yoktur. Bu tam bir saçmalaktır.

Düşünce hiçbir zaman yeni değildir, çünkü düşünce hafızanın, deneyimlerin ve bilginin verdiği tepkidir. Düşünce, eski olduğu için, sevinçle izlediğiniz ve bir an için iliklerinize kadar hissettiğiniz bu şeyi eskitir. Daima eski olandan zevk alırsınız, yeni olandan değil. Yeni olanda zaman diye bir şey yoktur.

Bu yüzden eğer her şeye zevkin araya sızmasına izin vermeden bakabilirseniz –bir yüze, bir kışa, bir *sarinin* rengine, güneşin altında parıltıyan çarşaf gibi suyun güzelliğine ya da keyif veren herhangi bir şeye– bunlara yaşadığınız deneyimin yinelenmesini istemeden bakabilirseniz, o zaman acı ve korku yok olur, bunlar olmadığı için de büyük bir coşku hissedersiniz.

Zevki acıya çeviren onu yineleme ve devam ettirme çabasıdır. Bunu kendinizde gözlemleyin. Zevkin yinelenmesi isteginin kendisi acıya neden olur, çünkü artık dünkü gibi değildir. Yalnız estetik anlayışınızın yaşadığı keyfin aynısını değil, zihninizin o anda sahip olduğu özelliklerin de aynısını elde etmeye çalışırsınız ve bunlar sizden esirgenince incinir ve hayal kırıklığına uğrarsınız.

Birazcık zevkten mahrum bırakılınca neler olduğunu hiç gözlemlediniz mi? İstedığınızı elde edemeyince telaşlanır, kıskançlaşır, kindarlaşırsınız. İçki veya sigara içme, seks yapma veya istediğiniz her neyse onu yapma zevki sizden esirgendiğinde içten içe ne mücadeleler verdiğinizi fark ettiniz mi? Bütün bu yaşadıklarınız da bir çeşit korkudur, değil mi? İstedığınızı elde edememekten ya da elinizdekini kaybetmekten korkarsınız. Yıllardır tutunduğunuz bir inanç ya da ideoloji, mantık ya da hayat tarafından sarsılınca ya da sizden koparılıp alınca, tek başınıza kalmaktan korkmaz mısınız? O inanç size yıllarca memnuniyet ve zevk vermiştir ve elinizden alındığı zaman terk edilmiş ve bomboş bir halde kalakalırsınız ve siz başka tür bir zevk, başka bir inanç buluncaya değin o korku içinizde kalır.

Bence bu çok basit bir mesele ve bu kadar basit olduğu için de basitliğini görmemekte ısrar ediyoruz. Her şeyi zorlaştırmayı seviyoruz. Karınız bir başkasıyla ilgilense kıskançlık hissetmez misiniz? Kızmaz mısınız? Onu cezbeden erkekten nefret etmez misiniz? Bütün bunlar size zevk, arkadaşlık,

güven ve sahiplenmenin memnuniyetini vermiş olan bir şeyi kaybetme korkusundan ibaret değil midir?

Zevk arayışının olduğu yerde acının da olacağını anlıyorsanız, isterseniz o şekilde yaşayın ama o hayata bilinçsizce dalmayın. Ama eğer zevke son vermek istiyorsanız, ki bu aynı zamanda acıya son vermektir, zevkin yapısına tüm dikkatinizi vermelisiniz; keşişlerin ve sannyasilerin* yaptığı gibi günah olduğunu düşündükleri için hiçbir kadına bakmayarak ve bu şekilde kavrama kabiliyetlerini yok ederek zevki kesip atmamalı; zevkin bütün anlamını ve önemini görmelisiniz. O zaman hayatınız büyük bir sevinçle dolar. Sevinç, üzerinde düşünülebilecek bir şey değildir. Sevinç anlık bir şeydir, üzerine düşünürseniz, zevke dönüşür. Anda yaşamak, güzelliği anlık olarak algılamak ve zevk almaya çalışmadan ondan büyük bir sevinç duymak demektir.

* Sannyasi: gezgin Hint dervişi

KENDİNİ DÜŞÜNMEK
MEVKİ ARAYIŞI
KORKULAR ve TOPYEKÛN KORKU
DÜŞÜNCENİN PARÇALANIŞI
KORKUNUN SONU

Daha ileri gitmeden önce size sormak isterim: Hayattaki en temel, en kalıcı merakınız nedir? Bütün muğlak cevapları bir yana bırakıp bu soruyu doğrudan doğruya ve dürüstçe ele alsanız, cevabınız ne olurdu? Biliyor musunuz?

Cevap 'kendiniz' değil midir? En azından samimiyetle cevap verseydik birçoğumuz öyle derdik. Beni kendi ilerlemem, işim, ailem, içinde yaşadığım küçük köşe, kendime daha iyi bir mevki edinmek, daha çok prestij, daha çok güç elde etmek, başkalarına daha fazla hükmetmek vs. ilgilendiriyor. Kendimize çoğumuzun öncelikli olarak "önce ben"le ilgilenildiğini itiraf etmek mantıklı olmaz mı?

Bazılarımız öncelikli olarak kendimizle ilgilenmenin yanlış olduğunu söyleyebilir. Ama bu gerçeği nadiren dürüstçe itiraf etmemizin dışında bunda ne kötülük var ki? İtiraf etsek de bundan utanç duyarız. Durum bu işte: İnsan temelde kendisiyle ilgilenir ve bazı ideolojik veya geleneksel nedenlerden dolayı bunun yanlış olduğunu düşünür. Ama insanın ne *düşündüğünün* önemi yoktur. Yanlış olması unsurunu neden meseleye dahil edelim ki? *Yanlış* dediğimiz bir fikir, bir kavramdır. *Gerçek olan* insanın öncelikli ve kalıcı olarak kendisiyle ilgilendiğidir.

Kendini düşünmektense bir başkasına yardım etmenin daha tatminkâr olduğunu söyleyebilirsiniz. Aradaki fark nedir peki? İkisi de kendini düşünmektir. Başkalarına yardım etmek sizi daha çok tatmin ediyorsa, ilgilendiğiniz şey sizi neyin daha çok tatmin edeceğidir. Meseleye ideolojik kavramları sokmaya ne gerek var? Böyle ikili düşünmek niye? Neden şöyle demiyoruz: "İster seks, ister başkalarına yardım etmek,

ister büyük bir aziz, bilim insanı veya politikacı olmak konusunda olsun, gerçekte istediğim şey tatmin.” Sonuçta süreç aynı, değil mi? Türlü çeşitli yollarla –kurnazca ya da aleni olarak– istediğimiz şey tatmindir. Özgürlük istediğimizi söylerken aslında özgürlüğün müthiş tatminkâr olabileceğini düşündüğümüz için isteriz, en büyük tatmin de tabii ki şu kendini gerçekleştirme denilen tuhaf fikirdir. Gerçekte aradığımız, içinde hiçbir tatminsizlik olmayan bir tatmindir.

Çoğumuz toplumda bir mevki sahibi olma tatminini arzularız çünkü önemli biri olamamaktan korkarız. Toplumun öyle bir yapısı var ki saygıdeğer bir mevkiye sahip bir vatan-daş büyük nezaket görüyor, mevkisi olmayan birisi ise hor görülüyor. Dünyada herkes bir mevki istiyor ve ister toplum-da, ister aile içinde, ister Tanrı katında olsun, bu mevkinin başkaları tarafından kabul görmesi gerekiyor, yoksa mevki sayılmıyor. Hep bir kaidenin üstünde oturmamız gerekiyor. İç dünyamızda birer dert ve talihsizlik girdabıyız, onun için dışarıdan büyük bir şahsiyet olarak görülmek çok memnuniyet veriyor. Mevkiye, prestije, güce ve toplum tarafından herhangi bir açıdan önemli kabul edilmeye duyduğumuz bu arzu aslında başkalarının üzerinde egemenlik kurma isteğidir ve bu istek de saldırganlığın farklı bir şeklidir. Ermişliğine uygun bir mevki peşinde koşan ermiş çiftliğin avlusunda birbirlerini gagalayan tavuklar kadar saldırgandır. Peki bu saldırganlığın nedeni nedir? Korku, değil mi?

Korku hayattaki en büyük sorunlardan biridir. Korkuya kapılmış bir zihin şaşkınlık ve çatışma halinde yaşar, o yüzden de ancak şiddete meyilli, çarpık ve saldırgan olabilir. Kendi düşünce kalıplarından uzaklaşmaya cesaret edemez, bu da ikiye bölünmüşlüğü açar. Korkudan kurtulmadığımız sürece, ister en yüksek dağa tırmanalım ister mümkün olan her tanrıyı icat edelim, daima karanlıkta kalmaya mahkûmuz.

Böyle yozlaşmış, saçma bir toplumda yaşadığımızdan, aldığımız yarışma tarzındaki, korkuya neden olan eğitimin de etkisiyle hepimiz çeşitli korkuların ağırlığını içimizde hissediyoruz; korku ise hayatımızın her gününü bozan, çarpıtan ve sönükleştiren bir şeydir.

Fiziksel korku da var ama o hayvanlardan bize miras kalan bir tepki. Burada bizi ilgilendiren psikolojik korkular, çünkü köklü psikolojik korkularımızı anladığımız zaman hayvani korkularla baş edebiliriz, oysa önce hayvani korkularla ilgilenmek psikolojik korkuları anlamamıza asla yardımcı olmaya-caktır.

Hepimiz bir şeyden korkarız; korku soyutlanmış halde var olamaz, hep bir şeyle ilintilidir. Kendi korkularınızı biliyor musunuz? İşinizi kaybetmekten, yeterince yiyecek veya paraya sahip olamamaktan, komşularınızın veya toplumun hakkınızda ne düşündüğünden ya da başarılı birisi olamamaktan, toplumdaki yerinizi kaybetmekten, küçümsemekten veya alay konusu olmaktan duyulan korku; acı ve hastalık, hükmedilme, sevginin ne olduğunu asla bilememe, sevil-meme, eşinizi veya çocuklarınızı kaybetme, ölüm, ölüme benzer bir dünyada yaşama, can sıkıntısı, başkalarının zihin-lerindeki imgenize layık olamama, inancınızı yitirme korku-su; bütün bunlar ve sayısız başka korkular... Siz kendi korkularınızı biliyor musunuz? Peki, bunlarla ilgili genelde ne yapıyorsunuz? Onlardan kaçırıyorsunuz, değil mi ya da üst-lerini örtmek için fikirler ve imgeler icat ediyorsunuz? Ama korkulardan kaçmak onları büyütmekten başka bir işe ya-ramaz.

Korkunun en büyük nedenlerinden biri kendimizle yüzleş-mek istemememizdir. Bu yüzden korkuların yanı sıra onlar-dan kurtulmak için geliştirdiğimiz kaçış yollarını da inceleme-miz gerekir. Beynin de bir parçasını oluşturduğu zihin korku-yu yenmeye, bastırmaya, disiplin altına almaya, kontrol etme-ye, başka bir şeyin diliyle yorumlamaya çalışırsa anlaşmazlık

ve çatışma baş gösterir, bu çatışma da enerjinin boşa harcanmasıdır.

O zaman kendimize ilk sormamız gereken soru, korku nedir ve nasıl ortaya çıkar olmalıdır. Korku kelimesiyle neyi kastediyoruz? Kendime korkunun ne olduğunu soruyorum, nelerden korktuğumu değil.

Belirli bir hayat tarzım var, belirli bir şekilde düşünüyorum, belirli inançlarım ve dogmalarım var ve bu varoluş kalıplarının bozulmasını istemiyorum çünkü köklerim onlarda. Bozulma bir "bilmeme" hali yarattığı ve bundan hoşlanmadığım için o kalıpların altüst olmalarını istemiyorum. Bildiğim ve inandığım her şeyden koparılırsam, gideceğim yerdeki durumdan makul derecede emin olmak isterim. Bu yüzden beyindeki hücreler bir şablon yaratmışlar ve güvensiz olabilecek başka bir şablon yaratmayı reddediyorlar. Kesinlikten belirsizliğe doğru olan harekete ben korku diyorum.

Şu anda burada otururken korkmuyorum; şimdiki zamanda korkmuyorum, başıma bir şey gelmiyor, kimse beni tehdit etmiyor veya benden bir şey alıp götürmüyor. Ama yaşanan anın ötesinde, zihnin derinlerinde, bilinçli ya da bilinçsiz olarak, gelecekte neler olabileceğini düşünen ya da geçmişten bir şeyin birden karşıma çıkmasından endişelenen bir katman var. Yani hem geçmişten hem de gelecekte korkuyorum. Zamanı geçmiş ve gelecek olarak ikiye ayırıyorum. Düşünce araya giriyor, "Dikkat et bir daha olmasın" ya da "Geleceğe hazır ol. Gelecek senin için tehlikeli olabilir. Şu anda elinde bir şey var ama onu kaybedebilirsin. Yarın ölebilirsin, eşin evi terk edebilir, işini kaybedebilirsin. Hiç ünlü olamayabilirsin. Yalnız kalabilirsin. Yarından emin olsan iyi olur," diyor.

Şimdi kendi korkunuzu ele alın. Onu inceleyin. Ona nasıl tepki verdiğinizi izleyin. Hiçbir kaçma girişiminde bulunmadan, haklı çıkarmadan, kınamadan ya da bastırmadan onu inceleyebiliyor musunuz? Korkuya neden olan kelime olmaksız-

zın korkunuza bakabiliyor musunuz? Örneğin ölüme, ölüm korkusunu uyandıran o kelime olmadan bakabiliyor musunuz? Kelimenin kendisi bile bir titremeye neden oluyor değil mi, tıpkı sevgi kelimesinin de beraberinde bir titreme, bir imge getirmesi gibi? Şimdi, zihninizdeki ölüme dair imge, gördüğünüz tüm ölümlerin hatırası ve kendinizi o olaylarla ilişkilendirmeniz... Korkuyu yaratan bu imge mi? Yoksa aslında sonu yaratan imgeden değil, sona ermekten mi korkuyorsunuz? Korkmanıza neden olan ölüm kelimesi mi, sonun kendisi mi? Korkmanıza neden olan bir kelime ya da hatırıysa o zaten korku değildir.

Diyelim ki iki yıl önce hastalandınız ve o acının, o hastalığın hatırası hâlâ içinizde duruyor, ve o hatıra, "Dikkat et, bir daha hastalanma," diyor. Yani hatıra çağrıştırdıklarıyla birlikte korkuyu yaratıyor, aslında bu da korku değil çünkü şu anda sağlığını çok iyi durumda. Düşünce, hafızanın verdiği tepki olduğu ve hatıralar hep eski olduğu için daima eski olan düşünce, zamanla korktuğunuz hissini uyandırır ki bu gerçek değildir. Gerçek olan, sağlıklı olduğunuzdur. Ama zihinde bir hatıra olarak kalmış olan deneyim, "Dikkat et, bir daha hastalanma," düşüncesini uyandırır.

Böylece düşüncenin belli bir tür korkuyu yarattığını görmüş olduk. Ama bunun haricinde bir korku var mıdır? Korku daima düşünceden mi doğar ve eğer öyleyse başka tür bir korku var mıdır? Ölümden korkarız, yani yarın veya yarından sonra, zaman içinde olacak bir şeyden. Gerçekle olacak şeyler arasında bir mesafe vardır. Düşünce gelecekteki o durumu deneyimlemiştir; ölümü gözlemleyerek "öleceğim" der. Ölüm korkusunu düşünce yaratır, yaratmazsa korku diye bir şey kalır mı?

Korku düşüncenin ürünü müdür? Öyleyse, düşünce daima eski olduğuna göre, korku da daima eskidir. Dedğimiz gibi, yeni bir düşünce yoktur. Bir düşüncayı tanıyorsak, o zaten eskidir. Öyleyse bizim korktuğumuz, eskinin tekrar etme-

sidir; geçmişte olanın düşüncesinin geleceğe yansımalarıdır. Dolayısıyla korkunun sebebi düşüncedir. Bu böyledir, bunu kendiniz de görebilirsiniz. Bir şeyle ansızın yüzleştığınızde korku hissetmezsiniz. Ancak düşünce işe karışınca korku ortaya çıkar.

Öyleyse şimdi soracağımız soru şudur: Zihnin tamamen, bütünüyle şimdiki zamanda yaşaması mümkün müdür? Ancak böyle bir zihinde korku olmaz. Ama bunu anlayabilmek için, düşüncenin, hafızanın ve zamanın yapısını kavramanız gerekir. Bunları zekâyla ya da sözlü olarak değil, gerçekten kalbinizle, zihninizle, sezgilerinizle anlamak sizi korkudan kurtaracaktır; işte o zaman zihin düşünceyi korku yaratmadan kullanabilir.

Hafıza gibi düşünce de tabii ki günlük yaşam için gereklidir. İşyerinde çalışırken vs. iletişim kurmak için elimizdeki tek araçtır. Düşünce hatıralara verilen tepkidir; deneyim, bilgi, gelenek ve zamanın vasıtasıyla biriktirilmiş hatıralara. Biz de hatıraların oluşturduğu bu zeminden hareketle tepki veririz ve bu tepki de düşünmektir. Öyleyse bazı düzeylerde düşünce zaruridir ama düşünce psikolojik bakımdan kendisini gelecek ve geçmiş olarak gösterip zevkin yanı sıra korku da yaratınca zihin körelir ve bundan dolayı hareketsizlik kaçınılmaz olur.

O yüzden kendime sorarım, “Neden, neden, neden, gelecek ve geçmiş zevk ve acı bağlamında düşünüyorum, üstelik böyle düşünmenin korkuyu doğurduğunu bilebile? Psikolojik bakımdan düşüncenin durması mümkün değil midir? Aksi takdirde korku hiçbir zaman bitmeyecektir.”

Düşüncenin işlevlerinden biri devamlı bir şeyle meşgul olmaktır. Çoğumuz, kendimizi olduğumuz gibi göremeyelim diye zihinlerimizin devamlı meşgul olmasını isteriz. İçimizin boş kalmasından korkarız. Korkularımızla yüzleşmekten korkarız.

Korkularınızın bilinciniz dahilinde farkında olabilirsiniz ama zihninizin daha derindeki katmanlarında onların farkında mısınız? Peki, saklanmış, gizli korkuları nasıl ortaya çıkaracaksınız? Korku, bilinçli korkular ve bilinçaltı korkuları diye ikiye mi ayrılmalı? Bu çok önemli bir soru. Uzmanlar, psikologlar, psikanalistler korkuyu derin ve yüzeysel diye iki katmana ayırmış bulunuyorlar ama psikoloğun ya da benim dediğimi dinlerseniz, bizim teorilerimizi, dogmalarımızı, bilgimizi anlamış olursunuz, kendinizi anlamış olmazsınız. Kendinizi Freud'a, Jung'a ya da bana göre anlayamazsınız. Başka insanların teorilerinin hiçbir önemi yoktur. Korku, bilinçli korkular ve bilinçaltı korkuları diye ikiye mi ayrılmalı sorusunu *kendinize* sormalısınız. Yoksa sadece başka biçimlere soktuğunuz tek bir korku mu vardır? Yalnızca tek bir arzu vardır; yalnızca arzu vardır. Arzu edersiniz. Arzunun yöneldiği şeyler değişir ama arzu hep aynıdır. Öyleyse belki de aynı şekilde yalnız korku vardır. Birçok şeyden korkarsınız ama sadece bir tek korku vardır.

Korkunun bölünemeyeceğini anlayınca bu bilinçaltı meselesini tamamen ortadan kaldırdığınızı ve böylece psikolog ve psikanalistleri kandırdığınızı göreceksiniz. Korkunun kendisini farklı şekillerde ifade eden tek bir hareket olduğunu görünce ve hareketin yöneldiği nesnenin değil, hareketin kendisinin ayırımına varınca çok büyük bir soruyla karşı karşıya kalırsınız: Zihnin yarattığı parçalanma olmadan bu korkuyu nasıl inceleyebilirsiniz?

Korku bir bütündür ama parçalar halinde düşünen zihin bu tablonun bütününe nasıl gözlemleyebilir ki? Gözlemleyebilir mi? Bugüne kadar parçalara ayrılmış bir hayat sürdük, korkuyu da ancak düşünce denilen parçalı süreç aracılığıyla inceleyebiliriz. Düşünme mekanizması her şeyi parçalara ayırarak işler: Sizi severim ve sizden nefret ederim, düşmanımsınızdır, dostumsunuzdur; kendime özgü huylarım ve eğilimlerim, işim, mevkim, prestijim, eşim, çocuğum,

benim ülkem ve sizin ülkeniz, benim Tanrım ve sizin Tanrınız... Bütün bunlar düşüncenin parçalara ayrılmasıdır. Ve bu düşünce, bir bütün olarak korkuya bakar ya da bakmaya çalışır ve onu parçalara indirger. Dolayısıyla anlarız ki zihin, korkuya bir bütün olarak ancak bir düşünce hareketi yokken bakabilir.

Hiçbir sonuç çıkarmadan, hakkında topladığınız bilgilerin hiçbir müdahalesi olmadan korkuyu izleyebilir misiniz? Bunu yapamıyorsanız, izlediğiniz şey korku değil geçmiştir ; yapabiliyorsanız, korkuyu ilk kez geçmişin müdahalesi olmadan izliyorsunuz demektir.

Ancak zihniniz çok sakinken korkuyu izleyebilirsiniz, tıpkı birilerinin ne dediğini ancak zihniniz kendi kendisiyle gevezelik etmezken, kendi sorunları ve endişeleri hakkında kendisiyle bir diyalog sürdürmezken dinleyebileceğiniz gibi. Aynı şekilde siz de korkunuza onu çözmeye çalışmadan, karşıtı olan cesareti işin içine sokmadan bakabilir misiniz? Ondan kaçmak yerine ona gerçekten bakabilir misiniz? "Onu kontrol etmeliyim, ondan kurtulmalıyım, onu anlamalıyım," dediğiniz zaman aslında ondan kaçmaya çalışıyorsunuz demektir.

Bir bulutu, ağacı ya da bir nehrin akışını oldukça sakin bir zihinle gözlemleyebilirsiniz çünkü bunlar sizin için fazla önemli değildir ama kendini izlemek çok daha zordur çünkü o zaman talepler çok pratik, tepkiler çok hızlıdır. Öyleyse korku ya da ümitsizlik, yalnızlık ya da kıskançlık veya başka herhangi bir çirkin ruh haliyle direk temastayken, o ruh haline bütünüyle bakabilir misiniz? Zihninizi onu görebilecek kadar sessiz kılacak bir bütünlükle bakabilir misiniz?

Zihin korkunun çeşitlerini değil, kendisini algılayabilir mi? Korktuğunuz şeyi değil, bir bütün olarak korkuyu algılayabilir mi? Sadece korkunun detaylarını inceler ya da korkularınızla teker teker mücadele etmeye çalışırsanız, ana mesele-

leye asla varamazsınız ki bu da korkuyla yaşamayı öğrenmektir.

Korku gibi canlı bir şeyle birlikte yaşamak, son derece kolay kavrayan ve hiçbir önceden varılmış sonuç barındırmayan, bundan dolayı da korkunun her hareketini takip edebilen bir zihin ve kalp gerektirir. O zaman, onu gözlemler ve onunla birlikte yaşarsanız –ve bu bütün bir gün de sürmez, korkunun doğasını anlamak bir dakika ya da bir saniye sürer– onunla böyle tam olarak yaşarsanız kaçınılmaz olarak sorarsınız: “Korkuyla yaşayan varlık kim? Korkuyu gözlemleyen, korkunun ana gerçeğinin farkına varmanın yanı sıra korkunun farklı biçimlerinin de tüm hareketlerini izleyen kim? Gözlemci, kendisi hakkında birçok bilgi ve veri toplamış ölü bir varlık, durağan bir şey midir; gözlemleyen ve korku denen hareketle bir arada yaşayan bu ölü şey midir? Gözlemci, geçmiş midir, yoksa canlı bir varlık mıdır?” Cevabınız nedir? Bana cevap vermeyin, kendinize cevap verin. Siz yani gözlemci, canlı bir varlığı izleyen ölü bir şey misiniz, yoksa canlı bir varlığı izleyen canlı bir varlık mısınız? Çünkü gözlemcide iki hal de mevcuttur.

Gözlemci korkuyu istemeyen sansürcüdür; gözlemci korkuya dair bütün deneyimlerinin toplamıdır. Dolayısıyla gözlemci korku dediği şeyden ayırır; aralarında mesafe vardır; gözlemci durmadan korkuyu yenmeye ya da ondan kaçmaya çalışır, korkuyla arasındaki bu bitmek bilmeyen mücadele de bu sebeptendir, bu mücadele enerjinin boşa harcanmasından başka bir şey değildir.

İzlerken gözlemcinin hiçbir geçerliği veya cismi olmayan bir fikirler ve anılar örgüsünden ibaret, korkunun ise bir hakikat olduğunu ve bir gerçeği soyut bir kavramı kullanarak anlamaya çalıştığınızı –ki bunu tabii ki yapamazsınız – öğrenirsiniz. Ama aslında, “korkuyorum” diyen gözlemciyle, gözlenen şey yani korku arasında bir fark var mıdır? Gözlemci korku-

nun *ta kendisidir*, bunun ayrımına varılınca da korkudan kurtulma çabasının neden olduğu enerji israfı sona erer ve gözlemciyle gözlenen şey, arasındaki zaman-mekân aralığı ortadan kaybolur. Korkudan ayrı bir şey değil, onun bir parçası –*ta kendisi*– olduğunuzu anlayınca, korku konusunda hiçbir şey yapamazsınız; işte o zaman korku tamamen biter.

ŞİDDET

ÖFKE

HAKLI ÇIKARMA ve KINAMA

İDEAL ve GERÇEK

Korku, zevk, keder, düşünce ve şiddet... Hepsi birbiriyle bağlantılıdır. Çoğumuz şiddetten, birisinden hoşlanmamaktan, belli bir ırka ya da gruba ait insanlardan nefret etmekten, başkalarına karşı düşmanca duygular beslemekten zevk alırız. Ama bütün şiddetin sona erdiği bir ruh halinde, çatışmaları, nefretleri ve korkuları beraberinde getiren şiddetten duyulan zevkten çok farklı bir sevinç vardır.

Şiddetin köküne inip ondan kurtulabilir miyiz? Aksi takdirde sonsuza dek birbirimizle kavga halinde yaşayacağız. Eğer o şekilde yaşamak istiyorsanız –ki görünüşe bakılırsa çoğu insan istiyor– devam edin; “Üzgünüm, şiddet asla bitmez,” diyorsanız, sizinle iletişim kurmamın yolu yoktur, kendinize set çekmişsiniz demektir; ama farklı bir şekilde yaşamak mümkün olabilir derseniz, birbirimizle iletişim kurabiliriz.

Öyleyse iletişim kurabilenlerimiz, içimizdeki her tür şiddete tamamen son verip bu korkunç derecede vahşi dünyada yaşamaya devam etmek mümkün müdür, birlikte düşünelim. Bence mümkündür. İçimde zerre kadar nefret, kıskançlık, endişe veya korku olmasın istiyorum. Tamamen huzur içinde yaşamak istiyorum. Bu ölmek istediğim anlamına gelmez. Bu olağanüstü, dopdolu bereketli güzel dünyada yaşamak istiyorum. Ağaçlara, çiçeklere, nehirlerle, çayırılara, kadınlara, oğlanlara ve kızlara bakmak ve aynı zamanda kendimle ve dünyayla tamamen barış içinde yaşamak istiyorum. Ne yapabilirim?

Şiddete, yalnız dışarıdan görülebilen, toplumdaki şiddete –savaşlar, isyanlar, ulusal düşmanlıklar ve sınıf çatışmaları–

değil, içimizdeki şiddete de nasıl bakacağımızı bilirsek, işte o zaman belki onu aşmayı başarabiliriz.

Bu çok karmaşık bir sorun. Yüzyıllardır insan hep şiddete yatkın oldu; dünyanın her yanında farklı dinler onu uslandırmaya çalıştı ve hiçbirisi başarılı olamadı. Bundan dolayı, eğer bu meseleye giriyorsak bence en azından bu konuda çok ciddi olmalıyız çünkü bu bizi çok farklı bir mecraya taşıyacak, ama sırf zihin eğlencesi olsun diye bu sorunla oyun oynayacaksak pek bir yere varamayız.

Siz kendi adınıza bu sorun konusunda çok ciddi olduğunuzu ama dünyadaki onca insan ciddi olmadığı ve bununla ilgili hiçbir şey yapmadığı sürece sizin bir şey yapmanızın bir işe yaramayacağını düşünebilirsiniz. Onların bunu ciddiye alıp almamaları umurumda değil. Ben ciddiye alıyorum, bu yeter. Ben kardeşimin bekçisi değilim. Bir insan olarak ben bu şiddet meselesinde çok hassasım ve kendi adıma şiddetten uzak duracağım –ama size veya bir başkasına, “Şiddet uygulama” diyemem. Siz bunu istemedikçe bunun bir anlamı olmaz. Öyleyse eğer siz kendiniz gerçekten bu şiddet sorununu anlamak istiyorsanız birlikte çıktığımız keşif gezisine devam edelim.

Bu şiddet sorunu dışarıda bir yerde mi, yoksa burada mı? Dış dünyadaki sorunu mu çözmek istiyorsunuz, yoksa içinde bulunan şekliyle şiddetin kendisini mi sorguluyorsunuz? Kendi içinde şiddet yoksa akla şu soru gelir: “Şiddet, açgözlülük, hırs, kıskançlık ve vahşet dolu bir dünyada nasıl yaşarın? Yok edilmez miyim?” Her zaman sorulan kaçınılmaz soru bu. Bana öyle geliyor ki böyle bir soru soruyorsanız, gerçekte barışçıl bir şekilde yaşamıyorsunuz demektir. Barışçıl bir şekilde yaşıyorsanız bu konuda hiçbir sorunuz olmaz. Orduya katılmayı reddettiğiniz için hapse atılabilir ya da savaşmayı reddettiğiniz için vurulabilirsiniz ama bu bir problem değildir; vurulursunuz. Bunu anlamak son derece önemli.

Bir gerçek olarak şiddeti anlamaya çalışıyoruz, bir fikir olarak değil, insanın içinde varolan bir gerçek olarak, o insan da benim. Bu meselenin içine girmek için de *tamamen* savunmasız ve ona karşı tamamen açık olmalıyım. Kendi kendimle yüzleşmeliyim –sizinle yüzleşmem şart değil çünkü bu ilginizi çekmeyebilir– ama ben, bu işi sonuna kadar götürmekte ısrar eden ve bir noktada durup daha ileri gitmeyeceğim demeyen bir ruh hali içinde olmalıyım.

Şimdi, şiddete meyilli bir insan olduğum benim için aşikâr olmalı. Şiddeti tecrübe ettim, öfkedeki, cinsel isteklerimdeki, nefretteki, düşmanlık yaratırkenki, kıskançlıktaki vs. şiddeti tecrübe ettim, tanıdım ve kendime şunları söylüyorum: “Bu problemi bütünüyle anlamak istiyorum, sadece savaşta kendini gösteren kısmını değil insandaki –hayvanlarda da bulunan– benim de bir parçası olduğum bu saldırganlığı anlamak istiyorum.”

Şiddet yalnız bir başkasını öldürmek değildir. Sivri bir söz söylememiz, birisini geçiştirmek için bir el hareketi yapmamız, korku yüzünden itaat etmemiz de şiddettir. Yani şiddet, Tanrı, toplum ya da ülke adına yapılan organize katliamdan ibaret değildir. Şiddet çok daha zor anlaşılır, çok daha derin bir şeydir, biz de şiddetin en derinlerine inmeye çalışıyoruz.

Kendinizi Hintli, Müslüman, Hristiyan, Avrupalı ya da başka bir şey olarak adlandırdığınızda şiddet uygulamış olursunuz. Bunun neden şiddet uygulamak olduğunu görebiliyor musunuz? Çünkü kendinizi insanlığın geri kalanından ayırmış olursunuz da ondan. Kendinizi inanç, milliyet veya geleceğe göre diğerlerinden ayırdığınız zaman bu şiddet doğurur. Onun için şiddeti anlamaya çalışan bir kişi hiçbir ülkeye, hiçbir dine, hiçbir partiye ya da taraflı sisteme ait değildir; insan bütünüyle anlamakla meşguldür.

Şiddet hakkında belli başlı iki düşünce ekolü vardır, biri, “Şiddet insanda doğuştan vardır,” diğeri de, “Şiddet insanın içinde yaşadığı sosyal ve kültürel mirasın bir sonucudur,”

der. Hangi ekolden olduğumuz bizi ilgilendirmiyor; bunun önemi yok. Önemli olan şiddet yanlısı olduğumuz *gerçeği*, bunun nedeni değil.

Şiddetin en yaygın dışavurum şekillerinden biri öfkedir. Eşim ya da kız kardeşim saldırıya uğradığı zaman haklı bir öfke duyduğumu söylerim; ülkem, fikirlerim, prensiplerim, hayat biçimim saldırıya uğradığı zaman haklı bir öfke hissedirim. Alışkanlıklarıma ya da önemsiz, küçük görüşlerime saldırıldığında da öfkelenirim. Ayağıma bastığınız ya da bana hakaret ettiğiniz zaman öfkelenirim veya karını kaçırsanız ve ben kıskançlık hissedersem, o kıskançlık haklı addedilir çünkü o benim malımdır. Ve bütün bu öfke, ahlaki açıdan haklı görülür. Ama ülkem için adam öldürmem de haklı görülür. O zaman, şiddetin bir parçası olan öfkeden bahsederken öfkeye, kendi eğilimlerimiz ve çevreden edindiğimiz güdülerden yola çıkarak, “haklı” ya da “haksız” öfke olarak mı bakmalıyız, yoksa yalnızca öfkeyi mi görmeliyiz? Haklı öfke diye bir şey var mıdır? Yoksa yalnızca öfke mi vardır? İyi etki ya da kötü etki diye bir şey yoktur, sadece etki vardır; ama işime gelmeyen bir şeyden etkilendiğim zaman onu kötü etki kabul ederim.

Ailenizi, ülkenizi, bayrak denen renkli bez parçasını, bir inancı, bir dogmayı, istediğiniz ya da elinizde bulundurduğunuz bir şeyi koruduğunuz an, o korumanın kendisi öfkenin göstergesidir. Öyleyse öfkeye herhangi bir açıklama ya da mazeret olmaksızın, “Mallarımı korumalıyım,” ya da “Kızmakta haklıydım” ya da “Kızmakla ne büyük aptallık ettim,” demeden bakabilir misiniz? Öfkeye kendi başına bir şey olarak bakabilir misiniz? Ona tamamen nesnel bir biçimde yani onu savunmadan veya kınamadan, bakabilir misiniz? Bunu yapabilir misiniz?

Size düşmanlık besliyorsam ya da ne harika bir insan olduğunuzu düşünüyorsam size bakabilir, sizi görebilir mi-

yim? Gerçekte kim olduğunuzu, ancak size bunların ikisine de yer vermeyen bir dikkatle bakarsam görebilirim. Peki, öfkeye de aynı şekilde –ki bu, bu sorun karşısında savunmasız olduğum, ona karşı koymadığım, bu sıradışı olguyu hiçbir tepki vermeden izlediğim anlamına gelir– bakabilir miyim?

Öfkeye tarafsızca bakmak çok zor çünkü o benim bir parçam ama yapmaya çalıştığım bu. İçinde şiddet olan bir insanım; tenimin rengi ister siyah olsun, ister kahverengi, ister beyaz, ister mor. Bu şiddet bana atalarımın miras kaldı, yoksa içindeki şiddeti toplum mu yarattı, beni ilgilendirmiyor; beni ilgilendiren tek şey ondan kurtulmanın mümkün olup olmadığı. Şiddetten arınmak benim için her şeyden önemli. Bu benim için seksten, yemekten, mevkiden daha önemli, çünkü bu şey beni yozlaştırıyor. Beni ve dünyayı mahvediyor ve ben onu anlamak, onu aşmak istiyorum. Kendimi dünyadaki bütün bu öfke ve şiddetten sorumlu hissediyorum. Kendimi sorumlu hissediyorum –bu sadece boş laf değil– ve kendime, “Ancak, bizzat ben, öfkenin, şiddetin, milliyetin ötesine geçersem bir şeyler yapabilirim,” diyorum. Ve içindeki şiddeti anlamam gerektiğini söyleyen bu his büyük bir öğrenme enerjisi ve tutkusunu da beraberinde getiriyor.

Ama şiddeti aşacaksam onu bastıramam, onu yok sayamam, “Eh, o benim bir parçam, bu böyle,” ya da, “Onu istemiyorum,” diyemem. Ona bakmam, onu incelemem, onunla çok yakınlaşmam gerek ve onu kınar ya da mazur görürsem onunla yakınlaşmam. Ama onu kınıyoruz aslında; haklı da çıkarıyoruz. O yüzden diyorum ki bir süre için onu kınamayı ya da haklı çıkarmayı bırakın.

Şiddeti durdurmak, savaşımlara bir son vermek istiyorsanız bunun için ne kadar yaşam enerjisi harcarsınız, kendinizden ne kadar fedakârlıkta bulunursunuz? Çocuklarınızın öldürülüyor olması, oğullarınızın orduya gönderilip orada sindirilmesi ve katledilmesi sizin için önemli değil mi? Umurunuzda

değil mi? Tanrım, sizi bu bile ilgilendirmiyorsa, ne ilgilendirir? Paranızı korumak mı? Eğlenmek mi? Uyuşturucu kullanmak mı? İçinizdeki bu şiddetin çocuklarınızı mahvettiğini görmüyor musunuz? Yoksa bunu sadece soyut bir kavram olarak mı görüyorsunuz?

Peki o zaman, ilgileniyorsanız öğrenmek için bütün benliğinizle dikkatinizi verin. Arkanıza yaslanıp, "Eh, anlat bakalım," demekle yetinmeyin. Öfkeye de şiddete de kınayan ve ya haklı çıkaran gözlerle bakılamayacağına ve bu şiddet konusu sizin için hayati bir sorun değilse, ikisinden de kurtulamayacağınıza dikkatinizi çekerim. Demek ki önce öğrenmeniz gerekiyor; öfkeye nasıl bakacağınızı, eşinize, çocuklarınıza hangi gözle bakacağınızı öğrenmelisiniz; politikacıyı dinlemeli, niçin nesnel olmadığını, neden kınadığınızı ya da mazur gördüğünüzü öğrenmelisiniz. İçinde yaşadığınız toplumsal yapının, Alman, Hintli, Zenci ya da Amerikalı olarak ya da her ne olarak doğduysanız o olarak-şartlandırılma biçiminizin -ayrıca bu şartlandırılmanın yol açtığı bütün zihnin körelmesinin- bir parçası olduğu için kınadığınızı ve haklı çıkardığınızı öğrenmeniz gerekiyor. Çok önemli bir şeyi öğrenmek, onu keşfetmek için derine inebilme kapasiteniz olması şarttır. Elinizdeki alet keskin değilse, körse derine inemezsiniz. O yüzden biz de aleti, yani zihni, bileyiyoruz - bütün bu mazur görmeler ve kınamalarla körelmiş olan zihni. Ancak zihniniz bir iğne kadar sivri ve bir elmas kadar sağlamsa derinlere nüfuz edebilirsiniz.

Arkanıza yaslanıp, "Öyle bir zihni nereden bulacağım?" diye sormanın bir faydası yoktur. Onu karnınız acıktığında istediğiniz yemek kadar çok istemelisiniz, ayrıca ona sahip olabilmek için de şunu görmeniz şart: Zihninizi körelten ve sersemleştiren, aslında etrafına duvarlar örmüş bulunan ve bahsettiğim kınama ve mazur görmenin bir parçası olan, "hiçbir şeyin sizi incitemeyeceği hissi"dir. Zihin bundan kurtulabilirse, o zaman bakabilir, inceleyebilir, nüfuz edebilir ve belki bü-

tün problemin tamamen farkında olduğunuz bir ruh haline erişebilirsiniz.

Asıl meseleye dönelim öyleyse: İçimizdeki şiddeti kökünden söküp atmak mümkün müdür? “Değişmemişsin, niye değişmedin?” demek bir tür şiddettir. Ben bunu yapmıyorum. Sizi *herhangi bir şeye* ikna etmek benim için bir şey ifade etmiyor. Bu sizin hayatınız, benim değil. Nasıl yaşayacağınız sizin bileceğiniz iş. Benim sorduğum soru şu: Psikolojik anlamda herhangi bir toplumda yaşayan bir insanın, içindeki şiddetten kurtulması mümkün müdür? Eğer mümkünse, bu sürecin kendisi bu dünyada farklı bir yaşam biçimi yaratacaktır.

Çoğumuz şiddeti bir yaşam biçimi olarak kabul etmişiz. İki korkunç savaş bize insanların aralarına –yani sizinle benim arama– daha da çok engel koymaktan başka hiçbir şey öğretmemiş. Ama şiddetten kurtulmak isteyenlerimiz bunu nasıl yapabilir? Analizle bir yere varabileceğimizi sanmıyorum; analizi yapan ister biz olalım, ister bir uzman olsun. Kendimizi azıcık değiştirebilir, biraz daha sevgi dolu, biraz daha sakin bir hayat sürebiliriz ama bu tek başına tam bir algılama sağlamaz. Ama nasıl analiz yapmam gerektiğini bilmem gerek, bu da analiz yapma sürecinde zihnimin son derece keskinleşeceği anlamına gelir ve tam algılamayı sağlayacak olan da o keskinlik, o dikkatlilik, o ciddiyet vasfıdır. İnsanın bir bakışta bütün meseleyi görebilecek gözleri yoktur; gözün öyle net görebilmesi ancak insan ayrıntıları görür ve ardından da *sıçrama yapabilirse* mümkün olur.

Bazılarımız şiddetten kurtulabilmek amacıyla “şiddetten kaçınma” diye bir kavramdan, bir idealden yararlanıyoruz ve şiddetin tam tersi olan bir ideale –şiddetten kaçınmaya– sahip olarak gerçekte var olandan kurtulabileceğimizi sanıyoruz –ama kurtulamayız. Sayısız ideallerimiz oldu şimdiye kadar, bütün kutsal kitaplar onlarla dolu ama biz hâlâ şiddet

uyguluyoruz. Öyleyse neden kelimeyi tamamen unutup şiddetin kendisiyle uğraşmıyoruz?

Gerçek olanı anlamak istiyorsanız bütün dikkatinizi, bütün enerjinizi ona vermelisiniz. Hayali ve ideal bir dünya yarattığınızda o dikkat ve enerji dağılır. Öyleyse ideal olanı tamamiyle kendinizden uzaklaştırabilir misiniz? Gerçekten ciddi olan, gerçeğin ve sevginin ne olduğunu anlama dürtüsüne sahip bir insanın aklında hiçbir kavram yoktur. Yalnız varolanda yaşar.

Kendi öfkenizi bir gerçek olarak inceleyebilmek için onun hakkında hiçbir hükümde bulunmamalısınız, çünkü tam tersini aklınıza getirdiğiniz an öfkeniz hakkında olumsuz hüküm vermiş olursunuz, dolayısıyla onu olduğu gibi göremezsiniz. Birini sevmediğinizi ya da ondan nefret ettiğinizi söylerseniz, kulağa çok korkunç da gelse bu bir gerçektir. O gerçeği görür, iyice incelerseniz sona erer ama, "Nefret etmemeliyim; kalbimde sevgi olmalı," dersiniz, o zaman çifte standartlarla dolu ikiyüzlü bir dünyada yaşıyorsunuz demektir. Anı tamamiyle, dolu dolu yaşamak hiçbir kınama ya da haklı çıkarma düşüncesi olmaksızın varolanla, gerçekle yaşamaktır – o zaman onu o kadar iyi anlarsınız ki onunla işiniz kalmaz. Net gördüğünüz zaman, sorun çözülür.

Ama şiddetin gerçek yüzünü net bir şekilde görebiliyor musunuz – yalnızca dışınızdaki şiddetin değil, içinizdeki şiddetin de yüzünü? Çünkü görebilmeniz, şiddetten kurtulmakta araç olarak kullanılacak herhangi bir ideolojiye geçit vermediğiniz için şiddetten tamamen arınmış olduğunuz anlamına gelir. Bu çok derin bir meditasyon gerektirir, sadece sözlü bir onay veya red cevabı değil.

Bir dizi cümle okudunuz ama gerçekten anladınız mı? Şartlanmış beyniniz, yaşam biçiminiz, içinde yaşadığınız toplumun yapısı bir gerçeğe bakıp ondan *anında* kurtulmanızı engelliyor. "Bunu düşüneceğim; şiddetten arınmanın mümkün olup olmadığını değerlendireceğim. Kurtulmaya çalışa-

cağım,” diyorsunuz. “Deneyeceğim,” diyorsunuz. Bu söyleyebileceğiniz en korkunç şeylerden biridir. Denemek, elinden geleni yapmak diye bir şey yoktur. Bir şeyi ya yaparsınız ya da yapmazsınız. Ev yanarken zamanın geçip gitmesine izin veriyorsunuz. Dünyanın her yanındaki ve içindeki şiddet yüzünden ev yanıyor ve siz, “Bir düşüneyim. Yangını söndürmek için en iyi ideoloji hangisidir?” diyorsunuz. Ev yanarken, suyu getiren adamın saçının rengini tartışır mısınız?

İLİŞKİLER

ÇATIŞMA

TOPLUM

YOKSULLUK

UYUŞTURUCU

BAĞIMLILIK

KARŞILAŞTIRMA

ARZU

İDEALLER

İKİYÜZLÜLÜK

Az önce ele aldığımız şiddetin sona ermesi durumu mutlaka kendisiyle barışık, dolayısıyla bütün ilişkilerinde başkalarıyla barışık olan bir ruh haline işaret etmez.

İnsanlar arasındaki ilişki, imge oluşturan savunma mekanizması üzerine kuruludur. Bütün ilişkilerimizde her birimiz aklımızda karşımızdaki hakkında bir imge yaratırız ve ilişki insanlar arasında değil, bu iki imge arasındadır. Bir kadının kocası hakkında oluşturduğu bir imge vardır –belki bilinçli olarak değil ama yine de vardır– kocanın da karısı hakkında oluşturduğu bir imge vardır. Ülkemiz ve kendimiz hakkında bir imgemiz vardır ve biz bu imgelere devamlı bir şeyler ekleyerek onları güçlendiririz. Aralarında ilişki bulunan da bu imgelerdir. İki insanın ya da birçok insanın arasındaki gerçek ilişki imge oluşumu söz konusu olduğu zaman tamamen sona erer.

Açıkça anlaşılacağı üzere bu imgelere dayalı bir ilişki, asla ilişkide huzur olmasını sağlayamaz çünkü o imgeler hayalidir ve insan soyut bir dünyada yaşayamaz. Oysa hepimizin yaptığı da bu: Fikirlerin, teorilerin, sembollerin, kendimiz ve başkaları hakkında yarattığımız, hiçbir gerçekliği olmayan imgelerin içinde yaşıyoruz. Bütün ilişkilerimiz, ister mal mülkle olsun, ister fikirlerle, ister insanlarla, temelde bu imge yaratma üzerine kurulu, o yüzden de devamlı bir çatışma halindeyiz.

O zaman kendi içimizde ve başkalarıyla olan bütün ilişkilerimizde nasıl barış içinde olabiliriz? Sonuçta hayat ilişki içinde bir harekettir, bunun dışında hayat diye bir şey yoktur. Ve eğer bu hayat soyut bir kavram, bir fikir ya da kurgusal bir varsayım üzerine kuruluysa, böyle soyut bir yaşam mut-

laka sonunda savaş meydanına dönen bir ilişkiyi de beraberinde getirir. Peki, insanın içinde mecburiyet, taklit etme, baskı ya da yüceltmeye yer olmayan, tamamen düzenli bir hayat sürmesi mümkün müdür? İç dünyasında, varlığını fikirlerin çerçevesinde ya da hayali, efsanevi, soyut bir dünyada değil, evdeki ve işyerindeki günlük hayatta gösteren, gerçekten yaşayan bir meziyet olan bir düzen, hiç bozulmayan içsel bir dinginlik kurabilir mi?

Bence bu soruna çok dikkatle eğilmeliyiz çünkü bilincimizde çatışmanın dokunmadığı en ufak bir nokta yoktur. Bütün ilişkilerimizde, ister en yakınumızla, ister komşumuzla, ister toplumla, bu çatışma mevcut – çatışma da çelişki, ayrılık, ikilik demektir. Kendimizi ve toplumla olan ilişkilerimizi gözlemlediğimizde varlığımızın her seviyesinde çatışmanın olduğunu görürüz – çok yüzeysel tepkilere ya da son derece yıkıcı sonuçlara yol açan küçük veya büyük çatışmalar.

İnsan rekabeti, kıskançlığı, hırsı, açgözlülüğü ve saldırganlığı doğal bir yaşama biçimi olarak kabul ettiğinden, çatışmayı günlük yaşamın doğal bir parçası olarak benimsemiş durumda. Böyle bir yaşam biçimini benimsediğimiz zaman toplumun yapısını olduğu gibi kabul ederiz ve saygınlık denen kalıp içinde yaşamaya başlarız. Çoğumuz da o kalıba sıkışıp kalmış bulunuyoruz çünkü çoğumuz aşırı derecede saygın olmak istiyoruz. Kendi zihnimizi ve duygularımızı, nasıl düşündüğümüzü, nasıl hissettiğimizi ve günlük hayatlarımızda nasıl davrandığımızı gözden geçirince toplumun şablonuna uyduğumuz sürece hayatın bir savaş meydanı olacağını görürüz. Eğer o şablonu benimsemezsek –ki dindar olan hiçbir insan böyle bir toplumu benimseyemez– o zaman toplumun psikolojik yapısından tamamen kurtuluruz.

Birçoğumuz toplumun bize verdiği şeyler açısından çok zenginiz. Toplumun bizde ve bizim de kendi içimizde yarattığımız şeyler –hırs, haset, öfke, nefret, kıskançlık ve en-

dişe- bakımından çok zenginiz. Dünyanın dört bir yanında çeşitli dinler hep yoksulluğu salık verdi. Keşiş bir cübbe giyer, ismini değiştirir, saçlarını kazıtır, bir hücreye girer ve yoksulluk ve bekârlık yemini eder; Doğu'da bir peştemal, bir cübbesi, günde bir tas yemeği vardır ve hepimiz böyle bir yoksulluğa saygı duyarız. Ama yoksulluk kisvesine bürünmüş bu insanlar manen yani psikolojik bakımdan toplumun verdiği şeyler açısından zengindirler çünkü hâlâ mevki ve prestij peşindedirler; şu ya da bu tarikata, şu ya da bu dine mensupturlar; hâlâ bir kültürün, bir geleneğin getirdiği ayrımların içinde yaşıyorlardır. Bu yoksulluk değildir. Yoksulluk biraz daha fazla giysiniz, biraz daha çok yiyeceğiniz de olsa -Tanrı aşkına, bunun ne önemi var ki?- toplumdan tamamen bağımsız olmaktır. Ama ne yazık ki birçok insanda bir teşhircilik dürtüsü var.

Zihin toplumdan kurtulunca yoksulluk olağanüstü güzel bir şeye dönüşür. İnsan iç dünyasında yoksul olmalıdır çünkü o zaman aramak, istemek, arzu diye bir şey kalmaz - hiçbir şey kalmaz! Ancak bu manevi yoksulluk, içinde çatışma olmayan bir hayatın ne kadar gerçek olduğunu görebilir. Böyle bir hayat hiçbir kilisede veya tapınakta bulunamayacak bir kutsanmadır.

Öyleyse kendimizi toplumun psikolojik yapısından nasıl kurtarabiliriz ki bu kendimizi çatışmanın özünden de kurtarmak demek olsun? Çatışmanın belli uzantılarını budamak ve kesip atmak kolay ama biz kendimize, iç dünyamızda ve dolayısıyla da dışımızdaki dünyada tam bir dinginlik içinde yaşamak mümkün müdür, diye soruyoruz. Bu ot gibi yaşayacağımız ya da atalete kapılacağımız anlamına gelmez. Aksine dinamik, canlı ve enerji dolu oluruz.

Herhangi bir problemi anlamak ve ondan kurtulmak için tutkulu ve devamlılığı olan bir enerjiye fazlasıyla ihtiyacımız vardır; yalnızca fiziksel ve zihinsel enerjiye değil, hiçbir ama-

ca, hiçbir psikolojik uyarıcıya veya uyuşturucuya bağımlı olmayan bir enerjiye. Bir uyarıcıya bağımlıysak o uyarıcının kendisi zihni köreltir ve hissizleştirir. Şu ya da bu ilacı alarak geçici bir süre için her şeyi çok net görecektir enerjiye sahip olabiliriz ama bir süre sonra önceki halimize geri döneriz, bundan dolayı da o ilaca gittikçe daha çok bağımlı hale geliriz. Tüm uyarılma şekilleri, ister kilise olsun, ister alkol, ister uyuşturucu, ister yazılı veya sözlü ifadeler, kaçınılmaz olarak bağımlılığa yol açacaktır; ve o bağımlılık kendi başımıza her şeyi net görmemize, dolayısıyla da hayat için gerekli enerjiye sahip olmamıza engel olur.

Ne yazık ki hepimiz psikolojik açıdan bir şeylere muhtacdır. Neden bağımlılık duyuyoruz? Bu bağımlı olma dürtüsünün nedeni ne? Bu yolculukta birlikteyiz; size bağımlılığınızın nedenlerini söylememi beklemiyorsunuzdur. Birlikte araştırırsak ikimiz de bir şeyler keşfetmiş olacağız, dolayısıyla bu size ait bir keşif olacak ve öyle olduğu için de size canlılık verecek.

Kendi kendime, bir şeylere bağımlı olduğumu keşfettim diyelim; –örneğin uyarılmamı sağlayacak bir seyirci grubuna. O seyircilerden, çok sayıda insana hitap etmekten, bir tür enerji alıyorum. Bu nedenle de bana katılınsınlar ya da katılmasınlar o seyirciye, o insanlara bağımlıyım. Bana ne kadar az katılırlarsa, o kadar çok enerji veriyorlar. Katılırlarsa konuşmam çok sık ve boş bir şey oluyor. Böylece, insanlara hitap etmek çok heyecan verici bir şey olduğu için seyirciye ihtiyaç duyduğumu keşfediyorum. Peki niye? Neden bağımlılık hissediyorum? Kendi başıma sık olduğum, kendi başıma hiçbir şeyim olmadığı, kendi başıma devamlı dolu, zengin, canlı, hareketli bir kaynağa sahip olmadığım için. O yüzden bağımlılık hissediyorum. Nedeni keşfettim artık.

Ama nedeni keşfetmek beni bağımlılıktan kurtaracak mı? Nedeni bulabilmek zekâyla alakalı bir şey, dolayısıyla zihni bağımlılığından kurtarmayacağı açık. Bir fikri zekânızla ka-

bul etmek ya da bir ideolojiyi duygusal anlamda kabullenmek zihni, onu uyaran şeye karşı bağımlılığından kurtarmaz. Zihni bağımlılıktan kurtaran, uyarılmanın bütün yapısını ve doğasını ve bağımlılığın zihni nasıl sersemlettiğini, körelttiğini ve tembelleştirdiğini görmektir. Sırf bunu bütünüyle görmek bile aklı hür kılar.

Öyleyse bütünüyle görmek ne demektir bunu araştırmalıyım. Hayata belli bir bakış açısıyla, ya da bende ayrı yeri olan özel bir deneyimin veya edindiğim belli bir bilginin penceresinden baktığım sürece –ki bu benim altyapım, “ben” dediğim şeydir– bütünüyle göremem. Zekâmla, kelimelerle ve analizle bağımlılığımın nedenini ortaya çıkarmış olabilirim ama düşüncenin incelediği her şeyin parçalı olması kaçınılmazdır, o yüzden bir şeyin tamamını ancak düşünce işin içine girmezse görebilirim.

O zaman bağımlılığımı bir gerçek olarak görürüm; gerçekten *olanı* görürüm. Bunu içimde hiçbir beğeni ya da nefret hissi olmadan görürüm; bağımlılıktan ya da ona neden olan şeyden kurtulmak gibi bir isteğim yoktur. Onu gözlemlerim ve bu şekilde gözlemlediğim zaman resmin bir kısmını değil, bütünü görürüm ve zihin resmin bütününe gördüğünde özgürlük başlar. Artık parçalanmanın enerji israfına neden olduğunu biliyorum. Enerjinin boşa harcanmasının temel nedenini buldum.

Birilerini taklit ettiğinizde, otoriteye boyun eğdiğinizde, rahibe, törelere, dogmaya, bir partiye ya da bir ideolojiye bağlı kaldığınızda enerjinin boşa harcanmadığını düşünebilirsiniz ama bir ideolojiyi takip etmek ve benimsemek, ister iyi ister kötü olsun, ister kutsal olsun ister olmasın, bölücü bir harekettir ve dolayısıyla bir çatışma sebebidir. Çatışma da “olması gereken” ile “olan” arasında bir ayrım olduğu süreci kaçınılmazdır ve her tür çatışma enerji israfıdır.

Kendinize, “Çatışmadan nasıl kurtulacağım?” diye sorarsanız başka bir sorun yaratmış ve dolayısıyla çatışmayı artırmış olursunuz, oysa onu sadece bir gerçek olarak görürseniz –elle tutulur bir nesneyi görür gibi açık ve net – içinde hiç çatışma olmayan bir hayatın gerçeğini temel anlamda kavrarınız.

Bunu bir de şöyle anlatalım. Devamlı, şu anda olduğumuz şeyi olmamız gereken şeyle karşılaştırıyoruz. Olmamız gereken dediğimiz, “şu olmalıyım” diye düşündüğümüz şeyin tasarısıdır. Karşılaştırmanın olduğu yerde çelişki vardır, yalnızca bir şeyle veya birisiyle değil, çünkü halinizle yapılan bir karşılaştırmanın olduğu yerde de; ve bundan dolayı geçmişle şu anda olan arasında bir çatışma ortaya çıkar. “Olan” ancak hiçbir karşılaştırma yoksa vardır, olanla yaşamak ise huzurlu olmak demektir. O zaman, hiçbir şey sizi rahatsız etmeden bütün dikkatinizi içinizde ne varsa ona verebilirsiniz –bu ister ümitsizlik, ister çirkinlik, ister vahşet, ister korku, ister endişe, ister yalnızlık olsun– ve tamamen onunla yaşayabilirsiniz; o zaman ortada çelişki, dolayısıyla da çatışma kalmaz.

Ama biz devamlı kendimizi kıyaslıyoruz –daha zengin, daha zeki, daha entelektüel, daha sevecen, daha ünlü ya da şu veya bu olanlarla. “Daha” hayatlarımızda çok önemli bir rol oynuyor; kendimizi devamlı bir şeyle veya birisiyle kıyaslayarak değerlendirme alışkanlığı çatışmanın önde gelen nedenlerinden biri.

Peki karşılaştırma denen şey neden var? Kendinizi neden bir başkasıyla karşılaştırıyorsunuz? Bu kıyaslama çocukluktan itibaren öğretilen bir şeydir. Her okulda A, B ile kıyaslanır ve A, B gibi olabilmek için kendini mahveder. Hiçbir kıyaslama yapmıyorsanız, ortada bir ideal, karşıtınız olan bir şey, bir ikilik unsuru yoksa, artık gerçekte olduğunuzdan farklı olmayı çalışmıyorsanız o zaman zihninize ne olur? Zihniniz zıt olanı yaratmayı bırakır ve artık son derece zeki, son derece hassastır, çok büyük bir tutku hissedebilir, çünkü çaba, yaşam

enerjisi olan tutkunun boşa harcanmasıdır – hayat ve tutkusuz hiçbir şey yapamazsınız.

Kendinizi bir başkasıyla karşılaştırmazsanız neyseniz o olursunuz. Karşılaştırma sayesinde gelişmeyi, olgunlaşmayı, daha zeki, daha güzel olmayı ümit edersiniz. Ama olabilecek misiniz? Gerçek şu anki halinizdir ve kıyaslayarak o gerçeği parçalara ayırmış olursunuz, bu da enerji israfıdır. Hiçbir kıyaslama olmaksızın gerçekte ne olduğunuzu görmek size bakmak için inanılmaz bir enerji verir. Kendiniz karşılaştırma yapmadan bakabildiğiniz zaman kıyaslamayın ötesine geçmiş olursunuz ama bu, zihnin hoşnutluktan atalete düştüğü anlamına gelmez. Böylece zihnin, hayatın bütününe anlamak için gerekli olan enerjiyi nasıl boşa harcadığını görmüş olduk.

Kiminle çatışma halinde olduğumu bilmek istemiyorum; benliğimdeki yüzeysel çatışmalardan haberdar olmak istemiyorum. Bilmek istediğim, çatışma diye bir şeyin neden var olduğu. Kendime bu soruyu sorduğumda yüzeysel çatışmalarla ve onların çözümleriyle hiç ilgisi olmayan temel bir sorunun ayırımına varırım. Beni ilgilendiren o temel sorundur ve arzunun tabiatının, eğer iyi bir şekilde anlaşılmazsa, kaçınılmaz olarak çatışmaya yol açacağını görürüm – belki bunu siz de görüyorsunuzdur?

Arzu devamlı çelişki içindedir. Birbiriyle çelişen şeyleri arzularım –ama bu, arzuyu yok etmem, bastırmam, kontrol etmem ya da yüceltmem gerektiği anlamına gelmez– yalnızca arzunun kendisinin çelişki yaratan bir şey olduğunu görürüm. Çelişkiyi yaratan aslında arzu edilen şeyler değil, arzunun doğasıdır. Çatışma kavramını anlayabilmem için de arzunun doğasını anlamam gerekir. Kendi içimizde çelişki halindeyiz, bu hale sebep olan da arzudur – arzudan kastımız zevki aramak ve acıdan kaçınmaktır, bu konuları daha önce ele almıştık.

Arzuyu bütün çelişkilerin kaynağı olarak görüyoruz o zaman –bir şeyi istemek ve istememek– ikili bir eylem. Zevk veren bir şey yaptığımızda çaba diye bir şey yoktur, değil mi? Ama zevk, acıyı beraberinde getirir, sonra da acıdan kaçınmak için mücadele ederiz, bu da enerjinin yine boşa harcanması demektir. İkilik denen şey neden yaşanır? Doğada ikilik var tabii ki –erkek ve kadın, ışık ve gölge, gece ve gündüz– ama iç dünyamızda, psikolojik bakımdan, ikilik niye var? Lütfen bunu benimle birlikte düşünün, benim size söylememi beklemeyin. Anlamak için kendi zihninizi çalıştırmamız gerek. Benim sözlerim kendinize bakabileceğiniz bir aynadır sadece. İçimizdeki bu psikolojik ikiliğin nedeni ne? “Olan”ı “olması gereken”le devamlı karşılaştırarak yetiştirildiğimiz için mi? Neyin doğru neyin yanlış, neyin iyi neyin kötü, neyin ahlaklı neyin ahlaksız olduğu konusunda şartlandırıldık. Bu ikilik şiddetin, hasetin, kıskançlığın, alçaklığın tersini düşünmenin bunlardan kurtulmamıza yardımcı olacağını düşündüğümüz için mi ortaya çıktı? Olandan kurtulmak için tam tersini mi kullanıyoruz? Yoksa bu gerçeklikten kaçış mı?

Nasıl başa çıkacağınızı bilmediğiniz gerçekten kaçmak için tam tersini bir araç olarak mı kullanıyorsunuz? Yoksa, binlerce yıldır süren propagandalar, size şimdiki zamanla başa çıkabilmek için bir ideale– “olan”ın karşıtı– sahip olmanız gerektiğini söylediği için mi? Bir idealiniz varsa bunun “olan”dan kurtulmanıza yardımcı olacağını sanırsınız ama hiçbir zaman yardımcı olmaz. Ömrünüzün kalanını şiddetten kaçınmayı salık vermekle geçirirken bir yandan şiddetin tohumlarını atıyor olabilirsiniz.

Kim olmanız ve nasıl davranmanız gerektiğine dair aklınızda belli bir fikir var, oysa gerçekte çok farklı davranıyorsunuz; yani görebileceğiniz gibi, prensipler, inançlar ve idealler insanı kaçınılmaz olarak ikiyüzlülüğe ve dürüst olmayan bir hayata sürüklüyor. Olanın karşıtını yaratan idealdir,

o yüzden “olan”la nasıl bir arada yaşayacağınızı bilerseniz, karşıtına gerek kalmaz.

Başkasına ya da idealinizdeki şeye benzemeye çalışmak çelişkinin, kafa karışıklığının ve çatışmanın en büyük nedenlerinden biridir. Karışmış bir zihin, neyi hangi düzeyde yaparsa yapsın, karışmış halde kalır; karışıklıktan doğan eylemler sadece daha fazla karışıklığa yol açar. Bunu çok net bir şekilde görüyorum; bunu çok yakındaki fiziksel bir tehlikeyi görür gibi net görüyorum. O zaman ne olur? Kafa karışıklığının güdümünde hareket etmeyi bırakırım. Dolayısıyla eylemsizlik aslında tam bir eylem halidir.

ÖZGÜRLÜK

İSYAN

YALNIZLIK

MASUMİYET

KENDİMİZLE YAŞAMAK

Ne bir şeyleri bastırmanın verdiği acılar ne de bir kalıba uymak gibi acımasız bir terbiye yöntemi bizi gerçeğe götürebildi. Gerçeğe varabilmek için zihnin tamamen özgür ve her türlü tahrifattan arınmış olması gerekir.

Ama önce kendimize soralım: Gerçekten özgür olmak istiyor muyuz? Özgürlük derken tam bir özgürlükten mi, yoksa uygunsuz, nahoş ya da istenmeyen bir şeyden kurtulmaktan mı bahsediyoruz? Mümkün olsa üzücü ve çirkin hatıralardan ve talihsiz deneyimlerden kurtulup hoşla giden, tatmin edici ideolojilerimizi, formüllerimizi ve ilişkilerimizi elimizde tutmak isterdik. Ama bunlardan biri olmaksızın diğerini elde tutmak mümkün değildir çünkü daha önce gördüğümüz üzere zevk acıdan ayrılamaz.

Öyleyse tamamen özgür olmak isteyip istemediğimize her birimiz kendi başımıza karar vermeliyiz. İstiyorsak, önce özgürlüğün doğasını ve yapısını anlamak zorundayız.

Bir şeyden kurtulduğunuzda bu özgürlük müdür – acıdan veya herhangi bir endişeden kurtulduğumuzda? Yoksa özgürlük tamamen farklı bir şey midir? Kıskançlıktan kurtulmuş olabilirsiniz örneğin ama bu özgürlük bir tepkiden ibaret, dolayısıyla da gerçek olmaktan uzak değil midir? Dogmadan çok kolay kurtulabilirsiniz onu analiz ederek, onu defederek, ama o dogmadan kurtuluşun arkasındaki amacın da kendine özgü bir yansıması vardır çünkü bir dogmadan kurtulma arzusunun nedeni onun artık modaya uygun veya kullanışlı olmaması olabilir. Ya da uluslararası olmaya inandığınız veya bayrağı ve bütün diğer saçmalıklarıyla birlikte bu gü-lünç milliyetçi dogmaya tutunmaya ekonomik açıdan artık

gerek kalmadığını düşündüğünüz için milliyetçilikten kurtulabilirsiniz. Bunları kolayca bir kenara bırakabilirsiniz. Veya disiplin ya da isyan sonucunda size özgürlük vaat etmiş olan ruhani veya siyasi bir lidere tepki gösterebilirsiniz. Ama böyle bir akılcılığın, böyle mantıksal çıkarımların, özgürlükle bir alakası var mıdır?

Bir şeyden kurtulduğunuzu söylerseniz bu bir tepkidir, o da başka bir itaat halini, başka bir hükmedilme şeklini doğuracak başka bir tepkiye dönüşür. Bu şekilde bir tepkiler zinciri elde edebilir ve her tepkiyi özgürlük olarak kabul edebilirsiniz. Ama bu özgürlük değildir; zihnin takılıp kaldığı değiştirilmiş bir geçmişin devamından ibarettir.

Günümüz gençleri, bütün gençler gibi, topluma karşı bir isyan içindeler, bu da kendi başına ele alındığında iyi bir şey ama isyan özgürlük değildir çünkü isyan etmek bir tepkidir ve o tepki kendi şablonunu oluşturur, siz de bu şablonun içinde kısılıp kalırsınız. Yeni bir şey olduğunu sanırsınız. Öyle değildir; eskinin yeni bir kalıba konmuş halidir. Her sosyal veya siyasi başkaldırı kaçınılmaz olarak eski bildik burjuva zihniyetine geri dönecektir.

Özgürlük ancak bir şeyleri görüp harekete geçtiğiniz zaman gelir, asla isyanla gelmez. Görmek harekete geçmenin ta kendisidir ve bu tür bir hareket bir tehlike gördüğünüzdeki kadar anlıktır. O esnada beyin faaliyeti, tartışma veya tereddüt söz konusu değildir; tehlikenin kendisi eylemi zorunlu kılar, dolayısıyla görmek harekete geçmek ve özgür olmak demektir.

Özgürlük bir ruh halidir; *bir şeyden* kurtuluş değil bir özgürlük hissidir, her şeyi şüphayle karşılama ve sorgulama özgürlüğüdür, dolayısıyla o kadar yoğun, etkin ve kuvvetlidir ki her türlü bağımlılıktan, kölelikten, itaatten ve kabullenmeden vazgeçer. Böyle bir özgürlük tamamen yalnız olmayı ge-

tirir. Ama çevreye ve kendi eğilimlerine bu kadar bağımlı bir kültürde yetişmiş bir zihnin, tam yalnızlık denen ve içinde liderliğe, geleneğe ve otoriteye yer olmayan o özgürlüğe kavuşması mümkün müdür?

Bu yalnızlık hiçbir uyarıcıya veya bilgiye bağlı olmayan ve hiçbir deneyimin, hiçbir kararın sonucu olmayan bir ruh halidir. Çoğumuz, iç dünyamızda hiçbir zaman yalnız değilizdir. Tecritle, kendini dünyadan soyutlamakla, yalnızlık, tek başına olmak farklı şeylerdir. Tecrit edilmenin ne demek olduğunu hepimiz biliyoruz: Hiç incinmemek, hiç savunmasız kalmamak için etrafına bir duvar örmek veya ilgisizlik geliştirmek –ki bu da ıstırabın bir başka türüdür– veya ideolojinin yarattığı hayali bir fildişi kulede yaşamaktır. Yalnızlık bundan çok farklı bir şeydir.

Asla yalnız kalamazsınız çünkü içiniz dünün hatıraları, şartlanmaları, fısıltılarıyla doludur; zihniniz hiçbir zaman biriktirdiği süprüntülerden tamamen arınmış değildir. Yalnız kalabilmek için geçmiş sizin içinizde ölmelidir. Yalnız olduğunuzda, ama tamamen yalnız olduğunuzda, hiçbir aileye, ulusa, kültüre, kıtaya ait olmadığınızda bir yabancılik hissi ortaya çıkar. Bu şekilde tamamen yalnız olan bir insan masumdur ve zihni kederden kurtaran da bu masumiyettir.

Binlerce insanın söylediklerini ve bütün talihsizliklerimizin hatıralarını içimizde taşıyız. Bütün bunları başından atmak tamamen yalnız olmak demektir ve yalnız olan zihin sadece masum değil, gençtir de –zaman bakımından ya da yaşça değil, hangi yaşta olursa olsun genç, masum ve hayat doludur– ve ancak böyle bir zihin gerçek olan ve kelimelerle ölçülemeyen şeyi görebilir.

Bu yalnızlıkta, olmanız gerektiğini düşündüğünüz ya da eskiden olduğunuz halinizle değil, olduğunuz gibi yaşamamanın gerekliliğini anlamaya başlayacaksınız. Kendinize ürpermeden, sahte bir alçakgönüllülük göstermeden, kendinizden korkmadan ve kendinizi haklı çıkarmadan ya da kınamadan

bakabiliyor musunuz, kısacası gerçekte olduğunuz kişiyle yaşayabiliyor musunuz, bir bakın bakalım.

Ancak bir şeyle samimi bir şekilde birlikte yaşarsanız onu anlamaya başlarsınız. Ama ona alıştığınız an –kendi endişenize veya kıskançlığınıza veya her neyse ona alıştığınız an– artık onunla yaşamıyorsunuz demektir. Bir nehrin kenarında yaşıyorsanız, birkaç gün geçtikten sonra suyun sesini artık duymamaya başlarsınız veya odanızda her gün gördüğünüz bir resim varsa bir haftanın sonunda resmin aklınızdaki görüntüsü kaybolur. Aynı şey dağlar, vadiler, ağaçlar için, aileniz, karınız, kocanız için de geçerlidir. Ama kıskançlık, haset ya da endişe gibi bir şeyle birlikte yaşayabilmek için ona asla alışmamalı, onu asla kabullenmemelisiniz. Ona yeni dikilmiş bir ağaca bakar gibi bakmalı, onu güneşten, fırtınadan korumalısınız. Kınamak ya da haklı çıkarmak yerine ona ilgi göstermelisiniz. Böylece onu sevmeye başlarsınız. Ona ilgi gösterdiğiniz zaman, onu sevmeye başlıyorsunuz demektir. Bu birçok insan gibi kıskanç ya da endişeli olmaktan hoşlandığınız anlamına gelmez, sadece izlemeyi önemseyişi gösterir.

Öyleyse siz ve ben, gerçekte olduğumuz kişiyle yaşayabilir miyiz –hissiz, kıskanç, korkak, içimizde büyük bir sevgi yokken olduğunu sanan, çok çabuk incinen, gururu okşanan ve sıkılan insanlar olduğumuzu bilerek– kabullenmeden ve inkâr etmeden, marazi, depresif veya neşeli bir ruh haline bürünmeden bütün bunlarla yaşayabilir miyiz?

Şimdi kendimize bir soru daha soralım. Bu özgürlük, bu yalnızlık, bu gerçekte ne olduğumuzun bütün yapısıyla teması geçme – bunlar zamanla mı öğrenilecek? Yani özgürlük kademeli bir süreçle mi elde edilebilir? Belli ki hayır, çünkü zamanı işe kattığınız an kendinizi daha çok esir etmiş olursunuz. Kademeli olarak özgür kalamazsınız. Bu zamanla alakalı bir şey değildir.

Sonraki soru şu: O özgürlüğün bilincine varabilir misiniz? “Özgürüm” diyorsanız özgür değilsinizdir. Bu bir adamın,

“Mutluyum,” demesine benzer. “Mutluyum,” dediği an geçip gitmiş bir şeyin anısında yaşıyor demektir. Özgürlük ancak doğal şekilde elde edilebilir; dileyerek, isteyerek, özleyerek değil. Özgürlük sandığınız şeye dair bir imge yaratarak da ona erişemezsiniz. Özgürlüğü bulmak için zihnin, çok büyük bir hareket olan hayata, zamanın esareti olmaksızın bakmayı öğrenmesi gereklidir çünkü özgürlük bilincin ötesindedir.

9

ZAMAN

KEDER

ÖLÜM

Tanrıya gidip gerçeğin ne olduğunu öğrenmek isteyen bir müridin hikâyesini anlatma gereği hissediyorum. Bu zavallı Tanrı, "Arkadaşım, hava çok sıcak, lütfen bana bir bardak su getir," der. Mürit de gider karşısına çıkan ilk evin kapısını çalar ve güzel bir genç hanım kapıyı açar. Mürit ona âşık olur, evlenirler ve çocukları olur. Sonra günün birinde yağmur yağmaya başlar ve devamlı yağar, yağar, yağar. Yağmur sele dönüşür, sokaklar dolup taşar, evler sele kapılıp gider. Mürit karısının elini sıkı sıkı tutar, çocuklarını omzuna alır ve sele kapıldıkları sırada, "Tanrım, lüfen beni kurtar," diye bağırır, Tanrı da, "İstediğim o bir bardak su nerede?" diye cevap verir.

Bu güzel bir hikâye çünkü birçoğumuz her şeyi zamana endeksli düşünüyoruz. İnsan zaman kavramıyla yaşar. Geleceği icat etmek insanın en sevdiği kaçış oyunu olmuştur.

İçimizdeki değişikliklerin zamanla olabileceğini, iç dünya-mızda düzenin azar azar, her gün bir şey eklenerek kurulabileceğini düşünürüz. Ama zaman düzen veya huzur getirmez, onun için kademeler bazında düşünmeyi bırakmalıyız. Bu da bizim için huzurlu olabileceğimiz bir yarın yok demektir. Hemen, anında düzelmeliyiz.

Ortada gerçek bir tehlike olduğunda zaman kaybolur, değil mi? Anlık hareket vardır. Ama biz, çoğu sorununuzun getirdiği tehlikeyi görmeyiz, dolayısıyla zamanı onların üstesinden gelmek için bir araç olarak diye icat ederiz. Zaman aldatıcıdır çünkü kendimizde bir değişiklik yaratmamıza yardımcı olacak hiçbir şey yapmaz. Zaman insanın geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek diye parçalara böldüğü bir harekettir ve onu böldüğü sürece insan hep bir çatışma içinde olacaktır.

Öğrenmek zamanla alakalı mıdır? Binlerce yıl geçmesine rağmen yaşamının birbirimizden nefret etmek ve birbirimizi öldürmekten daha iyi bir yolu olduğunu öğrenmiş değiliz. Şu anki korkunçluğuna ve anlamsızlığına katkıda bulunduğumuz bu hayata bir çözüm getirmek istiyorsak, zaman, anlaşılması gereken çok önemli bir mesele.

Anlaşılması gereken ilk şeyse, zamanı ancak daha önce değindiğimiz o zihinsel dirilik ve masumiyetle inceleyebileceğimizdir. Pek çok sorun kafamızı karıştırıyor ve o kafa karışıklığının içinde kaybolup gidiyoruz. Peki, insan bir ormanda kaybolunca ilk olarak ne yapar? Durur, değil mi? Durur ve etrafına bakınır. Ama kafamız karışıkça ve hayatın içinde kayboldukça biz daha çok dönüp dururuz; bir şeyler arayarak, sorular sorarak, isteyerek, yalvararak. O yüzden yapılacak ilk şey, eğer böyle bir öneride bulunmama izin verirseniz, iç dünyanızda tamamen durmanızdır. İç dünyanızda, yani psikolojik bakımdan tamamen durduğunuz zaman, zihniniz çok huzurlu, çok net olur. Bu durumda zaman meselesine gerçekten eğilebilirsiniz.

Problemler sadece zamanın içinde varlıklarını sürdürürler, yani bir konuyla yetersiz bir şekilde ilgilendiğinizde. Problemi de konuyla aranızdaki bu yetersiz yüzleşme yaratır. Bir zorluk karşısında kısmen, parçalar halinde tepki verdiğimiz ya da ondan kaçmaya çalıştığımız zaman –kısacası onunla tam dikkatimizi vererek yüzleşmediğimizde– bir sorun yaratmış oluruz. Ve o sorun, ona yeterince dikkatimizi vermediğimiz sürece, onu *günün birinde* çözmeyi umduğumuz sürece devam eder.

Zaman nedir biliyor musunuz? Saatin gösterdiği kronolojik zaman değil, psikolojik zaman. Düşünceyle eylem arasındaki mesafedir. Fikir dediğimiz şey insanın kendini koruması içindir tabii; güvende olma fikridir. Eylem hep anlaktır; geçmişe veya geleceğe ait değildir; eylem daima şimdiki zamanda olmak durumundadır ama harekete geçmek o

kadar tehlikeli, o kadar sonucu belirsiz bir şeydir ki bize belli bir güvenlik sağlayacağını düşündüğümüz bir fikre boyun eğeriz.

Bunu kendinizde de görmeye çalışın lütfen. Neyin doğru neyin yanlış olduğu konusunda bir fikriniz ya da kendiniz ve toplum hakkında ideolojik bir anlayışınız vardır ve o fikre göre harekete geçersiniz. Dolayısıyla eylem o fikre uygun, o fikre yaklaşık bir şey olur, bu yüzden de devamlı bir çatışma söz konusudur. Fikir, arada geçen zaman ve eylem söz konusudur. Ve o arada geçen sürede bütün zaman kavramı saklıdır. O mesafe, esasen düşüncenin ta kendisidir. Yarın mutlu olacağınızı düşündüğünüz de kendinizi zaman içinde belli bir sonuç elde etmiş olarak görürsünüz. Düşünce, gözlem, arzu ve yeni düşüncelerle o arzuların devamlılığının sağlanması sayesinde şöyle der: "Yarın mutlu olacağım. Yarın başarıya ulaşacağım. Yarın, dünya güzel bir yer olacak." Böylece düşünce zaman denilen o mesafeyi yaratmış olur.

Şimdi şunu soruyoruz: Zamanı durdurabilir miyiz? Düşünceye, düşünülecek bir yarın bırakmayacak kadar eksiksiz yaşayabilir miyiz? Çünkü zaman kederdir. Demek istediğim şu, dün ya da bin yıl önce birisini sevdiniz ya da artık yanınızda olmayan bir can yoldaşınız vardı diyelim ve onun hatırası hâlâ aklınızda ve o zevki ve acıyı düşünüyorsunuz; geriye bakıyor, bir şeyler diliyor, umuyor, pişmanlık hissediyorsunuz. Bu şekilde düşünce, o anıyı tekrarlayıp durarak keder dediğimiz şeye sebep olur ve zamana devamlılık kazandırır.

Düşüncenin yol açtığı bu zaman aralığı varolduğu sürece keder de devamlı bir korku da var olacaktır. Onun için insan kendisine sorar: Bu mesafe sona erebilir mi? Eğer, "Hiç sona ermeyecek mi?" diye sorarsanız sona erdirmek çoktan bir fikir, başarmak istediğiniz bir şey haline gelmiştir, dolayısıyla bir mesafe söz konusudur ve yine aynı tuzağa düşmüşsünüz demektir.

Çoğu insan için çok büyük bir sorun olan ölüm konusunu ele alalım. Ölümü tanırırsınız, her gün yanı başınızda yürür. Onunla, onu bir daha problem olmayacak şekilde yüzleşebilir misiniz? Ölümle bu şekilde yüzleşebilmek için ona dair bütün inançların, bütün umutların, bütün korkuların son bulması gerekir, yoksa bu olağanüstü olguyu bir sonuçla, bir imgeyle, önceden tasarlanmış bir endişeyle ve dolayısıyla zaman kavramıyla karşılıyorsunuz demektir.

Zaman, gözlemciyle gözlenenin arasındaki mesafedir. Siz yani gözlemci, ölüm denen bu şeyle karşılaşmaktan korkarsınız. Onun ne anlama geldiğini bilmezsiniz, hakkında türlü umutlarınız ve teorileriniz vardır; reenkarnasyona ya da yeniden dirilmeye ya da ruh, *atman* dediğimiz ve farklı adlar yakıştırdığımız ebedi, spiritüel varlığa inanırsınız. Peki ruh diye bir şeyin olup olmadığını bizzat keşfettiniz mi? Yoksa bu nesilden nesile aktarılıp size devredilmiş bir fikir mi? Düşüncenin ötesinde olan kalıcı ve daimi bir şey var mıdır gerçekten? Düşünce bir şey üzerine düşünebiliyorsa, o şey düşüncenin kapsamındadır ve dolayısıyla kalıcı olamaz çünkü düşüncenin kapsamı dahilinde kalıcı olan hiçbir şey yoktur. Hiçbir şeyin kalıcı olmadığını anlamak çok önemlidir çünkü ancak o zaman zihin özgür kalabilir, ancak o zaman bakabilirsiniz, bu da büyük bir sevinç verir.

Bilinmeyenden korkamazsınız çünkü bilinmeyenin ne olduğunu bilmiyorsunuzdur, o yüzden de ortada korkulacak bir şey yoktur. Ölüm bir kelime sadece, korkuyu yaratan da o kelime, o imge. Öyleyse ölüme, ölümün zihindeki imge olmadan bakabilir misiniz? Düşünceye sebep olan bir imge varolduğu sürece düşünce hep korkuyu yaratır. O zaman ya ölüm korkunuza mantık çerçevesinde bir açıklama bulup kaçınılmaz olana karşı bir direnç geliştirir ya da kendinizi ölüm korkusundan korumak için sayısız inanç icat edersiniz. Dolayısıyla sizinle korktuğunuz şey arasında bir boşluk vardır. Bu mekân-zaman aralığında da mutlaka korku, endişe ve kendi-

ne acıma duygularının yarattığı bir çatışma olacaktır. Ölüm korkusuna sebep olan düşünce şöyle der: “Bunu erteleyelim, bundan kaçınalım, bunu kendimizden mümkün olduğunca uzak tutalım, düşünmeyelim.” Ama zaten düşünüyorsunuzdur. “Bu konuyu düşünmeyeceğim,” dediğiniz zaman ondan nasıl kaçınacağınızı çoktan düşünmüşsünüzdür. Ölümünden korkmanızın nedeni onu ertelemiş olmanızdır.

Yaşamla ölümü birbirinden ayırmış bulunuyoruz, ikisi arasındaki mesafe korkunun ta kendisidir. O mesafeyi, o zamanı yaratan korkudur. Yaşamak günlük işkencemiz, her gün maruz kaldığımız hakaret, her gün hissettiğimiz keder ve şaşkınlıktır, arada sırada içinden büyüğü denizlere bir pencere açılır. Yaşamak dediğimiz şey budur ve bu derde bir son vermek anlamına gelen ölümden korkarız. Bilinmeyenle yüzleşmektense bilinene –evimize, eşyalarımıza, ailemize, karakterimize, işimize, bilgimize, ünümüze, yalnızlığımıza, Tanrılarımıza, hayata küskün varlığımızın dar şablonuna– uyarak kendi içinde dönüp duran o küçük şeye tutunmayı tercih ederiz.

Yaşamının daima şimdiki zamanda, ölmenin de uzak bir gelecekte bizi bekleyen bir şey olduğunu düşünürüz. Ama bu günlük hayat muharebesinin gerçekten yaşamak olup olmadığını hiç sorgulamıyoruz. Reenkarnasyonla ilgili gerçekleri bilmek istiyoruz, ruhun ölümden sonra varlığını sürdürdüğüne dair kanıt istiyoruz, medyumların iddialarını ve psişik olgular üzerine yapılan araştırmaların sonuçlarını dinliyoruz, ama asla, *asla* nasıl yaşamamız –her gün sevinç, sihir ve güzellik içinde nasıl yaşamamız– gerektiğini sormuyoruz. Hayatı olduğu haliyle, bütün ıstırapı ve ümitsizliğiyle kabullenmiş ve ona alışmışız, ölümü de özenle sakınılacak bir şey olarak görüyoruz. Ama yaşamayı bildiğimiz zaman, ölüm şaşırtıcı derecede hayata benzer. Ölmeden yaşayamazsınız. Psikolojik anlamda her an ölmezseniz yaşayamazsınız. Bu, aklın çözmesi gereken bir çelişki değildir. Her günü bütünüyle, do-

lu dolu, yeni bir g zellikmiş gibi yaşayabilmek, d ne ait her şey karşısında bir ölü gibi tepkisiz olunca mümkündür, yoksa bir makine gibi yaşamış olursunuz, mekanik bir zihin de sevginin ya da özgürlüğün ne olduğunu asla bilemez.

Çoğumuz yaşamak nedir bilmediğimiz için ölmekten korkuyoruz. Nasıl yaşayacağımızı bilmiyoruz, dolayısıyla nasıl  lmemiz gerektiğini de bilmiyoruz. Hayattan korktuğumuz sürece ölümden korkmaya devam edeceğiz. Hayattan korkmayan bir insan güvenlikte olmamaktan korkmaz çünkü manen, psikolojik bakımdan güvende olmak diye bir şey olmadığının farkındadır. Güvencenin olmadığı yerde sonsuz bir hareket hali vardır ve o zaman yaşamla ölüm aynıdır. Çatışmadan uzak, güzellik ve sevgi içinde yaşayan bir insan ölümden korkmaz çünkü sevmek ölmektir.

Aileniz, hatıralarınız ve önceden bütün hissettikleriniz de dahil bildiğiniz her şey için  l yseniz, ölüm bir arınma, ge leştirici bir süreç olur; o zaman ölüm masumiyeti de beraberinde getirir ve yalnızca masumlar tutkuludur, inanan veya ölümden sonra ne olduğunu öğrenmek isteyen insanlar değil.

 ld ğ n zde ne olduğunu öğrenmek için  lmeniz gerekir. Bu bir şaka değil.  lmeniz gerek; bedenene değil psikolojik anlamda, ruhen, değer verdiğiniz ve g cendiğiniz şeyler için bir  l  olmanız gerek. Zevklerinizden biri karşısında, ister en küçüğü olsun ister en büyüğü, doğal bir şekilde, herhangi bir zorlama veya itiraz olmaksızın  l  gibi tepkisiz kaldıysanız ölmek ne demek biliyorsunuzdur.  lmek, içinde kendine, günlük özlemlerine, zevklerine ve ıstıraplarına dair hiçbir şey bulunmayan bir zihne sahip olmaktır. Ölüm bir yenilenme, bir başkalaşımdır; içinde düşünceye yer yoktur çünkü düşünce eskidir. Ölümün olduğu yerde yepyeni bir şey vardır. Bilinenden kurtulmak ölümdür ve işte o zaman yaşamaya başlarsınız.

10

SEVGİ

Kendini güvende hissetme isteği ilişkilerde kaçınılmaz olarak kedere ve korkuya sebep olur. Bu güvence arayışı güvensizliğe davetiye çıkarır. Bugüne kadar herhangi bir ilişkinizde güveni bulabildiniz mi? Bulabildiniz mi? Çoğumuz sevmenin ve sevilmenin verdiği güvenceyi isteriz ama her birimiz kendi güvenliğinin, kendi hayat yolunun peşindeyken sevgi diye bir şey söz konusu olabilir mi? Sevilmiyoruz çünkü sevmeyi bilmiyoruz.

Sevgi nedir? Bu kelime o kadar farklı anlamlar yüklü ve yozlaştırılmış ki kullanmak bile istemiyorum. Herkes sevgiden bahsediyor; bütün dergiler, bütün gazeteler, misyonerler hiç durmadan sevgiden bahsediyor. Ülkemi seviyorum, kralımı seviyorum, bir kitabı seviyorum, şu dağı seviyorum, zevki seviyorum, karımı seviyorum, Tanrıyı seviyorum. Sevgi bir fikir midir? Eğer öyleyse, terbiye edilebilir, büyütülebilir, el üstünde tutulabilir, itilip kakılabilir, istediğiniz şekle sokulabilir. Tanrıyı sevdiğinizi söylediğinizde bunun anlamı nedir? Kendi hayal gücünüzün dışı vurumunu, kendinizin, neyin asil ve kutsal olduğunu düşünüyorsanız ona uygun şekilde belli saygınlık kalıplarıyla süslenmiş bir dışı vurumunu sevdiğiniz anlamına gelir; o yüzden, “Tanrıyı seviyorum,” demek tamamen saçmalıktır. Tanrıya tapındığınızda aslında kendinize tapınıyorsunuzdur ve bu sevgi değildir.

Sevgi denen bu insani şeyi çözemediğimiz için kaçıp soyut kavramlara sığınırız. Sevgi insanın bütün dertlerinin, sorunlarının ve çektiğı bütün zahmetlerin çaresi olabilir, öyleyse sevginin ne olduğunu nasıl öğreneceğiz? Sadece onu tanımlayarak mı? Kilise onu başka bir şekilde tanımlıyor, toplum

başka bir şekilde ve her tür çarpıtma ve sapkınlık mevcut. Birisine düşkün olmak, birisiyle birlikte olmak, o duygusal alış-veriş, o dostluk... Sevgi kelimesinden kastımız bu mu? Standart veya kalıp şimdiye dek hep bu oldu ve o kadar kişisel, tensel ve sınırlı bir hal aldı ki dinler, sevginin bundan çok daha öte bir şey olduğunu açıkladılar. İnsani sevgi dedikleri şeyin zevk, rekabet, kıskançlık, sahip olma, elde tutma, kontrol etme ve bir başkasının düşüncelerine karışma arzularını içerdiğini görüyor ve bütün bunların yarattığı karmaşayı bildiklerinden başka tür bir sevgi olması gerektiğini söylüyorlar; ilahi, güzel, el değmemiş, bozulmamış bir sevgi.

Dünyanın dört bir yanında din adamları denen kişiler eskiden beri bir kadına bakmanın tamamen yanlış bir şey olduğunu iddia eder: Kendinizi seksle şımartırsanız Tanrıyla yakınlaşamayacağınızı söylerler, bu yüzden de içlerini yiyip bitirse de bu konuyu bir kenara iterler. Ama cinselliği yok saymakla kendi gözlerini kör etmiş, kendi dillerini kesip atmış oluyorlar çünkü dünyanın bütün güzelliğini yok sayıyorlar. Kalplerini ve zihinlerini yoksun bırakıyorlar; onlar aslında susuzluk çeken insanlar; güzellik kadınla ilişkilendirilmiş olduğu için güzelliği hayatlarından kovuyorlar.

Sevgi kutsal ve bayağı, insani ve ilahi diye ayrılabilir mi, yoksa yalnızca sevgi mi vardır? Sevgi çok'a değil, bire mi dairdir? "Seni seviyorum," dersem, bu başkalarını sevmeyi dışlar mı? Sevgi kişisel midir, kişisel olmayan bir şey midir? Ahlaki midir, ahlaksız mıdır? Aileyle mi ilgilidir, ailenin dışında bir şey midir? Bütün insanlığı severseniz belli bir kişiyi sevebilir misiniz? Sevgi bir his midir? Sevgi bir duygu mudur? Sevgi zevk ve arzu mudur? Bütün bu sorular, sevgi hakkında, sevginin ne olup ne olmaması gerektiği konusunda fikirlerimiz, içinde yaşadığımız kültürün geliştirdiği bir kalıp veya düsturumuz olduğuna işaret ediyor, değil mi?

O zaman sevginin ne olduğu sorusunu irdelemek için önce onu yüzlerce yıllık kabuğundan çıkarmalı ve ne olup ne ol-

maması gerektiğine dair bütün idealleri ve ideolojileri bir kenara bırakmalıyız. Bir şeyi “olması gereken” ve “olan” diye ikiye bölmek hayatla başa çıkmanın en yanıltıcı yoludur.

Sevgi dediğimiz bu alevin ne olduğunu nasıl öğreneceğim peki, onu başkasına nasıl ifade edeceğimi değil, sevginin kendi başına ne ifade ettiğini? Öncelikle kilisenin, toplumun, anne babamın ve arkadaşlarımdan, bütün insanların ve kitapların onun hakkında söylediklerini reddedeceğim çünkü ne olduğunu tek başıma öğrenmek istiyorum. Burada sözkonusu olan bütün insanlığı ilgilendiren çok büyük bir problem. Sevgi şimdiye dek binlerce şekilde tanımlanmış, ben de o anda neyi sevdiğime ya da neden keyif aldığıma göre belirlenen şu ya da bu kalıba takılıp kalmış bulunuyorum. Öyleyse onu anlayabilmek için ilk önce kendimi eğilimlerimden ve önyargılarımdan kurtarmam gerekmez mi? Kafam karışık, kendi arzularım beni hırpalıyor, ben de kendi kendime şöyle diyorum: “Önce kendi kafadaki karışıklığı çöz. Belki sevginin ne olduğunu, ne olmadığından yola çıkarak bulabilirsin.”

Hükümet, “Git ve ülkeneye duyduğun sevgi adına adam öldür,” der. Bu sevgi midir? Din, “Tanrıya duyduğun sevgi adına seksten vazgeç,” der. Bu sevgi midir? Sevgi arzu mudur? Hayır demeyin. Çoğumuz için öyle – arzu ve zevkten; duyular yoluyla, cinsel anlamda bağlanma ve tatmin olma yoluyla alınan zevkten ibaret. Sekse karşı değilim ama seksin neleri içerdiğini görmelisiniz. Seks size bir anlığına verdiği şey, kendini tamamen bırakma hissidir, sonra telaşınıza geri dönersiniz, bu yüzden de hiçbir endişenin, hiçbir sorunun, hiçbir benliğin olmadığı o halin bir daha bir daha tekrarlanması istersiniz. Karınızı sevdiğinizi söylersiniz. O sevgi cinsel zevkle, evde çocuklarınıza bakacak, yemek pişirecek birisinin olmasının verdiği zevkle alakalıdır. Ona ihtiyaç duyarsınız; size bedenini, duygularını, desteğini vermiştir, belli bir güven ve iyi olma hissi de vermiştir. Sonra size sırtını döner, sıkılır

veya başka birisiyle gider ve duygularınızın bütün dengesi bozulur; bu hoşlanmadığınız rahatsızlığın adı ise kıskançlıktır. İçinde acı, endişe, nefret ve şiddet vardır. Dolayısıyla aslında söylediğiniz şudur: "Bana ait olduğun sürece seni seviyorum ama olmadığın an senden nefret etmeye başlıyorum. İsteklerimi –cinsel olsun, başka türlü olsun– tatmin edeceğine güvенеbildiğim sürece seni seviyorum ama istediğimi vermeye başladığın an senden hoşlanmıyorum." Yani aranızda düşmanlık ve ayrılık vardır, kendinizi karşınızdakinden ayrı hissettiğiniz sürece ortada sevgi diye bir şey yoktur. Ama bütün bu çelişen halleri, içinizdeki bu bitmek bilmez kavgaları yaratmadan karınızla birlikte yaşayabilerseniz, o zaman belki –belki– sevginin ne olduğunu bilebilirsiniz. O zaman ikiniz de tamamen özgür olursunuz ama bütün zevkleriniz için ona ihtiyaç duyarsanız onun kölesi olursunuz. Demek ki insan sevdiği zaman özgür olmalıdır; yalnız karşısındakinden değil kendisinden de kurtulmalıdır.

Bu bir başkasına ait olma, psikolojik anlamda bir başkasından beslenme, bir başkasına ihtiyaç duyma, bütün bu hal-ler hep bir endişe, korku, kıskançlık, suçluluk içerse gerek. Korku olduğu sürece de sevgi varolamaz; kederin hüküm sürdüğü bir zihin sevginin ne olduğunu asla bilemez; aşırı duygusallığın ve çabuk heyecana kapılmanın sevgiyle hiçbir alakası yoktur. Dolayısıyla sevginin zevk ve arzuyla alakası yoktur.

Sevgi düşüncenin ürünü değildir. Düşüncenin sevgiyi üretmesi mümkün değildir, düşünce geçmişe aittir. Sevgi kıskançlıkla örülü ve ona takılıp kalmış bir şey değildir çünkü kıskançlık geçmişe aittir. Sevgi daima şimdiki zamandadır. "Seveceğim" ya da "sevdim" demeyiz. Sevmesini biliyorsanız kimsenin peşinden gitmezsiniz. Sevgi itaat etmez. Sevdiğiniz zaman ne saygı vardır ne saygısızlık.

Bir insanı gerçekten sevmek ne demektir bilmiyor musunuz; nefret, kıskançlık, öfke hissetmeden, ne yaptığına veya

ne düşündüğüne karışmak istemeden, kınamadan, kıyaslamadan sevmek ne demek bilmiyor musunuz? Sevginin olduğu yerde kıyaslama olur mu? Birisini bütün kalbinizle, bütün zihninizle, bütün vücudunuzla, bütün varlığınızla sevdiğiniz zaman karşılaştırma söz konusu olur mu? Kendinizi o sevgiye tamamen teslim ettiğinizde başkaları yoktur artık.

Sevginin sorumluluğu ve vazifesi var mıdır, ayrıca bu kelimeleri kullanır mı? Bir şeyi görev gereği yaptığınızda bunda sevgiye yer var mıdır? Görev sevgi içermez. Görevin insanı esir alan yapısı insanı mahvetmektedir. Bir şeyi göreviniz olduğu için yapma gereği hissediyorsanız yaptığınız şeyi sevmiyorsunuz demektir. Sevginin olduğu yerde görev ve sorumluluk yoktur.

Çoğu ebeveyn ne yazık ki çocuklarından sorumlu olduklarını düşünür ve sorumluluk anlayışları, çocuklarına neyi yapmaları neyi yapmamaları, büyüyünce ne olmaları ne olmamaları gerektiğini söyleme şeklinde kendini gösterir. Anne babalar çocuklarının toplumda güçlü bir yere sahip olmalarını isterler. Sorumluluk dedikleri şey, o taptıkları saygınlığın bir parçasıdır ve bana kalırsa saygınlığın olduğu yerde düzen yoktur; bütün dertleri mükemmel bir burjuva olmaktır. Çocuklarını topluma uyum sağlamaya hazırlarken savaşı, çatışmayı ve vahşeti devam ettirmiş olurlar. Sizce bu ilgi ve sevgi midir?

Gerçekten ilgi göstermek bir ağaca veya bitkiye gösterdiğiniz gibi ilgi göstermektir, ona su vererek, ihtiyaçlarını ve en iyi hangi toprakta yetiştiğini inceleyerek, ona şefkat ve özenle bakarak. Çocuklarınızı topluma uyum sağlamaya hazırlarken onları aslında ölmeye hazırlıyorsunuz. Çocuklarınızı sevseydiniz savaş olmazdı.

Sevdiğiniz birini kaybedince ağlarsınız – gözyaşlarınız kendiniz için mi yoksa ölen kişi için midir? Kendiniz için mi bir başkası için mi ağlarsınız o anda? Bir başkası için ağladınız mı hiç? Savaş meydanında ölen oğlunuz için ağladınız mı hiç?

Ağladınız ama o gözyaşları kendine acımadan dolayı mıdır yoksa bir insan öldüğü için midir? Kendinize acıdığınız için ağlıyorsanız gözyaşlarınızın bir manası yoktur çünkü kendinizi düşünüyorsunuzdur. Eğer büyük bir sevgi yatırımı yaptığınız birisinden mahrum kaldığınız için ağlıyorsanız, o hissetmiş olduğunuz şey sevgi değildir. Ölen kardeşinize ağlıyorsanız *onun için* ağlayın. Kendiniz için ağlamak çok kolay çünkü o artık yoktur. Görünüşte bir şeyler yüreğinize dokunduğu için ağlıyorsunuzdur ama yüreğinize dokunan onun acısı değil, sadece kendine acıma duygusudur, kendine acımak da insanı acımasız, içe kapanık, hissiz ve aptal yapar.

Kendinize ağlamanız sevgi midir –yalnız olduğunuz, mahrum kaldığınız, artık güçlü olmadığınız için ağlamak– kaderinizden, çevrenizden şikâyet etmek– ağlayan da hep sizseniz? Bunu anlarsanız, ki bu konuya bir ağaca, bir sütuna veya bir ele dokunur gibi doğrudan temas etmek demektir, kederin kendi yarattığımız bir şey olduğunu, düşünce tarafından yaratıldığını, zamanın ürünü olduğunu görürsünüz. Üç yıl önce ağabeyim vardı, şimdi o yok, şimdi yalnızım, içim acıyor, ne teselli ne arkadaşlık için yüzümü dönebileceğim kimse var ve bu gözümü yaşartıyor.

Dikkatle izlerseniz bütün bunların içinizde olup bittiğini görebilirsiniz. Bunu tam anlamıyla, bütünüyle tek bakışta görebilirsiniz, analiz yapmaya zaman harcayarak değil. Bir anda “ben” denen bu sıradan küçük şeyin bütün yapısını ve doğasını görebilirsiniz: Gözyaşlarım, ulusum, inancım, dinim... Bütün bu çirkinlik içinizededir. Bunu aklınızla değil, kalbinizle gördüğünüz zaman, tüm içtenliğinizle gördüğünüz zaman kedere son verecek anahtar elinizdedir.

Keder ile sevgi bir arada olamaz ama Hristiyan dünyasında acı çekmek idealleştirilip bir çarpmıha gerilmiş bulunuyor ve ona tapılıyor. Bununla acı çekmekten bir tek o kapıdan geçilerek kaçılabilceği ima edilmekte, insanı sömüren dindar bir toplumun bütün yapısı da bundan ibaret zaten.

O yüzden, sevginin ne olduğunu sorduğunuzda, cevabı göremeyecek kadar çok korkuyor olabilirsiniz. Bu, hayatınızın tamamen altüst olmasına neden olabilir, ailenizi parçalayabilir; karınızı veya kocanızı veya çocuklarınızı sevmediğinizi –seviyor musunuz gerçekten?– fark edebilirsiniz; kurduğunuz evi yıkmanız gerekebilir; tapınağa bir daha hiç dönmeyebilirsiniz.

Ama hâlâ öğrenmek istiyorsanız, korkunun sevgi olmadığını, bağımlılığın, kıskançlığın, ve hükmetmenin sevgi olmadığını, sorumluluğun ve görev duygusunun sevgi olmadığını, kendine acımanın, sevilmemenin acısının sevgi olmadığını, alçakgönüllülük nasıl kibrin zıddı değilse sevginin de nefretin zıddı olmadığını göreceksinizdir. Demek ki bütün bunları zorla değil, yağmurun günlerin tozunu bir yapraktan sıyrıp atışı gibi içinizi yıkayıp onu atarak ortadan kaldırırsanız, belki o zaman insanın hep açlık duyduğu bu çiçeğe rastlarsınız.

İçinizde sevgi yoksa –sadece birkaç damlalık değil, bolluk derecesinde– içiniz onunla dolup taşmıyorsa dünya felakete sürüklenecektir. İnsanlığın bir bütün olması gerektiğini ve sevginin tek çıkar yol olduğunu zekânız biliyor ama size sevmeyi kim öğretecek? Herhangi bir otorite, yöntem veya sistem size nasıl sevmeniz gerektiğini söyleyebilir mi? Eğer bunu size birileri söylüyorsa, o sevgi değildir. “Sevgiyi tatbik edeceğim. Günlerce oturup onu düşüneceğim. Şefkatli ve nazik olmayı tatbik edip kendimi başkalarını düşünmeye zorlayacağım,” diyebilir misiniz? Kendinizi, sevmek için disipline edebileceğinizi, sevmek için iradenizi kullanabileceğinizi mi söylüyorsunuz yani? Sevmek için disipline ve iradeye başvurursanız, sevgi elinizden uçup gider. Bir sevme yöntemi veya sistemi uygulayarak çok akıllı ya da şefkatli bir insan olabilir veya şiddetten kaçınma haline erişebilirsiniz ama bunun sevgiyle hiçbir ilgisi yoktur.

Bu paramparça çorak dünyada sevgi yok çünkü en önemli rolü zevk ve arzu oynuyor, oysa sevgi olmadan günlük hayatınızın da bir anlamı yoktur. Sevgi de güzellik olmadan olmaz. Güzellik gördüğünüz bir şey değildir; güzel bir ağaç, güzel bir tablo, güzel bir bina ya da güzel bir kadın değildir. Ancak kalbiniz ve zihniniz sevginin ne olduğunu bildiği zaman güzellik vardır. Sevgi ve bu güzellik anlayışı olmadan erdem olmaz ve ne yaparsanız yapın, ister toplumu ıslah edin, ister yoksulları doyurun, sadece daha fazla huzursuzluk yaratmış olacağınızı çok iyi bilirsiniz, çünkü sevgi yoksa kendi kalbinizde ve zihninizde de yalnızca çirkinlik ve yoksulluk vardır. Ama sevgi ve güzellik varsa, ne yaparsanız doğrudur, ne yaparsanız ahenklidir. Sevmeyi bilerseniz istediğinizi yapabilirsiniz çünkü o diğer bütün sorunları çözer.

O zaman şu noktaya varıyoruz: Zihin disiplin, düşünce, zorlama, herhangi bir kitap, öğretmen veya lider olmadan güzel bir günbatımına rast gelir gibi sevgiye rast gelir mi?

Bence bir şey kesinlikle şart, o da amacı olmayan bir tutku – bir adanmanın veya bağlılığın sonucu olmayan, şehvetten ibaret olmayan bir tutku. Tutkunun ne olduğunu bilmeyen bir insan asla sevgiyi tadamaz çünkü sevgi ancak kendinden tamamen vazgeçme söz konusu olduğunda var olabilir.

Arayış içindeki bir zihin tutkulu bir zihin değildir ve sevgiyi aramadan bulmak onu bulmanın tek yoludur; onu herhangi bir çaba veya deneyimin sonucu olarak değil, bilmeden bulmak. Böyle bir sevginin, siz de fark edeceksiniz, zamanla alakası yoktur; böyle bir sevgi hem kişiseldir hem değildir, hem birdir hem çokluk. Güzel kokulu bir çiçek gibidir, kokusunu alabilirsiniz veya yanından geçip gidebilirsiniz. O çiçek hem herkes içindir hem de kokusunu iyice içine çekmeye ve ona sevinçle bakmaya zaman ayıran kişi içindir. İster çok yakında bahçenin içinde, ister çok uzakta olun o çiçek için fark etmez, çünkü o, bahsettiğiniz güzel kokuyla dopdoludur ve onu herkesle paylaşmaktadır.

Sevgi yeni, taze, canlı bir şeydir. Dünü ve yarını yoktur. Düşüncenin karmaşasının ötesindedir. Ancak masum bir zihin sevginin ne olduğunu bilir ve o masum zihin de masum olmayan bu dünyada yaşayabilir. İnsanın bıkıp usanmadan, fedakârlık, tapınma, ilişkiler, seks, her türlü zevk ve acı aracılığıyla aradığı bu olağanüstü şeyi bulmak ancak düşünce kendini anlayıp doğal olarak son bulduğunda mümkündür. İşte o zaman sevginin zıddı yoktur ve sevgi çatışma içermez.

“Böyle bir sevgiyi bulursam, karım, çocuklarım, ailem ne olacak? Güvende olmaları lazım,” diyebilirsiniz. Böyle bir soru soruyorsanız düşüncenin, bilincin sınırları dışına hiç çıkmamışsınızdır. O sınırların dışına bir kez çıktıktan sonra böyle bir soruyu asla sormazsınız çünkü o zaman içinde düşünceye ve dolayısıyla zamana yer olmayan sevginin ne olduğunu anlamış olursunuz. Bunu şaşkınlık içinde, büyülenmiş bir halde okuyor olabilirsiniz ama düşünce ve zamanın gerçekten ötesine geçmek –ki bu kederin ötesine geçmek anlamına gelir– sevgi denen farklı bir boyutun varlığından haberdar olmak demektir.

Ama bu olağanüstü pınara nasıl ulaşacağınızı bilmiyorsunuz; o zaman ne yapacaksınız? Ne yapacağınızı bilmiyorsanız bir şey yapmazsınız, değil mi? Hiçbir şey. O zaman iç dünyanızda tamamen sessiz kalırsınız. Bu ne anlama gelir, anlıyor musunuz? Bir şeyleri aramadığınız, istemediğiniz, bir şeylerin peşinden koşmadığınız, merkez diye bir şey olmadığı anlamına gelir. İşte o zaman sevgi vardır.

BAKMAK ve DİNLEMEK

SANAT

GÜZELLİK

SADELİK

İMGELER

SORUNLAR

MEKÂN

Sevginin doğasını irdeledik ve bence çok daha derine inmeyi, meselenin çok daha farkında olmayı gerektiren bir noktaya geldik. Birçok insan için sevginin rahatlık, güvence ve ömürleri boyunca duygusal tatmin garantisi anlamına geldiğini keşfettik. Sonra benim gibi birisi gelir ve “Bu gerçekten sevgi midir?” der, size sorular sorar ve sizden kendi içinize bakmanızı ister. Siz de bakmamaya çalışırsınız çünkü bu çok rahatsız edicidir –manevi, siyasi ya da ekonomik bir durumu tartışmayı yeğlersiniz– ama köşeye sıkıştırılıp bakmak zorunda kaldığınızda, hep sevgi sandığınız şeyin aslında sevgi değil, karşılıklı bir memnuniyet, karşılıklı bir sömürü olduğuunun ayırımına varırsınız.

“Sevginin dünü ve yarını yoktur,” veya “Merkez yoksa sevgi vardır,” dediğim zaman bunun benim için gerçekliği vardır ama sizin için yoktur. Söylediklerimden alıntı yapabilir ve onları bir formüle dönüştürebilirsiniz ama bunun bir geçerliliği yoktur. Bunu kendiniz görmelisiniz ama görebilmek için bakmakta özgür olmalısınız, her türlü kınamadan, yargılamadan, anlaşmadan ve anlaşmazlıktan muaf olmalısınız.

Bakmak hayattaki en zor şeylerden biridir –ya da dinlemek– bakmakla dinlemek aynıdır. Endişeleriniz gözlerinizi kör etmişse, günbatımının güzelliğini göremezsiniz. Çoğumuz doğayla bağımızı koparmış durumdayız. Medeniyet gittikçe daha çok büyük şehirlere yöneliyor; gittikçe şehirli bir topluma dönüşüyoruz; kalabalık apartmanlarda yaşıyor, akşamları ve sabahları gökyüzüne bakacak yeri ve zamanı bile zor buluyoruz, bu yüzden de güzel olan birçok şeyle aramız-

daki bağı yitiriyoruz. İçimizden ne kadar az insanın günbatımına veya gündeğumuna veya ayışığına veya ışığın sudaki yansımına baktığını belki fark etmişsinizdir.

Doğayla bağımız koptuğı için doğal olarak zihinsel beceriler geliştiriyoruz. Birçok kitap okuyor, müzelere ve konserlere gidiyor, televizyon izliyor ve kendimize bir sürü başka eğlence buluyoruz. Hiç durmaksızın başka insanların fikirlerinden alıntı yapıyor ve sanat hakkında bolca konuşup düşünüyörüz. Sanata neden bu kadar ihtiyaç duyuyoruz? Bu bir kaçış yolu, bir uyarılma şekli mi? Doğayla doğrudan temas halindeyseniz, kanat çırpın bir kuşun hareketini izler, gökyüzündeki her değışimin güzelliğini görür ve tepelerin üstüne düşen gölgeleri veya bir başkasının yüzündeki güzelliğı seyre dalarsanız, bir resme bakmak için müzeye gitmeyi ister misiniz sizce? Belki etrafınızdaki onca şeye bakmayı bilmediğinizden, daha iyi görebilmenizi sağlasın diye bir tür uyuşturucuya başvuruyorsunuz.

Bir hikâye vardır, her sabah müritleriyle konuşan bir din öğretmeni hakkında. Adam bir sabah kürsüye çıkmış ve tam söze başlamak üzereymiş ki küçük bir kuş gelip pencerenin kenarına konmuş ve şakımaya başlamış, var gücüyle de şakımaya devam etmiş. Sonra durmuş ve uçup gitmiş, öğretmen de, "Bu sabahki vaaz bu kadar," demiş.

Bence önümüzdeki en büyük zorluklardan biri kendi başımıza etrafımızdaki şeyleri gerçekten net bir şekilde görebilmek; yalnız dış görünüşleri değil iç hayatı da. Bir ağacı, çiçeğı veya insanı gördüğümüzü söylerken onları gerçekten görüyor muyuz? Yoksa yalnızca o kelimenin yarattığı imgeyi mi görüyoruz? Demek istediğim, bir akşam vakti ışık ve sevinç dolu bir ağaca ya da buluta baktığınızda onu sadece gözünüzle ve zihninizle değil, bütünüyle görüyor musunuz?

Ağaç gibi nesnel bir şeye, çağrışımlar, hakkında edindiğiniz bilgiler, önyargılar, kesin hükümler veya aranızda bir en-

gel oluşturan ve onu gerçekte olduğu gibi görmenizi engelleyen kelimeler olmaksızın bakmayı denediniz mi hiç? Bunu bir deneyin ve o ağacı bütün varlığınız ve enerjinizle gözlemlediğinizde ne olduğunu görün. O yoğunlaşma halinde ortada gözlemci diye bir şey kalmadığını, yalnızca dikkatin var olduğunu göreceksiniz. Gözlemci ve gözlenen, ancak dikkatsizlik varsa vardır. Bir şeye bütün dikkatinizle bakıyorsanız orada görüşe, formüle veya anıya yer yoktur. Bunu anlamak önemli çünkü çok dikkatli inceleme gerektiren bir konuya giriyoruz.

Ancak bir ağaca, yıldızlara veya bir ışıldayan bir nehre tamamen kendinden geçerek bakan bir zihin, güzelliğin ne olduğunu bilebilir; gerçekten *görme* esnasında hissettiğimiz şey sevgidir. Güzelliği genellikle karşılaştırma veya insanın derleyip topladığı şeyler aracılığıyla tanırız, bu da güzelliği belli bir nesneyle bağdaştırdığımız anlamına gelir. Güzel olduğunu düşündüğüm bir bina görürüm ve o güzelliği mimari bilgim sayesinde ve onu, gördüğüm başka binalarla kıyaslayarak takdir ederim. Ama şimdi kendime soruyorum, "Nesnesi olmayan bir güzellik var mıdır?" Sansürleyen, tecrübe eden, düşünen bir gözlemci varsa güzellik yoktur çünkü o güzellik gözlemcinin bakıp hüküm verdiği, harici bir şeydir ama gözlemci yoksa –ki bu müthiş bir meditasyon ve araştırma gerektirir– o zaman nesnesi olmayan bir güzellik söz konusudur.

Güzellik gözlemcinin ve gözlenenin tamamen kendisini vermesine bağlıdır, kendini vermek de ancak tam bir sadeliğin olduğu yerde mümkündür; bütün haşinliği, kuralları ve itaatkârlığıyla rahibin sadeliği değil; giysilerde, fikirlerde, yemekte ve davranıştaki sadelik değil; büsbütün sıradan olmanın tam bir alçakgönüllülükle eşdeğer olan sadeliği. O zaman ortada ne başarıma düşüncesi ne de tırmanılacak bir merdiven kalır; sadece ilk adım vardır, ilk adım da ebedi adımdır.

Diyelim ki kendi başınıza ya da birisiyle birlikte yürüyorsunuz ve konuşmanız sona erdi. Her yanınız doğayla çevrili ve etrafta havlayan bir köpek yok, yoldan geçen bir arabanın gürültüsü hatta bir kuşun kanat çırpma sesi bile yok. Tamamen sessizsiniz, etrafınızdaki doğa da tamamen sessiz. Hem gözlemcide hem gözlenendeki bu sessizlik halinde –gözlemcinin, gördüklerini düşünceye çevirmediği o esnada– farklı bir güzellik vardır. Orada ne doğa vardır ne gözlemci. Tamamen, büsbütün yalnız bir ruh hali vardır; yalnızdır –tecrit edilmemiştir– dinginlik içinde yalnızdır ve o dinginlik güzelliştir. İnsan severken gözlemci diye bir şey söz konusu mudur? Ancak sevgi, arzu ve zevkten ibaret olduğu zaman ortada bir gözlemci vardır. Arzu ve zevk sevgiyle ilişkilendirilmediği zaman sevgi, çok yoğundur. O da güzellik gibi her gün yepyeni bir şey olur. Dediğim gibi, dünü de yarını da yoktur.

Ancak aklımızda hiçbir önyargıya, hiçbir imgeye yer vermeden gördüğümüz zaman hayattaki herhangi bir şeyle doğrudan temas kurabiliriz. Bütün ilişkilerimiz aslında hayalidir yani düşüncenin şekillendirdiği bir imgeye dayalıdır. Aklımızda size dair bir imge varsa, sizde de bana dair bir imge varsa, doğal olarak birbirimizi gerçekte olduğumuz gibi görmeyiz. Gördüğümüz, birbirimiz hakkında aklımızda oluşturduğumuz, temas kurmamızı engelleyen imgelerdir ve ilişkilerimiz de bu yüzden başarısız olur.

Sizi tanıdığımı söylediğimde aslında kastettiğim sizi dün tanıdığımdır. Aslında *şu anda* sizi tanımıyorumdur. Tek bildiğim, aklımdaki size ait imgedir. O imgeyi oluşturan, hakkımda söylediğiniz, beni öven veya yeren sözler ve bana yaptıklarınızdır –size ait bütün hatıralarımdır. Benim sizdeki imgem de aynı şekilde oluşmuştur, aralarında ilişki bulunan ve birbirimizle gerçek anlamda iletişim kurmamızı engelleyen de işte bu imgelerdir.

İki insan uzun süre birlikte yaşamışsa akıllarında birbirlerine dair belli imgeler vardır, bunlar da gerçek bir ilişki kurmalarına engel olur. İlişki kurmanın ne demek olduğunu anlarsak işbirliği yapabiliriz ama işbirliği imgeler, semboller, ideolojik kavramlar vasıtasıyla oluşturulamaz. Ancak aramızdaki gerçek ilişkiyi anladığımız zaman sevgi mümkündür, imgeler varken de sevgiye yer yoktur. Bu yüzden sırf zihninizle değil, günlük hayatınızda, karınız, kocanız, komşunuz, çocuğunuz, ülkeniz, liderleriniz, siyasetçileriniz, Tanrılarınız hakkında nasıl imgeler oluşturduğunuzu gerçekten anlamanız önemlidir – elinizde imgelerden başka bir şey yoktur.

Bu imgeler sizinle gözlemlediğiniz şey arasındaki mesafeyi oluşturur ve o mesafe çatışma teşkil eder, onun için şimdi birlikte yalnızca dışımızda değil içimizde de yarattığımız bu mesafeden, insanları bütün ilişkilerinde birbirlerinden ayrı tutan bu mesafeden kurtulmanın mümkün olup olmadığını öğreneceğiz.

Bir probleme verdiğiniz dikkat, o problemi çözen enerjidir. Bütün dikkatinizi verdiğiniz zaman –tüm varınız yoğunuzla demek istiyorum– ortada gözlemci yoktur. Sadece saf enerjiden ibaret olan dikkat verme hali vardır, o saf enerji de en üstün zekâ türüdür. Bu ruh hali doğal olarak tamamen sessiz olmalıdır, o sessizlik, o dinginlik de disiplin edilmiş bir hareketsizlik değil, tam bir dikkat söz konusu olunca kendini gösterir. İçinde ne gözlemcinin ne de gözlenen şeyin varlığından bahsedebileceğimiz o kusursuz sessizlik, dindar bir zihnin alabileceği en üstün haldir. Ama o haldeyken olanlar kelimelere dökülemez çünkü kelimelerle anlatılanlar yaşanan gerçeğe aynı şey değildir. Olanları öğrenmek için o hali bizzat yaşamamız gerekir.

Her problem bir diğeriyle bağlantılıdır, onun için bir problemi tamamiyle çözebilirseniz –ne olduğu fark etmez– diğer bütün problemlerle kolayca yüzleşip onları çözebildiğinizi görürsünüz. Burada psikolojik sorunlardan bahsediyoruz tabii.

Bir sorunun yalnızca zaman içinde yani meseleyle yetersiz bir biçimde baş etmeye çalıştığımızda var olduğunu önceden görmüştük. O yüzden sorunun doğasının ve yapısının bilincinde olmamız ve onu bir bütün olarak görmemiz yetmez, zihnimizde yer etmemesi için sorunla, ortaya çıkar çıkmaz ilgilenmemiz ve onu derhal çözmemiz gerekir. Bir sorunun bir ay ya da bir gün, hatta birkaç dakika dahi sürmesine izin verirsiniz o sorun zihnınızı tahrif eder. Peki bir sorunla hiçbir tahrifat olmaksızın anında başa çıkıp ondan hemen tamamıyla kurtulmak ve zihinde bir anı, bir yara izi bırakmasına izin vermemek mümkün müdür? Bu anılar aslında içimizde taşıdığımız imgelerden ibarettir, hayat dediğimiz bu olağanüstü şeyle yüz yüze gelen de o imgelerdir, dolayısıyla bir çelişki ve ondan doğan bir çatışma söz konusudur. Hayat gerçek bir şeydir –soyut bir kavram değildir– ve onun karşısına imgelerle çıkarsanız birçok problem baş gösterir.

Her meseleyle, bu mekân–zaman aralığı, insanın kendisiyle korktuğu şey arasındaki bu uçurum olmaksızın başa çıkmak mümkün müdür? Bu ancak imgeyi oluşturan ve bir hatıralar ve fikirler toplamından, bir soyut kavramlar yumağından ibaret olan gözlemcinin devamlılığı yoksa mümkündür.

Yıldızlara baktığınızda gökyüzündeki yıldızlara bakan siz varsınızdır; gökyüzü parlak yıldızlarla doludur, serin bir hava vardır, bir de siz; gözlemci, tecrübe eden ve düşünen kişi. Sızlayan kalbinizle siz merkezsinizdir ve mesafe yaratırsınız. Yıldızlarla, eşiniz ya da arkadaşınızla aranızdaki mesafeyi asla anlayamazsınız çünkü hiç, o imge olmadan bakmamışsınızdır, bu yüzden güzelliğin veya sevginin ne olduğunu bilmiyorsunuz. Hakkında konuşursunuz, yazılar yazarsınız ama nadiren yaşadığınız tamamen kendinden geçme halleri haricinde onu hiç yaşamamışsınızdır. Etrafında mesafeler yaratan bir merkez olduğu sürece ne sevgi vardır ne de güzellik. Hiçbir merkez ve hiçbir çevreleyen sınır

yoksa sevgi vardır. Ve sevdiğiniz zaman güzelliğin ta kendisi olursunuz.

Karşınızdaki bir yüze bakarken bir merkezden bakarsınız ve o merkez kişiler arasındaki mesafeyi yaratır, hayatlarımız da işte bu yüzden bu kadar boş ve hissizdir. Sevgiyi veya güzelliği geliştiremezsiniz, gerçeği de icat edemezsiniz ama daima ne yaptığınızın farkında olursanız, farkındalığı geliştirebilirsiniz ve o farkındalık sayesinde zevkin, arzunun ve hüznün gerçek doğasını anlamaya ve insanın yalnızlığını ve can sıkıntısını görmeye başlarsınız, işte o zaman "mesafe" denilen o şeye rastlamaya başlarsınız.

Sizinle gözlemlediğiniz nesne arasında mesafe varken orada sevgi olmadığını bilirsiniz; sevgi olmadan dünyayı iyileştirmeye veya yeni bir sosyal düzen kurmaya ne kadar çok çabalarsanız çabalayın ya da düzelmelerden ne kadar çok bahsederseniz bahsedin sadece ıstırap yaratmış olursunuz. Dolayısıyla her şey size bağlı. Bir lider veya öğretmen yok, size ne yapacağınızı söyleyecek kimse yok. Bu çivisi çıkmış vahşi dünyada tek başınasınız.

GÖZLEMCİ ve GÖZLENEN

Lütfen birlikte çıktığımız bu yola benimle biraz daha devam edin. Biraz karmaşık, anlaması biraz zor olabilir ama lütfen devam edin. Sizin hakkınızda veya herhangi bir şey hakkında bir imge oluşturduğum zaman, o imgeyi izleyebilirim yani ortada bir imge, bir de imgeyi gözleyen kişi vardır. Diyelim ki kırmızı gömlekli birisini gördüm, ilk tepkim o gömleği beğenmek ya da beğenmemek olacaktır. Bu beğenip beğenmeme benim kültürümün, aldığım eğitimin, sahip olduğum ilişkilerin, eğilimlerimin, sonradan edinilmiş ve kalıtsal özelliklerimin bir sonucudur. O merkezden gözlemler ve yargıya varırın, bu durumda da gözlemci gözlemlediği şeyden ayrı bir varlıktır.

Ama gözlemcinin, varlığından haberdar olduğu birden fazla imge vardır; kendisi de binlerce imge yaratır. Peki, gözlemci bu imgelerden ayrı bir şey midir? Kendisi de bir imge değil midir? Olduğu şeye devamlı bir şeyler ekleyip çıkarmaktadır; devamlı tartan, karşılaştıran, yargılayan, değiştiren ve dıştan ve içten gelen baskılar sonucunda değişen canlı bir varlıktır; kendi bildikleri, üzerindeki etkiler ve yaptığı sayısız hesaplardan oluşan bir bilinç dünyasında yaşayan bir varlık. Aynı zamanda, gözlemciye yani kendinize baktığınızda hepsi bir arada geçmişini temsil eden anılar, deneyimler, tesadüfler, etkiler, gelenekler ve sonsuz sayıda acı çekme şekillerinden oluştuğunu görürsünüz. Anlayacağınız gözlemci hem geçmiş hem şimdiki zamandır, gelecek de onu beklemektedir ve o da gözlemcinin bir parçasıdır. Gözlemci yarı ölü yarı diridir ve her şeye bu ölüm ve yaşamla bakmaktadır, bu yarı ölü yarı canlı yaprakla. İşte zaman kavramının kapsamındaki bu ruh hali içinde siz (gözlemci) korkuyu, kıskançlı-

ğı, aileyi (aile denen o çirkin içine kapanık varlığı) inceleyip gözlenen şey sorununu –ki o gözlenen şey bir meydan okuma, bir yeniliktir– çözmeye çalışırsınız; yeniye hep eskiye bakarak yorumlarsınız, dolayısıyla da daima çatışma halindesinizdir.

Bir imge, gözlemci olarak etrafındaki ve içindeki onlarca başka imgeyi gözlemler ve, “Bu imgeyi sevdim, onu aklımda tutacağım,” veya, “Şu imgeyi sevmedim o yüzden ondan kurtulacağım,” der ama gözlemcinin kendisi de başka bazı imgelere tepki olarak oluşmuş çeşitli imgelerden meydana gelmiştir. Böylece, “Gözlemci aynı zamanda imgenin kendisidir, sadece kendini ondan ayırmıştır ve izlemektedir. Başka imgeler sayesinde meydana gelmiş bu gözlemci, kendisini kalıcı sanır ve kendisiyle yarattığı imgeler arasında bir ayrım, bir zaman aralığı vardır. Bu kendisiyle dertlerinin nedeni olduklarına inandığı imgeler arasında çatışmaya yol açar. O zaman da ‘Bu çatışmadan kurtulmalıyım,’ der ama çatışmadan kurtulma isteğinin kendisi de başka bir imge yaratır,” diyebileceğimiz bir noktaya geliriz.

Bütün bunların farkında olmak, ki gerçek meditasyon budur, diğer bütün imgelerin oluşturduğu bir ana imge olduğunu ve sansürleyenin, tecrübe edenin, değerlendirenin, diğer imgeleri yenmek, onlara boyun eğdirmek ya da onları tamamen yok etmek isteyen yargıcın da bu ana imge, yani gözlemci olduğunu ortaya koymuştur. Bütün diğer imgeler gözlemcinin yargılarının, görüşlerinin ve kararlarının sonuçlarıdır, gözlemci de diğer bütün imgelerin bir sonucudur – dolayısıyla gözlemci gözlenenin ta kendisidir.

Anlaşılabacağı üzere farkındalık insan ruhunun farklı hallerini, çeşitli imgeleri ve aralarındaki çelişkiyi, bundan doğan çatışmayı, bu konuda hiçbir şey yapamamanın verdiği çaresizlik hissini ve çatışmadan kaçmak için bulunulan çeşitli girişimleri gün ışığına çıkarmıştır. Bütün bunlar dikkatli ve

temkinli bir farkındalık sayesinde açığa çıkmıştır, bundan sonra da gözlemcinin gözlenen olduğuna dair farkındalık gelir. Bunun farkına varan üstün bir varlık ya da daha yüce bir benlik değildir (üstün varlık ve yüce benlik yalnızca icattan ibarettir ve diğerlerinin olduğu türden imgelerdir); gözlemcinin gözlenenle aynı şey olduğunu ortaya çıkaran farkındalığın ta kendisidir.

Kendinize bir soru sorarsanız, cevabı alan varlık kim olur? Ya soruyu soracak olan varlık kimdir? Eğer o varlık bilincin, düşüncenin bir parçasıysa hiçbir şeye cevap bulamaz. Keşfedebileceği tek şey sadece bir farkında olma halidir. Ama o farkındalık halinde hâlâ “Farkında omalıyım, farkındalığı uygulamam lazım,” diyen bir varlık varsa, o varlık da bir imgedir.

Gözlemcinin gözlenenle aynı olduğuna dair bu farkındalık bir gözlenenle özdeşleşme süreci değildir. Bir şeylerle kendini özdeşleştirmek oldukça kolaydır. Çoğumuz kendimizi bir şeylerle özdeşleştiririz –ailemizle, eşimizle, ulusumuzla– bu da büyük acılara ve büyük savaşlara yol açar. Bizim üzerinde durduğumuz tamamen farklı bir şey ve onu sözlerle değil, özümüzde, benliğimizin köklerinde anlamalıyız. Eski Çin uygarlığında bir ressam herhangi bir şeyi çizmeye başlamadan önce –bir ağacı örneğin– günlerce, aylarca, yıllarca, ne kadar uzun sürerse sürsün onun önünde otururdu, ressam ağacın ta kendisi olana kadar. Kendisini ağaçla özdeşleştirmezdi, ağacın kendisi olurdu. Bu onunla ağaç arasında hiçbir mesafe olmadığı, gözleyenle gözlenen arasında hiçbir mesafe olmadığı, bir yaprağın güzelliğini, hareketini, gölgesini, derinliğini, renk kalitesini tecrübe eden bir kişinin olmadığı anlamına gelir. O ressam bütünüyle ağacın kendisiydi ve ancak o haldeyken resim yapabiliirdi.

Gözleyenin yaptığı herhangi bir hareket, gözleyenin gözlenenle aynı şey olduğunun farkına varmamışsa eğer, yalnızca

bir dizi başka imge yaratmış olur ve gözlemci yine bunlara takılıp kalır. Ama gözlemci, gözleyenle gözlenenin aynı olduğunun farkındaysa ne olur? Bu noktada yavaş, çok yavaş ilerlemeniz gerek çünkü çok karmaşık bir konuya giriyoruz. Ne olur? Gözlemci hiçbir harekette bulunmaz. Gözlemci hep, "Bu imgeler konusunda bir şeyler yapmam gerek, onları bastırmalı veya şekillerini değiştirmeliyim," demiştir, gözlenen şey söz konusu olduğunda hep aktiftir, tutkulu veya üstünkörü bir şekilde hareket eder veya tepki verir, işte gözlemcinin bu sevmeye ve sevmeme eylemine "pozitif hareket" denir: "Seviyorum öyleyse elimde tutmalıyım. Sevmiyorum öyleyse kurtulmalıyım." Ama gözleyen kişi, hakkında harekete geçtiği şeyin *kendisi* olduğunun ayırımına vardığında, kendisiyle imge arasında bir çatışma da kalmaz. Onunla *aynı şeydir* zaten. Ondan ayrı bir şey değildir. Ayrıken imge konusunda bir şeyler yapmış ya da yapmaya çalışmıştır, ama gözlemci kendisinin aslında o imge olduğunu anladığı zaman sevmek ya da sevmemek diye bir şey kalmaz, çatışma da sona erer.

Ne yapabilir ki zaten? Bir şey insanın ta kendisiyse, insan ne yapabilir ki? Ona isyan edemez, ondan kaçamaz, hatta onu kabul bile edemezsiniz. O, *oradadır* sadece. Dolayısıyla sevmeye ve sevmemeye verilen tepkinin sonucunda gelişen her türlü hareket sona ermiştir.

O zaman inanılmaz derecede canlanmış bir farkındalığın varlığından haberdar olursunuz. Bu farkındalık belli başlı bir meseleye veya bir imgeye bağlı değildir ve o yoğun farkında olma hali farklı bir dikkat seviyesini beraberinde getirir, dolayısıyla da zihin –bu farkındalıkla aynı olduğundan– olağanüstü hassaslaşmış ve yüksek bir zekâyâ kavuşmuştur.

13

DÜŞÜNMEK NEDİR?

FİKİRLER ve EYLEM

ZORLUK

MADDE

DÜŞÜNCENİN BAŞLANGICI

Şimdi de düşünmenin ne olduğu sorusunu, özenle, mantıkla ve sağlıklı bir akılla uygulanması gereken (günlük çalışmamız için) düşüncenin önemini ve hiçbir önemi olmayan düşünceyi değerlendirelim. Bu iki türü bilmeden düşüncenin erişemediği çok daha derin bir konuyu anlayamayız. Öyleyse düşünmenin ve hafızanın ne olduğu, düşüncenin nasıl başladığı, bütün hareketlerimizi nasıl şartlandırdığı konularından oluşan bütün bu karmaşık yapıyı anlamaya çalışalım; bütün bunları anladıktan sonra da belki düşüncenin hiç keşfetmediği, düşüncenin kapısını açamayacağı bir şeyle karşılaşırız.

Hayatlarımızda düşünce –ki burada düşünceden kasıt fikirler ve beyin hücrelerinde birikmiş hatıralara verilen tepkidir– neden bu kadar önemli bir şey olup çıktı? Belki çoğunuz daha önce hiç böyle bir soru sormamışsınızdır veya sorduysanız da, “Düşüncenin pek önemi yok, önemli olan duygulardır,” demiş olabilirsiniz. Ama ikisi birbirinden nasıl ayrılabilir bilmiyorum. Düşünce duygunun devamlılığını sağlamazsa duygu çok kısa sürede ölür. Peki, o zaman düşünce günlük hayatlarımızda, ezici, sıkıcı, korku dolu hayatlarımızda neden böyle aşırı bir önem kazanmış bulunuyor? Benim kendime sorduğum gibi, siz de kendinize sorun –insan neden düşüncenin kölesidir – organize edebilen, bir şeyleri başlatabilen, bunca şey icat etmiş, bunca savaşa yol açmış, bu kadar çok korku ve endişe yaratmış olan, hiç durmaksızın imgeler oluşturup kendi kuyruğunu kovalayan düşüncenin –dünün zevkini çıkarmış ve o zevke şimdiki zamanda ve gelecekte devamlılık sağlamış olan düşüncenin– devamlı aktif olan, gevezelik eden, hareket eden, inşa eden,

alıp götüren, ekleyen, zanneden kurnaz ve zeki düşünce-
nin?

Fikirler bizim için eylemden çok daha önemli bir hal almış
bulunuyor; çeşitli alanlarda uzman olan entelektüellerin ki-
taplarda çok zekice ifade ettikleri fikirler. O fikirler ne kadar
kurnaz, ne kadar anlaşılması zorsa onlara ve anlatıldıkları ki-
taplara o kadar çok tapıyoruz. Onlar tarafından öylesine de-
rinlemesine şartlandırılmışız ki biz o kitaplarız, o fikirleriz de-
sek yeridir. Hiç durmaksızın fikirleri, idealleri tartışıyor ve
ders verir gibi görüş bildiriyoruz. Her dinin kendine ait bir
dogması, kendi formülü, Tanrılara ulaşmak için kullanılacak
kendi darağacı var ve düşüncenin başlangıcını araştırırken de
fikirlerden inşa edilmiş bütün bu yapının önemini sorguluyo-
ruz. Fikri eylemden ayırdık çünkü fikirler hep geçmişe dair-
dir, eylem ise daima şimdiki zamandır, yani yaşamak daima
şimdiki zamandır. Biz yaşamaktan korkuyoruz, fikir kılığına
bürünmüş geçmiş de işte bu yüzden bizim için bu kadar
önemli bir hal aldı.

Sırf nasıl düşündüğümüzü ve düşünmek dediğimiz o tep-
kinin nereden geldiğini gözlemlemek için kendi düşünce me-
kanizmamızın işleyişini izlemek, gerçekten son derece ilginç.
O tepkinin hafızadan geldiği ortada. Düşüncenin bir başlan-
gıcı var mı gerçekten? Varsa, başlangıcını –hafızanın başlan-
gıcını yani, hafızamız olmasa düşüncelerimiz de olmayaca-
ğından– bulabilir miyiz?

Düşüncenin dün tattığımız bir zevki nasıl muhafaza ettiğini
ve onun devamlılığını nasıl sağladığını daha önce görmüştük,
düşüncenin zevkin karşıtı olan korku ve acıyı nasıl canlı tuttu-
ğunu da, dolayısıyla deneyimi yaşayan –ki bu düşünenle aynı
kişidir– hem zevkin hem acının ta kendisidir hem de zevki ve
acıyı besleyen varlıktır. Düşünen kimse zevkle acıyı ayırır.
Zevk talebinin kendisinin acı ve korkuya davetiye çıkardığını
anlamaz. İnsan ilişkilerinde düşünce daima zevk talep eder.

Zevki de sadakat, yardım etmek, vermek, muhafaza etmek, hizmet etmek gibi farklı kelimelerle anlatır. Merak ediyorum, neden hizmet etmek isteriz acaba? Benzin istasyonu iyi hizmet sunuyor. Bu kelimeler ne anlama geliyor: Yardım etmek, vermek, hizmet etmek? Bütün bunların anlamı ne? Güzellik, ılık ve sevimlilik dolu bir çiçek, "Ben veriyorum, yardım ediyorum, hizmet ediyorum," der mi? O *vardır*! Hiçbir şey yapmaya çalışmadığı için de dünyayı kaplar.

Düşünce o kadar kurnaz, o kadar zekidir ki her şeyi işine geldiği gibi çarpıtır. Düşünce, zevk isteğiyle kendi esaretini de beraberinde getirir. Düşünce bütün ilişkilerimizdeki ikiliklerin sebebidir: İkimizde zevk aldığımız bir şiddet güdüsü vardır ama aynı zamanda barış arzusu, nazik ve şefkatli olma arzusu da vardır. Hayatlarımızda her an yaşadığımız şey de budur. Düşünce, içimizde bu ikiliği, bu çelişkiyi yeşertmekle kalmaz, zevke ve acıya dair bütün hatıralarımızı biriktirir ve bu hatıralardan yeniden doğar. Kısacası daha önce de söylediğim gibi düşünce geçmiştir, düşünce hep eskidir.

Karşılaşılan her zorlukla, geçmişin koşullarıyla mücadele edildiğinden zorluklarla başa çıkma biçimimiz daima yetersiz olacaktır çünkü karşılaşılan zorluklar hep yenidir. Çelişki, çatışma ve bize miras kalan bütün acı ve hüznün de bundan doğar. Küçük beynimiz yaptığı *her şeyle* çatışma halindedir. İster öykünsün, ister taklit etsin, ister bastırsın, ister yüceltsin, ister sınırlarını genişletmek için uyuşturucu kullansın –*ne yaparsa yapsın*– bir çatışma halindedir ve çatışma üretecektir.

Çok düşünen insan çok maddiyatçıdır çünkü düşünce maddedir. Yer, tavan, telefon ne kadar maddeyse düşünce de o kadar maddedir. Belli bir şablona göre işleyen enerji maddeye dönüşür. Sadece enerji ve madde vardır. Hayat bunlardan ibarettir. Düşüncenin madde olmadığını düşünebiliriz ama öyledir. Düşünce maddenin ideolojiye dönüşmüş halidir. Enerji, var olduğu her yerde maddeye dönüşür. Madde ile enerji birbirleriy-

le bağlantılıdır. Biri olmadan diğeri var olamaz ve ikisi arasında ne kadar çok uyum, ne kadar çok denge olursa beyin hücreleri o kadar çok çalışır. Düşünce bu zevk, acı, korku şablonunu oluşturmuş ve binlerce yıldır onun dahilinde işlemiştir. Bu şablonu kıramıyor çünkü onu yaratan kendisi.

Yeni bir olgu düşünce tarafından görülemez. Sonradan düşünce onu sözel olarak anlayabilir ama yeni bir olgunun anlaşılması düşünce için gerçek bir şey değildir. Düşüncenin herhangi bir psikolojik sorunu çözmesi mümkün değildir. Ne kadar zeki, ne kadar kurnaz, ne kadar bilgili olursa olsun; bilim, elektronik bir beyin, zorunluluk veya ihtiyaç sayesinde ne tür bir yapı yaratırsa yaratsın düşünce hiçbir zaman yeni değildir, bu nedenle de hiçbir hayati soruya cevap bulamaz. Eski olan beyin, yaşamak denen büyük sorunu çözemez.

Düşünce çarpıktır çünkü her türlü şeyi icat edebilir ve gerçekte var olmayan şeyler görebilir. En inanılmaz hileleri yapabilir, dolayısıyla güvenilmezdir. Ama nasıl düşündüğünüzün, neden düşündüğünüzün, kullandığınız kelimelerin, günlük hayatınızda nasıl davrandığının, insanlarla konuşma biçiminizin, insanlara davranış biçiminizin, yürüme, yemek yeme biçiminizin bütün yapısını anlarsanız, bütün bunların farkında olursanız, zihninizi sizi aldatmayacaktır ve ortada aldatılacak bir şey kalmayacaktır. O zaman zihin, isteyen ve boyun eğdiren bir şey olmaktan çıkar; son derece sessiz, uysal, hassas, yalnız bir hal alır ve o halde hiçbir aldatmacaya yer yoktur.

Bir şeye tam dikkatinizi verdiğiniz zaman gözlemcinin, düşünen kimsenin, merkezin, 'ben'in sona erdiğini fark ettiniz mi hiç? O dikkat verme halinde düşünce solmaya başlar.

İnsan bir şeyi çok net olarak görmek istiyorsa, zihni çok sessiz ve bütün önyargılardan, gevezelikten, diyaloglardan, imgelelerden, resimlerden uzak olmalıdır, görmek için bütün bunlar bir yana bırakılmalıdır. Düşüncenin başlangıcını da ancak sessizlikte gözlemleyebilirsiniz; ararken, soru sorarken veya cevap beklerken değil. Bu yüzden ancak benliğinizin her zerresi tama-

men sessiz olduğunda, “Düşüncenin başlangıç noktası nedir?” sorusunu sorduğunuzda düşüncenin nasıl şekillendiğini o sessizliğin içinden görmeye başlarsınız.

Düşüncenin nasıl başladığı konusunda bir farkındalık varsa düşünceyi kontrol etmeye gerek yoktur. Düşüncelerimizi kontrol etmeye çalışarak –“Bu iyi bir düşünce, onu çok düşünmeliyim. Bu kötü bir düşünce, onu bastırmalıyım.”– sadece okulda değil, hayatımız boyunca çok fazla zaman harcıyıp çok fazla enerji israf ederiz. Bir düşünceyle diğeri, bir arzuyla diğeri arasında devamlı bir savaş vardır, bir zevk diğer bütün zevklere hükmeder. Ama düşüncenin başlangıcına dair bir farkındalık varsa, düşüncede çelişki yoktur.

Şimdi siz, “Düşünce hep eskidir,” veya “Zaman hüzdür,” diye bir ifade duyunca düşünce onu başka bir şeye çevirmeye ve yorumlamaya başlar. Ama bu çeviri ve yorum düne ait bilgi ve deneyimlere dayalıdır, dolayısıyla hep şartlandığınız biçimde çevirirsiniz. Ama o ifadelere bakar ve hepsini yorumlamaz, onlara sadece bütün dikkatinizi verirseniz (konsantrasyonunuzu değil) ortada ne gözlemci ne gözlenen, ne bir düşünen ne de düşünce olduğunu görürsünüz. “Önce hangisi başladı?” demeyin. Bu hiçbir yere varmayan zekice bir argümandır. Düşünce olmadığı sürece –ki bu bir hafıza kaybı veya boşluk hali demek değildir– hepsi geçmişe dair şeyler olan hatıralardan, deneyimlerden ya da bilgiden edinilen bir düşünce olmadığı sürece bir düşünenin de olmadığını kendinizde de gözlemleyebilirsiniz. Bu felsefi veya mistik bir olay değildir. Gerçek olguları ele alıyoruz ve yolculukta buraya kadar gelmişseniz, karşılaştığınız bir zorlukla eski bir beyinle değil, tamamen yepyeni bir beyinle başa çıktığınızı göreceksiniz.

DÜNÜN YÜKÜ

SESSİZ ZİHİN

İLETİŞİM

BAŞARI

DİSİPLİN

SESSİZLİK

GERÇEK ve GERÇEKLİK

Genelde sürdüğümüz yaşamda çok az yalnızlık vardır. Yalnızken bile hayatlarımız o kadar çok etkiyle, bilgiyle, yüzlerce tecrübeye ait o kadar çok hatırayla, o kadar çok endişe, acı ve çatışmayla doludur ki zihinlerimiz tekdüze bir rutine göre çalışmaktan gün geçtikçe körelir, hissizleşir. Yalnız kalmamız söz konusu mu? Yoksa dünyanın bütün yükünü beraberimizde mi taşıyoruz?

Bir köyden diğerine giden iki keşiş hakkında güzel bir hikâye vardır. Yolda, bir nehrin kıyısında oturmuş ağlayan bir genç kıza rastlarlar. Keşişlerden biri kızın yanına gider ve sorar, "Kardeşim, niçin ağlıyorsun?" Kız, "Şurada, nehrin karşı kıyısındaki evi görüyor musunuz? Bu sabah erkenden bu tarafa geldim, nehri de yürüyerek kolayca geçmiştım ama şimdi nehir yükseldi ve evime dönemiyorum. Sandal yok," der. Keşiş, "Ah, hiç sorun değil," der, kızı kucağına alır ve nehrin karşı kıyısına kadar taşır. İki keşiş yollarına devam ederler. İki saat sonra diğer keşiş, "Kardeşim, biz bir kadına asla el sürmemeye yemin ettik. Yaptığın şey büyük bir günah. Bir kadına dokunmak sana zevk yani sıradışı bir his vermedi mi?" der. Arkadaşı da cevap verir, "Ben onu iki saat önce arkamda bıraktım. Sense onu hâlâ taşıyorsun, öyle değil mi?"

Biz de öyle yapıyoruz. Duygusal yükleri hep üzerimizde taşıyoruz, karşılarında asla ölü gibi tepkisiz kalamıyoruz, onları asla geride bırakamıyoruz. Yalnızlık ancak bir probleme bütün dikkatimizi verip onu *hemen* –bir sonraki güne, bir sonraki dakikaya asla bırakmadan– çözdüğümüz zaman varolabilir. O zaman kalabalık bir evde yaşıyor veya bir otobüste seyahat ediyor olsak bile yalnızlık yanımızdadır. Ve o yalnızlık taze ve masum bir zihne işaret eder.

İç huzuruna ve ferahlığına sahip olmak çok önemlidir çünkü varolma, gitme, çalışma ve uçma özgürlüğü demektir. Ne de olsa iyilik ancak ferah bir yerde çiçek açabilir, tıpkı erdemın ancak özgürlük ortamında çiçek açabildiğı gibi. Siyasi açıdan özgür olabiliriz ama içimizde özgür değiliz, bu yüzden de orada ferahlık yok. Hiçbir erdem hiçbir değerli özellik insanın içinde bu ferah alan olmadan görevini yerine getiremez ve büyüyemez. Ferah bir alan ve sükûnet gereklidir çünkü zihin ancak yalnızken, etki altında değilken, eğitilmemişken ve sonsuz türde deneyim tarafından alıkoyulmadığı esnada yepyeni bir şey bulabilir.

Net görmenin sadece zihin sakinken mümkün olduğunu insan hemen anlar. Doğuda meditasyonun bütün amacı böyle bir ruh hali yaratmak, yani düşünceyi kontrol etmektir ki bu, zihni sakinleştirmek için bir duayı devamlı tekrar etmek ve o ruh hali içinde sorunları anlamayı ummakla aynı şeydir. Ama insan temeli atmadığı sürece, yani korkudan, hüzünden ve kendisi için kurduğu bütün tuzaklardan kurtulmadığı sürece zihni nasıl gerçekten sessiz olabilir bilmiyorum. Bu ifade edilmesi en zor şeylerden biri. Aramızda bir iletişim olması, sadece kullandığım sözcükleri anlamamız değil, sizin de benim de aynı anda –ne bir an önce ne bir an sonra– yoğunlaşmamız ve aynı düzlemde karşı karşıya gelebilmemiz anlamına gelir, değil mi? Siz okuduğunuz şeyi kendi bildiklerinize, zevkinize veya fikirlerinize göre yorumlarken veya anlamak için olağanüstü bir çaba harcarken böyle bir iletişim mümkün değildir.

Bence hayattaki en büyük engellerden biri bu bitmek tükenmek bilmeyen erişme, başarma ve edinme çabasıdır. Bize çocukluktan itibaren edinmek ve başarmak öğretiliyor; beyin hücreleri bile fiziksel açıdan güvenlikte olmak için bu başarı şablonunu yaratıyor ve talep ediyorlar ama psikolojik güvence başarının kapsamı dışındadır. Bütün ilişkilerimizde tu-

tumlarımızda ve eylemlerimizde kendimizi güvende hissetmek isteriz ama daha önce gördüğümüz üzere, aslında güvende olmak diye bir şey yoktur. Hiçbir ilişkide güvenin hiçbir türünün bulunmadığını öğrenmek –psikolojik açıdan hiçbir şeyin kalıcı olmadığını farkına varmak– hayata tamamen farklı yaklaşmanızı sağlar. Haricen güvende olmak çok önemlidir elbette –barınak, giysi, yiyecek bulabilmek– ama psikolojik güvenceye duyulan ihtiyaç, o harici güvenceyi ortadan kaldırır.

Ferahlık ve sessizlik bilincin sınırlarını aşmak için gereklidir ama aşırı aktif bencil bir zihin nasıl sakin olabilir? Onu terbiye edebilir, kontrol edebilir ve şekillendirebilirsiniz ama bu tür bir eziyet zihni sakinleştirmez; onu sadece köreltir. Sadece sakin bir zihne sahip olma idealinin peşinden gitmenin hiçbir değeri yoktur çünkü zihni ne kadar zorlarsanız zihin o kadar daralır ve durgunlaşır. Her tür kontrol ve baskı sadece çatışma üretir. Dolayısıyla kontrol ve yüzeysel bir disiplin doğru yol değildir, *disiplinsiz* bir hayatın da değeri yoktur.

Hayatımızın çoğu, toplumun beklentileri, aile, kendi ıstıraplarımız deneyimlerimiz, belli ideolojilere ya da olaylara dayalı şablonlar tarafından disipline sokulmaktadır – ve bu disiplin biçimi donuklaştırıcıdır. Disiplin kontrolden, baskıdan, her tür korkudan uzak olmalıdır. Peki bu disiplin nasıl sağlanabilir? Önce disiplin sonra özgürlükle olmaz; özgürlük en başta gelir, sonda değil. Bu özgürlüğü anlamak, ki bu disiplinin itaatkârlığından kurtulmanın özgürlüğüdür, disiplinin kendisidir. Öğrenme eyleminin kendisi disiplindir (ne de olsa disiplin kelimesinin kökü öğrenmekten gelir), öğrenme eyleminin kendisi net görmeye dönüşür. Kontrolün, baskının ve düşkünlüğün doğasını ve yapısını anlamak dikkat gerektirir. Disiplini incelemek için onu uygulamak zorunda değilsiniz ama inceleme eyleminin kendisi, içinde baskıya yer olmayan bir disiplini de beraberinde getirir.

Otoriteye karşı gelmek için (psikolojik otoriteden bahsediyoruz, kanundan değil), bütün dini kurumların, geleneklerin ve deneyimlerin otoritesine karşı gelmek için, insan neden boyun eğdiğini anlamalı, bunu gerçekten incelemelidir. Bunu incelemek için de ya kınama, haklı çıkarma ve kanaat bir kenara bırakılmalı ya da otorite kabullenilmelidir. Otoriteyi hem kabullenip hem inceleyemeyiz, bu mümkün değildir. İç dünyamızdaki otoritenin psikolojik yapısını inceleyebilmemiz için özgürlük şarttır. İncelerken bütün o yapıya karşı koymuş oluruz, karşı koyduğumuz zaman da o karşı koymanın kendisi otoriteden kurtulmuş aklın ışığıdır. Yüzeysel disiplin, liderlik, idealizm gibi şimdiye dek kayda değer sayılmış her şeyi incelemek bunları inkârla eşdeğerdir; bu durumda inceleme eyleminin kendisi sadece disiplinle ayrı şey değildir aynı zamanda onun tersidir ve karşı koymanın kendisi de olumlu bir eylemdir. Yani yaptığımız, zihinde sessizliği sağlamak için, önemli addedilen her şeyi reddetmektir.

Böylece sessizliği sağlayanın kontrol olmadığını anlamış bulunuyoruz. Zihin, kendini kaybetmesine neden olacak kadar ilgi çekici bir nesneyle karşı karşıyaysa o zihin sakın değildir. Bu bir çocuğa ilginç bir oyuncak vermeye benzer; oyuncak alınca çocuğun sesi kesilir ama oyuncak elinden alırsanız çocuk yaramazlıklarına devam eder. Hepimizin ilginizi çeken oyuncakları var, biz de çok sessiz olduğumuzu sanıyoruz ama bir insan belli bir faaliyete –bilimsel, edebi ya da her neyse– kendini adanmışsa oyuncak onu meşgul eder ama aslında hiç de sessiz değildir.

Bildiğimiz tek sessizlik gürültü bittiği zamanki, düşüncenin bittiği zamanki sessizlik – ama o, sessizlik değildir. Sessizlik tamamen farklı bir şeydir, güzellik gibi, sevgi gibi. Ve bu sessizlik, sessiz bir zihnin, bütün yapıyı anlamış olan ve, “Tanrı aşkına sessiz ol” diyen beyin hücrelerinin ürünü değildir; o zaman sessizliği beyin hücreleri kendileri üretmiş olur,

o da sessizlik olmaz. Sessizlik gözlemciyle gözlenenin aynı Şey olduğu dikkat kesilme halinin sonucu da değildir; o durumda anlaşmazlık diye bir Şey yoktur ama bu, sessizlik değildir.

Bu sessizliğin ne olduğunu tarif etmemi bekliyorsunuz, onu karŐılaŐtırabilmek, yorumlayabilmek, alıp götürebilmek ve g mebilmek için. Sessizlik tarif edilemez. Tarif edilebilir olan bilinendir, bilinenden kurtulmak da ancak her gün yeniden, bilinene, acılara, iltifatlara, yarattığınız bütün imgelere ve bütün deneyimlerinize karşı  l  –yani bunlar karşısında bir ölü gibi tepkisiz– olursanız, beyin hücreleri tazeleŐsin, gen leŐsin, masumlaŐsin diye her gün bu anlamda ölürseniz mümkündür. Ama o masumiyet, o tazelik, o Şefkatli ve nazik olma hali sevgi üretmez; o hal güzelliğin veya sessizliğin bir özelliği değildir.

Gürültünün sona ermesinin getirdiği türden olmayan sessizlik sadece küçük bir baŐlangıçtır. Bu küçük bir deliğin içinden devasa, geniş, engin bir denize, ölçülmesi mümkün olmayan, zamanın dışında bir hale geçmeye benzer. Ama bilincin bütün yapısını ve zevkin, hüznün, çaresizliğin ne demek olduğunu anlamadan ve beyin hücreleri susmadan bunu kelimeler yardımıyla anlayamazsınız. Bu saydıklarım olduğunda kimse- nin size açıklayamayacağı ve hiçbir Şeyin yok edemeyeceği o gizem belki karŐınıza çıkar. Yaşayan bir zihin dingin bir zihindir, yaşayan bir zihin merkezi olmayan, o nedenle zamanı ve mek nı da olmayan bir zihindir. Böyle bir zihnin sınırı yoktur ve tek gerçek, tek gerçeklik budur.

15

DENEYİM

TATMİN

İKİLİK

MEDİTASYON

Hepimiz bir tür deneyim isteriz; mistik deneyim, dini deneyim, cinsel deneyim, çok para, güç, mevki ve hükümlürlüğe sahip olma deneyimi. Yaşlandıka belki fiziksel açıklarımızdan kaynaklanan ihtiyaçlarla işimiz biter ama o zaman da daha engin, daha derin ve manalı deneyimler ister ve bunları elde etmek için çeşitli yollara başvururuz – bilincimizin sınırlarını genişletmek gibi mesela, ki bu gerçek bir maharettir veya çeşitli uyuşturuu maddeler almak. Bu, tarihin başlangıcından beri varlığını sürdürmüş eski bir hiledir –bir parça yaprak çiğnemek ya da beyin hücrelerinin yapısında geçici bir değişim sağlamak, yanılmeden ibaret bir gerçeklik sunan artırılmış bir duyarlılık ve algı gücüne kavuşmak için en yeni kimyasal maddeleri denemek. Hep daha fazla deneyime duyulan bu istek, insanın iç dünyasında ne kadar yoksul olduğunu gösteriyor. Deneyimler sayesinde kendimizden kaçabileceğimizi sanıyoruz, oysa bu deneyimleri belirleyen şey bizim ne olduğumuz. Zihin en yeni uyşturucuları kullanabilir ama bayağı, kıskanç ve endişeliyse yine kendi küçük eserini, kendi şartlandırılmış geçmişinin küçük yansımalarını görür.

Çoğumuz düşüncenin yok edemeyeceğı, tamamen tatminkâr, uzun soluklu deneyimler talep ederiz. Öyleyse bu deneyim isteğinin arkasında tatmin isteğı yatmaktadır ve tatmin isteğı deneyimi belirler, onun için bütün bu tatmin meselesini anlamakla kalmayıp tecrübe edilen şeyi de anlamamız gerekir. Büyük bir tatmin yaşamak büyük bir zevktir; bu deneyim ne kadar kalıcı, derin ve engin olursa o kadar çok zevk verir yani ne tür bir deneyim isteyeceğimizi zevk belirler, o deneyimi de zevkle ölçeriz. Ölçülebilen her şey düşüncenin

kapsamına girer ve yanılısına yaratma eğilimindedir. Harika deneyimler yaşayıp yine de tamamen hayal görüyor olabilirsiniz. Şartlandırılma biçiminize bağlı olarak hayaller görmeyiniz kaçınılmazdır; İsa'yı, Buda'yı veya her neye inanıyorsanız onu görürsünüz ve ne kadar inançlıysanız hayaller –kendisi isteklerinizin ve güdülerinizin dışavurumları– o kadar güçlü olacaktır.

Yani gerçeğin ne olduğu gibi çok önemli bir şeyi ararken kullanılan ölçü zevk ise o deneyimin tam olarak ne olacağını çoktan öngörmüşsünüz demektir, onun için de o deneyimin artık bir hükmü yoktur.

Deneyim derken neyi kastediyoruz? Deneyimde yeni veya özgün bir şey var mıdır? Deneyim bir hatıra yumağının bir zorluk karşısında verdiği tepkidir ve ancak geçmişin el verdiği kadar tepki verebilir, ayrıca siz deneyimi ne kadar akıllıca yorumlarsanız o da o kadar fazla tepki verir. Onun için sadece bir başkasının deneyimini değil, kendi deneyiminizi de sorgulamanız gerklidir. Bir deneyimi tanıyamıyorsanız o zaten deneyim değildir. Her deneyim önceden yaşanmıştır, yoksa onu tanıyamazdınız. Bir deneyimi şartlanma biçiminize göre iyi, kötü, güzel, kutsal vs. olarak tanırırsınız, dolayısıyla bir deneyimi tanıma eyleminin eski olması kaçınılmazdır.

Gerçekliği tecrübe etmek istediğimiz zaman –ki hepimiz bunu isteriz, değil mi?– onu tecrübe edebilmek için onu bilmemiz gerekir, onu tanıdığımız ansa onu çoktan öngörmüş oluruz, dolayısıyla o gerçek değildir çünkü hâlâ düşünce ve zaman dahilindedir. Düşünce gerçeklik üzerine düşünebiliyorsa o gerçeklik değildir. *Yeni* bir deneyimi tanıyamayız. Bu mümkün değildir. Sadece önceden bildiğimiz bir şeyi tanırız, onun için yeni bir deneyim yaşadığımızı söylediğimiz zaman o deneyim aslında yeni değildir. Çeşitli psikodelik maddelerle yapıldığı gibi, bilincin sınırlarını genişletme yoluyla yeni

deneyimler aramak yine bilincin kapsamı dahilindedir dolayısıyla da çok sınırlıdır.

Böylece çok önemli bir gerçeği ortaya çıkarmış bulunuyoruz, o da daha engin, daha derin deneyimler arayan ve arzu eden bir zihnin daima anılarıyla yaşadığı için çok sığ ve körelmiş bir zihin olduğudur.

Peki, hiçbir deneyimimiz olmasaydı başımıza ne gelirdi? Uyanık kalmak için deneyimlere ve zorluklara ihtiyaç duyuyoruz. İçimizde çatışmalar, değişimler, sıkıntılar olmasaydı hepimiz derin bir uykuda olurduk. Zorluklar çoğumuz için gereklidir; onlar olmadan zihinlerimizin aptallaşacağını ve ağır çalışacağını düşünürüz, onun için de bize daha fazla heyecan ve duygu yoğunluğu vermesi, zekâmızı keskinleştirmesi için bir zorluğa, bir deneyime bel bağlarız. Ama aslında uyanık kalmak için zorluklara ve deneyimlere duyduğumuz bu bağımlılık zihinlerimizi sadece köreltir –bizi gerçekten uyanık tutmaz. Ben de kendime soruyorum, sadece yüzeyde, benliğimin bazı yerlerinde değil, hiçbir zorluk veya deneyim olmaksızın tamamen uyanık kalmak mümkün müdür? Bu hem fiziksel hem psikolojik anlamda büyük bir hassasiyete işaret eder; bütün isteklerden kurtulmam gerektiği anlamına gelir çünkü bir şey istediğim an bir tecrübe yaşayacağım kesindir. İstekten ve tatminden kurtulmak da kendimi incelememi ve isteme eyleminin tüm doğasını anlamayı zorunlu kılar.

İstek ikilikten doğar: “Mutsuzum ve mutlu olmalıyım.” Mutlu olma isteğinin kendisi mutsuzluk barındırır. İnsan iyi olmaya çabaladığında o iyilik tam tersini, kötülüğü içerir. Tasdik edilen her şey, içinde zıddını da barındırır ve alt etme çabası karşı geldiği şeyi güçlendirir. Hakikati veya gerçekliği tecrübe etmek istediğinizde o isteğin kendisi, olandan memnuniyetsizliğinizden doğar, dolayısıyla istek kendisinin tam tersini yaratır. Zıddın içinde de *geçmişte olanlar* vardır. O zaman insan bu hiç bitmeyen istekten kurtulmalıdır, yoksa ikilik koridorunun sonu gelmez. Bu, ken-

dinizi zihnin arayışına son verecek kadar mükemmel derecede tanımanızı gerektirir.

Böyle bir zihin deneyim talep etmez; zorluk isteyemez ve zorluğu tanıyamaz; “uyuyorum” veya “uyanığım” demez. Her ne ise tamamiyle odur. Sadece istediğini elde edememiş, dar, sık bir zihin, şartlanmış bir zihin hep daha fazlasını arar. Öyleyse bu dünyada daha fazlası olmadan –bu bitmek tükenmek bilmeyen karşılaştırma olmadan– yaşamak mümkün müdür? Olmalıdır herhalde? Ama bunu insan kendisi öğrenmelidir.

İşte, bütün bu meseleyi araştırmak meditasyondur. Bu kelime hem Doğuda hem Batıda çok talihsiz bir biçimde kullanılıyor. Farklı meditasyon ekolleri, farklı yöntemler ve sistemler var. “Ayak başparmağınızın hareketini izleyin, izleyin, izleyin,” diyen sistemler var; belli bir pozisyonda oturmayı, düzenli nefes almayı veya farkındalığı tatbik etmeyi savunan başka sistemler de var. Bütün bunlar tamamen mekanik şeyler. Bir başka yöntem size bir kelime verir ve onu tekrarlamaya devam ederseniz olağanüstü, transandantal bir deneyim yaşayacağınızı söyler. Bu düpedüz saçmalıktır. Bu bir çeşit kendi kendini hipnozdur. *Amen*, *Om* veya *Coca Cola* sözcüklerini sonsuz defa tekrar ederseniz tabii ki belli bir deneyim yaşarsınız çünkü tekrar yoluyla zihin sessizleşir. Bu Hindistan’da binlerce yıldır tatbik edilegelmiş, bilinen bir olgudur; adı Mantra Yoga’dır. Tekrarla zihni ılımlı ve yumuşak olmaya telkin edebilirsiniz ama zihin hâlâ bayağı, adi ve küçük bir zihindir. Bahçede bulduğunuz bir tahta parçasını şöminenin üzerine koyup ona her gün bir çiçek vermekten farkı yoktur. Bir ay sonunda ona tapmaya başlarsınız ve önüne çiçek koymamak bir günah olup çıkar.

Meditasyon bir sisteme uymak değildir; devamlı tekrar ve taklit etmek de değildir. Meditasyon konsantrasyon değildir. Öğrencilerinin konsantrasyonu –yani zihni bir düşünceye sa-

bitlemeyi ve diğ er bütün düşünceleri uzakla tırmayı–    renmelerinde ısrar etmek bazı meditasyon hocalarının en sevdiği hilelerden biridir. Bu, mecbur bırakıldığında her    rencinin yapabileceği, son derece aptalca ve çirkin bir şeydir. Bir yandan konsantre olmanız konusundaki ısrar, öbür yandan da bin bir türlü başka şeye uçup giden zihniniz arasında devamlı bir mücadele ya amanız anlamına gelir, oysa nereye giderse gitsin zihnin her hareketine dikkat etmeniz gerekir. Zihniniz uçup gidiyorsa bu başka bir şeyle ilgileniyorsunuz demektir.

Meditasyon  a ırtıcı derecede uyanık bir zihin gerektirir; meditasyon hayatın bütününü anlamaktır, meditasyonda her türlü parçalanma sona erer. Meditasyon düşüncenin kontrolü değildir çünkü düşünce kontrol edildiği zaman zihinde çatışmaya sebep olur ama düşüncenin yapısını ve başlangıç noktasını anlarsanız –ki bu konuya daha önce girmi tik– düşünce araya girmeyecektir. Düşüncenin yapısını anlamamanın kendisi ba lı başına bir disiplindir, o disiplin de meditasyondur.

Meditasyon her duygunun ve her düşüncenin farkında olmak, asla doğru veya yanlış olduğunu söylemeden onu izleyip onunla beraber hareket etmektir. O izleme esnasında bütünüyle düşünce ve duygunun hareket şeklini anlamaya ba larsınız. Bu farkındalıktan da sessizlik doğar. Düşüncenin oluşturduğu sessizlik durağandır ve ölüdür ama düşünce kendi başlangıcını, doğasını, düşüncenin asla  zg r olmayıp hep eski olduğunu anladığı zaman gelen sessizlik, sessizlik meditasyon yapının hiçbir şekilde mevcut olmadığı bir meditasyondur; çünkü zihin geçmişi içinden atmıştır.

Bu kitabı bir saat boyunca dikkatle okuduysanız bu meditasyondur. Sadece birkaç kelime aklınızda yer ettiyse ve sonra üzerinde düşünülecek birkaç fikir edindiyseniz o meditasyon değildir. Meditasyon her şeye tam bir dikkatle, bütünü g reerek bakan bir ruh halidir, sadece bazı kısımlarını değil. Nasıl

dikkatli olunacağını size kimse öğretemez. Bir sistem size nasıl dikkatli olunacağını öğretiyorsa, sisteme dikkat ediyorsunuz demektir ve bu da gerçek dikkat değildir. Meditasyon hayattaki en büyük sanatlardan biridir; belki de en büyüğüdür ve insanın onu birilerinden öğrenmesi mümkün değildir, güzelliği de zaten buradadır. Bir tekniği yoktur, dolayısıyla otoritesi de yoktur. Kendiniz hakkında bir şeyler öğrenirken, kendinizi izlerken, nasıl yürüdüğünüzü, yemek yediğinizi, ne dediğinizi, dedikoduyu, nefreti, kıskançlığı izlerken bütün bunların içinizde olduğunun, hiçbir seçme şansınız olmadan, farkındaysanız eğer bu, meditasyonun bir parçasıdır.

Yani meditasyon siz bir otobüste otururken, ı ışık ve gölge dolu bir ormanda yürürken, kuşların ötüşünü dinlerken veya eşinizin ya da çocuğunuzun yüzüne bakarken de gerçekleşebilir.

Meditasyonu anlamak sevgiyi içerir, sevgi de sistemlerin, alışkanlıkların, bir yöntemi uygulamanın ürettiği bir şey değildir. Sevgi düşünceyle geliştirilemez. Sevgi tam bir sessizlik, düşünen kimsenin mevcut olmadığı bir sessizlik olduğu zaman varolabilir; zihinse ancak kendi hareketini düşünce ve duygu olarak anlayınca susabilir. Düşünce ve duygunun bu hareketini anlamak için onu gözlemlerken hiçbir kınama söz konusu olmamalıdır. Bu şekilde gözlemlemek disiplinin kendisidir ve böyle bir disiplin akıcıdır, özgürdür, boyun eğmenin disiplini değildir.

16

TAM DEVRİM
DİNDAR ZİHİN
ENERJİ
TUTKU

Bu kitabın başından beri ilgilendiğimiz konu kendimizde ve dolayısıyla hayatlarımızda toplumun mevcut yapısıyla hiçbir alakası olmayan tam bir devrim yaratmaktır. Mevcut haliyle toplum bir türlü sonu gelmeyen, saldırıya dayalı savaşlarıyla –o saldırı ister savunmaya ister hücumla yönelik olsun– korkunç bir şeydir. Tamamen yeni bir şeye ihtiyacımız var; ruhun kendisinde bir devrime, bir mutasyona. Eskiye ait olan beynin insanın ilişki problemini çözmesi mümkün değildir. Eski beyin Asyalı, Avrupalı, Amerikalı veya Afrikalıdır, onun için bizim kendimize sormakta olduğumuz soru şu: Beyin hücrelerinin bir mutasyon, bir başkalaşım geçirmesini sağlamak mümkün müdür?

Kendimizi daha iyi anlar hale geldiğimize göre, kendimize yine soralım, bu vahşi, şiddet dolu, acımasız dünyada –gün geçtikçe daha etkin, dolayısıyla da daha acımasız bir hal alan dünyada– sıradan bir hayat süren bir insanın yalnız dış dünyadaki ilişkilerinde değil, düşünceleri, duyguları, davranışları ve tepkilerinde de bir devrim yaratması mümkün müdür?

Her gün, insanın içindeki şiddet yüzünden dünyada meydana gelen korkunç olayları görüyor veya gazetelerde okuyoruz. “Bu konuda hiçbir şey yapamam,” ya da, “Ben dünyayı nasıl etkileyebilirim ki?” diyebilirsiniz. Kendiniz şiddet yanlısı olmaz, her gün gerçekten huzurlu bir yaşam sürerseniz –rekabetçi, hırslı ve kıskanç olmayan, düşmanlık yaratmayan bir yaşam– bence dünya üzerinde çok büyük bir etkiniz olabilir. Küçük kıvılcımlar bir yangına dönüşebilir. Bencil hareketlerimizle, önyargılarımızla, nefretlerimizle, milliyetçiliğimizle dünyayı şu anda içinde bulunduğu kaosa biz sürükledik, bu konuda hiçbir şey yapamayacağımızı söylediğimiz zaman da iç dünya-

mızın karmaşa içinde olmasını kaçınılmaz bir şey olarak kabullenmiş oluyoruz. Dünyayı parçalara ayırmış bulunuyoruz ve biz kendimiz kırık ve parçalanmış bir haldeyse dünyayla olan ilişkimiz de kırık dökük olacaktır. Ama eğer harekete geçince bütününü hareket edersek dünyayla olan ilişkimiz de olağanüstü bir devrim geçirir.

Ne de olsa kayda değer her hareket, derin bir anlamı olan her eylem bizimle başlamak durumundadır. Önce ben değişmeliyim; dünyayla ilişkimin doğasının ve yapısının ne olduğunu görmeliyim – görmek de zaten yapmayı içerir; dolayısıyla ben, dünyada yaşayan bir insan olarak, yeni bir nitelik ortaya çıkarırım ve bence o nitelik dindar zihnin niteliğidir.

Dindar zihin dine inanan zihinden tamamen farklı bir şeydir. Hem dindar olup hem de Hindu, Müslüman, Hristiyan veya Budist olamazsınız. Dindar bir zihin arayış içinde değildir, gerçekle deney yapamaz. Gerçek, zevkin veya acının, ya da bir Hindu olarak ya da hangi dine mensupsanız onun mensubu olarak şartlandırılma şeklinizin belirlediği bir şey değildir. Dindar zihin, içinde korkunun dolayısıyla da inancın bulunmadığı, sadece *varolanın*, *gerçek olanın* bulunduğu bir zihindir.

Dindar bir zihinde düşüncenin üretmediği, farkındalığın sonucu olan, meditasyon yapanın mevcut olmadığı bir meditasyon anlamına gelen o sessizlik hali hâkimdir. O sessizlikte içinde hiç çatışma olmayan bir enerji hali vardır. Enerji eylem ve hareket demektir. Her eylem bir hareket, her eylem enerjidir. Tutku enerjidir. Duygu enerjidir. Düşünce enerjidir. Yaşamak enerjidir. Hayat enerjidir. Hiçbir çelişki, sürtüşme, çatışma olmaksızın akıp gitmesine izin verilirse o zaman o enerji sınırsız, sonsuz bir hal alır. Sürtüşme yoksa enerjinin de bir sınırı yoktur. Enerjiyi sınırlayan sürtüşmedir. O zaman bunu bir kere anlamış olan insan neden enerjinin içine hep sürtüşme katar? Yaşam dediğimiz bu hareket halinde neden

sürtüşme yaratır? Saf enerji, sınırsız enerji, onun için bir fikirten mi ibarettir? Hiçbir gerçekliği yok mudur?

Enerjiye sırf iç dünyamızda tam bir devrim yaratmak için değil, araştırmak, bakmak, harekete geçmek için de ihtiyacımız var. İlişkilerimizden herhangi birinde, bu ister karı koca arasında olsun, ister herhangi iki insan, ister toplumlar, ister ülkeler, ister ideolojiler –en ufak bir sürtüşme ya da anlaşılması ne kadar zor olursa olsun bir dış çatışma varsa– enerjinin boşa harcanması söz konusudur.

Gözlemciyle gözlenen şey arasında bir zaman aralığı olduğu sürece bu, sürtüşmeye, dolayısıyla da enerjinin boşa harcanmasına yol açar. Gözlemci gözlenen olunca yani zaman aralığı diye bir şey yokken, o enerji en yüksek noktasına ulaşır. O zaman amacı olmayan bir enerji ortaya çıkar ve bu enerji, hareket edeceği kanalı kendisi bulur çünkü o zaman “ben” diye bir şey yoktur.

İçinde yaşadığımız karmaşayı anlamak için çok fazla enerjiye ihtiyacımız var. “Anlamalıyım” hissi de bu konuları öğrenmek için gereken canlanmayı sağlıyor. Ama öğrenmek, aramak zaman içeren kavramlar ve daha önce de gördüğümüz gibi zihni şartlanmalardan yavaş yavaş kurtarmak doğru yol değil. Zaman doğru yol değil. Yaşlı veya genç olmamız fark etmez, hayat denen süreç ancak *şimdi* farklı bir boyuta taşınabilir. Olduğumuz şeyin zıddını aramak da doğru yol değil, bir sistemin, öğretmenin, filozofun veya rahibin empoze ettiği yapay disiplin de. –Bunların hepsi çok çocukça. Bunun farkına varınca kendimize sorarız: Yüzyıllara dayanan bu ağır şartlanmayı başka bir şartlanmaya maruz kalmadan anında kırmak, zihni yeni, duyarlı, canlı, farkında, keskin ve becerikli kılacak bir şekilde özgür olmak mümkün müdür? Sorunumuz da bu. Başka bir sorun yok çünkü zihin yenilendiği zaman her sorunla başa çıkabilir. Kendimize sormak zorunda olduğumuz tek soru budur.

Ama biz sormuyoruz. Cevabın bize söylenmesini istiyoruz. Ruhumuzun yapısındaki en tuhaf şeylerden biri, on bin yıl boyunca yapılan propagandaların bir ürünü olduğumuz için, hepimizin bir şeylerin bize söylenmesini istememizdir. Düşüncelerimizin bir başkası tarafından onaylanmasını ve desteklenmesini isteriz, oysa soru sormak o soruyu kendine sormak demektir. Benim söylediklerimin pek bir değeri yok. Onları bu kitabı kapatır kapatmaz unutacaksınız veya bazı cümleleri hatırlayıp tekrar edeceksiniz veya burada okuduklarınızı başka bir kitapla karşılaştıracaksınız ama kendi hayatınızla yüzleşmeyeceksiniz. Asıl önemli olan da bu –hayatınız, kendiniz, ba-yağlılığınız, sığlılığınız, vahşiliğiniz, şiddet eğiliminiz, açgözlülüğünüz, hırsınız, her gün çektiğiniz ıstırap ve bitmeyen kederiniz– anlamanız gereken bu ve sizden başka ne yerdeki ne gökteki hiç kimse sizi bundan kurtarabilir.

Günlük hayatınızda olup biten her şeyi, günlük hareketlerinizi gözlemlediğinizde –bir kalemi yerden alırken, konuşurken, arabanızla dolaşırken veya ormanda tek başınıza yürürken– bir solukta, bir bakışla, kendinizi gayet basitçe, gerçekte olduğunuz gibi tanıyabilir misiniz? Kendinizi olduğunuz gibi tanıyınca insanın çabasının, hilelerinin, ikiyüzlülüklerinin, arayışının tüm yapısını anlarsınız. Bunu yapabilmek için varlığınızın her zerresinde kendinize karşı dürüst olmalısınız. Prensiplerinize uygun hareket edince dürüst davranmamış olursunuz çünkü olmanız gerektiğini düşündüğünüz şeye göre hareket ettiğiniz zaman gerçekte olduğunuz şey değilsinizdir. İdeallere sahip olmak insanlıktan uzak bir şeydir. İdealleriniz, inançlarınız veya prensipleriniz varsa kendinizi dosdoğru görmemiz mümkün değildir. Öyleyse tamamen olumsuz, tamamen sessiz, düşünmeyen ve korkmayan bir ruh halinde olmanıza rağmen yine de şaşırtıcı derecede tutkuyla hayat dolu olabilir misiniz?

Asıl dindar zihin, artık çabalama yeteneğini kaybetmiş olan zihindir ve o ruh halinde gerçek, gerçeklik, mutluluk,

Tanrı, güzellik veya sevgi denen bu şeyi belki bulabilirsiniz. Bu şey çağrılmaz. Lütfen bu basit gerçeği anlayın. Çağrılmaz, aranamaz çünkü zihin çok ahmak, çok küçüktür, duygularınız çok bayağı, yaşam biçiminiz çok karmaşıktır; o devasallığı, o engin şeyi küçük evinize, çiğnenmiş ve üzerine tükürülmüş küçük yaşam köşenize çağıramayacağınız kadar. Onu çağıramazsınız. Çağırarak için onu tanımanız gerekir ve onu tanımanız mümkün değildir. Kimin söylediği fark etmez, "Tanıyorum," dediği an aslında tanımiyordur. Onu bulduğunuz söylediğiniz an aslında bulmamışsınızdır. Onu tecrübe ettiğinizi söylüyorsanız, onu hiç tecrübe etmemişsiniz demektir. Bütün bunlar başka bir insanı sömürmenin yollarıdır, dostunuzu veya düşmanınızı.

O zaman insan kendine soruyor: Bu şeyi çağırmadan, beklemeyen, aramadan ya da araştırmadan bulmak, pencereyi açık bıraktığınızda içeriye serin bir rüzgârın girmesi gibi birden buluvermek mümkün müdür? Rüzgârı davet edemezsiniz ama pencereyi açık bırakmanız gerekir; bu da bekleme halinde olduğunuz anlamına gelmez, bekleyiş bir başka aldatmaca şeklidir. Kendinizi almaya açmanız gerektiği anlamına da gelmez; bu da bir başka düşünce şeklidir.

İnsanların bundan neden mahrum olduklarını kendinize hiç sormadınız mı? Çocuk yapıyorlar, seks yapıyorlar, şefkate ve bir şeyi dostluk, arkadaşlık ve kardeşlik içinde paylaşabilme meziyetine sahipler ama bu şey... Ona neden sahip değiller? İzbe bir sokakta yalnız başınıza yürürken, bir otobüste otururken, deniz kenarında tatildeyken ya da kuşlar, ağaçlar, dereler ve yabani hayvanlarla dolu bir ormanda yürürken arada sırada tembelce merak ettiğiniz olmadı mı hiç? Milyonlarca yıldır var olan insanın bu şeye, bu olağanüstü, solmayan çiçeğe neden sahip olmadığını sormak hiç aklınıza gelmedi mi? Bu kadar yetenekli, akıllı, kurnaz, rekabetçi ve bu kadar harika bir teknolojiye sahip gökyüzüne, yerin ve de-

nizin altına gidebilen ve olağanüstü elektronik beyinler icat edebilen siz – neden gerçekten önemli olan bu bir tek şeye sahip değilsiniz? Kalbinizin neden boş olduğu meselesiyle hiç ciddi olarak yüzleştiniz mi bilmem.

Bu soruyu kendinize sorsanız cevabınız ne olurdu? Kaçamak yollara ve kurnazlığa başvurmadan dürüstçe verdiğiniz cevap ne olurdu? Cevap soruyu nasıl bir isteklilikle sorduğunuzla ve sorunun aciliyetiyle orantılı olurdu. Ama siz ne isteklisiniz ne de aceleleniz var, bunun nedeni de enerjinizin olmaması. Enerji tutkudur, –ve tutku olmadan hiçbir gerçeği bulamazsınız– büyük bir hiddetin ittiği, içinde hiçbir gizli istek bulunmayan bir tutkudur. Tutku biraz korkutucu bir şeydir, çünkü tutku duyuyorsanız bunun sizi nereye götüreceğini bilemezsiniz.

Sevgi denen bu meziyetin sizde neden eksik olduğunu, kalbinizde bu ateşin neden olmadığını öğrenmeniz için gereken, tutkunun verdiği bu enerjiye sahip olmamamızın nedeni korku mu acaba? Kendi zihninizi ve kalbinizi çok yakından incelediyseniz, ona neden sahip olmadığınızı bilirsiniz. Ona neden sahip olmadığınızı öğrenmek için çıktığınız keşifte içinizde tutku varsa, bir yerlerde var olduğunu bilirsiniz. Sevgi denilen şey yalnızca tutkunun en üstün şekli olan tam olarak reddetmek sayesinde hayat bulabilir. Alçakgönüllülük gibi sevgiyi de geliştiremezsiniz. Kibir tamamen sona erdiği zaman alçakgönüllülük başlar; o zaman alçakgönüllü olmanın ne demek olduğunu hiç bilmezsiniz. Tevazu sahibi olmanın ne demek olduğunu bilen biri kibirli biridir. Aynı şekilde aklınızı ve kalbinizi, sınırlerinizi, gözlerinizi, bütün benliğinizi hayatın düzenini anlamaya, gerçekte olanı görmeye ve onun ötesine geçmeye ve şimdi yaşadığınız hayatı tamamen, bütünüyle reddetmeye adadığınızda, çirkin ve kaba olanın bu reddinde, diğeri hayat bulur. Ve onu da bilmezsiniz. Sessiz olduğunu ve sevdiğini bilen biri ne sevginin ne de sessizliğin ne olduğunu bilir.



13 yaşındayken "dünya öğretmeni" seçilen Krishnamurti, hayatını dünyayı doluşarak, insanlarla, yaşama ve dünyaya dair konuşarak geçirdi. Kendisine mensihlik yakıştırılmış olmasına rağmen bunu hiçbir zaman kabul etmedi. Onun için, karşılaştığı herkes başlı başına bir "birey"di. Bu nedenle öğretmekten çok paylaşmayı ilke edindi. Yine de dünya üzerindeki milyonlarca kişi ondan çok şey öğrendi.

Otoriteyi reddedebiliyor musunuz? Reddedebiliyorsanız, nesillerdir içinde taşıdığınız yanlış bir şeyden kurtulmuşsunuz demektir. O zaman ne olur? Daha çok enerjiniz, daha çok kapasiteniz, daha çok gayretiniz olur, kuvvetiniz ve canlılığınız artar.

Kendimizi anlamak, hiçbir otorite gerektirmez. Kendimizi anlamak için ne dünün otoritesi gerekir ne de bin yılın. Çünkü biz canlı varlıklarız, devamlı hareket eden, akan, hiç durmayan.

Kendimize dünün ölü otoritesiyle baktığımızda yaşam denen hareketi, o hareketin güzelliğini ve niteliğini anlayamayız.

İster kendinizin ister başkasının olsun, her tür otoriteden kurtulmak, düne ait her şey karşısında bir ölü gibi tepkisiz olmaktır; böylece zihniniz daima taze, daima genç, daima masum, hayat ve tutku dolu kalır.