Farkındalığın Işığı



Jiddhu Krishnamurti

... ÖTESİ

Farkındalığın Işığı

Jiddhu Krishnamurti

Türkçesi
Nil Gün

... ÖTESİ

© PEGASUS AJANS

FARKINDALIĞIN IŞIĞI

Jiddhu Krishnamurti

TÜRKÇESİ
Nil Gün

YAYIN YÖNETMENİ
Nil Gün

YAYINA HAZIRLAYAN
Uğur Alkapar

KAPAK
Güneş Ali Yılmaz

3. Baskı: İstanbul 2000
ISBN 975-8363-09-3
1. Baskı: İstanbul 1995
2. Baskı: İstanbul 1997

BASKI
Kitap Matbaacılık
Tel: 0212. 567 48 84

CİLT
Fatih Mücellit
Tel: 0212. 501 28 23

ÖTESİ YAYINCILIK
Sinan Ercan Cad. No: 34/33 Erenköy-İstanbul
Tel: 0216. 445 22 14 - 380 29 24 Faks: 0216. 416 48 31
email: kuraldisi@superonline.com
www.kuraldisi.com

İçindekiler

Sunuş •5

Bilinç •11

Meditasyon •21

Korku ve Acı •31

Gerçek Sadece Olandır •39

Yaşam ve Ölüm •47

İmaj ve Gözlem •57

Bilincin Krizi •65

Yaratıcı Zeka •71

Farkındalığın Işığı •79

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir

Sunuş

Çağımızın en tanınmış spiritüel dehalarından biri olan Jiddhu Krishnamurti'nin sade öğretisini Pupul Jayakar tarafından anlatılan şu hikaye ne güzel özetler:

Krishnamurti ve üç arkadaşı arabada yolculuk ederken, ateşli bir şekilde farkındalık konusu tartışılıyordu. Bir ara arabada güçlü bir sarsıntı oldu. Ama tartışmanın yoğunluğundan dolayı kimse bu sarsıntıya dikkat etmedi. Krishnamurti arkadaşlarına dönerek hangi konuyu tartıştıklarını sordu: "Farkındalık", diye yanıt geldi. Hepsi onun da tartışmaya katılmasını istedi. O ise arkadaşlarına şu soruyu yöneltti:

"Hiçbiriniz şu anda olana dikkat etti mi?"

"Hayır!"

"Bir keçiye çarptık, görmediniz mi?"

"Hayır!"

"Farkındalığı tartışıyordunuz, değil mi?"

1895'te Hindistan'da doğan Krishnamurti, 1908'de henüz on üş yaşındayken Annie Besant tarafından "keşfedilerek" Lord Maitreya (Dünya Öğretmeni) olarak yetiştirilmek üzere İngiltere'de Teosofi Derneği'nin başına getirildi. Krishnamurti, kendi etrafında büyüyen organizasyonu 1929'da feshederek, kendilerine ille de bir guru arıyorlarsa, bunun kendisi olmayacağını söyledi. Dinsel kurum ve tarikatlara olan güvensizliğini öğretilerinde sürekli dile getirdi. Ona göre gerçek sınırsızdı ve bireyin gerçeği arayışı hiçbir kurum, tarikat ya da dini organizasyon aracılığıyla olamazdı.

Krishnamurti'nin gerçek uyanışının 1948'de Hindistan'da olduğu söylenir ama bu tarihten önce de öğretileriyle birçok önde gelen bilim insanı, yazar ve filozofu derinden etkiliyordu. 1986'da (doksan bir yaşında) ölümüne dek dünyayı dolaşarak öğretilerini paylaşmayı sürdürdü. Kendisinin Buda'nın reenkarnasyonu olduğu iddialarını sürekli reddederek, kurumların gerçeği çarpıttıklarını söyledi. Kurumlar vazoya bakıyordu, vazonun içindeki çiçeklere değil. Ama öğretilerinin en büyük trajedisi, elli yıl sonra bile aynı kişilerin hala peşinden gitmeyi sürdürmesiydi.

Krishnamurti'nin mesajı net, uzlaşmasız ve tutarlıydı:

"Gerçeğin yolu yoktur ve gerçeğe bir yol, bir din ya da bir tarikat vasıtasıyla varılamaz. Gerçek sınırsız ve koşulsuz olduğu için organize edilemez. Tüm kurumlar insanları gütmek ve kendi yollarına çekmek içindir. Birinin peşinden gitmeye başlarsan gerçeğe ulaşamazsın.

"Tek bir amacım var: İnsanın özgürleşmesi; insana sınırlarını yıkmak konusunda yardımcı olmak. Ancak böylesine bir iç özgürlükle insan sonsuz mutluluğu ve farkındalığı yakalar. Beni anlamak isteyenlerin özgür olmalarını, peşimden gelmemeleri-

ni, beni kafese koymamalarını istiyorum. Çünkü bu bir din yaratır. İnsanlar tüm korkulardan özgür olmalılar: din korkusu, ölüm korkusu, yaşam korkusu. Gerçek ruhsallık (spiritüellik), güdülmeyen Ben yani mantık ve sevgi uyumudur. Yaşamın kendisi koşulsuz gerçek'tir. Gerçek her birimizin içinde, onu ancak her birimiz yalnız başına, yine kendimiz keşfederiz. Koşullandırılmış beyinler, teoriler, rahatlatıcı tezler, cehaletimizi ve bencilliğimizi görmemizde bize yardımcı olamaz. Tüm acı ve ıstıraplarımızın kaynağı da bu cehalet ve bencilliktir. Kendinize berrak gözlerle bakabildiğiniz zaman gerisi kendiliğinden gelecektir."

Birçok insan gibi beni de derinden etkileyen filozoflardan biri olan Krishnamurti, bu kitabında sık sık an'da yaşadığımız sürece, an'a tüm dikkatimizi (farkındalığımızı) verdiğimizde, belleğin kayıt yapmayacağını söylüyor. Okura açıklık getirmesi açısından kastettiği belleğin "duygusal bellek" olduğunu belirtmeliyim. İnsan duygusal belleğinde kayda geçmiş "anı"ları tekrar tekrar hatırlayarak acı çeker. Bu yüzden de geçmişte yaşar. Geçmiş ya da gelecekte yaşayan kişi de an'a tüm dikkatini veremez. An'ın kendisini "şimdi ve burada" yaşayamaz. Farkındalık ışığını an'a yöneltmeyen kişi, bir an sonra geçmiş olacak anların karanlığında kalmaya kendisini mahkum eder. İşte bu karanlık, cehaleti, bencilliği, bağımlılığı doğurur. An'da tüm farkındalığımızla dolu dolu yaşadığımızda hiçbir eksiklik kalmayacağı için, bir an sonra "geçmiş" olacak olan bu an, eksikliği tamamlamak için bizi kendisine doğru (geçmişe doğru) çekmez. Ve biz yeni bir anı deneyimlemek üzere tümüyle özgür oluruz. Her şey, doğası gereği tamamlanmak, bütünleşmek, bir olmak ister. Tüm dikkatimizi vermediğimiz için tamamlanmayan an da daha sonra tamamlanmak umuduyla bellekte "kaset" olarak kayda geçer. Bu kasetler öylesine çoğalır ki zamanla insanın tüm yaşamı, kasetlerle yönetilir hale gelir. Ve kişi robotlaşır.

Robot insan ya da Krishnamurti'nin deyimiyle, mekanik in-

san, sağlıklı değerlendirme yapamaz, berrak bir görüşe sahip olamaz. Duygusal kasetlerin esiri haline gelir, özgürleşemez. Duygusal insan, daima bir şeylere bağımlı olma ihtiyacını duyar: dine, kişilere, nesnelere. Böylece güven ihtiyacını karşılayacağını umar. Gerçek güven, tüm farkındalığımızla yaşadığımız an'ın sorumluluğunun kazandırdığı duyarlılıktadır. Böylesine bir duyarlılık, zihnimizde zeka, yüreğimizde sevgi olarak tezahür eder. Zeka da, sevgi de farkındalığın ışığının doğal halidir. Bu yüzden nedensizdir. Nedensizlik özgürlüktür. Nedene bağlı zeka ve sevgi tarifi kişiyi bağımlı kılar. Diktatör de, kul da bağımlı kişidir.

Oysa zeka ve sevgi nedensiz olduğu için tanımlanamaz sözcüklerle sınırlanamaz. Özgürlüğe nasıl bir sınır konulabilir ki? İkisi daima bir arada bulunur.

Zekasız sevgi olamaz; köleliği yaratır. Sevgisiz zeka olamaz; diktatörlüğü yaratır.

Krishnamurti'nin kaset bellek tanımından bunları anlıyorum. Duygusal bellekle düşünsel bellek ayrımına girmemiş Krishnamurti.

Bana göre düşünsel bellek, örneğin evden işe giderken yolumuzu bulmamızı sağlar. Bu yolu hatırlamak bizim için yararlıdır. Bu tür bellekte duygusal yatırım yoktur. Objektif bir bellektir. Objektif bellek bize deneyim zenginliği kazandırır. Anıları taşıyan, sübjektif olan duygusal bellektir. Acılarımızı, ıstıraplarımızı bize tekrar tekrar yaşatan da odur.

"Peki, anılar olmasın mı?" diye bir soru gelebilir aklımıza. Tabii ki olsun ama sübjektif değerlendirmeleriyle görüşümüzü çarpıtan, gerçeği görmemizi ve sağlıklı kararlar vermenizi engelleyen, an'ı yaşatmayan, yaşam canlılığımızı yitirmemize neden olan türden anılar değil.

Koşullanmış beyinlerle topluma uyum sağlayabiliriz arkadaşlar ama yaşama asla! Öz doğamız, yaşamın ta kendisidir. Ka-

bul görmek, onaylanmak uğruna kendimize yabancılaşmayı mı seçiyoruz, yoksa yaşamın yaratıcılığına, öz doğamızı ifade ederek katkıda bulunmayı ve kendimizi tanımayı mı? Varolmanın dayanılmaz hafifliği işte bu.

Sevgi ve dostlukla

Nil Gün

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir

Bilinç

Öncelikle sizlere hiçbir inancın, hiçbir ideolojinin ya da bir organizasyonun propagandasını yapmadığımızı belirtmek istiyorum. Birlikte dış dünyamızda neler olup bittiğini gözden geçireeeğiz. Dünyaya Hint, Avrupa, Amerika ya da herhangi bir ülkenin bakış açısıyla bakmayacağız. Birlikte dünyada gerçekten neler olup bittiğini gözlemleyeceğiz. Birlikte düşüneceğiz ama aynı düşünceyle değil. Aynı düşünmekle, birlikte düşünmek arasında fark vardır. Aynı düşünmek, bir kavrama, bir inanca, bir sonuca ulaştığımız anlamına gelir. Birlikte düşünmek sizinle benim, olaylara bireysel olmayan, objektif bir açıdan bakma sorumluluğu anlamına gelir. O zaman birlikte düşünmüş oluruz. Konuşmacının kolaylık açısından bir kürsüde oturması ona bir otorite sağlamaz. Bu konuda çok net olmalıyız. Sizi hiçbir

konuda ikna etmeye çalışmıyorum. Takipçim olmanızı istemiyorum. Gurunuz değilim. Sizlere bir sistemi, bir felsefeyi kabul ettirmeye çalışmıyorum. İki arkadaş olarak sadece özel yaşantılarımızı değil, delirmiş gibi görünen şu dünyayı birlikte gözlemleyelim diyorum.

Dünya silahlanıyor. Dünyanın hemen her yerinde; Amerika'da, Avrupa'da ve Rusya'da insanları yok etmek için muazzam paralar harcanıyor. Bu tehlikeli gidişe politikacılar çözüm bulamaz. Onlara güvenemediğimiz gibi bilim insanlarına da güvenemeyiz. Çünkü bilim savaş teknolojisinin gelişmesine ve bu alanda kıyasıya rekabete yardım ediyor. Dinlere de güvenemeyiz. Onlar da hiçbir anlamı olmayan sözlerin tekrarına dayanıyor. İster beş bin yıl, ister iki bin yıl önce ortaya çıkmış olsunlar, dinler sadece gelenek adına batıl inançlar haline gelmişler. Evet politikacılara güvenemeyiz. Çünkü dünyanın her yerinde istedikleri şey; konum, güven, statü. Bilim insanlarına güvenemeyiz; her yıl hatta her hafta yok etmenin yeni araçlarını yaratıyorlar. Dinler ise insan karmaşasını çözmek için bir işe yaramıyor.

Peki ne yapmalıyız? Sefaletin, anarşinin, karmaşanın, terörizmin, sokaklardaki şiddetin kaynağı ulusların kendi içlerinde ya da aralarında yaptıkları düşünsel ve ekonomik çatışmalar mı? Tüm bunları gözlemlediğimizde bizim sorumluluğumuz ne?

Dünyada olup bitenlerle ilgileniyor musunuz? Yoksa yalnızca bireysel kurtuluşunuzu mu düşünüyorsunuz? Lütfen bunu ciddi olarak düşünün, ki siz ve ben gerçekleri objektif olarak gözlemleyebilelim. Yalnızca gördüklerimizle değil, bilincimizle, düşüncemizle, davranışlarımızla da birlikte gözlemleyelim. Eğer dünya sizi ilgilendirmiyorsa, yalnızca bireysel çıkarlarınız, belli inançlarınız ve gurularınız peşinden gidiyorsanız o zaman ne yazık ki sizinle iletişim kurmamız mümkün olmayacak. Bu noktada çok net olmalıyız. İlgilendiğimiz şey bireysel kur-

tuluşlar değil. Bizi derinden ilgilendiren, insan aklına ne olduğu ve insanlığın ne ile yüz yüze geldiği. Hiçbir ülkenin etiketine sığınmadan yalnızca insan olarak sorguluyoruz. Bu dünyada yaşayan bir insanın ne yapması gerektiği ve rolünün ne olduğuyla ilgileniyoruz.

Her sabah gazetelerde çeşit çeşit cinayet, bombalama, yok etme, kaçırılma ve tecavüz haberleri var. Bunları her gün okuyorsunuz ama ilgilenmiyorsunuz bile. Ama bu olaylardan herhangi biri kendi başınıza geldiğinde karmaşa, öfke, üzüntü ve acı yaşıyor, hükümetten, polisten ya da herhangi birinden sizi kurtarması ya da koruması için yardım bekliyorsunuz. Bu ülkeyi altmış yıldır gözlüyorum. Asla çözümlenemeyen sefaleti, kontrol edilemeyen nüfus artışını, dil farklılıklarını, din farklılıklarını, etnik çatışmaları, özel uçakları bile olan muazzam servet yapmış -gözü kapalı her isteklerini yerine getirdiğiniz- guruları görüyor ve hiçbir şey yapmıyorsunuz. Bu bir gerçek. Burada teoriden değil gerçeklerden söz ediyoruz. Çünkü burada bunlar olup bitiyor.

Eğer birlikte gözlemleyeceksek milliyetçilikten özgür olmalıyız. Biz insanlar nerede yaşarsak yaşayalım birbirimizle karşılıklı bağlılık içindeyiz. Lütfen bunun ne kadar ciddi ve ne kadar önemli olduğunu idrak edin! Bu ülkede insanlar miskin, umursamaz, ilgisiz, yalnızca kendi küçük çıkarları, kendi küçük mutlulukları peşinde koşar hale gelmişler.

Düşünce ile yaşarız. Düşüncenin içeriği, süreci ve işlevi nedir? Tüm tapınaklar düşüncenin ürünüdür. Tapınaklardaki törenler, imajlar, ayinler düşüncenin ürünüdür. Tüm kutsal kitaplar (Upanişad, Bagvat Gita vb.) düşüncenin ürünüdür. Bir kişinin düşündüğü ya da yaşadığı şeylerin yazıyla ifadesidir. Ve sözler kutsal değildir. Dünyadaki hiçbir kitap kutsal değildir. Yalnızca insa düşüncesinin ürünüdür. Zekaya tapıyoruz. Zeki insanları kendimizden üstün görüyoruz. Onların kavramlarına, onların

zekalarına saygı duyuyoruz. Zeki insanların düşüncelerinin sorunlarımızı çözeceğine inanıyoruz. Ama bu mümkün değil. Bu, bedene oranla tek bir kolu çok fazla geliştirmeye benziyor. Ne zeka, ne duygular ne de romantik duygusallık bize yardım edebilir. Gerçeklerle yüzleşmek zorundayız. Onlara yakından bakarak hemen bir şeyler yapmanın aciliyetini görmek zorundayız. Bunları politikacılara, bilim insanlarına ya da entelektüellere bırakamayız.

Önce insan bilincine ne olduğuna bakalım. Çünkü bizi belirleyen bilincimizdir. Düşündükleriniz, hissettikleriniz, korkularınız, zevkleriniz, endişe ve güvensizlikleriniz, mutsuzluğunuz, umutsuzluğunuz, sevgi, acı, üzüntü ve ölüm korkunuz bilincinizi oluşturur. Bunlar sizi insan yapan şeylerdir. Bilincin bu içeriğini anlayarak, ötesine geçmeden (eğer bu mümkünse) bilinçte temelden bir dönüşüm yaratamayız.

Bilincimizin içeriğini anlamak zorundayız. Eğer kişinin bilinci, karmaşa, kararsızlık, baskı altında ve çalkantı içindeyse kişi daha da şaşkın, kararsız ve güvensiz hale gelir. Bu karmaşa içinde kişi doğru adım atamaz ve bir başkasına bağımlı hale gelir -insanın binlerce yıldır yaptığı gibi.

İçimizi düzene sokmak en önemli şeydir. Bu içsel düzen dışsal düzene yansıyacaktır. Biz insanlar daima dışsal düzen peşindeyiz. Güçlü hükümetler ya da totaliter diktatörlükler vasıtasıyla dünyada düzen kurulmasını istiyoruz. Doğru davranmak için baskı altında olmayı istiyoruz. Bu baskı kalktığında da günümüz Hindistan'ındaki uyuşuk yaşam tarzına dönüyoruz. Bilincimizin içeriğini bilmeden ve bilincimizi özgürleştirmeden kendimizi özgürleştiremeyiz. Bilincinizi sorgulamadığınız için dindar sandığınız yaşamınızın ne kadar maddeci olduğunu görmüyorsunuz.

Sizin ne olduğunuzu anlatmak yerine, birlikte, siz ve ben ne olduğumuzu ve radikal bir dönüşümün mümkün olup olamaya

cağını araştıracağız. Bunun için önce bilincimizin içeriğini gözlemleyeceğiz.

Bu söylediklerimi takip edebiliyor musunuz? Yoksa zihninizi yorulmuş mu hissediyorsunuz. Gün boyu, hafta boyu, baskı altındasınız! Evde baskı, işte baskı, ekonomik ve dinsel baskı, kendi inançlarını ve kendi aptallıklarını size empoze eden hükümet ve guruların baskısı. Ama burada baskı altında değiliz. Lütfen bunu anlayın. Burada acılarımızı, üzüntülerimizi, endişe, güvensizlik ve kararsızlıklarımızı birlikte konuşan, birlikte paylaşan, güveni nasıl bulacağımızı, korkudan nasıl özgür olacağımızı, üzüntülerimizin bitip bitmeyeceğini konuşan iki arkadaş gibiyiz. Biz bunlarla ilgiliyiz. Eğer bunu anlamaz ve net bir şekilde bakmazsak dünyaya daha fazla karmaşa ve yıkım getireceğiz. Belki de hepimiz bir atom bombasıyla yok olacağız. Bu yüzden acil ve ciddi bir şekilde tüm kalbimiz ve düşüncelerimizle harekete geçmeliyiz. Bu gerçekten çok ama çok önemli. Çünkü çok büyük bir krizle karşı karşıyayız.

Doğayı, kuşları, suları, nehirleri biz yaratmadık. O güzel gökyüzünü, ağaçları, aslanı, kaplanı biz yaratmadık. Bunların nasıl oluştuğunu bir an bile düşünmüyoruz. Ormanları yok ediyoruz, hayvanları yok ediyoruz, her yıl milyonlarca hayvanı öldürüyor, bazı türlerin yok olmasına neden oluyoruz. Doğayı biz yaratmadık, geyiği, kurdu da. Ama düşünce doğanın dışındaki her şeyi yarattı. Düşünce devasa katedraller, tapınaklar, camiler ve onların içindeki imajları yarattı. Düşünce bu imajları yarattı ama yine aynı düşünce kendi yarattığı şeylere tapmaya başladı.

Yaşamımızda böylesine önemli hale gelen bilincimiz düşünce tarafından oluşturulmadı mı? Niçin zeka, yazmak, düşünmek, icatlar ve keşifler yapmak bu kadar önem kazandı? Neden şefkat, ilgi, sevgi, yakınlık düşünceden daha önemsiz?

Önce birlikte düşüncenin ne olduğunu araştıralım:

Duygularımızın yapısı düşünce ile oluşur. Düşünmek nedir?

Düşünce nedir? Bunu sözcüklerle ifade edebilirim ama siz kendiniz kavramalısınız, benim anlatmamla değil, birlikte inceleyerek kendiniz kavramalısınız. Düşünmeyi iyice anlamadan, biz olan bilincimizin içeriğini gözlemlemeye ve anlamaya muktedir olamayız. Kendimi yani bilincimi anlamazsam niçin böyle düşündüğümü, niçin böyle davrandığımı, korkularımı, acılarımı, endişelerimi, çeşitli davranış ve inançlarımı anlamazsam, ne yaparsam yapayım kendimi daha fazla karmaşa içinde bulurum.

Düşünmek size göre nedir? Birisi size bu soruyu yönelttiğinde yanıtınız ne olur? "Düşünmek nedir ve niçin düşünürsünüz?" Çoğumuz ikinci el insanlar haline geldik. Okuyoruz, üniversiteye gidiyoruz, büyük oranda bilgi biriktiriyoruz. Bu bilgiler başka insanların düşündüklerinden ve söylediklerinden oluşuyor. Topladığımız bilgileri başkalarının söylediklerıyle kıyaslıyoruz. Orijinal hiçbir şey yok. Yalnızca tekrar ediyoruz, tekrar ediyoruz, tekrar ediyoruz. Ve biri bize, "düşünce nedir, düşünmek nedir?" diye sorduğunda yanıt veremiyoruz.

Düşüncemize göre yaşıyor ve davranıyoruz. Düşüncelerimiz yüzünden böyle bir hükümete sahibiz, düşüncelerimiz yüzünden savaşlar oluyor. Tüm silahlar, uçaklar, bombalar düşüncelerimizin ürünü. Düşünce, büyük teknisyenleri, cerrahi gelişmeyi ve uzmanları yarattı. Ama düşüncenin ne olduğunu araştırmadık.

Düşünce deneyim ve bilgiden doğan bir süreçtir. Sessizce dinle ve bunun doğru olup olmadığını gör! O zaman çarpıtma olmadan, kendinin olduğu gibi göreceğin bir şeye benim aynalık ettiğimi keşfedeceksin. İşte o zaman aynayı fırlat ya da kır at! Düşünmek deneyim ile başlar, bilgiye dönüşür ve beynin hücrelerinde bellek olarak depolanır. Ve bu bellekten düşünce ve hareket doğar. Lütfen bunu kendiniz görün, benim söylediğimi tekrar etmeyin! Bu sıralama kesin bir gerçektir: deneyim, bilgi, bellek, düşünce, hareket. Ve bu hareket yeniden öğrenmeyi sağlar; bu bir döngüdür ve bizim zincirimizdir.

Biz böyle yaşarız. Ve bu alandan hiç dışarı çıkamadık. Siz buna etki tepki diyebilirsiniz. Ama bu alandan -bilinenin alanından- asla uzaklaşmıyoruz. Bu bir gerçek. Bilincimizin içeriği düşüncenin yarattığı şeylerden oluşuyor. Çok çirkin şeyler düşünebilirim, içimde Tanrı olduğunu düşünebilirim ama hepsi de düşüncenin ürünüdür.

Bilincimizin içindekilere yakından bakmalıyız. Çoğumuz çocukluğumuzda yaralandık, incindik. Sadece evde değil, okulda, üniversitede ve daha sonra hayatta da incindik. İncindiğinizde etrafınıza bir duvar örersiniz. Duvarın arkasında gittikçe daha yalnızlaşır, daha fazla incinmemek için yollar arayan korku dolu, huzursuz insanlar haline gelirsiniz. Bu incinmelerden dolayı davranışlarınız nörotikleşir. Bu da bilincinizin içeriğinin bir parçası olur. Şimdi, bu incinme denilen şey nedir? "İncindim" dediğinizde -fiziksel değil, içsel, psikolojik olarak- ne kastediyorsunuz? Bu, kendiniz hakkında bir imaj, bir resim değil mi? Hepimizin kendimiz hakkında imajları var. Büyük insan olmak, alçakgönüllü olmak, tüm gururu, kendini beğenmişliği, gücü ve konumu ile önemli bir politikacı olmak, diplomalı olmak ya da ev kadını olmak, tüm bunlar kendi hakkınızda sahip olduğunuz imajlardır. Herkesin kendi hakkında imajları vardır, bu tartışılmaz bir gerçektir. Düşünce imajı yaratır ve imaj incinir.

Kendiniz hakkında bir imaja sahip olduğunuzda, kendinizle başkaları arasında bir ayrılık yaratırsınız. İlişkilerin ne olduğunu derinlemesine anlamak önemlidir. Sadece eşinizle, çocuklarınızla, komşunuzla değil tüm insan türüyle ilişki içindesiniz. Eşinizle ilişkiniz sadece fiziksel ve cinsel mi, yoksa romantik ya da yalnızlığınızı gidermeye mi yönelik? Karınız yemek pişiriyor siz işe gidiyorsunuz. Karınız çocuk doğuruyor, siz sabahtan akşama yıllarca emekli olana kadar çalışıyorsunuz. Ve buna yaşamak diyorsunuz. Çok açık ve özenle ilişkinin ne olduğunu bilmelisiniz. Eğer ilişkiniz incinmeye dayanıyorsa o zaman karşı-

nızdakini bu incinmeden kaçmak için kullanıyorsunuz. İlişkiniz karşılıklı imaja mı dayanıyor? Eşiniz hakkında bir imaj yaratıyorsunuz, eşiniz sizin hakkınızda bir imaj yaratıyor; o zaman ilişki düşüncenin yarattığı iki imaj arasında kuruluyor. Biri size sorabilir: "Düşünce sevgi midir? Arzu sevgi midir? Zevk duymak sevgi midir?" "Hayır" diyerek başınızı sallayabilirsiniz. Ama asla sorunun derinine inmez, yanıtını araştırmazsınız.

Bir ilişkide asla çelişki olmaması mümkün mü? Sabahtan akşama kadar çelişkiler içinde yaşıyoruz. Niçin? Bu bizim doğamızın, geleneklerimizin ya da dinimizin bir parçası mı? Herkesin kendisi hakkında bir imajı var; siz kendi hakkınızda bir imaja sahipsiniz, eşiniz kendisi hakkında bir imaja sahip. Başka imajlar da var. Eşinizin hırsı, şu ya da bu olma arzusu var. Ayrıca, sizin de hırsınız, sizin de rekabet duygunuz var. Asla kesişmeyen, paralel giden tren rayları gibisiniz. Belki yalnızca yatakta kesişiyor ama asla başka bir düzeyde buluşmuyorsunuz. Bu nasıl bir trajedidir?

Bu yüzden ilişkilerimize yakından bakmak çok önemli, yalnızca yakın ilişkilerimize değil, dünyayla olan ilişkilerimize de. İstesek de istemesek de kendi dünyamızın dışında kalan dünya ile ilişki içindeyiz. Siz de dışınızdaki dünyadan ayrı değilsiniz. Siz de başkaları için dışarıdaki dünyasınız.

İnsanlar acı çekiyor, büyük endişe ve korkularla yaşıyorlar ve savaştan korkuyorlar, tıpkı sizin savaştan korktuğunuz gibi. Dünyanın dört bir yanında yok etmek üzere silahlanma yarışı sürerken bunun bizim yaşamımızı nasıl etkilediğinin farkında bile değiliz. Ben bir Müslüman siz bir Hindu olabilirsiniz. Benim geleneğim der ki; "Ben bir Müslüman'ım." Ben, bir bilgisayar gibi, "Ben bir Müslüman'ım" demeye programlanmışımdır, siz de, "Ben Hindu'yum" demeye. Düşüncenin ne yaptığını anlıyor musunuz? Dünyanın geri kalanı da tıpkı sizin gibi. Belki farklı eğitilmiş, belki farklı geleneklere sahip, belki daha zengin ya da da-

ha fakir ama tepkiler, acılar, endişeler ve korkular aynı. Lütfen dünya ile, komşunuz ile, eşiniz ile olan ilişkilerinizi aklınızla ve yüreğinizle kurmaya çalışın. Eğer ilişkiler imajlara, anılara, yargılara dayanıyorsa, eşinizle, komşunuzla, Müslümanlarla, Pakistanlılarla, Ruslarla olacak anlaşmazlık kaçınılmazdır.

Takip edebiliyor musunuz? Bilincinizde çözümlenmemiş, silinmemiş incinmeler yara izi bırakıyor ve bu izler sizi sonunda yalnızlığa götüren çeşit çeşit korkular yaratıyor. Dinsel gelenekler, eğitim sistemi ve "başarıya" tapınma her birimizi yalnızlığa itiyor. Birbirimizle yakın ya da resmi ilişkilerimizin ötesinde dünyanın dört bir yanındaki insanlarla da ilişki içindeyiz. Dünya sizsiniz ve siz dünyasınız. Farklı isimlere, farklı şekillere, farklı eğitimlere, farklı konumlara sahip olabilirsiniz ama iç dünyamızda hepimiz acı çekiyor, gözyaşı döküyor, ölümden korkuyor ve güvensizlik duygusu içinde yaşıyoruz; sevgiye ve anlayışa muhtaç.

Bu söylenenlerden ne anlıyorsunuz? Diğer insanlar dediklerinizin de siz olduğunuzu söylüyorum. Koyu renkli olabilirsiniz, kısa boylu olabilirsiniz, sarı giyiyor olabilirsiniz, tüm bunlar yüzeysel ama içinizdeki akış, ister Amerikalı, ister Rus ya da Hintli olalım aynı. İnsanın duygu ve davranışları değişmez. Siz dünyasınız, dünya sizsiniz. Bunun farkında olun. Bu ilişkinin farkında olun. "Farkında olun" sözlerini vurguluyorum çünkü bunu kendinizin gözlemlemesi ve görmesi gerekir.

Bundan yeni bir soru ortaya çıkıyor: Nasıl gözlemlersiniz? Karınıza, kocanıza, başbakanınıza nasıl bakıyorsunuz? Bir ağaca nasıl bakıyorsunuz? Gözlem sanatı öğrenilebilir bir şeydir. Beni nasıl gözlemliyorsunuz? Şu anda beni dinlerken bana hangi gözle bakıyorsunuz? Tepkiniz ne oluyor? Bana bakarken ünlü olduğumu mu düşünüyorsunuz? Benim gibi bir insan gördüğünüzde tepkiniz ne oluyor? Ünlü olması size yetiyor mu? Ondan nasıl faydalanabileceğinizi mi düşünüyorsunuz? O size bir

iş veremez, para veremez, şeref, statü, konum veremez ya da size yol gösterip ne yapacağınızı söyleyemez. Ona nasıl bakıyorsunuz? Hiç, kimseye özgürce, açıkça, hiçbir söz, hiçbir imaj olmaksızın baktınız mı? Hiç, bir ağacın güzelliğine, yapraklarının dökülmesine baktınız mı? Nasıl gözlemleneceğini birlikte öğrenebilir miyiz? Kafanız yarın yazacağınız yazıyla, pişireceğiniz yemekle, işinizle, seksle, nasıl meditasyon yapacağınızla ya da başkalarının ne dediği ile meşgulse (zihinlerin çoğu meşguldür) görsel olarak gözlemleyemezsiniz. Sabahtan akşama kadar meşgul olan bir zihin bir şeyi nasıl gözlemleyebilir? Eğer usta bir marangoz olmak için zihnim meşgulse, değişik tahta türlerini, kullanmam gereken aletleri ve bu aletlerin nasıl kullanılacağını bilmek zorundayım. Nörotik biriysem, zihnim seksle, politika ya da bir başka alanda başarılı olma konusuyla meşgul olacaktır. Zihnim böylesine meşgulken nasıl gözlemleyebilirim. Sürekli meşgul olmayan bir zihne sahip olmak mümkün mü? Konuşmak, yazmak ya da bir şey yapmak durumunda olduğum zamanlar zihnim meşgul olacaktır. Ama diğer zamanlarda zihnim niçin meşgul olmalı?

Bilgisayarlar programlanabilir, tıpkı biz insanların programlandığı gibi. Örneğin bilgisayarlar insanlardan daha hızlı ve daha doğru "düşünmeye" programlanabilirler. Satranç şampiyonuyla maç yapabilirler. Şampiyon tarafından birkaç kez yenildikten sonra şampiyonu yenebilirler. Bilgisayar olağanüstü işler yapabilir çünkü öyle programlanmıştır. Hatta "dahi" bir bilgisayar yaratılabilir. Her şeyin bilgisayar tarafından yapıldığı bir durumda insana ne olacak? Britanika ciltlerindeki bütün bilgi küçücük bir çip içine yerleştirilebilir. O zaman bilginin insan hayatındaki yeri ne olacak?

31 Ekim 1982
Yeni Delhi-Hindistan

Meditasyon

Meditasyonun ne olduğuna geçmeden önce birlikte disiplinin önemini konuşmalı, paylaşmalıyız. Çoğumuz disiplinli değiliz. Öğrenmeye yönelik disiplinli olmadığımızı kastediyorum. "Disiplin-dicipline" sözcüğü "mürit -disciple" sözcüğünden gelir. Mürit, öğrenen zihin demektir. Bir kişiden, bir gurudan, bir öğretmenden ya da kitaplardan değil, kendi zihninin, kendi yüreğinin gözleminden öğrenen, kendi davranışlarından öğrenen anlamına gelir. Bu öğrenme belirli bir disiplini gerektirir. Ama bu disiplin çoğunun anladığı gibi kurallara bağlı bir disiplin değildir. Kuralların, boyun eğmenin ve şekilciliğin olduğu yerde asla öğrenme olamaz. Disiplin öğrenme anlamına gelir. Günlük yaşamdan öğrenmek, birbirimizle ilişkilerimizden öğrenmek, zihnin derinliklerinden öğrenmek... Öğrenen zihin daima esnek ve aktiftir.

Meditasyonun ne olduğunu anlamak için disiplinin doğasını anlamamız gerekiyor. Gündelik dilde disiplin bir asker gibi davranma, itaat etme, kutsal kitaplardaki kurallara boyun eğme anlamına gelir. Boyun eğmenin, şekilciliğin olduğu yerde sürtüşme, çelişki, enerji israfı vardır. Bir insanın yüreği ile zihni çelişki içinde ise, sürtüşme içinde ise asla meditasyon yapamaz.

Binlerce yıldır çelişkilerle, itaatle, sürü bilinciyle, taklit ederek, tekrar ederek yaşadık. Zihinlerimiz olağanüstü bir biçimde köreldi. Başkalarının söylediklerini tekrarlayan, ne söyleyip söylemediklerini tartışan ikinci el insanlar haline geldik. Kendi davranışlarımızdan öğrenme kapasitemizi ve enerjimizi yitirdik.

Kendi davranışlarımızdan, toplum, politikacılar, çevre değil, biz sorumluyuz. Davranışlarımızdan ve öğrendiklerimizden tümüyle biz sorumluyuz. Bu tür öğrenmeden çok şey keşfederiz. Çünkü dünyada yaşayan her insan insanlığın tarihini taşır. Her birimizin içinde insanlığın endişeleri, korkuları, yalnızlıkları, umutsuzlukları, üzüntüleri ve acıları var. Tüm insanlık geçmişi içimizde. Eğer insan denilen kitabı okumayı bilirseniz başka kitaplar okumaya gerek duymazsınız. Kendimizden ve davranışlarımızdan öğrenme konusunda tembeliz. Bu yüzden de kendi davranışlarımızdan, dünyada olanlardan ve bu talihsiz ülkede olanlardan sorumlu olduğumuzu göremiyoruz. Bir insan evinin düzeninden kendisi sorumludur. Gökten inen biri, gurusu, sadakatle bağlandığı grup ona bu konuda yardımcı olamaz.

Peki, yaşamının düzensizliğinden, düşüncelerinin düzensizliğinden, davranışlarının düzensizliğinden kim sorumludur? Düzensiz bir zihin mutlak bir düzen içinde olan bu evreni nasıl algılayabilir?

Güzelliğin dindarlıkla ne ilgisi var? Neden tüm dinsel geleneklerin ve törenlerin güzelliğe önem vermediğini düşünmelisiniz. Güzelliği anlamak meditasyonun bir parçasıdır. Bir kadının ya da erkeğin yüzünün güzelliği değil "ki onların da kendine öz-

gü güzelliği vardır", güzelliğin kendisinden, güzelliğin özünden bahsediyorum. Çoğu monklar, rahipler ve dindar geçinen zihinler tümüyle güzelliği yadsıyarak çevrelerine karşı duyarsız hale gelmişlerdir. Bir seferinde Himalayalarda birkaç arkadaşla kalıyorduk. Önümüzde sanyasi (mürit) grubu ilahi söyleyerek yürüyordu. Ama hiç ağaçlara bakmıyorlar, dünyanın güzelliğini görmüyorlar, mavi gökyüzünün güzelliğiyle, kuşlarla, çiçeklerle, akan ırmakla ilgilenmiyorlardı. Yalnızca tümüyle kendi "ilahi kurtuluşlarına" yoğunlaşmışlardı. Ve bu gelenek binlerce yıldır sürüp gidiyor. Bir insanın dindar olarak kabul görmesi için kapanması, yaşamını körleştirmesi, tüm güzellikleri ve estetiği bir kenara koyması gerekiyor. Ama güzellik gerçeğin sunduğu zevklerden biridir.

Yaramazlık yapan bir çocuğa yeni bir oyuncak verdiğinizde tümüyle kendini oyuncağa verir, sessizleşir ve oyuncağı keşfetmeye çalışır. Çocuk oyuncağa tümüyle yoğunlaştığı için yaramazlık bitmiştir. Bizim de oyuncaklarımız var. Biz de yoğunlaştığımız zaman sessizleşir ve sakinleşiriz. Olağanüstü güzellikte bir doğa manzarasını seyrederken bir an için tümüyle sessizleşiriz. O güzellik içinde kaybolur, kendimizi unuturuz. İşte, o kendimizi unuttuğumuz anlarda güzelliği görebiliriz. Güzelliğin özü Ben'in yokluğudur. Meditasyonun özüne de Ben'i unutmakla varılır.

Meditasyon yapmak için yüksek bir enerjiye ihtiyaç vardır. Ve çelişkiler enerji israfına yol açar. Kişinin günlük yaşamında büyük ölçüde sürtüşmeler, çelişkiler varsa ve çalıştığı işi sevmiyorsa büyük bir enerji israfı vardır. Kişi yüzeysel değil, derinlemesine kendi zihninin içine dalmalı ve niçin böyle yaşadığını ve sürekli enerji ziyan ettiğini sorgulamalıdır. Meditasyon yaratıcı enerjinin açığı çıkmasıdır.

Din, insanlık tarihinde önemli bir rol oynadı. Zamanın başlangıcından beri insan, gerçeği aramak için mücadele verdi. Bu-

gün modern dünyanın kabul ettiği dinler aslında din falan değil. Yalnızca bir takım anlamsız ve boş cümlelerin tekrarından ibaret bir faaliyet. Bütün törenler, bütün tanrılar (özellikle bu ülkede binlerce var) düşünce tarafından yaratıldı. Tüm törenler düşünce tarafından oluşturuldu. Düşüncenin yarattığı şey kutsal değildir. Ama biz yarattığımız imaja, o imajın sahip olmasını istediğimiz özelliklerini de yüklüyoruz. Sonra da tapınmaya başlıyoruz. Aslında tapındığımız şey biziz. Çünkü kendimizde olmasını istediğimiz özellikleri tanrılara yüklüyoruz. Tüm tapınaklarda, tüm kiliselerde, tüm pujalarda yapılan törenler düşünce tarafından yaratılıyor ve biz tapınıyoruz. İronisini, sahtekarlığını, kandırmacasını görün!

Dünya dinleri tümüyle anlamını yitirdi. Tüm entelektüeller dine karşı çıkıyor, dinden kaçıyor. Birisi dinsel zihin sözcüğünü kullandığında (ki ben bunu sık yapıyorum) soru yöneltiliyor: "Neden dinsel sözcüğünü kullanıyorsun?" etimolojik olarak sözcüğün kökü çok belirgin değil, orijinal olarak çok temiz: Dürüst bir hayat yaşayarak "asil" bir düzeyde olma hali anlamına geliyordu. Ama artık böyle değil, çünkü erdemimizi yitirdik. Tüm dinsel gelenekleri, bunların imajlarını, sembollerini bir yana koyarsak din nedir?

Dinsel zihni anlayabilmek için gerçeği araştırmak gerekir. Gerçeğe giden bir yol yoktur. Yol yoktur. Bir insan zekayla birlikte anlayışa da sahipse zaten her zaman doğru olana varacaktır. Ama bu yaşam denilen okyanusta ne bir yol ne de yol gösteren kaptan vardır. İnsan olarak kişi bunu kendisi keşfetmek durumundadır. Eğer bir kişi gerçeği bulmak istiyorsa, bir gruba, bir tarikata dahil olamaz. Dinsel zihin hiçbir organizasyona, hiçbir gruba, hiçbir tarikata ait değildir. O, global zihnin özelliklerini taşır.

Dinsel zihin tüm bağımlılıklardan, tüm kavramlardan, tüm inançlardan bütünüyle özgür olan zihindir. Yalnızca olanla uğra-

şır, olması gerekenle değil. Dinsel zihin insanın günlük yaşamında hem içsel hem dışsal dünyasında olup bitenle ilgilenir. Yaşam denilen karmaşık problemin bütününü anlar. Dinsel zihin tüm yargılardan, geleneklerden ve yollardan özgürdür. Gerçeğe varmak için berrak bir zihne ihtiyacımız var, bulanık bir zihne değil.

İnsanın yaşamını düzenlemesi için meditasyonun ne olduğunu inceleyelim, nasıl meditasyon yapılacağını değil; bu saçma bir soru. Birisi, "Nasıl?" diye sorduğu zaman önüne serilen bir sistem, bir metot, bir yöntem istiyordur. Kişi bir sistemin, bir metodun peşinden gittiğinde ne olur? Niçin bir sistem ya da metot ister? "Sana nasıl meditasyon yapılacağını anlatacağım", diyen birini takip etmek kolay bir yol gibi görünür. Eğer biri nasıl meditasyon yapılacağını söylüyorsa meditasyonun ne olduğunu bilmiyordur. "Biliyorum" diyen kişi bilmez. Öncelikle meditasyonun nasıl zararlı bir sistem olduğunu görelim: Uydurulmuş birçok meditasyon tekniği var. Nasıl oturmanız, nasıl nefes almanız, neler yapmanız gerektiğine dair kurallar konulmuş.

Eğer kişi gözlemlerse, sürekli olarak tekrarlanan, tekrar ve tekrar, tekrar ve tekrar yapılan bir şey zihinde mekanik hale gelir. Zaten mekanik olan zihne bir mekanik rutin daha eklenmiş olur. Piyanisttin sürekli yanlış notaya basması gibidir. Müzik ortaya çıkmaz. Kişi hiçbir sistemin, metodun, yöntemin asla kendini gerçeğe götürmeyeceğini gördüğünde hepsini batıl ve gereksiz bularak terk eder.

Kişi tüm kontrol problemine de eğilmelidir. Çoğumuz tepkilerimizi kontrol etmeye çalışırız, arzularımızı bastırmaya ya da yönlendirmeye çalışırız. Burada daima kontrol eden ve edilen vardır ve kimse asla sormaz; kontrol eden kim ve meditasyon denen şeyi kontrol etmeye çalışmak ne için? Düşüncelerini, düşünme şekillerini kontrol etmeye çalışan kimdir? Kontrol eden kimdir?

Kontrol eden bir metodu ya da sistemi uygulamaya kararlı olan kişidir. Bu varlık kimdir? Bu varlık geçmişten gelen düşüncedir: ödül ve cezaya dayanan düşünce. Kontrol eden geçmişten gelen düşüncelerdir ve düşünmeyi kontrol etmeye çalışıyordur ama kontrol eden aslında kontrol edilendir.

Bakın, bu gerçekten çok basit. Kıskandığınız zaman kıskançlığı kendinizden ayırıyorsunuz. Diyorsunuz ki; "Kıskançlığımı kontrol etmeliyim, bastırmalıyım" ya da bir biçimde kendinizi haklı çıkarıyorsunuz. Fakat siz kıskançlıktan ayrı değilsiniz, siz kıskançlıksınız. Kıskançlık bizden ayrı değil ama sanki kıskançlık bizden ayrı bir şeymiş gibi kıskançlığı kontrol etme oyununu oynuyoruz. Peki, tek bir kontrol bile olmaksızın yaşayabilir misiniz? Bu, istediğiniz her şeyi sorumsuzca yapmak anlamına gelmiyor. Lütfen bu soruyu kendinize sorun: Tek bir kontrolün bile olmadığı bir yaşamınız olabilir mi? Bu ancak berrak bir algılamayla olabilir. Düşünceye dalmaksızın, her düşünceye gereken farkındalığı gösterebildiğinizde, bu olabilir. Tüm farkındalığınızı böylesine verdiğiniz zaman kontrolden kaynaklanan çelişkiler olmaksızın yaşayabildiğinizi göreceksiniz. Bunun ne demek olduğunu biliyor musunuz? Kontrolün ne olduğunu anlamış ve üzerinde çelişkinin gölgesi olmayan bir zihin demektir. Tam özgürlük demektir. Ve kişi sonsuzluk içinde daima doğru olana ulaşmak için tam özgürlük içinde olmalıdır.

Konsantrasyon ve farkındalık arasındaki farkı da anlamalıyız. Çoğumuz konsantrasyonu biliyoruz, okullarda konsantrasyonu öğreniyoruz. Çocuk pencereden dışarı bakıyor, öğretmen, "Kitabına konsantre ol!" diyor. Böylece ne anlama geldiğini öğreniyoruz. Tüm enerjini bir noktaya toplamak anlamına geliyor. Ama düşünce dolaşır. Sürekli konsantre olma arzusuyla, tüm enerjinizi kitaba yoğunlaştırmak arzusuyla kontrol etmeye çalıştığınız dolaşan zihniniz arasında sürekli mücadele vermek zorunda kalırsınız. Farkındalıkta ise kontrol yoktur. Konsantras-

yon yoktur. Bu tam bir farkındalıktır. Tüm enerjinizi, sinirlerinizi, kapasitenizi, beyninizin enerjisini, yüreğinizi, her şeyinizi ona vermek demektir. Büyük bir olasılıkla böylesi bir farkındalık hiç yaşamadınız. Kendinizi tümüyle an'a yönelttiğinizde bellekte bir kayıt olmaz. Tüm farkındalıkta, beyin kaydetmez. Konsantrasyonda ise bir çaba gösteriyor, daima bellekten hareket ediyorsunuz; tıpkı bir kasetin kaydettiği gibi.

Beynin doğası, gerekli bulmadıkça kayıt yapma ihtiyacı duymaz. Nerede oturduğunuz, arabanızı nerede park ettiğiniz gibi günlük aktivitelerin kaydı gereklidir. Ama psikolojik kayıtlara gerek yoktur. Örneğin bir hareketin ya da bir pohpohlanmanın duygusal etkilerinin kayda geçmesi gereksizdir. Bunlar büyük olasılıkla sizin için yeni şeyler. Eğer uygulayabilirseniz beyniniz ve zihniniz tüm koşullanmalardan özgür olacaktır.

Hepimiz geleneklerin esiriyiz. Ve başkalarından tamamıyla farklı olduğumuzu düşünürüz. Ama farklı değiliz. Hepimiz üzülürüz, mutsuz oluruz, gözyaşı dökeriz. Hepimiz insanız. Hintli, Müslüman ya da Rus olmak anlamsız etiketlerdir. Zihin tümüyle özgür olmalıdır. Bu tek başımıza ayakta olabilmek anlamına geliyor. Ve tek başına olmaktan çok korkuyoruz.

Zihin kontrol edilmeden özgür ve sakin olmalıdır. Zihin tümüyle "dinsel" olduğunda sadece özgür olmakla kalmaz, bir rehberin, bir yolun olmadığı gerçeğin doğasına da dalabilir. Eğer kendinizi gözlemlediyseniz zihninizin sürekli lak lak ettiğine, sürekli bir şeylerle meşgul olduğuna dikkat etmişsinizdir. Eğer bir sanyasi iseniz zihniniz tanrıyla, doğayla vb. şeylerle meşguldür. Ev kadınıysanız bir sonraki öğün için hangi yemeği pişireceğinizle meşgul olacaktır, işadamı/işkadını ticaretle, politikacı parti politikasıyla, din adamı da kendi mantıksızlığıyla meşgul olacaktır. Zihinlerimiz hiç boş kalmaksızın sürekli meşguldür. Ve boşluk gereklidir.

Boşluk, içinde yoğun enerji barındıran sessizliktir. Zihninizi

uyuşturucu alarak sessizleştirebilirsiniz. Sakinleştirici bir hapla düşüncelerinizi yavaşlatır ve sessizleştirebilirsiniz. Ama bu sessizlik sesi bastırmakla sağlanır. Doğal olarak mutlak sessizliğe sahip bir zihnin nasıl olduğunu hiç araştırdınız mı? Böyle bir zihin gerekli olan şeylerin dışında hiçbir şeyi kaydetmez. Bu durumda psikolojik doğanız, içsel doğanız tümüyle düzgün olur. Ama çoğunuzun zihni hurafelerle, iş kaygılarıyla ve yarın hakkındaki endişelerle dolu.

Sessizliğin olduğu yerde boşluk vardır ama bu bir mekansal boşluk değildir. Bu sessizlikte evrenin olağanüstü enerjisi vardır.

Evrenin nedeni yoktur, yalnızca vardır. Bu bilimsel bir veridir ama biz insanlar nedenlerle ilgileniriz. Analiz yoluyla dünyadaki fakirliğin nedenini, nüfus artışının nedenini, insanların kendilerini Sihler, Hintliler, Müslümanlar olarak ayırmalarının nedenini bulabilirsiniz. Endişelerinizin, yalnızlığınızın nedenini bulabilirsiniz. Endişelerinizin, yalnızlığınızın nedenini analiz yoluyla bulabilirsiniz. Ama bunlar sizi nedenlerden özgür kılmaz. Tüm davranışlarımız, nedenlerinin farkında olmasak da ödül ve cezaya dayanır. Nedensiz olan evrenin düzenini anlamak için nedeni olmayan bir günlük yaşam sürdürmemiz mümkün müdür? İşte bu en büyük düzendir. Yaratıcı enerji bu düzenden çıkar. Meditasyon yaratıcı enerjiyi özgür bırakmaktır.

Meditasyonun derinliğini ve güzelliğini bilmek ve anlamak çok önemlidir. Zamanın başlangıcından beri insan tüm düşüncenin ötesinde, tüm romantik kavramların ötesinde, tüm zamanın ötesinde bir şey olup olmadığını sormuştur, hala da soruyor: Tüm acıların, tüm savaşların, tüm anlaşmazlıkların ötesinde bir şey var mı? Hiçbir düşünce ya da deneyimin kendisini etkilemeyen mutlak saf olan bir şey var mıdır? Öteden beri insanların sorduğu soru bu olmuştur. Bunu bulabilmek için meditasyon gereklidir. Tekrara dayanan meditasyonu kastetmiyorum, o tümüyle anlamsızdır. Zihin çelişkilerden ve düşüncenin zırvalıkların-

dan tümüyle özgür olduğunda gerçekten "dinsel" olan yaratıcı bir enerji vardır. Başı ve sonu olmayana ulaşmak; meditasyonun derinliği ve güzelliği işte oradadır. Bu da tüm koşullanmalardan özgür olmayı gerektirir.

Sevgiyle dolu zekada mutlak güven vardır. Ama biz güveni fikirlerde, inançlarda, kavramlarda ideallerde arıyoruz. Onların bize güven verebileceğini düşündüğümüz için de (ne kadar sahte ya da mantıksız olursa olsun) onlara tutunuyoruz. Yüksek zekayla birlikte anlayışın olduğu yerde güven vardır -eğer birisi güvenin peşindeyse. Zaten anlayışın ve zekanın olduğu yerde kişi güven peşinde koşmaz.

Her şeyin kendisinden kaynaklandığı "şey" asla söz değildir. Söz asla "şey" değildir. Meditasyon her şeyin kendisinden kaynaklandığı, zamandan özgür olan bu "şey"e ulaşmaktır. Meditasyonun yolu budur. Onu bulana ne mutlu.

8 Kasım 1981
Yeni Delhi-Hindistan

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir

Korku ve Acı

İlişkilerimizi ne yazık ki sözsel yolla sağlıyoruz. Ama eğer farkındalık varsa satır aralarında kurulan ilişkiler daha derin, daha duyarlıdır. Bu noktada sorunlarımızın doğasını gözden geçirmeliyiz. Hepimizin sorunları var; cinsel, entelektüel sorunlar, ilişki sorunları, insanlığın savaşlar, milliyetçilik ve dinler nedeniyle yarattığı sorunlar. Sorun ne demektir? Sorun, bilinç düzeyinde ya da bilinçaltı düzeyinde genellikle beklenmedik bir şekilde karşımıza çıkan, yüzleşmemiz gereken bir çelişkidir. Küçük, büyük, yüzeysel ya da derin olabilir. Çözümlenmemiş bir sorun yüzleşmeyi, anlamayı, çözümlemeyi ve ona göre davranmayı gerektirir.

Kişi soruna nasıl yaklaşır? Soruna nasıl yaklaştığınız sorunun kendisinden daha önemlidir. Genellikle soruna korkuyla ya

da çözümleme arzusuyla yaklaşabilir, aşmak isteyebiliriz, sorunla mücadele edebiliriz, sorundan kaçabiliriz, görmezden gelebiliriz ya da sorunla yaşamaya katlanabiliriz. "Yaklaşmak" sözcüğü mümkün olduğunca yakına gelmek, tahmin etmek anlamına gelir. Bir soruna kişi nasıl yaklaşır? Yakınına mı gelir yoksa ondan kaçar mı? Ya da ötesine geçmeye mi çalışır? Amaç yaklaşımı belirler.

Kişi soruna özgürce yaklaşmıyorsa çözümü daima kendi koşullanmasına göre yönlendirir. Diyelim ki kişinin koşullanması sorunu bastırmaya yönelik. O zaman yaklaşımı da koşullu olacağı için sorun çarpıtılır. Kişi bir amaç olmaksızın soruna yaklaştığında yanıtın sorunda olduğunu görür. Yanıt sorundan uzakta olan bir şey değildir.

İster politik, ister dinsel, ister yakın ilişki sorunları olsun kişinin sorunlara nasıl yaklaştığı çok önemlidir. Sorun çoktur. Kişiler sorunlarla boğuşur. Meditasyon bile bir sorun olabilir. Kişi sorunları görmek bile istemezken neden sorunlarla boğuşsun ki. Anlaşılmayan ve çözümlenmeyen sorunlar insanın yaşamını çarpıtır. Çözüm aramaya başlamadan önce sorunu gözlemlemeyi bilmek sorunun aynı zamanda yanıt olduğunu görmek demektir. Koşullanmaların farkında olmak önemlidir. Algılamak görmek demektir. Bir ağaca baktığınızda ne görüyorsunuz? Sadece optik bir gözlemlemeyle mi bakıyorsunuz, yoksa ağacı isimlendirerek; bu bir çam ağacıdır, diyerek mi bakıyorsunuz? Ağaca ağaç olarak değil, isim koyarak baktığınızda artık ağacı ağaç olarak görmezsiniz. Söz "şeyi" yadsır. Hiçbir sözcük olmaksızın bakabilir misiniz?

Ağaca nasıl baktığınızın, nasıl yaklaştığınızın farkında mısınız? Ağacı sadece tek bir duyuyla optik duyuyla mı gözlemliyorsunuz? Yoksa kokluyor, işitiyor, hissediyor, görüyor ve bütününü mü algılıyorsunuz? Yoksa kendinizi ondan farklı görerek mi bakıyorsunuz? Şüphesiz ona bakarken siz ağaç değilsiniz

ama onun güzelliğinin bütünlüğünü tüm duyularınızla algılayarak hiçbir sözcük olmadan bakabilir misiniz? Algılamak sadece tüm duyularla gözlemlemek değil, gözleyenle gözlemlenen arasında bir ayrım olup olmadığının da farkında olmaktır.

Büyük bir olasılıkla bu konu hakkında hiçbir şey düşünmediniz. Bunu anlamak önemli çünkü burada korkuya yaklaşımımızı ve korkunun tüm içeriğini algılama konusunu tartışacağız. İnsanın binlerce yıldır taşıdığı bu acıya nasıl yaklaşacağımızın farkında olmak önemli. Bir ağaç, bir nehir, gökyüzü gibi kendimizin dışında olan bir şeyi algılamak daha kolaydır ama kendinize, bilincinizin içeriğine, zihninizin içeriğine, varlığınıza, yürüyüşünüze, düşüncelerinize, duygularınıza, depresyonunuza sizinle onlar arasında hiçbir ayrım olmadan bakabilir misiniz? Ayrım yoksa çelişki de yoktur. Ayrımın olduğu yerde çelişkinin olması zorunludur; bu bir yasadır. İçimizde gözlemleyenle gözlemlenen arasında bir ayrım var mıdır? Eğer gözlemleyen korku, açgözlülük ya da acıya çözümlenmesi, bastırılması, anlaşılması, aşılması gereken kendisinden ayrı bir şey olarak bakıyorsa, o zaman ayrım ve çelişkiyle mücadele ortaya çıkar.

Peki o zaman korkuya nasıl yaklaşırsınız? Korkuyu, kaçma, bastırma, açıklama hatta analiz etme tepkisi olmaksızın hiç çarpıtmadan algılayabilir misiniz?

Çoğumuz bir şeyden ya da bir şeylerden korkuyoruz; karınızdan ya da kocanızdan korkabilirsiniz, işinizi kaybetmekten, yaşlılıkta güvenceniz olmayışından, başkalarının sizin hakkınızda olumsuz düşünmelerinden (korkunun en aptalca olanı budur), karanlıktan, ölümden vb. korkabilirsiniz. Şimdi birlikte nelerden korktuğumuzu değil, korkunun kendini inceleyeceğiz. Korkunun doğası, korkunun nasıl ortaya çıktığı, korkuya nasıl yaklaştığımız şu anda konumuz değil. Kişinin korku sorununa yaklaşımında bir amaç var mıdır? Çoğunlukla vardır: Korkuyu aşma amacı, bastırma amacı, kaçınma amacı, görmezden gelme ama-

cı vb. Ama insanlar yaşamlarının büyük bir bölümünde korkuyla birlikte yaşamaya alışmışlardır. Eğer amacımızı net bir şekilde göremezsek çözüme yaklaşamayız. Kişi korkuya kendisinin dışında bir şey olarak mı bakıyor? Korku kişinin kendisinden farklı mı? Tabii ki değil, tıpkı kızgınlığın da ayrı olmadığı gibi. Fakat eğitim sistemi ve din kurumları korkuyu kişinin kendisinden ayırdı, savaşması ve yenmesi gereken bir düşman olarak sundu. Bu yüzden kişi, korkunun kendisinden ayrı bir şey olmadığını bile sorgulayamıyor. Ayrı olmadığını anladığında, gözleyen gözlenenle aynı olduğunu da anlar.

Diyelim ki kişi kıskanç biri. Kıskançlığın kendisinden ayrı olduğunu düşünse de gerçek, kıskançlığın kendisinin bir parçası olduğudur. Kıskançlık, açgözlülük, kızgınlık, acı çekme, ıstırap bunların hepsi kişinin birer parçasıdır.

Kişi korkuya çok yaklaştığında onu net olarak görebilir. Korku geçmişten gelen ve bugüne uyarlanarak kendisini sürdüren bir hareket midir? Kişi geçmiştir, şimdidir ve aynı zamanda gelecektir. Kişi binlerce yıllık geçmişin ürünüdür. Kişi anda tüm algıladıklarıyla, andaki toplumsal koşullarıyla, anda yaşadığı iklimle, anda ve gelecekte bir bütündür. Geçmiş, geçmişe uyarlanmış an ve geçmişe uyarlanmış gelecek içsel zamandır. Bir de saatle, güneşin doğuşu ve batışıyla, sabah, öğle, akşam sıralamasıyla dışsal zaman vardır. Bir dil öğrenmek, araba kullanmasını öğrenmek, marangoz, mühendis, politikacı olmak için dışsal zamana gereksinim vardır. Bir yerden bir yere gitmek dışsal zamana, umut içsel zamana aittir. Dışsal zaman fiziksel, içsel zaman psikolojiktir. Saatin on bir ya da on iki olması gibi dışsal zaman somuttur. "Şimdi iyi değilim ama iyi olacağım", sözü içsel, psikolojik bir varsayımdır. İçsel zamana ihtiyacımız var mı? İçsel zamanın olduğu yerde korku vardır. Kişinin bir işi vardır ama kişi gelecekte işini kaybedebilir. Kişi acı yaşamış ve acısı geçmiştir ve gelecekte böyle bir acıyı tekrar yaşamamayı umut edi-

yordur. Bu, acının hatırlanması, anının devam etmesi ve gelecekte acının yaşanmaması umududur.

İçsel zaman korku düşüncesinin nedenlerinden biri değil midir? Biri geçen hafta çektiği bir acı hakkında düşünebilir. Acı artık beyinde kayda geçmiştir. Kişi bu acıyı yarın da çekebileceğini düşünür. Düşünce ve zaman korkunun parçasıdır. Korku, düşünce olan bir hatırlama ve gelecek olan bir zamandır. "Şimdi güvencedeyim ama yarın güvencemi yitirebilirim." Ve korku başını kaldırır. Yani zaman artı düşünce eşittir korku.

Şimdi, korku hareketini nasıl algıladığımız önemli. Ya yadsıyarak ya ben ve korku olarak ayrım yapmaksızın algılarsınız ya da korkunun siz olduğunu algılayarak korkuyla kalırsınız.

Korkuyu yadsımanın iki yolu vardır: Ya "hiçbir korkum yok", diyerek tümüyle yadsırsınız (ki bu çok saçma) ya da gözleyenle gözlenenin aynı olduğunu algılayarak hiçbir harekette bulunmaksızın yadsırsınız. Normal olarak korkuyu yadsımak isteriz. Üstesinden gelerek, kaçarak, yok ederek, kendimizi bir şekilde rahatlatarak korkuyu etkisiz hale getiririz. Kaçarak, bastırarak, analiz ederek ve nedenini bularak korkuyu güçlendirdiğinizin farkında mısınız? Sanki korku siz değilmişsiniz gibi korkuyu yok saymaya çalışıyorsunuz. Fakat sizin korku olduğunuzu anladığınızda hiçbir harekette bulunmazsınız.

Korku zevkten farklı mıdır? Ya da korku zevk midir? Zevkin doğasını anladığınızda -ki zevk de zaman ve düşüncedir- korkuyla zevkin paranın iki yüzü olduğunu görürsünüz. Geçmişte güzel bir şey yaşamışsınızdır, bu bellekte kayda geçmiştir ve zevkin gelecekte tekrar etmesini istersiniz. Tıpkı geçmişteki bir korkuyu hatırladığınız ve ondan kaçınmak istediğiniz gibi. Hareket aynı ama birine zevk, birine korku diyorsunuz.

Acıya bir son var mıdır? İnsan acıyı aşmak için her şeyi yaptı; acıya taptı, acıdan kaçtı, acıyı içine gömdü, acıdan uzaklaşarak rahatlamaya çalıştı, mutluluk yollarını aradı, acıdan kaçmak

için bu yollara sarıldı ama insan hep acı çekti. İnsanlar binlerce yıldır acı çekiyor. İnsanlar on binin üzerinde savaş yaptı. Parçalanan, öldürülen insanları düşünün, dökülen gözyaşlarını düşünün, binlerce yıldır savaşlarda oğullarını, kocalarını, arkadaşlarını kaybeden annelerin, eşlerin, arkadaşların acılarını düşünün ve hala büyük ölçüde silahlanmaya devam ediyoruz. İnsanlığın acısı çok büyük. Sokakta yatan yoksul insan asla bir banyo yapmanın, temiz giysiler giymenin ya da bir uçak yolculuğunun zevkini bilmeyecek. Acıdan öğrenen insan var, acıdan öğrenmeyen insan var. Cehaletin acısı var, yalnızlığın acısı var. İnsanların çoğu yalnız. Birçok arkadaşı olabilir, çok bilgili olabilir ama yine yalnız. Eğer kendinizin farkındaysanız yalnızlığın ne olduğunu bilebilirsiniz: Tümüyle kendini yalıtılmış hissetme! Eşiniz, çocuklarınız, birçok arkadaşınız olabilir ama öyle bir an gelir ki kendinizi tümüyle yalnız ve yalıtılmış hissedersiniz; bu büyük bir acıdır. Ölüm acısı, birini kaybetmenin acısı vardır. İnsanlığın varoluşundan beri biriken acılar vardır.

Kişinin onur yitirmesinin acısı zekadan ve kapasiteden yoksun olmanın acısı vardır. İnsanlar acıyla doğup, acıyla mı öleceklerʔ Acının nedenleri için mantıksal, entelektüel birçok açıklama getirebiliriz. Budizm, Hinduizm, Hıristiyanlık ya da İslam'a göre birçok açıklamaları var. Ama otoritelerin tüm bu açıklamalarına rağmen acı hala bizimle. Eğer acıya bir son yoksa sevgi ve anlayış da olamaz. Kişinin acının bitebileceğini görmesi için derinliğine inmesi gerekiyor.

Acının son bulabileceğini, tümüyle son bulabileceğini söylüyorum. Acının sona ermesi sevginin başlangıcıdır. Doğal olarak hemen soruyorsunuz: nasıl? Nasıl diye sorduğunuzda bir sistem, bir metot, bir yöntem istiyorsunuz. Bunun için soruyorsunuz. "Bana nasıl varılacağını söyle, yolu takip edeceğim, bana göster", diyorsunuz. "Nasıl" diye sorduğunuzda yanlış soru soruyorsunuz. Çünkü sadece acının üstesinden gelmekle ilgilisiniz.

Yaklaşımınız; "Bana nasıl aşılacağını söyle." Asla yakınına gelmiyorsunuz. Bir ağaca bakmak istiyorsanız, onun güzelliğini, gölgesini, yapraklarının rengini, çiçeklerinin olup olmadığını görmek için yakınına gelmek zorundasınız. Acıdan kaçmak, rahatlamak istiyorsunuz. Kendinize acıyarak ya da nedenini bulmaya çalışarak acının yakınına gelemezsiniz.

"Acı" sözcüğü size acı veriyor mu? Yoksa gerçek mi? Eğer gerçekse, acı siz olana kadar yakınına gelmek istiyor musunuz? Siz acıdan ayrı değilsiniz. Acısınız, endişesiniz, yalnızlıksınız, zevksiniz, korkusunuz.

Bir ağaca bakmak istediğinizde tüm detayına bakarsınız, zamanınızı verirsiniz. Siz bakarsınız, o size güzelliğini anlatır. Siz ağaca öykünüzü anlatmazsınız, o size anlatır. Aynı şekilde acıya yaklaştığınızda, durun, bakın, kaçmayın, size ne söylemeye çalıştığını görün. Derinliğini, güzelliğini, yoğunluğunu anlatırken tümüyle orada olursanız o anda acı biter. Bu söylenenleri hatırlamaya çalışmayın. Beyniniz hep böyle yapmaya alışmış. Siz O'sunuz, bu yüzden kendinizden kaçamazsınız.

Bakın ve gözleyenle gözlenen arasında hiçbir ayrım olmadığını görün. Ayrım olmadığında tümüyle orada olursunuz. Çok büyük bir farkındalık gerekiyor. Yoğun ve berrak bir zihin gerçeği anında görür.

Acı bittiğinde sevgi gelir. Hiç, kimseyi sevip sevmediğinizi merak ediyorum. Bir şeyi seviyor musunuz? Eşinizi, çocuklarınızı, ülkem dediğiniz şeyi, dünyayı seviyor musunuz? Bir ağacın güzelliğini bir insanın güzelliğini seviyor musunuz? Yoksa son derece ben merkezciliğinizle hiçbir şeyi algılamıyor musunuz?

Sevgi anlayışı getirir. Anlayış sosyal bir yardım yapmak değildir. Anlayışın kendi zekası vardır ama bu konuda hiçbir şey bilmiyorsunuz. Bildiğiniz şeyler arzularınız, açlıklarınız, kandırmalarınız ve sahtekarlıklarınız. İçinizi karıştıran en derin so-

rular size sorulduğunda umursamaz oluyorsunuz. Size, "hiç kimseyi seviyor musunuz?" gibi bu tür bir soru sorduğumda bana boş gözlerle bakıyorsunuz, bu sizin dininizin sonucu, mantıksız gurulara, liderlere kendinizi adamanızın sonucu. Bu, aslında adamak da değil, korku dolusunuz, bu yüzden peşlerinden gidiyorsunuz. Binlerce yılın sonunda hala bu haldesiniz, bunun ne trajedi olduğunu düşünün. Bu sizin kendi trajediniz, anlıyor musunuz?

Sorun kendinize; sevginin ne olduğunu biliyor musunuz? Sevgi kimseden bir şey talep etmemektir. Karınızdan, kocanızdan talep etmemenizdir. Kimseden, fiziksel, duygusal, entelektüel talebinizin olmamasıdır. Sevgi birisini takip etmek değildir ya da bir kavram yaratarak onun peşinden gitmek. Sevgi kıskançlık olmadığı için sözcüğün sıradan anlamıyla bir gücü de yoktur. Sevgi, konum, statü ve güç peşinden koşmaz. Ama onun kendi kapasitesi, kendi yeteneği, kendi zekası vardır.

26 Kasım 1981
Benares-Hindistan

Gerçek Sadece Olandır

Biz insanlar bu güzel gezegenin tüm zenginliği içinde binlerce yıldır çatışma içinde yaşadık. Sadece doğayla, çevreyle, birbirimizle olan dışsal çatışmalar değil, spiritüellik denilen içsel çatışmalar da yaşıyoruz. Hala sürekli çatışma içindeyiz, doğumdan ölüme dek. Çatışmaya alıştık, bu yüzden normal karşılıyoruz. Çatışma içinde olmamızı gerektiren birçok neden buluyoruz. Çatışmayla, mücadeleyle ileri gideceğimizi düşünüyoruz. Dışsal başarıya, içsel gelişmeye böylece ulaşacağımızı sanıyoruz. Çatışmanın çeşitli şekilleri var. İnsan bir sonuca ulaşmak için mücadele ediyor. İnsan doğayla mücadele ederek onu fethetmeye çalışıyor.

Dünyayı ne hale getirdik. Üç bin yıllık çatışmalarla, acılar, itaatkarlık, körü körüne kabullenmeyle ve birbirimizi yok ede-

rek ne hale geldik. Dünyanın güzelliklerine, göllerine, dağlarına, nehirlerine aldırış etmeyen insanlar haline geldik. Tek ilgilendiğimiz kendi küçük çıkarlarımız, kendi küçük sorunlarımız. Ve buna kültür ve buna uygarlık deniyor. Bugün gerçeklerle yüz yüze geleceğiz. Yaşam olağanüstü boyutlarda tehlikeli, güvensiz ve tümüyle anlamsız hale geldi. Birçok anlam, sizce önemli birçok kavram yaratabilirsiniz ama ister otuz, ister yüz yıl yaşayın, günlük yaşamınız tüm anlamını yitirdi. Sadece para peşinde, önemli biri olma peşinde, güçlü olma peşinde koşuyorsunuz.

Bunların söylenmesi gerekiyor. Hiçbir politika ya da politikacı sorunlarımızı çözmeyecek. Politikacılar sorunların çözümüyle ilgilenmiyorlar. Onları ilgilendiren şey yalnızca kendileri ve konumları. Gurular ve dinler de insanı aldattılar. Upanişadları, Brahmasutraları, Bagvad Gitaları okudunuz; bir etkisi olmadı. Aydınlanmış, zeki varsayılan seyirciye bunları yüksek sesle okumak guruların bir oyunu. Politikacılara, hükümete, dinsel yazılara ya da gurulara güvenemezsiniz. Çünkü ülkeyi bu hale getirenler onlar. Eğer bir lider peşindeyseniz sizi yanlış yola sürükleyeceklerdir. Size hiç kimse yardım edemez, hiç kimse. Tümüyle kendi sorumluluğunuzu üstlenmek zorundasınız; kendinizi nasıl ifade ettiğinizin, davranışlarınızın sorumluluğunu.

İçsel ve dışsal yaşamımızda çatışma olmaksızın yaşayıp yaşayamayacağımızı araştırmak önemli ve gerekli. Kendimize sormalıyız: "İnsanlar binlerce yıl sonra niçin birbirleriyle ve kendileriyle çatışma halindeler?" Sürekli bir şey olmak, bir sonuç almak, bireysel başarı, arzularımızı doyuma ulaştırmak, belki farkında bile olmadığımız savaş hazırlıkları için mücadele veriyoruz. Erkekle kadın arasında cinsellikte de, günlük ilişkilerde de çatışma var. Bu çatışma sadece bilinç düzeyinde değil, zihnin derinliklerinde de yer alıyor. Farklı görünmek, olmadığımız biri olmaya çalışmak için çatışmalar yaşıyoruz. "Cennete", "Tanrı'ya" ulaşmak için çatışıyoruz. Hayatımız doğumdan ölüme her alanda çatışma içinde.

Neden dünyanın dört bir yanındaki insanlar çatışmaya alıştı. Çatışmalar, bilinçli ya da bilinç dışı kendimizin uzantısı olan bir toplum yarattı.

Toplum, bir fikir, bir soyut kavram değildir. Toplum insanlar arasındaki ilişkidir. Bu ilişkiler, çatışma, acı ve endişe doluysa bizi temsil eden bir toplum yaratırız. Toplum, birbirimizle olan ilişkilerdir. Toplum fikri, fikir, gerçek toplum değildir.

Çatışma nedir? Gerçeği kabul etmediğimizde gerçeğin tam zıddı olan ideale sığınırız. İşte o zaman çatışma kaçınılmaz olur. Kişi yaptıklarını ve düşündüklerini gözlemleme yeteneğinden yoksunsa bir ideal yaratır. Bu durumda "olan" ile "olması gereken" arasında çatışma başlar.

Şunu söylemek istiyoruz: Gerçekten olan biteni görmezden gelerek yerine kendi yarattığımız, kabul ettiğimiz, "olması gereken" ideali koyduğumuzda çatışma ortaya çıkar. "Olan" ile "olması gereken" ayrımı çatışmayı davet eder. Bu bir yasadır. Şimdi insanların niçin gerçeklerle yüz yüze gelmek yerine onlardan kaçmaya çalıştıklarını araştıralım.

Bu ülke her zaman şiddete karşı olmakla övündü. İster politik olsun, ister dinsel, değişik liderler sürekli şiddet karşıtı konuşmalar yaptılar. Şiddet karşıtı olmak sizin gerçeğiniz değil, sadece fikir, bir kuram, bir sözcükler dizisi. Gerçek olan sizin şiddet dolu olduğunuz. "Olan" bu. Ama "olan"ı anlama yeteneğimiz olmadığı için şiddet karşıtı denilen tutarsızlığı yaratıyoruz. Bu da "olan" ile "olması gereken" arasında çatışma doğuruyor. Şiddet karşıtı olmanın peşinden koşarken şiddetin tohumlarını ekiyorsunuz. Birlikte, kaçmadan, bir ideale sahip olmadan "olan"a bakalım. Doğamız, hayvandan gelen geçmişimizle şiddete eğilimli. Şiddet sadece kaba kuvvet ya da birbirimize vurmak değildir. Karmaşık bir konudur. Taklit, topluma uymak, itaat etmek, boyun eğmek de şiddet biçimleridir. Çünkü hepsinde göründüğünüz gibi olmamak vardır yani "olması gereken" vardır, "olan" değil.

Şiddet doluyuz, bu bir gerçek. Kızıyoruz, topluma uyum sağlıyoruz, taklit ediyoruz, sürükleniyoruz, agresifiz. (Agresiflik yumuşak bir biçimde de kendini gösterebilir.) Kendinizi "olması gereken" bir şekilde kabullenmeniz de bir agresifliktir. Böyle bir kabullenmede; "şiddet karşıtı olmalıyız" sözünü tekrarlar durursunuz. Aslında gerçeğiniz olan şiddeti kabul ettiğiniz halde düşüncelerinizde şiddet yanlısı olmadığınızın taklidini yapar ve bunu yansıtırsınız.

Zihniniz otoritenin zincirleriyle bağlıyken özgürce şiddete bakmak ve gözlemlemek çok zordur. Dünyada ne olup bittiğini anlamaya çalışın. Acı, sefalet, karmaşa, demogoji, onur yoksunluğu, şiddet, terörizm, rehin almalar ve Nazi kamplarını andıran guru kampları... Siz bütün bunların parçasısınız, bunların içinde yaşıyorsunuz. Bir insan, "Ben biliyorum, beni takip et", nasıl diyebilir.

Ne kuşu, ne ağacı, ne de yıldızları gözlemlemeyi biliyorsunuz,. Kendinizle, kendi sorunlarınızla, kendi bulanık düşüncelerinizle meşgul olduğunuz sürece gözlemleyemezsiniz. Önyargılarla dolu olduğunuz sürece, sonucun ne olacağına baştan karar verdiğiniz sürece, geçmişteki deneyimlerinize takılıp kaldığınız sürece gözlemlemeniz imkansızdır.

Karınıza, kocanıza hiçbir tarife sığınmadan, ne kadar yakın olursanız olun, geçmişteki anıların birikimi olmaksızın bakabiliyor musunuz? Bu birikim on günlük de olabilir elli yıllık da. Bir çiçeğe nasıl bakacağınızı bildiğinizde sonsuzluğu görürsünüz. Bir yıldıza, bir ormana bakmayı bildiğinizde sonsuzluğu algılarsınız. Ama eşinizi, onun hakkında yarattığınız imaj olmaksızın gözlemlemek için önce ona yakından bakmalısınız. Çok uzağa gitmek için önce çok yakından başlamalısınız. Çok yakından başlamazsınız asla çok uzağa gidemezsiniz. Bir dağa tırmanmak ya da ilerdeki köye gidebilmek için attığınız ilk adımlar çok önemlidir.

Demek istediğimiz şey; çook çook uzağa gidebilmek için -ki bu sonsuzluktur- en yakından başlamalısınız. En yakın ilişkiniz de eşinizle olan ilişkinizdir. "Karım", "kocam", "oğlum-kızım", "yeğenim" etiketleri koymaksızın, tüm geçmişteki birikmiş acıların anıları olmaksızın, geçmişten etkilenmeden berrak gözlerle bakabilir misiniz? İşte o zaman eşinizle aranızda doğru ilişki olur. Ama şimdi birbirinizi gözlemlemediğiniz için asla birleşmeyen tren raylarına benziyorsunuz ve buna ilişki diyorsunuz.

Yargılama olmaksızın, hoşlanma ya da hoşlanmama olmaksızın sadece gözlemlemek. Böylesine bir gözlemle, şiddetinize, kızgınlığınıza, boyun eğmenize, kabullenmelerinize, evinizdeki dağınıklığa bakabilir misiniz? Böyle bakıldığında tüm enerjiniz gözleme gider. Böylece şiddeti gözlemlediğinizde -tüm enerjinizi gözleme odakladığınız için- şiddet tümüyle yok olur. Burada öğrendiklerinizi, tekrar etmeyin. Tekrar ettiğinizde sözler ikinci el olur. Tüm kutsal kitaplardaki söylenenleri tekrar ettiğinizde kendinizi ikinci el insanlar haline soktuğunuz gibi. Buna aldırış bile etmiyorsunuz, değil mi? Hatta utanmıyorsunuz bile, sadece kabulleniyorsunuz. İşte bu kabullenme şiddet sorunun büyük bir parçası.

Dualitenin olmadığı yerde çatışmasız yaşamanın mümkün olduğunu söylüyoruz. Sadece "olan"ın olduğu bilinç düzeyine ulaştığınızda dualite yoktur. "Olan"dan "olmayan"a doğru kaçmaya çalıştığınızda ya da "olan"ı reddettiğinizde dualite ortaya çıkar. Bunu iyi anladınız mı? Bu konuları felsefecileriniz, dinsel liderleriniz, akademisyenleriniz benimle etraflıca tartıştılar. Ama onlar da sıradan insanlar gibi dualite içinde yaşıyorlar. (Kadın-erkek, kısa-uzun, karanlık-aydınlık gibi fiziksel "dualite"yi kastetmiyorum, çünkü bunlar dualite değildir.) Bir de şöyle bir fikir var: "Çatışma gereklidir, çünkü dualite içinde yaşıyoruz ve zıtlardan özgürleşmiş kişi aydınlanmış kişidir." Bu fikrin etrafında bir felsefe yarattınız. Bu felsefeyi okuyor, kabul edi-

yorsunuz ve olduğunuz yerde sayıyorsunuz. Söylediğim şey; şu anda gerçekte dualite yok. Dualiteden bir takım "spiritüel yükseklik"lere ulaştığınızda kurtulamazsınız. Şu anda dualite yaşıyorsanız asla "spiritüel yükseklik"lere ulaşamazsınız, ne şimdi ne gelecekteki "reenkarnasyonunuzda" ne de yaşamınızın sonunda. Sadece "olan" var, başka bir şey yok. "Olan" tek gerçektir, zıddı "gerçek olmayan"dır, realite olmayandır.

Umuyorum ki bunu net bir şekilde anladınız, sadece mantık yürüterek olsa bile. Eğer mantıksal düşünme kapasitenizi kullanırsanız "olan"ın "olması gereken"den daha önemli olduğunu da açık bir şekilde anlarsınız. "Olan"la baş edemediğiniz için "olması gereken"e sığınıyorsunuz. "Olan"dan kaçmak için zıddını denge olarak kullanıyorsunuz.

Evet sadece "olan" var ve bunun dualitesi yok. Sadece açgözlülük var, anti-açgözlülük yok. Kaçmadan şiddetin derinliğini anladığınızda, şiddet karşıtı dediğiniz aptalca ideallere sığınmadığınızda, çok yakından gözlem yapabildiğinizde (ki bu zıddının peşinden koşarak ziyan ettiğiniz enerjiyi bir araya topladığınızda) çatışma yok olur. Lütfen bunu anlayın.

Kıskanç birini düşünün; zeki, canlı, duyarlı, gökyüzünün güzelliğini görebilen, bu güzel dünyadan zevk alan birini kıskanan bir insanı düşünün. Kişi onun gibi olmak ister ve onu taklit etmeye başlar; yürüyüşünü, gülüşünü, görünüşünü. Ama hala açgözlüdür. Kişi çocukluğundan beri açgözlü olmamak için bile eğitilmiş olsa "olmamanın" kendisinin sadece zıddı olduğunu anlamamıştır. Çünkü eğitimi, okuduğu kitaplar kendisini dualitenin olduğuna koşullandırmıştır ve kişi bunu kabullenmiştir. Bu koşullanmayı kırmak çok zordur. Kişinin çocukluktan gelen koşullanması en basit gerçekleri bile anlamasını engeller. Sadece "olan" vardır. İyi kötünün zıddı değildir. İyilik kötülükten doğmuşsa o zaman iyilik kötülüğü de içerir.

Düşünün, beyninizi çalıştırın, içsel ve dışsal olarak "olan"ı

yaşayın. Kıskanç biriyseniz bu gerçekle yaşayın ve gözlemleyin. Kıskançlık, rekabetin, politik, dinsel ve iş alanlarında yükselme arzusunun bir parçasıdır. Kişi, rekabet duygusuyla yetiştiriliyor ve bu geleneği kırmak için zıddını yaratmak değil, rekabet geleneğini gözlemlemek gerekiyor. Hepiniz geleneksel insanlarsınız. Psikolojik hatta entelektüel olarak size söylenenleri tekrar ediyorsunuz. Dinleriniz bunun üzerine kurulmuş.

Sadece "olan"ı gördüğünüzde, tüm enerjinizle gözlemlediğinizde "olan"ın değeri ve önemi olmadığını göreceksiniz, çünkü o da yoktur.

Kişiye çocukluğundan beri iyi olması söyleniyor. "İyi" sözcüğü geleneksel ama gerçekten güzel bir sözcük. İyi demek doğru demek, sözünde doğru, davranışında doğru olmak demek (bu doğruluk, doğru varsayılan bir düşünceye göre değil). Doğru demek tam isabetli demek, olduğu gibi görünen demek. Ama kişinin anne babası, öğretmenleri, eğitimcileri; "iyi ol" dediğinde, kişi kendi olduğuyla olması gerektiği arasında bir çatışma yaşıyor, sözcüğün ne anlama geldiğini anlayamıyor.

İyi demek tümüyle dürüst olmak, yani bir gelenek ya da modaya göre davranmadan onurla ve kendi zekasıyla davranması demek. İyi olmak aynı zamanda bölünmüş değil bütün olmak demek. Ama kişi bölündüğünde bu gelenek kaosunda yetişiyor. Önemli olan iyiliğin ne olduğu değil, kişinin beyninin gelenek tuzağına niçin düştüğüdür. Böylesine derinliği olan beynin neden geleneklerin peşinden gittiğini anlamak gerekiyor. Çünkü geleneklerin peşinden gitmekte güvence buluyor. Bu bir çeşit korunma ve güven veriyor, sahte bir güven ve korunma. Gerçek olmayanı, bir illüzyonu kişi güven sanıyor. Tüm farkındalıkla yaşayamayan ve geleneksiz kalmaktan korkan kişi bu sözleri anlayamayacaktır.

Tanrı'ya olan inancınız güven ihtiyacınızın en uç noktası. Düşüncelerinizin size neler yaptığını görün. Düşünceniz tanrı

imajını yarattı ve siz ona tapınıyorsunuz. Bu kendinize tapınmadan başka bir şey değil. Sonra da dünyayı, cenneti, evreni, her şeyi kimin yarattığını sormaya başlıyorsunuz. Ve gelenekleriniz insan zihnini yok etmeye başlıyor. Tekrara dayanan, mekanik, para kazanmanın ve yaşam boyunca her sabah işe gitmenin dışında bir canlılık göstermeyen ve tükenen bir yaşam. Geleneklerden özgürleşerek, sadece dışsal değil, içsel olarak da "olan"ı yaşadığınız ve gözlemlediğinizde, hiçbir çatışmanın olmadığı bir toplum da yaratmış olacaksınız.

27 Aralık 1981
Madras-Hindistan

Yaşam ve Ölüm

Sıradan insan yaşamını ziyan ediyor. Onca enerjisi var ama ziyan ediyor. Günlerini işte, bahçe çapalayarak, avukatlık ya da başka bir şey yaparak veya sanyasi hayatı yaşayarak geçiriyor.

Sıradan insanın hayatı, sonunda tümüyle anlamsız, tümüyle önemsiz. Elli, seksen ya da doksan yaşına geldiğinde yaşama dönüp baktığında ne görüyor?

Yaşam tüm güzellikleriyle, tüm acı ve endişeleriyle olağanüstü bir öneme sahip. Kişi yıllar boyu sabah sekizden akşam beşe kadar çalışarak para biriktiriyor. Para, seks, sürekli çatışma içinde bir var oluş, bitkinlik, mutsuzluk, çaresizlik, arada bir minik hazlar, belki de birini hiçbir ben duygusu olmaksızın tümüyle sevmek... Sonunda hayatta ne yaptık?

Dünya çok adaletsiz görünüyor. Filozoflar adalet hakkında

konuşuyorlar. Toplumbilimciler adalet hakkında konuşuyorlar. Sıradan insan adalet istiyor. Ama yaşamda adalet var mı? Kimi zeki, rahat koşullar içinde iyi bir görünüme sahip yani istediği her şey var, bir diğerinde bunların hiçbiri yok. Biri iyi eğitimli sofistike, istediği her şeyi yapma özgürlüğüne sahip, diğeri sakat ya da zeka ve yürek yoksulu. Kimi yazma ve konuşma yeteneğine sahip, iyi bir insan, diğeri değil. Bu, gerçeğin, yaşam sevgisinin peşinde koşan felsefenin bir sorunu olmuştur. Belki de gerçek, yaşamda. Kitaplar da, fikirler de yaşamdan uzakta değil. Belki de gerçek, bulunduğumuz yerde ve nasıl yaşadığımızda. Çoğu insan için yaşam, çevresine bakındığında boş ve anlamsız görünüyor. Acaba insan adaleti bulabilir mi? Dünyada adalet var mı? Kimi açık tenli, kimi koyu tenli, kimi zeki, farkında, duyarlı, duygu dolu, güneşin batışının güzelliğinden, ayın parlaklığından, yakamozların suda dans edişinden haz alıyor, diğeri tüm bunların farkında bile değil. Kimi mantıklı ve sağlıklı, kimi değil. Ve kişi bir soru soruyor: Dünyada adalet var mı?

Yasaların önünde eşit olduğu varsayılıyor. Ama iyi avukat tutabilecek olanlar "daha eşit." Kimi zengin doğuyor, kimi sefalet içinde. Tüm bunlar gözlendiğinde dünyanın adaletsiz olduğu görülüyor. Peki adalet nerede? Görünen şu ki adalet yalnızca anlayışın, empatinin, şefkatin yani sevecenliğin olduğu yerde vardır. Sevecenlik acı çekmeye son verir. Sevecenlik bir dinden ya da bir tarikata bağlı olmaktan doğmaz. Hem tüm batıl inançlarınız ve yarattığınız tanrılarla bir Hindu olup hem de sevecen olamazsınız. O-la-maz-sı-nız! Sevecen olabilmek için tüm koşullanmalardan tümüyle özgür olmalısınız. Böylesine bir özgürlük mümkün mü? İnsan beyni binlerce yıldır koşullandı. Bu bir gerçek. Ama nedense dünya ve cennet hakkında bilgimiz arttıkça daha fazla batağa saplanıyoruz. Sevecenliğin olduğu yerde zeka vardır. Ve bu zeka adaletin vizyonuna sahiptir.

Karma ve reenkarnasyon denilen fikirleri yarattık. Bunları

yaratarak, bu sistemlerle gelecekte yerini bulacak adalet kavramıyla sorunu çözdüğümüzü sandık. Adalet, berrak bir zihin ve sevecenliğin olduğu yerde başlar.

Beyinlerimiz çok kompleks enstrümanlardır. Sizin beyniniz, benim beynim insanlığın beynidir. Gelişmesi doğduğunuz andan şimdiye kadar geçen zamanla sınırlı değil. Milyonlarca yıldır evrimleşti ve bilincimizi koşullandırdı. Bu bilinç bireysel değil, tüm insanların ortak paylaştığı bir bilinç. Bu bilinci oluşturan inançları, dogmaları, kavramları, korkuları, hazları, acıları, yalnızlığı, depresyonu ve umutsuzluğu gözlemlediğinizde onun, sizin bireysel bilinciniz olmadığını görürsünüz. Bu bilinci taşıyanlar bireyler değildir. Her birimizin farklı bireyler olduğuna derinlemesine koşullandık. Ama senin beynin, benim beynim diye bir şey yok. Ayrı değiliz. Beyinlerimiz eğitim ve dinler vasıtasıyla öylesine koşullanmış durumda ki, her birimizin ayrı ruhlara sahip ayrı varlıklar olduğumuzu sanıyoruz. Biz bireyler değiliz. Binlerce yıllık insan deneyiminin, insan mücadelelerinin, insan serüveninin ürünüyüz. Koşullanmışız, bu yüzden özgür değiliz. Kavramlarla, fikirlerle, ideallerle, önyargılarla yaşadığımız sürece beyinlerimiz özgür olamaz. Bu yüzden de sevecen olamayız. Tüm koşullanmalardan özgür olunduğunda -Hindu, Müslüman, Hıristiyan ya da Budist olmaktan özgür olunduğunda, kategoriler arasında sıkışmaktan özgür olunduğunda (uzmanlığın gerekli olduğu bazı durumlar dışında) paraya tapılmaktan özgür olunduğunda- sevecenlik olabilir. Beyin koşullandırılmış olduğu sürece insanlık için özgürlük olamaz. Filozofların ve biyologların iddia ettiği gibi bilgi ile insan "yükselemez". Bilgi gereklidir. Araba kullanmak, iş yapmak, eve gitmek, teknolojik gelişmeler sağlamak vb. için bilgi gereklidir. Ama kişinin kendi hakkında belleğinde biriktirdiği psikolojik bilgi (dışsal baskıların ve içsel taleplerin ürünü olan bellek) gerekli değildir.

Yaşamlarımız parçalanmış, bölünmüş, ayrılmış durumda. Bu

yüzden bütünsel bir gözlem yapamıyoruz. Yalnızca belli bir bakış açısından gözlemliyoruz. İçimizde öylesine parçalanmış durumdayız ki, yaşamlarımız zıtlıklarla, çelişkilerle dolu. Bu yüzden sürekli çatışma içindeyiz. Yaşama asla bir bütün, tam ve ayrılmamışlık içinde bakamıyoruz. "Bütün" sözcüğü sağlıklı anlamına geliyor. Aynı zamanda "kutsal" demek. Bu sözcüğün çok önemi var. Birçok parçacığın bilincimizde birleşmesi değildir bütünlük. Sürekli zıtlıkları birleştirmeye çalışıyoruz. Yaşama bir bütün olarak bakmak mümkün müdür? Acı çekmek, ıstırap, endişe, yalnızlık, işe gitmek, ev almak, seks, çocuklar, tüm bunlara ayrı ayrı aktiviteler olarak bakmak mümkün mü? Parçaları ve bu parçalarla nasıl özdeşleştiğimizi gözlemlemek mümkün mü? Düzeltmek değil, aşmak değil, kaçmak ya da bastırmak değil, yalnızca gözlemlemek. Yalnızca parçaları ele alıp bir şeyler yapmaya çalıştığınızda, daha fazla bölünmüşlük, daha fazla ayrılık ve daha fazla parçalar ortaya çıkacaktır. Yaşamın tüm hareketlerini bir bütün olarak, bütünsel olarak gözlemlediğinizde, yalnızca çatışma yok edici enerjisiyle birlikte ortadan kaybolmakla kalmaz aynı zamanda yaşama yepyeni bütünsel bir yaklaşım ortaya çıkar.

İnsanların günlük yaşamlarının bölük pörçük oluşunun farkında olup olmadıklarını merak ediyorum. Eğer farkındaysalar kendilerine şu soruyu soruyorlar mı? "Yaşamımı nasıl bir bütün haline getirebilirim?" 'Ben' dediğim varlık kim? Yaşamımdaki tüm bu bölünmüşlükleri bir araya getirerek birleştirecek olan kim? Bir araya getirecek olan varlık da bir araya getirmeye çalıştığım bütünün bir parçası değil mi? Düşüncenin kendisi de parça parça. Çünkü bilgi hiçbir konuda tam değildir. Bilgi birikmiş bellektir. Düşünce de bu belleğin tepkisidir ve dolayısıyla sınırlıdır.

Düşünce asla yaşamın bütünsel gözlemini sağlayamaz. Öyleyse kişi günlük yaşamımızdaki parçaları gözlemleyerek bütü-

nü görebilir mi? Kişi profesördür, öğretmendir, ev kadınıdır ya da dünyadan elini eteğini çekmiş bir sanyasidir. Tüm bunlar günlük yaşamın bölünmüşlükleridir. Kişi, kendi bölünmüş yaşamının, her birinin aynı ve çelişkili amaçları içinden bakarak tüm hareketi gözlemleyebilir mi?

Kişi, her şeyi gözlemci olmaksızın gözlemleyebilir mi? Gözlemci geçmiştir, anıların birikimidir. Geçmiştir ve bu zamandır. Geçmiş. kendi parçalarından birine bakıyordur, aynı zamanda geçmiş bir bellek olduğu için kendisi de daha önceki parçalanmışlıkların ürünüdür.

Kişi, zaman, düşünce, geçmişin anıları ve söz olmaksızın gözlemleyebilir mi? Çünkü söz geçmiştir. Söz bir şey değildir. İnsan daima sözlerin içinden, açıklamaların içinden bakıyor. Bunlar sözlerin hareketidir. Bu yolla doğrudan algılayamayız. Doğrudan algılama beyin hücrelerini dönüştüren bir iç görüdür. İnsan beyni, zaman içinde düşünmeye koşullanmıştır. Kısır döngü içindedir. Saf gözlem, beyin hücrelerinin yapısını dönüştürür, mutasyona uğratır.

Psikolojik zamanı yarattık. Düşüncenin ortaya çıkardığı bu içsel zamanda ustalaştık. Bu yüzden insanın yarattığı zamanın doğasını anlamalıyız; umut dediğimiz, başarı dediğimiz psikolojik zamanı. Niçin insanlar psikolojik zamanı, içsel zamanı (iyi olacağı zamanı; şiddet göstermediği zamanı; aydınlanmaya ulaşacağı zamanı; olağanüstü zihin halini yaşamaya çalıştığı zamanı; mutasyon zamanı) yarattı? Kişi bu zaman boyutu içinden hareket ettiğinde çelişkiyi ve çatışmayı davet eder. Psikolojik zaman çatışmadır.

Kişinin geçmiş, an ve gelecek olduğunu bilmesi büyük bir keşiftir, ki bu psikolojik bilgi olarak zamandır. Kişi bilincinde yaşam ile, uzakta bir zaman olan ölüm arasında ayrım yaratıyor. Kişi tüm sorunlarıyla yaşıyor ve ölümü, ileri bir zamana atılacak, geciktirilecek, kaçınılacak bir şey olarak görüyor, ölüm de

insan yaşamının bir parçası. Yaşamın tüm hareketini bütünsel gözlemek ölümü de yaşam gibi yaşamak demektir. Ama insan yaşama yapışıyor, ölümden kaçıyor, hatta ölüm hakkında konuşmak bile istemiyor. Böylesine bir yaklaşımla kişi yaşamını yüzeysel ve fiziksel olarak bölmekle kalmıyor, kendisini ölümden de ayırmış oluyor.

Ölüm nedir; yaşamın bir paçası değil midir? İnsan ölümden korkabilir, ölümden kaçmak ve yaşamı uzatmak isteyebilir ama daima sonunda ölüm vardır.

Yaşamak nedir? Yaşamak bilincimiz değil midir? Bilinç, içindekilerden oluşur. Ve içindekiler bilinçten farklı değildir. Bilinç insanın inandığıdır, batıl inançlarıdır, arzularıdır, açgözlülüğüdür, rekabetçiliğidir, bağımlılıklarıdır, acılarıdır, yalnızlığının derinliğidir, tanrılarıdır, törenleridir; tüm bunlar kişinin bilincidir, yani kendisidir. Ama bu bilinç kendisine ait değildir. Bu insanlığın bilincidir.

Birey dünyadır ve dünya bireydir. İnsan, bilincinin içeriğidir. Bu içerik tüm insanlığın ortak noktasıdır. Bu yüzden psikolojik olarak, içsel olarak kişi birey değildir. Dışsal olarak kişi birbirinden farklı görünebilir; beyaz, siyah, kahverengi, uzun, kısa, kadın, erkek olabilir ama içsel olarak benzerlik gösterir. Belki küçük farklılıklarımız var ama benzerliklerimiz incileri bir arada tutan ip gibidir. Yaşamın ne olduğunu anladığımızda ölümün ne olduğunu sorabiliriz.

Ölümden sonra ne olacağından daha önemli olan şey nedir? Sondan önce, son dakikadan çok önce yaşam nedir? Bu çelişkiler ve ilişkisizlik içindeki şeye mi yaşam diyoruz? Bu derin içsel yalnızlığa yaşam adını veriyoruz. Yaşam dediğiniz bu şeyden kaçmak için kiliselere, tapınaklara gidiyorsunuz, dua ediyor ve tapınıyorsunuz.

Bunların hepsi anlamsız. Bu ülkede harcayacak bol paranız varsa evliliğe yatırım yapıyorsunuz. Kendi bilincinizden, kendi

zihinsel durumunuzdan kaçmak için tüm oyun hilelerini biliyorsunuz. Ve buna yaşam diyorsunuz. Ve ölüm de son oluyor; bildiğiniz her şeyin sonu. Tüm bağımlılıklarınızın sonu, tüm biriktirdiğiniz ama yanınızda götüremeyeceğiniz paranın sonu; bu yüzden korkuyorsunuz. Korku yaşamınızın bir parçası. Kim olursanız olun ne kadar zengin ya da fakir olursanız olun ne kadar "yüksek" konumda olursanız olun ne kadar güç kazanırsanız kazanın ne kadar kurnaz ya da en aşağılık, sahtekar politikacı olursanız olun bir son var; ona ölüm deniyor. Ve bu ölüm denen şey ne?

"Ben" dediğimiz, tüm biriktirdiklerimiz, tüm acılarımız, yalnızlıklarımız, umutsuzluklarımız, göz yaşlarımız, kahkahalarımızdır; tüm bunların hepsi "ben"dir. "Ben"imin içinde yüksek bir ruh, atman, ebedi olan bir şey olduğuna inanabiliriz ama bunların hepsi düşünce tarafından yaratılmıştır ve düşünce kutsal değildir. İşte bu hayatınız; yapışıp kaldığınız, bağımlı olduğunuz "ben"iniz. Ve bunun sonu ölüm. Bilinenin korkusu, bilinmeyenin korkusu.

Bilinen yaşamımız ve bu yaşamdan korkuyoruz, bilinmeyen ölüm, ondan da korkuyoruz. Hiç ölümden korkan kadın ya da erkek gördünüz mü? Böyle bir kişiyi yakından tanıdınız mı? Ölüm, "ben" olan geçmiş, an ve geleceğin tümüyle yadsınmasıdır. Ölümden böylesine korktuğunuz için yaşanacak başka yaşamlar olduğunu düşünüyorsunuz. Reenkarnasyona inanıyorsunuz -çoğunuz buna inanıyorsunuz. Yaşamın ne olduğunu anlamayan insanlar tarafından yaratılan hoş, mutlu bir rahatlama yolu. Bu insanlar yaşamı, aralara biraz gülmenin ve hazzın serpiştirildiği, sonu gelmeyen acı, çatışma ve sıkıntı olarak görüyorlar. "Bir sonraki hayatta buluşacağız; ölümden sonra karımla/kocamla, oğlumla, tanrımla -yeniden- buluşacağım", diyorlar. Kim olduğumuzu ve neye bağımlı olduğumuzu anlamadan.

Neye bağımlıyız? Paraya mı? Eğer paraya bağımlıysan, para

sen, sen para oluyorsun, tıpkı çok değerli ve güzel antikalara bağımlı olan insanın kendisinin antika olduğu gibi. Neye bağımlısınız, bedeninize mi? Eğer gerçekten bedeninize bağımlı olsaydınız sağlıklı beslenir ve spor yapardınız. Ama yapmıyorsunuz. Yalnızca beden fikrine bağımlısınız; fikre ama gerçek enstrümana değil. Karınıza bağımlıysanız anılarınız yüzündendir çünkü o, sizin o ya da bu şekilde rahatınızı sağlıyor ama ölüm geliyor ve ayrılıyorsunuz.

Bağımlılıklarınızı çok yakından ve derinden gözden geçirmelisiniz. Ölüm hiç kimseye yanında bir şey götürme izni vermiyor. Beden yakıldıktan ya da gömüldükten sonra geriye kalan ne? Ölenin, evladı için bunca çabayla biriktirdiği parayı evlat nasıl olsa ölenin istemediği bir şekilde kullanacak. Ya da kişi, bilgisine, büyük yazar olmaya, şair ya da ressam olmaya mı bağımlı? Ya da sözler; hayatında büyük bir rol oynadığı için sözlere mi bağımlı? Yalnızca sözler. İnsanlar sözlerin arkasına bakmıyorlar. Sözlerin bir şey olmadığını, sembollerin realite olmadığını görmüyorlar.

Beyin, insan bilinci ölüm korkusundan özgür olabilir mi? Psikolojik zamanın ustası olan ölümle yaşayabilir. Ölümü kaçılacak, geciktirilecek, görmezden gelinecek bir şey olarak ayırmaz. Ölüm yaşamın bir parçasıdır. Kişi ölümle yaşayabilir ve sonun anlamını anlayabilir mi? Bu, yokluğun anlamını anlamak demek. Kişisel bağlılıklarına, kişisel inançlarına son vermek demek. Kişi yokluğu anladığında, sonu anladığında yepyeni bir şey vardır.

Kişi yaşarken tüm bağımlılıklardan kurtulabilir mi? Bu ölümle yaşamaktır. Ölüm sondur. Böylece yeni bir enkarnasyon vardır. Tümüyle yeni bir şeye yer vardır. Sonlar insan hayatında çok önemlidir. Sonların derinliğini ve güzelliğini anlamak gerçek olmayanları anlamak demektir.

Ölüm bir sondur ve yaşamda olağanüstü önemi vardır. İnti-

hardan, ötenaziden bahsetmiyorum. Ama kişinin bağımlılıklarına, gururuna, saldırganlığına, nefretine son vermesinden bahsediyorum. Kişi yaşama bütünsel baktığında, yaşam, ölüm, ıstırap, umutsuzluk, yalnızlık ve acılar tek bir hareket içinde görülür. Bütünsel bakan kişi ölümden tümüyle özgürleşir. Tabii ki fiziksel beden yok olacaktır. Son duygusu ve sürekliliğin olmadığı duygusu vardır. Bu da sürekli olmama korkusundan özgürleşmeyi getirir.

İnsan ölümün önemini anladığında, bu anlayışın ardında canlılık ve doyum vardır; bu kişi sıradan insan bilincinin dışındadır. Yaşamın ve ölümün bir olduğunu anladığınızda, ölümle yan yana yaşıyorsunuz demektir ki bu olağanüstü bir şeydir. Ne geçmiş, ne an, ne gelecek vardır, yalnızca son vardır.

6 Şubat 1982
Bombay-Hindistan

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir

İmaj ve Gözlem

Dünyada neler olup bittiğini birlikte gözlemleyelim -kendimizi, dinsel, milliyetçi ya da belirli bir bakış açısıyla sınırlamadan. İnsanlar neden böylesine vahşet ve şiddet dolu, milliyetçilik ve mezhepçiliğe tapınır hale geldiler? Dinler çeşit çeşit mezhepleriyle, çeşit çeşit peygamberleri ve gurularıyla, farklı yorumları ve geleneksel yapılarıyla tüm anlamlarını yitirdiler.

Gözlem bir karşı çıkış değildir. Gözlem analiz de değildir. Gözlem, ideolojik ve bireysel bakış açısının çarpıtması olmaksızın net olarak olduğu gibi görebilmektir. Gözlem, hem içseli (psikolojik yaşamımızı) hem dışsalı (gerçekten olan biteni) aynı anda görebilmektir. İnsanlar binlerce yıldır acı çekmeyi, psikolojik ıstırabı, endişeyi, kararsızlığı ve korkuyu yaşamayı sürdürüyorlar. Ne içsel ne dışsal güven hissediyorlar.

İnsanların dışsal olarak yarattıklarıyla iç dünyalarında hissettikleri arasında bir ayrım yoktur. İçsel ve dışsal hareket gelgit dalgaları gibi aynı harekettir. Bu sürüp giden tek hareketi anlayabilmek için birlikte bilincimizi gözden geçirelim. Neden böyleyiz? Neden birbirimize vahşice davranıyor ve gerçek ilişki kuramıyoruz? Sürekli çatışma içinde yaşıyor, acı çekiyoruz ve dinler yaşamımızı anlamlı kılmaya yetmiyor.

İnsanın radikal bir değişim olasılığı var mıdır? Yüzeysel değişimden, fiziksel devrimden bahsetmiyoruz. Bunların hiçbiri insanın psikolojik doğasında köklü bir değişime neden olmadı.

İnsanın dönüşümünde bilginin yeri nedir? Ya da bu dönüşümde hiç yeri var mıdır? Bilgi, günlük yaşamda teknolojik ve bilimsel dünyada gereklidir. Ama psikoloji dünyasında?

Bilgi deneyimlerin birikimidir yalnızca bireysel deneyimin değil, gelenek denilen geçmişteki deneyimlerin de birikimidir. Gelenek, nesilden nesle her birimize aktarılmıştır. Yalnızca bireysel psikolojik bilgiyi biriktirmekle kalmadık, aktarılan psikolojik bilgiyle binlerce yıldır koşullandırıldık. Eğer psikolojik, içsel olarak herhangi bir şekilde koşullanma varsa gerçek bulunamaz. Gerçeğin yolu yoktur. Ancak koşullanmadan tümüyle özgür olunduğunda gerçeğe varılır.

Çoğu insan koşullanmanın insan için kaçınılmaz olduğunu ve bundan asla kaçamayacağını kabul eder. Elinden gelen en fazla şeyin koşullanmayı uyarlamak olduğuna koşullanmıştır. Batı düşüncesi bu konumu savunur:

"İnsan, zaman, evrim, genetik, toplum, eğitim ve din tarafından koşullanmıştır. Bu koşullanma uyarlanabilir ama insan asla ondan özgür olamaz."

Tarihten örnekler vererek bu konumu savunurlar. İnsanın sürekli mücadele etmek zorunda olduğunu, bu koşullanmadan kurtuluş olmadığını söylerler.

Bizim söylediğimiz oldukça farklı. Bu koşullanmanın tümüy-

le yok edilebileceğini ve insanın özgürleşebileceğini söylüyoruz. Öncelikle bireysel bilinç dediğimiz şey gerçekten bireysel mi yoksa insanlığın ortak bilinci mi? Bu konuda bana katılmayabilirsiniz. Reddetmeyin, gözlemleyin. Sizden tolerans da beklemiyorum, tolerans sevginin düşmanıdır. İnsanlık bilinci, acılar, anılar, milliyetçi tutumlar, inançlar, tapınmalar, umutsuzluklar, çelişkiler, mücadeleler, her türlü mantıksız batıl inançlarla dolu. Bu, tüm insanlığın ortak noktası; ister Asya'da ister Batı'da olsun.

Kendinizi "bireysel" bilincinizle özdeşleştirmeniz bir illüzyondur. Bu, insanlığın paylaştığı bilinçtir. Siz yaşamınız boyunca bir birey olarak kendinizi tüm diğer insanlardan ayrı görerek mücadele ettiniz. Kendi bilincinizin insanlık bilinci olduğunun farkına vardığınızda bu, sizin birey değil insanlık olduğunuz anlamına gelir. Kendi özel yetenekleriniz, eğilimleriniz, takıntılarınız olabilir ama siz tüm insanlarla aynı bilinci paylaşıyorsunuz. Bilinciniz binlerce yıllık düşüncenin ürünü. Düşünce yaşamınızda daima çok önemli oldu. Düşünce modern teknoloji yarattı, savaşları yarattı, düşünce insanları milliyetlere ayırdı, farklı dinler yarattı, düşünce olağanüstü güzellikte katedraller, tapınaklar, camiler vb. mimari eserler yarattı. Din adı altında ayinler, ritüeller ve dualarla oluşan sirki düşünce yarattı.

Bilinç düşüncenin aktivitesidir. Dünyadaki olağanüstü karmaşayı yaratan düşüncedir. Yakın ya da resmi ilişkilerimizde düşünce rol oynar. Korkunun kaynağı düşüncedir.

Düşüncenin hareketlerini gözlemek meditasyonun bir parçasıdır. Meditasyon, bir takım sözcüklerin sabah, öğle, akşam tekrarlanması değildir. Meditasyon yaşamın bir parçasıdır. Meditasyon düşünce ile sessizliğin ilişkisinin keşfidir; düşüncenin zamansızla olan ilişkisidir. Meditasyon, ölümün olduğu gibi, sevginin olduğu gibi yaşamınızın bir parçasıdır.

Size bildik bir soru sorulduğunda hemen yanıtlarsınız. Adı-

nız sorulduğunda anında yanıt verirsiniz çünkü adınızı çok tekrarlamışsınızdır ama karmaşık bir soru sorulduğunda soruyla yanıt arasında bir ara vardır. Bu arada düşünce araştırır ve sonunda bir yanıt bulur. Fakat size sorulan -karmaşık- soruyu "bilmiyorum" diye yanıtladığınızda düşünce sona erer. Çok az kişi "bilmiyorum" deme cesaretine sahiptir. Çoğu biliyormuş gibi davranır. Büyük olasılıkla çoğunuz tanrıya inanıyorsunuz. O sizin son umudunuz, son doyumunuz, en uç noktadaki güveneceniz. Kendinize ciddi bir şekilde ve dürüstçe sorun: Tanrıyı gerçekten biliyor musunuz, yoksa gerçekten inanıyor musunuz? Eğer dürüstseniz bu soruyu, "Gerçekten bilmiyorum", diye yanıtlarsınız. İşte o zaman zihniniz gözlemlemeye başlar.

Beyinde bellek olarak depolanan deneyim birikimi bilgidir. Düşünce bu bilginin reaksiyonudur. Düşünce maddesel bir süreçtir yani düşüncede kutsal olan bir şey yoktur. Kutsal olarak tapındığımız imajlar da düşüncenin bir parçasıdır. Düşünce daima bölücü, ayırıcıdır, parça halindedir. Ve bilgi hiçbir şey hakkında asla tam değildir. Düşüncenin daima bölücü olması bellekten kaynaklanmasındandır. Tüm hareketlerimiz düşünceden kaynaklanır, bu yüzden tüm hareketlerimiz sınırlı, bölünmüş, eksiktir. Asla bütünsel olamaz. İster en büyük dahinin, ressamın, müzisyenin, bilim insanının düşüncesi olsun, ister günlük yaşamımızdaki küçük düşüncelerimiz, daima sınırlı ve bölünmüştür. Düşünceden doğan her türlü hareket çatışma getirir. Düşünce güven arayışı içinde milletler, mezhepler ayrımını yaratır. Savaşları yaratan bu güven arayışıdır. Güven arayışı düşüncenin aktivitesi olduğu için düşüncede güven yoktur.

Bilincimizin içeriği düşüncedir. Düşünce bilincin yapılanmasında korkuyu ve inancı yaratmıştır. Bilincimizin içeriğini tümüyle sildiğimizde yepyeni bir boyut ortaya çıkar. Yalnızca bu boyutta yaratıcılık olabilir. Yaratıcılık bilincin içeriğinde yer almaz.

Kadın erkek ilişkisinde neden böylesine çatışma ve ayrım var; bunu sorgulamak önemlidir çünkü insan ilişki içinde var olur. Himalaya'nın tepesinde mağarada yaşayan bir rahip bile ilişki içindedir. İnsanların ilişkilerde neden başarılı olamadıklarını, acı, kıskançlık ve endişe duyduklarını gözlemlemeliyiz. Gözlem analiz değildir. Ama çoğumuz analiz etmeye alışkınız.

Evli olsun ya da olmasın, iki insan psikolojik olarak buluşuyorlar mı? Fiziksel olarak yatakta buluşabilirler ama içsel olarak her birinin kendi yaşamları, kendi doyumları, kendi ifadeleri var. İlişkide olduklarını söylüyorlar ama bu doğru değil, dürüst değil. Çünkü her birinin kendisi hakkında bir imajı var. Bu imajın yanı sıra birlikte olduğu kişi hakkında da bir imajı var. Gerçekte iki ya da daha çok sayıda imaj var. Erkek kadın hakkında bir imaj yaratıyor, kadın erkek hakkında bir imaj yaratıyor. Bu imajlar hatırlanan reaksiyonlarla oluşuyor.

Erkeğin kadın hakkındaki imajı ve kadının kendisi hakkındaki imajı çatışma içinde olduğu için ilişkiyi yok ediyor. Kişinin kendisi hakkındaki imajı yaralanmayı getirecektir. Kişi çocukluktan üniversiteye kadar ve yaşamı süresince sürekli yaralanacak, incinecektir. İncinmemek için de adım adım yalnızlığa gömülecektir. İnsanın incinmesini de, övülme ihtiyacını da kendisi hakkında oluşturduğu imaj yaratır.

Ama insanların çoğu kendileri hakkında oluşturdukları imajda, düşüncenin yarattığı imajda güven bulmaya çalışırlar. İmajın olmadığı ilişkide çatışma da yoktur.

Kendi imajınızın farkında mısınız? Ve bu imaja bir son vermek istiyor musunuz? Yoksa bu imaja nasıl son veririm diye soracak mısınız? "Nasıl" sorusu, birisinin size ne yapmanız gerektiğini söylemesi anlamına gelir. Bu birisi, uzman, guru ya da lider olabilir. Ama ömrünüz boyunca, uzmanlarınız, psikologlarınız oldu ve sizi değiştiremediler. "Nasıl?" diye sorarak imajdan özgür olamazsınız. Karşınızdakinin ne söylediğine tüm farkın-

dalığınızı verdiğinizde özgür olabilirsiniz. Eşiniz ya da arkadaşınız kötü bir şey söylediğinde, o anda tüm farkındalığınızı verirseniz, bu farkındalığın içinden asla imaj yaratılmaz. O zaman yaşam tümüyle farklı bir anlam kazanır.

Çoğumuz zihnimizin derinliklerinde korkularla doluyuz: gelecek korkusu, geçmiş korkusu, anın korkusu, ölüm korkusu vb. Korku birçok dalları olan kocaman bir ağaç gibidir. Yalnızca dalları kesmek yetmez, korkunun köküne inmelisiniz.

Korkunun nedenlerinden biri kıyaslamadır; kendinizi bir başkasıyla kıyaslama. Kendinizi ne olduğunuzla ne olmanız gerektiği arasında kıyaslarsınız. Kıyaslamanın amacı taklit etmek ve uyum sağlamaktır. Hiç kendisini birisiyle psikolojik ve fiziksel olarak kıyaslamayan var mı?

Kültürümüz ve eğitim sistemimiz sürekli olarak bizi bir şey olmaya yönlendiriyor. Fakir insan zengin olmak istiyor, zengin insan daha fazla güç sahibi olmayı istiyor. Dinsel ve toplumsal konumda da aynı istekler geçerli. Bu isteklerde kıyaslama var; kıyaslamanın olduğu yerde de korku.

Korkunun bir diğer nedeni arzudur. Arzunun olduğu yerde mutlaka çatışma, rekabet, mücadele vardır. Dinler daima "arzunuzu bastırın", der. Monklar (dindar geçinen değil, gerçekten kendisini bir çeşit dinsel kuruma adamış kişiler) arzularını, bir sembol adına, bir kurtarıcı adına "yüce arzulara" dönüştürmeye, kanalize etmeye çalışırlar. Ama arzu yaşamımızda çok büyük bir güçtür. Arzularımızı bastırmaya, yerine başka şeyler koymaya, rasyonalize etmeye, kaynağını bulmaya çalışırız.

Çoğumuz her şeyin bize açıklanmasını sözlerle ya da bir şemayla gösterilmesini isteriz. Böylece anladığımızı sanırız. Açıklamaların esiri haline geldik. Asla arzunun hareketinin ne olduğunu kendimiz anlamaya çalışmıyoruz. Arzunun açıklanması ile arzunun hareketi arasında, gerçek bir dağ ile kanvasın üzerindeki dağ resmi kadar fark vardır.

Arzu duyulardan kaynaklanır. Örneğin; görme duyusuyla düşünce bir imaj yaratır. Görme duyusunun yarattığı bu düşünce hareketi arzunun başlangıcıdır. Güzel bir araba görürsünüz, düşünce sizin bu arabanın içinde olduğunuza dair bir imaj yaratır ve bu imaj arzunun başlangıcıdır. Eğer hiçbir duyunuz olmasaydı paralize olurdunuz. Duyular aktif olmalı. Saf farkındalık içindeki zihin, tüm duyuları aynı anda kullanır. Böylesine bir farkındalık kişinin anda yoğunlaşmasını sağlar. Günbatımını seyreden bir kişinin, manzaranın tüm güzelliğini yaşadığı anda günbatımı hakkında bir imaj yaratmaması gibi. Böyle bir anda gözlemleyenle gözlenen birdir. Yalnızca bir ya da iki duyu kullanıldığında ise bölünme, ayrım ortaya çıkar. Ayrımın olduğu yerde de "ben" ve gözlenen vardır. Kişi tümüyle farkındalık içinde olduğunda duyuların hareketine düşünce giremez. Bu da içsel farkındalık ve disiplin gerektirir.

Korkunun bir başka faktörü de zamandır. Burada dün, bugün, yarın gibi dışsal zamanı değil, psikolojik zamanın dün, bugün, yarınını kastediyoruz. Bir hareket olarak zaman durmaz ama psikolojik zamanın doğası anlaşıldığında zamandan ve zamanın esiri olmaktan özgürleşiriz.

Kıyaslama, arzu ve zaman korkunun faktörleridir. Korkunun hareketini gözlemlediğinizde korku sona erer. Ve gözlemlenen gözleyenden ayrılmaz.

27 Mart 1981
New York-A.B.D.

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir

Bilincin Krizi

Bizim dışımızda olan bitenler içimizde olup bitenleri anlamak için bir ölçüdür. Amerikalı, Arjantinli, İngiliz, Rus ya da Asyalı olmadan dünyayı gözlemlemeye çalışalım. Kişi dünyayı dolaştığında her yerde ayrımcılık, uyuşmazlık, karmaşa, güvensizlik görüyor. Her yanda bir çeşit savaş var, savaşa hazırlık var, silahlanma üzerine sınırsız harcama var. Bir ülke diğer bir ülkeyle arasındaki savaş olasılığı nedeniyle sürekli savaş hazırlığı içinde. Dünya uluslara ayrılmış. Ulusal şeref madalyası uğruna milyonlarca insan gönüllü bir şekilde başka uluslardan insanları öldürmekten gurur duyuyor. Diğer tarafta da dinsel ve mezhepsel ayrımlar var: Katolik, Protestan, Hindu, Müslüman, Budist. Bunların yanı sıra guruların ardında geniş tarikatlar var. Katolik ve Protestan dünyasında dinsel otorite olarak kilise var, İslam

dünyasında da otorite olarak kitap var. Tüm bu ayrımlar içinde kişiler belirli bir ulusa ya da dine bağımlı olarak içsel ve dışsal güveni bulmayı umuyorlar.

Dünyada bu fenomenler olup bitiyor ve biz tüm bunların bir parçasıyız. Yalnızca tek tek insanlar değil, bir ideoloji, bir inanç etrafında toplanan gruplar da yalnızlaşıyor. Bu yalnızlık, totaliter ülkelerde de, kendisini demokratik olarak nitelendiren ülkelerde de aynı. İdealler, inançlar, dogmalar ve ritüeller insanlığı ayırıyor. Dış dünyada bu olup bitenler bizim psikolojik içsel dünyamızın sonucudur. Biz insanlar yalnızlık içindeyiz ve dış dünya her birimiz tarafından yaratılıyor.

Her birimizin kendi işi, kendi inancı, kendi deneyimleri ve sonuçları var. Bunlara sımsıkı sarılıyoruz ve böylece kendi yalnızlığımız içine gömülüyoruz. Bu benmerkezci aktivite dışarıda milliyetçilik ve dinsel sekterlik olarak ifade buluyor. Grup, Katolik dünyası gibi yedi yüz milyon insandan oluşsa bile grup bireylerinin yalnızlığını gidermeye yetmiyor. Milliyetçilik allanıp pullanmış aşiretçilikten başka bir şey değil. Her aşiret bir diğer aşireti inançları, toprağı, ekonomik çıkarları uğruna öldürmeye hevesli ve hazır. Bunları hepimiz biliyoruz, eğer biraz radyo dinliyor, gazete okuyor, biraz televizyon seyrediyorsak.

İnsanların çoğu bunun değişmeyeceğini binlerce yıldır dünyada bunların olup bittiğini ve asla insan yapısının değişmeyeceğini söylüyor. Belki insanın biraz değişebileceğini ama temel yapının asla değişmeyeceğini söylüyor. Bu tür düşünceyi kabul eden insanlar, dünyanın dört bir yanında sosyal reformlar yapmaya çalışıyorlar. Ama bu reformlar insan bilincinde derin, temel mutasyonlara yol açmıyor. Dünyanın durumu bu.

Dünyaya nasıl bakıyoruz? İnsan olarak tepkimiz ne? Sadece birbirimizle değil, dış dünyayla gerçek ilişkimiz ne? Sorumluluğumuz ne? Bunu politikacılara mı bırakacağız? Yeni liderler, yeni kurtarıcılar mı arayacağız? Yoksa eski geleneklere mi geri dö-

neceğiz? Çünkü insanlar bir sorunu çözmeyi başaramayınca geçmişte alışkın oldukları eski geleneklere geri dönerler. Dünyada karmaşa arttıkça eski illüzyonlara, eski geleneklere, eski liderlere, eski kurtarıcılara geri dönme arzusu ve dürtüsü de artar.

Eğer kişi tüm bunların farkındaysa, ki olmalı, bu dünyada olup bitenlere, parçalara değil de bütüne tepkisi ne olacaktır? Kişi sadece kendi paçasını kurtarmakla mı ilgili yoksa tüm insanlığın varoluşuyla mı? Eğer kişi, ne kadar sıkıntılı, ne kadar sınırlı, ne kadar acı, üzüntü dolu olursa olsun yalnızca kendi yaşamıyla ilgileniyorsa o kadar bütünün bir parçası olduğunun farkında değildir. Kişi hayata Amerikan ya da Asya yaşam tarzı olarak değil, bir bütün olarak bakmalı. Kişiler yalnızca kendi sorunlarıyla meşgul; para sorunu, işsizlik, doyum peşinde koşma, mutluluk arayışı, korku, yalnızlık depresyon ve acı içinde, bir kurtarıcı arıyor. Bu Batı dünyasında iki bin yıldır sürüyor. Asya dünyasında da aynı şey değişik sözler ve sembollerle kendisini gösteriyor. Ama bireyin kurtuluş, mutluluk sorunlarını çözme anlayışı aynı. Çeşit çeşit uzmanlar var. Ama uzmanlar da başarılı değiller.

Bilim insanları teknolojiyi geliştirdiler, hastalıkları azalttılar, telekomünikasyonu yaygınlaştırdılar ama aynı zamanda öldürme teknolojisini de olağanüstü geliştirdiler. Silahların şu anda milyonlarca insanı bir anda öldürme gücü var. Uzmanlar savaş hakkında konuşurken, insanların ölümünden bahsetmiyor, şurayı burayı bombaladık, şu ya da bu askeri hedefi yok ettik diye konuşuyorlar. Dünyaya tam bir karmaşa hakim. Bir süre önce bir arkadaşım bana şöyle dedi: "Hiçbir şey yapamazsın boşuna kafanı duvarlara vurma, böyle gelmiş böyle gider, yaşamını ve zamanını boşa harcama." Dünyanın geleceği bir delinin düğmeye basmasına bağlı. Bilgisayar insanın kapasitesini elinden alıyor, daha çabuk ve daha doğru düşünüyor. Peki insana ne olacak?

Kişi çocukluktan itibaren okullarda eğitilerek bir çeşit uzmanlık kazanıyor, bir iş sahibi oluyor, ömür boyu bu işte çalışıyor ve ölüyor. Bu karamsar bir görüş değil, olan bu. Peki insan ne yapsın? Manastıra mı kapansın? Bir komün mü oluştursun? Asya'ya gidip Zen meditasyonunun peşinden mi koşsun? Bu kriz bilincin krizi, içimizdeki kriz. Şöyle bir söz vardır: "Düşmanı gördüm; düşman benmişim."

Kriz, ekonomi, savaş, bomba, politikacı, bilim insanı sorunu değil. Kriz içimizde, kriz bilincimizde. Bilincimizin doğasını anlayana kadar daha fazla sefalet, daha fazla karmaşa, daha fazla dehşet yaratmaya devam edeceğiz. Sorumluluğumuz, kendimizin dışında, beklentisiz, politik, ekonomik, toplumsal bir davranış geliştirmek değil, varlığımızın doğasını anlamaktan geçiyor; bu güzel gezegende biz insanların nasıl bu hale geldiğini anlamaktan geçiyor. Çocukluğumuzdan beri her birimizin ayrı bir ruha sahip olan bireyler olduğumuza koşullandık. Her birimizin ayrı ad ve şekli olduğu için böyle düşünüyoruz. Tüm dünya bize dinsel ya da başka yollarla ayrı bireyler olduğumuzu öğretiyor. Bu kavramdan, bu illüzyondan yola çıkarak her birimiz kendi beklentilerimizin peşinden koşuyoruz. Bu yüzden birbirimizle rekabet ediyor, birbirimizle savaşıyor ve bu ayrılığı korumak için milliyetçiliğe, aşiretçiliğe sığınıyoruz. Ama biz kendi aşiretimiz içinde güven, doyum, bütünsellik bulmaya çalışırken düşmanımız olan aşiret de aynı duyguları taşıyor. Ve savaş, çatışma ortaya çıkıyor. Bu dünyada yaşamak istiyorsanız, bu dünyanın, senin, benim değil, bizim dünyamız olduğunu anlamalısınız. Bizim dünyamızda, ırkçılık, milliyetçilik, dinsel ayrım olamaz. Bu dünyada sadece insan varoluşu var. Senin ya da benim hayatım değil, tek bir hayat var.

Kişi yaşamı boyunca inancı doğrultusunda bilgi ve deneyim biriktiriyor ve birikim gittikçe önem kazanıyor, birikim önem kazandıkça kişinin ona bağımlılığı artıyor. Kişi inancın insanla-

rı ayırdığını, parçaladığını bilse de inancından vazgeçemez. Çünkü inancın kendine özgü bir canlılığı vardır. İnançlara sığınmak kişiye belli bir güven verir. Kişi tanrıya inanır ve bu inançta güç bulur ama tanrı insan tarafından yaratılmıştır. Tanrı kendi düşüncelerimizin yansımasıdır. Kendi umutsuzluğumuzun, kendi çaresizliğimizin, kendi acizliğimizin, zıddının yansımasıdır. İnançlarla dolu bir zihin sağlıksız bir zihindir. İnsan inançlardan özgür olabilir mi? kişi bu inançlardan ikna yoluyla uzmanlar yoluyla özgür olamaz. Zihnin derinliğine kendisinin girmesi gereklidir.

Çocukluğumuzdan itibaren yaşadığımız anne babalarımızdan başlayan psikolojik incinmeleri ele alalım. Bu incinmeler, rekabet ve kıyas sonucu okul yıllarımızda da devam eder. Bu incinmeler yaşam boyu sürer. Kişi bilinçli olarak bilmese de tüm insanların derinden incindiğini bilir. Bu incinmelerden çeşit çeşit nevrotik davranışlar ortaya çıkar. Tüm bu incinmeler bilinçtedir, kimi gizli olarak kimi farkında olarak. Kişi incindikçe etrafına duvar örer ve daha fazla incinmemek için ilişkilerden kaçınır. Burada korku ve gittikçe artan yalnızlık vardır. Kişinin geçmişteki incinmelerden özgür olması ve asla bir daha incinmemesi münkün müdür? Ama katılaşma, duyarsızlık, umursamazlık ve ilişkilerden kendisini soyutlama yoluyla değil.

İncinme nedir? "Ben incindim" denildiğinde "ben" kimdir? Çocukluğundan itibaren kişi kendisi hakkında bir imaj geliştirmiştir. Kişinin çeşit çeşit imajı vardır. İnsanların kendisi hakkında oluşturduğu imaj ve kendisinin kendisi hakkında oluşturduğu imaj. Amerikalı olmak, Hindu olmak, uzman olmak bir imajdır. "Ben", kişinin kendisi hakkında oluşturduğu imajdır. "Önemli" ya da "iyi" insan olarak incinen imajdır. Kişi kendisi hakkında büyük konuşmacı, yazar, ruhsal lider imajına sahip olabilir. Bu imajlar kişiyi oluşturduğu için kişinin incindiğini söylemesi imajın incindiği anlamına gelir. Kişi imajını, aptal olmadığı şek-

linde inşa etmişse, birisi kendisine aptal dediğinde "ben" incinir. Kişi, imajı ve incinmeyi ömrü boyunca taşır; daima, incinebileceği endişesiyle insanlarla arasına mesafe koyarak, kendisine aptal denebileceği ya da aptal yerine konulabileceği durumlardan kaçarak. Kişi bu incinmeden kaçmak için "bir şey" olarak doyuma ulaşmaya çalışır. Ve kişi incinmemek için olmak istediği kişi olmaya çalışarak kendisini kıyaslamaya başlar. Kişinin kendi hakkında bir imajı varsa ve biri ona aptal diyorsa anında reaksiyon gösterir. Ani tepkilerinize dikkat edin. Kişiye aptal denildiğinde söyleneni tüm farkındalıkla dinliyorsa tepki göstermez. İmajı ve tepkiyi harekete geçiren dinlememektir. Diyelim ki benim, kendi hakkımda tüm dünyayı dolaştığım vb. için bir imajım var. Sen geliyorsun ve diyorsun ki; "sen diğer guru, diğer lider, diğer öğretmen kadar iyi değilsin, aptalın tekisin." Bu söyleneni tüm farkındalığımla dinlerim. Tüm farkındalık verildiğinde tepki oluşmaz. Dikkatsizlik tepki yaratır. Tembel bir zihin, karmaşık, rahatsız, nevrotik, hiçbir şeyle gerçekten yüz yüze gelmemiş, hiçbir şekilde kapasitesini kullanmamış bir beyin, böylesi bir farkındalığı gösterebilir mi? Tüm farkındalığın olduğu yerde aptal sözü önemini tümüyle yitirir. Çünkü farkındalığın olduğu yerde tepki olmaz.

1 Mayıs 1982
Ojai-A.B.D.

Yaratıcı Zeka

Yaşamda yalnızca sonuçlara önem veren bir eğilimimiz var. Psikolojik olarak sürekli sonuçları değiştirmeye ya da uyarlamaya çalışıyoruz. Bu sonuçların nedenlerini derinlemesine araştırmıyoruz. Tüm düşüncelerimizin ve davranışlarımızın bir nedeni, bir kaynağı, bir amacı var. Eğer bu neden ortadan kalkmış olsaydı ne olacaktı?

Sözlerin doğru mu, yanlış mı olduğunu araştırmak zekaya bağlıdır. Zeka, yanlışı ortaya çıkarmayı ve onu tümüyle reddetmeyi amaçlar. Çoğumuzun kendimizden bir şekilde üstün gördüğümüz insanların düşüncelerini olduğu gibi kabul etmeye ve izlemeye eğilimi var. Zihnimiz ve beynimiz bir şeylerin peşine takılmaya koşullanmış. Örneğin, üniversitede öğrenci profesörünün uzmanı olduğu konuda söylediklerini peşinen doğru ka-

bul eder. Çünkü konusuna bizden daha fazla vakıftır. Ama bizim burada kastettiğimiz böyle bir düşünce takipçiliği değildir. İnsanların karmaşık sorunlarının içine dalmak için kendi gözlemlerinize, kendi enerji ve araştırma yeteneğinize ihtiyacınız var. Eğer bu konuda da (insan sorunları konusunda) bir uzmanın söylediklerini kabullenmekle yetiniyorsanız, aslında peşinden gittiğiniz şey uzman hakkında yarattığınız imajdan ya da sözlerin sembolik anlamlarından başka bir şey değildir.

Birlikte zekanın ne olduğunu araştıralım. Düşünce, düşündüklerimiz, davranış şekillerimiz içinde yaşadığımız toplumsal, ahlaki ya da gayri ahlaki dünya zekanın aktivitesi midir? Zekanın faktörlerinden biri yanlışın doğasını araştırmaktır. Çünkü yanlışı anlamak illüzyonun farkına varmaktır. Gerçeğin olduğu yerde zeka vardır.

Zekanın bir nedeni var mıdır? Düşüncenin bir nedeni vardır. Geçmişteki deneyimler, geçmişteki veri ve bilgi birikimi düşüncenin nedenidir. Bu bilgi asla tam değildir. Cehaletle el ele gezer. Ve cehaletle yapılanmış bu tür bilgi temelinden düşünce doğar. Düşünce daima sınırlı, parçalı ve yanlıdır, çünkü bilginin ürünüdür. Ve bilgi de hiçbir zaman asla tam ve bütün olamaz. Düşünce daima eksik, yetersiz ve sınırlıdır. Sınırlılığın farkında bile olmadan düşünceyi sürekli kullanırız. Sürekli düşünce üreterek yaşar, sonra da düşüncenin yarattıklarına taparız. Düşünce savaşları yarattı, savaş aletlerini yarattı, savaş terörünü yarattı. Düşünce tüm teknolojik dünyayı yarattı. Peki, aktivitesi kıyaslama, tanımlama, özdeşleşme, doyum ve güvence arama olan düşünce zeka mıdır? Geçmişten bugüne, bugünden yarına süren düşünce hareketi zamanın hareketidir. Kendisini istediği yönde çarpıtarak uyum yeteneğine sahip bu tür düşünceyi insan haricinde hiçbir hayvan kullanmaz.

Görüldüğü gibi düşüncenin nedeni vardır. Ev inşa etmek, araba kullanmak, güçlü olmak, tanınmış olmak vb. istekler dü-

şüncenin nedenleridir. Bu, düşüncenin görünen yanıdır. Görünenin derinine dalmak oldukça zordur. Ama önce görünen konusunda çok net olmalıyız. Daima bir neden ve sonuç vardır. Sonuç hemen ya da gelecekte görülebilir. Nedenle sonuç arasında zaman vardır. Geçmişte doğru olmayan bir hareketin sonucunu kişi anında da ödeyebilir, beş yıl sonra da. Yani nedeni takip eden sonuç bir saniye sonra da, yıllarca sonra da ortaya çıksa zamanın bir hareketidir. Peki zeka bir zaman hareketi midir? Düşünün, inceleyin. Amacımız sözsel açıklama yapmak değil, gerçeği algılamaktır.

Şimdi bir ütopik kavramı değil, nasıl davranacağımızı belirleyen bir ideolojik yaklaşımı değil, günlük yaşamımızın çeşitli boyutlarını inceleyeceğiz. Yaşamlarımızı incelerken, senin yaşamını, benim yaşamımı değil, insanlığın yaşamını inceleyeceğiz. Yaşam çok büyük bir harekettir. Bu hareketi parçalara ayırarak bireysel kişilikleri ortaya çıkardık.

Sonucu ortadan kaldırmak için nedeni ortadan kaldırmak gerekir. Kişinin öksürmesinin ve kan kaybetmesinin nedeni tüberküloz ise, tüberküloz tedavi edildiğinde sonuçları da ortadan kalkacaktır. İnsanların yaşamı neden sonuç hareketlerinden ibarettir. Beni översin, bundan hoşlanırım ve ben de seni överim. Bana, hoşuma gitmeyen bir şey söylersin senden nefret ederim.

Peki nedensiz bir yaşam biçimi var mıdır? Ama öncelikle bir şeyi sona erdirirken ortaya çıkacakları anlamamız gerekir. Kişi bir başka şeyi başarmak için kızgınlığına ya da açgözlülüğüne son verebilir. Bu son verme kişiyi başka bir nedene götürür. Son verilen şey ne? Son verme de bir başka şeyin devamı mı? Bir şey sona erdiğinde bir başka şey başlar. Bu da aynı şeyin bir başka formudur. Bu konuya derinlemesine girmek için "zıtların" çelişkisini, "dualitenin" çelişkisini anlamak gerekir. Açgözlü olan biri çeşitli toplumsal ya da ekonomik nedenlerle açgözlülüğüne son vermek zorunda kalabilir. Bu son vermede kişi bir baş-

ka şey ister. O zaman bu yeni istediği şey bir neden olur. Bu yeni şey de açgözlülüğünün sonucudur. Açgözlülüğü sona erdirmede kişi sadece onun yerine bir başka şey koymuştur. Kişi, hayvansal doğasından dolayı şiddet dolu olabilir. Ama şiddeti aptalca bulduğu için ona son vermek isteyebilir. Şiddete son vermek çabasıyla içinde şiddetin gölgesi bulunmayan şiddetsizlik alanı bulmaya çalışır. Ama kişi aslında şiddete son vermemiştir. Bir duyguyu bir başka duyguyla değiştirmiştir ama prensip değişmemiştir.

Yaşamımız çelişki içinde, bilincimiz çelişki içinde, karmaşa ve zıtlıklarla dolu. Bilincimiz düşüncenin ürünü. Düşüncemiz nedenlere endekslenmiş olduğundan bilincimiz de nedenlere endekslenmiş. Yaşamımızdaki çelişkiler, sınırlılıklar, şekilcilikler kendi içindeki zıtlıklarla ortaya çıkan çeşitli sonuçlar; bunların hepsi nedenin hareketidir. Kişi nedeni iradesi ile düzenli hayat yaşama arzusu ile sona erdirebilir mi? Kişinin hayatının düzensizliğini fark ederek düzenli hayat yaşama arzusu nedensellik zincirinin bir parçası olduğu için bu mümkün değildir.

Düzen nedir? "Yanlış" yapanları engellemek amacıyla çeşitli deneyimlere, yargılara, gereksinmelere dayalı bir yasa düzenlemesi vardır. Toplumsal düzen, etik düzen, politik düzen bir nedenden kaynaklanır. Yaşamımızın düzensiz olmasının şekilcilikten, körü körüne kabul etmekten ve körü körüne takip etmekten, kendi isteklerimizi reddederek, başkalarının isteklerini kabullenmekten kaynaklandığını görebiliyor muyuz? Zıtlar arasındaki çelişkiler düzensizlik yaratır. Çünkü bir düşünce şeklini düzen olarak kabul ettiğimizde zıddını da düzensizlik olarak kabul ederiz. Zıtların nedeni yine kendi zıddındadır. Nefret etmemek isteyen ama nefret eden kişinin nefret etmeme isteği de nefretinin sonucudur. Kişi de nefret olmasaydı zıddı da olmayacaktı.

Düşünce karmaşa yaratır. Düşünce dünyada milliyetçilik ve dinsel inançlar yoluyla karmaşa, düzensizlik yarattı. Yahudi'nin

inandığına Arap inanmıyor. Tüm inançlar, doğası bölücü, ayırıcı olan düşüncenin aktiviteleridir. Kendisi parça olan bir şey birliği nasıl getirebilir? Kendisi parça olan bir şey bütünü nasıl görebilir? Kişinin bilinci tümüyle düzensizlik halinde olduğu için kişi düzen isteyerek çelişkilerini sona erdirebileceğini umut eder. Ama düzeni arzu etme amacı düzensizlikten doğmuştur. Bu yüzden düzen arzusu düzensizliğin sürmesini artırır. Politik, dinsel ve diğer alanlarda olan budur.

Tüm insanlarda şiddet vardır. Şiddetin nedeni temelde ben merkezci düşüncedir. Karşımızdaki kişi de ben merkezci olduğunda aramızda çatışma vardır. Kişinin değişik boyutları değişik fikirler ardına saklanır. Kişi şiddet karşıtı bir idealist olabilir, bu ideal uğuruna çalışır ama bir süre sonda ideal daha önemli hale gelir ve kişi idealin ardında saklanmaya başlar ve kişinin kendinden kaçış yolu haline gelir. Kişi daha iyi bir dünya yaratmak adına, ideali uğruna başkalarını öldürmeye başlar. Dinlerde, milliyetçilikte olan budur.

Kişi en önemli nedenlerden biri olan güvenlik ihtiyacı için bir gurunun peşinden gitmeyi seçebilir. Gurusunun giydiklerini giymesi, söylediklerini tekrar etmesi derinden duyduğu güven ihtiyacındandır. Böylece bir fikre, bir imaja yapışır. Ama imaj, fikir, guru asla güven getirmez. Çünkü kişi kararsız ve karmaşa içindedir. Guru karmaşa içinde olmadığını söylediği için ona inanır. Kişinin bu durumda psikolojik güveni bulup bulmadığını sorgulaması zekanın ürünüdür. Kişi güven arzusunun güvenin zıddı olduğunun farkına varır.

Sevginin bir nedeni var mıdır? Zekanın bir nedeni olmadığını söyledik. Benim zekam, senin zekan yoktur. Zeka ışıktır. Işığın olduğu yerde benim ışığım, senin ışığın yoktur. Güneş, senin güneşin ya da benim güneşim değildir. Zeka ışığın berraklığıdır. Sevginin bir nedeni yoktur. Zekanın da bir nedeni yoktur. O zaman sevgi ve zeka ancak bir arada var olur. Kişi eşine ya da sev-

gilisine "seni seviyorum" dediğinde ne demek ister? Kişi tanrıyı sevdiğini söyler ama sevdiğini söylediği tanrı hakkında hiçbir şey bilmez. Çünkü bu "sevgide" korku vardır, güven ihtiyacı vardır, kişiyi tanımadığı bir şeyi sevmeye zorlayan "kutsal" kitaplar ve ağır geleneksel baskılar vardır. Bu yüzden kişi, tanrıya inanıyorum, der. Kişi gerçek güvenin zekada olduğunu keşfettiğinde, sevginin tüm nedenlerin ötesinde olduğunu keşfettiğinde düzenin tüm nedenlerin ötesinde olduğunu görür ve evren kendisine açılır. Çünkü evren düzendir.

Şimdi zeki ilişkinin ne olduğunu sorgulayalım; düşünce imajlarının ilişkilerini değil. Beyinlerimiz mekaniktir. Mekaniktir çünkü tekrara dayanır, asla özgür değildir, belirli alan içinde devinir durur, aynı alanın içinde bir köşeden öteki köşeye gittiğinde özgür olduğunu sanır, bu köşe kapmacaya seçim der ve bu seçimin özgürlük olduğunu düşünür. Kişinin beyni zaman içinde geleneklerle, eğitimsel koşullanmayla, şekilcilikle, topluma uyum sağlama yoluyla mekanik hale gelmiştir. Kişinin beyninin bir bölümü özgür olabilir ama bu bölümden haberi yoktur. Bu yüzden, benim bir parçam özgürdür, demek anlamsızdır. Gerçek olan beynin, mekanik, geleneksel, tekrara dayalı, kaypak ve adaptasyon yeteneği olan sınırlı bir alanda faaliyet gösterdiğidir. Düşüncenin evi beynin fiziksel hücreleri içindedir.

Ben Hıristiyan'ım ya da Hıristiyan değilim; Hindu'yum; inanıyorum; inançlıyım; inanmıyorum, gibi şeyler söylendiğinde beyin mekanik hale gelmiştir. Bunların hepsi mekanik tekrarlara dayalı işlemler. Yani bir tepkiye bir başka tepki göstermek. Koşullanmış insan beyninin kendine özgü suni mekanik zekası vardır. Tıpkı bir bilgisayar gibi. Bu tanımı sık sık kullanacağız: Mekanik zeka. Bilgisayarın tıpkı bir beyin gibi çalışıp çalışmayacağını araştırmak için milyonlarca, milyarlarca dolar harcanıyor. Bellekten, bilgiden doğan, beyinde depolanan düşünce mekaniktir. Keşfetme kapasitesine sahip olsa bile mekaniktir. Keş-

fetme yaratmadan tümüyle farklıdır. Düşünce farklı bir yaşam, farklı bir toplumsal düzen keşfetmeye çalışıyor ama düşüncenin keşfi olan toplumsal düzen yine de karmaşa alanı içindedir. Soruyoruz: ilişkilerimizi oluşturan, hiçbir nedenden kaynaklanmayan bir zeka mıdır; şimdiki mekanik ilişkiler türünden olmayan bir zeka?

İlişkilerimiz mekanik, kişinin biyolojik dürtüleri olduğu için onları doyuruyor. Kişi yalnızlıktan ya da mutsuzluktan kaçmak için kendisini bu duygulardan kurtaracak kişi arıyor. Ya da biraz daha rahat yaşayabilmek için ilişkiye giriyor. Yani insan ilişkileri yakın ya da resmi daima bir nedene, bir amaca dayanıyor. Binlerce yıldır mekanik ilişkiler sürüp gidiyor. Ama kadınla erkek arasındaki savaş hiç bitmiyor. Bu tür düşünce daima sınırlıdır çünkü düşünce aktivitesi sınırlıdır. Sınırlılığın olduğu yerde daima çelişki vardır. Kişilerin farklı gruplara ait olduğu her yerde yalnızlık ve yalıtılmışlık vardır, yalıtılmışlığın olduğu her yerde de çelişki vardır. Bu bir yasadır. Düşünce her zaman sınırlı olduğu için daima kendini yalıtır. Bu yüzden ilişkilerde düşünce aktivitesinin olduğu her yerde çelişki de kaçınılmazdır. Bu gerçeği lütfen görün. Boşanmalar, kavgalar, birbirinden nefret etmek, kıskançlık, bunların hepsini biliyorsunuz. Eşiniz sizi incitmek istiyor, sizi kıskanıyor, siz de onu kıskanıyorsunuz. Bunlar hep mekanik tepkilerdir. İlişkide düşüncenin tekrara dayanan aktiviteleri daima çelişki getirir. Bu bir gerçektir. Bu gerçeği nasıl karşılayacaksınız? Gerçek şu: Eşinizle kavga ediyorsunuz. O sizden nefret ediyor, sizin mekanik tepkiniz de nefrete dayanıyor. Bu tepkileriniz beyninizde depolanmış anılara dayanıyor. Tüm düşünceniz yalıtılma sürecine dayanıyor. Siz de eşiniz de yalıtılma sürecindesiniz ama ikiniz de bu yalıtılmışlığın farkında değilsiniz.

Bu gerçeğe tepkiniz nedir? Bu gerçek sizden farklı değil çünkü siz bu gerçeksiniz. Nefret sizsiniz, yalnızlık sizsiniz, amaç

sizsiniz. "Ne yapalım, hayat böyle", diyebilirsiniz. "Çıkarsız, çelişkisiz bir ilişki mümkün değil", diyebilirsiniz. Böyle bir yaşamı kabulleniyorsanız o da sizin seçiminiz, sizin zevkiniz. Beyniniz, gelenekleriniz ve alışkanlıklarınız bunların kaçınılmaz olduğunu size söylüyor. Ama böyle bir kabullenmenin saçmalığını gördüğünüz anda, düşmanın eşiniz değil kendiniz olduğunun farkına varıyorsunuz.

Düşmanı gördünüz ve onun kendiniz olduğunu keşfettiniz. Kolektif insan bilincini araştırdığınızda "ben" dediğiniz kendinizi başkalarından ayırmanın geleneksel kabullenişini gözleyebiliyor musunuz? Zekanın ne olduğunu anlama noktasına geldiniz. Zekanın da tıpkı sevgi gibi bir nedeni olmadığını söyledik. Eğer sevginin bir nedeni varsa o sevgi değildir. Eğer, hükümet seni önemli bir konuma getirdiği için ya da beni izlediğin için zeki olduğunu düşünüyorsan bu zeka değildir. Zekanın nedeni yoktur. Bu yüzden kendine bir nedenle bakıp bakmadığını da gör. Kendine nedensiz baktığında bir "ben" (bir neden sonuç ilişkisi içinde zamanın ürettiği kişilik) var mı? İşte ancak nedensiz bir bakışla bir şeyi sona erdirebilirsiniz ve bu yepyeni bir görüşün başlangıcıdır.

15 Temmuz 1982
Saanen-İsviçre

Farkındalığın Işığı

İnsanın dünyada yarattığı karmaşaya, savaşlara ve tüm korkunç şeylere bakın. Bu, ne karamsar ne de iyimser bakış açısı. Yalnızca olan gerçeklere bakın. Görünen şu ki, bu dünyada barış, dostluk ve şefkat içinde yaşamak mümkün değil. Kişinin kendisiyle ve dünyayla barış içinde yaşaması için büyük bir zekaya gereksinmesi var. Burada yalnızca barış kavramına sahip olmaktan ve daha barışçıl bir dünyaya özlem duymaktan söz etmiyoruz, ki bu rahatlıkla ot bir yaşam anlamına da gelebilir. Böylesine karmaşanın ve haksızlıkların hakim olduğu bir dünyada kişinin zihninde ve kalbinde kendisiyle barışık yaşaması mümkün mü? Sürekli bir şeylere özlem duyulan, çelişkiler, rekabet, taklit ve uyum sağlama çabasıyla dolu bir yaşam değil; nispeten doyuma ulaşmış bir yaşam değil; biraz şan, biraz şöh-

ret, biraz maddi zenginliğe ulaşılmış bir yaşam değil ama barışın olduğu bir yaşam. Dinginliğin, canlılığın onurla var olduğu bir yaşam. Böyle bir yaşam olabilir mi?

Karmaşanın göbeğinde yaşayan bir insan böyle bir soru sorabilir mi? Dışarıda görünen dünyadaki karmaşayı gözlemlemede berrak olmalıyız. Her sabah gazetelerde korkunç şeyler okuyoruz. Uçaklar dünyanın bir ucundan diğer ucuna olağanüstü hızla -tekrar yakıt almaya gereksinim duymaksızın- gidebiliyor, insanlığı birkaç saniyede yok edebilecek bombaları ve gazları taşıyabiliyorlar. Kişi, insanlığın geldiği bu noktayı gözlediğinde, böyle bir soru sormanın gereksiz olduğunu bile hissedebilir. Hiç sorunsuz, hiçbir bencillik olmadan, içsel dinginlikle bu dünyada yaşamak nasıl mümkün olabilir? Bu konuda yalnızca sözcüklere dayanarak konuşmak bir anlam taşımaz. Ama tam bir dinginlik boyutunda birbirimizle iletişim kurmak zekayı gerektiriyor.

Zeka nedir? Zeka, illüzyon olanı, sahte olanı, gerçek olmayanı gördüğü halde aynı şeylere devam etmek değildir. Zeka, bunları tümüyle yaşamımızdan çıkarmaktır. Zeka zıt düşünceleri "zekice" maniple etmek değildir. Zeka düşüncenin ötesindedir.

Barışçıl bir yaşam için kişi, düzensizliğin nedenini araştırmak zorundadır. Düzensizliğin, karmaşanın birçok nedeni var: Doyuma ulaşma arzusu, doyuma ulaşamama endişesi, kişinin söyledikleriyle yaptıklarının tutarsızlığı, bir şeyleri bastırma ve bir şeyleri başarma çabaları. Bu sonu gelmeyen çabaların kökeninde tek bir neden var. Bu neden, "ben" dediğimiz, "ego" dediğimiz düşüncenin oluşturduğu kişiliğimizin ayrılık ve yalıtılmışlık duygusudur. Hatta kişiliğin kişilik değiştirme çabası bile kişiliğin ürünüdür. Kişilik kendisini ülkesiyle özdeşleştirebilir. Bu özdeşleştirme, kişiliğin kendisini yüceleştirmesinden başka bir şey değildir. Her birimiz bu yüceleştirmeyi farklı şekillerde yaparız, sonra da karmaşayı doğal olarak kabul ederiz.

Tüm aktiviteleriniz düşünceden kaynaklanır, düşünce de bil-

gi ve deneyim birikimi olan belleğin tepkisinden başka bir şey değildir. Tüm ilişkiler, tüm keşifler, tüm teknolojik başarılar, ticaret, sanat, politika düşünce aktiviteleridir. Yarattığımız tanrılar ve törenler de düşüncenin ürünüdür. Peki bilginin ve düşüncenin insanlığın yozlaşmasıyla bağlantısı nedir?

İnsan, bilim, psikoloji, biyoloji, matematik vb. dünyasında müthiş bir bilgi birikimine sahip ve bilgi aracılığıyla yükseleceğimizi, özgürleşeceğimizi, kendimizi dönüştüreceğimizi düşünüyoruz. Şimdi bilginin yaşamımızdaki yerini sorgulayalım. Bilgi bizi dönüştürdü mü? Daha iyiye götürdü mü? Bizi daha erdemli yaptı mı? Adalet verdi mi? Özgürlük verdi mi? Bilgi seyahat ve iletişim konusunda bize özgürlük verdi. Daha iyi öğrenme sistemlerine sahip olduk. Daha gelişkin bilgisayarlar ve atom bombaları yapabiliyoruz. Ama bilgi bize adil, özgür ve özünde iyi bir yaşam verdi mi?

Özgürlük, adalet ve iyilik; bu üç şey, insanlığın uygarlık tarihi boyunca peşinden koştuğu ama çözümünü bulamadığı üç soru -özellikle adalet. Ama bu dünyada adalet yok. Kimi zeki kimi değil; kimi güçlü kimi değil; kimi dünyayı dolaşarak önemli insanlarla tanışıyor, kimi küçük bir kasabanın küçük bir odasında ömür boyu çalışıyor. Adalet nerede? Dış aktivitelerde mi? kimi başbakan, kimi uluslararası bir şirketin başı oluyor, kimi ömür boyu bir işçi olarak kalıyor. Dünyadaki dışsal eşitlik çabaları adaleti getirebilecek mi? Yoksa adalet bunlardan başka bir yerde mi?

Adalet bütün olmak, entegre olmak, parçalanmamış olmak, onurlu olmak anlamına gelir. Bu da ancak kıyaslamanın olmadığı yerde mümkündür. Ama daima kıyaslıyoruz. Daha iyi ev, daha iyi araba, daha iyi konum, daha fazla güç vb. Kıyas, bir ölçüm. Ölçümün olduğu yerde adalet olamaz. Taklidin, biçimciliğin olduğu yerde, çoğunluğun doğru düşündüğü varsayılan yerde adalet olamaz. Birilerinin peşinden giderek, onların söyledik-

lerini dinleyerek, güzelliği, kaliteyi, derinliği algılayamayız. Başkalarıyla yüzeysel olarak hemfikir olabiliriz ama bu bizim onlardan uzaklaşmamızı engellemez. Adaletin tohumu anlayışımızın derinliğinde yani içimizdedir.

Oldukça tanınmış bir psikologla konuşurken iyilik sözcüğünü kullandığımda dehşete düştü. Dedi ki; "Bu çok eski bir sözcük, artık bu sözcüğü kullanmıyoruz." Ama iyilik güzel bir sözcük. Peki iyilik ne? İyilik kötünün zıddı değildir. Eğer kötünün zıddı olsaydı, o zaman iyiliğin köklerinin kötülüğe dayanması gerekirdi. Zıddı olan her şeyin kökü zıddındadır. İyilik, kötü dediğimiz şeyle bağlantılı değildir. Ondan tümüyle ayrı olan bir şeydir. İyiliğe kötülüğün zıddı olarak değil, olduğu gibi bakmak gerekir. İyilik erdemli bir yaşam yolu demektir. Bununla dinsel, ahlaksal ve etik gibi erdem kavramlarını kastetmiyoruz. Doğruyu yanlışı gören, duyarlılığını koruyan ve bunları anında gören ve davranan bir erdemden söz ediyoruz.

"Özgürlük" sözcüğü karmaşık anlamlar taşıyor. Özgürlüğün olduğu yerde adalet vardır, iyilik vardır. Özgürlük seçme kapasitesi olarak tarif ediliyor. Kişi istediği yere gidebildiği, istediği işi seçebildiği ve istediğini yapabildiği için özgür olduğunu düşünüyor. Ama seçim nerede, özgürlük nerede? Kim seçiyor? Ve niye kişi seçmek zorunda? Psikolojik özgürlüğün olduğu yerde, duygusal olmayan, objektif, kesin ve net düşünebilme kapasitesinin olduğu yerde seçime gereksinim yoktur. Karmaşanın olmadığı yerde seçim de yoktur.

Özgürlük nedir? Özgürlük koşullanmanın zıddı değildir. Öyle olsaydı yalnızca bir çeşit kaçış biçimi olacaktı. Özgürlük bir şeylerden kaçmak değildir. Bilgiyle koşullanmış bir beyin daima sınırlıdır. Daima cehaletin alanında düşünce mekanikliği içinde yaşadığı için özgürlük olamaz. Hepimiz çeşit çeşit korkular içinde yaşıyoruz: yarın korkusu, geçmişte olanların korkusu. Eğer bu korkulardan özgürleşmenin arayışında isek, özgürlük bir ne-

denden kaynaklanıyordur ve bu özgürlük değildir. Nedensel özgürlük özgürlük olamaz. Özgürlük insan yaşamının bir boyutuna ait değildir, yaşamın tümünü kapsar ve bir nedeni yoktur. Üzüntüye de özgürlüğe baktığımız açıdan bakabiliriz. Hepimiz bir biçimde acı çektik. Çocuğumuz öldü, eşimiz bizi terk etti, arkadaşlarımız arkamızdan vurdu, sevildik sevemedik, sevdik sevilmedik, bir inancın, bir idealin yıllarca peşinden gittik ve meyvesini alamadık. Üzüntü, içinde güzelliği de acıyı da taşır. Kimi şöyle diyebilir: "Artık üzüntülerime bakmak bile istemiyorum, yeterince acı çektim. Acılarımı kabul ediyor ve kendi yoluma gidiyorum." Bu acılarla baş etmenin bir yolu ama sorunu çözmez. Ya da kişi acıyı sembolize ederek bu sembole tapınır. Hıristiyanlıkta yapıldığı gibi ya da Hinduların acıları karmaya yüklediği gibi. Modern dünyada ise sorumluluk, ana babalara, topluma ya da genlere yüklenir. Acıların bin bir çeşit açıklaması vardır. Ama açıklamalar ağrıları azaltmaz, acıları geçirmez.

Acılardan özgürleşmek için ideal bir yol keşfetmiş olabilirsiniz. Bu yol acılarınızı geciktirebilir, sizi acılarınızdan ayırabilir ama gerçek olan acının siz olduğunuzdur. Bunun anlamının farkında mısınız? Hiç kimse sizin acılarınızın nedeni değildir. Çocuğunuz öldüğü için gözyaşı dökmüyorsunuz. Çocuğunuz, eşiniz için gözyaşı dökebilirsiniz ama bu acının dışsal ifadesidir. Acınız o kişiye olan bağımlılığınızın sonucudur. Onsuz bir hiç olacağınız duygusunun acısıdır bu. Acının belirtilerine göre tepki gösteriyorsunuz, tepkiler sizi yönlendiriyor, asla sorunun kökenine inmiyorsunuz. Eğer sizi ilgilendiren acının etkileriyse bir ilaç alıp kendinizi avutabilirsiniz. Acıyı yaratan şey zaman mıdır, psikolojik boyutta düşüncenin yarattığı zaman mı? Sorumu anlıyor musunuz?

Örneğin kişi, oğlunu/kızını, kardeşini, eşini, babasını kaybetti. Gittiler, asla dönmemek üzere. Dünya yüzünden silindiler. Şüphesiz onların bir başka boyutta yaşadıklarına dair bir inanç

edinebilirsiniz. Ama onları kaybettiniz. Piyanonun üstüne ya da yatağın baş ucuna resimlerini koyabilirsiniz. Kişinin ölüleri hatırlaması psikolojik zamandır; onları nasıl sevdiğiniz, onların bizi nasıl sevdiği, bize ne kadar yardımcı oldukları, yalnızlığımızın üstünü nasıl örttükleri. Bu hatırlayışlar zamanın hareketidir. Dün buradaydılar, bugün yoklar. Anılar beyinde bir kayıt oluşturur. Bu hatırlamalar beyindeki kasetlerin tekrar tekrar dönmesidir. Ormandaki yürüyüşlerimiz, cinselliği nasıl yaşadığımız, değişik paylaştığımız anlar, varlıklarından hissettiğimiz rahatlık bunların hepsi gitmiştir ama kaset dönmeye devam eder. Kaset bellektir ve bellek zamandır.

İşte bize acı çektiren bu bellektir. Dökülen gözyaşları kişinin kendi yalnızlığınadır. Peki kaydetmemek, kaset oluşturmamak mümkün müdür? Bu çok ciddi bir sorundur. Dün sabah güneşin doğuşunu seyretmiş olabilirsiniz. Sarı ışıklarını ağaçların yapraklarına yansıttığını görmüş olabilirsiniz, bahçenizin çimenlerinde ilk oluşmaya başlayan gölgelerin zevkine varmış olabilirsiniz. Bu nefis gün doğumu beyninizde kayda geçer. Kişi, kendisine bu son derece haz veren görüntüyü kayda geçirmiştir ve bu kayıt teyp kaseti gibi tekrar tekrar çalar. Psikolojik zamanın özü budur. Peki hiç kaydetmemek mümkün müdür? Bugün gün doğumuna bakarken tüm farkındalığınızı ona verirseniz, sarı ışığın çimenlerdeki gölgelerini dikkatle gözlemlerseniz an belleğe yerleşmez. Bir şeye tüm farkındalıkla bakıldığında kayıt olmaz. Farkındalığın ışığı tüm kaydetme mekanizmasını iptal eder.

Zaman ve düşünce acının kaynağıdır. Anılar ve zaman kişinin yaşamının merkezi olduğunda, kişi anılarla yaşadığında anılara dönerek gözyaşı döker. Her an anda yaşanırsa anılara dönülemez.

"Keşke o burada olsaydı, bu güzelliği görebilseydi", düşüncesi ona acı verir. Cinsel anılar için de bu böyle; resim oluşturmak ve resim hakkında düşünmek. Tüm bunlar bellek, düşünce ve zamanın ürünüdür. Psikolojik zamanı ve düşünceyi nasıl dur-

durabiliriz sorusu yanlış bir sorudur. Kişi bu gerçeği kendi gözlemiyle ve berrak bir algılamayla kavradığında, bu acının da sonu olur.

Psikolojik kayıt olmaksızın böylesine bir farkındalıkla yaşamak mümkün mü? Yalnızca farkındalığın olmadığı yerde kayıt vardır. Kişi, "Oğlumu/kızımı, eşimi, kardeşimi tanıyorum", dediğinde farkındalıktan çıkmıştır.

Onlara alışmıştır. Onların ne söyleyeceğini biliyordur. Çünkü aynı şeyleri hep söylemişlerdir. Kişi, "Eşimi tanıyorum", dediğinde onu gerçekten tanımıyor demektir. Çünkü yaşayan bir şeyi tümüyle tanımak mümkün değildir. Ancak ölü bir şeyi, ölü bir anıyı bilebilirsiniz.

Kişi böylesine bir farkındalıkta olduğunda acı tümüyle farklı bir anlam kazanır. Acıdan öğrenilecek bir şey yoktur. Sadece sonu vardır. Acının bittiği yerde sevgi vardır. Kişi bir başkasını nasıl sevebilir? Kişinin tüm yaşamı anılardan oluşuyorsa, duvarda resimler hala asılıysa kişi bu anıların girdabı içinde bir başkasını nasıl sevebilir? Acının sonu sevginin başlangıcıdır.

Bir öğretmen öğrencileriyle her sabah iyilik, güzellik ve sevginin doğası üzerine konuşuyordu. Bir sabah, tam konuşmasına başlarken, pencere pervazına bir kuş kondu. Bir süre şakıdı ve uçtu. Öğretmen öğrencilerine şöyle dedi: "Bu sabahki konuşma sona erdi."

4 Eylül 1982
Brockwood Park-İngiltere

... ÖTESİ

"Farkındalığın ışığında acılar, incinme duyguları, nefret vb. duygular yanar gider."

"Gerçeğin yolu yoktur ve Gerçeğe bir yol, bir din ya da bir tarikatla varılamaz. Gerçek, sınırsız ve koşulsuz olduğu için organize edilemez. Tüm kurumlar insanları gütmek ve kendi yollarına çekmek içindir. Birinin peşinden gitmeye başlarsan gerçeğe ulaşamazsın."

Krishnamurti, bu kitabında an'ı tüm farkındalığımızla yaşadığımız sürece belleğin kayıt yapmayacağını söylüyor. İnsan duygusal belleğinde kayda geçmiş "anı"ları tekrar tekrar hatırlayarak acı çeker. Bu yüzden de geçmişte yaşar. Geçmiş ya da gelecekte yaşayan kişi de an'a dikkatini veremez. An'ın kendisini "şimdi ve burada" yaşayamaz. Farkındalık ışığını an'a yöneltemeyen kişi, bir an sonra geçmiş olacak anların karanlığında kalmaya kendisini mahkum eder. İşte bu karanlık, cehaleti, bencilliği, bağımlılığı doğurur. An'da tüm farkındalığımızla dolu dolu yaşadığımızda hiçbir eksiklik kalmayacağı için bir an sonra "geçmiş" olacak bu an eksikliği tamamlamak için bizi kendisine (geçmişe) doğru çekmez.
Ve biz yeni bir an'ı deneyimlemek üzere tümüyle özgür oluruz.

ISBN 975-8363-09-3

SONSUZLUĞUN ÖTESİ İÇİNİZDEDİR