marcus aurelius

unutma, mutlu bir hayat çok az şeye bağlıdır

2000 yıllık mutlu yaşama rehberi

Yayıma Hazırlayan: Özlem Esmergül



29. BASKI

DESTEK yayınları
DESTEK @ FELSEFE

"Ölümlü bir dünyada, insana yaraşır şekilde yaşamaktan daha iyi ne olabilir?"

Roma'yı en iyi yöneten beş imparatorun sonuncusu olarak tarihe geçen Marcus Aurelius, stoacı bir filozof olarak sadece liderliğiyle değil, düşünceleriyle ölümsüzleşmiştir.

Mutlu bir hayatın çok az şeye bağlı olduğunu ve ölümlü bir dünyada insana yaraşır şekilde yaşamaktan daha yüksek bir amaç olamayacağını hatırlatan Aurelius'un gösterişten uzak, yalın, basit ama[illegible] yaşam üzerine inşa ettiği güçlü felse[illegible]lığın binlerce yıldır süregelen mutluluk arayı[illegible]tmaya devam ediyor.



₺19
KDV'den muaftır.
www.destekyayinlari.com
facebook.com/DestekYayinevi
twitter.com/destekyayinlari
DESTEK yayınları

www.destekdukkan.com
%40 indirimli kitap satış sitesi

ISBN 978-605-311-706-3

marcus aurelius

unutma, mutlu bir hayat çok az şeye bağlıdır

2000 yıllık mutlu yaşama rehberi

DESTEK
yayınları

DESTEK YAYINLARI: 1179
FELSEFE: 11

MARCUS AURELIUS / UNUTMA, MUTLU BİR HAYAT ÇOK AZ ŞEYE BAĞLIDIR
Yayıma Hazırlayan: Özlem Esmergül

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Kapak Tasarım: İlknur Muştu
Sayfa Düzeni: Cansu Poroy
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Kasım 2019 (3.000 Adet)
4.-9. Baskı: Aralık 2019
10.-14. Baskı: Ocak 2020
15.-16. Baskı: Mart 2020
19.-20. Baskı: Haziran 2020
21.-22. Baskı: Ağustos 2020
23.-24. Baskı: Ekim 2020
25.-26. Baskı: Ocak 2021
27.-28. Baskı: Mayıs 2021
29. Baskı: Ekim 2021
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-706-3

© Destek Yayınları
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul
Tel. (0) 212 252 22 42 - Faks: (0) 212 252 22 43
www.destekdukkan.com
info@destekyayinlari.com
facebook.com/DestekYayinevi
twitter.com/destekyayinlari
instagram.com/destekyayinlari

Deniz Ofset - Çetin Koçak
Sertifika No. 48625
Maltepe Mahallesi
Hastane Yolu Sokak No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul

marcus aurelius

unutma, mutlu bir hayat çok az şeye bağlıdır

2000 yıllık mutlu yaşama rehberi

Yayıma Hazırlayan: Özlem Esmergül



DESTEK

"Düşüncelerin toplumun yararına değilse, başka şeyler düşünerek hayatının geri kalanını boşa harcama... Başkalarının neyi neden yaptığını, neyi neden söylediğini ve ne planladıklarını düşünerek, kendi yönetici aklını ihmal ettikçe, sağlayabileceğin faydalardan geri kalırsın..."

Önsöz

Binlerce yıldır mutlu olabilme gayreti içinde insan. Kim bilir, belki milyonlarca yıldır...

Ateşten önce de, tekerlekten sonra da...

Sanki bir dolu koşulu varmış gibi mutluluğun...

Sanki hep uzaklarda bir yerdeymiş ve binlerce yıldır hep kovalanıp durmuş. Kâh denk gelmiş birilerine, kâh gelmemiş...

Bazen masal gibi bir şey, bazen ideal, bazen ütopya, bazen kapris gibi bir şey mutluluk... Ayaklarını yere vura vura ağlayan küçük bir çocuk şımarıklığından farksız... İlle de mutlu olacağım, hadi ver onu bana!

Mutlu olmanın neye benzediği hakkında bile çoğumuzun pek bir fikri yok.

Tanımadığımız bir şeyi mi arıyoruz, yoksa görsek zaten tanır mıyız?

Dürüst olmak gerekirse hiçbiri değil aslında.

Stoacı filozoflardan Roma İmparatoru Marcus Aurelius, mutluluğun çok az şeye bağlı olduğunu iki bin yıl öncesinden söylüyor.

Üzerinde bu kadar durup düşünmeye, işleri zorlaştırmaya, yollara düşüp sağda solda aramaya, ona buna sormaya, envai çeşit ritüeller, fenomenler ve yaşam stilleri oluşturmaya dahi gerek yok.

Çünkü çabaladıkça imkânsızlaşan bir şey mutluluk.

Evet, bu bir sanat...

Bir yalınlık, basitlik ve sadelik sanatı...

Aurelius'a göre mutlu insanın algısı dışarıda değil, içeride...

Dışarıda hiçbir şey yok.

Ne düşman, ne mutluluk dağıtıcılar...

"Basit" olanın gücünü fark etmedikçe, mutluluk hep bir hayal olarak kalacak ne yazık ki...

Avucunu sıktığın an kırılan, açtığında uçup giden...

Yani bir şekilde sende durmaya zaten gönülsüz olan...

Oysa mutluluk, basit olandır.

Konu da bu kadar basitçe anlaşılabilmelidir.

"Ölümlü bir dünyada insana yaraşır şekilde yaşamaktan daha iyi bir şey olabilir mi?" der Aurelius. Dolayısıyla yaptığı işi gösterişe kapılmadan, arzularından arınmış bir ruhla, başkalarının da yararını gözeterek yapan insan, mutsuz olabilir mi hiç?

Mümkün değil...

Dışarıdaki hiçbir koşula bağlı değildir mutluluk...

Verdiğin içsel bir karardır sadece.

Aurelius'tan bu yana iki bin yıldır ne çok şey yazıldı, ne çok şey söylendi ve ne çok şey üretildi mutluluk üzerine... Sanattan sanayiye kadar neredeyse her alanda hep bir şekilde mutluluğu yakalama ya da satın alma yarışına sürüklendik değil mi?

Parası çok olanın bile sarsılmaz mutluluğu satın alamadığını gördük mü ama?

Gördük...

O halde yeni bir şey öğrenmek yerine, eski bir şeyi hatırlamanın zamanı gelmiş olabilir. İki bin yıl önce yaşamış bir filozofun, bakıldığında maruz kaldığı üretim modelleri dışında pek de bir şeyi değişmemiş olan insanın süregelen mutluluk arayışına tuttuğu fener, aydınlanmaya yetecek kadar kuvvetli.

Bu kitapta daha önce duymadığınız, bilmediğiniz, öğrenmediğiniz, okumadığınız hiçbir şey yok... Aklınıza gelmemiş ya da düşünmeyi akıl edememiş olabileceğiniz bir şey de...

Ne var ki işinize çok yarayacak...

Çünkü artık öylesine komplike, karmaşık ve kalabalık ki hayat. Nasıl basit yaşanır, nasıl yalın düşünülür ve sade kalınır hatırlaması güç tabii...

Mutlu olmanın formülleri serilmiş masalara. Vitrinlerden satın almaya çalıştığımız hazlar peşindeyiz. Sosyal medyanın gücü kadar psikolojik derinliğimiz. Başkalarının sevgisine duyduğumuz muhtaçlıkla hırçınlaşıyor,

sağırlaşıyor, yalnızlaşıyoruz. Yani biz de giderek karmaşıklaşıyor, çaresizleşiyor, çözümsüzleşiyoruz.

Oysa mutluluk basit olandır ve basit olandadır.

Savaşa gerek duymayandır, kıyaslamayandır, yarıştırmayandır, koşturmayandır, korkutmayandır, meydan okumayandır...

Aurelius'un bu derlemesini hazırlarken *"Basit yaşayacaksın basit... Mesela susayınca su içecek kadar basit"* mısralarının sahibi Nâzım Hikmet Ran geldi aklıma çok defa. İnsana yaraşır şekilde şu dünya sahnesinden gelip geçmekten söz eden şair...

Belli ki aslında mutluluğun özgün kimliğiyle ilgili pek bir şey değişmedi binlerce yıldır. Düşünürler ve sanatkârlar bir noktada hep hatırladılar, hatırlattılar mutluluğu... Ne var ki biz basitleşmekle ucuzlaşmak arasındaki büyük farkın ne olduğunu unutmuş olabiliriz.

Oysa birinde yaşam, diğerinde yıkım vardır.

Sanırım hatırlamanın tam da zamanı...

Özlem Esmergül

Marcus Aurelius Hakkında

Marcus Aurelius...

Tam adı söylersek Caesar Marcus Aurelius Antoninus Augustus...

Asıl adı Marcus Annius Verus...

O bir imparator, üstelik Roma İmparatorluğu'nun altın çağının temsilcisi bir imparator. Stoacı bir filozof...

Bir devlet lideri olarak sadece stratejik zekâsı ve askeri yetenekleriyle değil yazım gücü ve felsefe alanındaki dehasıyla da öne çıkan, hayranlık uyandıran bir isim...

İmparator Trajan'ın uzak akrabası olan Aurelius'un babası da bir devlet görevlisiydi. İmparator muhafızlığı (preator) yapıyordu. Ne var ki oğlu henüz üç yaşındayken vefat etti. Aurelius, babasının ölümünden sonra büyükbabası Marcus Annius Verus tarafından evlat edinildi. Aurelius'un en iyi şekilde yetiştirilmesi için Roma'nın en değerli öğretmenleri seferber edildi.

Kendinden önceki imparator Antoninus Pius'un yeğeni olan Marcus Aurelius, amcasının ölümünden

sonra tahta çıktı. Henüz on yedi yaşında halef ilan edildiği halde, tahta çıktığında kırk yaşındaydı. Sekiz yıl boyunca üvey kardeşi Lucius Verus'la birlikte yönetti ülkeyi. Ülke sınırlarını genişletme planıyla sefere çıkmaya hazırlanırken halefi Commodus'la birlikte gittiği Viyana'da elli sekiz yaşında öldü.

On altıncı Roma İmparatoru olarak bilinen Marcus Aurelius, imparatorluğu en iyi yöneten "Beş İyi İmparator"un sonuncusu olarak tarihe geçmiştir.

"Pax Romana" ya da "Roma Barışı" olarak anılan bu dönemde sanat, felsefe ve ticaret alanında büyük gelişmeler yaşanmıştır. Filozof-İmparator Aurelius, bu yıldızı parlak dönemi çok daha uzun süre devam ettirebilmek için hayli mücadele verdi, ancak ölümünden kısa bir süre sonra "Roma Barışı" son buldu.

Marcus Aurelius'un Doğu Avrupa'daki savaşlar sırasında yazdığı *Meditations* kişisel erdem ve kadere boyun eğmenin önemini vurgulayan stoa felsefesinin en bilinen metinleri arasında yer alır. Marcus Aurelius, insanların erdemli bir şekilde yaşamaları gerektiğine inanır. Ona göre insanlar doğaya uygun bir biçimde yaşamalıdır.

Sinemada da kıymetli bir kahraman olarak izleyicinin karşısına çıkmıştır.

1964 yılında Anthony Mann'ın yönettiği *Roma İmparatorluğu'nun Çöküşü* filminde Marcus Aurelius karakterini Alec Guinnes canlandırmıştır.

2000 yılında Ridley Scott'un yönetmenliğiyle beyazperdeye taşınan *Gladyatör*'de de aktör Richard Harris, izleyicinin karşısına Marcus Aurelius olarak çıkar.

Stoa Felsefesi ve Aurelius

Kemeraltı (Stoa): Antik Yunanistan'da pazarlarda ve tapınaklarda genelde bir sokağın ya da bir agoranın yanında yer alan halka açık sütunlu galerilerdir. Üstü kapalı bu sütunlu mimari yapılar genelde yönetim ve ticari merkezler olarak kullanıldılar.

"Kemeraltı" anlamına gelen "Stoa" zamanla bir felsefi akımın da ismi haline dönüştü. Atina Agorası'nın yanında bulunan Poikile Stoası'nda dersler vermeye başlayan Kıbrıslı Zenon'un kurduğu stoacılık felsefesi kemeraltında bir araya gelen düşünürlerle ünlenmiştir.

Stoa Felsefesi: Stoa Okulu, Megaran Okulu'nun bir koludur ve "Helenistik felsefe"nin önemli akımlarından biridir. İnsanın mutluluğunu temel alan stoacılar, mutluluğun doğayla uyum sayesinde yakalanabilecek bir hal olduğunu savunurlar. Mutluluğu hiçbir koşulda dış faktörlere bağlamamak gerekir ve bir dünya vatandaşı olarak hayat sahnesinden gelip geçmek çok değerlidir.

Adalet, dürüstlük, ölçülülük, yiğitlik, bilgelik stoacıların belli başlı erdemleridir ve insan sahip olduğu akıl

sayesinde diğer tüm canlılar arasında tanrısal bir varlık olarak ayrıca anlam bulur. Bu yüzden insanın aklını kullanması hem kıymetli bir meziyettir hem de ayrıcalık... Üstelik kutsal yaratıcı herkese aynı aklı verdiğine göre insanlar böylece eşit sayılmalıdır.

Stoacılık yaklaşık beş asır boyunca Yunan ve Roma toplumlarında aktif ve belirleyici bir felsefi akım olmuştur.

Zenon'dan sonra erken dönem stoacılar arasında Khrysippos, Kleanthes, Tarsuslu Zeno, Tarsuslu Antipater'in isimleri gösterilirken orta dönem stoacılar arasında da Panaetius ile Paseidonios öne çıkar. Geç dönem stoacı düşünürlere bakıldığındaysa da Cicero, Seneca, Marcus Aurelius, Epiktetos ve Rufus'un isimleri anılır.

Stoa felsefesinin Roma'da Marcus Aurelius'la en yüksek noktaya ulaştığına işaret edilebilir elbette.

Roma İmparatoru Marcus Aurelius, özellikle ahlak ve siyaset alanındaki görüşleriyle bilinir. Ayrıca mistisizme olan yatkınlığı hemen hissedilir. Ölümden sonra ruhun yaratıcıya döneceğini söyler ve ruhun ölümsüzlüğünü savunur. Beden ile ruh arasındaki ayrım Aurelius'ta gayet kesin ve nettir.

Yunanca kaleme aldığı *Kendime Düşünceler* adlı eserinde "Sen" diye hitap ettiği kişi de yine kendisidir. Kendi gönlünü terbiye etmeye çalışıyordur her düşüncede, her prensipte ve her deneyimde. Sadece kendiyle

hesaplaşıyor, kendini sınıyor ve kendi iradesine meydan okuyordur.

Bu eserine babası, büyükbabası, üvey babası, kıymetli öğretmenleri, ailesi ve tanrılara karşı duyduğu büyük şükranlarla başlar ilk bölümde. Sonrasında didaktik bir anlatıyla insandan ve evrenden söz eder. Üstün evrenin, yine üstün bir akıl tarafından nasıl dengelenerek, bir düzen içinde yönetildiğini anlatır. Evrenin üstün aklının insanda da bulunduğunu söyleyen Aurelius, akıllı insanın kötülüklerle dolu bir dünyada iyi olmayı seçebilecek kabiliyete sahip olduğuna inanıyor; iş ki insanoğlu sahip olduğu aklı kullanmayı tercih etsin. Bütün mesele akıllı olmayı istemek ve bu uğurda hem uyanık hem de bilinçli olmak...

Bir imparator ve filozof olarak üç temel ilkeye sahipti Aurelius:

- Dürüst yaşamak
- Kimseyi incitmemek
- Adaletli davranmak

Bu üç temel ilke aynı zamanda Roma hukukunun da stoa kökenli prensipleri arasında sayılır.

Tüm zamanların en iyi eserleri arasında gösterilen *Kendime Düşünceler* Marcus Aurelius'un yaşam, ölüm, insan, evren, şan, şöhret, mutluluk, basitlik, huzur ve felsefe üzerine sorgulayışlarıyla dolu bir ruh haritasıdır adeta.



"İmkânsızın peşine
düşmek delilikten
başka bir şey
değil...
Ne var ki
kötülük, böyle
davranmaya
zorlar..."



-I-

"Hayatımız düşüncelerimizin bir sonucudur..."

Marcus Aurelius'a göre hepimiz düşüncelerimizden ibaretiz. İnsan aklı çok kıymetli... Çünkü insan düşünebilen bir yaratık olması nedeniyle, tanrısallığa da en yakın canlı türü...

Her ne düşünüyorsak, onu var ediyoruz. Zira her eylemimiz bir düşüncenin sonucu... Eylemlerimizse kaderimiz üzerinde etkin bir güce ve belirleyiciliğe sahip.

Eylemler, seçimlerin ifadesidir. Her neyi seçtiysen eylemlerinle bunu ifade edersin. Dolayısıyla bir seçim yapmak, diğer bütün seçenekleri terk etmek de sayılır. Belki onlarca, yüzlerce olasılık içinden sadece bir tanesini alıp yaşama uyarlamak büyük bir sorumluluk...

İnsan bir eylemde bulunurken kendiyle ilgili önemli bir sorumluluk alıyordur aynı zamanda. Çünkü artık bir seçim yapmıştır ve o seçimin sonuçlarına maruz bırakacaktır kendini.

İyi ya da kötü değil, doğru ya da yanlış değil... Sadece bir seçim... Seçtiğimiz eylemler, düşüncelerimizin bir ifadesiyse o halde öncelikle ayık ve farkında olmamız gereken nokta tam da burasıdır.

Zihnimizde her an hep ayık olmalıyız.

Düşüncelerimiz neyse biz de oyuzdur. Düşüncelerimizi ifade eder, düşüncelerimizi yaşarız.

Düşündüğümüzden başkası olamayız.

"Sahiden de gereksiz sözlerimizden ve davranışlarımızdan vazgeçmeliyiz. İşte o zaman daha huzurlu, daha mutlu ve tasasız oluruz. Bunun için her an kendimizin farkında olmalıyız. Hatta sadece gereksiz eylemlerimizi değil, gereksiz düşüncelerimizi de ortadan kaldırmalıyız. Ancak bu şekilde gereksiz düşüncelerin bir sonucu olarak ortaya çıkacak eylemlerin önü kesilmiş olur..."

Aurelius, düşünceye önem veriyor çünkü eylemlerin zihnimizdeki düşüncelerin birer yansıması olacağını biliyor. Gereksiz düşüncelerden kurtulmak, gereksiz eylemlerden, hatta belki eylemsizlikten de alıkoyacaktır insanı. Böylece deneyim de değişecektir.

"İnsan yaşamında adaletten, gerçekten, uyumdan ve cesaretten yani eylemlerini akla yatkın icra ettiği için yaşamından razı bir insan zihninde daha iyi bir

şey bulabilirsen, bütün kalbinle derhal ona yönel ve en iyisi olana hiçbir gösterişe kapılmadan bağlan..."

Seni sonunda mutsuz eden eylemlerini değiştirmeye çalışman beyhude bir çabadır aslında. Öfkeli oluşundan gördüğün zararı bir daha deneyimlememek için öfkesiz olmaya çalışmak doğru değil. Daha sakin, daha anlayışlı olmak için eylemlerini frenleyerek ne kadar uzun bir yol alabilirsin ki? Önünde sonunda ortaya çıkmak için fırsat kollayan o eylem, zaten bir yerde kontrolünden çıkıp kendini gösterecektir yine.

"O kadar dayandım, mücadele ettim ama ne yazık ki yine kendimi zapt edemedim" noktasına varacaktır iş. Mühim olan eylemi zincirlemeye çalışmak değil, eyleme neden olan düşünce biçimini değiştirmek. Böylece olmak istediğin sen ile dizginlemeye çalıştığın sen birbiriyle mücadele etmek zorunda kalmayacaktır.

Marcus Aurelius eylemin önemini yadsımıyor. Bu yüzden düşünceye dikkat çekiyor. Dolayısıyla aklın üstünlüğü küçümsenemez.

İnsan aklını kullanmayı seçmelidir. Rüzgârda oradan oraya savrulan kuru bir yaprağın kaderine terk edilemez yaşam deneyimi. Beklemek bir alın yazısı olamaz. Mutluluğu beklemek, başarmayı beklemek, sevilmeyi beklemek... Bunlar ağacın dallarında kendiliğinden yetişen, doğaya emanet edilmiş meyveler değildir. İnsanın doğası, bir yerde kendine emanettir. İnsan mutluluğu

seçer, başarmayı seçer, sevmeyi ve sevilmeyi seçer ve bu uğurda yapabilecekleri vardır. Hem de hiç gösterişsiz, asaletle yapabileceği çok güzel şeyler vardır.

"Her ne yapıyorsan onu gerçek bir Romalıya, gerçek bir insana yaraşır şekilde yapmalısın. Elindeki işi azimle, kusursuz bir şekilde, gösterişe kapılmadan, ciddiyet içinde ve özenerek, adanmışlıkla ve adaletle yap. Diğer bütün işlerden ve düşüncelerden kurtar kendini. Yaptığın her işi, hayatının son işi, son eylemi gibi yaparsan, başarırsın."

Aurelius, hangi iş olursa olsun onun kusursuzca icra edilmeyi hak ettiğini düşünüyor. Asaletle, duyguyla ve adalet bilinciyle, üstelik başka düşünceler tarafından maniple edilmeyen bir bilinçle işini insanca yapan insanın kendini başarılı ve mutlu hissetmemesi mümkün değil...

Çünkü iyi şekilde ortaya çıkmış bir iş başkalarını da memnun ve tatmin edecektir. Başkalarını mutlu edebilen insan zaten mutludur ve başarılıdır.

"İnsanın mutluluğu, elindeki işi insana yaraşır biçimde yapmasına bağlıdır."

Mutluluk ve başarıyla ilgili düşüncelerini de gözden geçirmelidir insan. Zira insanın kendinden başka

değiştirebileceği hiçbir şey yoktur hayatta. Ayrıca kendinden başka değiştirmesi gereken bir şey de olamaz. Gösterişten uzak bir değişim, huzurdur, mutluluktur, başarıdır.

Kin, kıskançlık, korku ve umutsuzluk da aklını kullanan insanın yönetmeyi başarabileceği hislerdir ayrıca. Akıl muhakemesinden geçirilmiş hisler, başıboş kalmazlar.

Hislerinin de efendisi olmalıdır insan. Hislerinin, dizginlerini elinde tut. Bu hisler geçmişle kavga edip durmaktan ya da gelecekle ilgili duyulan belirsizlikten doğarlar sıklıkla.

Tıpkı diğer stoacılar gibi Aurelius da "an"ın yaşamaya değer olduğunu düşünür, çünkü canlı olan, yaşayan en gerçekçi an, şu andır. Geçmiş, bir oldubittidir artık. Aklını kullanan insan için geçmişle ilgili kin, kıskançlık ya da pişmanlık hesaplaşması kalmamıştır. İstesen de istemesen de zaten sen artık eski sen değilsindir. İnsan için değişim kaçınılmazdır.

Zira gelecek de sadece bir hayaldir, bir olasılıktır, henüz olmamıştır ama şu anı nasıl değerlendirirsen geleceğin de nasıl olabileceği ihtimalini belirlersin.

Gelecek kontrol dışıdır, tıpkı geçmişin de artık kontrol dışı olduğu gibi... Evrende her an, her olasılık mümkündür ve bütün olasılıklar şimdinin içinde inşa edilir. Dolayısıyla şimdi, yani şu an dışında kaygılanacak, dert edilecek, korkulacak hiçbir şey yoktur. Şu anı

nasıl geçirdiğin, gelecekle ilgili mümkün ihtimallere adım adım ne şekilde yaklaştığını gösterir.

"Geleceği düşünerek kaygıya kapılma. Eğer varman gerekiyorsa, zaten varacaksın geleceğe... Üstelik şu ana hangi aklı layık gördüysen, o akılla yaklaşacaksın geleceğe..."

Gelecek zaten yok. Henüz olmamış bir şeyin kaygısını, korkusunu ya da umutsuzluğunu şimdiden yaşıyor olmak akıllı bir insandan beklenecek bir davranış olabilir mi?

Tabii ki hayır...

O halde şimdi, şu an her ne yapıyorsan gösterişe kapılmadan, içine duygularını da katarak, özgürlük ve adalet bilinciyle, asaletle kusursuz yap... Çünkü bu insancadır... İnsanca yapabileceğin en iyi şeydir.

"Şu an olan biten her şeyi olduğu gibi görebilen insan, aslında geçmişte olanı da gelecekte olacakları da görmüş demektir. Çünkü her şey hep aynıdır, aynı biçimdedir ve aynı türdedir."

Şimdinin içinde olanı görmek, geçmişin deneyimini de geleceğin nasıl olabileceğini de mümkün mertebe kurgulamaya başlamış olmak demektir. Şu

anın farkında olan geçmişi de bilir, bundan sonra neler olabileceğini de aşağı yukarı öngörür. İnsanın aklı geliştikçe, kararları değiştikçe, şu an yaşadığı deneyim de değişecektir muhakkak, dolayısıyla değiştikçe yeni bir gelecek oluşturmaya başlayacaktır. Bundan yola çıkarsak eğer, gelecek de yine bir yerde insan aklının ve çabasının ürünü olacaktır. Her halükârda şimdi neyi nasıl yaptığın gelecekle ilgili bir fikir taşır içinde. Üstelik hoşnut olmadığın bir fikri ya da düşünceyi hemen değiştirme gücüne ve hakkına da sahiptir insan.

Akıl, insanların ortak özelliğidir Aurelius'a göre... İnsanı diğer canlılardan üstün kılan akıl, aynı zamanda gelişir ve derinleşir. Sonsuz olasılıklar ve çözümler üretir hatta yaratabilir. Dolayısıyla aklı kullanmak insanoğlunun görevidir bir yerde. Mutluluğunu da yine aklıyla inşa edecektir insan... Tabii ki mutluluğun da bir ahlakı vardır, olmalıdır. Çünkü hepimiz içimizde ne kadar yalnız ve özgünsek de kalabalıklarla, insanlarla, toplumlarla ve kültürlerle bir arada yaşıyoruz. Dolayısıyla mutluluk ahlakı evrenseldir ve bu yüzden evren aslında kocaman bir kenttir.

"Zihin hepimizde ortaksa bizi akıllı varlıklar yapan mantık da ortak demektir. Öyleyse bize neyi yapıp neyi yapamayacağımızı söyleyen akıl hepimizde ortak... O halde evrensel yasalar da hepimiz için aynı... Bizler aynı yolun yolcusu yurttaşlarız. Dolayısıyla ortak bir yönetim biçiminin parçasıyız. Öyleyse evren bir tür kent gibidir."

İnsan yeryüzünde tek başına değil... Türdeşleriyle birlikte paylaştığı bir sosyal düzenin de parçası. Yani toplumun bir ferdi. İnsanı, toplumsal düzenden bağımsız düşünemeyiz. İnsan için başına buyruk bir yaşam söz konusu olamaz.

İnsan, kendi başına buyruk olmasın diye bir akla sahiptir zaten. Bu yüzden erdemler ve değerler inşa edebilme becerisi vardır. Dolayısıyla bireysel varoluşu kadar, toplumsal varoluşunu da akıllıca tasarlamalıdır.

Davranışları da, düşünceleri de bu yönde olmalıdır. Toplumun bir parçası olarak eylemleriyle de toplum bütününe ait olmalıdır.

"Üç bin yıl da yaşasan, bunun on bin katı fazla da yaşasan hiç kimsenin yaşadığı hayatın dışında başka bir hayat yaşamadığını, kaybetmekte olduğundan başka bir hayatın olmadığını ve hiç kimsenin yaşadığı hayatın dışında başka bir şey kaybetmediğini hatırla. İşte bu yüzden uzun bir hayatın da kısa bir hayatın da varacağı son aynıdır. Çünkü 'şu an' herkes için aynıdır. Bu yüzden sadece 'an' kaybedilir. Dolayısıyla hiç kimse ne geçmişi kaybedebilir ne de geleceği... Öyle değil mi ama?

Birinin elinden sahip olmadığı şeyler alınamaz ki?

O halde şu iki şeyi hep hatırlamak gerekir: Ezelden beri her şey birbirine benzer. Her şey bir sarmalın içindedir. Yüz yılda, iki yüz yılda ya da sonsuz yıllar içinde

insanın hep aynı şeyleri görmesiyle görmemesi arasında bir fark yok...

İkincisi, insan genç de ölse, yaşlıyken de ölse sadece bir şeyi kaybetmiş olacaktır: Şu anı...

İnsanın yoksun kalabileceği tek şey şu andır...

Çünkü sahip olduğu tek şeydir bu.

İnsan sahip olmadığı bir şeyi kaybedemez."



"Madem
toplumun bir
parçasısın, o halde
davranışlarınla
toplumsal ilkelere
uygun şekilde
hayata katılıyor
olmalısın..."



-II-

"Kimsenin başına katlanabileceğinden fazlası gelmez..."

Marcus Aurelius, MS 26 Nisan 121'de Roma'da Caelius Tepesi'nde bir villada doğdu.

Babası İspanyalı Annius Verus... Konsül mevkiinde varlıklı bir ailenin kızı olan annesi de Domitia Lucilla...

Aurelius'un ailesi siyasette her zaman aktif olduğu için doğduğundan itibaren kamusal hayatın içinde yer aldı.

İspanya'nın Succuba şehrinden gelen babası, Aurelius henüz üç yaşındayken öldü. Böylece büyükbabası Marcus Annius Verus onu evlat edindi. İlgiyle ve sevgiyle büyütülmesinin yanı sıra, iyi yetiştirilmesi konusunda da büyük emek verdi.

Marcus Aurelius her zaman ağırbaşlı, nazik, sakin ve olgun bir çocuk oldu. Haylazlıkla, oyunlarla, yaramazlıkla, afacanlıkla gelip geçmiş bir dönem yok hayatında. Felsefeyle tanıştığında bile on iki yaşındaydı henüz.

Asaletin, erdemin ve ahlakın timsali bir çocuktu adeta. Dışarıdan bakıldığında doğuştan şanslı olanlardandı kuşkusuz. İmparatorluk ailesinin bir üyesiydi. Elbette ayrıcalıklarla, üstünlüklerle ve büyük bir güçle gözlerini açmıştı hayata. Kibre, güce, eziciliğe, yıkıma, savaşa, çatışmalara, haksızlığa ve adaletsizliğe oldukça yakın bir sahneden izliyordu dünyayı. Ne var ki önce aile içinde aldığı eğitimlerin, sonrasında öğretmenlerinden öğrendiklerinin ve aklı kullanmaktaki becerisinin de güçlü etkileriyle hiçbir zaman ezici, yok edici, baskıcı, kibirli ve saygısız bir fert olmadı. Çocukluğundan beri nazik, anlayışlı, sabırlı, affedici, özenli, tutumlu ve yapıcı biriydi. En önemlisi de öğrenmeye duyduğu meraktı kuşkusuz.

Henüz çok genç olmasına rağmen pek çok nişanla ödüllendirildi. On yedi yaşındayken halef ilan edildi.

Eşsiz bir eğitim gördü. Stoa felsefesinin ünlü isimlerinden dersler aldı. Stoacı filozof Apollonius ile Platoncu filozof Bacchius'un öğrencisi oldu. Cornelius Fronto'dan güzel konuşma ve hitabet dersleri aldı. Euphorio'yla edebiyat çalıştı. Ayrıca müzik, tiyatro, geometri, hukuk, Latince ve Yunanca dersleri de aldı.

Felsefeye olan büyük ilgisi yüzünden zaman içinde eğitim gördüğü diğer alanlardan uzaklaşıp hayatını bütünüyle felsefeyle geçirdi.

Kırk yaşında Roma İmparatoru oldu.

Roma'nın ilk ve son filozof imparatoru...

Aurelius'un ölümünden sonra Roma İmparatorluğu her yönüyle çöküş dönemine girdi.

1558'de ilk kez yayımlanan eseri *Kendime Düşünceler* çoğunlukla seferde olduğu yıllarda kaleme alındı.

Marcus Aurelius stoa felsefesi üzerine yazmakla birlikte bu felsefenin prensiplerine göre yaşamayı tercih etmesiyle de kıymetli bir örnek olarak gösterilmeyi hak eder.

Stoacı bir filozof olarak yazdığı her satırı kendi yaşamının süzgecinden geçirmiş olması, yazdıklarının ve düşüncelerinin değerini ayrıca artırır.

On dokuz yıllık imparatorluğunun on yedi yılını seferlerde, savaşlarda, çatışma, kan ve ıstırap içinde geçirmiş olmasına karşın, seferde yazdığı kitaptaki insancıllık, doğaya ve insana saygı, şefkat, sevgi, merhamet, iyilik, sadelik, zarafet ve hoşgörü temalarının fazlasıyla güçlü olması hayli dokunaklıdır.

Ahlak ve siyaset üzerine düşüncelerini kaleme aldığı *Kendime Düşünceler* kitabında Aurelius'un fazlasıyla sorguladığı kavramlardan biri de ölümdür. Ölümlü bir dünyada yaşarken "iyi insan" olmak dışında başka ne seçeneğimiz olabilir ki?

Mademki öleceğiz, o halde insan gibi, insana yakışır biçimde, hiçbir şeyin kölesi olmadan, hiçbir şeyin esaretine ve yoksunluğuna düşmeden, gösterişten, şan ve şöhret kaprisinden uzak, ölüm gerçekliğini unutmadan, yaşamı onurlandırarak bir hayat sürebilmiş olmak gerekir.

"Nasıl da yok olup gidiyor her şey... Evrendeki bütün bedenler, sahip oldukları anılarla birlikte yok oluyor.

Duygularımızın doğasında ne var acaba?

Zevkin çekici, acının ürkütücü, kibrin şöhretin ilhamı olduğu duygusunun temelinde ne var?

Aklımızla bütün bunların kötü, ucuz, çürük ve önemsiz olduğu sonucuna varabilmeliyiz aslında. Konuşmalarıyla, düşünceleriyle başkalarına fikir dağıtanlar kimler mesela?

Peki ya ölüm nedir asıl?

Eğer ölüme tarafsızca bakarsak ve ölümle ilgili bütün fantezileri bir kenara koyarsak, ölümün doğadaki döngünün olağan bir parçası olduğu gerçeği çıkar ortaya.

Doğanın bu doğal döngüsünden korkuyor olmak çocukluk değil de nedir?

Üstelik ölüm doğanın olağan bir döngüsü de değildir sadece, doğanın hizmetkârıdır da. Doğanın faydasınadır.

Ölümlü insanın yaratıcıyla nasıl bir bağ kurduğunu ve onun bir parçası olarak öldüğünde yaratıcıyla nasıl bütünleştiğini, onunla bütünleşmeye hazır bir parça olduğunu da düşün..."

Ölüm, doğal akışın bir parçasıdır Aurelius'a göre. Yaşamı değerli kılan da ölüm olgusudur zaten. Ölümün olduğu bir dünyada ihtirasın, zenginliğin, şöhretin, intikamın, öfkenin, yıkımın, mutsuzluğun bir yeri

ve anlamı olamaz. Zaten bir yerde vedalaşacağımız bir deneyimi, yıkımla, acıyla ve ıstırapla geçirmek neden?

Abartıya izin vermemeli... "Şey"leri fazlasıyla büyütmemeli, anlamlandırmamalı, olduğundan başka değerlerle genişletip yaymamalı... Olanı olduğu haliyle anlamak, görmek, kabul etmek ve deneyimlemek kâfi... Aksi halde üzerine büyük anlamlar yüklenmiş, abartılmış her şeyin kölesine dönüşürüz ki ölümlü insan hayatını köleleştirmek, aklıyla hayvandan üstün bir varlığın aklını kullanamamış olması anlamına gelir.

Hiçbir şey, üzerine anlamlar yüklenmediği sürece iyi veya kötü değildir. Sadece deneyimdir. Olağan akışın bir parçasıdır...

Zenginliği abartmak, buna fazlasıyla anlamlar yüklemek insanı zenginliğinin kölesi ya da kuklası yapar. Aynı şekilde fakirliğin kölesine ya da kuklasına da dönüşmemek gerekir. İnsan her "hal"in içinden asaletle geçebilecek akla sahiptir.

"Gerçekten de ölüm ve yaşam, şöhret ve tanınmışlık, acı ve haz, zenginlik ve yoksulluk, hiç fark gözetmeksizin iyilerin de başına gelir, kötülerin de... Çünkü hiçbiri başlı başına ne iyidir ne de kötüdür. Dolayısıyla iyi de değildir kötü de..."

Durumları, olayları, olguları, hisleri ve deneyimleri "başımıza gelenler" olarak kabul edebilmeli. Başımıza

gelenleri iyi ya da kötü diye anlamlandırmak insanı o deneyimin kölesine dönüştürür. Aklı olan hiç kimse, hiçbir şeyin kuklası olmayı hak etmez.

"Ben denen şey her ne ise, aslında bir parça et, biraz soluk ve akıldan fazlası değil... Bu et parçasını gözünde çok büyütme. Kemiklerden, kandan ve kan yollarından ibaret sadece... Aldığın nefese bak mesela... Her defasında değişen, öncekiyle aynı olmayan bir havayı içine alıp bırakıyorsun. Sonra yine alıyorsun... Aklının ne olduğuna bak. Aradığın şey kitaplarda yok. Kitapları at. Buna izin yok. Daha şimdiden ölümün kapıya dayandığını düşün. Zaten yaşlısın, bedeninin kölesi olma daha fazla... Sanki bir kuklaymışsın gibi bencilce davranışlarının seni oradan oraya çekiştirmesine izin verme..."

Hayat zaten sonsuz bir yolculuk değil... Belki bugün, belki yarın, belki erken, belki geç ama önünde sonunda terk edeceğimiz bir yol... Bu yolu kusursuzca yürümek yaptığın iş için elinden gelenin en iyisini yapmak, özgürlüğünden ödün vermemek, adaletten yana olmak, abartmamak, köleleşmemek, bencilleşmemek, hoşgörü göstermek, esnek olmak, yaşadığın "an"ı onurlandırmaktır...

Bir işi kusursuz yapma gayesinin, başarısızlık korkusu yaratmasına fırsat vermemek çok değerli. İnsan başarının da kölesi olmamalıdır. Başarmak onun ka-

pasitesidir zaten. Başaramamak korkusu yüzünden aslında üstesinden gelebileceği bir işten elini ayağını çekmesi, inancını yitirmesi haksızlıktır. Başaramamaktan korktuğu için kendini çabalamaktan sakınan insan, kapasitesine ve aklına ihanet ediyordur. Bir şey mümkünse, insana uygunsa başarılması da mümkündür elbette. Aurelius'a göre başarısızlık korkusu insanı tembelleştiriyor, vazgeçiriyor ve üretimden alıkoyuyor. Oysa üretmeyen insan mutsuzdur. Sonucun kölesi olmak yerine sürecin öğrettiklerine açık olmak gerekir. Başarıyı elde etmekten ziyade başarmaya giden yolu asaletle yürüyebiliyor ve bu yolda üretmeye devam edebiliyor olmanın mutluluğunu yaşam boyu tatmak çok değerlidir.

"Bir işi başarmak sana zor geliyorsa, o işin insanüstü meziyetler gerektiren bir iş olduğunu düşünme. Tam aksine eğer bir şey mümkünse ve insanın yapabildiği bir işse, senin de bunu başarabileceğini düşün."

İnsan, aklını kullanmadığında hislerinin de kölesi ya da kuklası olmaya yatkındır. Bu yüzden hislerimizle ilgili de abartılı ve saplantılı bir seçim yapmaktan kaçınmalı... Hisler de iyi veya kötü değildir. Hisler de doğru veya yanlış değildir. Sadece deneyimlerdir. Mühim olan hiçbirine olduğundan fazla anlamlar yüklememek, abartmamak, büyütmemek ve küçümsememek... Geçmişle geleceği arasında sıkışıp kalmamayı seçen akıllı bir insan, zaten hislerinin kölesi olmaktan da özgürleşir.

Aurelius için şu an, insanın sahip olduğu en büyük servet... Bu servetin farkında olmak, hakkını vermek ve iyi değerlendirmek gerekir. Çünkü eğer bir gelecek varsa bu ancak şimdinin hakkını vermekle gerçekleşecektir. Eğer bir gelecek yoksa, şimdiden başka kaybedilecek hiçbir şey de yok demektir. İnsanın yaşadığı andan başka bir gücü ve kaybedeceği başka bir serveti olamaz.

"Kendine sürekli şunu tekrarlayarak aklındaki boş izlenimleri yok et:

'Ruhumda herhangi bir kötülüğün, arzunun, beklentinin ya da herhangi bir rahatsızlığın olup olmaması tamamen benim elimde... Ama bunun için her şeyi olduğu gibi görmeli ve her şeye sadece hak ettiği kadar değer vermeliyim.'

Doğanın sana bahşettiği bu gücü aklından hiç çıkarma."

Peki, şu anın hakkını vermek ne demektir?

İnsan sahip olduğu tek servet olan şimdinin farkına nasıl varabilir?

Tabii ki doğanın ona verdiği gücü kullanarak...

Nedir o halde doğanın insana verdiği bu güç?

Akıl...

İnsan aklı, her şeyi olduğu gibi görüp değerlendirebilecek beceriye sahiptir.

"An"ın içinde her ne yapıyorsan ya da ne yaşıyorsan abartıya kaçmadan, gösterişe kapılmadan, büyütmeden olanı olduğu haliyle kabul etmek, hak ettiği kadar değeri ona göstermek aslında "an"ın hakkını vermektir.

İnsan, aklı yoluyla abartıdan uzak kalmayı başarır, dengenin gücünü ve zarafetini yakalarsa aslında içsel olarak kendini birtakım rahatsızlıklardan da koruyabilir.

Tutku, hırs, ihtiras ve kötülük gibi yıkıcı duygular aslında birer rahatsızlıktır. Bunları olduğu gibi görmek, ne verdiğini ve ne aldığını bilmek, buna göre hak ettiği değer kadarıyla konumlandırmak çok önemlidir ve çok da gereklidir.



"Bütün olaylar
ve durumlar
sadece bir
ırmaktır aslında...
Zaman coşkun
bir sel
gibi akar."



-III-

"Hatırlayan da geçici, hatırlanan da..."

Marcus Aurelius, Roma stoacılarından Seneca gibi ruhun ölümsüz olduğuna inanıyor. Ölümsüz ruhun yaratıcıya döneceği inancı ve taşıdığı din duygusu yazılarında da düşüncelerinde de açıklıkla ifade bulur.

Düşünmek ve sorgulamak, Aurelius açısından çok kıymetli bir eylem. Dünya hayatında acıya meyilli insanın, kendini gerçekleştirmesi, böylece sağlıklı bir ruhsal yapıya ve bedene sahip olması için düşünceye ve sorgulamaya alan açması gerektiğini savunuyor. Akıllı insan düşünen insandır, sorgulayan insandır, buna göre düşüncelerini ve deneyimlerini değiştirebilen, öğrendikleriyle dönüşendir.

Ve bu aslında bir düzendir ya da büyük düzenin, düzenli bir parçasıdır. İnsanın değişimi evrenin kusursuz düzeninin bir getirisidir.

"Mükemmel bir düzenle de olsa, rasgele de olsa evrenin içinde bir düzen vardır. Senin bile içinde bir düzen varken bütün evrenin içinde bir düzensizlik olabilir mi? Ayrıca her şeyin birbirinden tamamen ayrı olduğu halde yine de iç içe gerçek uyum içinde bir bütünü oluşturduklarını hatırlamak lazım..."

Evrenin kusursuz bir düzene sahip olduğunu söyleyen Aurelius, bunun erdemli bir düzen olduğunu ifade eder. İnsanın düzensizlik, haksızlık ya da kötülük olarak adlandırıp yaşadığı şeylerin de bu büyük iyilik düzeninin gerekli bir parçası olduğunu savunur. Diğer stoacılar gibi Aurelius da iyiliğin düzenin içinde zaten bulunduğunu ancak ortaya çıkması için de aklı kullanmak gerektiğini söyler.

"Bir aklın var mı?
Var...
O halde neden kullanmıyorsun aklını?
Aklın görevini yapabiliyorsa daha başka ne istersin ki?"

Değişim, evrenin doğasında vardır. Değişim bir düzendir, sistemdir. Hiç kimse, bir gün evvelki hali gibi bile değildir. Her yeni gün, hatta her yeni an, insan kendini dönüştürür. Çünkü her an yeni bir deneyimdir, aldığı soluğu bile bırakmış, artık yenisini içine çekmiştir. Böylece kendini var etmeye devam etmektedir. Dolayısıyla düzenin içindeki iyiliği bulacak olan da odur.

Yokluğun içindeki varlığı, kayıpların içindeki kazancı, gözyaşının içindeki mutluluğu, savaşın içindeki barışı bulup çıkaracak ve deneyimleyecek olan da odur.

İnsan kendini başıboş bırakamaz. Bu akla ihanet olur. İnsanın aklını kullanmaması ayrıca yaratıcıya da ihanettir. İnsan her daim ve sürekli içine dönmeli, içindeki uçurumlara bakmalıdır. İnsanın hesabı sadece kendiyle olabilir.

İyi insan olmanın, erdemli yaşamanın ve yetinmenin bir yolunu bulmalıdır insanoğlu. Ahlaklı ve erdemli olmak yolunda insanın yıkıp yok etmek yerine, yetinmeyi keşfetmesi, bununla uyumlanması esastır. Daha iyisini, daha fazlasını, daha büyüğünü, daha gösterişlisini, daha yükseğini istemek ya da bunlara ulaşmak bir insanı mutlu, başarılı ve huzurlu yapmaya yetmez.

"Kimileri kırsalda, sahilde ya da dağlarda kendilerine çekilebilecekleri yerler ararlar, sen de bunu istiyor, arzuluyorsun. Oysa bu tümüyle saçma... Çünkü istediğin zaman kendine çekilebilirsin. Hiçbir yer insanın kendi zihninden daha huzurlu ve rahat olamaz. Üstelik düşünüyor olmanın bile huzur veren bir tarafı vardır. Huzurdan kastım tabii ki kendi içindeki dinginlik... Her zaman kendi içine sığınmaya, kendine yönelmeye ve böylece yenilenmeye ayarla iç düzenini..."

Aurelius, gerçek huzurun ancak ve ancak insanın kendinde bulunabileceğine inanıyor. İnsan zihnini

cennete dönüştürmediği sürece yeryüzünün hiçbir köşesinde bir cennet bulabilme ihtimali yoktur.

Gerçek huzurun, gerçek cennetin, tamlığın ve dengenin inşa edilmesi gereken asıl yer insanın zihnidir. Bütün çaba, bütün inşaat, bütün restorasyon insan zihni üzerinde gerçekleşmelidir.

Kaçış, yorgunluktan ve çaresizlikten ileri gelir ki bir noktada herkesin hakkı olabilir. Yenilenmek, güç toplamak, tazelenmek için uzaklaşmak, dinlenmek, huzura çekilmek, tembellik hakkını kullanmak elbette ki yersiz değildir. Çünkü kaçış da geçici olmak zorundadır. Kaçış da bir amaca hizmet etmek zorundadır. Ancak sonsuz bir kaçış yaşamın doğal akışına terstir. Yaşam bir kaçış değil, arayıştır. Gelişmenin, büyümenin, erdemli ve ahlaklı olmanın bir yolunu bulmaktır. Dolayısıyla deneyimlerden, durumlardan, olaylardan, insanlardan, hislerden ve doğanın düzeninden kaçmak felsefeye de aykırıdır. Üstelik bütün bunlardan uzaklaşmak için insanın kendini ıssızlaştırması, yalnızlaştırması, dağlara tepelere gidip inzivaya çekilmesi, yaşam akışından soyutlanması da akıl kârı değil. Çünkü ihtiyacı olan huzuru, dinlenmeyi, sakinleşmeyi ve yenilenmeyi yakalaması gereken yer, zihnidir. İnzivanın içinde dağlarda, köylerde, tepelerde farklı bir düzen söz konusu değildir. Cennet, zihinde inşa edilir. Sorunlardan uzak durmanın yolu mekân değiştirmek ve yeni mekânlara sığınmak olamaz.

"Yönetici aklını, kendisinin var olma sebebi olan işi yapmasına teşvik etmediğin için, sayısız sorunlara ve dertlere maruz bıraktın kendini..."

Sorun zihindedir. Huzursuzluk zihindedir. Bütün bunların üstesinden gelmek de her an mümkündür. İnsan kendine çekilerek, kendine sığınarak, zihninin içinde sağlam ve sağlıklı bir muhakeme oluşturarak içine yönelirse, kendini yeniler.

İnsanın bulunduğu her yer, her an için bir cennet hatta bir inziva ve huzur alanı olabilir. Yeter ki cennet, zihinde inşa edilmiş olsun.

İnsan zihni terbiye edilmediğinde, başıboş bir halde olana maruz bırakıldığında kolayca cehenneme dönüşebilir. Ne de olsa zihin, bir örüntü mekanizması. Bir olumsuzluk ilmeğinin üzerine, yaşanmış ya da yaşanabilecek sayısız olumsuz ilmekler atabilme ve kalın bir huzursuzluk battaniyesiyle kendini örtebilme kabiliyetine sahip. İşte tam da bu yüzden zihni başıboş bırakmamak çok önemli... İşin acıklı tarafı cehennemden kaçarak kurtulmak mümkün değil. Zira cehennem içeridedir, taşınabilirdir. Nereye gidilirse gidilsin seyahat eder. İster inzivaya, ister doğanın kucağına, ister ulu dağlara, yeşil yaylalara, masmavi denizlere, sapsarı kumsallara... Hiç fark etmez... Cehennem, zihne yerleşmişse, bütün cennet köşeleri yakıp kavurur, altüst eder. Sorunlardan kurtulmak için bir yerlere kaçıp gitmek hem beyhude bir çabadır hem de yanlıştır. Bu yanlış

çabadan olumlu bir sonuç almayı beklemek akılsızlıktır. Anlık iyi hissedişler, anlık rahatlamalar cehennemin ateşinin söndüğü anlamına gelmez. En iyisi yine her zamanki gibi insanın dinlenmek için, iyileşmek, gelişmek ve sorunlardan kurtulup mutlu olmak için yapabileceği en iyi şey, kafasının içinde bir inşaat başlatmasıdır. İşte o vakit her an bir inzivadır, her an bir dinlenmedir, her an huzurdur, her an mutluluktur. İnsan kendine çekildikçe ve zihnini terbiye ettikçe sorunlarından kaçmak için seyahatlere çıkma özlemi içinde yanıp tutuşmaz.

Üstelik Aurelius'a göre her şey akar... Gelir ve geçer. Kalıcı olan hiç ama hiçbir şey yoktur. Bu yüzden cehennem de zaten kalıcı olamaz. Sorunların da akıp geçmesine izin vermek gerekir. Onları tutup ilmik ilmik örmek yerine, geldikleri gibi gitmelerine fırsat tanınmalıdır.

Aurelius şunu hiç unutmamak gerektiğini de savunur ayrıca: Her şeyin zaten anbean değişmekte olduğu bir dünyada, gelip geçici olan hiçbir şey "iyi" olarak algılanmaya layık olmayabilir ancak bütün bunların kötü olduğuna hükmedip farklı bir algı da geliştirmeye gerek yoktur. Yani korku da kaygı da yersizdir.

"Bir yerde yaşamak mümkünse
orada insanca yaşamak da mümkündür.
Sarayda bile insanca yaşanabilir..."

-IV-

"İnsanlar birbirinin faydası için
dünyaya gelmişlerdir.
Bu yüzden ya eğit onları ya da
tahammül et onlara..."

İnsan doğanın bir parçasıdır. Hatta yaşadığı evrenin bir parçasıdır. Yalnız değildir. Tek kişilik bir evrende yaşamıyoruz. Dolayısıyla hepimiz doğayla da, toplumlarla da, kültürlerle de ilişki halindeyiz. Bencillik etmeye hakkımız yok. Biri diğerine karşı her zaman sorumludur. İnsan, içinde yaşadığı topluma da, doğaya da duyarlı olma erdemine sahip olmalıdır.

Yaşadığımız hayata faydalı olabilmek için elbette kendimize değer vereceğiz, kendimizi koruyacağız, geliştireceğiz, dinlendireceğiz, seveceğiz, yeteneklerimizin ve gücümüzün farkında olacağız. Ancak tam da bu noktada uyanık olmak zorundayız.

İnsanın kendine verdiği değer, bencilce olmamalıdır.

Bencillik bir hastalıktır. Yalnızlaştırır, hırçınlaştırır, çatışma yaratır ve köreltir.

İnsanın yüksek amacı başkaları için de fayda üretebilmek olmalı...

Biri diğeri için vardır bu hayatta.

İnsanlar birbirleri için yaratılmışlardır.

Birinin varlığı diğerininkine bağlıdır.

Ekmeğinden yiyen yoksa bir fırıncı ne işe yarar ki?

Akıllı bir fırıncı pişirdiği ekmeklerle açların karnını doyurduğunu, onları iyileştirdiğini, onlara çalışma ve üretme fırsatı verdiğini bilir. Buna göre yaptığı ekmeğin en temiz, en leziz, en işe yarar, en faydalı ekmek olmasını ister, bunun için çabalar. Karnını doyurduğu insanları tanısa da tanımasa da bu hayatı onlarla birlikte yaşadığını bilir. Bir öğretmenin, bir öğrencinin, başka sanatlarda ustalaşmış emektarların, annelerin, babaların, yolcuların karnını doyuruyor olmak, onların gücünde ve sağlığında emeğinin olduğunu bilmek o fırıncıya ayrıca bir sorumluluk verir, vermelidir. Çünkü o fırıncının da varlığı, beslediği insanların varlığına bağlıdır. Onlarla alışveriş içindedir.

Bu yüzden de en lezzetli, en temiz, en güzel ekmeği pişirmelidir o. Hatta ustalığını başkalarına da aktarmalıdır ki hayat devam ettiği sürece güzel ekmekler pişmeye devam etsin. Böylece usta fırıncılar, başka zanaatkârları, öğretmenleri, öğrencileri, anneleri, çocukları

doyurabilsinler. Çünkü onlar da başkalarını güzel doyurdukça hayatta kalabileceklerdir. Mutlu olacaklardır.

"Bir iş mi aldım elime?

O halde bütün insanlığın yararına olduğunu düşünerek yaparım işimi..."

Faydalı insan, mutlu insandır.

Başkasına yararı dokunmuş birinin uzun vadede mutsuz olması mümkün değildir.

Bencilce kendi çıkarları için çabalayanlar elbette önünde sonunda yıkım yaşayacaklardır. Uzun vadeli bir mutsuzluğun pençesine düşeceklerdir.

Kendi faydasının peşine düşen, başkalarının faydasından çalar, böylece kendi yıkımını başlatır. Beslediği hiç kimse ve hiçbir şey olmadığı için, besleneceği hiçbir kaynak bulamayacaktır.

Dolayısıyla insan, insan içindir.

Bir işte ustalaşmak, başkasına fayda sunmak adına çok kıymetlidir. Faydanın sürekliliğini düşünmek ve bu konuda da sorumluluk alıp başka ustalar yetiştirmekse mutlulukların en büyüğüdür.

İnsan kendine faydalı olmak istiyorsa başkasına faydalı olmanın bir yolunu bulmalıdır. Mutlu olmak isteyen, üretmelidir. İyileşmek isteyen, iyileştirmelidir. Var olmak isteyen, var etmelidir. Sevilmek isteyen sevmelidir. Büyümek isteyen kişi, usta yetiştirmelidir.

Bu böyledir ve bu kadar basit, bu kadar kolay ve bu kadar anlaşılabilirdir işte.

Yalnızlığın ve mutsuzluğun temelinde insanın başkalarına yabancılaşması, doğadan uzaklaşması ve üretimden vazgeçmesi yatar.

Doğaya ve topluma yabancılaşmak, insanın varoluşunu reddetmesidir ki bu ruhsal ve fiziksel olarak da hastalanmaya yol açar.

"Mutluluk" stoacılar açısından en yüksek amaçtır.

Mutluluğun içinde efendilik vardır.

Duygularına, hareketlerine, üretimine, seçimlerine, aklına efendilik edebilen kişi, fayda üretir. Başkalarının yolculuğunda büyük ya da küçük pay sahibidir, dolayısıyla mutludur. Çünkü o insan tıpkı doğa gibidir.

Stoacılara göre yüksek amaca giden yolda doğayla uyum ve bütünlük temel prensiptir.

Aurelius da doğaya uygun yaşayan insanın mutlu olduğunun altını çizer. Doğa gibi olan insan, mutlu insandır. Doğa gibi olan insan, doğaya karşı da saygılı ve sorumludur.

Evrenin aklı doğadır...

"Yüzdeki görülen kızgınlık tamamen aykırıdır doğaya. Buna sürekli devam ediyor olmak, yüzün güzelliğini ve etkisini yok eder. Sonunda yüzdeki güzellik geri dönülmez şekilde silinir gider. Artık bir daha canlandırılamaz.

Dolayısıyla bundan kızgınlığı ve öfkenin akla aykırı olduğu sonucuna ulaş."

Doğada öfke yoktur. Mizaç vardır.

Çatık kaş, önyargıdır. Nefrettir, korkudur, insanın korktuğu şeyden kendini koruma çabasıdır ve yersizdir. Alışkanlık haline gelmesi de ne yazık ki yıkıcı, yorucu ve yok edicidir.

Çatık kaş bir kalkandır. Ne var ki koruyucu değildir. Kişiyi deneyimden, yoldan ve üretimden alıkoyar. Toplumdan uzaklaştırır, yabancılaştırır. Çatık kaşlı birinin başkasına fayda üretmesi mümkün değildir. Dolayısıyla kendi varlığını da sürdüremez. Başkasına fayda üretemeyen kendi yıkımının da sebebi olur.

Elbette insan zaman zaman korkuya, güvensizliğe ve öfkeye kapılabilir, umutsuzluk hissedebilir. Unutulma korkusu, ölüm korkusunu besleyebilir. Bu yüzden yorgun, amaçsız ve bitkin düştüğünü düşünebilir. Ancak bilmelidir ki bu da geçicidir. Çünkü hayat içindeki her şeyle birlikte sürekli akar, akar, akar... Kendini her daim yeniler, tazeler... Kişi bilmelidir ki doğanın mevsimlerinden biridir bu da.

"Değişime maruz kalmamış insan nerede bulunur ki?"

Doğa anbean yenilenen ve değişen bir sistem... İnsan da doğanın bir parçası olarak böyle olmalıdır.

Çünkü değişime ve akışa direnen kaybeder, yok olur. Mühim olan döngüye güvenmektir. Döngünün yenileyici ve tazeleyici olduğunu bilmektir.

Her şeyin geçici olması yaşamın en büyük konforu...

Canlılığa bahşedilmiş en büyük nimet...

İyi ki her şey geçici...

İyi ki her şey akıp gidiyor.

İyi ki hiçbir şey sonsuza dek yerinde çakılı kalmıyor.

Döngüye teslim olmak kıymetli bir prensiptir. Yaşamın sürekliliği döngü sayesindedir. Döngüye direnen yok olmaya mahkûmdur. Bu noktada akışı kabulleniş gerekir.

Gözlerin açık olmalı!

Hayat uykuda geçirdiğin bir süreç olamaz. Uykulu bir yaşamdan daha büyük bir hezeyan ve mutsuzluk yoktur.

O yüzden dikkatli bak yaşadığına. Dikkatli bak doğaya, akışa ve döngüye...

Neye tutunduğunu ısrarla sor kendine.

"Neye tutunuyorsun?"

Çünkü tutunduğun her ne ise hareket kabiliyetini alır elinden. Akışa teslim olamazsın, döngüye giremezsin. Tuttuğun şey direnç gösterdiğin yerdir çünkü...

Kaybettiklerine tutunuyorsan, kazanamazsın.

Kazandıklarına tutunuyorsan, kaybedersin.

Sevdiklerine tutunuyorsan, koruyamazsın.

Yalnızlığına tutunuyorsan, üretemezsin.

Ürettiklerine tutunuyorsan, usta yetiştiremezsin.

Dolayısıyla tıpkı doğa gibi almaya ve vermeye razı, her an döngüye ve değişime teslim, eminlik içinde olmak esastır.

"Kendine güvenmek" meselesini doğru anlamak problemi büyük ölçüde çözecektir.

Kendine güvenmek, yaptıklarına ve yapacaklarına güvenmek demek değildir.

Kendine güvenmek, sahip olduklarından ve olmadıklarından emin olmak demek değildir.

Kendine güvenmek, övgüye ya da yergiye maruz kalmaktan etkilenmiyor olmak değildir.

Kendine güvenmek, kaybetsem de yeniden başlarım inadına sahip olmak demek de değildir.

Kendine güvenmek, döngüden emin olmaktır.

Her şeyin geçici olduğunu bilmektir. Bunu kabullenmektir.

Mevsimler de geçer hayat da geçer, iyi de geçer kötü de geçer, zenginlik de geçer yoksulluk da geçer, gençlik de geçer güzellik de geçer, şöhret de geçer zafer de geçer, acı da geçer ağrı da geçer. Sevdiklerin de geçer gider, sevmediklerin de geçer gider, elindekiler de geçer gider, istiflediklerin de geçer gider...

Sen dahil kalıcı hiçbir şey yoktur doğada...

Bu doğa nice insan ve hayvan nesilleri gördü...

Onlar bile gelip geçtiler...

Doğa kaybettiği şeye tutunmaz, çünkü doğa kaybetmez. Verir ve alır. Her şey geçicidir. Mevsimler, meyveler, ürünler her şey... Doğada mülkiyet yoktur. Hayvanlar mülksüzdür. Sahip olduğunu sandığın şeyler seni aldatmasın. Çünkü bunlar da geçici...

Sen de geçicisin!

Amacın unutulmamak olamaz.

Unutulacaksın...

Hizmetini yap ve git...

Mülkiyet ve sahip olmak önemli değil, önemli olan vefalı olmak... Yoluna destek olan her şeye saygı duymak...

"Bir zamanlar ünlü olan pek çok insan nasıl da unutulup gitti... Onları övgülere ve iltifatlara boğanlar da keza öyle..."



"Yakında
her şeyi
unutacaksın
ve her şey
seni unutmuş
olacak..."



-V-

"İnsan, kendine faydası olmayan
hiçbir şeyi önemsememeli...
Zira faydası olmayana zaten ihtiyacı da yoktur..."

Marcus Aurelius'un imparator olduğu yıllarda Roma, en parlak dönemlerini yaşadı. Zira Aurelius, iyi bir yöneticiydi. Hayatının büyük bir kısmı seferlerde geçti. *Kendime Düşünceler* adlı başyapıtını da yine katıldığı zorlu seferler sürecinde kaleme aldı. Siyasi ve ahlaki olarak değerli ilkelere sahipti. Bilgisini ve kültürünü zihninde arşivlemeyip bunları yaşamının, seçimlerinin, kararlarının, davranışlarının ve erdeminin doğal birer parçasına çevirmiş olması onu ayrıcalıklı ve özel kılıyordu muhakkak. Dolayısıyla saygı ve hayranlık uyandıran bir liderdi. Bir devlet adamı olarak elbette ağır sorumlulukları vardı. Zengin bir imparatorluk ailesinin ferdi olduğu halde, savurganlığa, sefahate, zevklere, harcamalara kapılmaması bir güven ve istikrar kaynağıydı halk açısından.

Üstün bir akıl olarak görülüyordu. Rüyalarında tanrılardan aldığı ilhamlar olduğu söyleniyordu. Bu inanış belki bir nevi peygamberlik özelliği de katıyordu ona. Evrene ve insanlara yol gösteren kişi sayılıyordu.

Hem filozof hem lider...

Ne var ki Roma'da her an sürekli bir güllük gülistanlık hali söz konusu değildi. Aurelius'un sıkıntısız, rahat, keyifli ve entelektüel bir yaşam sürdüğünü söylemek doğru olmaz. İmparatorluğu boyunca pek çok sorunlarla da karşılaşmıştır. Savaşlar görmüş, seferlere çıkmıştır. Devlet yönetim kadrosunda da, askeri kadrolarda da birtakım oyunlarla, stratejik hamlelerle, entrikalarla karşılaşmıştır. Ülkesinde salgın hastalıklar yaşanmıştır.

Özellikle Hıristiyanlık konusu başlı başına bir mesele olmuştur. Aurelius'un emriyle Hıristiyanlara zulmedildiği bile söylenmiştir.

İmparator bütün bunlarla mücadele etmek zorunda kalmıştır. Ancak onun stoacı inanışı, yani stoa felsefesine bağlılığı, hatta bunu bir yaşam biçimi haline dönüştürmüş olması zorlukları çözerek içinden geçmesine yaramıştır.

Aurelius, varoluş amacını hiçbir zaman unutmadı. Hayatı boyunca üstün bir amaca hizmet etme gayreti içinde oldu.

Hazzın, gücün ve iktidarın kölesi olmadı. Böylesi ucuz bir yaşam deneyimi için dünyaya gelmiş olamayacağına inandı.

"Peki ben hangi amaç için doğdum?" sorusu bu yüzden çok önemlidir onun için.

"Her şey bir amaçla var olmuştur.
Mesela bir at ya da bir asma...
Hepsi bir amaç için yaratılmıştır.
Şaşırtıcı mı?
Güneş bile bir amaç için doğduğunu söyler.
Diğer bütün tanrılar da öyle...
Peki ya sen hangi amaç için geldin dünyaya?
Zevkusefa sürmek için mi?
Bu düşüncenin doğru olması mümkün mü sence?"

Her şeyin geçici olduğu, er ya da geç bir gün zaten terk edeceğimiz ölümlü bir dünyada üstelik arkamızda sadece bir parça et, kemik, ter ve tuz bırakıp gideceğimiz bir yerde kibre kapılmak, böbürlenmek, kendini üstün görmek, ayrıcalıklı kılmak, alkışlanma ve övülme telaşına düşmek fazlasıyla gülünç değil mi?

Bu komik mücadeleye girmektense dünyada hangi amaç için bulunduğunu fark edip, eşsiz bir mütevazılık içinde amacını gerçekleştirip hayat sahnesinden gelip geçmek en azından boşa yaşamadığı sonucuna götürmez mi insanı?

Varoluş amacı, büyük ve kutsal değildir.

Varoluş basit, sade ve güzeldir.

Bir at neden var olduğunu bilir. Buna göre bir yaşam sürer yeryüzünde. Üstün aklın bilincine sahiptir. Kibre, şöhrete, övgüye, hazza, zevkusefaya, gösterişe, abartıya kapılmaz. Yürür, koşar, taşır ve sadık kalır... Üstün amacının bilincindedir.

Bir asma neden var olduğunu bilir. Buna göre bir yaşam sürer yeryüzünde. Toprağa tutunur, doğaya güvenir, yeşerir ve üzüm verir... O da üstün amacının bilincindedir.

İnsan da neden var olduğunu bilmelidir. Buna göre bir yaşam sürmelidir. Aklının oyununa gelmemelidir. Aklının onu aldatmasına izin vermemelidir. O da tıpkı doğa gibi sahip olduğu üstün aklın bilincinde olmalı ve bunu tezahür ettirmelidir yaptıklarında ve yapmadıklarında...

Tutku bir akıl oyunudur. Hırs ve haz da keza öyledir. Lezzetlidir çünkü... Aldatıcıdır. İşte bu noktada da tutkularından ve hazdan özgürleşmelidir insan. Konfor alanının kölesi olmamalıdır. Çünkü onun bir varoluş amacı vardır. Neden dünya sahnesinde olduğunu unutmaya hakkı yoktur. Konfor bağımlılığı tüketicidir. Üstelik sonu da yoktur. Kişiyi varoluş amacından uzaklaştırır, ona yüksek görevini unutturur, yeteneklerini daha tohumken kurutur, gelişmesine müsaade etmez, değişmesine fırsat vermez, büyümesine imkân tanımaz.

Haz düşkünlüğü, varoluşa ihanettir.

Tutkunun, hazzın ve ihtirasın kölesi olmuş hiç kimse yeryüzündeki amacını gerçekleştiremediği için gerçek mutluluğu ve tatmini yaşayamaz.

Hazzın kölesi olmuş kişi huzursuzdur. Hazzı kaybetme korkusu ıstıraptır onun için. Sahiden de konforunu yitirdiğinde çaresiz, yaralı ve kayıptır.

"Yönetici akıl, kendine çekildiğinde ve istemediği şeyleri yapmadığı için kendinden memnun olduğunda yenilmezdir. Akıl, verdiği kararlarda mantığa yaslandığında ve düşünce konusunda dikkatli ve özenli olduğunda çok daha güçlü olacaktır. İşte bu yüzden tutkularından arınmış bir zihin güçlü bir kaledir. İnsan saldırılardan korunmak ve güvenle sığınmak için daha sağlam bir yer bulamaz. Bunu sadece bilgisizler anlayamaz. Ancak anladığı halde kullanmayanlarsa ne yazık ki mutsuz olurlar."

Hazzın esiri olmamış kişi özgürdür, güçlüdür ve güvendedir. Onun için çaresizlik, yoksunluk ve ıstırap söz konusu bile değildir. Çünkü o varoluşunun sahibidir. Yöneticisidir. Hiçbir bağımlılıkla, hiçbir konfor yoksunluğuyla tehdit edilemez.

"Banyon nasıl görüyor sana? Kir, ter, pislik, yağlı su ve mide bulandırıcı bütün her şey... İşte yaşamın her tarafı ve bütün nesneler tıpkı öyledir."

Gösteriş ve abartı bir sanrıdır. Acıklı bir iyi hissetme halidir. Zavallı bir bağımlılıktır. Dünya deneyimini değerli kılacak olan anlayış, varoluş amacının farkında olmak ve bunu zarafetle ifa etmektir.

Aurelius, sahip olduğu büyük imparatorluk erkiyle yüzleşirken bile nahif ve gösterişten uzak durmayı tercih etmiştir.

Olaylar ve durumlar çok şeye maruz bırakabilir insanı. Hepimizin üzerine pek çok duygu ve deneyim bulaşabilir.

İtibar, güç, yaptırım, para, şöhret sahibi de olabiliriz. Bütün bunlara da maruz kalmak mümkün... Keyif, haz ve konfor da yaşıyoruzdur muhakkak. Birtakım unvanlar da taşıyoruzdur mesela. Kimilerinde şaşkınlık, hayranlık ve ilgi uyandıran unvanlar hatta...

Ne var ki bunlar da üzerimize bulaşmış deneyimlerdir günün sonunda. İnsanın yıkandığı suda bıraktığı köpük, ter ve kir gibidir. Kimse bu amaç için dünyaya gelmiş olamaz. Yıkandığında üzerinden akıp gidecek olan hiçbir şeyin kibrine kapılamazsın, kapılmamalısın.

"Yakında bir kül ve kemik yığınına dönüşeceksin. Bir isimden fazlası olmayacaksın.

Hatta belki bir ismin bile olmayacak...

Hem isim dediğin de nedir ki zaten?

Sadece bir ses ve yankı...

Yaşamda çok değer verilen şeylerin hepsi boş, çürük ve adidir..."

Varlığının tek sebebi, yıkandığın vakit üzerinden akacak kadar geçici, değersiz, hatta tehlikeli olduğu için pis bile sayılabilecek unvanların, konforun, şöhretin ve haz düşkünlüğün olabilir mi?

Elbette ki hayır...

Olmamalı...

Bu konuda dikkatli ol ve her zaman uyanık kal!

Nesnelere ve unvanlara yüklediğin büyük anlamları gözden geçir. Olaylara ve durumlara karşı da tarafsız kalamadığını fark et. Yargılarının ve yorumlarının farkında ol.

Her nesneye, her duruma, her deneyime, her "şey"e duygular ve yargılar atfediyorsun.

Unvanların, varlığının bir parçasına dönüşmemeli. Üzerinden soyunduğunda geriye senden başka hiçbir şey kalmayacakmış gibi ya da büyük bir parçan eksilecekmiş gibi hissedeceksen, unvanına yüklediğin yersiz anlamları bir kez daha sorgula. İsminin önüne yerleştirilmiş hiçbir şey sana değer katamaz, senden değer çalamaz. Hatta kendi ismin bile sana bunları yapamaz.

Değer verdiğin her şeyin farkında ol.

Hepsi gelip geçici, boş ve çürük...

Yaşam, zihnin bir kurgusu...

Dolayısıyla zihni, sanrılardan korumak gerekir. Aldanmışlığın ve yalanın içinde sahte bir ıstırapla debelenip durmanın ne anlamı var?

"Nesnelerin hepsi, kapının dışında duruyor, kendi kendilerine hiçbir şeyin bilincinde olmadan ve hiçbir şey açıklamadan.

Peki, onlara anlam veren ve onları açıklayan şey ne?

Elbette ki yönetici olan aklımız..."

Doğada insandan başka hiçbir canlı yoktur ki mülkiyete, şöhrete, unvanlara, varlığa ve duygulara yaşamsal anlamlar yüklesin ve buna göre hayatını idame ettirsin.

Mutsuzluğunun temelinde, olanı ve olmayanı nasıl yorumladığın yatıyor. Bir işi başaramadığında bunu bir hezeyan olarak yorumlayan ve özgüvenini kaybeden de sensin, aynı olayı bir motivasyon kaynağı olarak görüp bir kez daha başarmayı deneyecek olan da sen olabilirsin. Hatta belki başarmak için mücadele etmek yerine, bu süreçte öğrendiklerini cebine koyarak bambaşka bir yol inşa etmeyi seçecek olan kişi de olabilirsin.

Olaylar ve durumlar tek başlarına hiçbir şey ifade etmezler. Üzerine bir yorum ve yargı oluşturulmadığında ortada boş bir "şey" olarak dururlar.

"Kaza" örneğin...

Yorumlanmadığında, yargılanmadığında ve bu kelimeyle ilgili herhangi bir duygu üretilmediğinde orada öylece durur.

Sahneye adımını attığın kazayı felakete dönüştürmen de mümkün, fırsata da. Başına gelenlerle dinginliğe de varabilirsin, öfkeye de...

İş ki aklı doğru kullanmak mümkün olabilsin...

İnsan zihni olan hiçbir şeyi değiştiremez, ama olanı yorumlayarak ve yargılayarak sonuçları değiştirebilir.

Kime ve neye ne anlamlar yüklediğinin farkında olman çok değerli.

Yüklediğin anlamlarla, yargılarınla ve yorumlarınla kendine yeni bir kader yazdığının bilincinde ol. Başına geleni değiştiremeyebilirsin ama başına geleni yargılama ve yorumlama şeklin bundan sonraki süreci de sonucu da etkileyecektir.

"Ben insan olarak üzerime düşeni yapıyorum. Hiçbir şey beni adil olmaktan alıkoyamaz..."

-VI-

"Adaletsizlik günahtır."

Aurelius, bir imparator olarak kanun koyucuydu da aynı zamanda. Adalet sisteminde de pek çok yenilikler yapmıştır, kanunlar çıkarmıştır. Yasaları yeniden düzenlemiştir. Ülkesinin adalet sistemini yapılandırmıştır. Stoacı düşünüş biçiminin ürünü olan yaptırımları ve kanunları da olmuştur tabii ki.

Ayrıca Roma'da yaşanan doğal afetler peşi sıra pek çok sorunu beraberinde getirdi. Su baskınları, salgınlar ve depremler, hayatı iyice zorlaştırdı.

MS 161 yılında Tiber Nehri taştı mesela. Böylece Roma'da sıkıntılı günler başladı. Pek çok yapı zarar gördü... Ambarlardaki tahıllar kullanılamaz hale geldi. Kıtlık baş gösterdi. Hastalıklar ve salgınlar başladı. Hayvan ölümleri yaşandı. Depremler yüzünden de Roma'nın büyük bir kısmı yıkıldı.

Partia Savaşı da aynı yıl yaşandı. Ne var ki ordunun ülkeye geri dönmesi beraberinde yeni sorunları da getirdi. Askerlerin ülkeye taşıdığı salgın hastalıklar yüzünden sayısız ölümler yaşandı.

Böylesi dertli günlerde filozof bir imparatorun adaleti nasıl sağlayacağı büyük ve haklı bir beklentidir kuşkusuz.

Sürekli savaşlara giren bir ülke olarak yaşanan ekonomik zorluklara rağmen, Aurelius, halktan alınan vergilerin son derece düşük olması konusunda hassasiyet göstermiştir.

Ceza hukukundaki sınıf ayrımı meselesine el atmıştır. Hafifletici bir sebep olarak sınıflar arası ayrımın gözetilmesini değil, pişmanlığı, dürüstlüğü, itirafı temel almıştır.

Yasaların insanileşmesi yolunda önemli yenilikleri olmuştur. İmparatorluğun kölelerine birtakım askeri görevler vermiştir.

Aurelius için adaletli olmak, adil olmak çok önemlidir. Adalet evrensel bir kuraldır. Evrensel kanunlar ve evrensel düzen herkes için aynıdır. Doğa da üzerinde yaşayan her canlıya karşı aynı mesafededir. Su herkes için aynı sudur. Toprak herkes için aynı topraktır... Hava herkes için aynı hava... Her canlı kendi yapısına göre faydalanır hepsinden. Kimi az alır kimi çok... Kimi birinden çok alır, diğerinden hiç almaz.

Dolayısıyla adalet bir yaratılış kanunudur. Akıllı insan da elbette adil olmayı seçer.

"Haksızlık etmek günahtır. Evrensel doğa akıllı varlıkları birbirlerine faydalı olsunlar diye, birbirlerine zarar vermeden birbirlerine hak ettikleri ölçüde yardım edebilsinler diye yaratmıştır. Kim ki evrensel doğanın bu kuralına karşı gelirse tanrıların en eski ve en yücesine karşı günah işlemiş olur. Evrensel doğa evrensel hakikatin ve varlıkların da doğasıdır.

Yalan söyleyen hakikat tanrısına yalan söylemiş olur."

Adaletsizlik kötülüktür. Birine kötülük etmek, kendine kötülük etmektir. Çünkü insan kendine karşı da adil olmak zorundadır. Bu evrensel yasayı kendi varoluşu için de çalıştırabilmelidir.

Adalet ve kötülük meselesi üzerinde hassasiyetle durulmalıdır.

Adalet, akıllı insanın erdemlerle, ahlakla ve değerlerle de yükseltebileceği bir sistem...

Adil bir dünya, insan eliyle inşa edilebilir.

Kendine ve başkalarına karşı adil olabilenler, toplumun, doğanın ve dünyanın adaletine hizmet etmiş olurlar ki bu bile insanın yüksek varoluş amacına ulaşması yolunda çok kıymetli bir seçimdir.

Başkasına karşı adil olmak nedir?

Onun da sahip olduğu hakları korumaktır.

Başkalarının yaşama hakkını, doğruya ulaşma hakkını, öğrenme hakkını, bilme hakkını, güvende olma hakkını teslim etmektir.

Ancak kötülüğe maruz kalıp da kişinin kendi adaletini araması konusu gerçek bir felsefi tartışmadır.

"Biri bana zarar mı veriyor?

Bana ne yaptığını göstereyim ona.

Yaptığı her şey tamamen kendine yönelik ve kendiyle ilgili...

Sadece kendine zarar veriyor.

Bense doğanın bana bahşettikleriyle benden yapmamı istediği her şeyin en iyisini ve akıllıca olanını yapıyorum."

Stoacılar, düşmanı dışarıda aramazlar. Çünkü kötülüğün karşı tarafla ilgili olmadığını bilirler. Tamamen kişinin kendiyle çatışması, kendine ters düşmesi, kendini yıkmasıdır kötülük.

Kötülüğe kesilecek en ağır ceza, kötülüğü yapanın kendini cezalandıracağından emin olmaktır.

Kötülüğü yapan, kendi cezasını zaten kendi kesecektir. Mühim olan düşmanın yaptığını yapmamaktır. Ona dönüşmemektir...

"Düşmanından intikam almanın en iyi yolu, düşmanına benzememektir" der Aurelius...

Kimsenin kötülüğü sana zarar veremez. Her kim, her ne yapıyorsa sebebi de kendidir, sonucu da...

Dolayısıyla intikam, yeryüzünün en saçma güdüsüdür.

Çünkü kimsenin mücadelesi başkasıyla olamaz. Akıllı insan, kendinden başka kimsenin zararına maruz kalmayacağını bilir. İnsan her ne yaparsa, kendine yapar. Başkaları hiçbir sonucun bahanesi olamaz. Her sonuç, kişinin kendi seçtiğidir ya da seçmediğidir. Başkalarının yaptıkları da yapmadıkları da hiçbir konuda hiçbir sonucu etkilemez, etkileyemez. Aslında stoacılara göre etkilememelidir de.

Akıllı insan, başkalarının eylemleriyle ilgilenmez. Kendi eylemlerinin sorumluluğuyla yaşar. Bunu bir erdem varsayar. Bir başkasının hakkında yaptığı olumsuzluklar üzerinde durmaz. Bu olumsuzlukların sorumlusu değildir çünkü o. Dolayısıyla sonuçlarının etkisi altında da kalmayacaktır. Aklını kullandığı müddetçe buna izin vermeyecektir.

"Kim ne yanlış yaptıysa, onu yanlışıyla baş başa bırakmak lazım..."

Kötülüğün de, yanlışın da izi sürülmemelidir. Başkasının yanlışı başkasına aittir zaten. Ayrıca başkasının yapıp ettikleri hakkında yargıda ve yorumda bulunmak ahmakçadır.

Çünkü başkasının yazgısıyla ilgili hiçbir konuda neyin iyi neyin kötü, neyin doğru neyin yanlış olduğuna hükmetmek hiç de kolay değildir. Hatta mümkün bile değildir...

Birinin yanlışına "yanlış" deme cüretini göstermek, cahillikten ileri gelebilir ancak.

Hangi aklın yorumladığı bir yanlıştan söz ediyoruz?

Kendi aklımızın yorumuna dayanarak mı başkasının bir eylemine yanlış diyoruz?

Başkaları da bizim gibi düşündüğü için mi haklı buluyoruz kendimizi?

Bize göre yanlış gibi görünen şey, başkasının doğrusuna dönüştüyse hâlâ ortada bir "yanlış" olduğu söylenebilir mi?

Dolayısıyla her kim her ne yaptıysa onu yaptığı şeyle baş başa bırakmak en doğrusudur. Yargılamadan, yorumlamadan...

"Eğer biri kötülük yapmışsa, kendine yapmıştır zaten. Ama belki kötülük de yapmamıştır, bilemeyiz ki..."

Sonuçlar, kişisel yargılara göre değişir her zaman. Birinden zarar gördüğünü düşünüyorsan, zarar görüyorsundur. Birinin sana zarar verebileceğini düşünüyorsan, bu yargında da yine haklısındır. Zarar görmek ya da görmemek, çok zaman bir yargı meselesidir.

Deneyimin adını "zarar" koyduğunda o deneyim zarardan başka bir sonuç vermeyecektir elbette.

Bu noktada kendinle ilgili adalet terazini gözden geçir. Kendine karşı dürüst ve adil ol. Yeryüzündeki kutsal gayeni, varoluş nedenini unutma. Yargılarınla kendine dışarıda birtakım hayali düşmanlar yaratma. Çünkü sana senden daha yakın kimse yok yeryüzünde. Bu yüzden sana en büyük yardımı da en büyük düşmanlığı da yine kendin yapabilirsin.

Dışarıda sadece deneyim vardır. Düşman yoktur. Çatışacak kimse yoktur. Bu anlamda düşüncene efendilik edebilirsen, seni rahatsız eden şeylerin aslında tamamen aklının içindeki bir yargının ve yorumun sonucu olduğunu hemen fark edersin.

"Eğer dış bir nedenden dolayı üzüldüğünü düşünüyorsan yanılıyorsun. Çünkü seni üzen de, rahatsız eden de o dış neden değildir, olamaz. O nedenle ilgili yargılarındır seni üzen... Eğer yargılarından kurtulabilirsen sıkıntını da, üzüntünü de hemen yok edebilirsin. Yapman gereken tek şey yargılarından vazgeçmek..."

Sana sıkıntı ve rahatsızlık hissettiren bir konuyla ilgili yargını ve yorumunu değiştirdiğin an, ortada bir düşman kalmayacaktır. Artık ne sıkıntı vardır ne de rahatsızlık.

"Seni üzen bütün derinliksiz, boş olaylardan ve durumlardan hemen kurtulabilirsin. Buna yetecek kadar güce sahipsin.

Seni üzen her şey zihnindeki yargılarından ve yorumlarından ibaret sadece...

Bunun farkına vardığında ve kendini yargılarının ürünü olan sıkıntılarından kurtardığında evreni kucaklarsın, ezeli ve ebedi zamanı kavrarsın, her şeyin nasıl da çabuk değiştiğini, akıp geçtiğini, doğumla ölüm arasındaki mesafenin kısalığını, doğumdan önceki sürecin ise ne kadar uzun olduğunu, ölümden sonrasının da ne kadar sınırsız olduğunu anlayacak kadar genişlersin..."

Aurelius, kötülük ve adaletsizlik meselesine çok daha geniş bir pencereden bakarak insanın kendine da ayna olmasını salık verir.

Kimse, insanın kendine verebileceğinden daha büyük bir zarar vermez kimseye.

Dolayısıyla başkalarının vereceği zarara odaklanmak yerine insanın kendi aklına, kendi mantığına çevirmesi gerekir bütün odağını...

Çünkü en büyük düşmanın yine sensindir.

Dolayısıyla yine kendinle uzlaşmalı ve işbirliği yapmalısın.

Yoluna senden başkası engel çıkaramaz.

Mutsuzluğunun ve başarısızlığının faillerini dışarıda arama. Bu boş bir çaba olur ancak. Kimsenin aklı

başkasına yetmez. Kimse bir diğerine iyi ya da kötü gelmez. İnsanın mücadelesi sadece kendiyledir.

"Mümkün olmadığı halde başkalarının kötülüklerinden kaçmaya çalışmak yerine, insan elinde fırsatı varken kendine karşı yapabileceği kötülüklerden kaçmalıdır."

Sana acı veren şeylerin ne olduğuna bak!

Hepsinde muhakkak kendi parmağın var. Ya kendine çelme takmışsın ya da aldatmışsın kendini kendi zekânla.

Unutma ki seni alt edebilecek olan da ikna edebilecek olan da yine kendi aklın, kendi zekân. Sana acı veren şeylerle ilgili bütün yargıların, aklının onayından geçmiştir. Zaten bu yüzden acı vermeye başlamıştır.

Değiştirmen gereken tek şey hükmün...

Hükmün değiştiğinde, eylemlerin de değişir, böylece düşman kesildiğin sen, seninle daha uyumlu, daha huzurlu ve mutlu yaşar.

Mutsuzluğunun bir nedeni de kendini acıya ikna etmiş olman. Oysa geçip gitmesine izin versen, kendine ne yaptığının farkına varsan, kolayca huzurda ve dinginlikte kalabileceğini göreceksin.

Belki daha sonra hatırlamayacağın şeylere öylesine derin acı anlamlar yüklüyorsun ki, bir şekilde hepsinin sende kalıcı olmasına neden oluyorsun. Unutmamak

için çabalıyorsun adeta. Olmayan bir engel yaratıyorsun kendine. Olmayan bir sorunla kavga ediyor, zaman kaybediyorsun. Kendini zihninin içinde sözde "acı" bir düşünceyle oyalayıp duruyorsun. Olmayan bir acıyı hayatında kökleştirene kadar düşünmeye devam ediyorsun.

İnan hiç kimse sana bu kadar uzun vadeli ve köklü bir kötülük yapamaz...

"Birisi sana zarar verdiği an, iyilikle ya da kötülükle ilgili sahip olduğu hangi düşünce şeklinin onu sana zarar vermeye teşvik ettiğini düşün. Çünkü bunu yaptığında ona acımaya başlayacaksın. Ne şaşıracaksın ne de öfke duyacaksın..."

-VII-

"Zorlaştırma, kolaylaştır..."

İmparator Aurelius; yalınlığın, sadeliğin ve basitliğin içindeki çözüm odaklı gücün hayranlık verici olduğunu düşünür.

Bir sorunun belki binlerce cevabı olabilir. Binlerce olasılığı, binlerce sonucu...

"Peki, doğru olan cevap hangisidir?" diye soracaksak eğer, elbette ki en basit cevabı seçeceğiz. Çünkü basit olan güçlüdür, açıktır, çözüm odaklıdır, mümkündür, dolayısıyla doğrudur.

Karmaşanın içinde her an büyük bir cazibe yakalayabilir zihin. Zor olan ve kolay anlaşılmayan her şeyin içinde bir emek ve bir hak ediş mücadelesi var edebilir. Bu mücadeleyi bir motivasyon kaynağı olarak kullanabilir. Oysa karmaşa, cazip değildir. Bulanıktır.

Hedeflenen sonuca giden yolu da bulanıklaştırır, zaman kaybettirir ve yanıltma payı her zaman çok yüksektir. Yani komplike olan her durumda, olayda ya da "şey"de sukutuhayale uğrama ihtimali hep daha fazladır.

Bu yüzden hiçbir konuda hiçbir zaman zorlaştıran kişi olma. Basitliğin, yalınlığın ve sadeliğin içindeki çözüm odaklılığı, kestirmeyi gör...

"Hıyar acı mıymış? O halde at onu ve kurtul... Yoluna böğürtlen çalılıkları mı çıktı? O halde etrafından dolan ve yürümeye devam et... Bu kadarı kâfi... Dünyada bütün bunlar neden var diye sorgulama, doğanın sahibine karşı komik duruma düşersin..." der Aurelius... Bu kadar kolay, bu kadar basit...

Hiçbir şeyi zorlaştırma, hiçbir şeye çaresizce tutunma, abartma, büyütme, zorlama, üzerinde zaman kaybetme...

"Huzursuz olma, sade ve yalın ol... Biri bir yanlış mı yapıyor? Her ne yapıyorsa kendine yapıyor... Başına bir şey mi geldi yoksa? Şaşırma. Olan her şey evrensel doğanın karar süzgecinden geçmiştir, hayata ilmek ilmek dokunmuştur. Hatırla ki hayat kısa. Şu anın nimetlerinden adil bir şekilde faydalanmaya bak... Aklın karışıkken bile ayık ol... Hiçbir şeyi zorlaştırma, kolaylaştır..."

Bir meseleyi zorlaştırmak, abartmak ya da bir meseleye hırsla tutunmak, onu zorlamak, ille çekiştirip durmak, kolayca geçip gitmesine izin vermemek elbette kibirle de ilgili...

Basitlik, kibirli insanı rahatsız eder, hatta onur kırıcı bile gelebilir. Ona göre hiçbir şey "kolay" olamaz, olmamalıdır.

"Zor olan güzeldir" ya da "İmkânsız olan makuldür" kibri, yanılgıdır sadece... Asıl büyük aldanış budur.

Mutlu olmayı seçen akıllı bir insan, çözümü mümkün olmayan bir problemi yaşam amacı haline dönüştürmez. O problemi ille de çözmek zorunda olduğu kibrine saplanıp kalmaz.

Bazen zorlamak, çekiştirmek ya da ille de üzerinde durup çareler aramak daha büyük bir çözümsüzlük ve çıkmazlar yaratır. Tıpkı batakta çırpınmak gibi... Mücadele ettikçe daha da derin bir çamura gömülüp gider insan.

Bataklıkta çırpınmak kibirdir.

Bataklığa meydan okumak da kibirdir.

Bunun yerine bataklığın etrafından dolanıp yola devam etmek, en basit ama en etkili, en doğru ve en yapıcı seçim olur.

Mümkün olmayanın üzerinde durmak ya da mümkün olmayanı çekiştirip durmak mutsuzluğa, umutsuzluğa ve yıkıma giderek yaklaşmaktır bir yerde.

"Kibre kapılmadan kabul et.
Her şeyin kolayca akıp gitmesine fırsat ver...
Hiçbir şeyi tutma, hiçbir şeye tutunma..."

Akıllı bir insan mümkün olmayanla ilgili ısrarcı değildir. Olmayanı oldurmaya zorlamak yerine gitmesine izin vermek ya da olmayanı olduğu yerde bırakmak hayatı kolaylaştırmaktır.

Kolay ve basit bir hayat değerlidir. Çünkü kolay olana ulaşmak, imkânsızın peşinden gitmekte ısrarcı olan yıkıcı bir kibrin kıskacından kurtulmayı seçmektir ki bu ancak akıllı insanların yapabileceği bir seçimdir.

Akıllı bir insan zaten sonlu olan yaşam yolculuğunu imkânsızlıkların pençesinde geçirmek yerine, hayatın doğal akışında kalıp mutlulukla yaşamayı tercih eder.

Mutluluk, imkânsızın içinde değil.

Mutluluk, karmaşanın içinde de değil...

Mutluluk, mücadelenin içinde de değil...

Stoacılara göre mutlu olmak çok az şeye bağlıdır.

Mutlu olmayı seçen akıllı bir insan olduramadığı bir şeyi çekiştirip zorlamaz, ille oldurmaya çalışarak kendine çatışma ve mutsuzluk yaratmaz.

Mutlu olmayı seçen akıllı bir insan kibre saplanmaz. Sürekli bir elde etme ve elde tutma mücadelesi içinde bulunmaz.

Mutlu olmayı seçen akıllı bir insan, gelip geçici meseleler üzerinde durup dertlenmez. Hepsinin gelip geçmesine izin verir. Çünkü o kendine karşı adildir. Aklına saygılıdır. Yaşamın doğal akışına ve döngüsüne güveniyordur. Her şeyin gelip geçici olduğunu biliyordur. İnsan bedeni, yaşamak için aldığı nefesi bile saniyeler içinde geri verebiliyorken, kibirli zihin zaten geçip gidecek olan bir meseleyi neden tutuyor ve bırakmıyor? Neden bu meseleyi çekiştirip, zorlayıp çıbanın daha da büyümesine neden oluyor?

Akıllı bir insan bu noktada akılsızlık ettiğini bilmez mi?

Bilir...

Dolayısıyla kibirle tutunduğu, abarttığı meselelerin kolayca geçip gitmesine izin verir.

Akıllı bir insan zorluktan değil, kolaylıktan yanadır. Mutlu olmanın kolaylaştırmakla ve gelip geçici olan her şeyi akışa teslim etmekle mümkün olabileceğinin farkındadır.

"Yaşamın doğal akışını ve bu doğal akış içinde yazgın olarak karşına çıkanı, başına geleni sev sadece...

Bundan başka bir davranış yakışır mı hiç sana?"

Ayakkabın vuruyor mu?

O halde değiştir ya da yalınayak kal...

Kirpileri okşarken ellerin mi acıyor?

O halde okşama...

Karanlıktan korkuyor musun?

O halde bir mum yak.

Beklemekten yoruldun mu?

O halde bekleme...

Karşına bir engel mi çıktı?

Üzerinden atla ya da etrafından dolaş...

Her zaman basit olan çözüm yolunu seç. Hatta her sorunu ille de çözmek gayreti içinde olma. Sorunun çözümsüz kalmasını seçmek bile eşsiz bir çözüm sayılabilir.

"Her zaman en kısa yolu seçmelisin.

Çünkü en kısa olan yol, doğanın gösterdiği yoldur.

Böylece mantıklı olanı söylemeye ve yapmaya yönlendirilmiş olursun.

Ancak bu şekilde sıkıntılarından, sorunlarından, çatışmalarından, endişelerinden, ıstıraplarından ve gösterişten uzak kalabilirsin..."

Doğa ne kadar karmaşıkmış gibi görünse de aslında basit bir çözüm anlayışı üzerine kuruludur. Daimi bir akışkanlık ve değişim söz konusudur. Doğada soruna tutunmak da yoktur, çözümsüzlük de...

Ağacı kurtlar mı sardı?

Çürür, yıkılır ve toprağa karışır. Hayat devam eder.

Suyun önüne bir engel mi çıktı?

Üzerinden akar, etrafından dolaşır ya da engeli delip geçer, akmaya devam eder.

Bu kadar basit.

Karmaşayla boğuşmayı gurur sayan insan aklı, basit çözümleri onursuzluk sanıyor olabilir.

Oysa doğada onur, ego ve kompleks de yoktur.

Her şey akışa tabidir...

Gerçek çözüm, her zaman basit, kısa ve net olandır.



"Yaptığın her işte doğruluk
ve iyilikle ilerlemeye
niyetli olduğun halde
başaramadığında üzülme.
Öfkeye kapılma, kendine
güvenini yitirme.
Her şeye yeniden başla.
Eylemlerinin her koşulda
insana yaraşır şekilde
olması mutlu etsin seni..."



-VIII-

"Sadece kendine çekil.
Yönetici aklın, kendi kendine yetebilecek
bir yaradılışa sahip... Ve ancak doğru olanı
yaptığında huzur bulacak..."

Marcus Aurelius, tam on dokuz yıl boyunca Roma tahtında oturdu. İmparatorluğunun neredeyse on yedi yılı savaşlarda geçti.

Stoa ahlakına ve felsefesine kendini adamış bir filozof olarak çok daha rahat bir hayat sürmedi. Âşık olduğu karısı Faustia'nın ölümüyle sarsılan Aurelius, hayatının kadınını kaybettikten sonra kendini tamamen felsefeye adadı.

Halefi olarak açıkladığı oğlu Commodus'la birlikte sefere gittiğinde MS 17 Mart 180'de hayata gözlerini yumdu. Ölüm sebebinin yüksek ihtimalle veba hastalığı olduğu söylenir.

Bir stoacı olarak felaketlere, acıya ve trajedilere rağmen insanın mutlu olabilme becerisine sahip evrensel aklın bir tezahürü olarak yeryüzünde nasıl bir hayat sürebileceğinin erdemleri üzerinde düşünüp yazarak ve halkına mümkün mertebe adaletle liderlik ederek geçirdi ömrünü.

Geride bıraktığı en kıymetli düşünüşlerinden biri de kuşkusuz, mutlu olmanın sevgiyle ve arzuları sınırlandırmakla çok ilgili olduğuydu.

"Her zaman mutlu olabilirsin...
İş ki arzularını sınırlandır."

Aurelius'a göre arzuları kontrol etmek, mutluluğu inşa etmektir. Üzerine sonsuz ve eşsiz bir sevgi de eklendiğinde hayat, zaten amacına ulaşmış bir deneyime dönüşürdü.

İnsanın doğasında sevgi ve iyilik vardır. Doğasına uygun yaşamayı seçmesi de elbette haklıdır ve yerindedir.

"Nasıl iyi bir insan olunur?"

İşte bu soru, yaşamımız boyunca kendimize sürekli sormamız ve cevabını aramaktan hiç ama hiçbir zaman vazgeçmememiz gereken sorudur...

Bu soruya verdiğimiz yanıtlar günden güne değişecektir. Nasıl iyi insan olunacağıyla ilgili dünkü düşüncemizle yarınki düşüncemiz birbirinin aynı olmayacaktır.

Çünkü iyilik de sevgi de evren kadar sınırsızdır. Genişler, büyür, derinleşir ve dönüşür...

"Başkasına kötülük yapmamak iyi bir insan olmaya yeter mi?" mesela. İlk gün bu soruya vereceğin cevap "evet" olacaktır yüksek ihtimalle. Hiçbir canlıya ve doğanın hiçbir noktasına zarar ve yıkım vermemek seni başlangıçta iyi bir insan yapacaktır. Ne var ki aynı soruyu yarın da sorduğunda, zarar vermemenin iyi olmaya yetmediği kanaatine varırsın. Çünkü sevgi seni eyleme davet eder. İyiliğin eylemle olan ilişkisine ulaşırsın.

Başkalarına zarar vermemekle yetinmeyip, iyilik de edersen, iyi insan olmaya başlarsın... Ancak iyilik yaptığı halde ve iyi insan olmak yolunda kendini anbean terbiye etme gayreti içinde olduğu halde kendini mutsuz hissedenler yok mu?

Var...

Sevgiyle yapılan iyiliklere, sevgiyle adanılan iyilik coşkusuna rağmen, insan neden hâlâ mutlu olamaz?

Çünkü arzuları ve beklentileri pusuda bekleyen düşmanları olarak her an sahnededir.

Beklenti ve *arzu*.

İşte bu ikisi sevgiye ve iyiliğe rağmen mutsuzluğun ve tatminsizliğin nedeni olurlar.

Aurelius, gerçek mutluluğun beklentisiz iyilikte olduğunun altını çizer. Ödül odaklı bir iyilik mutluluk vermez. Beklentiler, hayal kırıklığına yol açan mayınlı tarlalardır.

"Birine bir iyilik yaptığında ve ona bir faydan dokunduğunda neden aptalların yaptığını yapıyorsun ve ödül beklentisi içine giriyorsun?

Neden yaptığın iyiliğin başkaları tarafından da bilinmesine ve yaptıklarına karşılık ödüllendirilmeye ihtiyaç duyuyorsun?"

Erdemli insan, öncelikle kendine karşı dürüst ve yapmacıksızdır. Duyguları ve düşünceleri konusunda kendiyle bile hep bir muhakeme içindedir. Tarafsızlık ve netlik arayışındadır. Duyguları, düşünceleri, amacı ve beklentileri konusunda kendini samimiyetle sorgulamıştır.

İyi insan olmak yolunda gayretkeşlik gösteren biri, bunu içten içe bir alışveriş ve bir hesaplaşma beklentisiyle yaptığını muhakkak fark eder.

"Yaptığım iyiliklerin bana bir geri dönüşü olsun beklentisi içinde miyim?" sorusunu sorduğunda kesinlikle doğru yanıtı verecektir kendine. İş ki bu yanıtı tarafsız bir kulakla işitmeye hazır olsun.

Verdiklerinin karşılığında bir ödül ya da övgü bekliyorsan, yaptığın şeyin adı iyilik değil, alışveriş olur ki yaratıcıyla ticaret yapılmaz.

Övülmek arzusu ahmakçadır.

İnsanın şeytana pabuç bırakmayan kibriyle birlikte ortaya çıkan sayısız arzularından biridir.

Arzular, mutsuzluğun temel kaynaklarından biridir.

Mutlu insan, arzularını en dar sınırlara hapsedebilmiş olandır. Arzularını ve beklentilerini sınırlandıran insanın övgüyle de yergiyle de işi yoktur. O kendi içinde zaten tam ve bütündür. Kim olduğunu, ne yaptığını, neden yaptığını zaten biliyordur. İyilik yapıyordur, çünkü akıllı bir insan olarak hayatının yüksek amacının iyilikten başka bir şey olamayacağı kanaatine ulaşmıştır. Varoluş amacını seve seve, içtenlikle, abartıya kaçmadan, mütevazılıkla yerine getirmeye çalışıyordur. Başkasının övgüsüyle ödüllendirilmek de, yergisiyle küçümsenmek de hiçbir şey ifade etmeyecektir. Onda hiçbir anlam uyandırmayacaktır. Mutluluğundan ne bir şey eksilecektir ne de bir ayrıcalık kazanacaktır.

Övüldüğünde daha değerli, övülmediğinde daha az değerli hissetmeyecektir.

"Bir biçimde güzel olan kendi içinde güzeldir zaten ve alacağı bütün övgülerden ziyade kendi içinde tamdır.

Övgü hiçbir şeyi iyi ya da kötü yapmaz.

Herkesin güzel bulduğu şeyler için de geçerlidir bu. Örneğin sanat eserleri için de.

Gerçekten güzel olanın övgüye ihtiyacı yoktur.

Hakikatin, iyiliğin, mütevazılığın övgüye ihtiyacı mı olur?

Hangisi övüldüğünde iyi olur ya da yerildiğinde değersizleşir? Zümrüt övülmediğinde güzelliğini mi yitirir?

Peki ya altın, çiçek, fidan, kılıç, fildişi ve erguvanlar?"

Herkes kendi yaptıklarından ve yapmadıklarından sorumludur bu hayatta. Başkalarının iyiliğinin ya da kötülüğünün izini sürmek ne bir şey kazandırır ne de öğretir... Saçmalamaktan başka bir şey değildir. Gülünçtür hatta...

Sen iyi ol, sevgi dolu ol ve sadece kendine yönel, kendini değiştir, kendinle mücadele et... Kendi erdemine ve ahlakına ada bütün hayatını. Kimsenin seçimi, senin seçimlerini etkilemesin. Kimsenin yaptığı senin yaptığına ters diye sende bir infial uyandırmasın. Dışarıda kötülük var diye, sen iyiliğinden vazgeçemezsin. Başkaları sevmiyor diye, sen sevginde cimri olamazsın. Zira bu davranışın insanlığa indirebileceğin en ağır darbe olur. İnsanlığa yapabileceğin en büyük haksızlık olur.

"İnsan-sevmez birine, onun insanlığa yaptıklarını yapma..."

Stoada denge, bir sanattır.

Aşırılık kaostan başka bir sonuç vermez. Belirsizlik ve çaresizlik yaratır sadece. Mutlu olmak için bir denge sanatçısı olmak gerekir. Uyumda ustalık şarttır.

Olayları ve durumları değiştiremiyorsak içlerinden geçip gitmenin, katlanmanın ya da kabullenmenin bir yolunu bulmak zorundayız. Bunun için de dengeli olmalıyız.

Bağımlılıklar bu yolda karşımıza çıkan en büyük tehditlerdir. Nereye, neden aşırı şekilde eğilimli olduğumuzu, aklımızı kullanarak sorgulamalıyız. Acı da mutluluk da bir bağımlılığa dönüşmemeli...

Olandan kaçış yok!

Her ne olduysa zaten adilce olmuş, adilce cereyan etmiştir. Olaylara ve durumlara yakından baktığımızda bunu apaçık görmek mümkündür. Bu yüzden kimse acıdan kaçmaya kalkmasın, kimse kendini hazza da adamasın. Mühim olan, olanı kabullenmek ve insana yaraşır şekilde her şeyin akıp gitmesine izin vermek. Bunun için de dengeli olmak, dengede kalmak şart...

Aurelius'a göre acıdan kaçmak da, hazza adanmak da günahtır. Akıllı insan hepsinin geçiciliğinin farkındadır.

"Ne yakarışlara kapıl ne de mutluluk sarhoşluğuna..."

Sence doğa için, baharlar yazlar çok güzel, yağmurlar karlar çok mu kötü?

Doğumlar mucize, ölümlerse bir felaket mi?

Tohumların patlaması bereket, depremlerin olması lanet mi?

Elbette hayır...

Olan olur... Hem de olması gerektiği gibi adilce olur... Bir şeylere iyi diye adanmak, bir şeylerden kötü

diye kaçınmak; doğayı, evrensel düzeni ve varoluşu reddetmek demek değil midir?

O halde evrensel doğaya meydan okumak yerine, dengeyi öğrenmelidir insan. Bunu da ancak aklını kullanarak başarabilir. Düşüncelerini başıboş bırakmadan, güdülerinin peşinde sürüklenmeden, mantığını ve iradesini kullanarak, eylemlerinin içinde kendine ve başkalarına fayda arayarak yapabilir bunu...

"Hazzın iyi olduğunu düşünerek hazza yönelmek, acının kötü olduğunu düşünerek acıdan kaçınmak inançsızlıktır, günahtır."

Ne zaman kusursuz bir karaktere sahip olur insan?

Ne zaman mutlu hisseder kendini?

Sayalım:

Şu andan başka kaybedecek hiçbir şeyi olmadığını fark ettiğinde...

Samimi ve dürüst olduğunda...

Adil davrandığında...

Kendine ve başkalarına haksızlık etmediğinde...

Arzularını sınırlandırdığında...

Her şeyin gelip geçici olduğunun farkına vardığında...

Ona acı veren olaylara ve durumlara karşı yargısını ve yorumunu değiştirdiğinde...

Dışarıda bir düşman olmadığını anlayıp, kendine en büyük zararı yine kendisinin verebileceğini öğrendiğinde...

Bildiği işi gösterişe kapılmadan, en iyi şekilde ve toplum yararını gözeterek yapmaya başladığında...

Güdülerinin peşinde sürüklenmediğinde...

Aklının oynadığı tuzaklara düşmediğinde...

"Karakterin ustalaşması şudur:
Her günü son günmüş gibi yaşamak...
Duyarlılıkla ve samimiyetle..."



"Her zaman sanki
o an hayatla
vedalaşacakmışsın
gibi konuş, düşün
ve ona göre
davran..."





Frigyalı bir köle olarak doğduğu hayatı, stoacı bir filozof olarak tamamlayan Epiktetos'un sadelik, akıl, güven, seçme özgürlüğü, an'ı yaşama ve huzur üzerine inşa ettiği basit ama köklü felsefesi, günümüz insanının anlam arayışına iki bin yıl öncesinden ışık tutmaya devam ediyor hâlâ...