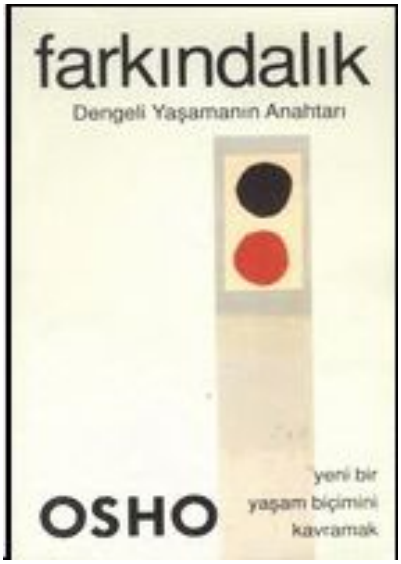


FARKINDALIK

İnsan hakkında anlaşılması gereken en önemli şeylerden birisi onun uykuda olduğudur.
O kendisinin uyanık olduğunu düşünse bile öyle değildir.
Onun uyanıklığı çok kırılgandır;
onun uyanıklığı o kadar zayıftır ki,
önemsenmeye bile değmez.
Onun uyanıklığı sadece güzel bir isimdir
ama tamamen bomboştur.

içindekiler

FARKINDALIK 1
içindekiler 1
ÖNSÖZ 2
ANLAMAK 4
FARELER VE iNSANLAR 5
ISTIRABIN KÖKENLERi 13
ÖZEL DÜNYALAR 15
FARKINDALIK VE MERKEZLENMEK 33
BiR ÇOK HASTALIK, TEK BiR REÇETE 38
ANALiZ EDEN VE TANIK 39
MERKEZDE OLMANIN TEKNiGi TANIK OLMADIR 44
GERGiNLiK VE GEVSEME 53
ZiHiN VE MEDiTASYON 57
TEKERLEK VE TEKERLEK iZi 67
EYLEMDE FARKINDALIK 74
MERKEZDEN BASLA 74
EYLEM YALNIZCA SESSiZLiKTEN ORTAYA ÇIKAR 75

DOGAL OL ... 78
KARARLI OL ... 80
HER ANI TAMAMLA ... 83
iYi OLMAYA ÇALISMAYA BiR SON VER ... 86
iZLEME DENEYLERi ... 94
ZAMANSIZLIGIN iÇiNDE KENDiNi ZAMANLA ... 94
GÖRÜNMEZ DOKUNUS ... 96
ViPASSANA ... 97
GECE VARDiYASI ... 99
SONSÖZ - iPTE ASILMAK ... 104

ÖNSÖZ

İnsan hakkında anlaşılması gereken en önemli şeylerden birisi onun uykuda olduğudur. O kendisinin uyanık olduğunu düşünse bile öyle değildir. Onun uyanıklığı çok kırılgandır; onun uyanıklığı o kadar zayıftır ki, önemsenmeye bile değmez. Onun uyanıklığı sadece güzel bir isimdir ama tamamen bomboştur.

Doğumdan ölüme dek uyku alışkanlığını değiştirir durursun; geceleyin uyursun, gündüzleri uyursun ama sahiden hiç uyanmazsın. Sadece gözlerini açıp da uyanıkmışsın gibi kendini kandırma. Ruhsal gözler açılmadan —için tamamen ışıkla dolmadan, kim olduğunu, kendini görmeden— uyanık olduğunu düşünme. Bu insanın yaşadığı en büyük yanılsamadır. Ve bir kez zaten uyanık olduğunu kabul edersen, o zaman uyanmak için bir çabaya girmek söz konusu olmaz.

Kalbinin derinliklerinde hissetmen gereken ilk şey uykuda olduğundur, tamamen uykuda. Gece demeden, gündüz demeden rüya görüyorsun. Bazen açık gözlerle ve bazen de kapalı gözlerle rüya görüyorsun ama rüya görüyorsun; sen bir rüyasın. Henüz bir hakikat değilsin.

Elbette rüyada ne yaparsan yap anlamsızdır. Ne düşünürsen düşün bir şey ifade etmez, ne tasarlarsan tasarla hayallerinin bir parçası olur ve senin var olanı görmene hiçbir zaman izin vermez. Bu nedenle tüm Budalar tek bir şey üzerinde ısrarcı oldular: Uyan! Yüzyıllardır sürekli verdikleri öğretiler tek bir söze sığdırılabilir: Uyanık ol. Ve onlar, içinde uyanabilmen için şoklara maruz kalacağın ortamlar, enerji alanları ve mekânlar yaratmakta; yöntemler, stratejiler geliştirmektedir.

Evet şoka uğramazsan, temellerine kadar sarsılmazsan uyanmayacaksın. Uyku o kadar uzun süredir var ki, varlığının merkezinin ta içine kadar ulaşmış durumda; içine batmış durumdasın. Bedeninin her hücresi ve zihninin her köşesi uykuyla dolmuş durumda. Bu küçümsenecek bir olay değil. Dolayısıyla uyanık olmak, dikkatli olmak, tanık olmak için görkemli bir çaba gerekmekte.

Dünyanın tüm Budaları tek bir konuda hemfikir olacaklarsa o da şudur: İnsan olduğu haliyle uykudadır ve olması gerektiği şey ise uyanık olmaktır. Uyanık olmak hedeftir ve onların tüm

öğretilerinin özü uyanık olmaktır. Zerdüşt, Lao Tzu, İsa, Buda, Bahaddin, Kabir, Nanak; tüm uyanmış olanlar tek bir şey öğretmekteler... farklı dillerde, farklı mecazlarla ama şarkıları aynı. Tıpkı denizin tuzlu olması gibi —ister kuzeyden, ister doğudan ya da batıdan tadına bakılsın deniz hep tuzludur— Budalığın tadı uyanıklıktır.

Ancak zaten uyanık olduğunu düşünmeye devam edersen hiç çaba sarf etmeyeceksin. O zaman bir çaba sarf etmenin bir gereği kalmaz; niye zahmet edesin ki?

Ve sen rüyalarından dinler, tanrılar, dualar, ibadetler yarattın; tanrıların da diğer tüm şeyler gibi rüyalarının bir parçası. Politikan rüyalarının bir parçası, dinlerin rüyalarının bir parçası, şiirlerin, resimlerin, sanatın; her ne yapıyorsan. Çünkü sen uykudasın. Yaptıklarını kendi zihinsel durumuna uygun olarak yapıyorsun.

Tanrıların senden farklı olamaz. Onları kim yaratacak? Onlara kim şekil, biçim ve renk verecek? Onları sen yaratıyorsun, onlara sen biçim veriyorsun; seninki gibi gözleri var, seninki gibi burunları var ve seninki gibi zihinleri var! Eski Ahit'te Tanrı der ki, "Ben çok kıskanç bir Tanrıyım!" Şimdi bu kıskanç Tanrıyı kim yarattı? Tanrı kıskanç olamaz ve eğer Tanrı kıskançsa o halde kıskanç olmanın neresi yanlış olabilir? Tanrı bile kıskançsa neden kıskanç olduğunda yanlış bir şey yaptığın sana öğretilsin ki? Kıskançlık ilahi bir şey!

Eski Ahit'te Tanrı diyor ki, "Ben çok kızgın bir Tanrıyım! Benim emirlerime itaat etmezsen seni yok edeceğim. Sonsuza kadar cehennem ateşinde yanacaksın. Ve çok kıskanç olduğum için başka kimseye ibadet etme. Buna katlanamam" Kim böyle bir Tanrıyı yarattı? Bunu sen kendi kıskançlığından, kendi kızgınlığından yaratmış olmalısın. Bu senin tasarımın, senin gölgen. Bu seni yankılandırıyor başka kimseyi değil. Ve bu tüm dinlerin tüm tanrıları için geçerli.

Bu nedenledir ki Buda hiçbir zaman Tanrı hakkında konuşmamıştır. "Tanrı hakkında uykudaki insanlara konuşmanın ne anlamı var? Uykularında dinleyecekler. Onlara ne söylesem rüyasını görecekler ve kendi tanrılarını yaratacaklar; bu da kesinkes sahte olacak, tamamen yetersiz, tamamıyla anlamsız. Böyle tanrılara sahip olmamak en iyisi" demiştir.

Bu yüzden Buda tanrılar hakkında konuşmakla ilgilenmemiştir. Onun tek ilgilendiği seni uyandırmaktır.

Nehrin kenarında oturup suyun sesinin ve ağaçlar arasından geçmekte olan rüzgârın fısıltılarının tadını çıkarmakta olan bir Budist ermişi ustaya... bir adamın gelip "Dininizin özünü bana tek bir sözcükle ifade edebilir misiniz?" diye sorduğu anlatılır.

Usta sanki soruyu hiç duymamışçasına sessiz kalmış, tamamen sessiz. Soruyu soran, "Sağır falan mısınız?" demiş.

Usta da, "Sorunu duydum ve cevabını da verdim! Cevap sessizliktir. Sessiz kaldım; bu boşluk, bu ara benim cevabımdı" demiş.

Adam, "Ben bu kadar gizemli bir cevabı anlayamıyorum. Biraz daha açık olamaz mısınız?" diye sormuş.

Bunun üzerine usta kumların üzerine parmaklarıyla küçük harflerle "meditasyon" yazmış. Adam, "Şimdi okuyabiliyorum. Başlangıçtan birazcık daha iyi. En azından üzerinde düşünüp taşınacağım bir sözcüğe sahibim. Ama biraz daha netleştiremez misiniz?" diye sormuş.

Usta tekrar "MEDİTASYON" yazmış. Elbette bu sefer daha büyük harflerle yazmış. Adam biraz utanç, şaşkınlık, hakarete uğramışlık, kızgınlık hissetmiş. "Yeniden meditasyon yazdınız. Benim için biraz daha açık olamaz mısınız?"

Ve usta büyük harflerle, kocaman harflerle "M E D i T A S Y O N" yazmış

Adam, "Siz çıldırmış olmalısınız" demiş.

Usta, "Şu halde bile fazlasıyla aşağı inmiş durumdayım. İlk yanıt doğru cevaptı, ikincisi pek değildi, üçüncüsü daha da yanlıştı, dördüncüyse çok yanlıştı" demiş. Çünkü büyük harflerle MEDİTASYON yazdığında ondan bir tanrı yaratmış olursun.

Bu yüzdendir ki Tanrı sözcüğü büyük "T" ile yazılır. Ne zaman bir şeyi üstün, nihai yapmak istersen büyük harfle yazarsın. Usta, "Şimdiden günah işlemiş durumdayım" demiş. Yazmış olduğu her şeyi silmiş ve "Lütfen ilk yanıtıma kulak ver; sadece o zaman doğruyu söylemiş olurum" demiş.

Sessizlik kişinin uyandığı yerdir ve gürültülü zihin ise kişinin uyuya kaldığı yerdir. Eğer zihnin gevezelik etmeye devam ederse uyuyorsun. Sessizce otururken zihin kaybolursa ve sen kuşların gevezeliklerini duyabilirsen ve içerde zihinsizsen; bir sessizlik... kuşun bu ıslığı, ötüşü ve zihinsizlik kafanda işliyor, tam sessizlik... o zaman farkındalık içinde yükselir. O dışardan gelmez, içinden yükselir, içinde gelişir. Aksi halde unutma: Uyuyorsun.

ANLAMAK

Ben hiç vazgeçme sözcüğünü kullanmam. Ben, sevinç içinde hayatın, sevginin, meditasyonun, dünyanın güzelliklerinin, varoluşun sonsuz mutluluğunun tadını çıkart diyorum; her şeyin tadını çıkart. Dünyevi olanı kutsala dönüştür. Bu kıyıyı öteki kıyıya dönüştür, yeryüzünü cennete dönüştür.

Ve sonrasında dolaylı olarak bir nevi vazgeçiş gerçekleşir. Ama bu olur, sen yapmazsın. Bu bir eylem değil, oluştur. Aptallığından vazgeçmeye başlarsın; pislikten vazgeçmeye başlarsın. Anlamsız ilişkilerden vazgeçersin. Varlığını doyurmayan işlerden vazgeçmeye başlarsın. Gelişmenin mümkün olmadığı yerlerden vazgeçersin. Fakat ben onu vazgeçiş olarak

adlandırmıyorum, ben ona anlayış, farkındalık diyorum. Şayet elinde elmas olduğunu düşündüğün taşları taşıyorsan sana taşlardan vazgeç demeyeceğim. Ben sadece, "Dikkat kesil ve tekrar bak!"diyeceğim. Sen kendi kendine onların elmas olmadığını görürsen onlardan vazgeçmene gerek var mı? Onlar kendiliğinden ellerinden düşüverecektir. Aslında hâlâ onları taşımak isteyecek olursan büyük bir gayret sarf etmen gerekecek. Hâlâ onları taşımak istersen büyük bir irade göstermen gerekecek. Fakat bir kez onların değersiz, anlamsız olduğunu gördükten sonra onları fazla uzun süre taşıyamayacaksın; onları fırlatıp atacaksın. Ve bir kez ellerin boş kaldığında, gerçek hazineleri arayabilirsin. Ve gerçek hazineler gelecekte değildir. Gerçek hazineler tam şimdi, buradadır.

FARELER VE iNSANLAR

Uyanıklık hayata giden yoldur. Ahmak zaten ölüymüşçesine uyur ama usta uyanıktır ve sonsuza dek yaşar. O izler. O berraktır.

Ne mutlu ona! Uyanık olmanın hayat olduğunu gördüğü için.

Ne mutlu ona ki uyanmışların yolunu takip eder.

Mutluluk ve özgürlük arayışında büyük bir sebatla meditasyon yapar.

—Gautama Buda'nın "Dhammapada" isimli kitabından.

Etrafımızda olup bitenlere kesin bir dikkatsizlik gösterir halde yaşayıp gidiyoruz. Evet, bir şeyleri yapma konusunda oldukça yetkinleştik. Yapmakta olduğumuz şeyleri yapmakta o kadar yetkinleştik ki, onu yapmak için hiçbir farkındalığa ihtiyaç kalmadı. Mekanik, otomatik hale geldi. Robotlar gibi işliyoruz. Henüz insan olmadık; makineyiz.

George Gurdjieff'in tekrar tekrar söylediği de buydu: Var olduğu haliyle insan bir makinedir. O pek çok insanı rahatsız etti çünkü kimse bir makine olarak anılmak istemez. Makineler tanrılar olarak adlandırılmak isterler; o zaman çok mutlu hissederler, şişinirler. Gurdjieff insanları makineler olarak adlandırmıştı ve haklıydı da. Kendini izleyecek olursan ne kadar mekanik olarak davrandığını bileceksin.

Rus fizyolog Pavlov ve Amerikalı psikolog Skinner insanlar hakkında yüzde 99.9 oranında haklılar: Onlar insanın güzel bir makine olduğuna inanıyorlar, hepsi bu! Onun içinde ruh yok. Onlar yüzde 99.9 haklı diyorum; küçük bir marjla tutturamıyorlar sadece. Bu küçük marj Budalardır, uyanmış olanlardır. Ama onlar mazur görülebilir çünkü Pavlov hiçbir zaman bir Buda ile karşılaşmadı; o senin gibi milyonlarca insana rastladı.

Skinner insanlar ve fareler üzerinde çalışmıştır ve bir fark bulamamıştır. Fareler basit varlıklardır hepsi bu; insan biraz daha karmaşıktır. İnsan oldukça karmaşık bir makinedir, farelerse basit makinelerdir. Fareler üzerinde çalışmak daha kolaydır; o nedenle psikologlar sürekli fareler üzerinde çalışır. Fareler üzerinde çalışıp insan hakkında sonuçlara varırlar ve onların vardıkları sonuçlar neredeyse doğrudur. "Neredeyse" diyorum, dikkatini çekerim çünkü bu yüzde birin onda biri gerçekleşmiş olan en önemli olaydır. Bir Buda, bir İsa, bir Muhammed; bu az sayıdaki uyanmış insanlar gerçek insanlardır. Ama B.F. Skinner bir Budayı nerden bulsun? Amerika'da olmadığı kesin...

Adamın biri bir hahama sordu, "Neden İsa yirminci yüzyıl Amerika'sında doğmayı seçmedi?"

Haham omzunu silkti ve dedi ki, "Amerika'da mı? Bu mümkün olmazdı. Her şeyden önce bir bakireyi nerden bulacaksın? İkincisi, üç tane aklı başında adamı nereden bulacaksın?"

B.F.Skınner bir Buda'yı nereden bulsun? Hatta bir Buda'yı bulsa bile onun önceden belirlenmiş önyargıları, düşünceleri görmesini engelleyecekti. O farelerini görmeyi sürdürecekti. Farelerin anlayamadığı hiçbir şeyi anlayamaz o. Şimdi, fareler meditasyon yapmazlar, fareler aydınlanmazlar. Ve o insanı bir farenin büyütülmüş hali olarak tahayyül ediyor. Ve ben yine de onun insanlığın çok büyük bir kısmı hakkında haklı olduğunu söylüyorum; onun çıkarımları yanlış değil ve Budalar onunla sözde normal insanlar konusunda aynı fikirde olacaktır. Normal insanlık tamamen uykuda. Hayvanlar bile o kadar uykuda değil.

Hiç bir geyiği ormanda gördüğün oldu mu; öylesine tetikte görünür ki, öylesine dikkatli yürür ki? Hiç bir kuşu ağaçta otururken gördün mü; etrafında olup bitenleri öylesine zekice gözlemeye devam eder ki? Kuşa doğru yürürsün; izin verdiği belli bir alan vardır. Onun ötesine bir adım daha at ve uçup gider. Onun kendi alanıyla ilgili belli bir farkındalığı vardır. Şayet birisi bu alana girecek olursa tehlikelidir.

Etrafına bakacak olursan şaşıracaksın: İnsan yeryüzündeki en derin uykudaki hayvandır.

Kadının biri şık bir genelevin eşyalarının satıldığı bir müzayededen bir papağan satın alır ve kuşun kafesinin üzerini küfürbaz dilini unutacağını umut ederek iki hafta boyunca kapatır. Kafesin üzerindeki örtü sonunda kaldırıldığında papağan etrafa bakınır ve, "Aurrk! Yeni ev. Yeni madam" der. Kadının kızları odaya girdiğinde ekler, "Aurrk! Yeni kızlar."

Kocası akşam eve geldiğindeyse papağan der ki, "Aurrk! Aurrk! Hep aynı eski müşteriler!"

İnsan düşmüş bir haldedir. Aslında Hıristiyanların Adem'in düşüşü, kovulması meselinin anlamı budur. Neden Adem ve Havva cennetten kovuldular? Kovuldular çünkü bilgi meyvesini yediler. Kovuldular çünkü zihinlere dönüştüler ve bilinçlerini kaybettiler. Zihin haline gelirsen bilincini yitirirsin; zihin uykudur, zihin gürültüdür, zihin mekanikliktir. Zihin olursan bilinç kaybedersin.

Öyleyse yapılması gereken tüm şey tekrar bilinçli olmak ve zihni kaybetmektir. Sisteminde bilgi olarak topladığın şeyleri çöpe atmak zorundasın. Seni uykuda tutan şey bilgidir; dolayısıyla bir insan ne kadar çok bilgiliyse o kadar çok uykudadır.

Bu benim de gözlemlediğim şeydir. Masum köylüler profesörlerden ve tapınaklardaki punditlerden çok daha fazla uyanık ve tetiktedir. Punditler papağandan başka bir şey değillerdir; üniversitelerdeki akademisyenler kutsal inek pisliğinden başka bir şey değillerdir. Hiçbir anlamı olmayan gürültüyle dolu zihinler ve hiç bilinç yok.

Doğayla uğraşan insanlar —çiftçiler, bahçıvanlar, oduncular, marangozlar, boyacılar— üniversitelerdeki dekanlardan, rektör yardımcılarından, rektörlerden çok daha fazla uyanıktırlar. Çünkü doğayla uğraştığında, doğa uyanıktır. Ağaçlar uyanıktır; onların uyanık olma tarzları kesinlikle farklıdır ama onlar çok uyanıklardır.

Artık onların uyanıklıklarının bilimsel kanıtları da mevcuttur. Eğer bir ormancı ağacı kesme maksadıyla elinde baltasıyla gelecek olursa onun geldiğini gören tüm ağaçlar korkudan titrerler. Artık buna ilişkin bilimsel kanıtlar var; şiirsel bir şeyden bahsetmiyorum, bilimden söz ediyorum bunu söylerken. Artık ağacın mutlu mu, mutsuz mu; korkmuş mu, korkmamış mı; üzgün mü, sevinç içinde mi olduğunu ölçecek aygıtlar var. Ormancı geldiğinde onu gören tüm ağaçlar korkudan titremeye başlarlar. Ölümün yakınlarında olduğunun farkına varırlar. Ve henüz ormancı hiçbir ağacı kesmedi bile; sadece geliyor...

Ve çok, çok daha garip başka bir şey daha var; eğer bir ormancı bir ağaç kesme maksadı olmadan sadece oradan geçiyorsa hiçbir ağaç korkmaz. Aynı ormancı, aynı baltayı taşıyor. Görünen o ki adamın ağaçları kesme niyeti ağaçları etkilemekte. Bunun anlamı adamın niyetinin anlaşıldığıdır; titreşimlerin ağaçlar tarafından çözülebildiği anlamına geliyor bu.

Ve bir başka önemli olgu daha bilimsel olarak gözlemlenmiştir; ormana gidip bir hayvanı öldürürsen sadece hayvanlar alemi sarsılmaz, ağaçlar da sarsılır. Bir geyiği öldürürsen etraftaki tüm diğer geyikler katliamın titreşimlerini hisseder, üzülür; büyük bir korkuyla titremeye başlarlar. Aniden, belirli bir neden bile olmadan korkarlar. Geyiğin öldürüldüğünü görmemiş olabilirler ama bir şekilde, kolay anlaşılamayan bir yoldan; içgüdüsel olarak, sezgisel olarak etkilenirler. Fakat tek etkilenen geyikler değildir; ağaçlar etkilenir, papağanlar etkilenir, kaplanlar etkilenir, kartallar etkilenir, yeşilliklerin yaprakları etkilenir. Katliam olmuştur, yok etme gerçekleşmiştir, ölüm gerçekleşmiştir; etraftaki her şey etkilenir. Anlaşılan o ki, en fazla uykuya dalmış olan insandır...

Buda'nın sutralarının üzerinde derinlemesine düşünmek, özümsemek, izlemek gereklidir. Diyor ki:

Uyanıklık hayata giden yoldur.

Sadece farkında olduğun oranda canlısın. Yaşamla ölüm arasındaki ayrım farkındalıktır. Sadece nefes aldığın için canlı sayılmazsın, sadece kalbin attığı için canlı sayılmazsın. Hiç bilincin olmadan, fizyolojik olarak hastanede canlı tutulabilirsin. Kalbin atmaya devam edecek ve nefes alabileceksin. Mekanik ayarlamalarla nefes alma ve kalbin atması ve kanın dolaşımı anlamında yıllarca canlı tutulman mümkün olabilir. Artık dünyanın çeşitli yerlerindeki gelişmiş ülkelerde bitkisel olarak hayatına hastanelerde devam eden pek çok insan vardır çünkü gelişmiş teknoloji ölümünü sonsuza dek erteleyebilecek olanaklar yarattı; yıllar boyunca hayatta tutulabilirsin. Şayet

bu yaşamaksa hayatta tutulabilirsin. Ama bu yaşamak falan değil. Bitkisel olarak yaşamak hayat değildir.

Budaların başka bir tanımlaması vardır. Onların tanımı bilinçliliği içerir. Onlar sadece nefes aldığın için senin yaşadığını söylemiyorlar, onlar sadece kan dolaşımın var diye senin yaşadığını söylemiyorlar; onlar eğer uyumuyorsan yaşadığını söylüyorlar. Öyleyse uyanmış olanlar haricinde hiç kimse gerçekten yaşamıyor. Sen cesetsin —yürüyen, konuşan, bir şeyler yapan— robotsun.

Uyanıklık hayata giden yoldur diyor Buda. Daha uyanık hale gel ve daha fazla canlanacaksın. Ve hayat Tanrıdır; başka bir Tanrı yoktur. Bu yüzden Buda hayat ve farkındalık hakkında konuşur. Hayat amaçtır ve onu elde etme tekniği, yöntemi de farkındalıktır.

Ahmak uyur...

Herkes uyur, yani herkes aptaldır. Hakarete uğramış hissetme. Gerçekler olduğu gibi ortaya konulmalıdır. Uykuda yaşıyorsun; o yüzden tökezliyorsun, yapmak istemediğin şeyleri yapıp duruyorsun. Yapmamaya karar verdiğin şeyleri yapıp duruyorsun. Doğru olmadığını bildiğin şeyleri yapmaya devam ediyorsun ve doğru olduğunu bildiğin şeyleri yapmıyorsun.

Bu nasıl mümkün olabilir? Neden dosdoğru yürüyemiyorsun? Neden sürekli yan yolların tuzağına düşüyorsun? Neden sürekli yanlış yola sapıyorsun?

Çok güzel sesi olan genç bir adamdan, bu gibi durumlarda hep utangaçlık yaşadığını söylemesine ve yalvarmasına rağmen bir törendeki gösteride oyunculuk yapması istenir. Çok basit olacağı ve sadece bir satır konuşacağı konusunda söz verilir: "Buraya bir öpücük almaya ve savaşa atılmaya geldim. Ahhh! Bir tüfeğin ateş ettiğini duyuyorum" deyip sahneden çıkacaktır.

Oyun oynanırken son anda giymek zorunda bırakıldığı üzerine yapışmış dapdar binici pantolonu yüzünden utana sıkıla sahneye çıkar ve artık bembeyaz elbisesiyle bahçedeki banka uzanmış kendisini bekleyen güzel kadın kahramanın önüne geldiğinde sinirleri iyice gerilir. Gırtlağını temizleyip, bağırarak der ki; "Paçanı öpmeye geldim —yok!— öpücük almak ve at arabasında osurmak —yani savaşa atılmak demek istiyorum! Ahhh! Fokurdayan bir çaydanlık duyuyorum —yok!— kıkırdayan bir çukur, zonklayan bir bok. Ohh, yarasa boku, fare boku, bok yağsın hepinizin üstüne! Bu lanet olası oyunda oynamayı zaten ta başından hiç istememiştim!"

Olan şey bu. Yaşamını izle; yaptığın her şey o kadar kafa karıştırıcı ki, kafanı karıştırıyor ki. Hiç netliğin yok, hiçbir algılaman yok. Uyanık halde değilsin. Göremezsin, duyamazsın; elbette ki duyabilecek kulakların var ama içerde onu anlayacak kimse yok. Kesinlikle gözlerin var ve görebilirsin ama içerde kimse mevcut değil. O yüzden gözlerin görmeye, kulakların duymaya devam ediyor ama hiçbir şey anlaşılmıyor. Ve her adımda tökezliyorsun, her adımınla yanlış bir şey yapıyorsun. Ve hâlâ farkında olduğuna inanmaya devam ediyorsun. .

Bu fikri tamamen bırak. Onu bırakmak çok büyük bir sıçramadır, çok büyük bir adımdır çünkü bir kez "Ben farkındayım" fikrini bırakırsan farkında olmak için araçlar ve yöntemler aramaya

başlayacaksın. Bu durumda içinde yer etmesi gereken ilk şey uykuda, tamamen uykuda olduğundur.

Modern psikoloji önemli birkaç şey keşfetti; bunlar sadece entelektüel olarak bulgulanmış olsa da yine de iyi bir başlangıçtır. Entelektüel olarak keşfedilebildiğine göre, sonradan, yakın bir zamanda varoluşsal olarak da deneyimlenecektir.

Freud çok büyük bir öncüdür; elbette ki bir Buda değildir ama hâlâ çok önemli bir adamdır çünkü insanın içinde çok büyük bir bilinçaltının gizli olduğu fikrinin insanlığın çoğunluğunca kabul edilmesini sağlamış ilk kişidir. Bilinçli zihin yalnızca onda birdir ve bilinçaltı zihin bilinçten dokuz kat daha büyüktür.

Sonra onun takipçisi olan Jung daha da ileriye gitti, biraz daha derine indi ve kolektif bilinçaltını keşfetti. Bireysel bilinçaltının ötesinde kolektif bir bilinçaltı mevcuttur. Artık, mevcut olan bir şeyi daha keşfedecek birilerine de ihtiyaç var ve umut ediyorum ki er ya da geç sürmekte olan psikolojik araştırmalar onu; kozmik bilinçaltını keşfedecektir. Budalar ondan hep bahsetmiştir.

Bu durumda biz son derece kırılgan bir şey olan, varlığının çok küçük bir parçası olan bilinçli zihin üzerine konuşabiliriz. Bilinçli zihnin arkasında bilinçaltı zihin vardır; belirsizdir. Onun fısıltılarını duyabilirsin ama ne olduğunu çıkaramazsın. O her zaman bilincin ardında durup onun iplerini çekmektedir. Üçüncüsü ise sadece rüyalarında yahut uyuşturucu kullandığında karşına çıkan bilinçsiz zihindir. Sonra kolektif bilinçaltı gelir. Onunla sadece kendi bilinçaltı zihnin içinde çok derin araştırmalara girecek olursan karşılaşırsın; ancak o zaman kolektif bilinçaltıyla karşılaşırsın. Ve hatta daha da ileri gidersen, daha derine inersen kozmik bilinçaltına geleceksin. Kozmik bilinçaltı doğadır. Kozmik bilinçaltı bugüne kadar yaşamış olan tüm insanlıktır; o senin bir parçandır.

Bilinçaltı, toplumun sende bastırdığı, ifade etmene izin vermediği senin bireysel bilinçaltındır. Dolayısıyla geceleyin arka kapıdan rüyalarına girer.

Ve bilinçli zihin... ben onu sözde bilinçli zihin olarak adlandıracağım çünkü lafta kalır. O kadar zayıftır ki, sadece yanıp sönen bir ışık gibidir ama sadece yanıp sönmesine rağmen yine de önemlidir çünkü tohuma sahiptir; tohumlar da her zaman küçüktür. Muhteşem bir potansiyeli vardır. Artık yepyeni bir boyut açılmakta. Nasıl Freud bilincin altında bir boyut açtıysa, Sri Aurobindo da bilincin üzerindeki boyutları açmıştır. Freud ve Sri Aurobindo bu çağın en önemli iki kişisidir. Her ikisi de entelektüeldir; ikisi de uyanmış kişiler değildir ama insanlığa muhteşem hizmetleri dokunmuştur. Bizlerin yüzeyde göründüğümüz kadar küçük olmadığımızı ve bu yüzeyin muhteşem derinlikler ve yükseklikler sakladığını entelektüel olarak anlamamızı sağlamışlardır.

Freud derinliklere gitti, Sri Aurobindo yüksekliklere ulaşmaya çalıştı. Sözde bilinçli zihnimizin üzerinde gerçek bilinçli zihnimiz vardır: Bu sadece meditasyonla elde edilebilir. Sıradan bilinçli zihne meditasyona eklendiğinde, sıradan bilinçli zihin artı meditasyon olduğunda gerçek bilinçli zihin halini alır.

Gerçek bilinçli zihnin ötesinde süperbilinçli zihin vardır. Meditasyon yaptığında sadece bir anlığına onu yaşarsın. Meditasyon karanlıkta el yordamıyla ilerlemektir. Evet, bazı pencereler açılır ancak tekrar ve tekrar olduğun yere geri dönersin. Süperbilinçli zihin samadhi demektir; kristal berraklığında bir algılamaya sahip olmuşsundur, tümleşik bir farkındalığa ulaşmışsın demektir. Artık onun altına düşemezsin; o senindir. Uykuda bile seninle kalacaktır.

Süperbilincin ötesinde kolektif süperbilinç vardır; kolektif süperbilinç dinlerde "Tanrı" olarak bilinen şeydir. Ve kolektif süperbilincin ötesinde tanrıların dahi ötesine geçen kozmik süperbilinç vardır. Buda onu nirvana olarak adlandırır. Mahavira onu kaivalya olarak adlandırır, Hindu mistikler ona moksha demişlerdir; sen ona hakikat diyebilirsin.

Bunlar varlığının dokuz halidir. Ve sen varlığının sadece çok küçük bir köşesinde yaşıyorsun; küçücük bilinçli zihninde. Bu sanki birisinin bir sarayı varken onu tamamen unutup sundurmada yaşamaya başlaması ve bunun hepsi olduğunu düşünmesi gibi bir şey.

Freud ve Sri Aurobindo'nun her ikisi de öncüdür, filozoftur, birer entelektüel devdir ancak her ikisi de muhteşem bir tahmin işi yürütmektedir. Öğrencilere Bertrand Russell'ın, Alfred North Whitehead'in, Martin Heidegger'in, Jean-Paul Sartre'ın felsefesini öğretmektense, Sri Aurobindo hakkında bir şeyler öğretilse çok daha iyi olurdu çünkü o bu çağın en büyük felsefecisidir. Fakat o akademik dünya tarafından tamamen göz ardı edilmiş, ihmal edilmiştir. Bunun nedeni Sri Aurobindo'yu okumanın dahi sana farkında olmadığını hissettirecek olmasıdır. Ve kendisi dahi henüz bir Buda olmamıştır ama yine de sende utanç yaratır. Eğer o doğruysa, o zaman sen ne yapıyorsun? O halde neden varlığının yüksekliklerini keşfetmiyorsun?

Freud çok büyük bir dirençle kabul edildi ama sonunda kabul gördü. Sri Aurobindo henüz kabul dahi edilmedi. Aslına bakılırsa ona karşı dahi çıkılmamıştır; o yalnızca görmezden gelinmiştir. Ve nedeni çok açıktır. Freud senden düşük seviyedeki bir şeyden bahseder; bu utanç verici bir şey değildir. Bilinçli olduğunu ve bilincinin altında bilinçaltının, bilinç dışının ve kolektif bilinçaltının olduğunu bilmek seni iyi hissettirir. Ama bu hallerin hepsi senden aşağıdadır; sen tepedesin, kendini iyi hissedebilirsin. Ancak Sri Aurobindo'yu öğrenirsen utanç duyarsın, aşağılanmış hissedersin çünkü senden daha yüksek haller mevcuttur. Ve insanın egosu kendisinden daha yüksekte bir şey olduğunu hiçbir zaman kabullenmek istemez. İnsan her zaman kendisinin zirve, doruk, Gourishankar, Everest olduğuna; kendisinden daha yüksek bir şey olmadığına inanmak ister....

Ve kendi krallığını reddetmek, kendi yüksekliklerini reddetmek iyi hissettirir; kendini çok iyi hissedersin. Bunun aptallığına bir bak.

Buda haklı. Diyor ki: "Ahmak zaten ölüymüşçesine uyur ama usta uyanıktır ve sonsuza dek yaşar."

Farkındalık ölümsüzdür, ölümü hiç bilmez. Sadece farkında olmamak ölür. Demek ki bilinçsiz olarak, uykuda kalırsan yeniden ölmen gerekecek. Tüm bu tekrar tekrar ölmek ve doğmak perişanlığından kurtulmak istersen tamamen uyanık hale gelmen gerekecek. Bilinçte yükseklere daha yükseklere ulaşman gerekecek.

Ve bu şeyler entelektüel temelde kabul edilmesi gereken şeyler değildir; bu tür şeyler yaşantısal hale gelmek zorundadır, bu tür şeyler varoluşsal hale gelmek zorundadır. Sana felsefi olarak ikna olman gerekiyor demiyorum çünkü felsefi kanaatler hiçbir şey getirmez, hasadı yoktur. Gerçek hasat yalnızca sen kendini uyandırmak için büyük bir gayret sarf ettiğinde gerçekleşir.

Ancak bu entelektüel haritalar sende bir arzu uyandırabilir, bir istek yaratabilir. Potansiyelin, mümkün olanın farkına varmanı sağlayabilir; senin göründüğün şey olamadığın, çok daha fazlası olduğunu fark etmeni sağlayabilir.

Ahmak zaten ölüymüşçesine uyur ama usta uyanıktır

ve sonsuza dek yaşar.

O izler. O berraktır.

Basit ve güzel ifadeler. Hakikat her zaman basittir ve her zaman güzeldir. Şu ifadelerin basitliğine bak... ama o kadar çok şey içeriyorlar ki. Sözcükler içerisinde sözcükler, sonsuz sözcükler; O izler. O berraktır.

Öğrenilmesi gereken tek şey izleyiciliktir. İzle! Yaptığın tüm eylemleri izle. Zihninden geçen her düşünceyi izle. Seni ele geçiren tüm arzuları izle. Küçücük hareketlerini bile; yürümeyi, konuşmayı, yemeyi, duş almayı izle. Her şeyi izlemeyi sürdür. Her şeyin izlemek için bir fırsat olmasını sağla.

Mekanik bir şekilde yeme, kendini tıka basa doldurmaya devam etme; çok farkında ol. Çok iyi çiğne ve fark et... ve bu ana kadar ne kadar çok şeyi kaçırmış olduğuna şaşıracaksın çünkü her ısırık sana müthiş bir tatmin verecek. Farkında olarak yiyecek olursan yiyecekler daha bir lezzetli hale gelecek. Sıradan yiyecekler dahi farkında olursan lezzetli olur; farkında değilsen en lezzetli yiyeceği bile yesen tadı olmayacaktır çünkü fark edecek kimse yoktur. Kendini sadece tıkayıp durursun. Yavaşça ye, farkında olarak; her ısırığın tadına varılmalı, çiğnenmeli.

Kokla, dokun, meltemi ve güneş ışınlarını hisset. Aya bak ve farkındalığın dingin havuzu ol ve ay muhteşem güzelliğiyle üzerinde yansıyacaktır.

Yaşamın içine sürekli farkında olarak katıl. Tekrar ve tekrar unutacaksın. Bu yüzden kendini harap etme; bu doğaldır. Milyonlarca hayattır farkındalığı hiç denemedin, bu nedenle sürekli olarak, defalarca unutman çok basit ve doğal bir şey. Ama hatırladığın anda tekrar izle.

Bir şeyi aklından çıkarma: İzlemeyi unuttuğunu anımsadığında üzülme, pişmanlık duyma yoksa yeniden vakit kaybediyorsun. Kendini harap etme: "Yine kaçırdım." "Ben bir günahkârım" diye hissetme. Kendini lanetlemeye başlama çünkü bu yalnızca vakit kaybıdır. Geçmiş için hiçbir zaman pişmanlık duyma! Anda yaşa. Unutmuşsan ne olmuş? Doğaldı bu; bu bir alışkanlık halini almıştı ve alışkanlıklar çok zor ölür. Ve bu alışkanlıklar bir tek hayatta özümsenmedi; bu alışkanlıklar milyonlarca hayatta özümsendi. Dolayısıyla birkaç anlığına dahi farkında kalabilirsen şükran duy. Bu çok az anlar dahi beklenenden çok daha fazlasıdır.

O izler. O berraktır.

Ve izlediğinde bir berraklık ortaya çıkar. Niçin berraklık izlemekten doğar? Daha çok farkında oldukça tüm telaşın giderek yavaşlar. Daha zarif hale gelirsin. İzledikçe geveze zihnin daha az gevezelik yapar çünkü gevezelik haline gelen enerjin dönüşür ve farkındalık halini alır; o aynı enerjidir! Artık giderek daha fazla enerji farkındalığa dönüşür ve zihin besinini elde edemez. Düşünceler giderek incelmeye başlayacaktır, kilo kaybedecektir. Yavaş, yavaş ölmeye başlayacaklar. Ve düşünceler ölmeye başladıkça berraklık ortaya çıkar. Artık zihnin bir ayna haline geldi.

Ne mutlu ona! Ve bir kimsede berraklık varsa o kişi mutludur. Kafa karışıklığı sefaletin köküdeki nedendir; mutluluğun temelleri ise berraklıktadır.

Ne mutlu ona! Uyanık olmanın hayat olduğunu gördüğü için.

Ve artık o bilir ki ölüm yoktur çünkü uyanık olmak hiçbir zaman yok edilemez. Ölüm geldiğinde onu da izleyeceksin, izleyerek öleceksin; izlemek ölmeyecek. Bedenin kaybolacak, toza toprağa karışacak ama farkındalığın kalacak; kozmik bütünün bir parçası olacak. Kozmik bilinç haline gelecek.

Böyle anlarda Upanishadları yazanlar "Aham brahmasmi — ben kozmik bilincim" diye ilan ederler. Bu tür durumlarda Hallac-ı Mansur "En-el hak!—ben hakikatim!" demiştir. Bu yükseklikler senin doğuştan sahip olduğun haklardır. Şayet onları elde edemezsen sadece sen sorumlusun başka hiç kimse değil.

Ne mutlu ona! Uyanık olmanın hayat olduğunu gördüğü için.

Ne mutlu ona ki uyanmışların yolunu takip eder

Mutluluk ve özgürlük arayışında büyük bir sebatla

meditasyon yapar.

Bu sözleri çok dikkatle dinle. Büyük bir sebatla... Kendini uyandırmak için tüm gayretini ortaya koymazsan bu gerçekleşmeyecek. Kısmi gayret boşunadır. Şöyle-böyle olamazsın, ılık olamazsın. Bunun bir yararı olmaz. Ilık su buharlaşamaz ve uyanık olmak için yapılacak ılık gayretler başarısızlığa mahkûmdur.

Dönüşmek sadece sen tüm enerjini ona verdiğinde gerçekleşir. Yüz santigrat derecede kaynadığın zaman buharlaşırsın, o zaman simyasal değişiklik gerçekleşir. O zaman yükselmeye başlarsın. Hiç gözlemlemedin mi? Su aşağı doğru akar ama buhar yukarı doğru yükselir. Tamamen aynı şey olur: Bilinçsizlik aşağı doğru gider, bilinç yukarı doğru.

Ve bir şey daha: Yukarı doğru içe doğru ile eşanlamlıdır ve aşağı doğru da dışa doğruyla eşanlamlı. Bilinç içeri doğru gider, bilinçsizlik dışa doğru gider. Bilinçsizlik senin başkalarıyla;

şeylerle, insanlarla ilgilenmeni sağlar ama her zaman başkalarıdır ilgilendiğin. Bilinçsizlik seni tamamen karanlıkta tutar; gözlerin her zaman başkalarına odaklanır. O bir çeşit dışsal alan yaratır, seni dışadönük yapar. Bilinç içsel alan yaratır. O seni içedönük yapar, seni içeriye doğru, derine daha derine götürür.

Derine ve daha derine aynı zamanda yükseğe ve daha yükseğe demektir; ikisi eşzamanlı olarak gelişir, tıpkı bir ağacın gelişmesi gibi. Sen sadece onun yükseğe doğru gittiğini görürsün, köklerin aşağı doğru gittiğini görmezsin. Ama öncelikle köklerin aşağı doğru gitmesi gerekir, ancak o zaman ağaç yukarı doğru yükselir. Şayet bir ağaç göğe ulaşmak isterse en alta köklerini göndermek zorunda kalacaktır, mümkün olan en alttaki derinliklere. Ağaç her iki yönde de eşzamanlı olarak büyür. Tamamıyla aynı şekilde bilinç de yukarı doğru yükselir... aşağı doğru köklerini senin varlığının içine gönderir.

ISTIRABIN KÖKENLERİ

Sefalet bir bilinçsizlik halidir. Sefil durumdayız çünkü ne yaptığımızın, ne düşündüğümüzün, ne hissettiğimizin farkında değiliz; bu yüzden her an kendimizle çatışma halindeyiz. Eylem bir yönde giderken düşünce diğerinde gider, hisler ise bambaşka bir yere. Sürekli bölünüyoruz ve giderek daha çok parçalara ayrılıyoruz. Sefalet budur; bütünlüğümüzü, birlikteliğimizi yitiriyoruz. Tamamıyla merkezsiz kalıyoruz; sadece çeper. Ve doğal olarak da ahenksiz bir hayat perişan bir hal alacak, trajik olacak, bir şekilde taşınması gereken bir yük haline gelecek, ıstırap dolu olacak. En iyi ihtimalle kişi bu ıstırabı daha az sancılı yapabilir. Ve bin bir çeşit ağrı kesici mevcuttur.

Yalnızca uyuşturucular ve alkol değil; sözde dinler de afyon olarak işlev görmüştür. İnsanları uyuşturur. Ve doğaldır ki tüm dinler uyuşturuculara karşıdır çünkü bizzat kendileri bu pazarda mal satıyor; onlar rakiplerine karşı çıkıyor. İnsanlar afyon kullanırsa dindar olmayabilirler; dindar olmaları için bir nedenleri kalmayabilir. Onlar afyonlarını buldular neden dini önemsesinler ki? Ve afyon daha ucuzdur, daha az uğraşmaları gerekir. İnsanlar şayet esrar, LSD ve daha da rafine uyuşturucular kullanacak olursa dindar olmamaları çok normaldir çünkü din çok ilkel bir uyuşturucudur. Bu yüzden de tüm dinler uyuşturuculara karşıdır.

Sebep onların gerçekten uyuşturucuya karşı olmaları değildir. Sebep uyuşturucuların rakip olmasıdır. Elbette insanların uyuşturucu kullanmaları engellenebilirse, onlar eninde sonunda rahiplerin tuzağına düşeceklerdir çünkü bu elde kalan tek şeydir. Bu yüzden tekelleşme var. Bu sayede kendi afyonları piyasada tek kalır ve onun dışındakilerin hepsi yasadışı hale gelir.

İnsanlar ıstırap içinde yaşıyor. Bundan kurtuluşun iki yolu var: Meditasyoncu haline gelebilirler; uyanık, farkında, bilinçli... bu çetin bir şeydir. Cesaret ister. Ya da, daha ucuz olan yol ise, seni daha da çok bilinçsiz hale getirecek bir şey bulmaktır, böylece ıstırabı hissetmezsin. Kendini tamamen duyarsızlaştıracak, sarhoş edecek, ağrı kesecek bir şey bul. Bu şeyler seni öylesine

bilinçsiz hale getirsin ki tüm huzursuzluğundan, mutsuzluğundan ve anlamsızlığından, bilinçsizliğinin içine seni kaçırsın.

İkinci yol doğru olan değildir. İkinci yol ıstırabını biraz daha konforlu, biraz daha katlanılır, biraz daha rahat hale getirir. Ama sana bir yararı dokunmaz; seni dönüştürmez. Dönüşüm sadece meditasyonla gerçekleşir çünkü meditasyon seni farkında yapan yegâne yöntemdir. Bana göre tek gerçek din meditasyondur. Tüm diğerleri hokus-pokustur. Ve afyonun farklı markaları vardır — Hıristiyanlık, Hinduizm, Müslümanlık, Jainizm, Budizm— ama bunlar sadece farklı markalardır. Kutusu ayrıdır ama içindeki aynıdır; hepsi de bir şekilde senin ıstırabına kendini uydurmana yardım eder.

Benim tüm gayretim seni ıstırabının ötesine götürmektir. Istıraba uyum sağlamaya gerek yoktur; ıstıraptan tamamıyla özgürleşmek mümkündür. Ancak, o zaman yol biraz çetindir; o zaman yol bir meydan okumadır.

Bedenin ve onunla ne yaptığının farkında olmalısın...

Bir gün Buda sabah konuşmasını yapıyordu ve bir kral da onu dinlemeye gelmişti. Buda'nın tam önünde oturuyordu ve ayak başparmağını sürekli olarak hareket ettiriyordu. Buda konuşmasını durdurup kralın ayak başparmağına baktı. Buda adamın ayak başparmağına baktığında elbette kral da onları oynatmayı durdurdu. Buda tekrar konuşmasına başladı ve kral tekrar başparmağını oynatmaya başladı. Buda sordu: "Neden böyle yapıyorsun?"

Kral: "Sadece sen konuşmayı kesip ayak başparmağıma baktığında ne yaptığımın farkına vardım. Aksi taktirde bilincinde bile değildim."

Buda şöyle dedi: "Bu senin başparmağın ve sen bilincinde bile değilsin... O zaman sen birisini dahi öldürebilirsin ve farkında bile olmayabilirsin!"

Ve tam da bu şekilde insanlar öldürüldü. Ve katil bilincinde değildi. Pek çok kere dava sırasında katiller cinayet işlediklerini kesin bir dille reddettiler. Başlangıçta yanıltmaya çalıştıkları düşünüldü ama son bulgular kandırmaya çalışmadıklarını gösterdi; tamamen bilinçsiz bir halde yapmışlardı. O an, o kadar nefret içerisinde, o kadar öfkeliydiler ki nefretleri onları ele geçirdi. Ve sen öfkeliyken bedenin sarhoş edici zehirler salgılar, kanın zehirlenir. Öfke içinde olmak geçici deliliktir. Ve kişi o anı tamamıyla unutacaktır çünkü farkında dahi değildi. Ve insanlar böyle âşık oluyorlar, birbirlerini öldürüyorlar, intihar ediyorlar ve her türlü şeyi yapıyorlar.

Farkındalığın ilk adımı bedenini izlemektir. Yavaş yavaş kişi her harekete, her mimiğe dikkat kesilir. Ve farkında oldukça bir mucize gerçekleşir; eskiden yapmakta olduğun pek çok şey kayboluverir. Bedenin daha gevşek hale gelir, bedenin daha uyumlu hale gelir, bedenini bile derin bir huzur kaplar, derinden bir müzik çalmaya başlar bedeninde.

Sonra düşüncelerinin farkına varmaya başla; aynı şey düşüncelerinle de yapılmak zorundadır. Onlar bedeninden daha zor fark edilir ve elbette daha da tehlikelidirler. Ve düşüncelerinin farkına vardığında içinde olup biten şeylere şaşırıp kalacaksın. Herhangi bir andaki düşüncelerini yazacak

olursan büyük bir şaşkınlığa düşersin. İnanamayacaksın; "Bu mu içimden geçen şeyler?" Yalnızca on dakika yazmaya devam et. Kapıları kapat ve kapı ve pencereleri kilitle ki kimse içeri giremesin. Böylece dürüst olabilirsin. Ve bir ateş yak —bu sayede hemen ateşe atabilirsin— ki senin dışında kimse bilemesin. Ve sonra da samimi bir şekilde dürüst ol; zihninden her ne geçiyorsa yazmaya devam et. Yorumlamadan, düzeltmeden, değiştirmeden. Sadece olduğu haliyle, çıplak bir şekilde kağıdın üzerine dök.

Ve on dakika sonra oku; içerde delirmiş bir zihin göreceksin! Bu deliliğin alttan alta akıp gitmeye devam ettiğinin farkında değiliz. Hayatındaki tüm önemli şeyleri etkiler. Ve tüm bunların genel toplamı da senin hayatın olacak!

Öyleyse bu delirmiş adam değişmek zorunda. Ve farkındalığın mucizesi farkında olmak dışında hiçbir şey yapmana gerek olmamasıdır. İzliyor olman gerçeği, onu değiştirir. Yavaş yavaş delirmiş adam yok olur. Yavaş yavaş düşünceler belli şekiller almaya başlar: Artık kaotik değillerdir, artık daha bir kozmos haline gelmiştir. Ve tekrardan, daha da derin bir huzur yayılır.

Ve, bedenin ve zihnin huzurlu olduğunda onların birbirleriyle uyum içerisinde olduğunu göreceksin; bir köprü vardır. Artık farklı yönlerde koşmuyorlar, başka atlara binmiyorlar. İlk kez arada anlaşma vardır ve bu anlaşma üçüncü adım üzerinde çalışmada son kertede yardımcı olur; bu da duygularının, hislerinin, ruh hallerinin farkına varmaktır. Bu en ince katmandır ve en zorudur ancak, şayet düşüncelerinin farkına varabilirsen yalnızca bir adım sonrasındadır. Duygularını, hislerini ve ruh hallerini fark etmeye başlamak için biraz daha yoğun bir farkındalığa ihtiyaç vardır.

Bir kez bu üçünün farkına vardın mı hepsi tek bir olguda birleşir. Ve bu üçü bir olduğunda, mükemmel bir şekilde işlediğinde, beraberce titreştiğinde üçünün de müziğini hissedebilirsin —bir orkestra haline geldiler— ve dördüncü gerçekleşir. Onu sen yapamazsın; o kendiliğinden olur, o bütünden gelen bir armağandır. O, bu üçünü yapanlara verilen bir ödüldür.

Ve dördüncüsü, bir kimseyi uyanmış yapacak olan nihai farkındalıktır. Kişi kendi farkındalığının farkına varır; dördüncü budur. Bu insanı bir Buda, uyanmış kişi yapar. Ve sadece bu uyanışta kişi sonsuz mutluluğun ne olduğunu bilir. Beden zevki bilir, zihin hoşnutluğu bilir, kalp coşkuyu bilir ve dördüncüyse sonsuz mutluluğu bilir. Sonsuz mutluluk amaçtır ve farkındalık da ona doğru giden yoldur.

ÖZEL DÜNYALAR

Heraklit der ki:

İnsanlar uyanık anlarında da

uyurkenki kadar etrafında olup bitenlere karşı dikkatsiz ve unutkandır.

Ahmaklar durmalarına karşın

sağır gibilerdir;

onlar için 'ne zaman burada

olsalar mevcut değiller'

deyimi uygun düşer.

Kişi uykudaymış gibi davranmamalı

ve konuşmamalıdır.

Uyanıkken tek bir ortak dünya vardır; uyuyanlarınsa her birinin kendi özel dünyası vardır.

Uyanıkken her gördüğümüz ölümdür, uyurken ise, hayaller.

Heraklit insanın en derin sorununa parmak basar; bu da, onun uyanıkken bile derin uykuda olduğudur.

Uyurken uyursun ama uyanıkken de uyursun. Bunun anlamı nedir? Çünkü Buda bunu söyler, İsa bunu söyler, Heraklit bunu söyler. Uyanık gibi görünüyorsun ama bu sadece görüntüdür; içinin derinliklerinde uyku devam etmekte.

Şu an dahi içinde rüya görmektesin. Bin bir tane düşünce akıp gitmekte ve sen ne olduğunun bilincinde bile değilsin, ne yaptığının farkında değilsin, kim olduğunun farkında değilsin. İnsanların uykusunda yaptığı şekilde davranıyorsun. Uykusunda dolanıp, şunu-bunu yapıp tekrar uykusuna dönen birilerini duymuş olmalısın. Uyurgezerlik denilen hastalık vardır. Bazı insanlar gece yataklarından kalkarlar; gözleri açıktır, hareket edebilirler. Dolaşabilirler, kapıyı bulabilirler. Mutfağa gidip bir şey yiyecekler; geri dönüp yatağa girecekler. Ve sabah onlara sorarsan gece hakkında hiçbir şey bilmezler. En fazla hatırlamaya çalıştıklarında, o gece uyanıp mutfağa gittiklerini rüyada gördüklerini söyleyeceklerdir. Ama her şeyden önce o bir rüyaydı; onu bile hatırlamak çok zordur.

Pek çok suç işlemiş insan; pek çok katil mahkeme esnasında böyle bir şeyi yaptıklarını hatırlamadıklarını ve hatta neden bahsedildiğini dahi bilmediklerini söyler. Mahkemeyi kandırmaya çalışmamaktalar, hayır. Artık psikanalistler onların kandırmaya çalışmadıklarını bulguladılar, onlar yalan söylemiyor, tamamen doğru söylüyorlar. Cinayeti işlediler — çok derin uykudayken işlediler— rüyadaymış gibi. Bu uyku normal olandan daha derindir. Bu uyku sarhoşluk gibidir: Biraz hareket edebilirsin, biraz bir şeyler yapabilirsin, birazcık farkında da olabilirsin ama körkütük sarhoşsun. Gerçekten ne olduğunu bilmiyorsun. Geçmişinde neler yaptın? Aynı şekilde yeniden anımsayabilir misin onu, neden yaptığını, ne yaptığını? Sana ne oldu? O olurken uyanık mıydın? Neden olduğunu bilmeden âşık oluyorsun; neden olduğunu bilmeden kızıyorsun. Bahaneler

buluyorsun elbette; yaptığın her şeyi mantıklı hale sokuyorsun ama mantıklı olmak farkındalık değildir.

Farkındalık, anda olan her şeyin tam bir bilinçlilikle gerçekleşiyor olması anlamına gelir; sen orada mevcutsun. Kızgınlık gerçekleşirken sen orada mevcut olursan kızgınlık oluşamaz. O sadece sen derin uykudayken gerçekleşebilir. Sen orada olursan varlığında hemen bir dönüşüm olmaya başlar çünkü sen oradaysan, farkındaysan pek çok şey mümkün değildir. Günah denilen tüm şeyler sen farkındaysan mümkün değildir. Dolayısıyla, gerçekte sadece tek bir günah vardır o da farkında olmamaktır.

İngilizcesi "sin" olan günah sözcüğünün orijinali kaçırmak anlamına gelir. Yanlış bir şey yapmak anlamına gelmez; kaçırmak, orda olmamak anlamına gelir. "Sin" sözcüğünün İbranca'daki kökü "miss" (kaçırmak) anlamına gelir. Bu bazı İngilizce sözcüklerde geçer: "misconduct" (zina, ahlaksızlık, görevi kötüye kullanmak), "misbehavior" (terbiyesizlik, kötü davranış). Kaçırmak orada olmamak demektir, bir şeyi kendini tam vermeden yapmaktır; tek günah budur. Ya tek erdem? Bir şey yaparken tamamıyla dikkatlisin; Gurdjieff'in kendini-anımsamak dediği şey, Buda'nın doğru şekilde dikkatli dediği şey, Krishnamurti'nin farkındalık dediği şey, Kabir'in *surati* dediği şey budur.

Hiçbir şeyi değiştirmeye ihtiyacın yok ve değiştirmeye çalışsan da zaten yapamazsın. Kendinde pek çok şeyi değiştirmeye çalışıp duruyorsun. Başarılı oldun mu? Kaç sefer tekrar kızgın olmamaya karar verdin? Kararına ne oldu? Zamanı geldiğinde tekrar aynı tuzaktasın: Kızarsın ve kızgınlık gittiğinde tekrar pişmanlık duyarsın. Bu bir kısırdöngüye dönüştü: Kızıyorsun ve sonra pişman oluyorsun ve sonra da tekrar aynı şeyi yapmaya hazırsın.

Unutma, pişmanlık duyarken dahi orada değilsin, pişmanlık da günahın parçası. Bu nedenle hiçbir şey olmaz. Denemeye ve denemeye devam eder durursun, pek çok kararlar alırsın ve yeminler edersin ama hiçbir şey olmaz; sen aynı kalırsın. Doğduğun zamankiyle tamamen aynısın, küçücük bir değişiklik dahi gerçekleşmedi sende. Denemedin değil, yeterince denemedin değil; denedin ve denedin ve denedin. Başaramazsın çünkü bunun gayret etmekle bir alakası yok. Daha çok çaba yardımcı olmaz. Çabayla değil, dikkatli olmakla ilgisi var.

Dikkatli olursan pek çok şey senin onları bırakmana gerek kalmadan gider. Farkındalıkta belli şeyler mümkün olmaz. Ve bu benim tanımlamamdır, başka bir kriter de yoktur. Eğer farkındaysan aşka düşemezsin; bu durumda aşka düşmek bir günahtır. Aşık olursun ama bu düşüş gibi olmaz, yükseliş gibi olur. Neden aşka düşmek terimini kullanırız? O düşmektir; yükselmezsin, düşersin. Farkında olursan düşmek mümkün olmaz, âşıkken bile. İmkânsızdır; yalnızca imkânsız. Ve aşkta yükselmek aşka düşmekten tamamıyla farklı bir olgudur. Aşka düşmek bir rüya halidir. Bu nedenle âşık insanlar diğerlerine nazaran daha fazla uykudadır, sarhoştur, rüya âlemindedir; bunu gözlerinden anlayabilirsin. Bunu gözlerinden anlayabilirsin çünkü gözleri uykuludur.

Aşkta yükselen insanlar tamamen farklıdır. Onların artık rüyada olmadıklarını görebilirsin, onlar hakikatle yüzleşirler ve onun aracılığıyla gelişirler.

Aşka düşerek bir çocuk olarak kalırsın; aşkta yükselerek olgunlaşırsın. Ve yavaş yavaş aşk bir ilişki olmaktansa varlığının bir parçası haline gelir. O zaman onu sevmek ve bunu sevmemek yoktur, hayır; sevgisin sadece. Yakınına gelenler kim olursa olsun onlarla paylaşırsın. Ne olursa olsun sevgini veririsin ona. Bir taşa dokunursun ve ona sanki sevdiğinin bedenini okşar gibi dokunursun. Ağaca bakarsın ve sanki sevgilinin yüzüne bakıyormuşsun gibi bakarsın. Bu bir var oluş şekli haline gelir. Sevmiyorsun; artık sen sevgisin. Bu yükselmektir, düşmek değil.

Onun aracılığıyla yükselirsen aşk güzeldir ve aşk onun aracılığıyla düşersen kirli ve çirkin hale gelir. Ve er ya da geç onun zehirli olduğunun kanıtlarını göreceksin. Kölelik haline gelir. Ona yakalanmış durumdasın, özgürlüğün ezilmiş durumda. Kanatların kesilmiştir; artık özgür değilsindir. Aşka düşerek bir mülkiyete dönüşürüsün; sahip olursun ve birisinin de sana sahip olmasına izin verirsin. Bir nesneye dönüşürsün ve aşka düştüğün diğer kişiyi de bir nesneye dönüştürmeye çalışırsın. Bir karı-kocaya bak: Her ikisi de birer nesneye benzemişlerdir, artık birer kişi değillerdir. Her ikisi de birbirine sahip olmaya çalışıyorlar. Sadece nesnelere sahip olunabilir, kişilere asla! Bir kimseye nasıl sahip olabilirsin? Nasıl bir insanı baskılarsın? Nasıl bir kimseyi bir mülkiyete dönüştürebilirsin? İmkânsız! Ama koca karısına sahip olmaya çalışıyor; karısı da aynı şey için uğraşıyor. O zaman çarpışma vardır, birbirlerine düşman oluverirler. O zaman birbirleri için ölümcül hale gelirler.

Nasreddin Hoca mezarlığın müdürlüğüne gitti ve müdüre şikâyette bulundu: "Çok iyi biliyorum ki eşimin mezarı bu mezarlıkta ama bir türlü bulamıyorum."

Müdür kayıtları açtı ve "Eşinizin ismi neydi?" diye sordu.

Nasreddin Hoca da: "Bayan Nasreddin Hoca" dedi.

Müdür kayıtlarına baktı ve "Bayan Nasreddin Hoca yok ama bir Nasreddin Hoca var. Özür dileriz galiba kayıtlarda bir karışıklık olmuş" dedi.

Nasreddin Hoca: "Yanlışlık falan yok. Nasreddin Hoca'nın mezarı nerede? Çünkü her şey benim adıma yapılmıştır."

Karısının mezarı bile!

Sahiplenmek... herkes sevdiğine, sevgilisine sahip olmaya çalışıyor. Artık bu aşk değildir. Aslında birisine sahip olduğunda ondan nefret edersin, onu yok edersin, onu öldürürsün: Aşk özgürlük vermelidir; aşk özgürlüktür. Aşk sevileni çok, daha çok özgürleştirecektir, aşk kanatlar takacaktır ve aşk sonsuz gökyüzünü açacaktır. O bir hapishane, hücre haline gelemez. Ama bu aşkı sen bilmiyorsun çünkü sadece sen farkındaysan gerçekleşir; aşkın bu niteliği sadece sen farkında olduğunda gelir. Sen günah olan bir aşkı biliyorsun çünkü uykudan çıkmadır o.

Ve bu yaptığın her şey için böyledir. İyi bir şey yapmaya çalışsan bile zarar verirsin. İyilikseverlere bak: Onlar her zaman zarar verirler, onlar dünyadaki en zararlı insanlarıdır. Sosyal reformcular, sözde devrimciler, bunlar en zararlı insanlardır. Fakat onların zararlarının nerede yattığını görmek zordur çünkü onlar iyi insanlardır, onlar her zaman insanlara iyilik yaparlar; onların başkaları için

hapishane yaratma yöntemi de budur. Eğer onların sana bir iyilik yapmasına izin verirsen, sahip olunacaksın. Ayağına masaj yaparak başlayacaklar ve er ya da geç ellerinin boynuna uzandığını fark edeceksin. Ayaktan başlarlar ve boyunda bitirirler çünkü farkında değiller; ne yaptıklarını bilmiyorlar. Bir üçkâğıt öğrenmişler: Birini eline geçirmek istersen ona iyilik yap. Bu numarayı öğrendiklerinin dahi bilincinde değiller. Ama zarar vereceklerdir çünkü ne olursa olsun —ne olursa olsun— birisine sahip olmaya çalışmak, adı ya da şeklinin ne olduğu önemli değil, dindışıdır, günahtır.

Kiliselerin, tapınakların, camilerin, hepsi sana karşı günaha girdiler çünkü hepsi sahip oldular, baskıcı hale geldiler. Tüm kiliseler dine karşıdır çünkü din özgürlüktür! Peki bu neden olur? İsa sana özgürlük vermeye, kanatlar takmaya çalışır. Öyleyse ne olur, bu kilise nasıl araya girer? Bu olur çünkü İsa tamamıyla farklı bir var oluş düzleminde yaşar, farkındalık düzleminde ve onu dinleyenler, onu izleyenlerse uyku düzleminde yaşar. Duydukları, anladıkları her ne ise, kendi rüyaları aracılığıyla yorumlarlar. Ve onlar ne yaratırlarsa yaratsınlar bir günah olacaktır. İsa sana bir din verir ve derin uykuda olan insanlar da onu bir kiliseye çevirir.

Söylendiğine göre şeytan bir gün çok üzgün bir şekilde bir ağacın altında oturuyordu. Bir aziz geçiyordu ve şeytana bakıp dedi ki: "Duyduğumuza göre sen hiç dinlenmezmişsin, sürekli bir takım kötülükler yaparmışsın. Burada ağacın altında oturmuş ne yapıyorsun?"

Şeytan gerçekten depresyondaydı. Dedi ki: "Görünen o ki benim işimi papazlar ele geçirmiş ve ben hiçbir şey yapamıyorum; ben tamamen işsiz kaldım. Bazen intihar etmeyi bile düşünüyorum çünkü bu papazlar işini o kadar iyi yapıyorlar ki!"

Rahipler çok başarılı çünkü özgürlüğü hapishaneye çevirdiler, hakikati dogmaya çevirdiler; farkındalığın düzlemindeki her şeyi uykunun düzlemine dönüştürdüler.

Bu uykunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalış çünkü ne olduğunu hissedebilirsen uyanık olmaya başlamışsın demektir; şimdiden onun dışına çıkacak yola girdin. Nedir bu uyku? Nasıl gerçekleşir? Mekanizması nedir? Çalışma yöntemi nedir?

Zihin her zaman ya geçmişte ya da gelecektedir. O şimdiki zamanda bulunamaz, zihin için şimdiki zamanda bulunmak kesinlikle imkânsızdır. Sen şimdiki anda olursan zihnin orada değildir çünkü zihin düşünmek demektir. Şimdiki andayken nasıl düşünebilirsin ki? Geçmiş hakkında düşünebilirsin; o halihazırda hafızanın bir parçası haline gelmiştir, zihin onun üzerinde çalışabilir. Gelecek hakkında düşünebilirsin; henüz ortada yoktur, zihin onu hayal edebilir. Zihin iki şey yapabilir. Ya geçmişin içinde dolanabilir —hareket edecek yeterince alan vardır; geçmişin engin boşluğu, sürekli devam edip durabilirsin— ya da geleceğin içinde dolanabilir; yine engin bir boşluk, sonu yoktur, hayal kurabilir, kurabilir ve rüyalara dalabilirsin. Ancak zihin nasıl olur da şimdiki zamanda çalışabilir? Onun zihnin hareket etmesi için yeterli alanı yoktur.

Şimdiki an sadece bir bölme çizgisidir. Yer kaplamaz. O geçmiş ve geleceği böler; yalnızca bir bölme çizgisidir. Şimdiki anda bulunabilirsin ama düşünemezsin; düşünmek için alana ihtiyaç vardır. Düşüncelerin tıpkı nesneler gibi alana ihtiyacı vardır. Şunu unutma; düşünceler çok ince

nesnelerdir, onlar maddidir. Düşünceler manevi değildir çünkü maneviyat boyutu ancak düşünceler yoksa başlar. Düşünceler maddi şeylerdir, çok incedir ve tüm maddi şeylerin bir alana ihtiyacı vardır.

Şimdiki anda düşünemezsin. Düşünmeye başladığın anda o artık geçmiş olur. Güneşin doğuşunu izliyorsun; gördüğünde diyorsun ki: "Ne güzel bir gündoğumu." Geçmiş oldu bile. Güneş doğarken "Ne güzel!" bile diyecek yeterli boşluk yoktur çünkü sen bu sözleri —"Ne güzel!"— söylerken yaşantı geçmiş oldu bile; zihin şimdiden onu hafızasından tanır. Ama tam olarak ne zaman güneş doğuyor, tam olarak hangi zaman güneş doğmakta, nasıl düşünebilirsin? Ne düşünebilirsin? Doğan güneş ile birlikte olabilirsin ama düşünemezsin. Senin için yeterli yer vardır ama düşüncelerin için yoktur.

Bahçede güzel bir çiçek ve sen "Güzel bir gül" diyorsun; o anda artık sen gülle beraber değilsin, şimdiden bir anıya dönüştü. Çiçek oradayken ve sen de oradayken, birbiriniz için orada mevcut durumdayken nasıl düşünebilirsin? Ne düşünebilirsin? Düşünmek nasıl mümkün olabilir? Onun için yer yoktur. Yer o kadar dardır ki —aslında hiç yer yoktur— aslında sen ve çiçek aynı anda varolamazsınız çünkü iki için yer yoktur, sadece bir varolabilir.

Bu yüzdendir ki çok derin bir mevcudiyette sen çiçek ve çiçek de sen olmuştur. Düşünme olmadığı zaman çiçek kimdir ve gözleyen kimdir? Gözleyen gözlenene dönüştü. Aniden sınırlar kayboldu. Aniden sen nüfuz ettin, çiçeğin içine nüfuz ettin ve çiçek de senin içine nüfuz etti. Aniden iki değilsiniz; bir vardır.

Düşünmeye başlarsan yeniden iki haline gelmiş olursun. Düşünmezsen ikilik nerededir? Çiçekle beraber, düşünmeden varolduğunda o bir iletişimdir; ikileşim değil. Sevgilinle birlikte olduğunda bu bir iletişimdir, ikileşim değil çünkü iki orada yoktur. Sevgilinin yanında otururken, sevdiğinin elini tutarken sadece var olursun. Geçip gitmiş günleri düşünmezsin; gelmekte olan geleceği düşünmezsin; şimdi, buradasın. Ve şimdi ve burada olmak çok güzeldir ve çok yoğundur; hiçbir düşünce bu yoğunluğun içine sızamaz.

Ve kapı dardır; şimdinin kapısı dardır. İki bile oradan geçemez, yalnızca bir. Şimdide düşünmek imkânsızdır, hayal görmek imkânsızdır çünkü hayal görmek resimlerle düşünmekten başka bir şey değildir. Her ikisi de nesnedir, maddidir.

Düşünmeden şimdiki anın içerisinde olduğunda ilk kez maneviyatınla temas kurdun demektir. Yeni bir boyut açılır; bu boyut farkındalıktır. Bu boyutu önceden bilmemiş olduğun için Heraklit senin uykuda olduğunu, farkında olmadığını söyleyecektir. Farkındalık şimdiki anın içinde öylesine tam olarak bulunmak demektir ki, ne geçmişe ne de geleceğe doğru bir hareket etme söz konusudur; tüm hareket durur.

Bu sen durağan hale geçersin demek değildir. Yeni bir hareket başlar, derinden bir hareket. İki çeşit hareket vardır ve İsa'nın haçının anlamı da budur: Bu iki hareket yönünü gösterir, çakışan yolları. Bir hareket doğrusaldır, bir çizgi üzerinde bir şeyden diğerine, bir düşünceden diğerine hareket edersin. Bir rüyadan diğer rüyaya; 'A"dan "B"ye gidersin, "B"den "C"ye gidersin, "C'den

"D"ye gidersin. Çizgi üzerinde, yatay hareket edersin. Bu zamanın hareketidir; bu derin uykudakilerin hareketidir. Ring seferi yapar gibi ileri-geri gidebilirsin; çizgi oradadır. "B"den "A"ya gelebilirsin, ya da "A"dan "B"ye gidebilirsin, çizgi oradadır.

Bambaşka bir boyutta farklı bir hareket daha vardır. Bu hareket yatay değil, dikeydir. "A"dan "B"ye gitmezsin; A"dan daha derin bir "A"ya gidersin: "A1"den derindeki "A2"ye, "A3"e, "A4"e, ya da yüksektekilere.

Düşünme durduğunda yeni hareket başlar. Artık derine, uçurum gibi bir şeyin içine düşersin. Derin meditasyon yapan insanlar er ya da geç bu noktaya gelirler; o zaman da korkarlar çünkü dipsiz bir uçurum açılmış gibi hissederler. Başın döner, korkarsın. Eski hareketine tutunup kalmak istersin çünkü o biliniyordu; bu ölüm gibi gelir sana. İsa'nın çarmıhının anlamı budur: O bir ölümdür. Yataydan dikeye gitmek ölümdür; bu gerçek ölümdür. Ancak bu sadece bir taraftan ölümdür; diğer taraftan o bir diriliştir. O doğmak için ölmektir; bir boyutta ölüp diğer boyutta doğmaktır. Yatayken sen İsa'sın. Dikeysen Mesih olursun.

Bir düşünceden diğerine gidip durursan zamanın dünyasında kalırsın. Eğer anın içine yönelirsen —düşüncelere değil— sonsuzluğa doğru gidersin. Sen durağan değilsin; bu dünyadaki hiçbir şey durağan değildir, hiçbir şey durağan olamaz. Fakat yeni bir hareket doğar, motivasyonu olmayan bir hareket. Bu sözleri anımsa. Yatay çizgide motivasyon yüzünden hareket ediyorsun. Bir şeyi elde etmek zorundasın; para, prestij, güç ya da Tanrı ama mutlaka bir şey elde etmelisin. Bir motivasyon vardır.

Motive olmuş bir hareket uyku demektir. Motive olmamış bir hareket farkındalık demektir; hareket edersin çünkü hareket etmek saf sevinçtir, hareket edersin çünkü hareket etmek hayattır, hareket edersin çünkü hareket enerjidir ve enerji de harekettir. Hareket edersin çünkü enerji keyiftir. Başka bir şey için değil. Onun için bir amaç yoktur, bir şey başarmanın peşinde değilsin. Aslında hiçbir yere gitmiyorsun, bir yere falan gittiğin yok; sadece enerjinin tadını çıkarıyorsun. Hareketin kendisinden başka bir motivasyon yok; hareketin kendine içkin bir değeri vardır, dışsal bir değeri yoktur.

Bir Buda da yaşar —bir Heraklit yaşar; ben burada yaşıyor, nefes alıyorum— ancak motivasyonsuz, bambaşka türden bir hareketle.

Birisi bana birkaç gün önce soruyordu, "Neden insanlara meditasyonda yardımcı oluyorsun?"

Ona dedim ki, "Bu benim zevkim, bir nedeni yok; sadece hoşuma gidiyor." Tıpkı bir insanın bahçeye tohumlar serpip çiçekleri beklemesi gibi. Sen çiçek açtığında benim hoşuma gider. Bu bahçıvanlık, birisi çiçek açtığında bu saf mutluluktur. Ve ben paylaşıyorum. Bunun için bir hedef yok. Eğer başaramazsan kendimi kötü hissetmem. Şayet çiçek açmazsan bu da iyidir çünkü çiçek açma zorlanamaz. Bir goncayı kaba kuvvetle açamazsın; yapabilirsin ama o zaman da onu öldürürsün. Çiçek açma gibi gözükse de bir çiçek açma değildir.

Tüm dünya, varoluş sonsuzluğun içinde devinir. Zihin zamanda devinir. Varoluş derinliğin ve yüksekliğin içine hareket eder ve zihinse ileri-geri hareket eder. Zihin yatay olarak hareket eder; bu uykudur. Eğer dikey hareket edersen bu farkındalıktır.

Anda kal. Tüm varlığını ana getir. Geçmişin araya girmesine ve geleceğin içeri girmesine izin verme. Geçmiş artık yoktur, ölüdür. Ve İsa'nın dediği gibi, "Bırak ölüleri ölüleriniz gömsün." Geçmiş artık yoktur, neden onun hakkında endişeleniyorsun? Neden onu tekrar ve tekrar ve tekrar çiğneyip duruyorsun? Delirdin mi? Artık yok; o senin zihninde, yalnızca bir anı. Gelecek henüz ortada yok; gelecek hakkında düşünerek ne yapıyorsun? Henüz var olmayan bir şey hakkında nasıl düşünebilirsin? Onunla ilgili nasıl planlar yaparsın? Onunla ilgili ne yaparsan yap gerçekleşmeyecek ve sen kendini başarısız hissedeceksin çünkü bütünün kendi planı vardır. Neden ona karşı kendi planlarına sahip olmaya çalışıyorsun?

Varoluşun kendi planları var, o senden daha bilge; bütün parçadan daha bilge olmak zorundadır. Neden bütünmüşsün gibi davranıyorsun? Bütünün kendi kaderi var, yerine getirdiği görevleri var. Neden onun için bu kadar canını sıkıyorsun? Ve ne yaparsan yap bu bir günah olacaktır çünkü anı kaçırıyor olacaksın, bu anı. Ve şayet o bir alışkanlık haline gelirse —kaçırmaya başlarsan alışkanlık halini alır— gelecek tekrar geldiğinde de onu kaçırıyor olacaksın çünkü o zaman, o bir gelecek olmayacak, şimdiki an olacak. Dün bugün hakkında düşünüyordun çünkü o zaman o yarındı; artık o bugün ve sen yarın hakkında düşünüyorsun. Ve yarın geldiğinde bugün olacak çünkü varolan her şey şimdi ve burada var olur, başka türlü var olması mümkün değildir. Ve zihninin sürekli yarına bakmasında olduğu gibi sabitlenmiş bir biçimde işliyorsan, o halde ne zaman yaşayacaksın? Yarın hiç gelmez. O zaman sürekli kaçırırsın ve bu günahtır. Sin (günah) sözcüğünün İbranca'daki kökünün anlamı budur.

Gelecek girdiği anda, zaman girer. Varoluşa karşı günah işledin, kaçırdın. Ve bu artık sabitlenmiş bir biçim aldı: Robot gibi kaçırıp duruyorsun.

Bana çok uzak ülkelerden gelen insanlar var. Onlar oradayken beni düşünüp benim için heyecan duyarlar ve okurlar ve düşünürler ve hayal kurarlar. Buraya geldiklerinde evlerini düşünmeye başlarlar; henüz vardıkları anda geri dönmeye başladılar bile! Sonra çocuklarını, eşlerini ve işlerini ve şunu-bunu ve bin bir tane şeyi düşünmeye başlarlar. Ve ben tüm aptallığı görebiliyorum. Tekrardan onlar oraya dönecekler ve beni düşünüyor olacaklar. Kaçırırlar ve bu günahtır.

Sen burada benimleyken, benimle ol; bütünüyle benimle burada ol. Bu sayede yeni bir hareket tarzı öğrenebilirsin, bu sayede sonsuzluğa doğru yönelebilirsin, zamana değil.

Zaman dünyadır ve sonsuzluk da Tanrı; yatay olan dünyadır, dikey olan Tanrı. Bu ikisi bir noktada birleşir ve burası İsa'nın çarmıha gerildiği yerdir. Her ikisi de, yatay ve dikey bir noktada buluşur; bu nokta şimdi ve burasıdır. Şimdi ve buradan bir yolculuk dünyada; gelecekte, diğer yolculuksa Tanrıda, derinde iki yolculuğa çıkabilirsin.

Şimdiki ana daha da çok duyarlı ve tetikte ol, onun daha ve daha çok farkında ol.

Ne yapacaksın? Bu nasıl mümkün olabilir? Çünkü o kadar derin uykudasın ki bunu da bir rüyaya dönüştürebilirsin. Sen bunun kendisini de bir düşünce nesnesi, süreci haline getirebilirsin. Ona ilişkin olarak öyle gergin bir hal alabilirsin ki sırf onun yüzünden şimdiki anın içinde olamazsın. Nasıl anın içinde kalınacağını çok fazla düşünürsen, bu düşüncenin bir yararı olmayacaktır. Çok fazla suçluluk duyarsan... eğer arada bir geçmişe dönersen duyacaksın; bu o kadar uzun süren bir rutin halini aldı ki. Ve bazen gelecek hakkında düşünmeye başlayacaksın; yeniden bir günah işlediğin için hemen suçluluk duyacaksın.

Suçluluk hissetme. Günahı anla ama suçluluk hissetme. Ve, bu çok narin bir şeydir. Suçluluk hissedersen esas şeyi kaçırırsın. Artık eski kalıp yeni bir tarzda tekrardan başlar. Bu sefer şimdiyi kaçırdın diye suçluluk duyarsın. Artık geçmişi düşünüyorsun çünkü şimdiki an artık şimdiki an değildir; o geçti ve sen onun hakkında suçluluk duyuyorsun. Hâlâ kaçırıyorsun.

Öyleyse bir şeyi unutma: Ne zaman geçmişe ya da geleceğe gitmiş olduğunu fark edersen bunu bir sorun haline getirme. Sadece sorun çıkarmadan şu ana gel. Bir sorun yok! Sadece farkındalığını geri getir. Milyonlarca kez kaçıracaksın; o hemen şimdi, aniden oluvermeyecek. Olabilir de ama sen yapmayacaksın. O kadar uzun, upuzun bir sabitlenmiş davranış kalıbı ki hemen şu an değiştiremezsin. Ama endişe yok, varoluşun bir acelesi yok. Sonsuzluk ebediyen bekleyebilir. Onun içinden bir gerginlik çıkarma.

Ne zaman kaçırdığını hissedersen geri gel, hepsi bu! Kendini suçlama, bu zihnin bir numarasıdır, yeniden bir oyunu oynuyor. "Yine unuttum" diye pişman olma. Düşündüğün zaman sadece ne yapıyorsan ona geri gel. Duş alıyorsan geri gel; yemeğini yiyorsan geri gel; yürüyüşe çıkıyorsan geri gel. Şimdi burada olmadığını fark ettiğin anda basitçe, masum bir şekilde geri gel. Suçluluk yaratma. Suçluluk duyarsan konunun özünü kaçırırsın.

Günah var ve suçluluk yok; ancak bu senin için zordur.. Bir şeyin yanlış olduğunu hissedersen hemen suçluluk duyarsın. Zihin çok, çok kurnazdır. Suçluluk duyarsan oyun artık başlamış demektir; yeni bir zemindedir ama oyun eskidir. İnsanlar bana gelir ve "Sürekli unutuyoruz" derler. "Sürekli unutuyoruz. Deniyoruz ama sadece birkaç saniye anımsıyoruz. Kendimizin farkında olarak uyanık kalıyoruz, sonra tekrar kayboluyor. Ne yapmalı?" derken çok üzgündürler. Hiçbir şey yapılamaz! Bunun yapmayla pek bir alakası yok. Ne yapabilirsin? Yapılabilecek tek şey suçluluk yaratmamaktır. Basitçe geri dön.

Daha çok geri döndükçe... basit bir biçimde, unutma. Ciddi bir suratla değil, çok çaba sarf etmeden; basitçe, masumca, ondan bir sorun çıkartmadan. Çünkü sonsuzluğun sorunları yoktur; tüm sorunlar yatay düzlemde var olur. Dikey düzlem sorun nedir bilmez. Kaygısız, kedersiz, endişesiz, suçluluk hissetmeden, hiçbir şey olmadan saf keyiftir. Basit ol ve geri dön.

Pek çok kez kaçırırsın, bu doğal karşılanır. Ama hiç endişelenme; bu böyledir. Pek çok kez kaçıracaksın ama önemli olan bu değil. Pek çok kereler kaçırdığın gerçeğine çok fazla aldırış etme, pek çok kereler onu yeniden kazandığına dikkatini ver. Bunu unutma; vurgu ne kadar çok kaçırdığına değil, anımsamayı ne kadar çok yeniden kazandığına yapılmalı. Onun için mutlu hisset. Kaçırdığın, elbette ki, olması gereken şeydir. Yatay düzlemde çok, pek çok yaşamlar

boyunca yaşamış olan bir insansın, yani bu çok doğal. Güzellik senin pek çok kereler geri dönmende. İmkânsız olanı yaptın; kendini mutlu hisset!

Yirmi dört saatte yirmi dört bin sefer kaçıracaksın ama yirmi dört bin sefer onu yeniden kazanacaksın. Artık yeni bir usul işlemeye başlayacak. Pek çok kez eve geri döneceksin; artık yavaş, yavaş yeni bir boyut içeri sızıyor. Giderek daha çok farkındalıkta kalacaksın, giderek daha az ileri-geri gidip geleceksin. Gidiş-gelişlerin ömrü giderek daha çok kısalacak. Daha, çok daha az unutacaksın, daha, çok daha fazla hatırlayacaksın; dikey olana giriyorsun. Bir gün ansızın yatay yok oluverir. Farkındalığa bir yoğunluk gelir ve yatay kaybolur.

Shankara, Vedanta ve Hinduların bu dünyayı yanılsama olarak adlandırmalarının ardında yatan anlam budur. Çünkü farkındalık mükemmel hale geldiğinde bu dünya —zihninden yarattığın bu dünya— ortadan basitçe kalkıverir; başka bir dünya açılır sana. Maya kaybolur, yanılsama kaybolur; yanılsama senin uykun, senin bilinçsizliğin yüzünden ordadır.

Aynı rüya gibidir. Geceleyin rüyaya dalarsın ve rüya olduğu müddetçe çok gerçektir. Hiç rüyanda, "Bu imkânsız" dediğin oldu mu? İmkânsız rüyada gerçekleşir ama sen şüphe duyamazsın. Rüyada böylesi bir inancın vardır; rüyada kimse kuşkucu değildir, bir Bertrand Russel bile. Hayır, bir rüyadayken herkes çocuk gibidir, olan her şeye güvenir. Rüyada eşinin geldiğini görürsün; ansızın bir ata dönüşür. Bir an bile "Nasıl bu mümkün olabilir?" diye düşünmezsin.

Rüya görmek güvendir, inançtır. Rüyada şüphe duyamazsın. Bir kez bir rüyada kuşku duyarsan kurallar çiğnenmiştir. Bir kez şüphe duyarsan rüya ortadan kalkmaya başlar. Sadece bir kez dahi bunun bir rüya olduğunu anımsayabilirsen ansızın bir şoka dönüşecek ve rüya darmadağın olacaktır ve sen tamamen uyanık olacaksın.

Etrafında gördüğün bu dünya gerçek dünya değil. Var olmadığından değil —vardır— ama sen onu bir hayal ekranı aracılığıyla görüyorsun. Arada bir bilinçsizlik var; ona bakıp kendi tarzında yorumluyorsun; tıpkı bir ayyaş gibisin.

Bir seferinde:

Nasreddin hoca koşarak geldi. Tamamen sarhoştu ve asansörü işleten adam tam kapıyı kapatmak üzereydi ancak Hoca bir şekilde içeri girmeyi başardı. İçerisi aşırı kalabalıktır, herke Hoca'nın körkütük sarhoş olduğunu fark etti; nefesi kokuyordu. Hiçbir şey yokmuş gibi yapmaya çalıştı; kapıya doğru yüzü çevirdi ama hiçbir şey göremedi; gözleri de sarhoştu ve uykuluydu. Bir şekilde ayakta kalmaya çalışıyordu ama bu da imkânsızdı. Ve sonrasında çok utandı çünkü herkes ona bakıyor ve herkes onun körkütük sarhoş olduğunu düşünüyordu; bunu hissedebiliyordu. Başka ne yapabileceğini bilemeden, aniden dedi ki, "Neden sizleri bu toplantıya çağırdığımı merak ediyor olmalısınız."

Sabaha doğru Nasreddin iyi olacak. O da sizin güldüğünüz gibi gülecek.

Tüm Budalar uyandıklarında kahkaha attı. Onların kahkahaları aslan kükremesi gibidir. Onlar sana gülmüyor; onlar tüm bu kozmik şakaya gülüyorlar. Onlar rüyada, uykuda, arzuları tarafından

tamamıyla zehirlenmiş bir biçimde yaşadılar ve varoluşa arzularının içinden baktılar. O zaman da o gerçek varoluş değildi; kendi uykularını onun üzerine yansıttılar.

Tüm varoluşu bir ekran gibi alıp kendi zihnini onun üzerine yansıtıyorsun. Orada olmayan şeyleri görüyor ve orada olan şeyleri de görmüyorsun. Ve zihnin her şey için bir açıklaması vardır. İçinde bir kuşku yükselirse zihin açıklama yapar. Sırf her şeyin yolunda olduğu konusunda rahat hissedebilmek için kuramlar, felsefeler, sistemler oluşturur. Tüm felsefeler yaşamı daha münasip bir hale getirmek için yaratılmıştır. Bu sayede her şey iyi görünür, her şey yolundadır. Ama sen uykudayken her şey yanlış.

Adamın biri bana geldi. Endişeliydi; güzel bir kızın babasıydı. Çok endişeliydi, dedi ki: "Her sabah biraz rahatsız hissediyor ve ben tüm doktorlara başvurdum hiçbir şeyi yok diyorlar. Bu durumda ne yapmalı?"

Ben de ona dedim ki: "Nasreddin Hocaya git; o buralardaki bilge kişidir ve her şeyi bilir çünkü onun 'bilmiyorum' dediğini hiç duymadım. Sen git ona"

Gitti. Sırf Nasreddin'in ne diyeceğini görmek için onu izledim. Nasreddin gözlerini kapattı, sorun üzerinde düşünüp taşındı, sonra da gözlerini açıp dedi ki: "Ona geceleri yatmadan önce süt veriyor musun?"

Adam da "Evet" dedi.

"Şimdi meseleyi anladım: Çocuğa süt verirsen çocuk da sağdan sola, soldan sağa yer değiştirip durur ve çalkalama yüzünden de süt kesilip katılaşır. Sonra da kesilip katılaşmış süt peynir olur, ondan sonra da peynir tereyağı haline gelir, sonra tereyağından yağ oluşur, yağ şekere dönüşür, sonra da şeker alkol halini alır; elbette sabahleyin de kız akşamdan kalma olur."

Tüm felsefeler bundan ibarettir; şeylerin bir takım açıklamaları, açıklanamayan şeylerin bir takım açıklamaları, bilinmeyen şeyler hakkında bir şeyler biliyormuş gibi davranmak. Ama onlar hayatı kolaylaştırır. Daha rahat uyursun, yatıştırıcı gibidirler.

Unutma, felsefe ve dindarlık arasındaki fark budur: Felsefe yatıştırıcıdır, dindarlık ise bir şoktur; felsefe rahat uyumana yardım eder, dindarlık seni uykundan çekip çıkartır. Dindarlık bir felsefe değildir; o seni bilinçsizliğinden çıkartacak bir tekniktir. Ve tüm felsefeler seni rahatça uyutacak tekniklerdir; sana hayaller, ütopyalar verir.

Dindarlık ise senden tüm hayalleri ve ütopyaları alır. Dindarlık seni hakikate götürür ve hakikat sadece sen rüya görmediğinde mümkündür. Rüya gören bir zihin hakikati göremez. Rüya gören bir zihin hakikati de bir hayale dönüştürür.

Hiç gözlemledin mi? Sabah dörtte kalkıp bir trene yetişmek zorundasın; alarmı kurarsın. Sonra sabah olduğunda alarm çalmaya başlar ve zihnin bir rüya yaratır: Bir tapınakta oturuyorsun ve tapınağın zilleri çalmaya başlar; o zaman her şey açıklanmıştır. Artık alarm problem olmaktan çıkmıştır, seni uyandıramaz. Hemencecik onu açıklayıverdin!

Zihin kurnazdır. Ve artık psikanalistler nasıl olup da zihnin hemencecik, anında açıklamalar ürettiğine şaşırıp kalmaktalar. Bu çok zor bir şey! Zihin onu önceden tasarlamış olmalı. Nasıl ansızın kendini bir tapınakta ya da kilisede çanlar çalarken bulabilirsin? Ansızın alarm çalmaya başlar ve sen rüyanda açıklamaya sahipsin. Alarmdan kaçınmaya çalışıyorsun, kalkmak istemiyorsun, böylesi soğuk bir kış gecesinde kalkmak istemiyorsun. Zihnin der ki: "Bu alarm değil, bu ziyaret ettiğin tapınak." Her şey açıklandı, uykuna devam edersin.

Felsefelerin yapmakta olduğu şey budur ve bu yüzden bir sürü felsefe var çünkü herkes başka bir açıklamaya ihtiyaç duyar. Başka birisinin uykuya dalmasına yardım eden bir açıklama sana yardımcı olmayacaktır. Ve Heraklit'in bu alıntıda söylediği de budur.

Şimdi onu anlamaya çalış. Diyor ki:

insanlar uyanık anlarında da

uyurkenki kadar etrafında olup bitenlere karşı dikkatsiz

ve unutkandır.

Uyurken etrafında olup bitenlerin farkında değilsin ama uyumadığın saatlerde etrafında olanların farkında mısın?

Pek çok araştırma yapılmıştır. Sana gelen mesajların yüzde doksan sekizinin girmesine zihnin hiçbir zaman izin vermez; % 98. Sadece yüzde 2'ye izin verir ve bu yüzde 2'yi de ayrıca yorumlar. Ben bir şey söylüyorum, sen başka bir şey anlıyorsun. Ben başka bir şey söylüyorum, sen ise onu senin uykunu rahatsız etmeyecek bir şekilde yorumluyorsun. Zihnin anında sana bir yorum verir. Zihninde onun için bir yer bulursun ve zihin onu içine alır; zihnin bir parçası haline gelir. Bu nedenle sürekli Budaları, İsaları, Heraklitleri kaçırıyorsun. Onlar devamlı seninle konuşurlar; sana sürekli bir şey bulduklarını, bir şey deneyimlediklerini söylerler ama sana söyledikleri zaman anında onu yorumlarsın. Senin kendi hilelerin var.

Aristo Heraklit'ten çok rahatsız oldu. Bu adamın karakterinde bir yanlışlık olduğuna karar verdi. Bitti! Onu sana uymadığı için sınıflandırdın, seni rahatsız ediyor. Heraklit Aristo'nun zihni için çok ağır gelmiş olmalı çünkü Aristo yatay üzerinde hareket eder, o bu işin ustasıdır ve Heraklit denen bu adamsa seni uçurama doğru itiyor. Aristo mantığın düzlüklerinde dolanıyorken Heraklit denen bu adam seni gizemin içine itekliyor. Bazı açıklamalara ihtiyaç vardır. Aristo der ki: "Bu adamın bazı arızaları var; psikolojik, fizyolojik, 'karakteriyle ilişkili' bir takım arızaları mevcut. Yoksa neden paradoks üzerinde bu kadar ısrarcı olsun? Niçin gizemle ilgili bu kadar ısrar etsin? Niçin kalkıp zıtlıklar arasında bir ahenk olduğunda ısrarla dursun. Zıtlıklar zıttır; ahenk yoktur. Yaşam yaşamdır ve ölüm de ölüm; bu konuda açık ol, şeyleri birbirine karıştırma. Görünen o ki bu adam kalın kafalı."

Lao Tzu da aynıydı. Lao Tzu dedi ki: "Benim dışımdaki herkes çok bilge görünüyor. Benim dışımdaki herkes çok zeki görünüyor; ben bir aptalım!" Lao Tzu gelmiş geçmiş en yüce, en bilge kişilerden birisidir ancak sizlerin ortasında kendisini bir aptal gibi hissediyor. Lao Tzu der ki:

"Herkes o kadar açık fikirli düşünürler gibi görünüyor ki, ben çok kalın kafalıyım." Aristo'nun Heraklit için söylediklerini Lao Tzu kendisi için söylüyor.

Lao Tzu der ki, "Bir kimse benim söylediklerimi zihinsiz olarak dinlerse aydınlanır. Eğer birisi söylediklerimi zihni aracılığıyla anlarsa, o zaman benimle hiçbir ilgisi olmayan kendi açıklamalarını bulur. Ve birisi pek de dinlemeden dinlerse —dinlemeden dinleyen insanlar vardır— dinlemeden dinliyormuş gibi yaparak birisi beni dinlediğinde, aptallığıma güler." Ve üçüncü tipteki zihin çoğunluktur. Lao Tzu der ki: "Eğer çoğunluk sana gülmezse, dikkatli ol yanlış bir şey söylüyor olabilirsin. Şayet çoğunluk gülüyorsa, ancak o zaman gerçek bir şey söylüyorsundur. Ne zaman ki çoğunluk senin bir aptal olduğunu düşünür, ancak o zaman bilge bir adam olma olasılığın biraz vardır; aksi takdirde hiçbir olasılık yoktur.

Heraklit Aristo'ya biraz kalın kafalı görünür. Sana da öyle görünecektir çünkü Aristo bütün dünyadaki tüm kolejleri, tüm üniversiteleri ele geçirmiştir. Artık her yerde sana mantık öğretiliyor, gizem değil. Her yerde sana mistik değil rasyonel olmak öğretiliyor. Herkes keskin olmak için eğitiliyor. Keskin olmak istersen yatay olanda dolanman gerekir. Orada "A" "A"dır, "B" "B"dir ve "A" hiçbir zaman "B" değildir. Fakat dikeyin gizemli uçurumunda sınırlar birbiriyle buluşur ve iç içe geçer. Erkek kadındır, kadın erkek; yanlış doğrudur, doğru yanlış; karanlık ışıktır, ışık karanlık; hayat ölümdür, ölüm hayat. Tüm sınırlar buluşur ve iç içe geçer.

Bu yüzden Tanrı bir gizemdir, mantıksal bir çıkarım değil. Tanrı için kanıtlar sunanlar sadece imkânsız olanı yaparlar; Tanrı için hiçbir kanıt sunulamaz. Kanıtlar yatay olanda var olur.

Güvenin anlamı budur: Uçuruma düşersin, uçurumu yaşarsın, basitçe içinde kaybolursun... ve bilirsin. Sadece zihin yokken bilirsin, asla önce değil.

Sen neredeysen orası tam olarak mevcut olmadığın yerdir. Belki başka bir yerdesin ama orada, olduğun yerde değilsin. Neredeysen orada değilsin.

Eski Tibet yazıtlarında Tanrının sana pek çok kereler geldiği ama seni hiç orada, olduğun yerde bulamadığı söylenir. O kapıyı çalar ama ev sahibi evde, orada yoktur; o her zaman başka bir yerdedir. Evinde misin, yuvanda mısın yoksa başka bir yerde misin? Tanrı seni nasıl bulabilir? Ona gitmene gerek yok, sadece evde dur o seni bulacaktır. Tıpkı senin onu aradığın gibi o da seni arıyor. Sadece evde ol, böylelikle geldiğinde seni bulabilir. Milyonlarca defa gelir, kapını çalar, kapıda bekler ama sen hiçbir zaman orada değilsin.

Heraklit der ki:

Ahmaklar duymalarına karşın

sağır gibilerdir;

onlar için 'ne zaman burada

olsalar mevcut değiller'

deyimi uygun düşer.

Uyku budur: Şimdiki anda hazır bulunmamak, mevcut olmamak, başka bir yerde olmak. Günün birinde:

Nasreddin Hoca bir kahvede oturmuş cömertliğinden bahsediyordu. Ve o konuştuğunda herkes gibi aşırıya kaçar çünkü ne söylediğini unutur. Bunun üzerine biri dedi ki, "Hoca madem bu kadar cömertsin neden bizi hiç evine davet etmiyorsun? Bir tek yemeğe dahi bizi davet etmedin. Buna ne diyorsun bakalım?"

Nasreddin çok heyecanlanıp karısını tamamen unuttu. "Hemen şimdi gelin!" deyiverdi. Eve yaklaştıkça aklı başına geldi. O zaman karısı aklına geldi ve korkmaya başladı; otuz kişi geliyordu. Tam kapının dışında, "Siz burada bekleyin! Hepiniz biliyor ki bir karım var. Sizin de karılarınız var, yani biliyorsunuz. Sadece bekleyin. Önce girip onu ikna edeyim, sonra sizi içeri çağırırım" dedi. Sonra da içeri girip kayboldu.

Beklediler, beklediler, beklediler ve o gelmedi, gelmedi, onlar da kapıyı çaldı. Nasreddin olan her şeyi, cömertlik hakkında çok fazla konuştuğunu ve yakalandığını karısına olduğu gibi anlatmış. Karısı dedi ki: "Ama bizim otuz insana verecek şeyimiz yok ve gecenin bu geç vaktinde hiçbir şey mümkün değil."

Bunun üzerine Nasreddin dedi ki: "Sadece şunu yap: Kapı çaldığında git ve onlara Nasreddin'in evde olmadığını söyle."

Bunun üzerine kapı çaldığında karısı gelip, "Nasreddin evde yok" dedi.

Onlar da, "Bu şaşırtıcı çünkü onunla beraber geldik ve o içeri girdi ve biz onun dışarı çıktığını görmedik. Merdivende otuz kişi bekliyoruz, içerde olması gerek. İçeri gidip onu bulun. Bir yerde saklanıyor olmalı" dedi.

Karısı içeri girdi. "Ne yapacağız?" diye sordu.

Nasreddin heyecanlandı. “Bekle” dedi. Dışarı çıkıp, “Ne demek istiyorsunuz? Arka kapıdan çıkmış olabilirdi!” dedi.

Bu mümkün, bu her gün senin başına geliyor. Nasreddin kendisini tamamen unuttu; olan budur — mantığın içinde kendini kaybetti. Mantık doğru, iddiası doğru ama.. "Ne demek istiyorsunuz? Siz ön kapıda bekliyorsunuz; o arka kapıdan gitmiş olabilir"— mantık doğru ama Nasreddin kendinin bunu söylediğini tamamen unuttu.

Sen hazır değilsin. Sen ne dünya için hazırsın, ne de kendin için. Uyku budur. O zaman nasıl duyabilirsin? O zaman nasıl görebilirsin? O zaman nasıl hissedebilirsin? Şayet şimdi burada hazır olmazsan o zaman tüm kapılar kapalıdır. Sen ölü bir insansın, canlı değilsin. Bu nedenle İsa kendisini duyanlara, dinleyenlere tekrar ve tekrar "Kulaklarınız varsa beni duyun; gözleriniz varsa beni görün!" diyor.

Heraklit dinleyen ama duymayan, bakan ama göremeyen pek çok insan bulmuş olmalı çünkü onların evleri tamamen boş. Sahip evde değil. Gözler bakıyor, kulaklar duyuyor ama sahip içerde mevcut değil. Gözler sadece penceredir; sen onların içinden bakmazsan onlar göremezler. Bir pencere nasıl görebilir? Senin pencere kenarında durman gerekir, ancak o zaman görebilirsin. Nasıl? O sadece bir pencere, o hissedemez. Sen oradaysan, o zaman tamamıyla başka bir şeye dönüşür.

Tüm beden bir ev gibidir ama zihin hep seyahattedir; sahip hep başka diyarlarda geziyor ve ev hep

boş kalıyor. Ve hayat kapını çalar —onu Tanrı olarak ya da nasıl istersen öyle adlandırabilirsin, isim önemli değildir; varoluş de— o kapını çalar, aslında sürekli kapını çalmakta ama sen hiç orada bulunmadın. Uyku budur.

Kişi uykudaymış gibi

davranmamalı ve

konuşmamalıdır.

Tam farkındalıkla davran, konuş ve sonrasında kendinde inanılmaz değişiklikler bulacaksın. Farkında olduğun gerçeğinin ta kendisi davranışlarını değiştirir. O zaman günah işleyemezsin. Kendini kontrol etmek zorunda kalmazsın, hayır! Kontrol farkındalığın gariban yedeğidir, çok yoksuldur; fazla yararı dokunmaz. Farkında olursan kızgınlığını kontrol etmene gerek kalmaz; farkındalıkta kızgınlık hiç ortaya çıkmaz. Beraber var olamazlar; onlar için birlikte var oluş yoktur. Farkındalıkta kıskançlık hiç ortaya çıkmaz. Farkındalıkta pek çok şey kolayca ortadan kalkar; tüm negatif şeyler.

Tıpkı ışık gibidir. Evinde ışık varken, karanlık nasıl orada var olur? Hemencecik kaçar. Evin aydınlıkken, nasıl olur da tökezlersin? Nasıl olur da duvara çarparsın? Işık vardır, kapının nerede olduğunu biliyorsun; kolayca kapıya ulaşır ve dışarı çıkar ya da içeri girersin. Karanlık varken tökezlersin, el yordamıyla dolaşırsın, düşersin. Kızgınlık tökezlemek dışında bir şey değildir, kıskançlık el yordamıyla ilerlemektir. Tüm yanlış şeyler yanlıştır, kendisi yüzünden değil sen karanlıkta yaşadığın için.

Bir İsa kızmak isterse olabilir; onu kullanabilir. Sen kullanamazsın; sen onun tarafından kullanılıyorsun. Eğer İsa iyi ve yararlı olacağına inanırsa, her şeyi kullanabilir; o bir ustadır. İsa kızgın olmadan kızabilir. Pek çok kişi Gurdjieff ile çalıştı ve o korkunç bir adamdı. Kızdığında korkunç bir biçimde kızardı, bir katil gibi görünürdü! Ancak bu sadece bir oyundu, birine yardımcı olacak bir durumdu. Ve ansızın, bir an bir boşluk dahi olmadan, başka bir insana bakıp gülümseyebilirdi. Ve tekrar kızmış olduğu adama bakıp berbat görünerek kızabilirdi.

Bu mümkündür. Farkında olduğunda her şeyi kullanabilirsin. Hatta zehir bile sen farkında olduğunda iksire dönüşür. Ve sen uykudayken iksir bile bir zehir halini alır; çünkü her şey senin uyanık olup olmamana bağlıdır. Eylemlerin bir anlamı yoktur. Eylemlerin önemi yok; önemli olan sensin, senin farkındalığın, senin bilinçli, dikkatli olmandır. Yapıp ettiğinle bir alakası yok.

Günün birinde:

Nagarjuna adında yüce bir Budist usta vardı. Bir hırsız geldi ona. Hırsız ustaya âşık olmuştu çünkü hiç bu kadar güzel bir insan, böylesi eşsiz bir zarafet görmemişti. Nagarjuna'ya sordu: "Benim de gelişimim için bir olasılık var mı? Ancak şunu net olarak söylemem lazım: Ben bir hırsızım. Ve diğer şey ise: Onu bırakamam, bu durumda bunu bir koşul yapmayın. Başka ne derseniz yapacağım ama bir hırsız olmaktan vazgeçemem. Bunu pek çok kereler denedim, hiç işe yaramıyor ben de tüm çabayı bıraktım. Kaderimi kabullendim, bir hırsız olacağım ve öyle kalacağım bu yüzden bundan söz etmeyin. En başından bunu netleştirin."

Nagarjuna dedi ki: "Neden korkuyorsun? Kim senin hırsızlığından bahsedecek ki?"

Hırsız: "Ama ne zaman bir keşişe, dindar bir rahibe veya dini bütün bir azize gitsem, hep bana 'Önce çalmayı bırak' derler."

Nagarjuna güldü ve dedi ki: "O zaman sen hırsızlara gitmiş olmalısın; yoksa neden? Niçin umurlarında olsun ki? Benim umurumda değil."

Hırsız çok mutluydu: "O zaman tamam. Görünen o ki artık ben bir mürit olabilirim. Sen doğru ustasın"

Nagarjuna onu kabul etti ve dedi ki: "Şimdi gidip ne istiyorsan onu yapabilirsin. Yalnızca bir koşula uyman gerekiyor: Farkında ol! Git bir eve gir bir şeyler al, çal —ne istersen yap bu beni ilgilendirmiyor, ben bir hırsız değilim— ama tam farkındalıkla yap."

Hırsız bir tuzağa yakalanmak üzere olduğunu anlayamadı. "O zaman sorun yok. Deneyeceğim" dedi.

Üç hafta sonra geri geldi ve dedi ki: "Siz bana oyun oynadınız çünkü eğer farkında olursam çalamıyorum. Çalarsam farkındalık yok oluyor. Güç durumdayım."

Nagarjuna: "Senin hırsız olmanla ve çalmakla ilgili daha fazla konuşmaya gerek yok. Bu beni ilgilendirmiyor; ben bir hırsız değilim. Artık karar senin! Farkındalık istiyorsan, o zaman karar senin. Eğer onu istemiyorsan o zaman da karar senin."

Adam: Ama artık zor. Onun birazcık tadına baktım ve o çok güzel; ne söylersen söyle bırakacağım. Geçen gece ilk kez olarak kralın sarayına girmeyi başardım. Hazineyi açtım. Dünyadaki en zengin adam olabilirdim ama siz beni takip ediyordunuz ve ben farkında olmak zorundaydım. Farkında olduğum anda ansızın motivasyon kayboldu, arzular yok oldu. Farkında olduğum zaman elmaslar taşlar, sıradan taşlar gibi gözüktü. Bilincimi yitirdiğimde hazineler oradaydı. Bekledim ve bunu pek çok kez tekrarladım. Farkında olup Buda gibi olabilirdim ve bu iş tamamıyla aptalca, ahmakça geldiği için dokunamayabilirdim; sadece taşlar, ben ne yapıyorum? Kendimi taşlar için mi kaybediyorum? Ama o zaman farkındalığı kaybederdim; onlar da, bütün yanılsama tekrar bana güzel gözükürdü. Ama en sonunda onların buna değmediğine karar verdim."

Bir kez farkındalığı bildiğinde, ona paha biçilemez; yaşamdaki en büyük mutluluğu biliyorsun. O zaman ansızın pek çok şey kolayca kaybolur; onlar aptalca, ahmakça bir hal alır. Motivasyon yoktur, arzu yoktur, rüyalar dökülmüştür.

Kişi uykudaymış gibi davranmamalı ve konuşmamalıdır.

Bu yegâne anahtardır:

Uyanıkken tek bir ortak dünya vardır; uyuyanlarınsa

her birinin kendi özel dünyası vardır.

Rüyalar özeldir, kesinlikle özel! Rüyana kimse giremez. Bir rüyanı sevdiğinle paylaşamazsın. Karı-kocalar aynı yatakta uyurlar ama ayrı ayrı rüya görürler. Bir rüyayı paylaşmak imkânsızdır çünkü o hiçbir şeydir; nasıl olmayan bir şeyi paylaşabilirsin ki? Tıpkı bir köpük gibi; kesinkes var olmaz; paylaşamazsın onu, tek başına rüya görmelisin.

Bu yüzden —uyuyanlar yüzünden, bir sürü uyuyan yüzünden— pek çok dünya vardır. Senin kendi dünyan var; uyuyakalmışsan kendi düşüncelerinle, kavramlarınla, hayallerinle ve arzularınla çevrilmişsin. Ne zaman birisiyle tanışırsan iki dünya çarpışır. Çarpışan dünyalar; durum bundan ibaret. İzle!

Bir karı-kocaya konuşurlarken bak; konuştukları bile söylenemez. Koca ofis hakkında, geliri hakkında düşünmekte; karısı yılbaşında giyeceği elbiseyi düşünmekte. İçerde ikisinin de kendi özel dünyaları var ancak özel dünyaları bir yerde buluşur —daha doğrusu çarpışır— çünkü karısının elbisesi kocasının gelirine bağlıdır ve kocanın geliri de karısının elbisesini karşılamak zorundadır. Karısı "sevgilim" der ama bu sevgilim sözcüğünün ardında elbiseler vardır; onları düşünmektedir. "Sevgilim" sözlüklerde yazıldığı anlama gelmez çünkü bir kadın her "sevgilim" dediğinde artık başka bir anlam ifade ediyordur ve adam endişelenir. Elbette bunu gösteremez çünkü birisi sana "sevgilim" dediğinde bunu gösteremezsin. O da: "Ne oldu canım? Nasılsın?" der. Ancak endişelidir çünkü gelirini düşünmektedir ve yılbaşı yaklaşmaktadır ve tehlike vardır.

Nasreddin Hoca'nın karısı ona, "Ne oldu? Son zamanlarda ağlayıp sızlanıyorum, gözyaşları yanaklarımdan süzülüyor ve sen 'Niçin ağlıyorsun' diye sormuyorsun bile" demiş.

Nasreddin, "Bu kadarı yeter! Sormak çok pahalıya mal oluyor. Ve ben bu hatayı geçmişte çok kez yaptım. Çünkü bu gözyaşları sadece gözyaşları değil; elbiseler, yeni bir ev, yeni mobilyalar, yeni bir araba, bu gözyaşlarının ardında pek çok şey gizli. Bu gözyaşları sadece başlangıç" diye cevap vermiş.

Hiçbir diyalog mümkün değil çünkü içerde iki özel dünya var. Yalnızca çatışma mümkün.

Rüyalar özeldir, hakikat özel değildir. Hakikat özel olamaz; hakikat benim ya da senin olamaz, hakikat Hıristiyan veya Hindu olamaz, hakikat Hintli ya da Yunanlı olamaz. Hakikat özel olamaz.

Rüyalar özeldir. Özel olan ne varsa, unutma, rüya âlemine aittir. Hakikat açık bir gökyüzüdür; herkes içindir, o tektir.

Bu nedenledir ki Lao Tzu konuştuğunda dili farklı olabilir; Buda konuştuğunda dili farklıdır; Heraklit konuştuğunda dili farklıdır; ancak aynı şeyi ifade ederler, aynı şeyi işaret ederler. Onlar özel dünyalarda yaşamazlar. Özel dünyaları rüyalarıyla, arzularıyla; zihinleriyle birlikte ortadan kalktı. Zihnin özel dünyaları vardır ama bilincin özel dünyaları yoktur. Uyanmanın ortak tek bir dünyası vardır... Tüm uyananların ortak tek bir dünyası vardır; bu varoluştur. Ve tüm uyuyan ve rüya görenlerinse kendi dünyaları vardır.

Dünyan bırakılmak zorundadır. Senden talep ettiğim yegâne vazgeçme talebi budur. Karını terk et demiyorum, işini bırak demiyorum, parandan vazgeç demiyorum, hiçbir şeyinden vazgeç demiyorum, hayır! Sadece özel rüya âlemlerini terk et diyorum. Benim için sannyas budur. Eski sannyas görünürdeki bu dünyayı terk etmekti. Kişi karısını ve çocuklarını bırakıp Himalayalara gider; bunların konuyla ilgisi bile yoktur. Bırakılacak olan dünya bu değildir, ondan nasıl vazgeçebilirsin ki? Himalayalar bile bu dünyaya aittir. Terk edilmesi gereken gerçek dünya zihindir, özel rüya âlemidir. Eğer onu bırakabilirsen çarşıda otururken bile Himalayalarda olursun. Eğer onu bırakamazsan, Himalayalarda da etrafında kendi özel dünyanı yaratacaksın.

Kendinden nasıl kaçabilirsin? Nereye gidersen git kendinle birlikte olacaksın. Nereye gidersen git aynı şekilde davranacaksın. Durumlar farklı olabilir ama sen nasıl farklı olacaksın? Himalayalarda uyuyor olacaksın. Pune'da, veya Boston'da uyuman ya da Londra'da veya Himalayalarda uyuman ne fark eder? Nerede olursan ol rüya görüyor olacaksın. Rüya görmeyi bırak! Daha uyanık hale geç. Ansızın rüyalar kaybolur ve rüyalarla tüm ıstıraplar yok olur.

Uyanıkken her gördüğümüz ölümdür, uyurken ise hayaller

Bu gerçekten güzel. Ne zaman uyuya kalırsan rüyalar, yanılsamalar, seraplar; kendi yaratımını, kendi özel dünyanı görürsün. Uyanıkken ne görüyorsun? Heraklit diyor ki: "Uyanıkken her yerde ölüm görüyorsun."

Belki de bu yüzden görmek istemiyorsun. Belki bu yüzden rüya görüyor, etrafında bir rüya bulutu yaratıyorsun, bu sayede ölüm gerçeğiyle yüzleşmek zorunda kalmıyorsun. Ama şunu unutma: Bir insan yalnızca ölümle karşılaştığında dindar olur, öncesindeyse asla.

Ölümle karşılaştığında, onu yüz yüze gördüğünde, kaçınmadığında, elinden kurtulmaya çalışmadığında, ondan kaçmadığında —ölüm gerçeğiyle yüzleştiğinde, onunla karşılaştığında— ansızın ölümün yaşam olduğunun farkına varacaksın. Ölümün derinliklerine gittikçe, hayatın da daha derinine ineceksin çünkü Heraklit zıtlıkların buluştuğunu ve karıştığını söylüyor; onlar tektir.

Şayet ölümden kaçmaya çalışıyorsan, unutma, hayattan da kaçıyor olacaksın. Bu yüzden çok ölü gibi görünüyorsun. Paradoks budur: Ölümden kaç ve ölü olarak kalacaksın; ölümle karşılaş, yüzleş ve canlanacaksın. Ölümle o kadar derinden, öylesine yoğun bir şekilde yüzleştiğin o anda öldüğünü hissetmeye başlarsın —sadece etrafında değil içinde de ölümü hisseder ve ona

dokunursun— ve kriz gelir. İsa'nın çarmıhı, ölümün krizi budur. O anda bir dünyada ölürken — yatayın dünyasında, zihnin dünyasında— diğer dünyada dirilirsin.

İsa'nın dirilişi fiziksel bir olay değildir. Hıristiyanlar gereksiz yere bunun etrafında bu kadar çok hipotez üretiyorlar. O bu bedenin dirilişi değildir; o başka bir boyutun hiç ölmeyen bedenin içerisinde dirilmektir. Bu beden geçicidir, o beden ise ölümsüzdür. İsa başka bir dünyada dirilir, hakikatin dünyasında. Özel dünya yok olmuştur.

Son anında İsa endişelendiğini, başının dertte olduğunu söyler. Ölmekte olan İsa gibi bir adam dahi endişelenir, bu böyle olmak zorundadır. Tanrıya yakarıp der ki: "Bana ne yapıyorsun?" İsa gibi bir adam bile yatay olana yapışmak, hayata yapışmak isterdi.

Bu durumda kendin için suçluluk duyma. Sen de tutunmak isterdin. İsa'nın içindeki insan budur ve o Buda'dan, Mahavir'den daha insanidir. Bu insandır: Ölümle yüzleşen insanın başı beladadır ve yakarır ama geri dönmez; yere düşmez. Ansızsın neyi istiyor olduğunun farkına varır. O zaman, "Sen nasıl buyurursan" der, rahatlar ve teslim olur. Aniden çarklar döner; artık yatayda değildir; dikeye, derine girmiştir. Orada ölümsüzlüğün içinde dirilmiştir.

Zamanda öl, böylelikle ölümsüzlükte dirilirsin. Zihinde öl, böylece bilincin içinde canlanırsın. Düşünmede öl, bu sayede farkındalıkta doğarsın.

"Uyanıkken her gördüğümüz ölümdür" diyor Heraklit. Bu yüzden rüyalarda, yatıştırıcılarda, uyuşturucularda, keyif vericilerde yaşıyoruz; gerçekle yüzleşmemek için. Ama gerçekle yüzleşmek zorunluluğu vardır. Onunla yüzleşirsen gerçek hakikate dönüşür; kaçarsan yalanlar içerisinde yaşarsın. Gerçeklerle yüzleşirsen, gerçek hakikate açılan kapıya dönüşür. Ölüm gerçektir; bununla yüzleşmek zorunluluğu vardır. Hayat ise hakikat olacaktır, ölümsüz hayat, bereket dolu hayat, hiç bitmeyen hayat.

FARKINDALIK VE MERKEZLENMEK

Öncelikle farkındalıkla ne anlatılmak istendiğini anlamak gerekir. Yürüyorsun. Pek çok şeyin farkındasın; dükkânların, yanından geçen insanların, trafiğin, her şeyin. Pek çok şeyin farkındasın, yalnızca bir şeyin farkında değilsin; ve bu da kendindir. Sokakta yürüyorsun, pek çok şeyin farkındasın ama kedinin farkında değilsin! Bu öz farkındalığını George Gurdjieff öz-anımsaması olarak adlandırmıştır. Gurdjieff, "Sürekli, nerede olursan ol kendini anımsa" der.

Her ne yapıyorsan yap, sürekli olarak bir şeyi içinde yapmaya devam et: Onları yaparken kendinin farkında ol. Yemek yiyorsun; kendinin farkında ol. Yiyorsun, konuşuyorsun; kendinin farkında ol. Kızdığında, kızgın olduğunun farkında ol. Kızgınlığın orada olduğunu fark ettiğin anda hemen kızgın olduğunun farkında ol. Sürekli olarak özü anımsamak sende ince, çok ince bir enerji yaratır. Kristalize olmuş bir varlık olmaya başlarsın.

Normalde sen gevşek bir torbasın. Kristalleşme yok, merkez yok; sadece bir sıvı, sadece, merkezi olmayan bir sürü şeyin gevşek bir karışımı. Sürekli değişen ve yer değiştiren, içinde efendisi olmayan bir kalabalık. Seni bir efendi yapan şey farkındalıktır ve efendi derken bir kontrolcü demek istemiyorum. Bir efendi ol derken demek istediğim bir mevcudiyet olman; kesintisiz bir mevcudiyet. Her ne yapıyor ya da yapmıyorsan bilincinde sürekli olarak bulunması zorunlu olan şey, var olduğundur.

Bu kendin olma duygusunun, var olma halinin kendisi bir merkez yaratır; bir dinginlik merkezi, bir sessizlik merkezi, bir içsel hakimiyet merkezi. O içsel bir güçtür. Ve "içsel bir güç" derken bunu kelimesi kelimesine aynı anlamda söylüyorum. Bu nedenle Buda "farkındalığın ateşi"nden bahseder; o bir ateştir. Farkında olmaya başladıkça içinde yeni bir enerji hissetmeye başlarsın, yeni bir hayat. Ve bu yeni hayat, yeni güç, yeni enerji nedeniyle seni baskılayan pek çok şey çözülüp gider. Onlarla savaşmak zorunda değilsin.

Kızgınlığınla, hırsınla, cinselliğinle savaşmak zorundasın çünkü güçsüzsün. Öyleyse gerçekte sorun kızgınlık, hırs ve cinsellik değildir, sorun güçsüzlüktür. Bir kez içinde, içsel bir mevcudiyet — var olduğun— duygusuyla güçlü hissetmeye başladığında, enerjilerin tek bir noktada yoğunlaşır, kristalleşir ve bir öz doğar. Unutma ego değil bir öz doğar. Ego sahte bir öz duygusudur. Hiçbir özün olmadan bir özün olduğuna inanmaya devam ediyorsun; ego budur. Ego sahte bir öz demektir; sen bir öz değilsin, hâlâ kendinin bir öz olduğuna inanıyorsun.

Hakikati arayan birisi olan Maulungputra Buda'ya geldi. Buda ona sordu: "Ne arıyorsun?"

Maulungputra: "Kendimi arıyorum. Bana yardım et!" Buda ondan ne yapmasını önerirse önersin yapacağına ilişkin söz vermesini istedi. Maulungputra ağlamaya başladı ve dedi ki: "Nasıl söz verebilirim? Ben olmadım; henüz olmadım, nasıl söz verebilirim? Yarın ne olacağımı bilmiyorum; söz verecek bir öze sahip değilim, o yüzden imkânsız olanı isteme. Deneyeceğim. En fazla bu kadarını söyleyebilirim; deneyeceğim. Ama her ne söylersen yapacağım diyemem çünkü kim yapacak onu? Ben söz verecek ve sözü yerine getirecek olanı arıyorum. Henüz o değilim."

Buda: "Maulungputra bunu duyabilmek için sana bu soruyu sordum. Söz vermiş olsaydın, seni geri çevirirdim. 'Ne dersen yapacağıma söz veriyorum' demiş olsaydın, senin gerçek bir kendini arayan olmadığını anlamış olacaktım çünkü bir arayanın henüz olmadığını bilmesi gerekir. Yoksa aramanın maksadı nedir ki? Eğer zaten olduysan ihtiyaç yok. Olmadın! Ve bir kimse bunu hissedebilirse o zaman ego buharlaşır."

Ego var olmayan bir şeyin sahte fikridir. "Öz" söz verebilen bir merkez demektir. Bu merkez sürekli farkında olarak, devamlı farkında olarak yaratılır. Bir şey yaptığının farkında ol; oturuyorsun, şimdi uyuyacaksın, artık uyku sana geliyor, şimdi dalıyorsun. Her an bilinçli olmaya çalış ve sonra içinde bir merkez doğduğunu hissetmeye başlayacaksın; her şey kristalize olmaya başladı, bir merkezlenme var. Artık her şey bir merkezle ilişkili.

Bizim merkezimiz yok. Bazen merkezlenmiş gibi hissederiz ama bunlar bizi farkında yapan durumlardaki anlardır. Eğer ansızın bir durum, tehlikeli bir durum söz konusuysa, içinde bir merkez

olduğunu hissetmeye başlayacaksın çünkü tehlike anında farkında olma haline geçersin. Birisi seni öldürmek üzereyken, o anda düşünemezsin; o anda bilinçsiz olamazsın. Tüm enerjin merkezlenir ve o an katılaşır. Geçmişe gidemezsin, geleceğe gidemezsin; her şey tam o ana dönüşür. Ve artık sen sadece katilin farkında değil, kendinin, öldürülenin de farkına varırsın. Bu belli belirsiz anda kendinde bir merkez olduğunu hissetmeye başlarsın.

Bu nedenle tehlikeli oyunların cazibesi vardır. Groushankar'ın, yani Everest Dağı'nın zirvesine giden birine sorun. Hillary ilk kez oradayken ansızın bir merkez hissetmiş olmalı. Ve ilk kez birisi Ay'a ayak bastığında ani bir merkez hissi gelmiş olmalı. Bu yüzden tehlike caziptir. Araba sürüyorsun ve giderek daha hızlı ve daha hızlı gidiyorsun ve sonra hız tehlikeli olmaya başlıyor. O zaman düşünemezsin; düşünceler durur. O zaman rüya göremezsin. O zaman hayal kuramazsın. O zaman şimdiki an katılaşır. Her an ölümün mümkün olduğu bu tehlike anlarında içindeki bir merkezin ansızın farkına varırsın. Tehlike sadece tehlike anında bazen merkezinde hissettiğin için caziptir. Nietzche bir yerlerde savaşlar sürmelidir çünkü yalnızca savaşta bazen bir öz —bir merkez— hissedilir diyor. Çünkü savaş tehlikedir. Ve ölüm bir gerçek halini aldı mı, yaşam yoğunlaşır. Ölüm hemen yanı başındayken, yaşam yoğunlaşır ve sen merkezlenirsin. Kendinin farkında olduğun her an merkezlenme vardır. Ancak eğer bu koşullara bağlıysa, o zaman koşullar kalktığında yok olacaktır.

Sadece koşullara bağlı olmamalıdır, içsel olmak zorundadır. Öyleyse her sıradan eylemde farkında olmaya çalış. Sandalyende otururken dene; oturanın farkında ol. Yalnızca sandalyenin değil, yalnızca odanın, çevredeki atmosferin değil, oturanın farkında ol. Gözlerini kapat ve kendini hisset; derine in ve kendini hisset.

Eugen Herrigel bir Zen ustasının yanında öğrenciydi. Üç yıldır okçuluk öğreniyordu. Usta her zaman "İyi. Ne yapıyorsan hepsi iyi ama yeterli değil" diyordu. Herrigel'in kendisi de usta bir okçu oldu. Nişan alması yüzde yüz mükemmel hale geldi ama ustası hâlâ "Çok iyi gidiyorsun ama yeterli değil" diyordu.

"Yüzde yüz mükemmel hedefi bulmayla!" dedi Herrigel, "Artık ne bekliyorsunuz? Nasıl daha ileri gidebilirim? Yüzde yüz doğruluk varken daha fazlasını nasıl bekleyebilirsiniz?"

Zen ustasının şöyle dediği söylenir: "Ben senin nişanınla ya da okçuluğunla ilgilenmiyorum. Ben seninle ilgiliyim. Sen mükemmel bir teknisyen oldun. Ama okun yayı terk ettiğinde sen kendinin farkında değilsin, o yüzden nafile! Ben okun hedefe ulaşmasıyla ilgilenmiyorum. Ben seninle ilgileniyorum! Yaydaki ok gerildiğinde, içerde senin bilincinin de gerilmesi lazım. Hedefi kaçırsan dahi hiç fark etmez ama ruhsal hedef kaçırılmamalıdır ve sen bunu kaçırıyorsun. Mükemmel bir teknisyen oldun ama bir taklitçisin." Batılı bir zihne ya da gerçekte modern bir zihne —ve Batılı zihin modern zihindir— bunu kavramak çok zor gelir. Saçma görünür. Okçuluk belli bir başarıyla hedefi vurmakla ilgilidir.

Yavaş yavaş Herrigel hayal kırıklığına uğramaya başladı ve bir gün dedi ki: "Ben gidiyorum. Bana imkânsız gibi geliyor! İmkânsız! Bir şeyi nişan aldığında ve eğer başarılı bir okçuysan farkındalığın hedefine, nesneye yönelir ve eğer başarılı bir okçu olacaksan kendini unutmak zorundasın;

sadece nişan aldığın şeyi, hedefini hatırlayıp her şeyi unutmalısın. Sadece hedef orda olmalı." Ancak Zen ustası sürekli Herrigel'i içerde başka bir hedef yaratması konusunda zorluyordu. Bu yayda ikili bir ok olmalı: Dışarıdaki hedefe yönelen ve sürekli içerdeki hedefe; öze yönelen.

Herrigel, "Artık ayrılacağım. İmkânsız görünüyor. Koşullarınız gerçekleştirilemez" dedi. Ve ayrılacağı gün sadece oturuyordu. Ustayla vedalaşmak için gelmişti ve ustaysa başka bir şeye nişan alıyordu. Başka birisi öğreniyordu ve ilk kez Herrigel işin içinde değildi. Sadece vedalaşmak için gelmişti ve oturuyordu. Usta öğretmeyi bitirdiği anda vedalaşacak ve gidecekti.

Ama o zaman, ansızın ustanın ve ustanın iki oklu bilincinin farkına vardı. Usta nişan alıyordu. Üç yıl boyunca Herrigel aynı ustayla birlikteydi ama kendi çabalarıyla daha çok ilgiliydi. Bu adamı hiç görmemişti, ne yapıyordu? İlk defa gördü ve fark etti; ve aniden, kendiliğinden, çaba sarf etmeden ustanın yanına geldi, yayı eline aldı, hedefi nişanladı ve oku fırlattı. Ve usta, "Tamam! İlk kez yaptın. Mutluyum" dedi. Ne yapmıştı? İlk kez kendi içinde merkezlendi. Hedef oradaydı ama o da oradaydı; mevcuttu.

Öyleyse her ne yapıyorsan —her neyse; okçuluğa falan gerek yok— her ne yapıyorsan, yalnızca oturuyorsan bile, iki oklu ol. Dışarıda olup bitenleri hatırla ve içerdekinin kim olduğunu da hatırla.

Lin-chi bir sabah konuşma yapıyordu ve birisi aniden sordu: "Sadece şu soruma cevap verin: Ben kimim?" Lin-chi aşağı indi ve adama gitti. Tüm salon sessizleşti. Ne yapacaktı? Çok basit bir soruydu. Oturduğu yerden cevaplayabilirdi. Adama ulaştı. Tüm salonda çıt yoktu. Lin-chi adamın önünde durup gözlerinin içine baktı. Çok içe işleyen bir andı. Her şey durdu. Soru sahibi terlemeye başladı. Lin-chi gözlerini dikmiş onun gözlerine bakıyordu. Ve sonra Lin-chi, " Bana sorma. İçeri git ve kimin soruyu sorduğunu bul. Gözlerini kapa. 'Ben kimim?' diye sorma. İçeri gir ve kim soruyor, soruyu soran kim bul. Beni unut. Sorunun kaynağını bul. Derine dal!" dedi.

Ve adamın gözlerini kapadığı, sessizleştiği ve ansızın aydınlandığı söylenir. Gözlerini açtı, güldü, Lin-chi'nin ayaklarına dokundu ve dedi ki: Beni yanıtladınız. Bu soruyu herkese sorup duruyordum ve bana pek çok cevap verildi ama hiçbiri bir cevap olduğunu kanıtlayamadı. Ama siz beni yanıtladınız."

"Ben kimim?" Kim bunu yanıtlayabilir? Ama belli bir durumda —bin kişi sessiz, çıt bile çıkmayan bir sessizlik— Lin-chi içeri nüfuz eden gözlerle aşağı geliyor ve adama gözlerini kapamasını söylüyor: "Gözlerini kapa, içeri gir ve soruyu kimin sorduğunu bul. Yanıtlamamı bekleme. Soruyu kimin sorduğunu bul." Ve bu adam gözlerini kapadı. Bu durumda ne oldu? Merkezlendi. Aniden merkezlendi, en içerdeki özün farkına vardı.

Bu keşfedilmek zorunda ve farkındalık da bu en içerideki özün keşfedilmesi yöntemidir. Ne kadar bilinçsizsen, o kadar kendinden uzaktasındır. Ne kadar bilinçliysen, kendine o kadar çok yaklaşırsın. Bilinçlilik tamsa, merkezdesin. Bilinçlilik azsa, çepere daha yakınsın. Bilinçsizken, o zaman merkezin tamamen unutulduğu çeperdesin. Bunlar iki olası hareket etme yöntemidir.

Çepere gidebilirsin; o zaman bilinçsizliğe gidersin. Bir filme otursun, müzik dinlemek için bir yere otursun, kendini unutabilirsin; o zaman çeperdesin. Bhagavad Gita ya da İncil ya da Kuran okurken kendini unutabilirsin; o zaman çeperdesin.

Ne yaparsan yap kendini hatırlayabilirsen merkezin yakınındasın. O zaman bir gün ansızın merkezlenirsin. O zaman enerjin var. Bu enerji ateştir. Tüm yaşam, tüm varoluş enerjidir, ateştir. Ateş eski ismidir; artık ona elektrik diyorlar. İnsanlar onu çok, pek çok şekilde etiketlediler ama ateş iyidir. Elektrik biraz ölü gibi; ateş ise daha canlı geliyor.

Eylemlerinde dikkatli ol. Bu çok uzun, zor bir yolculuk, tek bir an bile farkında olmak zordur; zihin sürekli titreşir. Ama imkânsız değildir. Çetindir, zordur ama imkânsız değildir. Mümkündür; herkes için mümkündür. Yalnızca gayret etmek gerekir ve bütün kalple gayret etmek. Dışarıda hiçbir şey, içerde hiçbir şey dokunulmadan kalmamalı. Her şey farkındalık için kurban edilmeli; ancak o zaman ruhsal ateş keşfedilir. O orada.

Şu ana kadar varolmuş veya varolacak tüm dinleri birleştiren özün ne olduğunu birisi bulmaya kalkarsa, sadece farkındalık sözcüğü bulunabilir.

İsa bir öykü anlatır... Bir evin efendisi dışarı çıkmış ve hizmetçilerine sürekli tetikte olmalarını çünkü her an geri dönebileceğini söylemiş. Bu durumda günde yirmi dört saat tetikte kalmak zorundadırlar. Herhangi bir an efendi gelebilir, her an! Belirlenmiş bir an yok, belirlenmiş gün yok, belirlenmiş tarih yok. Belirlenmiş bir tarih olsa o zaman uyuyabilirsin; o zaman canın ne isterse yapabilirsin ve sadece belli bir tarihte hazır olursun çünkü efendi geliyor. Ama efendi, "Her an gelebilirim. Gece ve gündüz beni karşılamaya hazır olmak zorundasınız" demişti.

Bu hayatın meselidir. Erteleyemezsin; her an efendi gelebilir. Kişi sürekli tetikte olmak zorundadır. Bir tarih belirlenmemiştir; bu ani olayın ne zaman gerçekleşeceği hakkında hiçbir şey bilinmiyor. Kişi sadece bir şey yapabilir: Tetikte ol ve bekle.

Farkındalık kişinin kendisini merkezlemesi, ruhsal ateşi elde etmesi için bir tekniktir. O, orada gizli; keşfedilebilir. Ve o bir kez keşfedildiğinde, sadece o zaman tapınağa girmek için yetkinleşiriz; önce değil, asla değil.

Ama kendimizi sembollerle kandırabiliriz. Semboller daha derindeki gerçeklikleri göstermek için var ama biz onları kandırmacalar olarak kullanabiliriz. Tütsü yakarız, dışsal şeylere tapınırız ve bir şey yapmışız gibi huzur hissederiz. Dindar hale gelmeden kendimizi dindar hissedebiliriz. Olan şey budur; yeryüzünün geldiği nokta budur. İnsanlar ruhsal ateşleri olmadan sadece dışsal sembolleri izliyorlar diye dindar olduklarını düşünüyorlar.

Başarısızlık abidesi bile olsan çabalamaya devam et. Başlangıçta olacaksın. Tekrar tekrar başarısız olacaksın ama başarısızlığın dahi yardımcı olacak. Tek bir an dahi farkında olma konusunda başarısız olduğunda, ilk defa ne kadar bilinçsiz olduğunu hissedeceksin.

Sokakta yürü ve bilinçsizleşmeden birkaç adım dahi yürüyemezsin. Tekrar tekrar kendini unutursun. Bir tabelayı okumaya başlarsın ve o zaman kendini unutursun.

Başarısızlıkların yardımcı olacak. Onlar sana ne kadar bilinçsiz olduğunu gösterecek. Ve hatta bilinçsiz olduğunu fark edebilirsen, belli bir farkındalık elde ettin demektir. Delirmiş birisi deli olduğunun farkına varırsa, akıllı olma yoluna girmiş demektir.

BiR ÇOK HASTALIK, TEK BiR REÇETE

Kızmamaya çalıştın, pek çok kereler bu kararı aldın ama hâlâ oluyor.

Hırslı olmamaya çalıştın ama tekrar tekrar aynı tuzağa düştün.

Kendini değiştirecek tüm şeyleri denedin ama hiçbir şeyin olacağı yok gibi.

Hep aynı kalıyorsun.

Ve ben burada diyorum ki basit bir anahtarı var; farkındalık.

Buna inanamazsın. Nasıl olur da yalnızca farkındalık, başka pek çok şeyin bir yararı yokken yardım edebilir? Anahtarlar her zaman için çok küçüktür; anahtarlar büyük şeyler değildir. Küçücük bir anahtar çok büyük bir kilidi açabilir.

İnsanlar Buda'ya: "Kızmamak için ne yapmalıyız veya hırslı olmamak için ne yapmalıyız veya seks ya da yemek konusunda takıntılı olmamak için ne yapmalıyız?" diye sorduklarında, onun cevabı her zaman aynıydı: Farkında olun. Hayatınıza farkındalığı getirin.

Müridi Ananda tekrar ve tekrar her türden insanı dinleyince —farklı sorunlar ama doktorun reçetesi aynı kalıyor— kafası karışır. Der ki: Sizin sorununuz ne? Farklı farklı hastalıklarla geliyorlar—birisi hırs getiriyor ve birisi seks ve birisi yemek ve birisi de başka bir şey—ama sizin reçeteleriniz hep aynı kalıyor!" Buda da ona: "Hastalıkları farklı; aynen herkesin farklı rüyalar görmesi gibi" dedi.

İki bin kişi uyursa iki bin tane rüyaları olur. Ama eğer bana gelip bu rüyadan nasıl kurtulacağını sorarsan, ilacı aynı olacaktır: Uyan!

Farklı olmayacaktır; reçete aynı olacaktır. Onu farkındalık olarak adlandırabilirsin, tanık olma olarak adlandırabilirsin, anımsamak olarak adlandırabilirsin, meditasyon olarak adlandırabilirisin; bunlar aynı ilaç için verilmiş farklı adlardır.

ANALiZ EDEN VE TANIK

Batı yaklaşımı bir sorun hakkında düşünmek, sorunun nedenlerini bulmak, sorunun tarihine girmek, geçmişine gitmek, sorunu başlangıçtaki köklerinden sökmektir. Zihni koşulsuz hale getirmek, ya da yeniden koşullandırmak, bedeni yeniden koşullandırmak, beyinde kalmış olan tüm izleri silmek; budur Batının yaklaşımı. Psikanalist hafızaya girer; orada çalışır. Çocukluğuna gider, geçmişine gider; geriye doğru gider. Sorunun nereden kaynaklandığını bulur; belki elli yıl önce sen bir çocukken annenle ilişkin yüzünden başlamıştır, o zaman psikanalist geri dönecektir.

Elli yıllık hikâye! Uzun, sürüncemede kalmış bir iş. Hatta o zaman fazla bir yararı dokunmaz; bu sadece tek bir sorundan ibaret bir şey değildir. Bir tek sorunun tarihinin içine girebilirsin; otobiyografine bakıp sorunların sebeplerini bulabilirsin. Belki tek bir sorunu aradan çıkarabilirsin ama milyonlarca problem var. Şayet bir hayattaki sorunların hepsinin içine tek tek girmeye başlarsan, milyonlarca hayata ihtiyaç duyacaksın! Tekrar söyleyeyim: Tek bir hayatın sorunlarını çözmek için milyonlarca kez tekrar tekrar doğmak zorunda kalacaksın. Bu hemen hemen mümkün değildir. Bu yapılamaz. Ve bu hayatının problemlerini çözmek için doğduğun milyonlarca yaşam kendi sorunlarını yaratacak... ve bu böyle sürüp gidecek. Defalarca sorunların içine sürükleneceksin. Bu çok saçma!

Artık aynı psikoanalitik yaklaşım bedene doğru yöneldi: Rolfing, bioenerjetik ve diğer yöntemler bedendeki izleri kaldırmaya çalışıyor. Yine bedenin tarihine girmek zorundasın. Ama her iki yaklaşımda da aynı mantık silsilesinde işleyen değişmez şey: Problem geçmişten kaynaklanır, yani bir şekilde geçmişte bir yerlerde demir atmış olmalı.

İnsanın aklı her zaman iki imkânsız şeyi yapmaya çalışır. Birisi yapılamaz bir şey olan, geçmişi yeniden düzenlemektir. Geçmiş gerçekleşmiştir. Geçmişe gerçekten gidemezsin. Geçmişe gitmeyi düşündüğünde, en iyi ihtimalle onun anılarına gidebilirsin, o gerçek geçmiş değildir, o sadece bir anıdır. Geçmiş artık yoktur, dolayısıyla onu yeniden düzenleyemezsin. Bu insanlığın gerçekleşmesi imkânsız amaçlarından birisidir ve insan bunun yüzünden çok acı çekmiştir. Geçmişi silmek istersin; nasıl silebilirsin ki? Geçmiş kesindir. Geçmiş, bir şeyin tüm potansiyelinin bittiği anlamına gelir; gerçek olmuştur. Artık onu düzenleme, silme ya da yeniden yapma potansiyeli yoktur. Geçmişle ilgili yapılacak hiçbir şey yoktur.

Ve insan zihnini her zaman meşgul etmiş diğer imkânsız düşünce de geleceği kurmaktır; bu da, yine yapılamaz. Gelecek henüz olmamış olan demektir: Onu kuramazsın. Gelecek kurgulanmadan kalır, gelecek açık kalır.

Gelecek saf potansiyeldir; gerçekleşmediği sürece ondan emin olamazsın. Geçmiş saf gerçekleşmedir; olmuştur. Artık onunla ilgili bir şey yapılamaz. Bu ikisinin arasında, şimdiki zamanda insan durup bu iki imkânsızlığı düşünür. O gelecekle ilgili her şeyden emin olmak ister; ve bu yapılamaz. Bunun kalbinde mümkün olduğunca derinlere inmesine izin ver: Bu yapılamaz. Şimdiki anını geleceği belirlemek için harcama. Gelecek belirsizliktir; bu geleceğin niteliği tam olarak budur. Ve zamanını geriye bakarak harcama. Geçmiş gerçekleşti, o ölü bir olgudur. Ona

hiçbir şey yapılamaz. Yapabileceğin en iyi şey onu yeniden yorumlamaktır, hepsi bu. Psikanalistin yaptığı da budur; onu yeniden yorumlamak. Yeniden yorum yapılabilir ama geçmiş aynı kalır.

Psikanaliz ve astroloji; astroloji bir şekilde geleceği belirlemek ister ve psikanalist de geçmişi yeniden yapmak ister. Her ikisi de bilim değildir. Her ikisi de imkânsızdır ama her ikisinin de milyonlarca takipçisi vardır çünkü insanoğlu bunu sever! O gelecekten emin olmak ister bu yüzden astrologa gider, I-Ching'e danışır, bir tarot okuyucusuna gider ve kişinin kendini kandırması, aptallaştırması için bin bir tane yöntem vardır. Ve geçmişi değiştirebileceğini söyleyen bazı insanlar vardır; onlara da danışır.

Bir kez bu iki şey bırakıldığında, her türlü aptallıktan özgürleşirsin. O zaman psikanaliste gitmezsin ve astrologa gitmezsin. O zaman geçmişin bittiğini bilirsin; sen de onunla birlikte biteceksin. Ve gelecek henüz gerçekleşmedi. Ne zaman olursa göreceğiz; tam şu an onun için hiçbir şey yapılamaz. Yalnızca, elinde olan, gerçek olan yegâne anı mahvedebilirsin.

Batı sürekli bir biçimde nasıl çözüleceğini bulmak için problemlere bakıyor. Batı problemleri ciddiye alıyor. Ve belli bir mantığın, verili bir önermenin içine girdiğinde mantık mükemmel görünür.

Geçenlerde bir fıkra okumaktaydım: Büyük bir felsefeci ve dünyaca ünlü bir matematikçi bir uçaktadırlar. Kaptandan, "Üzgünüm küçük bir gecikme olacak. Bir numaralı motor durdu ve biz üç motorla uçmaya devam ediyoruz" diye bir anons geldiğinde, matematikçi büyük bir matematik problemini düşünerek koltuğunda oturmaktadır.

On dakika kadar sonra ikinci bir anons gelir: "Korkarım daha da çok gecikme olacak; iki ve üç numaralı motorlar da durdu ve geriye sadece dört numara kaldı."

Bunun üzerine matematikçinin yanında oturan felsefeci ona dönüp, "Vay canına! Eğer diğeri de duracak olursa tüm geceyi burada geçireceğiz!"

Belli bir çizgi doğrultusunda düşünürken, onun yönünün kendisi pek çok şeyi mümkün kılar; saçma şeyler de mümkündür. Bir kez insanların problemlerini ciddiye almışsan, bir önermeyi kabul etmişsindir, ilk adımını yanlış attın. Şimdi bu doğrultuda gidebilirsin ve sürekli gidersin ve gidersin. Artık zihin olgusuyla, psikanalizle ilgili o kadar büyük miktarda bir literatür gelişmiştir ki; milyonlarca makale ve kitap yazılmıştır. Bir kez Freud belli bir mantığın kapısını açtıktan sonra o tüm yüzyıla hükmetmiştir.

Doğunun tamamen başka bir bakışı vardır. İlk olarak o der ki hiçbir problem ciddi değildir. Hiçbir problemin ciddi olmadığını söylediğin anda, problem nerdeyse yüzde doksan dokuz ölmüştür. Onunla ilgi tüm görüşün değişir. Doğunun söylediği ikinci şey ise problemin sen onunla özdeşleştiğin için orada olduğudur. Onun geçmişle bir ilgisi yoktur, tarihiyle bir ilgisi yoktur. Onunla özdeşleşmişsin; gerçek olan bu. Ve tüm problemleri çözecek anahtar da bu.

Örneğin, sen kızgın bir insansın. Eğer bir psikanaliste gidersen sana diyecektir ki: "Geçmişe git... kızgınlık nasıl içinde yükseldi? Hangi koşullarda giderek daha fazla zihnini şartlandırdı ve izlerini bıraktı? Tüm bu izleri temizleyip atmalıyız; onları silmeliyiz. Geçmişini tamamen arındırmalıyız."

Eğer Doğulu bir mistiğe gidersen sana diyecektir ki: "Sen kızgınlık olduğunu düşünüyorsun, kızgınlıkla özdeşleşmiş hissediyorsun; yanlış giden şey burada. Bir dahaki sefere kızgınlık geldiğinde bir izleyici ol, sadece bir tanık ol. Kızgınlıkla özdeşleşme. 'Ben kızgınım' deme. 'Ben kızgınlığım' deme. Onun olmasını sanki TV ekranında oluyormuşçasına izle. Kendine sanki başkasına bakıyormuş gibi bak."

Sen saf bilinçsin. Kızgınlık bulutu seni çevrelediğinde sadece izle ve tetikte ol, bu sayede onunla özdeşleşmezsin. Her şey problemle nasıl özdeşleşmeyeceğinle ilgili. Bir kez öğrendin mi... o zaman "bir sürü probleme" sahip olmak sorun olmaktan çıkar çünkü anahtar, aynı anahtar tüm kilitleri açar. Bu kızgınlık için böyledir, hırs için böyledir, seks için böyledir. Zihnin yapabileceği diğer her şeyde bu böyledir.

Doğu sadece özdeşleşmeden kal der. Unutma; George Gurdjieff'in "öz-anımsaması" derken demek istediği budur. Unutma sen bir tanıksın, dikkatli ol; Buda böyle diyor. Bir bulutun geçmekte olduğunun ayrımında ol; belki de bulut geçmişten geliyordur ama bunun hiçbir anlamı yok. Onun belli bir geçmişi olmalı, gökten zembille inmiş olamaz. Belli bir olay sırasından geliyor olmalı; ama bu tamamen konu dışıdır. Neden bununla meşgul olasın? Tam şimdi, tam şu an ondan ayrılabilirsin. Kendini ondan çekip çıkartabilirsin, köprü tam şu an yıkılabilir ve yalnızca şimdi yıkılabilir.

Geçmişe dönmek yardımcı olmayacak. Otuz yıl önce kızgınlık ortaya çıktı ve sen o gün onunla özdeşleştin. Artık bu geçmişinle özdeşleşmeni ortadan kaldıramazsın; o artık yok! Ancak şu an özdeşleşmenden kurtulabilirsin, tam şu an; sonrasında, geçmişindeki tüm kızgınlık silsilesi artık senin bir parçan olmaktan çıkar. Anne-baban ve toplumun sana her ne yaptıysa geri dönüp silmen gerekmeyecek; bu çok değerli şimdiki anın tam olarak ziyan edilmesi olacaktır. Hepsinden önce o birçok yılı mahvetti; şimdi tekrar senin şimdiki anını yok ediyor. Onun dışına kolayca çıkabilirsin, aynı bir yılanın eski derisinin dışına kayıvermesi gibi.

Geçmiş ve şartlandırmaları vardır ama onlar ya bedende ya da beyindedir; bilincinde var olmazlar çünkü bilinç şartlandırılamaz. Bilinç özgür kalır; özgürlük onun en saf niteliğidir, özgürlük onun doğasıdır. Bakabilirsin; pek çok yılın baskıları, pek çok yılın belli bir eğitimi. Şayet şu an ona bakıyorsan artık bu bilinç onunla özdeşleşmemektedir; öyle olmasa kim fark edecek? Eğer gerçekten baskılanmış halde olsaydın, o zaman kim farkında olacaktı? O zaman farkında olma olasılığı olmayacaktı.

Şayet sen , "Çılgın bir eğitim sisteminde yirmi bir yıl harcadım" diyebiliyorsan bir şey kesindir: Henüz sen çıldırmamışsın. Sistem başaramadı; işe yaramadı. Sen delirmedin bu yüzden tüm sistemin çıldırmış olduğunu görebiliyorsun. Delirmiş bir adam deliliğini göremez. Sadece akıllı bir adam bunun bir delilik olduğunu görebilir. Deliliği delilik olarak görmek için akıllılığına ihtiyaç vardır. Bu yirmi bir yıllık çıldırmış eğitim sistemi başarısız oldu; tüm bu baskıcı şartlandırmalar beceremedi. Gerçekte başaramaz; sadece senin onunla özdeşleşmenle orantılı olarak başarılı olabilir. Her an onun dışında durabilirsin... o orada, onun orada olmadığını söylemiyorum ama artık bilincinin bir parçası değil.

Bilincin güzelliği de budur; bilinç her şeyin dışına çıkabilir. Onun için bir engel, bir sınır yoktur. Bir saniye önce sen bir İngiliz'din; milliyetçiliğin saçmalığını anladıktan sonraki saniyede artık bir İngiliz değilsin. Senin beyaz tenin değişecek demiyorum; beyaz kalacak. Ama artık beyazlıkla kendini özdeşleştirmeyeceksin; artık siyahlığa karşı olmayacaksın. Onun aptallığını görüyorsun. Sadece artık İngiliz olmadığını gördüğün için İngilizce dilini unutacağını söylemiyorum, hayır. O hâlâ senin hafızanda olacak ama bilincin onun dışına kayacak, bilincin bir tepede durup vadiye bakıyor olacak; artık İngiliz vadide ölmüştür ve sen tepelerde, çok uzaklarda, bağımsız, dokunulmaz olarak duruyorsun.

Tüm Doğu metodolojisi tek bir sözcüğe indirgenebilir: Tanıklık. Ve tüm Batı metodolojisi tek bir sözcüğe indirgenebilir: Analiz etmek. Analiz ederken dönüp dönüp dursun. Tanıklıkta basitçe çemberin dışına çıkarsın.

Analiz etmek fasit bir dairedir. Eğer gerçekten analize girersen hemen şaşırırsın; nasıl mümkün olabilir? Örneğin, diyelim geçmişe gitmeye çalışacaksın, nerde duracaksın? Tam olarak nerede? Eğer geçmişe gidersen cinselliğin nerde başladı? On dört yaşındayken mi? Peki o zaman gökten mi indi? Bedeninde hazırlanıyor olmuş olmalı, öyleyse ne zaman? Doğduğunda mı? Ama o zaman annenin rahmindeyken hazırlanmıyor muydu? O halde ne zaman, döllendiğin an mı? Ama bundan önce cinselliğinin yarısı annenin yumurtalarında olgunlaşmıştı ve diğer yarısı da babanın sperminde olgunlaşıyordu. Artık sen devam et... nerede sonlanacak? Adem'le Havva'ya gitmek zorunda kalacaksın! Hatta o zaman dahi son bulmaz: Allah Baba'nın kendisine gitmen gerekecek; herşeyden önce Adem'i neden yaratma ihtiyacı duydu ki?...

Analiz her zaman yarım kalacaktır, dolayısıyla analizin kimseye gerçek bir faydası olmayacak. Kendi gerçekliğine daha çok uyum sağlamanı sağlayacak, hepsi bu. Bu bir çeşit düzenleme, o senin problemlerin hakkında, nasıl yaratıldıkları, nereden kaynaklandıkları konusunda birazcık anlayış edinmene yardım eder. Ve bu azıcık entelektüel anlayış senin topluma daha iyi uyum sağlamana yardım eder ama sen aynı kişi olarak kalırsın. Onun aracılığıyla bir dönüşüm yoktur, kökten bir değişim yoktur.

Tanık olmak bir devrimdir. Ta köklerden gelen bir radikal değişimdir. O varoluşa tamamıyla yeni bir insan getirir çünkü o bilincini tüm koşullanmaların dışına çıkarır. Koşullanmalar bedende ve zihinde vardır ama bilinç koşullanmadan kalır. O saftır, her zaman saftır. O bakiredir; onun bekâreti iğfal edilemez.

Doğunun yaklaşımı seni bu bakire bilincin, bu saflığın, bu masumiyetin farkına vardırmaktır. Doğunun vurgusu gökyüzünedir ve Batının vurgusu ise bulutlaradır. Bulutların bir yaradılış hikâyesi vardır: Nereden geldiklerini bulursan, okyanusa gitmek zorunda kalacaksın, sonra güneş ışınlarına ve suyun buharlaşmasına ve bulutların şekillenmesine... ve sonra da devam edebilirsin ancak bir çemberin içinde dolanacaktır. Bulutlar oluşur, sonra tekrar gelirler, ağaçlara âşık olurlar, tekrar yeryüzüne dökülmeye başlarlar, nehre dönüşürler, okyanusa giderler, buharlaşmaya başlarlar, güneş ışıklarıyla tekrar yükselirler, bulut olurlar ve tekrar yeryüzüne düşerler... Bu sürer gider ve döner durur, döner durur, döner durur. Bu bir çarktır. Neresinden dışarı çıkacaksın? Bir şey diğerine götürür ve sen çarkın içinde kalacaksın.

Gökyüzünün yaradılış hikâyesi yok. Gökyüzü yaratılmamıştır: O hiçbir şey tarafından imal edilmemiştir. Aslında herhangi bir şeyin olabilmesi için gökyüzüne bir zorunluluk, bir öncül olarak ihtiyaç vardır; o her şeyin var olmasından önce var olmalıdır. Hıristiyan din bilginlerine sorabilirsin; derler ki: "Tanrı dünyayı yarattı." Onlara Tanrı dünyayı yaratmadan önce bir gökyüzü var mıydı yok muydu diye sor. Şayet gökyüzü olmadıysa, Tanrı nerede var oluyordu? Onun bir uzaya ihtiyacı olmuş olmalı. Eğer uzay olmadıysa dünyayı nerede yarattı? Dünyayı nereye koydu? Uzay Tanrının var olması için bile bir zorunluluk. "Tanrı uzayı yarattı" diyemezsin. Bu saçma olurdu, o zaman var olabileceği bir uzay olmazdı. Uzay Tanrıdan önce var olmalıdır.

Gökyüzü her zaman oradaydı. Doğunun yaklaşımı gökyüzüne dikkat etmektir. Batının yaklaşımı seni giderek daha fazla bulutlara karşı uyarır ve birazcık yardım eder ancak en derindeki özünün farkına vardırmaz. Çeperin, evet. Etrafın biraz daha farkında olursun ama merkezin farkında olmazsın. Ve bu çeper bir hortumdur.

Hortumun merkezini bulmak zorundasın. Ve bu sadece tanık olunarak gerçekleşir.

Tanık olmak koşullanmalarını değiştirmeyecek. Tanıklık senin bedenindeki adale sistemini değiştirmeyecek. Ancak, tanık olmak sana tüm adale sistemlerinin, tüm koşullanmaların ötesinde olduğun deneyimini verecek. Bu öteye geçmişlik, aşkınlık halinde —senin için— hiçbir problem var olmaz.

Ve artık o sana kalmış. Beden hâlâ adale sistemini taşıyacak, zihin hâlâ koşullanmalarını taşıyacak; artık sana kalmış. Eğer arada bir problem arayacak olursan, zihinbedene giderek probleme sahip olup tadını çıkartabilirsin. Şayet istemezsen dışarıda kalabilirsin. Problem zihinbeden olgusunun içine kazılı bir biçimde duracak ama sen ondan ayrı ve uzakta olacaksın.

Bir Buda böyle iş görür. Sen hafızanı kullanıyorsun, bir Buda da hafızasın kullanır ama kendisini onunla özdeşleştirmez. O hafızayı bir mekanizma olarak kullanır. Mesela ben dili kullanıyorum. Dili kullanmak zorunda olduğumda zihni ve içinde iz bırakmış olan her şeyi kullanıyorum ancak sürekli olarak bakıldığında ben zihin değilim; bunun farkındalığı oradadır. Yani ben patron olarak kalırım, zihin de hizmetkâr olarak kalır. Zihin çağırıldığında gelir; onun faydaları oradadır ancak hükmedemez.

Öyleyse problemler yine de var olacak ama onlar yalnızca beden ve zihnin içinde tohum olarak var olacaklar. Geçmişini nasıl değiştirebilirsin ki? Geçmişte bir Katolik oldun; şayet kırk yıl bir Katolik olduysan, bu kırk yılı nasıl değiştirecek ve bir Katolik olmayacaksın ki? Hayır, bu kırk yıl bir Katolik olarak geçirdiğin bir dönem olarak kalacak ama sıyrılıp onun dışına çıkabilirsin. Artık biliyorsun ki o yalnızca bir özdeşleşmeydi. Bu kırk yıl yok edilemez ve onları ortadan kaldırmaya gerek yok. Eğer evin efendisiysen gerek yoktur. Hatta bu kırk yılı bir şekilde, yaratıcı bir şekilde kullanabilirsin. Bu çılgın eğitim bile yaratıcı bir biçimde kullanılabilir.

Beyinde ve kas sisteminde kalmış olan izlerin hepsi... onlar orada olacak ama bir tohum, bir potansiyel olarak. Eğer kendini fazlasıyla yalnız hisseder ve problem sahibi olmak istersen onları alabilirsin. Sefillik olmadığı halde kendini fazlasıyla sefil hissedersen onları alabilirsin. Onlar her

zaman emrine amade olacaklar ama onları almaya gerek yok, böyle bir zorunluluk yok. Bu senin seçimine kalmış.

MERKEZDE OLMANIN TEKNiGi TANIK OLMADIR

Merkezde olmaktan bahsettik; bir kişi iki şekilde yaşayabilir: Çeperinden yaşayabilir veya merkezinden yaşayabilir. Çeper egoya aittir ve merkez ise varlığa aittir. Egondan yaşıyorsan her zaman diğeriyle ilişkili olarak yaşıyorsun. Çeper diğeriyle ilgilidir.

Her ne yaşıyorsan yaşa hiçbirisi bir eylem değildir, her zaman bir tepkidir; sana yapılmış olan bir şeye karşılık yapıyorsun. Çeperden hiçbir eylem yoktur, hepsi bir tepkidir; merkezinden hiçbir şey gelmez. Bir anlamda sen koşulların kölesisin. Sen hiçbir şey yapmıyorsun; daha çok bunu yapmak zorunda bırakılıyorsun.

Merkezden bu durum tamamen değişir. Merkezden eyleme geçmeye başlarsın; ilk kez bir rela-ta olarak değil, kendi doğrularınla var olmaya başlarsın.

Buda bir köyden geçiyor. Bazı insanlar kızgınlar, onun öğretilerinin fazlasıyla karşısındalar. Onu taciz ediyorlar, ona hakaret ediyorlar. Buda sessizce onları dinler ve der ki: "Bitirdiyseniz izin verin de devam edeydim. Bir sonraki köye ulaşmam gerekiyor ve beni bekliyor olacaklar. Eğer zihninizin köşesinde bir şeyler hâlâ varsa, geri dönüp bu yol üzerinden geçerken bitirebilirsiniz."

Onlar da der ki: "Seni taciz ettik, sana hakaret ettik, bize bir şey söylemeyecek misin?" Buda şöyle der: "Asla şu an tepki vermem. Ne yaptığınız sizi ilgilendirir; asla şu an tepki vermem, beni bir şey yapmaya zorlayamazsınız. Beni taciz edebilirsiniz; bu size kalmış. Ben bir köle değilim. Ben özgür bir adam haline geldim. Ben merkezimden hareket ederim, çeperimden değil ve sizin tacizleriniz sadece benim çeperime dokunabilir, merkezime değil. Merkezim dokunulmadan kalır."

Sana merkezine dokunulduğundan değil, bir merkezin olmadığı için dokunuluyor. Sen sadece bir çepersin, çeperle özdeşleşmişsin. Çeper her şey tarafından, gerçekleşen her şey tarafından dokunulmaya mahkûmdur. O senin sınırındır dolayısıyla ne olursa olsun ona dokunacaktır. Ve senin bir merkezin yok. Bir merkezin olduğu anda, o zaman kendinle aranda bir mesafe vardır; çeperinden bir mesafen vardır. Birisi çeperini taciz edebilir ama seni değil. Sen ayrı durabilir, dışında kalabilirsin; kendin ve sen arasında bir mesafe kalır. Çeperin olarak seninle ve merkezin olarak seninle bir mesafe vardır. Ve bu mesafe başka birisi tarafından yok edilemez çünkü hiç kimse senin merkezine sızamaz. Dış dünya sadece senin çeperine dokunabilir.

Bu durumda Buda şöyle diyor: "Artık ben merkezimdeyim. On yıl önce farklı olabilirdi; şayet beni taciz etmiş olsaydınız, o zaman tepki verebilirdim. Ancak artık sadece eylemde bulunuyorum."

Eylem ve tepki arasındaki farkı net bir şekilde anlamalısın. Birisini seni sevdiği için seviyorsun. Buda da seni seviyor, sen onu sevdiğin için değil ama; bu tamamen konu dışıdır. Onu sevmen ya da nefret etmen konu dışıdır; o seni seviyor çünkü bu bir eylem, tepki değil. Eylem senden kaynaklanır ve tepkiyse sana dayatılır. Merkezinde olmak artık eylemde bulunmaya başladın demektir.

Hatırlanması gereken bir başka şey de, eylemde bulunduğun zaman, eylemin hep tam olduğudur. Tepki verdiğinde hiçbir zaman tam olamazsın. O her zaman kısmidir, parçalıdır çünkü çeperimden hareket ettiğimde —yani tepki verdiğimde— bütün olamam çünkü ben gerçekten ona katılmam. Yalnızca benim çeperim katılır, dolayısıyla o bütün olamaz. Bu demektir ki, eğer çeperinden seversen sevgin hiçbir zaman tam olamaz; her zaman kısmidir. Ve bu çok şey ifade eder çünkü sevgi tam değilse, o zaman boş kalan kısım nefretle dolacaktır. Şefkatin kısmiyse kalan kısım gaddarlıkla dolacaktır. İyilikseverliğin kısmiyse o zaman boş kalan kısmı kim dolduracak? Şayet Tanrın tam değilse, o zaman kalan boşluğu doldurmak için bir şeytana ihtiyacın olacak.

Bu, kısmi bir eylemin çelişkili ve kendisiyle çatışma halinde kalmasının kaçınılmaz olduğu anlamına geliyor. Modern psikoloji aynı anda hem sevdiğini hem de nefret ettiğini söylüyor. Zihnin bir amfibidir, çelişkilidir; aynı objeyle hem sevgi hem nefret ilişkisi kuruyorsun. Ve eğer sevgi ve nefretin ikisi de oradaysa, o zaman kafa karışıklığı olacaktır, hem de zehirli bir kafa karışıklığı. Şefkatin ve gaddarlığın karışmış durumda. Ve senin yardımseverliğin hırsızlıktır, ibadetinse bir çeşit şiddete dönüşmüştür. Çeperde bir aziz olmaya çalışsan da, azizliğin günahla çınlamaya mahkûmdur. Çeperdeki her şey kendisiyle çatışma halinde olacaktır.

Sadece merkezinden hareket ettiğinde eylemin tamdır. Ve eylemin tam olduğunda kendisine has bir güzelliği vardır. Eylem tam olduğunda anlıktır. Eylemin tam olduğunda anısını taşımazsın, buna gerek duymazsın! Eylemin tam değilse, o havada asılı kalmış bir şeydir.

Bir şey yiyorsun; yemen tam değilse, gerçekten yemen bittiği zaman zihninde yemeye devam edersin. O sürüncemede kalır. Yalnızca tam bir şeyin bir başlangıcı ve bir sonu vardır. Kısmi bir şey ise başı-sonu belli olmayan devamlı bir dizidir. Evindesin ve dükkânını ve çarşıyı yanında taşıdın. Dükkânındasın ve evini ve ev işlerini yanında getirdin. Tek bir an bile tam olarak içinde olmadın —ve olamayacaksın— çok fazla şey sürekli taşınmakta. Zihinde ve kalpteki ağırlık, yoğun ağırlık budur.

Bütün bir eylemin bir başlangıcı ve sonu vardır. O atomiktir; bir dizi değildir. Şimdi orada ve sonra orada değil. Bilinmeyenin içine girebilmek için ondan tamamıyla özgürsün. Aksi taktirde kişi bir yivin içinde döner durur, zihin takılıp kalmıştır. Sürekli aynı dairesel harekete, fasit bir dairede devam eder durursun. Çünkü geçmiş hiç bitirilmemiştir, şimdiki ana gelir. Devam eder ve geleceğin içine girer.

Dolayısıyla kısmi bir zihin, çeperdeki bir zihin kendi geçmişini taşır. Ve geçmiş büyük bir şeydir! Geçmiş hayatları hesaba katmasan bile, o zaman bile geçmiş büyük bir şeydir. Elli yılın güzel-çirkin deneyimi ama bitmemiş; hiçbir şey bitmemiş, yani elli yıl uzunluğunda ölü bir geçmişi

devamlı taşımaktasın. Bu ölü geçmiş şimdiki tek bir anın üzerine çullanacak; onu öldürmesi kaçınılmaz!

Bu durumda yaşayamazsın, imkânsız. Üzerindeki bu geçmişle yaşayamazsın; her an o kadar taze ve narindir ki tüm bu ölü yük onu öldürecek. Öldürüyor! Geçmişin sürekli şu anını öldürüyor ve şu anın öldüğünde de sırtındaki ağırlığın bir parçası olur. Canlıyken senin bir parçan değildir; öldüğünde, geçmişin tarafından öldürüldüğünde senin olur, o zaman senin bir parçandır. Durum bundan ibaret.

Merkezinden eyleme geçtiğin an, her eylem bütündür, atomiktir. Oradadır ve sonra da değildir. Ondan tamamen özgürsün. O zaman sırtında yük olmadan, ağırlıksız hareket edebilirsin. Ve ancak o zaman, taptaze bir şekilde ona gelerek her zaman orada olan yeni anın içinde yaşayabilirsin. Ancak ona sadece geçmişin ağırlığını taşımıyorsan taze bir şekilde gelebilirsin.

Ve eğer geçmiş bitirilmediyse geçmişi taşımak zorunda kalacaksın çünkü zihin her şeyi bitirme eğilimindedir. Bitirilmediyse, o halde taşınmak zorunda. Bir şey gün boyunca tamamlanmadıysa, geceleyin rüyasını göreceksin çünkü zihin her şeyi bitirme eğilimine sahiptir. Bittiği an zihin onun ağırlığından kurtulur. Bitirilmediği sürece zihin tekrar ve tekrar ona dönmeye mahkûmdur.

Ne olursa olsun, yaptığın her şey —sevgin, cinselliğin, arkadaşlığın— bitmemiştir. Ve çeperde kalarak onu bütün yapamazsın. Peki nasıl kendi merkezimizde olabiliriz? Nasıl merkezde olmayı başarıp çeperde olmayacaksın? Bunun tekniği tanık olmadır.

Bu tanık olmak sözcüğü en önemli sözcüktür. Merkezde olmayı sağlayan yüzlerce teknik vardır ama tanık olmak tüm bu tekniklerin bir parçası, temel bir parçasıdır. Teknik ne olursa olsun, tanık olmak onun vazgeçilmez bir parçası olacaktır. Dolayısıyla onu tüm tekniklerin tekniği olarak adlandırmak daha iyi olacaktır. Bu sadece bir teknik değildir; tanık olma süreci bütün tekniklerin vazgeçilmez bir parçasıdır.

Tanık olmaktan saf teknik olarak da söz etmek mümkündür. Örneğin J. Krishnamurti, o tanık olmaktan saf bir teknik olarak söz ediyor. Ancak böyle konuşmak beden olmadan yalnızca ruhtan bahsetmek gibidir. Onu hissedemez, onu göremezsin. Her yerde ruh bedenle cisimleşmiştir; ruhu beden aracılığıyla hissedersin. Elbette ruh beden değildir ama onu beden aracılığıyla hissedebilirsin. Her teknik bir bedendir ve tanık olmaksa ruhtur. Tanık olmaktan tüm bedenlerden, tüm maddeden bağımsız olarak bahsedebilirsin; o zaman o soyutlaşır, tamamen soyutlaşır. Krishnamurti yarım yüzyıldır sürekli konuşmaktadır ama ne söylerse söylesin, söyledikleri o kadar saftır, cisimsizdir ki, kişi anladığını zanneder ama bu anlayış sadece bir kavram olarak kalır.

Bu dünyada hiçbir şey saf ruh olarak var olmaz. Her şey bedenleşmiş olarak var olur. Tanık olmak tüm ruhsal çalışmaların ruhudur ve tüm teknikler bedendirler, değişik bedenler.

Öyleyse ilk olarak tanık olmanın ne olduğunu anlamak zorundayız ve o zaman tanık olmayı bazı bedenler, bazı teknikler aracılığıyla anlayabiliriz.

Düşünmenin ne olduğunu biliyoruz ve kişi tanık olmayı anlayabilmek için önce düşünmeden başlamalıdır çünkü insan bildiği şeyden başlamalıdır. Düşünmenin ne olduğunu biliyoruz, düşünmek yargılamak demektir; bir şey görürsün ve yargılarsın. Bir çiçek görürsün ve onun güzel olduğunu ya da güzel olmadığını söylersin. Bir şarkı duyarsın ve onu ya beğenirsin ya da beğenmezsin. Bir şeyi ya beğenirsin ya da bir şeyi lanetlersin. Düşünmek yargılamaktır; düşünmeye başladığın anda yargıya başlamışsındır.

Düşünmek değerlendirmektir. Değerlendirmeden düşünemezsin. Bir çiçeği değerlendirmeden nasıl onun hakkında düşünebilirsin? Düşünmeye başladığın anda onun güzel olduğunu ya da olmadığını söyleyeceksin. Bir kategori kullanmak zorunda kalacaksın çünkü düşünmek sınıflamaktır. Bir şeyi sınıfladığın anda —onu etiketlediğinde, isimlendirdiğinde— onun hakkında düşünmüşsündür.

Yargılamayacaksan düşünmek mümkün değildir. Eğer yargılamayacaksan, o zaman farkında kalabilirsin ama düşünemezsin.

Burada bir çiçek var ve ben sana diyorum ki, "Ona bak ama düşünme. Çiçeği gör ama düşünme." Bu durumda ne yapabilirsin? Düşünmeye izin verilmediyse ne yapabilirsin ki? Yalnızca tanık olabilirsin; sadece farkında olabilirsin. Sadece çiçeğin farkında olabilirsin. Sadece çiçeğin bilincinde olabilirsin. Gerçekle yüzleşebilirsin; çiçek orada. Artık onunla karşılaşabilirsin. Düşünmeye izin verilmezse, "O güzel. O güzel değil. Onu biliyorum" ya da "O çok garip; daha önce hiç görmemiştim" diyemeyeceksin. Hiçbir şey söyleyemezsin. Sözcükler kullanılamaz çünkü her sözcüğün içinde bir değerlendirme vardır. Her sözcük bir yargıdır. Dil yargıların ağırlığını taşır; dil hiçbir zaman tarafsız olamaz. Bir sözcük kullandığın anda yargılamışsındır.

Bu durumda dili kullanamazsın, sözcüklerle ifade edemezsin. Sana, "Bu bir çiçek, ona bak ama düşünme" dediğimde, sözlerle ifade etmeye izin yok demektir. O halde ne yapabilirsin? Sadece bir tanık olabilirsin. Şayet düşünmeden orada durup bir şeyle yüzleşirsen bu tanık olmaktır. O halde tanık olma pasif bir farkındalık demektir. Unutma pasif. Düşünmek aktiftir, bir şey yapıyorsun. Bir şeye bakarken onunla bir şey yapıyorsundur. Pasif değilsin, bir ayna gibi değilsin; bir şey yapıyorsun. Ve bir şey yaptığın anda bir şeyi değiştirmiş oldun.

Bir çiçek görüyorum ve "O güzel!" diyorum; onu değiştirdim. Şimdi çiçeğe bir şey dayattım. Artık çiçek her neyse, benim için o bir çiçek artı onun güzel olma duygusudur. Artık çiçek çok uzaklarda; çiçek ve benim aramda benim yargılayıcı hislerim, onun güzel olduğu değerlendirmem var. Artık çiçek benim için aynı değil, nitelik değişti. Onun içine girdim, artık benim yargım gerçeğin içine nüfuz etti. Artık o daha çok kurgu ve daha az gerçek.

Çiçeğin güzel olduğu duygusu çiçeğe ait değildir, bana aittir. Ben gerçeğe girdim. Artık gerçek bakire değil, onu bozdum. Artık benim zihnim onun bir parçası haline geldi. Aslında, benim zihnim onun bir parçası oldu demek, benim geçmişim onun parçası oldu anlamına gelir. Çünkü ben, "Bu Çiçek güzel" dediğimde, bu, ben onu geçmiş bilgilerim aracılığıyla yargıladım anlamına gelir. Bu çiçeğin güzel olduğunu nasıl söyleyebiliyorsun? Geçmişinin deneyimleri, geçmişinin kavramları böyle bir şey güzeldir der; sen onu geçmişine göre yargıladın demektir.

Zihin senin geçmişin, anıların demektir. Geçmiş şimdinin üzerine yığıldı. Bakire bir gerçeği yok ettin, artık o çarpıtıldı. Artık çiçek yok; kendi içindeki bir gerçeklik olarak çiçek artık orada değil. Senin tarafından bozuldu, yok edildi; senin geçmişin araya girdi. Yorumladın; düşünmek budur.

Düşünmek geçmişi şu anın gerçekliğine getirmektir.

Bu nedenle düşünmek seni asla hakikate ulaştırmaz çünkü hakikat bakiredir ve onun tüm bakireliğiyle yüzleşmek zorunludur. Geçmişini getirdiğin anda onu yok ediyorsun. O zaman o bir yorumdur, gerçekliğin görülmesi değil. Onu bozdun, saflık kayboldu.

Düşünmek geçmişini şimdiki ana getirmektir. Tanık olmak geçmiş yok demektir, sadece şu an; geçmişin araya girmemesidir.

Tanık olmak pasiftir. Sen bir şey yapmıyorsun; sen varsın! Sadece oradasın. Sadece orada mevcutsun. Çiçek orada mevcut, sen orada mevcutsun; o zaman orada bir tanık olma ilişkisi vardır. Çiçek mevcut olduğunda ve sen değil, senin tüm geçmişin mevcut olduğunda, o zaman o bir düşünme ilişkisidir.

Düşünmekten başlarsın. Düşünmek nedir? O zihni şimdiye getirmektir. O zaman şimdiki anı kaçırdın demektir; tamamen kaçırdın! Geçmiş şu ana nüfuz ettiği an, onu kaçırdın. "Bu çiçek güzel" dediğinde o gerçekten geçmiş olur. "Bu çiçek güzel" dediğinde, o geçmiş bir deneyimdir. Tanıdın ve yargıladın.

Çiçek ve sen orada olduğunuzda bu çiçek güzel demek dahi mümkün değildir. Şimdiki anda hiçbir yargı beyan edemezsin. Her yargı, her beyan geçmişe aittir. "Seni seviyorum dersem geçmiş bir şey haline geldi. "Bu çiçek güzel" dersem hissettim, yargıladım; o geçmiş oldu.

Tanık olmak hep şimdidir, hiçbir zaman geçmiş değil. Düşünmek her zaman geçmiştir. Düşünmek ölüdür, tanık olmaksa canlıdır. Öyleyse bir sonraki ayrım... İlk olarak, düşünmek bir şey yapmaktır. Tanık olmak pasiftir, yapmamaktır, saf oluştur. Düşünmek her zaman geçmiştir, ölüdür, artık yoktur, göçüp gitmiştir. Tanık olmak her zaman şimdiki andır, olandır.

Bu durumda eğer düşünmeye devam edersen tanık olmanın ne olduğunu asla bilemezsin. Düşünceyi durdurmak, sonlandırmak tanık olmayı başlatır. Düşüncenin durması tanık olmaktır.

O zaman ne yapmalı? Çünkü düşünmek bizimle birlikte olan çok eski bir alışkanlıktır. Tıpkı bir robot gibi, mekanik bir şey haline geldi. Sen düşünmüyorsun; artık senin kararın değil, mekanik bir alışkanlık. Başka bir şey yapamazsın. Çiçeğin geldiği an düşünme başlamıştır. Sözsüz deneyimlerin yok; yalnızca küçük çocukların var. Sözsüz deneyim gerçek deneyimdir. Söze dökmek deneyimden kaçmaktır.

"Çiçek güzel" dediğimde çiçeği kaybettim. Artık benim ilgilendiğim çiçek değil zihnim. Artık zihnimdeki çiçeğin kendisi değil görüntüsüdür. Artık çiçeğin kendisi zihindeki bir resim, bir düşüncedir ve şimdi geçmiş deneyimlerimle kıyaslayıp yargılayabilirim. Ama artık çiçek orada değildir.

Sözcüğe döktüğünde deneyime kapalısın. Sözcükler olmadan farkında olduğunda açıksın, savunmasızsın. Tanık olmak deneyime sürekli açık olmadır, kapanma yoktur.

Ne yapmalı? Düşünme denen şu mekanik alışkanlık bir yerden kırılmak zorunda. Öyleyse her ne yapıyorsan yap sözsüz bir biçimde yapmaya çalış. Zordur, çetindir ve başlangıçta kesinlikle imkânsızmış gibi gelir ama değildir. İmkânsız değildir; zordur. Sokakta yürüyorsun, sözsüz yürü. Sadece yürü, yalnızca bir-iki saniye bile olsa bambaşka bir dünyanın kapısı aralanacak; sözsüz bir dünya, insanın kendi içinde yarattığı zihnin dünyası değil gerçek dünya.

Yemek yiyorsun; sözsüz ye. Birisi Bokoju'ya sordu —Bokoju yüce bir Zen ustasıydı— "Senin yolun, senin yöntemin nedir?" Bokoju dedi ki: "Benim yöntemim çok basit: Karnım acıktığında yerim; uykum geldiğinde uyurum, hepsi bu."

Adam allak bullak oldu. "Ne diyorsun? Ben de yemek yerim ve uyurum ve herkes aynı şeyi yapıyor. Bunda kendi yolun olarak adlandırılacak ne var?" diye sordu.

Bokoju: "Sen yemek yerken pek çok şey yapıyorsun, sadece yemiyorsun. Ve sen uyurken, uyumak dışında her şeyi yapıyorsun. Ama ben yerken, sadece yiyorum; uyurken sadece uyuyorum. Her eylem tamdır."

Eğer sözsüz olursan her eylem bütündür. O halde zihninde sözel bir ifade olmadan, zihninde düşünceler olmadan yemeyi dene ve o zaman yemek bir meditasyona dönüşür çünkü sözsüzsen bir tanık olacaksın.

Eğer sözelsen bir düşünür olacaksın. Eğer sözsüz olursan o konuda bir şey yapamazsın; otomatikman bir tanık olacaksın. O halde ne olursa olsun sözsüz bir şekilde yapmaya çalış: Yürü, ye, duş al ya da sessizce otur. O zaman sadece otur; "bir oturuş" ol. Düşünme. O zaman sadece oturmak bile bir meditasyon olur; sadece yürümek de bir meditasyon olur.

Birisi Bokoju'dan talepte bulundu: "Bana bazı meditasyon teknikleri ver."

Bokoju dedi ki: "Sana bir teknik verebilirim ama meditasyon yapamayacaksın çünkü bir tekniği sözelleştiren bir zihinle uygulayabilirsin." Parmakların bir tespihte gezinebilir ama sen düşünmeye devam edersin. Parmakların hiç düşünce olmadan sadece tespihte gezinirse, o zaman o bir meditasyon haline gelir. O zaman gerçekten hiç tekniğe ihtiyaç yoktur. Yaşamın tümü bir tekniktir. Bokoju bu yüzden dedi ki: "Benimle kalıp beni izlersen daha iyi olur. Bir yöntem isteme, sadece beni izle ve anlayacaksın."

Zavallı adam yedi gün boyunca izledi. Kafası daha da karışmaya başladı. Yedi gün sonra dedi ki: "Geldiğimde kafam daha az karışıktı. Artık kafam iyice karışık. Seni yedi gün boyunca sürekli izledim; izlenecek ne var ki?"

Bokoju: "O zaman izlememişsin. Yürüdüğümde, gördün mü, sadece yürüyorum? Sabahleyin bana çay getirdiğinde, izledin mi? Sadece çayı alıp içiyorum, yalnızca çayı içiyorum. İzledin mi? İzlediysen, Bokoju'nun artık var olmadığını hissetmiş olmalısın."

Bu zor fark edilir bir nokta çünkü şayet düşünen oradaysa ego vardır. O zaman Bokoju ya da başka birisisindir. Ama şayet sözelleştirme olmadan, düşünce olmadan sadece eylem varsa, o zaman ego yoktur. O yüzden Bokoju der ki: "Gerçekten izledin mi? Orada Bokoju yoktu; yalnızca çay içmek, bahçede dolaşmak, toprağı kazmak vardı."

Buda bunun yüzünden ruh yoktur der. Çünkü izlemedin, bir ruhun olduğuna düşünmeye devam ediyorsun. Sen yoksun! Bir tanıksan, o zaman sen yoksun. "Ben" kendisini düşünceler aracılığıyla şekillendirir.

Bir şey daha: Biriktirilmiş düşünceler, bir araya toplanmış anılar ego duygusu yaratır, sen değil.

Bu deneyi bir yap: Bütün geçmişini kes, kendinden uzaklaştır, hiç anı yok. Anne-babanın kim olduğunu bilmiyorsun, kime; hangi ülkeye, hangi dine, hangi ırka ait olduğunu bilmiyorsun. Nerede eğitildiğini, eğitilip eğitilmediğini bilmiyorsun. Sadece tüm geçmişi kes ve kim olduğunu anımsa.

Kim olduğunu hatırlayamazsın! Açıktır ki sen varsın. Sen varsın ama sen kimsin? Tam bu anda bir "ben" duygusu gelemez.

Ego sadece biriktirilmiş geçmiştir. Ego senin sıkıştırılmış, kristalize edilmiş düşüncendir.

Bu yüzden Bokoju: "Beni izlediysen, ben yoktum. Çay içme vardı ama bir içen yoktu. Bahçede yürümek vardı ama bir yürüyen yoktu. Eylem oradaydı ama eylemci yoktu" diyor.

Tanık olmada bir "ben" duygusu yoktur; düşünmedeyse vardır. Sözde düşünürler egolarında çok derinden kökleşmişlerse bu bir rastlantı değildir. Sanatçılar, düşünürler, felsefeciler, edebiyatçılar; şayet onlar çok egoistlerse bu sadece bir rastlantı değildir. Ne kadar çok düşünceye sahipsen, o kadar büyük bir egon vardır.

Tanık olmada ego yoktur ama bu sadece sen dili aşarsan mümkündür. Dil engeldir. Dile başkalarıyla iletişim kurmak için gereksinim duyulur; kişinin kendisiyle iletişim kurması için ona ihtiyaç yoktur. O çok kullanışlı bir araçtır; hatta en kullanışlı olan araçtır. İnsan sadece dil sayesinde bir toplum bir dünya yaratabildi. Ama dil yüzünden insan kendisini unuttu.

Dil bizim dünyamızdır. Bir ar için bile dilini unutacak olsan, geriye ne kalır? Kültür, toplum, Hinduizm, Hıristiyanlık, komünizm; ne kalır? Hiçbir şey kalmaz. Varoluştan yalnızca dil alınacak olsa, kültürüyle, medeniyetiyle, diniyle, felsefesiyle tüm insanlık ortadan kalkar.

Dil başkalarıyla iletişim kurmaktır; o yegâne iletişimdir. Kullanışlıdır ama tehlikelidir ve ne zaman bir araç çok kullanışlı olsa, aynı oranda da tehlikelidir. Bundaki tehlike şudur; zihin ne kadar dilin içine doğru yönelirse merkezden o kadar uzağa gider. O halde, kişinin dilin içine girmek ve aynı zamanda dili terk etmek, dilin dışına çıkmak konusunda çok ince bir dengeye ve ustalığa sahip olması gerekir.

Tanık olmak dilin, sözelleştirmenin, zihnin dışına çıkmaktır.

Tanık olmak bir zihinsizlik, bir düşünmeme halidir.

Bunu dene! Bu çok uzun sürecek bir çaba ve hiçbir şey öngörülemez ama dene ve bu çaba sana dilin ansızın kaybolduğu anlar sunacak. Ve o zaman yeni boyutlar açılır. Başka bir dünyanın; eşzamanlılığın dünyasının, şimdi ve buranın dünyasının, zihinsizliğin dünyasının, gerçekliliğin dünyasının farkına varırısın.

Dil buharlaşmak zorunda. Öyleyse sıradan eylemleri, bedensel hareketleri dili kullanmadan yapmayı dene. Buda bu tekniği nefesi izlemek için kullandı. Müritlerine hep, "Nefesinizi izlemeye devam edin. Hiçbir şey yapmayın: Sadece nefesin içeri geldiğini, nefesin dışarı gittiğini izleyin" derdi. Böyle söylenmemeli, hissedilmeli; nefes sözler olmadan içeri geliyor. Nefesin içeri girdiğini hisset, nefesle birlikte hareket et, bırak bilincin nefesle birlikte derine insin. Sonra bırak dışarı yönelsin. Nefesinle birlikte hareket etmeye devam et. Tetikte ol!

Buda'nın şöyle dediği söylenir: "Tek bir nefesi dahi kaçırmayın. Fizyolojik olarak tek bir nefesi dahi kaçırırsanız ölürsünüz ve farkındalıkta tek bir nefesi kaçırırsanız, merkezi kaçırmış olacaksınız, içerde ölü olacaksınız." Ayrıca Buda der ki: "Nefes bedenin yaşaması için hayatidir ve nefesin farkındalığı da ruhsal merkezinizin yaşamı için hayatidir."

Nefes al, farkında ol. Ve eğer nefesinin farkında olmaya çalışıyorsan düşünemezsin çünkü zihin iki şeyi; düşünmeyi ve tanık olmayı aynı anda yapamaz. Tanık olma olgusunun kendisi düşünmekle kesinlikle taban tabana zıttır. O yüzden ikisini aynı anda yapamazsın. Tıpkı aynı anda hem canlı hem ölü olamayacağın, uyanık ve uykuda olamayacağın gibi, hem düşünüyor hem de tanık oluyor olamazsın. Herhangi bir şeye tanık ol ve düşünmek duracaktır. Düşünme içeri girer ve tanık olma kaybolur.

Tanık olmak içeride hiçbir eylem olmayan pasif bir farkındalıktır. Farkındalığın kendisi bir eylem değildir.

Bir gün Nasreddin Hoca çok endişeliydi, kara kara düşünüyordu. Yüzüne bakan herkes düşüncelerinin içinde bir yerde kaybolmuş, çok gergin, ıstırap içerisinde olduğunu hissedebilirdi. Karısı alarma geçti. Sordu: "Ne yapıyorsun Nasreddin? Ne düşünüyorsun? Sorun nedir, neden bu kadar endişelisin?"

Hoca gözlerini açtı ve dedi ki: "Bu nihai olan problem. Kişinin öldüğünü nasıl anladığını düşünüyorum. Kişi ölü olduğunu nasıl bilir? Ölecek olursam öldüğümü nasıl anlayacağım? Çünkü ölümü henüz bilmiyorum. Tanımak bir şeyi önceden bilmek demektir.

Sana bakıyorum ve senin A ya da B ya da C olup olmadığını tanıyorum çünkü senin kim olduğunu biliyorum. Ölümü ise bilmiyorum. Ve ne zaman gelir, onu nasıl tanıyacağım? Problem bu ve ben çok endişeliyim. Ve ölü olduğum zaman başka kimseye soramam yani bu kapı da kapalı. Hiçbir kutsal metne de danışamam, hiçbir öğretmenin bir yararı dokunamaz"

Karısı kahkahayı basıp, "Boşuna endişeleniyorsun. Ölüm geldiğinde kişi ansızın bilir. Ölüm sana geldiğinde bileceksin çünkü soğuk, buz gibi soğuk olacaksın" dedi. Hoca rahatlamıştı; belli bir işaret, anahtar elindeydi.

Bir-iki ay sonra ormanda odun kesiyordu. Bir kış akşamıydı ve her şey soğuktu. Aniden anımsadı ve ellerini hissetti; elleri soğuktu. "Tamam! Şimdi ölüm geliyor ve ben evden çok uzaktayım kimseye haber bile veremem. Şimdi ne yapmalıyım? Karıma sormayı unuttum. Bana kişinin nasıl hissedeceğini söylemişti ama ölüm geldiğinde ne yapılması gerekir? Şimdi burada kimse yok ve her şey giderek soğuyor" dedi.

Sonra anımsadı. Pek çok ölü insan görmüştü, o da "Yere yatmak iyi olur" diye düşündü. Bu tüm ölü insanların yaptığı tek şeydi ve o da yere yattı. Elbette daha da soğuk hale gelir, daha çok üşür; ölüm üzerindedir. Eşeği yanındaki ağacın altında dinleniyordu. İki kurt Hoca öldü zannedip eşeğe saldırırlar. Hoca gözlerini açar ve "Ölü insanlar hiçbir şey yapamazlar. Canlı olmuş olsaydım siz kurtlar eşeğime karşı bu kadar küstahça davranamazdınız. Ama artık hiçbir şey yapamam. Ölülerin bir şey yapabildiği hiç duyulmuş şey değildir. Sadece tanık olabilirim" diye düşünür.

Eğer geçmişin için ölü, tamamen ölü hale gelirsen, o zaman sadece tanık olabilirsin. Başka ne yapabilirsin? Tanık olmak geçmişin; anılar, düşünceler her şey için ölmek demektir. O zaman şimdiki zamanda ne yapabilirsin? Sadece tanıklık. Hiçbir yargılama mümkün olmaz. Yargı sadece geçmiş deneyimler karşısında mümkündür. Hiçbir değerlendirme mümkün olmaz. Değerlendirme sadece geçmiş değerlendirmeler karşısında mümkündür. Hiçbir düşünce mümkün olmaz. Düşünce sadece geçmiş varsa, şimdiki ana getirilmişse mümkündür. Öyleyse ne yapabilirsin? Tanık olabilirsin.

Eski Sanskrit edebiyatında öğretmen ölü olarak tanımlanır; *acharya mrityuh*. Kahta Upanishad'da, Nachiketa ölüm tanrısı Yama'ya öğretim görmesi için gönderilir. Ve ölüm tanrısı Yama, Nachiketa'yı cezp etmek için pek çok şey sunar; "Krallığı al, tüm zenginlikleri, çok sayıda atı, çok sayıda fili al, şunu al bunu al"... upuzun bir liste. Nachiketa der ki; "Buraya ölümün ne olduğunu öğrenmeye geldim çünkü ölümün ne olduğunu bilmediğim sürece hayatın ne olduğunu bilemem."

O yüzden eski zamanlarda bir öğretmen müridinin ölümü olabilecek bir kişi olarak bilinirdi; ölüp yeniden doğabilmene yardımcı olan kişi.

Nicodemus İsa'ya sordu: "Tanrı'nın krallığına nasıl ulaşabilirim?" İsa dedi ki: "Önce ölmezsen hiçbir yere ulaşamazsın. Yeniden doğmadıkça hiçbir yere ulaşamazsın."

Ve bu yeniden doğuş bir olay değildir, devamlı bir süreçtir. Kişi her an yeniden doğmalıdır. Bu, bir kez yeniden doğdun ve artık her şey tamam ve bitti demek değil. Yaşam sürekli bir doğumdur ve ölüm de süreklidir. Bir kez ölmelisin çünkü hiç yaşamadın ki. Eğer yaşıyorsan, o zaman her an ölmelisin. Her ne olursa olsun; bir cennet ya da bir cehennem, geçmişine her an öl. Ne olursa olsun ona öl ve anın içine taze ve genç olarak yeniden doğ. Şimdi tanık ol. Ve eğer tazeysen sadece şimdi tanık olabilirsin.

GERGiNLiK VE GEVSEME

Artık bir şeyin anlaşılması zorunludur. Hipnozcu çok temel bir kanunu keşfetmiştir; onlar buna ters etki kanunu derler. Esaslarını anlamadan bir şeyi yapmak için çok çalışırsan, sonuç tam tersi olur.

Bu bisiklete binmeyi öğrenmeye çalıştığındaki gibi bir şeydir. Sakin bir yoldasın; trafik yok, sabahın erken bir saati ve sen yolun kenarında duran kırmızı bir kilometre taşı görüyorsun. 18 metre genişliğinde bir yol ve küçücük bir kilometre taşı. Ve sen korkarsın: Kilometre taşına doğru gidip çarpabilirsin. Artık 18 metre genişliğindeki yolu unutursun. Aslında gözlerin bağlı olarak gidecek olsan kilometre taşıyla karşılaşıp ona çarpma şansın pek olmazdı ama gözlerin açıkken şimdi tüm yol unutuldu: Odaklanmış oldun. Hepsinden önce, kırmızılık epey odaklanılacak bir şey. Ve senin ödün kopuyor! Ondan kaçınmak istiyorsun. Bir bisikletin üzerinde olduğunu unutmuş durumdasın, her şeyi unuttun. Artık senin için tek sorun bu taştan nasıl kaçınacağın; aksi taktirde kendine zarar verebilir, onunla çarpışabilirsin.

Artık çarpışma kesinkes kaçınılmazdır; taşa çarpman önlenemez. Ve sonra da çok şaşıracaksın: " Ona çarpmamak için çok çabaladım." Aslında çok çabalaman yüzünden taşa çarptın. Ona yaklaştıkça, ondan kaçınmak için daha çok çalışırsın; ancak ondan kaçınmak için ne kadar çok çalışırsan ona daha çok odaklanırsın. Hipnotik bir güç haline gelir, seni hipnotize eder. Mıknatıs gibi olur.

Bu, hayattaki çok temel bir kanundur. Pek çok insan, pek çok şeyden kaçınmaya çalışır ve aynı şeylerin içine düşerler. Herhangi bir şeyden çok büyük bir çabayla uzak durmaya çalış ve aynı çukura düşmen kaçınılmaz hale gelsin. Kaçınamazsın; kaçınmanın yolu bu değildir.

Gevşe. Çok çabalama çünkü çok çabalayarak değil, rahatlayarak farkında olabilirsin. Serinkanlı, dingin, sessiz ol.

GERGİNLİĞİN NEDİR? Her türlü düşünceyle, korkuyla; ölüm, iflas etmek, doların düşmesi, her türlü korkuyla olan özdeşleşmen var orada. Bunlardır senin gerginliklerin ve bunlar senin bedenini de etkiliyor. Bedenin de gerginleşiyor çünkü beden ve zihin iki ayrı varlık değildir. Zihinbeden tek bir sistemdir, o yüzden zihin gergin hale gelirse beden de gerginleşir.

Farkındalıkla başlayabilirsin; o zaman farkındalık seni zihninden ve zihinle olan özdeşleşmelerinden uzaklara götürür. Doğal olarak bedenin gevşemeye başlar. Artık bağımlı değilsin. Ve gerginlikler farkındalığın ışığında var olamazlar.

Diğer uçtan da başlayabilirsin. Sadece gevşe, bırak tüm gerginlikler gitsin... ve gevşedikçe içinde belli bir farkındalığın yükseldiğine şaşıracaksın. Onlar ayrılamazlar. Ama farkındalıkla başlamak daha kolaydır; gevşemeyle başlamaksa biraz zordur çünkü gevşeme çabası dahi gerginlik yaratır.

Bir Amerikan kitabı var; şayet her türden saçma sapan kitabı bulmak istersen, bunun yeri Amerika'dır. Kitabın ismini gördüğümde gözlerime inanamadım. Kitabın adı Gevşemek Zorundasın. Şimdi, şayet bir zorunluluk varsa nasıl gevşeyebilirsin? Zorunluluk seni gerginleştirecek; sözcüğün kendisi gerginlik yaratır. Zorundasın sanki Tanrının bir buyruğu gibi gelir. Kitabın yazarı büyük ihtimalle gevşemek ve gevşemenin karmaşıklığı hakkında hiçbir şey bilmiyor.

Doğuda biz hiçbir zaman meditasyona gevşemekten başlamadık; meditasyona farkındalıktan başladık. Gevşeme kendi kendine gelir, onu getirmek zorunda kalmazsın. Onu getirmek zorunda kalırsan belli bir gerginlik olacaktır. O kendi kendine gelmelidir; ancak o zaman saf bir gevşeme olacaktır. Ve gelir...

Eğer istersen gevşemeyi deneyebilirsin ama Amerikalı danışmanların tavsiyelerine göre değil. İçsel dünyayı deneyimlemek anlamında Amerika dünyadaki en çocuksu yerdir. Avrupa biraz daha yaşlıdır ama Doğu kendi ruhsal varlığını arayarak binlerce yıl geçirdi.

Amerika sadece üç yüz yıl yaşında —üç yüz yıl bir ulusun hayatında hiçbir şey değildir— bu yüzden, Amerika dünya için en büyük tehlikedir. Nükleer silahlar bir çocukların elinde... Rusya daha mantıklı davranacaktır; o eski, antik bir ülke ve uzun bir geçmişin tüm deneyimlerine sahip. Amerika'da bir tarih yok. Herkes babasının ve büyük babasının adını biliyor ve hepsi bu. Orada aile ağacı son buluyor.

Amerika sadece bir bebek; hatta bebek bile değil, henüz rahimde. Hindistan ve Çin gibi toplumlarla karşılaştırıldığında, henüz daha yeni döllendi. Bu insanlara nükleer silahlar vermek tehlikeli.

Sana eziyet eden politik, dini, sosyolojik, ekonomik problemlerin var. Gevşemekle başlamak zordur; bu yüzdendir ki Doğuda biz hiçbir zaman gevşemeden başlamadık. Ama eğer istersen, nasıl başlaman gerektiğine ilişkin belli fikirlerim var. Batılı insanlarla çalışmaktayım ve onların Doğuya ait olmadıklarının farkına vardım. Ve onlar Doğulu bilinç akımının ne olduğunu dahi bilmiyorlar; onlar farkındalığın ne olduğunu hiç bilmemiş bir gelenekten gelmekteler.

Özellikle Batılı insanlar için Dinamik Meditasyon gibi meditasyonlar yarattım. Meditasyoncuların kamplarını yönetirken bir *gibberish* meditasyonunu ve Kundalini Meditasyonunu kullanıyordum. Eğer gevşemekten başlamak istiyorsan, önce bu meditasyonlar yapılmak zorundadır. Zihnindeki ve bedenindeki tüm gerginlikleri alacaklar ve sonra gevşemek kolaydır. Ne kadar çok şeyi içinde tuttuğunu bilmiyorsun ve gerginliğinin nedeni de bu.

Dağlardaki kamplarda *gibberish* meditasyonunu yapmalarına izin verdiğimde... Şehirlerde buna izin vermek zordur çünkü komşular çıldırmaya başlar. Polisi arayıp, "Tüm hayatımız mahvediliyor!" derler. Kendi evlerinden katılacak olsalar hayatlarını içinde yaşadıkları deliliğin dışına çıkartabileceklerini bilmiyorlar. Ama deliliklerinin farkında bile değiller.

Gibberish herkesin zihinlerine ne gelirse yüksek sesle söylemelerine izin verildiği meditasyondur. Ve tanık olan tek kişi ben olduğumdan insanların söyledikleri, anlamsız, alakasız şeyleri dinlemek

öylesine keyifliydi ki. Kimseye dokunmamak tek koşuldu ve insanlar her türden şeyleri yapıyordu. İstediğin her şeyi yapabilirdin... Birisi kafasının üzerinde duruyordu, birisi elbiselerini fırlatıp atmış ve çırılçıplak olmuş tüm saat boyunca etrafta koşup duruyordu.

Bir adam her gün benim önümde otururdu —bir broker ya da onun gibi bir şey olmalı— ve meditasyon başladığında önce yapacağı şeyin saçmalığına gülerdi. Sonra da eline telefonunu alırdı; "Alo, alo..." Gözünün ucuyla bana bakmaya devam ederdi. Meditasyonunu kesintiye uğratmamak için ona bakmaktan kaçınırdım. Hisselerini satıyordu, satın alıyordu... tüm saat boyunca telefondaydı.

Herkes içinde saklı tuttuğu garip şeyleri yapıyordu. Meditasyon bittiğinde on dakikalık bir gevşeme vardı ve bu on dakikada insanların yere düştüğünü görebilirdin; bunun için gayret sarf ettiklerinden değil, yorgunluktan helak oldukları için. Tüm çöplük dışarı atılmıştır ve bu sayede belli bir temizliğe sahip olup gevşemişlerdi. Binlerce insan... ve sen bin kişi olduğunu düşünemezdin.

İnsanlar bana gelip, "Bu on dakikayı uzat çünkü tüm hayatımız boyunca böyle bir rahatlama, böylesi bir keyif görmedik. Farkındalığın ne olduğunu herhangi bir şekilde anlayabileceğimizi düşünmemiştik, ama onun geldiğini hissettik" derlerdi.

Bu durumda eğer gevşemekten başlamayı istersen, önce Dinamik Meditasyon, Kundalini Meditasyonu ya da *gibberish* gibi duygusal ve bedensel boşalım sağlayan süreçlerden geçmek zorundasın.

Bu *gibberish* sözcüğünün nereden geldiğini bilmiyor olabilirsin; Cabbar adındaki bir tasavvuf mistiğinden gelir ve bu onun yegâne meditasyonudur. Kim gelirse gelsin, "Otur ve başla" derdi ve insanlar ne dediğini anlardı. O hiç konuşmadı, hiç topluluğa hitap etmedi; sadece insanlara *gibberish* öğretti.

Mesela arada bir insanlara gösteri yapardı. Yarım saat boyunca ne dili olduğunu kimsenin bilmediği her türden saçma sapan şeylerden söylerdi. O bir dil değildi; insanlara zihnine ne geldiyse öğretmeye devam ederdi. Bu onun yegâne öğretişiydi. Ve bunu anlamış olanlara hemen, "Otur ve başla" derdi.

Ama Cabbar pek çok insanın tamamen sessiz hale gelmesine yardım etti. Ne kadar sürdürebilirsin? Zihin boşalır. Yavaş yavaş derin bir hiçlik... ve bu hiçliğin içinde bir farkındalık alevi. O her zaman *gibberish* tarafından kuşatılmış olarak mevcut. *Gibberish* çekip çıkarılmalı; bu senin zehrin.

Aynı şey beden için de geçerli; bedeninin de gerginlikleri var. Sadece bedenini nasıl istiyorsa öyle hareket ettirmeye başla. Ona hükmetmemelisin. Eğer dans etmek, koşmak, sarsılmak, yerlerde yuvarlanmak isterse; onu yapmamalısın, sadece izin vermelisin. Bedenine, "Serbestsin, ne yapmak istiyorsan yap" de. Ve şaşıracaksın: "Aman Tanrım! Bütün bunları beden yapmak istedi ama ben içimde saklı tutuyordum ve gerginlik de buydu"

O halde iki tür gerginlik var; beden gerginlikleri ve zihin gerginlikleri. Her ikisi de seni farkındalığa götürecek olan gevşemeye başlamadan evvel salıverilmelidir.

Ama farkındalıktan başlamak özellikle de farkındalığı anlayabilecekler —ki bu basittir— için çok daha kolaydır. Bütün gün onu nesneler için —arabalar için, trafikte— kullanıyorsun. Şehir trafiğinde dahi canlı kalabiliyorsun! Ve o kesinlikle çıldırmış.

Bir-iki gün önce Atina ile ilgili bir şey okudum. Hükümet taksi şoförleri için yedi günlük özel bir yarışma yapmış ve trafik kurallarına uymada en iyi olacak üç şoför için altın kupalar hazırlanmış. Ama Atina'nın tümünde tek bir kişi bile bulamamışlar!

Polisler endişelenmeye başlıyordu, günler bitmek üzereydi ve onlar da bir şekilde üç şoför bulmak istediler; mükemmel olmayabilirlerdi ama bu ödüller bir şekilde dağıtılmalıydı.

Buldukları adamlardan birisi trafik kurallarına harfiyen uyuyordu, o yüzden hepsi mutluydu. Kupayla birlikte adama aceleyle yöneldiler ama polisi gören adam kırmızı ışıkta geçti! Kim gereksiz yere başını derde sokmak ister ki? Polis bağırıyordu: "Bekle!" Ama adam dinlemedi, ışığa rağmen hızla uzaklaştı. Diğer iki kişiyle de denediler ama polisi görünce kimse durmadı. Yedi günlük gayrete rağmen bu ödüller hâlâ polis merkezinde duruyor ve Atina da her zamanki gibi neşeyle devam ediyor…

Farkındalığı onun farkına varmadan kullanıyorsun ama sadece dışarıdaki şeyler için.

İçerdeki trafik için de aynı farkındalığı kullanmak durumundasın. Gözlerini kapadığında düşünceler, duygular, rüyalar, görüntülerden oluşma bir trafik vardı. Her türden şeyler yanıp sönmeye başlıyor. Dış dünyada yapmakta olduğun şeyin tamamen aynısını iç dünyanda da yap ve bir tanık haline geleceksin. Ve bir kez tadına varıldığında tanık olmak o kadar keyifli ve cennetten çıkma bir şeydir ki, daha çok ve daha çok içine yönelmek isteyeceksin. Her ne zaman vakit bulursan daha da çok içine yöneleceksin.

Bunun belli bir pozisyonla ilgisi yok; hiçbir tapınakla, kilise ya da sinagogla bir ilgisi yok. Bir belediye otobüsünde veya trende oturmuş yapacak bir şeyin yokken sadece gözlerini kapat. Bu gözlerinin dışarı bakarken yorgun düşmesinden seni kurtaracak ve kendini izlemen için sana yeterli zamanı verecektir. Bu anlar en güzel deneyimlerin yaşandığı anlar haline gelecektir.

Ve yavaş yavaş farkındalık geliştikçe tüm kişiliğin değişmeye başlar. Bilinçsizlikten farkındalığa geçmek en büyük kuantum sıçramasıdır.

ZiHiN VE MEDiTASYON

Zihinde düşünce olmadığı zaman o meditasyondur. Zihinde iki durumda düşünce yoktur; ya derin uykudayken ya da meditasyondayken. Eğer farkındaysan ve düşünceler kaybolursa o meditasyondur. Eğer düşünceler kaybolur ve bilinçsiz hale geçersen o derin uykudur.

Derin uyku ve meditasyonun benzer ve farklı bir tarafı vardır. Benzer olan bir şey; her ikisinde de düşünce kaybolur. Benzer olmayan bir şey; derin uykuda farkındalık da kaybolur ama meditasyonda kalır. Yani meditasyon derin uyku artı farkındalıktır. Derin uykudaki gibi gevşemiş haldesin ve hâlâ farkındasın, tamamıyla farkında. Ve bu seni gizemlerin kapısına götürür.

Derin uykuda zihinsizliğe girersin ama bilinçsiz olarak. Nereye götürüldüğünü bilmiyorsun ama yine de etkisini ve tesirini sabahleyin hissedeceksin. Şayet o gerçekten, hiçbir rüyanın seni rahatsız etmediği derin bir uyku olduysa, sabahleyin kendini taze, yenilenmiş, canlı, gençleşmiş, neşeli ve tatlı hissedeceksin. Ama bunun nasıl olduğunu, nereye gitmiş olduğunu bilmiyorsun. Anestezi verilmiş gibi, bir çeşit derin komaya sokulup ve sonra da geldiğin yerden başka bir düzleme gençleşmiş, taze ve yenilenmiş olarak götürüldün. Bu meditasyon anestezi olmadan gerçekleşir. O halde meditasyon derin uykudaki gibi gevşemiş kalınmasına rağmen yine de uyanık olmaktır. Farkındalığını orada tutarak düşünceler kaybolsun ama farkındalığın tutulması şarttır. Ve bu zor değildir, sadece onu şimdiye kadar denemedik hepsi bu. O yüzmek gibidir; eğer hiç denemediysen zor gibi görünür. Tehlikeli de gözükür ve insanların nasıl olup da yüzebildiğine inanamazsın çünkü sen kolayca boğuluverirsin! Ama bir kez, azıcık denersen kolaylaşır; o çok doğaldır.

Artık bir Japon bilim adamı deneylerle altı aylık bir bebeğin yüzebildiğini deneysel olarak kanıtlamıştır; sadece fırsat tanınmalıdır. Altı aylık pek çok çocuğa yüzmeyi öğretmiştir; bir mucizeyi gerçekleştirmiştir! Daha küçük çocuklarla da deneyeceğini söylüyor. Öyle görünüyor ki yüzme sanatı içimizde kayıtlıdır; sadece ona bir fırsat tanımamız lazım ve sonra o çalışmaya başlıyor. Bu nedenle bir kez yüzmeyi öğrendiğinde hiçbir zaman unutmazsın. Elli yıl boyunca yüzmeyebilirsin, elli yıl, ama yine de unutamazsın. Bu rastlantısal bir şey değildir, doğal bir şeydir; bu nedenle onu unutamazsın.

Meditasyon da buna benzer; o içimizde kayıtlı bir şeydir. Sadece ona çalışacağı bir alan vermelisin; sadece ona bir şans tanı.

ZİHİN NEDİR? ZİHİN BİR ŞEY DEĞİLDİR AMA BİR OLAYDIR. Bir şeyin içinde madde vardır, bir olay ise sadece bir süreçtir. Bir şey bir kaya gibidir, bir olay ise bir dalgaya benzer; vardır ama maddi değildir. O sadece rüzgâr ve okyanus arasındaki bir olay, bir süreç, bir olgudur.

Anlaşılması gereken ilk şey zihnin dalga gibi, nehir gibi bir süreç olduğudur ama içinde hiçbir madde yoktur. Maddesi olsa çözülemezdi. Eğer hiçbir maddesi yoksa, bir iz bırakmadan kaybolup gidebilir.

Bir dalga okyanusta kaybolduğunda geride ne kalır? Hiçbir şey, bir iz bile kalmaz. O yüzden bilge olanlar der ki zihin uçan bir kuş gibidir; geride ayak izi yoktur, bir iz dahi yoktur. Kuş uçar ama bir yol, bir iz bırakmaz.

Zihin yalnızca bir süreçtir. Aslında zihin yoktur; sadece düşünceler var, düşünceler öylesine hızla hareket ediyor ki sen sürekliliği olan bir şeyin var olduğunu düşünüyor ve hissediyorsun. Bir düşünce gelir ve diğeri gelir ve diğeri, ve böyle sürer gider... boşluk o kadar küçüktür ki bir düşünceyle diğeri arasındaki aralığı göremezsin. Bu durumda iki düşünce birleşir, bir süreklilik arz eder ve bu süreklilik yüzünden bir zihin olduğunu düşünürsün.

Düşünceler vardır; "zihin" yoktur. Tıpkı elektronların olup "madde"nin olmaması gibi. Düşünce zihnin elektronudur. Tıpkı kalabalık gibi... kalabalık bir anlamda vardır, bir başka anlamda da yoktur. Sadece bireyler vardır ama bir sürü birey birlikteyken tekmiş gibi bir duygu verir. Bir ulus hem vardır hem yoktur; yalnızca bireyler vardır. Bireyler bir ulusun, bir topluluğun, bir kalabalığın elektronudur.

Düşünceler vardır; zihin yoktur, zihin sadece bir görünümdür. Ve zihne derinlemesine bakarsan kaybolur. O zaman orada düşünceler vardır, ancak "zihin" kaybolduğunda ve sadece bireysel düşünceler var olduğunda pek çok şey ansızın çözümlenir. Aniden anlayacağın ilk şey düşüncelerin bulutlar gibi olduğudur; gelir ve giderler ve sen de gökyüzüsün. Zihin olmadığında, ansızın artık düşüncelerin içine girmediğin algısı gelir; düşünceler orada, bulutların gökyüzünden gelip geçmesi, rüzgârın ağacın içinden geçip gitmesi gibi senin içinden geçip gidiyorlar. Düşünceler içinden geçip gidiyor, geçebilirler çünkü sen engin bir boşluksun. Bir engel bir mâni yoktur. Onları engelleyecek bir duvar yoktur; sen duvarları olan bir olgu değilsin. Gökyüzün sonsuz bir şekilde açıktır; düşünceler gelir ve gider. Ve bir kez düşüncelerin gelip gittiğini hissetmeye başladığında izleyen, tanık olursun, zihnin efendiliğine eriştin.

Zihin bilinen anlamda kontrol edilemez. Her şeyden önce, olmadığı için onu nasıl kontrol edebilirsin ki? İkinci olarak, zihni kim kontrol edecek? Çünkü zihnin ötesinde hiç kimse yoktur; aslında bunu derken hiç kimse vardır demek istiyorum, bir hiçlik vardır. Kim zihni kontrol edecek? Şayet birisi zihni kontrol ediyorsa, o zaman bu sadece zihnin bir kısmının, bir parçasının zihnin diğer bir parçasını kontrol etmesi olacaktır. Bu egonun ta kendisidir.

Zihin bu şekilde kontrol edilemez. O yok ve onu kontrol edecek kimse de yok. İçsel boşluk görebilir ama kontrol edemez. Bakabilir ama kontrol edemez ama bakmanın kendisi kontroldür, gözlemleme olgusunun, tanık olmanın kendisi zihin kaybolduğu için ustalığa dönüşür.

Bu aynen karanlık bir gecede seni izleyen birisinden korktuğun için hızla koşmak gibidir. Ve bu birisi aslında kendi gölgenden başkası değil ve ne kadar koşarsan gölgen o kadar yakınına gelir. Ne kadar hızlı koşsan da fark etmez; gölge hep oradadır. Ne zaman arkaya baksan gölge ordadır. Ondan kaçmanın yolu bu değildir ve onu kontrol etmenin yolu bu değildir. Gölgeye daha derinlemesine bakman gerekecektir. Sabit dur ve gölgeye daha derinden bak ve gölge kaybolur çünkü gölge yoktur; o sadece ışığın yokluğudur.

Zihin sadece senin mevcudiyetinin yokluğudur. Sessizce oturduğunda, zihne derinlemesine baktığında, zihin kolayca ortadan kalkar. Düşünceler kalacaktır onlar varoluşsaldır ama zihin bulunmayacak.

Ama zihin gittiğinde, bu sefer ikinci bir algılama gerçekleşir: Düşüncelerin sana ait olmadığını görürsün. Elbette sana gelirler ve sende bir süre kalıp dinlenirler ve sonra da giderler. Sen bir dinlenme yeri olabilirsin ama onlar senden kaynaklanmazlar. Hiç senden tek bir düşüncenin bile ortaya çıkmadığını fark ettin mi? Tek bir düşünce dahi senin varlığın aracılığıyla gelmemiştir; onlar her zaman dışarıdan gelirler. Onlar sana ait değildir; köksüz, evsiz, ortalıkta dolanan. Bazen sende dinlenirler hepsi bu, tıpkı bir bulutun bir tepenin zirvesinde dinlenmesi gibi. Sonra kendiliğinden harekete geçecek; senin bir şey yapmana gerek yok. Sadece bakarsan kontrol sağlanır.

Kontrol sözcüğü çok iyi değil çünkü sözcükler çok iyi olamaz. Sözcükler zihne, düşüncelerin dünyasına aittir. Sözcükler çok da fazla derine işlemezler, yüzeyseldir. Kontrol sözcüğü iyi değildir çünkü kontrol edecek ve kontrol edilecek kimse yoktur. Ancak geçici olarak gerçekleşen belli bir şeyi anlamamıza yardımcı olur: Derinlemesine baktığında zihin kontrol edilir; ansızın sen efendi oldun. Düşünceler orada ama artık senin efendilerin değil. Sana hiçbir şey yapamazlar, sadece gelip giderler; tıpkı yağmurda kalmış bir lotus çiçeği gibi dokunulmadan kalırsın. Yağmur damlaları taç yapraklara düşer ama sürekli kayıp giderler, dokunamazlar bile. Lotus dokunulmadan kalır.

Bu nedenle Doğuda Lotus bu kadar önemli hale gelmiştir, çok sembolikleşmiştir. Doğudan çıkmış olan en muhteşem sembol lotustur. O Doğu bilincinin tüm anlamını taşır. Der ki: "Bir lotus gibi ol, hepsi bu. Dokunulmadan kal ve kontroldesin. Dokunulmadan kal ve sen efendisin."

Öyleyse, bir açıdan zihin dalgalar gibidir; bir rahatsızlıktır. Okyanus sessiz ve sakinken, rahatsızlığı yokken dalgalar yoktur. Okyanus bir gelgit veya rüzgârla rahatsız edildiğinde, devasa dalgalar yükseldiğinde ve yüzey tam bir kaosa sürüklendiğinde, bir açıdan zihin var olur. Bunlar yalnızca sözlerle anlatılamayacak olan belli içsel nitelikleri anlamana yardımcı olacak benzetmelerdir. Bu benzetmeler şiirseldir. Şayet bunları sempati duyarak anlamaya çalışırsan belli bir anlayışa ulaşacaksın ama şayet bunları mantıken anlamaya çalışırsan konunun özünü kaçırırsın. Onlar benzetmedir.

Tıpkı dalgaların okyanus için bir rahatsızlık olması gibi düşünceler de bilinç için bir rahatsızlıktır. Yabancı bir şey; rüzgâr araya girdi. Okyanusa ya da bilince dışarıdan bir şey oldu; rüzgâr ya da düşünceler ve kaos çıktı. Ancak kaos her zaman yüzeydedir. İçe doğru gidersen kontrol elde edilmiştir. Derinliklerde dalgalar yok; olamaz da çünkü derinlere rüzgâr giremez. O yüzden her şey yüzeydedir. İçe doğru gittiğinde kontrol elde edilmiştir. Yüzeyden içeri doğru yönelirsen ansızın merkeze gidersin; yüzey hâlâ rahatsız edilmiş olabilir ama sen rahatsın.

Tüm meditasyon bilimi merkezde olmak dışında bir şey değildir; merkeze doğru yönelmek, orada köklenmek, orada ikamet etmek. Ve oradan tüm perspektif değişir. Artık dalgalar hâlâ orada olabilir ama sana ulaşamaz. Ve artık onların sana ait olmadığını görebilirsin, onlar sadece yüzeyde yabancı bir şeyle yaşanan bir sürtüşmedir.

Ve merkezden baktığında zamanla sürtüşme biter. Zamanla gevşersin. Zamanla elbette güçlü rüzgâr olduğunu ve dalgaların yükseleceğini kabul edersin ama endişelenmezsin ve endişeli olmadığında dalgalardan bile keyif alınır.

Onlarda yanlış olan bir şey yoktur.

Problem sen de yüzeydeyken ortaya çıkar. Yüzeyde küçücük bir kayıktasın ve güçlü bir rüzgâr çıkıyor ve dalgalar yükseliyor ve tüm okyanus çıldırıyor; elbette endişeleniyorsun ve ölmekten korkuyorsun!

Tehlikedesin, her an dalgalar küçücük kayığını tersyüz edebilir, her an ölüm gerçekleşebilir. Küçücük kayığınla ne yapabilirsin? Nasıl herhangi bir şeyi kontrol edebilirsin? Dalgalarla savaşmaya çalışırsan yenileceksin. Savaşmanın yararı olmayacak; dalgaları kabul etmek zorunda kalacaksın. Aslında, dalgaları kabul edip ne kadar küçük olursa olsun kayığının dalgalarla savaşmadan onlarla hareket etmesine izin verecek olursan, o zaman tehlike yoktur. Dalgalar orada, sen sadece izin ver. Sadece kendine onlarla birlikte hareket etme izni ver, onlara karşı değil. Onların bir parçası ol. O zaman çok büyük mutluluklar yükselir.

Tüm sörf yapma sanatı budur; onlara karşı olmak değil, dalgalarla birlikte hareket etmek. Onlardan bir farkın olmayıncaya kadar onlarla olmak. Sörf yapmak muhteşem bir meditasyon olabilir. Sana ruhsal olan hakkında ipuçları verebilir çünkü o bir mücadele değildir, o bir rahat bırakmadır. Bunu bir kez bildin mi dalgalar dahi keyif verir... ve bu tüm olaya merkezden baktığında bilinebilir.

Bu tıpkı ormanda gezinirken bulutlar toplanmış ve sürekli şimşekler çakmakta ve sen yolunu kaybetmişsin, eve dönmek için acele ediyormuşsun gibidir. Yüzeyde olan budur; kayıp bir gezgin, pek çok bulut, şimşekler; birazdan çok yoğun bir yağmur yağacak. Sen evini arıyorsun, evinin güvenliğini ve ansızın oraya varıyorsun. Şimdi içerde otur, şimdi yağmuru bekle; şimdi tadını çıkart. Artık şimşeğin kendine has bir güzelliği var. Dışarıdayken, ormanda kayıpken böyle değildi ama şimdi evin içinde otururken tüm olay muhteşem bir güzelliğe sahip. Şimdi yağmur yağar ve sen keyfini çıkartırsın. Şimdi şimşek çakar ve sen tadını çıkartırsın ve bulutlarda korkunç gök gürlemeleri olur ve sen keyfini çıkartırsın çünkü artık içerde güvendesin.

Merkeze bir kez ulaştığında yüzeyde ne olursa olsun zevk alırsın. Esas olan yüzeyde kalıp mücadele etmektense, merkezin içine kayıvermektir. O zaman efendilik vardır ve bu dayatılmış bir kontrol değil, merkezde olduğunda kendiliğinden ortaya çıkan bir efendiliktir.

Bilincin merkezinde olmak zihnin efendisi olmaktır.

Öyleyse "zihni kontrol etmeye" çalışma. Lisan seni yanlış yerlere götürebilir. Kimse kontrol edemez ve kontrol etmeye çalışanlar delirecektir; kolaylıkla sinir hastası olacaklardır çünkü zihni kontrol etmeye çalışmak zihnin blr kısmının başka bir kısmını kontrol etmeye çalışmasından başka bir şey değildir.

Sen kimsin, kim kontrol etmeye çalışıyor? Sen de bir dalgasın; elbette zihni kontrol etmeye çalışan dini bütün bir dalgasın. Ve dindar olmayan dalgalar var; seks var ve kızgınlık var ve kıskançlık var

ve mülkiyetçilik var ve nefret var ve milyonlarca dinsiz dalgalar. Ve sonra da dindar dalgalar var; meditasyon, sevgi, şefkat. Ama bunların tümü yüzeyde, yüzeye ait ve yüzeyin üzerinde. Dini bütün ya da dinsiz fark etmez.

Gerçek din merkezdedir ve merkezden gerçekleşen perspektiftedir. Merkezde oturuyor ve kendi yüzeyine bakıyorsun; her şey değişir çünkü perspektifin yenidir. Ansızın sen efendisin. Aslında sen o kadar kontroldesin ki yüzeyi tamamen kontrolsüz bırakabilirsin. Bu derindedir; sen o kadar kontroldesin, o kadar kökleşmişsin, yüzeye ilişkin o kadar endişesizsin ki, aslında dalgalardan, gelgitlerden ve fırtınadan keyif alabilirsin. O güzeldir, enerji verir, güç verir; onun için endişelenecek bir şey yoktur. Sadece zayıf olanlar düşüncelerle ilgili endişe duyar. Sadece zayıf olanlar zihin için endişelenir. Güçlü insanlar tümünü içine çeker ve onun için de daha zengindir. Güçlü insanlar hiçbir zaman herhangi bir şeyi reddetmez.

Reddetmek zayıflıktandır; korkuyorsun. Güçlü insanlar hayatın verdiği her şeyi içine çekmek ister. Dini, dinsiz, ahlaki, ahlaksız, ilahi, şeytani; hiç fark etmez, güçlü kişi her şeyi içine çekmek ister. Ve bu yüzden daha zengindir. O sıradan dindarların sahip olamayacağı tamamen farklı türden bir derinliğe sahiptir; onlarsa zavallı ve yüzeyseldir.

Tapınağa, kiliseye camiye gitmekte olan sıradan dindar insanları izle. Hiç derinliği olmayan çok çok sığ insanlar bulacaksın her zaman. Çünkü onlar kendi parçalarını reddetmişlerdir, sakatlanmışlardır. Belli bir anlamda kötürüm olmuşlardır.

Zihinde, düşüncelerde yanlış olan hiçbir şey yok. Yanlış olan bir şey varsa yüzeyde kalıyor çünkü o zaman sen bütünü bilmiyorsun, parçalı ve kısmi algılama yüzünden gereksiz yere acı çekiyorsun. Tüm algılamaya ihtiyaç var ve bu sadece merkezden mümkün çünkü merkezden her tarafa, her yöne, her boyuta, varlığının tüm çeperine bakabilirsin. Ve o engindir. Gerçekte, varoluşun çeperiyle aynıdır. Bir kez merkezde oldun mu zamanla daha geniş ve daha geniş, daha büyük ve daha büyük hale gelirsin ve sonunda bütün olursun, daha azı değil.

Başka bir açıdan zihin bir gezginin elbisesinde biriken tozlar gibidir. Ve sen milyonlarca yaşamın boyunca hiç banyo yapmadan seyahat edip ve seyahat edip ve seyahat edip duruyorsun. Çok toz birikti, doğaldır ki bunda yanlış bir şey yok; bu böyle olmak zorunda. Toz katmanları. Ve sen de bu katmanları kişiliğin zannediyorsun. Onlarla çok fazla özdeşleştin, bu katmanlarla o kadar uzun süre yaşadın ki senin tenin gibi gözüküyor. Özdeşleştin.

Zihin geçmiştir, anıdır, tozdur. Herkes onu toplamak zorundadır; eğer seyahat edersen tozlanırsın. Ama onunla özdeşleşmeye, onunla bir olmaya gerek yok çünkü onunla bir olursan başın derde girer; çünkü sen toz değilsin, sen bilinçsin. “Toz üstüne toz" der Ömer Hayyam. Bir insan öldüğünde ne olur? Toz tozun üzerine geri döner. Sadece tozsan, o zaman her şey toza dönüşür; geride hiçbir şey kalmaz. Ama sen sadece toz, katmanlarca toz musun yoksa içinde bir yerde pek de toz olmayan bir şey, bu dünyaya ait olmayan bir şey mi var? Bu senin bilincindir, farkındalığındır. Farkındalık senin varlığındır ve farkındalığının etrafında topladığı toz da senin zihnindir.

Bu tozla başa çıkmanın iki yolu vardır. Sıradan "dini" yol; elbiseleri temizlemek, bedenini iyice ovmaktır. Ama bu yöntemlerin pek bir yararı olamaz. Elbiselerini ne kadar temizlersen temizle, o kadar kirlenmişlerdir ki iflah olmaz duruma gelmişlerdir. Onları temizleyemezsin; aksine ne yaparsan onu daha da kirletecektir. Bir seferinde:

Nasreddin Hoca bana geldi. O bir ayyaştır. Elleri titrer; yerken, çay içerken her şey elbisesine dökülür, o yüzden de tüm giysileri çay lekeleri, yemek lekeleri, şu-bu lekeleriyle doludur. Nasreddin'e dedim ki: "Neden bir aktara gidip bir şey bulmuyorsun? Bazı leke çözücü ilaçlar var ve bu lekeler çıkarılabilir."

Gitti. Yedi gün sonra geri geldi; elbiseleri daha berbat haldeydi, eskisinden de kötüydü. "Ne oldu? Aktara gitmedin mi?" diye sordum. "Gittim. Ve bu kimyasal leke çözücüler harika iş görüyor. Tüm çay ve yemek lekeleri gitti. Şimdi başka bir leke ilacına ihtiyacım var çünkü bu ilaç kendi lekelerini bıraktı" dedi.

Dindar insanlar sana kirleri nasıl yıkayıp temizleyebileceğine ilişkin yönergeler, kimyasal leke çıkarıcılar ve sabunlar sağlıyorlar ama bu leke çözücüler kendi leke izlerini bırakıyor. Bu nedenle ahlaksız bir kişi ahlaklı hale gelebilir ama — artık ahlaklı bir şekilde— kirli kalır. Bazen durum eskisinden de beter hale gelir.

Ahlaksız bir adam pek çok açıdan masumdur, daha az egoisttir. Ahlaklı bir adam zihninin içinde bütün ahlaksızlığa sahiptir ve yeni şeyler —ahlakçı, bağnaz ve egoist tavırlar— edinmiştir. Kendini üstün hisseder; kendisini seçilmiş kişi hisseder. Ve diğer herkes cehenneme kadar lanetlenmiştir; yalnızca kendisi cennete gidecektir. Ve tüm ahlaksızlıklar içerde kalır çünkü zihni yüzeyden kontrol edemezsin; bunun hiçbir yolu yoktur. En basitinden o, bu şekilde olmaz. Yalnızca bir kontrol mevcuttur ve bu da merkezden algılamaktır.

Zihin milyonlarca seyahatte birikmiş toz gibidir. Gerçek dini bakış açısı, sıradan olanın karşısındaki radikal dini bakış açısı elbiseleri atıvermektir. Onları yıkamakla uğraşma, onlar yıkanamazlar. Sadece bir yılanın sıyrılıp eski derisinin dışına çıkması gibi hareket et.

Yine başka bir bakış açısından, bir anlamda zihin geçmiştir, hafızadır, biriktirilmiş tüm deneyimlerdir. Tüm yapmış oldukların, tüm düşünmüş oldukların, tüm arzulamış oldukların; her şey, tüm geçmişin, hafızan, hafıza zihindir. Ve hafızadan kurtulamadıkça, zihnin efendisi olamayacaksın.

Hafızadan nasıl kurtulmalı? O her zaman seni izler bir şekilde mevcut. Aslında hafıza sensin, öyleyse nasıl ondan kurtulmalı? Anılarının dışında sen kimsin? Ben sana, "Sen kimsin?" diye sorduğumda bana adını söylersin; bu senin hafızandır. Geçmişte bir zaman anne-baban sana bu ismi verdi. Ben sana, "Sen kimsin?" diye soruyorum ve sen bana ailen, annen, baban hakkında şeyler söylüyorsun; bu bir hafızadır. Ben sana, " Sen kimsin?" diye soruyorum ve sen bana eğitiminden, edebiyat yüksek lisans derecelerinden ya da doktora derecelerinden veya bir mühendis, mimar olduğundan bahsediyorsun. Bu hafızadır.

Ben sana, "Sen kimsin?" diye sorduğumda, eğer gerçekten içine bakarsan yanıtın "Bilmiyorum" olabilir. Söyleyebileceğin her şey hafıza olacaktır sen değil. Tek gerçek, hakiki yanıt "Bilmiyorum" olabilir çünkü kişinin kendini bilmesi en son şeydir. Ben kim olduğumu yanıtlayabilirim ama yanıtlamayacağım. Sen kim olduğunu yanıtlayamazsın ama cevaplarınla hazırsın. Bilgeler bu konuda sessiz kalıyorlar. Tüm hafıza atıldığında, tüm lisan atıldığında kim olduğum söylenemez. Senin içine bakabilirim, sana bir jest yapabilirim; tüm varlığımla seninle birlikte olurum: Budur benim cevabım. Ama yanıt sözcüklerle verilemez çünkü sözlerle ne verilirse verilsin hafızanın, zihnin bir parçası olur, bilincin değil.

Anılardan nasıl kurtulunur? Onları izle, tanık ol. Ve her zaman anımsa; "Bu benim başıma geldi ama bu ben değilim." Elbette belli bir ailede doğdun ama bu sen değilsin; bu senin başına geldi, senin dışındaki bir olay. Elbette birisi sana bir isim verdi; bunun kendi içinde yararları var ama isim sen değilsin. Elbette bir biçimin var, ancak bu biçim sen değilsin; bu biçim sadece senin içinde olman gereken ev. Biçim sadece içinde olman gereken beden. Ve beden sana ebeveynlerin tarafından verildi; o bir hediye ama o sen değilsin.

İzle ve ayırt et. Doğuda *vivek*, ayırt etmek olarak adlandırılan şey budur; devamlı olarak ayırt edersin. Ayırt etmeye devam et; olmadığın her şeyi elediğin bir an gelir. Bu durumdayken, ilk kez, birden kendinle yüzleşirsin, kendi varlığınla karşılaşırsın. Olmadığın tüm kimliklerini kesip atmaya devam et; aile, beden, zihin. Bu boşlukta, sen olmadığın her şey fırlatılıp atıldığında ansızın senin varlığın yüzeye çıkar. İlk kez kendinle karşılaşırsın ve bu karşılaşma efendilik haline gelir.

DÜŞÜNCE DURDURULAMAZ, BU DURMAZ DEMEK DEĞİLDİR AMA O DURDURULAMAZ. O kendiliğinden durur. Bu ayrım anlaşılmalıdır; yoksa zihnini yakalamaya çalışırken delirebilirsin.

Zihinsizlik düşünceyi durdurarak ortaya çıkmaz. Düşünce artık yokken zihinsizlik vardır. Durdurmaya çalışma çabasının kendisi daha çok endişe yaratacaktır, çatışma yaratacaktır, seni bölünmüş yapacaktır. İçinde sürekli bir kargaşa hüküm sürecektir. Bunun yararı olmayacak.

Ve onu birkaç saniyeliğine durdurmada başarılı olsan bile, bu bir kazanım sayılamaz çünkü birkaç saniye neredeyse ölü gibi olacaktır, canlı olmayacaktır. Bir çeşit hareketsizlik hissedebilirsin... ama dinginlik değil. Çünkü zorlanılmış bir hareketsizlik dinginlik değildir. Onun altında, bilinçaltının derinliklerinde baskılanmış zihin çalışmaya devam etmektedir.

Bu nedenle düşünceyi durdurmanın bir yolu yoktur. Ama zihin durur; bu kesindir. O kendiliğinden durur.

O zaman ne yapmalı? Bu soru konuyla alakalıdır. İzle. Durdurmaya çalışma. Zihne karşı herhangi bir eylemde bulunmaya gerek yok. Her şeyden önce kim yapacak bunu? Zihin kendisiyle mücadele ediyor olacak; zihnini ikiye böleceksin: Birisi patron olmaya, borusunu öttürmeye çalışıyor, kendi diğer kısmını öldürmeye çalışıyor, bu saçmadır. Bu çok aptalca bir oyun, seni delirtebilir. Düşünceyi ya da zihni durdurmaya çalışma; sadece izle, izin ver. Ona tam özgürlük ver. Bırak istediği kadar hızlı koşsun; hiçbir şekilde onu kontrol etmeye çalışma. Sadece tanıklık et.

O güzeldir! Zihin en güzel mekanizmalardan birisidir. Bilim henüz zihin paralelinde herhangi bir şey yaratamamıştır. Zihin hâlâ bir başyapıt olarak duruyor; o kadar karmaşık, korkunç derecede güçlü, pek çok potansiyele sahip. İzle onu! Tadını çıkart!

Ve bir düşman gibi izleme çünkü zihne bir düşman gibi yaklaşacak olursan izleyemezsin. Şimdiden önyargılısın, şimdiden onun karşısındasın. Şimdiden zihinde bir şeyin yanlış olduğuna karar verdin; daha şimdiden sonuca vardın. Ve ne zaman birisine düşmanca baksan, hiçbir zaman derinlemesine bakmazsın, gözlerine asla bakmazsın; kaçınırsın.

Zihni izlemek demek ona derin bir sevgiyle, derin bir saygıyla bakmaktır; o Tanrının sana bir armağanıdır. Zihnin kendi içinde yanlış bir şey yoktur. Düşünmenin kendi içinde yanlış bir şey yoktur. Tüm diğer süreçler gibi güzel bir süreçtir. Gökyüzünde dolanan bulutlar güzeldir; neden düşünceler içsel gökyüzünde dolanmasın? Ağaçları bezeyen çiçekler güzeldir; neden varlığında düşünceler çiçek açmasın? Okyanusa dökülen ırmaklar güzeldir; neden bu düşünce akımları bilinmedik bir yere doğru gitmesin? Güzel değil mi? Derin bir saygıyla bak. Bir savaşçı değil, bir âşık ol.

Zihnin çok ince ayrıntılarını, ani dönüşlerini, güzel dönüşlerini izle. Ani zıplamalarını ve sıçrayışlarını, sürekli oynamaya devam ettiği oyunları; dokuduğu rüyaları, hayalleri, hafızayı, yarattığı bin bir tane tasarımı; izle! Orada öylece karışmadan, mesafeli, içine girmeden dururken, yavaş yavaş hissetmeye başlayacaksın... Gözlemciliğin derinleştikçe, farkındalığın da derinleşecek, boşluklar, aralıklar ortaya çıkacak. Bir düşünce gider ve diğeri henüz gelmedi ve bir boşluk var. Bir bulut geçti, diğeri geliyor ve bir boşluk var.

Bu boşluklarda zihinsizliğin ipuçlarını ilk kez yakalayacaksın. Zihinsizliğin tadını alacaksın; onu Zen'in ya da Tao'nun ya da Yoga'nın tadı olarak adlandırabilirsin. Bu küçük aralıklarda ansızın gökyüzü açılıyor ve güneş parlıyor. Ansızın dünya gizemlerle dolar Çünkü tüm sınırlar kalkmıştır; gözlerindeki perde artık yoktur. Net bir şekilde, nüfuz eder şekilde görürsün. Tüm varoluş şeffaflaşır.

Başlangıçta bu anlar az sayıdadır ve uzun aralıklıdır, enderdir. Ama onlar sana samadhi'nin ne olduğuna ilişkin kavrayışlar sunar. Küçük sessizlik havuzları; onlar gelecek ve kaybolacaklar ama sen bileceksin ki doğru yoldasın. Yeniden izlemeye başlayacaksın. Bir düşünce geçtiğinde onu izlersin; bir aralık geçtiğinde onu izlersin. Bulutlar da güzeldir, gün ışığı da güzeldir. Artık bir seçici değilsin. Artık sabit bir zihnin yok. "Sadece aralıkları isterim" demezsin. Bu aptalcadır çünkü bir kez sadece aralıkları beklemeye kendini adadığında, tekrardan düşünmenin karşısında olmaya karar vermişsin demektir. Ve o zaman bu aralıklar kaybolacaktır. Onlar sadece sen mesafeliyken, ayrıyken gerçekleşir. Onlar olur, getirilemez. Onlar olur, onları olması için zorlayamazsın. Onlar kendiliğinden olan olaylardır.

İzlemeye devam et. Bırak düşünceler gelip gitsin; nereye gitmek isterlerse. Yanlış bir şey yok! Hükmetmeye ve yönlendirmeye çalışma. Bırak düşünceler tam bir özgürlük içerisinde hareket etsin. Ve sonradan daha büyük aralıklar geliyor olacak. Küçük satorilerle kutsanacaksın. Bazen dakikalar geçecek ve düşünceler olmayacak; hiç trafik olmayacak, kesintisiz, tam bir sessizlik.

Daha büyük boşluklar geldiğinde yeni bir netlik yükselecek. Sadece dünyayı görecek bir netliğe sahip olmayacak, içsel dünyayı da görebileceksin. İlk boşluklarla dünyayı görebileceksin; ağaçlar şimdi göründüğünden daha yeşil olacak, hiç bitmeyen bir müzikle, göklerin müziğiyle çevreleneceksin. Ansızın Tanrısallığın açıklanamaz, gizemli mevcudiyetinde bulacaksın kendini. Sen onu yakalayamasan da sana dokunuyor. Senin ulaşabileceğin mesafede ama yine de ötesinde. Tanrı sadece dışarıda olmayacak, birden şaşıracaksın; o aynı zamanda içeride. O sadece görünürde değil, görendedir; içerde ve dışarıdadır. Zamanla...

Ama buna da bağlanma. Bağlanmak zihnin devam etme besinidir. Bağlanmadan tanık olmak onu durduracak, hiç çaba sarf etmeden durduracak olan yöntemdir. Ve bu derin mutluluk anlarından keyif almaya başladıkça onları daha uzun süreler elinde tutabilme kapasiten yükselecek. Nihayet, sonunda bir gün artık efendi oldun. O zaman düşünmek istediğinde düşünürsün; düşünceye ihtiyaç varsa onu kullanırsın. Düşünceye ihtiyaç yoksa dinlenmesine izin verirsin. Zihin artık orada olmadığından değil, oradadır ama sen onu kullanabilirsin ya da kullanmazsın. Artık o senin kararındır, tıpkı bacaklar gibi: Koşmak istersen onları kullanırsın; koşmak istemiyorsan dinlenirsin. Bacakların oradadır. Aynı şekilde bacaklar da oradadır.

Seninle konuşurken zihni kullanıyorum; konuşmanın başka bir yolu yok. Sorularını yanıtlarken zihni kullanıyorum; başka bir yolu yok. Karşılık vermek ve ilişki kurmak zorundayım ve zihin güzel bir mekanizmadır. Seninle konuşmuyorken ve tek başımayken zihin yok çünkü o sayesinde ilişki kurulan bir araçtır. Tek başıma otururken ona ihtiyaç yoktur.

Ona bir dinlenme fırsatı vermiyorsun; o yüzden zihin vasatlaşır. Sürekli kullanılır, durmadan ve dinlenmeden, yorulur. Gündüz çalışır, gece çalışır; gündüz düşünürsün, gece rüya görürsün. Gece-gündüz çalışmaya devam eder. Yetmiş ya da seksen yıl yaşayacak olursan, o sürekli çalışıyor olacak.

Zihnin nezaketine ve dayanıklılığına bak; ne kadar zarif! Küçücük bir kafada dünyanın tüm kütüphaneleri saklanabilir; bugüne kadar yazılmış her şey tek bir zihinde tutulabilir. Zihnin kapasitesi inanılmazdır. Ve bu kadar küçücük bir alanda! Ve hiç ses çıkartmadan. Eğer bir gün bilim adamları zihin ayarında bir bilgisayar yaratabilecek olurlarsa... bilgisayarlar vardır ama onlar henüz zihin değiller. Onlar hala mekanizmalar, organik bir bütünlükleri yok; henüz bir merkezleri yok. Eğer bir gün bu mümkün olursa —ve bilim adamlarının bir gün zihinleri yaratabilmesi mümkündür— o zaman bu bilgisayarın ne kadar yer işgal edeceğini ve ne kadar gürültü çıkaracağını göreceksin!

Zihin neredeyse hiç ses çıkartmıyor; sessizce çalışmaya devam ediyor. Ve nasıl bir hizmetkâr; yetmiş-seksen yıl boyunca! Ve hatta o zaman, ölürken bile bedenin yaşlı olabilir ama zihnin genç kalır. Kapasitesi yine de aynı kalır. Eğer onu doğru şekilde kullanırsan bazen de yaşlandıkça çoğalır çünkü daha çok bildikçe, daha çok anlarsın. Daha çok yaşayıp deneyim kazandıkça zihninin kapasitesi daha çok gelişir. Öldüğünde bedenindeki her şey ölmeye hazırdır; zihnin dışında.

Bu nedenle Doğuda zihin bedeni terk eder ve başka bir rahme girer deriz çünkü henüz ölmeye hazır değildir. Yeniden doğum zihne aittir. Ve bir kez zihinsizlik haline erdiğinde başka bir yeniden doğum olmayacak. O zaman sadece öleceksin. Ve ölümünle her şey çözülecek —zihnin, bedenin— sadece tanık olan ruhun kalacak. Bu zamanın ve uzayın ötesidir. O zaman varoluşla bir olursun, o zaman artık onunla ayrı değilsin. Ayrılık zihinden kaynaklanır.

Ama onu zorla durdurmanın bir yolu yoktur, saldırgan olma. Sevgiyle, derin bir saygıyla hareket et ve o kendiliğinden olmaya başlayacak. Sen sadece izle ve acele etme.

Modern zihin çok acelecidir. O zihni durduracak hızlı yöntemler ister. O nedenle uyuşturucular caziptir. Zihni uyuşturucular ve kimyasal maddeler kullanarak durmaya zorlayabilirsin ama o zaman da mekanizmaya karşı saldırgan oluyorsun. Bu iyi değildir, bu yıkıcıdır. Bu yolla bir efendi haline gelemezsin. Uyuşturucular yardımıyla zihni durdurabilirsin ama o zaman uyuşturucular efendi olacak; sen efendi olmayacaksın. Sadece patronunu değiştirdin ve daha kötüsüyle değiştirdin. Artık uyuşturucular senin üzerinde güç sahibi olacak, onlar sana sahip olacak; onlar olmadan kayıp olacaksın.

Meditasyon zihne karşı bir çaba sarf etmek değildir, o zihni anlamanın bir yoludur. Zihne sevecenlikle tanıklık etmektir ama kişi elbette sabırlı olmak zorundadır. Kafanda taşımakta olduğun bu zihnin ortaya çıkması yüzyıllar, bin yıllar sürdü. Küçücük zihnin tüm insanlığın deneyimini taşıyor. Ve sadece insanlığın da değil —hayvanların, kuşların, bitkilerin, taşların —tüm bu deneyimlerden geçtin. Bu ana kadar olan her şey sende de oldu.

Küçücük bir fındık kabuğunda tüm varoluşun deneyimini taşıyorsun. Senin zihnin budur. Aslında ona senin demek doğru değil. O kolektiftir; o hepimize aittir. Modern psikoloji buna yaklaşmaktadır, bilhassa Jungcu psikoloji ona yaklaşmaktadır ve kolektif bilinçaltı gibi bir şeyi hissetmeye başlamışlardır. Zihnin sana ait değil; o hepimize ait. Bedenlerimiz çok ayrı; zihinlerimiz ayrı değil. Bedenlerimiz net bir biçimde ayrı, zihinlerimiz örtüşür ve ruhlarımızsa tektir.

Bedenler ayrıdır, zihinler örtüşür ve ruhlarsa tektir. Benim farklı bir ruhum yok ve senin farklı bir ruhun yok. Varoluşun tam merkezinde buluşuruz ve tekiz. Tanrı budur: Her şeyin buluşma noktası. Tanrı ve dünya —"dünya" beden demektir— arasında zihin vardır.

Zihin bir köprüdür, bedenle ruh arasında, dünyayla Tanrı arasında bir köprü. Onu yok etmeye çalışma!

Pek çokları onu Yoga ile yok etmeye çalıştı. Bu Yoganın yanlış kullanılmasıdır. Pek çokları onu beden hareketleriyle, nefesle yok etmeye çalıştı; bu da bedende zor fark edilen kimyasal değişiklikler yapar. Mesela, eğer kafa üstü, *shirhasan*'da dursan zihni kolayca yok edersin: Çünkü kan kafanın içine hücum eder, sel gibi kafanın içine akar... kafanın üzerinde durduğunda yaptığın şey budur. Beyin mekanizması naziktir. Sen onu sel gibi kanla dolduruyorsun, nazik dokular ölecektir. Bu nedenle hiçbir zeki yogiye rastlayamazsın. Hayır; yogiler az ya da çok aptaldır. Bedenleri sağlıklıdır, güçlüdür bu doğru ama zihinleri ölmüştür. Zekâ parıltıları göremeyeceksin. Çok gürbüz, hayvansı bir beden göreceksin ama bir şekilde insan kaybolmuştur.

Kafanın üzerinde durarak kanını yerçekimiyle kafanın içine doğru zorluyorsun. Kafanın kana ihtiyacı var ama az miktarda ve yavaşça, sel gibi değil. Yerçekimine karşı azıcık kan kafaya ulaşır ve bu da dingin bir şekilde olur. Çok fazla kan kafaya giderse tahrip edicidir.

Yoga zihni öldürmek için kullanılmıştır. Zihni öldürmek için nefes kullanılabilir; hassas zihin için sert olabilecek nefes ritimleri vardır, ince nefes titreşimleri vardır. Zihin onlarla tahrip edilebilir. Bunlar eski numaralar. Artık yeni numaralar bilim tarafından sağlanıyor: LSD, esrar ve diğerleri; giderek çok daha karmaşık uyuşturucular er ya da geç sunulacak.

Ben zihnin durdurulması taraftarı değilim. Ben onun izlenmesi taraftarıyım. O kendiliğinden durur ve o zaman güzeldir. Bir şey hiç şiddet olmadan gerçekleşirse kendine has bir güzelliği vardır; doğal bir gelişimi vardır. Bir çiçeği güç kullanıp açabilirsin; bir goncanın taç yapraklarını çekip zorla açabilirsin ama çiçeğin güzelliğini yok etmiş oldun. Artık neredeyse ölüdür. Senin vahşetine dayanamaz. Taç yaprakları gevşemiş, güçsüzleşmiş, ölüyor. Gonca kendi enerjisiyle açtığında, kendiliğinden açtığındaysa bu taç yapraklar canlıdır.

Zihin senin kendi çiçeklenmendir; onu hiçbir şekilde zorlama. Ben her türden zorlamaya ve şiddete karşıyım ve bilhassa da kendine yönelik olana.

Sadece izle —derin duada, sevgide, saygıda— ve ne olduğunu göreceksin. Mucizeler kendiliğinden gerçekleşecek. İtip-kakmaya gerek yok.

Düşünceyi nasıl durdurmalı? Ben sadece uyanık ol ve izle diyorum. Ve bu durdurma fikrini de bir kenara at yoksa zihnin doğal dönüşümünü durdurur. Bu durdurma fikrini bırak! Sen kim oluyorsun da durduracaksın?

En fazla keyfini çıkartabilirsin. Ve yanlış hiçbir şey yok; ahlaksız düşünceler bile, sözde ahlaksız düşünceler bile zihninden geçse, bırak geçsinler. Yanlış bir şey yok. Sen ayrı dur, bir zarar verilmiyor. O yalnızca bir kurgu, içsel bir film izliyorsun. Onu kendi halinde bırak ve o seni zihinsizliğe doğru zamanla götürecek. İzlemek nihai olarak zihinsizlikte son bulur.

Zihinsizlik zihnin karşısında değildir; zihinsizlik zihnin ötesindedir. Zihinsizlik zihni öldürerek, yok ederek gelmez; zihni bütünüyle anlayıp artık düşüncelere ihtiyaç duymadığında zihinsizlik gelir. Kavrayışın onun yerine geçmiştir.

TEKERLEK VE TEKERLEK iZi

İnsan şimdiki andaymış gibi görünür ama bu sadece görünüşte böyledir. İnsan geçmişte yaşar. Şimdiki andan geçer ama kökleri geçmişte kalır. Sıradan bilinç için gerçek zaman şimdiki zaman değildir; sıradan zihin için gerçek geçmiş zamandır, şimdiki zaman sadece geçmişle gelecek

arasındaki geçittir, anlık bir geçit. Geçmiş gerçektir ve gelecek de öyledir ama şimdiki an sıradan bilinç için gerçek değildir.

Gelecek sadece genişlemiş geçmiştir. Gelecek tekrar tekrar geçmişin yansıtılmasıdır. Şimdiki zaman yokmuş gibi gelir. Şimdiki anı düşünecek olursan onu bulamayacaksın bile çünkü onu bulduğun an geçmiş olur. Bir an önce, onu bulmamışken, o gelecekteydi.

Bir Buda-bilinci için, aydınlanmış bir varlık için yalnızca şimdiki an vardır. Sıradan bir bilinç, farkında olmayan, uykudaki bir uyurgezer için geçmiş ve gelecek gerçektir ve şimdiki an gerçek değildir. Sadece kişi uyandığında şimdi gerçektir ve geçmiş ve gelecek ise gerçek dışı olur.

Bu neden böyledir? Neden geçmişte yaşıyorsun? Çünkü zihin biriktirilmiş zihinden başka bir şey değildir. Zihin hafızadır; yaptığın tüm şeyler, rüyasını gördüğün tüm şeyler, yapmayı isteyip yapamadığın tüm şeyler, geçmişte kafanda canlandırdığın her şeydir zihin. Zihin ölü bir mevcudiyettir. Zihnin aracılığıyla bakarsan şimdiyi asla bulamazsın çünkü şimdiki an yaşamdır ve yaşama asla ölü bir şey aracılığıyla yaklaşamazsın. Zihin ölüdür.

Zihin bir aynanın üzerini kaplayan toz gibidir. Ne kadar çok tozla kaplanırsa ayna o kadar az ayna gibi olur. Ve eğer toz katmanı senin üzerindeki gibi kalınsa, o zaman ayna yansıtma yapmayacaktır bile.

Herkes toz topluyor; sadece toplamıyor ona yapışıyorsun, onun bir hazine olduğunu düşünüyorsun. Geçmiş bitti, neden ona yapışıyorsun? Onunla hiçbir şey yapamazsın, geçmişe gidemezsin, onu silemezsin; neden ona yapışıyorsun? O bir hazine değil. Ve şayet geçmişe yapışır ve onun bir hazine olduğunu düşünürsen elbette zihnin onu gelecekte tekrar tekrar yaşamak isteyecek. Geleceğin modifikasyon yapılmış geçmişten başka bir şey olamaz; birazcık yontulmuş, birazcık dekore edilmiş ama aynısı olacak çünkü zihin bilinmeyen bir şeyi düşünemez. Zihin sadece bilineni tasarlayacaktır, bildiğin şeyi.

Bir kadını seversin ve kadın ölür. Şimdi nasıl başka bir kadın bulacaksın? Diğer kadın ölmüş karının modifikasyondan geçmiş bir hali olacaktır; bu senin bildiğin tek yol. Gelecekte yapacağın her ne olursa olsun geçmişin bir devamından başka bir şey olmayacak. Biraz değiştirebilirsin; bir yama oraya bir yama şuraya ama ana kısım olduğu gibi kalır.

Ölüm döşeğinde yatarken birisi Nasreddin Hoca'ya sordu: "Sana yeni bir hayat verilse onu nasıl yaşardın Nasreddin? Herhangi bir değişiklik yapar mıydın?" Nasreddin kapalı gözlerle derin derin düşündü, taşındı, evirdi çevirdi, sonra gözlerini açtı ve dedi ki: "Evet, eğer bana yeni bir hayat verilirse saçlarımı ortadan ayıracağım. Bunu hep istemiştim ama babam her zaman yapmamam konusunda ısrar etti. Ve babam öldüğünde de saçlarım artık öyle alışmıştı ki ortadan ayrılmıyordu."

Gülme! Yaşamınla ne yapacağın sana sorulursa bunun gibi çok az değişiklik yapacaksın. Burnu birazcık daha değişik bir koca, karından biraz değişik yüzlü bir kadın, biraz daha büyük yahut küçük ev. Ama bunlar saçını ortadan ayırmaktan daha başka bir şey değil, ıvır-zıvır, önemsiz.

Özde hayatın aynı kalacak. Bunu çok, çok kereler yapmıştın; özde hayatın aynı kaldı. Pek çok kereler sana yaşam verildi. Pek çok kereler yaşadın; sen çok çok eski dönemlerden kalmasın. Bu yeryüzünde yeni değilsin, bu dünyadan daha da eskisin çünkü başka dünyalarda, başka gezegenlerde de yaşadın. Varoluş kadar eskisin; bu böyle olmalı çünkü sen onun bir parçasısın. Çok eskisin ama aynı kalıbı tekrar tekrar yineliyorsun. Bu nedenle Hindular ona yaşam ve ölüm tekerleği derler; kendisini tekrar edip durduğu için tekerlek. Yinelemedir: Aynı teller yukarı gelip aşağı iniyor, aşağı inip yukarı çıkıyor.

Zihin kendisini yansıtır ve zihin geçmiştir, o halde geleceğin geçmişten başka bir şey olmayacaktır. Ve nedir geçmiş? Geçmişte ne yaptın? Her ne yaptıysan —iyi, kötü, şu-bu— ne yaparsan yap kendi tekrarını yaratıyor. Karma teorisi budur. Evvelsi gün kızdıysan dün tekrar kızmak için belli bir potansiyel yarattın. Sonra bunu tekrar ettin, kızgınlığa daha çok enerji verdin. Kızgınlık halini daha da kökleştirdin, suladın; bugün artık onu daha büyük bir güçle, daha çok enerjiyle tekrar edeceksin. Ve yarın yine bugünün kurbanı olacaksın.

Yaptığın ve hatta düşündüğün her eylemin kendine has tekrar ve tekrar ısrar etme yolları vardır çünkü bu senin varlığında belli bir kanal açar. Senden enerji emmeye başlar.

Kızgınsın sonra bu hal gider ve sen artık kızgın olmadığını düşünürsün; o zaman işin özünü kaçırırsın. Bu ruh hali gittiğinde hiçbir şey olmadı; sadece teker hareket etti ve yukarıda olan teli aşağıya indi. Kızgınlık birkaç dakika önce yüzeydeydi; kızgınlık şimdi bilinçaltının içine, varlığının derinine indi. O zamanının tekrar gelmesini bekleyecek. Eğer ona uygun davrandıysan onu sağlamlaştırdın. Onun yaşaması için tekrar bir ruhsat vermiş oldun. Ona yeniden bir güç, bir enerji verdin. Toprağın altındaki bir tohum gibi zonkluyor, doğru zamanı ve mevsimi bekliyor ve sonra da filizlenecek.

Her eylem kendi kendini yaşatır, her düşünce kendi kendini yaşatır. Onunla bir kez işbirliği yaparsan ona enerji veriyorsundur. Er ya da geç alışkanlığa dönüşecektir. Onu yapacaksın ve bir yapan olmayacaksın; onu sadece alışkanlığın gücüyle yapacaksın. İnsanlar alışkanlık ikinci doğadır derler; bu bir abartı değildir. Aksine o bir azımsamadır! Aslında, alışkanlık birinci doğa olur ve doğa da ikincil hale düşer. Doğa sadece bir kitaptaki bir ek ya da dipnota dönüşür ve alışkanlık da kitabın ana gövdesi olur.

Alışkanlık yoluyla yaşarsın; bunun anlamı alışkanlık aslında senin aracılığınla yaşar demektir. Alışkanlığın kendisi ısrar eder, onun kendi enerjisi vardır. Elbette senden enerji alır ama geçmişte sen işbirliği yaptın ve şimdi de işbirliği yapıyorsun. Zamanla alışkanlık efendi sen de yalnızca bir hizmetkâr, bir gölge olacaksın. Alışkanlık emiri, komutu verecek ve sen de sadece itaatkâr bir hizmetçi olacaksın. Ona uymak zorunda olacaksın.

Bir Hindu mistik olan Eknath bir kutsal yolculuğa çıkıyordu. Kutsal yolculuk en az bir yıl sürecekti çünkü ülkedeki tüm mukaddes yerleri ziyaret edecekti. Elbette Eknath ile seyahat etmek bir imtiyazdı, o yüzden bin kişi onunla beraber seyahat ediyordu. Kasabanın hırsızı da geldi ve dedi ki: "Biliyorum ki ben bir hırsızım ve senin dini cemaatinin bir üyesi olmayı hak etmiyorum ama bana da bir şans ver. Ben de bu kutsal yolculuğa çıkmak istiyorum."

Eknath dedi ki: "Bu zor olacak çünkü bir yıl uzun bir süre ve sen insanların şeylerini çalmaya başlayabilirsin. Sorun yaratabilirsin. Lütfen vazgeç bu fikirden." Ama hırsız ısrarcıydı. "Bir yıllığına çalmaktan vazgeçeceğim ama mutlaka gelmeliyim. Ve sana söz veriyorum, bir yıl boyunca kimseden tek bir şey bile çalmayacağım" dedi. Eknath kabul etti.

Ama bir hafta içinde sorun çıktı ve sorun insanların eşyalarından bir şeyler kaybolmaya başladı. Hatta daha da fazla kafa karıştırıcıydı çünkü kimse bir şey çalmıyordu; bir şeyler birilerinin çantasından kayboluyor ve birkaç gün sonra başka birisinin çantasından çıkıyordu. Kaybolan şeylerin çantasında bulunduğu adam, "Ben hiçbir şey yapmadım. Gerçekten bu şeylerin nasıl olup da benim çantama geldiğini bilmiyorum" diyordu

Eknath şüphelendi, bir gece uyuyormuş gibi yaptı ama uyanıktı ve izledi. Gece yarısına doğru, gecenin tam ortasında hırsız belirdi ve bir kişinin çantasındakini ötekiyle değiştirmeye başladı. Eknath onu suçüstü yakaladı ve dedi ki: "Ne yapıyorsun? Ve sen söz vermiştin!"

Hırsız da, "Ben sözümü tutuyorum. Ben tek bir şey bile çalmadım. Ama bu benim çok eski bir alışkanlığım... gecenin ortasında eğer bir şeytanlık yapmazsam uyumam imkansızlaşıyor. Ve bir yıl boyunca uyumamak? Sen merhametli bir adamsın. Bana karşı merhametli olmalısın. Ve ben çalmıyorum! Her şey sürekli bulunuyor; bir yere gitmiyorlar da sadece birisinden diğerine yer değiştiriyor. Ve hepsinden öte bir yıl sonra yeniden çalmaya başlayacağım, o yüzden iyi bir pratik de oluyor."

Alışkanlıklar seni belli şeyler yapmaya zorluyor; sen bir kurbansın. Hindular ona karma yasası diyorlar. Yinelediğin her eylem ya da düşünce —çünkü düşünce de zihindeki çok ince bir eylemdir— giderek daha çok güçlenir. Artık onun pençesindesin. O zaman alışkanlıkta hapis olursun. O zaman bir mahkûmun, bir kölenin hayatını yaşarsın. Ve bu hapislik kolay fark edilmez; bu hapishane alışkanlıklarından, koşullanmalarından ve yapmış olduğun eylemlerden yapılmıştır. Tüm bedenini sarmış durumda ve elin-kolun bağlı ama sen hâlâ onu kendin yapıyormuş gibi düşünüyor ve kendini kandırmaya devam ediyorsun.

Kızdığında onu kendinin yaptığını düşünüyorsun. Ona bahaneler uydurup koşulların bunu gerektirdiğini söylüyorsun: "Kızmak zorundaydım yoksa çocuk yanlış yola sapacaktı. Kızmasaydım işler kötüye gidecekti ve ofiste her şey bir kaosa dönecekti. Hizmetkârlar söz dinlemeyecek; işleri idare etmek için kızmak zorundaydım." Bunlar bahaneler; egon senin hâlâ patron olduğuna inanmayı bu şekilde sürdürebiliyor. Ama değilsin.

Kızgınlık eski kalıplardan, geçmişten gelir. Ve kızgınlık geldiğinde ona bahaneler bulmaya çalışırsın. Psikologlar deneylerler yapmaktadır ve Doğulu ezoterik psikologlarla aynı sonuca ulaşmışlardır: İnsan bir kurbandır, efendi değil. Psikologlar mümkün olan her türlü konforu sağlayıp insanları tamamen tecrit etmişlerdir. Ne ihtiyaçları varsa temin edilmiş ama diğer insanlarla hiçbir temasta bulunmamışlardır. Klimalı hücrelerde hiç çalışmadan, hiç sorun olmadan, hiç belaya karışmadan yaşadılar ama aynı alışkanlıklar devam etti. Bir sabah artık ortada hiçbir neden yokken — çünkü her türlü konfor sağlanmışken, kaygı yokken, kızmak için bir bahane yokken— adam ansızın kızgınlığın içinde kabardığını fark ediyor.

O senin içinde. Bazen görünürde hiçbir neden yokken aniden üzüntü gelir. Ve bazen kişi mutlu hisseder, bazen kendinden geçecek kadar mutlu hisseder. Tüm sosyal ilişkilerden yoksun bırakılmış, her türlü konfor içerisinde tecrit edilmiş, her türlü gereksinimi karşılanmış bir adam senin bir ilişkide yaşadığın tüm ruh hallerinin içinden geçiyor. Bu bir takım şeylerin içerden kaynaklandığı anlamına geliyor ve sen onu başkasının boynuna asıyorsun. Bu sadece bir bahane.

İyi hissediyorsun, kötü hissediyorsun ve bu hisler kendi bilinçaltından, kendi geçmişinden kabarıp yükseliyor. Senden başka kimse sorumlu değil. Kimse seni kızdıramaz ve kimse seni mutlu edemez. Kendi kendini mutlu ediyorsun, kendi kendini kızdırıyorsun ve kendi kendini üzüyorsun. Bunu fark etmediğin sürece bir köle olarak kalacaksın.

"Başıma gelen ne olursa olsun kesinkes ben sorumluyum. Koşulsuz olarak her ne olursa olsun kesinlikle ben sorumluyum." Kişi bunu fark edince kendisinin efendisi haline gelir.

Başlangıçta bu senin canını sıkıp üzecek çünkü sorumluluğu başkasına atabilirsen yanlış yapmadığın için kendini iyi hissedebilirsin. Karın saldırgan davranışlarda bulunuyorsa ne yapabilirsin? Kızmak zorundasın. Ama unutma karın kendi ruhsal mekanizmaları nedeniyle saldırgan davranıyor. O sana karşı saldırgan değil. Sen orada olmasaydın çocuklara saldıracaktı. Çocuklar orada olmasaydı bulaşıklara saldıracaktı; onları yere çarpmış olacaktı. Radyoyu kırmış olacaktı. Bir şey yapması gerekiyordu; saldırganlık geliyordu. Gazete okurken bulunman ve sana karşı saldırması sadece bir rastlantıydı. Yanlış bir zamanda elinin altında bulunman sadece bir rastlantıydı.

Kızgınsın, karın saldırganlaştığı için değil; o sadece uygun durumu sana sağladı hepsi bu. O sana kızman için bir olasılık, kızman için bir bahane vermiş olabilir ama kızgınlık kabarmaktaydı. Karın orada olmasaydı aynı şekilde kızmış olacaktın; başka bir şeye, bir fikre ama kızgınlık orada olmak zorundaydı. O senin kendi bilinçaltından gelmekte olan bir şeydi.

Herkes kendi varlığından ve davranışlarından sorumludur, tamamıyla sorumlu. Sorumlu olmaktan başlangıçta çok canın sıkılacak çünkü sen her zaman mutlu olmak istiyor olduğunu düşünmüştün; o halde nasıl olur da kendi mutsuzluğundan sorumlu olabilirsin? Her zaman mutluluktan uçmayı arzuluyorsun, nasıl olur da kendi kendine kızabiliyorsun? Ve bu yüzden sorumluluğu başkalarının üzerine atıyorsun.

Eğer sorumluluğu başkalarına atmaya devam edecek olursan şunu unutma ki bir köle olarak kalacaksın çünkü hiç kimse başka birisini değiştiremez. Başka birini nasıl değiştirebilirsin? Hiç birisi başka birisini değiştirmiş midir? Dünyadaki en az yerine gelmiş dileklerden birisi başka birisinin değişmesini istemektir. Bunu hiç kimse bugüne kadar yapamadı, bu imkânsızdır çünkü başka bir insan da kendinden menkul bir var oluş sürer; onu değiştiremezsin. Sorumluluğu başkalarının üzerine atmaya devam edersin ama diğerini değiştiremezsin. Ve sorumluluğu başkalarına attığın için de temel sorumluluğun sana ait olduğunu hiç göremezsin. Temel değişiklik kendi içinde gereklidir.

Tuzağa şu şekilde düşersin: Şayet tüm eylemlerinden, tüm ruh hallerinden sorumlu olduğunu düşünmeye başlarsan başlangıçta depresyona gireceksin. Ama bu depresyonun içinden geçebilirsen hemen sonra ışığı hissedeceksin çünkü artık başkalarından özgürleştin. Artık kendi kendine çalışabilirsin. Özgür olabilirsin, mutlu olabilirsin. Bütün dünya özgür ve mutlu olmasa bile fark etmez. Ve ilk özgürlük başkalarına sorumluluğu atmayı bırakmaktır ve ilk özgürlük sorumlu olduğunu bilmektir. O zaman pek çok şey birden mümkün hale gelir.

Başkalarına sorumluluğu atmaya devam edersen unutma ki bir esir olarak kalacaksın çünkü kimse bir başkasını değiştiremez. Kimse bir başkasını bugüne kadar değiştirebildi mi? Sana ne olursa olsun —üzgün hissediyorsun sadece gözlerini kapat ve üzüntünü izle— seni götürdüğü yere kadar izle, onun derinine gir. Sonrasında sebebine varacaksın. Çok uzun yolculuk yapman gerekebilir çünkü tüm hayatın bu işin içinde ve yalnızca bu hayat da değil, pek çok başka hayat da işin içinde. Seni inciten pek çok yara bulacaksın ve bu yaralar nedeniyle üzüleceksin; onlar üzücüdür. Bu yaralar henüz kabuk bağlamadı; kanıyorlar. Kaynağına gitme, sonuçtan sebebe gitme yöntemi onları iyileştirecek. Nasıl iyileştirir? Neden iyileştirir? Bunda ima edilen olgu nedir?

Ne zaman geriye doğru gidersen vazgeçeceğin ilk şey sorumluluğu başkalarının üzerine atmaktır çünkü sorumluluğu başkalarına atıyorsan dışarı doğru gidersin. O zaman tüm süreç yanlıştır, sebebi başka birisinde arıyorsun: "Neden benim karım saldırgan?" O zaman "niçin" sürekli bir biçimde karının davranışına nüfuz eder. İlk adımı tutturamadın ve tüm süreç yanlış olacaktır.

"Neden mutsuzum? Neden kızgınım?" Gözlerini kapa ve bunun derin bir meditasyon olmasına izin ver. Yere uzan, gözlerini kapa, bedenini gevşet ve neden kızgın olduğunu hisset. Karını unut gitsin, bu bir bahane; A, B, C, D, her neyse bahaneyi unut. Kendi içinde derine doğru git, kızgınlığa nüfuz et. Kızgınlığın kendisini bir nehir gibi kullan; nehrin içinde ak ve nehir seni içeri doğru götürecek. İçinde çok ince yaralar bulacaksın. Karın sana saldırgan gözüktü çünkü içindeki çok ince bir yaraya, seni inciten bir şeye dokundu. Hep güzel olmadığını düşünmüştün, yüzün çirkin ve içinde bir yara var. Karın saldırganlaştığında yüzünün farkına varmanı sağlayacak. "Git de bir aynaya bak!" diyecek. Bir şey incinir. Karına sadık kalmadın ve o da saldırmak istediğinde onu tekrar gündeme getirecek, "Neden o kadınla gülüşüyordunuz? Neden o kadınla çok mutlu bir şekilde oturuyordunuz?" Bir yaraya dokunuldu. Sadık olmadın, suçlu hissediyorsun; yaran hâlâ taze.

Gözlerini kapa, kızgınlığı hisset, onun bütünüyle yükselmesine izin ver ki ne olduğunu tamamıyla görebilesin. Sonra da bırak bu enerji seni geçmişe doğru götürsün çünkü kızgınlık geçmişten geliyor. Gelecekten gelemez elbette. Gelecek henüz var olmadı. Şimdiki andan gelmiyor. Karmanın tüm bakış noktası şudur: Gelecekten gelemez çünkü gelecek henüz yok; şimdiden gelemez çünkü sen şimdinin ne olduğunu bilmiyorsun bile. Şimdi sadece aydınlanmış olanlar tarafından bilinir. Sen sadece geçmişte yaşıyorsun, öyleyse geçmişinden bir yerlerden geliyor olmalı. Yara anılarında bir yerlerde olmalı. Geriye git. Bir tane yara olmayabilir, pek çok olabilir; büyük, küçük. Daha derine in ve ilk yarayı bul, tüm kızgınlıkların orijinal kaynağını. Eğer denersen bulabileceksin çünkü o zaten orada. Orada; tüm geçmişin hâlâ orada. Sarılmış bir film gibi içerde bekliyor. Onu döndür, filme bakmaya başla. Kökteki sebebe doğru geçmişe gitme süreci budur. Ve

sürecin güzelliği şudur: Şayet geriye doğru bilinçli olarak gidersen, şayet bilinçli olarak yarayı hissedersen yara hemen iyileşir.

Peki neden iyileşir? Çünkü bir yara bilinçsizlik, farkında olmamak tarafından yaratılır. Bir yara cahilliğin, uykunun parçasıdır. Bilinçli olarak geçmişe gidip yaraya baktığında bilinç bir iyileştirme gücüdür. Geçmişte yara gerçekleştiğinde bilinçsizliğin içinde gerçekleşti. Kızgındın, kızgınlık tarafından ele geçirilmiştin, bir şey yaptın. Bir adamı öldürdün ve bunu tüm dünyadan saklıyordun. Polisten gizleyebilirsin, mahkemeden ve kanunlardan gizleyebilirsin ama kendinden nasıl saklayabilirsin? Biliyorsun, o acıtır. Ve ne zaman birisi sana kızman için bir fırsat verirse korkarsın çünkü yeniden olabilir, karını öldürebilirsin. Geri git çünkü birisini öldürdüğün ya da kızgınca ve çılgınca davrandığın an bilinçsizdin. Bilinçaltında bu yaralar korundu. Artık bilinçlen.

Geriye gitmek bilinçsizlik halinde yapmış olduğun şeylere bilinçli olarak gitmek demektir. Geri git; sadece bilincin ışığı iyileştirir. O iyileştirici bir güçtür. Neyi bilinçli hale getirebilirsen iyileşecek ve artık canını yakmayacak.

Geriye giden bir insan geçmişi serbest bırakır. O zaman artık geçmiş işlemiyordur, o zaman artık geçmiş onu pençelerinde tutmuyordur ve geçmiş bitmiştir. Geçmişin onun varlığında yeri yoktur. Ve geçmişin senin varlığında yeri olmadığında sen şimdi için hazır olursun, asla ondan önce değil.

Boşluğa ihtiyacın var; içerde çok fazla geçmiş var, ölmüş şeyler için bir hurdalık, şimdiki anın girebileceği bir boşluk yok. Bu hurdalık devamlı gelecek hakkında rüyalar görüyor, yani bu yerin yarısı artık olmayan şeylerle dolu, diğer yarısı da henüz gerçekleşmemiş şeylerle dolu. Ya şimdiki an? O dışarıda beklemekte. Bu nedenle şimdiki an bir geçitten ibaret, geçmişten geleceğe bir geçit, sadece anlık bir geçit.

Geçmişle işini bitir; geçmişle işini bitirmediğin sürece bir hayaletin hayatını yaşıyorsun. Hayatın sahici değil, var olmuyor. Geçmiş senin aracılığınla yaşıyor, sürekli ölüler sana musallat olmaya devam ediyor. Geriye git; ne zaman fırsatın olursa, ne zaman içinde bir şey olursa. Mutluluk, mutsuzluk, üzüntü, kıskançlık; gözleri kapa ve geriye git. Kısa süre sonra geriye doğru seyahat etmede ehil hale geleceksin. Kısa süre sonra geçmişte geriye gidebileceksin ve pek çok yara açılacak. İçinde bu yaralar açılınca bir şeyler yapmaya başlama. Yapmaya gerek yok. Sadece bak, izle, gözle. Yara orada; izleme enerjini yaraya ver, ona bak. Ona hiçbir yargı olmaksızın bak çünkü eğer yargılarsan, eğer, "Bu kötü, bu böyle olmamalı" dersen yara yeniden kendisini kapatır. O zaman gizlenmek zorunda kalacak. Ayıpladığın zaman zihin bir takım şeyleri gizlemeye çalışır. Bilinç ve bilinçaltı bu şekilde yaratılır. Yoksa zihin tektir; bölünmek için neden yoktur. Ama sen ayıplarsın; o zaman zihin de bölmek ve bazı şeyleri karanlığa, bodruma koymak zorunda kalır bu sayede onları göremezsin ve ayıplanmayı gerektirecek bir şey olmaz.

Ayıplama, taktir etme. Yalnızca bir tanık ol, bağımsız bir gözlemci. Reddetme. "Bu iyi değil" deme çünkü bu bir reddediş ve bastırmaya başladın.

Geride dur. Sadece bak ve izle. Şefkatle bak ve iyileşme gerçekleşecek.

Bana neden oluyor diye sorma çünkü o doğal bir olay; bu tıpkı yüz santigrat derecede suyun kaynaması gibidir. Hiçbir zaman, "Neden doksan dokuz derecede değil?" diye sormazsın. Bunu kimse yanıtlayamaz. Sadece yüz derecede kaynaması gerçekleşir. Bir soru yoktur ve soru sormak yersizdir. Doksan dokuz derecede kaynasaydı nedenini sorabilirdin. Doksan sekiz derecede kaynasaydı nedenini sorabilirdin. Yüz derecede suyun kaynaması sadece doğaldır.

Aynı şey içsel doğa için de geçerlidir. Tarafsız, şefkatli bir bilinç bir yaraya geldiğinde, yara yok olur, buharlaşır. Bunun bir nedeni yok. Bu yalnızca doğaldır, bu böyledir, bu böyle olur. Bunu söylerken deneyimimden söylüyorum. Dene ve bu deneyim senin için de mümkün. Yöntem budur.

EYLEMDE FARKINDALIK

Uyuya kalmış bir adam hiçbir şeyde bütün olamaz. Yiyorsun tamamen orada değilsin; bin bir tane şey düşünüyorsun bin bir tane rüya görüyorsun, yalnızca mekanik bir şekilde kendini tıkıyorsun. Erkeğinle veya kadınınla sevişiyorsun belki ve tamamen orada değilsin. Belki de başka kadınları düşünüyorsun, kadınınla sevişiyor ve başka kadınları düşünüyorsun. Ya da belki pazarı düşünüyorsun ya da satın almayı düşündüğün şeylerin fiyatlarını ya da bir arabayı ya da bir evi ya da bin bir tane şeyi; ve mekanik bir şekilde sevişiyorsun. Eylemlerinde bütün ol —ve eğer bütünsen—farkında olmak zorundasın; hiç kimse farkında olmadan bütün olamaz. Bir şey yiyorsan, sadece yiyorsun; tam olarak şimdi buradasın. Yemek her şey: Yalnızca kendini tıkamıyorsun, keyif alıyorsun. Ruh, beden zihin sen yiyorken uyumlu ve ahenk içerisinde, varlığının bu üç katmanında derin bir ritim var. Yemek bir meditasyona dönüşür, yürümek bir meditasyona dönüşür, yemek pişirmek bir meditasyona dönüşür, yürümek bir meditasyona dönüşür, odun kesmek bir meditasyona dönüşür, kuyudan su taşımak bir meditasyona dönüşür. Küçük şeyler dönüştürülür: Onlar ışıltılı eylemler haline gelir.

MERKEZDEN BASLA

Sessizliğin zihnin bir parçası olmadığı anlaşılması gereken bir şeydir. Bu durumda ne zaman, "Onun sessiz bir zihni var" dersek bu saçmalıktır. Bir zihin asla sessiz olamaz. Zihnin varlığının kendisi sessizliğin karşıtıdır. Zihin sestir, sessizlik değil. Bir kimse gerçekten sessizse onun zihinsiz olduğunu söylemek zorundayız.

"Sessiz zihin" çelişkili bir terimdir. Zihin varsa sessiz olamaz ve eğer sessizse o zaman yoktur. Bu nedenle Zen rahipleri zihinsizlik terimini kullanırken hiçbir zaman sessiz zihin demezler. Zihinsizlik sessizliktir. Ve zihnin olmadığı an bedenini hissedemezsin çünkü zihin aracılığıyla bedenini

hissedeceğin geçittir. Eğer zihinsizlik varsa bir beden olduğunu hissedemezsin; beden bilinçten kaybolur. Ne beden ne de zihin var; sadece saf var oluş. Bu saf var oluş sessizlik tarafından belli edilir.

Bu sessizliğe nasıl erişilir? Nasıl bu sessizlikte olunur? Ne yaparsan yap yararsız olacaktır; en büyük sorun bu. Sessizliği arayan birisi için en büyük sorun budur çünkü ne yaparsan yap seni bir yere götürmez. Çünkü yapmakla bir ilgisi yoktur. Belli bir beden pozisyonunda oturabilirsin; senin yaptığın şey budur. Buda'nın duruşunu görmüş olmalısın; Buda'nın pozisyonunda oturabilirsin, bu bir yapma olacaktır. Bu duruş Buda'nın başına gelmiştir. Onun sessizliğinin nedeni o değildi; o bir yan üründür.

Zihin olmadığında, varlık tamamen sessiz olduğunda, beden onu sessiz bir ırmak gibi takip eder. Beden belli bir pozisyon alır; en rahat, mümkün olan en pasif pozisyonu alır. Ama onu tersinden yapamazsın. Önce duruşu yapıp sonra sessizleşmenin takip etmesini sağlayamazsın. Çünkü bir Buda'yı belirli bir duruşla otururken görürüz, bu duruş takip edilirse içsel sessizliğin onu izleyeceğini düşünürüz. Bu yanlış sıralamadır. Buda için ilk önce içsel olay gerçekleşti ve sonra da bu duruş onu izledi.

Kendi deneyiminin içinden bak buna: Kızdığında beden belli bir pozisyon alır. Gözlerin kan kırmızısı olur, yüzün belirli bir ifadeye bürünür. Kızgınlık içerdedir ve beden onu izler; yalnızca dışsal olarak değil içe doğru da: Bedenin tüm kimyası değişir. Kanın hızla akar, değişik bir tarzda nefes alırsın, savaşmaya ya da sıvışmaya hazırsın. Ama önce kızgınlık olur sonra beden onu takip eder.

Diğer kutuptan başla: Gözlerini kırmızılaştır, hızlı nefes oluştur, kızgınlık varken bedenin ne yaptığını hissediyorsan onları yap. Rol yapabilirsin ama içinde kızgınlık yaratamazsın. Bir aktör aynı şeyi her an yapar. Aktör bir âşık rolü yaparken, içerde aşk olduğunda beden tarafından yapılan şeyleri yapıyor ama aşk ortada yoktur. Aktör senden iyi yapıyor olabilir ama aşk onu izlemeyecektir. Görünürde sen gerçekten kızgın olduğun zamankinden daha çok kızgın olacaktır ama o sadece sahte bir şeydir. İçerde hiçbir şey olmuyor. Ne zaman dıştan başlayacak olursan sahte bir durum yaratacaksın. Gerçek olan her zaman önce merkezde olur ve sonradan dalgalar çepere ulaşır.

En özdeki merkez sessizliktedir. Oradan başla.

EYLEM YALNIZCA SESSİZLİKTEN ORTAYA ÇIKAR

Eğer sessiz değilsen —nasıl sessizce oturup ya da sessizce durup meditasyon yapılacağını bilmiyorsan— yapıp durmakta olduğun her şey bir eylem değil, tepki olacaktır. Tepki verirsin. Birisi sana küfreder, düğmene basar ve sen tepki verirsin. Kızgınsın onun üzerine atlarsın; kalkıp onu bir

eylem olarak mı adlandıracaksın? O bir eylem değil, hatırlatırım, o bir tepki. O hükmedici ve sen de hükmedilensin. O bir düğmeye bastı ve sen bir makine gibi işledin. Tıpkı düğmeye basarsın ve lamba yanar, bunun gibi. Ve düğmeye basarsın lamba söner. İnsanların sana yaptığı bu. Onlar seni açıyor, seni kapatıyor.

Birisi gelir ve sana methiyeler düzer egonu şişirir ve kendini çok harika hissedersin. Sonra birisi gelir ve sende bir delik açar ve sen dümdüz yere yapışıverirsin. Kendinin efendisi değilsin. Herhangi birisi aşağılayıp seni üzebilir, kızdırabilir, keyfini kaçırabilir, rahatsız edebilir, saldırganlaştırabilir, çıldırtabilir. Ve herhangi birisi överek seni zirvede hissettirebilir, Büyük İskender'in senin yanında bir hiç olduğunu bile hissettirecek kadar muhteşem olduğunu yaşatabilir. Ve sen başkalarının senin üzerindeki yönlendirmelerine göre davranıyorsun. Bu gerçek eylem değildir.

Buda bir köyden geçiyordu ve insanlar gelip onu aşağıladı. Kullanabilecekleri tüm aşağılayıcı sözcükleri kullandılar; bildikleri tüm küfürleri sıraladılar. Buda orada durdu, sessizce ve dikkatlice dinledi ve sonra, "Bana geldiğiniz için teşekkürler ama acelem var. Bir sonraki köye ulaşmak zorundayım insanlar beni orada bekliyor olacak. Bugün size daha çok zaman ayıramayacağım ama yarın geri dönerken daha çok vaktim olacak. Eğer söylemek isteyip de söyleyemediğiniz bir şeyler kaldıysa yarın yeniden toplanabilir ve bana söyleyebilirsiniz. Ama bugün için beni maruz görün" dedi.

İnsanlar gözlerine, kulaklarına inanamadılar: Bu adam tamamen etkilenmeden, rahatsız olmadan kalmıştı. Birisi sordu: "Bizi duymadın mı? Seni herhangi bir şeymişsin gibi taciz ediyoruz ve sen yanıt bile vermedin!"

Buda dedi ki: "Bir yanıt istediysen geç kalmış durumdasın. On yıl önce gelmiş olman gerekirdi o zaman seni yanıtlardım. Ama bu on yıldır başkaları tarafından yönlendirilmeye bir son verdim. Artık bir köle değilim, ben kendimin efendisiyim. Ben kendime göre davranıyorum, başka kimseye göre değil. Ben kendi içsel ihtiyaçlarıma göre davranıyorum.

Beni bir şey yapmaya zorlayamazsın. Beni taciz etmek istediniz ve ettiniz bunda yanlış hiçbir şey yok. Tatmin olmuş hissedebilirsiniz; işinizi mükemmelen yaptınız. Ama benim açımdan bakıldığında, ben bu aşağılamaların hiçbirini üzerime almıyorum ve ben onları almadığım müddetçe de bir anlamları yok."

Birisi seni aşağıladığında bir alıcı haline gelmek zorundasın, onun söylediğini kabul etmek zorundasın ancak o zaman bir tepki verebilirsin. Ama eğer kabul etmezsen, sadece karışmadan durursan, mesafeyi korursan, sakin kalırsan sana ne yapabilir?

Buda dedi ki: "Birisi yanan bir meşaleyi nehre atabilir. Nehre ulaşana kadar meşale yanık kalır. Nehre düştüğü anda tüm ateşi söner; nehir onu soğutur. Ben bir nehir oldum. Bana aşağılamaları fırlatırsınız; onları fırlattığınızda onlar ateştir ama bana ulaştıkları anda benim serinliğimin içinde ateş kaybolur. Artık acıtmazlar. Siz dikenleri atarsınız; sessizliğime düşünce onlar çiçeğe dönüşür. Ben kendi yaradılışımın doğasından hareket ediyorum."

Kendiliğindenlik budur.

Farkındalığın insanı, anlayışın insanı eylemde bulunur. Farkında olmayan, bilinçsiz, mekanik robot gibi bir insan tepki verir.

Ve farkında olan insan sadece izlemekle kalmaz; izlemek varlığının bir yönüdür. İzlemeden eyleme geçmez. Ama yanlış anlama; mesela tüm Hindistan Buda gibi insanları yanlış anlamaya devam ediyor. O yüzden de tüm ülke aylak hale geldi. Tüm büyük ustaların "Sessizce otur" dediğini düşünüp ülke tembel hale geldi, bitlendi. Ülke enerjiyi, canlılığı, yaşamı kaybetti. Tamamen donuklaştı, aptallaştı çünkü zekâ sadece eyleme geçtiğinde keskinleşir.

Ve sen an be an farkındalığın ve uyanıklığından eyleme geçtiğinde müthiş bir zekâ ortaya çıkar. Parlamaya, ışıldamaya başlarsın ışık saçar hale gelirsin. Ama bu iki şey aracılığıyla olur: İzlemek ve bu izlemeden kaynaklanan eylemde bulunmak. Eğer izlemek bir eyleme dönüşürse o zaman intihar ediyorsundur.

İzlemek seni eyleme götürmelidir, yeni türden bir eyleme. Eyleme yeni bir nitelik gelmiştir. İzlersin, tamamen sessiz ve sakinsin. Durumun ne olduğunu görüyorsun ve bu görmenin sonucunda yanıt veriyorsun. Farkında insan yanıt verir, o kelimenin tam anlamıyla sorumludur. Cevap vermeye hazırdır, tepki vermez. Onun eylemi kendi farkındalığından gelir, senin yönlendirmelerinden değil; fark buradadır. O nedenle izlemekle kendiliğindenlik arasında bir uyumsuzluk yoktur. İzlemek kendiliğindenliğin başlangıcıdır; kendiliğindenlik izlemenin tamamlanmasıdır.

Gerçek bir anlayışa sahip insan eylemde bulunur; çok güçlü bir biçimde eylemde bulunur, bütünüyle eylemde bulunur ama o anın içinde kendi bilincinden eylem yapar. O bir ayna gibidir. Sıradan insan, bilinçsiz insan ayna gibi değildir, bir fotoğraf filmi gibidir. Bir fotoğraf filmiyle ayna arasındaki fark nedir? Bir fotoğraf filmi bir kez pozlandığında işe yaramaz hale gelir. İzlenimleri alır, o izlenimleri kaydeder; resmi taşır. Ama unutma resim gerçeklik değildir, gerçeklik gelişmeye devam eder. Bahçeye gidebilir ve bir gül goncasının fotoğrafını çekebilirsin. Yarın fotoğraf aynı kalacaktır, ondan sonraki gün de fotoğraf aynı kalacaktır. Tekrar git ve gül goncasını gör; o artık aynı değil. Güller yerinden gitmiştir ya da yenileri gelmiştir. Bin bir tane şey olmuştur.

Hayat hiçbir zaman sabit değildir, sürekli değişir. Zihnin bir kamera gibi çalışır, fotoğraflar toplamaya devam eder durur; o bir albümdür. Ve sonra da bu fotoğraflara dayanarak tepki vermeye devam edersin. O nedenle de hayata karşı hiç dürüst olmazsın çünkü ne yaparsan yap yanlıştır. Diyorum ki ne yaparsan yap yanlıştır. Hiçbir zaman uymaz.

Bir kadın çocuğuna aile albümünü gösteriyordu. Ve çok güzel bir adamın fotoğrafına denk geldiler; sık saçlı ve sakallı, çok genç, çok canlı. Oğlan sordu: "Anne bu adam kim?" Kadın dedi ki: "Tanıyamıyor musun? O senin baban!" Çocuk kafası karışmış bir halde: "Eğer o benim babamsa, o zaman bizimle yaşayan bu kel adam kim?"

Bir fotoğraf statiktir. O, olduğu gibi kalır, hiç değişmez. Bilinçaltı zihin bir fotoğraf makinesi gibi çalışır, bir fotoğraf filmi gibi çalışır. Uyanık bir zihin, meditasyon halindeki zihin bir ayna gibi çalışır.

O hiçbir izlenim yakalamaz: O tamamıyla boş kalır, her zaman boş. O nedenle aynanın önüne ne gelirse yansıtılır. Eğer aynanın karşısında durursan seni yansıtır. Eğer gidersen aynanın sana ihanet ettiğini söyleme. Bir ayna sadece bir aynadır. Gittiğinde seni yansıtmayıverir; artık seni yansıtma zorunluluğu yoktur. Şimdi başka birisi ona bakıyor; o başka birisini yansıtıyor. Eğer kimse yoksa o hiçbir şey yansıtmaz. O her zaman hayata karşı dürüsttür.

Fotoğraf filmi hayata karşı hiçbir zaman dürüst değildir. Şu an fotoğrafın çekilse, fotoğrafçının onu makineden çıkaracağı an geldiğinde dahi artık sen aynı değilsin! Köprünün altından çok sular geçti bile. Geliştin, değiştin, yaşlandın. Belki de sadece bir dakika geçti ama bir dakikada muhteşem bir şey olabilir; ölmüş olabilirsin! Sadece bir dakika önce canlıydın; bir dakika sonra ölmüş olabilirsin. Resim hiç ölmeyecek. Ama aynada, eğer canlıysan canlısın; eğer ölüysen de ölü. Sessizce oturmayı öğren; ayna haline gel. Sessizlik bilincinden bir ayna yaratır ve sen an be an işlemeye başlarsın. Yaşamı yansıtırsın. Kafanın içinde bir albüm taşımazsın. O zaman gözlerin net ve masumdur, zihin açıklığına sahipsindir, vizyonun vardır ve hayata karşı hiçbir zaman samimiyetsiz olmazsın.

Özgün yaşamak budur.

DOGAL OL

Eylem yaparken her zaman geçmişe göre davranıyorsun. Biriktirmiş olduğun deneyimlerine dayanarak davranıyorsun, geçmişte varmış olduğun sonuçlara göre davranıyorsun; nasıl doğal olabilirsin?

Geçmiş hükmeder ve geçmiş nedeniyle şimdiki anı göremezsin bile. Gözlerin geçmişle öylesine dolu ki, geçmişin dumanı o kadar yoğun ki görmek imkânsız. Göremezsin! Neredeyse tamamıyla körsün; duman nedeniyle körsün, geçmiş çıkarımlar nedeniyle körsün, bildiklerin nedeniyle körsün.

Bilgili insan dünyadaki en kör kişidir. Çünkü bilgisiyle hareket eder, durumun ne olduğunu görmez. Mekanik olarak işlemeye devam eder. Bir şey öğrenmiştir; onun içindeki kullanıma hazır bir mekanizma haline gelmiştir o ve ona göre hareket eder.

Meşhur bir hikâye vardır:

Pek çok tapınağın çağlar boyunca hep olduğu gibi Japonya'da da birbirine düşman iki tapınak vardı. Rahipler o kadar uzlaşamaz hale gelmişlerdi ki artık birbirlerine bakmaz dahi olmuşlardı. Yolda karşılaşacak olurlarsa birbirlerine bakmazlardı. Yolda karşı karşıya gelecek olurlarsa konuşmaktan vazgeçerlerdi; yüzyıllar boyunca bu iki tapınak ve rahipleri birbirleriyle konuşmamışlardı.

Ama her rahibin kendisine hizmet eden, ayak işlerine bakan küçük bir çocuk vardı. Her iki tarafın rahipleri de, ne de olsa onlar birer çocuk olduğu için birbirleriyle arkadaş olabilir diye korkuyordu. Bir rahip hizmetindeki çocuğa dedi ki: "Unutma, diğer tapınak bizim düşmanımız. Asla diğer tapınağın çocuğuyla konuşma. Onlar tehlikeli insanlar; onlardan bir insanın hastalıktan kaçındığı gibi kaçın. Vebadan kaçan birisi gibi kaç!"

Çocuğun ilgisini çekti bu… Çünkü yüce vaizleri dinleyip durmaktan gına gelmişti. Onları anlayamıyordu. Garip kutsal metinler okunurdu, dilini anlayamıyordu; yüce, ilahi sorunlar tartışılırdı. Oynayacak kimse yoktu, hatta konuşacak bile kimse yoktu. Ve "Diğer tapınaktaki çocukla konuşma" dendiğinde, içinde dayanılmaz bir arzu yükseldi. Arzular böyle yükselir. O gün diğer çocukla konuşmaktan kendini alamadı. Yolda ona rastladığında sordu: "Nereye gidiyorsun?"

Diğer çocuk biraz felsefiydi; büyük felsefeleri dinleye dinleye felsefi olmuştu. "Gitmek? Giden ya da gelen kimse yok! O oluyor; beni nereye götürürse" dedi. Ustasından bir Buda'nın böyle; ölü bir yaprak gibi, rüzgâr onu nereye götürürse oraya giderek yaşadığını pek çok kez duymuştu. Bu nedenle çocuk, "Ben yokum! Yapan birisi yok, o halde nasıl gidebilirim? Neler saçmalıyorsun? Ben ölü bir yaprağım. Rüzgâr beni nereye götürürse..." demişti.

Diğer çocuk donakalmıştı. Cevap bile veremedi. Söyleyecek bir şey bulamadı. Gerçekten utanmıştı ve zor durumda kalmıştı, "Ustam bu insanlarla konuşmamalı derken haklıydı; bunlar tehlikeli insanlar. Bu nasıl bir konuşma tarzı? Çok basit bir soru sordum: 'Nereye gidiyorsun?' Aslında nereye gittiğini biliyordum çünkü ikimiz de pazardan sebze almaya gidiyorduk. Basit bir cevap iş görürdü" diye hissetti.

Oğlan geri döndü ve ustasına şöyle dedi: "Üzgünüm beni bağışla. Beni yasakladınız ama ben sizi dinlemedim. Aslında siz yasakladığınız için kendime hâkim olamadım. Bu tehlikeli insanlarla bu ilk konuşmam. Çok basit bir soru sordum yalnızca: 'Nereye gidiyorsun?' Ve o da garip şeyler söylemeye başladı.' Gelmek yoktur, gitmek yoktur. Kim geliyor? Kim gidiyor? Ben saf boşluğum, sadece rüzgârdaki ölü bir yaprağım. Ve rüzgâr beni nereye götürürse...' " diyordu.

Usta, "Sana demiştim! Şimdi, aynı yerde duracak ve o geldiğinde ona yine soracaksın, 'Nereye gidiyorsun?' Ve sonra o bu şeyleri söylediğinde sadece, 'Bu doğru. Evet sen ölü bir yapraksın, ben de öyleyim. Ama rüzgâr esmediğinde nereye gidiyorsun? O zaman nereye gidebilirsin?' diye söyle. Ve bu onu utandıracak. Ve o utanmalı, yenilgiye uğramalı. Sürekli atışma halindeyiz ve bu insanlar bizi hiçbir tartışmada yenilgiye uğratamadılar. O yüzden yarın bu yapılmalı!" dedi.

Oğlan erkenden kalktı, yanıtını hazırladı, gitmeden önce pek çok kez tekrarladı. Sonra da oğlanın yoldan geçeceği yerde durdu, tekrar tekrar yineledi, kendini hazırladı ve birazdan oğlanın geldiğini gördü. "Şimdi tamam!" dedi.

Çocuk geldi. "Nereye gidiyorsun?" diye sordu. Ve fırsatın ona geleceğini umuyordu.

Ama çocuk dedi ki, "Bacaklarım beni nereye götürürse." Rüzgârın, hiçliğin, bir şey yapmayanın bahsi geçmiyordu... Şimdi ne yapmalı? Onun tüm kullanıma hazır cevabı saçma geldi. Şimdi

rüzgârdan bahsetmek çok alakasız kalacaktı. Tekrar mağlup olmuş, artık hakikaten aptal olduğundan utanarak, "Bu oğlan gerçekten garip şeyleri biliyor. Şimdi de diyor ki 'Bacaklar beni nereye götürürse'" diye düşündü.

Oğlan ustasına geri döndü. Usta, "Bu insanlarla konuşmamanı söylemiştim sana! Onlar tehlikeli, bu bizim kaç yüzyıllık deneyimimizdir. Ama artık bir şey yapmak gerekiyor. O yüzden yarın tekrar sor, 'Nereye gidiyorsun?' diye. Ve sana, 'Bacaklarım nereye götürürse' dediğinde, ona de ki, 'Ya bacakların olmasaydı, o zaman... ?' Şu ya da bu şekilde susmak zorunda kalacak" dedi.

Ertesi gün oğlan yeniden sordu: "Nereye gidiyorsun? Ve bekledi.

Ve çocuk da dedi ki: "Pazara gidip sebze almaya."

İnsan normal halinde geçmişe göre yaşar; ve hayat değişmeye devam eder. Hayatın senin çıkarımlarına uymak gibi bir zorunluluğu yoktur. Bu nedenle hayat kafa karıştırıcıdır; çok bilgili kişi için kafa karıştırıcıdır. O tüm hazırlanmış cevaplara sahiptir; Bhagavad Gita'ya, Kuran-ı Kerim'e, İncil'e, Vedalar'a. Her şeyi tıka basa doldurmuştur, tüm cevapları biliyordur. Ama hayat hiçbir zaman aynı soruyu tekrar yaratmaz; o yüzden çok bilgili insanlar her zaman eksik kalır.

KARARLI OL

Zihin hiçbir zaman kararlı değildir. Bu şu kişinin zihni, bu kişinin zihni meselesi değildir; zihin kararsızlıktır. Zihnin işlevi iki zıt kutup arasında tereddüt etmek ve hangisinin doğru yol olduğunu bulmaya çalışmaktır. Bu gözlerini kapatıp kapıyı bulmaya çalışmak gibidir. Kesinlikle kendini iki arada —bu yoldan mı gitsem, yoksa şundan mı?— diye asılı kalmış hissedeceksin; her zaman şu/ya da bu konumunda bulacaksın. Zihnin doğası budur.

Soren Kierkegaard Danimarkalı büyük bir felsefecidir. "Ya/Ya da" isminde bir kitap yazdı. Bu onun kendi yaşam deneyimiydi; hiçbir şey hakkında hiçbir zaman karar verememişti! Her zaman için eğer bir şey için bu şekilde karar veriyorken, bu sefer de şu tarz daha doğru gözüküyordu. Şu şekilde karar verirken de bu sefer bu şekil doğru gözüküyordu. Bir kadının ona fena halde âşık olmasına ve onunla evlenmek istemesine rağmen evlenmeden kaldı. Ama dedi ki: "Bunu düşünmek zorunda kalacağım; evlenmek büyük bir şey ve hemen evet ya da hayır diyemem." Ve o bu soruyla birlikte, evlenmeden öldü.

Yalnızca kırk iki yıl yaşadı ve sürekli tartışıyordu, münakaşa ediyordu ama son kararı olabilecek, zıddının eşiti olmadığı bir cevap bulamadı. Hiçbir zaman bir profesör olamadı. Başvuru formunu doldurdu, olabilecek en iyi niteliklere sahipti; saygınlığını oluşturan, yüzyıl sonra hâlâ çağdaş kalabilmiş, eskimemiş, eski moda kalmamış, çok önemli pek çok kitap yazmıştı. Başvuruyu doldurdu ama imzalayamadı; çünkü "ya/ya da"... üniversiteye katılmalı mı katılmamalı mı? Başvuru formu öldüğünde, yaşamakta olduğu küçük odada bulundu.

Bir yol ayrımında saatlerce, şu yoldan mı gitmeli, bu yoldan mı gitmeli diye karar vermek için dururdu...! Tüm Kopenhag bu adamın garipliğinin farkına vardı ve çocuklar ona "Ya/Ya da" diye isim taktı. Sokak veletleri o nereye gidecek olsa takip edip "Ya/Ya da" diye bağırıyorlardı. Durumu gören babası ölmeden önce tüm işlerini paraya çevirdi ve tüm parayı toplayıp bir banka hesabına yatırdı. Sonra da Kierkegaard'ın her ayın ilk gününde belli bir miktar parayı eline geçirebileceği şekilde ayarladı. Bu sayede yaşamı boyunca en azında sağ kalabilirdi... ve inanamayacaksın: Paranın son taksitini —para bitmişti— bankadan çektiği gün eve dönerken sokakta yere düştü ve öldü. Son taksitle birlikte! Yapılması gereken doğru şey buydu. Başka ne yapılabilirdi? Çünkü o aydan sonra ne yapabilirdi ki?

Kitaplar yazıyordu ama basmak ya da basmamak konusunda kararsızdı; pek çok kitabını basılmamış olarak bıraktı. Çok büyük değerleri olan kitaplardı. Hepsi şeylerin içine çok derinlemesine nüfuz eden kitaplar. Yazmış olduğu her konuda en derin köklere kadar gitmişti, her anın detayına girmişti... bir dahi ama zihinsel bir dahi.

Zihinle olan problem budur ve ne kadar iyi bir zihne sahipsen o kadar çok problemin olur. Daha az zihinler bu problemle çok yüzleşmezler. İki zıtlık arasında takılıp seçim yapamayanlar zihinsel dahilerdir. Ve sonra da kendini bir belirsizlik durumu içinde hisseder.

Sana söylemeye çalıştığım şey bir belirsizliğin içinde olmanın zihnin doğası gereği olduğudur. İki zıtlığın tam ortasında kalmak zihnin doğasıdır. Zihinden uzaklaşıp zihnin tüm oyunlarına tanık olmadığın sürece, hiçbir zaman kararlı olamayacaksın. Bazen —zihne rağmen— karar versen bile pişman olacaksın çünkü kararını onun için vermediğin diğer kısım seni taciz edecek: Belki de o taraf doğruydu ve seçmiş olduğun yanlıştı. Ve artık bunu bilmenin bir yolu yok. Belki de bir kenara ittiğin seçenek daha iyiydi. Ama onu seçmiş de olsaydın yine bir şey değişmemiş olacaktı. Bu sefer dışarıda bırakmış olacağın bu seçim seni taciz edecekti.

Zihin en basit haliyle çılgınlığın başlangıcıdır. Ve eğer onun çok fazla içindeysen seni delirtecektir.

Köyümde bir kuyumcunun karşısında yaşardım. Onun yerinin tam karşısında otururdum ve tuhaf bir alışkanlığı olduğunu fark ettim: Dükkânını kilitlerdi, sonra da kilidi gerçekten kapanmış mı diye görmek için birkaç kez çekerdi. Bir gün ben nehirden gelirken o da daha henüz dükkânını kilitlemiş ve evine gidiyordu. "Ama kontrol etmedin ki!" dedim.

"Ne?" diye sordu.

Ben de: "Kilidi kontrol etmedin" dedim. Kontrol etmişti; onu kilidi üç sefer çekerken görmüştüm ama onda bir şüphe yaratmıştım ve zihin her zaman hazırdır..

Bunun üzerine bana dedi ki: "Belki de unutmuşumdur; geri dönmem lazım." Geri döndü ve kilidi tekrar kontrol etti. Bu benim zevkim haline geldi; nereye gidecek olsa... pazardan sebze almaya gittiğinde yanına gider ve "Burada ne yapıyorsun? Kilidi kontrol etmeden bıraktın!" derdim..

Sebzeleri oracıkta bırakıp, "Geri geleceğim; önce gidip kilitleri kontrol etmem lazım" derdi. Tren istasyonunda bile; bir yere gitmek için bilet alıyordu ve gidip ona, "Ne yapıyorsun? Kilit?" diye sordum.

"Aman tanrım, kontrol etmemiş miydim?" dedi.

"Hayır" dedim.

"Artık gitmem imkânsız" dedi. Bileti iade etti, eve gitti ve kilidi kontrol etti. Ama o zaman da trene gitmek için çok geç kalmıştı; tren çoktan ayrılmıştı. Ve bana güvenmişti çünkü her zaman onun evinin önünde otururdum.

Zamanla herkes bunu öğrendi ve nereye gidecek olsa insanlar, "Nereye gidiyorsun? Kilidini kontrol ettin mi" diye sorardı.

Sonunda bana kızdı. "Bunu sen yayıyor olmalısın çünkü nereye gitsem herkes kilitten bahsediyor" dedi.

Ben de, "Onlara kulak asma. Bırak ne istiyorlarsa söylesinler" dedim.

"Ne demek istiyorsun onları dinleme derken! Şayet onlar doğruyu söylüyorlarsa o zaman sonsuza kadar mahvoldum demektir. Bunu şansa bırakamam. Adamın yalan söylüyor olabileceğinden adım gibi emin bile olsam kildi kontrol etmeye mecburen gelip bakmak zorundayım. Bir yerden kontrol ettiğimi biliyorum ama kim emin olabilir ki?" dedi.

Zihin hiçbir şey hakkında emin değildir.

Eğer zihnin iki zıt kutbu arasındaysan, arada kalmışsan; her zaman yapmalı mı yapmamalı mı daysan çıldıracaksın. Sen çıldırmış durumdasın! Bu gerçekleşmeden dışarı zıpla ve dışardan zihne bak.

Zihnin farkında ol; parlak tarafı, karanlık tarafı, doğru tarafı, yanlış tarafı. Hangi kutbu olursa olsun sadece farkında ol. Bu farkındalıktan iki şey çıkacak: İlki zihin olmadığın ve ikincisi de farkındalığın zihnin hiçbir zaman sahip olmadığı bir kararlılığa sahip olduğu.

Zihin temelinde kararsızdır ve farkındalık da temelinde kararlılıktır. O halde farkındalıktan kaynaklanan her eylem tamdır, bütündür, onda pişmanlık yoktur.

Hayatımda hiçbir zaman bir şey için acaba başka bir şey daha mı iyi olurdu diye ikinci kez düşünmedim. Hiçbir zaman pişmanlık duymadım. Hiçbir zaman herhangi bir hata yaptığımı düşünmedim çünkü bu şeyleri söyleyecek başka bir kimse yok. Ben farkındalığımdan eyleme geçmekteyim; bu benim tüm varlığım. Artık ne olursa olsun, mümkün olan her şey odur. Dünya ona doğru ya da yanlış diyebilir, bu onların bileceği bir iştir ama benim sorunum değil.

O yüzden farkındalık seni kararsızlığının dışına çıkartır. Zihnin bu iki kutbunun arasında asılı kalmaktansa her ikisinin de ötesine zıplarsın ve bu kutupların sadece zihnin içindeysen kutup

olduğunu görebileceksin. Onun dışındaysan onların madalyonun iki yüzü olduğunu görüp şaşıracaksın; karar alma meselesi diye bir şey yoktu.

Farkındalıkla birlikte zihin açıklığına, bütünlüğe, bırakmışlığa sahipsin; senin içinde varoluş karar verir. Neyin doğru neyin yanlış olduğuna karar vermek zorunda değilsin. Varoluş elini elinin içine alır ve sen rahat bir şekilde hareket edersin. Tek yol, doğru yol budur. Ve senin aklı başında olabileceğin tek yol budur; aksi taktirde sersem bir şekilde kalırsın.

Şimdi, Soren Kierkegaard çok büyük bir zihindir ama bir Hıristiyan olarak farkındalık diye bir kavrama sahip değildi. Düşünebilir ve çok derinlemesine düşünebilir ama sadece sessiz kalıp izleyemezdi. Zavallı adam izlemek, tanık olmak, farkındalık gibi şeyleri hiç duymuşluğu yoktu. Tüm duyduğu şey düşünmekten ibaretti ve o da tüm dehasını düşünmeye aktardı. Muhteşem kitaplar üretti ama kendisi için muhteşem bir hayat üretemedi. Tam bir sefalet içinde yaşadı.

HER ANI TAMAMLA

Neden rüyaya ihtiyaç var? Birini öldürmek istedin ve öldürmedin; onu rüyanda öldüreceksin. Bu senin zihnini rahatlatacak. Sabahleyin tazelenmiş olacaksın; öldürdün. Gidip öldür bu sayede rüyaya ihtiyacın olmayacak demiyorum!

Ama şunu unutma: Eğer birisini öldürmek istiyorsan, odanı kapat, öldürme üzerine meditasyon yap ve onu bilinçli olarak öldür. "Onu öldür" derken bir yastığı öldür; bir temsilini yap ve onu öldür diyorum. Bu bilinçli gayret, bu bilinçli meditasyon sana kendin için çok fazla anlayış sağlayacak.

Bir şeyi hatırla: Her anı tamamla. Her anı sanki başka bir an gelmeyecekmiş gibi yaşa. Onu ancak o zaman tamamlayacaksın. Bil ki ölüm her an gerçekleşebilir. Bu sonuncusu olabilir. "Eğer bir şey yapmam gerekiyorsa, onu tamamen şimdi ve burada yapmak zorundayım" diye hisset.

Bir Yunan generali hakkında bir öykü duydum. Bir nedenden kral ona karşıydı. Bir vatana ihanet davası söz konusuydu ve o gün generalin doğum günüydü. Arkadaşlarıyla birlikte kutlamaktaydı. Ansızın kralın yöneticisi gelip generale dedi ki: "Kusura bakmayın, bunu söylemek çok zor ama kral bu akşam saat altı civarında sizin asılmanıza karar verdi. Bu durumda saat altı civarında hazır olun."

Arkadaşları oradaydı, müzik çalınıyordu. İçki vardı, dans vardı, yemek vardı. Onun doğum günüydü. Bu mesaj tüm havayı değiştirmişti. Herkes üzülmüştü. Ama general dedi ki: "Şimdi üzülmeyin çünkü bu hayatımın son kısmı olacak. Öyleyse hadi, etmekte olduğumuz dansı tamamlayalım ve şölenimizi bitirelim. Artık imkânım kalmadı o yüzden gelecekte bir zaman tamamlayamayız. Ve beni bu üzgün havada göndermeyin; yoksa zihnim hayat için tekrar tekrar arzu duyacak ve durmuş müzikle yarıda kalmış şölen zihnimde bir yük olacak. O yüzden haydi tamamlayalım onu. Şimdi durma vakti değil"

O istedi diye dans ettiler ama zordu. O kendi kendine daha büyük bir şevkle dans etti; tek başına daha da şenlendi ama tüm grup orada değildi artık. Karısı ağlıyordu ama o dans etmeye devam etti, arkadaşlarla konuşmaya devam etti. Ve o kadar mutluydu ki, kralın habercisi kralın yanına döndü ve dedi ki: "Bu adam çok ender birisi. Mesajı duydu ama üzülmedi. Ve bu olaya çok farklı bir şekilde yaklaştı; kesinlikle hayal edilemez bir şekilde. Gülüyor, dans ediyor ve eğleniyor ve diyor ki bu anlar onun son anları olduğu için ve artık gelecek olmadığı için onları heba edemezmiş; onları yaşamak zorundaymış."

Kral kendisi ne olduğunu görmek için oraya gitti. Herkes üzgündü ve ağlıyordu. Sadece general dans ediyordu, içki içiyordu, şarkı söylüyordu. Kral sordu: "Ne yapıyorsun?"

General, "Bu benim hayattaki prensibim; ölümün her an mümkün olduğunun farkında ol. Bu prensip yüzünden her anı mümkün olduğunca yaşadım. Ama elbette bugün siz bunu o kadar netleştirdiniz ki. Size minnettarım çünkü bu ana kadar sadece ölümün her an mümkün olduğunu sadece düşünüyordum. O sadece düşünmeydi. Arkada bir yerde gizlenmekte olan düşünceyse hemen sonraki anın o olmayacağıydı.

Gelecek oradaydı. Ama siz benim için geleceği tamamen kaldırdınız. Bu gece sonuncusu. Artık hayat çok kısa, onu erteleyemem."

Erteliyoruz. Bu erteleme içsel bir diyalog olur, bir monolog olur. Erteleme. Tam burada şimdi yaşa. Ve şimdiki anda daha çok yaşadıkça, bu sürekli "zihinlenmeye", bu sürekli düşünmeye daha az ihtiyaç duyacaksın. Ona daha az ihtiyacın olacak! O erteleme nedeniyle oradadır ve biz her şeyi ertelemeye devam ederiz. Her zaman hiç gelmeyecek olan ve gelemeyecek olan gelecekte yaşarız; gelmesi mümkün değildir. Gelen her şey bugündür ve biz her zaman bugünü hiçbir yerde olmayan gelecek için kurban ederiz. O zaman zihin devamlı mahvettiğin, henüz gelmemiş bir şeye kurban ettiğin geçmişi düşünür. Ve o zaman da daha ilerideki gelecekler için ertelemeye devam eder.

Sürekli kaçırmış olduğun şeyi gelecekte bir yerde yakalayacağını düşünüyorsun. Onu yakalayamayacaksın! İçerideki bu gürültü geçmiş ve gelecek arasındaki bu sürekli gerginliktir, şimdiki anı sürekli kaçırıştır. Bu durmadığı müddetçe sessizliğe giremezsin. Bu nedenle ilk olarak, her an bütün olmaya gayret et.

İkinci şey: Zihnin çok gürültülü çünkü onu başkalarının yarattığını, sorumlu olmadığını düşünmeyi sürdürüyorsun. Bu yüzdendir ki daha iyi bir dünyada —daha iyi bir karın varken, daha iyi bir kocan varken, daha iyi çocuklarla, daha iyi bir evde, daha iyi bir semtte— her şey iyi olacak ve sessiz olacaksın. Etraftaki her şey yanlış olduğu için sessiz olmadığını düşünüyorsun, nasıl olabilirsin ki?

Eğer bu şekilde düşünürsen, eğer mantığın buysa bu daha iyi dünya hiç gelmeyecek. Her yerde dünya bu, bunlar her yerde komşuların, bunlar her yerde karıların, kocaların ve bunlar da çocukların. Bir yerde cennetin var olduğu yanılsamasını yaratabilirsin ama her yer cehennem. Bu tip bir zihinle her yer cehennem. Bu zihin cehennem.

Bir gün Nasreddin Hoca ve karısı gece geç vakit evlerine geldiler. Ev soyulmuştu, bunun üzerine karısı bağırmaya ve ağlamaya başladı. Sonra da Hoca'ya: "Hata sende! Niçin evden çıkmadan önce kilidi kontrol etmedin?"

O ana kadar komşular çoktan toplanmıştı. Öylesine sansasyonel bir şeydi ki; Hoca'nın evi soyulmuştu! Herkes koroya katıldı. Komşulardan birisi, "Bunu hep bekliyordum. Neden bunu daha önce tahmin etmediniz? Çok dikkatsizsiniz!" dedi. Diğeri, "Pencereleriniz açıktı. Neden evden ayrılmadan önce kapatmadınız?" dedi. Üçüncüsü, "Kilitleriniz bozuk gibi duruyor. Neden yenilemediniz?" diye ekledi. Ve herkes Nasreddin Hoca'ya hataları yüklüyordu.

"Bir dakika lütfen! Ben hatalı değilim" dedi sonunda.

Bunun üzerine tüm komşular koro halinde, "Sen değilsen o halde kimin hatası olduğunu düşünüyorsun?" diye sordular.

Hoca da, "Hırsıza ne dersiniz?" dedi.

Zihin devamlı suçu başka birilerine atar. Karısı Nasreddin Hoca'ya atar, tüm komşular Nasreddin Hoca'ya atar ve zavallı adam etraftaki kimseye atamadığı için de, "Hırsıza ne dersiniz?" der.

Devamlı olarak suçu başkalarına atıyoruz. Bu sana hatalı olmadığın yanıltıcı duygusunu verir. Başka birileri bir yerlerde hatalıdır; X, Y, Z. Ve bu tavır zihnimizin en temel davranışlarından biridir. Her şeyde başka birisi hatalıdır ve ne zaman bir günah keçisi bulursak rahatlarız; o zaman üzerimizdeki yük kalkar.

Arayan bir insan için bu zihnin bir yararı yoktur; o bir engeldir. Bu zihin engeldir. Durum ne olursa olsun anlamalıyız ki, hangi koşulda olursan ol sorumlu sensin ve başka hiç kimse değil. Eğer sorumluysan o zaman bir şey mümkün olabilir. Eğer başka birisi sorumluysa o zaman hiçbir şey mümkün değildir.

Dindar bir zihinle dindar olmayan bir zihin arasındaki en temel çelişki budur. Dindar olmayan zihin her zaman başka bir şeyin sorumlu olduğunu düşünür; toplumu değiştir, gelenekleri değiştir, ekonomik koşulları değiştir, politik koşulları değiştir, herhangi bir şeyi değiştir ve her şey iyi olacak. Pek çok şeyi defalarca değiştirdik ve hiçbir şey iyi değil. Dindar zihin koşullar ne olursa olsun eğer zihnin buysa o zaman cehennemde olacaksın, sefalet içinde olacaksın der. Sessizliğe ulaşamayacaksın.

Sorumluluğu üstlen. Sorumlu ol çünkü o zaman bir şey yapılabilir. Sadece kendinle bir şey yapabilirsin. Dünyadaki başka kimseyi değiştiremezsin, sadece kendini değiştirebilirsin. Mümkün olan tek devrim budur. Mümkün olan tek dönüşüm kişinin kendisinin olandır. Ama bu yalnızca sorumlu olduğumuzu hissettiğimiz zaman düşünülebilir.

iYi OLMAYA ÇALISMAYA BiR SON VER

Tek günah farkında olmamaktır ve tek erdemse farkında olmaktır. Bilinçsiz olmadan yapılamayacak olan şey günahtır. Yalnızca bilinçli olarak yapılabilecek olan şey ise erdemdir. Farkında olduğun zaman birini öldürmen olanaksızdır; eğer farkındaysan şiddet kullanman mümkün değildir. Tecavüz etmek, çalmak, eziyet etmek; bunlar farkındalık varken olanaksız olan şeylerdir. Yalnızca farkında olmamak üstün geldiğinde, farkında olmamanın karanlığının içinde kaldığında her türden düşman senin içine girebilir.

Buda şöyle demiştir: Eğer bir evin içinde ışık varsa hırsızlar ondan kaçınır ve eğer bekçi uyanıksa hırsızlar hiç denemeye bile kalkmazlar. Ve şayet insanlar içeride yürüyor, konuşuyorlarsa ve henüz uykuya dalmamışlarsa hırsızların içeriye girmeleri ve hatta onu düşünmeleri bile imkânsızdır.

Tamamıyla aynı durum senin için de geçerli: Sen hiç ışık olmayan bir evsin. İnsanın sıradan hali mekanik bir işleyiştir: Homo mekanikus. Sadece isim olarak sen insansın, aksi taktirde eğitilmiş, becerikli bir makinesin ve ne yaparsan yap yanlış olacak. Ve unutma ne yaparsan yap diyorum; senin erdemlerin dahi farkında olmadığında erdem olmayacak. Farkında olmadığında nasıl erdemli olabilirsin? Erdeminin ardında kocaman, dehşetengiz bir ego gelecek; böyle olması kaçınılmaz.

Senin büyük bir işgücü ve gayret gerektiren öğrenilmiş, kazanılmış azizliğin bile nafiledir. Çünkü o basitlik ve alçakgönüllülük getirmeyecektir ve o yalnızca ego ortadan kalktığında gerçekleşen ilahi olanın muhteşem deneyimini getirmeyecektir. Bir azizin saygı duyulan hayatını yaşarsın ama herkes kadar zavallı olarak; içsel olarak çürümüş, içsel olarak anlamsız bir var oluş halinde. Bu yaşamak değil bu bitkisel hayat. Günahların günah olacak, erdemlerin de günah olacak. Ahlaksızlığın ahlaksızlık olacak, ahlakın da ahlaksızlık olacak.

Ben ahlak öğretmiyorum ve ben erdem öğretmiyorum çünkü farkındalık olmadan onların sadece gösteriş, ikiyüzlülük olduğunu biliyorum. Onlar seni yapmacık hale getirir. Seni özgürleştirmezler, seni özgürleştiremezler. Tam tersine seni hapsederler.

Sadece tek bir şey yeterlidir: Farkındalık her şeyi açan anahtardır. O varoluşun tüm kilitlerini açar. Farkındalık senin an be an, uyanık halde, kendinin bilincinde olarak ve etrafında olan biten her şeye anında yanıt verme bilinciyle yaşaman demektir. Ayna gibisin, yansıtıyorsun. Ve bu yansıtma öylesine bütündür ki, bu yansıtmadan kaynaklanan her eylem doğrudur çünkü uygun düşer, varoluşla ahenk içerisindedir. Gerçekte senin içinden çıkmaz; sen onu yapan değilsin. O tüm bağlamın içinden; koşullardan yükselir, sen ve her şey işin içindedir. Bu bütünlüğün içerisinden eylem doğar; o senin eylemin değildir, onu bu şekilde yapmaya sen karar vermedin. O senin kararın değil, senin düşüncen değil, senin kişiliğin değil. Sen yapmıyorsun, sadece onun olmasına izin veriyorsun.

Bu tıpkı güneş henüz doğmadan sabah erken yürürken yolda karşına bir yılan çıkması; düşünecek zamanın olmaması gibidir. Sadece yansıtabilirsin —ne yapıp yapılmayacağına karar vermek için

zaman yoktur— aniden zıplarsın! Aniden sözcüğünü not et; tek bir an dahi kaybedilmez; aniden yolun kenarına sıçrarsın. Sonradan bir ağacın altına oturup üzerinde düşünebilirsin; ne oldu, nasıl yaptın. Ve kendi sırtını çok iyi becerdiğin için sıvazlayabilirsin. Ancak, aslında onu sen yapmadın; o oldu. O tüm bağlamın içinden çıkıp gerçek oldu. Sen, yılan, ölüm tehlikesi, hayatın kendisini koruma gayreti... ve bin bir tane farklı şey işin içindeydi. Bu koşulların tümü bu eyleme neden oldu. Sen yalnızca bir aracıydın.

Şimdi, bu eylem uygundur. Onu yapan sen değilsin. Dini bir şekilde söyleyecek olursak Tanrı onu senin aracılığınla yaptı. Dini şekilde konuşmanın tek yolu budur, başka şekilde değil. Bütün, parça aracılığıyla eylem yaptı.

Erdem budur. Bunun için hiçbir zaman pişman olmazsın. Ve bu gerçekten özgürleştirici bir eylemdir. Bir kez oldu mu bitmiştir. Yeniden eylemde bulunmak için özgürsün; bu eylemi kafanda taşımayacaksın. Psikolojik hafızanın bir parçası olmayacak; içinde hiçbir yara bırakmayacak. O kadar kendiliğindendi ki sende hiçbir iz bırakmayacak. Bu eylem hiçbir zaman karmaya dönüşmeyecek. Bu eylem hiçbir zaman sende sıyrık oluşturmayacak. Karma haline gelen bir eylem gerçekte eylem olmayan ama geçmişten, hafızadan, düşünceden gelen bir tepkidir. Karar veren, seçen sensin. O farkındalıktan değil farkında olmamaktan gelir. O zaman hepsi günahtır.

BENİM TÜM MESAJIM SENİN BİR BİLİNÇLİLİĞE İHTİYACIN OLDUĞUDUR, KARAKTERE DEĞİL. Bilinçlilik gerçek olandır, karakterse sahte oluştur. Karakter, bilinci olmayanların ihtiyaç duyduğu bir şeydir. Gözlerin varsa bir baston kullanıp el yordamıyla yolunu bulmaya ihtiyaç duymazsın. Eğer görebilirsen başkalarına, "Kapı nerede?" diye sormazsın.

Karaktere gerek duyulur çünkü insanlar bilinçsizdir. Karakter sadece bir makine yağıdır; hayatını daha yumuşak bir biçimde yürütebilmene yardımcı olur. George Gurdjieff karakterin bir tampon olduğunu söylerdi. Tamponlar demiryolu trenlerinde kullanılır; iki kompartıman arasında tamponlar vardır. Bir şey olursa bu tamponlar iki kompartımanın birbirine çarpmasını engeller. Ya da süspansiyon gibidirler: Arabaların süspansiyonları vardır bu sayede yumuşak bir şekilde hareket edebilirsin. Süspansiyonlar devamlı olarak şokları emerler; onlara şok emici denir. Karakter de budur: Şok emici.

İnsanlara alçakgönüllü olmaları söylenir. Alçakgönüllü olmayı öğrenirsen, o bir şok emicidir; alçakgönüllü olmayı öğrenerek kendini başkalarının egolarına karşı korumayı öğrenirsin. Seni fazla incitemezler; sen alçakgönüllü bir adamsın. Eğer bir egoist olursan defalarca incinmen kaçınılmazdır —ego çok hassastır— o yüzden sen de egonu alçakgönüllülük battaniyesiyle sarmalarsın. Sana yardım eder, belli bir yumuşaklık sağlar. Ama seni dönüştürmez.

Benim işim dönüşümü içerir. Bu simyasal bir okul; ben senin bilinçsizlikten bilinçliliğe, karanlıktan aydınlığa geçmeni istiyorum. Sana bir karakter verememe, sana sadece bir içgörü, farkındalık verebilirim. Benim tarafımdan ya da toplum tarafından, kilise tarafından, devlet tarafından belirlenmiş bir kalıba göre değil, an be an yaşamanı isterim. Senin kendi küçük farkındalık ışığına göre, kendi bilincine göre yaşamanı isterim.

Her ana cevap vermeye hazır ol. Karakter senin hayatın her türlü sorusuna verilecek belirli bir hazır cevabının olması demektir, yani ne zaman bir durum ortaya çıksa belirlenmiş kalıplara göre karşılık veriyorsun. Kullanıma hazırlanmış cevaplarla karşılık verdiğin için o doğru yanıt olmuyor, o sadece bir tepki oluyor. Karakteri olan kişi tepki verir, bilinci olan kişi ise yanıt verir: Durumu içine alır, onu yansıtır ve bu yansıtmadan çıkarak eylemde bulunur. Karakteri olan kişi tepki verir, bilinci olan kişiyse eylemde bulunur. Karakteri olan adam mekaniktir, robot gibi işler. Zihninde bilgiyle dolu bir bilgisayar vardır; herhangi bir şey sor ona ve hazırlanmış cevap bilgisayarından akmaya başlasın.

Bilinci olan kişi geçmişten ve hafızadan değil yalnızca anın içinde eylemde bulunur. Onun eyleminde bir güzellik, doğallık vardır ve duruma karşı verdiği yanıt samimidir. Karakteri olan kişi her zaman eksik kalır çünkü hayat sürekli değişiyor; hiçbir zaman aynı değil. Ve senin yanıtlarınsa hep aynı, hiç gelişmiyor; gelişemezler onlar ölü.

Çocukluğunda sana belli şeyler söylediler; o orda kaldı. Sen büyüdün, hayat değişti ama sana ebeveynlerin ya da öğretmenlerin ya da rahiplerin tarafından verilen cevaplar hâlâ orada. Ve bir şey olduğunda sana elli yıl önce verilmiş olan cevaplara göre iş göreceksin. Ve elli yılda köprünün altından çok sular geçti; tamamıyla farklı bir hayat o artık.

Heraklit der ki: Aynı nehre iki kez giremezsin. Ve ben de sana diyorum ki: Aynı nehre bir kez dahi giremezsin, nehir öyle hızlı akıyor ki.

Karakter durgundur; O kirli bir havuz suyudur. Bilinç bir nehirdir.

Bu yüzden ben insanlarıma davranış kuralları vermiyorum. Ben onlara görecekleri gözler, yansıtabilecekleri bir bilinç, ortaya çıkacak her türlü duruma yanıt verebilecekleri ayna gibi bir varlık veriyorum. Ne yapılması ve yapılmaması gerektiğine ilişkin detaylı bilgiler vermiyorum; onlara on emir vermiyorum. Ve onlara emirler vermeye başlarsan onda duramazsın çünkü hayat çok daha karmaşıktır.

Kutsal Budist yazıtlarında bir Budist rahip için otuz üç bin tane kural vardır. Otuz üç bin tane kural! Herhangi bir zamanda ortaya çıkabilecek her tür durum için hazırlanmış bir cevap vermişlerdir. Ama otuz üç bin davranış kuralını nasıl hatırlayacaksın? Ve otuz üç bin tane davranış kuralını hatırlayabilecek kadar kurnaz birisi her zaman için onun dışına çıkacak yolları bulabilecek kadar da uyanık olacaktır; belli bir şeyi yapmak istemeyecek olursa ondan kurtulacağı bir yol bulacaktır.

Bir Hıristiyan azizi duymuştum: Birisi yüzüne tokat atmış bunun nedeni de o günün sabahındaki vaazda, "İsa eğer birisi yanağına bir tokat atarsa öteki yanağını da dön, der" demesiymiş. Ve adam da bunu denemek istemiş ve ona vurmuş, gerçekten çok sert vurmuş. Ve aziz de gerçekten sözünde samimiymiş, sözünün eriymiş: Ona diğer yanağını da vermiş. Ama adam da az değilmiş: Diğer yanağına da öncekinden de sert vurmuş. Sonrasında da şaşırmış: Aziz adamın üzerine atlamış ve çok sert bir şekilde vurmaya başlamış. Adam da demiş ki, "Ne yapıyorsun? Sen bir azizsin ve daha bu sabah birisi sana vurursa öteki yanağını da dön diyordun."

Aziz de, "Evet ama üçüncü bir yanağım yok. Ve İsa orada duruyor. Artık özgürüm; artık istediğim şeyi yapacağım. İsa'nın bu konuda verdiği bir bilgi yok" demiş.

İsa'nın hayatında da tıpkı bu şekilde oldu. Bir seferinde bir müridine, "Yedi kez bağışla" dedi. Mürit de "Olur" dedi. Adamın "Olur" deyişinden şüphelenen İsa, "Yetmiş yedi defa diyorum" dedi.

Mürit biraz rahatsız oldu ama, "Olur. Çünkü sayılar yetmiş yedide sona ermiyor. Yetmiş sekizden ne haber? Ondan sonra özgürüm, o zaman istediğim şeyi yapabileceğim!"

İnsanlar için kaç tane kural üretebilirsin? Çok aptalca, anlamsız. İnsanlar bu şekilde dindar oluyorlar ve yine de dindar değiller: Her zaman davranış kurallarının ve emirlerin dışına çıkacak bir yol buluyorlar. Her zaman arka kapıdan bir yol buluyorlar. Ve karakter en iyi ihtimalle sana deri kalınlığında, sahte bir maske verecek; deri kalınlığında bile değil: Birazcık şu azizlerini kazıyıver ve altta gizlenen hayvanı bulacaksın. Yüzeyden güzel görünürler ama sadece yüzeyden.

Senin yüzeysel olmanı istemiyorum; senin gerçekten değişmeni istiyorum. Ama gerçek bir değişim varlığının merkezi aracılığıyla gerçekleşir, çeperden değil. Karakter çeperleri boyamaktır, bilinçse merkezin dönüşmesidir.

HATALARINI GÖRMEYE BAŞLADIĞIN AN KURU YAPRAKLAR GİBİ DÜŞMEYE BAŞLARLAR. O zaman hiçbir şey yapmaya gerek yoktur. Onları görmek yeterlidir. Hatalarının sadece farkında olmak tek gerekli olan şeydir. Bu farkındalıkta onlar kaybolmaya, buharlaşmaya başlarlar.

Birisi yalnızca bilincinde olmazsa aynı hatayı tekrar etmeye devam edebilir. Bilinçsizlik aynı hatayı tekrar etmek için bir zorunluluktur ve hatta değiştirmek istesen bile başka bir biçimde aynı hatayı sürdürmeye devam edeceksin. Her şekilde ve her ebatta mevcutturlar! Yerlerini değiştireceksin, yerine yedeğini koyacaksın ama onu bırakamayacaksın çünkü derininde onun bir hata olduğunu göremiyorsun. Başkaları sana söylüyor olabilirler çünkü onlar görebilirler...

Bu nedenle herkes kendisinin çok güzel, çok zeki, çok erdemli, ermiş olduğunu düşünür ve hiç kimse onunla aynı fikirde değildir! Nedeni basittir: Başkalarına bakarsın, onların gerçeğini görürsün ve kendine karşıysa kurgular taşırsın, güzel kurgular. Kendin hakkında bildiğin her şey az ya da çok bir mittir; gerçekle hiçbir alakası yoktur.

Kişi kendi hatalarını görmeye başladığı an kökten bir değişim yerleşir. O yüzden çağlar boyunca tüm Budalar sadece bir tek şey öğretiyorlar; farkındalık. Sana karakter öğretmiyorlar; karakter rahipler, politikacılar tarafından öğretiliyor, Budalar tarafından değil. Budalar sana bilinç öğretiyorlar vicdan değil.

Vicdan senin üzerinde başkaları tarafından oynanan bir oyundur; başkaları sana neyin doğru neyin yanlış olduğunu söylüyorlar. Sana kendi fikirlerini empoze ediyorlar. Ve onu ta senin çocukluğundan beri empoze ediyorlar. Ta en başından, senin üzerinde etki yaratabilmeleri, sende iz bırakabilmeleri ihtimalinin olduğu zamanlardaki masumluğun, kırılganlığın, hassasiyetin varken seni koşullandırdılar. Koşullanmanın adı vicdandır ve bu vicdan sürekli olarak senin tüm hayatına hükmetmeye devam ediyor. Vicdan toplumun seni köleleştirme stratejisidir.

Budalar bilinçlilik öğretir. Bilinçlilik doğruyu ve yanlışı başkalarından öğrenmemen demektir. Kimseden bir şey öğrenmeye ihtiyacın yok, sadece içeri girmen gerekir. Yalnızca içe doğru yolculuk yeterlidir; ne kadar derine inersen, o kadar bilinç açığa çıkar. Merkeze ulaştığında o kadar çok ışıkla dolarsın ki karanlık kaybolur.

Odana ışık getirdiğinde karanlığı dışarı iteklemek zorunda değilsin. Işığın varlığı yeterlidir çünkü karanlık sadece ışığın olmamasıdır. Aynı şekilde tüm deliliklerin, çılgınlıklarında öyle.

Adolf Hitler gibi giyinmiş bir adam bir psikiyatrı ziyaret ediyordu.

"Gördüğünüz gibi bir problemim yok. Dünyadaki en güçlü orduya, ihtiyacım olan tüm paraya ve hayal edebileceğiniz, düşünülebilecek her türlü lükse sahibim" dedi

"O halde sorununuz ne olabilir?" diye sordu doktor.

"Karım, Kendisinin Bayan Weaver olduğunu düşünüyor" dedi adam.

Bu zavallı adama gülme. O senden başkası değil.

Adamın biri bir terzi dükkânına gitti ve tavanın ortasından bir koluyla asılı duran bir adam gördü.

"Bu adam orda ne yapıyor?" diye terziye sordu adam.

"Oh, lütfen ona ilgi göstermeyin, kendisinin bir ampul olduğunu düşünüyor" dedi terzi.

"Peki neden ona ampul olmadığını söylemiyorsunuz?" diye sarsılarak sordu adam.

"Ne?" diye sordu terzi. "Karanlıkta mı çalışayım yani?"

Deli olduğunu bildiğin anda artık deli değilsindir. Aklı başında olmanın tek kriteri budur. Cahil olduğunu bildiğin an bilge bir adam haline gelirsin.

Delfi'deki kâhin Sokrat'ın dünyadaki en bilge insan olduğunu ilan etti. Birkaç kişi hemen koşup Sokrat'a dediler ki: "Mutlu ol, kutla! Delfi'deki kâhin Sokrat'ın dünyadaki en bilge insan olduğunu ilan etti."

Sokrat da onlara, "Bu tamamen saçmalık. Bildiğim tek şey var o da hiçbir şey bilmediğim" dedi.

İnsanların kafaları karıştı ve şaşırdılar. Tapınağa döndüler ve kâhine, "Siz Sokrat'ın dünyadaki en bilge kişi olduğunu söylüyorsunuz ama bizzat kendisi bunu yalanlıyor. Tam tersine silme cahil olduğunu söylüyor. Sadece bir tek şey bildiğini ve onun da hiçbir şey bilmediği olduğunu söylüyor" dediler.

Kâhin kahkaha attı ve "Bu yüzden onu dünyadaki en bilge kişi ilan ettim. Tam olarak bu yüzden çünkü cahil olduğunu biliyor" dedi.

Cahil insanlar bilge olduğuna inanır. Deliler en aklı başında kişiler olduğuna inanır.

Ve sürekli dışarıya doğru bakmak insanoğlunun doğasının bir parçasıdır. Kendimiz dışında herkesi izledik; o nedenle de başkaları hakkında kendimizden daha çok şey biliyoruz. Kendimiz hakkında hiçbir şey bilmiyoruz. Kendi zihnimizin işleyişinin tanığı değiliz, içimizde uyanık değiliz.

180 derecelik bir dönüşe ihtiyacın var; meditasyon tam olarak buna ilişkin bir şeydir. Gözlerini kapatıp izlemeye başlaman gerekir. Başlangıçta karanlıktan başka bir şey bulamayacaksın. Ve pek çok insan korkup dışarı kaçacak çünkü dışarıda ışık var.

Evet dışarıda ışık var ama bu ışık seni aydınlatmayacak, bu ışığın sana pek de bir faydası olmayacak. İçsel ışığa ihtiyacın var; varlığının tam içinden kaynaklanan bir ışığa, ölüm tarafından söndürülemeyecek bir ışığa, sonsuz bir ışığa. Ve ona sahipsin, potansiyel var! Onunla birlikte doğdun ama onu arkanda tutuyorsun; ona hiçbir zaman bakmıyorsun.

Ve yüzyıllar boyunca, pek çok hayat boyunca dışarı baktın, mekanik bir alışkanlığa dönüştü. Uyurken bile rüyalara bakıyorsun; rüyalar dışarının yansımaları demektir. Gözlerini kapadığında yeniden hayaller kurmaya ya da düşünmeye başlıyorsun; bu yine başkalarıyla ilgilenmeye başladığın anlamına geliyor. Bu o kadar kronik bir alışkanlık halini almıştır ki çok küçük aralıklar, aralığından kendi varlığına bakıp kim olduğunun ipuçlarını alabileceğin küçük pencereler bile yoktur.

Başlangıçta çok zor bir mücadeledir, çok çetindir. Zordur ama imkânsız değildir. Kararlıysan, içsel dünyanı keşfe kendini adadıysan eninde sonunda gerçekleşecektir. Sadece sürekli olarak kazmaya devam etmen gerekir, karanlıkla sürekli mücadele etmen lazım. Bir süre sonra karanlığı geçeceksin ve ışık alemine gireceksin. Ve bu ışık gerçek ışıktır, güneşin ya da ayın ışığından çok daha hakikidir çünkü dışarıdaki tüm ışıklar geçicidir; onlar sadece bir süreliğine vardır. Güneş bile bir gün gelip ölecek. Yalnızca küçük lambalar kaynaklarını tüketip sabaha doğru sönmezler, bu inanılmaz kaynaklara sahip güneş bile her gün ölmekte. Er ya da geç bir karadeliğe dönüşecek; ölecek ve ondan hiç ışık gelmeyecek. Ne kadar uzun yaşarsa yaşasın ölümsüz değil. İçsel ışık ölümsüzdür; bir başlangıcı ya da sonu yoktur.

Sana hata yapmayı bırak, kendini iyi bir insan yap, karakterini geliştir demek ilgimi çekmiyor, hiç çekmiyor. Karakterinle hiç ilgilenmiyorum; yalnızca senin bilincinle ilgileniyorum

Daha uyanık, daha bilinçli ol. Kendi içinde, varlığının merkezini bulana kadar giderek daha derine in. Çeperde yaşıyorsun ve çeperde daima kargaşa var. Derine indikçe etrafı kaplayan sessizlik de derinleşir. Ve bu sessizlik, keyif, ışık deneyimlerinde, yaşamın başka boyutlara doğru harekete geçer. Hatalar, yanlışlar kaybolmaya başlar.

O yüzden hatalar, yanlışlar, eksikler konusunda endişelenme. Sadece tek bir şey, tek bir olayla ilgilen. Tüm enerjini tek bir hedefe koy ve bu da nasıl daha çok bilinçli olacağın, nasıl daha aydınlanmış olacağın olsun. O kaçınılmazdır; tüm enerjini buna verirsen gerçekleşecek. O senin doğuştan sahip olduğun hakkındır.

AHLAK İYİ VE KÖTÜ NİTELİKLERLE İLGİLENİR. Bir insan —ahlaka göre— dürüstse, doğruysa, güvenilirse, inanılırsa iyidir.

Bilinçli bir insan sadece iyi bir adam değildir, çok daha fazlasıdır. İyi bir insan için iyilik her şeydir; farkında bir insan içinse iyilik sadece bir yan üründür. Kendi varlığının farkına vardığın an iyilik seni bir gölge gibi takip eder. O zaman iyi olmak için bir çabaya gereksinim yoktur; iyilik senin doğan olur. Ağaçların yeşil olması gibi sen de iyisin.

Ama "iyi adam" farkında olmak zorunda değildir. Onun iyiliği büyük bir çaba sonucudur, kötü şeylerle; yalan söylemekle, çalmakla, dürüst olmamakla, şiddetle, yalancılıkla savaşıyor. Onlar iyi adamın içindedir ama bastırılmıştır, her an yeniden püskürebilir.

İyi adam hiçbir çabaya gerek olmaksızın kötü adama dönüşebilir çünkü bu kötü niteliklerin hepsi oradadır, yalnızca harekete geçmemiş halde durmakta, büyük bir gayretle bastırılmaktadır. Şayet bu gayrete bir son verecek olursa onlar yaşamında hemen püskürmeye başlayacak. Ve iyi nitelikler sadece üretilmiştir, doğal değildir. Dürüst olmak, içten olmak, yalan söylememek için çok gayret gösterir ama o bir çabaydı, yorucuydu.

İyi adam her zaman ciddidir çünkü baskılanmış tüm kötü nitelikler onu korkutmaktadır. Ve o ciddidir çünkü içten içe iyiliği için paye edinmeyi, ödüllendirilmeyi arzular. Saygın olmak için yanıp tutuşmaktadır. Sözde azizlerin çoğunlukla sadece "iyi adamlardır."

"İyi adam"ın ötesine geçmek için sadece bir yol vardır ve bu da varlığına daha çok farkındalık getirmektir. Farkındalık üretilebilecek bir şey değildir; o zaten oradadır, sadece uyandırılması gerekir. Tamamen uyandığında yaptığın her şey iyidir ve yapmadığın her şey kötüdür.

İyi adam kötüden kaçınmak ve iyi şeyi yapmak için çok büyük bir gayret sarf etmek zorundadır; kötü onun aklını sürekli çelmektedir. O bir seçim; her an iyiyi seçmek ve kötüyü seçmemek zorundadır. Örneğin Mahatma Gandhi gibi bir adam; o iyi bir adam. Hayatı boyunca iyinin tarafında olmak için çok çalıştı. Ama yetmiş yaşındayken bile cinsel rüyalar görüyordu ve çok fazla kızgındı: "Uyanık olduğum zamanlar söz konusu olduğunda kendimi seksten tamamıyla özgürleştirebiliyorum. Ama uyurken ne yapabilirim? Gündüz bastırdığım her şey geceleyin geliyor."

Bu sadece şunu gösteriyor; o hiçbir yere gitmemiştir. O senin içindedir, sadece beklemekte. Gevşediğin anda, çabayı ortadan kaldırdığında —ve en azından uyurken gevşemek ve çabayı ortadan kaldırmak durumundasın— baskılamakta olduğun tüm kötü nitelikler rüyaların haline gelmeye başlar. Rüyaların senin bastırılmış arzularındır.

İyi adam sürekli çatışma halindedir. Hayatı keyifli değildir; içinden geldiği gibi gülemez, şarkı söyleyemez, dans edemez. Her şeyde sürekli yargılama yapar. Yaşamı lanetlemeler ve yargılarla doludur. Ve bizzat kendisi iyi olmak için çok çalıştığından başkalarını da aynı kriterlere göre yargılıyordur. Seni olduğun gibi kabul edemez; sadece onun iyi olma talebini gerçekleştirirsen seni kabul edebilir. Ve insanları oldukları gibi kabul edemediği için de onları lanetler. Senin tüm azizlerinin içi herkes için lanetlemelerle doludur; onlara göre hepiniz günahkârlarsınız.

Bunlar hakiki dindar insanın nitelikleri değildir. Hakikaten dindar bir adamın hiçbir yargısı yoktur, laneti yoktur. Bir tek şunu bilir ki hiçbir eylem iyi değildir ve hiçbir eylem kötü değildir; farkında olmak iyidir, farkında olmamak kötüdür. Farkında olmadan tüm dünyaya iyi gözüken bir şey bile yapabilirisin ama dindar kişi için o iyi değildir. Ve sen kötü bir şey yapabilirsin ve dindar kişi haricinde herkes tarafından lanetleneceksin. O seni lanetleyemez çünkü sen bilinçsizsin; senin şefkate ihtiyacın var yargılanmaya değil. Lanetlemek değil; sen cehennemi hak etmiyorsun, kimse cehennemi hak etmiyor.

Kesin bir farkındalık noktasına gelmenin seçmekle bir alakası yoktur; sen yalnızca ne iyiyse onu yaparsın. Onu masum bir şekilde yaparsın, tıpkı gölgenin seni takip ettiği gibi, çabasız. Koşarsan gölgen de koşar; durursan gölgen de durur ama gölge açısından bir gayret yoktur.

Farkında olan bir kimse iyi adamla eş anlamlı düşünülemez. O iyidir; ama çok farklı bir biçimde, çok farklı bir açıdan. O iyidir, iyi olmaya çalıştığından değil; iyidir çünkü o farkındadır. Ve farkındalıkta şeytani, kötü, tüm bu lanetleyici sözcükler karanlığın ışıkta kaybolması gibi kaybolurlar.

Dinler sadece ahlak olarak kalmaya karar verdiler. Onlar ahlaki kurallar; onlar toplum için kullanışlı ama senin için kullanışlı değil, birey için kullanışlı değil. Onlar toplum tarafından yaratılmış kolaylıklar. Doğaldır ki herkes çalmaya başlarsa yaşamak imkansızlaşacaktır; herkes yalan söylemeye başlarsa yaşamak imkansızlaşacaktır; eğer herkes düzenbaz olursa yaşayamazsın bile. O nedenle en alt seviyede toplum ahlaka ihtiyaç duyar; toplumsal bir menfaattir ama dini bir devrim değildir.

Sadece iyi olmakla yetinme.

Unutma, neyin iyi neyin kötü olduğunu düşünmek bile zorunda olmadığın bir noktaya gelmek zorundasın. Farkındalığının, bilinçliliğinin bizzat kendisi seni iyiye doğru götürüvermeli; bastırmak yok. Mahatma Gandhi'yi farkında bir adam olarak adlandırmazdım, sadece iyi bir adam ve gerçekten iyi olmak için çok çabaladı. Onun niyetlerinden şüphem yok ama iyilik konusunda takıntılıydı.

Farkında bir insan hiçbir şey için takıntılı değildir; takıntısı yoktur. O sadece rahattır, sakin ve sessizdir, dingin ve durudur. Sessizliğinin içinden ne çiçeklenirse iyidir. Her zaman iyidir; seçimsiz farkındalıkta yaşar.

O yüzden sıradan iyi adam kavramının ötesine geç. İyi olmayacaksın, kötü olmayacaksın. Sadece tetikte olacaksın, bilinçli, farkında ve sonra ne gelirse iyi olacak. Bir başka açıdan diyebilirim ki farkındalığının bütünlüğünde Tanrısallığa ereceksin. Ve iyi, Tanrısallığın sadece küçücük bir yan ürünüdür.

Dinler sana iyi olmayı öğretip duruyorlar ki bu sayede bir gün Tanrıyı bulasın. Bu imkânsız; hiçbir iyi adam Tanrısallığı bulamamıştır. Ben tam tersine olanı öğretiyorum: Tanrısallığı bul ve iyi

kendiliğinden gelecek. Ve iyi kendiliğinden geldiğinde kendisine has bir güzelliği, zarafeti, basitliği ve alçakgönüllülüğü vardır. Ne burada ne de ahrette bir ödül istemez. O kendi kendisinin ödülüdür.

iZLEME DENEYLERi

İnsanlar sadece başkalarını izliyorlar; hiç kendilerini izleme zahmetine girmezler. Herkes —bu en yüzeysel izlemedir— başkasının ne yapağını izliyor, başkasının ne giydiğini izliyor, nasıl göründüğünü... Herkes izliyor; izlemek hayatında tanıştırılman gereken yeni bir şey değil. Sadece derinleştirilmesi, başkalarından alınması ve kendi duygularına, düşüncelerine, ruh hallerine ve en sonunda da izleyenin kendisine yöneltilmesi gerek.

Trende bir Yahudi bir rahibin karşısında oturuyordu.

"Lütfen neden yakanızın arkasını ön tarafa giydiğinizi söyleyebilir misiniz efendim?" diye sorar.

"Çünkü ben bir babayım" ('baba' İngilizcede peder demektir) diye yanıtlar rahip.

"Ben de bir babayım ve böyle bir yaka takmıyorum" "Oh, ama ben binlercesinin babasıyım" der rahip. "O zaman belki de," der Yahudi, "ters giymeniz gereken şey pantolonunuzdur."

İnsanlar başka herkes hakkında çok dikkatlidir.

İki adam yürümek için dışarı çıktılar; aniden yağmur bastırdı. "Çabuk" dedi adamlardan biri, "şemsiyeni aç." "Pek yararı olmaz" dedi arkadaşı, "şemsiyemde bir dolu delik var." "Madem öyleydi her şeyden önce niye getirdin ki?" "Yağmur yağacağını düşünmemiştim"

Başkalarının tuhaf eylemlerine kolayca gülebilirsin ama hiç kendi kendine de güldün mü? Hiç kendini tuhaf bir şey yaparken yakaladın mı? Hayır, sen kendini tamamıyla izlemeden kenarda tutuyorsun. Senin tüm izlemen başkalarına yönelik ve bunun bir yararı yok.

ZAMANSIZLIGIN iÇiNDE KENDiNi ZAMANLA

Saniyesi olan bir saat alıp önüne koyar ve saniyenin üzerinde gözlerini tutmaya çalışırsan şaşırıp kalacaksın; tam bir dakika boyunca bile bunu hatırlayamazsın. Belki on beş saniye, yirmi saniye en fazla otuz saniye ve unutacaksın. Başka bir fikrin içinde kaybolacaksın ve sonra aniden hatırlamaya çalıştığını hatırlayacaksın. Bir dakikalığına bile devamlı farkındalığını korumaya çalışmak zordur, o yüzden kişi bunun bir çocuk oyuncağı olmadığını fark etmelidir. Yaşamın küçük

şeylerinin farkında olmaya çalışırken, unutmaman gerekir ki pek çok kereler unutacaksın. Çok uzaklardaki bambaşka bir şeye gideceksin. Hatırladığın anda suçlu hissetme; tuzaklardan birisi budur.

Şayet suçluluk hissedersen uygulamakta olduğun farkındalığa geri dönemezsin. Suçlu hissetmeyi gerektirecek bir şey yok, bu doğal. Pişmanlık duyma; bu doğal ve bu her arayanın başına gelir. Onun doğal olduğunu kabul et; yoksa pişmanlığa yakalanırsın. Birkaç saniye için bile hatırlayamadığın ve sürekli unuttuğun için suçluluk duyarsın.

Jainizm'in kurucusu Mahavira eğer bir kişi kırk sekiz dakika sürekli olarak hatırlar, farkında olursa bunun yeterli olduğunu; bu kişinin aydınlanacağını, kimsenin onu engelleyemeyeceğini bulgulamış olan tarihteki ilk kişidir. Sadece kırk sekiz dakika ancak kırk sekiz saniye bile çok zordur! Bir sürü dikkat cezp edici şey...

Suçluluk yok, pişmanlık yok; ne yaptığını unuttuğunu hatırladığın an sadece geri dön. Geri dön ve çalışmaya devam et. Dökülmüş süt için ağlama, bu çok aptalca.

Zaman alacak ama zamanla gitgide daha çok uyanık kalabildiğini fark eder hale geleceksin; belki bir dakika, belki iki dakika. Ve iki dakika boyunca farkında kalabilmek o kadar büyük keyiftir ki; ancak keyfe takılı kalma, bir şeye eriştiğini düşünme. Bu bir engele dönüşecektir. Bunlar kişinin kaybolduğu yerlerdir; küçücük bir edinim ve kişi kendisini eve varmış zanneder.

Yavaşça ve sabırla çalışmaya devam et. Acele yok; elinin altında kullanabileceğin sonsuzluk var. Hızlı olmaya çalışma. Bu sabırsızlığın bir yararı olmayacak. Farkındalık altı haftalık sürede büyüyüp sonra da ölen mevsimlik çiçekler gibi değildir. Farkındalık yetişmesi yüzyıllar süren ama binlerce yıl yaşayan ve göğe doğru elli metre, yetmiş metre yükselen Lübnan sedirleri gibidir.

Farkındalık yavaş yavaş gelişir ama gelişir. Kişi sadece sabırlı olmalıdır.

Geliştikçe daha önceden hiç hissetmemiş olduğun pek çok şeyi hissetmeye başlarsın. Mesela çok zor fark edilir olduğu için hiçbir zaman farkında olmadığın pek çok gerginliği bedeninde taşıdığını hissetmeye başlayacaksın. Artık farkındalığın orada, bu ince, narin gerginlikleri hissedebilirsin. O halde bedeninin neresinde bu gerginliği hissedecek olursan, o kısmı gevşet. Eğer tüm bedenin gevşeyecek olursa farkındalığın daha hızlı gelişecektir çünkü bu gerginlikler engellerdir.

Hatta farkındalığın biraz daha ilerlediğinde sadece uykuda rüya görmediğini fark edip şaşıracaksın; uyanık olduğunda bile arka planda bir rüya akıntısı vardır. O uyanıklığının hemen altından akmakta; gözlerini kapa ve gökyüzündeki bulutlar gibi bazı rüyaların geçmekte olduğunu her an görebilirsin. Ama yalnızca biraz daha farkında olduğunda uyanıklığının gerçek bir uyanış olmadığını görebileceksin. Rüya orada dalgalanmaktadır; insanlar onu hayale dalmak olarak adlandırıyor. Eğer koltuklarında bir an rahatlayıp gözlerini kapatacak olsalar ansızın rüya kontrolü alır. Ülkenin başbakanı olduklarını düşünmeye başlarlar ya da muhteşem şeyler yapıyorlar ya da herhangi bir şey. Tam o an görmekte oldukları rüyanın saçmalık olduğunu biliyorlar. Sen ülkenin başbakanı değilsin ama yine de sana rağmen rüyanın içinde bir şey vardır. Farkındalık uyanık

halindeki rüyalarının katmanlarını fark ettirir. Ve onlar dağılmaya başlar, tıpkı bir odaya ışık getirdiğinde karanlığın dağıldığı gibi.

GÖRÜNMEZ DOKUNUS

Her ne yapıyorsan —yürürken, otururken, yerken ya da hiçbir şey yapmadan sadece nefes alıp verirken, dinlenirken, çayırların üzerinde gevşerken— hiçbir zaman unutma ki sen bir izleyicisin.

Yeniden ve yeniden unutacaksın. Bazı düşüncelere, bazı hislere, bazı duygulara dalacaksın; herhangi bir şey seni izleyenden uzaklaştıracak. Hatırla ve koşup izleme merkezine geri dön.

Onu sürekli bir içsel süreç yap... Hayatın nasıl kendi niteliğini değiştirdiğini görüp şaşıracaksın. Elimi hiç dikkat etmeden hareket ettirebilirim ve ayrıca elimi tüm hareketi içerden izleyerek de hareket ettirebilirim. Hareketler tamamen farklıdır. İlk hareket bir mekanik, robot hareketidir. İkinci hareket ise bilinçli bir harekettir. Ve bilinçli olduğunda bu eli içerden hissedebilirsin; bilinçli olmadığında ise bu eli sadece dışardan bilirsin.

Yüzünü sadece aynadan biliyorsun, dışarıdan çünkü sen bir izleyici değilsin. İzlemeye başlarsan yüzünü içeriden hissetmeye başlarsın ve bu kendini içeriden izleme çok ilginç bir deneyimdir. Sonra yavaş yavaş garip şeyler olmaya başlar. Düşünceler kaybolur, duygular kaybolur, hisler kaybolur ve seni sarmalayan bir sessizlik vardır. Tıpkı sessizlik denizinin ortasındaki bir ada gibisindir... sadece bir izleyici, sanki bir ışık, alevden bir ışık tüm varlığının merkezindeymiş, tüm varlığına ışıyormuş gibi.

Başlangıçta sadece içsel bir deneyim olacak. Zamanla bu ışımanın bedeninden yayıldığını, bu ışınların başka insanlara ulaştığını göreceksin. Eğer birazcık duyarlılarsa, diğer insanların görünmeyen bir şeyin onlara dokunduğunu hemen fark etmeleri seni şaşırtacak ve şok edecek. Mesela eğer kendini izliyorsan birisinin arkasından yürü. Kendini izliyorken hiçbir neden yokken dönüp sana bakacağı hemen hemen kesindir. Kendini izlerken izlemen yayılmaya başlar ve onun önünde yürüyen kişiye dokunması kaçınılmazdır. Ve eğer görünmeyen bir şey tarafından dokunulursa geri dönüp bakacaktır: "Neler oluyor?" Ve sen ona elle bile dokunamayacak kadar uzaktasın.

Bir deneme yapabilirsin: Birisi uyuyorken onun yanında yalnızca kendini izleyerek oturabilirsin ve o kişi ansızın uyanıp sanki birisi ona dokunmuş gibi etrafına bakınacaktır.

Zamanla sen de ışınlar aracılığıyla dokunmayı hissedebilir olacaksın. Titreşim denilen şey budur. O var olmayan bir şey değildir. Diğer insan onu hisseder; sen de ayrıca o kişiye dokunduğunu hissedeceksin.

İngilizce'de kullanılan etkilenmek ("touched" dokunulmak) terimi çok anlamlıdır. Bu kişiden çok "etkilendim" dediğinde bunun ne anlama geldiğini anlamadan onu kullanıyor olabilirsin. O sana tek bir söz bile söylememiş olabilir. Yalnızca yanından geçip gitmiş olabilir. Gözlerine sadece bir kez bakmış olabilir ve sen bu kişi tarafından "etkilendiğini" ("touched" dokunulduğunu) söylersin. Bu sadece bir sözcük değildir; gerçekten olur. Ve sonra bu ışınlar insanlara, hayvanlara, ağaçlara, taşlara yayılmayı sürdürür... ve bir gün göreceksin ki içerden tüm evrene dokunuyorsun.

ViPASSANA

Buda'nın yolu vipassana'ydı; vipassana tanık demektir. Ve o şimdiye kadarki en muhteşem araçlardan birisini bulmuştur; nefesini izleme yöntemini, sadece nefesini izlemeyi. Nefes almak son derece basit ve doğal bir olay ve günde yirmi dört saat hep var. Hiçbir gayret göstermene gerek yok. Bir mantrayı tekrar edecek olsan o zaman bir çaba sarf etmen gerekecek, kendini zorlaman gerekecek. "Ram, Ram, Ram," diyecek olursan kendini sürekli germek zorunda kalacaksın. Ve pek çok kereler unutman kaçınılmaz. Üstüne üstlük Ram sözcüğü yine zihne ait bir şeydir ve seni asla zihnin ötesine götüremez.

Buda tamamıyla farklı bir açı keşfetti. Sadece nefesini izle; nefes içeri giriyor, nefes dışarı çıkıyor.

İzlenecek dört nokta var. Nefesi görerek, nefesi hissederek sessizce otur. İçeri giren nefes ilk nokta. Sonra nefes içeri girdiğinde durur; çok küçük bir andır, bir saniyeliğine durur. Bu izlenecek ikinci noktadır. Sonra nefes döner ve dışarı çıkar; bu izlenecek üçüncü noktadır. Sonra tekrar nefes tamamen dışarı çıktığında bir saniyeliğine durur. Bu dördüncü izlenecek noktadır. Sonra yeniden nefes içeri girmeye başlar... nefes döngüsü budur. Eğer tüm bu dört noktayı izleyebilecek olursan, bu kadar basit bir işlemin mucizelerine şaşıp kalacaksın çünkü zihin işin içine girmez.

İzlemek zihnin niteliği değildir; izlemek ruhun, bilincin niteliğidir. İzlemek zihinsel bir işlem değildir. İzlediğinde zihin durur, var olmayı durdurur. Evet, başlangıçta pek çok kereler unutacaksın ve zihin eski numaralarını yapmaya başlayacak. Ama unutmuş olduğunu hatırladığında pişman, suçlu hissetmeye gerek yok; sadece izlemeye geri dön, tekrar ve tekrar nefesini izlemeye geri dön. Yavaş yavaş zihin giderek daha az araya girer.

Ve kesintisiz olarak kırk sekiz dakika nefesini izleyebildiğinde aydınlanmış olacaksın. Şaşırtıcı gelecek sana; sadece kırk sekiz dakika? Çünkü onun pek zor olmayacağını düşüneceksin... sadece kırk sekiz dakika! Çok zordur. Pek çok kereler sadece kırk sekiz saniye ve sen zihnin kurbanı olmuş olacaksın! Önüne koyacağın bir saatle dene; başlangıçta altmış saniye uyanık kalamayacaksın. Sadece altmış saniyede, yani bir dakikada pek çok kereler uykuya dalarsın. İzlemeyi tamamen unutacaksın; saat ve izlemenin ikisi de unutulacak. Bir fikir seni alıp çok çok uzaklara götürecek; sonra aniden fark edeceksin... saate bakacaksın ve on saniye geçmiş. On saniyedir izlemiyordun.

Ama yavaş, yavaş —o bir hünerdir; bir uygulama değildir, bir hünerdir— yavaş, yavaş onu özümsersin. Uyanık olduğun bu birkaç an o kadar nefis bir güzelliğe sahiptir ki, öylesine büyük bir keyiftir ki bir kez o anların tadını aldığında tekrar tekrar geri gelmek isteyeceksin; nefes için bulunmanın, sadece orada olmanın saf coşkusu için, başka bir niyetle değil.

Unutma Yoga'da yapılanla aynı işlem değildir bu. Yoga'daki işlemin adı pranayama'dır; bu tamamıyla farklı bir işlemdir, aslında Buda'nın vipassana olarak adlandırdığının tam olarak zıddıdır. Pranayama'da derin nefesler alırsın, göğsünü giderek daha çok nefesle doldurursun, daha fazla oksijenle; sonra göğsünü mümkün olduğunca karbondioksitten tamamıyla boşaltırsın. Bu fiziksel bir egzersizdir, beden için iyidir ama vipassana ile hiçbir ilgisi yoktur.

Vipassana'da doğal nefesinin ritmini değiştirmezsin. Uzun, derin nefesler almazsın, normalde yaptığından hiçbir şekilde farklı olmayan bir biçimde nefes veririsin. Kesinlikle doğal olmasına izin ver. Tüm bilincin tek bir noktada olmalı; izlemede.

Ve eğer nefesini izleyebilirsen, o zaman başka şeyleri de izlemeye de başlayabilirsin. Yürürken yürüdüğünü izleyebilirsin, yerken yediğini izleyebilirsin. Ve nihayetinde, en son aşamada uyuduğunu da izleyebilirsin. Uyuyorken kendini izleyebildiğin gün başka bir dünyaya taşınırsın. Beden uyumaya devam eder ve içerde bir ışık parlayarak yanmaya devam eder.

Uyanıklığın kesintiye uğramadan kalır. O zaman günde yirmi dört saat izleme alttan alta akmaya devam eder. Bir şeyler yapmaya devam edersin... dış dünya için hiçbir şey değişmemiştir ama senin için her şey değişmiştir.

Bir Zen ustası kuyudan su taşıyordu ve çok uzaklardan onun methini duyup görmeye gelmiş olan dindar bir kişi ona sordu: "Bu manastırın falanca isimli ustasını nerede bulabilirim?" Bu adamın bir hizmetkâr olduğunu düşünmüştü, kuyudan su taşıyordu. Kuyudan su taşıyan bir Buda bulamazsın, yerleri temizleyen bir Buda bulamazsın.

Usta kahkahayı bastı ve "Aradığın kişi benim" dedi.

Dindar adam buna inanamadı. "Sizin hakkınızda çok şey duydum ama sizi kuyudan su taşırken düşünemiyorum."

Usta dedi ki: "Ama bu ben aydınlanmadan evvel yaptığım şeydi. Kuyudan su taşımak, odun kesmek; bunları yapıyordum önceden ve ben bunları yapmaya devam ediyorum. Bu iki şeyi yapmada çok ustayım: Kuyudan su taşımak ve odun kesmek. Benimle gel; bir sonraki yapacağım şey odun kesmek, beni izle!"

'Ama o halde fark nerede? Aydınlanmadan önce bu iki şeyi yapıyordunuz, aydınlandıktan sonra da aynı iki şeyi yapıyorsunuz; o zaman fark nerede?"

Usta güldü. "Fark içsel. Önceden her şeyi uykuda yapıyordum; şimdi her şeyi bilinçle yapıyorum, fark burada. Etkinlikler aynı ama ben artık aynı değilim. Dünya aynı ama ben artık aynı değilim. Ve artık ben aynı olmadığım için bana göre dünya da aynı değil."

Dönüşüm içsel olmak zorunda. Gerçek vazgeçiş budur: Eski dünya gitmiştir çünkü eski varlık gitmiştir.

GECE VARDİYASI

Rüya Görme ve uyanık olma olguları tamamıyla farklı şeylerdir. Şunu dene: Her gece, uykuya dalarken, yarı uykulu, yarı uyanıkken, yavaşça uykunun derinliklerine dalarken kendi kendine "Onun bir rüya olduğunu hatırlayacağım" diye tekrar et.

Uykuya dalana kadar bunu tekrar etmeyi sürdür. Birkaç gün alacak ama bir gün şaşıracaksın: Bir kez bu fikir bilinçaltının derinlerine girdi mi rüyayı bir rüya olarak görebilirsin. O zaman seni pençesine alamaz. Sonra, yavaş yavaş uyanıklığın daha da keskinleştikçe rüyalar kaybolur. Onlar çok utangaçtır; izlenmek istemezler. Onlar sadece bilinçaltının karanlığında var olurlar. Uyanıklık ışık getirdikçe kaybolmaya başlarlar.

O nedenle aynı egzersizi sürekli yapmaya devam et ve rüyalardan kurtulabilirsin. Ve şaşırıp kalacaksın: Rüyalardan kurtulmanın pek çok etkisi vardır. Rüya yok olursa, o zaman zihninin gündüz gevezelikleri de eskiden olduğundan daha az olacaktır, ikincisi, şimdiki anda daha çok olacaksın; gelecekte değil, geçmişte değil. Üçüncüsü eylemdeki yoğunluğun, bütünlüğün artacak.

Rüya görmek bir hastalıktır. Ona gerek duyulur çünkü insan hastadır. Fakat rüyalar tamamıyla bırakılabilirse, yeni tür bir sağlığa, yeni bir vizyona erişirisin. Ve bilinçsiz zihninin bir kısmı bilinçli hale gelecek ve bu sayede daha güçlü bir bireyselliğin olacak. Ne yaparsan yap pişman olmayacaksın çünkü onu öylesi bir bilinçlilikle yapmış olacaksın ki pişmanlığın hiçbir alakası olmayacak.

Uyanıklık kişinin öğrenebileceği en muhteşem büyüdür çünkü tüm varlığının dönüşümünü başlatabilir.

RÜYALARINI İZLEMEYE BAŞLADIĞINDA BEŞ ÇEŞİT RÜYA OLDUĞUNU GÖRECEKSİN. İlk çeşidi çöptür ve binlerce psikanalist sadece bu çöple uğraşmaktadır. Bir işe yaramaz. O olur çünkü tüm gün, bütün gün çalışırken bir sürü çöp toplarsın. Tıpkı bedenin kirlendiği için duş almaya, temizlenmeye ihtiyaç duyman gibi, aynı şekilde zihin de kir toplar. Ve zihne duş aldırmanın bir yolu yoktur, o yüzden zihnin tüm pisliği ve çöpü otomatikman dışarı atacağı bir mekanizması vardır. Rüya zihnin dışarı atmakta olduğu pisliğin havalanmasından başka bir şey değildir —ilk çeşit rüya— ve bu rüyaların en büyük oranını oluşturur, neredeyse yüzde doksanını. Neredeyse rüyaların yüzde doksanı sadece dışarı atılan pisliktir. Onlarla pek oyalanma. Ve ufak ufak farkındalığın geliştikçe pisliğin ne olduğunu görebileceksin.

İkinci tür rüya bir çeşit dilek yerine getirmektir. Pek çok ihtiyaç vardır, doğal ihtiyaçlar ama din adamları ve sözde din hocaları zihnini zehirlemiştir. Senin en basit ihtiyaçlarını dahi gidermene izin

vermezler. Onlar bu ihtiyaçları tamamıyla lanetlemiştir ve bu lanet senin içine işlemiştir. Pek çok ihtiyacının açlığı var; bu aç kalmış ihtiyaçlar doyurulmak istiyor. Ve ikinci tür rüya dilekleri yerine getirmekten başka bir şey değildir. Din adamları ve zehirleyiciler yüzünden varlığında reddettiğin her neyse zihnin onu rüyalarda şu ya da bu şekilde yerine getirmeye çalışır.

Ama kişi ihtiyaca bakmalıdır onun anlamına değil. Anlam bilinçli zihne aittir, ihtiyaçsa bilinçaltına ve işte ikinci türden rüyalar da böyle var olur. İhtiyaçlarını sürekli kırpıyorsun ve zihin de o zaman onları rüyada gideriyor. Yüce kitaplar okudun ve düşünürler tarafından zehirlendin ve onlar zihnini belli bir kalıba döktü. Varoluşun kendisine artık açık değilsin, felsefeler seni kör etti; öyle olduğunda da ihtiyaçlarını köreltmeye başlayacaksın. O zaman bu ihtiyaçlar köpürüp rüyalarda yüzeye çıkmaya başlayacak çünkü bilinçaltı hiçbir felsefeyi bilmez. Bilinçaltı hiçbir anlam, hiçbir amaç bilmez. Bilinçaltı sadece tek bir şey bilir: Varlığının ihtiyaç duyduğu şeyi yerine getirmek. O zaman bilinçaltı kendi rüyalarını dayatır. Bu ikinci tür rüyadır; onu anlamak ve onun üzerine meditasyon yapmak çok anlamlıdır. Çünkü bilinçaltı seninle iletişim kurmak istiyor, "Aptal olma! Onun için acı çekeceksin. Ve varlığını aç bırakma. İntihara meyil etme ve ihtiyaçlarını öldürerek ağır çekimde intihar etmeyi sürdürme. "

Unutma: Arzular bilinçli zihne aittir, ihtiyaçlarsa bilinçaltına. Ve aradaki mesafe çok, çok anlamlıdır, anlaşılması çok önemlidir.

Arzular bilinçli zihne aittir; bilinçaltı arzu nedir bilmez, bilinçaltı arzular için kaygı duymaz. Arzu nedir? Arzu eğitiminden, koşullanmandan, düşüncenden kaynaklanır. Ülkenin başbakanı olmak istersin; bilinçaltı bunu hiç önemsemez. Bilinçaltı ülkenin başbakanı olmakla ilgilenmez, bilinçaltı sadece nasıl doyurulmuş organik bir bütün olunacağıyla ilgilenir. Ama bilinçli zihin der ki, "Başbakan ol ve eğer başbakan olmak aşkını kurban etmeni gerektiriyorsa, o zaman kurban et. Bedenini kurban etmen gerekiyorsa; kurban et. Geride kalanları kurban etmen gerekiyorsa; et. Önce ülkeye başbakan ol." Ya da çok fazla servet edinmek; bu bilinçli zihne aittir. Bilinçaltı servet nedir bilmez, bilinçaltı sadece doğal olanı bilir. O toplum tarafından ellenmemiştir; o hayvanlar, kuşlar ya da bitkiler gibidir. Bilinçaltı toplum tarafından, politikacılar tarafından koşullanmamıştır. O hâlâ saf kalmıştır.

İkinci tür rüyayı dinle ve üzerine meditasyon yap ve o sana ne ihtiyacın olduğunu söyleyecek. İhtiyaçlarını gider ve arzularını umursama. Eğer gerçekten çok mutlu olmak istersen ihtiyaçlarını yerine getir ve arzularını boş ver. Sefil olmak istiyorsan ihtiyaçlarını kes ve arzularının peşinden git.

İşte bu yüzden sefil hale geldin. Sefil mi olduğun çok mutlu mu olduğun çok basit bir olgudur; bu olgu çok basittir.

İhtiyaçlarını dinleyen ve onları izleyen bir insan tıpkı okyanusa akan bir nehir gibidir. Nehir doğuya mı batıya mı akmalı demez, sadece yolunu bulmaya çalışır. Doğu ya da batı fark etmez. Okyanusa akan nehir arzu nedir bilmez; sadece ihtiyaçlarını bilir. Bu nedenle hayvanlar çok mutlu görünüyorlar; hiçbir şeyleri yok ve çok mutlular! Ve senin pek çok şeyin var ve çok bedbahtsın!

Hayvanlar bile mutluluklarında, güzelliklerinde seni geride bırakıyor. Neler oluyor? Hayvanlar bilinçaltlarını kontrol edip hükmedecek bir bilinçli zihne sahip değiller; onlar bölünmeden kalırlar.

İkinci tür rüyanın sana açıklayacağı çok şey var. İkinci tür ile bilincini değiştirmeye başlarsın, davranışlarını değiştirmeye başlarsın, yaşam kalıbını değiştirmeye başlarsın. Bilinçaltın sana ne söylerse söylesin ihtiyaçlarına kulak ver.

Her zaman anımsa: Bilinçaltı haklı çünkü o çağların bilgeliğine sahip. Milyonlarca hayat boyunca var oldun. Bilinç bu hayata aittir. O okullarda ve üniversitelerde ve içinde rastlantısal olarak doğduğun toplum ve aile tarafından eğitildi. Ama bilinçaltı tüm yaşamlarının bütün deneyimlerini taşıyor. O bir taş olduğun zamanlardaki deneyimleri taşıyor, o bir ağaç olduğun zamanlardaki deneyimleri taşıyor, o hayvanlar olduğun deneyimleri taşıyor; o her şeyi taşıyor, tüm geçmişi. Bilinçaltı heybetli bir bilgedir ve bilinçse koca bir aptaldır. Bu böyle olmak zorunda çünkü bilinç sadece bu hayata aittir, çok küçük ve deneyimsiz. Çocuk gibidir. Bilinçaltı ise sonsuz bilgeliktir. Dinle onu.

Batıdaki psikanalizin tamamı bundan başka bir şey yapmıyor: İkinci türden rüyalarını dinliyor ve hayatının kalıbını ona göre değiştiriyor. Ve psikanaliz pek çok insana yardımcı oldu. Onun kendi sınırlamaları var ama yardımcı olmuştur çünkü en azından bu kısmı, ikinci tür rüyaları dinleme kısmı hayatını daha rahat ve daha az gergin yapar.

Ve sonra üçüncü tür rüya vardır. Bu üçüncü tür rüya süperbilinçten gelen bir iletişimdir. İkinci tür rüya bilinçaltından gelen iletişimdir. Üçüncü tür rüya çok enderdir çünkü süperbilinçle olan tüm temasımızı kaybettik. Ama gene de gelir çünkü süperbilinç sana aittir. Belki buharlaşıp bir buluta dönüşmüştür, belki mesafe çok uzaktır ama yine de sana demir atmış durumdadır.

Süperbilinçten gelen iletişim çok nadirdir. Sadece çok çok uyanık hale geldiğinde onu hissetmeye başlayacaksın. Aksi taktirde zihnin rüyalarda attığı pislikte ve zihnin rüyada sürekli olarak tamamlanmamış, baskılanmış şeyleri, dilekleri doyurmasının içinde kaybolup gider. Kaybolacak. Fakat farkında olduğunda ışıldayan bir elmas gibidir; etraftaki taşlardan kesinkes farklı.

Süperbilinçten gelen bir rüya bulabildiğinde, ya da hissedebildiğinde izle onu. Meditasyon yap onun üzerine çünkü bu seni ustana götürecek olan rehberin olacak. Bu sana uyacak olan yaşam tarzına giden yolda sana yol gösterecek, senin için doğru olan disipline götürecek. Bu rüya içinde derin bir rehbere dönüşecek. Bilinçle bir usta bulabilirsin ama bu usta senin için bir öğretmenden başka bir şey olmayacak. Bilinçaltınla bir usta bulabilirsin ama bu usta bir âşıktan başka birisi olmayacak; belirli bir kişiliğe, belirli bir tipe âşık olacaksın. Ama sadece süperbilinç seni doğru ustaya götürür. O zaman o bir öğretmen olmaz; söylediği şeylerden büyülenmezsin, kendisinden büyülenmezsin. Aksine, süperbilincin, bu insanın sana uygun olduğu, bu insanın sana gelişmen için doğru olanakları sağlayacağı, bu insanın senin için doğru toprak olduğu konusunda sana rehberlik eder.

Sonra, geçmiş yaşamlardan gelen dördüncü tür rüya vardır. Nadiren değil, pek çok kez gelir. Ama içinde her şey karman çorman halde; hiçbirini ayrıt edemezsin. Ayırt etmek için orada değilsin.

Doğuda biz bu dördüncü tür rüya üzerinde çok emek sarf ettik. Bu tür rüya yüzünden reenkarnasyon olgusuna takılıp kaldık. Bu tür rüyalar sayesinde ufak ufak geçmiş yaşamlarının farkına varırsın; geçmişe doğru gidersin, zamanda geriye doğru gidersin. O zaman sende pek çok şey değişmeye başlar çünkü rüyada bile olsa geçmiş hayatında kim olduğunu hatırlayabilirsen pek çok şey anlamsızlaşacak ve birçok yeni şey de anlam kazanacaktır. Tüm kalıp değişecektir, tüm geştalt değişecektir.

Geçmiş bir hayatında çok fazla servet topladığın için ülkenin en zengin adamı olarak öldün ama içinin derinliklerinde bir dilenciydin. Ve aynı şeyi bu hayatta da yapıyorsun. Ansızın geştalt değişecektir. Eğer ne yaptığını ve nasıl hepsinin bir hiçe dönüştüğünü hatırlayabilirsen —birçok hayatını hatırlayabilirsen, aynı şeyi defalarca, pek çok kereler yapıp duruyorsun, takılmış bir gramofon gibisin, bir kısırdöngü, gene aynı şeye başlıyorsun ve aynısını bitiriyorsun— şayet birkaç hayatını hatırlayabilirsen ansızın şaşırıp kalacaksın, yeni tek bir şey dahi yapmamışsındır. Defalarca ve defalarca servet topladın; defalarca ve defalarca politik olarak güçlü olmaya çalıştın; defalarca ve defalarca fazlasıyla bilgili oldun. Defalarca ve defalarca âşık oldun ve defalarca ve defalarca aşkın getirdiği aynı sefalet... bu tekrarı gördüğünde, nasıl aynı kalabilirsin? O zaman bu hayat ansızın yön değiştirir. Artık aynı rotada kalamazsın.

Bu yüzden Doğuda insanlar bin yıldır sorup duruyor, "Nasıl bu yaşam ve ölüm çarkının dışına çıkılabilir?" diye. Aynı çark gibi gözüküyor, tekrar ve tekrar aynı hikâyeymiş gibi geliyor; bir tekrar. Bunu bilmiyorsan, o zaman yeni bir şeyler yaptığını düşünebilirsin ve çok heyecanlanırsın. Ve tekrar ve tekrar aynı şeyleri yapıp durduğunu ben görebiliyorum.

Hayatta hiçbir şey yeni değildir; o bir çark. Aynı rotada dönüyor. Geçmişi sürekli unuttuğun içindir ki bu kadar heyecan duyuyorsun. Bir kez hatırladığında tüm heyecan kaybolur. Sannyas bu hatırlamada gerçekleşir.

Sannyas rotanın dışına çıkmak için gayret göstermektir, atlayıp çarkın dışına çıkmaya çalışmaktır. Kendi kendine, "Artık yeter! Artık aynı eski saçmalıklara katılmıyorum. Onun dışına çıkıyorum" demektir. Sannyas çarkın dışına mükemmel bir çıkıştır; toplumun dışına değil ama kendi içsel ölüm ve yaşam çarkının dışına.

Bu dördüncü tür rüyadır.

Ve beşinci ve sonuncu tür rüya vardır; dördüncüsü geçmişine doğru gider, beşincisiyse geleceğine doğru gider. Enderdir, çok enderdir; sadece bazı zamanlarda olur, çok, çok hassas, açık ve esnek olduğunda. Geçmiş sana bir gölge verir ve gelecek de sana bir gölge verir, üzerine yansır. Rüyalarının farkına varabilirsen bir gün bu olanağın da farkına varacaksın; geleceğin sana baktığını. Ansızın bir kapı açılır ve gelecek seninle iletişim kurar.

Bunlar beş çeşit rüyadır. Modern psikoloji sadece ikinci türü anlar ve çoğunlukla da onu birinci tür ile karıştırır. Diğer üç türse neredeyse hiç bilinmez.

Rüyalarında meditasyon yapıp içsel varlığının farkına vardığında birçok başka şey daha olacak. İlk olarak, yavaş yavaş daha çok rüyalarının farkına vardığında, uyumadığın saatlerin gerçekliğine giderek azalan oranda ikna olacaksın. O yüzdendir ki Hindular dünyanın bir rüya gibi olduğunu söylerler.

Şu anda tam tersi geçerlidir. Uyumadığın saatlerdeki gerçekliğin dünyasına çok ikna olmuş olduğun için, rüya görürken de bu rüyaların gerçek olduğunu düşünürsün. Hiç kimse rüya görürken rüyanın gerçek olmadığını hissetmez; rüyasını görürken mükemmel gözükür, kesinlikle gerçek görünür. Sabah olduğunda elbette onun sadece bir rüya olduğunu söyleyebilirsin ama önemli olan bu değil çünkü artık başka bir zihin işlemekte. Bu zihin tanık falan değildi; bu zihin sadece söylentiden haberdar oldu. Sabah uyanıp hepsi bir rüyaydı diyen bu bilinçli zihin ona tanık olmadı ki, nasıl olur da bir şey söyleyebilir? Sadece bir söylenti duydu.

Bu sen uyurken iki kişinin konuşması gibidir ve sen uykundayken —çok yüksek sesle konuştukları için— oradan buradan bazı sözler duyuyorsun ve karman çorman bir takım şeyler kafanda kalıyor. Olan şudur: Bilinçaltı rüyalar yaratıyorken ve inanılmaz bir etkinlik sürüyorken bilinç uykudadır ve bazı söylentiler duyar. Sabah olunca da, "Hepsi sahte. Sadece bir rüyaydı" der.

Şimdi, ne zaman rüya görsen onun kesinlikle gerçek olduğunu hissedersin. Saçma sapan şeyler bile gerçek görünür, mantık dışı şeyler gerçek görünür çünkü bilinçaltı mantık nedir bilmez. Bir rüyada yolda yürüyorsun, gelen bir at görürsün ve aniden at artık bir at değildir, at karına dönüşmüştür. Ve zihnine, "Bu nasıl mümkün olabilir? At o kadar ansızın karım oluverdi ki?" diye bir soruyu sorduracak hiçbir şey olmaz. Bir sorun çıkmaz, şüphe uyanmaz. Bilinçaltı şüpheyi bilmez. Böylesi saçma sapan bir olaya dahi inanılır; gerçekliğe ikna oldun.

Rüyaların farkında olduğunda bunun tam tersi gerçekleşir ve onların gerçekten rüya olduğunu hissedersin; hiçbir şey gerçek değildir, yalnızca zihnin dramı, bir psikodrama. Sahne sensin ve oyuncular sensin ve senaryo yazarı sensin. Yönetmen sensin ve yapımcı sensin ve izleyici sensin; başka kimse yok orada, o sadece zihnin bir yaratımı. Bunun farkına vardığında, uyanık olduğunda var olan tüm bu dünya niteliklerini değiştirecek. O zaman göreceksin ki burada da durum aynıdır; daha geniş bir sahnede ama rüya aynı.

Hindular da bu dünyaya maya derler; yanılsama, rüya gibi, zihinden oluşma. Ne demek istiyorlar? Gerçek olmadığını mı söylemek istiyorlar? Hayır, gerçek olmadığı doğru değil ama zihnin onunla karışmaya başladığında gerçek olmayan kendi dünyanı yaratırsın. Aynı dünyada yaşamıyoruz; herkes kendi dünyasında yaşar. Zihin sayısı kadar dünya vardır. Hindular bu dünyalara maya derken söylemek istedikleri şey gerçeklik artı zihnin maya olduğudur. Gerçekliğin ne olduğunu bilmiyoruz. Gerçeklik artı zihin yanılsamadır, mayadır.

Bir insan tamamen uyandığında, bir Buda olduğunda, o zaman gerçeği zihin çıkarılmış olarak bilir. O zaman o hakikattir, brahmandır, nihai olandır. Zihni ekle ve her şey rüyaya dönüşür çünkü zihin rüyayı yaratan şeydir. Zihni çıkart ve hiçbir şey zihin olamaz; sadece kristal saflığındaki gerçeklik kalır.

Zihin aynı bir ayna gibidir. Aynada dünya yansır. Yansıma gerçek olamaz, yansıma sadece bir yansımadır. Ayna orda yokken yansıma yok olur; artık gerçeği görebilirsin. Bir dolunay gecesi ve göl çok sakin. Ve ay gölün üzerinde yansıyor.

Ve sen ayı yakalamaya çalışıyorsun. Bu herkesin pek çok hayatları boyunca yapmakta olduğu şeydir; gölün aynasında ayı yakalamaya çalışmak. Ve elbette hiçbir zaman başaramazsın; başaramazsın bu imkânsızdır. Kişi gölü unutup tam ters istikamete bakmak zorundadır. Ay oradadır. Zihin, içinde dünyanın yanılsamaya dönüştüğü göldür. Açık gözlerle mi, kapalı gözlerle mi rüya gördüğünün önemi yok; eğer zihin varsa olan her şey rüyadır.

Şayet rüya üzerine meditasyon yaparsan fark edeceğin ilk şey bu olur.

Ve ikinci fark ediş ise bir tanık olduğun olacaktır: Rüya oradadır ve sen onun bir parçası değilsin. Sen zihninin bir parçası değilsin, sen onun ötesindesin. Zihnin içindesin ama zihin değilsin. Zihin aracılığıyla bakıyorsun ama zihin değilsin. Zihni kullanıyorsun ama zihin değilsin. Ansızın sen bir tanıksın; artık bir zihin değil.

Ve bu tanıklık son, nihai fark ediştir. O zaman rüyanın uyurken mi uyanıkken mi gerçekleştiğinin bir önemi kalmaz; sen tanık olarak kalırsın. Dünyada kalırsın ama dünya senin içine giremez artık. Nesneler vardır ama zihin nesnelerin içinde değildir ve nesneler de zihnin içinde değildir. Ansızın tanık içeri girer ve her şey değişir.

Bir kez becerebildiğinde çok basittir. Aksi taktirde rüya görürken uyanık olmak çok zor gözükür, neredeyse imkânsız gibi gözükür. İmkânsız gözükür ama değildir. Eğer her gece yattığında, uykuya dalarken uyanık olmaya çalışıp izlersen üç ila dokuz ay sürer.

Ancak unutma, aktif biçimde uyanık kalmaya çalışma; yoksa uykuya dalmayı başaramazsın. Pasif uyanıklık; gevşek, doğal, rahat, sadece göz ucuyla bakar şekilde. Onun için çok aktif olmadan; sadece pasif bir farkındalık, çok içine girmeden. Kenarda oturuyorsun ve nehir akıp gidiyor ve sen sadece izliyorsun. Bu üç ila dokuz ay sürer. Sonra ansızın uyku üzerine karanlık bir ekran gibi, karanlık bir perde gibi çöker; sanki güneş batıyor ve gece çöküyor gibi olur. Her yerine yerleşir ama içerde derinlerde bir yerde bir alev yanmaya devam eder. İzliyorsun; sessiz, pasif. Sonra rüya alemi başlar. Sonra bir sürü oyun başlar, bir sürü psikodrama ve sen izlemeye devam edersin. Yavaş yavaş ayırt etme oluşmaya başlar; artık onun ne tür bir rüya olduğunu görebilirsin. Sonra bir gün ansızın bunun uyanık halde olanla aynı olduğunu fark edersin. Niteliksel bir farklılık yoktur. Tüm dünya bir yanılsamaya dönmüştür. Ve dünya yanılsama olunca sadece tanık gerçektir.

SONSÖZ - İPTE ASILMAK

Hindistan'da çok eski bir öykü vardır: Büyük bir bilge en yakın müridini Kral Janak'ın sarayına genç adamda eksik olan bir şeyi öğrenmesi için gönderdi.

Genç adam dedi ki, "Eğer bana sen öğretemediysen Janak denilen bu adam bana nasıl öğretecek? Sen büyük bir bilgesin, o ise sadece bir kral. Meditasyon ve farkındalık hakkında ne biliyor ki?"

Büyük bilge de, "Sen sadece benim dediğimi yap. Ona git ve önünde eğil; kendinin bir sannyasin olduğunu ve onunsa sıradan bir ev sahibi olduğunu düşünüp egoist olma. O dünyada yaşıyor, o dünyevi sen ise ruhanisin diye düşünme. Tüm bunları unut. Seni ona bir şey öğrenmen için gönderiyorum. O halde şu an için senin ustan o. Ve biliyorum, burada denedim ama sen anlayamıyorsun çünkü onu anlamak için değişik bir bağlama ihtiyacın var. Janak'ın huzuruna çıkmak ve sarayı sana doğru bağlamı verecektir. Sen sadece git, onun önünde eğil. Bu birkaç gün için o beni temsil edecek" dedi.

Genç adam istemeye istemeye gitti. O bir Brahmandı, en yüksek kasta aitti! Ve bu Janak da neydi? Zengindi, büyük bir krallığı vardı ama bir Brahmana ne öğretebilirdi ki? Brahmanlar her zaman insanlara öğretebileceklerini düşünürler.

Ve Janak bir Brahman değildi, o bir Kshatriyaydı, Hindistan'daki savaşçı bir kasttan. Onlar Brahmanlardan sonra gelirlerdi. Brahmanlar birinci, en öndeki, en yüksek kasttı. Bu adamın önünde eğilmek mi? Bu hiç yapılmamış bir şeydi! Bir Brahman'ın bir Kshatriyaya eğilmesi Hintli zihnine uygun değildi.

Ama usta öyle demişti, o yüzden yapılmak zorundaydı. Genç adam gitti ve istemeden önünde eğildi. Ve eğilirken gerçekten ustasına kızgınlık hissediyordu çünkü onun gözünde Janak'ın önünde eğilmek çok çirkindi. Güzel bir kadın Kralın huzurunda dans ediyordu ve insanlar şarap içiyordu ve Janak bu grubun içinde oturuyordu. Genç adam öylesine lanetliyordu ki ama yine de eğildi.

Janak güldü ve dedi ki, "İçinde bu kadar lanetleme taşırken önümde eğilmene gerek yok. Ve beni deneyimlemeden önce bu kadar önyargılı olma. Ustan beni çok iyi tanır, o nedenle seni buraya gönderdi. O seni buraya bir şey öğrenmen için gönderdi ama öğrenmenin yolu bu değildir."

Genç adam, "Umurumda bile değil. Beni gönderdi ben de geldim ama sabaha doğru geri dönmüş olacağım çünkü burada öğrenebileceğim bir şey göremiyorum. Aslında eğer senden bir şey öğrenecek olursam hayatım boşa gitmiş olacak! Şarap içmeyi ve güzel bir kadının dansını izlemeyi ve tüm bu rezaleti öğrenmeye gelmedim" dedi.

Janak gülümsedi ve "Sabah gidebilirsin. Ama madem ki geldin ve çok yorgunsun... en azından gece dinlen ve sabahleyin gidebilirsin. Ve kim bilebilir; belki de gece ustanın seni bana gönderdiği öğrenme için uygun bağlam olabilir" dedi.

Şimdi, bu gizemliydi. Gece nasıl olur da ona bir şey öğretebilirdi? Ama tamam geceleyin burada olabilirdi. O yüzden bu konuda fazla yaygara koparmaya gerek yoktu. Kaldı. Kral ona sarayın en güzel, en lüks odasını hazırlattı. Kral genç adamla birlikte gitti, yemeğiyle ilgili tüm özeni gösterdi ve yatağına gittiğinde Janak oradan ayrıldı.

Ama genç adam tüm gece boyunca uyuyamadı çünkü yukarı baktığında tam başının üzerinde ince bir iple asılı duran çıplak bir kılıç görebiliyordu. Şimdi her an kılıç düşüp genç adamı öldürebilirdi, çok tehlikeliydi. O nedenle tüm gece uyanık kaldı, tetikte; bu sayede eğer olursa bu felaketten kaçınabilirdi. Sabahleyin Kral sordu: "Yatak rahat mıydı, oda rahat mıydı?"

Genç adam: "Rahat! Her şey çok konforluydu ama kılıca ne demeli? Neden böyle bir numara yaptın? Çok acımasızcaydı! Yorgundum, ustamın ormandaki, çok uzaktaki aşramından yürüyerek gelmiştim ve sen bana çok insafsız bir şaka yaptın. Bu nasıl bir şey böyle? O kadar ince bir iple bağlanmış çıplak bir kılıç ki en ufak bir meltemde ölüp gideceğim diye korktum" dedi.

"Sadece bir tek şey sormak istiyorum. Çok yorgundun, her an kolayca uykuya dalabilirdin ama uyuyamadın. Ne oldu? Tehlike çok büyüktü, ölüm kalım meselesiydi. O nedenle farkındaydın, uyanıktın. Benim öğretim de budur. Gidebilirsin. Ya da birkaç gün daha beni izlemek için kalabilirsin.

Güzel kadın dans ederken dün gece orada oturuyordum ama başımın üzerindeki çıplak kılıç yüzünden tetikte bekliyordum. O görünmezdir; onun adı ölümdür. Genç kadına bakmıyordum: Tıpkı senin lüks odanın keyfini çıkartamaman gibi, şarap içmiyordum. Sadece her an gelebilecek olan ölümün farkındaydım. Ben sürekli ölümün farkındayım; o yüzden sarayda yaşıyorum ama gene de bir inzivadayım. Ustan beni tanır ve beni anlar. Benim anlayışımı da anlar. Bu nedenle seni buraya gönderdi. Şayet burada birkaç gün yaşarsan, kendi gözlerinle görebilirsin" dedi kral.

Nasıl daha farkında olunur bilmek ister misin? Hayattaki tehlikelerin daha çok farkına var. Ölüm her an gerçekleşebilir; bir sonraki an kapını çalabilir. Sonsuza kadar yaşayacağını düşünürsen farkında olmadan kalabilirsin; ölüm çok yakınlarındayken nasıl farkında olmadan kalabilirsin ki? İmkânsız! Eğer hayat anlıksa, bir sabun köpüğüyse, küçük bir fiskeyle sonsuza kadar yok olacaksa... nasıl farkında olmadan kalabilirsin?

Her eyleme farkındalık getir.

SENİN İÇİNDE İKİ DÜZEY VAR: ZİHNİN DÜZEYİ VE ZİHİNZİSLİĞİN DÜZEYİ. Yahut izin ver şöyle söyleyeyim: Varlığının çeperinde olduğundaki düzey ve varlığının merkezinde olduğundaki düzey.

Bilsen de bilmesen de her çemberin bir merkezi vardır. Bir merkez olduğundan bile şüpheye düşebilirsin ama olmak zorundadır. Sen bir çepersin, sen bir çembersin; bir merkez var. Merkez olmadan sen olamazsın; varlığının bir çekirdeği var.

Bu merkezde sen zaten bir Budasın; evine varmış kişi. Çeperdeyken dünyadasın; zihinde, rüyalarda, arzularda, endişelerde, bin bir tane oyunun içindesin. Ve sen her ikisisin.

Birkaç anlığına bir Buda gibi olabildiğini görebileceğin anlar olması kaçınılmazdır; aynı zarafet, aynı farkındalık, aynı sessizlik, aynı saf mutluluk, kutsama, kutsanma... Kendi merkezinin azıcık tadına vardığın anlar olacak; bunlar kalıcı olamaz, tekrar tekrar çepere geri fırlatılacaksın. Ve

kendini aptal, üzgün, beceriksiz hissedeceksin; hayatın anlamını kaçırmış. Çünkü iki düzlemde var olursun; çeperin düzleminde ve merkezin düzleminde.

Ancak yavaş yavaş yumuşak bir şekilde çeperden merkeze ve merkezden de çepere hareket etme yeteneğine sahip olacaksın; tıpkı yürüyerek evinin içine girmek ve evinin dışına çıkmak gibi. Hiçbir bölünme yaratmazsın. "Evin dışındayım, nasıl olur da evin içine girerim?" demezsin. "Evin içindeyim nasıl olur da evin dışına çıkarım?" demezsin. Dışarıda hava güneşli, ılık, hoş; dışarıda, bahçede otursun. Sonra giderek ısınıyor hava ve terlemeye başlıyorsun. Artık çok hoş değil, rahatsız edici olmaya başladı; basitçe kalkıp evinin içine giriyorsun. Orası serin; orada rahatsızlık yok. Şimdi evin içerisi hoşuna gidiyor. Devamlı içeri ve dışarı gidip gelirsin.

Aynı şekilde anlayışı olan ve farkında bir insan çeperden merkeze, merkezden çepere hareket eder. Hiçbir yerde takılıp kalmaz. Pazaryerinden manastıra, dışadönüklükten içedönüklüğe sürekli hareket eder çünkü bu ikisi onun kanatlarıdır. Onlar birbirlerinin karşıtı değildir. Zıt yönlerde dengeleniyor olabilirler; öyle olmak zorundalar; iki kanat da aynı tarafta olursa kuş gökyüzüne doğru uçamaz. Dengeleniyor olmak zorundalar, zıt yönlerde olmak zorundalar ama yine de aynı kuşa aitler ve aynı kuşa hizmet ediyorlar. İçin ve dışın senin kanatlarındır.

Bu çok derinden hatırlanmalıdır çünkü orada bir olasılık vardır... zihin bir şeye takılıp kalma eğilimdedir. İşlerine takılıp kalmış insanlar vardır; onlar meditasyon için vakitlerinin olmadığını söyler; vakit olsa bile nasıl meditasyon yapılacağını bilmediklerini söylerler ve meditasyon yapabileceklerine inanmazlar. Dünyevi olduklarını söylerler; nasıl meditasyon yapabilirler ki? Onlar maddecidirler; nasıl meditasyon yapabilirler ki? Derler ki, "Biz dışadönük insanlarız; nasıl meditasyon yapabiliriz ki?" Onlar yalnızca bir tek kanat seçmişlerdir. Ve elbette ki bunun sonucunda hüsrana uğramak doğaldır. Tek bir kanatla hüsranın gelmesi kaçınılmazdır.

Dünyadan bıkıp elini eteğini çekerek manastırlara ve Himalayalara giden sannyasin olan, rahip olan, yalnız yaşamaya başlayan, içekapanık bir hayata kendini zorlayan insanlar vardır. Onlar gözlerini kapatır, onlar tüm kapılarını ve pencerelerini kapatırlar, Leibniz'in monadları gibi olurlar — penceresiz— sonra da sıkılırlar.

İşlerindeyken bıkmışlardı, yorulmuşlardı, engellenmiş hissediyorlardı. Giderek daha çok bir tımarhaneye benziyordu, huzur bulamıyorlardı. Çok fazla ilişki ve çok az tatil vardı, kendileri olmak için yeterli alan yoktu. Bir şeylerin içine düşüyorlardı, kendi varlıklarını yitiriyorlardı; giderek daha çok maddi ve daha az ruhani oluyorlar. Yönlerini kaybediyorlar. Kendileri olan bilinçliliklerini kaybediyorlar. Kaçtılar. Bıkkın, engellenmiş, kaçtılar. Şimdi yalnız yaşamaya çalışıyorlar, içekapanık birisinin hayatını. Eninde sonunda sıkılacaklar. Tekrar başka bir kanadı seçtiler ama yine tek bir kanadı. Dengesiz bir hayatın yoludur bu. Aynı yanılgıya yeniden zıt kutupta düştüler. Ben ne ondan ne bundan yanayım. Ben senin o kadar muktedir olmanı isterim ki, işinin başında olmana rağmen yine de meditasyon halinde kalabilesin. İnsanlarla ilişki kurmanı, sevmeni, milyonlarca ilişkinin içine girmeni isterim çünkü onlar seni zenginleştirir; ama buna rağmen kapılarını kapamaya ve bazen tüm ilişkilerinden tatile ayrılabilmeye muktedir kalabilmeli... böylece kendi öz varlığınla da ilişki kurabilirsin.

Başkalarıyla ilişki kur. Ama kendinle de kur. Başkalarını sev. Ama kendini de sev. Dışa açıl; dünya güzel, macera dolu; o bir meydan okuma, o zenginleştirir. Bu fırsatı kaçırma; ne zaman dünya kapını çalsa ve seni çağırsa dışarı çık. Korkusuzca git; kaybedecek hiçbir şey yok, kazanılacak ise her şey var. Ama kaybolma. Devamlı olarak ve devamlı olarak gidip de kaybolma; arada bir eve dön. Bazen dünyayı unut; bu anlar meditasyon içindir. Her gün eğer dengeye gelmek istersen, içeriyi ve dışarıyı dengelemen gerekir. Aynı ağırlığı taşımalılar bu sayede içerde hiçbir zaman dengeyi kaybetmezsin.

Zen ustalarının, "Suda yürü ama suyun ayaklarına dokunmasına izin verme" derken demek istedikleri budur. Dünyada ol ama dünyaya ait olma. Dünyanın içinde ol ama dünyanın senin içinde olmasına izin verme. Eve geldiğinde, eve gel; tüm dünya yok olmuşçasına.

Bir Zen ustası olan Hotei bir köyden geçiyordu. Yeryüzüne ayak basmış, gelmiş geçmiş en güzel insanlardan birisiydi, insanlar onu Gülen Buda olarak bilirdi; her an sürekli gülerdi. Ama bazen bir ağaç altında otururdu —bu köyde gözleri kapalı olarak bir ağacın altında oturuyordu— gülmüyor, hatta gülümsemiyordu, tamamen sakin, aklı başında. Biri sordu, "Gülmüyorsun Hotei?"

Gözlerini açtı ve, "Hazırlanıyorum" dedi.

Soruyu soran anlayamamıştı: "Hazırlanıyorum derken neyi kastediyorsun?"

Hotei dedi ki, "Kendimi kahkaha için hazırlamalıyım. Kendime bir dinlenme fırsatı vermeliyim. İçeri girmek durumundayım, Tüm dünyayı unutmak zorundayım böylelikle tazelenmiş olarak geri gelebilir ve tekrar gülebilirim."

Gerçekten gülmek istersen, ağlamayı öğrenmek zorunda kalacaksın. Ağlayamazsan ve gözyaşlarına muktedir değilsen gülmek için yeterli olamayacaksın. Gülmeye ait olan bir insan aynı zamanda gözyaşlarına da aittir; o zaman bir insan dengededir. Coşkulu bir insan aynı zamanda sessizdir. Kendinden geçebilen bir insan aynı zamanda merkezindedir de. İkisi el ele gider. Ve bu kutupların bu birlikteliğinden bir denge doğar. Ve amaç da budur.