Bír Şey Yapmamak

Tüm Ruhsal Arayışların Sonu

Steven Harrison

Türkçesi:
Ela Gürdemir

DHARMA

2. Basım





DHARMA

(Sanskrit dilinden bir kelime...)

• Gerçek özümüzü belirleyen şeyler;

• Doğruluk;

• İnsanlığın manevi niteliklerinin temeli;

• Evrensel düzeni oluşturan kanunlar;

• Tüm öğretilerin temeli…

Dharma Bildirisi

...Oralarda bir yerlerde,

Kaderinde, okuyabilmek için bizim yardımımızı alması yazılı olan bir çocuğun,

Büyüyüp, yok olan doğaya katkı sağlayarak varoluş amacını gerçekleştirmek için kendisini toprağa ekmemizi bekleyen bir fidenin,

Türünün varlığını sürdürebilmek için bizim gibi kişi ve kuruluşların maddi ve manevi desteğine ihtiyaç duyan bir canlı türünün,

Başını sokacak bir barınağa ihtiyacı olan bir evsizin var olduğunu biliyoruz.

Biliyoruz ki, bu dünyaya çıplak geldik ve bu dünyadan ayrılırken gene çıplak olacağız. Evrenin bize sunduklarının sadece kendimize değil tüm insanlığa ait olduğuna inanıyoruz. Bu nedenle, Dharma Yayınları olarak kazancımızın bir bölümünü yardım amaçlı bir fonda toplama kararı aldık. Bu yardım fonuna hiçbir şekilde kişi ve kuruluşlardan bağış kabul etmiyoruz. Kazancımızdan ayırdıklarımızla kurmakta olduğumuz bu fon, hiçbir dini ya da siyasi amaca hizmet etmemektedir. Bu, tümüyle Dharma çalışanları olarak bizim, özgür irademizle verdiğimiz bir karardır. Siz değerli okuyucularımız zaten satın almış olduğunuz her kitabımızla bu fona katkıda bulunmuş oluyorsunuz.

Bu, tümüyle evrene sunulan bir mesaj ve dilektir. Evreni yöneten ve farklı adlarla anılan Yüce Gücün bu arzumuzu yerine getirmemiz için, önümüzü

açık etmesini diliyoruz;

“Eğer bu arzunun gerçekleşmesi, bizler ve tüm yaşam adına en iyisi olacaksa...”

Bir şey Yapmamak

Tüm Ruhsal Arayışların Sonu

Steven Harrison

Türkçesi
Ela Gürdemir



DHARMA

Bir şey yapmadan
Sessizce otur;
Bahar gelir
Ve otlar kendiliklerinden büyür.

Zen Şiiri

Bu kitap, yaşamın her birimize sunduğu soruya adanmıştır.

İnanç ve kavram birikimimiz, sanki bir olguymuş gibi kabul edilip zaten aşırı dolu olan akıllarımıza eklene gelmiştir. Neredeyse iyileştirmeye koyulduğumuz nevrotik akıl kadar bizi ağırlığıyla aşağıya çekmekte ve çökertmektedir. Kazanılmış tinselliğimizin ve buna ait bütün dogmaların yükünden kurtulduğumuzda nasıl rahatladığımızı görmek çarpıcıdır.

İnancın çatışma yarattığı ve öz inancımız olarak benlik fikrinin çatışmanın merkezi olduğu önermesine sık sık tepki gösterilir. İçerisinde işlevlerimizi devam ettirdiğimiz törenlere, dinlere, ideolojilere ve psikolojik açıdan merkez olan “ben”e aşırı bir bağlılık vardır. Kendimize bir yapı ve işlevsellik duygusu vermekte çok uzun zamandır kullandığımız fikirlerden geriye adım atmak çok zordur.

Yaşamın enginliği, bunların hepsini, hepimizi hiç kaygısız kucaklar. İçinde yaşadığımız, akıllarımızın ürettiği kavramsal dünya değil, hâlihazırdaki yaşamdır.

Birbirimizle, otorite ve güç yaratmadan nasıl konuşabiliriz? Korku ve ihtiyaçla bağlanmamış bir ilişkiyi nasıl oluştururuz? Hem içsel özgürlüğümüzü onaylar hem de birliktelik ifade eder bir şekilde, bir topluluk içinde nasıl yaşarız? Bu keşif, inanç sistemlerimizin getirmiş olduğu uyumsuzluk ve kavramsal dünyanın yıkımında kalamaz. Bir arada ve tek tek yaşamlarımızdaki bütünlüğü neyin ifade edeceğini bulmalıyız.

Haydi, bir başımıza ve hep beraber nasıl yaşayacağımızı bulalım.

Giriş

Bu kitap, varoluşumuzun yalın gerçekliğinin araştırılması çalışmasıdır. Yaşama dair özel, felsefi ya da tasarlanmış bir yaklaşım yaratma amacıyla yazılmamıştır.

Bir yöntembilim tarifi ya da karmaşadan kurtulup açığa çıkma yolu değildir. Yaşamımızda bize kesinlik sağlayacak bir yol, sistem, öğreti yoktur. Sistemler, inançlar ve felsefeler durağandır; yaşam ise dinamik.

Kavramsallaştırmalarla karmakarışık olmuş haldeyiz. Nasıl düşüneceğimiz, davranacağımız ve ne olacağımız bize öğretilmiş. Nasıl yaşayacağımız konusunda daha fazla öğretiye ihtiyacımız yok.

Bu kitap rafta saklanmak, tekrar tekrar okunmak ya da alıntılar yapılmak üzere yazılmadı. Bir kez, ama tam anlamıyla, dalınç içinde okunduğunda amacına ulaşacaktır.

Yeni bir ideolojiye değil zaten varolan zihin yapılarımıza doğrudan bakabilme niyet ve dürüstlüğüne ihtiyacımız var. Bu görü için bize kimsenin aracılık etmesi gerekmiyor. Çünkü yaşamın gerçeğine ilk elden bakmaya istekli olduğumuzda o da, doğal olarak açığa çıkacaktır.

Gerçekliğimizin temel yapısının hiçlikten doğan ve yok olan düşünce formlarından meydana geldiğini kendi kendimize bulabiliriz. Bu doğup yok oluşun gözlemlenebilir bir sürekliliği yoktur. Ama aynı zamanda bu düşüncelerin yaratıcısı olan merkezi bir “ben” in, bir düşünenin varolduğu fikri de doğar. Bu “ben”, bir kavramdır, gerçek değil.

Tekrarlanan, soyut ve çoğunlukla bilinçsiz olan bu merkezi düşünce, içinde bulunduğumuz gerçekliğin özüdür. Bütün psikoloji, sosyal işlevler, kozmolojik ve dinsel inançlar ağının temelidir.

Bu temel benlik fikrinin incelenmesi, anlayışın başlangıcı için önemlidir. Eğer bu “ben” de bir düşünce formuysa ve o da bütün düşüncelerin yapıyor göründüğü gibi doğup yok oluyorsa o zaman biz kimiz? Bu “ben” in yok

oluşunu gözlemleyen kim?

Bu kitap, okuyucuyu zihin yapısında bir yolculuğa çıkarıp belki düşüncenin oluşmadığı sakin bir alana götürmeyi amaçlıyor. İşin bir kısmını yapmayı okuyucuya bırakıyor.

Benim akademik bir ünvanım yok ama belki de bu, bana, yazdıklarımı yazma özgürlüğü sağladı. Genç bir yaşta etrafımdaki ve içimdeki dünyanın acısı ve uyumsuzluğu ile harekete geçtim. Delirmek üzere olan bir toplumun bir parçası olmak üzere yetiştirilmiştim. Katledilen liderlerin hengâmesi ve amaçsız savaşlarla uzlaşamıyor, ailemde, ilişkilerimde ve kendi aklımda bir olgu haline gelen çatışmayı kabullenemiyordum. Üniversitenin güvenli ortamını terk edip bu acıya eksiksiz, nihai ve evrensel bir yanıt aramaya koyuldum.

Dünya üzerinde bulabildiğim her ermişe, kâhine ve falcıya gittim. Kendimi aşırı yoksunluklara, uzun süreli inzivaya ve meditasyona tabi tuttum. Dünyadaki bütün felsefe ve dinleri inceledim. Hindistan ve Himalayalarda araştırarak, uzun uzun düşünerek ve var olarak zaman geçirdim. Geçen 25 yıl boyunca keşfettiğim her şeyin öğrencisi ve öğretmeni oldum.

Ve hiç biri işe yaramadı.

Hiçbir sistem, felsefe ya da din, insanlığın haline hitap edemez. Akıl ve bilinçliliğin daha da derinlerini keşfetmeme karşın, hiçbir deneyim ikilemimi çözmüyordu. Ne kadar uzağa gitsem, ne kadar yoğun çalışsam, hangi ustayı bulursam bulayım ben hala deneyimimin merkeziydim. Ne kadar mükemmel olursa olsun her deneyim, “ben” tarafından toplanıyordu. Asıl sorun, deneyimleri toplayandaydı.

Bir noktada, Himalayalar’daki güçlü bir yogiyi görmeye gittim. Yaşama dair derin bir içgörüye sahip olduğu belli olan bu adama içsel dünyanın güçleriyle ilgili bildiği her şeyi öğrenmeye geldiğimi söyledim. Yanıtı basitti ve tam anlamıyla konunun özüne dokunuyordu: “Neden güç istiyorsun? Korktuğun nedir?” Sonra yürüyüp gitti.

Bu korkunun keşfi, tinsel yolculuğumun başlangıcı ve sonu oldu.

Bütün bu olanların bir yerinde sorunun kaynağının acı ve uyumsuzluk değil arayış içinde olan kişinin kendisi olduğunun eşsiz bir şekilde bilincine varış gerçekleşti. Asıl sorun, beni duygunun yükünden kurtaracak bir yanıt, karşılık, çözüm bulma hırsıydı. Arayan kavranmadıkça çözüm de yoktur.

Çözüm olmayınca sorunun doğası temelinden değişir.

Yaşamın önümüze koyduğu soruya karşılık veren hiçbir durum, ideoloji, felsefe ya da din yoktur. Bu sistemler bize bir yanıtın kesinliğini, katılığını ve tesellisini vermek üzere tasarlanmışlardır. Yaşamın bize sunduğu soru aslen dinamik, belirsiz ve canlı olan yaşamın kendi akışıdır.

İlgilenen kişi için varoluş olgusu her zaman ortadır. İnancın çarpıtması olmadan, dinginlik içinde ona dokunulabilir. Enginlik karşısında yaşamın bilinmeyen özelliğini, sihrini ve samimi bir alçakgönüllülük anında bütün kavramlarımızı silip yok eden gerçeği fark edebiliriz.

Bu kitap, bu ilginin muhasebesidir ve içindekiler okuyucunun kendisiyle doğrudan teması aracılığıyla denenebilir. Bu temas, sözcüklerin okunmasıyla değil, “ben”, sözcükleri, düşünceleri aşıp hiçliğe geçtikten sonra oluşan sessizlikte gerçekleşir.

Mutlak Doğru İle İlgili Bir Öykü

Bir zamanlar kralın biri, doğrunun göreceli görünümünden rahatsız olmuştu. Mutlak bir hükümdar olduğundan göreceli doğruyu kaldırıp, bir fermanla, mutlak doğruyu kabul ettirmeye karar verdi.

Yasası basitti. Şehre girip de mutlak doğruyu söylemeyeni, yalancıyı, hemen asacaklardı.

Doğrunun yüce anlatımını bulduğuna emindi.

Krallığın yakınında yaşayan çılgın bir ermiş, fermanı duyunca epey güldü.

Ertesi gün kralın huzuruna çıktı ve şöyle dedi: ”Fermanına göre bu yalanı söylediğim için beni bugün asacaksın.”

Kral şaşırıp kalmıştı. Bu çılgın adamı asamazdı çünkü o zaman doğruyu söylemiş olurdu; ne de onu yalan söylediği için asabilirdi. Bunun yerine krallığını terk etti ve ermişle birlikte mutlak doğrunun esasını öğrenmeye gitti.

Bir şeyler yanlış:
Boşluk ve Gerçeklik

Psikolojik acı deneyimi yoluyla bir şeylerin yanlış olduğunu anlarız. Bu, yaşamımızdaki önemli bir habercidir ve bu haberle birlikte, bildiğimiz dünyanın içeriğinde bir değişiklik de olur.

Bizler, acı mesajını alana kadar halinden memnun, alışkanlık, rahat ve uyuşukluk içinde uyuklayan yaratıklarızdır.

Acının tanınması özgürlük anıdır. Acı bizi irkiltir. Uyanmışızdır ve acı çekmekteyizdir. Bu çatışmanın seyrini izleyip kendi kendimizin sonuna gelerek sıkıntımızın da sonuna gelebiliriz.

Muhtemelen ilk girişimimiz bu acıyı durdurmak, onu engellemek veya inkar etmek olacaktır. Ne yaparsak yapalım onu atamaz ya da ondan kurtulamayız. Bütün yaşamımız boyunca bu temastan kaçmayı becersek de ölüm anında acımızla karşı karşıya geleceğiz.

Kurtulamayacağımızı anlayınca değişmeye çalışırız. İlaçları deneriz. Psikoterapiyi, meditasyon, yoga ve dini deneriz. Acıdan bağımsız bir şey olmaya çabalarız. Ama olmak, başlı başına acının kaynağıdır. Acı, devamlı olarak bizi çözümleyecek bizim dışımızda bir şeylere varma deviniminin kendisidir. Ama gerçekte bu, hiçbir zaman gerçekleşmez.

Gittikçe daha tinsel, sevecen ve fedakâr oluruz. Bir aziz kılığına bürünmüş şeytan gibi yaşarız. Dıştan bakıldığında mutlu bir şekilde aydınlanmışızdır ya da en azından bunu gerçekleştirme yolunda tatminkâr bir şekilde hareket etmekteyizdir. İçteyse acı çekmekteyizdir.

Şimdi kendimizi hazırlamış ve mükemmelleştirmişken bile özgürlüğü bulamayınca alaycı, olumsuz olur ve amaçsızlaşırız. Hala olmaktayızdır ve hala acı çekmekteyizdir.

Bütün yaşamımız bu acıya göre yaşanır ve henüz acımızı tam anlamıyla hissedip kucaklamamışızdır. Eğer onu kucaklarsak, kucakladığımız şey,

kendimizden başka bir şey olmaz.

Bizi yaşamımıza uyandıran bu temel boşluktur. Acı, aslında dolu değildir; boştur. Engin boşluk, gerçekliğimize açılan kapıdır.

Boşluktan bahsederken uygun olmayan bir sözcük kullanıyoruz. Sanırım dilimizde uygun bir sözcük yok çünkü biz bu kelimeyle değersiz bir durumu tanımlamıyoruz. Yalnızca gözleyenin olmadığı, dolu ve tam bir evreni ifade ediyoruz.

Ama bu evrende gözlem yer alıyor ve düşüncenin idraki olan gerçeklik oluşmakta. Bunlar, bir düşünen olmadan meydana geliyor. Boşluk, işte budur.

Bu boşluğun tanımlanması için, metafizikçiler değil ama fizikçiler güzel bir girişimde bulunmuşlardır. Kuantum fizikçiler, asli bir nesnelliği ya da ölçülebilirliği olmayan olasılık dalgaları dünyasını tarif ederler. Bilinç devreye girip gözlem veya teması ile gerçekliği yaratmadan bu kuantum fiziksel dünyada, “şey” olma hali yoktur.

Bu boşluk, düşüncenin gerçekliğini ve düşüncenin idrakini inkâr etmez. Dünya bu boşlukta yok olmaz, bu boşlukta meydana gelir ve bu boşluğun tanınmasıyla değişir.

Dünyanın bir yanılsama olduğunu söyleyebiliriz ama yanılsama gözlemcidir. Yanılsama, gözlemcinin sabit ve sürekli olduğudur. Yanılsama, izleyicinin kendi şartlanması dışında varolan nesnel bir dünya görmesidir. Bunun bir olgu değil yanılsama oluşu sadece izleyicinin aranması ile sezilebilir. Nereye yerleşmiştir? Sürekli midir? Sabit midir?

Görüntü, bir izleyen olmadığı sürece boşluktan doğar. Boşluk dünyadaki sorumluluğun kaldırılması değildir. Tam tersine dünya ile tam bir temas, beraberinde dünyaya karşı tam bir sorumluluğu da getirir. Bu, yalnızca, bir izleyicinin varolduğu fikri eriyip yok olduğunda olasıdır. Mutluluğumuz, refahımız, bütünlüğümüz dünyanınkinden ayrılamaz, çünkü biz dünyadan ayrılamayız.

Aynı zamanda boşluk, yaşamın özünde varolan mücadelelere boş verilmesi de değildir. Sağlığımıza dikkat etmeye, işimizde çalışmaya ve ailemizle, arkadaşlarımızla ilgilenmeye devam etmemiz gereklidir. Şimdi bu mücadeleler, bu birleştirici ilkenin ifadesi olarak yeni bir özellik üstlenmişlerdir. Boşluk, bizi ilk kez yaşamın doluluğuna kavuşturur.

İzleyici, kesintisiz bir düşünenin kavramsallaştırılmasıdır. İzleyenin olmadığının anlaşılması, görüntünün anlaşılmasının yolunu açar.

Görüntü, kavramsal çatımızı yıkar ve aynı zamanda fikirlerimizin altında yatan asli gerçeği bize gösterir. Görüntü, bizim boşluk diye adlandırdığımız şeyin doğasını temelinden değiştirir.

Boşluk, bizim, doluluk, somutluk ve yerleşiklik olarak sezinlediğimiz duruma göre kullandığımız bir kavramdır. Bu kavram tanımlayıcıdır ama tanımladığı şey değildir.

Boşluğun tanımladığı şey bizim somut oluşumuzdan daha değersiz değildir. Boşluğun elinde tuttuğu şey, gerçekliktir. Gerçeklik, enerjinin kendisinin hareketidir. Enerji boş ya da somut değildir. Dinamik olasılıktır. Gerçekliğe dönüşen, bu dinamik olasılığı izleyen değil görüntünün kendisidir.

Psikoloji Efsanesi

Boşluğumuzla temasımızdaki derinlik, beraberinde açıklama arayışını da getirir. Bu, katı benlik duygusu ve keşfetmiş olduğumuz aşikar boşluk arasında açıkça varolan çatışmayı çözme arzusudur. Boşluk, benlik tarafından, düşünce tarafından psikolojik acı olarak yorumlanır.

Tehlikeli bir bölgedeyizdir. Karmaşa içine düşmüşüzdür. Yardım istemek için bir rehbere başvururuz ve bu rehber bir psikolog ya da bir psikiyatristtir.

Dini bir karar vermiş olduğumuzun farkında mıyız? Kendimizle doğrudan teması gelenek, efsane ve sosyal baskıların temeline oturmuş bir açıklama ile değiş tokuş etmekteyiz. Terapistin düşündüğü şeyin bizi değiştirmek olduğunun farkında mıyız? Ne olacağımız terapistin inancına kalmıştır artık.

Bize tanı konur, tedavi ediliriz, iyileşebiliriz bile. Bize ilaçlar verilir, açıklamalar yapılır, terapiler, sanat projeleri, yazma görevleri, bağırma yastıkları, birlikte yüzeceğimiz yunuslar sunulur. Peki ama bütün bu olup biten aslında nedir?

Benliğimiz, yani merkezimiz takviye edilmiş, boşluk ise inkar edilmiştir. Tekrar üretken vatandaşlar olmuşuzdur; çalışmaya, üretmeye, yaşlanıp ölmeye hazırızdır. Hala boşuzdur ve ilaç dozları ya da terapi seansları arasında bu boşluğu derin bir acı şeklinde hissederiz.

Acı, bir habercidir. Verdiği mesaj ise uyanmamız gerektiğidir. Bunu anlayan psikolog ya da psikiyatristler tamamen farklı bir işlevleri olduğunu da anlarlar. Bilinçliliğin ebeleri olurlar, ama yalnızca kendi çatışmaları ile yüz yüze geldikten sonra...

Eğer yaşamlarımız bu çatışmanın çözümlenmesi ve varoluşumuzdaki yüce doğruyu keşfetme ile ilgiliyse o zaman bir kez daha bu boşluğu kucaklamalıyız.

O halde psikolojik çatışma, korku, endişeler, öfke, acı ve yıkıcı deneyimlerin çözümlenmemiş anıları ile ilişkimiz nasıl olacak?

Çatışma halindeki bu duygu ve düşüncelerimiz için bir terapiste ya da psikoloğa gittiğimizde gerçekte ona ne için gideriz?

Eğer çalışmaya devam edebilmek, yaşamla başa çıkabilmek, daha iyi olmak, daha iyi hissetmek için gidiyorsak muhtemelen doğru yere gitmiş bulunuyoruz.

İşte psikoloğun, terapistin ya da psikiyatristin işe yaramazlığı da budur. Onlar yaramızı sararlar. Artık daha iyi işleriz. Sık sık kendimizle ilgili büyük içgörüler kazandığımızı hissederiz.

Eğer ilerleme kaydedemezsek ya da bunalım geçirecek olursak bize ilaç verirler. Ruh halimiz ilaçları aldığımız müddetçe değişir. Tipik olarak bu daha hoş ya da fonksiyonel bir ruh haline doğru bir değişimdir. Bazen ilaçlar işe yaramayabilir ya da sorun çıkabilir.

Bazen haftada üç kez birer saatliğine bir başka insanla basit bir temasın öyle bir gücü olur ki, halimizde yükselme veya genişleme deneyimleriz. Terapinin çeşidi önemli olmayabilir.

Zihine yönelik bu tedavi edici yaklaşımlardaki eksiklik nedir? Eğer, gerçekte aradığımız şey, kökten bir çözümü gerektirmeyen bir düzenleme ise, hiç bir şey. Eğer bir sonu olmadığını ve amacının çatışmanın yarattığı baskıyı hafifletip normal olarak işlevlerimizi sürdürmemizi sağlamak olduğunu kabul edersek terapide bir eksiklik yoktur. Bize anlatıla gelen “normal”, bizim olmak istediğimiz şey midir?

Adamın biri endişeyle psikiyatriste bir tavuk getirip “Doktor, bu benim erkek kardeşim, kendisini tavuk sanıyor,” der.

Doktor bu endişeli adamın kardeşini tedavi eder mi? Hangi tedavi etkili olur? Kardeşin bu asılsız durumdan kurtulması için kaç seans gerekmektedir?

Tedavide hiçbir şeyin yararlı olmayacağı çünkü öncülün hatalı olduğu açık değil midir?

Akıl, kendi çatışmasını çözmek için kendisine baktığı sürece bu olası mıdır? Yoksa öncül mü yanlıştır?

Birçokları için kendisini tavuk sanan kardeşle ilgili sorun bütünüyle farklıdır. Onlar bunun bir erkek kardeş olmadığını, bir tavuk olduğunu fark

etmişlerdir. Çatışmayı çözmek için daha egzotik, farklı bir otorite düzeni ararlar. Eğer psikiyatrist yardım edemezse veteriner yardım edebilir. Ne de olsa o, bir tavuktur.

Katolikler Hinduizm'de, Yahudiler Budizm'de, Ateistler Varoluşçulukta, Komünistler Kapitalizmde yanıt ararlar. Amerikalılar Hindistan'a, Hintliler Amerika'ya gider. Eğer sorunu bu çözemezse, şu çözecektir. Kardeşime, eğer psikiyatrist yardım edemezse veteriner edecektir. Ama hala öncül hatalıdır ve nereye gidersek gidelim, kime sorarsak soralım çatışma devam etmektedir.

O halde kendisini tavuk sanan kardeşine yardım etmek için endişeli adam kime gidecektir?

Kendi çatışmalarımızı çözmek için kime gideriz?

Onu nasıl çözümleyeceğimizi bulmayı umut etmeden önce çatışmanın öncülünün bulunması gerektiği açık değil midir? Her şeyden önce gerçekte bir erkek kardeş yoktur, bu yüzden erkek kardeşin kendisini tavuk sanması yanılsamasının çözümlenmesi için bir sebep de yoktur. Ama çatışma vardır.

Akıl, kendisini tavuk sanan kardeşin ikileminden farksız, çatışma görünümünde kendi kendini yaratmış bir sinir ağıdır.

Kardeşin yanılsaması yoktur çünkü kardeş yoktur. Çatışmamız yok çünkü biz yokuz.

Merkez olmadan çatışma olur mu?

Tıptaki akıl modeli, geçen yarım yüzyılda değişim göstermiştir. Şimdi aklın mekanik yollardan özellikle ilaçlar ve ameliyatla kolayca etkilenip değiştirilebileceği yaygın olarak kabul edilmektedir.

Bilim, aklın biyokimyasını, aklın işlevleri ile ilgili eksiksiz bir kuram ortaya koyacak kadar bilmediğini kabul eder. Ama bilim, bunun bir zaman ve bilimsel bilginin ilerlemesi sorunu olduğu varsayımı ile hareket eder.

Bu akıl modelinin adımlarını takip eden psikiyatrik tedavi modeli, çalışmasının temelini beyin kimyasındaki uygun değişikliklerin keşfi olarak görmeye başladı.

Beynin kimyasal olarak etkilenmesinde inkar edilemez bir neden sonuç ilişkisi vardır. Psikotik, thorozin ile uysallaşır; depresifler Prozac'la

kendilerinden memnun hale gelirler.

Bu akıl modeli ve psikiyatrinin gözden kaçırdığı aklın bağlamının görüntüsüdür ki, bu da büyük bir boşluk yaratmaktadır. Akıl, bireyde bağlamından ayrık mekanik bir süreç olarak görüldüğü için psikiyatri daha büyük bir resim çizememektedir. Bunun sebebi bilimin elinde daha büyük bir görünün olmamasıdır.

Ne kadar şaşırtıcı gelirse gelsin bilimin herhangi bir bilinçlilik modeli yoktur. Bilimde işe yarar, eksiksiz bir bilinçlilik teorisi bulunmamaktadır. Bilinçlilik, akıl ve ona ait bütün permütasyonların -bilim ve psikiyatri dahil- yer aldığı bağlam olduğu halde durum budur.

Terapi dünyasında hiçbir temel çözüm yoktur. Olmamıştır. Eğer psikolojik çatışmanın çözümlenmesi ile ilgileniyorsak başka bir yerlere bakmamız gerekir.

Öncelikle psikolojik yapıların sürdürülmesinde psikolojik zamanın işlevine bakmalıyız. Zaman fikri olmadan, “iyileşme”, “üstesinden gelme” ya da “ilerleme” fikri veya psikolojik ilerleyişin sayısız kavramlarından herhangi biri olamaz. Zaman kavramı olmadığında yalnızca bir şey cereyan eder. O da şu anda cereyan etmektedir ve eğer istersek bir arabulucunun yardımı olmaksızın bizim tarafımızdan görülebilir.

Psikolojik zaman olmadığında, psikolojik çatışma ile temas ve bu çatışmanın anlaşılıp çözümlenmesi yalnızca şu anda gerçekleşir.

İkincisi, düşüncenin bir unsuru olarak olayları oldukları gibi değil de bizim algıladığımız şekliyle, geçmişi yaratan psikolojik belleğe bakmalıyız. Öznenin geçmişe dahil edilişi ve bu öznenin geçmişiyle birlikte devamlı olarak öne çıkarılışı ve geçmişi yaratan bu öznenin gelecek olarak tasarlanması psikolojik çatışmanın temelidir.

Düşüncenin bu iki unsurunun, zaman ve belleğin etkileşiminin tam anlamıyla anlaşılması psikolojik çatışmayı içine girilebilir ve dolaysız olan “şimdi”ye taşır. Başka bir yer yoktur.

Artık sorun dolaysız şu andadır; peki onunla ne yapacağız? Kesinlikle hiçbir şey.

Çatışma ile ilgili bir şey yapmak ona madde ve enerji vermektir. Ona yaklaşma, etkileyip değiştirme, daha iyi yapma, yok olmasını sağlama

girişimi yalnızca bu gerçeklik alanımızda sağlam bir yere oturur. Çözümü belli bir yere yerleştirmek onu güçlendirmiştir. Çözüm gerçekleşmeyince daha da fazla çatışma yaratmış oluruz.

Hiçbir şey yapmasak ne olur? Hiçbir şey olmaz. Çatışmanın bunu talep edebileceği birisi yoktur. Enerjisi yoktur. Zıddı yoktur. Daha fazla varolmaz. Artık gerçekliğimizin bir unsuru değildir.

Bu, psikolojik çatışmanın çözümüdür. Yalnızca an içinde yer alır. Birilerinin yardımına gereksinimi yoktur. Bizden bir şey istemez; sessizliğimiz dışında...

Aydınlanma Efsanesi

Psikolojik modelin sınırını ve belki de yıkıcılığını görmüş bulunuyoruz, ama hala anlamaya mecburuz.

Kendi boşluğumuzla bağlantıya geçmek için duyduğumuz bu gereksinim, aydınlanma efsanesiyle çarpıtılmış olabilir.

Bize boşlukla yaptığımız temasın çözümünün başka bir yerde, bir halde, aydınlanma denen yerde olduğu söylenmiş olabilir.

Bu efsane bizi her zaman boşluktan kurtarır gibi görünür çünkü bizi sürekli olarak kavramlarla doldurur. Bir amacımız, hedefimiz, mücadelemiz, yönümüz vardır. Artık boş değilizdir ama hala boşluğumuza çare aramaktayızdır. Dolmuşuzdur, boşluğumuzla ilişkimizi kaybetmişizdir ama onu düşüncede hatırlar ve yansıtırız.

Bu aydınlanmayı bulmak için epey zaman harcayacağız. Ama aramak bir işe yaramaz çünkü aradığımız yerde değildir.

Duvarlara dönük minderlerde oturabilir (meditasyon yapabilir), esrime içinde dans edebilir, dua edip ilahiler okuyabiliriz. Bu aydınlanmayı arayarak dünyayı dolaşabiliriz. Guruların en yücesini, öğretilerin en gizlisini bulabiliriz. Ama faydasızdır.

Faydasız olduğunu da fark edebiliriz. Zekamızla orada olmadığını, burada olduğunu fark edebiliriz.

Her zaman burada olmuştur. O, anın içindedir.

Değildir.

Burada değildir. Bir yerlerde değildir. Aydınlanma bir kavram, bir fikir, bir inanıştır.

Benlik, ”ben”, kendi ucunu oraya veya buraya uzatmıştır ama zaman içinde tasarlanmıştır. Zaman içinde ona hep yaklaşırız, hiçbir zaman durmayız. Aydınlanma efsanedir, çünkü benlik bir efsanedir.

Tekrar boşluğumuzla yüz yüze geldik.

Öğretmenler: Otorite, Faşizm ve Sevgi

Arayış içindeki adam, uzun ve zor bir yolculuktan ve bir sürü sıkıntıdan sonra gurunun tek başına yaşadığı dağ başına varır. Yakarırcasına, “Usta, yaşamın anlamı nedir?” diye sorar. “Oğlum, yaşam bir avuç kirazdır,” diye yanıtlar guru.

Arayış içindeki adam, guruya ulaşmak için geçirdiği onca şeyden sonra bu yanıta öfkelenir ve öfkesini guruya belli eder.

Guru bir süre düşünür ve şöyle der: “Yoksa sence öyle değil mi?”

Boşluğumuzla öyle karmaşaya düşmüş, yolumuzu şaşırmışızdır ki, bizimle aynı durumda olmayan birilerini ararız.

Öğretmenler, gurular, güç ve içgörüleri olan özel insanlar olduğunu duyarız. Belki de bu tür insanlar vardır ama biz neden onları arıyoruz? Bu hareket kaosa tepki, yetki ve yön arayışının neden olduğu kargaşa karşısında faşizmin benimsenmesi değil mi? Eğer öyleyse bulacağımız otorite, sorunu çözecek. Ama bulduğumuz otoritenin daha sonra sorun haline geleceğini de biliyoruz.

Bu öğretmen, bizim izdüşümümüz, korku, endişe ve tembelliğimizin yansımasıdır. Kesin, otoriter ve disiplinli bir baba, esirgeyen, bağışlayan ve eleştirmeyen bir anne figürü tasarlarız.

Öğretmeni güçlendirir ama kendimize karşı dürüst olmayız. Aslında bilmemize rağmen öğretmenin kim olduğunu itiraf etmek istemeyiz. Öğretmen biziz. Baba çocuktur. Çocuk babadır. Öğretmen, kollektif tasarımlarımızı kabul ederek denetimimizi de kabul eder. Önünde saygıyla eğileceğimiz bir otorite yaratmışızdır ama bu otoriteyi biz kontrol ederiz. İmparatorun çıplak olduğunu biliriz ama ihtiyaçlarımız karşılandığı sürece bu

duruma sesimizi çıkarmayız.

Guru oyunu, aydınlanma oyunu gibidir; bu oyunu oynarız çünkü boşluğumuzla karşılaşmak istemeyiz.

Bir yanıtı olduğunu düşünüyorsak, karmaşamızı yanlış anlamışız demektir. Karmaşa ortada çok zor sorular bulunmasından değil bütünlüğünü yitirmiş bir soru soran olmasından kaynaklanmaktadır. Karmaşa doğru bir zihne giriştir. Bu, merkezi olmayan ve düşüncenin egemenliğinde olmayan bir zihindir.

Eğer bu zihni guru adına kurban edersek, eğer bir başkasının sorumluluğu için tinsel sorumluluğumuzu bir kenara bırakırsak kayıp ruhların dünyasına girmiş oluruz. Buraya girenlere dikkat edin: Ruhları yitip gitmiştir. Guru kayıptır.

Güç, çürümüşlüktür. Bir sürü gurunun seks ve para skandalları bunun böyle olduğunun kanıtıdır. Müritleri liderlerinin davranışına mazeret buldukça kaç tane içgörülü ve karizmatik öğretmen entrika ve hileye batmıştır? Böyle bir yapının niteliği, artan aptallığa doğru gidiştir, çünkü atılan ilk adım, sorumluluktan feragat, yanlış bir adımdır.

Hiçbir otorite sorumuza yanıt veremez ama şansımız yaver giderse belki sorumuza yanıt verecek birini buluruz.

Sorunun bu hediyesi en değerli şeydir. Eğer böyle bir verici ile karşılaşır ve bu karşılaşmayı idrak edecek kadar alıcı ve alçakgönüllü olursak tamamen farklı bir ilişki içine girmiş oluruz.

Bu ilişkide sorunun otorite ve gücünden başka hiçbir otorite, hiçbir güç yoktur.

Soru ortadayken bir yanıtın durabileceği yer yoktur. Yanıt olmayınca ne güç, ne otorite ne de yanıt veren kalır.

Guru ile ilgili tasarımımız, kendine barınacak bir yer bulamaz. Böyle bir insanla karşılaştığımızda ve bize bir soru sunulduğunda elde edebileceğimiz hiçbir şey olmadığını fark ederiz. Alınacak hiçbir şey ve verilecek her şey ile bir ilişki içindeyizdir. Sevgi içindeyizdir. Guru budur. Gerçek doğamızla karşılaşmışızdır.

Ruhun Kara Gecesi

Bize yardım edecek hiçbir psikolog, guru, tanrı olmadığında ne olur? Çatışmamıza hiçbir çözüm, hiçbir aydınlanma, kederimize bir son yoksa ne olur? Yalnızca boşluk varsa ve onu dolduracak hiçbir şey yoksa? Dünyamız, yaşamımız, ilişkilerimiz çöker. Biz çökeriz.

Kimliğimizin bu çöküşü ve bu çöküşten kaçmanın imkânsızlığı son ve başlangıçtır. İçinden hiçbir şeyin geçmediği "ruhun bu kara gecesi" bir olay değildir. Zaman içinde ya da zamana ait değildir. Bizim hakkımız veya başka bir şey haline gelmek de değildir. Rastlantısal olmadığı gibi bir şeyin sonucu da değildir.

Hiçbir şey bizi buraya getiremez ya da bunun içinden geçiremez. Ve onu ne yaratabilir, ne aceleye getirebilir ne de sonlandırabiliriz. O, bir andır, bir yaşam boyudur.

Hiçe indirgenildiğinde, "hiç", kendini ifade edebilir. Hiçliğin bu dışavurumu sevgidir. Sevginin bir kaynağı ve bir nesnesi yoktur, her zaman varolmuştur.

Bir şey Yapmamak

Meditasyon düşüncesi bir sürü nedenle bize çekici gelebilir.

Belki neden ezici nevrozlarımız, aralıksız düşüncenin ağırlığı, hissettiğimiz baskı, yaşamımızdaki endişe ve strestir.

Belki de neden, hayal meyal hatırladığımız, yolunu artık bilmediğimiz bir dinginlik haline duyulan silik bir nostaljidir.

Bu, denetime duyduğumuz ihtiyaç tarafından yönlendirilen bir ilgi de olabilir; güç arayışının bir uzantısı da.

Hüzün, umutsuzluk, depresyon, trajedi ya da ölüm bizi meditasyonla ilgilenmeye iter. Tanrıyı bulmak isteriz. Sonuçta meditasyona tüm bu yaklaşımlar başka bir şeyin arayışıdır.

Bu temel gözü doymazlığımız, bulunduğumuz halden ve konumdan duyduğumuz tatminsizlik, bizi meditasyona yönlendirir.

Bu durumda meditasyonun bir takım deneyimler için bir av haline gelmesi şaşırtıcı değildir. Yaşantısından tatmin olmayan akıl, kendisinden de tatmin olmaz ve bu ötekini arar.

Peşinde olduğu barış, sevgi ve huzur durumudur; arayış içindeki akıldan farklı, daha iyi, daha tam bir durum.

Ama aklın, bu ötekinin peşine düştüğü alan aklın kendisidir.

Kendinden başka hiçbir şey bulamayınca bu meditasyon yapan akıl, bulduğundaki değeri araştırır. Deneyimler, haller, tanrılar ve şeytanlar bulur. Buradan yola çıkarak tanımlamalar, açıklamalar ve öğretiler yaratır. Buradan felsefe ve din yaratılır. Şimdi meditasyon şarta bağlanabilir. Araştırma daha önceden tanımı yapılmış bir deneyimin kesin bir keşfi olabilir.

Akıl kendi içine katlanmıştır. Kendi kendini yaratmış bir doğru fark etmiştir ama hala kendi içerisinde hapsolmuştur.

Eğer bize oturup gözlerimizi kapamamız ve beyaz ışığı aramamız söylenmişse biz bu beyaz ışığı yaratırız. Ya da Buda'yı, Şiva'yı, İsa'yı.

Bu kendi içinde ilginçtir. Meditasyonumuzda özel bir varoluş durumu deneyimlemek üzere eğitilebilir ya da buna şartlandırılabiliriz.

Meditasyon, tanrımızı bulmak ilginç bir deneyim gibi görünebilir. Ama tanrımız nereden gelmiştir? Bu eşsiz bir çatışma içinde olan aynı aklın tasarımı değil midir? Huzurlu ve sevecen tanrımız bu çatışmanın dışavurumu değil midir? Bu ışıksal varlığı yaratarak kendimizin o olmadığımızı, gölgede varolduğumuzu ima etmiyor muyuz? Hala çatışma halinde değil miyiz?

"Sevgi" sözcüğü sevgi değildir, "Tanrı" sözcüğü de tanrı. Bu "sevgi" ve "Tanrı" sözcüklerinin doğaları gereği bir başkasını yarattığını, bir ayrım yarattığını anlamıyor muyuz? Bu ayrılık, bilinçsizce varolduğu sürece "ben","Tanrı"yı ya da "sevgi"yi arar ama asla bulamaz. Gerçek sevgi ancak kavramın, yani "sevgi" ve "ben" fikrinin çözülmesiyle bulunur. Bu, sözcüklerle değil, sessizlikle ifade edilen "sevgi"dir.

"Aklımıza nasıl yaklaşırız?" sorusu sık sık sorulur. Bu sorunun cevabı yoktur. Soruyu soranın perspektifinden bakıldığında akıl biziz. Yaklaşmaya ihtiyacımız yok, zaten oradayız.

"Aklımızın ötesine nasıl geçeriz?" sorusu sık sık sorulur. Soru, "öte" ye ulaşıldığında bizim orada hala her şeyi gözlemler halde olacağımızı öngörür. Aklın ötesi demek soruyu soranın ötesi demektir, bu durumda gözlemleyecek olan kim?

Ama belki akla yaklaşmak ve aklın ötesine geçmek gerçekte aynı sorudur?

Her şeyden önce akıl, bizim her günkü yaşamımızdır. Düşüncelerimiz, hislerimiz, fikirlerimiz, motivasyonlarımı, stratejilerimiz, korkularımız, çekimlerimiz, hayallerimizdir. Bu, görünüşte karmaşık ve iç içe geçmiş düşünce ağına "ben" diyoruz. Bu "ben", fiziksel bir bedene yerleşmiş ve yaşamımız bu ben/bedenin korunması ve ilerlemesi ile ilgili.

Babadan çocuğa, öğretmenden öğrenciye, devletten vatandaşa, din adamından inanana devredilen sosyal anlaşmalar yoluyla düşünce, derinliğini ve genişliğini arttırır ve sonuçta varlık görünümü kazanır. Genetik materyalin nesilden nesile aktarımı, düşünce ve belleğin aktarılmasıdır ve bu bizi hem kollektif olarak hem de tek tek şartlandırır.

Yaşadığımız yaşam özgün ve keşiflerle dolu bir yaşam değil, daha çok devraldığımız bakış açılarının yankısıdır.

En temel şartlanma benmerkezciliğin esas duyusu olan “ben”inkidir. Bu, düşünceleri olan ve bir şekilde bizim bedenimizde yaşayan bir düşünenin varolduğu duygusudur. Bu, bizim yerleşik olduğumuz yanılsamasıdır.

Kuantum fizikçiler, atomdan küçük evrende nesnelerin kuantum ayrılamazlığı içinde varolduğunu kabul ederler. Kuantum nesneleri yerleşik değildir, ayrık da değildir. Bir başka nesne etki edince nesneler bağlanmaya devam ederler. Bu bağlanmışlık uzaklıktan etkilenmez, çünkü bağlama kuvveti boşlukta hareket etmez. Bu bakımdan yakın ve uzak aynı şeydir.

Bu, kendi başına bir bilinçlilik modeli olmasa da görünürdeki yerleşiklik, otonomi ve ayrıklık duyusunun nasıl hiç de sorun olmadığının bir işaretidir.

Ama bizim yerleşiklik ve ayrıklık duyumuz kollektif insan ruhumuza öyle işlemiştir ki bunu gerçekliğimizin esası olarak kabul ederiz. Zihinlerini yoğunlaştırmayı, sakinleştirmeyi ya da sessizce oturmayı denemiş olanlar hiçbir düşüncenin herhangi bir şeyi denetlemediğini doğrudan bilirler.

Bu düşüncenin bedendeki barınağı her gece uykuya daldığımızda şüpheli bir konuma girer ve esas olarak kendini farklı bir gerçekliğin içinde bulur ve sık sık bedenine geri dönme duygusuyla uyanır.

“Ben” duyumuzdaki bu somutluk şaşırtıcıdır; ama öyledir.

O halde şartlandırmalarla bozulmamış halimizi nasıl göreceğiz? Kendimize herhangi bir yaklaşım yine kendimizden yola çıkar ve sonuçta şartlanmanın bir parçasıdır. Bu, ümitsiz bir ikilemdir ve bununla ilgili yapılacak bir şey yoktur.

Yani hiçbir şey yapamaz mıyız? Basit bir şey yapabiliriz: hiçbir şey. Hiçlikte esaslı bir dinginlik vardır.

Haydi deneyelim ve görelim. Şimdi durun ve hiçbir şey yapmayın.

Görüleceği gibi hiçlik şaşırtıcı bir şekilde aktif bir yerdir, ama ne olduğumuzu keşfedebileceğimiz yer de burasıdır. Bir şey yapmamaya karşı dirençte, bir şey yapmama, bir şey olmama korkusunda, benliğin parametrelerini keşfetmeye başlarız.

Bir odada bir hafta oturun ve hiçbir şey yapmayın. Ne olur? Bundan ölür müyüz? Aklımızı kaçırır mıyız? Neden hiçbir şey yapmamak gibi bir şey bunca korkuya sebep oluyor?

Hiçbir şey yapmamak apaçık bir şekilde yapanı özetler. Eğer kendi aklımıza yaklaşmak istiyorsak en dolaysız yol hiçbir şey yapmamaktır. Eğer aklımızı aşmak istiyorsak hiçbir şey yapmayalım. Muhtemelen hiçbir şey yapmadığımızda en açık şekilde ortaya çıkan sanki bir şey yapıyormuşuz gibi düşüncelerin sürekli akmasıdır. Bunda büyük bir ironi vardır. Düşüncelerin bir açma-kapama düğmesi yoktur. Bu düşünceleri düşünenin biz olduğumuza eminizdir ama sanki kendilerine ait bir akılları varmış gibi görünürler.

Ama eğer bu düşüncelerin kendilerine ait bir aklı varsa o zaman düşünen kimdir? Ve daha önemlisi bu düşünen, bu “ben” nerededir?

En etkileyici şey, düşüneni hiçbir yerde bulamayacağımızdır. Düşünceler gelir ve giderler; görüntüler, planlar, hayaller, korkular ve hatta bu düşüncelerle ilgili yorumlar oluşmaktadır. Ama düşüneni hiçlik içinde hiçbir yerde bulamayız. Yalnızca düşünce vardır.

Öyle hiçbir şey yapmadan oturdukça beden acımaya, ağrımaya başlar. Dikkat bedenin düşünülmesine çevrilir ve birden bu yoğunluk, düşünene dönüşür ve beden “ben”miş gibi görünür.

Ama buna bir bakalım. Bu bedenin tam da gözlemlediğimiz düşüncelerden daha fazla bir sürekliliği var mıdır? Hiçbir şey yapmazken bedenin ağrı ve sızıları aynen düşünceler gibi kendi başlarına oluşup kendi başlarına çekip gidiyorlarmış gibi görünürler.

Haydi bedenimizde “ben” in yerleştiği yeri bulalım. Kendimizle ilgili dünyayı gözlemlerken nerededir? Aslen nerede bulunuruz?

Bu soru sorulduğunda ilginç bir şey olur. Merkez olduğu hissedilen yeri yakından gözlemleyin. Şimdi bedenimizde yeri belirledik, bu yerleşim yerini bulduk, bu yerleşim yerini bedenimizin neresinden gözlemleriz? Ve bu gözlemleme noktasını nereden gözlemleriz? Düşünen, gözlemleyen, yapan nerede bulunmaktadır?

Tüm gerçekliğimiz, bedenimize yerleşmiş bir ben öncülü üzerine kurulmuştur. Belki de şimdi bir kez daha bakma zamanı gelmiştir.

Konsantrasyon, Meditasyon Ve Boşluk

Bir takım teknikler kullanılarak yapılan meditasyonun özelliği nedir?

Kişi, meditasyon teknikleri yardımı ile zihnini yoğunlaştırabilir. Yoğunlaşmış zihin bir görüntü, bir ses ya da düşünceye odaklanmıştır. Bunun değeri sınırlıdır. Yüce doğrunun keşfi ile kıyaslandığında zihnin yoğunlaşma yeteneği yetersizdir.

Zihnimizi üzerinde odaklanılan nesneye tekrar tekrar çevirerek daha az sarsılır hale geliriz. Aklımızı tekrar nefesimize, mantramıza ya da görsel hayalimize döndürürüz. Şimdi zihnimizde sadece nefes, mantra ya da görsel hayal vardır.

Bu, sakinlik değil tembelliktir. Yoğunlaşmışızdır ama duyarlılığımızı da kaybetmişizdir. Önem vermemek için kendimizi eğitmekte, kendimizi hipnotize etmekteyizdir, daha uyanmadan kendimizi tekrara uyutmaktayızdır.

Bu yoğunlaşma ile elde etmeye çabaladığımız şey nedir? Neden kaçıyoruz? Kendimizi odaklamak için böyle umutsuzca çırpınarak karşılık verdiğimiz, yaşamımızdaki parçalanmaya sebep olan şey nedir?

Yoğunlaşmış bir zihinde esas kimlik yapısı değişmez. Şu anda “ben” yoğunlaşmış, bir noktaya odaklanmıştır. Bir fark varsa o da daha güçlenmiş ve sağlamlaşmış olduğudur.

Yaşam sorunsalı aklın yoğunlaşıp yoğunlaşmaması değil düşünce işini yapanın kim olduğunu bulmaktır.

Açık bir düşüncesi olmayan ya da huzur içinde varolan veya bir başka değişikliğe uğratılmış halde olan bir akıl, meditasyon teknikleri ile geliştirilebilir. Ama bu akıl, bölünme ve ikilemden kurtulmuş mudur? Tekrarlama, yoksunluk ile aklı tekrar yapılandırma ya da öteki sersemletici tekniklerle gerçek özgürlük yaratılabilir mi?

Varlığın böyle umutsuzca değişmek isteyen doğası nedir? Bir şey haline dönüşmek istemekteyiz. Bu şey nedir? Yeni midir yoksa daha önceden bizde olan ya da inandığımız veya olmamız gerektiğine ikna edildiğimiz bir tanımlama mıdır?

Temel tatminsizliğimiz, kendisini bir ayna görüntüsü gibi yansıtır. Bir çeşit ikinci kişilik durumu, olacağımız bir durum yaratırız. Şimdi parçalanmış, nevrotik akıl, yoğunlaşma ve odaklanma yansıtır. Yoğunlaşmak için zorla otururuz. İçsel çalışmamızı gururla ötekilere anlatırız. Başkalarını etkilemek, pozisyon ya da güvenlik elde etmek için yoğunlaşmış aklın göreceli gücünü kullanırız. Zihin yoğunlaşmıştır ama temel nevroz sadece genişlemiştir.

Kişi aklı yeniden yapılandırmaya daldıkça nevroz genişler ve yanılsama oluşur. Bir tanrı yaratıp kendimizi bu tanrıda kaybedebiliriz bile. Ama bu tanrı benliktir, akıldır,”ben”dir ve ikilem içindedir.

Aklı düzene sokmak veya yoğunlaştırmak için kullanılan teknikler eğer benliğin ötesinde ne olduğunu bulmak istiyorsak bir işe yaramazlar. Düşüncenin keşfinde bir değerleri olabilir, psikolojik meselelerle başa çıkmada yararlı olabilirler ya da fiziksel hastalığın semptomlarını düzenlemede kullanılabilirler; ama benliği kendisinin ötesine geçiremezler.

Teknik kullanılmayan meditasyonun esası nedir?

Farkındalığı, içeriği her ne ise ona döndürebilir miyiz? Bu, dikkatin ta ki devamlı bilinçlilik elde edilene kadar tekrar tekrar içinde bulunulan ana taşınması, farkındalığın geliştirilmesidir. Yorumsuz, yargısız, ayrım yapmadan bu farkındalık sık sık belirli tinsel uygulamaların mutlak sonucu olarak öğretilir. Ama sonuçta bu bir ruh hali, bir duruş, ”farkında” olan bir izleyiciyi gerektiren bir durumdur. Ama izleyen hiçbir şeyle gerçek bir temas halinde değildir.

Meditasyonda tekniklerin kullanılması ve kullanılmamasının sorunlarını görmüş bulunuyoruz. O halde gerçekte meditasyon ya da meditasyon teknikleri olmazsa ne vardır?

Düşünce ortaya çıkar ve geçer gider. Farkındalık kalır. Düşünce değil. Kasıtsız olduğumuzda düşünceler arasındaki alana girebilir ve gerçek doğamızı keşfedebiliriz.

Düşünce bu alanı tarif etmek isteyebilir ama yapamaz. Bu alanda düşünce yoktur ve sonuçta “ben” yoktur. Bu alana kasten ya da irademizle

yaklaşamayız. Bu sessizliği deneyimlememize yardım edecek teknik, felsefe, öğreti veya din yoktur. Yardım olarak aldığımız her şey yolun içindedir çünkü arayan yoldadır.

Ama aynı zamanda hiçbir şey yolda değildir çünkü her ne kadar “ben” adlandırılabilir olmayı, katı ve tasarlanabilir olmayı arzu etse de gerçekte bulunabilecek bir “ben” yoktur. Sessizliği engelleyen hiçbir şey yoktur ama bu sessizliği bulabilmek için yapılabilecek bir şey de yoktur. Zaten vardır ve bizim çabalamayı bırakmamızı beklemektedir.

Aramaya bir sürü enerji harcanır. Sadece durun.

Düşüncenin Doğası

Düşünce, bilinçlilik alanındaki sakinliğin gerisinde akan şeydir. Düşünce bizim duygu ya da his diye adlandırdığımız şekle bürünebilir, fikir veya kavram formunu alabilir, yazı şeklinde veya sembolik olabilir. Düşüncenin geçmiş ve gelecek yaratma yeteneği vardır.

Düşünce nesne ve özne olmadan şekillenemez. Düşünce zaman olmadan şekillenemez. Düşünce hiçbir şeyi doğrudan deneyimleyemez. Düşünce kendisinin farkında olamaz.

Düşünce gerçekliktir. Düşünce olmadan gerçeklik yoktur. Bu düşünce-gerçeklik, gerçek değildir ve doğasında şeylik veya madde yoktur.

Bölünmemiş olan yalnız düşünce ile bölünmüş görünür. Düşünce, şuna ya da buna ayırır. Düşünce birlik taşıyamaz çünkü her zaman düşüncenin dışında olan vardır. Birlik düşünceyi kapsar çünkü birlik her şeyi kapsar.

Düşünce, bir düşüneni imler. Bir düşünenin düşüncesi olur. Düşünceler gözlemlenebilir. Düşünen ancak düşünce olarak gözlemlenebilir.

Düşünce, daraltır ve sınırlar. Bilinçlilik sınırsızdır. Düşüncenin bilinçliliğe gereksinimi vardır. Bilinçlilik düşünceye ihtiyaç duymaz.

Dil ve Gerçeklik

Bütün çocukluk yılları boyunca Sally bir tek kelime bile konuşmamıştı. Annesi onu her türlü uzmana götürmüş ama hiçbiri işe yaramıştı.

Birgün Sally kahvaltı yaparken tostunu yere fırlattı ve bağırdı: “Bu tost yanmış, ben bunu yiyemem.”

Annesi şaşkınlıktan dondu kaldı. “Sally sen konuşuyorsun. Neden bunca yıl konuşmadın?”

Ve Sally şöyle dedi: “Şimdiye kadar her şey yolundaydı.”

Dili anlamak düşünce ve gerçekliği anlamanın tamamlayıcısıdır.

Olduğumuz şeyin doğasını gözlemlerken aynı zamanda gözlemi de tarif ederiz. Bu adlandırma işlemi dünyada iş görebilmemiz için bize gereklidir. Bu, çocuğun ilk olarak öğrendiği ben ve ben olmayan arasındaki farkla birlikte büyürken öğrendiği şeydir. Dilin kullanılması veya isimlendirme, dünyadaki nesnelerin, eylemlerin ve gerçeklerin farklılaştırılmasıdır. Bu ayırma ve ayırt etme zihnin temelidir ve sonuçta etrafımızdaki dünyanın görünürdeki işlevi için şarttır. Oysa bu, doğru anlayışın temeli değildir.

Ayırt etmenin öğrenilmesi sonucunda yitirilen şey, bu isimler ve ayrık nesneler dünyasının içinden geliştiği her şeyin altında yatan birliktir. “Ben” merkezi kurulup benin dışındaymış gibi görünen dünya, dil yoluyla öğrenilip tanımlandıkça yaşamın dil öncesindeki farklılaşmamış doğasının gerçekliği unutulur.

Orijinal olarak bütünün bir unsurunun temsili olan dil kendi geçekliği içinde donar. Dil geliştikçe, yalnızca “şu an gerçek” olan nesneleri isimlendirmek için değil bunların birbirleriyle ilişkilerini de tanımlamak için kullanılır.

Dil öncesi bir halden başlayarak kısa zamanda “ağaç” ve “ev” arasındaki farkı öğreniriz. “Büyük ev” ve “küçük ev” arasındaki farkı öğreniriz. “Senin büyük evin” ve “benim küçük evim” arasındaki farkı da.

Bir noktada dil ve kavram, “katı nesne kaynaklı” sözcükten soyut alana sıçrar. Şimdi biz “senin büyük evini istiyorum”, “kendi küçük evimi beğenmiyorum” cümleleri kurarız. Küçük evle bir “sorun”umuz vardır. Ancak büyük ev bizi “tatmin edebilecektir”. Dil bütün bu nesneleri ve ilişkileri tarif eder. Biz bunun yalnızca dil, sözcük, düşünce olduğunu unuturuz. “Sorun” gerçekte nerede varolmaktadır?

Dil öncesi halin farklılaştırılmamış sessizliğini kaybetmişizdir.

Dilin gelişiminde “ben” ve “ben-nesne” ilişkisinin üstü kapalıdır. İsimlendiren olmadan isim olmaz ve isimlendirilen olmadan isimlendiren. Dil geliştikçe dilin yarattığı gerçeklik tarafından yutuluruz.

Gerçekliğimizin temeli olarak “ben-nesne” ilişkisi ile özdeşleşme aynı zamanda acımızın da temelidir. Dilden önce deneyimlediğimiz bütünlüğün özlemini çekerken dil yoluyla yaratmış olduğumuz dünyada birliği bulamayız. Bu birliğe artık yalnızca dil aracılığıyla yaklaşabiliriz. Üstünü örttüğümüz altta yatan dil öncesi bütünlüğü tekrar keşfetmekten ziyade dili daha da yerleştiririz.

Birliğin özenli tanımlarını yaparız, birliğin sembolik ifadelerini yaratırız, birliğin arketip sembollerini keşfederiz. Psikoloji, felsefe ve dini yaratırız. Ama hala dilin ve ona ait ben-nesne yapısının egemenlik alanından baktığımız için gerçekte hiçbir zaman bütünlüğe ulaşamayız.

Tam bir ikilemle karşı karşıyayız. Anlayışın araştırılması nasıl kendi kendini aşar? Araştırmanın kendisinin, bütünlüğün idrakine bir engel olduğunu görebiliriz; çünkü “araştıran” doğası gereği dünyayı nesneleştirir ve böler.

Eğer dil öncesine geri çekilirsek, “ben-nesne” gerçekliğinden de geri çekilmiş oluruz. Burada yalnızca görünürde bir birlik deneyimleyebiliriz çünkü nesnel dünyadan korkar ve onu dışlarız. Şimdi hiçbir nesnenin olmadığı öznel bir dünya yaratmışızdır. Artık işlevselliğimizi yitirmiş, otistik olmuş, geri çekilmişizdir. Şartlanmış gerçekliğin inkârı işe yaramaz, çünkü bütünlük sağlamaz.

Bu soruyu ancak nesnel gerçeklik bağlamında ele alabiliriz. Gerçeklikten kaçarsak özgürlüğümüz, bağlantıya geçme korkumuzla ve kopukluğumuzla sınırlanır. Bu göreceli dünyada ancak bölünmeyi aşan bir zekaya sahip olduğumuzda tam anlamıyla yaşarız. Bu zeka, hem göreceli “ben-nesne”

ilişkisinin doğasının ve sınırlamalarının tanınması hem de onun kaynağı olan altta yatan birlik temelinde kurulmuş olmalıdır.

Nesnel ve öznel dünyaların alaşımı bizim de içinde kaynaştığımız yaşamın bütününü içerir. Gözlemleyenin daraltmaları olmaksızın görüntü sınırsızca genişlemiştir. Gözlemleyen ancak göreceli gerçeklikte varolabilir; görüntü yalnızca birlikten doğabilir.

Din, Semboller ve Güç

Küçük çocuğun resim çizdiğini fark eden annesi “Ne çiziyorsun Jimmy ?” diye sordu.

Çocuk başını kaldırmadan “Tanrının resmini” diye yanıt verdi.

“Ama Jimmy,” dedi anne “Tanrının neye benzediğini kimse bilmez ki.”

“Ben resmi bitirdiğimde bilecekler.”

Sessizliğin, düşünce olmayanın dili yoktur ve sonuçta bilinemez. İnsanlık bilemediğini, böylece de açıklayıp denetleyemediğini hiç sevmemiştir.

Bu çıkmazla karşılaşılınca din yaratılmıştır.

Din her zaman bilinmeyeni bilinen terimlerle açıklamış ve bilinmeyen için semboller yaratmıştır. Bu sembolleştirme zihinlerimize, kültür ve kozmolojimize öyle derinlemesine yerleşmiştir ki, dinsel paradigmalar içinden nadiren sorgulanır. Bu paradigmanın dışından bakıldığında dinsel tasvirler etkilerini, ulvi anlamlarını yitirirler.

Hıristiyanlar dişlerinden kan damlayan, kafataslarından oluşmuş kolyesiyle bir cesedin üzerinde dans eden Kali figüründe Tanrıyı göremezler. Hindular kanlar içinde çivilenmiş, çarmıhta can çekişen adamda Tanrıyı göremezler. Tanrıyı ancak kafamıza bir öğreti sokulduğunda görebiliriz. Tanrı öğrenilmiş bir semboldür.

Friedrich Nietzsche aşikar soruyu sormuştur: ”Hangisi doğru: insan mı Tanrının gaflarından biri yoksa Tanrı mı insanın?”

Dinin en önemli özelliği, her birimiz için öleceğimiz, ailemizin, arkadaşlarımızın öleceği mutlak olgusunun yarattığı endişeyi yatıştırma işlevi görmesidir. Din, ölsek de devam edeceğimize söz verir. Ve eğer inanırsak sonraki yaşamımız muzaffer olacaktır.

Dinsel törenin tekrarlanması, ölüm konusunda bizi hiçbir şeyin yapamayacağı kadar rahatlatır ve onları böylesine güçlü kılan şey, bu törenlerin halka açık, kollektif doğasıdır. Grup ritüeli bizim refah, bağlılık ve güvenlik duygularımızı arttırır. Ama bu etki gerçek ve dönüştürücü müdür yoksa yalnızca metaforik olarak içimize çekmek zorunda olduğumuz altta yatan gerçekliğin temsili midir? İhtiyaç duyduğumuz şey, kendine özgü mistik birleşme iken mekanik, alışkanlık şeklinde tekrarlanan törene mi saplanıp kalmışızdır?

Törene ve dine bağımlı hale gelir miyiz? Ölüm endişesi bastırılmış ya da anlaşılmış mıdır, yoksa yalnızca maskelenmiş midir? Ölüm korkumuzu tam olarak çözümlemek için kör törenden daha derinlere gitmemiz gerekir.

Dinin ezelden beri bir işlevi de halkın davranışlarını denetlemek ve toplumu düzene sokmaktır. Çok derinlere kök salmış semboller nedeniyle dinin halk üzerinde son derece büyük bir gücü vardır.

Dinsel vicdanın gelişmesi toplumu şartlandırır ve bir yaşam ve davranış şeklinin önceden tarifini yaparak ilkel ve

yıkıcı davranışların dışavurumunu engelleyebilir. Bu, kendi içinde sorun teşkil etmez.

Dinsel vicdanın ortaya çıkardığı sorun, dünyamızın parçalara ayrılmasıdır. Bu, dinimiz tarafından şartlandırılmış davranışlarımıza karşıtlık oluşturan iç tepilerimizin, arzularımızın ve saldırganlığımızın içsel bir şekilde bölünmesidir. Dinsel vicdan dışında günahın yönlendirdiği ezbere davranış kalıpları üretmişizdir. H. L. Mecken vicdanı “birilerinin izliyor olabileceği konusunda bizi uyaran içsel ses,“ diye tanımlar.

Kendimizi bölmüşüzdür. “İyi” kişi, dindar yanımızdır, kendisini açıkça ifade edebilir. “Kötü” kişi saklı kalmalıdır, kendini ancak sinsice dışa vurabilir.

Dıştan bakıldığında dinsel vicdanın etkisi ve yol açtığı davranış, dinler arasında çatışma yaratır. Ne de olsa eğer bizim dinsel davranışımız ahlaki dürüstlüğün dışavurumuysa o halde diğer bütün dinler en iyi durumda yanlış yola saptırılmışlardır. En kötü durumda farklılıklar bağnazlık, şiddet ve savaş için geçerli birer sebep olacaktır.

Dinsel inancın ahlaki gücü bize çekici gelir çünkü nasıl yaşanacağının detaylarını öyle bir babavari kesinlikle tanımlar ki; dinin beraberinde

getirdiği bu ne yapılması gerektiği konusundaki kesinlik aynı zamanda ne yapılmayacağının kesinliğini de içerir.

Yan yana geldiğinde iki dinin mutlak kesinlikleri yalnızca çatışma yaratır. Birinin yanlış olması gerekmektedir ve bu biri her zaman öteki olmalıdır.

Quaker'lar eşsiz basit tarzları ile bunu gayet iyi ifade ederler: "Benim ve senin dışında bütün dünya acayip ve bence bazen sen de birazcık acayipsin."

Davranışın düzenlenmesi yoluyla toplumun denetimi, dinin gücünün ölçütüdür. Ve gücün olduğu yerde güç simsarları, yani rahipler vardır.

Bunlar Tanrının kendisinin sureti olan kanunun yorumlayıcılarıdır. Sessizlik adına konuşurlar ve uyumsuzluğun açığa çıktığı nokta da tam burasıdır. Sessizliğin bir sözcüye ihtiyacı yoktur.

Din, doğası gereği dünyada bölünme yaratmıştır. Din yüzünden savaşlar çıkması komedilerin en büyüğüdür. Din, Batıda bize günah ve cehennem kavramlarını, Doğuda zenginlik ve adaletsizliğe boyun eğişi getirmiştir. Kültürün bir temeli olarak din, parçalayıcı kuvvettir.

Bununla birlikte din hepimiz için ortak ve önemli olan bir şeyi eksiksiz şekilde yansıtır. Bu da içimizde gizlenmiş olanın kolayca anlaşılabilir şekilde formülleştirilmesidir. Ama bu sadece başlangıçtır.

Neden içsel olanın yüce idraki yerine dışsal teselli ararız? Bu tür doğrudan idrak olmaksızın dinsel ritüeller kollektif, tarihsel anlayışımızın bilinçsiz yankıları olacaktır. Tören, tarihi şu ana taşır. Dinin şartlandırması aracılığıyla bu dinin tarihiyle ilgili özellikleri tekrar tekrar deneyimleriz. Tekrarlama, beraberinde aşinalık ve güven hislerini getirir.

Dışsal, örgütlenmiş dini form, eğer daha diplere inmezsek bize, tarihsel törenselleştirilmiş özelliklerin tekrarından daha fazla bir şey sunmaz.

Ulu bir haham, tinsel görevini, devam ettirmesi için oğluna devrederek ölmüştü.

Oğul da resmen hak sahibi olarak ulu idi ama bir hahamın yapması gereken şeyleri babasından tamamen farklı bir şekilde yapıyordu.

Babanın tarzına alışık olanlar oğlana gelip "Sen babanın yaptığını yapmıyorsun," diye şikayet ettiler. Oğlan şöyle yanıt verdi: "Yo, aksine

yapıyorum. O, kimseyi taklit etmezdi, ben de kimseyi taklit etmiyorum.” Bütün dinlerin tarihsel çekirdeğinde tören değil töreni yıkıp aşkınlıkla doğrudan temasa geçen bir kişi vardır. Bu kişiler dinin izinden gitmemiş,onu keşfedip yaşamışlardır. Musa, İsa, Buda, Lao-tzu, Muhammed herhangi bir şeyin değil yaşamın gerçekliği ile kendi doğrudan temaslarının peşindeydiler.

Ama bizler yaşamla kendi doğrudan temasımızı değil onları takip ediyoruz. Aslında biz sadece bu efsanevi figürleri temsil eden töreni ve bu törenleri denetleyen dinsel hiyerarşiyi takip ediyoruz.

Adamın biri Delhi’ye giden trene binmiş ve bir swaminin çaprazına oturmuştu. Swami bir takım sihirli sözler söyleyerek bir torbadan toz çıkarıyor, havaya saçıyordu. Merakını bastıramayan adam sonunda swamiye ne yaptığını sordu. “Bu treni özel kaplan tozumla kaplanlardan koruyorum,” diye yanıtladı swami. “Ama,” diye itiraz etti adam, “önümüzdeki bin kilometre içerisinde kaplan yok ki.” Ve swami şöyle yanıt verdi: “Ne kadar etkili, değil mi?”

Bütün dinlerin bu törensel doğası çok ilginçtir. Her dinin özünde yer alan vaadi, önceden tanımlanmış bir yönteme uymanın, özel bir takım ritüelleri kabul etmenin, belirli göreneklerin uygulanmasının sonuçta cennete, tanrının farkına varılışına, aydınlanmaya ya da o dindeki yorumu ne ise ona ulaşılacağıdır.

Bu dinsel ya da tarihsel zihin, insanda doğuştan vardır. Din, düşüncenin bir icadı değildir. Zaten düşüncede varolanın dışavurumudur.

Düşünce anlayamadığı, denetleyemediği hatta dokunamadığı bir enginlikle, evrensel bir enerjiyle karşı karşıyadır. Düşünce bu teslimiyetle sakinleşir.

Ya da düşünce-davranış ve etraftaki dünya ile ilgili kalıplar bulmaya çabalayabilir. Bu, törenci zihindir. Davranış ve kişiliğin temelidir. Davranışın, etrafındaki dünyayı etkilediğine dinsel yoldan inanır.

Doğru, sessiz bir zihinden görülebilir. Davranışın etkilemeyi düşündüğü dünya ve davranış, tam olarak bu düşünce ile aynı şeydir. Bir düşünen yanılsaması olmazsa düşünce açığa çıkacaktır. Bu, dinsel aklın ve törenin sonudur.

Evren, aslında düşünceler ve bir düşünen olarak bölünmemiştir. Düşünce, törensel davranışlarla dünyayı etkileyemez. Gerçek, bu yapıyı tek bir hakikate indirgeyerek görülebilir. Bir düşüneni, bir davranışı, etkilenecek bir dünyayı, karşılık verecek bir Tanrıyı tasarlayan kendiliğinden bir düşünce akışı vardır. Dinsel eğilimleri olan bir insanın dinsel zihnin doğasına doğrudan bakması zordur. “Din nedir?” sorusu tepki almadan dini itikata nasıl yaklaşır? Bu itikat böyle bir soruyu özümseyebilir mi, yoksa soruyu kestirip atarak ya da soruya tepki göstererek yapısını korumalı mıdır?

Bahsettiğimiz itikat, itikat değil inançtır. Eğer güneşin doğudan doğduğuna inanıyorsak bu inanca karşı gelinmesi bizi eğlendirebilir, çünkü inancımız bir doğru üzerine kurulmuştur. Ama güneşin batıdan doğduğuna inanıyorsak inancımıza karşı yapılan herhangi bir meydan okuma aynı zamanda inancımız etrafında kurduğumuz her şeye karşı da meydan okuma anlamındadır. Tüm inanç yapımıza karşı gelinmesini kaldıramayız, bu yüzden tepki, engelleme, reddetme ile kesip atarız. Tepki hiçbir zaman kendini göremez. Varoluşun kendince mantıklı sebepleri vardır. Tepki kendisine “itikat” der ve “Güneşin batıdan doğduğuna itikadı olduğunu” söyler.

Basit bir gözlem güneşin batıdan doğmadığını gösterir. Güneşin batıdan doğduğuna inananların hangi açıklamayı dinlemesi olasıdır?

Belki de tek söylenebilecek şey: ”Kendi gözlerinizle görün. Güneş doğuyor,”dur.

İnancın doğruluğu hiçbir zaman belgelenemez. Tepkiyle savunulabilir, şartlandırmayla güçlendirilebilir, baskı ile yayılabilir ama inanç doğru olup olmadığını bilemez. İnanç, asla gerçekte yanlış olduğunu ortaya çıkarma riskini üstlenemez.

Doğasından kaynaklanan bu güvensizlik, inancın bu kadar yıkıcı ve tarihsel olarak en büyük çatışma kaynaklarından birisi olmasının sebebidir.

İtikat kendisinin sorgulanmasına, araştırılıp denenmesine izin veren inancın sonucudur. İnanç ateşe tutulduğunda pislikler yanıp gider, geriye kalan itikattır.

İtikat sorulardan ya da meydan okumalardan korkmaz. İkna etme endişesi duymaz. İtikat mutlaktır. İnancın göreceli dünyasının temelidir.

Her şey soyulup atıldığında geriye kalan itikattır. Çünkü geldiğimiz nokta, kutsal itikat değil kutsallıktır.

İnançlarımızı sorgulayarak bu itikadı bulabilir miyiz? İnançlarımızı sorgulayarak elde edeceğimiz tek şey yorgunluktur. Sorgulama yoluyla itikadın bulunabileceğini söyleyen yeni bir inanç elde etmeyi önermiyoruz. Bu, inançtan itikada on kolay adımda geçilebilen mekanik bir yöntem değildir. Yöntemi sorgulama hakkında entelektüel bir süreç de değildir. İtikat kaybolmuş değildir, bu yüzden bulunması da gerekmez.

Değişim Bunalımı

Bunalım, değişime karşı dirençtir. Değişim, varoluşumuzun doğasıdır. “Ben”de somutlaşan düşünce durağandır; çünkü yaşamı yalnızca tahmin edebilir. Hareket anlamına gelen değişim, dinamiktir ve düşüncenin egemenliğine tehdit oluşturur. Değişim, düşünce ve onun merkezi olan “ben” ile çelişir.

Değişimi kucaklayıp onun bizi düşünce ve şartlanmışlığın sonsuz tekrarından kurtaracağına inanabilir miyiz? Kendimizden tek çıkış yolumuz değişimdir. Bu kucaklama olmaksızın kendi gerçek doğamıza uyanışımızı değişim olarak değil bunalım olarak deneyimleriz. Bu kucaklama olmaksızın direnç ve tepkimizle baş başa kalakalırız.

Düşüncenin baskısı öyle büyüktür ki “ben-merkez” bu direnç tepkisi etrafında şekillenir. Zihin artık iş görmez hale gelse de bedenin sağlığı bozulsa da merkez, “ben”, ipin ucunu bırakmaz.

Bunalımın derinliklerinde bir anlaşma yapmaya çalışırız. Eğer yaşamımızı sürdürmemize izin verilirse, güçlükleri yenmeyi başarırsak her şey farklı olacaktır. Daha iyi, daha hoş, daha dürüst olacağızdır.

Bu anlaşma şeytanla yapılmaz. Anlaşmayı kendimizle yaparız. Bunalımı yaratmış, sonucunu müzakere etmekteyizdir. Sona erdiğinde, her şeye eskisi gibi devam edebileceğiz. Değişmeyeceğiz, çünkü değişemeyiz.

Biz durağan, tekrar eden alışkanlıklarız; ”ben” düşüncesinin sonsuz tekrarıyız.

Değişim dinamiktir. Biz durağanız. Değişemez ancak değişime direniriz. Korkudan direniriz.

Yaşamımızı, ilişkilerimizi, işimizi, ailemizi yapılandırmaya çalışırız, böylece önceden bilinebilir ve denetlenebilir olacaklardır. Ardı ardına gelen tecrübelerle bunun imkansız olduğunu keşfederiz. Yaşamın bu denetlenilemezliğinin keşfi gittikçe artan bir bunalım haline gelir.

Hala değişimi denetlemenin mücadelesini veriyoruz. Dinamik, özgür, kendiliğinden oluşan ve yokolan, geçici olan her şeyin durağan ve denetlenebilir olmasını istiyoruz. Ama yaşam böyle değil.

Bu merkezi hareket ettiren şey korkudur ve kesintiye uğramaktan korkar. Ama gerçek olan korkulacak bir şeyin olmadığı çünkü hiçbir şeyin kesintiye uğramayacağıdır. Bunalım bitmiştir, çünkü direnecek bir şey kalmamıştır. Değişim, enerjinin hiçbir engelle karşılaşmadan akmasıdır. Yaşamın kendisinin yankısıdır.

Değişim, alışkanlıklarımız, direncimiz ve inkarımızın içinden akar. Değişim yaşamın gerçeğidir.

Bunu doğrudan, yardımsız ve yorumsuz deneyimleyebiliriz. Aynı kalan hiçbir şey yoktur.

Her düşünce oluşur ve sonra yokoluşa doğru ilerler. Düşünce ile dışa vurulan her yapı –bedenimiz, ailemiz, işimiz, toplumumuz- da oluştukça değişir. Bu değişimi durdurmayız.

Değişmeden kalan herhangi bir şey bulabilir miyiz?

Yalnızca düşünce başka türlü inanır. Düşünce, gerçekliğin kaybolup gidişini algılayamaz çünkü düşünce gerçekliktir ve kendi doğasını gözlemleyemez.

Bu zihinsel kör nokta ile özdeşleşmemiz, yaşamın denetlenmesi gerektiği fikri, değişim ile bağlantımızı kaybettiğimiz anlamına gelir. Gerçek doğamızla bağlantımızı yitirmişizdir.

Değişim özgürlüktür. Bağlılığın sonudur. Korkunun sonudur. Bizi tutan hiçbir şey yoktur, hiç olmamıştır.

Tepki, Tasarım ve Delilik

Düşüncenin yapısı en ileri bilgisayarlarca bile taklit edilemeyecek kadar karmaşık ber şekilde evrimleşmiştir. Karmaşıklığı ve hızı nedeniyle bu yapı, katı, sürekli ve sağlammış gibi görünüp hissedilir. Düşünce algılarını, düşüncelerini ve hislerini değerlendirirken denkleme kendisini de koyarak kendi kendine gönderme yapar hale gelmiştir.

Düşünce bu sağlamlık duygusunu görüntüler dünyasına yansıtır ve kendi düşünce parçalarının özelliklerini bu dünya olarak tasarlar.

Tasarlanan bu özellikler bizim içinde hareket ettiğimiz evreni oluşturur. Bu halde dünya zihnimizin kehanetini yerine getirir çünkü dünya bizim zihnimizdir.

Zihin yalnızca bizim bakış açısının farkında olduğumuz ve kendimizi özdeşleştirdiğimiz düşünceler değildir; aynı zamanda kollektif, bilinçsiz, tarihsel ve genetiktir, yani insanlığın şartlanmalarının tümüdür.

Bir erkek ya da kadın gördüğümüzde bir maymunun, bir avcı-toplayıcının, yazı öncesi devrin kölesinin, endüstri devriminin yeni fabrikalarından bir işçinin, yirminci yüzyılın politik yönden mazbut sakininin gözüyle bakarız. Bütün bu gözler bizim gözlerimizdir. Tarihimizle, belleğimiz ve şartlanmalarımızla görürüz.

Eğitimimiz, kültürümüz, dilimiz bin yıllarla ifade edilen tarihin düşünce ve belleği üzerine kurulmuştur. Biyolojik belleğimiz, genetik bileşimimiz sayısız düşünce yığının üzerinde yapılanmıştır.

Bu bilgi, enformasyon, bellek birikimi daha da çılgınca olan düşünce sürecinde özümsenir. Bu kollektif düşünce ağının dışında Hıristiyan, Yahudi ya da Müslüman yoktur. Erkek ya da kadın yoktur. Beyaz, siyah, sarı ya da kahverengi ırk yoktur.

Düşündüğümüz şeyin tümü, dünya olarak gördüğümüz şeyin tümüdür. Düşünce dışında bir dünya göremeyiz çünkü hiçbir zaman sessiz değilizdir,

düşüncesiz değilizdir.

Düşüncenin akışı tam olarak gerçekliğin akışıdır.

Düşüncenin tasarımı, düşüneni, düşünen dışında bir dünyayı ve bu iki yaratı arasındaki ilişkiyi içeren bir makro düşüncenin yaratılmasıdır. Düşünen-dünya ilişkisi yalnızca onun düşünülmesinde vardır. Bu, bütün olan bir evrenin parçalara bölünmesidir. Bu parçalar aslında ilgili düşünce sürecinin dışında varolmaz.

Bu düşünce-gerçeklik hologramının, bu tasarlanmış dünyanın karmaşıklığına bağlı olarak bu gerçekliğe inanır hale gelmişizdir. Ona öylesine kökten inanırız ki bu düşünce-gerçekliğe meydan okunacak olursa bu meydan okuma otomatik olarak tepki şeklinde algılanır.

Tepkinin işlevi, düşünce-gerçekliği, ”ben”i, meydan okumayı inkar ederek korumaktır. Meydan okumanın inkarı basitçe, gerçekte bütün olan evrenin bir kez daha bölünmesiyle ve müdahale edilen özelliklerin dışarı yansıtılmasıyla oluşur.

Karşı konulunca suçlarız. Saldırıya uğrayınca karşı saldırıda bulunuruz. Sorgulandığımızda savunmaya geçeriz.

Suçlayarak tepki, dikkati “ben”den ötekine çevirir. Asla sorumluluk alamayız. Dünyamız, ”ben”in dünyası, doğası gereği bölünmüş bir dünya olmalıdır. Böylece her zaman bizim dışımızda sorumlu birilerini bulabiliriz.

Öte yandan eğer yaşamımızın tamamı için sorumlu isek, suçlayacak “öteki” yoksa, birden kendimizi farklı bir evrende buluruz. Bu evrende saklanacak hiçbir yer yoktur.

Ötekinde bizi en çok rahatsız eden şey, kendimizde tamamlayamadığımız noktadır. Bunu psikolojik bir yoldan görmek çok basittir ve bunun günlük yaşamımızda devamlı gözlemleriz.

Rahatsız eden ötekiyle, rahatsız olan bu benlik, aslında iki ayrı şey değil bir tek şeydir. Rahatsızlık ve öteki, düşüncenin yansımalarıdır. Düşünce durulmaya, dinginliğe ulaşmak yerine kendisini böler. Bu bölünmüş, tasarlanmış benlik, içinde “ben”in varolduğu yaratılmış bir dünyadır. Bu “ben” rahatsız edilmiştir ve bunun sebebi kesinlikle ötekidir.

Muhtemelen bütün bunlar bizim çözüm diye adlandırdığımız yeni bir düşünce parçasıyla halledilecektir. Bir sorun, rahatsızlık, çatışma yaratırız.

Sonra üzerine yeni bir fikir, bir çözüm yayarız. Ama çözüme ulaşamayız, ancak acımız içinde daha da karmaşıklaşırız.

Bu, her an boşluk, bütünlük ve dinginlik olguları ile yüz yüze gelinen düşünce-gerçekliğin inanılmaz derecede karmaşık bir dansıdır. Bu dans ataletimiz, devinirliğimiz ve alışkanlığımızla desteklenir. Bu çılgınca parçalanma ve tepki oluşumu, bizi gittikçe artan bir yalıtılmışlık, bedenimizden kopukluk duygusuna yönlendirir. Enerjimiz, özdeşleşmemiz zihinselleşir, herhangi bir fiziksellikten ya da karşılıklı ilişiklilikten kopar.

Bu anlamsızlıktır; deliliktir. Düşünce bedenden ayrılmıştır. Kendi tasarımı içinde, kendi sürekliliği için varolur. Bu delilik, şimdi bizim dünyamızda normal olandır.

Eğer bu tür bir delilik normalse, o zaman normallik nedir?

Düşüncenin özdeşleşmesi ve tasarımı yoluyla dünyanın parçalara ayrıldığını anladığımızda ne olur? Bu anlayışla özgür ve bütünleşmiş mi oluruz yoksa başka bir şey mi?

Düşüncenin doğasının anlaşılması ani bir içgörüyle, bir bağlam veya sebep olmaksızın gerçekleşir. Bir bunalımla, yaşamımızda bir şeylerin çökmesiyle mesela ani bir ölüm ya da kayıpla ilgiliymiş gibi görünebilir. Bu içgörü bakış açımızı tümden sarsabilir ve dengemizi kaybedebiliriz. Sağlamlık duygumuzu, merkez hissimizi, gözlemci olarak merkezimizi kaybedebiliriz.

Şimdi biz kimiz? Nasıl çalışırız? Nasıl davranırız? Eğer yerimizde değilsek nerede bulunuruz? Yoksa yok muyuz?

Bu bir yerimizin olmaması hali bizim doğal halimizdir. Normal olduğu düşünülebilir. Fakat bu noktada bize çıldırmış olduğumuz da söylenebilir. Çoğunlukla gerçekliğin asıl doğasına, içgörüye eşlik eden tinsel bunalım, genellikle delilik olarak bilinir. Düşüncemizle özdeşleşmemizin doğası olan parçalanma ise normal olarak kabul edilir. Olayı tersinden ele almışızdır. Gerçekliğin doğasını görmek isteyenler, bu temel uyumsuzluğu ve olgunun tersine çevrilişini anlamaya ihtiyaç duyarlar.

Tersinden ele alındığı için bu içgörü, değiştirme ve bütünleşme genellikle destek görmez. Aslında dış bir dayanak noktası yoktur, delilik yoktur, normallik yoktur. Temel dağılma/bütünleşme hareketi bizim doğamızdır.

Oybirliği ile kabul edilen gerçeklik, yaşamın amacını üretkenlik, maddi

kazanç ve makrososyal istikrar terimleriyle tanımlar. Bu gerçeklik olmasa tinsel bunalım bir hastalık ya da tedavi gerektiren bir işlev bozukluğu olarak görülmez. Sınırlar nedeniyle doğal dağılma/bütünleşme halimiz lanet edilen bir hale dönüşür.

Bu toplumsal bakış açısının maddeciliği, bu dağılma/bütünleşmeyi bastırmaya ya da düzenlemeye girişir. Bu girişimin sonucu, yüreği ya da ruhu olmayan, ruhu bedeninden ayrılmış, parçalanmış, gittikçe artan bir umutsuzluk içinde yaşayan işlevsel, üretken, istikrarlı vatandaştır.

Nasıl olunacağı ile ilgili modellerin baskıcı yükü olmadan deneyimi yapılandıran hiçbir şey de olmaz. Açıkta kalan deneyim, kendi kendini açığa vurur. Yoruma ihtiyaç yoktur. Delilik yükü olmadan ya da doğal halin baskısı olmadan bütünleşme mümkündür.

Bütünleşme, düşünce-gerçekliğin hareketinin tamamen farkındadır ve ona karşı değildir. Düşüncenin sonsuz tasarımlarıyla ya da kollektif düşünce-gerçeklik açıklamasıyla çelişki halinde değildir. Bütünleşme, düşünce-gerçekliğin doğasının farkında olduğundan, gerçekliğin bir varlığa sahipmiş gibi görünse de aslında gerçekliğin boş olduğunu bilir. Bu yüzden onunla bir işi yoktur, onu değiştirmek ya da engellemek için bir sebep yoktur.

Bütünleşme, belli bir yere hapsedilmediğinde rahattır. Sığınacak bir yere ihtiyacı yoktur. Görüşü her zaman engindir.

Delilik ve normalliğin bütünleşmesi kalıplara sığmaz çünkü kıyas yapılabilecek bir yeri yoktur; çıldırmak olası değildir çünkü düşüncenin tasarlanmış gerçekliği ile çatışma halinde değildir.

Bütünleşme, dinginliktir.

Düşünce, bilinçli boşluğun enginliğinde doğar ve geçip gider. Düşüncenin stratejik noktasından ele alındığında bunalım varmış gibi görünür. Boşluktan bakıldığında ise sessizlik vardır.

BENLİĞİN ÇÖKÜŞÜ

Bir sürü uzun seanstan sonra psikiyatrist hastasına “İyileştiniz” dedi. “Aman ne güzel,” diye yanıt verdi hasta. “Size geldiğimde Napolyon’dum. Şimdi hiç kimse!”

Benliğin yapısı özdeşleşmeyi gerektirir. Bir şeyler olma duygusu olmadan benlik çöker.

Benliğin çöküşünü düşündüğümüzde aklımıza delilik gelir. Ama var olageldiğimiz normal halin, kendi doğası içinde bir hayli delice olduğunu görmüş bulunuyoruz. Mutluluğumuza ve yaşam kalitemize yapmış olduğu etkiler nedeniyle çılgıncadır.

O halde “ben” fikrinin çöküşü, bizim doğal ya da normal halimiz midir? Yaşam, düşünce olmadan, parçalanma, bellek ve tasarım olmadan kendiliğinden olabilir mi? Belirlenmiş bir merkez veya egodan hareket etmemiz işlevsel bir gereksinim midir?

Benlik, kendisini mevkii, başarıları, sahip oldukları, özdeşleşmeleri ile kendisini olumlu olarak tarif eder; suçları, kayıpları, onu etkileyen, engelleyen, sınırlayan, ona meydan okuyan dış güçlerle de kendisini olumsuzluk içinde tanımlar. Olumlu ve olumsuz arasındaki bu ezici sürtüşme benliğe dokunsal (elle tutulur) gerçekliğini veren şeydir.

Olumlu ile özdeşleşip olumsuza tepki göstermeyi bir kenara bırakınca geriye ne kalır? Bir hal olmayan halin tanımlaması da olmaz. Şartlanmış benliğin özelliği bu anda anlaşılır. Bu farkındalık, zorlamadan, zarafetle, bir çeşit güçlü boşlukla gelir.

Özgürlüğün dışavurumundan başka hiçbir şey kalmamıştır.

Bu derin anlayışa nüfuz edebiliriz ama kimlik yapımızı içermeyen bir özgürlüğü gerçekten istiyor muyuz? Yoksa kimlik ve suçlama mı istiyoruz? Görünüşte seçimimizin özgürlük olduğunu söyleyebiliriz ama olumlu ve olumsuz kimliklerimizi bırakmaya gerçekten hazır mıyız?

Benliğin çöküşünü düşündüğümüzde korku baş gösterir. Bu korku, kimliğimiz çöktükten sonra dünyanın nasıl olacağını tasarlar; düzensiz, karmaşık ve acı dolu bir dünya. Bu gülünçtür, çünkü bu, içine düşeceğimiz dünya değil, gerçekte şu anda içinde bulunduğumuz dünyadır.

Eğer alışılmış, tekrarcı benliğin ileri doğru devinimini durdurursak kim oluruz, ne yaparız? Özdeşleşmelerimizi, ailemizi, arkadaşlarımızı ve işimizi kaybetmekten korkarız. Hâlihazırdaki yapılar olmadan dünyanın nasıl olacağını bilmeyiz.

Belki de aslında bu yapıların sürüp gitmesinden korkmalıyız. Eğer korkulacak bir şey varsa o da yaşamımızın özdeşleşmelerimizi anlamadan, ailemizle doğru bir iletişim kuramadan, arkadaşlığın derinlerine inemeden, amaçlı işlevsellik olmadan geçeceğidir. Bu manzara epey korkutucudur.

Bilinenin güvencesi karşılığında umutsuz yaşamlarımızı kabulleniriz. Bir hapishaneden daha güvenli bir yer yoktur. Kişisel hapsimiz, ”ben”in hapsi, bizim hapishanemizin yüce sığınağıdır.

Hapishanemizin duvarları dışında bilinmeyen vardır. Orası emniyetli değildir, ama özgürdür. Zihnimizin duvarlarının arkasında ne olduğunu bilmeyiz çünkü hiçbir zaman cesaret edip de oraya gitmemişizdir. Korkumuz orada olanı tasarlayabilir ama bilemez. Korku, hapishaneyi terk edemez çünkü her zaman içeridekilere göz kulak olması gerekmektedir.

Ama eğer benlik çökerse, eğer duvarlar yıkılırsa geriye korku mu kalır yoksa özgürlük mü?

Sevgi,
Boşluk
ve Enerji

Çoğunlukla, yeterince sevilmediğimizi hissederiz. Bu, bizim sevmediğimiz, sevme yeteneğimizi açığa çıkaramamamız gerçeğinin bir yansımasıdır.

Sevgi, bizim başkası için yaptığımız bir şey değildir. Sevgide hiçbir nesne ya da özne yoktur.

Sevgi, nesne-özne olmadığında, iki ayrı şey olmadığında varolan şeydir.

Aslında bu sevilmeme hissi, sevgi ihtiyacıdır, egolarımızın varolduğu bölünmüş dünyanın durması ihtiyacıdır.

Bu durma, bizi seven biri aracılığıyla olmaz.

Bir başkasını seven bizler aracığıyla da olmaz.

Sevgi raslantısal değildir. Yaratılamaz, uygulaması yapılamaz, öğretilemez.

Ne olduğumuzu derinden gözden geçirip böylece düşünce, bellek ve egoda gerçekte varolan bölünmenin yapısını görebiliriz. Durabiliriz. Sakinleşebiliriz.

Yaşam enerjisi ve dışavurumu olan sevgi, bütündür. Düşünce bu enerjiye yaklaşamaz. Sözcükler onu yakalayamaz. Bütünlüğün bu enerjisi kullanılamaz, bölünemez ya da harcanamaz.

O biziz, hepimiziz.

Bu, sorumuzun yanıtı değil sessiz kalan sorudur.

Düşünce ve egomuzun doğasını görmüş olan bizler sessizliğe açılan bu kapıdan geçebiliriz.

Parçalanmış bir dünyayı geride bırakıp bütün ama boş bir şeye girmiş bulunuyoruz. İsim veren yoksa isimler de yoktur. Özne yoksa nesne de

yoktur. Bu, boşluktur.

Burada muazzam bir enerji vardır çünkü onu harcayacak hiçbir şey yoktur. Büyük bir yaratıcılık vardır çünkü yaratıcılığı kısıtlayan hiçbir şey yoktur.

Ben-merkez, psikolojik benlik aracılığıyla sessizliğe gömülmüştür, hiçbir şey kaybolmamıştır. Dinginliğin böyle engince yayılışından yaşam enerjisi açığa çıkar.

Neden ve sonuç ötesinde olduğu için bu enerjinin doğası bilinmez. Kavrama sığmaz, düşünce tarafından şekillendirilmez ya da herhangi bir şekilde kullanılamaz.

Biz bu enerjiyi deneyimleyenler ya da keşfedenler değiliz. Bizler, ifade ederek, keşfeden, açığa çıkaran ve dağılan bu enerjinin kendisiyiz.

Dil Ötesi İletişim

Bilinçlilik ve gerçekliğin doğası ile ilgili akıl yürütmelerimizin daha fazla kavram, felsefe ve şartlanma yansıtmamasına dikkat etmeliyiz.

Bu sözcükler dikkatle okunmalıdır. Bu, yetersiz ilgiye sahip, kendini tümüyle veremeyen ya da entellektüellik peşinde koşanlara göre bir araştırma değildir.

Bu sözcüklerin, özellikle de dili aşan bir şeylere gönderme yapan sözcüklerin, eğer günlük hayatımızda üzerlerinde derinlemesine düşünürsek değeri olabilir.

Kendi düşünce yapımızı böyle temelden gözden geçirmezsek sözcükler birer tuzak haline gelirler. Düşünce bir süreliğine durduğunda ortaya çıkan kendiliğinden dinginlikte sözcükler daha da güçlenir. Yeni herhangi bir ideolojiye ihtiyacımız yok, ama her birimizin ilk elden varoluşumuzun gerçeğini keşfetmeye acilen ihtiyacı var. Bu kendi kendine keşfediş yönlendirilemez. Kendi zorunluluğu içinden doğmalıdır.

Bu kendi kendine keşif hareketi meydana geldiğinde iletişime geçmek zorundayızdır. Bu iletişim ihtiyacı, doğrudan etrafımızdaki her şeyle bağıntılı olduğumuz esasının kabullenilmesinde doğar. İletişim, bu kabullenmenin doğasında vardır. Başka seçeneğimiz yoktur.

İletişim, sözcükler, hareketler veya sessizlik yoluyla olabilir. İletişimin, bir ideoloji ya da bir başkasını şartlandırma girişimi olmadıkça şekli önemli değildir. İletişim, bir kişiden diğerine bir düşüncenin aktarılması değil, daha çok sessizliğin aktarılmasıdır.

İletişim, bir tavır alış biçimi değildir. Cehaletle konuşma, bilgiden kaynaklanmaz. İletişim sonucunda güç veya müritler kazanılmaz, ya da ortaya organizasyonlar çıkmaz.

İletişim, özgürlüğün yüceltilmesi, sevgi duasıdır.

Yaşamımızda hangi anlayışa ulaşırsak ulaşalım, bu yalnızca bizim yararımıza olamaz. Keşfimiz ancak iletişimin temel ifade yolu olduğu bir ilişki içinde anlamlıdır.

Artık sadece sözcüklerle özdeşleştirilen iletişimin anlam kökü, ötekine vermek, paylaşmak, nakletmek kelimeleriyle aynı niteliktedir.

İletişim kelimesi (communication), ortaklıkla (communion), paylaşma eylemiyle ve bireylerin birleşip tek vücut olduğu toplulukla (community) aynı kökten gelir.

Eğer iletişim ilişkinin dışavurumu ise o halde dışavurumun şekli nedir? Gerçekte nasıl iletişime geçeriz, verir, paylaşır ve naklederiz?

Bu sorunun cevabı her birimizin dahil olduğu aktif deneydir. Dünyamızdaki ifade şekilleri topluluk, ortaklık ve iletişimi yansıtmaz.

İlişkinin ifadesi yani iletişim, paylaşma ve sevgi bir şekil bulmalıdır. Bu şekli oluşturmaya yönelik olan hareket, bedenin, ailenin, toplumun ve dünyanın dönüştürülmesidir. Bu hareket, bu radikal dönüşüm, düşüncenin ve kavramın tasarımı olmadan ya da onu yakalayıp bozan ideoloji olmadan olabilir mi?

Evrensel olarak sorulan bu soru her birimize doğrudan, tek tek günlük yaşam pratiğimizde sorulduğunda daha da anlam kazanır. Eğer bir ideolojinin güvenini arıyorsak, yaşamı sürdürme şekilselliği içinde deviniyorsak, etrafımızdaki dünyadan ayrık yaşıyorsak bu dönüşüm çoktan bir dirençle karşı karşıya demektir.

Değişmesi gereken dünya değil biziz. Aşırı karmaşık olan dünya değil, biziz. İnsancıl, şefkatli bir dünyayı engelleyenler politikacılar, din adamları ya da şirketler değil, biziz.

Dostlukları, evliliği ve aileyi ödün vererek satın alırken, yaptığımız her günkü anlaşma ve şerefsizliklerimizle politikacılar bizleriz. Yaşamı törenselleştirip yaşamımıza eşlik eden kavram ve imajları gözden geçirmeyi reddederek birer din adamıyız. Çevreyi kirlettiğimiz, müsrif olduğumuz ve böylece başkalarının yaşamları pahasına kendi yaşamımızda karlı ve güvenli olacağımızı düşündüğümüz için, karşı çıktığımız o şirketler aslında bizleriz.

Haydi buna son verelim. Bu şekilde davranmamız gerekmiyor.

Birbirimize bağlılığımızın doğasını anlayarak sorunun ve çözümün bu

anlayış içinde çözüldüğünü de fark ederiz.

Artık eylemlerimiz korkusuz, ayrılık olmadan kendiliğinden bir hal alır. Yaşamın içinde, bellekten, sessizliğin derinliklerinden tasarımlanan düşünce olamadan hareket etmeye başlarız. Bu hareket bütündür, ortak olandan gelir ve ona döner. Bu, iletişimdir, ortaklıktır ve topluluktur.

Dünyanın doğasını araştırırken aynı zamanda dünyayı var ettiğimizi de keşfederiz. Yani dünyanın içindeymiş gibi görünsek de aslında dünya biziz.

Artık etrafımızda deneyimlediklerimizden mutlak kopma noktaları bulamayız. Hareketimizin dışındaymış gibi görünenleri etkilediğini keşfederiz ve dışımızdaymış gibi görünenlerin de bizi etkilediğini. Kuantum fizikçilerinin nesnelerin ayrılmazlığı ilkesine benzer şekilde ayrık ve farklı imiş gibi görünen dünyamızın elemanlarının hem bizi etkilediğini hem de bizim onları etkilediğimizi keşfederiz.

Bu iletişimin, bu enerjinin ileri ve geri akışı, bu sevgi ifadesinin özünde, hiçbir şeyden ayrı olmadığımızın keşfi yatar. Bu, öykünün sonu değil, gerçekten de başlangıcıdır.

Yaşam Mücadelesi

Bendimizi dünya olarak algılayışımız aynı zamanda kendimizi dünyanın içinde algılayışımızdır. Bu temel temas, psikolojik ya da fiziksel bir kendini çekişe izin vermez. Saklanacak bir mağara, uzak bir alan, sakin ve güvenli bir yer yoktur.

Bu temas, maddi dünyanın bütün formlarında dönüşümün başlangıcıdır. Dünya ile temasa, onu bir şeylere dönüştürme arzusu eşlik etmez. Dünya ile bu temasın kendisi değişimdir. Gerçeklikle temas eden bilinçlilik onu değiştirir. Düşünce ile temas eden farkındalık onu değiştirir.

Her günkü yaşamımız sözkonusu olduğunda bütün bunların anlamı nedir? Düşüncelerimizin benliğimizi oluşturduğunu, bu benliğin hayal ürünü olduğunu ve bu hayal ürününden ya da bu hayal ürününe göre iş gördüğümüzü anladık. Ama kendimizi hala geçim, para, ilişki, cinsellik, politika, topluluk, aile ile ilgili sorunlarla karşı karşıya buluruz.

Bir zamanlar böyle meselelerden kaçma arayışı içinde olan bir adam, yaşamını basitleştirip kendisini yalnızca sonsuzluğunun keşfine adamaya karar verir. Her şeyi bırakıp evreni düşünmek üzere bir ağacın altına oturur. Sahip olduğu tek şey sarındığı kumaş parçasıdır. Elbette bir müddet sonra etrafını ona özenenler ve müritler sarar.

Bir gün bir farenin, üzerine sarındığı kumaşı kemirdiğini fark eder ve müritlerine ne yapması gerektiğini sorar.

“Fareyi uzaklaştırmak için bir kedi almalısınız” öğüdü verilir.

Ve böylece kedi alınır.

Ama kedi durmaz, kaçar; tekrar müritlerden akıl danışır.

“Kedi ancak süt verirseniz durur. Süt içinse bir inek almalısınız”

Ve çilekeş bir inek alır. Ama ineğin otlatılması gerekmektedir. Bu yüzden

ineği otlatacak bir uşak alınır. Ama uşak ailesinin de yanında olmasını istemektedir; aile gelir. İçinde yaşayacakları bir evleri olsun isterler. Ve inek aileyi geçindirecek bir sürü haline gelir. Böylece çilekeş kısa zamanda basit hayatı ve evreni düşünmeyi unutur; ve bütün bunlar basit bir kumaş yüzünden olmuştur.

Sınırlarını fark etsek de maddeciliğimizi engelleyemeyiz. Doğamızın derinden idraki yaşamsal işlevlerimize hitap eder mi? Kirayı öder mi? Yiyecek alır mı? Faturaları öder mi?

Öyleyse ne yapar? Para yaşamımıza nasıl akar, yaşamımızdan nasıl akar? Her şeyden önce para nedir?

Özellikle kendimizi tinsel olarak tanımlıyorsak para büyük bir tabudur. Ya yokluğunun acısını çekiyor ya da fazlalığının yükü altında eziliyoruzdur. Korku ve güvenlik gereksinimi nedeniyle paraya bağlanmışızdır. Parayla baş edemeyiz. Umutsuzluk içinde parasal alışkanlıklarımıza tutunuruz. Bizi para korkumuzdan ve para aşkımızdan kurtaracak, bize öğütler verecek, yol gösterecek uzmanlar ararız.

Adam, sorunun sebebinin maddi şeylere aşırı bağlılığından kaynaklandığını söyleyen bir psikiyatra gitmiş.

“Beni tedavi edebilir misiniz?” diye sormuş. “Tabii ki,” demiş psikiyatr “bu size 500 dolara olur”

Para konusunda aforizmalara ulaşmak kolaydır. İnsanlara nasıl “para makinesi” olacaklarını, “parayı kendileri nasıl çekeceklerini”, ”para mıknatısı” olacaklarını öğreten kitaplar milyonlar satıyor. Bu kitapların yazarları, kitaplarını satarak görüşlerini ispat ediyorlar. Onlar parayı anlamıyorlar, bildikleri tek şey açgözlülük.

Para uzmanları bile paradan korkar görünüyorlar. Bertrand Russell bir zamanlar “dünyadaki bütün ekonomistleri yan yana ekleseniz de bir sonuca varamazsınız,” demiştir. Uzmanlar, sonucu önceden belli ayinleri uygulayan din adamlarına benzerler.

Etrafımızdaki dünyadan ayrılmış bireysel arzuların cevabı açgözlülüktür. Ama eğer “ben”e olan inancımız sona ererse açgözlülüğe olan inancımız da sona erer.

Açgözlülükten, korkudan değilse bizi paraya yönlendiren şey nedir?

Bu hareket korkudan ve hırstan değilse nasıl bir işe yöneleceğiz, ne çeşit bir iş yaratacağız, ne gibi bir organizasyon oluşturacağız? Bir merkezden hareket etmeyince dokunduğumuz her şeyin, yaptığımız her şeyin değiştiği açık değil midir? Eşsiz bir dinginlik işyerine öyle bir girer ki, işimiz ıvır zıvırla uğraşmak, ıvır zıvır satmak ya da böyle gelecekler üzerine tahminler yapmaktan çıkar, işimiz bu eşsiz dinginlik halini alır.

Eğer bu eşsiz dinginlik gerçekte kendimiz, yaptığımızın iş ya da faaliyet ise bu durumda bu dinginlik yaptıklarımızın bir yansıması haline gelir. Dinginliğin bu niteliği, içinde iş gördüğümüz çevre olur.

Şimdi en çok gözümüze çarpan dinginlik ve bu dinginliğin çalışmamızdaki yansıması değil bu sakin dışavuruma yapılan tecavüzlerdir. Çatışma bir anda istisnai durum olmuştur. Eğer çalışmamızda çatışma varsa, stres varsa, yıkım varsa bu göze batacaktır.

Dinginlik, işimiz olduğundan işimizde çatışma içinde olan her neyse çözüme ulaşmalıdır ya da iş değişime uğrar. Bu dinginlik bizim için önemli olduğunda, bu özellik yaşamımızın merkezi haline geldiğinde yıkıcı ya da canlılığı yok edici faaliyete devam edemeyiz. Para için kendimize zarar veremeyiz, başkasına zarar veremeyiz. Bomba fabrikasında, temel dinginlik bir bomba fabrikasında mümkün değildir.

İşimizin ne kadarının düzen, temas ve sessizlikle ilgili olduğunu anlayabilir; ne kadarının rekabet, güç ve pozisyon, korku, hayatta kalma ile ilgili olduğunu görebiliriz.

Bellekçe tasarımlanan, gelecek ve geçmişten meydana gelen psikolojik zaman işimizi yönlendirir çünkü parayı yönlendirir. “Zaman paradır,” kabul edilegelen bir aforizmadır. Çalışmak için çok yaşlı olacağımız bir gelecek için çalışırız ama hala paraya ihtiyacımız olacaktır. Çalışırız çünkü kiranın veya borcun ödenmesi ya da marketten alış veriş etmemiz gerekmektedir. Gelecekte bir zamanda eksiklik çekme korkusu bizi harekete geçirir; tıpkı binlerce yıldır olduğu gibi.

Ama çalışma eşsiz sakinlikteyse mesai başlangıcı ya da bitişi, emeklilik, gelecek veya geçmiş yoktur.

Bu eşsiz sükunet işinde, bu gelecek ve korkudan sıyrılma karşılığında iyi ödüyorlar mı, kar payı veriyorlar mı?

Gerçek şu ki bunun karşılığı, tam kararındadır, daha fazla değil. Kararında bizim ümit ettiğimiz, istediğimiz, hayalini kurduğumuz olmayabilir, buna rağmen yeterlidir.

Bu, “refah bilinci” değildir, bu, “kendi gerçekliğini yaratmak” değildir, bu kitaplar satıp fanteziler beslemez. Kararında olma hali, bizim düşündüğümüzden çok daha radikal bir basitlik olabilir ama hırsımıza, ben merkezciliğimize, özlemlerimize ve zorlamalarımıza değil, yaşamımıza bir karşılıktır.

Hırs ve çabalarımızı tatmin etmek istiyorsak, kararında olanın yeterli olduğu dinginliği terk etmeli ve tekrar düşünce ve bölünme dünyasına girmeliyiz. Orada gerçekliği değiştirebilir, onu maddi arzularımıza boyun eğdirebiliriz. Bu, kolayca yapılabilir. Refah, zenginlik yaratabiliriz. Dolup taşıncaya kadar daha da fazla şey elde etmeyi umarız. O zaman tamamlanmış oluruz, o zaman her şeye sahip oluruz.

Ama hiçbir zaman tam dolamayız, yalnızca tüketiriz. Boş olduğumuzu unutmuşuzdur, gerçekte varolmadığı için benliğin doldurulamayacağını unutmuşuzdur. Benlik yalnızca tüketir, hiçbir zaman dolu olamaz, hiçbir zaman rahata eremez.

Bunu fark ederek ihtiyaçlarımızı farklı bir şekilde görebiliriz. Gerçekte sahip olduklarımız yeterli ve bundan daha fazlasına ihtiyacımız yok. Gerçek ihtiyaçlarımız sessiz olmak, sevmek, ilgili olmaktır.

Bu temel dinginliğin tanınmasının karşılığı tam kararındadır. Büyük bir miktar değil ama her şey göz önünde bulundurulduğunda adil bir miktar. Ne de olsa hepimiz için yeterince var, kimse dışarıda kalmak durumunda değil.

Para ve çalışma ile olan ilişkimizin şartlanmışlığı aynı şekilde ailemiz, eğitim ve devlet organizasyonlarımızın şartlanmışlığıyla aynıdır. Sosyal dışavurum bir makro şartlanma şeklindedir. Bunlar bir sürü düşüncenin toplamı olan büyük ölçekli davranış kalıplarıdır.

Bu formlar uzun zaman dönemleri içinde evrimleştiği için yaşamlarımızın bilinçsiz zemini olarak zorlama olmaksızın varolma eğilimindedirler.

Benliğin doğasını sorgulamaya başlarsak sosyal yapının tamamını sorgulamaya da başlarız.

Derinden sorgulandığında bu yapıya ne olur? Bu yapılarca denetlenmeden

yaşamaya istekli miyiz?

Cinsel ilişkinin temelini, üreme, ilişkinin sürekliliğinin temelini dinsel evlilik; toplumsal birliğin temelini yaşamı devam ettirme ve politik örgütlenmenin temelini savunma ya da güvenlik oluşturmazsa ne olur?

Böyle bir yaşam hayal edebilir miyiz? Aslında dünyamız hızla değişirken bunlardan bazılarının cereyan ettiğini görebiliriz. Ama bu değişim bilinçsizdir. Bu değişimden doğan yapılar da geçmiştekilerin altında yatan aynı korkuyu yansıtacaklardır.

Doğum kontrolü, dinin dağılması ve çağdaş yaşamın baskıları birleşip evlilik yerine seri halinde monogamiyi yarattıkça geleneksel evlilik yıkılmaya başladı. Evlilik nereden çıkmıştı? Bu yapılar nasıl kabul görüp korunur oldular? Başka bir yapı doğuyor mu?

İlişki iki kişinin göreceli konumlarını, edinimlerini ve psikolojilerini birbirlerine devretmeleri değildir. İlişki, dünyamızın doğasının derinden incelenmesinin paylaşımıdır. Bu paylaşım, bu ilişki, karı veya kocalarımızla sınırlanamaz. Doğası gereği, dahil olmayı arzu eden herkesi içine almalıdır.

Bu yolculukta bizimle yürümeyi arzulayan tek bir kişi olduğunu hissedebiliriz ama bu, bir takım doğal kanunların beyanı değildir. Toplumumuz, eğitimimiz, dinimiz bu inancı pekiştirebilir. Ama birlikteliğimiz tek bir kişiyleyse yalıtılmışlığımız, yalnızlığımız, korkumuz iki kişiyi kapsayacak şekilde genişlememiş midir?

Eğer ilişki ortak bir yaşamın tanınması ise bu tanıma herhangi bir sınırda duramaz.

Eğer sınır kalmazsa sahip olduğumuz bütün yargıları, ilişki ile ilgili bize verilmiş olan bütün yargıları, sorgulamaya başlarız.

Evlilik, sevgi duygumuzu öteki kişiye hasredip yoğunlaştırarak güçlendirilemez. Bu, onu yıkan tohum, canlılığının sonudur. Evliliğin ölümü ya da evlilikte ölümdür.

Oysa evlilik, sevgi ve özgürlüğün genişlemesi olabilir. Bunun için özgür ve sevgilerini tek bir ilişkinin sınırları içinde saklamayan iki kişi gereklidir.

Artık karşılıklı olarak edinimlerin, düzeni sahip olunanların, malların korunmasına dayandırılan topluluk çözülmektedir. Topluluk başka bir şeye dayandırılabilir mi?

Öğrenci ermişe gidip ondan Cennet ve Cehennem arasındaki farkı göstermesini dilemiş.

Sonunda acıyıp merhamete gelen ermiş, öğrenciyi evrenin derinliklerine, cehennem ülkesine götürmüş.

Öğrenci orada, insanların üzerinde büyük bir yahni tenceresinin bulunduğu kocaman bir masanın etrafında, ellerinde tencereye ancak uzanabilen altı kulaçlık kaşıklarla oturduğunu görmüş. Yahni dünyanın en muhteşem yahnisiymiş ve kokusu duyanın iştahını kabartıyormuş. Ama Cehenneme mahkûm insanlar kaşıkları ağızlarına götüremiyorlarmış çünkü kaşıklar çok uzunmuş. Cehennem insanları acıdan kıvranıyorlarmış. Kendilerini besleyemiyor, açlık çekiyorlarmış.

Öğrenci saygıyla karışık bir korkuya kapılmış ama daha Cenneti görmemişmiş.

Ermiş öğrenciyi engin kozmostan geçirmiş, Cennet ülkesine varmışlar.

Burada öğrenci aynı kocaman masanın etrafında insanların oturduğunu, aynı muhteşem yahniyi ve herkesin ellerinde aynı altı kulaçlık kaşıkları görmüş.

Ama Cennette herkes mutluymuş ve gülüyormuş çünkü orada insanlar birbirlerini besliyorlarmış.

Eğer varlığımızın tam özüne, bu sosyal yapıların temeline bakarsak yeni bir şeyler doğabilir mi?

Eğer onu durdurmak için hiçbir şey yapmazsak topluluk, doğal olarak kendini yaşamımız aracılığıyla dışa vurur. O bizim insanlığımızın özünde vardır. O bizim birbirimize bağlı olduğumuz olgusunun temelidir.

Topluluk ruhunu engelleyen binlerce şey yapıyoruz. Tutunduğumuz her kavram bizi bölüyor, özdeşleştiğimiz her korku bizi bölüyor. Yaşamın çok daha küçük alt bölümlerini topluluğumuz olarak kabul ediyoruz. Ne olduğu belirsiz yuva birimlerimizde, koyu renk camlı parlak otomobillerimizde, bilgisayar ve telefonla iletişimimizde bu daralan dünyayı barındırıyoruz. Bu, yalıtılmışlığın, korku ve acının ifadesidir.

Kendimizi birlik olmaktan alıkoyduk. Neden?

Topluluk, yaşamımızın kökten basitleştirilmesini talep eder. Eğer odak noktamız yaşamı sürdürmek değil de özümüzde varolan birbirimizle ilişkimiz olursa yaşamımızda ne yaptığımız ve onu yapış şeklimiz ciddi bir şekilde değişir.

Topluluğun dışavurumu kolektif farkına varışımızın yansımasıdır. Çocuklarımız için onları seven ebeveynlerinin olması önemlidir. Onlar yaşama açılırken onları kabul edecek sevgi dolu bir topluluğun olması da aynı şekilde önemlidir.

Eğer çocuk yetiştireceksek topluluk da yetiştirmeliyiz. Yoksa çocuklarımız hâlihazırdaki toplumumuzda bizim kabul edegeldiğimiz yalıtılmışlıkta kalıplaşmaya devam edeceklerdir.

Bu yeni topluluklar ideolojisiz olabilirler ve bunun yerine doğrudan ilişki algısı üzerine kurulabilirler. Kararlar nasıl alınır? Para nasıl tutulur ve dağıtılır? Mülkiyete ne olur? Gençler nasıl eğitilir? Hasta ve yaşlılara nasıl bakılır? Bu gibi soruların araştırılması böyle bir topluluğun temelini oluşturur. Yaşamın kendisinin görüntüsü gibi böyle bir topluluk da devamlı hareket halinde olacak, değişip kendi kendini esinleyecektir.

Topluluğun işlevinin bir bölümü ihtiyacı olanlara yardım etmek olmalı. Genellikle yardım etmekle ilgili görüşümüz, yardım etmenin ne olduğuyla ilgili fikirlerimizle gölgelenmiştir.

İhtiyaç halinde olmak en belirgin olarak besin ve barınak yokluğu gibi ifade edilse de yoksulluk en temel anlamıyla bizim ilişikliğimizle teması kaybetmemizdir. Yaşam ve yaşamı besleyen şeylerin kısıtlanması ve kesilmesi, maddi zenginliğin dış koşullarıyla pekişen mahrumiyetin temel yapısıdır.

Başkasının maddi ihtiyaçlarını karşılayabiliriz ama yalnızca bu kişiye doğru bir şekilde hitap edebilirsek onun ihtiyaçlarına da doğru bir şekilde hitap edebiliriz. Birisine yiyecek verebilir hatta ona toprağı işlemeyi öğretebiliriz.

Ama bu, yoksulluğa hitap etmek için yeterli değildir. Karşılık yeterince derin değildir. Tam bir karşılık bulmak için kendi varlığımızın derinlerine inmeliyiz. Para verip bir an için vermiş olduğumuzu, bir şeyler hissettiğimizi,

bir şeyler yaptığımızı hissetmek kolaydır.

Gerçekte, vermek diye bir şey yoktur çünkü sahip olmak gibi bir şey yoktur. Yaşamımızda biriken zenginliğin bekçileri olabiliriz ama kesinlikle onun sahibi olamayız. Bu yaşamı ellerimiz boş terk edeceğiz.

Vermenin iyiliğini delice sevmemiz, hayali özgeciliğimizi yönlendirir. İyi şeyler yaparak iyi hissederiz. Ama iyi hissetmek iyi şeyler yaptığımız anlamına gelir mi? Sonuçta eğer aslında hiçbir şeyimiz yoksa ve veremiyorsak verme zevkinden mahrum oluruz. O zaman yardımseverliğimizi harekete geçirecek şey ne olacaktır?

İhtiyacı olanlara dağıtmak yaşamdaki önemli işlevlerimizden ve temel ihtiyaçlarımızdan biridir. Verenin vermeye ihtiyacı var. Vermek bizim ihtiyacımız; çünkü etrafımızdaki yaşamla tam bir ilişkiye ihtiyacımız var. İlişki vererek ilişki alıyoruz.

İlişki, yardımseverliğimizde bir zeka olmasını talep eder. Zeka, ihtiyacı olmayana vermenin bir hediye olmadığını ayırt eder. Kendi kendini idame ettirme yeteneğine sahip olana vermek yıkıcıdır.

Böyle bir durumda ilişkinin olgusu, vermek değil iletişimdir. Yardımda bulunan kişi, yardım ettiği bireyin kendi kendine yardım etme kapasitesine dikkat çekmek üzere yardımseverliğini bir kenara bırakmaya hazır mıdır? Yoksa kendimizi iyi olmaya çok mu fazla kaptırmış durumdayızdır?

Ne kadar besin ve barınak olsa da bu, insanın içinde bulunduğu durumu çözmeye yetmez. Bizim durumumuz da bakış açımızın, zihnimizin, yanılsamalarımızın bir sonucudur. Yardım etme sorumluluğumuz, ilişki kurma sorumluluğudur. İlişki içindeyken düşüncenin yarattığı bölünmelerin bütünlük içerisinde eridiğini keşfederiz.

Sağlık, Hastalık ve Yaşlanma

Beden, bilinçlilik ve gerçekliğin, enerji ve maddenin, sessizlik ve zihnin buluşma noktasıdır. Buluşma noktası olduğundan ne bu özelliklerden birisidir, ne de her ikisidir. Belki de bedeni bir enerji dönüştürücü olarak düşünmek daha doğru olur.

Fizikçiler maddenin en küçük elemanlarını tanımlamak için "olasılık dalgası" terimini kullanırlar. Bu elemanların ancak gözlem üzerine ölçülebilir bir varlığı vardır. Gözlem noktasına kadar eğilim ya da olasılıkları vardır ama gerçek değillerdir.

Kendimizi yakından gözlemlediğimizde bedenin görünürdeki saf fiziksel doğası kaybolur. Bir fiziksel ve bir de somatik unsurun varolduğunu görmeye başlarız ama bunlar birbirinden ayrılamaz.

Zihinsel odaklanmayla mesela telkinle, gözümüzde canlandırmayla ve yüzlerce plasebo etkisiyle fiziksel halimizi değiştirebiliriz. Zihinsel durumumuzu ilaçlar, besin ve fiziksel travma gibi unsurlarla değişime uğratabiliriz.

Bu bakımdan ele alınınca diyetimize, egzersize ve her türden çevresel etkiye dikkat etmemiz gerektiği ortadadır. Nasıl sağlıklı olacağımızı, ne yiyeceğimizi, nasıl egzersiz yapacağımızı hiçbir kitap tam olarak söyleyemez. Ama bedenimiz söyleyebilir. Bunların her biri psikosomatik durumumuzun tümünü ve dolayısıyla yaşamın bütünlüğünü algılayışımızı etkiler.

Daha derin bir yansıtmayla, bedendeki hastalık ve yaşlanmanın doğasının, düşüncenin, bellek olarak, bir anımsama biçimi olarak hareketi olduğunu anlarız. Bu bellek, genetik bileşimimizde, tıbbi uygulama kültürümüzde, zihinsel ve fiziksel alışkanlıklarımızda yerleşmiştir.

Bellek olarak düşünce kendisini ebedileştirir ve bu yolla bedenimizin,

hastalığımızın, yaşlanmamızın bu belleğin bir ifadesi olduğunu görebiliriz.

Hiçbir sağlık sistemi ya da bilimsel ilerleme, hastalık ve yaşlanmanın kökünü kurutmakta başarılı olabilmiş değildir. Belirli bazı hastalıklara karşı zafer kazandık ama yeni hastalıklar baş gösterdi. Teknoloji aracılığıyla ortalama yaşam süresi uzatıldı ama yaşamın uzamasına yalnızlığın, depresyonun, zihinsel yetersizliğin ve bedenin güçten düşüşünün eşlik ettiğini de bulduk. Ölüm hala bir olgu; yalnızca geciktirilmiş oldu.

Bedeni mekanik bir sistem olarak görüyoruz. Bedenlerimizin biyokimyasal modelleri doğaları gereği mekaniktir. Doktorlar biyoloji, biyokimya ve fizik üstüne titiz bir şekilde eğitiliyorlar. Bu, genel resmin küçük bir bölümü.

Yakın zamanda Doğu tıp model ve teknikleri ele alınmasına rağmen bedeni hala mekanik bir oluşum olarak görüyoruz. Bunun yetersiz bir bakış açısı olduğunu biliyoruz, bilimin açıklayamadığı fenomenler olduğunu biliyoruz. Plasebo etkisinin açıklanamadığını biliyoruz ama varolduğu kabul ediliyor. Tıbbi modellerimizin istatiksel sonuçlar üzerine kurulu olduğunu, tedavi veya terapilerimizin genellikle sadece istatiksel önemi olduğunu ama anlaşılmadığını biliyoruz.

Tıbbi teşhis, olguları değil olasılıkları belirliyor. Doktor semptomlar hakkında bilgi topluyor. Belirli bir hastalıkla ilgili bir semptomun istatiksel analizi yoluyla teşhis yapılıyor. Şimdi bu işlevi bilgisayar sistemleri taklit ediyor, bunlardan tıp okullarında yararlanılıyor ve teşhis için 18.yy.ın istatistik kuramını kullanıyorlar. Program belirli bir hastalığın bulunması olasılığını belirleyinceye kadar daha fazla bilgi toplayarak ihtimalleri düzenliyor.

Benzer bir makine veya doktor, istatiksel olarak semptomları iyileştirme olasılığı olan ilacı hazırlayabilir.

Bu semptom/tedavi olasılığı bağlantısındaki hasta kim? Hasta, kuantum fizikçilerin gözlemlenemeyen maddeleri gibi olasılık dalgası olarak ele alınmış olmuyor mu?

Gözlemci yalnızca gözleme olgusuyla, yani teşhis ederek olasılığı maddeye, insanı donuk bir semptom/tedavi karışımına dönüştürmüyor mu?

Kuantum fiziği, yeni bir tıbbi paradigmanın bazı elemanlarını tarif ediyor. Atomdan küçük evren, gözlem uygulanıncaya kadar hiçbir şeyin asli olarak bir yerinin ya da fizikselliğinin bulunmadığı bir dünyadır. Bu gözlem, olası

dünyayı kesin bir dünyaya dönüştürüyor

Gözlemlemenin tek etkisi, olasılığın güncelleştirilmesi oluyor. Oysa olasılık tahmin edilemez. Fizikçiler atomdan küçük evrende gerçekliğin güncelleştirilmesinin tamamen rastlantısal olduğunu savunuyorlar. Ama rastlantısallık, zekiymiş gibi görünen kalıplar yaratmaya başlıyor. Matematikçiler bir klavyede gelişigüzel daktilo yazan bir maymunun yeterli bir zamanda Shakespeare'in bütün eserlerini yaratacağını umuyorlar.

Atomdan küçük evren, herhangi bir konuma ve nesnel bir esasa sahip olmadan, ayrılmaz bir şekilde var olmak olarak tanımlanıyor. Bu bilimin en uç noktası, mistiklerce tarif edilen dünyaya benzemeye başlıyor.

Kuantum fiziği mistik bir dünya tarif ediyorken tıbbi model nasıl böyle mekanik ve tinsellikten yoksun olur? Buna yanıt vermek için fiziğin tarihine bakmamız gerekiyor.

Newton, "*Principia Mathematica*"sını 1687'de dodo kuşunun neslinin tükenmesinden yalnızca birkaç yıl sonra yayınladı. Newton'ın çalışması önemliydi çünkü maddi dünyanın kaba tahmini ve manüplasyonu için zemin oluşturuyordu. Neredeyse bir fısıltı olarak, materyalist ve mekanik evren görüşüne eşlik ediyordu.

Aslında Newton'ın fizik kanunları zihinsel mucizelerdi. Ama bu ilkelerin Newton'dan sonra gelenler tarafından zaptedilip genişletilmesi ruhsuz, tinsiz, tanrısız bir evren yarattı.

Newton, materyalizmi ve evrenin mekanik doğasını kanıtladı. Newtoncı dünya, sebep-sonuç dünyası idi. Sayılabilir, öçülebilir, tahmin edilebilirdi. Ama Newton hatalıydı. Bir şeyi unutmuştu: gözlemciyi. Bir fenomen, (mesela ışık hızının) değişik gözlemcilere farklı gözlemler ifade ediyor ve mutlak olan birden bire, göreceli hale geliyordu.

Einstein bunu ve Newton fiziği ile ilgili birkaç başka sorunu fark etti ve 20.yy.ın başlarında fiziksel dünyanın çok büyük hareketleri ile ilgili - ışık hızı, yerçekimi ve zaman - kuramlar üretmeye başladı. Einstein bize zamanın göreceli olduğunu söyledi. Bize ünlü İkizler İkilemini yani ikizlerden birinin yeterli hızla dünyadan fırlatıldığında dünyada kalan ikizden daha genç olarak döneceğini söyledi. Eğer zaman göreceli ise bir sonraki soru şudur: zaman nedir?

Şimdi fizikçiler dört boyutlu zaman-uzaydan, hızlanan veya yavaşlayan

zamandan, Newton'ın tanımladığı dünyanın göreceliğinden bahsediyor. Newton'ın mutlak olan dünyası, artık Einstein'ın göreceli dünyasıdır.

Ama Einstein bile fizikteki bir sonraki gelişmeye hazır değildi: kuantum fizik dünyasına.

Newton'ın mutlak mekanik dünyasından Einstein'ın göreceli dünyasına dönüşüm ne kadar eşsiz olsa da kuantum fiziksel dünyaya dönüşüm çok daha radikaldir. Einstein bir şeyi unutmuştu ve bunu yapması da çok şaşırtıcıdır. Bu şey, bilinçliliktir. Fizikçiler kendi varlıklarının, yani bilincin varlığının, gözlemledikleri, ölçülebilir gerçekliği etkilediğini keşfettiler.

Fizikçi John Wheeler bunu az ve öz olarak yazmış: "Geçmiş zamanlarda felsefenin söylediğini bugün etkileyici bir kuvvetle kuantum mekaniğinin merkezi niteliği söylüyor. Garip bir şekilde bu katılımcı bir evren."

Fizikçi Eugene Wigner şöyle yazıyor: "Kuantum mekaniği kanunlarını, tam bir tutarlılıkla formüle etmek bilinçliliğe gönderme yapmaksızın mümkün değildi."

Fizik dünyasına bilinçlilik alanını eklemek, bize bazı radikal ve etkileyici nosyonlar verir. Mesela, bilinçliliğin ölçülebilir, sayılabilir atomdan küçük fenomen üstündeki etkisi nedir? Fizikçi Werner Heisenberg, atomdan küçük evrende bir fenomeni onu değiştirmeden gözlemleyemeyeceğimizi söylüyor. Dahası atomdan küçük parçacığın bir yanı, mesela hızı ölçülebilirken aynı zamanda konumunun ölçülemeyeceğini belirtiyor. Bir bakıma resim her zaman bulanık olacak. Şöyle yazıyor: "Atomlar ve temel parçacıklar... şeyler ve olgular dünyasından çok olasılıklar ve potansiyeller dünyasına aitler."

Gözlemlenemeyen ya da bilinçsiz olan bir fenomeni "olasılık dalgası" veya "bir şeye eğilim " olarak tanımlıyor.

"Bir olayın olması düşüncesi ile o olayın olmuş hali, gerçekleşmesi arasındaki bir durumu, olasılıkların tam ortasında bulunan garip bir tür fiziksel gerçekliği tanımlıyor."

Bu esnada İrlandalı fizikçi John Stuart Bell, Bell Teoremi olarak bilinen kuramını ortaya atarak, iki atomun bir kez karşı karşıya gelince artık konum ve birbirlerinden uzaklıklarından bağımsız olarak sonsuza kadar bağlanacağı ya da birbirlerini etkileyeceğini gösteriyordu. Bu evrensel bağlantılılık sebep ve sonuç egemenliğinin dışındadır. Fizikçiler sebep/sonucun ışık hızıyla bağlı olduğunu düşünürler. Bell"in tarif ettiği etki ışığın ötesindader, ışıktan daha

hızlıdır.

Bell Teoreminin ifade ettiği şey eşsizdir. Mistiklerin dile getirdiği şeyi ima eder: evren bağlaşıktır, gerçek bir kopma yoktur, burada olan anında oradaki üzerinde bir etkide bulunacaktır. Bell'in çalışması nedensellik dışında, süreç dışı, zaman dışı bir etkiden bahseder. Bilim tarafından tarif edilen ama açıklanamayan bir özellikten bahseder. Bilim kendi anlayışının önüne geçmiştir.

Bilimin bu uç noktasının tanımladığı şey, bilinçlilikle çok erken ve ilk öğrenilen bilimsel temastır. Ve görmüş olduğumuz gibi bilinçlilik dokunduğu her şeyi değiştirir. Bilimsel paradigma dönüşüme uğramaktadır ve bu değişimle birlikte bilimin kabul ettiği olasılıkların genişlemesi de beraberinde gelmektedir.

Kuantum fiziği dünyası, birkaç parlak ama birbirinden kopuk fizikçinin kollektif hesaplamalarından daha fazla bir şeydir. Gerçekte o, bu yeni paradigmanın bilimsel açıklamasının başlangıcıdır. Bilinçliliğin gerçekliği etkilediği, evrendeki bir noktada meydana gelen değişimin evreni tümden etkilediği, gerçekliğin kendi başına bilinçlilikle temas etmeden varolmadığı bir dünyanın tanımlaması.

Newtoncu fizik ve onun materyalizmi, keşfedilmesi 300 yılı bulan yanlış bir yönelimdi. Bu yüzyıllarda Newtoncı görüş bizim dünya görüşümüze iyice girdi. Gerçekliğimizin her unsuruna nüfuz etti. Bize, sezgilerimize karşın, dünyanın mekanik ve öngörülebilir olduğunu söyledi.

Aynı yüzyıllarda bu materyalizme uygun bilimsel ilkeler geliştirdik. Bundan tıp, psikiyatri, zaman, yaşlanma ve nihayet ölüm ile ilgili görüşlerimiz gelişti. Newtoncu dünyada bütün bunlar mekanik, öngürülebilir ve maddidir.

Yeni görecelik paradigması ve kuantum fizik gerçeği henüz iyice özümsenmedi. Bırakın genel kültürce kabul görmeyi, henüz bilimadamlarınca bile formule edilmedi.

Bu yeni paradigma, bilinçlilik tarafından dönüştürülen değişken, karşılıklı bağlaşık evren binlerce yıl önce fark edilip, formüle edildi ve açıklandı. Bu, mistiklerin kavrayışıdır. Hinduların Vedalarında, Yahudilerin Kabalasında, Sufilerin öğretilerinde, Hıristiyan mistisizminde ve Taocu bilgelerce tanımlandı. Bilim sonunda mistisizmi kendisinin bir parçası olarak kabul

ettikçe, görüşteki değişim, bilinçlilik değişimi tıbbi gerçekliğimizi de değiştirecek.

Bu değişimde, bilinçliliğin sağlık kazanmaya ve hastalıkla mücadelelere uygulandığını görebiliriz. Batı tıbbı, sezgisel olarak aşikar olanı, yani gevşemenin kalp sağlığını, görsel canlandırmanın bağışıklık sistemini, ses veya mantraların tekrarının kan basıncını ve öteki beden sistemlerini etkilediğini, duanın iyileştirdiğini henüz çok yakın bir zamanda fark etti.

Bu, yalnızca fizikselmiş gibi görünen sistemlerin değiştirilmesi için bilincin kullanılmasına bir başlangıç olabilir. Bizler bilinçli hale geldiğimizde, sağlığın bilinçli bir şeklide yapılandırılması insanlığın sınırsız potansiyeli olur.

Aslında bilinçliliğin sağlık olduğunu keşfedebiliriz. Bu doğal farkındalık hali, kendi doğası gereği, gerçekliği özünde dengeli bir şekilde örneklemiyor mu? Bilinçlilik yaşlanır mı? Ölür mü?

Bilim, bilinçliliğin katkıları hakkında çok az şey biliyor. Yalnızca arkaetip ve mitoloji, hastalık, yaşlanma ve ölüme cevabın bulunduğu bilinçli evreni tarif etmeye girişmiştir. Ama her birimiz bilimle miti, fizikle metafiziği, madde ile mistiği birleştirme yeteneğine sahibiz. Bu birleştirme, bizim doğuştan kazandığımız haktır. Varoluşumuzun gerçeğidir.

Gerçeklik yalnızca bu buluşma noktasında ve onun sayesinde varolur. Biz, hem bilinçliliğin dışavurumu hem de onun maddesellikte somutlaşmasıyız.

Madde olmadan bilinçlilik ifadesizdir, bilinçlilik olmadan maddenin gerçekliği yoktur. Biri olmadan diğeri gerçek bir varlığa sahip olamaz.

Her birimiz bu bilinçlilik-madde karşılaşmasının bağlantı yerinde bulunduğumuzdan her iki unsura da gireriz. Maddenin manüplasyonu ile ilgili epey şey anlamış olmamıza karşın bilinçliliğin doğası hakkında yeterli bilgimiz yok. Bilimsel bilgimiz, maddi dünyanın tanımı, kitaplıkları doldursa da bilinçlilikle ilgili doğru düzgün bir kuramımız bile yok.

Ama görmüş olduğumuz gibi, fizikçiler, bilinçliliğin maddi dünya ile temas halindeyken onu mükemmel bir şekilde değiştirdiğini keşfettiler. Bu değişim zaman dışıdır. Bir süreç değildir.

Her birimiz için doğrudan ulaşılabilir olan bilinçlilik, bizi derinden değiştirir. Bu değişim zaman dışıdır. Bir süreç değildir.

Bilincin hastalık üzerindeki etkisi nedir? Hastalık karmaşasını tamamen değiştirilebilir mi? Her birimiz bilinçliliğe ulaşabiliriz, araştırmamızı sınırlayan hiçbir şey yoktur.

Hastalandığımızda içinde bulunduğumuz bilinç durumumuz nedir? Çabalayışımızı, programımızı, alışkanlıklarımızı durdurup bilinçliliği bulabilir miyiz? Bu durdurma, hiçbir şey yapmama anında, yaşam enerjisi ile ilişkiye geçtiğimiz anda ne olur?

Durdurmaya, sakinleşmeye ve yaşam enerjisi ile temasa direnç gösterilen hastalık sürecinin kendisidir. Bedenin bilinçliliğe, yaşam enerjisine ihtiyacı vardır. Açlık çekmektedir. Hastalık, bedenin açlıktan acı çekmesidir. Bu, besine duyulan açlık değil, bilinçliliğin bedenin her hücresine nüfuz etmesine duyulan açlıktır. Bu sürekli devam eden bilinçlilik açlığı, kendini fiziksel bedenin yavaş yavaş çöküşü ve bozuluşunda gösterir. Bu hastalık sürecidir. Benliğimize ve genlerimize kazınmış yaşlanma sürecidir. Bu bedensel olanın amansız bir şekilde dağılışa doğru gidişi ve yaşam enerjisi ile mutlak anlamda kaynaşıp birleşmesidir.

Yaşlanırız çünkü bize, en temel biyobelleğimizin, genetik kodumuzun bir ifadesi olarak böyle yapmamız söylenmiştir; bunun sonucu olarak böyle yapmamız gerektiğini hatırlarız.

Peki ama yaşlanmak zorunda mıyız? Bir çok yaşam formu tekrar oluşuyor. Bazı basit yaşam formları hemen hemen ölümsüz. Bilincin yaşlanma üzerindeki, genetik materyale ait şifreli bellek üzerindeki etkisi nedir?

Bilinçlilik karşısında ölümün kendisi bir soru haline geliyor. Ölüm, bilinçle karşılaştığında ne olur?

Bu kuantumsal, mistik, sihirli evren, hastalık, yaşlanma ve ölümün kökünü kazıma potansiyeline sahiptir. Evren zaten var ve biz zaten onun içindeyiz. Bizler yalnızca binlerce yılın lineer düşüncesiyle şartlanmış durumdayız. Bu düşünce, çizgisel ve katı olmayan, sonsuz, değişken bir evreni kavrayıp anlayamıyor. Katı düşünce, kendi asli zekası yoluyla kendini ortaya koyan saf enerji evrenini anlayamaz.

Hastalık, yaşlanma ve ölümün yok edilmesi potansiyeli, içinde cisimleştiğimiz psikosomatik oluşumun tümüyle yeni ve şartlanmamış bir enerji ile kaynaştığı noktada yer alır. Düşüncenin baskılarından bağımsız olan bu enerji aynı zamanda bellekten de bağımsızdır. Bir sonraki evrimsel adım,

bu enerjinin psikosomatik şartlanmaya girip onu dönüştürmesi olabilir.

Bu enerji hakkında çok az şey biliyoruz. Birçokları -şamanlar, mistikler, simyacılar, fizikçiler- asırlardır bunu vücuda getirmeye çalıştılar. Ani kendinden geçişlerde, ruhsal fenomenlerde, mucizevi sağaltımlarda ve muhtemelen kliniksel olarak ölmüş olanların tekrar diriltilmesinde bunun yalnızca kırıntılarını görüyoruz. Yine onun doğasına ait kırıntıları fizikçilerin esrarlı deneylerinde ve matematikçilerin hesaplarında da görmüştük.

Bu parçalar bize, yaşam enerjisinin bizim bilimsel ya da kültürel paradigmalarımıza sığmaz şekillerde hareket edebilme olasılığını gösteriyor.

İdeoloji ve kavramlarla o kadar sarıp sarmalanmışız ki bu bölünmemiş enerjiyi göremiyoruz. Onun insan bedenini tasarıdan gerçeğe dönüştürme potansiyeli hakkında ancak kuram üretebiliyoruz. Ama kuram pek az işe yarıyor.

Bu özelliği varlığımızın tüm hücrelerine sokmak için neyin gerekli olduğunu henüz bilmiyoruz. Önce bilineni sıyırıp atalım, sonra belki ötede olanı keşfedebiliriz. Ötede olan, olası olandır.

Ölüm ve Ölümsüzlük

Ölüm, yaşamlarımızın sonu değildir. Ölüm, her an olmaktadır. O, bu andadır.

Ölüm, düşüncenin yok oluşuyla, benliğin çözünmesiyle gelir. Ölüm, yaşamın tam özüdür, yaşamdan farklı değildir.

Bulabileceğiniz hiçbir yer yoktur, hiçbir nokta ya da görüş yoktur ki onu bulduğunuz anda ölmekte olmasın.

Kendi ifadesi olarak zaten içinde ölümü barındırmayan hiçbir doğum yoktur.

Yeniye yol açmayan hiçbir ölüm yoktur.

Ölmekte olana tutunarak mı yaşarız yoksa yeniyi mi gözetiriz?

Öldüğümüz anda, öldüğümüz her anda, yeni olan kendisini ifade etmek için beklemektedir.

Sürekli, doğup yok olan formun kesintisiz akışı olan yaşamdan bakıldığında, ölüm yoktur. Kendi öz doğasının sonsuz dışavurumu olan yaşam vardır.

Sonsuz dışavurumdan baktığımızda biz de sonsuzuz, ölümsüzüz. Bu bakış açısına göre ölmüşüzdür. Artık ayrı değiliz.

Araştırma

Yaşam dinamiktir; değişmekte, hareket etmektedir.

Yaşamımızda dogmatik ve genel kavramlara sahip olmayı göze aldığımızdan, anlayışımızın sınırlarını zorlamamız önemlidir.

Mutlağın farkına varış, son değil, mutlağa girme araştırmasının başlangıcıdır.

Şartlanmış halin kısıtlamalarını bilmek, bu halin sonu değildir. Sorumuz bu şartlanmış halin araştırılması ve dönüştürülmesi olur.

Mutlak ile görecelinin, şartlanmış ile şartlanmamışın bütünleşmesi, hepimizin içinde, zamanın dışında cereyan eden bir çeşit bilinçlilik evrimidir.

Bir çeşit kendini beğenmişlikle anlayışımızın mağarasında kolayca inzivaya çekileceğimizi sanırız. Burada her hangi bir engel ya da zorlamaya maruz kalmadan gerçekliğin ve mutlak bilinçliliğin doğasını göreceğimize inanırız.

Aslında herhangi bir yere çekilemeyiz, çünkü gerçeklik ve mutlak bilincin doğası, kaçtığımız şey ve çekildiğimiz yerdir. O, her şeydir ve her yerdedir.

Bu farkındalık bizim her günkü hayatımıza girebilir mi? İşyeri, topluluk, ev değiştirilebilir mi? Bedenin kendisi, hastalık, yaşlanma ve ölümün dışavurumu olmak yerine bu enerjinin taşıtı, bu enerji olmak için gerekli dönüşümü sağlayabilir mi?

Bu, yaşamın, varoluşumuzun köşe bucağının araştırılmasıdır. Bu hareketin nereye yöneldiğini bilmiyoruz. Bu olmadan dünyamızın aşikar bir çatışma alanı olarak sürüp gideceğini biliyoruz.

Dünyanın savaş, politika, aşırı nüfus ve kirlenme ile sürekli paramparça olarak varolmayı sürdürebilmesi şüpheli görünüyor. Ama kolektif yaşamımızın tüm yapı ve esaslarında radikal bir değişim olmadan aynı şeylerin olmaya devam edeceği kesin.

Keşfettiğimiz çatışma dışarıda bir yerlerde değil. Çatışmanın sona ermesi, varoluşumuzun bütünlüğündeki temel mutasyon bizimle başlıyor. Sorumluluk başka yerlerde değil.

İlişiklik ve ilişki dünyasının keşfi, şeklini ve yapısını tamlıktan alıyor. Bu hareket ancak biz olamadan, yani psikolojik “ben” olmadan gerçekleşebilir. Merkezi olmayan, ama yaşamımızdaki her unsuru yoklayıp değiştiren bu hareket, enerji ve maddenin, bilinçlilik ve gerçekliğin buluşmasıdır. Bizi çağırmaya gelen bilinmez sevgilidir.

Diyaloğa Davet

Bu bir diyalog davetiyesidir. Bu diyalog birçok şekilde olabilir. Diyalog, ikiliğin birleştirici ifadesidir. Görünüşte iki olanın birde kucaklaşmasıdır.

Yaşamın tamlığı bütün formları kapsar ve form, bunu kabul ederek ötekinde şekilsiz olanı görmeye girişir. Bu, birinin öteki üzerinde egemenliği ya da birinin diğerini yönlendirmesi değildir. Bu diyalog ötekinin dahil edilişidir.

İçsel ve dışsal olanın incelenmesi olabilir. Karımızla, kocamızla, çocuğumuz veya arkadaşımızla bir diyalog olabilir. İşlek bir caddede beklenmedik bir karşılaşma, yeni açmış bir çiçeğin güzelliği, birisinin acısıyla özdeşleşme olabilir. Yaşamın kendisiyle diyalektiğidir.

Biz hepimiz bu engin sohbetin, yaşam oyununun görür bölümlerinin ve onun inkar edilemez birliğinin parçasıyız. Konuştukça kendi konuşmamızın anlamına, kendimizle oynadığımız oyunun başlangıcına giden yolu bulalım.

Birbirimizle konuştuğumuzda, aslında kendimizle konuştuğumuzu fark edelim. Birbirimizle karşılaştığımızda, bir yabancıyla karşılaşmıyor, yalnızca zaten tanışmış olduğumuzu, daha önceden pek çok kereler sohbet etmiş olduğumuzu unutmuş oluyoruz.

Haydi bu diyalogu yaşamlarımıza davet edelim.

İlgilenenler aşağıdaki adrese yazabilirler:

Steven Harrison

P.O Box 6071

Boulder. CO 80306

E-mail: InDialog@aol.com

Web sitesi: http://www.doingnothing.com

Yazarın bu kitaptan elde edeceği bütün kazanç, kar amacı gütmeyen organizasyonlara bağışlanacaktır. Mesela:

All Together Now International

P.O. Box 7111

Boulder, cO 80306

E-mail: AllToNow@aol.com

Web sitesi: http://members.aol.com/InDialog/index2.html

“Sen bir farklılık yapabilirsin ama hep birlikte değişim yaratırız.”

A.T.N.I., bireyler tarafından yalnızca maddi ihtiyaçlara hitap edilmesini değil aynı zamanda kendi kendine yeterli olmayı, işbirliğini ve ortaklaşa yaşamı teşvik etmek üzere bireylerin planlayıp örgütlediği projeleri de desteklemektedir.

Rokpa USA

C/o Edith Irwin

Box 91-1

Route 1

Millboro, VA 24460

E-mail: rokpa.usa@ibm.net Web sitesi: Web sitesi: Web sitesi:

Rokpa, sloganı “Nerede yardıma gereksinim varsa yardım elini uzatmak” olan uluslararası bir yardım kuruluşudur. Asıl olarak Tibet, Nepal ve Hindistan’da çalışmaktadır.

Lütfen programları ile ilgili daha fazla bilgi almak üzere bu kuruluşlarla temasa geçin.