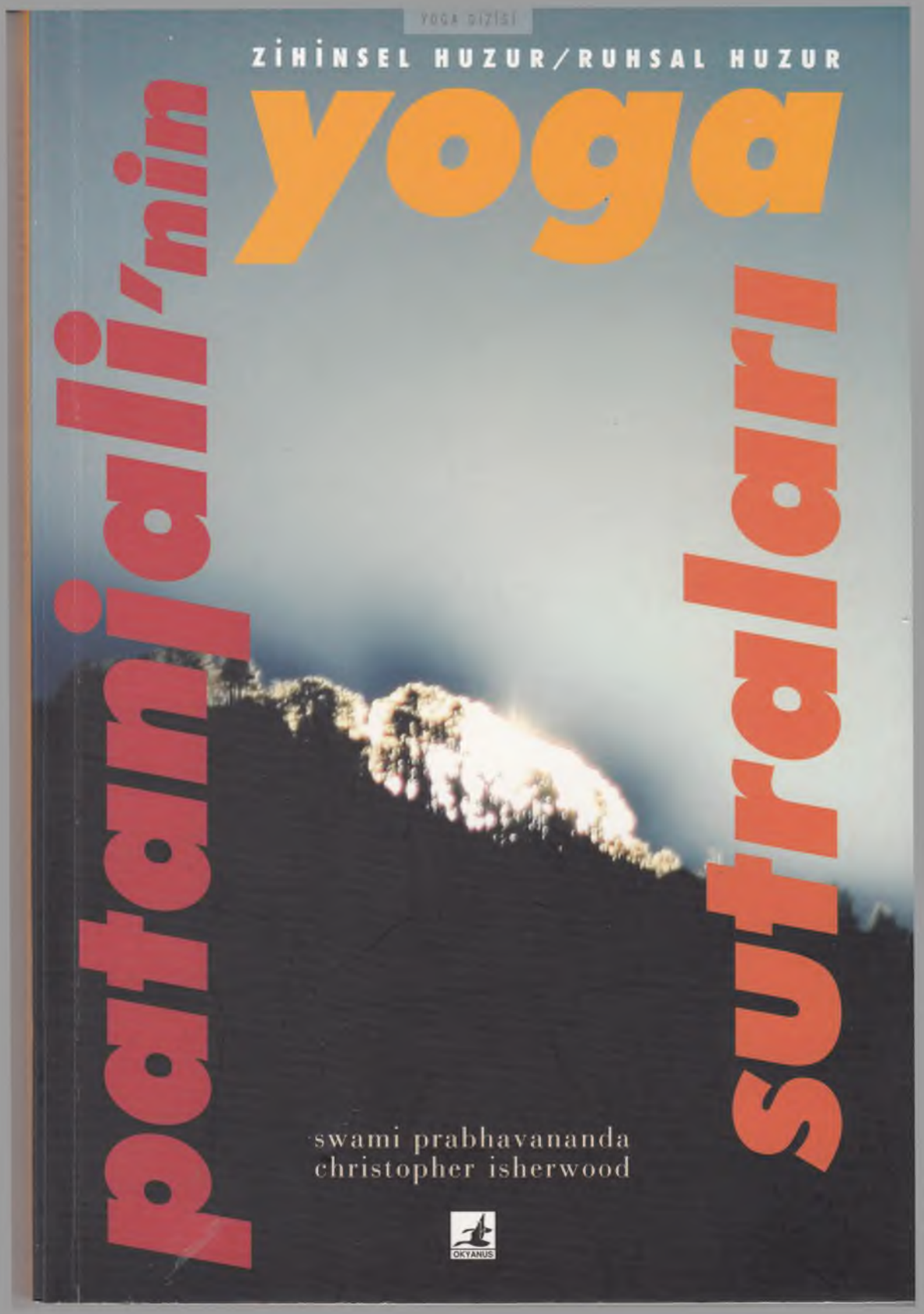

YOGA DİZİSİ
ZİHİNSEL HUZUR/RUHSAL HUZUR
patanjali'nin
yoga
sutraları
swami prabhavananda
christopher isherwood
OKYANUS

Patanjali'nin Yoga Sutraları

Zihinsel Huzur/ Ruhsal Huzur

Çeviren ve Yorumlayanlar

Swami Prabhavananda

Chirstopher Ishewood

Türkçesi

Nur Yener

OKYANUS

© The Vedanta Society of 1953
© Okyanus Yayıncılık ve Yapımcılık Ltd. Şti.,

1. Basım Şubat 2006
2. Basım Şubat 2013

"Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının
yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz."

Editör: Lütfü Bozkurt

Kapak Tasarım: Uma Jyoti

Türkçesi: Nur Yener

ISBN - 975 - 6529 - 37 - 7

Ofset Hazırlık Baskı ve Cilt:
Çizge Tanıtım ve Matbaacılık Ltd. Şti.
Tel: (0212) 482 56 28
Sertifika No: 13308

OKYANUS YAYINCILIK VE YAPIMCILIK LTD. ŞTİ.
Ankara Cad. Konak Han. 34410 Cağaloğlu - İstanbul
Tel+Fax: (0212) 513 42 59

Patanjalı ve Yoga Sutraları

Günümüzde gittikçe geniş kitlelerin ilgisini çeken yoga öğretisinin kökeni çok eskilere İ.Ö. 4.000 yıllara inmekle birlikte Yoga Öğretisi hakkında yazılmış en kapsamlı metin İ.Ö. ve İ.S. 200 yılları arasında yaşadığı sanılan Patanjalı tarafından yazılmış Yoga Sutralarıdır.

Patanjali'ye gelene kadar yoga öğretisinin temel sacayağını oluşturan bütün "fikirler," "düşünceler" ya da daha iyi tanımlamayla "yaşam anlayışı Hindistan'ın değişik bölgelerinde Gurular, Bilgeler tarafından sözlü olarak kuşaktan kuşağa aktarılıyor; bazıları da metinler halinde yazıya dökülüyordu. Patanjalı'nin sutralarında geçen düşüncelerin, yaşam anlayışının çoğu Vedanta Felsefesi içinde yer almıştır. Ancak yoga öğretisini bütünüyle kuşatan ve sistematik biçimde kaleme alan kişi Patanjali olmuştur. Bu yüzden yazıldığı dönemden bu yana geçen süre içinde önemini hiç kaybetmemiş, yoga öğretisini bir tür kutsal kitabı olmuştur. Patanjali ise Yoga öğretisinin kurucusu olarak kabul edilmiştir.

Okyanus Yayıncılık

Yoga ve Amaçları

1. Yogada eğitimin başlangıcı budur.

Yoga esas olarak "birlik" anlamına gelir. Bu "boyunduruk" anlamına gelen İngilizce 'yoke' sözcüğünün Sanskritçe atasıdır. Bu da ruhsal birleşme, bütünleşme yöntemi anlamına gelir. Yoga bireyin Tanrı ile birleşebildiği bir yöntem, bu görünürdeki, gelip geçici evrenin altında yatan Gerçekliktir. Böyle bir birliğe ulaşmak mükemmel yoga haline ulaşmaktır. Hıristiyanlık'ta benzer bir düşünceyi ifade eden ve buna karşılık gelen "mistik birleşme" deyimi vardır.

Bu özdeyişlerin klasik yorumcularından biri olan Bhoja Patanjali'nin yoga sözcüğünü kullanmasını "Atman'ı (Gerçeklik) Atman-olmayandan (görünürdeki) ayırma çabası" olarak tanımlıyor.

Yoga uygulayan kişiye yogi denir.

2. Yoga zihindeki düşünce dalgalarının kontrolüdür.

Patanjali'ye göre zihin (chitta) üç bileşenden, *manas, buddhi* ve *ahamkar*'dan oluşur. Manas duyular vasıtasıyla dış dünyadan toplanan izlenimleri alan kaydetme melekesidir. Buddhi bu izlenimleri sınıflandıran ve bunlara tepki veren ayırt etme melekesidir. Ahamkar bu izlenimlerin kendinin olduğunu iddia eden ve bunları kişisel bilgi olarak depolayan ego-duygusudur. Mesela, manas şöyle bildirir: "Büyük canlı bir nesne hızla yaklaşıyor." Buddhi karar verir: "Bu bir boğa. Kızgın. Birine saldırmak istiyor." Ahamkar bağırır: "Bana sal-

dırmak istiyor, Patanjali. O boğayı gören benim. Korkan benim. Kaçmak üzere olan benim." Daha sonra, yakındaki bir agacın dallarının arasından ahamkar şöyle ekleyebilir: "Şimdi (ben olmayan) bu boğanın tehlikeli olduğunu biliyorum. Bunu bilmeyenler var; bu benim gelecekte bu boğadan kaçınmamı sağlayacak olan kişisel bilgim."

Tanrı, altta yatan Gerçeklik, her yerdedir. Eğer Gerçeklik varsa, her yerde olmalıdır; her hisseden varlığın, her cansız nesnenin içinde mevcut olmalıdır. Yaratığın-içindeki-Tanrı Sanskrit dilinde *Atman* ya da *Purusha*, gerçek öz, olarak bilinir. Patanjali her zaman Puruşa'dan (kelime anlamı "bedenin içinde bulunan Tanrısallık" olan) bahseder, fakat bu çeviri boyunca bunun yerine Atman sözcüğünü kullanacağız, çünkü Atman *Upanişadlar*'da ve *Bhagavad-Gita*'da kullanılan sözcüktür ve bu nedenle öğrenciler muhtemelen buna daha aşinadırlar. Upanişadlar'a ve Gita'ya göre, tüm yaratıkların içinde tek Atman mevcuttur. *Sankhya* felsefesini izleyen Patanjali her bir yaratığın ve nesnenin kendine has ayrı, fakat özdeş Puruşa'sı olduğuna inanıyordu. Bu felsefi farklılığın ruhsal arayıcı için hiçbir işlevsel önemi yoktur.

Zihin zeki ve bilinçli görünür. Yoga felsefesi öyle olmadığını öğretir. Zihnin sadece ödünç alınmış bir zekası vardır. Atman'ın kendisi zekadır, saf bilinçtir. Zihin sadece bu bilinci yansıtır ve böylece bilinçli gibi görünür.

Bilgi ya da algı, zihindeki bir düşünce dalgasıdır (vritti). Bunun için tüm bilgi nesneldir. Batılı psikologların iç gözlem ya da öz bilgisi diye adlandırdıkları bile Patanjali'ye göre nesnel bilgidir, zira zihin gören değildir, o sadece bir bilgi vasıtasıdır, dış dünya gibi bir algı nesnesidir. Gerçek gören olan Atman bilinmeden kalır.

Her algı "Bunu biliyorum" diyen ego-duygusunu teşvik eder. Fakat konuşan Atman, gerçek Öz değil, egodur. Ego-duygusuna Atman'ın zihinle, duyularla vb. özdeşleştirilmesi neden olur. Bu küçük bir ampulün, "Ben elektriğim" demesine ve sonra da elektriği telcikler içeren armut şeklinde cam

bir nesne olarak tanımlamasına benzer. Böyle bir özdeşleşme saçmadır-egonun gerçek Öz olduğunu iddia etmesi kadar saçmadır. Bununla beraber, elektrik akımı ampulün içinde mevcuttur ve Atman herşeyin içinde ve her yerdedir.

Dış dünyadaki bir olay ya da nesne duyular tarafından kaydedildiği zaman, zihinde bir düşünce dalgası yükselir. Ego-duygusu kendisini bu dalgayla özdeşleştirir. Eğer bu düşünce dalgası hoşsa, ego-duygusu "ben mutluyum" diye hisseder; eğer bu dalga hoş değilse, "mutsuzum" diye hisseder. Tüm bedbahtlığımızın nedeni bu sahte özdeşleşmedir -zira egonun geçici mutluluk duygusu endişeye, bu zevk nesnesine bağlanma arzusuna yol açar ve bu da gelecekte mutsuz olma olasılıklarını hazırlar. Gerçek Öz, Atman sonsuza dek düşünce dalgalarınını gücünün dışında kalır, o ebediyen saf, aydınlanmış ve özgürdür -tek gerçek, değişmeyen mutluluktur. Buradan da insanoğlunun bu düşünce dalgaları ve ego-duygusuyla özdeşleşildiği sürece hiçbir zaman gerçek Öz'ünün bilemeyeceği sonucuna varılır. Aydınlanmak için bu düşünce dalgalarının kontrol altına almalıyız, öyle ki bu sahte özdeşleşme son bulabilsin. Gita bize *"Yoga acıyla teması kesmektir"* diye öğretir.

Düşünce dalgalarının işleyişini tanımlarken yorumcular basit bir imge kullanırlar -bir göl imgesini. Eğer bir gölün yüzeyi dalgalarla oynarsa, su bulanıklaşır ve dibi görünmez. Göl zihni, gölün dibi ise Atman'ı temsil eder.

Patanjali "düşünce dalgalarının kontrol edilmesinden" bahsettiği zaman, anlık ya da yüzeysel bir kontrolden söz etmiyordu. Çoğu insan yoga uygulamasının "zihninizi boş kılmakla" -bir arkadaşınızdan başınıza bir çekiçle vurmasını isteyerek çok daha kolay ulaşılabilecek bir durumdur bu- ilgili olduğuna inanır. Kendi kendine şiddet uygulayarak hiçbir ruhsal avantaj sağlanmaz. Bizler düşünce dalgalarını kaydeden organlara darbe indirerek bunları kontrol etmeye çalışmıyoruz. Bizim çok daha zor bir şey yapmamız gerekiyor - düşünce dalgalarının ego-duygusuyla bu sahte özdeşleştirilmesi alışkanlığından vazgeçmek. Bu alışkanlığı unutma süreci ka-

rakterin tam bir dönüşümünü, Aziz Paul'un dediği gibi, "zihnin bir yenilenmesini" gerektirir.

Yoga felsefesi "karakter" ile ne demek istiyor? Bunu açıklamak için göl örneği geliştirilebilir. Dalgalar sadece suyun yüzeyini bozmazlar, aynı zamanda sürekli hareketleriyle gölün dibinde kum ya da çakıl setler oluştururlar. Bu kum setler elbette dalgalardan çok daha daimi ve somutturlar. Bunlar zihnin bilinçsiz ve bilinçaltı bölgelerinde varolan eğilimler, potansiyeller ve gelişmemiş hallerle kıyaslanabilir. Sanskritçe'de bunlara *samskaralar* denir. Samskaralar düşünce dalgalarının sürekli hareketiyle oluşur ve onlar da karşılığında yeni düşünce dalgaları yaratır -bu süreç iki taraflı çalışır. Zihni sürekli olarak öfke ve küskünlük düşüncelerine maruz bırakın, bu öfke dalgalarının günlük yaşamda öfkelenmek için fırsatlar bulmanızı sağlayacak öfke-samskaraları oluşturduklarının göreceksiniz. İyi gelişmiş öfke-samskaraları olan bir adamın "kötü bir huyu" olduğu söylenir. Esasında samskaralarımızın toplamı karakterimizdir. Bununla beraber, eğer med cezir ya da akıntı değişirse bir kum setinin şeklini değiştirebileceğini unutmayalım, onun için samskaralar da zihne başka tür düşünce dalgalarının tanıtılmasıyla değiştirilebilir.

Hazır bu konudayken, yoga ile Batı bilimi arasında varolan bir yorum farkına değinmekte yarar var. Tüm samskaralar tek bir insan ömrü içinde kazanılmaz. Bir çocuk doğasında zaten hazır bulunan belli eğilimlerle doğar. Batı bilimi bu tür eğilimleri kalıtıma atfetme eğilimindedir. Yoga psikolojisi bunların, o zamandan beri unutulan düşünce ve edimlerin bir sonucu olarak, önceki genedoğumlarında kazanıldığını söyler. Pratik açıdan kişinin bu iki teoriden hangisini tercih ettiği gerçekten önemli değildir. Yoganın görüş açısından "kalıtım", bireysel ruhun varolan samskaralarla, samskaraları kendisininkine benzeyen ebeveynlerden oluşan belli bir tür ailede yeniden doğmak ve böylece zaten sahip olduğu eğilimleri "miras almak" için güdülendiğini söylemenin bir başka yoludur. Yoga uygulamacısı samskaralarının nereden geldiğini ya da bunlara ne kadar süredir sahip olduğunu merak etmekle za-

man harcamaz; bunların tüm sorumluluğunu alır ve bunları değiştirmek üzere işe koyulur.

Elbette daha yüksek yoga uygulamalarına henüz hazır olmayan pekçok tip zihin vardır. Eğer ihmal edilmiş, katılaşmış bir fiziğiniz varsa ve bir bale sınıfına katılmaya çalışırsanız, muhtemelen kendinize büyük zarar verirsiniz; birkaç basit hareketle başlamanız gerekir. "Dağınık" diye tanımlanabilecek zihinler vardır; bunlar huzursuzdur, heyecanlıdır ve konsantre olamazlar. Yapıcı düşünemeyen tembel, uyuşuk zihinler vardır. Belli bir derecede enerjiye sahip olsalar da sadece hoş olan şeylerin üstünde durabilen zihinler de vardır; bunlar yaşamın nahoş yanlarından sinerler. Fakat hali hazırdaki doğası ne olursa olsun her zihin nihayetinde disipline edilebilir ve dönüştürülebilir -Patanjali'nin deyişiyle, "tek-odaklı" olabilir ve mükemmel yoga haline ulaşacak duruma getirilebilir.

3. O zaman insan gerçek doğasında kalır.

Zihin gölü net ve sakin kaldığı zaman, insan kendini gerçekte olduğu gibi, her zaman olduğu gibi ve her zaman olacağı gibi bilir. O Atman olduğunu bilir. "Kişiliği", kendisinin ayrı, eşsiz bir birey olduğuna dair o yanlış inancı kaybolur. "Patanjali" istediği gibi üstüne geçirebileceği veya bir yana koyabileceği bir maske ya da bir palto gibi bir örtüdür. Böyle bir insan özgür, aydınlanmış bir ruh olarak bilinir.

4. İnsan yoga halinde olmadığı zamanlarda, zihindeki düşünce dalgalarıyla özdeşleşmiş kalır.

5. Beş tür düşünce dalgası vardır -bazıları acı vericidir, bazıları değildir.

Patanjali'nin bu terimi kullanma tarzına göre "acı veren" bir dalga, mutlaka zihinde ilk kez ortaya çıktığı zaman acı verici gibi görünen bir dalga değildir; bu kendisiyle birlikte büyük ölçüde cehalet, bağımlılık ve esaret getiren bir dalgadır. Aynı şekilde, başlangıçta acı verici gibi görünen bir dalga, zihin daha büyük özgürlüğe ve bilgiye sevketmesi şartıyla, gerçekte "acı verici olmayanlar" kategorisine ait olabilir. Mesela,

Patanjali şehvetli bir düşünce dalgasını "acı verici" olarak tanımlardı, zira şehvet hoş bir şekilde tatmin edildiği zaman bile, arzu edilen kişiye karşı bağlılığa, kıskançlığa ve esarete neden olur. Öte yandan, bir acıma dalgası "acı verici olmayan" bir dalga olarak tanımlanırdı, çünkü acıma kendi egoizmimizin bağlarını gevşeten bencil olmayan bir duygudur. Başkalarının ıstırap çektiğini gördüğümüz zaman derinden ıstırap duyabiliriz, fakat bu acıma duygumuz bize anlayışı ve dolayısıyla kurtuluşu öğretir.

Bu iki tür düşünce dalgası arasındaki bu ayrım, iş gerçek yoga disiplini çalışmasına gelince çok önemlidir. Çünkü düşünce dalgalarınını hepsi aynı anda kontrol edilemez. Önce, "acı verici olmayan" dalgaları yükselterek "acı verici" düşünce dalgalarını alt etmeliyiz. Öfke, arzu ve aldanış düşüncelerimize sevgi, cömertlik ve gerçeklik düşünceleri ile karşı koymalıyız. Ancak çok sonra, bu "acı verici" düşünce dalgaları tümüyle sakinleştiği zaman ikinci disiplin aşamasına geçebiliriz; bilerek yarattığımız "acı verici olmayan" dalgaların sakinleştirilmesi.

"İyi", "saf" ve "doğru" olan bu düşünce dalgalarını bile eninde sonunda alt etmemiz gereği, ahlaka Batılı bir yaklaşımla eğitilmiş olan bir öğrenciye başta şaşırtıcı gelebilir. Fakat biraz düşünürse bunun böyle olması gerektiğini anlayacaktır. En güzel görüntüleri ve en ulvi tezahürleriyle bile dış dünya yine de yapay ve geçicidir. Bu esas Gerçeklik değildir. Atman'ı görmek için ona değil, onun içinden bakmalıyız. Elbette, sevmek nefret etmekten, paylaşmak istiflemekten, doğruyu söylemek yalan söylemekten daha iyidir. Fakat bu erdemleri harekete geçiren düşünce dalgaları yine de zihinde çalkantı yaratırlar. Hepimiz, günlük işlerindeki pratik sorunların ötesinde hiçbir şey düşünemeyecek kerte kendini büyük bir reform hareketine ya da sosyal yardım projesine vermiş olan hayran olunacak, dürüst insanlar olduğunu biliriz. Onların zihinleri sakin değildir. Endişe ve huzursuzlukla doludurlar. Gerçekten aydınlanmış insanın zihni sakindir -başkalarının ihtiyaçlarına karşı bencilce kayıtsız olduğundan değil, fa-

kat Atman'ın huzurunun herşeyin içinde, hatta bedbahtlık, hastalık, çatışma ve yoksunluk görüntüsü içinde bile olduğunu bildiği için.

6. **Bu beş tür düşünce dalgası şunlardır: doğru bilgi, yanlış bilgi, sözel aldanış, uyku ve bellek.**

7. **Doğru bilgi türleri şunlardır: doğrudan algılama, anlam çıkarma ve kutsal kitabın beyanı.**

Duyularımızın algıladığı doğru bilgidir, aldanışa düşmememiz şartıyla. Bu doğrudan algımızdan çıkardığımız anlam da, muhakememizin doğru olması şartıyla, doğru bilgidir. Kutsal kitaplar büyük ruhsal öğretmenlerin mükemmel yoga halindeyken kazandıkları bilinçüstü bilgiye dayanır. Bu nedenle bunlar da doğru bilgidir. Bunlar duyuların algıladığından çok daha doğrudan bir algı sunarlar ve öğrettikleri gerçekler bu biliçüstü görüye ulaşan herkes tarafından doğrulanabilir.

8. **Yanlış bilgi asılsız bilgidir ve nesnesinin gerçek doğasına dayanmaz.**

Yoga edebiyatında verilen klasik örnek yılan sanılan bir ip parçasıdır. Bu durumda, yanlış bilgi ipten korkup ondan kaçmamıza ya da onu öldürmeye çalışmamıza neden olur.

9. **Sözcükler gerçekliğe karşılık gelmediği zaman sözel aldanış ortaya çıkar.**

Yaygın bir sözel aldanış biçimi hemen sonuca varmaktır. Birinin konuştuğunu ve kastettiği şeyin üstünkörü ve yanlış bir resmini çizdiğini duyabiliriz. Politik konuşmalarda sıklıkla çifte sözel aldanış görülür: konuşmacı sözlerinin tek bir gerçekliğe karşılık geldiğine inanır, dinleyenler bunları bir başka gerçeklikle bağdaştırır -ve her iki taraf da yanılır. "Demokrasi ruhu", "Amerikan yaşam tarzı" gibi ifadeler gazetelerde ve radyoda her yıl zengin sözel aldanış ürünleri verirler.

10. **Uyku hiçlik hakkında bir düşünce dalgasıdır.**

Yani, rüyasız uyku zihinde düşünce dalgalarının yok olması değil, fakat pozitif bir hiçlik deneyimidir. Bu nedenle dalga-

sız yoga haliyle karıştırılamaz. Eğer uyku sırasında zihinde hiç düşünce dalgası olmasaydı, hiçbir şey bilmediğimizi hatırlayarak uyanmazdık. S. Radhakrishnan'ın *Indian Philosophy* adlı eserinde ifade ettiği gibi, Bay Falanca iyi bir uykudan sonra Bay Falanca olmayı sürdürür, çünkü deneyimleri uykuya yattığı zaman varolan sistemle bütünleşir. Deneyimleri kendilerini düşüncelerine bağlar ve başkasının düşüncelerine uçmazlar. Böyle bir deneyim devamlılığı bilincin tüm muhtevasının altında yatan daimi bir Öz'ü kabul etmemizi gerekli kılar.

11. Bellek algılanan nesnelerin unutulmaması, fakat bilince geri dönmesidir.

Bellek bir tür ikincil düşünce dalgasıdır. Doğrudan bir algı dalgası daha küçük bir dalgacığa ya da bir dizi dalgacığa neden olur. Uykunun düşünce dalgaları da rüya diye adlandırdığımız daha küçük dalgacıklara neden olur. Rüya görmek uykumuzda hatırlamaktır.

12. Bunlar uygulama ve bağlanmama aracılığıyla kontrol edilir.

13. Uygulama, zihnin düşünce dalgalarının daimi kontrolünü sağlayan disiplinleri izlemek için tekrarlanan çabalardır.

14. Uygulama, kendini samimi bir şekilde vererek, kesintiye uğramaksızın uzun bir süre tatbik edildiği zaman sağlamlaşır.

15. Bağlanmama öz-hakimiyetidir; o görüleni ya da duyulanı arzulamaktan özgür olmaktır.

Zihin dalgalarının iki zıt yönde akması sağlanabilir -ya nesnel dünyaya doğru ("arzu etme iradesi") ya da gerçek öz-bilgisine doğru ("kurtuluş iradesi"). Bu nedenle hem uygulama hem de bağlanmama gereklidir. Esasında diğeri olmaksızın bunların birine teşebbüs etmek faydasız ve hatta tehlikelidir. Eğer arzu düşünce dalgalarını kontrol etmeye çalışmadan ruhsal disiplinleri uygulamaya kalkışırsak zihnimiz müthiş bir

şekilde alt üst olur ve belki de sürekli dengesiz bir hal alır. Eğer arzu dalgalarına karşı koymak için sevgi, merhamet ve bağlılık dalgaları oluşturmadan bunları katı negatif bir şekilde kontrol etmeye çalışmaktan fazlasına kalkışmazsak, bunun sonucu çok daha trajik olabilir. Bazı katı sofuların aniden ve gizemli bir şekilde intihar etmesinin nedeni budur. "İyi" olmak için -yani, "kötü" düşünceler düşünmemek için- soğuk, sert bir çaba gösterirler ve tüm insanların bazen olması gerektiği gibi, bunda başarısız oldukları zaman, incinmiş gururdan başka bir şey olmayan bu küçük düşme duygusu ve kendi içlerindeki boşlukla yüz yüze gelemezler. Kutsal Taocu metinlerde şöyle der: *"Tanrı yıkılmış görmediklerini merhametle donatır."*

Uygulamamız gereken ruhsal disiplinler, sırası geldiğince anlatılacaktır. Bunlar yoganın sekiz "uzvu" olarak bilinir. Bu bağlamda, sabır önemlidir. Ne kadar aşağılayıcı ya da utandırıcı olursa olsun hiçbir geçici başarısızlık mücadeleyi bırakmak için bir bahane olarak kullanılmamalıdır. Eğer kayak yapmayı öğreniyorsak, düştüğümüz ya da kendimizi gülünç bir pozisyonda yatarken bulduğumuzda utanmayız. Kalkıp yeniden başlarız. İnsanların bize gülmesine ya da alay etmesine aldırmayız. Eğer riyakar değilsek, bizi seyredenler üstünde nasıl bir etki yaptığımıza bakmayız. Hiçbir başarısızlık asla gerçekten başarısızlık değildir, hepten denemeye son vermediğimiz sürece -gerçekte bu bir nimet, çok gerekli bir ders olabilir.

Bağlanmama fark gözetme çalışmasıdır. Kendimize "Neden bu nesneyi gerçekten arzuluyorum? Ona sahip olmakla nasıl bir avantaj sağlayabilirim? Buna sahip olmak ne şekilde daha büyük bilgiye ve kurtuluşa kavuşmama yardım edebilir?" diye sorarak bu "acı verici" veya kirli düşünce dalgalarını yavaş yavaş kontrol altına alırız. Bu sorulara verilen yanıtlar her zaman şaşırtıcıdır. Bize arzu edilen nesnenin sadece bir kurtuluş vasıtası olarak yararsız olmakla kalmadığını, fakat bir cehalet ve esaret vasıtası olarak potansiyel olarak za-

rarlı olduğunu da gösterirler; üstelik arzumuz gerçekte kendi içinde bu nesneye karşı bir arzu değil, sadece bir şeyi arzulamak için duyulan arzudur, sırf zihindeki bir huzursuzluktur.

Sakin bir anda, bütün bunları muhakeme etmek oldukça kolaydır. Fakat zihnimiz aniden kocaman bir öfke, ihtiras ya da hırs dalgasıyla süpürüldüğü zaman bağlantısızlığımız test edilir. O zaman ancak azimli bir irade gücüyle, aklımızın bu dalganın ve onu ortaya çıkartan duyu-nesnesi ile deneyimi kendisi ile özdeşleştiren ego-duygusunun hep geçici ve yüzeysel olduğunu -ve bunların altta yatan Gerçeklik olmadığını- zaten bilir.

Bağlanmama çok yavaş gelebilir. Fakat daha ilk safhalarında bile yeni bir huzur ve kurtuluş duygusuyla ödüllendirilir. Bu asla bir mahrumiyet, bir tür kendine işkence, zalimce ve acı verici bir şey olarak düşünülmemelidir. Bu bağlanmama en kasvetli günün bile değer ve önem kazanmasını sağlar. Yaşantımızdan sıkıntıyı atar. Ve gelişip öz-denetimimiz arttıkça, gerçekten ihtiyaç duyup istediğimiz hiçbir şeyden vazgeçmediğimizi, sadece kendimizi hayali ihtiyaçlardan ve arzulardan kurtardığımız göreceğiz. Bu ruh içinde, kişi yaşamın en kötü felaketlerini sakince ve etkilenmeden kabul edene dek büyüyüp gelişir. İsa şöyle der, *"Çünkü boyunduruğum gevşek ve yüküm hafif"* -yani sıradan ayrım gözetmeyen duyusal-bağlantı hayatı, gerçekte bizi özgür kılacak disiplinlere dayanmaktan çok daha zor, çok daha acı vericidir. Bu sözü anlamak bize zor gelir, çünkü İsa'nın dünyevi hayatının trajik olduğunu -kesinlikle şanlı, ilham verici bir trajedi- fakat her halükarda bir çarmıhta son bulduğunu düşünecek şekilde eğitildik. Kendimize şöyle sormalıyız: "Hangisi daha kolay olurdu -o çarmıha bir İsa'nın bağlantısızlığı ve aydınlanmışlığıyla gerilmek mi, yoksa orada zavallı bir hırsızın cehaleti, kederi ve esaretiyle ıstırap çekmek mi?" Ve çarmıh, onu kabul etmeye hazır ve muktedir olsak da olmasak da bize zaten gelebilir.

16. Kişi, Atman'ın bilgisi vasıtasıyla, Doğanın herhangi bir tezahürünü arzulamaya son verdiği zaman, bu en yüksek bağlanmamadır.

Bağlanmama kayıtsızlık değildir -bu çok sık tekrarlanamıyor. Pek çok kişi yoga felsefesinin amaçlarını "gayrı-insani" ve "bencilce" bularak reddediyor, çünkü yogayı kişinin kendi kurtuluşu uğruna herkesten ve herşeyden kasten kaçınması olarak tahayyül ederler. Gerçek bunun tam tersidir. İnsan sevgisi, çoğumuzun bildiği en yüksek duygudur. O bir dereceye kadar bizi bir ya da birden fazla bireyle ilişkimizdeki bencillikten kurtarır. Fakat insan sevgisi yine de sahiplenici ve özeldir. Atman sevgisi öyle değildir. İnsanları sırf güzelliklerinden, zekalarından, güçlerinden, mizah duygularından ya da başka niteliklerinden ziyade, "sadece gerçekten neyseler o oldukları için" sevmenin daha iyi olduğunu kabul etmeye hazırızdır -fakat bu belirsiz ve göreceli bir ifadedir sadece. İnsanların "gerçekten oldukları" Atman'dır. İçimizdeki Atman'ı sevmek onu her yerde sevmektir. Ve her yerde Atman'ı sevmek Doğanın herhangi bir tezahürünün ötesine geçip Doğanın içindeki Gerçekliğe girmektir. Böyle bir sevgi sıradan zihnimizle anlaşılmayacak kadar engindir, fakat yine de sadece hepimizin yaşadığı o küçük sınırlı sevginin sonsuz bir derinleşmesi ve genişlemesidir. En sıradan insani tarzda bile birini sevmek bu kişi içindeki müthiş, huşu uyandıran ve ebedi birşeye hayal meyal, kısacık bir bakış atmaktır. Bizler cehaletimiz içinde bu "birşeyin" eşsiz olduğunu düşünürüz. Onun hiç kimseye benzemediğini söyleriz. Bunun nedeni Gerçeklik algımızın dış tezahürlerle -sevdiğimiz kişinin karakteri ve kişisel nitelikleriyle- ve kendi ego-duygumuzun bunlara tepki verme tarzıyla engellenmiş ve bulutlanmış olmasıdır. Ancak bu zayıf algı parlaması geçerli bir ruhsal deneyimdir ve bizi zihnimizi arıtmaya ve onu her zaman bizi bekleyen o son derece büyük sevgiye uygun kılmaya teşvik eder. Bu sevgi bizim insan sevgimiz gibi huzursuz ve gelip geçici değildir. Güvenli, ebedi ve sakindir. Kesinlikle arzudan yoksundur, çünkü seven ve sevilen bir olmuştur.

Bhagavad-Gita'dan bir alıntı:
Su sürekli okyanusun içine akar
Fakat okyanus asla karışmaz:
Arzu görenin zihnine akar
Fakat o asla karışmaz.
Gören huzuru bilir...
Arzuyu unutan huzuru bilir.
O arzulamadan yaşar:
Egosuz, gururusuz.

17. Tek bir nesneye konsantre olmakla dört safhaya ulaşılabilir: inceleme, ayrım yapma, neşeli huzur ve bireyselliğin basit farkındalığı.

Bunu ve bundan sonraki ifadeleri anlamak için şimdi evrenin yapısını Vedanta felsefesinde sunulduğu şekliyle incelememiz gerekiyor (Vedanta en eski Hindu kutsal yazıları olan Veda'lara dayanan felsefedir). Önce temel gerçekliği düşünelim. Herhangi bir yaratığın ya da nesnenin en içteki Özü olarak düşünülen Gerçekliğe Atman denir -bunu daha önce görmüştük. Evrensel açıdan bahsedildiği zaman Gerçeklik Brahman olarak adlandırılır. Bu Batılı öğrencilere ilk başta kafa karıştırıcı gibi gelebilir, fakat bu kavram onlara yabancı olmamalıdır. Hıristiyan terminolojisinde de benzer bir ayrım yapan iki ibare vardır -her yerde hazır ve nazır olan Tanrı ve yüce, aşkın Tanrı. Hem Hindu hem Hıristiyan literatüründe şu büyük paradoksun tekrar ve tekrar ifade edildiğini görürüz - Tanrı hem içerde hem dışardadır, hem hemen şu anda mevcuttur, hem sınırsızca başka yerdedir, hem atomun içindedir hem herşeyin meskenidir. Fakat bu evrenle iki ilişkisi içinde görülen aynı Gerçeklik, aynı Tanrıdır. Bu ilişkiler sadece onlar hakkında düşünmemize yardım etmek için iki farklı sözcükle tanımlanır. Bunlar hiçbir tür ikiliği ifade etmezler. Atman ve Brahman birdir.

Bu evren nedir? Neden yapılmıştır? Vedanta evrenin Prakritiden, temel, ayrılmamış zihin ve madde unsurundan oluştuğunu öğretir. Prakriti Brahman'ın etkisi ya da gücü olarak -

ısının ateşin bir etkisi ya da gücü olması anlamında- tanımlanır. Tıpkı ısının ona sebep olan ateşten ayrı var olamayacağı gibi, Prakriti de Brahman'dan ayrı varolamaz. Bu ikisi ebediyen ayrılmazdır. Brahman ortaya çıkar ve Prakriti'ye sebep olur.

Patanjali Puruşa (veya Atman) ve Prakriti'nin, her ikisi de eşit ölçüde gerçek ve ebedi olan iki ayrı mevcudiyet olduğuna inanarak bu noktada Vedanta'dan ayrılmıştır. Ancak Patanjali bireysel Puruşa'nın Prakriti'den tümüyle tecrit ve özgür olabileceğine de inandığı için, esasında ruhsal yaşamın hedefi ve amacı bağlamında Vedanta ile tam bir uyum içindeydi.

Brahman neden Prakriti'ye sebep olur? Bu muhtemelen insan elinden çıkma felsefeler bağlamında yanıtlanamayacak bir sorudur. İnsan için zekanın kendisi Prakriti'dir ve bu nedenle de kendi doğasını kavrayamaz. Gören büyük bir insan mükemmel yoga halindeyken Brahman-Prakriti ilişkisinin doğasını deneyimleyebilir, fakat bilgisini mantık ve dil bağlamında bizi iletemez, çünkü mutlak bir görüş açısından Prakriti var değildir. O Gerçeklik değildir - ve Gerçeklikten başka bir şey de değildir. O bizim insan duyularımıza göründüğü şekliyle Gerçekliktir - çarpılmış, sınırlı, yanlış anlaşılmış Gerçeklik. İşlevsel bir varsayım olarak gören kişinin bunun böyle olduğuna dair itimadını kabul edebiliriz, fakat zihinlerimiz bu müthiş gizemden dolayı sersemler, şaşkına döner. Üst bilinç deneyiminden yoksun olan bizler resimlerle konuşmakla yetinmek zorundayız. Minnetle Shelley'nin şu ünlü dizelerine dönüyoruz:

Yaşam, rengarenk cam bir kubbe gibi,
Sonsuzluğun beyaz parıltısını lekeler.

Felsefi açıdan bunlar çok belirsiz sözler olabilir -Shelley'nin "Yaşam" ile neyi kastettiği net değildir- fakat bunlar

bize faydalı ve hoş bir imge sunuyorlar: eğer Brahman'ı "beyaz parıltı" olarak düşünürsek, o zaman Prakriti ışınlarının gerçek doğasını değiştiren renklerle simgelenir.

Prakriti'nin temel, ayrılmaz zihin ve madde unsuru olduğu söylendi. Prakriti görünürdeki bu evrenin bu çok ayrılmış fenomenleriyle nasıl bir ilişki içindedir? Bu soruyu yanıtlamak için, bir yaradılışın tüm bir seyrini ta başlangıcından itibaren izlememiz gerekir. "Bir yaradılış" ifadesini özellikle kullanıyoruz - zira Hindu felsefesi yaradılışı ve çözülmeyi sonsuza dek tekrarlanan bir süreç olarak görür. Evren zaman zaman çözüldüğü zaman -veya görünüşe göre çözüldüğü zaman- ayrılmamış Prakriti'ye geri döndüğü ve belli bir süre potansiyel "tohum-halinde" kaldığı söylenir. O zaman onun yeniden-yaratılma mekanizması nedir? Prakriti'nin üç guna olarak bilinen *sattva*, *rajas* ve *tamas*'dan oluştuğu söylenir. Bu gunalar -özellikleri bira sonra anlatılacaktır- denge ve dengesizlik safhalarından geçerler; bunların birbiriyle ilişkilerinin doğası öyledir ki daimi değişime maruzdur. Bu gunalar dengelerini korudukları sürece Prakriti farklılaşmadan kalır ve evren sadece potansiyel halinde varolur. Bu denge bozulduğu anda evrenin yeniden yaratılması başlar. Gunalar -hepsi düzensiz, şu ya da bu gunanın diğerlerine hakim olduğu- çok çeşitli bileşimler oluştururlar. Böylece görünen dünyamızı oluşturan çeşitli fiziksel ve psişik fenomenlere sahip oluruz. Böyle bir dünya gunalar bir kez daha geçici bir dengeye kavuşana ve farklılaşmamış yeni bir potansiyellik safhası başlayana dek şekillerini çoğaltmayı ve değiştirmeyi sürdürür. (Bilimsel düşünen bir öğrenci Vedanta kozmolojisini en son atom fiziği teorileriyle karşılaştırmalıdır. Bu iki sistem arasında pekçok benzerlik bulacaktır.)

Gunalar bazen "enerjiler", bazen de "nitelikler" olarak tanımlanır; fakat onların tüm doğasını ve işlevini tanımlayabilecek tek bir İngilizce sözcük yoktur. Bunlar birbirine zıt, fakat birbirini tamamlayan bir kuvvetler üçgeni olarak düşünülebilir. Tekamül sürecinde sattva gerçekleşmesi gereken şeklin özüdür, tamas bunun gerçekleşmesinin karşısındaki doğal

engel ve rajas da bu engelin kaldırıldığı ve esas şeklin tezahür ettirildiği güçtür. Bunu gözümüzde canlandırmak için, kozmik bir örnekten ziyade insani bir örnek ele alalım. Bir heykeltraş bir at figürü yapmaya karar verir. Bu at düşüncesini -hayal gücünde gördüğü at şeklini- esinleyen sattvadır. Heykeltraş bir top kil alır. Bu kil tamasın gücünü temsil eder -şekilsiz oluşu alt edilmesi gereken bir engeldir. Belki heykeltraşın kendi zihninde de bir tamas unsuru vardır. Şöyle düşünebilir: "Bir yığın sorun olacak. Çok zor. Yorgunum. Neden çabalayayım ki?" Fakat burada rajasın gücü yardımına koşar. Bu örnekte rajas heykeltraşın kendi uyuşukluğunu ve ortamının zorluklarını fethetme istencini simgeler; aynı zamanda işini tamamlamak için ortaya koyduğu fiziksel gayreti de simgeler. Eğer yeterli miktarda rajas üretilirse, tamas engeli yıkılır ve ideal sattva şekli elle tutulabilir kil bir nesne halinde cisimlenir. Bu örnekten de anlaşılacağı gibi, yaratmak için bu üç gunanın hepsi gereklidir. Sattva tek başına sadece gerçekleşmemiş bir fikir olurdu, sattva'sız rajas sadece yönlendirilmemiş bir enerji, tamas'sız rajas manivela mesnedi olmayan bir kaldıraç gibi olurdu.

Eğer gunaları tek tek tanımlamak istersek, sattva'nın saf, ideal ve dingin olan herşeyi temsil ederken, rajas'ın kendisini edimde, harekette ve şiddette ifade ettiğini ve tamas'ın tek başınalık, devinimsiz direnç ve atalet olduğunu söyleyebiliriz. Yukarıda da söylendiği gibi, bu üç guna herşeyin içinde mevcuttur, fakat bir guna her zaman hakimdir. Mesela Sattva güneş ışığında, rajas fışkıran yanardağda, tamas ise bir granit kütlesinde hakim olur. İnsanın zihninde gunalar genellikle bir aşırı istikrarsızlık ilişkisi içinde bulunur- böylece bir günün akışı içinde pekçok ruh halinden geçeriz. Sattva ilhama, karşılıksız sevgiye, sessiz neşeye ve derin bir sakinliğe neden olur. Rajas öfke patlamalarına ve şiddetli arzuya neden olur. Bizi huzursuz ve tatminsiz kılar, fakat aynı zamanda yapıcı faaliyetimizden, enerji, şevk ve fiziksel cesaretten de sorumludur. Tamas ise sattva ve rajas hakim olmayı kestiği zamanlarda içine gömüldüğümüz zihinsel bataklıktır. Tamas halinde

en kötü niteliklerimizi sergileriz -tembellik, aptallık, dik kafalılık ve çaresiz umutsuzluk. Bhagavad-Gita'nın birkaç bölümü gunalara ve gunaların tezahürüne ayrılmıştır. Ruhsal arayıcının bir ayrım yapma disiplini vasıtasıyla bunları aşması tavsiye edilir. Patanjali'nin düşünce dalgaları hakkındaki sözlerini irdelerken bu disiplini zaten tanımlamıştık -düşünce dalgaları elbette guna-güçlerinin yansımalarıdır. Gita'nın ifade ettiği gibi: "Bir insanın sattva'nın ışığı veya rajas'ın faaliyeti ya da hatta tamas'ın aldanışı hakimken bunlardan nefret etmediği zaman gunaları aşmış olduğu söylenir; fakat bunlar hakim olmayı kestiği zaman bunları özlemez de. O ilgilenmeden oturan ve gunaların rahatsız etmediği biri gibidir. O bunların tüm edimin icracıları olduğunu bilir ve asla ayrım yapma güicünü kaybetmez. O mutluluğu ve ıstırabı bir sayarak Atman'ın içsel sakinliğinde dinlenir."

Gunaların etkileşiminin yaratıcı süreç için harekete geçirici gücü sağladığını gördük. Şimdi bunun safhaları üstünde durabiliriz. Hindu sisteminde, farklılaşmamış Prakriti'den tekamülün ilk safhasına *mahat,* "büyük neden" denir. Mahat kozmik ego-duygusudur, farklılaşmış bilincin ilk belirişidir. Bu belki Yaradılış Kitabı'nda bahsedilen suların yüzünde devinen Ruh ile karşılaştırılabilir. Mahat'tan *buddhi,* daha önce tanımlanmış olanayrım yapma melekesi tekamül etmiştir. Buddhi'den kişisel ego-duygusu olan ahamkar tekamül eder. Ahamkar'dan tekamül çizgileri üç farklı yönde uzanır -kaydetme melekesi olan manas'ı; beş algı gücünü (görme, koklama, işitme, tatma ve dokunma); beş eylem organını (dil, ayaklar, eller ve üreme ve dışkılama organları); ve ses, hissetme, görüş, tat ve kokunun gizli iç esasları olan beş tanmatra'yı oluştururlar. Bu gizli tanmatra'ların da tekrar tekrar birleşerek dış evrenin meydana geldiği beş kaba elementi - toprak, su, ateş, hava ve esir- oluşturduğu söylenir.

Bütün bunları kısaca özetlersek, yaradılış burada farklılaşmamıştan farklılaşmış bilince, zihinden maddeye , dışa doğru bir tekamül olarak tanımlanıyor. Saf bilinç ise yavaş yavaş, bu süreç görülebilen ve elle hissedilebilen dünyanın dış fizik-

sel yüzeyinde son bulana dek, her bir tabaka altındaki tabakadan daha kalın ve daha kaba olan ardışık cehalet ve farklılaşma tabakalarıyla kaplanmaya başlar.

Eğer Patanjali'nin meditasyon tekniğini anlayacaksak, bu tekamül fikrini net bir şekilde aklımızda tutmamız gerekir. Zira meditasyon tersine tekamüldür. Meditasyon bir geriye doğru tekamül sürecidir. Yaşamın yüzeyinden başlayan meditatif zihin her zaman görünüşün ardındaki ve sonra da nedenin ardındaki nedeni arayarak, en içteki Gerçekliğe ulaşılana dek içe doğru gider.

Şimdi Patanjali'nin "tek bir nesne üstüne konsantrasyonun" dört safhasını düşünelim. Bu tür konsantrasyon, sonraki deyişinde betimlenen daha yüksek, diğer tür konsantrasyonla - tüm nesnelerden daha derine inen ve kendini saf, farklılaşmamış bilinçle birleştiren konsantrasyonla- tezattır. Ancak tek bir nesneye konsantre olmak gerekli bir başlangıç safhasıdır. Bu yoğun bir şekilde uygulandığı zaman zihni çok öteye, farklılaşmamış maddenin nihai sınırlarının ta dışına götürebilir.

Böyle bir konsantrasyonun dört safhasını tanımlamak için kullanılan sözcüğü çevirmek kolay değil ve buna eşdeğer İngilizce sözcükler de pek tatminkar değil. "İnceleme" safhasına zihin bu kaba elementlerin birine mükemmel bir şekilde konsantre olduğu zaman ulaşıldığı söylenir. Bunu, zihin dış maddi tabakaya nüfuz edip, içteki gizli özün, tanmatra'nın üstüne kapandığı zamanki "ayırt etme" safhası izler. Bundan sonra, algının iç güçlerine ya da zihnin kendisine konsantre olduğumuz zamanki "neşeli huzur" safhasıdır. Son olarak, "şu" ya da "bu"ndan ziyade "ben"im olduğumu bilerek, en basit, en ilkel halinde -herhangi bir korku ya da arzunun dokunmadığı- ego-duygusuna konsantre olduğumuz zamanki "bireyselliğin basit farkındalığı" safhası vardır.

Böyle bir konsantrasyon kesinlikle zordur -buna ulaşmak bir ömür alabilir- fakat yine de Prakriti içindedir. Bu nedenle kendi tehlikeleri ve ayartıcı noktaları vardır. Bir nesnenin iç

doğasını bilmek bu nesne üstünde güç kazanmaktır. Kişinin konsantrasyonu geliştikçe aniden psişik güçler kazandığını keşfedebilir -hastaları iyileştirebilir, insanların düşüncelerini okuyabilir, geleceği görebilir veya belli doğal güçleri kontrol edebilir. Bu tür güçlere sahip olmak, bunları kişisel hırs ve şevkler için kullanmak için ayartır. Ve "okült"le az çok ilgilenen pekçok insanın başka şeyin değil, sadece bunların peşinde olduğu maalesef doğrudur. Neyse ki böylesi sorumsuz deneyciler gerekli azimden yoksundur, bunun için de pek bir yere varamazlar.

Önemli olan harekete geçiren güdünün saf olmasıdır. Kokain sorumlu bir doktorun ellerinde çok yararlı bir ağrı kesicidir; bir bağımlının ellerindeyse fiziksel ve ruhsal sağlığın ölümcül düşmanıdır. Bir aziz okült güçleri ayrım yaparak ve bağımsız bir şekilde kullanır; o bunları asla kendi içinde bir amaç olarak görmez ya da kişisel arzularına ulaşmak için bunlardan yararlanmaz. Düşmanlarından birinin hizmetkarını Gethsemane Bahçesi'nde iyileştiren İsa aynı zamanda Tanrı'dan "meleklerden oluşan on ikiden fazla alay" göndermesini isteyerek kendi hayatını korumayı reddetti. Fakat saf ve ıslah olmayan insan bu güçlere sahip olunca bunları doğru kullanamaz ve bu güçler er ya da geç onun kendi yıkımına yol açarlar.tüm ulusların peri masalları doğaüstü olanla oynamaya karşı sembolik uyarılarla doludur. Birkaç dilek yerine getirilir, sonra şeytan, cin ya da cadı efendisine saldırır ve onun bedenine ve ruhuna sahip olur. Bundan başka, hakiki ruhsal arayıcı kaz okült güçten zarar göremez, çünkü o bunları peşinde olduğu aydınlanmanın bir yan ürünü sayar.

Patanjali'ye gelince, onun tavrı son kerte bilimseldir. Belli meditasyon tekniklerini ve bunların olası sonuçlarını tanımlar. Bu nedenle, zamanı gelince, okült güçler hakkında konuşması gerekir, tıpkı bir tıp yazarının her çeşit ilaç hakkında, hatta çok tehlikeli olanlar hakkında bile bilgi vermek zorunda olması gibi. Fakat aynı zamanda bizi, eğer bu okült güçlere doğru çekilirsek, en yüce hedefi kaçıracağımıza dair uyarır.

Bu nedenle eğer bu uyarıya aldırmazsak, kendimizden başkasını suçlayamayız.

18. Diğer bir tür konsantrasyon da bilincin hiçbir nesneyi içermediği - sadece yanık tohumlara benzeyen bilinçaltı izlenimleri içeren konsantrasyondur. Buna bağlanmama uygulaması yoluyla düşünce dalgalarını sürekli kontrol ederek ulaşılır.

Ruhsal arayıcı tek bir nesne üstünde en yüksek derecede konsantrasyona ulaştığı zaman, en ustalık gerektiren işe girişmeye hazırdır -bilincin kendisine konsantre olmak. Bu kişinin Prakriti'yi, tüm nesnel bilgiyi aşıp Atman'la -ayrım yapmayan evrensel bilinçle- birlik içine girdiği mükemmel yoga halidir. Bu mükemmel yoga haline ancak düşünce dalgaları sakinleştiği ve zihin iyi ya da kötü tüm samskaralarından temizlendiği -Patanjali Patanjali olduğuna inanmaya son verdiği ve Atman'dan başkası olmadığını bildiği zaman girilebilir.

Yoga felsefesi bizi bir doğumdan diğerine sürükleyenin samskaralar olduğunu öğretir -tıpkı derinlere kök salmış bir bağımlılığın kişiyi bilinçli isteksizliğine ve iradesine rağmen tekrar ve tekrar bir uyuşturucuyu almaya sevketmesi gibi. Birbiriyle ilişkili zevkleri ve acılarıyla bu dünyadan bezdiğimizi söyleyebilir ve buna içtenlikle inanabiliriz -"ağacın tatlı ve acı meyveleri"- fakat, aslında bu bilinçaltı eğilimler kaldığı sürece bezmiş değilizdir. Geri dönme ve bir kez daha duyusal-deneyimlere dalma arzumuz bizim kavradığımızdan çok daha derindir. Bunun dışında, fiziksel ve ruhsal mahmurluğumuz, gelip geçici tiksinti ve pişmanlık nöbetlerimiz pek bir şey ifade etmez.

Bundan da şu anlaşılır ki samskaralar kökünden sökülüp yok edildiği zaman -mükemmel yoga haline ulaşılmadan önce olması gerektiği gibi- artık yeniden doğma dürtüsü olmaz. Yogaya ulaşan kişinin "özgürleştiği" söylenir. O şimdiki hayatı sona erdiği zaman sonsuza dek Atman'la birleşecektir. Ne var ki mükemmel yogaya ulaşmak mutlaka fani yaşamın hemen sona ermesi anlamına gelmez. Azizler en yüksek ruhsal

deneyime ulaşmışlar ve daha yıllarca yaşamayı sürdürmüşlerdir. Dış fenomenler alanında düşünmeyi, konuşmayı ve eylemde bulunmayı sürdürmüşlerdir -fakat bir farkla.özgürleşmiş bir insanın düçünceleri, sözleri ve eylemlerinin "yanmış tohumlara" benzediği söylenir -yani artık üretken değildirler; artık daha çok samskara doğuramazlar, yeni bir alışkanlık ya da esaret yaratamazlar.

Sanskritçe'de zihinsel ya da fiziksel edim karma olarak adlandırılır. Karma aynı zamanda bu edimin sonuçlarını ve böylece "kader" diye adlandırdığımız şeyi tanımlamak için de kullanılır -zire kaderimiz bu ve bundan önceki hayatlarımızdaki edimlerimizin sonuçlarının bir toplamından başka bir şey değildir. Bir insan yogada kurtuluşa ulaştıktan sonra edimleri karma yaratmaya son verir. Dünyevi hayatının geri kalanına sadece özgürleşmeden önce zaten varolan karmalar hakim olur. O bir oyunun son gecesindeki bir oyuncu gibidir. Rolünü ne kadar iyi oynarsa oynasın, seyirciler ister yuhalasın, ister alkışlasın oyunun bir daha asla icra edilmeyeceğini bilir. Gösterdiği performansla kazanacağı ya da kaybedeceği hiçbir şey yoktur. Ancak perde inene ve evine gidene kadar rolünü oynamalıdır.

Kurtuluşa ulaşmış bir insanın edimlerinden bahsetmişken, Şankara şöyle der: *"Bu tür edimler bellekten yola çıkarak yerine getirilir. Bunlar bir rüyanın hatırladığımız edimlerine benzer."*

19. Böyle bir konsantrasyona bağlanmama eşlik etmediği ve böylece geriye cehalet kaldığı zaman, kişi cisimleşmeyen tanrıların durumuna ulaşır ve Doğa güçleri içine karışır gider.

Bağlanmama olmaksızın konsantrasyon kurtuluş getiremez. Ne kadar çok çabalarsak çabalayalım, sadece arzularımıza göre ödüllendirilebiliriz. Eğer gerçekten kurtuluş istiyor ve bunun için çok çalışıyorsak ona ulaşırız. Fakat gerçekten istediğimiz güç ve zevkse onun yerine bunlara ulaşabiliriz - sadece bu dünyada ve bu insan şeklinde değil, fakat başka

dünyalarda ve gelecekteki başka şekillerde de. Kaba elementlerin veya duyu organlarının herhangi birine konsantre olmanın bizi cisimleşmeyen tanrıların durumuna getirdiği söylenir; zihne ya da egoya konsantre olmanın bizi Doğa güçleriyle ve evrenin yöneticileriyle bir kıldığı söylenir.

Eğer bir Hindu "cennet" ya da "cehennem"den bahsederse, bunları Hristiyanlıkta kabul edilen anlamda kullanmaz. Çünkü bir Hindu için cennet de cehennem de Prakriti'nin içindedir. O bu dünyevi varoluştan başka pekçok varoluş düzlemleri -bazıları cehennem gibi acı verici, bazıları ilahi derecede zevk verici- olduğuna inanır. Bu yeryüzünde biriktirdiğimiz karmaların itkisiyle, ölümden sonra bir süre bu düzlemlere gidebiliriz. Fakat bunların hiç birinde ebediyen kalmayız. Bu düzlemlere yönelten iyi ya da kötü karma tükendiği zaman, dünyevi hayata yeniden doğarız -Hindu inancına göre yoga edimini yapmakta, kendimizi Atman'la birleştirmekte özgür olduğumuz tek koşuldur bu.

Bu nedenle cennete duyulan arzu kurtuluşa duyulan arzudan son derece daha alt düzeyde bir şevktir. Tüm Hindu din edebiyatı bu ikisi arasında net bir ayrım yapar. Sri Krişna Arjuna'ya zihnini fenomenler dünyasının sorunlarıyla çok meşgul ettiği için serzenişte bulunduğu zaman, "sadece cennete gitmeyi umut eden" adam diye bahseder. Emerson'ın "Brahma" şiiri de dikkate değerdir:

Kudretli tanrılar benim yerimin hasretinde,
Ve nafile yere kutsal Cennet'in özleminde;
Fakat, sen mazlum iyilik aşığı!
Bul beni, ve dön sırtını cennete!

"Kudretli tanrılar" esasında hiç de kudretli değillerdir. Onlar, güç için duydukları arzuyla bu evrene zincirlenmiş halde Prakriti'ye esirdirler. Onlar bağımsız olarak konsantre olmayı başaramamış olanlardandır. Katha Upanişad'da ölüm tanrısı Yama bunu açıkça Nachiketa'ya itiraf eder: *"Dünyevi zengin-*

liğin ancak yarına dek sürdüğünü biliyorum. Ben kendim, Ölüm Kralı olmak isteyerek, ateşi feda etmedim mi? Fakat bu feragat gelip geçici birşeydi, gelip geçici nesnelerle yapıldı ve ödülüm de çok ufaktı, saltanatımın sadece bir an süreceğini görmek."

Yama bir gün krallığını terketmek ve bir insan olarak tekrar doğmak zorunda kalacağını bilir. O zaman, ancak o zaman sırtını cennete dönme ve tek gerçek ölümsüzlük olan Atman'la birleşme arayışına girmek için bir fırsat daha bulur.

20. Gerçek anlamda ruhsal insanın konsantrasyonuna inanç, enerji, toparlanma, soğurma ve aydınlanma vasıtasıyla ulaşılır.

"İnanç, agnostikler (bilinemezciler) tarafından sıklıkla bir sövgü terimi olarak kullanılır. Yani, bu terimin her çeşit dogmayı kabul eden ve öğretilenleri papağan gibi tekrarlayıp kulaklarını şüphe ve akla kapatarak soru sormadan itikat eden kör safdilliği ifade ettiği kabul edilir. Bu tür bir "inanç"a kesinlikle saldırılması gerekir. Bu inanç tembellik, inatçılık, cehalet ve korkudan ibarettir. Bu inanç katı ve boyun eğmez olduğu için kolaylıkla sarsılabilir ve tümüyle yıkılabilir.

Fakat bu gerçek inanç -Patanjali'nin tavsiye ettiği inanç- değildir. Gerçek inanç eğretidir, esnektir, dogmatik değildir, şüpheye ve akla açıktır. Gerçek inanç sürekli olarak sınırlanmış bir kabul alanına, bir resim çerçevesine benzemez. O sürekli sürgünler veren ve büyüyen bir bitki gibidir. Başlangıçta tüm ihtiyacımız olan bir tohumdur. Ve bu tohumun ruhsal yaşamın olasılıklarına karşı duyulan bir ilgiden başka bir şey olması gerekmez. Belki bize dokunan bir kitaptan bir bölüm okuruz. Belki meditasyon ve ruhsal disiplinler yoluyla belli bir derecede bilgeliğe ve dinginliğe ulaşmış görünen biriyle karşılaşırız. Bu ilgimizi çeker ve merakımız uyanır. Bu belki kendi sorunlarımızın bir çözümüdür, belki de değildir. Emin olamayız -bu aşamada emin olmamalıyız- fakat bunu bir denemeye karar veririz.

Hazımsızlık çektiğinizi varsayalım. Bir gün bir diyet hakkın-

da bir yazı okursunuz veya talimatlarını izlerseniz sağlığınıza kavuşmanızı sağlayabileceğini söyleyen bir doktorla karşılaşırsınız. Bu kitabı ya da bu doktoru körü körüne inanarak kabul etmeniz gerekmez, eğreti, farazi bir inanca sahip olmanız gerekir. Bu diyetin sağlığınıza faydalı olacağını farzetmeniz gerekir. Bunun yararlı ya da yararsız olduğunu söyleyebilmeniz için önce bir denemeniz gerekir. Büyük öğretmenlerin tavsiye ettiği ruhsal diyet için de bu geçerlidir. Kutsal kitapların gerçekliğine ve öğretmeninizin sözüne eğreti bir inanç duymalısınız.

Ayrıca enerjiniz de olması gerekir. Enerji olmadan herhangi bir talimatı gün be gün takip edip gerçekten bunun değerini sınayamazsınız. Buda, eğer bir günah varsa, bunun tembellik olduğunu söylemiştir. Guna'ları irdelerken gördüğümüz gibi, tamas doğa ve insan zihninin en düşük halidir.

Fakat, neyse ki enerji bir kas gibidir; kullanıldıkça kuvvetlenir. Bu çok basit ve açık, fakat son kerte şaşırtıcı bir gerçektir. Her yaratıcı sanatçı, kendini çalışmaya zorlamak durumunda kaldığı bu kapkara aptallık ve esinsizlik günlerini iyi bilir. Sonra, saatlerce didinmeden sonra, bu çaba ödüllenir; içine düşünceler ve şevk akmaya başlar. Tüm tüm yaptıklarımız içine en önemli olan ufak tefek günlük çabalamalardır. Enerji kaslarımızın sürekli çalıştırılması gerekir. Böylece, yavaş yavaş hız ve amaç kazanırız.

Kişisel deneyim yoluyla inanç çoğaldıkça ve eylem yoluyla enerji arttıkça zihin bir yön kazanır. Zihin, sözcüğün temel anlamıyla toparlanır. Düşüncelerimiz tüm zihin alanına yayılmıştır. Şimdi bunları tekrar toparlamaya ve tek bir amaca - Atman bilgisine- yöneltmeye başlarız. Bunu yaptıkça peşinde olduğumuz şeyin düşüncesine gittikçe daha çok gömüldüğümüzü görürüz. Ve böylece, uzun vadede, bu dalma aydınlanma içinde karışıp kaybolur ve bilgi artık bizimdir.

21. Çok enerjik olanlar yogada çabuk başarıya ulaşırlar.

22. Başarı onu kazanmak için kullanılan vasıtalara göre değişir -hafif, orta ve yoğun.

Teorik olarak, bir saniye içinde mükemmel yoga haline ulaşmamamız için hiçbir neden yoktur -zira Atman ebediyen bizim içimizdedir ve bu gerçeğe karşı gözlerimiz bir lahza içinde açılabilir. Ne var ki pratik olarak, geçmiş karmalarımız, şimdiki korkularımız ve arzularımız gelişimimizi yavaşlatır. Gerekli olan süre hiç kimse için genelleştirilemez - bu her birey için aylar, yıllar veya ömürler sürebilir. Tüm söyleyebileceğimiz şudur -ne kadar küçük olursa olsun hiçbir çaba boşa harcanmaz ve ne kadar çok denersek o kadar çabuk başarıya ulaşırız.

23. Kendini İşvara'ya (Ishwara)' adayarak de konsantrasyona ulaşılabilir.

24. İşvara cehaletin ve cehalet ürünlerinin dokunmadığı, karmalara veya samskaralara ya da eylemin sonuçlarına maruz kalmayan özel bir tür Varlıktır.

Burada Patanjali ilk kez Tanrı fikrini ortaya atar. Veda felsefesine göre, İsvaşara evrenin en yüce Yöneticisidir -onun Yaratıcısı, Besleyicisi ve Yok Edicisidir. Nihai Gerçeklik olan Brahman'ın yarattığı, beslediği ya da yok ettiği söylenemez, zira Brahman niteliksizdir. İsvaşara Prakriti içinde görülen Brahman'dır. O az çok Hıristiyan geleneğindeki Tanrı'ya tekabül eder.

Önemli olan ibadet kavramıdır. Daha önce gördüğümüz gibi, kurtuluşa Tanrı'ya ibadet etmeden ulaşılabilir. Fakat bu hırs ve gurur tuzaklarıyla dolu tehlikeli ve güç farkedilen bir yoldur. Kişisel bir Tanrı idealine ibadet doğal bir hizmet ve tevazu eğilimi de ortaya çıkarır. Bu zihinsel ayrımcılığın kuruluğunu yumuşatır ve insanın muktedir olduğu en yüksek tür sevgiyi ortaya çıkartır. Kurtuluşa ulaştığımız ana kadar Brahmanı tahayyül bile edemeyiz, ancak farklı doğalarımıza göre hepimiz İşvara'yı tahayyül edebiliriz - zira İşvara bizim zihnimizin kazrayabileceği niteliklere sahiptir. İşvara Prakriti'yi aşana kadar Gerçeklik hakkında bilebildiğimiz herşeydir.

Eğer kendimizi İşvara'ya hizmet etmeye verirsek, eğer eylemlerimizi ona adar ve irademizi ona teslim edersek, bizi

kendine çektiğini görürüz. Bu, Sri Ramakrişna'nın her daim esen bir esintiyle kıyasladığı, Tanrı'nın inayetidir; onu yakalamak için sadece yelkenleri açmanız gerekir. Ve Gita'da şöyle diyor:

Edimin her ne ise,
Yiyecek ya da ibadet;
Armağan her ne ise
Başkasına verdiğin;
Adadığın her ne ise
Tinin işleyişine...
Bunları da ser önüme
Sunu olarak.

Bu tür ibadet belki de özel bir tür mizaç gerektirir. Bu herkese göre değildir. Fakat bunu hissedebilmek çok büyük bir nimettir, zira bu kurtuluşa giden en güvenli ve en mutlu yoldur.

İşvara Prakriti'nin içinde ortaya çıktığı için Tanrı'dır. Fakat İşvara'nın Prakriti'nin hizmetkarı değil, yöneticisi olduğu unutulmamalıdır. Bunun için Patanjali onu "özel bir tür Mevcudiyet" olarak tanımlar. Bir insan Prakriti'nin hizmetkarıdır. Kendi gerçek Öz'ünden habersiz olmaya ve bu cehaletin sonuçlarına maruz kalır -egoizm, duyu-nesnelerine bağlılık, bu nesnelerden nefret (ki bu sadece bağlılığın tersidir) ve şimdiki hayatına körü körüne yapışma: bedbahtlık yaratan ve Patanjali'nin özdeyişlerinin ikinci kısmında daha kapsamlı irdelenecek olan değişik esaret biçimleri. İşvara bu cehalete ya da bunun sonuçlarına maruz kalmaz.

İnsanoğlu doğum ve ölüm yasalarına, karma yasalarına maruzdur. Ishwara doğmamıştır, ölmeyendir. İnsan kendi samskaralarına -onu daha başka edimlere ve arzulara sürükleyen derinlere kök salmış eğilimlere- maruzdur. İşvara samskaralardan ve arzulardan azattır. O eylemein sonuçlarına tabi değildir.

İnsanoğlu kurtulabilir, bu doğrudur. Ancak bunda bile İşvara'dan ayrılır -zira İşvara hiçbir zaman esaret içinde değildi. Kurtulduktan sonra insan Brahmanla bir olur. Fakat asla İşvara ile bir olamaz. (İşvara olma, evrenin yöneticisi olma arzusu egoistik arzuların en delicasidir -bu Hıristiyan literatüründe Şeytanın günahı hikayesiyle sembolize olmuş gibi görünüyor.) Brahmanla birlik halinde hem İşvara hem de evreni aşılmıştır, zira her ikisi de sadece Brahmanın yansımalarıdır.

25. O'nda bilgi sonsuzdur; diğerlerinde ise sadece bir tohumdur.

26. O ilk öğretmenlerin bile öğretmeniydi, zira O zamanla sınırlı değildir.

Bu iki özdeyiş İşvara'nın herşeyi bilme niteliğiyle ilgilidir. Eğer insanda bilginin varlığını kabul ediyorsak -ne kadar sınırlı olursa olsun-, bundan da Tanrıda sonsuz bilginin varolduğunu çıkarsamamız gerekir. Ayrıca herkesin bir öğretmeni olması gerektiğini kabul edersek, Patanjali ilk öğretmenin öğretmeninin ancak Tanrı olabileceği, zira sadece o, ebedi olduğu için, daha öğretmenler başlamadan önce mevcuttu.

27. O'nu ifade eden sözcük OM'dur.

28. Bu sözcük anlamı üstüne meditasyon yaparak tekrarlanmalıdır.

29. Bundan da Atman bilgisine ve bu bilgiye giden yoldaki engellerin yıkılmasına varılır.

"Başlangıçta Söz vardı" der İncil Yuhanna'ya göre ve "Söz Tanrı'yladı ve Söz Tanrı'ydı. Bu ifade Rig Veda'dan bir beyiti neredeyse tam olarak yansıtmaktadır: "Başlangıçta Brahman vardı, ki onunla birlikte de Söz vardı; ve Söz gerçekte yüce Brahman'dı." Söz felsefesi Plato'nun ve Stoacıların öğretileri ile Aleksandria'lı Philo ve Dördüncü İncil'in yazarından geçerek eski Hint kutsal yazılarına kadar geriye gidebilir. Birbirini takip eden bütün bu düşünce okulları arasında gerçek bir tarihsel bağlantı olduğu belki ispatlanabilir; belki de ispatlana-

maz. Bu soru o kadar önemli değildir. Gerçek çok farklı dönemlerde ve yerlerde birbirinden bağımsız olarak yeniden keşfedilebilir. Sözün gücü, iyi veya kötü olsun, tarihin başından beri insanoğlu tarafından kabul edilmiştir. İlkel kabileler onu tabularında ve gizli itikatlerinde kutsal tutmuşlardır. Yirminci yüzyıl kültürleri onu politika ve ticari reklam amacıyla kullanmışlardır.

Sözler ve düşünceler birbirinden ayrılmazdır. Tanrıyı ifade eden sözcük olmadan Tanrı fikrine sahip olamazsınız. Fakat neden illa da OM sözcüğü? Hindular bunu, Tanrı evrenin temel olgusu olduğu için, en temel, en doğal, en kavranabilir sesle simgelenmesi gerektiği şeklinde yanıtlarlar. Ve bu sesin OM (ya da doğru telafuz edilmesi için AUM) olduğunu öne sürerler. Swami Vivekananda'dan bir alıntı: *"İlk harf olan A temel sestir, anahtardır, dilin ya da damağın herhangi bir kısmına dokunmadan telafuz edilir; kapalı dudaklarla telafuz edilen M bu dizi içindeki son sesi temsil eder ve U en dipten ağzın ses panelinin sonuna doğru yuvarlanır. Böylece OM tüm ses-oluşturma fenomenlerini simgeler."* Eğer bu iddiayı doğrulamak için sadece ses bilimden bir kanıt yeterli değilse, OM sözcüğünün çağlar boyunca bize kadar gelen Tanrı'yı ifade eden en eski sözcük olduğunu hatırlamalıyız. Bu milyonlarca ibadetçi tarafından -her zaman en evrensel anlamda- kullanılmıştır; hiçbir özel niteliğe, tek bir belirli ilaha delalet etmez. Eğer böyle bir kullanım kutsallığı ifade ediyorsa, o zaman OM en kutsal sözcüktür.

Fakat gerçekte önemli olan bu Sözcüğün gücünü ruhsal yaşantımızda takdir etmemiz gerektiğidir; ve bu takdire ancak pratik deneyim vasıtasıyla ulaşılabilir. Tanrının ismini tekrarlama uygulamasını hiç yapmamış olan insanlar muhtemelen buna dudak bükeceklerdir: bu onlara o kadar boş, o kadar mekanik gelir ki. "Aynı sözcüğü üst üste tekrarlamak!" diye haykırırlar küçümseyerek. "Bunun ne gibi bir faydası olabilir ki?"

Gerçek şudur ki hepimiz -günlük yaşantımız bunun tersine

olsa da- zamanımızı mantıki, ardışık bir şekilde düşünerek geçirmekle övünmek eğilimindeyizdir. Esasında, çoğumuz öyle bir şey yapmayız. Tek bir sorun hakkında ardışık düşünmek uyanık olduğumuz saatlerin çok küçük bir kısmını alır. Bizler daha çok bir dalgınlık hali içindeyizdir -birbirinden bağlantısız duyusal izlenimler, ilgisiz anılar, kitaplardan ve gazetelerden saçma sapan cümle kırıntıları, ufak tefek korkular ve alınganlıklar, fiziksel rahatsızlık, heyecan ya da refah duygularından ibaret zihinsel bir sis içindeyizdir. Eğer herhangi bir anda yirmi insan zihnini alıp bunların işleyişini gözlemlersek, muhtemelen ussal bir şekilde işleyen bir ya da en fazla iki zihin bulabiliriz. Geri kalan on sekiz-on dokuz zihin daha çok şuna benzerdi: "Mürekkep şişesi. O zaman Roosevelt'i gördüm. Gizemli geceye aşık. Kızıllar Pakt'ı veto ediyor. Jimmy benim işimi almaya çalışıyor. Mary şişman olduğumu söylüyor. Büyük ayak parmağı acıtır. Çorba güzel..." v.s. v.s. Bu dalgınlık halini kontrol etmek için hiçbir şey yapmadığımız için, bunu büyük ölçüde dış şartlar koşullandırır. Hava bulutlu, öyleyse ruh halimiz de üzüntülüdür. Güneş çıkıyor; ruh halimiz de açıyor. Böcekler etrafımızda vızıldamaya başlıyor ve sinirlenmeye ve rahatsız olmaya başlıyoruz. Genellikle bu kadar basittir bu.

Fakat eğer bu dalgınlık halinde Tanrının ismi tekrarlanırsa, dış dünyanın müdahelesine rağmen ruh hallerimizi kontrol edebildiğimizi görürüz. Nasılsa her zaman zihnimizde sözcükler tekrarlayıp duruyoruz -bir arkadaşın ya da bir düşmanın ismini, bir kaygının ismini, arzulanan bir nesnenin ismini- ve bu sözcüklerin her biri kendi zihinsel iklimiyle çevrilidir. On bin kez "savaş" veya "kanser" ya da "para" demeyi deneyin, tüm ruh halinizin değiştiğini ve o sözcükle bağlantılı çağrışımlarla renklendiğini göreceksiniz. Aynı şekilde, tanrının ismi de zihninizin iklimini değiştirir. Başka türlüsü olamaz.

Hint kutsal yazılarında sıklıkla şu ifadeye rastlarız: "Onun isimine sığınmak." (Aynı zamanda Bkz. Atasözleri Kitabı, xviii, 10: "Rabbin ismi güçlü bir kaledir; onun içine koştuğun zaman güvendesindir.") Başlangıçta çok şiirsel gibi gelebilen

bu ifadenin sonunda ruhsal yaşantımızda çok gerçek ve somut bir önemi olmaya başlar. Zihin meditasyon ve hatta ussal düşünce için kullanılamayacak olan acı, korku veya fiziksel acil bir durumun gerekleri nedeniyle alt üst olduğu zaman, yine de her zaman yapabileceğiniz bir şey vardır; tekrar ve tekrar onun ismini yineleyebilirsiniz. Tüm bu kargaşa boyunca ona tutunabilirsiniz. Bir kez gerçekten bu kutsal Sözcüğün gücünü test edip ispatladığınız zaman, ona gittikçe daha çok güvenirsiniz. Sürekli uygulama yoluyla bu tekrarlama otomatik hale gelir. Bunun artık bilinçli olarak istenmesi gerekmez. Bu daha çok bir su ısıtıcısı ya da buzdolabundaki termostata benzer. Zihin istenmeyen bir "ısıya" ulaştığı zaman bu tekrarlamanın kendiliğinden başladığını ve gerekli olduğu sürece devam ettiğini göreceksiniz.

Elbette sırf Tanrının ismini tekrarlamak yeterli değildir -Patanjali'nin belirttiği gibi. Bunun anlamı üstüne meditasyon da yapmalıyız. Fakat bir süreç doğal olarak bir diğerine götürür. Eğer bu tekrarlamamızda sebat edersek bu bizi kaçınılmaz olarak meditasyona yöneltecektir. Yavaş yavaş bu karmaşık dalgınlığımız konsantre düşünceye doğru gider. Herhangi bir sözcüğü, onun simgelediği gerçekliği düşünmeye başlamadan uzun süre tekrarlayamayız. Eğer ruhsal çalışmada çok ilerlememişsek bu konsantrasyon birkaç lahzadan fazla korunamaz; zihin tekrar dalgınlık haline kayar. Fakat bu daha yüksek bir tür dalgınlık hali olacaktır -rajas veya tamastan ziyade sattwanın hakim olduğu bir dalgınlık. Ve daima bu dalgınlık hali içinde tekrarlanan İsim sanki kolumuzun yenini sürekli çekiştirir gibi sonunda zihnimizi yeniden zapteder.

Hindistan'da bir mürit kabul edilmek için öğretmenine geldiği zaman ona bir mantra verilir. Bu mantra müridin hayatının geri kalanı boyunca tekrarlaması gereken bir veya daha çok kutsal isimden oluşur. Bu mantra çok özel ve çok kutsal sayılır -öğretmenin bu özel müride öğrettiklerinin özü ve ruhsal bilgeliğin bir kuşaktan diğerine geçtiği tohumdur. Mantranızı asla başkasına söylememelisiniz. Bunu tekrarlama edi-

mine japam denir. Eğer yalnızsanız yüksek sesle veya başka insanların içindeyseniz sessizce japam yapabilirsiniz. Bunu bir tespihle yapmak uygun olur -böylece fiziksel eylemle düşünce arasında bağlantı kurulur (ki bu bütün ritüelin büyük avantajlarından biridir) ve aksi halde birikip zihni tedirgin edebilecek olan bedenin asabi enerjisi için küçük fakat yeterli bir çıkış sağlar. Pekçok ruhsal arayıcı her gün belli bir miktar japam yapmaya azmeder. Tespih bunu ölçmeye yarar - mantramın her tekrarı için tek bir tespih tanesi- böylece saymak için dikkatinizi dağıtmanız gerekmez.

Söylemeye gerek yok, japam çalışması Hindu diniyle sınırlı değildir. Katolikler de bunu öğretirler. "Meryem Ana Duası" bir mantradır. Yunan Ortadoks Kilisesi de bir mantram şeklini kabul eder. Burada, geçen asırın ortalarında Rus bir keşişin ruhsal yolculuğunu anlatan *Bir Yolcunun Yolu ve Yolcu Yoluna Devam Ediyor* isminde dikkate değer şu iki kitaptan alıntı yapıyoruz.

İçimizden sürekli İsa'ya dua etmek, ruhta, yürekte, dudaklarla hiç fasılasız İsa'nın kutsal İsminden niyaz etmektir; her fırsatta, her mekanda, her zaman, hatta uykuda bile, onun daimi mevcudiyetinin zihinsel bir resmini oluşturarak ve onun inayeti için yalvararak. Bu yakarış şu terimlerle ifade edilir, "İsa Efendimiz, bana merhamet et." Bu yakarışa alışan kimse bunun neticesinde öyle büyük bir teselli ve bu duayı her zaman yapmak için öyle derinden bir ihtiyaç duyar ki artık onsuz yaşayamaz ve o da kendiliğinden onun içinde sesini duyurmayı sürdürür.

Sözde aydınlanmış pekçok insan, aynı duanın böyle sık sık tekrarlanmasının mekanik ve basit insanların düşüncesiz bir meşguliyeti olduğunu söyleyerek bunu faydasız ve hatta değersiz sayar. Fakat maalesef bu mekanik egzersizin bir sonucu olarak açığa çıkan gizi bilmezler, dudakların böyle sık sık çalışmasının nasıl sezilmeden yüreğin gerçek bir yakarışı haline geldiğini, nasıl içsel yaşamın derinlerine gömüldüğü-

nü, bir zevk haline geldiğini, nasıl ruha ışık ve besin sağlayarak ve onu Tanrı ile birliğe yönelterek ruh için doğal hale geldiğini bilmezler.

Aziz John Chrysostom dua hakkındaki öğretisinde şöyle diyor: *"Kimse kafası dünyevi endişelerle meşgul olan ve kiliseye gidemeyen bir insanın her zaman dua etmesinin mümkün olmadığı yanıtını vermemelidir. Her yerde, nerede olursanız olun, dua yoluyla zihninizde Tanrı için bir sunak oluşturabilirsiniz. Böylece işinizde, yolculuk esnasında, gişede beklerken veya tezgahınızda otururken dua edilebilir... Böyle bir yaşam düzeni içinde, Tann'nın İsmine yakarmanın gücüyle, tüm eylemleri başarısıyla dikkat çeker ve nihayet kendini İsa Mesih'in ismini hiç fasılasız ibadetkar bir şekilde duayla anmaya alıştırır. O deneyimlerinden bilir ki duanın sıklığı, bu yegane kurtuluş vasıtası, insan iradesi için bir olasılıktır, her zaman, her koşulda ve her yerde dua etmek ve mükerrer sesli duadan zihinsel duaya ve oradan da içimizde Tanrının Krallığını açan yürekten duaya kolayca geçmek olasıdır."*

30. Hastalık, zihinsel tembellik, şüphe, şevksizlik, tembellik,duyusal zevk arzusu, yanlış algı, konsantre olamamanın verdiği umutsuzluk ve konsantrasyonda kararsızlık: bunlar bilgi yolundaki engellerdir.

31. Dikkati dağıtan bu unsurlar kedere, umutsuzluğa, bedenin titremesine ve düzensiz solumaya yol açarlar.

Patanjali'nin sıraladığı dikkat dağıtan bütün bu unsurların neredeyse tamamının tamas başlığı altına girdiği görülecektir. Tembellik büyük düşmandır -korkaklığın, kararsızlığın, kendine acıyan kederin ve önemsiz, kılı kırk yaran şüphelerin esinleyicisidir. Tembellik hastalığın psikolojik nedeni de olabilir. Görevlerimizden uzaklaşıp dinlenmek, hastalığa sığınmak ve sıcak bir battaniyenin altına saklanmak ayartıcı olabilir. Beden alışık olmadığı tüm disiplinlere direnir ve histerik zayıflık gösterileri, bayılma nöbetleri, şiddetli baş ağrıları, çarpıntılar v.s. ile bunları sabote etmeye çalışır. Bu direnç biliçal-

tıdır. Bunun ortaya çıkardığı semptomlar yeterince gerçektir. Zorla bunlarla savaşmanın -sürünerek yataktan çıkıp ateş içinde sendeleyerek dolaşmanın- faydası yoktur. Fakat sessizce japam yapmakta direnerek biliçaltı seviyede bu tembelliğe karşı koyabilirsiniz. Asla bunu yapamayacak kadar zayıf ya da hasta değilsinizdir. Ve gerçekten bir şey yapmaya çalıştığınızı anladığı zaman tembellik yavaş yavaş yakanızı bırakacaktır.

Kişi ruhsal hayata girdiği zaman bunu doğal olarak büyük bir şevkle yapar. Attığı ilk adımlara hemen her zaman huzur ve keyif duyguları eşlik eder. Herşey o kadar kolay, o kadar ilham verici görünür ki. Bunun için, bu ruh halinin bu sürecin geri kalanı boyunca hiç kesintisiz devam etmeyeceğini ta başından kavramalıdır. Din sadece bir aşırı çoşku hali değildir. Nüksetmeler olacaktır; mücadele, kuruluk ve şüphe safhaları olacaktır. Fakat bunlar ona gereğinden fazla sıkıntı vermemelidir. Bilinçli duygular, ne kadar haşmetli olursa olsun, ruhsal ilerlemenin tek göstergesi değildir. Bizler en çok zihinlerimiz karanlık ve donuk göründüğü zamanlarda gelişiyor olabiliriz. Bunun için, bizi bu donukluğun başarısızlığın bir işareti olduğuna ikna etmeye çalışacak olan tembelliğin bu tür tahriklerini hiçbir zaman dinlememeliyiz. Gayret gösterdiğimiz sürece başarısızlık yoktur.

32. Dikkati dağıtan bu unsurlar tek bir gerçeğe konsantre olma çalışmasıyla uzaklaştırılabilirler.

Yani, Tanrının varolduğu gerçeğine. Tanrının pek çok çehresi vardır, bunun için ona sonsuz şekilde yaklaşılabilir. Patanjali daha sonra bunların bazılarını detaylı olarak anlatacak. Bu deyiş tek-amaçlılığın önemini vurgular. Kişi Tanrının kendisine göre ideal şeklini ve ona yaklaşma şeklini seçtiği zaman buna sıkıca sarılmalıdır. Bazı insanlar dine karşı tavırlarında fazlasıyla katolik olma eğilimindedirler; biraz şu ibadeti, biraz bu ibadeti denerler ve hepsinin birleştiği hedefe doğru giden tek bir olu izlemeyi başaramazlar. Sri Ramakrişna

bunu birkaç sığ kuyu kazan, fakat asla su bulacak kadar derine inmeyen bir adamla kıyaslıyor.

Bu konsantrasyona ulaşmak için zihnimizi sakinleştirmeli ve arıtmalıyız. Patanjali bunu nasıl yapacağımızı anlatıyor bize. O bu dünyadaki komşularımıza karşı almamız gereken zihinsel tavrı betimler.

33. Hiç sarsılmayan zihin sakinliğine mutlu olana karşı dostluk, mutsuz olana karşı merhamet besleyerek, erdemli olandan haz alarak ve kötü olana karşı kayıtsız kalarak ulaşılır.

Eğer hayatından memnun olan biriyle karşılaşırsak, ona gıpta etme ve başarısını kıskanma eğilimindeyizdir. Bir arkadaşımızın mutluluğundan zevk aldığımız gibi, buna katılmayı öğrenmeliyiz. Eğer biri mutsuzsa onu hor görmek ya da üstüne talihsizlik çektiği için eleştirmek yerine onun için üzülmeliyiz. Başkalarının erdemi bizi rahatsız eder, çünkü bunu kendi eksikliklerimizin bir yansıması olarak görürüz. Buna alayla dudak bükme ve bunun sadece riyakarlık olduğunu öne sürme eğilimindeyizdir. Tersine, bundan zevk almalı ve bunu daha iyisini yapmak için bir ilham kaynağı olarak görmeliyiz. Kötüye gelince, İsa'nın sözlerini hatırlamalıyız: "Kötülüğe alt olma." Eğer biri bizi incitir ya da bizden nefret ederse, ilk içgüdümüz ona nefretle ya da inciterek yanıt vermektir. Onu incitmeyi başarabiliriz, fakat kendimizi daha çok incitmiş oluruz ve nefretimiz zihnimizi karmaşaya sürükler. Onun için başkalarının neden olduğu incinmelere karşı kayıtsız olmaya çalışmalıyız. Kötünün kötülüğünün ötesine geçmeli ve neyin onları bize bu şekilde davranmaya ittiğini anlamaya çalışmalıyız. Çoğunlukla onların bu tür tavrında kısmen kendimizin de suçu olduğunu keşfederiz. Saldırganla kurbanı, katille katledilen arasındaki ilişki her zaman basit bir suç ve masumiyet ilişkisi değildir; bu çok karmaşık olabilir. Her iki taraftan da tahrik olabilir.

Hemcinslerimize karşı doğru tavrımız Hindu rahiplik yeminlerinden birinde şöyle özetlenmiştir: *"Sinekler pislik peşindedir,*

anlar bal peşindedir. Ben sineklerin alışkanlığından uzak durup, anlannkini izleyeceğim. Başkalarında kusur bulmaktan kaçınıp sadece içlerindeki iyiliğe bakacağım." Bu hepimizin etmesi ve ona göre yaşamaya çalışması gereken bir yemindir.

34. Zihin nefesin verilmesi ve tutulmasıyla da sakinleşebilir.

Patanjali'nin burada kullandığı sözcük *pranadır.* Prana gerçekte enerji demektir -bizi çevreleyen evrenden içimize çektiğimiz hayat enerjisidir. Bu enerji esas olarak solunarak kazanıldığı için, konumuz çerçevesinde prana'yı "nefes" olarak çevirebiliriz.

Daha sonra, Patanjali'nin ima ettiği nefes alma sistemleri hakkında daha çok şey öğreneceğiz. Bu pranayama olarak bilinir. Fakat burada ayrıntılara inmeden iki genel gözlem yapmak gerekir.

İlk olarak, Patanjali'nin zihin kontrolünü ruhsal-fiziksel bir sorun olarak gördüğünü not edelim. O bu bağlamda modern bilimsel düşünceyle hemfikirdir. Nefes alma çalışmaları soluma yönteminin tüm organizmayı etkilediğini göstermiştir. Derin, düzenli nefes alıp vererek gerçekten dinginlik sağlanabilir. Zihinsel rahatsızlığa ve umutsuzluğa (Patanjali'nin bu bölümdeki 31. özdeyişte kaydettiği gibi) düzensiz solumalar eşlik eder; hızlı, sığ ve kontrolsüz solumalar.

İkinci olarak, pranayamanın sadece ruhsal bir amaca yönelik fiziksel bir vasıta olduğunu hiçbir zaman unutmamalıyız. Pekçok habersiz insan yoganın soluma çalışmaları ve karmaşık duruşlardan oluşan bir sistemden başka bir şey olmadığını tahayyül eder -"nefesini tutup baş üstü durma". Onlar "yoga"dan bahsettikleri zaman, temelde eski Hindistan'da uygulandığı şekliyle, bu egzersiz sisteminin doğru ismi olan hatha yogayı kastederler sadece. Hatha yoga istekli kişiyi bedenini mükemmelleştirerek ruhsal deneyime hazırlamak için tasarlanmıştır; Fakat bu uygulamada bazı insanlar bedeni takılıp kalmalarından dolayı asıl amacı gözden kaçırmışlar ve bu yüzden yoldan uzaklaşmışlardır. Batıda bu tümüyle yozlaşmış

bir şekilde, bir fiziksel güzellik ve uzun gençlik kültü olarak mevcuttur. Bu haliyle kesinlikle etkili olabilir, fakat tehlikeli de olabilir. Sırf yol açtıkları o hoş "oksijen-sarhoşluğu"nun hatırına bu soluma egzersizlerini aşırı uygulamak halüsinasyonlara ve muhtemelen deliliğe yol açabilir. Fiziksel görünüşümüz ve refahımızla aşırı derecede meşgul olmak da, aptalca bir kibir içine, doğru amacımızı unutmamıza neden olan zihin çelen bir unsurdur.

35. Olağandışı algılamalara neden olan bu konsantrasyon biçimleri zihni sebat etmeye teşvik eder.

Doğrulanmış "inançlarımıza" rağmen çoğumuz doğal olarak şüpheci olduğumuz için, zihnin madde üstündeki güçlerinin gerçekten varolduğuna dair tekrar temin edilmeye ihtiyaç duyarız. En sıkı laboratuvar koşullarında yapılan iyi kaydedilmiş sayısız deneye rağmen, telepati, önceden bilme ve medyumluktan bahsettiğimiz zaman hala özür dilercesine gülümseriz. Eğer bu konuyu incelemiş olsaydık, bu tür şeylerin mümkün olduğuna tam olarak inanmazlık edemezdik, fakat yine de bizim başımıza gelmemişlerdir. O zaman dek zihin kendi küçük şüphe mikrobunu besler.

Bu nedenle Patanjali kendimiz için "olağandışı algılar" geliştirmeye çalışmamızı tavsiye eder. Bize bir insanın burnunun ucuna konsantre olursa mükemmel kokular alacağı söylenir. Eğer dilin ucuna odaklanılırsa normal üstü bir tat duyusu ortaya çıkar; eğer damağa odaklanılırsa normal üstü bir renk duyusu, dilin ortasında normal üstü bir dokunma duyusu; dilin kök kısmında ise normal üstü bir işitme duyusu ortaya çıkar. Bu tür güçlerin kendi içinde değeri yoktur, fakat en azından zihinle ne yapılabileceğini ispatlamay hizmet ederler, tıpkı bir spor salonundaki akrobatik ustalıkların eğitilmiş bir insan bedeninin ne kadar güçlü ve esnek olduğunu ispatlaması gibi. Böylece konsantre olabilenler için herşeyin mümkün olduğunu anlamaya başlar ve sabırlı olmaya, sıradan duyusal algıların engellerini aşmaya ve içsel bilgi arayışımızda korkusuzca ilerlemeye cesaret buluruz. Bir spor salo-

nunda kazanılan fiziksel güç daha sonra pratik amaçlar için kullanılabilir. Bu konsantrasyon egzersizlerinde kazanılan zihinsel güç en pratik amaç için kullanılabilir: kendimizi Atman'la birleştirmek.

36. Konsantrasyona zihni üzüntünün ötesindeki İç Işık'a odaklayarak da ulaşılabilir.

Eski yogiler, derin meditasyonda ortaya çıkan, karınla göğüs kafesi arasında bulunan, "yüreğin nilüferi" diye adlandırılan gerçek bir ruhsal bilinç merkezi olduğuna inanıyorlardı. Onlar bunun bir nilüfer şeklinde olduğunu ve içsel bir ışıkla parladığını öne sürüyordu. Onu görenler olağandışı bir huzur ve sevinçle dolduğu için bunun "üzüntünün ötesinde" olduğu söyleniyordu.

En eski zamanlardan beri, yoga ustaları bu nilüfer üstüne meditasyon yapmanın önemini vurgulamışlardır. *"Yüce cennet yüreğin nilüferinde parıldar,"* der Kaivalya Upanişad. *"Mücadele ve arzu eden oraya girebilir. Tek başına çekilin. Baş ve boyun aynı hizada olacak şekilde, temiz bir yerde dik olarak oturun. Tüm duyu organlarını kontrol edin. Öğretmeninize bağlılık içinde eğilin. Sonra yüreğin nilüferine girin ve orada Brahman'ın -saf olanın, ebedi olanın, bahtiyar olanın- varlığı üstüne meditasyon yapın."*

Ve Chandogya Upanişad'da şöyle der:

Brahman ülkesinde, yani bedende kalp vardır ve kalbin içinde küçük bir ev vardır. Bu evin nilüfer biçiminde bir şekli vardır ve içinde aranan, araştırılan ve kavranan yatar.

O zaman bu küçük evin, bu kalp nilüferinin içindeki nedir? Aranması, araştırılması ve kavranması gereken nedir?

Kalp nilüferinin içindeki evren dışardaki evren kadar büyüktür. Gök ve yer, güneş, ay, şimşek ve tüm yıldızlar onun içindedir. Makrokosmoz içinde olan herşey mikrokosmoz içindedir de.

Varolan herşey, tüm varlıklar ve tüm arzular Brahman ül-

kesindedir; öyleyse yaşlılık yaklaşıp beden ölüm içinde eriyip gittiği zaman bunlara ne olur?

Bedene yaşlılık çökse de kalp nilüferi yaşlanmaz. O bedenin ölmesiyle ölmez. Brahmanın tüm haşmetiyle içinde ikamet ettiği kalp nilüferi -beden değil, odur gerçek Brahman ülkesi. Orada iskan eden Brahmana hiçbir fiil dokunmaz, o yaşsızdır, ölümsüzdür, kederden, açlıktan ve susuzluktan azattır. Onun arzuları doğru arzulardır ve arzuları yerine gelmiştir.

Ve Mundaka Upanişad'da şöyle der: *"O kalp nilüferinin içinde, bir tekerleğin parmakları gibi sinirlerin buluştuğu yerde bulunur. OM diyerek onun üstüne meditasyon yapın, kolayca karanlık okyanusu geçebilirsiniz. Görkemli kalp nilüferinin içinde tutkusuz ve bölünmez Brahman bulunur. O saftır. O tüm ışıkların ışığıdır. Brahmanı bilenler ona erişirler."*

Bu meditasyon yöntemi faydalıdır, çünkü ona ulaşmak için mücadele ettiğimiz ruhsal bilinç imgemizi sınırlar. Eğer beden gürültülü ve kalabalık bir şehir olarak düşünülürse, o zaman bu şehrin ortasında küçük bir türbe ve bu türbenin içinde de Atman'ın, gerçek doğamızın bulunduğunu tahayyül edebiliriz. Dışarıdaki sokaklarda neler olursa olsun, her zaman bu türbeye girip ibadet edebiliriz. O her zaman açıktır.

37. Veya tutkudan azat, aydınlanmış bir kalb üstüne meditasyon yaparak.

Bırakın zihniniz kutsal bir kişilik üstünde dursun -bir Buda, bir İsa, bir Ramakrişna. Sonra onun kalbine konsantre olun. Büyük bir aziz olmanın, saf ve duyu nesnelerinden sıkıntısı olamayan, Brahmanı bilen biri olmanın nasıl bir his vereceğini hayal etmeye çalışın. Bu azizin kalbinin sizin kendi bedeniniz içinde, sizin kalbiniz olduğunu hissetmeye çalışın. Burada yine imgenin sınırlanmasının faydası olduğu görülecektir. Hem Hindular hem de Hıristiyanlar bu meditasyon şeklini uygularlar -sadece kalbe değil, fakat bazen ellere, ayaklara ve tüm şekle de konsantre olmak.

38. Ya da zihni bir rüya deneyimine veya derin uyku deneyimine odaklayarak.

"Bir rüya deneyimi" ile Patanjali kutsal bir şahsiyet ya da ilahi bir sembol hakkındaki bir rüyayı kastediyor. Bu tür rüyalara deneyim demek yerinde olur, çünkü bunlar uyandıktan sonra da bizimle birlikte kalan bir sevinç ve vahiy duygusu taşırlar. Hint ruhsallık edebiyatında büyük bir öğretmenden bir mantra aldığı rüyasını gören pekçok dindar örneğiyle karşılaşırız. Böyle bir rüya-mantrası uyanık haldeyken verilen kadar kutsal sayılır ve bunu alan kişi hayatgının geri kalanı boyunca bunu kullanmaya ve bunun üstüne meditasyon yapmaya devam eder.

Zihni sakinleştirmenin bir diğer yöntemi de derin, rüyasız uykudan uyandığımız zamanki o huzurlu mutluluk duygusuna konsantre olmaktır. Vedanta felsefesine göre, insandaki Atman üç tabaka ya da "kılıfla" kaplıdır. Bunların en dıştaki kaba madde tabakası olan fiziksel kılıftır. Bunun altında, şeylerin içsel özünden ibaret olan ve ruh-dünyasının hamurundan oluşan gizli kılıf vardır. Bunun altında nedensel kılıf vardır, böyle adlandırılır çünkü bu bizim karmamızın ağıdır, belirli bir zamanda kişiliğimizi ve hayatımızı olduğu gibi yapan neden-sonuç kompleksidir. Nedensel kılıf kendimizi ve evrenin fenomenlerini ayrı varlıklar olarak görmemizi sağlayan ego duygusudur. Vedanta bize, uyanık haldeyken bu üç kılıfın bizimle Atman arasına girdiğini, fakat rüyasız uyku halindeyken iki dış örtünün kalktığını ve sadece nedensel kılıfın, ego duygusunun kaldığını söyler. Bundan da Atman'a uykusuz uyku halinde iken ruhsal olmayan sıradan hayatlarımızın herhangi bir safhasında olduğumuzdan çok daha yakın olduğumuz sonucu çıkar; daha yakın -fakat hala çok uzak, zira bizi ayıran bu üçünden oluşan bu en sert örtüdür, cehaletimizin temel tabakasıdır, bu başkalık yalanıdır. Ve bu kılıf hiçbir zaman sırf uyuyarak kırılamaz. Bir sabah uyanıp kendimizi Gerçeklik ile birleşmiş olarak bulmayı bekleyemeyiz. Mamafih, bu halde Atman'ın neşeli huzurunun hafif bir yayılımı, belli belirsiz bir iması bize geçer ve uyanık biliçlilik haline döndüğümüzde bizimle kalır. Bunu tutup bunun içinde kalmaya çalışmalıyız. Bu mükemmel bilgi saadetinin bir ön duygusudur.

39. Ya da zihni cezbeden ilahi bir şekle ya da sembole odaklayarak.

Patanjali'nin felsefesinin en çekici özelliklerinden biri vizyonunun genişliği, onun evrenselliğidir. Burada ruhsal arayış içinde olana herhangi bir özel itikat yükleme çabası yoktur. Tanrı içimizdedir ve onun mevcudiyetinin ışığıyla -ki bu cehaletimizin tabakaları arasından ne kadar donuk parıldarsa parıldasın- kendi iyilik resimlerimizi ve sembollerimizi şekillendirir ve bunları dış dünyaya yansıtırız. Bu tür tüm resimler, semboller ve fikirler, eğer samimiyetle tasavvur edilirlerse, kutsaldır. Ham ve çocukça olabilir, başkalarını cezbetmeyebilir; bu önemli değildir. Önemli olan buna karşı tavrımızdır. Gerçekten, saf bir şekilde ibadet ettiğimizi kutsallaştırırız.

Bu nedenle, başkalarının dinlerine her zaman saygı duymalı ve yobazlığın farkında olmalıyız. Ancak, aynı zamanda -32.özdeyişle ilgili olarak yukarıda değinildiği gibi- kendimizi tek bir arayış yoluyla sınırlandırmalı ve buna bağlı kalmalıyız; aksi halde tüm enerjimizi sırf ruhsal bir "vitrinlere-göz gezdirme"ye harcarız. Eğer bir türbeye ya da haç mekanına kendimizden bir şey götürmezsek orada hiçbir şey bulamayız ve bir itikatın dış yüzeydeki uygulamasında, gerçeklik her yerde olsa da, sadece kendi yüreklerimizde onunla temas kurabileceğimizi asla unutmamalıyız.

Büyük Hindu azizi Kabir'in en ünlü şiirlerinden birinde söylediği gibi,

Gülerim duyduğum zaman sudaki balığın
Susadığını.
Huzursuzca dolanıyorsun ormandan ormana
Gerçeklik kendi meskeninde iken.
Gerçek burada! Nereye gideceksen git-
Benares'e veya Mathura'ya;
Ta ki Tanrı'yı bulana dek
Kendi ruhunda,
Tüm dünya
Sana anlamsız görünür.

40. Bir yoginin zihni her boyutta, atomdan sonsuz büyüklüğe kadar, her nesneye konsantre olabilir.

Burada "bir yogi" sadece "yoga uygulayan kişi" değil, fakat bölünmemiş ("tek-odaklı") konsantrasyon gücüne ulaşmış olan kişi anlamına geliyor. Bu güce elbette sadece tam bir nefs-hakimiyetiyle ulaşılabilir. Ruhsal arayış içinde olan kişi konsantrasyon çalışmasına başlayınca, zihnini çelen her türlü engelle karşılaşır. Tavan arasını temizleyene kadar evde ne kadar pılı pırtınız olduğunu asla anlayamazsınız. Konsantre olmaya çabalayana dek zihninizin bilinçaltı bölgesinde ne kadar çöp biriktirdiğinizi asla bilemezsiniz. Bu nedenle yeni başlayan pekçok insanın cesareti kırılır. "Konsantrasyon çalışması yapmaya başlamadan önce," derler, "zihnim oldukça sakin ve temiz görünüyordu. Şimdi altüst oldu ve pis düşüncelerle doldu. Bu beni iğrendiriyor. Hiç bu kadar kötü olduğumu bilmezdim! Ve daha iyiye değil, daha kötüye gidiyorum." Elbette yanılıyorlar. Zihinsel bir ev temizliği yapmaları ve tüm bu pılı pırtıyı karıştırmış olmaları, doğru yönde bir adım atmış oldukları anlamına gelir. Şimdiye kadar yaşadıklarını hayal ettikleri sakinliğe gelince, bu uyuşukluktan başka bir şey değildir -çamurla dolu bir su birikintisinin dinginliğidir bu. Sıradan gözlemciye, tembellik ve durgunluk -tamas ve sattwa- bazen aynı gelebilir. Fakat birinden diğerine geçmek için, aktif çabanın şiddetli karmaşasından geçmemiz gerekir -rajas safhasından. Sıradan gözlemci, mücadelemizi ve sıkıntımızı izleyerek, şöyle diyebilir: "Onunla geçinmek daha kolaydı. Eskiden olduğu haliyle ondan daha çok hoşlanıyordum. Din ona uygun değil gibi görünüyor." Buna aldırmamamız gerekir. Tüm bu gelip geçici küçümsemelere rağmen, Patanjali'nin bahsettiği bu nefs-hakimiyetine, bu tek odaklı konsantrasyona ulaşana dek çabamızı sürdürmeliyiz.

41. Tıpkı saf kristalin kendisine en yakın nesneden renk alması gibi, zihin de düşünce dalgalarından temizlendiği zaman, konsantre olduğu nesneyle aynılığa ya da özdeşliğe ulaşır. Bu kaba bir nesne veya algı organı ya da ego duygusu olabilir. Konsantre olunan nesneyle bu aynılık veya özdeşlik samadhi olarak bilinir.

Burada ima edilen çeşitli konsantrasyon nesneleri bu bölümdeki 17.özdeyişin yorumunda zaten irdelenmiştir. Yoga haline (şimdi Patanjali teknik ismiyle, samadhi olarak adlandırıyor) birbirini takip eden her bir fenomen seviyesinde ulaşılabilir; nesnelerin dışsallığıyla başlayabilir ve bireyselliğin en içselliğine doğru nüfuz edebiliriz. Bu nedenle, biraz sonra göreceğimiz gibi çeşitli samadhi türleri vardır. Fakat zihin nesneyle "aynılık veya özdeşliğe" ulaşabilen bu müthiş konsantrasyon gücünü kazanana dek hiçbir tür samadhi mümkün değildir. 5.özdeyişi irdelerken gördüğümüz gibi, zihindeki düşünce dalgaları, önce pekçok küçük dalganın tek bir büyük dalga, tek bir konsantrasyon nesnesi halinde yutulmasıyla sakinleştirilebilir ancak.

Upanişad'larda bu sürecin biraz farklı ve belki biraz daha basit bir tarzda betimlendiğini görüyoruz. Bize herhangi bir nesneye konsantre olmamız ve bunu içteki Gerçekliğin, Atman'ın bir sembolü saymamız söylenir. Eğer bu kavrama sıkıca tutunur ve bir an bile bırakmazsak nesnenin dış görüntüsünü aşıp varlığının iç doğasına geçeriz.

42. Zihin, isim, nitelik ve bilgi farkındalığıyla karışmış, kaba bir konsantrasyon nesnesiyle özdeşliğe ulaştığı zaman buna savitarka samadhi denir.

43. Zihin, isim, nitelik ve bilgi farkındalığıyla karışmamış, kaba bir konsantrasyon nesnesiyle özdeşliğe ulaştığı zaman, ki bu durumda sadece nesne kalır geriye, buna nirvitarka samadhi denir.

Sıradan farkındalığımız, Patanjali'nin söylediği gibi, "isim", "nitelik" ve "bilgi"den mürekkeptir. Mesela, bir masaya baktığımız zaman, (1) nesnenin isminin ("masa"), (2) nesnenin niteliğinin (ebatının, şeklinin, renginin, tahta oluşunun, v.s.) ve (3) nesneye dair kendi bilgimizin (onu algılayanın biz olduğumuz olgusu) farkındayızdır. Yoğun konsantrasyon vasıtasıyla bu masayla özdeşleşebilir, yine de zihnimizde bir "isim", "nitelik" ve "bilgi" karışımı tutabiliriz. Bu, "tasarlayarak" anlamına gelen savitarka olarak bilinen en düşük tür sa-

madhi'dir. Savitarka terimi sadece konsantrasyon nesnesi kaba unsurların düzenine, en dışsal fenomenlerin düzenine ait olduğu zaman kullanılır.

Nirvitarka ("tasarlamadan") denilen samadhi'de daha yüksek bir aşamaya ulaşırız. Konsantrasyon nesnesiyle ulaştığımız özdeşlik artık isim, nitelik ve bilgi farkındalığıyla karışmamıştır. Ya da, başka şekilde söylersek, bu nesneye karşı tepkilerimiz olan düşünce dalgalarını nihayet sakinleştirebiliriz ve bu nesnenin gerçekten olduğu haliyle (Kant'ın ünlü deyimiyle "kendi içindeki şey"i) kendisinden başka hiçbir şey bilmeyiz. Kant, pek doğru olarak, *"kendi içindeki şey"*in duyular ya da muhakeme eden zihin tarafından bilinmesinin mümkün olmadığını öne sürmüştür, zira duyular ve akıl bize sadece kendi öznel tepkilerini sunabilir. "Hangi nesnelerin kendi başlarına ve duyularımızın alıcılığından ayrı olabileceği," diye yazıyordu, "bizim için tümüyle bilinmezdir. Bizler onları algılama tarzımızdan, bize özel olan ve mutlaka her varlıkla paylaşılması gerekmeyen o tarzımızdan başka bir şey bilmeyiz." Akıl veya duyuların deneyiminden başka deneyimin geçerliliğini kabul etmeyen Kant bu nedenle "kendi içinde şey"in bilinemez olduğu sonucuna varmak zorunda kaldı. Burada Patanjali onunla aynı fikirde değil. Patanjali bize duyusal algının ötesinde, "kendi içinde şey"in bilinebileceği aşkın bir bilgi, daha yüksek bir bilgi türü olduğunu söyler. Ve bu elbette her dindeki mistiklerin öne sürdüğü temel iddiadır.

44. Konsantrasyon nesnesi gizli bir nesne olduğu zaman, savichara ve nirvichara denilen iki tür samadhi aynı şekilde ayırdedilebilir.

Yani, gizli veya temel fenomenlerin (bu bölümdeki 17.özdeyişe bkz.) düzenine ait konsantrasyon nesneleriyle ilgilendiğimiz zaman, yine daha üst ve daha aşağı türde samadhiler arasında ayrım yapmamız gerekir. Savichara ("yansıtıcı") samadhi, isim, nitelik ve bilgi farkındalığıyla karışmış gizli bir nesne üstüne samadhidir. Nirvichara ("aşırı-yansıtıcı") samadhi böyle bir farkındalıkla karışmamış gizli bir nesne üstüne samadhidir.

45. Tüm gizli nesnelerin ardında esas neden olan Prakriti vardır.

Patanjali'nin evren resmini incelerken gördüğümüz gibi Prakriti maddenin esas olan, ayrılmamış unsurudur; tüm fenomenlerin yansıtıldığı enerjidir. Meditatif zihin içe döndükçe, şeylerin kaba dış tabakalarından geçerek gizli özlerine nüfus eder; ve bu gizli özlerin ötesine geçerek Prakriti'nin kendisine gelir.

Fakat Prakriti nihai Gerçeklik değildir. Prakriti'nin ötesinde Brahman vardır. Daha önce tanımladığımız o dört tür samadhi fenomenler alemi içindedir ve bunlar sadece en yüksek samadhi olan Brahman'la doğrudan birleşme hali için hazırlıktır. Bu bağlamda Sri Ramakrişna bir mesel anlatırdı:

Bir defasında bir mürit Tanrı üstüne meditasyon yapmayı öğrenmek için bir ustaya gitti. Usta ona talimatlar verdi, fakat mürit çok geçmeden geri döndü ve bunları yerine getiremediğini söyledi; ne zaman meditasyon yapmayı denese, kendini evdeki sığırını düşünürken buluyordu. "Peki öyleyse," dedi usta, "bu kadar hayran olduğun o sığır üstüne meditasyon yap." Mürit kendini bir odaya kapattı ve sığır üstüne meditasyon yapmaya başladı. Birkaç gün sonra usta kapısını çaldı ve mürit yanıt verdi: "Efendim, sizi selamlamak için dışarı çıkamadığım için üzgünüm. Bu kapı çok küçük. Boynuzlarım takılır." O zaman usta gülümsedi ve şöyle dedi: "Mükemmel! Konsantrasyon nesnenle özdeşleştin. Şimdi bu konsantrasyonu Tanrıya odakla, kolayca başaracaksın."

46. Bu tür samadhi'lerin "tohumlu" olduğu söylenir.

Yani, mükemmel konsantrasyona ulaşılsa bile, hala zihinde arzu ve bağlılık tohumları kalabilir. Ve bağlanmadan konsantre olanların kaderini mütalaa ederken (bu bölümde 19.özdeyiş) gördüğümüz gibi, bu arzu tohumları tehlikelidir. Bununla beraber şimdi kurtuluş çok yakındır. Arayış içindeki kişi artık esarete geri düşmesinin olası olmadığı o yüksekliklere çıkmıştır.

47. Nirvichara samadhi'ye ulaşılınca zihin saflaşır.

48. Bu samadhi'de bilginin "gerçekle dolduğu" söylenir.

49. Anlam çıkartarak ve kutsal kitapları inceleyerek kazanılan bilgi bir tür bilgidir. Fakat samadhi'den kazanılan bilgi çok daha yüksek düzeydedir. O anlam çıkarmanın ve kutsal kitapların ötesindedir.

Burada Patanjali iki tür bilgiyi tanımlıyor: duyuların ve aklın meditasyonu yoluyla kazanılan bilgi ve doğrudan, bilinç üstü deneyimlerle kazanılan bilgi. Sıradan bilgi duyusal-algı ve bu algıların aklımız tarafından yorumlanması yoluyla bize gelir. Bu nedenle sıradan bilgi "sıradan nesnelerle", yani duyusal algılarımızın kavrayışı içindeki fenomen türleriyle sınırlıdır. Sıradan bilgi olağan-dışı ile uğraşmaya kalkıştığı zaman, acizliği derhal ortaya çıkar.

Mesela, bize Tanrının varlığını anlatan çeşitli kutsal yazılara sahibiz. Bu kitapları okuyup öğretilerini kabul edebiliriz - belli bir noktaya kadar. Fakat bunları okuduğumuz için Tanrıyı bildiğimizi iddia edemeyiz. Sadece bu kutsal yazıların Tanrı'yı bildiğini iddia eden insanlar tarafından yazıldığını söyleyebiliriz. Onlara neden inanalım? Doğru, aklımız bize bu kutsal yazıları yazanların muhtemelen dürüst ve güvenilir olduğunu, kendini aldatmadığını veya deli olmadığını telkin edebilir, bu nedenle bize söylediklerine inanma eğiliminde oluruz. Fakat böyle bir inanç ancak kısmi ve eğreti olabilir. Hiç tatmin edici değildir. Kesinlikle bilgi değildir.

Öyleyse iki seçeneğimiz vardır. Ya duyusal-temas nesneleriyle sınırlı tek bir bilgi türü oladuğuna karar vermeli ve böylece kendimizi kutsal yazıların öğretileri konusunda daimi bir bilinemezciliğe bırakmalıyız. Veya duyu-üstü ve bu nedenle de doğrudan deneyim yoluyla bu öğretilerin doğruluğunu onaylayabilen daha yüksek bir başka bilgi türü olasılığını kabul etmeliyiz. Bu samadhi yoluyla kazanılan bilgidir. Ve her birimiz bu bilgiyi kendimiz bulmalıyız.

"Kavrayış," diyordu Swami Vivekananda, *"gerçek dindir,*

gerisi hazırlıktır sadece -konuşmalar dinlemek veya kitaplar okumak ya da muhakeme yapmak, bunlar sadece zemini hazırlamaktır; din değildir bu. Zihinsel onaylama ya da onaylamama din değildir." Din esasında son kerte pratik ve görgül bir araştırmadır. Hiçbir şeye itimat etmezsiniz. Kendi deneyiminiz dışında hiçbir şeyi kabul etmezsiniz. Bakir bir ormanda ne bulacağınızı görmek için dolaşan bir kaşif gibi, adım adım, tek başınıza ilerlersiniz. Patanjali'nin ya da bir başkasının sizin için yapabileceği tek şey sizi bu keşfi yapmaya sevketmek ve yolunuzda siz yardımcı olabilecek belli genel ipuçları ve uyarılar vermektir.

Patanjali nirvichara samadhi halindeyken zihnin "saf" ve "gerçekle dolu" olduğunu söyler bize. Zihnin saf olduğu söylenir, çünkü bu haldeyken bütün küçük düşünce dalgaları tek bir nesne üstüne konsantrasyonun büyük dalgası tarafından yutulmuştur. Bu dalga içinde bağlılık "tohumlarının" hala varolduğu doğrudur, fakat sadece yaşam enerjisi geçici olarak durmuş halde. En azından o an için zarar veremezler ve tekrar verimli olmaları pek olası değildir, zira bu kadar ilerledikten sonra, bunların yok olmasına neden olacak son adımı atmak nispeten kolaydır.

Nirvichara samadhi'de zihnin gerçekle dolu olduğu söylenir, çünkü artık doğrudan duyu-üstü bilgiyi deneyimler. Seçilmiş bir İdeal ya da ruhsal şahsiyet üstüne meditasyon yapanlar bu şahsiyetle artık öznel olarak hayal edilen bir şey olarak değil, nesnel olarak bilinen bir şey olarak doğrudan teması deneyimlerler. Eğer Krişna veya İsa ya da Ramakrişna üstüne meditasyon yapar ve bunlardan birini hayalinizde resmetmeye çalışırsanız, bu resminizin yaşayan bir varlığın gerçekliği içinde dağıldığını görürsünüz. Ve bu varlığı bilince, ona dair çizdiğiniz resmin kusurlu olduğunu ve yaşayan orijinaline benzemediğini görürsünüz. Bu deneyimi yaşayanlar bunu bir mıknatısın hareketine benzetirler. Meditasyonun başlangıç safhalarında çaba tümüyle kendinizden geliyor gibi görünür; zihninizi nesnesine odaklanmış olarak kalmaya zorlarsınız. Fakat şimdi bir dış gücün, bu çaba artık sizin kendi çabanız

olmayana dek, zihninizi istenilen yöne çeken manyetik bir çekim gücünün farkına varırsınız. İnayet denilen budur.

Samadhi yoluyla kazanılan vahiylerin gerçek vahiyler olduğundan ve bir tür kendini aldatma veya kendini hipnotize etme şekli olmadığından nasıl emin olabiliriz? Sağduyu birkaç test salık verir. Mesela, bu şekilde elde edilen bilginin başkaları tarafından elde edilmiş olan bilgiyle çelişmemesi gerektiği açıktır; pekçok bilen, fakat tek bir doğru vardır. Yine, bu bilginin başka yollarla bilinemeyen -yani olağan duyusal deneyimlerimizle bilinemeyen- bir şey olması gerektiği açıktır. Ve nihayet bu vahiy beraberinde tam bir zihinsel yenilenme ve karakter dönüşümü de getirmelidir. *"Dua ile davranış arasındaki doğru ilişki,"* diye yazar Piskopos Temple, *"davranışın son derece önemli olması ve duanın ona yardım edebileceği şeklinde değil, fakat bu dua son kerte önemlidir ve davranış onu test eder."* Ve eğer bu ruhsal yaşamın ilk safhalarında doğruysa, samadhi'nin son, birleştirici halinde çok daha çarpıcı bir şekilde tezahür eder. Buna ulaşınca kişi bir aziz olur. Zira, Patanjali'nin söylediği gibi:

50. Bu samadhi yoluyla zihinde yaptığı etki tüm diğer etkileri siler.

Ve şimdi de bize Brahman'la tam bir birliğe doğru nihai adımın nasıl atılacağını anlatıyor:

51. Zihinde artık başka hiçbir düşünce dalgası kalmayacak şekilde bu samadhinin yaptığı etki de silindiği zaman, o zaman kişi "tohumsuz" denilen samadhiye girer.

Samadhiye zihinde tek bir nesne, tüm diğer düşünce dalgalarının, tüm samskaraların ya da geçmişi etkilerin yutulduğu tek bir büyük konsantrasyon dalgası yükselterek ulaşıldığı zaten açıklandı. Fakat şimdi bu tek dalganın bile sakinleştirilmesi gerek. Bu yatıştırıldığı zaman, Vedanta felsefesinde nirvikalpa diye adlandırılan o en yüksek samadhiye gireriz. Nirvikalpa samadhinin tohumsuz olduğu söylenir, zira o saf, ayrım yapmayan bilinçten başka bir şey değildir; hiçbir fenomen izle-

nimi, hiçbir arzu ya da bağlılık tohumu içermez. Brahman bir "konsantrasyon nesnesi" değildir; brahmanda ne bilen ne de bilinen varfdır. Gördüğümüz haliyle Brahman saf, ayrım yapmayan bilinçtir; ve nirvikalpa samadhide de artık kendiniz değilsinizdir, gerçekten Brahmanla birsinizdir, görünürdeki evrenin ve bu evrenin tüm şekillerinin ve yaratıklarının gerçek doğasına girersiniz.

Patanjali'yi teorik olarak bile bu kerte yüksekliklere kadar izlemek zordur; ve belki de bu bölümü sonlamadan önce başa geri dönüp bize öğretmeye çalıştıklarını bir şekilde daha basit ve daha az teknik olarak özetlemeye çalışmamız iyi olur.

Zihni konsantre olmaya eğitmekle başlamalıyız, fakat Patanjali bizi bu konsantrasyon çalışmasının yanısıra bağlantısız olunması gerektiğine dair uyardı; yoksa sorun yaşarız. Bu dünyadaki şeylere bağlı kalarak konsantre olmaya çalışırsak ya tümden başarısız oluruz ya da yeni kazandığımız konsantrasyon güçlerimiz bizi büyük tehlikeye sokar, çünkü kaçınılmaz olarak bunları bencil, ruhsal olmayan amaçlar için kullanırız. Bizim çağımız bu ikinci alternatifin sonuçlarının korkunç bir gösterisine tanık oluyor. Yirminci yüzyıl insanı, milliyetçi güce bağlılıktan vazgeçmeden bilime ve tekniğe konsantre olmuştur; ve böylece atomik enerjinin gizine sahiptir -doğru ellerde zararsız ve herkes için yararlı olacak, fakat hali hazırdaki bu ıslah olmamış halinde onu yok edebilecek olan bir gizdir bu. Daha ciddi pekçok düşünürümüzün söylediği gibi, tehlike atomun parçalanmasında değil, insan zihnindedir.

Bu dünyanın arzularına, nesnelerine ve hırslarına karşı bağımsız olmanın en basit yolu nedir? Buna, düşünebildiğimiz en yüce nesneye, Tanrı'nın kendisine karşı bağımlılık geliştirerek başlamalıyız. İlk başta bunu en alt seviyede yapabiliriz; kaba fenomenler seviyesinde. Büyük bir ruhsal öğretmeni, bir İsa'yı, bir Ramakrişna'yı ya da herhangi bir ülkenin veya dinin büyük bir azizini ele alın. Bu insanlar esasında bu dünyada insan biçiminde yaşamışlardır. Onların hayatlarını okuya-

bilirsiniz. Onlara insan olarak yaklaşabilirsiniz. Onları sevmek, onlar gibi olmayı istemek, onlara hizmet etmeye çalışmak ve kendi hayatınızı başkalarına model yaparak onların mesajını yaymak kolaydır. Bu sevgi ve bu hizmet vasıtasıyla, başkasına karşı bağımsızlık, daha az sevgi ve amaç doğal olarak gelir. Başkalarına veya işimize ve görevlerimize karşı kayıtsız oluruz demek değildir bu. Fakat başkalarına karşı sevgimiz, İdealimize karşı sevgimize dahil olur; özel ve sahiplenici olmaz artık. Ve işimiz, şimdi bu ideale bir hizmet olarak yapıldığı için yeni bir anlam kazanır; işimize karşı daha önce hiç olmadığı kadar şevk duymaya başlarız.

Kendimizi ideal öğretmenimize adayarak ve onun hayatı üstüne meditasyon yaparak, yavaş yavaş insanın içindeki ruhu anlamaya başlarız; ve böylece kaba fenomenler seviyesinden ince ya da ruhsal seviyeye geçeriz. Bir İsa'ya veya bir Ramakrişna'ya zaman içindeki insanlar olarak hayran olmayız artık, onlara ebedi, ruhsal varlıklar olarak ibadet ederiz. Onları ilahi çehreleriyle biliriz. Bu ikinci aşamadır.

Ancak üçüncü bir aşama, üçüncü bir bilinç seviyesi daha vardır. Çünkü İsa'nın ardında, Ramakrişna'nın ardında, herhangi bir kişisel tanrı kavramının ardında, bu şahsiyetlerin sadece kısmi, bireysel yansımalar olduğu ana Gerçeklik, Esas olan, Brahman vardır. Brahman'la birleştiğimiz zaman İsa'da tezahür eden ve ıslah olmamış nefslerimiz içinde gizli, fakat ebediyen hepimizin içinde varolan O şeyle birleşiriz. Ve bu birleşme nirvikalpa samadhi halidir.

Samadhinin daha alt seviyelerinin hepsi bir ikilik duygusu izi taşır; hala "benim" idealim üstüne meditasyon yapan "ben"imdir; aramızda bir ayrılık vardır. Ve büyük bir azizin bile bu nihai, kişisel olmayan birleşmeye ulaşmak için İdeali uğruna bu yoğun, kişisel sevgisini teslim etmeyi acı bulması doğaldır. Sri Ramakrişna nirvikalpa samadhiye ilk nasıl ulaştığını betimlerken şöyle diyordu: *"Ne zaman zihnimi toplasam, o mutlu İlahi Anne şekliyle yüz yüze geliyordum. Zihnimi bu Anne bilincinden ne kadar kurtarmaya çalışırsam ça-*

lışayım, onu aşacak irademyoktu. Fakat nihayet, tüm irade gücümü toplayarak, ayrımcılık kılıcıyla bu Anne şeklini parçalara ayırdım ve zihnim anında "tohumsuz" hale geldi ve nirvikalpa'ya ulaştım. Bütün ifadelerin ötesinde bir şeydi bu."

Nirvikalpa samadhiyi Shankara şöyle tanımlıyor:

Daimi bir Atman'la Brahman'ın birliği bilinci vardır. Artık Atman örtüleriyle özdeşleştirilmez. Tüm ikilik duygusu silinir. Saf, birleşmiş bilinç vardır. Bu bilince iyi oturan kişinin aydınlandığı söylenir.

Bir insanın aydınlandığı zaman bu yaşamda bile özgür olduğu söylenir. Saadetinin sonu yoktur. Bu görüntüler dünyasını neredeyse unutur.

Zihni Brahmanın içinde dağılmış olsa da, bu hayatın cehaletinden uzak, tümüyle uyanmıştır. Tamamen bilinçli, fakat herhangi bir arzudan uzaktır. Böyle bir insanın bu yaşamda bile özgür olduğu söylenir.

Onun için bu dünyanın üzüntüleri sona ermiştir. Ölümlü bir bedene sahip olsa da Ebedi Olanla birleşmiş olarak kalır. Yüreği hiçbir kaygı tanımaz. Böyle bir adamın bu yaşamda bile özgür olduğu söylenir.

Bir kez nirvikalpa samadhiye ulaşıldığı zaman, azizin sürekli bu hale girip çıkması mümkündür. Sri Ramakrişna'ya olan da buydu. Nirvikalpada iken, kişisel olmayan Brahmanla birliği deneyimledi. Fakat, normal bilince dönünce Tanrı'dan Seçtiği İdeal, İlahi Anne bağlamında bahsederdi. Anne onun için gerçekliğini yitirmedi, çünkü Brahman'ı tanımıştı. Bunu hatırlamak önemlidir, çünkü bizim dilimizde "gerçek" sözcüğü belirsiz ve esnek kullanılır ve karmaşaya yöneltme eğilimindedir. Sadece Brahmanın gerçek olduğunu söylediğimiz zaman, başka herşeyin bir illüzyon olduğunu değil, fakat daha ziyade sadece Brahmanın esas ve her yerde mevcut olduğunu kastediyoruz. Tanrının cehrelerinin, ilahi enkarnasyonların nispeten kendi gerçeklik düzenleri vardır; ince ve

kaba nesnelerin de öyle. Materyalistler -kendilerini "ayakları yere basar" olarak tanımlayanlar- gerçek olmayan bir dünyada yaşarlar, çünkü kendilerini kaba duyusal-algı seviyesiyle sınırlarlar. Fakat aydınlanmış azizin algısı kabadan inceye ve inceden mutlağa kadar tüm yelpazeye yayılır; ve bu evrenin doğasının gerçekte ne olduğunu bilen sadece odur.

II. Yoga ve Uygulaması

1. Perhiz, çalışma ve kişinin çalışmasının meyvelerini Tanrı'ya adaması: bunlar yoganın başlangıç adımlarıdır.

Patanjali özdeyişlerinin ilk bölümünü yoganın amaçlarına ayırdıktan sonra, şimdi bunun uygulaması hakkında bir bölüme başlıyor. Bu yogaya başlangıç adımları sözcük anlamı "yogaya doğru çalışma" olan kriya yoga olarak bilinir. Bu çeviride kullanılan şu üç sözcüğün -perhiz, çalışma ve adama- hiçbiri kendini açıklayıcı değildir; bunlara denk olan Sanskritçe sözcüklerin farklı bir referans noktası vardır. Bunun için bunların her birini ayrıntılı olarak incelemek gerekli olacaktır.

İngilizce "perhiz" sözcüğünün menedici bir tınısı vardır. İki olası alternatifi olan "disiplin" ve "riyazet" sözcüklerinin de öyle. Disiplin çoğumuz için bir talim çavuşunu çağrıştırır; riyazet korkunç bir kangreni; perhiz ise halka daha az tereyağı yemesi gerektiğini söyleyen bir bakanı. Dilimizi bu kadar renklendiren püritenlik sıklıkla Hindu düşüncesini anlamamıza engel olur.

Patanjali'nin bu özdeyişte kullandığı Sanskritçe sözcük, ana manası ısı ya da enerji ortaya çıkaran anlamına gelen *tapastır*. Tapas enerjiyi koruma ve onu yoganın hedefine doğru, Atman'la birleşmeye doğru yöneltme uygulamasıdır. Açıktır ki bunu yapmak için, nefsimizi disipline etmeliyiz; fiziksel iştahımızı ve tutkularımızı kontrol etmeliyiz. Fakat yukarıda bahsedilen bu üç İngilizce sözcüğün psikolojik olarak

yanlış yönelttiği konu, bunların hepsinin de bu nefs-disiplininin neşeli, pozitif yanlarını, bu disiplinin olası kıldığı o yüce başarı yerine, haşin, negatif yanlarını vurgulamasıdır.

Nefs-disiplininin negatif yanlarını vurgulamak, toplumumuzda ruhsal hayata karşı yürütülen çok sayıdaki dolaylı propagandaya katkıda bulunmaktır. Çoğu insan bir keşişin disiplininden ve perhizlerinden bahsederken huşu ve belli bir dehşetle konuşurlar; böyle bir yaşam tarzını doğa dışı bulurlar. Fakat aynı insanlar, genç bir adam kendini bir boks maçına ya da bir yarışa hazırlamak için aynı ölçüde sert perhizler uyguladığı zaman bunu ne doğa dışı ne de huşu verici bulurlar. Çünkü herkes neden birinin bir boks maçını kazanmayı istemesi gerektiğini anlayabilir. Neden bir insanın Tanrı'yı bulmayı istemesi gerektiği ise o kadar aşikar değildir.

Perhiz hatırına perhiz yapmak kolayca sert bir kendine-eziyet itikatına dönüşür; bu da bir başka tehlikedir -araçların abartılmasıyla amacın unutulması. Hem Doğuda hem Batıda, riyazet için giyilen kıl gömlekleri, düğümlü kırbaçları ve çivili yataklarıyla bu tür uygulamaların pekçok örneği vardır. Bhagavad-Gita'da Sri Krişna onları kesin bir dille kınar: *"Bu insanların, kutsal kitaplarda salık verilmeyen şekillerde bedene eziyet eden şeytani doğaları vardır. Böyle yaparlar çünkü duyu-nesnelerine karşı bağlılıkları ve hırsları onları egoizm ve kibirle doldurmuştur. Bu aptallıkları içinde tüm duyu organlarını ve bedenin içindekini zayıflatırlar.*

Buda gibi, Sri Krişna da ılımlılığı tavsiye eder: *"Yoga aşırı yiyenler ya da aşırı oruç tutanlar için değildir. Çok fazla uyuyanlar ya da çok fazla gece ibadeti yapanlar için değildir. İnsan yemesinde ve eğlencesinde, eylemlerinde, uykusunda ve uyanıklığında ılımlı olmalıdır."*

Ve Gita'nın bir başka bölümünde, üç çeşit gerçek perhiz tanımlanmaktadır: *"Kutsal ruhlara, kahinlere, öğretmenlere ve azizlere saygı;doğruluk, zararsızlık, fiziksel temizlik ve cinsel iffet -bunlar beden perhizi yapanların erdemleridir. Başkasına acı vermeden konuşmak, doğru olmak, her zaman nazik*

ve faydalı olanı söylemek ve kutsal kitapları düzenli olarak incelemek -bu çalışmaya konuşma perhizi denir. Sükunet, duygudaşlık, Atman üstüne meditasyon, zihni duyu-nesnelerinden geri çekme ve güdünün doğruluğuna da zihin perhizi denir."

Bu sözcüğün Hindu dininde anlaşılmasına göre, gerçek perhiz fanatik bir kendini cezalandırma süreci değil, fakat sessiz ve makul bir nefs-kontrolüdür. Bedene zalimce eziyet edilip dövülmez. Beden, tıpkı bir insanın bir atı idare etmesi gibi, sıkı fakat insaflı bir şekilde idare edilmelidir. Katha Upanişad'ın yazarı şöyle bir imaj verir: *"Duyular, diyelim ki bilge, atlardır; atların gittiği yol arzu labirentleridir.... Bir insan ayrımcılıktan yoksun olduğu ve zihni kontrolsüz olduğu zaman, duyuları tıpkı bir at arabası sürücüsünün yerinde duramayan atları gibi zaptedilmezdir. Fakat bir insan ayrım yaptığı ve zihni kontrollü olduğu zaman, duyuları bir at arabası sürücüsünün iyi eğitilmiş atları gibi dizginlere uysalca itaat eder... Bir at arabası sürücüsünün doğru anlayışına ve dizginler için kontrollü bir zihne sahip olan kişi - yolculuğun sonuna ulaşan o olur."*

Perhiz uygulaması -Sanskritçe tapas sözcüğü anlamında- düzenli ritüel ibadeti de kapsayabilir. Fakat, bu bağlamda, Hıristiyan ve Hindu ritüel kavramları arasında ayrım yapmak önemlidir.

Ritüeli hepten reddeden Quaker'lar ve ritüelin önemini azımsayan bazı başka Protestan mezhepler hariç, Hıristiyanların çeşitli ritüel edimlerini dini ayin saydıkları söylenebilir. Dini ayin olarak bunlar sadece atanmış rahipler ya da papazlar tarafından uygulanabilir. En azından katolikler bunlara katılmayı kişinin ruhsal sağlığı ve kurtuluşu için çok önemli olduğunu düşünürler.

Öte yandan Hindular için ritüel edimler sadece, eğer gerekliyse herkesin kendi evinde uygulayabileceği meditasyonun yardımcısı ve ibadetin belirtisidir. Bunlar kesinlikle çok değerli yardımcılardır -özellikle yeni başlayanlar için- fakat hiçbir şe-

kilde zaruri değillerdir. Eğer isterseniz Tanrı'ya başka yollardan yaklaşabilirsiniz. Bu büyük ölçüde bireyin mizacına bağlıdır. Hiçbir Hindu öğretmen bütün müritlerinin bu yaklaşımı uygulamasını bekleyemez.

Katolik kilise ayinine ya da Şarap ve Ekmek ayinine en iyi tekabül eden Hindu ritüeli son derece mükelleftir ve uygulanması için dikkatin hiç kesintiye uğramaması gerekir. Bu nedenle, yeni başlayanların dağınık zihni için mükemmel bir eğitimdir. Birbirini takip eden her edim zihne edimin ardındaki düşünceyi hatırlatır. Başka bir şey düşünemeyecek kadar meşgulsünüzdür. Düşünce ve edim, edim ve düşünce sürekli bir zincir oluştururlar; ve ta başından itibaren, göreceli olarak ne kadar yüksek bir konsantrasyona ulaşabildiğinizi görmek şaşırtıcıdır. Ritüel aynı zamanda size Tanrı'ya mütevazi, fakat çok doğrudan ve samimi bir şekilde hizmet etme duygusu da verir.

"Bir insanın," diyordu Swami Brahmananda, *"ruhsal yolculuğuna olduğu yerden başlamasının hayati önemi vardır. Eğer sıradan bir insana mutlak Brahmanla birleşme üstüne meditasyon yapması söylenirse bunu anlamayacaktır. Ne bunun gerçeğini kavrar ne de verilen talimatları izleyebilir... Ne varki, aynı kişiden Tanrıya çiçeklerle, tütsüler ve diğer ritüel ibadet aksesuarlarıyla ibadet etmesi istenirse zihni yavaş yavaş Tanrıya konsantre olmaya başlar ve ibadetinde neşe bulur."*

Bu özdeyiş çerçevesinde "çalışma" kutsal kitapların ve ruhsal yaşamla ilgili diğer kitapların çalışılması anlamına gelmektedir. Bu aynı zamanda japam, Tanrının isminin tekrarlanması uygulamasını da ima eder (bkz.Bölüm I, özdeyiş 28).

Kişinin çalışmasının meyvelerini tanrıya adaması çok önemli bir ruhsal egzersizdir; özellikle görevleri icabı çok aktif hayatlar sürmek zorunda olanlar için. Bu karma yoga olarak bilinir; Tanrıya adanan eymeler yoluyla Tanrıyla birliğe giden yol. Karma yoga izlenerek, kişinin tüm hayatı sonu gelmeyen bir ritüel haline gelir; zira her edim bir kendini Tanrı-

ya adama olarak yerine getirilir, kişisel kazanç ya da avantaj umuduyla değil. Söylemeye gerek yok, bu ruhla yapılan edimlerin "doğru" edimler olması gerekir -tekamülümüzün o aşamasında bize yanlış görünen hiçbir edimi asla Tanrıya sunmamalıyız. Ve her zaman kabiliyetimizin en iyi yanını göstermeliyiz; bundan azına razı olmamalıyız.

Kişinin çalışmasının meyvelerini Tanrıya adaması bağlanmadan çalışması demektir. Bildiğimizin en iyisini yaptığımız zaman, eğer çalışmamız hayal kırıcı sonuçlar verirse veya şiddetle eleştirilirse ya da tümden yok sayılırsa umutsuzluğa kapılmamalıyız. Öte yandan çalışmamızın sonuçları başarılı olduğu ve genel bir övgü kazandığı zaman gurura ve kibire kapılmamalıyız. Elimizden gelenin en iyisini yaptığımızı sadece biz bilebiliriz ve bu bilgi bizim tek meşru ödülümüzdür.

Gerçekten büyük ve kişisel bütünlüğü olan tüm kadın ve erkekler görevlerini bu ruhla yaparlar -açıktan açığa ateist olsalar bile- sırf görevleri bu olduğu için. Fakat eğer kendilerini Tanrıya adamaktan yoksunlarsa -eğer ideal hedefleri zaman ve maddi dünya içindeyse-nedenlerinin açıkça bozguna uğradığını ve hayatlarını vakfettikleri çalışmanın hiçbir sonuç vermediğini gördükleri zaman umutsuzluğa kapılmamaları olanaksızdır. Sadece karma yoga uygulayıcısı asla umutsuzluk duymaz, çünkü eylemin meyvelerinden tam anlamıyla bağlantısız olan odur. Daha önce de söylendi ve söylenmeye de devam edilecek, bağlantısızlık kayıtsızlık değildir; bunun kadercilikle bir ilgisi yoktur. Kaderci işini baştan savma yapar. Çok çabalamış ya da çabalamamış, ne farkeder ki -olması gereken her halükarda olacaktır. Hindu felsefesini "kaderci" olarak bertaraf eden eleştirmenler böylece karma yoganın ruhunu anlamadaki başarısızlıklarını gösteriyorlar. Kadercinin çalışmasının sonuçlarına karşı tavrı bağlantısızlık değildir; zayıflık, tembellik ve korkaklıktan doğan kayıtsızlıktır. Eğer şans eseri bir parça hak edilmemiş başarı kazanırsa kaderciliği bir anda kaybolur. Bu iyi talihi için "kadere" teşekkür etmez. Tersine, tüm dünyaya amacına ulaşmak için ne kadar iyi çalıştığını ve bunu nasıl hak ettiğini ilan ettiğini duyarız.

2. **Böylece konsantrasyon gücünü geliştirebilir ve tüm ıstıraplarımızın nedeni olan aydınlanmanın önündeki engelleri kaldırabiliriz.**
3. **Bu engeller -insanoğlunun ıstıraplarının nedeni- cehalet, egoizm, bağlılık, nefret ve yaşama yapışma arzusudur.**
4. **Cehalet tüm diğer engelleri yaratır. Bunlar potansiyel ya da iz halinde varolabilirler veya geçici olarak altedilebilir ya da tam anlamıyla geliştirilebilirler.**

Perhiz, çalışma ve kişinin işinin meyvelerini Tanrı'ya adaması, önceki özdeyişte gördüğümüz gibi, mükemmel yoga halini olası kılan o konsantrasyon gücüne doğru atılan ilk üç adımdır. Pozitif değerleri budur. Fakat aynı derecede önemli negatif bir değerleri de vardır. Bunlar zihnimizin içinde varolan aydınlanma ve konsantrasyonun önündeki engelleri kaldırmanın vasıtalarıdır.

"Engel" sözcüğü düşünmeye değer, çünkü vurguda bu konuda Hindu düşüncesini Hıristiyan düşüncesinden ayıran bir farklılığı ortaya koyar. Bir Hıristiyan bir "günah"tan bahsettiği zaman, genel olarak Tanrıya karşı pozitif bir itaatsizlik ve nankörlük edimini kasteder -ve "Tanrı" ile Hinduların İşvara diye adlandırdıkları evrenin Yaratıcısı ve Ebeveyni olarak uzay ve zaman içinde ortaya çıktığı şekliyle Gerçekliği kastetmektedir (Bkz. Bölüm I, özdeyiş 23). Patanjali bir "engel"den bahsettiği zaman, daha ziyade böyle bir edimin ardından gelen negatif etkiyi -yükselen ve içimizdeki Atman'ın ışığını engelleyen cehaletin toz girdabını- ima eder. Yani, Hıristiyan düşüncesi, bizden başka olan İşvara'ya karşı suçu vurgularken, Hindu düşüncesi Atman olan kendi doğamıza karşı suçu vurgular.

Aradaki fark temel değildir, fakat önemlidir. Hıristiyan yaklaşımın erdemi günahı, sevmek ve itaat etmek için her türlü nedenimizin olduğu Yaratıcımızla ilişkilendirerek günahın önemine ve büyüklüğüne dair duygumuzu yükseltmesidir. Hindu yaklaşımın erdemi ise günahın sonuçlarını nihai

yanıyla, yani içimizdeki gerçekliğe karşı yabancılaşma şeklinde sunmasıdır.

Elbette eğer doğru anlaşılmazsa her iki yaklaşımın da karakteristik tehlikeleri vardır. Hindu yaklaşımın tehlikesi, hepimizin az çok İşvara'yı hayal ettiği şekilde Atman'ı hayal etmekteki psikolojik yetersizliğimizde yatmaktadır. İşvara'ya karşı işlenen bir suç için pişmanlık hissetmek ve en azından o an için bunu tekrarlamamaya karar vermek kolaydır. Fakat aydınlatan Atman'ın önünde engeller oluşturmanın suçu kendini o kadar çabuk belli etmez, çünkü sürekli olarak Atman'ı egomuzla özdeşleştirme karmaşasına düşeriz. Mesela, bir ayyaş ya da uyuşturucu müptelası için nazikçe ve adeta onaylayarak şöyle deriz, "Kendinden başka kimsenin düşmanı değildi" ve bu ifadenin nasıl trajik bir saçmalık olduğunu kavramayız. Ancak arada sırada Temel'e ve Sığınak'a karşı bir yabancılaşma duygusu kocaman bir biçarelik dalgasıyla üstümüze gelir. ("Ne kadar uzaksın benden", diye bağırdı büyük bir aziz, "sana bu kadar yakın olan benden!") Bu nedenle Hindu günahlarını çok hafife almaktan, reenkarnasyon doktrinine dayanarak kolay bir iyimserliğe kapılmaktan sakınmalıdır. Şöyle düşünmekten sakınmalıdır, "Ne de olsa ben gerçekte Atman'ım ve önümde milyonlarca hayat var -istediğim kadar. Eninde sonunda gerçek doğamı öğreneceğim. Niye acele edeyim ki?" Augustine'in İtiraflar'ında kınadığı tavır da budur: "Ben, bedbaht genç adam, senden iffet niyaz ettim ve dedim ki, "Bana iffet ve imsak bahşet -fakat daha değil.'"

Hıristiyan yaklaşımın tehlikesi ise bunun tam tersidir. Baskın olarak ikici olan Hıristiyanlık İşvara'nın önemini vurgular ve İşvara'nın yansıması olan altta yatan, içteki Atman'ın gerçekliğini asgariye indirir. Böyle ikici düşünmenin erdemi bize kendimizi tanrıya adamayı öğretmesidir; tehlikesi ise bizi abartılı bir şekilde nefsten-tiksinmeye ve aciz bir umutsuzluğa sürükleyebilmesidir. Tanrı o kadar huşu uyandırıcı ve adildir, İsa o kadar saf ve iyi -ve biz o kadar iğrenç ve umutsuz günahkarlarız ki. Ve böylece kendimizi zayıflıklarımızla özdeşleştirerek ve bunlardan kurtulamayacağimizi hissederek,

en aşağı seviyede egoizme sürükleniriz. İlahi doğamızı ve bunun bize nefs-bilgisine doğru mücadele etmemiz için yüklediği zorunluluğu unutarak pasif bir suçluluk çamuru içinde yuvarlanır dururuz. Patanjali burada günah takıntılı Hıristiyanlara yardım edebilir. Zira onun "engel" sözcüğü bir pozitif eylem akışını ima eden iyi, doğru, duygusal olmayan bir sözcüktür. Engellerin altında yatıp kendinize acımızsınız. Onları ortadan kaldırmak için işe koyulursunuz.

"Günah" sözcüğünün kullanımı bir diğer nedenle de yanıltıcıdır. Günah sadece bir kavramın yarısıdır; cezayla tamamlanması gerekir. Bu talihsizliktir, zira göreli dünyada pekçok günah cezalandırılmamış gibi görünür. Böylece belki de Tanrının aldatılabileceği, insanın ara sıra "cinayetten yakasını sıyırabileceği" gibi ölümcül bir yanlış düşünce ortaya çıkar. Hıristiyanlık literatürü günahkarların ayrık otu gibi yayıldığı ve bu konuda hiçbir şey yapılmadığı hakkında şikayetlerle doludur. Böylece insanlar depremlerin, sellerin ve kıtlığın topluca tüm günah edimleri için Tanrının mahsus verdiği cezalar olduğu gibi batıl inançlara başvururlar. İlahi adalet hesaba gelmez, kesintili, gelişigüzel bir durum -ki bu gerçekten son kerte adaletsizliktir- olarak tasvir edilir.

"Engel" sözcüğünü kullanmak bu tür yanlış anlamaları bir anda ortadan kaldırır. Bu, ruhsal cezanın Doğanın ya da insanın verdiği cezayla karıştırılmasını önler. Eğer bir cinayet işlerseniz muhtemelen, fakat kesinlikle değil, yakalanırsınız. Eğer şehrinizi deprem hattı üstüne kurar veya barajlarınızı veya mimarinizi ihmal ederseniz muhtemelen, fakat kesinlikle değil, depreme, sele ya da kıtlığa maruz kalırsınız. Bunun günahın ruhsal sonuçlarıyla hiçbir ilgisi yoktur. Günahın tek bir ruhsal sonucu vardır, o da değişmez ve kaçınılmazdır. Aydınlanmanın önünde bir engel oluşturur -büyük ya da küçük- ve bu engel onun otomatik, kendine özgü cezasıdır; Atman'a yabancılaşma, egoyla özdeşleşme ve bunun sonucunda ortaya çıkan ıstırap. Bu ceza ona maruz kaldığımız zaman bizim için anlaşılır olmayabilir, fakat bunun etkilerinden hiçbir şekilde kaçamayız.

Eğer edimlerinizi ve düşüncelerinin Patanjali'nin görüş açısından yargılarsanız -"Bu benim aydınlanmamın önündeki engelleri arttırıyor mu, azaltıyor mu?" diye sorarak- günahların sınıflandırılabilen, tasnif edilebilen ve listelenebilen sabit değerleri olan kesin edimler olduğunu hayal etme hatasına düşmezsiniz. Değillerdir. Bir kişi için yanlış olan bir başkası için doğru olabilir -Gita'nın bize öğrettiği gibi. Hepimizin görevlerimize, sorumluluklarımıza ve o anki ruhsal durumumuza göre kendi günahlarımız ve kendi erdemlerimiz vardır. Tek yapabileceğimiz vicdanımızı yoklamamız ve ve belli bir durumdaki güdülerimizi yaşantımızın esas merkezi güdüsüyle ilişkilendirmeye çalışmaktır. Elbette yürütmede son kerte zor problemler ortaya çıkacaktır. Pek çok hata yapacağız; ve umabileceğimizin en iyisi niyetimizin doğru yönde olmasıdır.

Patanjali bize günahlarımıza, iki aşırı uç olan tembel hoşgörüyü ve beyhude tiksintiyi önleyen belli bir bilimsel uzaklıkla bakmayı öğretir. Cerrah kansere hoşgörü göstermez; onu keser atar. Fakat dehşet içinde onun karşısında sinmez de. Onu inceler. Nasıl geliştiğini ve yeni bir kanserin gelişmesinin nasıl önlenebileceğini anlamaya çalışır.

Saf kötülükten ya da sırf ahlaki ahmaklıktan dolayı günah işlemeyiz. Günahlarımızın, onları tekrarlamaya son vermeyi ummadan önce anlamamız gereken bir amacı ve bir anlamı vardır. Bunlar gerçekte gerçek doğamıza, Atman'a yabancılaşmamızın acısının belirtileridir. Bunlar kendimizi bu doğayla yeniden birleştirme çabalarıdır. Bu tür çabalar umutsuzca yanlış yönlendirilir, çünkü başlangıç noktaları egoizmin cehaletidir; bunlar bizi Gerçeklikten gittikçe daha çok uzaklaştırırlar.

Hepimiz içimizdeki Atman'ın varlığının belli belirsiz farkındayızdır. Hepimiz Atman'la mükemmel birliğin güvenliğini, özgürlüğünü ve huzurunu ararız. Hepimiz umutsuzca mutlu olmayı özleriz. Fakat cehalet bizi yanlış yönlendirir. Cehalet bize Atman'ın gerçekten içimizde olamayacağını, bizlerin bireylerden, ayrı egolardan başka bir şey olmadığımızı temin

eder. Ve böylece dış dünyanın bu sonlu ve geçici fenomenleri ortasında bu belli belirsiz kavranılan ebedi mutluluğu aramaya başlarız. Efsanevi misk geyiği gibi, gerçekte kendimizden yayılan bu hiç akıldan çıkmayan güzel koku için tüm dünyayı ararız. Tökezleriz, kendimizi incitiriz, sonsuz zorluklara dayanırız -fakat asla doğru yere bakmayız.

Milyonlarca insanı köleleştiren tiran, ihtiyaç duyabileceği miktarın bin katı para istifleyen cimri, en yakın arkadaşını satan hain, katil, hırsız, yalancı ve müptela -bütün bunlar son analizde güvenli, mutlu ve huzur içinde olmak isterler. Şiddetle veya hilekarlıkla ya da hayali düşmanlarımızı yok ederek mal biriktirmekte güvenlik ararız. Duyuları tatmin ederek, her türlü kibir ve kendini aldatma vasıtasıyla mutluluk ararız. Çeşitli uyuşturucuların sarhoşluğunda huzur ararız. Ve tüm bu edimlerde görkemli miktarda enerji ortaya koyarız. Günahın trajedisi budur. O trajik olarak yanlış yönlendirilmiş enerjidir. Cehaletimizle yanlış yönlendirilmemiş olsaydık, daha az çabayla kolayca Atman'la birliğe ulaşabilirdik.

Patanjali aydınlanmanın önündeki bütün engelleri cehaletin yarattığını söyler. (Sonraki özdeyişleri yorumlarken bu konuya daha çok değinilecektir.) Bunlar daha önce bahsedilmiş olan (Bölüm I, özdeyiş 2) güçlü eğilimler, yani samskaralardır. Bu eğilimler bizi sürekli tekrralanan günahlar işlemeye sürükler; ve böylece arzu, onur, öfke ve korkunun gücüyle bu engeller otomatik olarak büyürler. Gita bu süreci şöyle anlatır:

Duyu nesnelerini düşünmek
Seni duyu nesnelerine bağlar;
Bağlandıkça müptela olursun;
Bağımlılığının önüne geçince öfkeye dönüşür;
Kızınca zihniniz karışır;
Zihniniz karışınca deneyim dersini unutursunuz;
Deneyimi unutunca ayrım yeteneğini yitirirsiniz;
Ayrım yeteneğini yitirince yaşamın yegane amacını kaçırırsınız.

Bu engeller bir dereceye kadar, en yüksek samadhi'ye, Atman'la tam birliğe erişmemiş herkesin zihnindedir. Patanjali dört cehalet derecesini ya da durumunu şu şekilde sıralar.

Engeller potansiyel olabilir; tıpkı çok genç çocukların zaten varolan ancak hayatlarının daha sonraki evrelerinde tezahür edecek olan eğilimleri gibi. Bunun bağlantısız olmadan konsantre olmayı başaramayan ve bu nedenle Doğa güçleri içinde kaybolan (Bölüm I, özdeyiş 19) yogilerin durumu için de geçerlidir. Sonunda olması gerektiği gibi fani yaşama geri döndükleri zaman esas başarısızlıklarına neden olan engellerle karşı karşıya kalacaklardır.

Sonra zihinlerinde hala aydınlanma yolunda engeller olan, fakat sadece iz şeklinde bulunan, ruhsal arayış içinde olanlar vardır. Onların samskaraları geçmiş karmaların hızıyla işlemeye devam eder, fakat bu samskaraların gücü büyük ölçüde azalmıştır ve arayıcı bunlara karşı tetikte olduğu sürece ciddi bir tehlike sunmazlar.

Yine bu engeller cehaleti bastıran düşüncelerin ve erdemlerin geliştirilmesi yoluyla geçici olarak altedilebilir. Eğer böyle düşünceler ve erdemler geliştirmekte sebat edersek, biraz önce bahsedilen iz şeklindeki engelleri yavaş yavaş azaltırız.

Son olarak, bu engeller tam gelişmiş halde olabilirler. Bu dünyevi zihinli bütün sıradan insanların normal, trajik durumudur.

5. **Ebedi olmayanı ebedi, saf olmayanı saf, acı vereni hoş ve Atman-olmayanı Atman saymak- bu cehalettir.**

6. **Bilinci sadece bilinci yansıtanla özdeşleştirmek- bu egoizmdir.**

Patanjali'nin tanımına göre cehalet yanlış özdeşleşmedir. Kişinin gerçek doğasının yanlış anlaşılmasıdır. Eğer "Ben Patanjali ismindeki bu bedenim" derseniz, Atman-olmayanı Atman sayıyorsunuzdur. Ve başlangıçtaki bu cehalet edimi oto-

matik olarak ve anında milyonlarca benzer edime yol açacaktır. İçimizdeki Atman'ı inkar ederek onu her yerde inkar ederiz. Doğayı yanlış anlarız. Şeylerin dışsallığı üstünde durur ve evreni birlik olarak değil, çokluk olarak görürüz.

Saf, ebedi neşe ve huzur sadece Atman'la birlikte bulunur. Cehaletimiz bizi bu birlikten mahrum eder, fakat bulanık, karmaşık mutluluk özlemi kalır. Böylece mutluluğu dış dünyada aramaya yöneliriz. Bunun yerine berbat şeyleri kabullenmek ve kendimizi bunların gerçek ve geçerli olduğuna ikna etmeye çalışmak zorunda kalırız. Ebediyet yerine nispeten sürekli gibi görünene yapışırız. Saflık yerine nispeten saf gibi görünene değer veririz. Gerçek mutluluk yerine geçici olarak hoş görünene tutunuruz. Fakat tatminimiz kısa ömürlüdür. En sağlam kaleler düşer, elimizdeki en güzel çiçek solar, en temiz su acılaşır ve kirlenir. Cehalet, her zaman olduğu gibi, bizi aldatmıştır. Ne var ki üzüntüyle başka tarafa dönerken gözlerimize yeni bir duyusal bağlılık ve arzu nesnesi çarpar. Ve böylece umutsuz arayış sürer gider.

Cehaletin ana edimi bilincin kendisi olan Atman'ı zihin-bedenle -"sadece bilinci yansıtan"-özdeşleştirmektir. Patanjali'nin egoizm olarak tanımladığı budur.

"Zihin kimin buyruğuyla düşünür?" diye sorar Kena Upanişad: "Bedene kim yaşamasını emreder? Dili kim konuşturur? Gözü şekle ve renge, kulağı sese yönlendiren o şaaşalı Varlık kimdir? Atman kulağın kulağıdır, zihnin zihnidir, konuşmanın konuşmasıdır. Nefesin nefesi, gözün gözüdür. Atman'ın duyular ve zihinle yanlış özdeşleşmesinden vazgeçildiği ve Atman'ın Brahman olduğu bilindiği zaman bilge ölümsüz olur."

Batı felsefesi bilinç sorunu hakkında iki düşünce okulu üretmiştir -materyalist ve idealist. Materyalistler bilincin bir süreç içindeki bir ürün olduğuna, belli şartlar yerine geldiği zaman ortaya çıktığına ve bu koşullar varolmadığı zaman kaybolduğuna inandılar; böylece materyalist filozoflara göre bilinç tek bir cevherin malı değildir. Öte yandan idealistler bi-

lincin zihnin ürünü olduğuna inandılar ve bundan yola çıkarak zihin bilinçsiz olduğu zaman sona ermesi gerektiği sonucuna vardılar.

Modern bilim adamları ise her iki varsayımı reddetme ve varlığı her zaman bilimsel yöntemlerle saptanamasa bile evrende her zaman her yerde varolduğuna inanma eğiliminde görünüyorlar. Böylece, Vedanta'nın görüş açısına yaklaşıyorlar. Gerçekten de düşünceleri onları Hint felsefesini incelemeye yönelten bazı ünlü bilim adamları ve ilim yazarları vardır. Mesela Erwin Schödinger *What is Life* adlı kitabında şöyle yazıyor:

*Bilinç hiçbir zaman çoğul değil, sadece tekil deneyimlenir.... Çokluk fikri (*Upanişad yazarlarının bu kadar şiddetle karşı olduğu) *nasıl ortaya çıkar? Bilinç kendisini maddenin, bedenin sınırlı alanının fiziksel durumuna yakından bağlantılı ve bağımlı bulur... Şimdi, büyük bir benzer bedenler çokluğu vardır. Bu nedenle bilincin ya da zihinlerin çokluğu çok manalı bir varsayım gibi görünüyor. Muhtemelen Batı filozoflarının büyük çoğunluğu kadar, bütün basit açık yürekli insanlar bunu kabul etmiştir...Tek olası alternatif, bilincin çoğulunun bilinmez olduğu bir tekil olduğu, sadece tek bir şey olduğu ve çoğul gibi görünenin sadece, bir aldanışın ortaya çıkardığı* (Hint düşüncesindeki Maya), *bu tek şeyin bir dizi farklı cephesi olduğu deneyimini korumaktır. Aynı illüzyon bir aynalar galerisinde de ortaya çıkar ve Everest Dağı'nın farklı vadilerden görünen aynı zirve olduğu ortaya çıkar...*

Yine de hepimiz deneyim ve anılarımızın toplamının bir başkasınınkinden oldukça farklı bir birim oluşturduğuna dair tartışılmaz bir izlenime sahibizdir. Bundan "Ben" olarak bahsederiz. Bu "Ben" nedir?

Eğer bunu yakından analiz ederseniz, sanırım bunun tek bir veriden (deneyimler ve anılar) biraz fazlası olduğunu, yani bunların üstünde toplandığı tuval olduğunu ceksiniz. Ve derin bir iç gözlem yaptığınız zaman, "Ben" ile kastettiğinizin

bunların üstünde toplandığı zemin olduğunu keşfedeceksiniz. Uzak bir ülkeye gidebilir, tüm arkadaşlarınızdan uzaklaşabilir, hepsini unutabilirsiniz; yeni arkadaşlar edinir, onlarla eski arkadaşlarınızla olmadığı kadar yoğun bir şekilde hayatı paylaşırsınız. Bu yeni hayatınızı yaşarken hala eski hayatınızı hatırladığınız olgusu gittikçe daha az önemli olacaktır. "Benim genç halim," ondan üçüncü şahısta bahsedebilirsiniz, gerçekte okuduğunuz romanın kahramanı muhtemelen yüreğinize daha yakındır, kesinlikle daha canlı ve daha bildiktir. Arada bir kesinti, ölüm olmamıştır. Usta bir hipnozcu daha önceki tüm hatıralarınızı silmekte başarılı olsa bile, onun sizi öldürdüğünü düşünmezsiniz. Hiçbir durumda esef edecek kişisel bir deneyim kaybı olmamıştır... olmayacaktır da.

7. Bağlılık zevke dayanır.

8. Hoşlanmamak acıya dayanır.

Bunların her ikisi de aydınlanmanın ve hatta bir kişinin ya da nesnenin göreli bilgisi önündeki engellerdir. Körü körüne bağlandığınız veya tiksinerek baktığınız birinin karakterine tarafsız, hislerinize kapılmadan bakamazsınız. Ruhsal arayış içinde olan kişi bu dünyanın şeylerini çok sevmemelidir; fakat onlardan nefret de etmemelidir. Hoşlanmama da bir esaret şeklidir. Nefret ettiğimiz ya da korktuğumuz şeye bağlanırız. Bundandır ki bunu inceleyip çözmek yerine buna direnmeyi veya bundan kaçmayı sürdürdüğümüz sürece hayatımızda aynı sorun, aynı tehlike ya da zorluk kendini tekrar ve tekrar gösterecektir.

9. Yaşama tutunma arzusu hem cahilin hem de alimin doğasında mevcuttur. Bunun nedeni zihnin önceki pekçok enkarnasyondan gelen ölüm deneyimini muhafaza etmesidie.

Genedoğumu öğretisi elbette Hinduizm ve Budizm'de ortaktır; ve bu sonunda reddedilse de Hıristiyanlığın ilk döneminde kabul edilmiştir. Buradaki yorumda (Bölüm I, özdeyiş 2,18 ve 19) buna zaten değinildi, fakat bunu daha detaylı irdelememiz gerekiyor.

Prakriti Brahman'ın, Gerçekliğin gücü veya etkisi olarak tanımlanmıştır (I, 17). Başka bir deyişle, nesnel, uzay-zamansal bir evren illüzyonu (Sanskritçe'de maya) Gerçekliğin kendisi tarafından yansıtılır. Bu nedenle, bundan Prakriti ve Brahman'ın birlikte varolması gerektiği ve Brahman gibi Prakrit'nin de başlangıcı olmadığı ve sonunun olmayacağı sonucu çıkar. Prakriti bir evren ağı örmeye, bu ağı kendi içine çekmeye ve ağı tekrar ve tekrar sonsuza dek örmeye devam edecektir.

Aynı zamanda evrenin içinde bir başka süreç de işler. Zira kendini kavramaya doğru, cansızdan canlıya, bitkiden hayvana, hayvandan insana doğru, binlerce, hatta milyonlarca doğum, ölüm ve yeniden doğum boyunca, yavaş yavaş mücadele etmek bireysel ego duygusunun doğasıdır. Taşın içindeki Atman insanın içindekinden daha az değildir. Fakat bir taş taş olarak kaldığı sürece kendisini asla Atman olarak bilemez. Nihayet insanlığa ulaşana dek daha yüksek biçimlere tekamül etmesi gerekir, zira ancak insan zihin-bedeni içinde bireysel ego gerçek doğasını bilebilir ve böylece genedoğum (reenkarnasyon) döngüsünden kurtulabilir.

Tam bilince doğru yapılan bu muhteşem yolculuk boyunca birey karma yasasına maruz kalır. Arzuları ve edimleri ilerlemesinin hızını belirler. Aydınlanmaya giden yoldaki engelleri kendi yapar ya da kaldırır. Hali hazırdaki durumu sürekli olarak geçmiş karmalarla koşullanır veya sürekli gelecek karmalar üretir. Ölüm bu süreci kesintiye uğratmaz. Yeniden doğuş da öyle. Birey sadece yeni bir beden, bir zihin, bir karakter ve zaman içinde belli bir andaki karmik dengesinin toplamını ifade eden sosyal çevreyle yeniden doğar.

Genedoğum öğretisi çoğu insan için son kerte nahoştur çünkü bu her birimizi hali hazırdaki durumundan doğrudan sorumlu kılar. Hiçbirimiz bu sorunla yüzleşmeyi sevmeyiz ve bazılarımız Tanrı'yı veya ebeveynlerimizi ya da varolan politik sistemi suçlamayı tercih ederiz. Eğer genedoğumu reddeder ve bunun ilk doğuşumuz olduğunu iddia edersek, gerçekte durumumuzun sorumluluğunu almayı reddediyoruzdur; bu

da mantıksal olarak bu durumu Tanrı'nın takdir etmiş ya da kalıtım veya çevrenin etkisiyle ortaya çıkmış olması gerektiği sonucuna varır. Böylece -eğer fiziksel ya da ekonomik olarak imtiyazsız doğmuşsak- tüm hayatımızı küserek ve kaderimize küfrederek ve kendi zayıflıklarımız ve başarısızlıklarımız için sürekli bahane bularak harcamamıza yol açan daimi bir şikayet halinde yaşarız.

İlk başta bu denli meşum ve zalimce görünan bu genedoğum öğretisi gerçekte evrenin düzenine ve adaletine karşı derin bir inanca delalet eder. Eğer şu anki müşgül durumumuzu oluşturan -Tanrı veya ebeveynlerimiz ya da hemcislerimiz değil- bizsek, onu değiştirecek olan da bizizdir. Kendimize acımak için hiçbir bahanemiz ve umutsuzluğa kapılmak için hiçbir nedenimiz yoktur. Çaresizce mahkum değilizdir. Doğum öncesi gizemli bir lanete uğramamışızdır. "Hata, sevgili Brutus, yıldızlarımızda değil..." Tüm ihtiyacımız olan mücadeleyi bırakmamak için cesaret ve azimdir.

Bazen Karma Yasasının işleyişi bizim için oldukça açıktır - en azından geçmişi düşününce. Dönüp yaşantımıza baktığımızda, karakterimizdeki belli bir eğilimin farklı koşullar altında nasıl aynı durumu yarattığını görebiliriz. Bu nedenle karmanın görünürde şansın yönettiği deneyim alanlarında da işlev gördüğünden şüphelenmemiz gerekir. Gerçekten de bilim yaşamın bu aşikar karmaşasının ortasında yeni neden sonuç silsileleri bulmaya devam ediyor. Mesela, psikologlar şimdi bize pekçok "kaza"nın hiç de tesadüfi olmadığını, fakat bir kolun ya da bacağın kırılması pahasına bile olsa, hoş olmayan bir sorundan kaçmak için duyulan bilinçaltı bir arzunun savunması olduğunu söylüyorlar. Aynı şekilde, gerçek fiziksel hastalık semptomları, önceleri ileri sürüldüğü gibi sadece şanssız bir şekilde "bir mikrop kapma" nedeniyle değil, fakat duygusal bir gerilimin doğrudan sonuçları olarak ortaya çıkabilirler.

Yukarıdaki özdeyişte Patanjali sadece genedoğum olan inancını doğrulamakla kalmıyor, fakat aynı zamanda bunun

bir kanıtını da sunuyor. Eğer daha önce hiç deneyimlememişsek ölümden nasıl bu kadar çok korkabiliyoruz?

Bir tavuğa yetişkin ördeklerin olmadığı bir çiftlikte kuluçkaya yatması için ördek yumurtaları verilir. Yumurtaların kabukları kırılır kırılmaz ördek yavruları suya yönelir ve yüzmeye başlarlar. Bunu onlara kim öğretmiştir? Anne tavuğun olmadığı kesin. Onları suda gören tavuk boğulacaklarını düşünerek çılgın gibi bağırır. Biz ördek yavrularının yüzmeyi "içgüdüsel" olarak bildiğini söyleriz. İçgüdüsel olarak da ölümden korkarız.

İçgüdü nedir? Günümüz Amerikan sözlüklerinden birine göre, içgüdü "belli bir biyolojik tür için ortak olan doğuştan gelen bir faaliyet ve tepki örneğidir". Yoga filozoflarına göre bu "karmaşık akıl"dır -yani bilinçaltı haline gelen deneyimdir. Her iki tanım da bir deneyimin anısını şart koşar -ya bir türde kalıtım boyunca aktarılan ya da bir dizi doğum boyunca bir birey tarafından taşınan bir anıyı.

Kalıtımcı elbette genedoğum reddedecektir. Yoga filozofu, karmaları tarafından bir ördek olarak yeniden dünyaya gelmeye zorlanan birey, yüzme bilgisi de dahil olmak üzere bir ördeğin niteliklerini "miras almalıdır". Böylece insanın ölüm korkusunun açıklanması konusunda "içgüdü" sözcüğünün pek yardımı olmaz.

Bu genedoğum "kanıtı" (Patanjali daha sonra başkalarını da ileri sürecektir) başka bir nedenle de tatminkar değildir - neden ölüm korkumuz mutlaka hatırlanan deneyime bağlı olsun ki? Farzedelim daha önce bir ölüm deneyimimiz hiç olmadı, bu herşeyi daha da dehşet verici kılmaz mı? Tümüyle bilinmez olandan daha korkutan bir şey var mıdır? "Fakat ölmek," diye bağırır Shakespeare'in Claudio'su, "ve hiç bilmediğimiz bir yere gitmek...!"

Ancak yanıtın tümü bu değildir. Ve belki de Patanjali'nin ölümün anısı vasıtasıyla genedoğum kanıtlaması doğrulanabilir. Brihadaranyaka Upanişad'dan şu bölümü düşünün:

İnsanın iki hali vardır -bu dünyadaki hali ve sonraki dünyadaki hali; rüyaya benzetilebilecek olan, bu ikisi arasında üçüncü bir hali daha vardır. Bu ara haldeyken diğer iki haldeki, bu dünyadaki ve sonraki dünyadaki halleri deneyimler; ve bu nedenle de tavrı şöyledir: Öldüğü zaman sadece geçmiş edimlerinin izlerinin kaldığı gizli bedende yaşar ve Atman'ın ışığıyla aydınlanmış olan bu deneyimlerin farkındadır. Atman'ın saf ışığı ona ışık sağlar. Böylece bu ilk hali ya da dünyadaki yaşamı bu ara halde deneyimler. Yine bu ara haldeyken ona gelecek kötülükleri ve hayırları önceden görür, zira bunları yeryüzündeki iyi ve kötü davranışları ve bu davranışların ortaya çıkardığı karakteri belirler. Bunun içindir ki ikinci hali ya da gelecek olan dünyadaki yaşamın halini bu ara halde deneyimler.

Bu tanımlamaya göre, bu "ara hal", bir bireyin kendisini sezdiği ve kaçınılmaz olarak bu dünyada veya başka bir yerdeki sonraki doğumunda ortaya çıkarmaları gereken sonuçlarıyla birlikte geçmiş edimlerini gözden geçirmeye zorlandığı bir tür açık ölüm-sonrası aradır. Hala yabancı olduğu Atman'ın net, amansız ışığında kendinden ne yaptığını görür. Açıktır ki çoğumuz için bu deneyim çok küçültücü ve acı vericidir. Elbette böyle bir anda, cisimlenmiş yaşamlarımızda asla hayal etmediğimiz bir yoğunluğun utancını, dehşetini ve pişmanlığını hissetmemiz gerekir.

Bu nedenle, eğer "ölüm deneyimi" terimine ölümle yeniden doğum arasındaki bu ara hal deneyimini dahil edersek, ölümün bilinçaltı anısının neden bizi içgüdüsel bir dehşetle- bilinmeyenin dehşetinden daha büyük bir dehşetle- doldurması gerektiğini anlamamız çok daha kolaydır. Ancak aydınlanmış bir aziz ölüm korkusundan tümüyle azat olabilir, çünkü onun için bu ara hal artık ihtimal değildir. O zaten bu dünyada duyular dünyasına "ölmüştür". Ve bir insan ruhsallıkta geliştikçe ölüm korkusu gittikçe azalır. Bu Patanjali'nin genedoğum kanıtını destekler görünmektedir.

Her durumda -ve kaynağı ne olursa olsun- ölümü yok

saymak ve yaşama tutunma arzusu kesinlikle aydınlanmanın önündeki en büyük engellerden biridir. Yaşama tutunmak normal duyu bilincine tutunmak, böylece Atman'ın bilindiği üstbilinçten sakınmaktır.

10. Bu engeller izleri kalacak şekilde azaldığı zaman, ilk nedenlerine ayrıştırılarak yok edilebilirler.

11. Tam gelişmiş hallerindeyken meditasyon vasıtasıyla altedilebilirler.

Bu iki özdeyişin sırasının ters olduğunu düşünmek daha kolay olabilir; çünkü aydınlanmanın önündeki engellerin önce tam gelişmiş ya da kaba hallerindeyken (bkz. Bölüm II, özdeyiş 4) altedilmeleri gerekir. Bunu yapmak kirli bir bez parçasını yıkamaya benzer; önce kir sabunla yumuşatılmalı, sonra temiz suyla akıtılmalıdır. "Sabun", bu bölümdeki ilk özdeyişin yorumlanmasında irdelenen "yogaya doğru ilk adımları" (perhiz, çalışma ve kişinin çalışmasının meyvelerini Tanrı'ya adaması) temsil ediyor. "Su" meditasyon çalışmasını temsil ediyor. Eğer zihin "bezi" doğru dürüst temizlenecekse "sabun" ve "suyun" her ikisi de vazgeçilmezdir. Biri diğeri olmadan etkili bir şekilde kullanılamaz.

Engeller tam gelişmiş hallerindeyken altedildikleri zaman, eğilimler (samskara) şeklinde hala iz olarak varolurlar. Bu eğilimler ancak zihin kendi nedenine, yani zihnin yansıtıldığı Prakriti haline çözüldüğü zaman yıkılır. Elbette bu samadhi'ye girme sürecidir (bkz.bölüm I, özdeyiş 41-51).

12. Bir insanın gizli olarak varolan eğilimlerini geçmiş düşünce ve edimleri yaratmıştır. Bu eğilimler hem bu yaşamda hem de gelecek yaşamlarda meyve verecektir.

13. Neden varolduğu sürece meyve verir -yeniden doğuş, uzun ya da kısa bir yaşam ve zevk ve acı deneyimleri gibi.

14. Zevk ve acı deneyimleri erdem ve hatanın meyveleridir.

15. Fakat ruhsal ayrım yapan kişi tüm bu deneyimleri acı verici sayar. Zira hali hazırdaki zevkten hoşlanma bile acı vericidir, çünkü onu kaybetmekten korkarız. Geçmişteki zevk acı vericidir, çünkü bunların zihinde bıraktığı izlenimlerden yenilenmiş arzular ortaya çıkar. Ve herhangi bir mutluluk eğer sadece ruh hallerimize bağlıysa nasıl sürebilir ki? Zira sürekli savaşan gunaların biri ya da diğeri zihnin kontrolünü ele geçirdiği için, bu ruh halleri sürekli değişir.

Karma Yasasının işleyişleri (bkz. bölüm I, özdeyişler 2, 18-19) ve gunaların doğası ve işlevleri tam olarak tanımlandı. (bkz. Bölüm I, özdeyiş 17). Patanjali burada bizi, sırf sonuçları açık olmadığı için bazı düşünce ve edimlerimizin hiçbir sonucu olmadığını ve olmayacağını hayal etmeye karşı uyarır. Edimlerimiz uygun zamanda meyve verecek olan -belik gelecek yaşamlarımızın uzunluğunu ve koşullarını belirleyen -gizli eğilimler yaratmıştır. Erdem edimleri "hoş" olarak tanımlanabilecek sonuçlar yaratır; fakat "hoş" ve "acı verici" sadece göreceli terimlerdir. "İyi" ve "kötü", "sıcak" ve "soğuk", "mutlu" ve "mutsuz" gibi, bunlar da, Gita'nın anlatımında dış dünyaya dair deneyimimizin görünürdeki çelişkilerini oluşturan "zıtlar çiftinden" biridir. Ruhsal ayrım yapan kişinin görüş açısından tüm deneyim acı vericidir, zira bizi dünyaya bağlar ve duyusal arzularımızı yeniler. Tek gerçek mutluluk Atman'la birlik olmaktadır. Tüm diğer "mutluluklar" göreceli ve geçici, bu nedenle de sahtedir.

16. Gelecek olan acıdan kaçınılabilir.

Üç tür karma vardır: zaten yaratılmış ve gelecekteki bir yaşamda meyve verecek şekilde depolanmış olan karma, şu anda meyvesini veren geçmiş ya da önceki bir yaşamda yaratılan karma ve şimdi düşünce edimlerimizle yaratma sürecinde olduğumuz karma. Bunların içinde zaten varolan karmalar kontrolümüzün dışındadır; sadece kendi kendilerine hallolana kadar bekleyebilir ve sabır ve cesaretle meyvelerini kabul edebiliriz. Fakat şimdi yaratılan karmadan -"gelecek

olan acıdan"- kaçınılabilir. Edimde bulunmayı kesmeden -istense bile bu olanaksız olurdu- fakat kişinin kendisi için edimin meyvelerini arzulamayı kesmesiyle. Eğer edimin meyvelerini Tanrı'ya adarsak karma çarkını geriye çevirir ve böylece acısından kaçınırız.

17. Bu acıya deneyimleyenin deneyimlenen nesneyle sahte özdeşleşmesi neden olur. Bundan kaçınılabilir.

"Deneyimleyen" Atman'dır, gerçek doğamızdır. "Deneyimlenen nesne" zihin ve duyular da dahil olmak üzere görünen dünyanın toplamıdır. Gerçekte tek başına Atman, "Zamansız Olan", ebediyen özgür olan vardır. Fakat, içinde bulunduğumuz bu kötü halin gizemi olan maya'yla bu sahte özdeşleşme nedeniyle, Atman ortaya çıkan ve zihni bozan tüm düşünce dalgalarına maruz kalan bireysel egoyla karıştırılır. Bu nedenledir ki "mutsuz" olduğumuzu ya da "mutlu", "kızgın" ya da "arzulu" olduğumuzu hayal etmemizin nedeni budur. Gita bize gerçekte durmun böyle olmadığını hatırlatır:

Aydınlanmış ruh...
Her zaman şöyle düşünür: "Ben hiçbir şey yapmıyorum."
Ne görürse görsün,
Ne duyarsa, neya dokunursa, ne koklarsa, ne yerse yesin...
Şunu hep bilir:
"Ben görmüyorum, ben duymuyorum:
Duyulardır gören ve duyan
Ve duyuların nesnelerine dokunan."

Deneyimleyen sahte bir şekilde deneyim nesnesiyle özdeşleştikçe Atman'ı, gerçek doğamızı bilemeyiz. Deneyimin köleleri olduğumuza inanarak esaret içinde kalırız.

"Bir hikaye vardır," diye yazar Swami Vivekananda, *"bir keresinde tanrıların kralı İndra çamurun içinde yuvarlanan bir domuz haline geldi; dişi bir domuzu ve pekçok bebeği vardı ve çok mutluydu. Sonra kimi tanrılar halini gördüler ve ona şöyle dediler: "Sen tanrıların kralısın, bütün tanrılar se-*

nin kumandan altında. Neden buradasın? Fakat Indra şöyle dedi, "Boşverin; ben burada iyiyim; bu dişi domuza ve bebeklere sahipken cennet umrumda değil." Zavallı tanrılar ne yapacaklarını bilmediler. Bir süre sonra, bütün domuzları birbiri ardına öldürmeye karar verdiler. Hepsi öldüğü zaman Indra ağlayıp yas tutmaya başladı. Sonra tanrılar onun domuz-bedenini yarıp açtılar ve Indra dışarı çıktı ve nasıl çirkin bir rüya gördüğünü anlayınca gülmeye başladı; o, tanrıların kralı bir domuz olmuş ve domuz yaşamının tek yaşam olduğunu mu düşünmüştü? Sadece bu kadar da değil, tüm evrenin domuz hayatına girmesini istemek! Atman kendini doğayla özdeşleştirdiği zaman saf ve sonsuz olduğunu unutur. Atman sevmez, onun kendisi sevgidir. O varolmaz, onun kendisi varoluştur. Atman bilmez, o kendisi bilgidir. Atman'ın sevdiğini, varolduğunu ya da bildiğini söylemek bir hata olur. Sevgi, varoluş ve bilgi Arman'ın nitelikleri değil, fakat onun esasıdırlar. Bunlar birşeye yansıdıkları zaman, o şeyin nitelikleri olarak adlandırılabilirler. Bunlar Atman'ın, kendi ihtişamı içinde doğmayan ve ölmeyen Ebedi Varlığın nitelikleri değil, fakat esasıdır. Bu o kadar yozlaşmış görünür ki eğer ona "Sen bir domuz değilsin," demek için yaklaşırsanız bağırıp ısırmaya başlar."

Bu domuz-olmayan-domuz arada sırada çok tehlikeli bir hayvan olabilir. Doğamızda tamasın gücü o kadar büyüktür ki rahatsız edilmekten nefret ederiz. Yeni bir fikirden iğreniriz, özellikle bu yaşantımızda bir değişiklik yapmamız gerekeceğine delalet ediyorsa. Ve ruhsal öğretmenler gelip bizim domuz değil, Tanrı olduğumuzu söyleyince onlara eziyet edip cefa vermek eğilimindeyizdir.

18. Deneyimin nesnesi üç gunadan oluşur - aydınlanma prensipleri (sattwa), faaliyet (rajas) ve atalet (tamas). Bunlardan -zihin, duyular vs. gibi- bilgi vasıtaları ve -fiziksel elementler gibi- algılanan nesnelerle birlikte tüm evren tekamül eder. Evren deneyimleyenin onu deneyimleyebilmesi ve böylece özgürleşmesi için vardır.

Bu özdeyişin son satırı tüm kitaptaki en önemli satırlardan biridir. Bu Patanjali'nin domuz-insanlara, çamurda yuvarlanmak isteyenlere yanıtıdır.

Son analizde tüm duyusal deneyimin acı verici olduğu söylendiği zaman, domuz-insanlar alay edip kızarlar. Böyle bir felsefeyi korkakca ve ruhsuz bulurlar. İnsan zevkten korkmamalı diye bağırırlar; sonuçları ne olursa olsun uçup giden anı yakalamalı ve ondan zevk almalıdır. *"Şaaşalı bir yaşamın dolu dolu bir saati isimsiz bir ömre değerdir"* diyen şiirlerden (zira en iyi şairlerin çoğu domuz-şiiri yazar) beğenerek alıntı yaparlar ve Patanjali yaşlı oyunbozan ürkek ninedir.

Bu suçlamayı Patanjali şöyle yanıtlar: "Gerçekte korkan sizsiniz. Deneyimden çekinen sizsiniz. Zevkleriniz hakkında o kadar çok konuşuyorsunuz, yine de Zevk hakkında hiçbir şey bilmiyorsunuz. Hiç onun doğasını anlamaya çalışmıyorsunuz. Duyusal-deneyim evreni büyük bir kitaptır; ve onu sonuna kadar muhakeme ederek okuyan kişi nihayet Atman'dan başka bir şey olmadığını bilecektir. Hiçbir deneyim boşuna değildir, bu kitabın hiçbir sayfası, okuyucu ondan bir şey öğrenmesi ve bunu başkasına aktarması şartıyla, fuzuli değildir. Fakat asla öğrenmiyorsunuz. Asla aktarmıyorsunuz. Tek kelime anlamadan okuyan yarı uykulu bir adam gibi aynı anlamsız deneyimi tekrarlayarak aynı sayfayı tekrar ve tekrar okuyorsunuz."

Bir Hint deyişi vardır: "Arı bal emmeye geldi, fakat ayakları içine yapıştı." Yaşantımızı sürekli bir anlam arayışı, gerçekle gerçek olmayan arasında bir ayrım yapma egzersizi olarak görürsek, ancak bu arının kaderinden kaçınabiliriz. Bu ruh içinde, hem hoş hem acı verici her türlü deneyimi memnuniyetle karşılarız ve bu asla bize zarar vermez. Zira Gerçek evrendeki her nesnenin ve her deneyimin içinde, her yerde gizli yatar. Görünürde ne kadar önemsiz olursa olsun, gün boyunca başımıza gelen herşey, bizi daha geniş ruhsal bilgiye ve nihayetindeki kurtuluşa yöneltebilecek olan küçük bir ipucu verir.

19. **Gunalar dört aşamadan geçer -kaba, ince, ilk ve gelişmemiş.**

Burada Patanjali ilk bölümdeki 17.özdeyişin yorumlanmasında açıklananları özetler. Evren sadece potansiyel halinde varolduğu zaman gunalar mükemmel bir denge halindedir ve halleri gelişmemiş ya da "izsiz" olarak tanımlanır. Evren tekamül etmeye ve guna-dengesi bozulmaya başlayınca, kozmik ego-duygusunun, mahat'ın doğduğunu görürüz. Bu hal ilk ya da "gösterilen" olarak tanımlanır. Tekamülün sonraki aşamasında gunalar şeylerin iç esasını ve zihni oluşturan bileşimlere girdikleri zaman bu hal ince ya da "belirlenmemiş" olarak tanımlanır. Ve nihayet evren dış, fiziksel tezahürüne ulaştığı zaman gunaların bu hali kaba ya da "belirlenmiş" olarak tanımlanır. (Bu teknik terimleri İngilizce'ye çevirmedeki zorluk nedeniyle her durumda alternatif bir çeviri verilmiştir.)

20. **Atman -deneyimleyen- saf bilinçtir. Zihnin değişen renklerini alıyor gibi görünür. Gerçekte ise değişmezdir.**

21. **Deneyim nesnesi yalnızca Atman'ın amacına hizmet etmek için vardır.**

22. **Kurtuluş aşamasına ulaşan kişi için deneyim nesnesi gerçek olmasa da, tüm diğer varlıklar için gerçek kalır.**

23. **Hem Prakriti hem de Atman'ın gerçek doğasının bilinebilmesi için Atman -deneyimleyen- Prakriti ile özdeşleşmiştir.**

24. **Bu özdeşleşmeye cehalet neden olur.**

25. **Cehalet yıkıldığı zaman bu özdeşleşme de son bulur. O zaman esaret biter ve deneyimleyen bağımsız ve özgür olur.**

Bu özdeyişler ilk bakışta paradoks bir düşünceyi ifade ediyor gibi görünüyor. Patanjali, her ikisinin gerçek doğasının bilinebilmesi için deneyimleyen deneyim nesnesiyle özdeşleşir

dediği ve sonra da bu özdeşleşmeye cehaletin neden olduğunu eklediği zaman bir şaşkınlık duyarız. Şaşarız çünkü Patanjali bu cehaleti kabul ediyor ve hatta bir şekilde onaylıyor gibi görünür. Cehalet istenmeyen bir şey değil midir? Atman'a hiç yabancılaşmamış olsaydık, gerçek doğamızın farkında olmayı hiç kesmemiş olsaydık çok daha iyi olmaz mıydı? Bu bir mahpusun, bir suç işlememiş olsaydı hiç hapse girmeyeceği gerçeğini görmezden gelerek halinden memnun bir halde, "Bu hapis sonunda ondan çıkabilmem için var," demesine benzer.

Yine de bu hissettiğimiz şaşkınlık sadece aynı cehaletin bir başka ürünüdür. Maya'ya kök salmış olan bizler mayayı anlamayı ya da o küçük göreceli, etik standartlarımızla onun esaretinin "adaletini" ya da "adaletsizliğini" yargılamayı umut edemeyiz. Kesin olarak bildiğimiz tek şey şudur: kurtuluşa ulaşan büyük azizler verdikleri mücadeleye pişmanlık ya da acı ile bakmamışlardır. Maya'ya dehşetle bile bakmamışlardır; daha çok bunu büyüleyici ve eğlendirici bir oyun olarak görürler. Özgürlük için verdikleri bu uzun savaştan haz alırlar. Swami Vivekananda yaşamının sonuna doğru şöyle yazmıştır: *"Doğduğuma memnunum, ıstırap çektiğime memnunum, büyük hatalar yaptığıma memnunum, huzura erdiğime memnunum."* Atman-Prakriti ilişkisinin görünürdeki paradoksuyla yüzleşince doğal olarak şüphe ve karmaşaya düşeriz. Fakat vaktimizi muhakeme edip felsefe yaparak harcamak yerine, gözlerimizi bu yolculuğun sonuna ulaşıp onları izlememiz için bize işaret eden o müthiş şahsiyetlere odaklamamız çok daha iyi olacaktır. Onların zaferi bizim bir şekilde her şeyin en iyisi için olduğuna temin olmamızdır.

26. Cehalet, hiçbir yanılsama izi kalmayana dek, Atman bilgisine uyanarak ortadan kalkar.

27. Deneyimleyen bu bilgiyi, en yükseğine doğru ilerleyerek, yedi aşamada kazanır.

Mükemmel Atman bilgisinin kazanıldığı bu yedi aşamanın şunlar olduğu söylenir:

a. Tüm ruhsal bilgelik kaynağının içimizde olduğunun, Cennet Krallığının içimizde olduğunun kavranması. Swami Vivekananda'nın söylediği gibi: *"Orada burada, tapınaklarda ve kiliselerde, yerde ve göklerde uzun uzun aradıktan sonra nihayet, başladığınız yerden çemberi tamamlayarak kendi ruhunuza geri döner ve tüm dünyayı onun için aradığınız, onun için ağladığınız ve kiliselerde ve tapınaklarda dua ettiğiniz, bulutlarla örtülü gizemlerin gizemi olarak baktığınız O'nun yakının en yakınında olduğunu, kendi Nefs'iniz olduğunu, yaşamınızın, bedeninizin ve ruhunuzun gerçekliği olduğunu keşfedersiniz."**

Bunlar yüreğimizin hemen yanıt verebileceği heyecanlandırıcı sözlerdir; fakat bunların gerçekliğini kavramaya kolayca ulaşılamaz. Bunu entellektüel bir önerme olarak kabul etmek yeterli değildir. Dini duygu veya geçici içgörü anlarında buna şöyle bir dokunmak yeterli değildir. İçimizdeki Atman'ın varlığının sürekli olarak farkında oluncaya dek bu ilk aşamaya ulaştığımızı iddia edemeyiz. Bunun farkında olduğumuz zaman aynı zamanda hiç şüphe duymadan, bunu engelleyecek hiçbir dış engel ortaya çıkamayacağı için Atman'la birleşmenin mümkün olduğunu biliriz.

b. Acının durması. Bizim gördüğümüz şekilde acıya dış evrenin fenomenlerine bağlanmamız ya da bunlardan nefret etmemiz neden olur. Zihin içe, Atman bilgisine doğru döndükçe bu bağlılıklar ya da nefretler güçlerini yitirirler. Gita'dan şu ifadeyi aktarmıştık: "Yoga acıyla teması kesmektir."

c. Samadhi- Atman'ın tam kavranışı ve onunla birleşme. Nesnel evren kaybolur. Atman tam varoluş, bilinç ve sevinç olarak deneyimlenir. Bu deneyimde tüm bireysel ayrılık ve farklılaşma ortadan kalkar. Şankara'nın *Crest-Jewel of Discrimination'ında* samadhi'ye ulaşan mürit şöyle bağırır: *"Zihnim Brahman okyanusunun enginliğine bir dolu tanesi gibi*

---

* Swami Vivekananda'ın Vedanta Öğretisini inceleyen kitapları yayınlarımız arasında çakmıştır: *Maya ve Yanılsama, Kendinize Güvenin* (Okyanus Yayınları)

düştü. Onun bir tek damlasına değince eridim ve Brahman'la bir oldum. Ve şimdi, insan bilincine geri dönmüş olsam da Atman'ın sevinci içinde yaşıyorum. Bu evren nerede? Onu kim alıp götürdü? Başka birşeyin içinde mi eridi? Bir süre önce onu seyrediyordum -şimdi ise artık yok. Bu gerçekten harika! İşte sonsuz sevinçle dolu Brahman okyanusu. Herhangi birşeyi nasıl kabul edebilirim ya da reddedebilirim? Brahman'dan ayrı bir şey var mı? Şimdi nihayet açıkça doğası ebedi sevinç olan Atman olduğumu biliyorum. Hiçbir şey görmüyorum, hiçbir şey duymuyorum, benden ayrı hiçbir şey bilmiyorum."

d. Bir insan samadhi'den çıktığı zaman nesnel evren bilincine geri döner; fakat bu bilinç hepimizin deneyimlediği tür bilinçten farklıdır. Samadhi'ye ulaşmış olan dış dünyanın sadece bir görüntü olduğunu bilir. Şankara'nın ifadesiyle, "bu ve bu değil". Aydınlanan kişi dış dünyayı artık Atman'la özdeşleştirmez. Bunun sadece Atman'în bir yansıması olduğunu görür -tümüyle gerçek dışı da değildir, zira bu Gerçeklik tarafından yansıtılır, yine de bir aynadaki imge gibi maddeden ve bağımsız varoluştan yoksundur.

Bu aşamada insan artık hiçbir dünyevi görev ya da yükümlülükle bağlı olmadığını bilir. Gita'nın söylediği gibi, "edimleri ondan dökülür". Elbette bu samadhi'ye ulaşan kişinin ondan sonra hiçbir şey yapmayacağı anlamına gelmez. Tersine, büyük azizlerin çoğu çok faal olmuşlardır, özellikle başkalarına öğretme konusunda. "Onlar," diyordu Sri Ramakrişna, "okyanusu sadece kendileri geçmekle kalmayan, fakat pekçok yolcuyu karşı kıyıya da geçiren buharlı gemiler gibidir." Fakat aydınlanmış azizin edimleri sıradan insanın edimlerinden farklıdır, çünkü onlar her hangi bir bağlılık ya da bencilce arzuyla güdülenmezler. Bunlar kelimenin tam anlamıyla gönüllü edimlerdir. Geri kalanlarımız için edim sadece kısmen gönüllüdür; her zaman geçmiş karmalarımız ve duyular dünyasındaki hali hazırdaki meşguliyetlerimiz nedeniyle bir zorlama unsuru içerirler. Bu nedenle, bir azizin tavrını anlamak çoğunlukla bizim için zordur; bizim alışık olduğumuz

zorlamalara maruz olmadığı için tuhaf, keyfi veya kaprisli görünür. Bir keresinde büyük bir öğretmenden İncil'de geçen en gizemli edimlerden biri olan İsa'nın meyvesiz incir ağacını lanetlemesini açıklaması istendi. "Bir İsa ol," diye yanıtladı öğretmen gülümseyerek, "o zaman neden böyle yaptığını anlarsın."

e. *Bundan sonra hem zihnin hem de nesnel dünyanın deneyimleyene hizmetlerine son verdikleri kavrayışı gelir.* Zihin araçtı ve deneyim nesnesi dünyası da deneyimleyenin gerçek doğasını, Atman'ı öğrendiği vasıtaydı. Zihin zihni aşmak için kullanılıyordu, tıpkı bir merdiveni "aşmak" için bir merdiven kullandığımız gibi. Bir kez merdivenin dayandığı pencerenin eşiğine ulaştığımızda merdiven itilebilinir; artık ona ihtiyacımız yoktur.

f. Şimdi zihnin içinde biriktirilen izlenimler ve gunalar "dağın tepesinden asla dönmemek üzere düşen kayalar gibi" (klasik yorumculardan birinden alıntı) ebediyen düşüp giderler.

g. Ve böylece son aşamaya ulaşılır -Atman'la birlik içinde bir dışsal varoluş haline. Artık samadhi'den kısmi duyusal bilince geri dönüş yoktur, artık zihinle özdeşleşme yoktur. Vivekananda'nın sözleriyle "evrende yalnız olduğumuzu, ne bedenin ne de zihnin bizimle birleşmek bir yana, ilgili bile olmadığını kavrarız. Onlar kendilerince işlev görüyordu ve cehalet vasıtasıyla biz kendimizi onlarla birleştirdik. Fakat bizler yalnızdık, herşeye gücümüz yeterdi, her yerde mevcuttuk, her zaman kutsaldık; Atman'ımız o kadar saf ve mükemmeldi ki başka hiçbir şey istemedik; evrende bilgimiz önünde ihtişamlı olmayan hiçbir şey olamaz. Bu son aşama olacaktır ve Yogi asla bir daha acı hissetmemek, asla bir daha aldanmamak, asla bir daha bedbaht olmamak üzere huzurlu ve sakin olacaktır. Her zaman kutsandığını, her zaman mükemmel, her şeye kadir olduğunu bilecektir. "

28. Ruhsal öğretileri -yoganın "kolları"- uygulayarak saflığı bozan herşey ortadan kaldırılır kaldırılmaz, kişinin ruhsal görüşü ışık-veren Atman bilgisine açılır.

Patanjali şimdi yoganın sözde "kollarının" -zihni saflığını bozan şeylerden temizlemek için gözetmemiz gereken çeşitli kural ve uygulamaların- detaylı bir tanımını vermeye başlıyor. Saflığı bozan bu unsurları -Atman bilgisinin önündeki engelleri- kaldırmak ruhsal öğretilerin tek amacıdır. Zira bu bilginin aranması gerekmez. O zaten içimizdedir -dış dünyadaki deneyimlerden ve kitaplardan kazanılması gereken dünyevi bilginin tersine. Engeller kalktığı zaman her zaman mevcut olan Atman derhal kendini açığa vurur.

29. Yoganın sekiz kolu şunlardır: kötülük-yapmadan (yama) uzak durmanın çeşitli biçimleri, uyulması edilmesi gereken çeşitli davranışlar (niyama), duruş (asana), prana'nın kontrolü (pranayama), zihnin duyu-nesnelerinden çekilmesi (pratyahara), konsantrasyon (dharana), meditasyon (dhyana) ve Atman'ın içine dalma (samadhi).

30. Yama başkalarını incitmekten, yalandan, hırsızlıktan, iffetsizlikten ve hırstan uzak durmaktır.

Düşüncelerimiz, sözlerimiz ve edimlerimiz başka varlıklara hiçbir zarar veya acı vermeyecek şekilde yaşamalıyız. Olumlu anlamda bu herşeye karşı sevgi beslememiz ve herkesin içindeki tek Atman'ı görmeye çalışmamız gerektiği anlamına gelir. Kendimizi insan ırkının hizmetkarları olarak düşünmeli ve bize ihtiyacı olanların emrinde olmaya hazır olmalıyız. Ancak bu başkalarının suç işlemesine yardım ederek onların kötü amaçlarına alet olmamız gerektiği anlamına gelmez; bu tür amaçlar yama ideallerine terstir. Gerçekten yardımcı olan kişi, onu kullanmak isteyen herkesin ulaşabileceği, fakat yine de belli bir rotada kendi yoluna doğru giden bir tramvaya benzer.

Sözlerimiz ve düşüncelerimiz her zaman olgularla bağdaşarak doğru olmalıdır. Sri Ramakrişna gerçek ruhsallığın *"yüreği ve dudakları aynı kılmaktan"* ibaret olduğunu söylerdi. Fakat doğru bile olsa, neyin zalim olduğunu söyleyerek

başkalarını incitmemeye dikkat etmeliyiz. Böyle durumlarda sessiz kalmamız gerekir.

Hırsızlıktan uzak durmamız yeterli değildir; kişilere ya da nesnelere karşı haris duygular da beslememeliyiz. Bu dünyada hiçbir şeyin bize ait olmadığını unutmamalıyız. Olsa olsa sadece ödünç aldık. Bu nedenle kesinlikle ihtiyacımız olandan fazlasını ödünç almamak ve bunu tam ve doğru bir şekilde kullanmak bizim görevimizdir. İhtiyacımız olandan fazlasını alıp boşa harcamak bir şekilde insan ırkının geri kalanından çalmaktır.

Nefsini tutmak söz, düşünce ve edimde iffettir. Seks düşüncesinden kurtulmak yüreğin saflığına ulaşmaktır. Seks bağlılıktan ayrılmaz ve bağlılık ruhsal aydınlanmanın önünde bir engeldir.

Hırstan uzak durmak armağan almaktan uzak durmak olarak da yorumlanmıştır. Swami Vivekananda'dan alıntı yaparsak: "Armağan alan insanın zihni armağan verenin zihnine göre işler, bunun için alıcının yozlaşması mümkündür. Armağan almak zihnin bağımsızlığını bozmaya ve bizi köleleştirmeye eğilimlidir." Bu çoğumuza "sert bir ifade" gibi görünebilir; fakat Patanjali'nin kendini adamış yoginin katı disiplinlerini betimlediğini unutmamalıyız. Her günkü dünyada, gerçek sevginin alameti olduğu sürece çoğu armağan nispeten zararsız sayılabilir. Ancak öyle olmayanlar da vardır - özellikle gelir vergisi uzmanlarının "iş armağanı" olarak tanımladığı o meşum kategoriye ait oldukları zaman- ve genel olarak başkalarının cömertliğini ve misafirperverliğini çok kolay kabul etmekten sakınmalıyız.

31. Bu sakınma biçimleri temel davranış kurallarıdır. Bunların hiçbir mekan, zaman, amaç veya kast kurallarına bakmaksızın uygulanması gerekir.

Patanjali hiçbir bahane yada istisna kabul etmez. Mesela bize başkalarını incitmekten uzak durmamızı söylediği zaman tam olarak söylediğini kasteder. Onu, "Kesinlikle öldürmek-

ten sakınacağım -elbette adil bir nedenle savaştığımız zaman bir savaş meydanında ya da savaş zamanında değil, zaten silahlı kuvvetlerin bir üyesi olarak bu benim görevim," diye temin eden bir insana hiç sabır göstermezdi.

32. Niyama'lar (riayetler) saflık, hoşnutluk, nefsi köreltme,çalışma ve Tanrı'ya ibadettir.

Saflık hem fiziksel hem zihinsel temizliktir. Eğer bir insan kendini Atman'ın ikamet ettiği mekan olarak düşünürse, doğal olarak bedeninin ve zihninin temiz tutulması gerektiğini hissedecektir. Dış temizlik üstümüzde yaptığı psikolojik etki nedeniyle bilhassa önemlidir; sırf yıkama edimi fiziksel kir kadar zihinsel kirin de atılması telkin eder. İyi bir banyodan sonra büyük ihtimalle, "Ah, şimdi kendimi daha iyi hissediyorum," deriz.

Bedenin iç organları doğru bir diyetle temizlenmeli ve güçlendirilmelidir. Aynı şekilde, zihni temizlemek ve güçlendirmek için de zihinsel bir "diyet" yapmalıyız. Okumamızı, konuşmamızı ve gerçekten tüm zihinsel "besin" alımımızı düzenlemeliyiz. Ruhsal insanların arkadaşlığını kazanmalıyız. Elbette bu belli kişi ve konular üstünde, bunların "dünyevi" ya da "günahkar" olduğunu ileri sürerek, kesin bir tabu olmasını gerektirmez. Böylesine negatif bir bağnazlık sadece kendini haklı gören bir gurura ve yasaklanmış olana karşı sinsi bir arzuya yöneltir. Her zamanki gibi gerçekte önemli olan bizim tavrımızdır. Eğer ayrım yapma çalışmasını hiç bırakmazsak karşılaştığımız her insanın, okuduğumuz ya da bize söylenen herşeyin bize öğretecek birşeyi olduğunu keşfederiz. Fakat bu ayrım yapma farkındalığını korumak çok zordur, bunun için yeni başlayanların dikkatli olması gerekir. Dedikodunun, "hafif" eğlencenin, gelip geçici gazeteciliğin, uydurmacanın, sıradan filimlerin, dizilerin tehlikesi şudur: bunlar bizi başlangıçta doğal olan, fakat çok geçmeden kaygılar, bağımlılıklar ve nefretle renklenen, böylece zihni karartan ve saflığını bozan rahat bir dalgınlık içine sürüklerler. Zihnin temizliğini an-

cak sürekli uyanıklıkla korunabilir. "Bir kez dengesi bozulduğu zaman," diyordu Aziz François de Sales, "yürek artık kendinin efendisi değildir."

Hindu bir öğretmen şöyle der: "Her zaman herkese Tanrı'dan bahsedin." Bu incelikli ve derin bir tavsiyedir. Zira Tanrı'dan bahsetmek sadece açıkça "dini" konuları irdelemek değildir. Görünüşte ne kadar "dünyevi" olursa olsun hemen her konunun altta yatan ruhsal gerçeklikle ilişkili olduğu düşünülebilir. Önemli olan ne konuştuğumuzdan ziyade bunu nasıl söylediğimizdir. "Tanrı", "ruh", "dua" gibi sözler kullanmak da gerekli değildir. Bu sözcükler onaylamayan dinleyicilerin yabancılaşmasını ve bir kutsallık kaidesi üstünde kendimizi onlardan ayırdığımızı hissetmelerini sağlar. Her insanın, ne kadar kafası karışmış olursa olsun, yaşamda anlam aradığını ve onun durumuna hitap eden bir sözlük bulabilmemiz şartıyla bu anlamı tartışmaya açık olacağını hatırlamamız iyi olacaktır. Eğer konuşmaya bu açıdan yaklaşır ve şefkat, açıklık, içtenlik ve başkalarının fikirlerine karşı ciddi bir ilgi göstererek konuşursak, bu günlük olaylar, bilim, sanat, politika ve spor hakkındaki görünürdeki bu sıradan konuşmalardan ne kadar sessiz bir ruhsal alışverişin ortaya çıktığını görünce şaşırırız.

Diğer riayetlere gelince -"nefsini köreltme" ve "çalışma"nın önemini II. bölümün ilk özdeyişini yorumlarken irdeledik. hoşnutluk, kıskançlık ve huzursuzluktan uzak bir şekilde kişinin yaşamda talihini hoşnut olarak kabul etmesi demektir. Dini öğretmenler sıklıkla adil olmayan bir statükonun pasif bir şekilde kabul edilmesini vazetmekle suçlanırlar, ancak Patanjali'nin bize başkalarının talihinden hoşnut olmamızı söylemediğini belirtmek gereklidir. Böyle bir "hoşnutluk" katı bir kayıtsızlık olurdu. Açlıktan ölen bir dilenciyi "hoşnut olmadığı" için azarlamaya hakkımız yoktur. Daha ziyade, bir toplumun üyeleri olarak, daha az şanslı komşularımızın daha iyi ve adil yaşam koşullarına ulaşmalarına yardım etmek görevimizdir. Fakat bu yöndeki çabalarımız kişisel kazanç ve avantaj güdülerinden esinlenmemişse çok daha etkili olacaktır.

33. Kişiyi yogadan uzaklaştıran düşüncelerden kurtulmak için, zıt düşüncelerin beslenmesi gerekir.

Bu, zihindeki çelici düşünce dalgalarını altetmek için zıt bir düşünce dalgası ortaya çıkarma tekniğidir. Bu I.bölümdeki ilk beş özdeyişle bağlantılı olarak zaten irdelenmişti.

34. Yoganın önündeki engeller -şiddet edimleri ve yalan gibi- doğrudan yaratılabilir ya da dolaylı olarak neden olunabilir veya onaylanabilir, bunları hırs, öfke veya bencillik motive edebilir, küçük, orta veya büyük olabilirler, fakat her zaman acı ve cehalete yol açarlar. Kişi bunu hatırlayarak zihin çelici düşünceleri altetmelidir.

Yaptığımız, söylediğimiz ya da düşündüğümüz veya hatta dolaylı olarak neden olduğumuz ya da pasif olarak tasvip ettiğimiz herşey eninde sonunda sonuç verir -iyi, kötü ya da karma- ve bu sonuçlar bir ölçüde bize etki ederler. Başkalarına karşı en gizli kötü niyetlerimiz, kendimize verdiğimiz başkalarına kötülük yapma izni ancak cehaletimizi ve acımızı arttırarak kendimizi incitmeye yol açar. Bu kesin bir Doğa Yasasıdır. Eğer bunu her zaman hatırlayabilirsek, dilimizi ve düşüncelerimizi kontrol etmeyi öğrenmeliyiz.

35. Kişi başkalarını incitmekten sakınmakta sebat ettiği zaman hiçbir varlık onun huzurunda husumet hissetmez.

Bizler "zararsız" sözcüğünü itibar kırıcı bir anlamda kullanmaya alışmışızdır; adeta "etkisiz"le aynı anlamda kullanılır. Fakat azizin mükemmel zararsızlığı hiçbir şekilde etkisiz değildir; o müthiş bir gücün pozitif psikolojik kuvvetidir. İnsan kendi düşüncelerinde ve başkalarıyla ilişkilerinde şiddeti gerçekten ve tümüyle reddettiği zaman, etrafında şiddetin ve husumetin yok olacağı bir atmosfer yaratır, çünkü bunlar karşılık bulmazlar. Hayvanlar da böyle bir atmosfere karşı hassastırlar. Vahşi hayvanlar geçici olarak kırbaçla sindirilebilirler, fakat iyi eğitmenlerin bildiği gibi, ancak gerçek zararsızlığın gücüyle zararsız kılınabilirler. Öldürücü yılanlarla uğraşan bir

kadın şöyle açıklıyordu: "Görüyorsunuz, onlara zarar vermeyeceğimi biliyorlar."

"Ahimsa (zararsızlık) kıskançlığın olmamasıyla test edilir," diyordu Swami Vivekananda. "Dünyadaki o sözde büyük insanların ufacık bir ün, ufacık bir isim ya da bir parça altın için kıskanç olduklarını görebilirsiniz. Bu kıskançlık yürekte varolduğu sürece, ahimsa'nın mükemmelleşmesi uzaktır."

36. İnsan yalandan sakınmakta sebat ettikçe, edimleri kendi icra etmek zorunda kalmaksızın, kendisi ve başkaları için iyi edimlerin meyvelerini alma gücünü kazanır.

Sıradan bir insanın sözleri bahsettiği olgulara karşılık geldiği zaman onun dürüst olduğu söylenir. Fakat kişi dürüstlükte mükemmelleştiği zaman, deyim yerindeyse gerçeğin kontrolünü kazanır. Onun artık olgulara "itaat etmesi" gerekmez; olgular ona itaat eder. Bir yalan düşünemez, hatta hayal bile edemez; söylediği herşey doğru olur. Eğer birini kutsarsa o kişi kutsanır -bu kutsanmaya deyip değmemesi önemli değildir. Başka bir deyişle, Karma Yasasına maruz kalmayacak şekilde "iyi edimlerin meyvelerini" verme gücüne sahiptir. Ayrıca hasta bir adama sadece iyi olduğunu söyleyerek mucizevi bir şekilde şifa verebilir.

37. İnsan hırsızlıktan sakınmada sebat ettiği zaman bütün zenginlik ona akar.

Bu özdeyiş iki şekilde açıklanabilir. Birincisi, kişi tüm harislik duygularından kurtulduğu zaman artık hiçbir şeyin eksikliğini yaşamaz; bu nedenle yeryüzündeki en zengin adamla aynı durumdadır. İkincisi, pekçok durumda maddi menfaatler için arzu duymamanın bu menfaatleri çektiği doğrudur. Vivekananda'nın söylediği gibi: "Kişisel doğanızdan ne kadar kaçarsanız o da sizi o kadar izler ve eğer ona hiç aldırmazsanız sizin köleniz olur."

38. İnsan nefsini tutmamaktan sakınmakta sebat ettiği zaman ruhsal enerji kazanır.

Cinsel faaliyet ve seks düşünceleri ve fantazileri yaşam gücümüzün büyük kısmını tüketirler. Bunlardan uzak durarak bu gücü koruduğumuz zaman, ruhsal enerji olarak yücelir. Bu enerji ruhsal bir öğretmen için vazgeçilmezdir; bu onun öğrencilerine anlayış yaydığı güçtür. Zira gerçek din/öğreti tarih ya da matematik gibi "öğretilmez"; ışık ya da ısı gibi yayılır.

39. İnsan hırstan sakınmakta sebat ettiği zaman geçmiş, şimdiki ve gelecekteki varoluşlarının bilgisini kazanır.

Bağlılık ve bağlılığa eşlik eden kaygılar bilginin önündeki engellerdir. Umutsuzca bir uçurumun yüzeyine (ve bu suretle de yaşamınıza) tutunduğunuz sürece, tırmandığınız yeri ya da tırmanacağınız yeri incelemek durumunda olmazsınız. Bunun için Patanjali bağlılıktan özgür olmanın bizi, geçmiş ve gelecek varoluşlarımız boyunca, insan yolculuğumuzun tüm akışının bilgisine götüreceğini söyler. Böyle bir bilgi elbette kendi içinde reenkamasyon teorisinin bir kanıtıdır.

40. Saflığın sonucu olarak, bedene karşı kayıtsızlık ve başkalarıyla fiziksel ilişkiden iğrenme ortaya çıkar.

41. Ayrıca, kişi yüreğin saflığını, zihnin neşesini, konsantrasyon gücünü, tutkuların kontrolünü ve Atman vizyonu için form kazanır.

Patanjali şimdi çeşitli riayetleri (niyama) uygulayarak elde edilen sonuçları tanımlıyor.

Fiziksel beden bilincimizin en kaba ve en dışsal tezahürüdür. Bir insanın zihni saflaştıkça doğal olarak bedeniyle özdeşleşme duygusunu kaybeder. Bu nedenle bedenini sadece ne yeni ne de temiz olmayan bir giysi sayarak ona karşı kayıtsızlaşır. Dahası, artık onları işgal eden bilinçle bu bedenleri özdeşleştirmediği için başkalarının bedenlerini arzulamayı keser. Eğer başkalarının içindeki Atman'ı gerçekten bilir ve seversek cinsel edim bize bütünüyle anlamsız görünür. Atman'ın her yerde ve her zaman bir birlik olduğu bilindiği zaman, neden iki dış örtü birbirine sarılsın ki?

Zihin saflığı kendini insanın ruh halinde gösterir. Ona git-

tikçe sattwa, aydınlanma ve huzurlu mutluluk guna'sı hakim olur. *"Dindar olduğunuzun ilk işareti,"* der Vivekananda, *"neşeli olmanızdır. Yogi için herşey saadettir, gördüğü her insan yüzü ona neşe verir. Bedbahtlığın nedeni günahtır, başka nedeni yoktur. Asık yüzlerle ne işiniz olur ki? Eğer suratınız asıksa o gün dışarı çıkmayın, kendinizi odanıza kapatın. Bu hastalığı dış dünyaya taşımaya ne hakkınız var?*

42. Hoşnutluğun sonucu olarak en yüksek mutluluk kazanılır.

Gerçekten mutlu olduğumuz zamanlardaki koşulları analiz etmeye değer. Zira John Masefield'ın söylediği gibi, *"Bizi mutlu eden günler bizi bilge kılar."* Bu günleri gözden geçirdiğimiz zaman, ortak bir özellikleri olduğunu keşfederiz. Bunlar şu ya da bu nedenle geçici olarak kaygılanmayı kestiğimiz zamanlardı, -pek nadiren yaptığımız gibi- geçmişten pişman olmadan ve gelecekten kaygı duymadan şimdiki zamanın derinliklerinde yaşadığımız zamanlardı. Patanjali'nin hoşnutluktan kastettiği budur.

Elbette bir de bir arzunun doyurulmasından gelen mutluluk vardır. Bu çok canlı olabilir, fakat doğası itibarıyla nispeten kısa bir süreyle sınırlıdır. Zira bir arzunun doyurulması hemen bir başkasının ortaya çıkmasına neden olur ve bu mutluluk anı daha çok kaygıyla son bulur. Ve hatta bu tatminin de her zaman arkasında bir gölge vardır. Cinsel sevgi konusunda yazan Marcel Proust bunun *"mutluluğun nötrleştirdiği, fakat her an eğer aradığımızı elde etmemiş olsaydık uzun zamandır olduğu şey, yani sırf acı olabilecek daimi bir ıstırap özelliği"* içerdiğini söyler. Bu nahoş gerçek geçmişe baktığımızda iyice ortaya çıkar. Ve eğer anılarınızı karşılaştırırsanız genellikle tatmin anlarının karmaşık hale gelip bulanıklaşırken, hoşnutluk anlarının yıllarca baki kaldığını keşfedersiniz.

Mantıksal olarak, hoşnutluğun mutluluğa yol açmasının nedeni yoktur. Kişi -eğer hiç bunu deneyimlememişse- sırf arzunun olmamasının aynı ölçüde hem neşesiz ham üzüntüsüz, donuk, nötr bir ruh hali yaratacağını farzedebilir. Bunun

böyle olmadığı gerçeği, yoğun mutluluğun, Atman'ın neşesinin daima içimizde olduğunun, etrafına ördüğümüz arzu ve korku bariyerlerini yıkarak her an yok olabileceğinin çarpıcı bir kanıtıdır. Yoksa başka türlü belli bir neden olmadan nasıl bu kadar mutlu olabilirdik ki?

43. Nefsi köreltmenin sonucu olarak, saf olmayan ögeler kalkar. Sonra beden ve duyu organları özel güçler kazanır.

Nefs-disiplini uygulaması, geleceği görme, telepati, cisimleri havaya kaldırma gibi potansiyel olarak varolanpsişik güçlerin farkına varıncaya dek, duyusal algılarımızı ve hatta fiziksel cismimizi arıtır.

44. Çalışmanın sonucu olarak, kişi ibadet etmeyi seçtiği Tanrının vizyonunu kazanır.

Daha önce de belirttiğimiz gibi (II bölüm, 1.özdeyiş), Patanjali "çalışma" ile sadece kutsal yazıların okunmasını değil, aynı zamanda kabul edildiğiniz zaman (I, 27-29) öğretmeninizin size verdiği mantram'ı (seçilmiş bir Tanrının kutsal ismi) tekrarlamak olan japam yapma uygulamasıdır. Patanjali'nin burada özellikle ima ettiği japam uygulamasıdır.

45. Tanrıya ibadetin sonucu olarak kişi samadhi'ye ulaşır.

Bu ve önceki özdeyiş bhakti yogaya gönderme yapıyor. Bu yogalardan ya da Tanrıyla birleşme yollarından daha önce bahsettik. Şimdi açıklamak adına bunlardan en önemli olan dördünü tanımlamak iyi olacak.

Bhakti yoga Tanrı'ya sevgi dolu ibadetin yoludur. Bu ritüel ibadet, dua ve japam yoluyla ifade edilir. Bu ibadet edenle ibadet edilen arasında doğrudan, yoğun, kişisel bir ilişkidir. Bhakti yoga uygulamasında, ibadet edenin sevgisinin daha kolay konsantre olabilmesi için Tanrının belli bir çehresi ya da ilahi bir enkamasyon seçilir. Doğal olarak bu yaklaşıma girenler için, bu muhtemelen hepsinin en basitidir. Ve hiç

şüphe yok ki dünyadaki ana dinlerdeki inananların büyük çoğunluğu esas olarak bhakti yogidir.

Karma yoga bencil olmayan, kendini Tanrı'ya adamış edimdir. Kişi yaptıklarının meyvelerini Tanrı'ya adayarak ve her zaman doğru amaçlara doğru vasıtalarla yönelerek (belli bir anda kişinin bilgi ve yeteneğinin en iyisine), kişi yavaş yavaş bilgeliğe ve bağlantısızlığa ulaşır. Edim edim vasıtasıyla aşılır. Bağlılığın ipleri çözülür. Karma çarkı dönmeyi keser. Ruha huzur gelir. Ve Brahman bilinir. Karma yoga en iyi insani işlerin dünyasında görev ve hizmet çağrısını hissedenlere uygundur. Böyle insanları aşırı hevesin ve yersiz kaygının tehlikelerinden uzak tutar ve onlara "edimin içinde ataleti", karmaşanın ortasında sakinliği nasıl bulacaklarını gösterir. Gita'da Sri Krişna'nın Arjuna'ya tavsiyesinin karma yoga uygulamasıyla büyük ilgisi vardır.

Jnana yoga zihinsel ayrımcılığın, fenomenlerin gerçek doğasının analiz edilmesi vasıtasıyla Brahman'ı bulmanın yoludur. Jnani yogi "bu değil, bu değil" diyerek geçici, görünürde ve yüzeysel olan herşeyi reddeder ve böylece eleme yoluyla en sonunda Brahman'a varır. Bu müthiş irade gücü ve zihin açıklığı gerektiren zor bir yoldur. Sıradan insanlar için değildir. Fakat bu aksi halde dini hiçbir şekliyle benimsemeyecek pekçok dikkate değer kadını ve erkeği cezbetmiş ve onları aziz yapmıştır.

Raja yoga genellikle meditasyon yogası olarak adlandırılır. Bunu bir anlamda hepsini içerdiği için diğer yogalar gibi tanımlamak zordur. Çünkü meditasyon kendini Tanrı'ya adamış edimi (yani ritüel ibadeti), Tanrı'nın seçilmiş bir çehresi üstüne konsantre olmayı ve ayrım yapmayı içerebilir. Raja yoga bir ruhsal enerji vasıtası olarak bedenin incelenmesiyle de ilgilidir. Mesela daha önce bahsedilen (I bölüm, 32.özdeyiş) "yüreğin lotusu" gibi çeşitli psişik merkezlerin doğasını ve işleyişini tanımlar. Raja yoga biçimsel, bilimsel meditasyonun değerini vurguladığı için bu öncelikle keşişlere özgü, düşünmeye yönelik bir hayat sürmek isteyenler içindir. Fakat

kesinlikle bütün ruhsal insanlar tarafından incelenmelidir. Bu bize duada tekniğin önemini öğretir.

Söylemeye gerek yok, ruhsal mizaçlar arasında ayrın yapmak için bu kategoriler çok sert uygulanmamalıdır. Diğerleri hariç tutularak tek bir yoga uygulanamaz. Gerçekten dini bir yol izleyen hiç kimse sevgi, ayrımcılık ve kendini adamış edim olmaksızın bunu yapamaz. Kimse meditasyon olmadan bu yolda yol alamaz. Ayrım olmadan sevgi fazla hassasiyete yol açar. Sevgi olmadan ayrımcılık ruhsal gurura yöneltir. Ve hepimiz "duman içindeki ateş" gibi edimle ilgiliyizdir. Mesela Hıristiyanlık esas olarak Tanrı'ya bhakti bir yaklaşımdır, yine de Hıristiyan azizleri arasında Thomas Aquinas gibi jnana tipler ve Vincent de Paul gibi karma yogiler olduğunu görürüz. Bu bir vurgu meselesidir; ve son analizde hepimizde yogalar şu ya da bu şekilde harmanlanmıştır. Fakat kişi hangi yogayı izlerse izlesin, "yoganın kollarına" uymak esastır.

Bhakti yoga konusunda, Sri Ramakrişna ile bir öğrencisi arasında geçen şu konuşmayı alıntılamaya değer:

Öğrenci: "Efendim, Tanrı şekilli mi, yoksa şekilsiz midir?"

Sri Ramakrişna: "Kimse kesin olarak onun "şu" olup "başka bir şey" olmadığını söyleyemez. O şekilsizdir ve ve yine de şekilleri vardır. Dindar kişi için şekil alır. Ayrımcılık yolunu izleyerek içsel varlığında egosunun ve görüntü dünyasının hiçliğini deneyimlemiş olan jnani içinse şekilsizdir. Onun için bunlar bir rüya gibidir. O kendi içsel bilincinde Brahman'ı kavrar. Sözcükler bu Gerçekliği ifade edemezler. Dindar kişi için dünya gerçektir, Tanrı'nın eseridir ve kendisi de ayrı bir varlık kadar gerçektir. Dindar kişi için Tanrı Kişisel bir Varlık olarak görünür.

"Bunun nasıl bir şey olduğunu biliyor musun? Brahman'ı kıyısı olmayan bir okyanusla kıyasla. Dindarın yoğun sevgisinin soğutucu etkisiyle şekilsiz su yer yer buz kütleleri halinde donmuştur. Yani Tanrı bazen dindarlara kendisini bir kişi

olarak ve şekillerle açığa vurur. Bilgi güneşinin yükselmesiyle buz kütleleri erir; o zaman o ne bir Kişi ne de şekil olarak görünür. O zaman kim kimi tanımlayacaktır? O zaman ego tümüyle ortadan kalkar."

Öğrenci: "Efendim, neden Tanrı'nın doğası hakkında bu kadar farklı görüşler var?"

Sri Ramakrişna: "Gerçekte bunlar birbiriyle çelişmez. Bir insan onu kavrayınca kendisini ifade eder. Kişi bir şekilde ona erişince hiçbir çelişki görmez.... Kabir şöyle diyordu: "Şekilsiz Mutlak Olan benim Babamdır ve şekilli Tanrı Annemdir."

Öğrenci: "Efendim, Tanrı görülebilir mi? Eğer öyleyse, neden biz göremiyoruz?"

Sri Ramakrişna: "Evet, muhakkak görülebilir. O hem şekilli hem şekilsiz olarak görülebilir."

Öğrenci: "O zaman neyin vasıtasıyla görülebilir?"

Sri Ramakrişna: "Özlem çeken bir yürekle onun için ağlayabiliyor musun? İnsanlar çocukları, karısı ya da para için kovalar dolusu gözyaşı döküyorlar. Fakat kim Tanrı için ağlıyor? Çocuk oyuncaklarına gömüldüğü, kadın evişleriyle meşgul olduğu sürece. Çocuk oyuncaklarından bıktığı zaman onları bir yana atar ve annesini isteyerek ağlar, sonra anne aceleyle koşuşturur ve çocuğu kollarına alır."

Tıpkı dindar Tanrı'nın ibadet etmeye en çok eğilim duyduğu çehresini seçebileceği gibi, Tanrı ile kendisi arasında kurmak istediği ilişki türünü de seçebilir. İsa için Tanrı bir Baba idi. Ramakrişna için Tanrı bir Anne idi. Lawrence Kardeş kendini Tanrı'nın hizmetkarı saydı. Doğu'nun Bilge Adamları Tanrı'ya İsa çocuk olarak taptılar. Sri Krişna'nın şahsında Arjuna Tanrı'yı bir Arkadaş olarak görürken, Radha onu bir Sevgili olarak gördü. Böylece bhakti yoga vasıtasıyla bütün insan ilişkileri yüceltilebilir.

46. Duruş (asana) sağlam fakat rahat bir pozisyonda oturmaktır.

Asana iki anlama gelir: yoginin üstünde oturduğu yer ve orada oturuş tarzı. Birinci anlamına ilişkin Gita'da şöyle der: "Oturduğu yer sağlam, ne çok yüksek, ne çok alçak olmalı ve temiz bir yerde bulunmalıdır. Önce orayı kutsal otla, sonra geyik derisiyle örtmelidir; sonra bunların üstüne bir örtü sermelidir." Bunlar geleneksel gerekliliklerdi; fakat uygun, sabit bir yer de iş görür.

Duruş da Hindu geleneğine göre belirlenmiştir. En ünlü asana, yoginin ayaklarını uyluklarının üst kısımlarına yaslanacak şekilde çekerek bağdaş kurup oturduğu lotus duruşudur. Ve kol ve bacakların çok daha esnek olmasını gerektiren daha pekçok duruş vardır. Gerçi asıl önemli olan kişinin göğüs, boyun ve başını dümdüz aynı hizada tutarak, fakat kendini germeden tamamiyle sakin ve dimdik oturabildiği, böylece bedenini tümüyle unutabildiği bir pozisyon almasıdır. Bu başlangıçta hiç de kolay değildir. Daha yaşlı olanlar bir sandalyenin üstünde dik oturmayı daha uygun bulabilirler. Fakat yere oturmak daha akıllıcadır, çünkü belli derecede derin bir dalma haline ulaşılınca her zaman yere düşme tehlikesi vardır.

Bedeni dik tutmanın önemi hiç meditasyon yapmamış olanlar için bile açıktır. Şu bir ortak deneyimdir ki insan bu pozisyonda sırtı eğik oturduğu zamankinden çok daha net düşünür. Fakat yogi için dik duruş kesinlikle gereklidir. Zihin derinlere daldığı zaman, omurga boyunca ruhsal bir akımın yükseldiği hissedilir; ve bu akımın geçtiği yer dik ve açık tutulmalıdır. Bu bölümdeki 49 ve 50.özdeyişler yorumlanırken bu konuda daha çok şey söylenecektir.

47. Duruş bedenin doğal eğilimlerinin kontrol edilmesi ve Sonsuz üstüne meditasyon yapma vasıtasıyla sağlam ve rahat hale gelir.

İyi, doğal bir duruş pek nadirdir. Çoğu insan kötü durur ve her türlü fiziksel gerginliğe maruz kalır. Bu nedenle asana dikkatli eğitimle mükemmel hale getirilmelidir. Hedef, bedenin mükemmel durağan, yine de mükemmel gevşemiş olduğu

çabasız bir uyanıklık haline ulaşmaktır. Uyumsuz bir beden sadece gergin ve huzursuz bir zihin halini ifade ettiği için bize sonsuz olan üstüne meditasyon yaparak zihnimizi sakinleştirmemiz söylenir. Zihinlerimiz sonsuz Brahman'ı hayal etmeye muktedir değildir; bunun yerine gökyüzünün sınırsız enginliğini düşünebiliriz.

48. Ondan sonra kişi artık duyusal deneyimin ikiliklerinden rahatsız olmaz.

Yani, Gita'nın ifadesiyle "zıtlıklar çftleri", fenomen dünyasının görünürdeki ikilikleri -sıcak ve soğuk, zevk ve acı, iyi ve kötü gibi.

Böylesine tam bir beden hakimiyetine elbette sadece duruşla ulaşılmaz. Bu Tanrı bilincine dalma halinden ortaya çıkar. Patanjali bu aşamaya ulaşmak için gerekli olan daha ileri uygulamaları tanımlamayı sürdürüyor.

49. Duruşa hakim olduktan sonra, nefes alma ve nefes verme hareketlerini durdurarak prana'nın kontrol edilmesi (pranayama) çalışması yapılmalıdır.

50. Nefes dışsal veya içsel olarak durdurulabilir ya da hareketin ortasında kesilebilir ve bu durdurmanın ne sürüncemeli ne de kısa olmaması için yer, zaman ve belli sayıda dakikalara göre düzenlenebilir.

Gördüğümüz gibi (Bölüm I, özdeyiş 34), prana onun vasıtasıyla yaşadığımız hayat enerjisi anlamına gelir. Bu enerji nefes alarak yenilendiği için prana bazen "nefes" olarak çevrilebilir; fakat bu sözcüğün çok daha geniş bir referansı vardır -zira bedenin bütün güçleri ve duyuların tüm işlevleri ve zihin prananın gücünün ifadeleri sayılır.

Prasna Upanişad'dan alıntı yaparsak:

Sonra Bhargava öğretmene yaklaştı ve şöyle sordu:

"Kutsal efendimiz, bu bedeni kaç güç bir arada tutuyor? Onun içinde en çok tezahür eden hangileri? Ve hangisi en büyük olan?"

"Bu güçler," diye yanıtladı bilge, "esir, ateş, hava, su ve toprak -bunlar bedeni oluşturan beş unsurdur; ve bunlardan başka konuşma, zihin, göz, kulak ve duyu organlarının geri kalanları gelir. Bu güçler "Biz bedeni bir arada tutup onu destekliyoruz," diye böbürlenerek iddia ettikleri zaman, bunun üzerine ilk enerji olan Prana hepsine üstünlük sağlayarak şöyle dedi: "Kendinizi aldatmayın. Kendimi beş misli bölerek, bu bedeni bir arada tutup destekleyen sadece benim." Fakat ona inanmadılar.

"Prana kendini haklı çıkarmak için sanki bedeni terkedecekmiş gibi yaptı. Fakat gidiyor gibi göründüğü zaman, geri kalanların hepsi eğer o giderse kendilerinin de onunla birlikte ayrılmak zorunda kalacaklarını kavradılar; ve Prana tekrar yerine yerleştiği zaman geri kalanlar da kendi yerlerini buldular. Tıpkı kraliçeleri gittiği zaman giden ve geri döndüğü zaman geri dönen arılar gibi, konuşma, zihin, görme, işitme ve geri kalan için de durum böyleydi. Hata yaptıklarına ikna olan güçler şimdi Prana'yı övüyorlardı:

"Prana ateş olarak yanar; güneş olarak, parlar; bulut olarak yağar; Indra olarak tanrıları yönetir; rüzgar olarak eser; ay olarak herşeyi besler. O görünebilen ve görünemeyen herşeydir. O ölümsüz hayattır."

Raja yoga felsefesine göre, omurganın tabanında büyük bir ruhsal enerji rezervi vardır. Bu enerji rezervi kundalini, "kıvrılıp yatmış olan" olarak bilinir; bunun için bazen "yılan gücü" olarak bahsedilir. Kundalini uyandığı zaman altı bilinç merkezinden geçerek omurgada yükseldiği ve yedinciye, beyin merkezine ulaştığı söylenir. Daha yüksek merkezlere ulaştıkça, çeşitli aydınlanma derecelerine erişir. Bu süreç en iyi Ramakrişna'nın sözleriyle şöyle açıklanmıştır:

Kutsal yazılar yedi bilinç merkezinden bahseder. Zihin bu merkezlerden birinde ya da diğerinde bulunabilir. Zihin dünyeviliğe bağlı olduğu zaman alttaki üç merkezde bulunur -göbekte, üreme organında ve dışkılama organında. O zaman zihnin daha yüksek ruhsal şevkleri ya da vizyonları olmaz. Şehvet ve hırs arzuları içine gömülür.

Dördüncü merkez kalptedir. Zihin orada kalmayı öğrendiği zaman insan ilk ruhsal uyanışı deneyimler. Sonra tüm etrafında bir ışık görüntüsü oluşur. Bu ilahi ışığı görerek merakla dolar ve şöyle der: "Ah, ne bahtiyarlık!" Ve zihni daha alt merkezlere inmez.

Beşinci merkez boğazdadır. Zihni bu merkeze ulaşan cehalet ve aldanıştan kurtulur. Tanrı'dan başka birşeyden bahsetmek ya da duymak istemez.

Altıncı merkez alındadır. Zihin bu merkeze ulaştığı zaman, gece gündüz Tanrı'nın doğrudan görüntüsü deneyimlenir. O zaman bile insanda geriye ufak bir ego izi kalır.... Bu bir fenerin içindeki ışığa benzer; ışığa dokunulabilecekmiş gibi gelir, fakat engelleyici cam yüzünden dokunulamaz.

Yedinci merkez başın tepesindedir. Zihin oraya ulaştığı zaman, samadhi'ye erişilir. Brahman bilinir, Brahman'la bir olunur.

Raja yogayı incelemek, zihinleri geleneksel sofu yetiştirilme tarzıyla sarıp sarmalanmış olanlar için çok yararlıdır. Sofuluğun tehlikesi, bu iki grup arasında hiçbir ilişki görmeksizin bizi bedenin bazı işlevlerini ve güçlerini kötü, diğer işlevlerini ve güçlerini ise iyi saymaya eğilimli kılmasıdır. Raja yoga bize zihin-bedenin sadece tek bir yaşam gücü olduğunu hatırlatır. Bu güç kendini farklı bilinç seviyelerinde farklı yollarla ifade eder. Bu bir insanı bir resim yapmaya, yarışa katılıp koşmaya, cinsel ilişkiye girmeye ya da dua etmeye sevkedebilir. Fakat bu sizi nereye götürürse götürsün her zaman aynı güçtür; tıpkı bir mağazada olduğu gibi aynı asansör sizi kadın şapkalarına, spor bölümüne, mobilyalara ve terastaki restorana götürür. Freud'u okuyan (ve yanlış anlayan) bazı insanlar dudak bükerek şöyle der: "Din bastırılmış seksten başka bir şey değildir." Ve bu sözün bizi iğrenerek şok edip dinden vazgeçirmesi beklenir. Fakat Patanjali bu sözün aptallığına gülebilse de en ufak şok olmazdı. "Seks," diye cevabı yapıştırırdı, "potansiyel dinden başka bir şey değildir. Aynı enerjiyi daha yüksek bir amaç için kullanın, aydınlanmaya ulaşırsınız."

Raja yogaya göre omurga iki sinir-akımı (solda ida ve sağda pingala) ve sushumna denilen bir merkezi içerir. Kundalini uyandığı zaman, ruhsal olmayan insanlarda normalde kapalı kalan sushumna'yı yukarıya doğru geçer. Ramakrişna göbek, kalp, boğaz merkezlerinden bahsederken, gerçekte sushumna'nın içinde bulunan bu merkezlerin yaklaşık yerlerini vermek için fiziksel terimler kullanıyor.

Bu merkezler yoga literatüründe çoğunlukla "lotuslar" olarak adlandırılır, çünkü ruhsal görme gücü bunları görmelerini sağlayanlara bunların bir lotus şeklinde göründüğü söylenir (Bkz. I, 36). Vivekananda bunların Batı fizyolojisindeki çeşitli sinirağlarına karşılık geldiğini düşünebileceğimizi öne sürer. Gördüğümüz gibi, yoga fizyolojisi kaba ve ince madde arasında kesin bir ayrım yapmaz; bu sadece bir derece meselesidir.

"Uzun içsel meditasyonun gücüyle," der Vivekananda, "depolanan büyük enerji kütlesi sushumna boyunca ilerleyip merkezlere vurduğu zaman, tepki müthiştir, rüya ya da hayal gücünün tepkisinden çok daha üstündür, duyusal algının tepkisinden çok daha yoğundur. Genelde bilgelik ya da doğaüstü güç olarak adlandırılan tezahür ettiği zaman küçük bir kundalini akımının sushumna'da yolunu bulmuş olması gerekir. Ancak, bu tür durumların büyük çoğunluğunda, insanlar kıvrılmış kundalini'nin küçük bir kısmını özgür bırakan bir uygulamaya bilmeden rastlamışlardır. Bilinçli ya da bilinçsiz tüm ibadet bu sonuca götürür. Dualarına yanıt aldığını düşünen insan bunun kendi doğasından geldiğini, içinde kıvrılmış olan bu sonsuz gücün bir parçasını uyandırarak bu zihinsel dua tavrıyla başardığını bilmez. Böylece insanın korku ve sıkıntıyla çeşitli isimler altında bilmeden ibadet ettiğini, yogi her varlıkta kıvrılıp yatmış olan gerçek güç, ebedi mutluluğun annesi olarak açıklar. Ve yoga dinin bilimidir, tüm ibadetin, tüm duaların, biçimlerin, seramonilerin ve mucizelerin mantıksal temelidir."

Pranayama'nın amacı kundaliniyi uyandırmak ve böylece prana'yı, yaşam enerjisini kontrol etmektir. Prana esas olarak soluma işlevinde tezahür eder. Bu nedenle, prana'nın kontrolü soluma egzersizlerinin uygulanmasıyla kazanılabilir.

Tüm pranayama tekniği nefesin durdurulmasında odaklanır. Eğer nefes verdikten sonra, ciğerlerden havanın boşaldığı zaman nefes tutulursa, bu durdurmanın "dışsal" olduğu söylenir. Eğer nefes soluk aldıktan sonra durdurulursa, bu "içsel" bir durdurmadır. "Yer"le bedende nefesin durdurulduğu kısım kastedilir -zira bir nefes alışın ya da verişin mutlaka tam olması gerekmez. Yine, nefes belli bir süre tutulabilir.

Bunlar, biz esas olarak Patanjali'nin ruhsal ve felsefi öğretisiyle ilgilendiğimiz için bu yorumda pek az yer alan çok teknik meselelerdir. Vurgulanması gereken şudur: hiç kimse deneyimli bir öğretmenin sürekli gözetimi altında olmaksızın ileri düzeyde pranayama egzersizleri yapamaz. Ve hiç kimse tümüyle Tanrı'ya adanmış yalın bir yaşam sürmediği sürece hiçbir koşul altında bunları uygulamamalıdır. Aksi takdirde bunlar kolaylıkla en tehlikeli zihinsel rahatsızlıklara yol açabilirler. Sırf meraktan ya da kibirden dolayı başkalarını bu tür uygulamaları benimsemeye teşvik edenler ancak cani olarak tanımlanabilirler. Kundalini'nin müthiş gücü hafife alınacak ve suistimal edilecek bir şey değildir.

Ancak zihni sakinleştirmek ve onu konsantrasyona hazırlamak için kullanılabilecek zararsız bir soluma egzersizi vardır. Sağ elin başparmağıyla sağ burun deliğini kapatın ve sol burun deliğinden derin nefes alın. Bunu yaparken, yaşam-soluğundaki saf ve kutsal prana'yı içinize çektiğinizi ve ida sinirinden aşağıya, omurganın dibindeki üçgen loyusu içindeki kundalini'ye bir akım gönderdiğinizi hissedin. Kutsal OM hecesini tekrarlayarak bir an nefesinizi tutun. Sonra sağ burun deliğinizi bırakarak işaret parmağınızla sol burun deliğinizi kapatın. Bedenden tüm saf olmayan unsurları dışarı attığınızı hissederek sağ burun deliğinden nefes verin. Sonra sol burun deliğini hala kapalı tutarak sağ burun deliğinden nefes alın ve bu akımı pingala sinirinden aşağıya gönderin ve bu süreci tersine tekrarlayın. (Başka bir deyişle, her seferinde tek bir burun deliği açık tutulur ve her zaman nefes vermeden önce değişim yapılır.) Bu egzersiz, kişi bunun sakinleştirici etkilerini

hissedene kadar, birkaç dakika sürdürülebilir. Bu, nefesi aşırı ölçüde tutmayı ya da bedeni çok fazla oksijenle aşırı uyarmayı gerektirmediği için herhangi bir zarar vermez.

51. Dördüncü tür pranayama dışsal ya da içsel nesnelere konsantre olmanın yol açtığı nefesin durdurulmasıdır.

Önceki iki özdeyiş pranayama'nın üç işleyişini belirledi: nefes alma, nefes verme ve belli sayıda dakikalar boyunca nefesin tutulması. Bu işlemlerin hepsini bilinçli irade yönetir; bunlar bilerek yapılan bir egzersizin parçalarıdır. Fakat bu dördüncü işlem irade dışı ve doğaldır. Bir insan egzersizler vasıtasıyla prananın tam kontrolünü kazandığı zaman ya da pranayama uygulamadan kendini Tanrıya adayarak belli bir ruhsal gelişme aşamasına ulaştığı zaman, derin bir konsantrasyona daldığı bir zamanda soluması kendiliğinden durabilir. Nefesin bu doğal kesilmesi saniyeler ya da dakikalar boyunca sürebilir; o bunun farkında bile olmaz. Samadhi halinde soluma bir defada saatlerce tümden kesilir. Nefesin bu şekilde kesilmesi tehlikeli değildir, çünkü bu ancak bir insan yeterince geliştiği ve bunu destekleyebileceği zaman meydana gelebilir.

52. Bunun bir sonucu olarak, İçsel Işığın örtüsü kalkar.

"İçsel Işık" Gerçek olanla gerçek olmayan arasındaki ruhsal ayrımın ışığıdır. "Örtü" geçmiş karmalarımızdan kaynaklanan cehaletten oluşur. Zihin pranayama uygulamasıyla saflaştıkça bu cehalet yavaş yavaş ortadan kalkar.

53. Zihin konsantrasyon gücünü kazanır (dharana).

Patanjali bundan sonraki bölümün ilk özdeyişinde konsantrasyonu tanımlayacaktır.

54. Zihin duyu-organlarından çekildiği zaman duyu-organları da kendilerini kendileriyle ilişkili olan nesnelerden çekerler ve böylece zihni taklit ettikleri söylenir. Bu pratyahara olarak bilinir.

55. Böylece duyular üstünde tam bir hakimiyet ortaya çıkar.

Tıpkı bir ülkenin eyaletlerinin ana hükümetin ele geçirilmesiyle kontrol edilmesi gibi, biz de bedenin geri kalanını kontrol etmeden önce zihni kontrol etmekle işe başlamalıyız. Zihinde bir arzu olduğu sürece duyu-organları şevkle ve adeta istem dışı bu arzunun nesnelerine doğru yönelirler. Bir adamın yolda yanından geçen güzel bir kızı izlemek için "gözlerinin yerinden oynadığı" söylenir. Duyu-organları içgüdüsel olarak efendilerini taklit eden hayvanlara benzerler. Eğer efendi zayıf ve belli tutkulara maruzsa, o zaman duyu organları da, bir çocuğun güçlü, azılı bir köpek tarafından sürüklenmesi gibi, onu arkasından sürükleyerek onu taklit eder, hatta onun zayıflığını abartır. Fakat zihin güçlü ve kontrollü olduğu zaman duyu-organları onun uslu ve itaatkar hizmetkarları olurlar. Onun zayıflıkları yerine gücünü taklit ederler. Bedenin her hareketi zihnin kendini kontrolünü ifade eder.

Zihni kontrol etmek için onu tanımamız gerekir. Pek azımız nesnel olarak zihnimizin içinde gerçekten ne olduğunu biliriz. Bize hakim olan korkular ve arzular bizim için o kadar bildik hale gelmiştir ki onlara dikkat bile etmeyiz; bunlar sanki düşüncelerimizin geri planında sürekli çalan davullar gibidir. Ve bir başlangıç egzersizi olarak her gün sadece zihnimizi gözleyerek, bu davul seslerini dinleyerek bir süre geçirmek yararlıdır. Muhtemelen gördüklerimizden ve duyduklarımızdan hoşlanmayacağız, fakat çok sabırlı ve objektif olmalıyız. Kendisinin bu şekilde izlendiğini gören zihin yavaş yavaş sakinleşmeye başlar. Kendi hırsı ve aptallığı yüzünden sıkıntı yaşar. Zira hiçbir dış eleştiri kendi nefs-incelememiz kadar etkili ve içe işleyici olamaz. Eğer bu egzersize birkaç ay düzenli olarak devam edersek, kesinlikle zihnin kontrol edilmesine doğru belli bir ilerleme kaydederiz.

III. Güçler

1. **Konsantrasyon (dharana) zihni bedenin içindeki bir ruhsal bilinç merkezinde tutar ya da onu bedenin içindeki veya dışındaki ilahi bir şekle odaklar.**

Yoganın ilk beş "kolu" önceki bölümde irdelendi. Geri kalan üçü: konsantrasyon (dharana), meditasyon (dhyana) ve dalmadir (samadhi). Burada ima edilen ruhsal bilinç merkezleri yedi lotustur (nilüfer çiçeği) (II, 49-50). Konsantre olmak için önce zihninizi, ustanızın yönlendirdiği gibi, bu lotuslardan birinin içindeki İçsel Işığa odaklamalısınız. Veya ya bir lotusun içindeki ya da bedenin tümüyle dışındaki Seçtiğiniz İdealinizin şeklini hayal etmeye çalışarak bu şekle konsantre olabilirsiniz.

2. **Meditasyon (dhyana) konsantrasyon nesnesine doğru kesintisiz bir zihin akışıdır.**

Başka bir deyişle, meditasyon uzatılmış konsantrasyondur. Meditasyon sıklıkla yağın muntazam ve kesintisiz bir şekilde bir kaptan diğerine dökülmesiyle kıyaslanır. Patanjali'nin düşünceyi zihindeki bir dalga (vritti) olarak tanımladığını gördük (I,2). Genellikle bir düşünce dalgası ortaya çıkar, bir an zihinde kalır ve sonra bir başka dalga tarafından izlenmek üzere yatışır. Meditasyon uygulamasında zihinde bir benzer dalgalar silsilesi ortaya çıkar; ve bu o kadar hızlı olur ki bir başka dalga ortaya çıkmak üzere yer almadan önce hiçbir dalganın yatışmasına izin verilmez. Bu nedenle etkisi mükemmel bir sürekliliktir. Eğer kameranızı ya da nesneyi hareket ettirmeden elli metre uzunluğunda film çeker ve son-

ra sonucu bir ekrana yansıtırsanız seyircileriniz tek bir hareketsiz fotoğrafa bakıyor olurlar. Birbirinin aynı pekçok imge tek bir imge halinde kaynar.

Bu tanımdan da Patanjali'nin dhyani'sinin bizim "meditasyon" sözcüğünü anlayışımıza tam karşılık gelmediği görülecektir. "Meditasyon"la biz genel olarak zihnin merkezi bir düşünce etrafında daldan dala atlayarak işleyişini kastederiz. Mesela eğer İsa üstüne meditasyon yaptığımızı söylersek, muhtemelen sadece zihnimizi İsa'nın ideal formu üstüne odaklamaya çalışmakla kalmadığımızı, aynı zamanda onun öğretileri, mucizeleri, çarmıha gerilişi v.s. hakkında da düşündüğümüzü kastediyoruzdur. Bütün bunlar pek iyi, fakat dharana ve dhyana diye adlandırabileceğimiz olgunun sadece bir ön hazırlığıdırlar.

3. **Meditasyonda nesnenin gerçek doğası, algılayanın zihniyle çarpıtılmadan, parıldadığı zaman bu dalmadır (samadhi).**

Sıradan duyu-algılaması algılayanın hayal gücüyle renklenmiş ve çarpıtılmıştır. Bizler neyi göreceğimizi sandığımıza önceden karar veririz ve bu önyargı görüşümüze müdahale eder. Büyük ressamlara genelde şiddetle saldırılmıştır, çünkü onlar manzarayı gerçekten göründüğü gibi resmederler, insanların görünmesi gerektiğini düşündükleri gibi değil.

Ancak samadhi'nin duyu-üstü algılamasında bir nesneyi, tümüyle hayal gücünün çarpıtmalarından uzak, kendi doğasının gerçekliği içinde görürüz. Samadhi esasında alıgılamadan çok daha fazlasıdır; o doğrudan bilgidir. Sri Ramakrişna Vivekananda'ya, "Tanrı'yı seni gördüğümden çok daha gerçek görüyorum," dediği zaman yalın gerçeği söylüyordu. Zira Ramakrişna Vivekananda'yı, mutlaka bir ölçüde çarpıtma gerektiren olağan duyu algısı olan gözlerle görürken, Tanrı'yı samadhi'de gördüğünü söylemeye çalışıyordu.

4. **Bu üçü -konsantrasyon, meditasyon ve dalma- tek bir konuya odaklanarak bir araya geldiği zaman samyama diye adlandırılırlar.**

Samyama bir nesnenin gerçek doğasının bilindiği üç katmanlı süreci tanımlayan uygun bir teknik terimdir.

5. Samyamaya hakim olmak vasıtasıyla bilginin ışığı gelir.

6. Bu aşama aşama uygulanmalıdır.

Patanjali bizi çok hızlı gitmemek konusunda uyarıyor. Konsantrasyona hakim olmadan önce meditasyona kalkışmanın faydası yoktur. Kaba nesnelere konsantre olana dek ince nesnelere konsantre olmaya çalışmanın faydası yoktur. Bu tür bilgiye kestirmeden gitme çabası son kerte tehlikelidir. Mesela, kişi uyuşturucuların etkisi altında iken belli psişik deneyimler kazanabilir. Fakat bu şekilde kazanılan deneyimler uzun süreli ruhsal fayda sağlayamaz. Tersine, bunlar genellikle kişiyi tam bir bilinemezciliğe ve umutsuzluğa saptırabilir.

Hindu kutsal kitaplarından biri olan Vişnu Purana şekli olan Tanrı'ya ibadetle başlayan ve Atman ve Brahman'la birliğin kavranmasıyla son bulan aşamalı meditasyon uygulamasını öğretir:

Tüm varlıkların yüreğinde mesken tutan, güneş ışınları içinde bir nilüfer çiçeğinin üstünde oturmuş, bedeni taç, kolye, küpe ve şaaşalı bileziklerle ışıl ışıl süslü ve ellerinde deniz kabuğu ve topuz tutan Vişnu üstüne meditasyon yapın.

Sonra bilge adam Tanrı'nın deniz kabuksuz ve topuzsuz, fakat ziynetlerle süslü mülayim ve ışıltılı şekli üstüne meditasyon yapmalıdır.

Zihin bu şekil üstüne konsantre olurken, zihnini süssüz şekle odaklamalıdır.

Sonra Tanrı'nın ışıltılı şekliyle birliği üstüne meditasyon yapmalıdır.

Son olarak, bu şeklin kaybolmasına izin vermeli ve Atman üstüne meditasyon yapmalıdır.

7. Şu üçü deneyimlemeye daha önce tanımlanan beş daldan çok daha yardımcıdır.

Yani, yoganın ilk beş dalı sadece gönüllüler için bir eğitim biçimidir, onları samyama uygulamasına hazırlamak içindir (konsantrasyon- meditasyon- dalma). Zihin ve duyular etik değerlerin beslenmesiyle saflaştırılmalı ve tüm organizmanın kendisini bekleyen o müthiş deneyime dayanabilmesi için kuvvetlendirilmesi gerekir. Fakat bu sadece başlangıçtır. Samyama mükemmelliği bile sadece başlangıçtır. Zira, ne zaman içimizdeki ufacık bir ruhsal gelişme göstergesinden gurur duyma eğiliminde olsak, Brahmananda'nın şu şaşırtıcı ve ayıltıcı sözlerini hatırlamamız iyi olur: *"Ruhsal yaşam samadhi'den sonra başlar."*

8. **Fakat bunlar bile çekirdeksiz samadhi'ye doğrudan yardımcı değildir.**

Samyama uygulaması daha alt düzey samadhi'ye yöneltir. Fakat "çekirdeksiz" samadhi (nirvikalpa) daha ileri ve daha yoğun bir ruhsal çaba gerektirir. (Bkz. Bölüm I, özdeyiş 51) Patanjali'nin burada bu konu üstüne söylediği hemen herşey sadece tekrar özetlemedir.) Patanjali şimdi nirvikalpa hakkında konuşuyor:

9. **Daha alt düzeyde samadhi vizyonu, artık zihinde başka düşünceler ya da vizyonlar kalmayıncaya dek bilinçli bir kontrolle bastırıldığı zaman, bu zihnin düşünce dalgalarının kontrolünün başarısıdır.**

10. **Düşünce dalgalarının bu şekilde bastırılması sürekli hale gelince zihnin akışı sakinleşir.**

11. **Bütün zihin çelici unsurlar kaybolduğu ve zihin tek-odaklı hale geldiği zaman samadhi denilen duruma girer.**

12. **Zihin, benzer düşünce dalgaları hiç aralıksız ardarda ortaya çıktığı zaman tek-odaklı hale gelir.**

Eğer zihin oniki saniyeliğine hiç müdalesiz belli bir nesneye doğru akıtılabilirse bu konsantrasyon olarak adlandırılabilir. Eğer zihin bu konsantrasyonu oniki çarpı oniki saniye (yani iki dakika yimi dört saniye) sürdürebilirse bu meditasyon

olarak adlandırılabilir. Eğer zihin bu meditasyonu oniki çarpı iki dakika yirmi dört saniye (yani yirmi sakiz dakika kırk sekiz saniye) sürdürebilirse bu alt seviyede samadhi olur. Eğer alt seviyedeki samadhi bu süreyi oniki katıyla (yani beş saat, kırk beş dakika, otuz altı saniye) sürdürebilirse bu nirvikalpa samadhi'ye götürür.

13. Bu haldeyken, ince ve kaba maddede ve organlarda yer alan üç tür değişimin ötesine geçer: şekil değişikliği, zaman değişikliği ve durum değişikliği.

Vivekananda örnek olarak bir altın külçesini verir. Bu altın ilk kez bir bilezik sonra da bir küpe haline geldiği zaman şekil değişikliği ortaya çıkar. Zaman değişikliği altın yaşlandıkça ortaya çıkar. Durum değişikliği parlak altın donuklaştığı ya da inceldiği zaman ortaya çıkar. İnce maddede ve zihnin düşünce dalgalarında da benzer değişiklikler ortaya çıkar. Düşünce dalgaları farklı türlerde olabilir, farklı zaman dönemlerine gönderme yapabilir ve yoğunlukları değişiklik gösterebilir. Fakat zihin samadhi halindeyken bu üç tür değişimin ötesindedir.

14. Bileşik bir nesnenin nitelikleri vardır ve geçmiş, şimdiki ya da daha tezahür edecek değişime maruzdur.

15. Bu değişimlerin ardışıklığı katmerli evrimin nedenidir.

Ayrımlaştırılmış madde alemi içindeki her nesne, değişik bileşimler halindeki üç gunadan oluştuğu için, bileşik bir nesnedir ve nitelikleri vardır. Bölüm I'de açıklandığı gibi, bir nesnenin nitelikleri gunaların faaliyetine ve samskaraların oluşumuna göre değişir. Herhangi bir nesne başka bir nesneye dönüşebilir. Bu nedenle, aydınlanmış bir yogi bir parça altınla bir topak çamur arasında temel bir fark görmez. Böylece fenomen dünyasının nesnelerine karşı tam bir tarafsızlık kazanır.

16. Bu üç tür değişim üstüne samyama yaparak kişi geçmiş ve geleceğin bilgisini kazanır.

Patanjali şimdi bu bilginin kazanıldığı çeşitli okült yöntem-

leri ve güçleri tanımlamaya başlıyor. Patanjali'nin kendisi de dahil olmak üzere tüm otoriteler okült güçleri gerçeğin yolundaki en büyük engeller sayarlar. "Çöplükler". Sri Ramakrişna onları böyle adlandırır. Buda izdeşlerine asla mucizelere inanmamalarını, gerçeği ebedi prensiplerde görmelerini kesin bir dille ifade etmişti. İsa "bir işaret arayanların" aleyhine konuşmuştur, fakat onun bu kınamasını izdeşlerinin fazla ciddiye almaması talihsizliktir.

Ne var ki okült güçler vardır ve Patanjali yoga psikolojisi hakkındaki kapsamlı eserinde bunları görmezden gelemez. Tamamlanmak adına özdeyişleri çeviriyoruz, fakat bunu asgari teknik açıklamayla yapıyoruz. İçten ruhsal arayıcı bu tür meselelerle pek az ilgilenir.

Batıda bu güçler nadiren sergilenir ve bu nedenle bunlara büyük bir şüpheyle yaklaşırlar. Ancak bunlar her birimizin içindedir ve sürekli çalışmayla geliştirilebilirler. Batı insanı farklı bir seçim yapmıştır. O psikolojik güçlerden ziyade mekanik güçlerin üretilmesine konsantre olmayı tercih etmiştir; ve böylece telepati yerine telefonumuz var, nesneleri havaya kaldırma yerine helikopterimiz var ve geleceği görme yeteneği yerine televizyonumuz var. Böyle bir seçimle ifade edilen materyalizmden pişman olabiliriz; fakat belki de bu kötünün iyisidir. İş ve politik amaçlar için psişik güçler kullanan yozlaşmış yogilerden oluşan bir topluluk, atom gücünü elinde tutan dünyamızda yaşamaktan çok daha nahoş olurdu. Onun için psişik güçlere hasretmeye son verip ruhsal gelişmeye yönelten doğru yola geri dönelim. Patanjali'nin şu uyarısını hatırlayalım: "Bunlar dünyevi haldeki güçlerdir, fakat samadhi'nin önündeki engeldirler."

17. Bir sözcüğün tınısı üstüne, kişinin onun anlamını algılaması ve ona karşı tepkisi üstüne samyama yaparak -genelde bu üçü karıştırılır- yaşayan varlıkların çıkardığı tüm seslerin anlayışı kazanılır.

Genelde, bir sözcüğün anlamını anlayarak onun tınısını işitmekle onun içerdiği bilgiye şu ya da bu şekilde tepki gös-

termek arasındaki ayrımın farkında değilizdir. Eğer biri "yangın" diye bağırırsa anında ayağa fırlarız. Fakat yogi bu üç işlevi ayırabilir. Bu samyamayı yaparak yabancı dilleri ve her tür hayvanın çıkardığı sesi anlayabilir.

18. Önceki düşünce dalgaları üstüne samyama yaparak kişi geçmiş yaşamlarının bilgisini kazanabilir.

Bir düşünce dalgası yatıştığı zaman, ufacık, gizli bir şekilde zihnin içinde kalır. Bu nedenle anı olarak canlanabilir. Ve bu anı geriye önceki enkarnasyonlara doğru uzatılabilir.

19. Başka birinin bedeninin ayırtedici işaretleri üstüne samyama yaparak, onun zihninin doğasına dair bilgi kazanılabilir.

20. Fakat zihninin içerdiklerini değil, çünkü bu samyamanın amacı değildir.

Bir başkasının zihninin içeriğini bilmek için yoginin kalp üstüne ikinci bir samyama yapması gerekir (bu bölümdeki 35. özdeyiş)

21. Eğer kişi bedeninin şekli üstüne, onun farkedilirliğini engelleyerek ve tezahür etme gücünü bakanın gözlerinden ayırarak, samyama yaparsa, o zaman kişi görünmez olur.

22. Böylece tınıları da duyulmaz olur.

Başka bir deyişle, bir yogi için bir odada iken, başkalarının duyuları farkedemeyecek şekilde bedeninin dışsal tezahürünü engellemesi mümkündür. Dış tezahürün ardındaki gerçeklik kalır, fakat bu gerçeklik başkalarının kaba duyu organları tarafından farkedilemeyeceği için yogi görünmez, duyulmaz, hissedilmez v.s. olacaktır.

23. İki tür karma -kısa sürede meyve verecek ve çok sonrasına kadar meyve vermeyecek olan- üstüne samyama yaparak veya ölümün işaretlerini tanıyarak bir yogi bedenden ayrılma zamanını tam olarak bilebilir.

Ölümün işaretleri, doğaüstü varlıkların görüntüsüyle birlik-

te çeşitli fiziksel ve psişik fenomenleri de içerir. (Okuyucunun gereğinden fazla ürkmemesi için burada çok açık konuşmamak daha iyi olacaktır!) Hindular kişinin ölümünün tam saatinin önceden bilinmesinin çok önemli olduğuna inanırlar, çünkü o anda kişinin düşündüğü düşünceler ölümden sonraki hayatını bir dereceye kadar belirleyecektir.

24. Arkadaşlık, merhamet vs. üstüne samyama yaparak, bu vasıfların güçleri geliştirilir.

Burada I.Bölümdeki 33. özdeyişe gönderme yapılıyor: "Mutluya karşı arkadaşlık, mutsuza karşı merhamet ve erdemliden haz alma." Bu samyamaya hakim olan yoginin karşılaştığı herkese neşe verme ve onu açıdan ve kaygıdan kurtarma gücü vardır.

25. Filinki gibi herhangi bir tür kuvvet üstüne samyama yaparak o kuvvet kazanılır.

26. İçsel Işık üstüne samyama yapılarak, ince, gizli veya çok uzaktaki bilgi kazanılır.

İçsel Işık, Bölüm I'deki 36.özdeyişte ima edilen yüreğin içindeki lotusun ışığıdır.

27. Güneş üstüne samyama yaparak, kozmik uzayların bilgisi kazanılır.

28. Ay üstüne samyama yapılarak, yıldızların düzeninin bilgisi kazanılır.

29. Kutup yıldızı üstüne samyama yaparak, yıldızların hareketine dair bilgi kazanılır.

Patanjali'nin kozmolojisi ile modern atom fiziği teorileri arasında kuvvetli bir benzerlik olduğuna zaten değinilmişti. Yine de bildiğimiz kadarıyla eski Hindular kesinliği olan hiçbir bilimsel araca sahip değildiler. Bu olgu bile tek başına psişik güçlerin geçerliliğine dair bir kanıt sunuyor gibi görünebilir. Yoksa bu azizler evrenin doğasının böylesine doğru ve kapsamlı bir resmini nasıl oluşturabilirlerdi ki? Onların bilgisi, bi-

zimki gibi, sadece aletlerin yardımıyla duyusal-algılamaya dayanamazdı.

30. Göbek üstüne samyama yaparak beden yapısı hakkında bilgi edinilir.

31. Boğazdaki çukurluk üstüne samyama yaparak açlık ve susuzluk bastırılır.

32. Nefes borusu üstüne samyama yaparak mutlak hareketsizliğe ulaşılır.

Mesela bir yılanın ya da kertenkelenin hareketsizliğine. Bu yoginin bedenin gayrı ihtiyari devinimlerinden rahatsız olmadan meditasyon yapmasını mümkün kılar.

33. Başın arkasındaki parıltı üstüne samyama yaparak kişi göksel varlıkları görebilir.

Başın ardındaki parıltı yedinci lotusun, başın tepesinde bulunan en yüksek ruhsal bilinç merkezinin parıltısıyla karıştırılmamalıdır (bkz. II, 50)

34. Bütün bu bilgi güçleri, zihni kendiliğinden saflık vasıtasıyla aydınlanmış olana da bahşedilebilir.

Zihin çok yüksek bir saflık haline ulaştığı zaman, psişik güçler hiç samyama yapmaksızın davet edilmeden ve kendiliğinden ona gelebilir.

35. Kalp üstüne samyama yapılarak zihnin içeriklerine dair bilgi kazanılır.

36. Zevk alma gücü, tümüyle farklı olan, Atman'la sattwa guna arasında ayrım yapma başarısızlığından kaynaklanır. Sattwa guna sadece kendi için varolan, bağımsız olan Atman'ın vasıtasıdır. Atman'ın bağımsızlığı üstüne samyama yaparak Atman bilgisi kazanılır.

Olağan bilinç halinde bildiğimiz en yüksek zevk sattwa gunasının ilham ettiği sevinçtir. Bu cehaletimiz içinde bize saf Atman'ın sevinciyle aynı gibi görünür; fakat öyle değildir.

Sattwa en saf halinde bile hala bir gunadır; ve sattwa sevinci hala bir ölçüde egoizm içerir. Anlamamız gereken gunaların sadece Atman'ın vasıtası olduğudur ve sattwa sevinci, egoizmin olmadığı ve tümüyle gunalardan bağımsız olan Atman sevincinin sadece sönük bir yansımasıdır. Atman'la sattwa arasında bu samyamayı ve ayrımı yaparak yogi dünyevi zevkin ötesinden Atman sevincinin kendisine geçer.

37. Böylece kişi kendiliğinden aydınlanma vasıtasıyla bilgi kazanır ve doğaüstü işitme, dokunma, görme, tat ve koku alma güçlerini kazanır.

38. Bunlar dünyevi halin güçleridir, fakat samadhi'nin yolunda engeldirler.

39. Karmanın neden olduğu zihin bağları çözüldüğü zaman, yogi sinir-akımlarını çalıştırma bilgisi vasıtasıyla başkasının bedenine girebilir.

"Yogi," de Vivekananda, "kendisi başka bir bedende çalışırken bile, ölü bir bedene girip onu ayağa kaldırabilir ve hareket ettirebilir. Veya canlı bir bedene girebilir ve o insanın zihnini ve organlarını denetim altında tutabilir ve o an için o insanın bedeni vasıtasıyla edimde bulunabilir."

Bu, büyük filozof ve aziz Şankara hakkında anlatılan bir hikayeyi çağrıştırıyor. Şankara hala yetişme çağında bir oğlan çocuğuyken ev reisinin hayatının bir keşişin hayatından çok daha üstün olduğunu öne süren Mandan Misra isimli bir filozof vardı; bu tüm Hindistan'da yaygın olarak paylaşılan bir düşünceydi. Şankara, eğer Misra'yı bu fikrinden döndürebilirse izdeşlerini de döndürebileceğini bilerek Misra'yla bir tartışma yapmaya karar verdi. Büyük zorluklardan sonra Misra'yı buna ikna etmeyi başardı. Eğer Şankara kaybederse bir ev reisi olacaktı, eğer Misra kaybederse o da bir keşiş olacaktı. Şankara'nın önerisi üstüne, ünlü bir alim olan Misra'nın karısı Bharati hakem olacaktı.

Birkaç gün süren tartışmadan sonra, Misra tamamen yenildiğini itiraf etmeye hazır hale geldi. Fakat Bharati Şanka-

ra'ya şöyle dedi: "Bekle. Karı ve koca tek kişidir. Sen sadece yarımızı yendin. Şimdi benimle tartışmalısın. Felsefe hakkında herşeyi bilebilirsin, fakat ben başka bir konuyu seçiyorum. Ben seksi seçiyorum. Bu büyük bir bilimdir. İkimizden birinin bir izdeşin olmamızı talep etmeden önce benimle tartışmalı ve beni yenmelisin."

Şankara bir an afalladı. Bir keşiş ve sadece bir oğlan çocuğu olarak seks hakkında hiçbir şey bilmiyordu. Fakat aklına bir plan geldi. Bir ay erteleme istedi; ve Bharati bunu kabul etti.

O sırada Amaraka isminde bir kral ölüm döşeğindeydi. Şankara izdeşlerinden bedenini güvenli bir yere saklamalarını ve ona dikkat etmelerini istedi. Sonra yoga gücüyle bedenini terketti ve kralın yeni ölmüş bedenine girdi. Amaraka görünüşte canlandı ve ve Şankara'nın rehberliğinde krallığı yönetmeyi sürdürdü.

Şankara-Amaraka'nın herkesin hayranlığını kazanan parlak ve adil bir yönetici olduğu görüldü. Fakat Amaraka'nın iki karısı çok geçmeden olağandışı birşeylerin olduğunu kavradı. Zira yeni Amaraka sadece hayret verici derecede genç bir enerji göstermekle kalmıyor, seks konusunda bir bebek kadar bihaber de görünüyordu. Bu arada, Şankara'nın zihnini krallık ve ev yaşamı hakkında düşünceler meşgul etmeye başladı. Ne yaptığını, bunu neden yaptığını ve kim olduğunu unutmaya başladı. Şankara değil, gerçekten Amaraka olduğuna inanmaya başlıyordu.

Şankara'nın izdeşleri bunu öğrendiler. Keşişler saraya kabul edilmedikleri için gezgin müzisyenlerin kılığına girdiler ve böylece onun huzuruna çıktılar. Sonra Şankara'nın kendisinin yazdığı "Moha Mudgaram", "Aldanışın Parçalanışı" isimli şarkıyı söyhlemeye başladılar:

Sevgili, dünyanın yolları tuhaf ve senin cehaletin engin.
Karın kim, oğlun kim? Sen kimsin?
Nereden geldin?
Bunu yüreğinde düşün ve saygıyla Tanrının önünde eğil.

Bu sözler Şankara'nın kendi kimliğine uyanmasını sağladı. Şankara Kral Amaraka'nın bedenini terkedince kralın bedeni cansız yere düştü ve Şankara kendi bedenine geri döndü.

Daha sonra Şankara Misra'nın evinde ortaya çıktığı zaman Bharati de yoga güçlerine sahip olduğu için onun ne yaptığını hemen anladı ve daha fazla tartışmadan yenilgiyi kabul etti.

40. Akciğerleri ve vücudun üst kısmını yöneten sinir-akımlarını kontrol ederek yogi suyun ve bataklıkların ya da dikenlerin ve benzeri nesnelerin üstünde yürüyebilir ve istediği zaman ölebilir.

41. Prana'yı yöneten kuvveti kontrol ederek kendini bir ışık parıltısıyla çevreleyebilir.

Bu yaşam enerjisinin (prana) çeşitli işlevlerini düzenleyen güçtür. Sri Ramakrişna'nın kardeş-izdeşlerinden birinin gerçekten bu gücü vardı; ve bir keresinde bunu karanlık bir gecede Ramakrişna için yolu aydınlatmak için kullandığı kaydedilmiştir. Ne var ki daha sonra Ramakrişna ondan bu gücü almak gerektiğini gördü, çünkü bu onu tehlikeli derecede egoist yapıyordu.

42. Kulakla esir arasındaki ilişki üstüne samyama yaparak, doğaüstü işitme güçleri kazanılır.

43. Bedenle esir arasındaki ilişki üstüne samyama yaparak ya da meditasyon yoluyla bir pamuk ipliğinin hafifliğini kazanarak, yogi havada uçabilir.

44. Bedenden ayrıldığı zaman -Büyük Enkarnasyon-suzluk olarak bilinen hal- zihnin düşünce dalgaları üstüne samyama yaparak tüm örtüler bilginin ışığından uzaklaşır.

39. özdeyiş gibi, bu bir başkasının bedenine geçmek için yogaya özgü zihni kişinin bedeninden geri çekme gücüne gönderme yapıyor. Bu geri çekme, "Büyük Enkarnasyonsuzluk" halinde, rajas ve tamas'dan oluşan zihinsel örtüler uzaklaşıp gider ve sattwa'nın ışığı açığa çıkar.

45. Elementlerin kaba ve ince şekilleri üstüne, esas özellikleri ve içlerindeki gunaların doğaları üstüne ve birey için sağladıkları deneyimler üstüne samyama yapılarak kişi elementlerin hakimiyetini kazanır.

46. Böylece kişi bir atom kadar ufak olma gücünü ve tüm benzer güçleri kazanır; aynı zamanda artık elementlerin engellemelerine maruz olmayan bedenin mükemmelliğini kazanır.

Yogi sadece bir atom kadar küçük olmakla kalmaz, bir dağ kadar büyük, kurşun kadar ağır ve hava kadar hafif de olabilir. Ve elementler ona engel olmayı keserler. O kayanın içinden geçebilir. Elini yanmadan ateşin içinde tutabilir. Islanmadan suyun üstünde yürüyebilir. Bir kasırgaya karşı dimdik ayakta durabilir.

47. Bedenin mükemmelliği güzellik, zerafet, kuvvet ve bir yıldırımın sertliğini içerir.

48. Duyu organlarının nesnelerle temasa geçtikleri zaman geçirdikleri değişim üstüne, duyu organlarının aydınlanma gücü, ego-duygusu- organları oluşturan gunalar ve bunların bireye sağladığı deneyimler üstüne samyama yaparak kişi organların hakimiyetini kazanır.

49. Böylece beden zihin kadar hızlı hareket gücü, duyu organlarını beden sınırları dışında kullanma gücünü ve Prakriti hakimiyetini kazanır.

48. Özdeyiş bir idrak etme ediminin ayrı ayrı tüm safhaları üstüne tedricen yapılan samyamayı tanımlar.

49. Özdeyişte bahsedilen duyu organlarını bedenin sınırları dışında kullanma gücü kişinin gaipten görme ve duyma çalışmasını mümkün kılar. Esas neden olan Prakriti Hakimiyeti yogiye Prakrit'den gelişen tüm etkilerin kontrolünü verir -başka bir deyişle Doğanın kontrolünü.

50. Sattwa gunası ile Atman arasındaki ayrım üstüne samyama yapılarak mutlak kudrete ve mutlak bilmeye ulaşılır.

Bu ayrım zaten 36.özdeyişte irdelendi.

51. Bu güçlerin bile terkedilmesiyle kötünün tohumu yokedilir ve bunu kurtuluş izler.

"Kötünün tohumu" cehalettir. Cehalet yüzünden insan Atman olduğunu unutur ve kendisi için özel, ayrı bir ego-kişiliği illüzyonu yaratır. Bu ego- kişiliği arzularını tatmin etmeye ve dış doğa üstünde güç ve mal mülk kazanmaya azmeder. Tüm güçler içinde, egonun açısından, psişik güçler en arzulananıdır; ve psişik güçler içinde en büyük olanları besbelli mutlak kudret ve mutlak bilmedir (Patanjali'nin önceki özdeyişte gönderme yaptığı gibi). Bu güçleri elinde tutan ve yine de bunları reddeden yogi egonun nihai baştan çıkarışını reddetmiştir. Böylece esaretten kurtulur. (Mesela, İsa Şeytan'ın ona çölde sunduğu psişik güçleri reddetmiştir.)

52. Yüksek yerlerdeki görünmeyen varlıklar tarafından baştan çıkarıldığı zaman, bırakın yogi ne cezbedildiğini ne de övüldüğünü hissetsin; zira o bir kez daha cehalet tarafından yakalanma tehlikesi içindedir.

"Yüksek yerlerdeki görünmeyen varlıklar", enkarnasyonsuz tanrıların durumuna ulaşmış ve Doğa güçleri içine karışıp eriyen ve önceden (I,19) gönderme yapılan göçmüş yogilerdir. Bu tür varlıklar kurtuluşa ulaşmayı kesin olarak başaramamışlardır, çünkü psişik güçlerin baştan çıkarışlarına teslim olmuşlardır. Bu nedenle, bu tür baştan çıkarışlara boyun eğmeyenleri kıskandıkları ve onları tekrar cehalate sürüklemeye çalıştıkları söylenir. Vyasa'ya atfedilen Patanjali'nin özdeyişlerinin yorumunda, "bu yüksek yerlerdekilerin" yogiye sunduğu cezbedici şeyler tuhaf fakat kuvvetli bir şekilde şöyle betimlenir: "Efendim, burada mı oturacaksınız? Burada mı dinleneceksiniz? Bu zevk hoşunuza gidebilir. Bu kızı çekici bulabilirsiniz. Bu iksir yaşlılığı ve ölümü uzak tutar. Bu arabada havada uçabilirsiniz. Orada bütün dilekleri yerine getiren

ağaçlar var. Bu kutsal akarsu size mutluluk verecek. Bu azizler herşeyi bilirler. Bu huriler emsalsiz güzellikteler ve onları soğuk bulmayacaksınız. Gözleriniz ve kulaklarınız olağanüstü keskin olacak, bedeniniz bir pırlanta gibi ışıldayacaktır. Bu ayırt edici erdemlerin sonucu olarak, Yüce Efendim, tüm bu ödüller size verildi. Lütfen bu bitmez tükenmez, yaşsız, ölümsüz ve tanrılar için aziz olan bu cennete girin."

Bu şekilde baştan çıkan yoginin şu şekilde yanıt verilmesi salık verilir: "Ben korkunç reenkarnasyon kömürlerinin üstünde piştim. Ölüm ve yeniden doğumun karanlığında debelendim. Şimdi nihayet cehaletin gölgelerini dağıtan yoga lambasını buldum. O zaman onun ışığını görmüş olan ben nasıl duyusal şeylerle bir kez daha yoldan çıkabilirim ki?"

Büyük Hindu öğretmenlerin hepsi bir yoginin ruhsal gelişimine dış kuvvetlerin -enkarnasyonsuz tanrıların, psişik ya da gizli maddi alandaki varlıkların veya toprağa bağlı ruhlarınmüdahale edebileceğine inanıyorlardı. Ve bu inanç aşağıdaki gibi başlayan geleneksel Hindu ritüel ibadetinde sembolize edilmiştir:

Önce ibadetçi Tanrı'nın varoluşunu herşeye nüfuz eden Varoluş olarak her yerde hissetmeye çalışmalıdır. Sonra duyu kapılarının kilitli olduğunu ve yüreğinde Tanrı'nın bulunduğu mabede girdiğini hissetmelidir. Şöyle demelidir: "Tıpkı gözleri sonuna kadar açık birinin gökyüzünü önünde görmesi gibi, görenler de her zaman tanrının yüce gerçeğini görürler." Onun zaten bu ruhsal görüş gücünü kazandığını hayal etmeye çalışarak mantra'sını tekrarlayarak şimdi gözlerini açıyor. Gördüğü herşeyde Tanrının varlığını görmeye ve mantrası gücüyle enkarnasyonsuz Tanrıların yarattığı engellerin kalktığını bilmeye çalışarak etrafına bakmalıdır.

Bundan sonra, tüm psişik engelleri kaldırması için Tanrının koruyucu gücünü çağırarak, bir kaşık suyu sanki psişik alemin içine fırlatıyormuş gibi havaya fırlatmalıdır.

Son olarak, sağ başparmağıyla işaret parmağı arasında biraz pirinç tutmalı ve şöyle diyerek bunu bir daire şeklinde

serpmelidir: "Toprağa bağlı ruhlar ve engel yaratan ruhlar Şiva'nın iradesiyle yokolsun." Toprağa bağlı ruhların intihar eden ruhlar oldukları söylenir. Onlar toprağa bağlıdırlar, çünkü hala bu edimleriyle reddetmeye çalıştıkları karmayı sonlamak zorundadırlar. İbadetçi şimdiki şeklinden kurtulabilmesi ve böylece kurtuluşa doğru ilerlemek için serbest kalmak için dua eder. Bazen toprağa bağlı ruhlara gönüllerini almak için yemek sunulur ve onlara ya orayı terketmeleri ya da kalıp saygılı bir uzaklıktan ibadeti seyretmeleri söylenir.

Ancak bu başlangıç seremonilerinden sonra ibadetçi seçtiği Tanrı'ya doğrudan ibadet etmeye geçebilir. Kişi sadece yeni başlayan biri olmaya son verip mistik bir deneyim kazandığı zaman kişiliği manyetik hale gelir. Başkaları üstünde psikolojik gücü ve cinsel cazibesi olduğunu bulgular. Aynı zamanda duyuları daha keskinleşir ve daha zevk alabilir hale gelir. Bu nedenle, esas amacını unutmasına neden olacak, güç -ve seks- ilişkilerine girmesi çok kolaydır. Onun doğasında gördükleri tanrıya benzer nitelikler nedeniyle ona doğru çekilen insanlar onun Tanrı'dan tedrici uzaklaşmasının en büyük sorumluları olabilirler. Fakat Sri Krişna'nın söylediği gibi, "Brahman'ı arayan hiç kimse asla kötü bir sonla karşılaşmaz." Böyle bir sapma olsa bile bu ruhsal arayıcını eninde sonunda yolunu bulacağına ve onu başka yola saptıranların da, bir dereceye kadar, onunla bu ilişkilerinden ruhsal fayda sağladıklarına inanabiliriz.

53. Tek tek anlar ve bu anların zaman içindeki ardışıklığı üstüne samyama yaparak ayırd edici bilgi kazanılır.

Bir "an"la bölünmez bir birim, hayal edilebilir en küçük lahza kastedilir. Bir anı Patanjali bir nesne olarak sayar. O bir köpek, bir elmas ya da bir ağaç gibi dış fenomenlerin düzenine aittir. Fakat bir anlar ardışıklığı -yani "zaman" diye adlandırdığımız şey- bir nesne değildir; o sadece zihinlerimizin yarattığı bir yapı, bir fikirdir.

Tek tek anlar ve anların zaman içindeki ardışıklığı üstüne samyama yaparak yogi tüm evrenin her bir an içinde bir değ-

şimden geçtiğini kavramaya başlar. Böylece evrenin doğasının geçici olduğunu anlar. Ayırt edici bilgiyle kastedilen bu anlayıştır. Yoginin zihni "zaman" illüzyonuna maruz olmadığı için deneyimlerinin gerçek doğasını anlayabilir. Zaman ardışıklığı bağlamında düşünen geri kalanlarımız, bir anın hislerini zihinsel olarak sonraki ve bir sonraki ana taşıyarak hislerimizi sürekli olarak genelleştiririz. "Tüm öğleden sonra üzüldüm," deriz, oysa gerçekte sadece 2.15'de, 2.37'de, 3.01'de v.s. üzülmüşüzdür. Böylece sadece kendimizi aldatmış olmakla kalmayız, pek çok hayali acı da çekeriz. Zaman-ardışıklığını bozarak ve şimdiki zamanın her bir anında olanlara konsantre olarak eziyete dayanmak için bir Zen Budist tekniği vardır. Bu şekilde ıstırabın sürekliliği kesilebilir ve daha dayanılabilir hale getirilebilir. Zira ıstırap büyük ölçüde geçmiş acılarımızın anısından ve gelecekte acıların tekrarlanması korkusundan oluşur ve bu anı ve bu korku bir zaman-ardışıklığı bilincine bağlıdır.

54. Böylece türleri, karakteristik işaretleri ya da uzaydaki pozisyonları vasıtasıyla ayırt edilemeyen birbirine tamı tamına benzeyen iki nesne arasında ayrım yapılabilir.

Farzedelim darphaneden yeni çıkmış birbirinin aynısı iki parayı alıp önce birini, sonra diğerini gösterdiniz; sonra bunları arkanızda değiştirip tekrar gösterdiniz. Patanjali'ye göre bu samyamayı yapan yogi ona önce hangisini gösterdiğinizi söyleyebilecektir.

Bu ayrım yapma gücünün ruhsal değeri elbette kişinin her zaman Atman'la, ne kadar aldatıcı olursa olsun dış görünüş olan Atman-olmayan arasında ayrım yapma yeteneğinde yatar.

56. Bu ayırt edici bilgi kişiyi cehaletin esaretinden kurtarır. Bu bilgi tüm nesneleri kendiliğinden, varoluşlarının her anında ve tüm değişiklikleri içinde kavrar.

Duyusal algıya dayanan olağan bilgi bir ardışıklıktır. Belli bir nesne hakkında bir olgu, sonra bir başka olgu, sonra başka olgular öğreniriz. Fakat ayırt edici bilgiye sahip olan yogi

nesneleri tam olarak ve anında anlar. Mesela eğer başka bir insanla karşılaşırsa onu aynı anda hem tüm geçmişiyle hem gelecekteki dğişimleriyle, bir bebek, bir genç, bir yetişkin ve bir yaşlı olarak, bilir. Bu tür bilgi ebedidir; o sonsuzluk içindedir, zaman içinde değil. O insanı karma ve cehaletin esaretinden kurtarır.

57. Mükemmelliğe zihin Atman kadar saf hale geldiği zaman ulaşılır.

Zihindeki tüm düşünce-dalgaları sakinleştiği zaman zihin saf, ayırt etmeyen bilinçten başka hiçbir şey tutmaz. Bu halde zihin Atman'la birdir. Sri Ramakrişna şöyle derdi: "Saf zihin ve Atman aynıdır."

IV- Kurtuluş

1. **Psişik güçler ya doğumda, ya uyuşturucu maddelerin etkisiyle, ya sözlerin gücüyle, ya perhiz uygulamasıyla ya da konsantrasyon yoluyla kazanılabilir.**

Bazı insanlar önceki hayatlarındaki mücadelelerin bir sonucu olarak psişik güçlerle doğarlar. Sadece psişik güçler de değil, gerçek ruhsal dahidirler. Bunlar bütün insanlar içinde en gizemli olanlardır, çocukluklarının erken dönemlerinde bile Tanrı sevgisi ve bilgisiyle dolu olan ve görünürde dünyeviliğin baştan çıkarışlarıyla etkilenmeden büyüyen "doğal" aizilerdir.

Bhagavad-Gita'da Arjuna şöyle sorar: "Farzedelim bir insanın inancı var, fakat yeterince fazla çabalamıyor. Zihni yoga çalışmasından uzaklarda dolanıyor ve mükemmelliğe ulaşmayı başaramıyor. O zaman ona ne olur?" ve Sri Krişna yanıtlar: "Bir insan yoga çalışmasından uzak kalsa da yine de iyi edimlerde bulunanların cennetini kazanır ve orada yıllarca kalır. Ondan sonra saf ve refah ebeveynlerin evine yeniden doğar... O zaman önceki bedeninde kazandığı ruhsal feraseti yeniden kazanır; ve böylece mükemmellik için her zamankinden daha çok çabalar. Önceki hayatındaki çalışmaları nedeniyle Brahman'la birliğe doğru çekilir, hatta kendisine rağmen.

Belli uyuşturucular görüntü oluşturabilirler, fakat bunlar değişmez şekilde psişiktir -yaygın olarak inanıldığı gibi ruhsal değildir. Dahası, uzun süreli ruhsal tükenmeye ve inançsızlığa neden olabilir ve hatta beyne sürekli zarar verebilirler.

Kutsal sözlerin ya da mantraların tekrarlanması, söylendiği gibi, ruhsal ilerleme sağlamak için paha biçilmez bir yardımcıdır. Psişik güçler oluşturan özel mantralar da vardır.

Perhiz uygulamaları da kişinin irade gücünü büyük ölçüde kuvvetlendirir, böylece psişik güçler de kazanılabilir.

Fakat bütün yollar arasında psişik güç kazanmanın en güvenilir yolu konsantrasyondur. Bu önceki bölümde ayrıntılı olarak anlatıldı.

2. **Bir türün başka bir türe dönüşmesine doğanın içe akışı neden olur.**

3. **Bu dönüşümün doğrudan sonuçları iyi veya kötü edimler değildir. Bunlar sadece doğal evrimin önündeki engelleri kaldırılar; tıpkı bir çiftçinin suyun kendi doğasında akması için bir akan suyun önündeki engelleri kaldırması gibi.**

Patanjali burada tarımdan örnek vererek türlerin evrimine dair Hindu teorisini açıklıyor. Tarlalarını su bendinden sulayan birinin su taşıması gerekmez. Su zaten oradadır. Çiftçinin yapması gereken tek şey bir bent kapağı açmak ya da bir barajı yıkmaktır, böylece su yerçekiminin doğal gücüyle tarlada akar.

Patanjali'ye göre, sadece "bent"ten serbest bırakılmayı bekleyen her birimizin içinde taşıdığı "su" evrimin kuvvetidir. Edimlerimizle bu "bent kapısını açarız", su tarlanın içine akar; tarla ürün verir ve böylece dönüşür. Diğer bir deyişle gelecek yeniden doğumun şekli belirlenir. *"Tüm ilerleme ve güç zaten her insanın içindedir,"* der Vivekananda. *"Mükemmellik her insanın doğasındadır, sadece engellenmiştir ve doğru akışı önlenmiştir. Eğer biri bu engeli kaldırırsa asıl doğası içine akar."*

Bu bent imgesini izlersek, kötü edimlerde bulunma ve bunun sonucunda kötü karmanın birikmesi barajı yanlış yerde açmaya ve böylece her yeri mahvedecek ve tarlayı bozacak felaket bir sele neden olmaya benzer. Eğer bu olursa suçlu

olan su değildir; şu ya da bu şekilde bir değişime neden olmak onun doğasındadır. Bunun doğru yönlendirilmesi gerekir. Ve bundan tümüyle sorumlu olan çiftçidir.

Eski Hindu evrim teorileriyle modern Batı teorileri arasında radikal bir fark olduğu görülecektir. Vivekananda'nın söylediği gibi: *"Moderncilerin geliştirdiği evrimin iki nedeni, yani cinsel seçicilik ve en uygun olanın hayatta kalması, yetersizdir. Farzedelim insan bilgisi o kadar ilerledi ki hem fiziksel besin hem de bir eş bulma rekabeti bertaraf oldu. O zaman moderncilere göre, insan gelişimi duracak ve ırkımız ölecektir. Fakat Patanjali evrenin gerçek sırrının zaten her varlığın içinde olan mükemmeliğin tezahürü olduğunu söyler; bu mükemmellik engellenmiştir ve arkasındaki ebedi med cezir kendini ifade etmek için çabalamaktadır. Tüm rekabet son bulduğunda bile arkadaki bu mükemmel doğa her birimiz mükemmel hale gelene kadar ilerlememizi sağlar. Bu nedenle ilerlemek için rekabet gerektiğine inanmanın nedeni yoktur. Hayvanda insan bastırıldı, fakat kapı açılır açılmaz insan dışarı fırladı. Böylece insanda cehalet kilitlerinin ve engellerinin tuttuğu potansiyel tanrı vardır. Bilgi bu engelleri yıktığı zaman tanrı tezahür eder."*

4. **Tek başına ego-duygusu zihinler yaratabilir.**
5. **Farklı yaratlan zihinlerin faaliyetleri değişik olsa da bunların hepsini tek özgün zihin kontrol eder.**

Bu iki özdeyiş, kişinin kendine özgün zihnin üstünde kontrol sağladığı birkaç ikincil zihin yaratma psişik gücünü ima eder. Bireysel bir zihin yaratan ego-duygusu olduğu için (I,17), bu ego-duygusunun özgün olanın etrafında uydular gibi dönen ikincil zihinler yaratabilmesi gerektiği teorik olarak açıktır. Buradaki fikir yoginin tüm karmasını daha çabuk tüketmek için birkaç zihne ve bedene sahip olmayı isteyebileceğidir. Fakat bu planın bilgeliği şüpheli görünür. Kendine pekçok beden yapan ve bu yolla cinsel arzusunu tüketmeyi uman bir kralın hikayesi vardır. Fakat sonunda şöyle diyerek bu gi-

rişiminden vazgeçer: "Şehvet asla hazla tatmin olmuyor; sadece tereyağıyla beslenen bir ateş gibi gittikçe daha çok alevleniyor."

Patanjali sonraki özdeyişte bunu kabul ediyor gibi görünüyor.

6. Farklı zihin tipleri içinde, sadece samadhiyle saflaşmış olan tüm gizli karma etkilerinden ve tüm arzulardan kurtulmuştur.

Başka bir deyişle karma sadece ruhsal kavrayış yoluyla tüketilebilir; asla sırf deneyimin doymuşluğuyla değil.

7. Yoginin karması ne siyahtır ne beyaz. Başkalarının karması üç türdür: beyaz, siyah ya da karışık.

Sıradan insanların karması ya siyahtır (kötü), ya beyaz (iyi) ya da karışıktır. Fakat bir insan samadhiye ulaştığı zaman edimleri herhangi bir tür karma yaratmayı keser (bkz.I, 18). Ancak aydınlanmış yogi edimde bulunmayı sürdürür, karmalar oluşmaktadır ve bunların içine biraz kötü bile karışmış olabilir. Bu karmaları kim alır? Şankara bu soruya ilginç bir yanıt veriyor. O bu aydınlanmış yoginin karmalarının iyi etkilerini onu sevenler alacakken, kötü etkilerini de ondan nefret edenlerin alacağını söyler.

Avatar ya da ilahi bir enkarnasyonla durum böyle değildir. Krişna, İsa ya da Ramakrişna gibi bir avatar Tanrının gerçek bir enkarnasyonudur. O fenomen dünyasına bir lütuf ve ilahi özgür irade edimiyle girer, yoksa önceki doğumlarının karmaları onu zorladığı için değil. O karmalar olmadan dünyaya gelir ve bu dünyadaki edimleri hiç karma yaratmaz. Bu nedenle karmalarının etkileri ne iyi ne kötü başkaları tarafından alınmaz.

Hindu din literatüründe Tanrıdan ya da bir avatardan nefret eden insanlara dair hikayeler vardır. Kamsa bebek Krişna'yı öldürmeye çalışır, tıpkı Herod'un İsa bebeği öldürmeye çalışması gibi. Shishupal Krişna ile savaştı. Ravana Rama ile savaştı. Ve tüm bu durumlarda bu insanlar kurtuluşa ulaştılar.

Bu bir Hıristiyan'a tuhaf gelebilir; fakat burada vurgulanan nokta yoğun duygunun ruhsal değeridir. Bir avatarı sevmek en iyisidir, fakat ona karşı kayıtsız olmaktansa ondan tutkuyla nefret etmek daha iyidir. Kayıtsızlık her zamanki gibi en kötü günahtır. Rajas ruhsal olarak tamastan daha yüksektir. Rajas yoluyla sattwa'ya ulaşabiliriz; nefret yoluyla sevgiyi bulabiliriz. Bu nedenle eski Hindular Dante'nin Judas Iscariot'u cehennemin en düşük kademesine koymasına karşı çıkmışlardır.

8. Bu üç tür karmanın oluşturduğu eğilimler içinde sadece şartlara uygun olanlar tezahür eder.

Belli bir genedoğumunda bir insanın durumu, karmalarının dengesiyle belirlenir. Bu dengenin çok uygun olduğunu ve kişinin bir keşiş ya da ruhsal öğretmen olmak için doğduğunu farzedelim. Yine de daha az uygun koşullar altında kötü eğilimler yaratacak olan kötü karmalara sahip olacaktır. Fakat mesleğine göre yaşaması ve öğrencilerine iyi bir örnek sunması gerektiği için bu eğilimler kullanılmaz ve sadece iyi eğilimler tezahür eder. Böylece bu özdeyiş doğru çevrenin ve ruhsal insanlarla ilişkinin önemini vurgular. Eğer bir köpek olarak doğmuşsanız hala iyi eğilimleriniz olabilir, fakat bunlar köpek olma koşulunuz tarafından büyük ölçüde sınırlanacaktır. Hayvan doğanıza uygun olarak edimde bulunmanız gerekir.

9. Geçmiş eğilimlere dair anılarımız nedeniyle, neden sonuç zinciri türdeki, uzay ve zamandaki değişimler nedeniyle kırılmaz.

"Anı" ile Patanjali bilinçli hatırlamayı değil, şimdiki yaşantımızdaki düşünce ve edimlerle geçmiş yaşantılarımızdan alınan izlenimlerin bilinçaltı tanzimini kastediyor. Karma -neden sonuç zinciri- kesinlikle süreklidir. Eğer, pekçok enkarnasyon akışı içinde türümüzü değiştirirsek -hayvandan insana ve insandan insan olmayan bir varlığa evrimleşerek- karmamız hala işlemeye devam edecektir. Ne var ki önceki özdeyişte belirtildiği gibi, her bir yaşamda sadece türümüze ve koşullarımıza uygun eğilimler tezahür edecektir; geri kalanı reenkar-

nasyona uğrayıp onlara uygun tür ve koşulları buluncaya kadar kullanılmadan kalacaktır.

10. Varolma arzusu her zaman mevcut olduğu için, eğilimlerimizin bir başlangıcı olmuş olamaz.

Öğrenmiş olduğumuz gibi, Hindu felsefesi yaradılış ve yokoluşu başlangıçsız ve sonsuz bir süreç sayar. Karma hep işlemiş, hep eğilimler yaratmıştır. İlk edim yoktur. Ancak bireyler olarak, fenomenler seviyesinde bu varolma arzusundan vazgeçerek ve Atman'ı, ebedi doğamızı kavrayarak kendimizi karmadan kurtarabiliriz. Evrendeki her bireyin kurtuluşa ulaştığını farzedelim, evren varolmaya son mu verirdi? Hala zamanın içinde olan hiçbirimiz bu soruya yanıt veremeyiz. Esasında bu soru doğru bir şekilde sorulamaz. Zira fenomen evreni "idi"den "-acak"a doğru aralıksız bir geçiş içinde iken, Atman ebediyen "şimdi"dir. Ve insani, zamana bağlı zihin bu ifadeyi kullansa da bunun gerçekten ne anlama geldiğini anlaması mümkün değildir.

11. Bilinçaltı eğilimlerimiz neden ve sonuca bağlıdır. Bunların temeli zihindedir ve duyu-nesneleri tarafından uyarılırlar. Eğer bunlar kaldırılırsa bu eğilimler de yokolur.

Karma ancak belli nedenler mevcut olduğu sürece eğilimler üretebilir ve işler kılabilir. Bu nedenler (II,3) cehalet, egoizm, bağlılık, nefret ve yaşama bağlanma arzusudur. Bu nedenlerin etkileri (II, 13) yeniden doğuş, uzun ya da kısa bir yaşam ve zevk ve acı deneyimleridir. Temel olarak, karma Atman'ın cehaletinde kök salmıştır. Bu cehaleti kaldırın, karmayı yok edersiniz.

"Bu engin evren bir çarktır" der Swetaswatara Upanişad. *"Doğuma, ölüme ve yeniden doğuma maruz bütün yaratıklar onun üsütndedir. Döndükçe döner ve asla durmaz. O Brahman'ın çarkıdır. Bireysel öz Brahman'dan ayrı olduğunu düşündüğü sürece çarkın üstünde döner durur...Fakat Brahman'ın inayetiyle onunla özdeşliğini kavradığı zaman artık çarkın üstünde dönmeyi keser. Ölümsüzlüğe ulaşır."*

12. "Geçmiş" diye adlandırdığımız şekil ve ifade ve "gelecek" diye adlandırdığımız şekil ve ifade vardır; her ikisi de her zaman nesnenin içinde varolur. Şekil ve ifade zamana -geçmiş, şimdi ya da gelecek- göre değişiklik gösterir.

13. Bunlar, gunaların doğasına göre, ya açıktır ya da gizlidir.

14. Gunalar her şekil ve ifade değişimi içinde birlikte işledikleri için herşeyin içinde bir birlik vardır.

Gita şöyle öğretir: *"Varolmayan asla varlık bulamaz ve olan asla olmaya son veremez."* Bir nesnenin şekilleri ve ifadeleri değişebilir, fakat tüm bu şekil ve ifade değişiklikleri varolmuştur ve potansiyel olarak nesnenin içinde varolmayı sürdüreceklerdir. Geçmiş ve gelecek nesnenin içinde, tezahür etmeyen, gizli bir şekil içinde varolur. Bununla beraber oradadırlar. Evrendeki hiçbir şey kaybolmaz.

Tüm nesneler gunalardan oluşmuştur. Gunalar kaba bir tezahür yansıtabilirler; yani görülebilir ve elle tutulabilir bir nesne. Ya da duyular için açık olmayan gizli bir tezahür yansıtabilirler. Dahası, karşılıklı ilişkilerini değiştirebilirler -böylece mesela sattwa yerine rajas hakim hale gelir; ki bu durumda nesnenin şekli tümüyle değişebilir. Fakat bu üç guna şu ya da bu bileşim içinde bulunmaya asla son vermedikleri için nesne şekil ve ifadelerinin çeşitliliği içinde bile temel bir birliği muhafaza eder.

Böylece bireyin pekçok yeniden doğumu boyunca esas olarak aynı zihnin varolduğunu görürüz. Zihnin farklı enkarnasyonlar içinde şekil ve ifadesini değiştirmesini sağlayan sadece gunaların oyunudur; kah baskın olarak kötü, kah baskın olarak iyidir. İyi bir adamın zihninde geçmiş kötü izlenimler hala gizli bir şekilde varolur; ve gelecek izlenimler de, bunlar her ne ise, vardır.

O zaman kurtuluş nasıl mümkün olur? Patanjali bu soruya zaten birkaç kez yanıt verdi; ve bu bölümdeki 11.özdeyiş-

te yanıtını tekrar belirtti. Bilinçaltı eğilimlerimizin, der, temeli zihindedir. Bu nedenle kurtuluşa ulaşmak için kişinin zihinle özdeşleşmeyi kesmesi gerekir. Her şüphenin ötesinde zihin olmadığını, Atman olduğunu bilirse karmasından kurtulur.

Özgürleşmiş bir ruhun zihninin, tüm geçmiş, şimdiki ve gelecek izlenimleriyle birlikte, artık fenomen bir nesne olarak varlığı yoktur; fakat kaybolmamıştır. Ayrışmamış maddeye, prakriti'ye geri dönmüştür. Aydınlanmış ruhun bilgisinin hem şimdiyi hem geleceği geçmişe döndürdüğüne dair bir Hindu deyişi vardır.

15. **Aynı nesneyi farklı zihinler farklı şekillerde algılar. Bu nedenle zihnin bu nesneden başka olması gerekir.**

16. **Nesnenin tek bir zihnin algısına bağlı olduğu söylenemez. Zira eğer durum buysa, bu tek zihin onu algılamadığı zaman bu nesnenin var olmadığı söylenebilir.**

Bu iki özdeyişte Patanjali öznel idealizm felsefesini yalanlıyor. Sankhya felsefesini izleyerek, zihinsel algımızdan bağımsız olan nesnel bir dünya gerçekliğini kabul ediyor. Dahası, bir bireyin algılarının bir başkasınınkinden değişik olduğunu belirtiyor. Yorumcular bu konuda genç ve güzel evli bir kadın örneği veriyorlar. Kadın kocasına neşe verir, diğer kadınların güzelliğini kıskanmasına neden olur, şehvetli insanlarda şehvet uyandırır ve nefs-kontrolü olan erkekler tarafından kayıtsızlıkla bakılırdı. Bu gözlemcilerden hangisi onu gerçekten olduğu gibi bilir? Hiçbiri. Kendi-içindeki-nesne duyusal-algıyla bilinemez. (I, 43)

17. **Nesne zihnin ruh hallerine bağlı olarak bilinir ya da bilinmez.**

18. **Zihnin Tanrısı, Atman değişmez olduğu için, zihnin dalgalanmalarına her zaman aşinadır.**

19. **Zihin kendi kendini aydınlatıcı değildir, çünkü bir algılama nesnesidir.**

20. **Ve hem nesneyi hem özneyi aynı anda kavrayamadığı için.**

Bu kitabın en başında (I,2) gördüğümüz gibi, zihin gören değil, fakat ebedi olarak bilinçli olan Atman'ın vasıtasıdır. Zihin nesnelerin sadece aralıklı olarak bilincindedir ve onlara dair algılamaları kendi dalgalanmalarına göre değişiklik gösterir. Zihin sürekli değişmektedir, onun algı nesnesi de öyle. Sadece Atman değişmeden kalarak tüm algılamanın ölçülebildiği bir standart sağlar. Vivekananda yanında bir araba giden hareket halindeki bir tren örneği verir. "Bu ikisinin hareketini belli bir ölçüde bulmak mümkündür. Fakat başka bir şey daha gereklidir. Hareket ancak hareket etmeyen başka bir şey olduğu zaman algılanabilir.... Bu ardışık seriyi hiç değişmeyen birşeyi bilerek tamamlamalısınız."

Zihin ancak, dış dünyada algıladığı herhangi bir nesne kadar bir algı nesnesidir. Zihin kendi kendini aydınlatıcı değildir; yani güneş gibi ışık verici değil, ay gibi ışık yansıtıcıdır. Işık veren, Güneş, Atman'dır ve zihin ancak Atman'ın yansıtılmış ışığıyla parlar ve algılar.

Eğer zihin kendi kendini aydınlatıcı olsaydı hem kendini hem de dıştaki bir nesneyi aynı anda algılayabilirdi. Bunu yapamaz. Dıştaki bir nesneyi algılarken kendi üstüne yansıyamaz veya bunun tersi de doğrudur.

21. Eğer insan birincisini algılamak için ikinci bir zihin isteseydi, o zaman sayısız zihin talep etmesi gerekirdi; ve bu da bir bellek karmaşasına neden olurdu.

Eğer bir filozof -Atman'ın varlığını kabul etmekten kaçınmak için- zihnin gerçekte iki zihin, bilen ve bilginin nesnesi, olduğunu ileri sürerse, o zaman kendini zor durumda bulur. Çünkü eğer A zihni B zihniyle bilinirse, o zaman B'yi bilen olarak bir C zihninin, C'yi bilen olarak bir D zihninin v.b. talep edilmesi gerekirdi. Sonsuz bir geri çekilme olurdu, tıpkı duvarları aynalarla kaplı bir odadaki gibi. Üstelik, bu zihinlerden her birinin bireysel bir belleği olacağı için hatırlama işlevi büyük bir karmaşa haline gelecektir.

22. **Atman'ın saf bilinci değişmezdir. Onun bilincinin yansıması zihnin üstüne düştüğü zaman, zihin Atman'ın şeklini alır ve bilinçli gibi görünür.**

23. **Zihin algılayabilir, çünkü hem Atman'ı hem algı nesnelerini yansıtır.**

Zihin Atman'la dışarıdaki nesne arasında, ortada durur. O nesneyi algılama gücünü sadece Atman'dan ödünç almıştır. Son derece karanlık bir odada bir ayna önünde duran adamı yansıtamaz. Fakat içeri bir ışık girdiği zaman, ayna hemen o insanı "algılar".

Aynı şekilde, Hindu felsefesinde bireysel ruh "yansıtılımış" ya da "gölge Atman" olarak bilinir. Ayrı bir varoluşu yoktur. O sadece, ayrı bir ego duygusu ortaya çıkaran, Atman'ın zihin üstündeki yansımasıdır.

24. **Zihnin sayısız izlenimleri ve arzuları olsa da sadece bir başkasına, Atman'a hizmet etmek için işlevde bulunur; zira, bileşik bir madde olduğundan kendi adına ve bağımsız olarak işlevde bulunamaz.**

Bu dünyadaki her bireyler ya da güçler bileşiminin kendi edimi veya varoluşu için bir amacı olması gerekir; aksi halde rastgele bir araya gelen anlamsız, işlevsiz bir nesneler koleksiyonu olurdu sadece. Bir kongre ya da meclis, eğer bir topluluk için yasa çıkarma amacına sahip olmasaydı, sadece bir odadaki gürültülü bir bireyler topluluğu olurdu. Bir sahip gelip onu mesken tutana ve ona sahip olana kadar bir ev sadece bir materyaler yığınıdır. Karşıt ilgileri ve arzuları olan bağırıp çağıran bir meclis. Ona "müzakere usulleri hatırlatılına" kadar bir tımarhaneden başka bir şey değildir. O ancak Atman'ın dışsal iradesiyle amaçlı hale gelebilir.

25. **Ayrım yapan kişi zihni Atman saymaya son verir.**

26. **Zihin ayrım yapma çalışmasına eğildiği zaman kurtuluşa doğru ilerler.**

27. **Eğer zihin ayrım yapmaya biraz bile olsa ara verirse,**

geçmiş izlenimler nedeniyle zihin çelen unsurlar ortaya çıkabilir.

28. Bunlar aydınlanmanın önündeki engellerin altedildiği gibi altedilebilir.

Yani, bölüm II, 10 ve 11 özdeyişlerde açıklandığı gibi, meditasyon ve zihni ana nedene geri döndürerek (yani samadhi'ye ulaşarak).

Sri Ramakrişna'nın bir deyişi vardır; insan sıcak günlerde yelpazelenmek ister, fakat bahar rüzgarı estiği zaman buna gerek kalmaz. Kişi aydınlanmaya ulaştığı zaman lütuf rüzgarı sürekli hissedilir, fakat yelpazelenmeye (sürekli ayrım yapma uygulamasına) artık gerek yoktur.

29. Tüm psişik güçlere sahip olduğu zaman bile dikkati bölünmeden kalan kişi, mükemmel ayrım yapmanın sonucu olarak, "erdem bulutu" diye adlandırılan samadhi'ye ulaşır.

30. Böylece ıstırabın nedeni olan cehalet sona erer ve karmanın gücünden kurtulunur.

Bir yogi psişik güçlere sahip olduğu için ortaya çıkan baştan çıkartıcı müthiş şeylerle karşı karşıya geldiği zaman bile ayrımcılık yolundan çevrilemediği zaman, bilginin onun üstüne Tanrı'nın bahtiyarlığını ve kurtuluş yağdırarak bir yağmur bulutu, bir "erdem bulutu" gibi yağdığı söylenir.

31. O zaman bütün evren, tüm duyu-bilgisi nesneleriyle birlikte, tüm engellerden ve saf olmayan unsurlardan kurtulmuş olan o ebedi bilgiyle kıyaslandığında bir hiç olur.

Olağan duyu-bilinci içinde insan için evren gizlerle dolu gibi görünür. Keşfedilecek ve bilinecek sonu gelmeyen o kadar çok şey var gibi görünür ki. Her nesne araştırmaya bir davettir. İnsan kendi cehalet duygusuyla altolur. Fakat aydınlanmış yogi için evren hiç de gizemli görünmez. Bir deyiş vardır, eğer kili bilirsen kilden yapılmış herşeyin doğasını da

bilirsin. Eğer Atman'ı bilirsen evrendeki herşeyin doğasını da bilirsin. O zaman bilimin bütün o özene bezene araştırmaları okyanusu bir kaşıkla boşaltmaya çalışan bir çocuğun çabalarına benziyor.

32. O zaman gunaların değişim silsilesi son bulur, zira amaçlarını yerine getirmişlerdir.

33. Bu her an yer alan, fakat ancak bir dizinin sonunda algılanan değişimler silsilesidir.

Daha önce anlatıldığı gibi (II, 18) gunalar deneyimleyenin deneyimleyebilmesi ve böylece kurtuluşa erişmesi için bu evreni oluştururlar. Kurtuluşa ulaşıldığı zaman gunalar amaçlarını yerine getirmiştir.

Zaman bir anlar silsilesi ve böylece her an yer alan bir gunalar değişimi silsilesidir. Bu an-değişimlerinin tüm bir serisi, duyular için aşikar olacak kadar dikkat çeken bir değişimle sonuçlandığı zaman ancak bu an-değişimlerinin ara ara farkında oluruz. Mesela, bir goncanın açıldığının andan ana farkında olmayız; fakat birkaç saat sürebilecek bir serinin sonunda bu değişimi, çiçeklenmeyi kavrarız. Bizi bir karara ya da fikre yönelten bir dizi izlenim ve fikrin sonunda da aynısı olur.

Fakat aydınlanmış kişi için zamanın gerçekliği yoktur. Düşünce modeli içinde ardışıklık yoktur. O olduğu haliyle zamanı kontrol eder ve geçmişi, şimdiyi ve geleceği ebedi şimdi içindeki ani bir parlama gibi bilir. (III,53).

34. Gunaların artık Atman için hizmet etme amaçları olmadığı için kendilerini Prakriti halinde ayrıştırırlar. Bu kurtuluştur. Atman, saf bilinç olarak, kendi asıl doğasında parıldar.

Son sözü Swami Vivekananda söyleyecek: *"Doğa'nın (Prakrit'nin) görevi, tatlı dadımız Doğanın kendi üstüne almış olduğu bu bencil olmayan görev yerine getirildi. Doğa kendini unutan ruhun usulca elinden tuttu ve kaybolan şanı geri gelene ve kendi doğasını hatırlayana dek onu çeşitli bedenler*

vasıtasıyla gittikçe yükselterek ona evrendeki tüm deneyimleri, bütün tezahürleri gösterdi. Sonra müşfik Anne yaşamın izsiz çölünde yollarını kaybetmiş olanlar için aynı yolu geri döndü. Ve o başlangıcı ve sonu olmadan işte böyle çalışıyor. Ve zevk ve acının, iyi ve kötünün içinden ruhların sonsuz nehri mükemmellik okyanusunun içine, kendini-kavrama okyanusunun içine işte böyle akıyor."