

道



## Tao İlkeleri

Tao birdir, ama meydana geldiği anda iki olmak zorundadır. Meydana gelişi ikili olmak zorundadır; tekli olamaz. Madde ve bilinç olmalıdır; erkek ve kadın olmalıdır. Gün ve gece olmalıdır; hayat ve ölüm olmalıdır. Bu iki ilkeyi her yerde bulacaksın. Hayatın tamamı bu ilkeden ibarettir ve bu iki ilkenin ardında “Bir” saklıdır. Bu ikiliklere, zıt kutuplara dahil olmayı sürdürürsen dünyada kalırsın. Zekânı kullanırsan, biraz daha uyanık olur ve şeylerin derinliğine bakmaya başlarsan şaşıracaksın: Zıtlıklar gerçekten zıtlıklar değil, tamamlayıcıdır. Ve onların ardında tek bir enerji vardır: Bu Tao’dur.

## Lao Tzu: “yaşlı adam”

Lao Tzu yalnızca bir hayat sözcüsüdür. Hayat absürtse, Lao Tzu absürttür; hayatın absürt bir mantığı varsa, Lao Tzu’nun da mantığı aynıdır. Lao Tzu yalnızca hayatı yansıtır. Ona hiçbir şey eklemeyiz, ondan hiçbir şey almaz; o yalnızca var olanı kabul eder. Buddha’nın spiritüelliğini görmek kolaydır; onu gözden kaçırmak imkansızdır, öyle sıradışıdır Buddha. Ama Lao Tzu’nun spiritüelliğini görmek zordur. O çok sıradandır, tıpkı senin gibi. Anlayış kazanmak zorundasın. Buddha yanından geçer ve sen hemen üstün bir insanın geçtiğini fark edersin; o etrafında üstün bir insanın *aurasını* taşır. Onu gözden kaçırmak zor, neredeyse imkansızdır. Ama Lao Tzu... O senin komşun olabilir. Onun farkına varmamış olabilirsin, çünkü o çok sıradandır - sıradışı bir şekilde sıradandır ve onun güzelliği budur.

# Okul Eğitiminde Kadim Bilgelik İzi: Bilinçli Farkındalık Uygulamaları

*Elif Ersoy*

Çağımızda ergenler, ebeveynlerine yabancılaşma, beden imajı üzerinden kurulan kendilik bilinci, antisosyal ya da riskli davranışlara meyil, ailenin ve toplumun değerleriyle uyuşmayan davranışsal beklentiler yaratan medya gibi fiziksel ve duygusal pek çok zorlukla yüz yüzelere. (2)

Amerikan Pediatri Birliği, ergen sağlığını tehdit eden faktörlere dair 2001’de yayınladığı raporunda yeni maddelere yer verdi; bunlar, okul problemleri (öğrenme güçlüklerini ve dikkat bozukluklarını kapsar), duyu durum ve anksiyete bozuklukları, ergen intiharları ve cinayetleri, evde ateşli silah bulundurma, okul şiddeti, alkol ve madde kötüye kullanımı, HIV/AIDS, medyadaki şiddetin etkileri, obezite ve cinsel aktiviteler idi (2). Gençlerde görülen ruh sağlığı problemlerindeki artış, muhtemelen, bu rahatsızlıklara yönelik farkındalığın artmasının ve ayrıca gençler üzerindeki stresörlerin yoğunluk ve sayıca artışının bir sonucudur. (1)

Gençlerin maruz kaldıkları bütün bu zorluklarla başarılı bir biçimde baş edebilmeleri için yüksek düzeyde sosyal ve duygusal yeterliliğe sahip olmaları gerekir. (2) Sosyal ve duygusal becerilerdeki yeterlilik, bireyin, hayatını etkin şekilde yönetmeyi öğrenebilmesinin temelini de oluşturur. Bu yeterlilikler, dikkati kanalize edebilmeyi ve motivasyonu sürdürülebilmeyi, başkalarıyla uyum içinde çalışabilmeyi, hayal kırıklığı ile baş edebilmeyi, karşılaşılan güçlüklerle uygun davranışlarla yanıt verebilmeyi ve riskli davranışlardan uzak durabilmeyi kapsar. (2) Günümüzde gençlere, ihtiyaç duydukları sosyal ve duygusal yeterliliklerini kazandırmada eğitim kurumları yetersiz kalmaktadır. Çağdaş eğitim reformları, öğrencilere, global ekonomi dünyasının ihtiyaç duyduğu bilgi ve becerileri kazandırmaya yönelik reformlardır; toplumsal yapı, toplumsal koşullar ve öğrencilerin sosyal-duygusal problemleri sıklıkla göz ardı edilir. (1) Gençler, stres, şiddet, depresyon, yeme bozuklukları, madde kullanımı vb. ruh sağlığı problemleriyle baş etmeye çalışırken, öğretmen ne kadar becerikli ya da eğitim programı ne kadar iyi olursa olsun, aldıkları eğitimden fayda görme yüzdeleri ne yazık ki düşük olacaktır. (1)

Sosyal ve duygusal yetilerin gelişimine

katkıda bulunan, ruh sağlığının üzerine yapıldığı temellerden biri de duyu regülasyonudur. “Duyu regülasyonu” tanımı genellikle duyguları fark edebilme ve uygun biçimde yönetebilme becerilerine gönderme yapar. Duyu regülasyonuna özgü beceriler, deneyimlenen duyguların farkında olabilmeyi, özgül duyguları ve yoğunluklarını tanımlayabilmeyi, duyguların yapıcı biçimde ifade edilebilmesini ve sıkıntıya tahammül edebilmeyi (distress tolerance) kapsar. Duyu disregülasyonunun, depresyon, anksiyete, yeme bozuklukları, davranım bozuklukları ve madde kullanımı gibi geniş bir psikolojik problem dizisinin altında yattığı ve gelişim sürecindeki önemli sosyal ve duygusal kilometre taşlarının aşılmasını engellediği fark edilmiştir. (1)

Günümüzde, antik çağda yapılan düşünsel dalınç uygulamaları (kontamplatif-contemplative practices) ya da bilinçli-farkındalık (mindfulness) temelli uygulamalar, seküler biçimlere bürünerek, duyu regülasyon becerilerini geliştirme ve iyilik halini (well-being) arttırmada kullanılmaktadır. (1)

## Bilinçli Farkındalık Nedir?

Bilinçli farkındalık, meditasyon tekniklerine dayanan, zihni muhakemelerin durdurularak, dikkatin “şimdiye” çevrilmesine dayanan yeni bir psikolojik tedavi yöntemidir. (3) Meditasyon (ya da bilinçli farkındalıklı meditasyon) “şimdiye” odaklı bu halin geliştirilmesi amacıyla dikkatin eğitilmesi olarak tanımlanır. Düşünsel dalınç (kontamplasyon) uygulamaları ve bilinçli farkındalık uygulamaları ile zihnin durdurularak içgörü ve konsantrasyonun geliştirilmesi amaçlandığı için bu iki kelime birbirine eşanlamlı olarak kullanılmaktadır. (1)

Bilinçli farkındalık alıştırmaları sırasında, dikkat, istemli olarak “şu anda” orada olmakta olan fenomene yönlendirilir. Farkındalıklı dikkat (mindful attention) derecesini, deneyimin yapısına duyulan ilgi, merak ve dikkatin kalitesi belirler. Bilinçli farkındalık alıştırmaları, burada, zihnin, belirli bir yöntemle, dikkati yöneltme eğitiminin alıştırmasıdır; amaç, hüküm ve yargılardan azade bir halde “şimdi”de olabilmektir. Bu uygulama kapsamında öğrencilere, bedenlerini inceleme, düşüncelerinin farkına varma, duygularının farkına varma ve sevgi-şefkat uygulamaları gibi pek çok kısa alıştırma öğretilir. (2)

## Bilinçli Farkındalık Uygulamalarının Faydaları

Yapılan araştırmalarda, meditatif uygulamalar ile dikkatin, konsantrasyonun, yaratıcılığın ve duygusal zekanın

artışının desteklendiği görülmüştür. Bilinçli farkındalık meditasyonu, duyu disregülasyonuna sebep olan ve güçlü birtakım duygular uyandırdığında da onları dengeye getiren zihinsel süreçlere dair farkındalığı artırır. Bilinçli farkındalık, duygular deneyimlenirken onlarla çalışabilmenin yolunu sağlar. Duygulara dikkat vererek onları tanımlamak, duygusal tepkileri azaltabilir ve duygusal dengeyi ve netliği arttırabilir. Dikkatimizi “şimdi”ye vermek, duygularımızı algılayarak yönetebilmemizi sağlar. (1)

Bilinçli farkındalık uygulamaları, ayrıca kendisine ya da başkalarına zarar verme gibi davranışsal birtakım tepkilere yol açabilecek rahatsızlık verici duygulara karşı dayanıklılığı arttırabilme olanağı sunar. Ayrıca, bilinçli farkındalık alıştırmalarında bilinçli olarak dikkat dağıtıcı her şeyden uzaklaşarak dikkatin sürekli olarak tek bir nesne üzerine döndürülmesine çalışılır; böylece dikkat güçlenmiş olur. (2)

Düzenli olarak yapılan bilinçli farkındalık pratikleri, bilinçli ya da yarı bilinçli yaşanan deneyimlerin, bağlamlarından ayrı olarak, daha kabullenici bir biçimde algılanmalarına olanak tanır. Bu yaklaşım, sürekli erteleme ya da agresyon gibi tepkisel davranışlara engel olarak dikkati güçlendirebilir ve daha bilinçli ve reflektif bir düzende problem çözücü davranışların oluşumunu sağlar. (2)

Bilinçli farkındalık meditasyon eğitimlerinin yetişkinler üzerindeki etkileri arasında, beynin dikkatle ilgili bölümünde görülen yapısal değişiklikler oluşması, dikkatle ilgili görevlerde performans artışı, duyu durumunda ve bağışıklık sistemi fonksiyonlarında iyileşme, akademik başarıda artış, empati düzeyinde artış, fiziksel yakınmalar ve stres düzeyinde ise azalma gibi etkiler sayılabilir. Çocuk ve ergenlerle yapılan bazı çalışmalarda, meditasyon eğitimini takiben çocuk ve ergenlerin dikkat becerilerinde gelişmeler olduğu bildirilmiştir. Başka çalışmalar da, meditasyon tekniklerinin, çocukların anksiyete düzeylerini düşürmede, zeka geriliğine sahip bireylerin agresyonunu düşürmede ve ergenlerin bireysellik kazanmalarını sağlamada olumlu etkileri olduğunu göstermiştir. (1)

Yetişkinlerde bilinçli farkındalık eğitiminin etkileri üzerine yapılan araştırmalarda, özellikle ileri aşamalarda meditasyon yapanlarda ve aynı zamanda kısa bir meditasyon eğitimi alanlarda, bedensel duyumlarında genişleme, dikkat ve duyu regülasyonunda da gelişme gibi pek çok faydası olduğu görülmüş; olumlu duyu durum ve bağışıklık sistemi fonksiyonlarında artış, depresif duyu durum tekrarlarında azalma, empatide artış, madde kullanımında azalma ve stres

düzeyinde azalmaya da rastlanmıştır. (2) Bilinçli farkındalık ve düşünsel dalınc uygulamalarının yetişkinlerin yaşamında iyileştirici bir etki yaratması araştırmacıların ve uygulayıcıların bu yaklaşımlara olan hevesini kabartmaktadır. (1) Bilinçli farkındalığı okullarda çocuk ve ergenlere uygulama işi yeni başlamıştır. (1) Ergenlerle yapılan bazı çalışmalarda, dikkat düzeylerinde, öğrenme gücünü yaşayan öğrencilerin sosyal becerilerinde, uyku kalitesinde ve erkek ergenlerin “kendini iyi hissetme” düzeylerinde artış; kliniğe başvuran ergenlerin de anksiyete, depresyon, somatik ve dışsallaşan semptomlarında da azalma olduğu görülmüştür. (2)

### “NEFES Almayı Öğrenmek”

Genç insanlara etkili stres yönetimi için yardımcı olmak, onların duygu regülasyon kapasitelerini genişletir ve iyilik hallerini artırıcı etki yaratır. (1) Ergenlik dönemi, duygulanımların arttığı ve strese yapıcı biçimde uyum göstermek için gittikçe artan oranda baskı hissedilen bir dönem olduğu olması sebebiyle, “NEFES almayı öğrenmek” programı, bu dönemdeki gençlerin duygu regülasyon becerilerinin gelişimini kolaylaştırma amacıyla geliştirilmiştir. (2) Programın

hedefleri, öğrencilerin kendi düşünce ve duygularını anlayabilmeleri ve olumsuz duygulanımlarını yönetebilmeleri için bilinçli farkındalık becerileri kazanmaları ve onlara bu becerileri grup ortamında uygulayabilecek fırsatları yaratmaktır. Programda, BREATHE kelimesinin harfleriyle başlayan, ana temalı 6 ders programı vardır. Bu 6 tema; beden farkındalığı, düşünceleri anlama ve onlarla çalışabilme, duyguları anlama ve onlarla çalışabilme, farkına varılan düşünceleri entegre edebilme, duygular ve bedensel duyumlar, kendi-kendini yargılayıcı zararlı tutumları azaltma ve bilinçli farkındalığı günlük hayata entegre edebilmektir. Programın ana amacı, bilinçlilik farkındalık uygulamaları ile duygusal denge durumunda artış sağlamaktır ki okullarda bu alana dair olan eğitim sıklıkla ihmal edilmektedir. Okul-temelli bu eğitim yöntemi, öğrencilere duygu regülasyon stratejilerini keşfetme ve bunları da hayatları boyunca kullanabilme olanağı sunar. Elbette ki öğrenciler düşünsel dalınc uygulamalarını akademik hayatlarının dışındaki başka alanlarda ve kişisel hayatlarında da yapmaya teşvik edilirse bu programdan elde edilen kazanımlar büyür. (1)

Günümüz bilim adamlarının ve

eğitimcilerinin, kadim bilgeliğin eğitim yöntemlerine karşı reddedici bir tutum takınmayarak bilakis bu yöntemlerden esinleniyor olmaları, bu esintilerle şekillenen nesile yönelik beklentilerimizi yükseltici, umutlarımızı yeşertici gelişmelerdir. Kadim bilgeliğin insanı eğitmede ve yetiştirmede referans aldığı noktalar ve kullandığı yöntemler, şüphesiz ki, gittikçe artan bir oranda profesyonellerin ilgisini çekmeye devam edecektir.

### Kaynakça:

- 1- Broderick C. P. ve Metz S.; *Learning to BREATHE: A Pilot Trial of a Mindfulness Curriculum for Adolescents*. Advances in School Mental Health Promotion Volume 2, Issue 1, 2009 pp: 35-46.
- 2- Broderick C. P. ve Jennings P. A. *Mindfulness for adolescents: A promising approach to supporting emotion regulation and preventing risky behavior*. New Directions for Youth Development Volume 2012, Issue 136, pp: 111-126, Winter 2012.
- 3- Bögelsa S., Hoogstada B., van Duna L., Schuttera S. ve Restifo K. *Mindfulness Training for Adolescents with Externalizing Disorders and their Parents*. Behavioural and Cognitive Psychotherapy / Volume 36 / Issue 02 / March 2008, pp 193-209.

elifersoy20@gmail.com

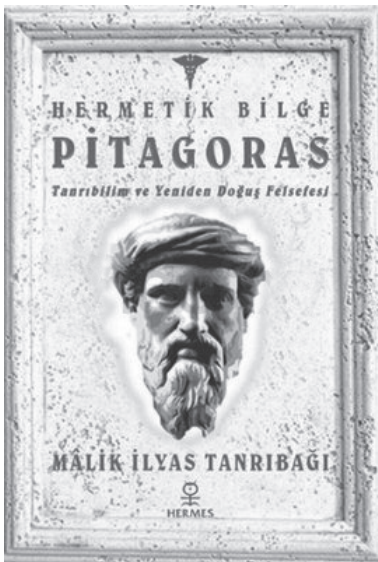
## BİZİM SAHAF

## Hazırlayan: Sevgi Genç

# Hermetik Bilge Pitagoras (Tanrıbilim ve Yeniden Doğuş Felsefesi)

Malik İlyas Tanrıbağı

Yayınevi: Hermes Yayınları / Ezoterizm  
Dizisi  
564 sayfa



## ANTİK ÇAĞ HERMETİK BİLGESİ PİTAGORAS (İÖ 580-500)

Kadim Mısır mabet öğretisinin yetiştirdiği büyük Hermetik Eren!

Eski Mısır, Babil, Kalde ve Hint Bilgelerinin hikmetlerini Batı'ya taşıyan bu büyük ruh, filozofiyi kurarak insanları “içyüz aydınlanmaları”nı gerçekleştirmeleri için evrensel hakikate çağırıştır. Onun hakikat yolunda olan bu ruhsal çağırısı aradan geçen 2600 yıla rağmen hâlen devam etmektedir!

O’nu, “Sayıların Babası!”, “Tanrı’nın Oğlu!”, “O dedi” diye anarlardı. O, kadim mabetlerde evrensel hakikat boyutlarına dair tüm öğrendiklerini kurduğu felsefe okulunda ahlâka dayalı yüksek bir disiplinle uygulayarak öğrencilerine aktarmış, batınî (ezoterik) aydınlanma felsefesinin gelişimine her yönden büyük bir katkı sağlamıştır.

Pitagoras’ın tüm derecelerdeki öğrencilerine öğrettiği en önemli öğretisi, kişinin her gece kendi tanrısal özü olan “VİCDÂNI” ile nefsen (ego) yüzleşmesidir! İşte bu gerçek, tüm kadim çağların mistik bilgeleri veya erenlerinin asla değişmeyen, evrensel ve

çağdaş Tanrı öğretilerinin temelli değişmez temelidir.

Kadim erenlerin hakikat felsefesine göre Yüce Tanrı’ya “arınarak yükselmenin yolu” Vıcdân’dan geçer! Çünkü vıcdânın sesi, insandan konuşan tüm çağların, onların Tanrı’sı, Rabbidir!

“O”nun her dediğini yapan kişi sonunda arınır ve tanrısal değerlere ulaşarak evrensel hakikat boyutlarındaki yerini “Eren” olarak alır. Bu tanrısal veya ruhsal kazanım için bir yaşam yeterli gelmez, birçok yaşam gerekir! Her yaşamdaki çabalarımızla tanrısal uyanışımıza ruhen bir adım daha yaklaşırken, şu an yaşadığımız hayatı her yönüyle bir sonraki tanrısal organizasyon için yüksek bilinçle çok iyi değerlendirmeliyiz!

Tanrısal hakikati satın alacak sermaye, içimizden bize seslenen evrensel özümüz, yani diğer adıyla; “Tanrısal Rûhumuzdur”... Bu eserde Pitagoras’ın evrensel mistik öğretisinin “Kutsal Kitaplarla” içyüzünde nasıl örtüştüğünü göreceğiz, tüm çağlardaki mistik bilgelere ait tanrısal öğretilerin içyüzündeki değişmezliğine tanık olacağız. (ARKA KAPAK)



**Soru- Ortaokul ve Lise öğreniminizi İtalyan Lisesi'nde, üniversiteyi ise İşletme dalında Bilkent Üniversitesi'nde tamamladığınızı biliyorum. Merak ediyorum nasıl gelişti bu kararlar? İlk çocukluk yıllarınızdan başlayalım mı röportajımıza?**

**Murat Kanberi** - 8 Kasım 1967 İstanbul doğumluyum. Annem Priştineli, Boşnak. Babam Tebrizli, Azeri. Özel Dost İlkokulu'nu bitirince, devamında okuyacağım okulun tespiti için bir hayli imtihana maruz kalıp, sonunda üç Fransız Koleji ile İtalyan Lisesi'ni kazandığım haberi ile hem üzüldüm, hem sevindim. Üzüldüm çünkü İngilizce eğitim istiyordum; sevindim çünkü açıkta kalmamıştım. İtalyan Lisesi'ni tercih edip dokuz senelik bir eğitime dahil oldum. Aslında sekiz sene, ama okula başlar başlamaz hazırlık sınıfında kaldım, haliyle iyi hazırlanmış olduğumdan ortaokulun her senesinde takdir ve teşekkür aldım. Lise yıllarım serpilip gelişmeye başlamama denk geldiğinden pek takdirlik geçmedi. Neyse ki ortamın az üstü bir dereceyle mezun olabildim. Son senemde özel bir spor kulübünde spor yaparken Cem Hakko tarafından keşfedilip mankenliğe başladım. 11 yıl TV oyunculuğu da dahil olmak üzere bu iş devam etti. Spora meraklı ve yetenekliydim. İlkokulda atletizmde engelli, bayrak koşusu ve yüksek atlama branşlarında, takım halinde Türkiye dördüncülüğü, ortaokul ve lise yıllarında da basketbol ve uzakdoğu savaş sanatlarına merakım; ama hepsinden öte kayak tutkum. 5 yaşında başlatılmış olduğum bu spora merakım ve bana tanınan imkânlar sayesinde hem Vakkorama Kar Adam Slalom yarışlarında dördüncülük hem de daha sonrasında Erzurum'da yapılan Büyük Erkekler Büyük

Slalom yarışında da beşincilik olmak üzere insanlık için çok küçük ama benim için büyük olan derecelerim oldu :)

Babamın İranlı olmasından dolayı İstanbul doğumlu olmama rağmen 20 yaşına kadar İran Pasaportu taşıdım. Her sene konsolosluktan, burada okuyor olmama istinaden oturma izni alıyordum. 17 yaşına bastığımda, ev adresime askerlik celp kâğıdı geldi, savaşa çağrılıyordum (9 sene süren İran - Irak savaşı). Lise bitene kadar izin süreleri azaldı, son iznim üniversite imtihan sonuçlarının açıklanmasından 1 hafta sonra bitiyordu; ya kazanıp kalacaktım ya da hiç görmediğim ve lisanını bile bilmediğim bir ülke için savaşmaya gidecektim. Neyse ki Bilkent Üniversitesi'ne puanım ziyadesiyle yetti, hatta hangi bölümü istersem okuyabileceğimi bile söylediler. Hep mimarlık istememe rağmen babamın geleceğimle ilgili yaptığı kısa konuşma sonrası İşletme okumaya razı oldum. Hazırlık sınıfından sonra birinci sınıfı okurken çıkan bir ek kanun üzerine T.C. vatandaşlığına başvurduk, kabul edildi. Tam bu zamana kadar pasaport üzerinde (Fransızca yazımıyla) Morad Ghanbari Şebusteri olan adım Murat Kanberi olarak düzeltilti. Bu düzeltme benim US Dolar bazında ödeme yapan yabancı öğrenci statümü fena sarstı, bir sonraki dönem okula kayıt için gittiğimde "sen kimsin?" dediler. Kıbrıs'a tayinim çıktı.

**Soru- Mesleki tercihleriniz gelişirken mi başladı tasavvufa, felsefeye olan ilginiz?**



**Murat Kanberi** - Annemin anlatımıyla bacak kadarken ellerimi uzatıp "bu ellerle insanlara bir şeyler yapacağım" dermişim. İlerleyen yıllarda şifa konusunda meraklarım, yeteneklerim ortaya çıktı. Bunu geliştirebilmek için okumalar yapıp farklı hocalarla çalıştım. Üfürükçülükten tutun da biyoenerji,

manyetoloji, reiki, chetena, kristal terapi gibi yöntemlerle 25 sene boyunca birçok hastalığım tedavisi üzerine araştırma ve çalışma imkanım oldu. Şifacılık merakım aracılığıyla mistisizme, parapsikolojiye; rüyalarım ve içsel çekilişim aracılığıyla tasavvufa, Uzakdoğu savaş sanatları sayesinde inanç felsefelerine merak saldım.



**Soru- Tam da bu noktada, Mevlevi Anlayışını Galata Mevlevihanesi bünyesinde tüm dünyaya tanıttığınızı bilen bir kişi olarak, semazen olma sevdasının nasıl başladığını sormak istiyorum...**

**Murat Kanberi** - 11 sene boyunca çalıştığım Uzakdoğu savaş sanatlarını bırakmama sebep olan bel sakatlığımı tedavi edebilmek amacıyla 2001 senesinde Siddashram Yoga Merkezi'nde Yogi Baba Adnan Çabuk ile yogaya başladım. Yıllar süren bu çalışmalar sonunda hem sakatlığım şifa buldu hem de ben yoga hocası oldum.

2007 senesi Ocak ayında, Kundalini Yoga hocası olan bir hanım arkadaşım beni arayarak Amerika'dan Mahan Rishi adındaki kendi hocasının İstanbul'a geleceğini ve eğer mümkünse hocasına rehberlik yapmamı rica etti, ben de memnuniyetle kabul ettim. Birlikte geçirdiğimiz bir hafta içinde program dahilinde kendisini Galata Mevlevihanesi'ne götürdüm, daha önceki seferlerde olduğu gibi yine iki gözüm iki çeşme hıçkırığa hıçkırığa ağlayarak ayini seyrettim, Hoca da çok etkilenmişti. Mevlevihane'den çıktık, İstiklal Caddesi boyunca Taksim'e doğru yürürken hissettiklerimiz üzerine konuşuyorduk. Hoca, beni o mekanda sema ederken seyrettiğini söyledi, gülümsedim. "Ah keşke" dedim ama peşinden pek mümkün olamayacağımı, çünkü çocukluğumdan beri mide bulantısı sorunum olduğunu, araba ve benzeri her türlü hareket eden aracın hatta salıncağın bile midemi bulandırdığımı ve mide bulantısı ilacımı yutmadan bir durak bile gidemediğimi söyledim. O da gülümsedi ve kendinden emin tekrarladı: "Ben seni gördüm!"



Akabinde Hoca'nın öğrencisi olan hanım arkadaş aradı, buluşacaktık kendisiyle. Beni arayıp buluşmaya biraz gecikeceğini ama buna mukabil bir sürprizi olacağını söyledi. Buluşacağımız mekâna yanında bir başka hanım ile birlikte geldi. Tanıştığımızda gerçekten şaşırmıştım, sürpriz Esin Çelebi'ydî. Gün boyu yaşadıklarımızı kendisine anlattığımda bir parça kâğıt çıkarıp üzerine Nail Kesova ismini ve telefonunu yazdı. Nail Dede'nin Galata Mevlevihane'sinin postnişi olduğunu söyledi ve ilk fırsatta kendisini aramamı istedi.

Ertesi gün aradım ve bir sonraki güne randevulaştık. Derslere, Sema meşkine başladık. Başladık başlamasına ama ben 3-4 çarktan fazlasını yapamıyor, baygınlıklar geçirip mide bulantısı ve baş dönmesinden perişan oluyor ve hatta sonraki günü de berbat geçiriyordum ama yine de inat ve azimle sanırım daha doğrusu "Aşk ile" gitmeye devam ediyordum. Haftada bir ders yaparak üç ay geçmişti ki (henüz ancak 30-40 tur dönebiliyordum) Dedem bana hazırlanmamı, zira 7 Nisan'da Galata Mevlevihane'sinde ayine çıkacağımı söyledi, hem de bütün Mevlevî erkânının katılımı ile Celaleddin Çelebi'nin Hakka yürüyüşünün 11'inci sene-i devriyesinde. Ortalığı birbirine kattığım, selam aralarında durmayı unuttuğum, bütün ayini karıştırdığım o ilk deneyimimi ben dahil sanırım seyreden hiç kimse unutamayacak ☺

**Soru- Eşiniz Şirin İskit ile Büyükkada'da kurduğunuz ve işlettiğiniz Ashaka**

**Retreat'in açılış ve bugünlere geliş öyküsünü sizden dinlesek?**

**Murat Kanberi - 1**  
Ocak 2011 tarihinde Büyükkada'daki ilk evimizi kiraladık ve tadilatına başladık, Temmuz sonunda da taşındık ve iki sene oturduk. Ta ki ev sahibimizin tacizlerine dayanamayıp yeni bir yer arayışına başlayana kadar.

Bu esnada bir iş yapma isteğim de vardı. Adada yaşayan, çok sevdiğimiz dostlarımızın tavsiyesiyle bu mekânı gördük. Büyük bir yer olması önceleri gözümüzü korkuttu. 3-4 ay boyu



hesaplamalar sonrasında mekânı kiralamaya karar verdik ve 1 Şubat 2013'te kontratı yaptık. Metin Bobaroğlu sayesinde kelime dağarcığına kattığımız *Ashaka* ismini mekâna uygun gördük. Aşk kelimesinin kökü, Arapça bu kelimenin manası olan sarmaşık gibi sarmaş dolaş büyümeyi ve Aşk'ı bulmayı hedefledik, niyet eyledik. Ama sanırım boyumuzdan büyük bir işe soyunmuşuz. Tam anlamıyla komando eğitimi. ☺

Velhasıl hem yoga ve benzeri kişisel gelişim kamplarına ev sahipliğine hem de butik pansiyon olarak işletmeye devam ediyoruz...

**Soru- Son olarak Anadolu Aydınlanma Vakfı ile nasıl tanıştığınızı ve dünyanın her kıtasında pek çok farklı hizmet anlayışı ile tanışma imkânı bulduğunuz**

**dağarcığınızdaki yerini sorarak bitirelim diliyorum röportajımızı...**

**Murat Kanberi -** Anadolu Aydınlanma Vakfı ile Şirin'im sayesinde 2007 senesinin ilk aylarında tam 40 yaşında tanıştım. Ne hikmetse "sema"ya başlamam ile tam aynı zamanda. Sanırım trenin son vagonuna binmişim. Şükürler olsun, hamd olsun.

Bu vakıf bünyesindeki her güzel insan ve namzetleri gibi ben de küçük yaşlardan itibaren içsel bir çekilimin, kutbiyetin peşinden, çoğunlukla bilinçsizce, safça koşturdum, aradım, aradığımı zannettim; ama hem arayan hem aranan olduğumu burada öğrendim. Bu kıyıda duygularımı anlatabilmek adına müsaadenize sığınarak, gönlümden kaleme dökülen iki küçük şiirimsimi paylaşmak istiyorum:

*Gözyaşlarım katar olmuş,  
Çeker hasretim peşin sıra,  
Hasretim pınar olmuş,  
Susayan gönlüm afiyet bula.  
Beşer şaşmayı nefsinde ara,  
Sonra ona kıyamet ola.  
Kıyametin yolu mürsitten,  
Halini anca O'na sora.  
Gönlüm olmuş sırça,  
Bekler O'ndan dokunuşu.  
Elim elinde oldukça,  
Seyrederim Hakk'tan oluşu.*

NURDAN HEYKEL

*Besmele-i Şerif'tir O'nun kaşı  
Her kim sorsan bilmez tacı  
Arş'tır, Hira'dır naçiz başı,  
Özü ile bir bilir bastığı taşı.  
Onsekizbin âleme açılan kapıdır gözü  
Bilsen ki Hakk'tır O'nun her bir sözü  
İnsan-ı Kamil'dir bu nurdan heykel.  
Baksan da görür müsün yoksa nasibin?  
Ola ki gördün, bırakma elini o güzel habibin  
İkizidir Kuran'ın, dinlersen olur haberin  
Bakarsan o göze, değişir hemen kaderin,  
Ansızın hal olur peyda, uyanınca sabaha  
O gözdür, görürsün kendini Hakk aynasında  
İnsan-ı Kamil'dir bu nurdan heykel.  
Alemlerin Rabb'i ile birdir özü  
Yıldızlardan gelir O'nun da tözü  
Tutarsan elini, dinlersen sözü  
Bir gün açılır salikin gönül gözü.  
Yansan aşk ile dönsen yüzün Kamil'e  
Bakıp da haline teslim olsan Salih'e  
İnsan-ı Kamil'dir bu nurdan heykel.  
Ahdimiz O'nunla zahirde ve batında  
Bulalım deyu kendimizi hatt-ı zatında  
İmzalamışız zaten ta Kal-u Bela'da  
Nasipse bayramı da seyreder süluğunda.  
Olduysa gönül mahallin mihnet-gah  
Koş var yanına o Salih'in ki olasın agâh  
İnsan-ı Kamil'dir bu nurdan heykel.*

deniztipigil@gmail.com

# Sanat Hakkında

Metin Bobaroğlu

Modern Uygarlığı kuran dört temel unsur Spor, Bilim, Sanat ve Felsefedir.

**Spor** hareketin disipliniyle, **Bilim** bilime özgü kavram ve terimlerle, **Sanat** imgeyle, **Felsefe** ise kavramlarla çalışır.

Sanatsal uğraş, tarihin en eski dönemlerinden beri tüm kültürlerde vardır, ama sanat kendi bilincine Antik Yunan'da varmıştır. Bu bir rastlantı değildir, çünkü felsefe, yani insanın kendi düşüncesinin bilincine vardığı yer de burasıdır.

*“Sanat ideale özlem duyulan yerde ortaya çıkar ve gelişir;”* der A.Tarkovsky. Sonra da şunu ekler: *“Sanat olgusu, faydacı bir pratiğin bizden gizlediği tinsel gerçekle iç içe geçmiş bu dünyanın bir simgesidir.”*

Tarkovsky'nin sözünü ettiği bu Platonik idea, çok tartışmalı bir kavram olmakla birlikte, sanat için idea, en temelde “birlik” ve “bütünlüğü” anlatır. Farklılıkları bir arada tutan “ortak özü” veya “ortak biçimi” dile getirir. Sanat yapıtı da kendi özüne bağlı bir bütündür. Onun ışması da işte bu bütünlüktedir.

Sokrat'ın “Kendini bil” önermesi ancak felsefeyle olanaklıdır, sanat ise bu özgür düşünme etkinliğinin estetik ve özgün bir biçimde dışavurumudur. Kendini bilmenin ancak felsefeyle olanaklı olduğu savı, felsefenin hem nesnesinin hem de öznesinin bir ve aynı bilinçte bulunmasında saklıdır. Diğer bilimlerin nesnesi kendi dışından devşirilmiştir.

Aristo'nun dediği gibi, nasıl ki bir başkasının değil de kendi amacı için var olan insana “özgür insan” diyorsak, aynı biçimde “felsefe bilimi”ni de biricik özgür bilim olarak aramaktayız; çünkü felsefe, kendi amacı için vardır.

Felsefenin gelişmediği toplumlarda sanatın yadsınması kaçınılmazdır. Özünde sanatçı ve onun sanatı, başka hiçbir kimse, kurum ve kuruluşun amaç ve iradesine hizmet etmez. Bu nedenle de sanatçı daima sorgulayıcı ve eleştireldir.

Sokrat'ın dediği gibi, *“Sorgulanmayan yaşam, yaşamaya değermez.”* Bu söz öyle kolayca ve sorunsuz yaşama geçirilmemiştir. Sanatın ve sanatçının özgürlük, başkaldırı, yeniden yaratma, var olanı eleştirme itkisi her dönemde siyasi erki rahatsız etmiştir. Bu nedenle faşist, despotik ve totaliter rejim ve ideolojilerde sanat etkinlikleri yasaklanmıştır. Sanatın yerine sanatsal araçlarla propaganda yapma geçirilmiştir.

Bilgelik yani Sophia ile Sanat birlikte var olurlar: Sophia sıradan insanı “etik insana”, sanat ise “estetik insana” dönüştürür.

Estetik üzerine yapılmış tüm çalışmalar bize şunu göstermiştir: hem bireyin gelişimi ve hem de toplumun kültür ve uygarlığı inşasında estetik duyarlılık, sanatsal yaratı olmazsa o uygarlık güdük kalır.

Kemal Atatürk'ün dediği gibi, *“Sanatı olmayan bir toplumun, hayat damarlarından biri kesilmiş demektir.”*

İnsan, arzu nesnelere onları tüketmek ya da kendi için kılmak için yönelir. Buna karşın sanat ilgisi sanat yapıtını özgür bırakır ve onun kendi adına varlığını sürdürmesini ister.

Sanat yapıtının biricikliği, tekrarlanamazlığı ve dokunulmaz bütünlüğü onu diğer her şeyden ayırır; bu özgünlük sanat eserini etkili ve çekici kılar. Bir sanat yapıtının ışması kendi özündendir, ışığı dışardan almaz. Biz onun cismini dışardan aydınlatırız, ama deyim yerindeyse o, bizi kendi sanatsal ruhuyla aydınlatır.

*Teknoloji* dünyayı yararlı kılar, *Felsefe* onu açıklar, *İdeoloji* değiştirir, *Sanatçı* ise yeniden yaratır.

Günümüz dünyasında, genel ve yaygın eğitim ve diğer bazı faktörler insanları birbirine benzer kıldı ve sıradanlaştırdı. Modernite bireysel özgürlüklerin güvencesi olurken, diğer yandan Modernizm bir sistem olarak tüm dünyayı tek tipleştirmede kendi özgürlük ilkesine karşı bir gelişmeye de imza attı. Korkulan sürü bilincidir; sanatçıdan beklenen ise fark yaratmaktır.

Bir sanatçının her eseri tek tek bağımsız ve bütünlüklü eserler ise de, sanatçı tek tek eserlerinden kalkarak anlaşılabilir. Sanatçı, eserlerinde kendini dışavurur, ama kendisi onların arkasında akan bir yaşam sürecine aittir. Her eser filmin birer karesi gibidir, ama filmin bütününe vermez.

Sanat eserini bir ağaç simgesiyle anlatacak olursak, kökleri kültürün içine dalmıştır ve onun özsuyla beslenirken dalları, yaprakları diğer kültürlerin yağmurlarıyla ıslanır; çiçekler ile meyvelerini evrensel uygarlık uzamına armağan eder. Artık o herkesin malı olmuştur; belirli bir kültür ve yerellikten yükselmiş ve yücelmiştir.

Mayalanma ve kök salma olmaksızın sanat ağacı çiçek açmaz; çiçek vermeyen ağacın kökü örtük bir güç olarak kalır, buna karşın köksüz çiçek de kurur, meyve vermez. Mayalanmaya *kültür*, köke *gelenek* dersek, çiçek de *uygarlık* çiçeği olacaktır.

Modernliğin ilk filozofu Hegel'in

sınıflamasına bağlı kalarak:

- 1- Sembolik dönem: Antik Mısır Mimarlık sanatı
- 2- Klasik dönem: Antik Yunan Heykel sanatı
- 3- Romantik dönem: Avrupa Resim, Müzik ve Şiir sanatı
- 4- Modern dönem: modern sanatın ilkesi sürekli değişimdir.

Boris Groys'un *Sanatın Gücü* adlı kitabında dediği gibi: *“Modern sanat, Aydınlanma Çağı'nın Ateizm ile Hümanizminin bir ürünüdür.”*

Modern sanat kökten çoğulcudur; öyle ki çağdaş sanatı temsil edecek tipik bir örnek sanat eseri bulunmamaktadır. İmgenin iktidarına karşın, tüm imgeler eşitlenmiştir. Demokrasilerde herkesin oyu aynı değerdedir. Ancak, tüm görüntülerin eşitliği, estetik beğeni düzeyindeki çoğulcu ve demokratik eşitliği aşar.

Duchamp, sanatsal yaratıyla sanatsal seçimi özdeş kıldı. Bu önerme sanatçıyla küratörü aynı zeminde birleştirdi. Her şey enstalasyonun bir parçası haline geldi.

Bu düşünce, kökenini varoluşçulukta bulur: J.P. Sartre bir keresinde, *“İnsan var olmak için kendisini seçer dediğimizde, her birimizin kendisini seçmesi gerektiğini de söylemiş oluruz. Ama bununla, aynı zamanda, insanın kendisini seçerek tüm insanlığı da seçmiş olduğunu kastederiz. Çünkü sonuçta, insanın kendisini, var olmak istediği gibi yaratmak üzere yapabileceği tüm eylemler arasında, aynı zamanda, onun var olması gerektiği bir insan imgesini yaratmayacak bir eylem yoktur. Şunu ya da bunu seçmek, aynı zamanda seçilmiş olan şeyin değerini onaylamaktır;”* demiştir.

Romantizm, popüler üslubun ilk örneği; demokrasiden doğmuştu ve kitlelerce kabul gördü. Kitlelerin ortak beğenisini besledi. Buna karşın, imge yitimi ve karşıtlığının da neden olduğu Modern Sanatın bir karakteristiği, kamuoyunu anlayanlar ve anlamayanlar diye ikiye bölmeleridir. Bu yeni sanat, anlayanların geniş kitlelerin karşısında çok az ama farklı bir insan türüne ait olduğunu imler.

Modern sanatın, romantik sanat gibi herkese değil, yalnızca özel yeteneği olan bir azınlığa seslendiği açıktır. Bu nedenle, kitlelerde rahatsızlık yaratır.

Yüzyıllar süren bir halk dalkavukluğu ve halk övgüsünden sonra üstün olmaya alıştırmış kitleler, bu yeni sanatın, daha duyarlı ve ayrıcalıklı sanatın karşısında öfkeye kapılıyor.

İmge yitimi, modern sanat eseri karşısında etkileyici hikâyelerden başka bir şey aramayan ve hayalini buna uyarlayan kişi için görünmez olur.

Jose Ortega Y Gasset, “Çoğu insan algısal aygıtlarını sanat eseri denen pencere ve saydamlığa göre

uyarlamayı beceremez. Onun yerine dosdoğru bakar ve eserin ele aldığı insani gerçeklikle oyalanırlar. Kendilerine içerikten bağımsız olarak sanat eserinde ne gördükleri sorulduğunda, böyle bir şey görmediklerini söylerler; gerçekten de görmezler, çünkü oradaki sanatsal saydamlıktır ve bir tözden yoksundur,” demiştir.

Gasset’e göre, modern sanatın en genel karakteristik eğilimi, “insansızlaştırma” eğilimidir. Canlı bedenlerin yuvarlak ve yumuşak biçimleri günümüz sanatçısına itici gelir; onun yerine geometrik kalıplar koymayı yeğler. Bu yeni bir şey değildir. Tarih öncesi sanatın evriminde de, sanatsal duyarlılığın canlı biçimi aramakla başladığını, sonra onu bırakarak yerine soyut göstergelere, kozmik ya da hayvansal biçimlerin kalıntılarına döndüğünü görürüz: Yılan kıvrımlar olarak üsluplaşır; güneş svastika olur.

Modern sanatın bir başka karakteristiği ise “dünyevileşme”dir. Ateist ve hümanist bir karakterdir bu. Kalıcılığa karşı geçicilik, geleneğe karşı yenilik, ikona kırıcılıkta kendini bulmuştur. Hıristiyanlığın ikona-seviciliğine ve göksel otoritesine karşın, insanın kendi seçimlerine ve eylemlerine yazgılı olduğu kabulü modern sanatı tanımlar.

Modern sanat sanatsal geleneğe de karşıdır. Ona göre sanatsal gelenek sanatçının dünyayla olan ilişkilerine bir çevirmen gibi karşıdır. Bu nedenle, müzelere karşı bir tutum geliştirilmiştir.

Kilisenin veya

ideolojilerin imgesel iktidarına karşı çıkarken, modern sanat, giderek imgenin iktidarını da yadsıdı.

Modern Sanatın ikona kırıcı tavrı, gücünü ironiden alır. Aslında modern sanat, ironiyi, onu estetiğin kategorisi sayan Romantik dönem kuramcıları olan Schlegel kardeşlerden ödünç almıştır. Modern esin, her yönüyle ironiktir; onun neşeli niteliği buraya varır. Umberto Eco’nun *Gülün Adı* adlı eserinde, Aristo’ya ait bir komedi kitabının saklandığı bir manastırda soruşturmaya giden bir keşiş ile bu kitabın okunmasına engel olmak için onun sayfalarına zehir süren başrahip arasında şöyle bir konuşma geçer:

“–Neden bunu yaptın?  
–Çünkü insanlar onu okuyunca gülecekler.  
–Ama insanlar o kitap olmasa da gülecekler.  
–Evet gülecekler ama gülmelerine meşru bir kaynak bulamayacaklar.  
–Neden bunu önemsiyorsun?  
–İnsanlar gülerlerse korkuları kalmaz; korkuları kalmazsa kilisenin de otoritesi kalmaz.” (Kilisenin Aristo’yu aziz ilan ettiğini hatırlayarak) İroni ilkesine göre sanatçı olmak, ciddi insanı ciddiye almamak demektir.

Modern sanatın bu tutumuna karşı şu sorulabilir: Tüm geleneksel sanata saldırmak, aslında sanata saldırmak demek değil midir? Eğer bugüne kadar yapılan sanat değilse, o halde sanat nedir?

Bir şeyin sanat olup olmadığına karar vermek kimin işidir? Ya da bir sanat eserinin iyi ya da kötü olduğuna kim karar verir? Sanatçı mı, küratör mü, sanat eleştirmeni mi, koleksiyoner mi, yoksa tümüyle sanat sistemi mi, sanat piyasası mı, kamuoyu mu?

Sanat izleyicisinin demokratikleşmesi, halkın eğitilmesi, sanatın takdiri için yeterli değildir. Çünkü sanat her zaman kalıpları kırarak gelişmiştir.

Nisan 2014, Büyükkada

#### **Kaynakça:**

1- Barthes, R., “Eserden Metne” 1971, *Sanat ve Kuram 1900-2000 Değişen Fikirler Antolojisi*, 2011.

2- Satre, J. P., “Varoluşçuluk Bir Hümanizmdir” 1946, *Sanat ve Kuram 1900-2000 Değişen Fikirler Antolojisi*, 2011.

3- Ortega y Gasset, J., “Sanatın İnsansızlaştırılması” 1925, *Sanat ve Kuram 1900-2000 Değişen Fikirler Antolojisi*, 2011.

Michelangelo, *Davut*  
(Akademi Galerisi, Floransa)



### Su Yolu

Tao'nun kurucusu Lao Tzu'nun bir heykeli vardı ve genç bir adam uzun yıllar dağlara gidip bu heykeli görmenin hayalini kurdu. Sözlerini, Lao Tzu'nun konuşma tarzını, sürdürdüğü yaşam tarzını çok sevdi, ama heykellerinden birini hiç görmemişti.

Yıllar geçti ve hep genç adamın heykeli görme arzusuna engel olan bir şeyler çıktı.

Sonunda bir gece gitmek zorunda olduğuna karar verdi. O kadar uzak değildi, yalnızca yüz kilometre. Ama genç adam yoksuldu ve yürümek zorundaydı. Gece yarısı –yola çıkmak için gece yarısını seçti, böylece eşi ve çocukları uyuyor olacaktı ve hiçbir sorun çıkmayacaktı– eline bir fener aldı, çünkü gece karanlıktı ve kasabadan çıktı. Kasabanın dışındaki ilk sapağa geldiğinde, aklında bir düşünce belirdi: “Tanrım! Yüz kilometre! Ve benim yalnızca iki ayağım var. Bu beni öldürecek. Ben imkansız istiyorum. Hayatımda hiç yüz kilometre yürümedim ve yol bile yok.”

Dağlara çıkan küçük bir patika vardı, tehlikeliydi de. Genç adam düşündü: “Sabaha kadar beklemek daha iyi olacak. En azından aydınlık olur ve ben önümü görebilirim; aksi takdirde bu küçük patikada ayağım kayar düşerim ve Lao Tzu'nun heykelini bile görmeden işim biter. Neden intihar edeyim ki?” Bunun üzerine genç adam durdu ve kasabanın hemen dışında yere oturdu.

Güneş doğarken yaşlı bir adam geldi. Bu genç adamı orada otururken gördü ve sordu: “Ne yapıyorsun burada?” Genç adam anlattı. Yaşlı adam güldü. “Eski sözü duymadın mı? Kimse aynı anda iki adım atacak güce sahip değildir; bir kerede bir adım atmalısın. Güçlü, zayıf, genç, yaşlı; fark etmez. O söz şöyle devam eder: ‘Adım adım, yavaş yavaş, bir insan on bin kilometre bile yürüyebilir.’ Bu yalnızca yüz kilometre! Sürekli yürümek zorunda olduğun kim söyledi? Yavaş yavaş gidebilirsin; on kilometre sonra bir veya iki gün dinlenip keyfini çıkarabilirsin. Bu en güzel dağların arasında en güzel vadilerden biridir ve ağaçlar öyle meyve doludur ki henüz o meyveleri tatmamış bile olabilirsin. Neyse, ben gidiyorum; sen de benimle gelebilirsin. Bu yolu binlerce kez

yürüdüm ve yaşım seninkinin en az dört katı. Kalk ayağa!”

Yaşlı adam çok otoriterdi. “Kalk ayağa!” dediğinde genç adam hemen ayağa kalktı. Ve yaşlı adam şöyle dedi: “Eşyalarını bana ver. Sen genç ve tecrübesizsin; ben onları taşıyorum. Sen yalnızca beni takip et, dilediğin kadar mola veririz.”

Yaşlı adamın söylediği doğruydü; ormanın ve dağların derinliklerine girdikçe daha da güzelleşti. Yiyecek pek çok yabancı, sulu meyve vardı ve ne zaman genç adam dinlenmek istese, yaşlı adam hazırdu.

Yaşlı adamın hiçbir zaman dinlenmek istememesine şaşırılmıştı. Ama genç adam ne zaman dinlenmek istese yaşlı adam onunla dinlenmeyi kabul ediyordu. Bir veya iki gün dinleniyor, sonra tekrar yola koyuluyordu.

O yüz kilometre hızla gelip geçti ve yeryüzüne gelmiş en büyük adamlardan birinin en güzel heykellerinden birine ulaştılar. Heykeli bile özeldi; yalnızca bir sanat eseri değildi; Tao ruhunu yansıtmaya için Taoist sanatçılar tarafından yaratılmıştı.

Tao felsefesi, akışına bırakma felsefesidir. Yüzmen değil, nehirle birlikte akman, nehrin seni gittiği yere götürmesine izin vermen gerekir, çünkü her nehir nihayetinde okyanusa ulaşır. Gergin ya da endişeli olman gerekmez; okyanusa ulaşırsın.

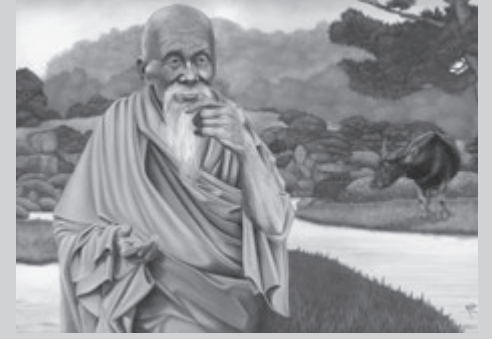
O ıssız yerde heykel öylece duruyordu ve hemen yanında bir su yolu vardı, çünkü Tao'ya su yolu adı verilir. Tao tıpkı su gibi akar ve hiçbir kitabı, haritası, kuralı, disiplini yoktur. Tuhaf bir şekilde, her zaman her yerde en alçak pozisyonu arayarak mütevazı bir şekilde akar. Asla yukarı tırmanmaz. Her zaman aşağı iner ve okyanusa, kaynağa ulaşır.

Heykelin etrafını saran tüm atmosfer, Taocu akışına bırakma fikrini temsil ediyordu.

Yaşlı adam, “Yolculuk şimdi başlıyor” dedi.

“Ne?” dedi genç adam. “Ben de yüz kilometre sonra yolculuğun bittiğini düşünüyordum.”

Yaşlı adam yanıtladı: “Bu, ustaların insanlara anlattıkları yoldur. Ama



gerçeklik şimdidir; bu noktadan sonra bin bir kilometrelik yolculuk başlar. Ve seni kandırmayacağım, çünkü bin bir kilometre sonra başka bir yaşlı adama karşılaşıyorsun –belki de benimle– ve sana, ‘Bu yalnızca bir durak; devam et’ diyecek. Devam etmek mesajdır.”

Yolculuk sonsuzdur ama coşku derinleşmeye devam eder. Her adımda daha fazla olursun; hayatın daha canlı olur, zekan alev alır. Ve kimse durmaz. Arayış içindeki insan, benliğine ulaştığında, onu bekleyenleri görme becerisine ulaşır; hazine üstüne hazine. İkna, yalnızca benlik noktasına kadar gereklidir, o ilk yüz kilometre en zor olamıdır. O yüz kilometreden sonra, ha bin bir kilometre olmuş ha sonsuzluk; fark etmez.

Şimdi gerçekte hiçbir hedef olmadığını biliyorsun; hedef lafları yalnızca yeni başlayanlar için, çocuklar içindir. Yolculuk hedefdir.

Yolculuğun kendisi hedefdir. Yolculuk sonsuzdur. Ebedidir.

Yıldızları, bilinmeyen düzlemleri, bilinmeyen tecrübeleri bulacaksın, ama asla, “İşte şimdi vardım” diyebileceğin bir noktaya gelmeyeceksin. “Şimdi vardım” diyen bir insan yolda değildir. Seyahat etmemiştir; yolculuk henüz başlamamıştır. O yalnızca ilk durakta oturuyordu.

Her ayrılık biraz ıstıraplıdır, ama ıstırap hemen unutulur, çünkü sen daha büyük mutlulukla yıkanırsın. Kısa sürede şunu öğrenirsin: Bir gece kaldığın bir yerde acı hissetmen gerekmez. Ayrılmaya alışırınsın, çünkü yolculuğun sonsuz olduğunu bilirsin. Hazine giderek büyür; kaybetmezsin. Herhangi bir yerde durmak bir kayıp olacaktır. O yüzden durmak yoktur, nokta yoktur, noktalı virgül bile yoktur..

**Kaynak:** Osho, *Tao*



# İhtiyar Bilge...

## İzzet Erş

*Bilen konuşmaz. Konuşan bilmez.*[1]

Lao Tzu, *ihtiyar bilge*. Onu tanımıyorum. Yüzlerce yıl önce yaşadığı için tanımıyor değilim üstelik. Bugün, burada yanı başımda olmasına rağmen tanımıyorum onu. Sözlerini okuyorum, ancak sesini işitmiyorum. Tao'nun sesini işitebilmek için çok sessiz olmam gerektiğini söylüyor. Tao'nun sesi, sessiz bir mekanda değil, dingin bir zihinde duyulur çünkü. Diyor ki bana, *Tao'ya tapınmak istiyorsan önce onu kalbinde keşfetmelisin.*[2] Kalbimde hissedememenin derin hüznünü yaşıyorum. Çok güçlü bir hamleyle kurtulabilmeyi umuyorum yüklerimden. İstiyorum ki dilimle ikrar verdiğimi eylemlerimle, davranışlarımla inkar etmeyeyim. Böylece çabamın beni özgürleştireceğine güveniyor olsam da, *çabanın bilgelige engel*[3] olduğunu söylüyor.

*Tao'yu anlamamanın tek yolu onu doğrudan doğruya tecrübe etmektir.*[4] Öyleyse soyunmalı her şeyden, dünyanın tüm gaillesinden ve yükünden. Uzlete çekilmeli ve yalnız Tao'ya teslim olmalı sâlik, diye düşündüğümde de *dünyadan uzak durarak kim saflığa ve basitliğe erişebilir*, diyor. *Tao temiz ve basittir ancak asla dünyadan uzak durmaz*[5] diyerek uyarıyor ihtiyar bilge. Öyleyse ne yapmalı arzulu talip, anlamak için Tao'nun yolunu? *Samimiyetten başka yok bir şeye ihtiyacın.*[6] Eğer anlamak istiyorsan Tao'yu ve onun bilgelik yolunu, dikkatle izlemelisin. O zaman göreceksin ki, *Tao bir şey yapmaz, onda her şey kendiliğinden olur. Bilgenin yaptığı sadece uyumdur*[7].

Öyleyse, dedim, anlat bana bu bilgelik yolunu. Kimdir Tao, onu nasıl bulurum? *Bu en yüksek hakikat*, dedi; *sığmaz kelimelere. Bu nedenle hakiki üstadın söyleyecek bir şeyi yoktur kimseye. O kendini hizmete verir sadece ve düşmez endişeye*[8]. Hizmet ile bulunuyorsa eğer, terk ile inkar etmeli benliği. Ve yakalamak için ilahi benliğini, uğrunda harcamalı ömrünün günlerini. Yine de yapmak ama zorlamamaktır bilgelik yolu[9], *hiç olmazsa anlamalısın ki, ruhsal bağımsızlık ve Tao ile birlik, rastgele*

*verilen armağanlar olmayıp kişiye, verilen mükâfatlardır bilinçli bir öz-dönüşüm ve öz-gelişime.*[10]

*Sarsılmaz olana ulaşmak için Tao ile dost olmalıdır kişi. Bunun için sükût eyle düşüncene ve her şeyi ve insanı sınırsız bedeninin bir uzvu bil*[11]. *Öğretimin ilk kuralı budur benim, ayırım yapmama erdemi. Hak edeni kolla mutlaka; ancak bir o kadar da hak etmediğini düşündüğünü...*[12] *Başkalarını bilen bilgilidir, ancak, kendini bilen aydınlanmıştır. Başkalarını yenen kuvvetliyse de, kendini yenen kudretlidir. Sahip olunanla yetinmek zenginlik, güçlü davranış ise güçlü iradedir. Ondan uzaklaşmazsan yaşarsın. Ölümle ölmeyen hayat sahibi odur.*[13]

Ele geçirmek istersen onu, bil ki ele geçen o değildir. *Tao, her şeye şekil verir; ancak onun hiçbir şekli yoktur. Şayet zihninde resmetmeye kalkarsan kaybedersin Tao'yu. Bu, duvara tutturmaya benzer kelebeği bir iğne ile: Değersiz kısım kalır elde ve uçmak yoktur orada artık.* [14] Anlıyorum ki akıllı olmalı ve aklın ışığında yürümeli insan. Tao'yu ele geçirmeye değil, varlığıyla uyum içinde yaşayarak ulaşır ona.

*Hayatın yöneticisidir akıl elbette. Ancak unutmaya ki gereksiz hareketleri terk ettiğinde Mükemmel tabiatın çıkacaktır ortaya*[15]. *Akıl, beden ve ruh eşit düzeyde gelişmemiş ve olgunlaşmamışsa, söz edilebilir mi manevi bir gelişim ya da aydınlanmadan?*[16]

Tao'yu görmek mi istiyorsun? Peki *İlahi Birlik nasıl görülebilir? Güzel şekiller, nefes kesen harikalar, ürkütücü mucizelerde mi? Tao kendini bu şekilde göstermek zorunda değildir. O her zaman vardır ve daima hazırdır. Saflık ve temizlik, işlendiği zaman kendini gösterir. Samimiyet kayıtsız şartsız olursa, Tao yüzündeki örtüyü açar. Eğer onunla yaşamak istiyorsan onu her yerde, hatta en sıradan şeylerde bile göreceksin*[17]. Dikkatli bak!

*Tao ile yekvücut olmak istersen yüzeysel maneviyata kapılma. Diğerlerine bencillik etmeden ve kimlik belirtmeden vererek, tüm dünyada ışık yayıp kendi karanlığını aydınlatarak, erdemini benliğin ve bütün varlıklar için bir tapınak haline getirebilirsin. Budur Tao ile yekvücut olmanın anlamı.*[18] Tao'nun mabedi

olduğunda insan, tapımın ayinleri kalbinde vukû bulur. Bir mabet ki, şekli kalp, ayini yürüten bilge, akıl ve yanar çerağ, nefis olur. Yandıkça nefis, aydınlanan akıl Tao'yu bulur. Öyleyse nasıl girilir Tao'nun mabedine. Mabedin yolu nerededir? *Sevgiyle dolu olmak, azla yetinmek, başa güreşmemektir Tao'nun yolu.*[19]

*Yüce Yararı için yola çıkacak olursan, elin boş dönersin. Evrenin kaynağı mutlak anlamda bilinemez; büyük, verimli bir vadiye sonsuza dek akan görünmez bir nehirdir o*[20]. Tanımış olmayı başarabilseydim eğer, himmetiyle sükûna erebilirdim.

Ve tüm sözlerini duydum, ama anlamadım. Bilmek anlamak olsaydı, arzular diner, çabalar huzur getiren eylemlere bırakırdı yerini. Yine de umutsuzluğa düşmemeli sâlik. *Zira binlerce kilometrelik bir yolculuk dahi, tek bir adımla başlar. Önemli olan yola koyulmak...*

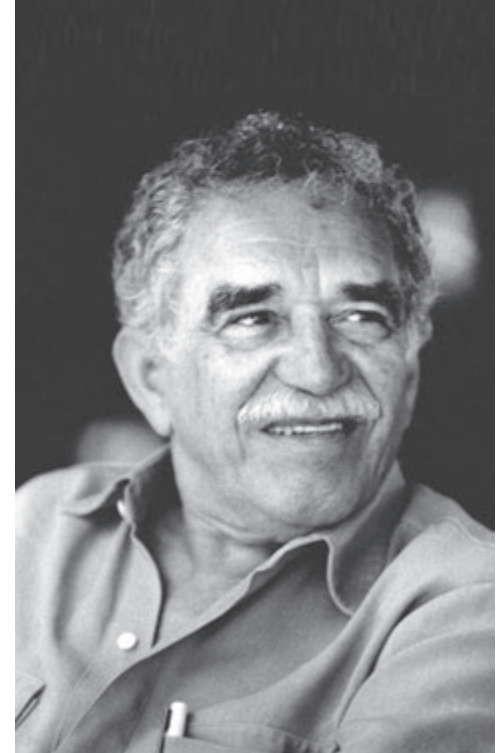
izzeters80@gmail.com

[19] Lao Tzu, *Tao Te Ching* Öğüt 67

[20] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 39

“İnsanlar,  
annelerinin onları  
doğurduğu gün doğmuş  
olmakla kalmazlar;  
hayat onları tekrar tekrar  
kendilerini doğurmaya  
zorlar.”

Gabriel Garcia Marquez



[1] Lao Tzu, *Tao Te Ching*, Öğüt 56

[2] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 17

[3] Lao Tzu, *Tao Te Ching* Öğüt 43. Bilge çaba göstermez, doğru eylemde bulunur. Doğru eylem eylemsizlik değil çabasızlıktır (Wu Wei). Bilge çabalamaz, öz doğasıyla akar.

[4] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 30

[5] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 52

[6] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 68

[7] Lao Tzu, *Tao Te Ching* Öğüt 110

[8] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 23

[9] Lao Tzu, *Tao Te Ching* Öğüt 81

[10] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 70

[11] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 42

[12] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 2

[13] Lao Tzu, *Tao Te Ching* Öğüt 33

[14] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 6

[15] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 45 “Mükemmel Tabiat; fitrat”

[16] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 58

[17] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 22

[18] Lao Tzu, *Hua Hu King* Öğüt 47

# Bir Bedende İki Beyin: Biri Kafatasımızda, Diğeri Karnımızda Deniz Tipiğil

İki beyin, bir beyinden iyidir. En azından, biri omuriliğın üzerinde, diğeri ise karın bölgesinde (mide ve bağırsakların bulunduğu ve “Enterik Sinir Sistemi” olarak adlandırılan bölgede) yer alan iki beyin, yakın, hatta bazen çok yakın ilişkisini anlatmanın mantığı bu diyebiliriz.

*İkinci Beyin* isimli kitabın yazarı olan ve Columbia Üniversitesi Hücre Biyolojisi Departmanını yöneten Dr. Michael Gershon için, bu iki beyin arasındaki bağlantı, çok da hoş olmayacak kadar açık ve net. Kendisinin bu konudaki açıklaması dikkate değer: “*Ne zaman Ulusal Sağlık Enstitüsü’nü bir bağış talebimizi görüşmek için arasam, karnımdaki beynin acı veren etkisinin bir kez daha farkına varıyorum.*”

Aslında, topluluk önünde bir konuşma yapmadan önce karnında kelebeklerin uçtuğunu, sınav öncesi gecelerde bağırsak bölgesinde acil çözümlenmesi gereken faaliyetler olduğunu hissetmiş olan herkes, bu iki farklı sinir sisteminin işleyişini deneyimlemiştir.

İki beyin arasındaki ilişki, bedenimizdeki gerek fiziksel, gerekse psikiyatrik pek çok sorunun tam da kalbinde yer alıyor ve anksiyete, depresyon, spastik kolon (mukoza koliti), ülser ve Parkinson hastalığı gibi hastalıkların belirtileri, beyinde ve bağırsaklarda açığa çıkıyor.

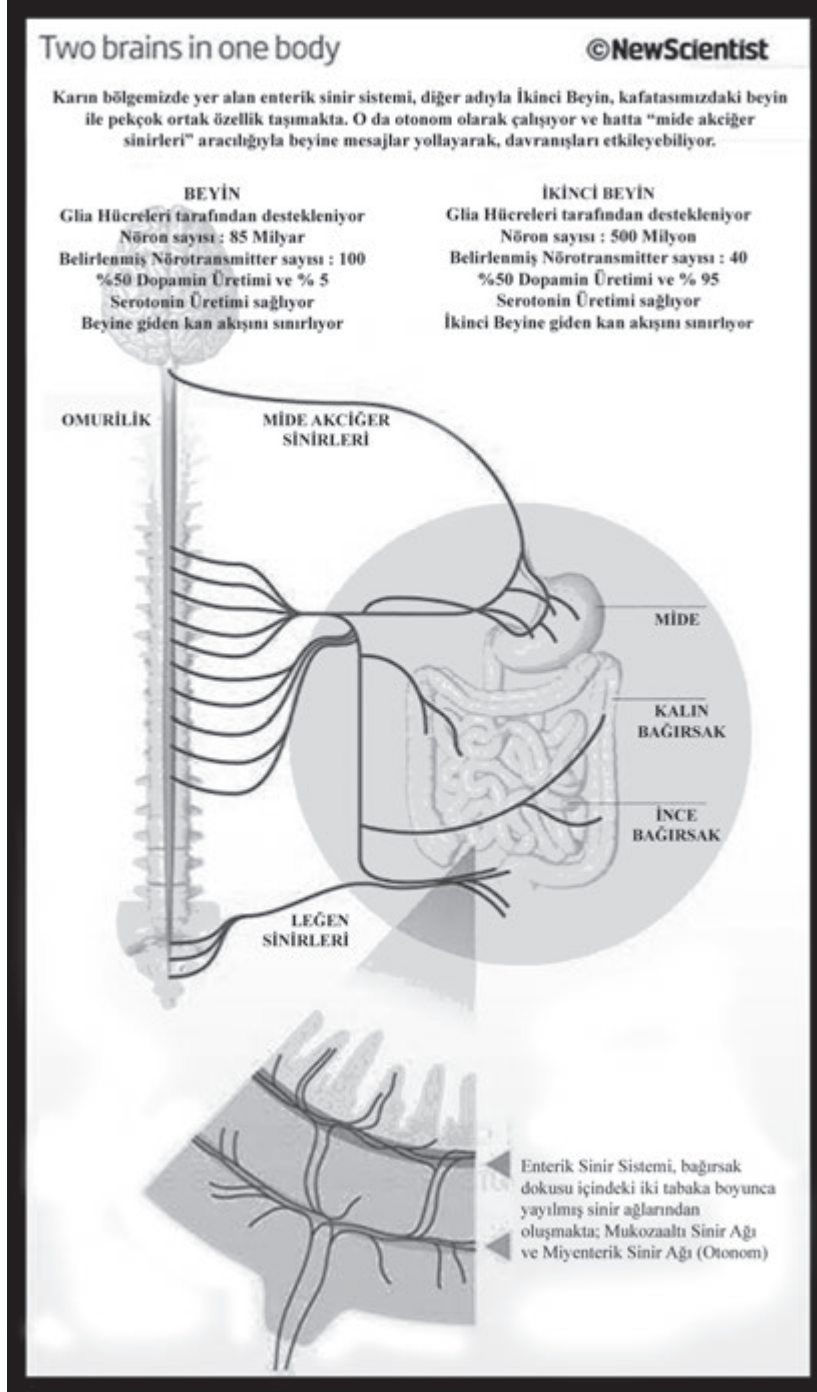
California Üniversitesi’nden Prof. Dr. Emeran Mayer, “*Anksiyete ve depresyon sorunları yaşayan hastaların büyük çoğunluğu, aynı zamanda gastrointestinal (mide ve bağırsakları bir arada anlatan genel terim) problemler de yaşıyorlar,*” diyor.

Enterik sinir sisteminin görevi, sindirim sistemini, yemek borusundan mideye, ince bağırsaktan kalın bağırsağa, her bakımdan

ve tümüyle yönetmek. İkinci Beyin ya da Küçük Beyin tüm bunları, aynı büyük beynimizin kullandığı araçlarla, yani neredeyse otonom bir sinirsel dolaşım ağıyla, nörotransmitterler (nöronlar, sinir hücresi) arasında ya da nöronlar ile başka türden hücreler arasında iletişimi sağlayan kimyasallar) ve proteinlerle başarıyor.

Bağımsızlık, enterik sinir sisteminin karmaşıklığının bir işlevi. Ohio Üniversitesi’nde konu üzerine çalışan

İki beyin ve işleyişleri bir bilim kurgu öyküsü gibi görünse de, evrimsel bir gerçekliği anlaşılır kılıyor. Prof. Wood’un ifadesiyle, “*Beyinlerin yaptığı şey, davranışları kontrol etmek. Karnınızdaki beyin, sistemindeki sinir ağları içinde çeşitli davranış programları bulunduran bir kütüphane gibidir. Karnınızdaki beyin kütüphanesinden hangi davranış programının seçilip işletileceğini ise, sindirim sisteminizin durumunu belirliyor.*”



ve dahiliye, fizyoloji ve hücre biyolojisi alanlarında profesörlük unvanı taşıyan Jackie Wood, İkinci Beyin olarak adlandırılan bu sistem hakkında, “*Tabiat Ana, 100 milyonlarca nöronu beyinde ya da omurilikte toparlayıp, bunları mide ve bağırsakların olduğu bölgeye uzun bağlantılarla göndereceğine, tam da o bölgenin yanında yer alan ağların bu işi yapmasını sağlıyor,*” diyor.

İkinci Beyin, sistemindeki besinleri ve içeriklerini değerlendiriyor, karar veriyor ve harekete geçerek bir refleksi başlatıyor ve tüm bunları, merkezi sinir sisteminden gelen oldukça küçük bir yardım ile baştan sona kendi başına yapıyor.

*İkinci Beyin*’in yazarı Prof. Gershon, “*Enterik Sistem basıncı gözlemliyor, sindirim sürecini gözliyor. Besinleri saptıyor ve bunların içerdiği asit ve tuzları ölçüyor. Aynı küçük bir laboratuvar gibi,*” diyor.

Karnımızdaki beyin üzerine, bunca bilimsel bilgi paylaştıktan sonra, tam da bu konu üzerine Heribert Watzke’nin aşağıdaki linkte yer alan sunumunu izlemek şart.

İnsan türünün, pişirme tekniklerini keşfetmesi ile başlayan ve özellikle beyin ile bağırsaklar ve midenin yer aldığı karın bölgesinde etkilerini gösteren evrimsel dönüşümüyle açılan sunum, günümüz insanının beslenme yöntemlerine kadar uzanırken, bedenimizdeki iki beyinin ilişkisini de tüm açıklığıyla anlatıyor. Heribert Watzke’nin sade ve espritüel üslubuyla 15 dakikaya sığdırdığı bu muhteşem sunumu, Türkçe altyazı seçeneği ile izlemeniz mümkün.

[http://www.ted.com/talks/heribert\\_watzke\\_the\\_brain\\_in\\_your\\_gut](http://www.ted.com/talks/heribert_watzke_the_brain_in_your_gut)

#### Kaynaklar:

<http://www.scientificamerican.com/article/gut-second-brain/>  
[http://www.nytimes.com/2005/08/23/health/23gut.html?pagewanted=all&\\_r=0](http://www.nytimes.com/2005/08/23/health/23gut.html?pagewanted=all&_r=0)  
<http://www.nytimes.com/books/99/01/17/bib/990117.rv043020.html>  
<https://www.facebook.com/newscientist>

“Dinlerin görünüşteki karşıtlık ve çelişkilerinin altında, derin sularda “kadim değerler” bulunur ve bunların ortaya çıkarılması her kültürün irfân geleneği ile mümkündür. Toprak üstünde, birer artezyen kuyusu gibi birbirinden apayrı görünen dinler, toprak altında birbirleriyle iç içe geçmiş bir iç deniz oluşturur ki buna geleneğimizde “vahdet” denmiştir. İşte bu derin irfândır ki günümüz dünyasında kültürlerarası tanışmayı olanaklı kılabilir.”

**Metin Bobaroğlu**



## Aydınlanma Sorunu ve Değerler (Genişletilmiş 2. Baskı) Metin Bobaroğlu

Mart 2014  
167 sayfa

“Tarihteki tüm ekinler (kültürler), tüm insan yaşamları için en derinde bir erek gizlidir, o da özgürlüktür. Özgürlük ereği, her toplumda her insanın yüreğine yerleşmiştir ve gerçekleşmeyi beklemektedir. Özgürleşme bir süreçtir ve tüm insanlık için gerçekleşmedikçe ereğine varmış olmayacaktır. Bu bağlamda aydınlanma, özgürleşme sürecinde bilinçli

bir çabanın adıdır. Her toplum içinde, kendini aşmış, bencilliğinin üstüne yükselmiş, yüreği özgürlük ateşiyle tutuşan, insanlık ülküsünü amaç edinmiş ve cehalet, zorbalık ve bağınazlıkla savaştan aydınlar, ekinler içinde açmış çiçekler gibidir. Bu bağlamda aydınlanma en yüksek yaşam biçimidir.”

Metin Bobaroğlu, serinin ikinci kitabı olan *Aydınlanma Sorunu ve Değerler*'de aydınlanmayı bir sorun olarak ele alıyor. Aydınlanma sürecindeki her insanın düşünsel, psişik, toplumsal ve tinsel yaşamını seçtiği değerlere bağlı olarak oluşturduğunu, toplumsal ve bireysel tinin bu yolla üretildiğini söylüyor. Uygarlığı yaratan temelin değere dönüşen kavramlar olduğunu vurguluyor. (Arka Kapak)

## Bizden Haberler

### Selin Erş

• Vakıf katılımcılarımızdan Sayın **Doç. Dr. Haluk Berkmen**, Nisan ayı boyunca görsel sunularına devam etti. 3 Nisan'da Zühtüpaşa Gönüllüler Evi'nde, Tasavvufun kavramlarını yorumlayıp Anadolu bilgilerinden örnekler paylaştığı “*Tasavvufun Kavramları*”; 6 Nisan'da Holistik Akedemi'de doğada tüm canlı ve cansız sistemlerin aynı temel ilkedden oluştuğu ve her boyutta benzer sistemlerin bulunduğu gösterildiği “*Doğanın Sistemi ve İnsan*”; 10 Nisan'da Fenerbahçe Gönüllüler Evi'nde Asya kökenli kaya resimlerinden başlayarak, zaman içinde resim yazısının harf yazısına dönüşümünün paylaşıldığı “*Damgalardan Harflere Yazının Gelişimi*” başlıklı görsel sunular izleyicilerle buluştu. Berkmen, ayrıca Gayrettepe Sürmeli Otel'de düzenlenen Beden, Zihin ve Ruh Sağlığı Fesitvali'nde 20 Nisan Pazar günü “*Kuantum ve Çağdaş İnsan*” başlıklı bir konuşma yaptı.

• Vakıf dostlarımızdan **Evren Gül**, 10 Nisan - 2 Mayıs 2014 tarihleri arasında İstanbul Özel Saint Joseph Fransız Lisesi'nde gerçekleştirilen “İç Güç” başlıklı karma sergiye katıldı. Kendisini tebrik ediyoruz.



• Vakıf dostlarımızdan **Fatma Sağ Tunçalp**'in çalışmaları 24 Nisan 2014 gününden itibaren Erenköy'de Art 350 Galeri'de “Kafes” ve Akaretler'de “Kazan Dairesi” olmak üzere eşzamanlı olarak gerçekleşecek olan iki ayrı sergi ile görülebilir. Sanatçı “Kafes” sergisi ile ağırlıklı olarak metal ile seramiğin birlikteliğinden oluşan çalışmalarında insan ve bedeni üzerinden özgürlük kavramını sorguluyor. “Kazan Dairesi” ise, “Kafes” sergisinden ayrı olmakla birlikte onun devamı niteliğindedir. Dünyayı kaynayan bir kazana benzeten sanatçı bu sergisinde kalabalıklar ve çokluk vurgusu ile buna tezat oluşturacak şekilde her türlü yok varsayma/sayıma, “ötekilik” kuyusunun kapağını aralıyor. İzleyiciyi en alçakta, en dipte yaşayan; kenarlarda, kuytulara saklanan böcekleri; onların içlerine girerek kendi



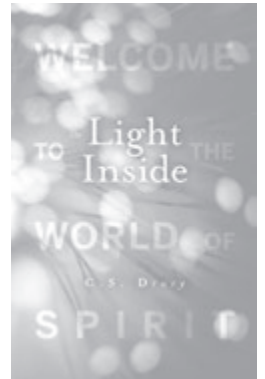
dairelerinde ziyaret etmeye davet ediyor. Sanatçı bu sergisi için 7.000 adet gerçek boyutlu seramik böcek yerleştirme yapıyor.

• Sanatçı dostumuz **Celil Refik Kaya**, 18 Nisan 2014'te Ankara Müzik Festivali kapsamında ODTÜ Kültür ve Kongre Merkezi'nde, programında kendi düzenlemelerine de yer verdiği bir konser verdi.

• Rahmetli Marangoz **Osman Altav**'ın torunu, **İbrahim Altav**'in kızı **Ceren Altav** ile **Gökhan Fermanzaade** 18 Mayıs 2014 saat 18:00'de Şişli Evlendirme Dairesi'nde evleniyor. Genç çifti şimdiden tebrik ediyor, mutluluklar diliyoruz.

• Yurtdışındaki dostlarımızdan Sevgili **Chris Drury**'nin *The Light Inside: Welcome to the World of Spirit* başlıklı kitabı çıktı. İlgilenenler **amazon.com**'dan temin edebilirler.

• Vakıf dostlarımızdan Sevgili **İskender Doğan**'ın oğlu **Derşan Doğan**, 3 Mayıs Cumartesi günü Ataköy Yunus Emre Evlendirme Dairesi'nde **Ezgi Ulutürk** ile evlendi. Kendilerine mutluluklar diliyoruz.



# Hint Felsefesi

## Samkhya

Nilgün Çevik Gürel

Birbirlerinden kilometrelerce uzakta yaşayan doğu ve batı insanı, tıpkı mesafelerde olduğu gibi kültürel açılardan da birbirlerinden uzak kalmışlardır. Genelde batının ana ilkesi “bireycilik, ben”; doğunun ise “birlik, biz” olmuştur. Batı mantıksal, bilimsel ve akılcı davranırken, doğu felsefesi erdem üzerine inşa edilmiştir ve hayata özverili yaklaşımı tercih eder, diğerlerinin memnuniyeti önemlidir. Batı sahip olmak ister, doğu ise gerçeği, anlamı bulmaya odaklanır ve fiziksel, ruhsal acıların nedenlerini araştırıp anlamak ister, acıların nedenlerini bulmak hayatı daha yaşanabilir hale getirir.

Doğu felsefesinde, Hinduizm’in kaynağı olan “vedalar” üzerine zamanla yeni yorumlar ve metinler yazılmıştır. Bu bilgilerin özü, farklı altı felsefi düşünce ile açıklanmıştır. “6 Darşana” yani “felsefi bakış” olan “Yoga, Samkhya, Nyaya, Vaişēṣika, Purva Mimamsa, Uttara Mimamsa’dır”. Darşanalar gerçeğe bakışın bir yolunu gösterirler.

**Yoga:** Özü itibarıyla birliğe gelmeyi, Brahma (Evrensel enerji) ve Atmanların (bireysel enerji) birliğini açıklamaktadır. Eylem ve düşüncenin bir uyum içinde olduğu durum anlamına da gelir.

**Samkhya:** Evreni oluşturan elementlerin incelenmesi, sıralanması, sınıflanması, beden ve ruh arasındaki ilişkileri açıklar. Üç guna (üç hal) psikik görünümlemleri ele alarak yorumlar yapar. Ahlakı yetkinleştirir ve kurtuluşa götürür.

**Nyaya:** Varoluşun mantık ve düşünce yoluyla açıklanmasını sağlar.

**Vaişēṣika:** Varoluşun neden sonuç ilişkisine dayanarak incelenmesini sağlar.

**Purva Mimamsa:** Karma yasası, Tanrı, Tanrı’ya ulaşma yolları ile ilgili yöntemleri açıklar.

**Uttara Mimamsa:** Tanrı kavramını ritüellerin dışında düşünce yöntemiyle arayışı, bilgiyi kullanarak keşfetmeyi sağlar.

Bu 6 felsefi yaklaşımdan biri olan **Samkhya** (veya Sankhya), Sanskrit dilinde “numaralandırma veya numara” anlamındadır. Evrenin bileşenlerinin sayısını ve niteliğini belirler ve böylece gerçekliğin bilgisini verir. Aslında Samkhya “mükemmel bilgiyi” ifade eden açıklamalardır. En eski Samkhya eserinin yazarı İsvarakrişna, üç acının azabından kurtulma isteğinin bu öğretinin temelini



oluşturduğundan bahseder: göksel sefalet (tanrılar yol açar), yeryüzü sefaleti (doğa neden olur) ve iç ya da organik sefalet. Bu öğreti üzerine okullar kurulmuştur. “Samkhya düşünürleri” okulunun kurucusu 700’lü yıllarda yaşamış olan Kapila’dır.

Budhha, “Herşey acılardan ibarettir, hatta zevk almak bile acıdır,” der. Bilge Patanjali ise, “Bilge için her şey acıdır,” der. Aslında bu evrensel acılar kötümserlik, umutsuzluk değil; mutluluğa giden yolun koşulu olarak kabul edilir.

Acı evrensel, özgürleşmek için acıyla nasıl başa çıkılacağı bilinirse gelişme olur ve acı kendiliğinden yok olur. Hint felsefesinin, tekniklerin ve meditasyonun amacı acıdan kurtulmaktır.

Samkhya, Upanişadların uzantısıdır ve selamete, esenliğe, huzura ulaşmak için bilginin gerekliliğinden bahseder. Samkhya felsefesinde iki gerçeklik temeldir. Prakriti (madde), Purusha (öz, yüce ruh) ve Prakriti 3 gunadan yani halden, “Sattva, Rajas ve Tamas”tan oluşmaktadır. Sattva mutlulukla ilgilidir. Rajas eylemle ilgili, Tamas ihmal ve hareketsizlik ilişkisidir.

Prakriti tüm fiziksel varlığın nedenidir. Gunalar fiziksel dünyanın nesnelere oluşturur. Prakriti durağan değildir. Prakriti tüm fiziksel nesnelere sürekli değişim ve dönüşümünde vardır.

Purusha (öz), mutlak, bağımsız, algılanamaz, bilinemez, herhangi bir deneyim üstünde ve herhangi bir kelime veya açıklamanın ötesindedir. Bu nitelenemeyen bilinç, saf kalır. Bir çiçeğin aynada yansması gibi zeka da Purusha’yı yansıtır. Fakat çiçeği aynaya ait sanmak ise sadece cahilliktir.

İnsanlar “idrak” (buddhi) aracılığıyla bilir ve anlarlar. Samkhya acının nedeninin “bilgisizlik” olduğunu anlatır.

Ama yaratılışın tarihini saptamak nasıl olanaksızsa, cehaletin tam olarak ne zaman, nasıl ortaya çıktığı da saptanamaz. Bu soruna bir çözüm bulmaya çalışmak boşuna çabadır.

Samkhya ruh ve bilinç halleri arasındaki ortak niteliği aydınlatma yoludur. Sonsuz çeşitliliği bir tek temel ilkeye maddeye (prakriti) indirger ve evreni, hayatı, bilinci tek kaynaktan türetir. Çok farklı görünenleri fiziksel, yaşamsal ve zihinsel birleştirir evrensel görünen ruhu tek kabul eder.

Samkhya felsefesinden farklı olarak, Bilge Patanjali, metafizik bilginin tek başına insanı kurtuluşa götürmeyeceğini, bilginin sadece temel oluşturduğu ve bilginin deneyim ile aydınlanma yoluna götüreceğini açıklamıştır.

### Kaynaklar:

Mircae Eliade, *Dinsel İnançlar ve Düşünceler Tarihi Cilt 2*, Kabalıcı Yayınevi, Temmuz 2003  
Harvey Day, *Yoga Illustrated Dictionary*, Kaye & Ward Ltd., 1971  
Heinrich Zimmer, *Hint Felsefesi*, Emre Matbaacılık, 1992  
Orhan Hançerlioğlu, *Dünya İnançları Sözlüğü*, Remzi Kitabevi, Eylül 1993

### Bülten Künye

Yayın Adı Düşünüyorum • İmtiyaz Sahibi Şeyma Bobaroğlu Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Ekrem Genç İdare Adresi Bayar Cad Papatya Apt. 22/11 Erenköy İstanbul 0216 382 81 73 Basım Yeri Küçük Matbaacılık San. Tic. Ltd. Şti. / Maltepe Mah. Davudpaşa Cad. Emintaş Kazım Dinçol San. Sit. No:81/170 Zeytinburnu İstanbul Türkiye Tel.: 0212 565 24 68 Yayın Süresi Aylık • Dili Türkçe • Türü İlmî, Fennî, Edebi • Alanı Yerel

Yazı İşleri Kurulu Ayşe Doğu, Deniz Tipigil, Ekrem Genç, Elif Ersoy, İzzet Erş, Nurgül Demirdöven, Sadık Acar, Selin Erş, Sevgi Genç E-posta [bulten@anadoluydinlanma.org](mailto:bulten@anadoluydinlanma.org) • Web [www.anadoluydinlanma.org](http://www.anadoluydinlanma.org)