

OSHO – SIRLAR KİTABI 2–A

Derleyen: Metin BOBAROĞLU

41. BÖLÜM

TANIK OL YARGIÇ DEĞİL

Bir Buda kahkaha atar. O noktaya ulaşan herkes kahkaha atar, çünkü her şey saçma gözükür. Sen aslında hiç kaybetmediğin bir şey arıyordun. Erişenler hep çok basit olduğunu söylerler. Ama erişmemiş olanlar en zahmetli, en zor şey olduğunu söylerler... Aslında yalnızca zor değildir, imkânsızdır.

Bizim zihinlerimize böylesine basit şeyler çekici gelmez.

Zihnin sana basit yöntemlerin hiçbir faydası olmayacağını söyler. Öylesine basittirler ki, hiçbir şey başaramazlar. İlâhi varoluşa erişmek için, mutlak olana ve nihai olana erişmek için nasıl böylesine basit yöntemler kullanılabilir? Onların nasıl faydaları olabilir? Egonun bir faydası olmayacağını söyler. Ego daima zor olanla ilgilenir. Çünkü bir şey zorsa, bir meydan okuma vardır. Ve güçlüğü aşabilirsen egon tatmin olur. Ego güçlük ister. Aşılacak engeller, fethedilecek zirveler... Zirveye varmak ne kadar güçse, ego o kadar rahat hisseder.

Tinsel patlama herhangi bir şeyden kaynaklanmaz. Tinsel oluş sebepsel bir olgu değildir. Sen zaten o durumdasın. Yalnızca hatırlamaya ihtiyacın var. Gittikçe artan bir uyanıklıkla hatırlarsın. Bütün bu teknikler uyanıklığı arttırmak içindir, sen zaten olmayı özlediğin kişisin.

Hiç gözlemedin mi? Ne zaman düş görsen, bir şey kesindir: Asla uykuya daldığın odayı görmezsin. Bu gerçeği hiç gözlemedin mi? Herhangi bir yerde olabilirsin. Ama asla aynı odada, yattığın aynı yatakta olmazsın. Zaten orada olduğun için o konuda düş görmeye gerek yoktur. Düş, uzaklara gideceğin anlamına gelir.

Zihin olmayan bir şeyi arzular, bu yüzden zihin hareket eder. Herhangi bir yere gidebilir. Ama asla burada olmaz. Ama sen buradasın. Durum budur, sen düş görüyorsun. İlâhi varoluşun burada, sen osun. Ama uzaklara gidiyorsun.

Uyanık olmayan zihin durumu dünya; uyanık zihin durumu Nirvana'dır. Uyanık değilken görüdüğün gibi olursun. Uyanırken olduğun gibisin.

Bir düş, bir başka düş ile yok edilemez, ancak destek olur.

Örneğin *Sannyas*'a "*Bir sıçrama yap*", derim. Bu yalnızca bir araçtır. Eski kimliğin kırılır, eski ismin başka birine ait olurmuş gibi olur. Tanık olabilirsin, ben sırf mesafe yaratmak için sana yeni bir isim ve yeni bir cübbe veririm. Ama sen bunu düşün bir parçası kılabilirsin, o zaman asıl noktayı kaçırsın. "*Ben Sannyas'ı aldım,*" diye hissedersin. "Ben" eski olarak kalır. "Ben"

cübbemi değiştirdim, ismimi değiştirdim, ama “ben” eski kalır. Ve eski sürer. Artık bu yeni *Sannyas* yalnızca eskiye eklenen bir şey olmuştur.

Ölüm anidir. *Samadhi* de anidir. Tinsel patlama da anidir. Tekniklerin faydası olabilir, seni, ağır ağır, ani oluşa hazır hale getirirler. Onlar seni *Samadhi*'nin olması için hazırlarlar.

Düşünce bir engeldir. Bu yüzden düşünce, bir şekilde kaybolursa o şey olur. Düşünce kaybolmalıdır, ancak o zaman uyanıklık olur. Meditasyonu, “düşüncesiz bilinç” olarak tanımlıyorum.

Korku geldiğinde, tam korkunun geldiğini hissettiğinde farkına var. O zaman korku kaybolacaktır. Uyanıklık ile korku birlikte var olamaz.

Kendi ismini dene. Derin bir endişe hissettiğinde kendine seslen.

Uyanık ol, o zaman onunla özdeşleşmezsin. Açlık hissediyorsan, açlığın varlığı konusunda uyanık ol. Ona bak, onunla karşılaş, yüzleş. Ne olacak? Ne kadar çok uyanık olursan, açlık o kadar uzakta hissedilecek. Oruç sırf bu yüzden bu teknik için kullanılmıştır, orucun kendi başına bir faydası yoktur.

Normalde biz açlık hissetmeden, midemizi yiyeceklerle doldururuz. Çağdaş dünyada açlık hissetmeye gerek yoktur. Yemeklerin için belirli zamanların vardır ve yersin.

Oruç tutarsan o zaman iki, üç gün sahte açlık hissedersin. Ancak üçüncü ya da dördüncü günden sonra gerçek açlık hissedersin. Bedenin talep eder, zihnin değil. Zihin talep ettiğinde bu sahtedir. Beden talep ettiğinde bu gerçektir. Ve gerçek olduğunda sen uyanırken bedeninden tamamen farklı olursun. Açlık bedensel bir olgudur. Bir kez o açlığın senden farklı olduğunu ve senin ona tanık olduğunu hissetmeyi başarınca, bedeni aşmış olursun.

Her gün araç değiştirme. Çünkü her teknikte bir derinleşmeye ihtiyaç duyulur. Bu yüzden üç ay boyunca tek bir şeyi seç, ona bağlı kal.

Beden bedendir. O maddedir ve sen bilinçsin. Birlikte yaşayabilirsin ama asla karışmazlar, asla karışık olmazlar.

Tantra der ki: “*Varoluş ikili değildir, birdir ve tüm ayrımlar insan eliyle yaratılmıştır.*”

Gerçek, basit gerçektir. Çıplak gerçek basit gerçektir. Ne ahlâklı, ne ahlâksızdır. Ne saf, ne kirlidir.

Dünyada ne yaparsan yap, kendine de yapmışsındır. Bir adama “aziz” dersen bir günahkâr yaratmış olursun. Çünkü günahlar olmadan aziz var olamaz.

İyi, kötüye bağımlıdır. Erdem günaha bağımlıdır ve azizlerin günahkârlar olmadan var olmaları imkânsızdır. Erdem kavramı olmadığında günah da olmaz.

Tantra der ki: *“Aslolan gerçektir ve yorum gerçek dışıdır.”*

Tantra der ki: *“Bölme, bölünmemiş ol, ancak o zaman muzaffer çıkabilirsin.”*

Etiketleme, sessiz kal, kınama, haklı çıkarma. Dünya hakkında sessiz kalabilirsen yavaş yavaş bu sessizlik içe işler ve dışsal olarak bölünme yoksa içsel bilinçteki bölünme de yok olur.

Toplum ikilik temelinde var olur. İşte bu yüzden Tantra baskılanmıştır. Anti-sosyal olduğu düşünülmüştür ama değildir! Ama bu ikilik olmayışı tavrı transandantaldır, aşkındır. Toplum karşıtı değildir, aşkındır. Toplumun ötesindedir.

Tantra her şeyi olduğu gibi kabul eder. Neden? İçinde bir birlik yaratmak için...

Bir şeye karşı çıkararak bir yere gelmeye çalışan biri asla huzur bulamaz. Sen ikisi birdensin. O zaman kazanan kim olacak? Tanık ol, yargıç değil.

42. BÖLÜM

İLKELER DEĞİL, TANTRA ARACILIĞIYLA UYANIKLIK

Meditasyon nedir? Senin karakterin değildir, yaptıkların değildir. Senin ne olduğundur. Karakter değildir. Her yaptığına getirdiğin farkındalıktır. Yapmak önemsizdir. Ahlâklı da olsa, ahlâksız da, sorun, bilinçli olarak yapıp yapmadığıdır. Uyanık mısın? Uyanıksan meditasyon gerçekleşir. Uyanık değilsen uykuda yaşarsın.

İkiyüzlüler yalnızca ahlâklıymış gibi yaparlar. Bu sözde ahlâklılık yalnızca iki seçenek bırakır: Dürütsen delirirsin, dürüst değilsen ikiyüzlü olursun. Bu yüzden akıllı, kurnaz olanlar ikiyüzlüdürler. Basit, masum olanlar bu tür öğretilerin kurbanları olanlar, delirirler.

Her şeyi sevmen, sevgi dolu olman öğretileridir. Bu ahlâki bir tavır haline gelebilir ama nefret içinde kalır. Kendini sevgi dolu olmaya zorlarsın ve zorlama bir sevgi gerçek olamaz. Bu sahte sevgi ile hiç kimse tatmin olamaz.

Nefret sahte sevginin içine de işler, onu bile zehirler. Ve sevgin yalnızca bir tür nefret halini alır, çok hileli ve sinsidir. Gerçek ahlâk, kendi derinliklerine gitmiş birindedir. Ne kadar derine gidersen o kadar sevgi dolu olursun. Nefrete karşı dayatılan bir şey değildir. Nefret, düşman bir şey değildir. Ne kadar derine gidersen, sevgi içinden dışarı o kadar çok akar.

Tantra içsel yolcuğu öğretir. Ahlâk olur, ama bu bir sonuç olur. Bir ön şart değil. Ne kadar derine gidersen, o kadar ahlâklı olursun ama o ahlâk, toplumun ahlâki olmayacaktır. Sen ahlâklı olmaktan kaçınarak ahlâklı olacaksın. Ahlâklı olduğunun farkına varmadan, çünkü içinde ona karşı hiçbir şey yoktur. Basitçe sevgi dolusun, çünkü sevgi doluyken mutlu hissediyorsun. O, başlı başına bir mutluluk, sonu yok. Sonuca gerek yok. Seversen Tanrı'nın krallığına gireceğinden değil, bu bir alışveriş değil. Toplumun ve dinlerin vaaz ettiği ahlâk bir alışveriştir.

Tantra'nın ahlâkı pazarlık değildir, bir oluşturmaktır. Ne kadar derine gidersen ân'ı o kadar çok yaşamaya başlarsın. Sevmenin mutluluk olduğunu hissetmeye başlarsın. Bu başka bir şeye ulaşmak için bir adım, bir koşul, bir pazarlık değildir, kendi kendine yeterlidir. Seversin, çünkü severken mutlu hissedersin.

Sevmek bir zevktir; şimdi burada, senin için değildir. Gelecekte bir cennet ya da cehennem yoktur, şimdi cenneti yaratır ve Tanrı'nın krallığı içine girer ve tüm erdemlerde de aynısı olur. Kendiliğinden çiçeklenirler.

Tantra için temel şey meditasyondur. Farkındalıktır.

Ahlâksız yaşam, yalnızca uyanık olmadığının semptomudur.

Ahlâklı insan toplum için uygun olur ama kendisi için uygunsuz olur. Yani yalnızca madalyon ters çevrilmiş olur. İşte bu yüzden ahlâksız insan daha mutlu ve neşeli görünür. Ahlâklı insan ise ciddi, hüzünlü ve sıkıntılıdır. Ahlâksız insan toplumla mücadele etmektedir. Ve ahlâklı insan kendi kendine mücadele halindedir.

Tantra hiçbir şekilde kınayıcı değildir. Sana “*Şunu yap ve bunu yapma,*” demekle ilgilenmez.

İlkeler her zaman ödünç alınmış şeylerdir. İdealler her zaman ödünç alınmış şeylerdir, onlar senin kendinin değildir. Senin kendi deneyimlerinden doğmamıştır, kökleri yoktur.

Dürüstlüğün, ancak ilkelerden değil, uyanıklıktan gelirse canlıdır. Dürüstlük bir ilke değildir, uyanıklığından doğan bir şeydir.

Yaşam bir ırmak gibidir, rotası belirlenmiş yol yoktur. Takip edilecek, sana verilecek haritalar yoktur. Yalnızca canlı ve uyanık ol. Sonra yaşam seni nereye götürüyorsa, tüm güveninle git. Tantra güvendir... Yaşam gücüne güven. Bırak, o sana yol gösterecek. Onu zorlama. Ona teslim ol ve bırak seni denize götürsün. Sen yalnızca uyanık ol, o kadar.

İlkelerin takipçisi olma. Yalnızca daha fazla bilinç yaratan ol. O ilkeler senin başına da gelecek ama sen asla onların tutsağı olduğunu hissetmeyeceksin.

Değer nesnede değildir, senin ona getirdiğin niteliktedir.

Sevgine, cinselliğine meditasyon getirebilersen cinsellik dönüşür.

Enerji yok edilemezdir. Ancak farklı bilinçlere dönüşebilir, asla hiçlik olmaz.

Öfke baskılanmaya devam eder ve sen bir öfke volkanı halini alırsın.

Cinselliği baskılayabilirsin ve sonra baskılanmış cinsellik senin tüm kişiliğin olur.

Cinsellikten kaçınanlara bak. Zihinleri tamamen cinsel olmuştur. Cinselliği düşlerler, cinsellikle savaşır, durmaksızın cinsel fanteziler kurarlar. Takıntılıdır. Onu ifade edersen

bir zincir yaratırsın. Onu baskılasan bir yara yaratırsın, o yüzden ikisi de iyi değildir. Bu yüzden Tantra der ki: *“Ne yaparsan yap, örneğin öfkeliysen öfkenin geldiğini hissettiğinde kesintisiz farkında ol. Onu baskılama. İfade etme. Üçüncü bir şey yap. Üçüncü seçeneği seç. Bu farkındalık öfke olarak hareket eden enerjiyi farklı bir enerjiye dönüştürür. Öfke olarak bilinen enerji sevecenlik olur. Uyanıklık aracılığıyla dönüşüm gerçekleşir. Farkındalık aracılığıyla cinsellik olarak bilinen aynı enerji ‘Brahmacharya’, tinsellik olur. Uyanıklık simiyadır. Onun aracılığıyla her şey değişir.”*

Senin öfke, cinsellik, açgözlülük ya da başka herhangi bir şey olarak bildiğin enerji, yatay olarak hareket eder. Bir kez ona uyanıklık getirince yeni bir boyut getirmiş olursun. Sırf uyanık olarak yükselirsin.

Çaba olmadığı zaman daha da edilgen olur. Ne kadar edilgen olursa o kadar manyetik olur, enerjiyi yukarı çeker.

Zorlanma demek istiyorsunuz. Zorlarsan gergin olursun. Gergin olursan öfke yukarı hareket edemez, gerilim yataydır.

Bir an gelir, her şey gider. O zaman sen orada hiçbir şey yapmıyor olursun. Yalnızca orada var olursun. O varoluş *Samadhi*'dir. Ve bilmeye değer, sahip olmaya değer, olmaya değer her şey o durumda başına gelir.

43. BÖLÜM

DEĞİŞİM ARACILIĞIYLA DEĞİŞMEYENİ BULMAK

Bilim, eril yaklaşım ve din, dışıl yaklaşımdır. Doğru zihni dindardır.

Zihin ayırım yapar. Sınırlar, tanımlar yaratır. Çünkü zihin tanımlar ve sınırlar olmadan çalışamaz. Bu yüzden zihin her şeyi keser, böler, doğrar.

Dil, tanımların olmadığı, hiçbir şeyin sınırlarının olmadığı, her şeyin başka her şeyin içinde hareket ettiği, her şeyin başka her şey olduğu ayrımsızlığa gitmek için sınırların çözülmesidir.

Senfoni birbiri içine karışan pek çok notadan oluşur, notaları inceleyerek bir senfoniye anlayamazsın. Böldüğün, kestiğin, analiz ettiğin zaman yaşam kaybolur. İşte bu yüzden bilim asla yaşamın ne olduğunu anlayamayacaktır. Teknolojinin yöntemleriyle, metodolojisiyle, yaklaşımıyla yaşam bilinemez.

Varoluş “bir”dir, ona analiz yoluyla yaklaşırsan, maddesel ve ölü görünür. Ona paylaşım yoluyla yaklaşırsan, yaşam İlâhi bir bilinç olarak görülür. Cinsellik dışarı uzanma çabasıdır, kendinden uzaklaşma çabasıdır. Başka bir merkez olur. Egonu arkada bırakırsın, ondan uzaklaşıp biriyle buluşursun. Gerçekten buluşmak istiyorsan teslim olmak gerekir. Ve eğer diğeri de seninle buluşmak istiyorsa, onun da dışarı çıkması gerekir. Aştaki mucizeye bak.

Tantra zekâyâ değil, yüreğe dayanır. Düşünsel bir çaba değildir, bir duygu çabasıdır.

İçinde aynı anda var olan iki âlem ya da iki boyut var. Sen ikisisin... Daima değişen bir değişen ve hep değişmeden kalan değişmeyen...

Bir şey hep aynıysa dikkat etmek için sebep yoktur. Bir şey değiştiği zaman zihnin dikkat etmesi gerekir. Bu bir boşluk yaratır ve düzen titreşir.

İçindeki bu aynı unsur Hinduların *Atman*, ruh, dediği, en baştan itibaren oradaydı. Eğer bir başlangıç varsa... Ve sonuna dek orada olacak, eğer bir son olacaksa... O ezelden beri aynıydı. Bu yüzden nasıl farkına varabilirsin ki?

Bedenin farkına varıyorsun, zihnin farkına varıyorsun, çünkü onlar değişiyor. Ve sen onların farkına vardığında, onların sen olduğunu düşünmeye başlıyorsun. Onları tanıyorsun. Onlarla özdeşleşiyorsun.

Tüm tinsel çaba farklının ortasındaki aynıyı bulmak içindir. Değişenin içindeki ebediyi bulmak için, hep aynı olanı bulmak için... O senin merkezindir ve eğer o merkezi hatırlayabilirsen ancak o zaman bu teknik kolay olur.

İlk önce dostuna yabancıymış gibi bak, ancak o zaman yabancıya da dostunmuş gibi bakabilirsin. Bu ikisi ilişkidir.

Senin beklentilerini karşılayacak hiç kimse yoktur. Herkes gibi beklentilerini karşılama peşindesin.

Biri sana saygı duyuyor, bunu onun sana saygı duyduğu biçiminde anlarsan güçlük çekersin. O içindeki belli bir tezahüre saygı duyuyor, sana değil. Seni nasıl tanıyabilir ki? Sen bile kendini tanımıyorsun.

Diğerleri seninle değil, senin değişik parçalarıyla iletişime geçiyor.

Merkez uzaktır. Hep öyle olmuştur. O aşkındır, o hep ötededir. Aşağıda ne olursa olsun, ona asla olmaz.

Ve bir kez doğal uzaklık duygusunu öğrenince, hiçbir şey seni rahatsız edemez. Sessiz kalırsın. Dünyada ne olursa olsun, sen etkilenmeden kalırsın. Biri seni öldürüyor bile olsa, yalnızca beden etkilenir. Etkilenen sen değilsin. Sen ötede kalırsın. Bu ötedelik seni varoluşa, mutluluğa, ebedi olana, doğru olana, daimi olana, ölümsüz olana, yaşamın kendisine götürür. Sen ona Tanrı diyebilirsin, Nirvana diyebilirsin. Ne dersen... Ama çeperden merkeze gitmediğin sürece, içinde ebedi ve ezeli olanın farkına varmadığın sürece, din başına gelmemiş olur. Yaşam başına gelmemiş olur.

Shankara şöyle der: *“Ben neyin değiştiğini, neyin değişmediğini, neyin hareket ettiğini, neyin hareket etmediğini bilen adama Sannyasin derim.”* Bu, Hint felsefesinde ayırım olarak bilinir. *Vivek*; bu ikisi arasında değişim âlemiyle değişmeyenin âlemi arasında ayırım yapmaktır. Buna *Vivek*, ayırım, farkındalık denir.

Ben açım deme. Hep içten içe bedenimin aç olduğunu biliyorum de. Bilişi vurgula. O zaman ayırım orada olur. Yaşlanıyorsun, asla yaşlanıyorum deme. Yalnızca bedenim yaşlanıyor, de. O zaman ölüm anında bilebileceksin. Ben ölmüyorum. Bedenim ölüyor. Ben beden değiştiriyorum. Yalnızca evi değiştiriyorum. Bu yanım derinleşirse bir gün aniden aydınlanma olacak.

Bilen dışında her şey değişimdir.

Kendini bilmek olumsuz bir süreçtir. Bilgi nesnelere eyleyebilirsin. Bilgi nesnelere ele. Hiç bilgi nesnesi kalmadığında artık hiçbir şey bilemezken, boşluk dışında hiçbir şey kalmamışken (ve meditasyon budur işte, tüm bilgi nesnelere elemek), o zaman bir an gelir bilinç var olur ama bilincinde olunacak hiçbir şey kalmaz. Bilgi var olur.

Hareket etmeyen nesnelere aslında çok hızlı hareket etmektedir, işte bu yüzden durağan görünürler.

Değişim aracılığıyla değişimi tüket. Değişene elemeye devam et. Sonunda hareket etmeye, merkeze geleceksin. Çarkın merkezine. İşte bu yüzden Buda “çark” sözcüğünü dinin simgesi olarak seçmiştir. Kişiliğin çark gibi hareket eder ve en içteki öz çarkın çevresinde döndüğü merkez olur, kıpırtısız kalır.

Tantra der ki: *“Değişene terk etme, onun içine gir. Ona tutunma, hareket et. İçine gir, onu yaşa. Olmasına izin ver ve onun içine gir. Onu kendi aracılığıyla tüket. Tutunma, değişimi yaşa. Değişim ol. Ona karşı bir mücadele yaratma. Değişim senin içine giremez, bu yüzden korkma. Dünyada yaşa. Korkma çünkü dünya senin içine giremez. Yaşa. Şu ya da bu yolu seçme. Değişim aracılığıyla değişimi tüket.”* Bu çok derin bir mesajdır. Öfke aracılığıyla öfkeyi tüket. Cinsellik aracılığıyla cinselliği tüket. Açgözlülük aracılığıyla açgözlülüğü tüket. Sansara aracılığıyla Sansara’yı tüket. Bir tür kişilik durmaksızın dünyayı değiştirmeye çalışır. Dini bakış açısına göre o nekrotiktir. Savaşma. Ölüm aracılığıyla ölümsüz ol. Ölüm aracılığıyla ölümün ölmesine izin ver.

44. BÖLÜM

TANTRA’NIN AŞK VE ÖZGÜRLEŞME SIRLARI

Onun için sana gerek yok. Senin varlığın bir engel. Ne kadar yoksan, o kadar iyi. Sen olmadığında aşk gerçekleşir.

Aşk yapılamaz. Meditasyon yapılamaz. Coşku, mutluluk, onları başaramıyoruz, çünkü onlar yapılamaz. Onlar eylem değil, onları kullanamazsın, tam tersine kendini salıvermek gerekir. O zaman coşku başına gelir. O zaman mutluluk başına gelir, o zaman aşk içine girer, o zaman aşk seni sahiplenir.

Çağdaş insan, çağdaş zihin, her şeyi sahiplenmek ve hiçbir şey tarafından sahiplenmemek ister. Çağdaş insan her şeyin efendisi olmak ister. Ve yalnızca şeylerin efendisi olabilirsin. Canlı olan hiçbir şeyin efendisi olamazsın. Yaşam kontrol altına alınamaz.

Çağdaş ego her şeyi kontrol altına almak ister. Ve sen kontrol altına alamadığın her şeyden korkuyorsun.

Paraya sahip olabilirsin ama aşka sahip olmazsın. Bu yüzden biz her şeyi nesnelere dönüştürüyoruz. Hatta insanları şeylere dönüştürüyorsun. Çünkü o zaman onlara sahip olabiliyorsun. İki insan birbirini seviyor ve hiçbirini efendi değil. Ne sevgili, ne âşık... Tersine, efendi olan âşktır.

Sırf sahiplenebilmek için kişileri şeylere dönüştürüyoruz ve sonra hayal kırıklığına uğruyoruz. Çünkü biz kişiye sahip olmak istiyoruz, oysa kişiye sahip olunamaz. Bir kişiye sahip olduğunda o artık bir kişi değildir. O, ölü bir şeydir. Ve sen ölü bir şeyden tatmin olamazsın.

Aşkın sırrı, duanın sırrı, seni tatmin edebilecek her şeyin sırrı, teslimiyettir.

Âşık olduğun zaman mantığı tamamen bir kenara atarsın. İşte bu yüzden “aşka düşmek” deriz. Nereden düşüyor? Baştan yüreğe düşüyor.

Çağdaş hayatın tüm acısının sebebi, sevmediği zaman insanın hayatında bir anlam hissedemiyor olmasıdır. Yaşam anlamsız görünür. Aşk ona anlam verir. Aşk tek anlamdır.

Biri hayatın ne anlamı olduğunu sorduğunda, bir aşk deneyiminde çiçeklenemediği için soruyor. İnsan âşık olduğunda hayatın ne anlamı olduğunu asla sormaz. Hayatın anlamı âşktır. Ve aşk aracılığıyla dua mümkündür. Çünkü dua da bir aşk ilişkisidir. İki birey arasında değil, bir bireyle varoluşun kendisi arasında. O zaman tüm varoluş, sevgilin ya da âşğın olur.

Sevebiliyorsan, ilâhi olana girmişsin demektir.

Bu bilincin merkezi egodur. Tantra ile Yoga'nın ilgilendikleri durumlar bilinç üstüdür. Bilinç üstü, tüm bilinçsizliğin bilinç haline gelmesidir. Bilinçsizlikte ego yoktur, bütünsündür. Bilinç üstünde yine ego yoktur, bütünsündür. Ama bu ikisinin arasında bilinçli zihnin bir merkezi vardır: Ego. Ego sorundur.

Bilinçsizlikte erersen, bu âşktır. Bilinç üstünde erersen, bu duadır. Ama ikisi de erimektir. Aşk konusunda, dua konusunda hiçbir şey yapılamaz. Bilinçli zihin kudretlidir, hiçbir şey yapamaz. Onun kaybedilmesi, bir kenara konması gerekir. Ne zaman kendi ötene geçmek istersen yolu teslimiyettir. Aşkta da, duada da...

Her açıdan teslimiyet ölümdür. Aşk ölümdür ve yaşam da daimi bir ölümdür.

Ölmeye hazırsan, yaşam başına gelir. Bu çelişkili görünür ama kanun budur. İsa der ki: *“Kaybetmeye hazır olan kazanacaktır. Ve tutunan her şeyi kaybedecektir.”*

45. BÖLÜM GERÇEKLE KALMAK

Tatmin olmamış arzular düşe dönüşüyor.

Her ne yapıyorsan eylemle kal. Başka bir yere gitme. Duş alıyorsan orada ol, tüm dünyayı unut.

Her eylemle öylesine eksiksiz biçimde hareket et ki, ne arkaya, ne ileri sıçra. Eylemle ol. O zaman düşler kaybolur ve daha az düş varken, gerçekliğe daha fazla girebilirsin.

Umut aracılığıyla düş gelir. Umutsuz ol. Bir kez 'şu an'da kalmayı başarıncı düşler duracaktır. Bir *Sutra* diyor ki: *"Onları fırlatıp at. Yazmalar, teoriler... Onların faydası yok. Kendi gerçek deneyimlerin olsun. Kendine has bilişlerin..."*

Buda tecrübe etmiş. İsa tecrübe etmiş. Sen onların bilişlerini ödünç alıp duruyorsun. Onlar senin için sahte, sana hiçbir faydaları yok. Ödünç alınmış bilgiyle yaşamaya devam etme. Aksi halde cahil olduğunu unutursun ve cahil kalırsın. Kendine güven. Kendine güvenemiyorsan başka birine nasıl güvenebilirsin? Sana ait olmayan her şeyi at, sana faydaları yok. Sana ait olanları bağrına bas, besle. Çünkü ancak bu şekilde büyüyebilirsin.

Buda'yı sev. İsa'yı sev. Ama sen onların karbon kopyaları olma, taklit etme. Hep kendi kişiliğinin kendi yolunda gitmesine izin ver. Bir gün Buda gibi olacaktır ama yöntemler olarak seninki olacak. Bir gün İsa olacaksın ama farklı bir yolda yolculuk yapmış olacaksın. Farklı deneyimler elde etmiş olacaksın.

Sabahtan itibaren gözlerini açar açmaz gerçek ve orijinal olmaya çalış. Sahte olan hiçbir şey yapma.

Tepkiyle özgürleşemezsin. Karşı çıktığın şey, seni olumsuz açıdan bağlar. Karşı olma tavrı tutsaklıktır.

Dünya çok fazla üstlerinde, çok fazla yüklenmişler ve ona çok fazla tutunuyorlar. Sen ona tutunmadığın sürece dünya sana yük oluşturamaz. Yük zihnindedir.

Buda tüm dünyayı Nirvana içinde bulur. Krişna tüm dünyayı esriklik, mutluluk içinde, kutlama yaparken bulur. Acı yoktur ama Tantra der ki: *"Her ne görüyorsan bir yansımadır, ta ki tüm görüşler kaybolana, yalnızca üzerinde hiçbir şey yansımayan ayna görülene kadar. Gerçek odur."*

Naropa şöyle demiştir: *"Hem evet, hem hayır. Evet, tutsak değilim ve hayır, özgür değilim. Çünkü o özgürleşme de tutsaklığın bir yansımasıydı. Tutsaklık yüzünden onu düşünüyorum."*

Dinî bir arayışı bir arzu haline getirme. Mokşa'yı, özgürleşmeyi, Nirvana'yı bir arzu nesnesi haline getirme, ancak hiç arzu kalmadığında gerçekleşir.

46. BÖLÜM ARZULARDAN KURTULMANIN TANTRİK YOLU

Arzuluyor olman; bu, senin burada olmadığın anlamına gelir. Gerçek anda olmadığın anlamına gelir. Ve varoluşa açılan tek kapı şu andır. Geçmiş ve gelecek kapı değildir, onlar duvardır.

Tüm süreçte uyanık ol. Ve onunla hareket et. Aceleye gerek yok, çünkü hiçbir şey aceleyle yapılmaz. Ve aceleyle tinsel büyüme mümkün değildir. Ağır ağır, sabırla hareket et.

Her arzunun içinde zihinle hareket et. Ve bırak, her arzu seni acıya götürsün. Sonra aniden bir gün olgunluğu duyacaksın, her arzunun acı olduğunu fark edeceksin. Bunu fark ettiğin an arzulama yok olur. Arzusuzluk, uygulanamaz.

Senin kendi deneyimin, seni değiştirebilir. Başka hiçbir şey değiştiremez.

Acını yaşaman gerek, yol acıdır. Seni arındırır, seni uyanık kılar. Seni farkında kılar. Ne kadar çok farkında olursan, o kadar az arzulu olursun. Tamamen farkında isen, arzusuzluk olur ve meditasyon sadece tamamen farkında olmaktır.

Gerçeği içinde taşıyorsun ve dışarıya sahte gösteriyorsun. Bu şizofrenik bir durumdur. Ve her insan sadece bölünmüş değil, daima kendisiyle çatışmaktadır.

Gerçek sessizlik, ancak birikmiş enerji tamamen serbest bırakıldığında gelir.

Hatırla, gerçek daima yokluktur. Karşıtta değil. Açgözlülük yokluğunda, cinsellik yokluğunda, kıskançlık yokluğunda. Ama o yoklukta senin gerçekliğin çiçeklenir.

İçindeki sevgi tıpkı bir kaynak, içindeki öfke tıpkı bir kaya gibidir. Onu kaldır.

Sen farkında olmayabilirsin ama biyokimyacılar diyor ki, insan âşıkken, öfkeliyken ya da cinsel istek duyuyorken, bedende farklı kokular salgılanır. Öfkeliyken bedenden kötü bir koku yayılır. Âşıkken niteliği farklı olur. Cinsel tutku halinde farklı bir koku salgılanır.

Cinsellik kaybolduğunda seks ilâhidir. Bir çiçeğe bakarken, eşinle zirvede buluştuğun zamanki esriklige ulaşabilirsin.

Usta sana hiçbir şey vermemektedir, veremez de. Verecek hiçbir şey yoktur. Verilemeyen ama kışkırtılabilen değerlidir. Bir usta seni yalnızca kışkırtır. Zaten orada olan bir şeyi fark edebilecek noktaya gelmene yardımcı olmak için sana meydan okur. Bir kez onu tanıyınca bir ustaya gerek kalmaz.

Öfke hep yakıcıdır. Ama seks öyle değildir. Seks yaratıcılığın kaynağıdır. İlâhi olan onu yaratım için kullanmıştır. Cinsellik tıpkı kıskançlık, öfke, açgözlülük gibidir, daima yıkıcıdır. Seks değildir. Ama biz saf seksi bilmeyiz. Biz yalnızca cinselliği biliriz. Zihne aktarılan seks

cinselliktir. O konuda düşünmek cinselliktir, onu yaşamak ayrı şeydir ve eğer onu yaşayabilirsen, ötesine geçebilirsin. Eksiksiz şekilde yaşanan her şey seni öteye götürür.

Tıpkı oda karanlıkmiş ve sen bir mum getirmişsin gibi karanlık kaybolacaktır. Her şey kaybolacaktır. Bu kitap dolapları burada olacaktır ve eğer hâlâ oturuyorsak biz de burada olacağız. Mum getirmekle yalnızca karanlık kaybolur. Aydınlanan birinin artık içsel bir ışığı vardır. O içsel ışık, farkındalıktır. O farkındalık sayesinde uyku kaybolur.

Aydınlanmış kişi o anda yaşar. Eylemde ve öylesine eksiksiz biçimde yaşar ki, eylem eksiksiz olur. Düş bir tamamlamadır. Eksik kalmış bir şey varsa, bu içsel bir huzursuzluk verir. Zihin onu nasıl tamamlayacağını merak eder. O zaman düşte bunu tamamlarsın ve huzura kavuşursun. Senin düşlerin senin eksikliğinden başka bir şey değildir. Aydınlanmış kişi için gece düşler kesilir ve gündüz düşünceler kesilir. Ona bir soru sorarsan hemen düşünür ama provaya gerek yoktur. O hayatı yaşar, düşünce ve düş varken sen hayatı ıskalarsın.

47. BÖLÜM IŞIK TEKNİKLERİYLE TANTRİK MEDİTASYON

Batı psikolojisi psikoterapinin bir parçası olarak gelişmiştir. Psikologlar anormal insanı, zihinsel olarak anormal insanı tedavi ediyorlardı. Bu yüzden insana karşı tüm Batı yaklaşımı hatalı olmuştur. Freud patolojik vakaları inceliyordu. Hiçbir sağlıklı insan ona gitmezdi. Yalnızca zihinsel olarak hasta olanlar giderdi. Freud onları incelerdi ve bu incelemeyle insanı artık anladığını düşünüyordu. Patolojik insanlar gerçekte insan değildir. Çünkü insana patolojik bir açıdan bakılmaktadır. Özel bir zihin durumu seçilmişse ve o durum hasta ise, patolojik ise, o zaman insana dair edinilen imaj, hastalık temelli olur. Bu tavır yüzünden tüm Batı toplumu yıkılmıştır. Çünkü temeli, hasta insandır, sapkın insan temel olmuştur. Yalnız anormal olanı incelersen normalüstü varlıkların olabileceğini hayal edemezsin. Freud için Buda imkânsızdır, kavranamazdır. Onun normal insan hakkında söylediği her şey, anormal insanlar üstünde yaptığı çalışmalara dayalıdır.

Doğu psikolojisi, özellikle Tantra ve Yoga'da bir insan kavramına sahiptir. Ama o kavram normalüstünün incelenmesine dayalıdır. Buda, Patanjali, Shankara, Nagarjuna, Kabir, Nanak gibi insanların incelenmesine dayalıdır. İnsan potansiyelinin ve olasılığının zirvesine ulaşmış insanların incelenmesine... Eğer en yükseği düşünürsen zihnin bir açıklık haline gelir, büyüyebilirsin.

Kendisini gerçekleştirme, büyümenin en yüksek zirvesi demektir. Orada derin bir tatmin hissedebilirsin ve *"Bu benim yazgım, ben bunun için doğdum, bu yüzden yeryüzündeyim,"* diyebilirsin. Tantra, bu kendini gerçekleştirmeyle ilgilenir, senin daha fazla büyümene nasıl yardım edeceğinle. Unutma, Tantra seninle ilgilenir, ideallerle değil. Tantra ideallerle ilgilenmez. Olduğun halinle ve olabileceğin halle ilgilenir.

Senin bilinmeyen idealin, senin içinde saklıdır. Sana sunulmaz. Sen Buda olmayacaksın, gerek yoktur. Bir Buda yeterlidir ve tekrarın kıymeti yoktur. Varoluş her zaman benzersizdir. Asla

tekrarlanmaz. Varoluş her zaman yenidir, sonsuza dek yeni. Öyle ki, bir usta bile tekrarlanmaz.

Yalnızca benzersizin bir anlamı vardır. Kopyalar anlamlı değildir. Ancak orijinalsen yazgın yerine gelmiş olur. Bu yüzden Tantra asla “*Şu ya da bu ol,*” demez. Bir ideal yoktur.

Tantra teknik demektir. Tantra sözcüğünün kendisi teknik anlamına gelir. Nasıl olacağın ile ilgilenir, ne olacağın ile ilgilenmez. O ‘ne’yi senin büyümen sağlayacaktır. Sen tekniği kullan, yavaş yavaş içsel potansiyelin gerçek olacaktır. Bilinmeyen olasılık açılacaktır ve o açıldıkça sen onun ne olduğunu fark edeceksin. Kimse onun ne olduğunu bilemez. Sen olmadığın sürece kimse senin ne olacağını göremez. Bu yüzden Tantra sana yalnızca teknikler verir, asla idealleri değil. İşte bu yüzden tüm ahlâki öğretilerden farklıdır. Ahlâki öğretiler sana hep idealler verir. Tekniklerden bahsetseler bile, o teknikler hep idealler içindir. Tantra sana hiçbir ideal vermez. İdeal sensin. Ve geleceğin bilinemez. Geçmişe dair hiçbir idealin faydası olmaz, çünkü hiçbir şey tekrarlanamaz.

Zen keşifleri Buda’nın takipçileridir. Ama yine de, “*Meditasyonunda Buda’yla karşılaşırsan onu hemen öldür,*” derler, çünkü Buda ideali öyle etkileyici olabilir ki, kendini unutabilirsin. Ve kendini unutursan yolu ıskalamışsındır. Buda ideal değildir, ideal sensin. Senin bilinmeyen geleceğin... Bunun keşfedilmesi gerekir. Tantra sana keşif tekniklerini verir, hazine senin içindedir.

Kimse seni kabullenmez. Kendin bile kabullenmezsin. Sen de kendini kınar durursun. Sen kendini hep başka biri olma terimleriyle düşünürsün ve bu sahtedir, tehlikelidir. Böyle düşünmeye devam edersen sahte olursun ve her şey de sahte olur. Sahte olma. Gerçek ol. Tantra sana inanıyor. İşte bu yüzden Tantra’nın bu kadar az inananı var çünkü kimse kendine inanmıyor. Tantra sana inanıyor. Ve senin ideal olduğunu söylüyor, bu yüzden kimseyi taklit etme.

Kendi haline bırakıldığın zaman erişirsin ama çok, çok uzun yolculuk yapmak zorunda kalacaksın. Ve yolculuk çok zahmetli ve sıkıcı olur.

Bu 112 teknik ile dünyanın her yerindeki teknikler anlatılmaktadır. Bu 112 tekniğin kapsamadığı tek bir teknik bulunmamaktadır. Onlar tüm tinsel arayışın özüdür. Ama tüm teknikler herkes için değildir. Bu yüzden onları denemen gerek. Sana yalnızca belli teknikler faydalı olacaktır ve senin o teknikleri bulman gerekecektir. Bunun iki yolu vardır: Ya kendi deneme-yanılma yönteminle işe yarayan bir şeye rastlayana kadar dener ve ondan sonra büyütür ve onun içinde hareket edersin, ya da bir öğretmene teslim olursun ve sana neyin uygun olduğunu o bulur.

Belkemiği, omurga, hem bedenin hem zihnin temelidir. Zihnin, kafan omurganın son kısmıdır. Tüm bedenin kökü omurgadır. Omurgan canlıysa çok parlak bir zihnin olur. Omurganın iki ucu vardır: Başlangıcı cinsel merkezdir ve sonu *sahasrar*’dır. Başının tepesindeki yedinci merkezdir. Omurganın başlangıcı toprağa bağlıdır ve cinsellik sendeki en dünyevî şeydir. Omurgadaki başlangıç merkezi sayesinde doğa ile Sankhya’nın *pragriti*, yeryüzü maddesel

dediği şey ile iletişim halindesin. Kafadaki son merkezden ya da ikinci kutuptan *sahasrar*, ilâhi olanla iletişim içindesin. Bunlar varoluşun iki kutbudur. İlki cinsellik, ikincisi *sahasrar*'dır.

Enerjin ya aşağı, cinsel merkezden yeryüzüne akacaktır ya da *sahasrar*'dan kozmosa salıverecektir. *Sahasrar*'dan Brahman'a, mutlak varoluşa salıverilirsin. Cinsellikten aşağı, göreceli varoluşa akarsın. İki akış, iki olasılık bunlardır. Yukarı akmaya başlamadığın sürece acın asla sona ermeyecektir.

Enerji bir kez *sahasrar*'a ulaştınca ve oradan salıverilince mutlak mutluluğa kavuşacaksın, bu Nirvana'dır. O zaman başka bakış olmaz. Sen mutluluğun kendisi olursun. Bu yüzden Yoga ve Tantra'nın konusu enerjinin yukarı, omurilikten yukarı nasıl akıtılacağı, onu yerçekimine karşı nasıl hareket edeceğine yardım edeceğidir. Cinsellik çok kolaydır çünkü yerçekimini takip eder. Yeryüzü her şeyi aşağı, geriye çekmektedir. Cinsel enerjin yeryüzü tarafından çekilir. Astronotlar bunu hissetmiştir. Yeryüzünün çekiminden kurtuldukları andan itibaren fazla cinsellik hissetmezler. Beden ağırlık kaybettiğinde cinsellik çözülür, kaybolur.

Enerji *sahasrar*'ından cinselliğin karşı kutbundan salıverildiği anda sen artık insan değilsin. Artık bu yeryüzüne ait değilsin. İlâhi oldun. İşte "*Krişna Tanrı'dır*" ya da "*Buda Tanrı'dır*" derken kastettiğimiz bu. Onların bedenleri de tıpkı seninki gibidir. Onların bedenleri de hastalanır, ölürdü. Enerjin yerçekimi düzeninden kurtulmuştur.

Sırf Buda ile iletişim haline geçmekle enerjin yukarıya, *sahasrar*'a akmaya başlar. Buda öyle güçlüdür ki yeryüzü bile o kadar güçlü değildir. Enerjini aşağı çekemez. Bunu İsa'nın, Buda'nın, Krişna'nın yanında hissetmiş olanlar, onlara Tanrı demiştir. Onların yeryüzünden daha güçlü bir enerji kaynakları vardır.

Hayal gücü sayesinde cinsel merkez işlemeye başlar. Gerçekte hayal gücü olmadan işleyemez. İşte bu yüzden âşıkın daha iyi işler. Çünkü aşkla, hayal gücü de gelir.

Zihnin pek çok enerjisi, pek çok yeteneği vardır ve bunlardan biri iradedir. Ama cinselliği iradeyle getiremezsin. Cinsellik açısından irade etkisizdir. Yalnızca hayal gücü işlev gösterir. Hayal et, o zaman merkez işlemeye başlar. Hayal gücü enerjinin hareket etmesine yardımcı oluyorsa, o zaman enerji sırf hayal gücü ile yukarı ya da aşağı gidebilir. Hayal gücü ile kanını hareket ettiremezsin. Bedende başka hiçbir şeyi hayal gücü ile yapamazsın. Ama cinsel enerji hayal gücü ile hareket ettirilebilir. Onun yönünü değiştirebilirsin.

Sutra diyor ki: "*Kendini düşün.*" Kendini hayal et, demek istiyor. Gözlerini kapat ve kendini ışıkışın diye hayal et. Bu yalnızca hayal gücü değildir. Başlangıçta öyledir, ama gerçektir de. Çünkü her şey ışıktan oluşur. Artık bilim her şeyin elektrikten oluştuğunu söylüyor ve Tantra hep her şeyin ışık parçalarından oluştuğunu söylemiştir. Sen de öylesin. İşte bu yüzden Kuran, Tanrı'nın ışık olduğunu söyler. Önce yalnızca ışıklardan oluştuğunu hayal et, sonra hayal gücünü cinsellik merkezine götür. Dikkatini oraya yoğunlaştır ve ışınların cinsel merkezinden yukarı aktığını hayal et. Sanki cinsel merkezin bir ışık kaynağı olmuş ve ışınlar yukarı doğru kabarıyor. Göbek merkezine doğru... Bölmeye gerek vardır, çünkü cinsel merkezini *sahasrar*'a bağlamak güç olacaktır. Bu yüzden küçük bölünmeler faydalı olur. Bağlayabilirsen bölmeye gerek kalmaz. Enerji, yaşam gücü, bir ışık gibi *sahasrar*'a gider.

Hemen içinde bir sıcaklık yükseldiğini hissedersin. Kısa sürede göbeğin ısınacak. Sıcaklığı hissedebilirsin. Hayal gücün sayesinde cinsel merkezin yükselmeye başlamıştır. Göbekteki ikinci merkezin bir ışık kaynağı olduğun, ışınların gelip orada toplandığını hissettiğinde yürek merkezine akmaya başlar. Işık yürek merkezine ulaştığında ışınlar gelirken yürek atışların değişir. Nefeslerin derinleşir. Ve sıcaklık yüreğine gelir, daha da yükselir.

Cinsel enerjinin iki kısmı vardır; biri fiziksel, diğeri psişiktir. Bedeninde her şeyin iki kısmı vardır. Tıpkı beden ve zihin gibi... İçindeki her şeyin iki kısmı vardır. Biri maddesel, diğeri tinseldir. Psişik kısım yükelebilir. Bu psişik kısım için geçit olarak omurga kullanılır. Omurga ve onun merkezleri, ama bunun hissedilmesi gereklidir. Ve senin hislerin ölmüştür.

El sana dokunduğunda hissettiğin bir el değildir. Baskı ve sıcaklık hissedilir. El yalnızca bir çıkarsamadır. Zekâdır. His değil. Sıcaklık ve baskı, his budur.

Çocuğu takip et. Buda'yı takip ettiğinden daha iyi ve daha tatmin edici olacaktır. Sen de bir zamanlar çocuktun, bunu yaptın. Çocuk hissediyor, çıkarsamıyor. Düşünüyor. Bir koku alıyor. Ve onun geldiği köşeye gidiyor. Bir elma görüyor ve onu tadıyor. Tıpkı bir çocuk gibi tat. Elmayı yemesine bak, onu izle. Tamamen bu işe dalar. Tüm dünyayı unuttur. Dünya artık yoktur. Yalnızca elma vardır. Elma bile yoktur. Ve çocuk da yoktur. Yalnızca yemek vardır. Bir çocuğu bir saat boyunca takip et. O saat çok zenginleştirici olacak. Bir kez daha çocuk olacaksın.

Duygu merkezi işlemeye başlamalı. Ancak o zaman bu tekniklerin bir faydası olur, aksi halde enerjinin yükseldiğini düşünürsün. Ama duygu olmaz. Duygu yoksa hayal gücü güçsüzdür, boşunadır. Yalnızca duygu dolu bir hayal gücü sonuç verir. Birkaç dakika için yalnızca sesleri dinle. Bir kuşun ötüşünü, rüzgârın ağaçların arasında esişini, bir çocuğun ağlamasını, sütçünün gelmesini, sütün boşaltılmasını, olan her şeyle hisset. Ona duyarlı ol, açık ol. Bırak senin başına gelsin, o zaman duyarlılığın büyür. Duş alırken suyu tüm bedeninde hisset. Sana dokunan her su damlasını hisset.

Nefes alırken nefesi hisset. İçerideki hareketini, dışarı çıkışını... Hisset! Kendi bedenini hisset ki onu sen hiç hissetmedin. Hiç kimse kendi bedenine sevgiyle dokunmaz. Hiç kendi bedenine sevgi gösterdin mi? Tüm uygarlık kendine dokunanlardan korkar. Çünkü çocukluktan itibaren dokunmak reddedilir. İnsanın kendine sevgiyle dokunması mastürbasyon gibi gelir. Ama kendi kendine sevgiyle dokunamazsın. Bedenin donuklaşır ve ölür. Ölmüştür. Avuçlarıyla kendi gözlerine dokun. Dokunuşu hisset. Gözlerin o anda taze ve canlı hissedecektir. Bedenin her yerine dokun. Sevgilinin, arkadaşının bedenine dokun. Masaj iyidir. İki arkadaş birbirine masaj yapabilir. Birbirlerinin bedenini hissedebilirler, daha duyarlı olacaksın. Duyarlılık ve duygu yarat. Onu başa getir ve başın bir açıklık olmuş gibi hisset.

Sahasrar, bin taç yapraklı anlamına gelir. Bin taç yapraklı bir açıklık. Binyapraklı, açılmış bir lotus hayal et ve her taç yapraktan bu ışık enerjisinin kozmosa yayıldığını hayal et. Yine, bu bir aşk eylemidir. Artık doğayla değil, nihai olanla. Yine bu bir orgazmdır. İki tür orgazm vardır; biri cinseldir, diğeri tinseldir. Cinsel olan en alçak merkezden gelir. Tinsel olan en yüksek merkezden gelir. Cinsel eylemdeyken bu egzersizi yapabilirsin. İki eş bunu yapabilir.

Enerjiyi yukarı iletin ve o zaman cinsel eylem *Tantra Sathana* olur. Meditasyon olur. Ama enerjiyi bedende bir merkezde bırakma. Biri gelebilir, bir işin olabilir ya da telefon çalabilir ve durman gerekebilir. Bu yüzden öyle bir zamanda yap ki kimse seni rahatsız etmesin. Ve enerjiyi herhangi bir merkezde bırakma. Aksi halde enerjiyi bıraktığın merkez bir yara halini alır. Pek çok zihinsel hastalık yaratabilirsin. Bu yüzden dikkatli ol. Aksi halde bunu yapma. Bu yöntem mutlak mahremiyet gerektirir ve hiç rahatsız edilmemen gereklidir ve tamamlanmalıdır. Enerji başa gelmeli ve oradan saliverilmelidir.

Meditasyona başladığında cinsel merkezin daha duyarlı, daha canlı ve daha heyecanlı olacaktır. Ve başlangıçta heyecan tıpkı cinsel heyecan gibi olacaktır, ama yalnızca başlangıçta. Meditasyon derinleştikçe enerjinin yukarı aktığını hissedeceksin. Enerji yukarı aktıkça cinsel merkez sessizleşir. Daha az heyecanlı olur. Enerji hareket ettiğinde cinsel merkez gittikçe serinler. Ve sıcaklık başa gelir. Enerji başa geldiğinde başının döndüğünü hissedersin, bazen midenin bulandığını bile hissedersin. Çünkü ilk defa enerji başa gelmiştir. Ve başın ona alışık değildir. Alışması gereklidir. Bu yüzden korkma. Bazen hemen bayılabilirsin ama korkma, bu olur.

Başın ısınırsa bu iyi bir işarettir. Enerjiyi saliver. Başının tıpkı bir lotus çiçeği gibi açtığını hisset. Sanki enerji kozmosa saliveriliyormuş gibi... Enerji saliverilirken içine bir soğukluk dolduğunu hissedeceksin. Bu sıcaklıktan sonra gelen soğukluğu hiç hissetmedin. Ama tekniği tam yap, asla eksik bırakma.

Işık gerçekten de sızır. Ağır ağır, adım adım; büyüme yoktur. Işık bir sıçrayıştır. Elektrik, sıçrayışlar halinde gelir. Bir sıçrayış, sonra bir karanlık boşluğu olur. Bir sıçrayış daha ve sonra bir karanlık boşluğu olur. Işık sızır, asla yolculuk etmez.

Kadınlar için ilk yöntem, erkekler için ikincisi daha kolay olacaktır. Dişi zihin ağır ağır olan şeyleri daha kolay kavrar ve eril zihin daha kolay sızır. Eril zihin sıçrama sever, bir şeyden diğerine sızır. Erkeğin zihninde ince bir huzursuzluk vardır. Kadın zihni ağır bir süreçle işler, sıçramaları sevmez. Erkek bir şeyden diğerine sızır durur ve kadınlar için bu anlaşılamazdır. Onlar için bir büyüme olmalıdır, ağır ağır bir büyüme... Şimşekle birlikte dayanılmaz ölçüde gelebilecek sıcaklık hissedebilirsin. Bunu hissedersen deneme. Şimşek sana büyük ısı verebilir. Bunu hissedersen, dayanılmaz olursa o zaman bunu deneme. O zaman ilk yöntemde rahatsan o iyidir. Bazen patlama o kadar büyük olur ki, korkabilirsin ve bir kez korkunca bir daha asla yapamazsın. O zaman korku başlar. Bu yüzden insanın hiçbir zaman hiçbir şeyden korkmamasına dikkat etmesi gerekir.

Dışsal bir alet kullanırsan donuklaşırsın (LSD için).

Sen kendine ne yaptığının farkında değilsin. Bir cinayet filmi görmeye gittiğinde ne yaptığını bilmiyorsun. Beden kimyanı değiştiriyorsun. Bir dedektif romanı okuyorsan, ne yaptığını bilmiyorsun, kendini öldürüyorsun. Heyecanlanıyor, korkuyor, geriliyorsun. Dedektif romanından bu şekilde zevk alıyorsun. Ne kadar gerilirsen o kadar zevk alıyorsun. Neler olacağını ne kadar merak ediyorsan o kadar heyecanlanıyorsun ve beden kimyanı değiştiriyorsun. Bütün bu teknikler de beden kimyanı değiştiriyor. Tüm dünyanın yaşam, ışık dolduğunu hissediyorsan beden kimyanı değiştiriyorsun. Ve bu bir zincirleme reaksiyondur.



Beden kimyan değiştiğinde dđnyaya bakarsın ve dđnyan daha canlı gđrđnđr. Ve daha canlı gđrđnđyorsa beden kimyan yine değişir ve bu zincir halini alır.

48. BÖLÜM TOHUMDAKİ POTANSİYEL

Buda, Krişna ya da İsa senin için ideal değildir. Sen onları takip etmeyeceksin. Onları takip edersen onları ıskalarsın ve senin kendi Buda oluşun asla gerçekteşmez. İdeal Buda oluştur. İsa Mesih ideal değildir, İsalık idealdir. Budalık bir niteliktir. Bir deneyimdir. Sen bir Buda olduğunda, bu iki Buda aynı olmayacak. En içsel deneyim aynı olacak ama ifadeleri farklı olacak. Ne kadar derine gidersen, birey o kadar çözüldür. En içsel nüvede sanki hiç kimsesin. İnsan tamamen hiçlik olduğunda bir sıfır noktası olduğunda, İsa, Krişna ve Buda'dakiyle aynı olur. Ama kişiliğin, o esrikliğin ifadesi farklı olacaktır.

Yalnızca kendine karşı gerçekte olduğun zaman mutlu olabilirsin. Başka biri gibi davranırken asla mutlu olamazsın. İdeal sensin, kimseyi taklit etmeyeceksin, kendini keşfedeceksin. Sen benzersizsin. Bu yüzden hiçbir şey söylenmez. Sen öngörülemezsin. Kimse ne olacağını, senin onu nasıl ifade edeceğini söyleyemez.

İşte bir Buda, bir İsa böyle takip edilir, işte böyle. Onlar benzersizdir! Onları gerçekten takip ediyorsan sen de benzersiz olmalısın. Kendisi olduğunda, tüm yolları, tüm öğretileri bıraktığında işte o zaman erişti. Hiçbir büyük usta seni kukla yapmak istemez. O senin kendin olmana yardımcı olur. Büyük ustalar bir takip etme kurbanı olmaman için her tür engeli koyarlar.

Aziz yanıt vermiş: *“Onun yanındayım ama o reddetti.”* Usta olmayı reddetmişti. Ve bu ret sayesinde ben kendime geldim. şimdi her ne isem onun reddi sayesinde. Ben onun müridiyim. O beni kabul edebilseydi o zaman tüm sorumluluğu onun omuzlarına atardım. Ama o reddetti. Ve son kişi oydu. Karşılaştırma mümkün değil. O reddettiği zaman başka kimseye gidemedim, çünkü tek sığınak oydu. O reddetmişe artık herhangi bir yere gitmenin amacı, anlamı yoktu. Birilerine gitmeyi bıraktım. O sonuncusuydu. Beni kabul etse kendimi unutturdum. Ama o reddetti. Hem de çok kabaca reddetti. Reddi birçok ve meydan okuma oldu. Bu adam reddetmişe artık gitmeye değer kimse kalmamıştı. O beni kendime fırlatmıştı ve ancak o zaman beni kabul ettiğini anladım.

Ustalar gizemlidir. Onları yargılayamazsın. Her şey gerçekteşene kadar ne yaptıklarından emin olamazsın. Ancak o zaman geriye dönüp bakarak ne yaptığını anlayabilirsin. Tantra, *“İlham al”* der, *“Ama taklitçi olma.”* Hiçbir ideal edinmezsen o zaman herkesten beslenebilirsin. Bir ideali saplantı haline getirdiğin an kapanırsın.

Onlar sana kendine gitmek üzere ilham verirler. Onlar kendilerine işaret etmemektedirler. Onlar farklı biçimlerde, farklı yöntemlerle sana işaret etmektedirler. Onlar tek bir hedefe işaret etmektedirler ve o hedef sensin.

Sen körsün. İşte bu yüzden hep dünyanın kötü olduğunu, aydınlanma olmadığını hissediyorsun. Herkesin patolojik olduğunu hissediyorsun. Sen senden daha yüksek olanı anlayamıyorsun. Unutma, sen yalnızca senden daha küçük olanları ya da en fazla seninle aynı düzeyde olanları anlayabiliyorsun.

Uygar insan derin cinsel orgazma erişemez olmuştur, çünkü derin nefes alamaz olmuştur. Aşk eyleminde nefeslerin öyle derin olmalıdır ki tüm bedenin işe karışmalıdır, aksi halde orgazma ulaşamazsın.

Dünyada hiçbir şey biriktirilemez. Dünya bir harekettir, ırmak gibidir. İçeri al ve dışarı ver. Hep içeri alır asla dışarı vermezsen delirirsin. Aşkta bile. Birinin seni sevmesini istiyorsun. Temel ihtiyaç senin birini sevmen... O zaman salıverilmiş olursun. Biri seni seviyorsa bunun faydası olmaz. Çünkü o zaman yine alıyor olursun. Bu iki kutbun ikisi dengede olmalıdır. O zaman sağlıklı olursun.

Sen farkında olmaya başladığın zaman düzen gelir. Yalnızca farkında olarak her şey düzene girmeye başlar ve sendeki bu kaos bir senfoni halini alır.

49. BÖLÜM BİLİNÇLE YAPMAK

Temel olan ne yaptığın değil, onu varlığınla mı yoksa yokluğunla mı yaptığın. Önemli olan bu... Her ne yaparsan, tüm varlığınla yaparsan hayatın esrik olur. Bir mutluluk olur. Cehennem senin yokluğun demektir. Asıl mesele, yapma meselesi değildir, mesele olma meselesidir.

Buda demiş ki: *“İlk önce ol ve eğer varsan, o zaman ne yaparsan yap, bir hizmet olur. Bir duaya dönüşür. Sevecenliğe dönüşür. Dönüm noktası varlığındır. Benliğin devrimdir.”*

En içteki nüven değişirse, yüzey de otomatik olarak değişir. Sen asla kendini hissetmiyorsun hatta bazen hissettiğinde başkaları aracılığıyla hissediyorsun. Heyecan, uyarılma, tepki aracılığıyla. Başka birine ihtiyaç oluyor. Ve başka biri sayesinde sen kendini hissediyorsun. Bu saçmadır. Yalnız başına heyecan olmadan ayna görevi görececek kimse olmadan uykuya dalıyorsun. Sıkılıyorsun. Asla kendini hissetmiyorsun. Bir varlık yok. Dalgın dalgın yaşıyorsun. Bu dalgın varoluş, dindar olmayan zihindir. Kendi varlığınla, kendi benliğinin ışığıyla dolmak dindar olmaktır.

Sen yalnızca var olduğuna inanıyorsun. Bu inancı tamamen unut. İyi bil ki, henüz olmadın, henüz yoksun. Çünkü bu sahte inanışla asla dönüşemezsin. Bu sahte inanış yüzünden tüm yaşamın sahte oluyor.

Bir komünistsin. O zaman belirli bir zihin türün var. Komünizmi bırakıp komünizme karşı olabilirsin. O zaman farklı bir zihnin olur. Yalnızca farklı da değil, tamamen zıt. Elbise değiştirir gibi zihinlerini değiştirip durabilirsin. Değiştirir durursun. Sen farkında olmayabilirsin. Bu bulutlar gelir giderler. Berraklığa, ancak gökyüzünün farkına varırsan erişebilirsin, eğer

odağın değişirse. Gökyüzüne odaklanmamışsan, bulutlara odaklanmışsındır. Bulutları bırak, gökyüzüne odaklan.

50. BÖLÜM KÖKLERE GİTMEK

Mesele kimden korktuğun meselesi değildir. Mesele senin korkmandır.

Sigara içiyorsan herkes bunun yanlış olduğunu söyler. Ve eğer bir mantra tekrarlıyorsan kimse sana bunun yanlış olduğunu söylemez. Ama sorun aynı kalıyorsa, ben bunun da yanlış olduğunu söylüyorum. Öncekinden de tehlikelidir.

Yemeğe duyulan saplantı bir sevgi ihtiyacıdır. Yeterince sevilmiyorsan daha fazla yersin. Seviyor ve seviliyorsan daha az yersin. Çocuk başta besin ve sevgiyle aynı anda karşılaşır. Aynı memeden, aynı anneden besin ve sevgi alır. Besin ve sevgi ilişkidir. Mideyi yemekle doldurmayı bıraktığın zaman bir başka şeyle doldurmaya başlarsın. Çok yemeği bıraktığın zaman para biriktirmeye başlarsın. Derinlemesine gözlemler. Para biriktiren birinin hiç sevilmediğini görürsün, çünkü para biriktirme onun yerine geçmiştir. Para ile artık kendini güvende hisseder. Sevgide tüm korkular kaybolur. Sevgide gelecek, geçmiş olmaz. Bir an yeterlidir. Bu an sonsuzluktur. Kabul edilmektesindir. Sevgide yarın yoktur.

Ne yapmış olursan ol, o senin bütünün, bütün toplamın değildir.

Yol, zahmetli ve çok çelişkilidir. Meditasyondan daha çelişkili bir şey bulamazsın. Çelişkilidir, çünkü bir çabayla başlanması ve çabasızlıkla bitirilmesi gereklidir.

Gevşemiş; gevşemek için bir şey yaptığından değil, anlaşılması gereken nokta budur. Gerilmek için sebep yokmuş. O yüzden gevşemiş.

Batıda merkezî nokta ego olmuştur. Egonun tatmini, egonun geliştirilmesi, güçlü bir egoya erişebilmesi Batının çabasının tamamını oluşturmuştur. Doğuda nasıl egosuzluğa erişileceği, nasıl egosuz olunacağı, insanın kendini yok olacak ölçüde nasıl unutacağı, teslim olacağı, çözeceği hedef olmuştur. Çok gelişmiş bir egon yoksa teslim olamazsın. Ancak mükemmel, açık ve net bir egon varsa teslim olabilirsin. Zirve ne kadar büyürse vadi o kadar derin olur. Bir egon yoksa ya da çok ılımlı bir egon varsa, teslimiyet mümkün değildir.

Bu yüzden bazen bir ahmak da aziz gibi görünebilir ve ahmaklar aziz gibidirler. Sinsi değildirler. Sinsi olmak için zekâya ihtiyaç vardır. Onlar hesapçı değildirler. Hesapçı olmak içi zihne ihtiyaç vardır. Ahmaklar basittir, masumdur, sinsi değildir. Hesapçı değildir, kimseyi aldatamazlar. Aldatmak isteyeceklerinden değil, yapamazlar. O yetenek yoktur. Sokrates'in bilginin erdem olduğunu söylediği anlatılır ve Sokrates'in haklı olup olmadığı 2000 senedir tartışılmaktadır. Sokrates der ki: "Bir kez bir şeyi öğrenince ona karşı hareket edemezsin." Öfkenin acının kaynağı olduğunu biliyorsan, öfkelenemezsin. Sokrates'in kastettiği budur. Bilgi, erdemdir.

Gerçek bir durum doğduğunda yalnızca gerçek bilginin faydası olur. Gerçek bilgi, senin başına gelen demektir. Bu senin kendi deneyimindir.

Bilgiye güvenme. En büyük kaynaktan da gelse, en büyük kaynaktan da edinsek bilgi, bilgidir. Bir usta bile sana söylemiş olsa sana ait değildir ve sana hiçbir şekilde faydası olmayacaktır. Bilgi anlık dönüşümdür, yavaş yavaş diye bir şey yoktur. Tek gereken, derine gitmek ve asıl sebebin kim olduğunu bulmaktır. Sebep başkalarıysa o zaman durdurulamaz. Çünkü sen tüm dünyayı değiştiremezsin. Sebep sensen ancak o zaman durdurabilirsin. İşte bu yüzden insanlığı acısızlığa yalnızca dinin götürebileceği konusunda ısrar ediyorum. Başka hiçbir şey yapmaz bunu, çünkü başka herkes acının başkaları tarafından yaratıldığına inanır. Yalnızca din sebebin sen olduğu söyler. Böylece din seni kendi yazgının efendisi kılar. Acının sebebi sensin, dolayısıyla mutluluğun sebebi de sen olabilirsin.