

BEN'DE OLAN SEN'DE DE

Mustafa Alagöz

*Hayat... Hiçbir yere gitmeyen
bir sabah yürüyüşüdür.
(Osho)*

Kendi içimizde ne kadar derine inebilirsek o denli azaldığımızı görürüz. Bilincimizle varlığın hangi katmanına sızarsak sızalım, orada donuk varlıkları değil, sadece 'oluşları', 'olmakta olanı' izleriz. Bu sınırsız 'yaratıcı-oluş' sürecinde kendimizin sadece bir geçit, 'evrensel bir ortam', her şeyin üzerinde kalan bir 'tanık' olduğumuzu deneyimleriz.

'Azalmak' derken neyi anlamak gerekir? Kendimize 'Ben' diye ayrık bir varlık vermenin ne denli gerçek dışı olduğunu anlarız. İnsan bunu kendi üzerinden derin bir sorgulamayla anlayabilir. 'Ben' dediğimizde neyi kastettiğimizi, bu 'Ben'in dayanakları neler, kalıcılığı nedir, bunların varlığında ve işlevinde irademin sınırları nelerdir diye kendimize sorduğumuzda yanıt kolay bulunur.

Kendimize dönüp baktığımızda ilk önce bedenimizi görürüz, daha doğrusu onun aracılığı ile bize verilen uyarıları; açıklık, cinsellik, sağlık... Bir adım ötesinde bu bedensel uyarılardan kaynaklanan arzular, kaygılar, beklentiler tarafından kuşatıldığımızı fark ederiz. Birinci uyarılar doğa kaynaklı; fizyolojik süreçlerin kendini gerçekleştirmesi, bunları yaşarız ve içimizde duyumsarız. Buna 'haz' deriz. Hazzın bilincimizde yer etmesi ve tekrar hatırlanması ile arzular oluşur.

Arzularımız bir bağlantı noktasıdır, bedenimizle dış dünya arasında. Dış dünya derken doğayı ve ağırlıklı olarak toplumu anlamak gerekir, çünkü arzular doyurulmak ister ve bunun için gereksinimlerinin karşılanması gerekir. Gereksinim nesnelere dışarıda olduğu için o dışarı açılan bir kapıdır.

Bu noktada kaygılar ve beklentiler oluşmaya başlar. Uyarı içimizden gelir, ama karşılığı dışarıdadır. Dışarı içimizin gereksinimlerini karşılamaya uygun ve hazır değildir. O halde dışarıda olanların içerinin gereksinimlerini karşılayacak şekilde dönüştürülmesi gerekir. Dönüştürücü ilişkiye girmek farklı nesnelere ve öznelerin dirençleri ile karşı karşıya gelmek demektir. Aslında nesnelere ilişki de ancak özneler (ötekiler) aracılığı ile olabilir, bu durumda sadece özne-özne ilişkisi söz konusudur.

İnsan her ne kadar ânı yaşamak zorunda olsa da bir geleceğinin olduğunu da bilir. Gereksinimlerin sürekli olacağı bilinci onu geleceği için kaygılandırır. Bu durumda ileride karşılaşacağı sorunların üstesinden gelmek gibi bir kaygıya kapılır. Kaygı insanı güvenlik arayışına iter, güvenlik arayışı beklentilerin oluşmasına kaynaklık eder.

Böylece varlığımızı bize duyumsatan pek çok bileşen içimizde oluşmaya başlamış olur; gereksinimler, arzular, kaygılar, beklentiler... Böylece bu durum, içimizi tıka basa dolduran ve bilincimizi sürekli olarak baskı altında tutan bu güçler bir '*Ben*'imiz olduğu düşüncesini doğurur.

Dikkat edilmeye değer bir noktadır burası, çünkü bu söylediklerimizin içinde özgür irademizin yeri yoktur. Tümü bize verili ve kendiliğinden harekete geçen enerjilerdir. Bunların kendilerine göre dirençleri, hedefleri ve doyum nesnelere vardır. Bilincimiz bu uyarıların etkisiyle devinerek ona uygun şekiller almaya başlar. Bunlar hafızamızda depolanır ve daha sonraki etkinliklerimizde düşüncelerimizin akışını belirler: Hedeflerimiz, amaca uygun araçlarımız, tasarılarımız ve projelerimiz oluşmaya başlar. Bu düzeye kadar tüm varlığımız sadece dürtülerle harekete geçmiştir.

Uyarılar içimizden gelir, projelerimizi biz oluştururuz, araçlarımızı biz seçeriz, kendi güçlerimizi kullanırız...

Bu nokta hem tüm mutsuzlukların ve huzursuzlukların kaynağı olan '*Ben*' zannının oluştuğu, hem de '*evrensel bireyselliğe*' dönüşmenin başladığı noktadır.

'*Ben*' nasıl oluşur? Bu, yanıtı çok kapsamlı bir soru ve söylenecek her söz bir sorumluluk ister; sadece zihinsel bir gözlem, sağdan soldan toparlanmış bilgi kırıntıları ile değil, insanın bizzat kendi içsel yolculuğundan getirilmiş deneyimlerin ifadesi olmalıdır.

İnsan etkinlik yapmadan var olamaz. Etkinlikler verili uyarıların etkisiyle ve belirlemesiyle yapılır. Burada hedeflerimizi belirleriz, araçlarımızı seçeriz ve yetilerimizi kullanırız. Baştan sona kendi güçlerimizi kullanırız.

Attığımız her adımda, her başarımızda kendi damgamız vardır. Bu noktada kendimize olan inancımız, güvenimiz ve içsel bir iktidarımız oluşur ve bunun düşünsel çıkarımı '*ben farklıyım*'a doğru olur. İnsan, etkinliklerinde dış dünyayla ilişkide olmak zorundadır. Dış gerçekliğin dirençlerini ve özelliklerini tanıırken ve onları amaçları doğrultusunda dönüştürürken, kendi bilinç, psikolojik ve fizyolojik güçlerini kullanır. Bunları kontrol edip yönlendiren de kendisidir.

Yapıp-etmelerimiz, bunlardan edindiğimiz deneyimler kendimizi belirleyen güçlere dönüşür. Giderek kendimizi bunlarla özdeşleştiririz. Artık bunlar bizim '*onurumuz*', toplumsal varoluş dayanaklarımız, başkası karşısında kendimizin bir değer olduğumuzun, '*özel*' birisi olduğumuzun ölçüsü haline gelir.

Özdeşleşme; sahiplenme ve ait olma duygusunun birliğinden oluşur. Kendimizi bu özdeşliğe hapsederiz. '*Ben*' (Ego) belirli bir düzeyde dondurulmuş, geçici olan şeylerle sınırlandırılmış bireyselliktir. Her özdeşleşme bir sınırlamadır, yaratıcı akışkanlığımızı dondurmaktır ve akıcı bir gücü dondurmak mümkün değildir; belki baskı uygular ya da yönünü değiştirebiliriz, göstergesi içimizdedir: Sıkıntı, tatminsizlik ve daha fazlasına ulaşma hırısı... Bu düzey neredeyse tüm insanların içinde bulunduğu bir durum... Özgün bireysellik hâlâ ortada yoktur. Bu gerçeği dile getiren güzel bir insandan güzel bir söylemi hatırlıyorum:

“İnsan arıyorum, özne tanımak istiyorum, ama nerdeyse herkes birbirinin tekrarı...”

Özgün özne (insan) olmak olanaklı ve her insanın içinde potansiyel olarak vardır, ama sürekli bir çaba istiyor. Bilgelerin ısrarla vurguladıkları, ‘arınma’, ‘içsel sorgulama’, ‘seyri süluk’, ‘kendin ol’ diye bizlere yaptıkları uyarı aslında bizlerin kendi tohumumuzu çiçeklendirmeye yönelik bir çağrıdır.

‘Ben’ bir gölgedir, varlığı yoktur ve varlıktan da ayrı değildir. Gölge varlığa işarettir. Sokrat’ın ünlü mağara alegorisi bu gerçeği çok güzel bir biçimde ortaya koyar. Sorun, gölgenin olup olmamasından çok, gölgenin kendisini hakikat zannetmesidir. Bu zannı sürekli doğuran ve besleyen kaynak bizzat içimizde bulunduğu için, tıpkı her varlığın ışıpta bir gölgesi olması gibi, her bireyselliğin de onu izleyen sanal bir ‘Ben’i (egosu) vardır.

Ego insanî ilişkilerde her türlü sorunun kaynağı, tüm öfke ve mutsuzluğun dinamosudur, bu bir yüksek enerjidir. Diyalektik bir süreç olarak bu sanal enerji, evrensel enerjiye dönüşecek olanın da bizzat kendisidir. Bir insanın egosu ne denli güçlüyse, insani nitelikleri potansiyel olarak o denli güçlü demektir. Çünkü aynı yaşam enerjisinin farklı yönlere akmasıdır bunlar. Başboş bırakılırsa aşağıya akar; çabayla, sorgulamayla, kendi üzerine dönük derin düşünmeyle de yukarıya çıkar. Aşağıdan kast edilen arzuların, hırsların ve düşük çıkarların hizmetine girmesi, yükselmesi ise evrensel değerlerin; cömertliğin, vefanın, şefkatin ve anlayışın üretilmesi demektir.

Binlerce yıldır insanın bilincinin ilgi alanı olmuş, günlük ilişkilerimizin ve içsel huzurumuzun rengini belirleyen derin bir olguya dair çok şeyler söylenegelmiş, söylenmeye de devam edecek.

Bu satırlar sadece kendi kendiyile bir yüzleşmenin, başkalarında da olan ve olabilecek insani hallerin iddiasız bir ifadesidir. Bizzat bu amaçlar çerçevesinde bile söylenecek çok şey var, ama belki başka bir yazıda ele alınabilir: Örneğin, egonun günlük ilişkilerde belirtileri, modern psikolojide değil ama kadim bilgeliğin sorunu ele alış biçimi yazı konusu olabilir.

Her şey, her zerre hem sonsuzluğun kanıtı, hem de sonsuzluğa açılan bir kapıdır. Bu sonsuzluk içinde biz insanlar hem bir noktacı olarak, hem de sonsuzluğu yaşayan bir tanrısallık olarak kendi olmak sorumluluğunu üstlenen yegâne varlıklarız. Bu sorumluluğu ne denli yerine getirebilirsek, o denli mutlu oluyoruz; deneyimler ve olgular bunu gösteriyor.

*Âlemde meşhud olan bu devran,
Tekâmül içindir, kemale doğru.*

*Her nokta cevval, her zerre raksan,
Uçup giderler visale doğru.*

*Ekvan, insan koşup giderler,
Tutulmaz kapılmaz hayale doğru.*

(Amâk-ı Hayal)

