

## *BEING RIGHT HERE Portekizce baskısı önsözü*

Düşünceler zihinde uçuşup duruyorlar, bir ormandaki kelebekler gibi—merak uyandırıcı, tahmin edilemez ve yakalaması zor. Ancak bizler onları yakalamaya çalışıyor, gün ve gün, yıl ve yıl umutlarımızın peşine düşüp hatıralarımızı takip ediyoruz. Hayat ekonomik, politik, ırksal ve diğer faktörlerin itilafli etkileşiminden doğan olaylara gösterdiğimiz reaksiyonlarla devam ediyor. Sosyal hayatın çalkantısı içerisinde çevremizdeki insanların huzursuzluğu bizleri bir reaktiflik sarmalı içerisine atarken huzur bulmak kolay değil.

Önceden tüm bunlara karşın bize biraz olsun teselli sunan doğa, iklim değişikliği, açgözlülük ve sayısız türe ev sahipliği yapan büyüleyici brezilya ormanlarını yangınlara verip yok eden aptallık tarafından perişan edilmekteyken “Önce Ben!”in kudurmuş yakarıışı günümüzün temel kaygısı olan bireysel çıkarın sesi olmuş durumda.

Öyleyse huzuru nerede bulacağız? Huzur, güzellik ve hakikat ele geçmesi oldukça zor görünmekte ve bu da kolayca pes ederek yeniden alışkanlıkların köhneliği ya da tüketiciliğin ruhsuz çöplüğüne dönmeyi teşvik ediyor.

Bu kitap bizleri besleyecek ve dünyada koşul ve şartlar tarafından aldatılıp hırpalanmadan iş görebilmemizi destekleyecek az bilinen güvenilir bir sığınağı işaret etmektedir. Vaktimizi dünyadaki olayları kontrol etmeye çalışmanın kısır vazifesi ile harcamak yerine kendi zihnimizi tanımaya başlayabiliriz. Hepimizin zihni var, ‘kendi’ zihnimiz tanıdık hatıralar, rüyalar, olaylar ve fanteziler ile doludur. Zihnimizin bu içeriğinin oluşturduğu desen bizlere bir kimlik algısı verirken kişilik ve davranışlarımız için de bir öngörülebilirlik oluşturur. Bununla beraber her zihinsel olay kim olduğumuza ilişkin algımızı onaylıyor ya da sarsıyor gibi görünür – ve bizler “ben”liğimizin hizmetindeyseks daima zihnimizin içeriğini yönetmek ve düzenlemek zorundayızdır, tıpkı çevremizdeki dünyayı da yönetip düzenlemeye çalıştığımız gibi.

Ancak bu meşguliyet içerisinde bir çelişki vardır. An ve an zihnimizin ve böylece “ben”liğimizin de içeriği değişmektedir ama bizler buna rağmen bizler kim olduğumuzdan emin kalmaya, kendimizin sözde değişmeyen kendi-likliğine güvenmeye devam ederiz. Bu daima değişim içerisindeki deneyim akışı nasıl olurda sabit bir benlik algısı oluşturabilir?

Budist bakış açısına göre süregelen, kalıcı kişisel benlik algımız bir aldanıştır. Bu benliği aradığımızda deneyim içerisinde ona değin hiç bir sabitlik bulamayız. – Her an özgün, kendine has ve gelip geçicidir. Herhangi birşey hakkında düşündüğümde hem düşünen, hem düşünce, hem de düşünce nesnesi geçici, boş zihinsel olaylardır.

Onların katı bir-şeylik algısı ile belirmesinin sebebi ise bizlerin dualistik/ikilikçi bilincinin olan biteni algılayış şeklidir. Özne, nesne ve onların bağlantısının tümü zihnin içerikleridir. Düşünce,duygu,algı ve hatıraların hareketinin desenlenmeleri, bu desenlenmeler hem arzu, öfke, keyif, yalnızlık ve memnuniyet gibi ruh hallerini uyandırır hem de onlar tarafından uyandırılır.

Peki, deneyiminin içeriği, tüm bu benim için olan ve ben olarak olan oluşumlar kendi

içerisinden gelen sabit bir kendiliğe sahip olarak varoluştan yoksunsa, ben olarak ele aldığım bu süregelen mevcudiyetin hakikati nedir? Farkındalığımız; zihnimizin akıp giden içeriği tarafından asla dokunulmayan ısıtıcı parlaklık.

Farkındalık herhangi bir şey, bir kişisel öz ya da bireysel varoluşun kişisel bir temeli değildir; o daha ziyade aydınlanma, sonsuz görünüşler ve berraklık sunan koşul ve şartlardan bağımsız bir mevcudiyettir. Farkındalık düşünmeye benzemez – o efor içermez ve de farkında olduklarına değin bilgi üretmez, onlar eforusuzca sonsuz detay ile görünürler ancak kavranılamazlar ve kendiliğinden kaybolup giderler. Hem farkındalık hem de onun uzayında tezahür eden oluş el ile tutulamaz, kavranılamazdır ancak oluş yani bilinç, görünüşler ve deneyim daima akış halindeyken farkındalık asla değişmez.

Tıpkı gökyüzünde yükselip binbir çeşit renk ve biçimi açığa çıkaran güneş gibi, farkındalık açık sonsuz zihnimizin parlaklığıdır. O uçsuz bucaksız ve gökyüzü gibi boştur. Bizler güvenilirliği ve dengeyi deneyimin daima değişen akışının içerisinde bulmak için mücadele etmek yerine rahatlar ve farkındalığın oluşun hareketinin her türlü anında, ondan ayrılmaz bir şekilde mevcut olan güvenilir, sabit, değişmez mevcudiyetine açılırız. Böylece şunu görmeye başlarız ki kendimiz olarak ele aldığımız şey de aslında farkındalığın ışmasıdır. Vucudumuzun, sesimizin, zihnimizin an ve an beliren tüm hareketleri farkındalığımızın parıldayan bir gösterisidir. Ben bir varlık değilim, ben gökyüzüyüm, güneşim ve güneş ışıklarının bitmek bilmeyen oyunuyum.

Bu kısa kitap zihnimizin nasıl olduğuna ve ona nasıl güvenip, kendimizi ona, onun ta kendisi olarak nasıl bırakabileceğimize dair net bir yol haritası sunuyor. Bu antik büyük tamamlanmışlık, dzogchen geleneğidir, bu doğal bütünlüktür. Farkındalığın açıklığı kendisini aniden gözler önüne seren deneyim alanının bilinç ile bölünmemiş doğal ikiliksizliğinden/non-duality ayrılmazdır. Buna açılmak hareketsizlik ve hareket arasındaki ikili karşıtlığı eritmektir. Böylece hayat olduğu gibi kendisini göstermeye devam eder ancak bizler rahatlamış, esnek ve çabasıızdır. Hayatımızın şu anda var olan hiç bir desenini değiştirmemize de gerek yoktur, çünkü bu doğal özgürlük bir defa tadına varıldığında tüm alışılmış düğüm ve engellerimizi kendiliğinden çözecektir.

Bu hayatımızın daima burada ve mevcut olan doğal temel ve potansiyelidir. Tek ihtiyacımız sadece rahatlamak ve her ne kadar mutluluk için adeta alınıp satılan bir eşyamişçasına verdiğimiz sahip olma mücadelesi yüzünden yaşayamasakta daima özümüz olan doğal farkındalığımız ile kalmaktır.

Bu antik öğretilerin Brezilya ve Portekizde ulaşabilir hale geliyor olması büyük bir sevinç kaynağı, bu baskının yapılmasında emeği geçen herkese çok teşekkürler.

Doğmamış mevcudiyetiniz sizlere berraklık, huzur ve keyif getirsin!

*James Low*

*14/08/2020*

*Çeviri : Mustafa Mert Çelebi – 30.08.2020*