

BEING RIGHT HERE PORTEKİZCE BASKISI 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, kimliksel ve diğer faktörlerin itilafli etkileşiminden doğan olaylara gösterdiğimiz reaksiyonlarla devam ediyor. Sosyal dünyanın çalkantısı içerisinde çevremizdeki insanlarda beliren huzursuzluk bizleri bir reaktiflik sarmalı içerisine atarken huzuru 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 ateşe verip yok eden cehalet tarafından perişan edilmekteyken “Önce ben!”in kudurmuş yakarışı 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 koşullar tarafından aldatılıp hırpalanmadan işlev gösterebilmemizi destekleyecek az bilinen güvenilir bir sığınağı işaret etmektedir. Vaktimizi 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 ile kişilik ve davranışımıza ilişkin bir tahmin edilebilirlik verir. Her zihinsel olay kim olduğumuza ilişkin algımızı onaylıyor ya da sarsıyor gibi görünüyor – ve böylece “ben”liğimizin hizmetinde, daima zihnimizin içeriğini yönetmek ve düzenlemek zorundayız. Tıpkı çevremizdeki dünyayı da yönetip düzenlemeye çalıştığımız gibi.

Ancak tüm 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 hiçbir sabitlik bulamayız. – Her an özgün, spesifik ve gelip geçicidir. Herhangi bir şey hakkında düşündüğümde hem düşünen, hem düşünce, hem de düşünce nesnesi geçici zihinsel olaylardır. Onların ‘bir-şeylik’ algısı ile belirmesinin sebebi ikiliksel bilincimizin olan biteni algılama biçimidir. 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, deneyimimin içeriği, tüm bu benim için olan ve ben olarak olan oluşumlar kendi tabiatlarından gelen bir varoluştan yoksunsa, “ben” olarak ele aldığım bu süregelen

mevcudiyetin gerçeği nedir? Farkındalığımız; zihnimizin akıp giden içeriği tarafından asla dokunulmayan ısıtıcı parlaklık.

Farkındalık herhangi bir 'şey', bir bireysel öz ya da bireysel varoluşun kişisel bir temeli değildir; o daha ziyade aydınlatma, sonsuz görünüşler ve berraklık sunan koşul ve şartlardan bağımsız bir mevcudiyettir. Farkındalık düşünmeye benzemez – o efor içermez ve de bilgi üretmez. Görünüşler çabasıca sonsuz detay ile görünürler ancak kavranamazlar ve kendiliğinden kaybolup giderler. Hem farkındalık hem de onun uzayında tezahür eden görünüşler kavranamazdırlar. Ancak bilinç, görünüşler ve deneyim daima gelip geçmekteyken farkındalık değişmez.

Tıpkı gökyüzünde yükselip bin bir çeşit renk ve biçimi açığa çıkaran güneş gibi, farkındalık açık, sonsuz, uçsuz bucaksız ve gökyüzü gibi boş zihnimizin parlaklığıdır. Güvenilirliği ve dengeyi deneyimin daima değişen akışının içerisinde bulmak için mücadele etmek yerine rahatlar ve daima değişmekte olan hareketin her anında ondan ayrılamaz olan farkındalığın değişmeyen mevcudiyetine açılırız. Böylece şunu görmeye başlarız ki kendimiz olarak ele aldığımız şey de aslında basitçe farkındalığın ışmasıdır. Vücudumuzun, sesimizin, zihnimizin anbean beliren tüm hareketleri farkındalığımızın "ben" olarak isimlendirdiğimiz daima değişen 'birlikte-belirim' olarak ışıldayan bir gösterisidir. Ben bir varlık değilim, ben gökyüzüyüm, güneşim ve güneş ışıklarının durmak bilmez oyunuyum.

Bu kısa kitap zihnimizin nasıl olduğuna ve ona nasıl güvenip, kendimizi ona, onun ta kendisi olarak 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 bölünmemiş doğal ikiliksizliğinden ayrılmazdır. Buna açılmak hareketsizlik ve hareket arasındaki karşıtlığın çözünmesine izin vermektir. Böylece hayat olduğu gibi kendisini göstermeye devam eder ancak bizler rahat, yanıtlayıcı ve çabasızdır. Hayatımızın şu anda var olan hiçbir desenini değiştirmemize gerek yoktur, çünkü bu doğal özgürlük bir defa tadına varıldığında alışkanlığa dayalı tüm düğüm ve kısıtlamalarımızı çözmeye kendiliğinden başlayacaktır.

Bu hayatımızın daima burada ve mevcut olan doğal temel ve potansiyelidir. Tek ihtiyacımız sadece rahatlamak ve her ne kadar adeta bir metaymışçasına verdiğimiz mutluluğa sahip olma mücadelesi yüzünden gölgelenmiş olsa da daima özümüz olan doğal farkındalığımız ile kalmaktır.

Bu antik öğretilerin Brezilya ve Portekiz'de 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