

Konu: Ruhsal İnsan
Yazı: 37

Kendini Tanımak

Doç. Dr. Haluk Berkmen

İnsan için zor olan şeylerden biri ruhsal bir varlık olduğunun farkına varmaktır. Bir beden sahibi olduğumuzu görüyor ve hissediyoruz. Fakat bir ruh sahibi olduğumuzu ne görebiliyor ne de hissedebiliyoruz. Ruhumuz bir enerji yumağıdır ve ışıktan hızlı hareket eden dalgalardan oluşmuştur. Işıktan yavaş parçacıklardan oluşmuş olan bedenimize ait duyu organları ışıktan hızlı hareket eden enerjileri algılayamazlar. Ruhsal enerjinin bu özelliğinden dolayı belirgin sınırlar içine sokup tanımlamak ve duyu organlarımızla belirleyip duyumsamak mümkün değildir. Bizler hem fizik hem de ruhsal beden sahibi varlıklarız.

Bilge kişiler, ruh-beden ayırımı yapmadan hem-hem mantığını kullanarak dalga-parçacık ikilemini aşmayı başarmışlardır. Onlar, parçacık olan bedeni terk etmeden dalga olan ruhu etkin duruma getirmeyi başarmışlardır. Ruhun en kolay etkin olduğu durum insanın âşık olduğu zamandır. Bu durumu görsel olarak Bilim başlığı altında **27** sayılı **Işıktan Hızlı Etkileşim** başlıklı yazımda betimledim. Aşık ile maşuk arasında oluşan çekim kuvvetini maddi bir enerji ile değil, enerji bedenleri arasında oluşan bir tür ruhsal enerji bağı ile açıklayabiliriz. Bu bağı güçlü oluşu halinde bedenler birbirleri içinde erirler ve bütünleşirler. İşte, sufilerin "**Fenafillah**" adını verdikleri yokluk boyutu veya Budist öğretisindeki "**Nirvana**" boyutu bu tür bir ruhsal bütünleşme durumudur. Sufi kişiler manevi aşk boyutuna ulaştıklarında benliklerinden sıyrılıp tümel enerji ile bütünleştiklerinde "Ne ben varım ne de sen, **sadece O var**" farkındalığına ulaşırlar.

Bilge şair **Yunus Emre** bu farkındalık durumunu ne güzel anlatıyor:

**Ben dost ile dost olmuşam, kimseler dost olmaz bana
Münkirler bakar gülüşür, selam dahi vermez bana.**

**Ben dost ile dost olayım, ölmeden evvel öleyim
Canımı kurban vereyim, dünya bâki kalmaz bana.**

**Ben aşık-ı biçareyim, baştan ayağa yareyim,
Ben bir deli divaneyim, aklım da yâr olmaz bana.**

**Kimseler bilmez halimi, aşk od'u yaktı cânımı,
Seçemezem soldan sağımı, namus ar olmaz bana.**

**Sanırlar ki ben deliyem, ben dost bağı bülbülüyem,
Mevlâ'nın kemter kuluyem, kimse baha saymaz bana.**

**Bülbül oluben öterim, dost bahçesinde biterim,
Gül alırım gül satarım, bağban olmaz bana.**

**Derviş Yunus nice diyem, ben bu cihanı terk idem,
Yana yana dosta gidem, perde hicap olmaz bana.**

Âşık kişiler kendi dertleri içinde yoğrulurlar ve yoğruldukça yücelirler. Dertlerini ancak şiirleri ve sanat eserleri ile ifade edebilirler. Farklı enerji boyutunda yaşadıkları için toplum ile uyuşmakta zorluk çekerler ve anlaşılmazlar. Bu bakımdan yalnızlığı tercih ederler ve kendilerini tanımak için **Halvete** çekilirler. Halvete çekilen kişi hem ibadet eder hem de kendi öz varlığını tanımaya çalışır. Bakın **Niyazi Mısrî** bu konuda ne diyor:

**Bilmem nitsem neylesem bu halvetin şerbetine,
Bu cânı teslim eylesem bu halvetin şerbetine.**

**Şerbetimiz tükenmedi, içenler usanmadı,
Niyazi hergiz kanmadı bu halvetin şerbetine.**

Burada "şerbet" sözü ile içilip içselleştirilen özü tanıma duygusu kastediliyor. Niyazi: "Bilmem ne etsem, eylesem bu tadına doyum olmayan duyguyu sürdürebilsem" diyor. "Hergiz" sözü ise şimdiki dilde "henüz" olarak çevrilirse, "Niyazi henüz bu yalnızlığın tadına doymadı" sözleri ile kendini tanımanın yalnızlıkta gerçekleşeceğini söylüyor. Özünü arayan insan için yalnızlık hiç de korkulacak bir şey değildir. Yalnızlıkta özgüven ve teslimiyet vardır.

Günümüzde insanlar yalnızlıktan kaçıyorlar ve yalnız kalmamak için ellerinden gelen her şeyi yapıyorlar. Sürekli arkadaş ve ahbap arayışı, sürekli bir şeyle meşgul olma isteği hep bu gizli korkudan ve güven eksikliğinden kaynaklanıyor. Nedeni de tümel enerji alanı ile olan bağlarının kopmuş olmasıdır. Tümel enerji alanı ile insanın enerji bedeni arasında bağ oluştuğunda ne korku, nede hüznün kalır. Bağ oluştuğunda insan özünü tanır ve kendi ile yüzleşerek, eksiklerini ve zaafalarını görür. İleri benlik boyutuna yükselmenin ilk adımı da kendi zaaf ve takıntılarının farkına varmaktır. Aksine, yaşamda boşluk ve hiçlik bulunduğu duygusuna kapıldığında bunalıma girebilir ve mutsuz olabilir. Burada sözünü ettiğim "boşluk ve hiçlik" anlam eksikliği şeklinde anlaşılmalıdır.

Yaşama ve varlığa anlam veremeyen insan kendini de tanımakta zorluk çeker. Çünkü tanımak ile anlamlandırmak arasında yakın bir ilişki vardır. Yaşamına anlam verebilmiş olan insan asla bunalıma ve depresyona girmez ve etki-tepki kısır döngüsü içinde kendini kaybetmez. Yaşamına anlam veremeyen insan ise "**varoluşsal boşluk**" içine düşebilir. Bugünün insanı varoluşsal boşluk içinde kendi ruhundan habersiz, mekanik bir toplumun küçük bir çarkına dönüşmüş durumda yaşamını sürdürmektedir. Amaç, bu kısır döngüden insanın kendini sıyrabilmesi ve yaşamına anlam vererek özgüvenini ve yaşam sevincini kazanabilmesidir.