

Zihin ve Terbiyesi

İnsan zihni terbiye edilmediğinde, başıboş bir halde olana maruz bırakıldığında kolayca cehenneme dönüşebilir.

Ne de olsa zihin, bir örüntü mekanizması.

Bir olumsuzluk ilmeğinin üzerine, yaşanmış ya da yaşanabilecek sayısız olumsuz ilmekler atabilme ve kalın bir huzursuzluk battaniyesiyle kendini örtebilme kabiliyetine sahip.

İşte tam da bu yüzden zihni başıboş bırakmamak çok önemli...

İşin acıklı tarafı cehennemden kaçarak kurtulmak mümkün değil.

Zira cehennem içeridedir, taşınabilir.

Nereye gidilirse gidilsin seyahat eder.

İster inzivaya, ister doğanın kucağına, ister ulu dağlara, yeşil yaylalara, masmavi denizlere, sapsarı kumsallara...

Hiç fark etmez...

Cehennem, zihne yerleşmişse bütün cennet köşeleri yakıp kavurur, altüst eder.

Sorunlardan kurtulmak için bir yerlere kaçıp gitmek hem beyhude bir çabadır hem de yanlıştır.

Bu yanlış çabadan olumlu bir sonuç almayı beklemek akılsızlıktır.

Anlık iyi hissedişler, anlık rahatlamalar cehennemden ateşinin söndüğü anlamına gelmez. En iyisi yine her zamanki gibi insanın dinlenmek için, iyileşmek, gelişmek ve sorunlardan kurtulup mutlu olmak için yapabileceği en iyi şey, kafasının içinde bir inşaat başlatmasıdır.

İşte o vakit her an bir inzivadır, her an bir dinlenmedir, her an huzurdur, her an mutluluktur. İnsan kendi kendine çekildikçe ve zihnini terbiye ettikçe sorunlarından kaçmak için seyahatlere çıkma özlemi içinde yanıp tutuşmaz.

Marcus Aurelius (MS 121-180)

Alıntıdır

