

## Düşünsel İzlenimler

Yaşam sabiteler ve değişkenlerle kaimdir. İnsanın sabiteleri güçlü olmak zorundadır. Sabiteler olmazsa, değişkenler sabitelerin yerine geçer.

Sabiteler, insanın görünmeyen ruhani dünyasını; değişkenler ise, fiziki dünyasını var eder. Sabite ruhtur, değişken bedendir. Sabite manadır, değişken maddedir.

Kendini bilmek, sabiteler ve değişkenler arasındaki dengeyi anlamakla başlar. Sabiteler, kişinin temel değerleri, inançları ve öz benliğini oluşturan unsurları temsil eder. Bu sabiteler, bireyin kimliğinin temel taşlarını oluşturarak ona güç ve yönlendirme sağlar. Değişkenler ise yaşamın getirdiği zorluklar, deneyimler ve dış etkenlerdir. Kendini bilmek, bu değişkenlerle başa çıkma yeteneğini içerir.

Kendini bilmek, insanın içsel bir yolculuğa çıkması ve kendi duygularını, düşüncelerini, güçlü ve zayıf yönlerini anlaması anlamına gelir. Bu süreç, kişinin kim olduğunu -(yani ilahi boyutunu)- keşfetmesine ve kendi değerlerini belirlemesine yardımcı olur. Kendini bilmek, sağlıklı bir özsaygı geliştirmeye, daha sağlıklı ilişkiler kurmaya ve hayatta anlam bulmaya yönlendirir. Bu sürekli bir öğrenme ve büyüme sürecidir, çünkü yaşam deneyimleri ve iç gözlemleriyle sürekli bir değişimi içerisindedir.

Kendini bilmek, kişinin sabitelerini korurken esnek olmasını sağlar. Değişkenlere adapte olmak, öğrenmek ve büyümek anlamına gelir. Kendini bilmek, içsel bir denge noktası bulmak ve bu noktadan güç alarak dış dünyaya uyum sağlamak demektir. Sabiteler, kişinin köklerini oluştururken, değişkenler ona hayatın dinamiklerini anlamayı ve kabul etmeyi öğretir. Bu dengeyi kurmak, bireyin kendine olan güvenini artırır ve yaşamı daha bilinçli bir şekilde yönlendirmesine yardımcı olur.

Ünlü filozof Epiktetos (MS 50-135), şöyle der: **“Allah’ın bize verdiği en büyük nimet, sahip olduğumuz ama farkında olmadığımız özelliklerimizi, kendimizde keşfetme kudretidir.”**

Zira **“Kendini bilen Rabbini bilir. Rabbini bilen haddini bilir”** misali kendini okuyup yazmaktan ve kendini tanıma çabasından uzaklaşan insan kendisine ve başkalarına yabancılaşır. Aziz Antonius (251-356)’un dediği üzere, **“Allah’ı tanımak için öncelikle kendini tanımalısın!”** öğretisini çok iyi çalışmak ve çok iyi anlamak gerekir.

Arzuları pozitif yönde yönlendirecek ve özü (ruhu) gürleştirecek yollar aranmadan hayatı etkisi altına almak isteyen bu çağın yabancılaşma sorununu aşmak zordur. Bu zorluğun üstesinden gelmek, disiplinli bir çaba ve kararlılık gerektirir. Ruhun soğuması veya ruhun üşümesi, bireysellik ve bencillik, günümüzde oldukça yaygındır. Bu nedenle, kaybolan ahlaki değerleri yeniden keşfetmek, insanî derinliğimizi ortaya çıkarmak ve kendimizi bilmek, kişisel ve toplumsal düzeyde bir rahatlama sağlayabilir.

Mesele sadece başarı, verimlilik, makam ve para kazanmak değildir. Asıl büyük zorluk, gerçek yeteneklerimizi keşfetmek ve imkânlarımız ölçüsünde bu yetenekleri en iyi şekilde hayata geçirmektir.

**Mesele evde, iş ortamında, toplumda, siyasette, yönetimde benlik hırsından kurtulmaktır. Şumloyo / tekâmül ilkesinden beslenen tamamlayıcı bir yaklaşımla hizmetkâr olmayı becerecek bir ruh halini yakalamaktır.**

Ve her şeye rağmen, bu anlayışı **‘yaşa ve yaşat’** ilkesiyle yaşamak ve yaşatmaktır.

Zorlu durumlarla mücadele seçeneğinin öz benliğe yararları hakkında şöyle fikir geliştirir yazar / düşünür Stephen Covey (1932-2012): **“Nasıl ki ağırlık kaldırmak gibi zorlukların üstesinden gelerek fiziksel kaslarımızı geliştirirsek, zorlukların ve olumsuzlukların üstesinden gelerek de karakter kaslarımızı geliştiririz.”**

Kendisini dayatmaya çalıřan uyanıřa ve bilince dūřūnsel katkı baēlamında okumalarımđan oluřan bu can alıcı dūřūnsel izlenimleri dile getirmeyi vicdani bir gōrev olarak addediyorum.

Yusuf Beētař