

Hayat ve Tepkiler

“Üstüne gelen hayat değil, kendin olarak bellediğin benliğinin hayata karşı aldığı tavrıdır, beslediği dirençtir kimliğinin üzerinde baskısını hissettiğin.

Karmaşık yaşam şartları içinde insanlar genelde altından kalkamayacakları bir yük gibi algılarlar yaşadıkları hayatı.

Bir balçığın içine saplanmış gibi hareket ettikçe batarlar, battıkça çırpınırlar. Çaresiz, kısır bir döngüdür bu.

Hâlbuki ne olursa olsun, hayata bakış açını değiştirdiğinde tepkilerinde değişir.

Sana tavsiyem, su gibi ol; dirençsiz ama istikrarlı, yumuşak ve şeffaf, basit ve akıcı. O zaman hayatın aslında ne kadar tarafsız olduğunu anlarsın.

Kafandaki karışıklık düşüncelerinin karışıklığından oluşuyor.

Karışık olan hayat değildir. Senin onun karşısında duruşun karışıktır. Ve sadece disiplinsiz bir zihin karışık olur.

Herhangi bir gayeye bağlanmadan bir seyirci gibi düşüncelerini izlemeye çalış sadece hayatı gerçekten anlamak için. Ne olduklarına, iyi ya da kötü, akıllı ya da akılsız, doğru ya da yanlış olduklarına bakmadan, yorum getirmeden izle sadece.

Salıver düşüncelerini. Ve olayları yönlendirmeden gözlemle; tıpkı güneşi bir müddet kapatan bulutların dağılmasını izler gibi. Bırak kendini bir an için ve sen olmaktan, hayatı bu kadar ciddiye almaktan vazgeç.

Düşüncelerini durdurarak dünyanın döngüsünü ve düşüncelerinin akışını durdur. Sadece izle. Kendini ve düşüncelerini izle.

Eğer her an mevcut olan düşüncelerin analiz edilse, dışarda izlediğin düzen ile senin düşüncelerinin karmaşasının birbirine mantığa sığmayan bir şekilde aykırı olduklarını tespit edersin. Anlamsız ve birbiri ile bağlantılı olmayan cümleler ve fikirler yumağı gibi olduklarını görürsün.

Ve bunun farkına varmak düzeltmek için en önemli faktördür.”

....

Bir oyuncu olduğunu düşün. Sahnede bir rol oynuyorsun. Bunu bildiğin sürece sorun yok. Oynarken rolünü, aslında kim olduğunu unutmuyorsun. Ama eğer bir an rol oynadığını unutup kendini oynadığın figüran olarak algılasan, o an oynadığın rolün tüm acılarını, sevinçlerini ve hayatının gelgitlerini içinde hissederek, tümünü tamamen benimseyerek kendin gibi yaşayacaksın.

Gereksiz yere acı çekecek, gerçek olmayan sevinçleri tadacak, sadece birer kurgu olan inişlerin çıkışların içinde çalkalanacaksın. Ama kim olduğunu tekrar hatırladığında her şey geçecek, kendi kendine ve o ahmakça varsayımına güleceksin.

İşte o oyuncu gibi olmalısın, gerçekte kim olduğunu bilen.

Hayat aslen böyle bir oyundur. Sen burada bu illüzyonların dünyasındasın ve burada bir rolün var oynaman gereken. Ama özün, gerçekliğin burada yaşıyor gibi görünen değil.

Özün, ego olarak adlandırılan o oyuncunun üstlendiği rolü izliyor ve her daim kendinin ne olduğunu biliyor. Ve tam doğru olarak bakılırsa, özün değil izleyen.

Bu yaşam dediğimiz dört boyutlu realitenin içinde gözlemci olarak adlandırdığımız zihin parçamız sadece bir yansımasıdır gerçek öz benliğimizin.

Mistik ya da ruhani yolun ifadesiyle anlatmak gerekirse öz benliğin olan varlığın ne bu dünyadadır ne de bu dünyadan.

O, bu maddesel yaşamın bir parçası değildir.

O, asla acı çekmez, asla korkmaz çünkü, O sevginin kendisidir. Neşenin, sevincin kendisidir. Her şeyi kapsar ve her şey O'dur. O TEKdir ve karşıtsızdır.”

Alıntıdır. Anka Kuşunun Çağrısı / Ben Siz