

*Sıradan bir insan, yalnızca görünürde kendisini sever ve yalnızca görünürde sağlıklı, varlıklı ve esenlik içinde olmayı diler. Özünde kendisini seven bir insan, diğerlerine karşı şüphe içinde ve zalim olamaz. Kendi içinizde elde ettiğiniz zafer, etrafınızdaki her şeyin iyileşmesini sağlayacaktır. Kendi masumiyetin ve saflığın doğrultusunda, kendin için yaptığın her şey ile, dünyaya yapılabilecek en büyük yardımı yapmış olursun.*

# KENDİNİ özünde SEV!

**PROF. STEFANO E. D'ANNA**  
yazar



**D**reamer'dan öğrendiğim birçok şey arasında, 'Tanrılar Okulu' kitabımda da anlattığım en hayret uyandıran konulardan biri; sıradan insanın, içinde yaşadığı, kendi kendine zarar veren bir tutum, kendi yıkımına ve sonunda da ortadan yok oluşuna karşı duyulan karşı konulmaz bir istek olarak kendini açığa vuran, gölgede kalmış ikincil bir tabiatın gün yüzüne çıkarılmasıdır. Dreamer bunu, 'kendi kendini baltalamak' olarak adlandırıyordu. Resmi bilimsel kaynaklar tarafından, -olayın dünya üzerindeki uzantısı henüz anlaşılammış olsa dahi- bu durum, eski insanlığa hâkim olan psikolojik belirleyici özellik olarak ele alınabilir. Kendi kendini baltalamak; çoğu insanda suçluluk hissi ve daimi bir başarısızlık ve kararsızlık duygusu şeklinde kendini belli eden, parçalanmış bir psikolojinin neticesinde gerçekleşir; insan, kendi içinde seslendirdiği hüznü ezginin, art arda süzülen olumsuz tasavvurlarının ve hiç durmaksızın içinde yankılanan yıkıcı düşüncelerinin kurbanı haline gelir. İnsanlar,

çok sık ve çok uzun süreler boyunca kendilerinin dışında yaşıyorlar; dış dünya ile özdeşleşerek kendilerini kaybediyor ve böylelikle içlerindeki gerçek kısma olan uzaklığı gittikçe büyütüyorlar. Hissettiğiniz o derin keder; dünyanın, sizin dışınızda, sanki farklı bir gerçeklik olduğu tasavvuru ile hipnotize olduğunuzun en güvenilir kanıtıdır.

Bunun sonucunda sıradan bir insan; içten içe, ölümün, tüm dertlerinin çözümü olacağı düşüncesi içinde, bilinçsizce fiziksel ayrılış sürecini hızlandırır. "Homo Sapiens (modern, akıllı insan), kendi yok oluşunu gerçekleştirecek korkunç seçenekler listesini uyuşturucu, sigara, sağlıksız yiyecek tüketimi ve benzeri alışkanlıklarla oluşturarak kendisini intihara teşebbüs eden bir tür seviyesine indirgedi. Sergiledikleri bu ölüm projesine karşı çıkıp, onları durdur-

maya kalkışırsak eğer, bizleri kurtarıcı veya yardımsever olarak görmeyeceklerdir. Tam tersine, bu tarz bir girişim, onları ölümcül bir düşman haline getirecek ve sonunda sadece kendi kendilerini baltalama eylemlerini geciktirmeye yarayacaktır." (Tanrılar Okulu, Sinedie, 2010)

## **Masumiyet nedir?**

Çözüm: Kendinizi içinizde, hiç durmaksızın sevmeniz. Bunun anlamı, varlığınızın en gerçek bölümü ile sürekli temas halinde olmanızdır. Bir çeşit zafer, zarafet ve anlayış haline erişmeniz, onu yaşamanızdır. Bu; saf, masum olma halidir. Masumiyet (innocence) kelimesinin kökeni, Latince'de 'zarar vermeyen' (non nocere = not to hurt) anlamına gelen 'innocent' kelimesinden gelir. Böylelikle, 'masum' (innocent) kelimesi gerçek anlamında, kendisine zarar vermeyen, kendisini dünyanın en sevilen uğraşı haline gelmiş olan, kendi kendini baltalama eylemine adanmış bir insanın niteliklerini betimler.

Görünen o ki, hazırlıksız insanlar için, kendini özünde sevmek, diğer tüm sıradan



#### **NARSİZİZM DEĞİL**

İnsanın kendini gerçekten sevmesi narsisizm değil, masum olma halidir. Çünkü kendini seven kişi bir başkasına zarar veremez.

GETTY IMAGES

insanların içinde yaşadığı kaygı ve daimi kargaşa durumuna kıyasla hiçbir şeyin ve heyecanın olmadığı can sıkıcı bir durumdur. Ancak, içinde kendisine karşı berrak ve net bir sevgi besleyen bir insan için her şey tam zamanında gerçekleşmektedir. Hatta dünyanın bu karmaşası –her şeyin görünürdeki isyankâr ve birlik oluşturmaktan kaçınan o anarşik hali- bile onun gözündeki daha yüksek bir bütünlük seviyesine doğru ilerleyen bir birleşme hareketi olarak belirir.

### **Kendine zarar vermektense vazegeç**

Pek çok insan, dünyanın olduğu hali ile düzgün işlemediğine ve kendi müdahaleleri olmadan yoluna devam edemeyeceğine inandığından, diğerlerinin sorunlarını çözebilecekleri, rahatsızlıklarını iyileştirebilecekleri düşüncesiyle çözüm üretmeye çabalarlar. Kendi kibirleridir, iyileştirici ve diğerlerine yardıma hazır olduklarına kendilerini inandıran. Ancak gerçekte, kendi özünde yatan yalanı bozguna uğratmayan, içinde sürüp giden o kendi kendini baltalama eyleminin bilincinde olmayan kişi, kimse için hiçbir şey yapamaz. Onların bu kibirli halleri, kendilerinin iyileşmiş ve başkalarına yardım etmeye hazır olduklarına inanmalarına sebep olur. Dünyaya yardım etmek için yapabileceğiniz tek şey, kendi kâbusunuzdan uyanarak kendi kendinize zarar vermektense vazegeçmenizdir. Sırf kendimizi bir gün aynı durumda bulacağımızın bilinçsiz korkusuna ve o durumdayken yardım bulabileceğimiz ümidine sahip olduğumuz için, kendimizi bir dilenciye ya da ihtiyaç içinde bir kimseye yardım etmeye mecbur hissederiz. Oysa bu ihtimal karşısında kapıldığımız korku hissi ile birlikte o ihtimalin gerçekleşmesini sağlayacak şartları da hazırlamaya başlıyorsunuz. Yardım elini uzattığınız anda, aslında kendinizi onun paçavralarına sarmalanmış ve onun yerinde dilenir hale getirmiş oluyorsunuz. Kendinize, “Ben asla böyle bir ihtiyaç içinde olmayacağım” derken, böyle bir düşüncenin sadece aklınızdan geçmesi dahi, sizi o pozisyona çoktan yerleştirmiş oluyor.

### **Yardımseverliğin ardındaki sis perdesi**

İnsanların suçluluk duyguları üzerinden geçinen kuruluşların desteklediği her türlü bağış faaliyetleri ile cömertlik ve fedakârlık ardına gizlenmiş olan sahteliğe gözlerimizi açalım. Bunlar, sadece kendilerini idame ettirmek amacıyla var olan insancıl kuru-

luşlardır. Kendilerini idare etmeyi bile güç bela başarabilen bu kuruluşlar, israf ederek hesapsızca harcadıkları gelirlerin sağlanması ve kaynakların bir araya getirilmesi konularında uzmanlaşmışlardır. Her çeşit yardımsever faaliyeti sarmalayan sis perdesini kaldırdığımızda, kadınların oy kullanma hakkını savunanların ardında, fakirlere yardım sağlayan ‘Kurtuluş Ordusu’nun (Salvation Army) ardında, sürdürülen tıbbi ve ilaç yardımlarının, yiyecek dağıtımlarının ardında, insanlığa karşı olmuş en gaddar organize suçların ve en kötü faaliyetlerin saklandığını keşfedebilirsiniz. Gerçekte yardım etmek, sonu gelmeyen bir kısır döngü içinde yardıma olan ihtiyacı yeniden doğurur. Her gün, hayırseverler, fedakârlar ve insancıl kişilerden oluşan bu ordu büyümekte ve böylece mücadele ettiklerini iddia ettikleri tüm kötülükler daha çok yayılarak şiddetini arttırmaktadır. Yoksulluk ve açlık hiç bu kadar geniş ve yaygın olmamıştı. Bu insanlar, sadece sonuçlar ile ilgilenip nedenlerin üzerine eğilmeyerek, ceplerini değilse bile kendilerini ve kibirlerini doyuruyorlar. Yoksulluk, zihinsel bir hastalıktır. Ölüm

yaptığını mı düşünüyorsunuz? Özünde kendisini seven bir insan, diğerlerine karşı şüphe içinde ve zalim olamaz. Kendi içimizde elde ettiğiniz zafer, etrafınızdaki her şeyin iyileşmesini sağlayacaktır. Kendi masumiyetin ve saflığın doğrultusunda, kendin için yaptığın her şey ile dünyaya yapılabilecek en büyük yardımı yapmış olursun.

Kendinizi sevmeniz; yapılabilecek tek şey ve iç bölünmelerimizin üstesinden gelecek birliğimizi yeniden elde etmemizi sağlayacak yegâne eylemdir. Kendimizi özde, içimizde sevmemiz, ‘oluş’un etrafa saçılmış tüm parçalarını tek bir bütün içinde birleştirmemiz anlamına gelir. Biz bu başarıyı ‘bütünlük’ olarak adlandırıyoruz.

### **Heyecan veren o tatlı ürperti**

Diğerlerine vermek için, öncelikle kendimize nasıl vereceğimizi bilmemiz gerekir.

“Bir şeyi verebilmek için, önce ona sahip olmam gerekir; bir şeye sahip olmak için öncelikle ‘olmak’ gerekir.” (To give I have to have, to have I have to be.)

Tamamlanmışlık haline ulaşmamış bir

## **DÜNYANIN SİZİN YARDIMINIZA İHTİYACI YOK, ANCAK CİDDİ BİR BİÇİMDE SİZİN DEĞİŞİMİNİZE İHTİYACI VAR.**

yalnızca kalbimizde var olabilir. Bunun farkına varabilirsek eğer, tüm yardımseverlik anlayışını kökünden değiştirebiliriz. Yoksulluğu refaha, zorlukları daha gelişmiş bir anlayışa dönüştürecek olan şey sadece ‘düş’tür. Düşleyen bir insan, bir kuruluş ya da bir ülke, fakir olamaz. Yalan ve kendi kendini baltalama eğilimini içinde alt eden bir kimsenin, kendini özünde seven bir kişinin, dışarıdan gelecek herhangi bir yardım arayışında olmasına gerek yoktur. O, çözümün kendisidir ve hem kendisi hem de tüm dünya için yapmanın gücüne sahiptir. Böyle bir farkındalıkla ne kadar çok duygusal kirliliğin ve bayağılığın ortadan kaldırıldığını bir düşünün. Suçluluk, mağduriyet bilinci ve diğerlerine duyulan sahte sevgi, sahte cömertlik üzerine kurulmuş tüm yardımsever, insani kuruluşlarla birlikte bir anda ortadan siliniyor. Dünyanın, sizin yardımınıza ihtiyacı yok; ancak ciddi bir biçimde sizin değişiminize ihtiyacı var. Bunun bizi kuşkucu ve zalim

kişi ihtiyaç içindedir; gerçek bir fakirdir ve kimseye hiçbir şey veremez.

Küçükken, neşe içinde, tam olmanın, bütünlük içinde olmanın hissiyle uyanırdık. Eksik olan hiçbir şey yoktu. Yetişkinler, bedenlerindeki o coşkun heyecanı çoktan unuttular. Ancak kendinizi yeniden sevmeye başlarsanız, teninizin altında titreşen, heyecan veren o tatlı ürpertiye yeniden hissedebilirsiniz. Bir lider, herhangi bir karar vermeden, bir harekette bulunmadan önce bu fiziksel işareti beklemesi gerektiğini bilir. Bir lider, ekonominin altın yarasını bilir: “Verdiğim için sahip olurum ...olduğum için veririm.” (I have because I give, I give because I am.)

Vermek, her şeyden önce kendinden vermektir. Neysen onu verirsin, ‘oluş’tan gelen bir bağıştır. Kişi ancak kendisini severek diğerlerine gerçekten gerekli olan, onların gerçekten ihtiyaç duydukları şeyi, yani korkusuzluğu, cesareti, adanmışlığı ve güven duygusunu verme gücüne erişebilir. □