

Mutluluğun

Bir ömür boyu mutluluktan bahsediyor, onu arıyoruz. Ondan daha öte, ondan daha önce gelen bir şeyin varlığından şüphe bile duymadan, onu elde etmek için çabalıyor, fakat mutluluğa bir türlü erişemiyoruz. Mutluluk bulunur mu peki?

Amerika 1492’de keşfedildi. Ancak ‘icat edilmesi’, 4 Temmuz 1776’da, bir kıymık insan zekâsının, Bağımsızlık Bildirgesi’nde yer alan ‘İnsan Hakları’nın arasına mutluluk kattırmasıyla gerçekleşti. Bu fikir, mutluluk anlayışını insanlık tarihinde ilk defa, öngörülü bir kavram, masalsi bir dilek ya da hayali bir düşünce olmaktan çıkarak, insanın ve aklın dokunulmaz, ihlal edilmez doğal hakkı haline dönüştürdü. Bu hakikatlerin açıkça ortada olduğu kanaatindeyiz. Öyle ki, tüm insanlar eşit yaratılmıştır. Yaratıcıları tarafından ellerinden alınamayacak bazı haklar kendilerine bahşedilmiştir ki, bunlar yaşam, özgürlük ve mutluluk arayışıdır.

Jefferson, mutluluk arayışından bahsederken aklında belirsiz ya da özel olan bir şey yoktu. O, kendi anlayışına göre sadece ölçülebilen ve elde edilebilen değil, aynı zamanda varoluşun asıl nedeni ve herhangi bir yönetimin kendini haklı çıkarması olarak da tanımlanabilecek genel halkın mutluluğundan söz ediyordu.

Kurtulmamız gereken yanılsama

Özellikle geçen son 300 yıl boyunca, idealistler ve hukukçular, büyük düşünürler, aydın devlet adamları ve vizyon sahibi liderler, insanlardaki yaygın mutsuzluk halinin, dışsal, zor koşullardan kaynaklandığına ve dış dünyayı değiştirerek insanları mutluluğa kavuşturabileceklerine inandılar. Onların bu inancı, bizlere miras olarak devredildi. Rousseau ve Jefferson gibi onlar da, farklı düzenlenmiş yasaların, mutlakiyet anlayışından göreceliye geçişin, siyasi, felsefi, etik ve ilahiyat ile ilgili konulardaki hoşgörülü yaklaşımın, baskıcı ve mutlakiyetçi düzenden, cumhuriyet ve demokrasi yönetimine geçişin, siyasi ve sivil kurumların olabildiğince özgürleştirilmesinin insanları mutlu edeceğine inandılar. Hiçbir şey, 18’inci yüzyıl fikri olan ‘The greatest happiness of the greatest numbers’ yani ‘Büyük çoğunluğun büyük mutluluğu’ndan, halkın mutluluğu için konulan kurallardan ve böyle bir mutluluğu sağlamaya yarayacak siyasi alâşimlardan daha ütöpik ve uygulanması imkânsız olamazdı. ‘Halkın mutluluğu’ ifadesindeki birbiriyle çelişen bu iki terimden daha zekat örnek yoktur.

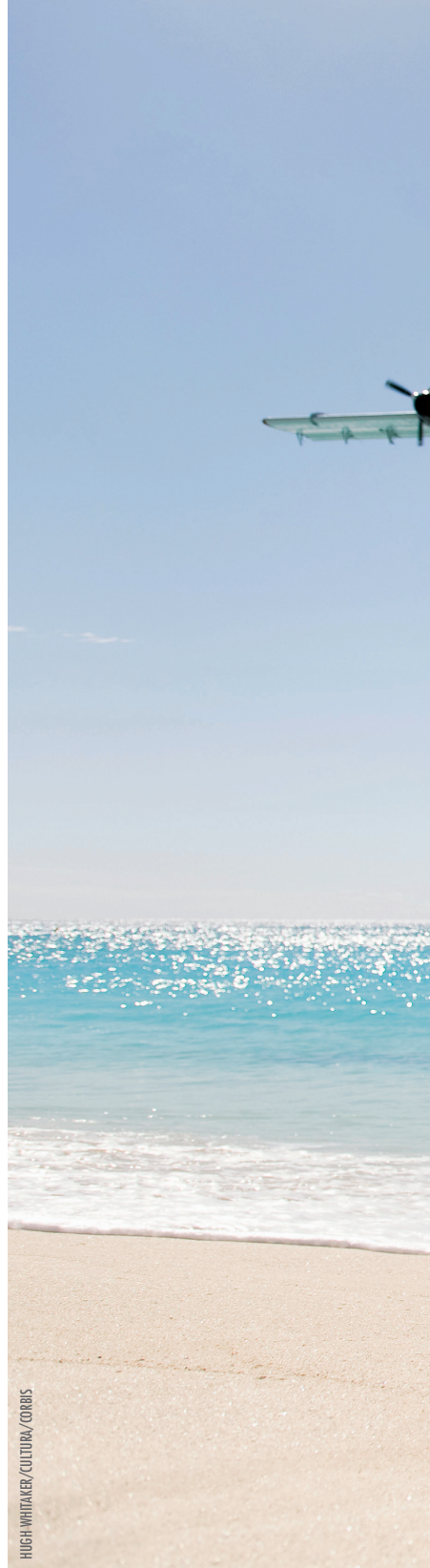
Mutluluk zamanda değildir. Bir şeyi bulama-

manın en emin yolu onun olmadığı yere bakmaktır. Mutluluk zaman içinde bulunamaz. O yalnızca ‘an’ içinde var olur. Sıradan düşünce yapısına göre şu an berbat durumda olan kimse, az çok uzakta sayılabilecek gelecekte mutlu olabilir. “Evlendiğimde, ailem ve çocuklarım olduğunda, istediğim işe ya da yeterli paraya ve imkânlarla sahip olduğumda mutlu olacağım” ve benzeri tarzdaki ifadeler yaygındır. Zamana inanan insanlar olma doğrultusunda eğitildik, ancak apaçık ortada olan gerçek şu ki, hiç kimse yarın ya da geçmişte mutlu olamaz. Dün yaşanan mutluluk tozdan ibarettir; mutlu anıların, mutlu olmakla ilgisi yoktur. Zamana dayalı, zamanda gerçekleşen ne varsa ‘sarkaç yasası’na (law of pendulum) tabidir. Tetikteyseniz ve kendinize karşı samimiyseniz, size mutluluk veren herhangi bir şeyi hissetmeniz hemen ardından, bu durum tersine doğru hareket etmeye başladığını fark edersiniz. Bir gün Dreamer dedi ki: Şu anda neysen, ancak o olabilirsin. Başarı tam burada. Mutluluk tam burada. Olmak istediğin şeyi şimdi ol.

Baskın insan modeli

İnanmış olduğumuz bir diğer şey de, ‘olma’nın bir sonuç olarak, ‘sahip olmak’tan sonra geldiğidir. Bu sebeple, yeterli paraya ve imkânlarla sahipseniz, istediğiniz her şeyi gerçekleştirerek en sonunda mutlu olacağınız düşünmekle sonuna kadar haklısınız. Bu durumda geçerli olan model, sahip olmak-yapmak-olmak sıralamasıdır. Bu, milyonlarca insanın ortak düşünce yapısı ve içinde buldukları mutsuzlukların, hastalıkların ve talihsizliklerin sebebidir. Mutluluğa giden yoldaki engelleri ortadan kaldırırken, bu sıralamayı tersine çevirmemiz gerek. Yeni insanlığın modeli, olmak-yapmak-sahip olmaktır. İlk önce mutlu olmalısınız, bilinçli olarak kendinizi mutlu olmaya zorlamalısınız, sonra yapabilir ve sahip olabilirsiniz. Mutluluk, tam bu anın muhteşem farkındalığıdır.

Mutluluk, kendi başına bir histir. Mutluluğa giden yolda neredeyse aşılması olanaksız bir diğer engel ise, onun dış dünyadan sağlanacağı, dışarıdan bir kimsenin ya da bir şeylerin onu bize getireceği beklentisi içinde olmamızdır. Gerçekte, mutluluk tek başına yaşanan bir duygudur; kişinin kendisiyle olan özel durumudur ve yalnızca kişinin kendisi ona ulaşabilir, onu üretebilir. 200 kişiyle, iki milyona ve



HUGH WHITAKER/CULTURA/CORBIS

ötesinde



PROF. STEFANO E. D'ANNA
yazar



KUŞ GİBİ

Mutluluğu yakalamak
istiyorsanız önce özgürlüğün
peşine düşün. Sonrası
kendiliğinden gelir.

hatta iki kişiyle dahi mutlu olamayız. Mutluluk toplu yaşanan bir hissiyat değildir. Kimse bizi mutlu kılamaz ve biz de hızla gelip geçen anlar dışında kimseyi mutlu edemeyiz. Haberler, koşullar ya da başkaları aracılığıyla bize dış dünyadan mutluluk getiren herhangi bir şey ortadan kaybolacak, bizden geri alınacaktır. Bu tarz bir mutluluk, kısa ömürlü, geçici bir sıçrayıştır, bir uçuş değil. Uçuş, yerçekimi yasasının sınırsızca duraklatılmasidir.

Tek saniye beliren dış kaynaklı mutluluk, bir uçuş gibi görünse de değildir. Yalnızca bilinçli olarak içinizde oluşturduğunuz mutluluk, doğuştan hakkınız olan uçuşu size sağlayabilir.

Mutluluğun ötesinde

Mutluluk üzerine, onun nasıl bulunacağına dair çok fazla yazılar yazılmış ve tartışmalar olmuştur. İnsanlar hayatları boyunca onu elde etmek için çabalar, fakat başaramaz. Neden? Rousseau, 'Toplum Sözleşmesi'nin (Le Contrat Social) ilk sayfasına şöyle bir not düşer: "Ne tarafa baksam zincirlenmiş insanları görüyorum." Neden? Çünkü bizleri, mutluluğun da ötesinde, ondan daha önce gelen bir şey doğrultusunda bir araştırmanın, bir çalışmanın yapılması, az seçilen yollardan yürünmesi gerektiği konusunda bilgilendiren okullar, danışmanlar, arkadaşlar ya da ebevnler yok. Bu öyle bir şey ki; daha değerli, daha ender, mutluluğun asıl zaruri ve öncelikli olan unsuru, ona ulaşmanın olmazsa olmaz koşulu. Mutluluğu aramaktan çok, onu elde etmemizi engelleyen, bizi mutsuz kılan şeyin ne olduğunu aramalıyız. Önce özgürlüğünüzün peşine düşün. Özgürlük olmadan mutluluk olamaz. Bunun bedeli size fazla görünse de, hiçbir zaman karşılanamaz değildir ve çabalarınıza değecektir.

Özgürlüğün peşinde yollara düşen için / öylesine kıymetlidir ki özgürlük / canını bile verir uğruna...

İlahi Komediya, Araf, Kanto I, satır 71-72

Zamandan bağımsızlık

Özgürlüğün somut bir ifadesini, onun gözle görülebilir dışavurumunu düşündüğümüzde, aklımızdan özgürlükleri garanti altına alan sayısız hak geçer. Söz hakkı, basın özgürlüğü, toplanma hakkı, dernek özgürlüğü, yönetimi şikâyet hakkı ve hatta silah bulundurma ve taşıma hakkı. Ancak dış dünya tarafından, yönetim ya da başkaları tarafından sağlanan bu tarz özgürlük-

ler, bize gerçek özgürlüğü veremez. Gerçek özgürlük, sınırlamalar ve engellerden kurtulduğumuzda ortaya çıkar. Bu, bir şeyden bağımsız olmak demektir. Öncelikle zaman hapsinden bağımsız olmalıyız. Hem zaman tarafından yutulmuş, hem endişe içinde, hem de plan ve pogramların zulmü altındayken mutlu olamayız. Plan yapmak, daha yüksek bir anlayış seviyesinin ilkel bir ikamesidir. Yüksek anlayışın olduğu yerde plan yapmaya gerek yoktur. Mantığı, akli ve planlamaları dışarıda bırak. Gözlerini kapat ve kendini tamamen sezgilerine aç. Evren hâlâ senin yaratılmanı bekliyor.

Rollerin mahkûmu olmayın

Her şeyin üstünde rollere inanıyoruz. Öğretmen, yönetici, baba, anne, sevgili olduğumuza inanıyoruz. Bunun en doğal şey olduğunu, yaşamının tek yolu olduğunu düşünüyoruz. Rollerimizin mahkûmları haline geliyoruz. Onlar da tuzak haline geliyor. Bir rolü icra edebilir, ondan keyif alabilir, oyunu eğlenceli bulabiliriz; ancak özgür ve mutlu olmak istiyorsak, icra ettiğimiz bu rol içinde kalamayız, kendimizi

lüğümüze giden yoldaki başlıca engel; bağımlı olduğumuz dışsal bir dünyanın, varlığımızın şartlarını, kaderimizi belirleyen bizden ayrı bir gerçekliğin var olduğuna duyduğumuz yanıltıcı inançtır. Özgür olmaya cüret edin! İçsel derinliğimize göz atın, mutluluğunuzun önündeki engelleri, yalanları, sahte düşünceleri, korkuyu, rollerle özdeşleşmeyi, bel bağlayacağınız dışsal bir dünya olduğu ortak inancını saklandıkları yerden çekip çıkartın. Uygulayacağınız sıkı bir çalışma doğrultusunda, tüm bu safradan, her türlü bağımlılıktan, zamandan, ihtilaflardan, içsel çatışmalardan en sonunda kurtulduğunuzda, fark edeceksiniz ki, mutsuzluk sizin olumsuz imgelemeniz dışında var olmaz.

Bu makaleyi okuduktan sonra neden 'mutluluğu bulmak' ifadesinin ortadan kaldırılması gerektiğini anlamış olmalısınız. Mutluluk bulunamaz, oluşumuzun dokusunda hücre hücre, her bir atomunda gelişmeli ve onun içine kodlanmalıdır. Mutluluk, kendi başına bir çabadır. Peki o zaman, mutluluğun bencilce bir hissiyat

HİÇ KİMSE YARIN YA DA GEÇMİŞTE MUTLU OLAMAZ. DÜN YAŞANAN MUTLULUK, TOZDAN İBARETTİR; MUTLU ANILARIN, MUTLU OLMAK İLE İLGİSİ YOKTUR.

onunla özdeşleştiremeyiz. Böyle bir şey, bir oyuncunun, sahnede canlandırdığı karakter ve tiyatronun hayatı olduğunu öne sürerek maskesini ve giysilerini çıkarmayı reddetmesi kadar çılgıncadır. Bu açıdan baktığımızda insanlık, tüm akli dengesini yitirmiş, kendisini yine kendi yarattığı rollerin içine hapsedmiştir. Ayrıca sağlam bir değerler ve ilkeler bütününe, bir haritaya, bir kaçış planına ve sizden önce hapisten kaçmış bir kişiye ihtiyacınız var. Bir Oluş Okulu'na ihtiyacınız var. Senin 'oluş'un kötü yönetilen bir dükkân gibi (Dreamer acımasızca beni gözlemliyordu). Fiyatları rastgele konulmuş eşyalar gibi, ucuz verdiği büyük değerlerinle, anlamsızca pahalıya sattığın döküntülerin. Böyle devam etmek, kesin başarısızlık demektir.

Özgür olmaya cüret edin

Özgür olmak, aynı zamanda her türlü kölelikten vazgeçmeyi gerektirir. Özgür-

olduğunu söyleyebilir miyiz? Kendisini özünde seven birey; mutluluk olarak adlandırdığımız içsel özgürlük haline kendi isteğiyle geçebilen ve bu mutluluk halini başarıyla, iradesine dayalı olarak yönetebilme becerisine sahip, kimseye ve hiçbir şeye bağımlı olmayan kişi, insanlığın çok değerli bir hücresidir.

Kendi amacınız doğrultusunda, bilerek mutluluğa ulaştığınızda, başkaları için, bir ordu hayırseverden, yüzlerce insani yardım kuruluşundan çok daha fazla şey yapmış olduğunuzu bilirsiniz. Mutlu insan etrafına 360 derece refah ve sağlık saçar ve diğerlerinin yaşamlarında kendi mutluluklarını biçimlendirmelerini sağlayacak koşulları yaratır. Mutluluk, ekonomidir ve mutlu insan, aynı şekilde iş dünyasında da, sıradan insanlığın henüz kavrayamayacağı ve 'imkânsız' olarak nitelendirip telaşla bir kenara attığı konuları gerçekleştirme becerisine sahiptir. □