

El, Yüz ve Zihin Temizliği!

“Yıkama” denilen eylemin ortaya çıkışı herhalde “kirlenme” ve “arınma” kavramlarıyla eşzamanlıdır. İnsanların, ellerini, yüzlerini, bedenlerini -zaman zaman da olsa- yıkamaları, çeşitli şekillerde onlara bulaşan “kir”lerden arınmak içindir.

Bu ihtiyacın sıklığı ve derinliği, kişilerin bu konudaki duyarlıklarına, ama daha büyük ölçüde de çeşitli kirleticilerle temas sıklıklarına ve o kaynakların kirleticiliklerine bağlıdır.

Bu arınmanın gereksiz olduğunu savunabilecek bir azınlık -var mıdır bilinmez- hariç, hiç kimse bu yaklaşımı yadsımamış ve insanoğlu yüzlerce yıldır hep yıkanagelmiştir.

Peki, insanoğlunun bu denli doğal kabul edip uygulayageldiği bu adet, niçin yalnız fiziki beden ile sınırlı kalmıştır? Halbuki diğer tür kirleticilerin sürekli bombardmanı altındaki zihinlerimizde de, aynen el, yüz ve bedenlerimizdekine benzer kirlenmeler oluşur.

“Zihinsel kirlenme” ya da “değer kirlenmesi” denilebilecek bu olguya yol açanlar bu defa fiziki partiküller değil, temas halinde olduğumuz insanların tutum ve davranışları ile, çeşitli kaynaklardan bize ulaşan “koşullayıcı enformasyon”dur.

Filan deterjanın öbürlerinden daha beyaz yıkadığı, ya da fişmanca gazetenin 48 parça ithal tabak verme duyurularının dakikada birkaç defa tekrarlanması koşullayıcı enformasyona; okullarımızda yıllardır kafalarımıza kakılan “ben öğretmezsem sen anlamazsın” tutumu da koşullayıcı tutuma birer örnektir.

İnsanoğlunun en zayıf yanı olan “koşullanmaya açıklık”, bu acıya dayanamayacağını hissettiği için yine kendince bir övünç vesilesi haline getirilmiş ve “düşünme”, “öğrenme” gibi, bu yetmezliğin birkaç dışavurumuyla gurur duyar olmuştur. Ama bu kaçış, koşullanmaya açıklık zafiyetini çözememiş ve çevresindeki davranışlardan etkilenir olmuştur.

Zihinsel kirlenmenin bir nedeni işte budur.Çok sayıda insan, diğerlerine kabul edilemez gelen kimi tutum ve davranışları böyle edinmektedir.

Beden temizliğinin nasıl yapılacağı konusunda dahi koşullayıcı bilgilendirme ve tutumun etkisinde kalıp onu dahi çoğunlukla yanlış yapabilen insanoğlu, acaba zihinsel kirlilerden kendini arındırmak için niçin yaygın metotlar geliştirmemiştir?

“Kendinin farkına varma”, “dıştan içine bakabilme”, “kendine korkmadan bakabilme” gibi yollar, acaba niçin az sayıda düşünürün öğretileri içinde kalmış, gündelik temizlik gibi yaygınlaşmamıştır?

Henüz birkaç milyon yıllık geçmişimiz insan ömrüne göre algılanamaz bir uzunlukta olsa da evren yaşına göre henüz bebek sayılabilir. İnsanoğlu bunları bir gün gündeminin ilk sıralarına yerleştirecek ve büyük bir olasılıkla yaşam hakkının dahi önüne bir başka hak getirecektir: koşullanmama hakkı!

Üçüncü bin yıla girerken örgün ve yaygın bütün eğitim sistemleri, öğretme yerine öğrenme kavramını koyma yolundadırlar. Bir Kanada firması olan CIBC, hizmet içi eğitimde şu sloganı benimsemiştir: Öğrenme, çalışanın sorumluluğudur!

Bu yaklaşımın temel taşı ise “eksiklerinin farkına varmak”tır.

Şu an için yapılabilecek olan, bir an iç sessizliğimizi sağlayıp, zihinlerimizin ne gibi kirleticilerle kirlenmiş olduğunun “farkına varmaya çalışmak”tır. Nasıl temizleneceği ise yine herkesin bireysel buluşçuluğuna bağlıdır.

Yazıya Gelen Yorumlar

1

Hüseyin Karagöl
31 Aralık 2007’de söylemiş

“Mutlu bir yaşam, zihnin sükunetinde yaşar” der Çiçero.

Ama gelişmemiş bir ülkede, şirketlerinin yüzde 95 ten fazlası aile şirketi olan bir ülkede bu nasıl sağlanır bilemiyorum. Farkındalığa gelince, şansen ben farkında olmadıklarımın bile farkına varabilmiş, neleri ıskaladığımın bile listesine sahipken bunu yani koşullanmamayı başarabildiğimi söyleyemem.

Aslında aranan şeyin huzur olduğunu ve huzuru bulduktan sonra koşullanmanın bile etkinlik sağlayamayacağını düşünüyorum. Biri çıkıp bu zaten bir kısır döngüdür derse ona da itiraz edemem.

Saygı ve sevgilerimle,
H.Karagöl

2

ÜMİT YAZDIÇ
19 Ocak 2008’de söylemiş

zihnimizde kirlenme/temizlik yapan Bilinç altımızdaki kalıplaşmış düşünceleri (Atalarımızdan,ailemizinden,çevremizden ,öğret-menlerimizden ,iş yaşamımızdan politikacıardan ,din düşünürlerinden,tv-radyo,yazılı basın)gibi kaynaklardan sağlarız ne yazıkki fiziki kirlenmeyi hemen görebildiğimiz ve hemen yıkayarak temizleyebildiğimiz halde bizi başarıya götürecek zihin kirliliğini temizlemek için aşağıdakileri yaşamımıza yerleştirmemiz gerektiğine inanıyorum.

Hayat boyu öğrenme ,vizyon hedeflerimizi hergün ulaşıncasına tekrarlama ,okularda fiziki ders gibi kişisel gelişim bilgilerinin öğrenilmesi,Tınaz Titiz gibi yılmadan ışık saçan kişilerin fazlaşması ile toplumumuzun çok kısa sürede Etik değerlere sahip, refah içinde dünyada örnek gösterilecek ülke yaratacağına inancım sonsuz.Saygılarımla.