

Varoluş ve Ölüm

Ömer Faruk Hüsmüllü tarafından yazıldı.

Perşembe, 05 Aralık 2019 18:50 -

“Korkuyorum. Çünkü mezarlığın yanından ne zaman geçsem sesler duyuyorum. Bir hayalet yani hortlak çıkacak diye ödüm kopuyor. Gerçekte bunun bir düşsel görüntü olduğunu biliyorsam da korkmaktan kendimi alıkoyamıyorum.”

“Bedenimi bir tabutun içine sıkıştırıyorlar, bir buçuk metre derinliğindeki bir çukura bırakıyorlar. Birkaç kişi birbiriyle yarışırçasına çukuru toprakla dolduruyorlar. Başım, gözlerim, yüzüm kısacası her tarafım toprak altında kalıyor. Birkaç gün içinde bedenim şişiyor, iğrenç kokulu sıvılar toprağa karışıyor, kurtlar, böcekler her yanıma sarıyor. Ve sonunda benden sadece geriye kemiklerim kalıyor.”

“Yok olmaktan korkuyorum. Yok olmak istemiyorum. Cehennemde yanmak da istemiyorum. Sevdiklerimden ayrılmak bana çok zor geliyor, düşüncesi bile rahatsız edici. Uykularım kaçıyor aklıma geldikçe, bir kaçış ya da çıkış yolu bulamıyorum. Her gece kabus kabus...Bıktım artık bıktım...”

Yukarıdaki ifadeler ölüm korkusu yaşayan insanlara ait.

Korkma! Bu anlatılanların tamamı tevatürden ibarettir. İnsanoğlunun dünyaya atıldığı ilk günden bugüne gelinceye kadar, ne bir tek ölünün konuştuğu duyulmuş, ne de bir tek ölünün hortlak veya hayalet görünümünde ortaya çıktığı görülmüştür. Öldükten sonra bedenle ilgili değişikliklere gelince, bu doğa yasalarının bir gereğidir. Bunu gören Herakleitos “Değişmeyen tek şey, değişmenin kendisidir.” demiş; ama bana göre bu tespit yanlış ya da en azından eksik. Çünkü değişmeyen bir şey daha var: Evrensel yasalar.

Ölümlülüğün farkına varmak

Her insan daha doğrusu her canlı ölümlüdür, fanidir yani bu dünyada kalıcı değildir; belki de o yüzden her insanda ölüm korkusu vardır. Ölüm her canlının peşinde. Epiküros'un iddia ettiği gibi acaba her insanın mutsuzluğunun gerisinde ölüm korkusu mu yatar?

Ölümlülüğün farkına varmak, varoluşu sorgulamayı sağlar. Ölmeyi önceden öğrenirsen zamanı geldiğinde korku ve acı çekmezsin. Kendini keşfet!En büyük keşfini, kendini keşfettiğin zaman yapmış olacaksın. Bu zor ve uzun bir yolculuktur. Sonunda ise seni bekleyen gerçekten çok büyük bir ödül var. İster büyük düşün ister küçük, o kadar önemli değil; yeter ki düşüncen doğrudan, gerçekten yana olsun. Düşünmeyi bilen yaşamayı da becerir. Yaşamayı beceren her insan da aynı zamanda bir kahramandır. Ya yaşadığının farkında değilsen! O zaman demek ki sen yaşamıyorsun... Veya yaşayan bir ölüsün. Onun için ölümlerden, ölmekten korkuyorsun, kaçmak istiyorsun. Yaşayan ölümler, mezarlardaki ölümlerden hoşlanırlar mı?

Unutma! Hayatının her anında sen bir öğrencisin. Hayatının hangi döneminde olursa olsun öğrenciliğinin bittiğini zanneden kişi, sınıfta kalmış sayılır.

Unutma! Ölüm, her zaman tek başına çıkılan bir yolculuk olmuştur. İstesen de bir başkasını yol arkadaşı olarak yanına alamazsın; ya da birisi seninle birlikte ölüme gitmek istese de gidemez.

Hayatı sev, saygı göster ona; onunla uyum içinde yaşamamanın yollarını bul. Unutma! Hep

Varoluş ve Ölüm

Ömer Faruk Hüsmüllü tarafından yazıldı.
Perşembe, 05 Aralık 2019 18:50 -

hayata gol atmaya çalışan kişinin, yediği goller attıklarından daha fazla olacaktır. Çünkü bu coşkun bir ırmağın önüne çalı çırpıyla baraj yapmaya benzer. Bırak hayatı, o coşkun ırmak gibi doğal ortamında çağlayarak aksın ve sonunda büyük bir denize(ölüme) kavuşsun!

Unutma! Hayat, iki sonsuz sessizlik arasına sıkışmış kısacık bir gürültüdür. Varoluş söz konusuysa, ölüm de kaçınılmazdır. Ölümle birlikte o gürültü kesilecek ve hep sonsuz sessizlik olacak.

İnsan, doğa ve evren

Her şeyin ama her şeyin özeti sadece şu üç kelime: İnsan, doğa ve evren...Korkma! Yaşasan da, kaybolsan da, ölsen de evrendesin; yani bu koskocaman evindesin...

Bu evini gezerken, sana felsefe refakat edebilir. Felsefe ile yola çıkanın yolculuğu hiç bitmez. Felsefe, merak ile başlayan bir evren seyahatidir. Felsefe, düşünmeyi bilmeyenlerce zehir sunuyor sanılır; oysa panzehirdir sunduğu... Sana soru sormayı, sorgulamayı öğretir. Soru sormak, sorgulamak düşünce dünyasında yapılacak bir seyahatin hazırlığıdır. Sonraki aşama ise yola çıkmak ya da aramaya başlamaktır.

Mesela Felsefe sana "Ben, evren varolduğu için mi varım?" Sorusunu sordurup ve sonunda "Evren var olduğu için ben var olmuş değilim; aksine ben (Sen, o, şu ağaç, şu masa, şu taş v.s...) var olduğumuz için evren var olmuştur." sonucuna varmanı sağlayabilir..

Bir ara da felsefe, insan ömrüne kafayı takmana yol açabilir. Çağımızda ortalama insan ömrünün uzadığı bir gerçek. Bunda tıbbın katkısı şüphesiz ki çok büyük. İnsanın ömrünün uzamasının duyulan korkuyu, hissedilen acıyı, kısacası yaşanan kötülükleri de artırdığı maalesef bir başka gerçek! O zaman kendine sorarsın: İnsan ömrünün uzaması iyi mi oldu kötü mü?

Yaşayan her şey bir gün mutlaka ölecektir

Asıl konumuza dönüp bir kere daha tekrarlayalım: Ölüm korkusu bütün insanlarda ortaktır. Yaşayan her şey ölecektir. Varoluşun en temel kurallarından biri budur. Bu kuralda eşitlik ve sosyal adalet vardır; ayrımcılık, kayırmacılık, istisnalık yoktur.

Ölüm karşısında ne yapabiliriz? Varolmanın farkında olmak ölüme karşı bizi güçlü kılar. Çünkü her canlı zaman zaman ölüm karşısında kendini güçsüz, aciz hisseder. Onunla nasıl başedeceğini bilemez. Ölüm, geleceği değil geçmişi yok eder; insana acı veren de budur. Geleceğin ne olduğu bilinemeyeceğinden ölümün onu etkileyeceğini düşünemeyiz; ama geçmişin ölüm tarafından silineceğinin farkındayızdır.

Ölüme meydan okuyan insanları anlamak zor. Ölüme neden meydan okuyorsun? Meydan okuyacağına onunla uzlaşmayı denemeyi düşünsene!

Varoluş ve Ölüm

Ömer Faruk Hüsmüllü tarafından yazıldı.
Perşembe, 05 Aralık 2019 18:50 -

Ölüm korkusu her insan için her yerde ve her zaman var, dedik. Korkunun derecesi kişilere göre farklılık gösterse de bu korkuyu her insan yaşamış veya yaşamak zorunda kalacaktır. Dinler, mal-mülk hırsı, makam sevdası, diğer insanlara karşı duyulan kin hep bu korkuyla başetmeye çalışmanın bir sonucudur. Kendi ölümümüzle ilgili bir şeyler yapmak isteriz. Çünkü başkalarının ve hayvanların ölümüne karşı lakayt davranabilen insanlar; söz konusu kendileri olunca durum değişiyor.

Ölüm, insanın aklına varlığının sonlanması düşüncesini getirdiğinden acı veriyor. Bu kaçınılmaz sonuç karşısında insan zayıflığını görüyor, çaresizliği yaşıyor. Her şeyin bir sonu olduğunu anlamak istemiyor, bu gerçeğe boyun eğmek ona çok zor geliyor. Oysa yalnız kendisi değil, evrende varolan her şey sonludur. Bizi ısıtan ve aydınlatan şu güneşimiz, bir gün gelecek patlayacak ve varlığını sona erdirecek. Bu sona erişle beraber etrafındaki gezegenlerin ve tabii dünyamızın da varlığı sona erecek. Gene bir gün galaksimizin ve gene gene bir gün evrenimizin varlığı da sona erecek. Sonra ne mi olacak? Hiç. Bu soruya bırakın doğru cevap vermeyi tahminde bulunmak bile mümkün değil. Çünkü burada artık düşüncemizin sınırındayız.

Beden öldükten sonra ruh yaşar mı?

Beden öldükten sonra ruhun yaşayıp yaşamadığı sorusu binlerce yıldır tartışılıyor. Mekanist teoriye göre bedenle birlikte ruh da ölmektedir, çünkü ruh bedenin bir ürünüdür. Oysa aksi görüşte olanlar (animist teori) beden öldükten sonra ruhun onu terk ettiğini ama varlığını sürdürdüğünü savunurlar.

Ruhun ölümlü olduğunu ileri süren düşünürler “Ben varken ölüm yok, ölüm varken de ben yokum.” diyerek bu görüşlerini savunmakta ve o nedenle ölümden korkmamak gerektiğini söylemektedirler. Çünkü ölüncü her şey dağılıp yok olacak ve algılayan bir “ben” olmayacak. Bu düşünce karşısında şöyle bir soru sorulabilir: Öyleyse ben/ruh öldükten sonra ne olacağım? Bu sorunun cevabı çok basit: Doğmadan önce ne isen o olacaksın. Öyleyse ölüm sonsuz, büyük bir sessizlik ya da susuş mu?

Bir gün varolan her şey yok olacaksa yaşamanın ne anlamı var?

Bir gün varolan her şey yok olacaksa yaşamanın ne anlamı var, sorusu birçok insanın aklına gelebilir ve yaşama dair bütün enerjisini tüketen bir etken durumuna girebilir. Kişinin canı hiçbir şey yapmak istemez, etrafındaki insanları ve olayları önemsemez, ilgisiz, umursamaz yani lakayt bir davranış sergiler. Bir de şöyle düşünse: Ebedi olsaydım, ilanihaye yani sonu gelmeyen bir zamana değin yaşasaydım: Bedenim yaşlanıyor ama hiç ölmüyor. Hastalıklarımın sayısı her geçen gün artıyor. Olaylar birbirinin tekrarı ya da benzeri... Böyle bir hayatı çekebilir miydim?

Ölüme bak! Önyargısız, sakin ve rahat bir şekilde bak. Bu bakıştan onu arzuladığın anlamı çıkmaz. Bu bakış, ölümün de sana yüzünün korkutucu tarafını saklayıp huzur verici tarafını göstermesini sağlar.

Varoluş ve Ölüm

Ömer Faruk Hüsmüllü tarafından yazıldı.
Perşembe, 05 Aralık 2019 18:50 -

Olumsuz bir yaşantı örneğinden sonra ölümün farkında olmak, bazı insanlarda bunalımlara yol açabilir. Hatta bu farkındalık yüzünden kırıcı, aksi, egoist bir insan görüntüsü yansıtanlar da olabilir. Oysa ölümün farkında olmak aslında o kadar kötü bir şey değildir; hatta iyi değerlendirilirse çok da faydalıdır. Kişi, bu farkındalığa ulaştıktan sonra hayattan çok daha fazla zevk almaya başlayabilir, diğer insanlarla olan ilişkilerini düzeltebilir, yardımsever ve merhametli olabilir. Geriye kalan zamanını anlamlı geçirmeye karar verebilir. Arkasında uzun yıllar yaşayabilecek izler bırakabilir.

Ölüm anksiyete(korku, endişe)si, daha önce ölümle yüzleşmemiş bazı insanlarda ciddi psikolojik ve ruhsal problemlere yol açabiliyor. Varolmama çoğu insana korkutucu gelse de bu yersiz bir korkudur. Çünkü varolmadığımızı asla bilemeyeceğiz. Öyleyse bilmediğimiz, farkına varmadığımız bir şeyden neden korkalım ki? Karen Homey, kaygıdan yakınan hastalarına “Tehlike ne?” diye soruyormuş. Siz de deneyin, kaygılarınızın azaldığını göreceksiniz.

İnsanların ölümle ilgili inançlarını sorgulamanın gereği yok; ölüm korkusunu din ile, inançla hafifletmeye çalışan kişiler belki bir zaman sonra bu durumlarını kendileri sorgulamaya başlayabilirler. Tabii dinler sadece ölüm anksiyetesini azaltmazlar bazen de artırırılar, ceza çekilecek yer olarak tanımladıkları cehennem bunun en başta gelen nedenidir.

Ölüm korkusunun bazen reenkarnasyon (ruhun sürekli olarak bedenlenmesi, ruh göçü) yoluyla, bazen paranormal (telepati, psikokinezi) yani normal ötesi psişik fenomenlerle, bazen de gizli bilimler (reiki, renk, hipnoz, ruhsal telkin, bioenerji, manyetizma, levitasyon, telekinezi) ile yapılan açıklamalarıyla da karşılaşırız. Aura (bedensel enerji alanı) terapisi, gurular (Brahmacı eğitimde, yüksek kasttan gençleri ve öğrencileri yetiştiren manevi gücünün en yüksek noktada olduğuna inanılan kimse/öğretmen), şifacılar, aroma terapisi (bitkilerden elde edilen yağlarla hastalıkları tedavi etme yöntemi), astral seyahat (ruhun fiziksel bedeninin dışında ve başka mekanlarda seyahat etmesi), ve diğer paranormal inançları da bunlara ekleyebiliriz. Ancak bütün bu saydıklarımızın ölüm kaygısını azaltmada faydalı olup olmadıkları tartışma konusudur.

Ölüm konusunda model olmak ve son söz

Acaba şu ifadeyi dillendiren kaç kişi vardır? “Anneme ve babama sadece benim dünyaya gelmemde rol oynadıkları için değil, aynı zamanda benden önce bu dünyadan göç ederek bana ölümle ilgili model oldukları için de müteşekkirim. Onların benim için örnek olduklarını görünce dedim ki: Siz(annem ve babam) ölebildiğinize göre, demek ki ben de ölebilirim. Ve umarım ben de çocuklarıma ölüm konusunda sizin gibi örnek olabilirim. ”

Varoluşun yarattığı sıkıntıları, problemleri, acıları, soruları çözümlenmenin tek bir yolu var: Varoluşçuluk. Özgür düşünceye dayanan, her türlü otoriteyi reddeden, insana varoluşunun farkında olmasını sağlayan bir varoluşçu anlayış.

NOT:

Bu deneme çalışması Psikiyatrist Profesör Irvin D. Yalom'un “Güneşe Bakmak Ölümle

Varoluş ve Ölüm

Ömer Faruk Hüsmüllü tarafından yazıldı.
Perşembe, 05 Aralık 2019 18:50 -

Yüzleşmek” kitabından yararlanarak hazırlanmış olup, o nedenle bu kitabın kapağı görsel olarak kullanılmıştır.