

# Kendi derinliklerimize dalmak

Son yıllarda kişisel gelişim şemsiyesi altında, birçok kadim öğreti artık kitap satırlarının arasından yaşamlarımızın içine girmeye başladı. Özellikle de pandeminin bizleri eve sıkıştıran günlerinde kendi derinliklerimize dalıp, iç denizlerimizin ufuklarına yelken açacağımız pratiklere hem zaman hem de imkân bulduk. Kimimiz bu enginliğe ilk adımlarını attı, kimimiz ise hâlâ daha belirli bir mesafeden izliyor. Dönemi ve dini olmayan bu kadim öğretiler ve onlara ait pratikler, denizlere açıldığımız bu günlerde de içsel yolculuğumuzu derinleştirmek için güçlü birer rehber olarak kullanılabilir.

YAZI VE FOTOĞRAFLAR: KÜBRA SAATÇIOĞLU

## Teknenin ismi ruhunun aynasıdır

Şamanizm'i tek bir cümle ile açıklamam istendiğinde, "Her şeyin bir ruhu vardır ve her şey birbiriyle ilişkilidir" diye sıralayıveririm. Ruh kavramını, Hollywood filmlerinde işlenen şeklinde değil de bir frekans/titreşim olarak algılasak, 'her şey' kelimesinin içine canlı ve cansız olarak tanımlayabileceğimiz varoluşun tüm unsurları da dahil olur. Bunu biz denizcilerden daha iyi bilen bir grup da yoktur zaten. Her tekneci, ister 5 metrelik bir balıkçı kayığı, ister 50 metrelik bir megayat sahibi olsun, teknesinin bir ruhu

olduğunu bilir. Teknesine verdiği isim sadece onun tanımlanmasını sağlayan bir plaka değil, teknesinin ruhunu yansıtan ve onun ruhunu çağırarak için seçtiği isimdir. Tıpkı yeni doğan bir bebek için yapıldığı gibi aylarca bu isim düşünülür. Bazen de tekne, ona seçilen isimle uyum içinde olmaz. Zaten bunun sinyallerini teknenin ve dolayısıyla sahibinin çektiği türlü sıkıntılardan alabiliriz. Bu durumda, tıpkı vakti zamanında sürekli hastalanan bir çocuğun isminin -Şaman ya da geleneksel şifacı tarafından- değiştirildiği gibi, teknenin isminin değiştirilmesi yerinde olabilir. Bunun için teknenin tabiatına (huyuna suyuna) uygun, onu hoş edecek bir isim seçilmelidir. O yüzden ikinci el bir tekne aldığımızda mevcut adının tekneyle uyumuna bakmak ve eğer güçlü bir bütünlük hissediyorsak -çok hevesle hazır ettiğimiz yeni ismi koymak için ısrarcı olmak yerine- ismini değiştirmemek uygun olur.

## Tekneler bizi seçerler

Tekneye gelen bir kadını kışkırtan teknelerden, bazı durumlarda sahibinden kurtulmak isteyen teknelere bile şahit olmuşuzdur. Çünkü teknelerimizin bir ruhu var. Onunla ilişkimize bu açıdan baktığımızda deniz deneyimimiz de tamamen dönüşür. Bambaşka bir gerçeklik ve boyut kazanır. Kumsalda yürürken gözümüze birden bir çakıl taşı veya bir deniz kabuğu takılır; eğilir alırız. Onu

biz seçtik sanırız. Oysa bilmeliyiz ki o çakıl taşı bizi seçmiştir. Bizimle çıkacağı yolculukta ondan alacaklarımız vardır ve elbet ona vereceklerimiz de... Ancak üç boyutlu dünya gerçekliğinde bize öğretilen doğrusal bakış açısındaki gibi, bu kazanımların bir bilançosu yoktur. Dolayısıyla bu ilişkideki alışverişin içeriğini hiçbir zaman tam olarak bilememek de, bizi hoş bir teslimiyete açar. Tıpkı bir çakıl taşında olduğu gibi, tekne de bizi seçmiştir. Yelkenli tekne sattığım günlerde birçok 'insan-tekne buluşmasına' şahit oldum. Yeri gelir bir tekne, sahibini iki sene bekler, satılmaz. Bazen de teknenin sahibi yeni tekne almış olmasına rağmen, eski teknesi ile gönül bağını koparamadığı için -onu ne kadar çok satmak istese de- o eski tekne alıcısını bulamaz. Bazı durumlarda da tekne bizden ayrılıp, yeni sahibini bulmak ister. Bunu siz birçok sorun olarak yaşarsınız; oysa tekne yeni sahibini bulur bulmaz tüm teknik sıkıntıları biter. Her iki teknecinin aynı tekne ile deneyimi çok farklı olabilir. Tıpkı bir insanın bir kişiyle anlaşır, diğer kişiyle anlaşamaması gibi. O yüzden bu sezon, teknenizin yanına ilk vardığınızda ona teşekkür etmeyi atlamayın. Sizi seçtiği ve bu deneyimi onunla yaşadığınız için ne kadar mutlu olduğunuzu paylaşın. Adım atar atmaz hâl hatır sormak; uzun zaman gidememişsek mutlaka gönlünü almak iyi olur. Bu tavır, ilgiye karşılık gelir. Bazı tekneçilerin bunu göstermek için, ufak



ritüelleri bile vardır. Henüz böyle bir ilişki geliştirmediyse, tekneyi temizlemek, her yerini açıp bakmak, küpeştesini okşamak; ona dokunarak ve biraz da sessizliğin içinde onu hissetmeye kendini açarak başlayabilirsiniz... Konu, kendi ihtiyacımız için tekneyi temizlemek değil, teknenin buna ihtiyacı olduğu hissine kendimizi açmaktır. Bu kalp genişleten ve bizi varoluşunun gizemli dünyasına açan mütevazı ama kocaman bir kapıdır. Belki de tam da bu yüzden kıdemli denizciler koca yürekli insanlardır.

Her şeyde olduğu gibi bu konuda da, başımız sıkıştığında bunları yaparken bulabiliriz kendimizi. Sıkıntılı bir manevrada veya zorlu bir hava veya deniz koşulunda başlarız tekneyle konuşmaya. Oysa sadece başımız sıkıştığında değil, mutlu anlarımızda da bu ilişki köprüsüne izin vermek deneyimimizi derinleştirecektir. Çünkü teknenin kendisi de bir öğretmendir.

### **Ruhlarla iletişim**

Biz denizciler arada bir Poseidon diye seslensek de, adını koymasak da, deniz ile de konuşuruz. Şamanik bakış açısıyla baktığımızda konuştuğumuz denizin ruhudur. Onun frekansına kendimizi açarız da diyebiliriz. Aynı şeyi rüzgârla da yaparız. "Haydi es be güzelim" ya da "Haydi durul biraz. Sen de yoruldun, biz de" deriz. Sırtı çekerken o balıkla konuşuruz. İnsan soyu, yaradılışı itibarıyla etrafını saran gerçeklikle iletişim kurmayı, onu dinlemeyi, onu okumayı bilir. Oysa bize öğretilenlerle, doğuştan gelen bu özelliğimizi rafa kaldırırız. Taa ki kendimizi bir sıkıntının içinde bulana kadar. Bu iletişimi zorlu anlara bırakmadan, rutin temizlik veya kullanım sırasında donanımla veya varoluşun unsurlarıyla konuşmak kuracağımız ilişkiyi kuvvetlendirir. Bundan iki yüz sene öncesine kadar bitkilerin canlı olduğunun kabul edilmediğini düşündüğümüzde şaşırıyoruz. Ancak aynı şaşkınlığın bundan yüz sene sonra, yaşadığımız bu dönemde taşların veya eşyaların ruhu olmadığını düşündüğümüz için bizlere yönelik olacağını da hatırlamak gerekir. Tıpkı bir insan gibi düşünebilirsiniz denizi, rüzgârı, güneşi, tekneyi, teknenin direğini, teknenin motorunu, kık

platformunu... Sizi gördüğünde günaydın diyen, gülümseyen bir komşuyla, sadece başı sıkıştığında yardım diye kapınızı çalan komşunuzla aranızdaki ilişkiniz üzerinden bakabilirsiniz. Tabii ki o yardım çağrımıza her daim cevap alırız ama bazen oradan öğreneceklerimizi alabilmemiz için sıkı bir deneyimden de geçebiliriz. Varoluşu paylaştığımız ve en önemlisi tekne deneyimini mümkün kılan tüm bu ruhlarla ilişkimizi sevgi, saygı ve şefkat içinde geçirmemiz çok hayatidir. Hayati kelimesi de bir abartı değil.

### **Ustam deniz**

Biz tekneçilerin ustası da, rehberi de her daim doğanın kendisi olmuştur. Aslına bakarsanız tüm doğa sporlarıyla uğraşan kişiler, kadim bilgeliklere uzanan öğretilerin altında listelenen ilkeleri, deneyimleri üzerinden öğrenmiştir ve öğrenmeye devam ediyordur. Burada fark yaratan konu farkındalıktır. Yaşadığımız şey, bir felaket/lanet de olabilir, aynı şey muazzam bir yaşam dersi/hediye olarak da yaşam deneyimimize kaydolabilir. Denizde olmak aslında başlı başına bir kişisel gelişim yöntemidir ve tüm kadim bilgeliklerle bağlı çalışır. Zaten kadim bilgeliklerin tümü doğadan ve kâinattan damıtılmamış mıdır? O zaman ustalarımıza iyi kulak vermek gerekir.

Yaşam deneyimimizi nasıl salt bir fiziki deneyim olarak adlandıramazsak; denizdeki sıradan bir gün veya deneyimi de aynı şekilde düşünemeyiz. Bu, yaşamdan alacağımızı ya da kendi yaşam potansiyelimizi kısıtlar. Dolayısıyla denizdeki her an, koca bir okuldur. Olan bir sıkıntıda, tekrar eden bir sorunda, üzerimize oturan o hisse baktığımızda bunun yaşamımızdaki karşılığını görebiliriz. Onun ruhunun berrak aynası bize yaşamımızı yansıtır. Çözüm yolları ise yine o karenin (anın) içindedir.

### **Başlangıç heyecanı**

Sokrates'in "Bildiğim bir şey var; o da hiçbir şey bilmediğimdir" sözünü bizlere yaşamın kendisi öğretir ama kabul etmek gerekir ki deniz bu konuda daha hızlı bir öğretmendir. Bir tekne ne kadar deneyimliyse, bu çizgiye daha

yakın yaşar. Ne bir başka tekneye, ne teknesine, ne de denizin kendisine bilmişlik taslar. O yüzden de öğrenmeye hep açıktır. Teknesinin kaptanı olsa da 'deniz'in daimi miçosudur. Şamanizmde bunun karşılığı ise başlangıç heyecanıdır. O ilk anın heyecanını canlı tutmaya bakarız. Bu bir kamp ateşini canlı tutmaya benzer. Onu beslemek gerekir. Sıcaklığının rehavetine kapılıp da ateşi beslemezsek, bir süre sonra karanlıkta veya soğukta kalacağımızı biliriz. Tekneye her binisinde, o ilk adımı attığın andaki heyecanla atlamak, yıllardır kullandığın pontona ilk defa bağlanıyormuşçasına yanaşmak, her sezon demir attığın bir koyu sanki o an keşfetmişçesine yaşamak... Bu seni canlı, açık, mutlu kılacak ve çok bilinmeyenli yaşam akışında seni kollayacak çok güçlü bir araçtır.

### **Ölüm öğretisi**

Tüm Şamanik kültürlerde ölüm, yaşam ile bir tutulur. Yaşamın anlamı ölümlü, ölümün anlamı yaşamla ifade bulduğundan, yaşamın içinde alınan ölüm inisiyeleri önemsenir. Her kültür kendi tarzında seremoniler gerçekleştirir. Deniz, yaşam-ölüm farkındalığının çok yüksek ve daha da önemlisi denklik içinde olduğu bir ortamdır. Yaşamı ve ölümü belirleyen, kalınlığı ne olursa olsun polyester, ahşap veya sacdan bir parçadır. Bu farkındalık, bizi yaşamı tam anlamıyla onurlandırmaya yöneltir. Biz insanlar, yaşamdan zevk almak için kendimizi ölüm fikrinden uzak tutmaya çalışırız, bunun için farklı farklı yöntemler geliştirir ve bu güçlü ustayı savuştururuz. Oysa onun varlığını kabul ettiğimizde yaşam anlam ve derinlik kazanır. Her günü nasıl bir 'ilk gün heyecanı' ile yaşıyorsak, aynı zamanda aynı günü bir 'son gün heyecanı' ile de yaşamamıza alan açar. O anın son an olduğu gerçeğiyle bir manzaraya bakmak, açık deniz seyrinde birbiri içinde eriyen o koca dalgaların salınımına kendini bu hisle teslim etmek 'an'ını ve anını dönüştürür. Tekne yaşamı ise bunun için biçilmiş kaftandır.

### **Varoluş dansı**

Bizler varoluşun, kusursuz yaratımının

