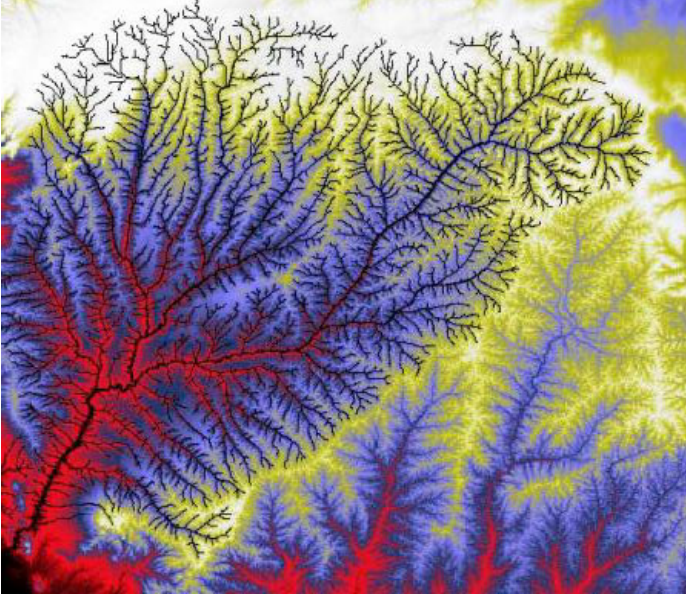




Vücudunun ve varlığının üstünde düşünmeyi sevenler için...

Kadınlar bir topuklu ayakkabının ya da eteğin, o günkü duruşlarını nasıl etkilediğini iyi bilirler; güvenli, zarif bir duruş.. İnsanların tüm ilişkilerini, başlarına gelen olaylara bakış açılarını değiştiren, kendilerini ve yaşadıkları olayları çevreleyen tüm faktörleri lehlerine çeviren bu güvenli duruştur. Çünkü insanlar kelimelerden ve somut tezahürlerden çok güvenin ve inancın peşindedirler. Tek bir topuklu ayakkabının size verdiği dikliği ve gücü, iç kaslarınızın sert ve güçlü olmasıyla kazandığınız güç ve güvenle asla karşılaştıramazsınız. Üstelik iç kaslarınız kıyafetleriniz olmadığında ve yine güce ve güvene ihtiyaç duyduğunuzda da sizinledir.

Sizi oluşturan kasları, kemikleri ve eklemleri düşünmeye başladığınızda, varoluşunuzun tüm boyutlarıyla yüzleşmeye başlarsınız. Neden o bölgemin zayıf olduğuna karar verdim ve niye her zaman onu kullanmaktan kaçtım? Ben onu kullanmadıkça, o nasıl da iyice güçsüzleşip, yok olmaya başladı, üstelik ben o açığı kapatmak için, nasıl da güçlü olduğuna inandığım diğer bölgelerimi zorladım ve onları yanlış kullandım?

İnsanın vücudunu oluşturan sonsuz sayıda sinir dokusu, damar, lif ve bağın; iç dünyasının çeşitliliğini ve sayısız birleşenini ifade ettiğini düşünürsek, içimize de dışımıza davrandığımız gibi dengesiz davrandığımızı görebiliriz. Aradığımız cevap, sorusuna dik ve inatçı bir biçimde yüklenilirse, yitip gitmeye mahkumdur. Her zaman önce güç gerekir, güç yerini bulduğunda sorunlar hallolmaya, isteklileşmeye ve sevimlileşmeye başlayacaktır.

Güç kaynağını bulduğunda sorunlar önümüzü kapayan bariyerler olmaktan çıkar ve yolu uzatıp, yeni oluşumları şekillendiren araçlar haline gelirler.

Meditatif dans dersleri düşüncenin nasıl gerçeğe dönüştüğünü fark etmek, düşüncenin izlediği sayısız yol ve yöntemle açılmak için eşi bulunmaz bir fırsattır. Gerçekten de, vücudundan ve onun sağlığından tamamen uzak olduğunu düşünen akıl insanları, bu derslerin mantığından en çabuk etkilenip, uygulamaya başlayanlar olmuştur. Çünkü başardıkları işlerdeki mantığın, güvenin, inancın ve isteğin düşüncüyü sınırsız devinimlere soktuğunu ama bir yolunu da bulup çıkardığını onlar iyi bilirler.

Aynı yolun vücut üstünde çok kısa zamanda verimlilik sağladığını görmek, kendi gerçekleri üzerinde böyle bir şekillendirme yetenekleri olduğunu fark etmek bir insan için büyülü bir keşiftir. Çünkü insan doğaya karşı kendi yapıtlarında iradesi olduğunu bilir, fakat kendi doğasına hükmedebileceğini ancak öğrenme yoluyla anlar. Ve ihtiyaç duyduğu sağlığın ferahlatıcı etkisine tutulduğunda, yaşamı ve onun tılsımını çok derinlerde duyumsayabilir.



"Kar tanelerine fraktallar olarak baktığınızda mükemmelliği görebilirsiniz."

Tarih içinde vücut eğitiminde patlama noktaları bulunmaktadır. Sezgilerin vücut eğitiminde patlama noktası Yoga ve diğer uzak doğu teknikleri olmuştur. Doğayı izleyerek, deneme yanılma yöntemiyle asırlardan bugüne dek denenen ve geliştirilen yöntemler, her şeyden önce bir varlık olarak insanın kendi güçlerini keşfetmesini sağlar. Doğanın örgülerinin içimizden geçtiğini, yıldızların pırıltılarının gözlerimize yerleştiğini, çok çok derinlerde bu bilgilerin kayıtlı olduğunu böylece anlarız. Enerji transferlerinden, dokunuşlardan, küçük onarıcı hareketlerden ve işaretlerden benliğimizin nasıl da etkilendiğini keşfederiz. Meditasyonla içimizdeki evrene ulaşırız; dışarıda gördüğümüz her şeyin, o sırada içimizdeki egemen duygu ve düşünce birlikteliğinin rengine bulanmış halde bir karşılığı olduğunu görürüz. Artık egemen rengi çeşitlendirmek, bir renk cümbüşüne çevirmek ya da bazen gecenin sonsuz derinliğinin rengiyle perdeleri çekip, diğer renklerin daha da parlamasına izin vermek elimizdedir.

'Bir varlık olarak insan' araştırması üzerine eklemlenen bir insan olarak insan araştırmasıyla keşfiniz sürecektir. İnsan aklı, insanlık mirası ve toplumun uzlaştığı değerler zinciri keşfetmeniz için sizi beklemektedir. İnsan aklının patlama noktası Klasik Baledir. Hemen ilk çalışmalarda, klasik bale kalıplarıyla, insan, insan olmanın ve bize miras bırakılan aklın büyüyle sarsılır. İnsan olma onuru, ilk çalışmalarda üstünüze sinmeye başlayacaktır. Estetiğin ve etkileyiciliğin tanımı burada yapılır. Hiç kimse, karşısında insan olmaktan dolayı dik, mağrur, zarif bir biçimde duran kişiye kayıtsız kalamaz. Ona alçaltıcı biçimde davranmamak, nedenini bilmeden ona güvenmek, taşıdığı insanlık mirasına duyulan derin saygıdan gelir.

Meditatif dans insanı bir bütün olarak alır. Bu bütün insanın karşılaştığı her şeyden bir parça içinde taşımasıyla daha da derinleşir. Ve bizden önce bilinen ve bizim bildiğimiz her şeyi kapsar.

Eğer insan karın bölgesini, esnekliğini yoga ile öğrenecekse, örneğin, çenesini ve burnunu klasik bale ile öğrenecektir. Ve onları nasıl ve niye çeşitli biçimlerde kullanabileceğini.. Bu çalışmadan sonra bir balerin ya da balet olmanız sizden beklenmemektedir. Bir yogi olmak size kalmıştır. Ancak düşüncenin ve tecrübelerinin benliğiniz üstünde, sağlığınız üstünde, zarafetiniz, moraliniz ve enerjiniz üstünde nasıl büyük değişimlere yol açacağını keşfetmeniz kaçınılmaz olacaktır. Ve içinizdeki doğal dansçıyı, içinizde sürekli varolan hareketi ortaya çıkarmanız da kaçınılmazdır.

İçinizdeki doğal dansçı pistlere veya sahnelere bağımlı değildir. Onun için her hareket, her sese yöneliş, her oturuş kalkış ritimdir. Başınızı bir yöne çevirirken taşıdığınız eda ve uyum pahalı kostümlerden daha etkileyicidir. Ayağa kalkarken gösterdiğiniz çeviklik, yeminlerden daha güven verici olabilir, ya da bazen rehabetiniz planlı bir gelecekte daha fazla huzur verebilir.

Meditatif dans öncelikle sahip olduğunuz ancak tozlanmış mutluluklarınızın önünü açar. Sağlıklı ve işleyen bir beden. Her hareketinizin sonsuzluğa tezahüründe hissettirdiği uyum ve güven. Paylaşımlarınızdaki heyecan. Var oluşunuza ve geleceğe duyduğunuz sorumluluk. Güçlenmek ve varlıklarını ilan etmek için sabırsızlanan kaslarınız. Ve sertleşen kaslarınıza karşı incelen düşünceleriniz ve duyarlılaşan davranışlarınız. Peki niçin?

İnsanlığın geliştirdiği şüphecilik düşünce yolunda kürek olmuştur. Şüpheler sayesinde var olan boyut sorgulanabilmiş, ve bir sonrakine, daha geniş ve katmanlı olanına ulaşılabilmiştir. Ancak şüphe duygusu yerinde olmadığı zaman da sizi sıkıştırmaya devam eder. Peki niçin diye sorup durmanız, başta heyecanını ve umudunu paylaştığınız olaylara ve insanlara yüz çevirmeniz , gelişimi yadsımanız, bu amacını aşan şüphe duygusundan ötürüdür. Psikologlar benliğin en büyük korkusunun aptal durumuna düşmek olduğunu söylemektedir. (Bkz. Prof. Dr. Nusret Kaya)

Bu şüphe ve amacınızın gerçekleşmeyeceğine duyduğunuz korkunun temeli hayatın en baştan anlamsız, amaçsız ve yönsüz olduğu fikrinden ilham alır. Bu noktada çok yakın zamana karşı tek dayanak olan dinsel inançlar, bilimsel keşiflerle güçlenmiştir. Yolculuk bitmedi; hakikat tek olmayan özünü henüz elle tutulur hale getirmedi. Ancak mükemmelliğin sembolü bulundu. Kar tanelerine fraktallar olarak baktığınızda mükemmelliği görebilirsiniz.

Yakın zamanda yapılan su deneyi, suyun canlı olduğunu ortaya çıkardı. Su, ona güzel sözler söylendikten sonra soğutulup kristalleştirildiğinde fraktalları, mükemmellik sembollerini ortaya çıkarmakta; ona kötü sözler söylenip kötü enerjilerle beslendiğinde dağılmış, kaotik, çirkin şekiller almaktadır.

Enerjinin tekrar tekrar sezgisel ve bilimsel alemde keşfi; fraktallar, su deneyi bizim için, felsefenin yüz yıllardır sorduğu sorular için yeterlidir. Hayat anlamlıdır ve insanlık asırdan asıra, bir coğrafyadan diğerine taşıdığı değerli bilgi ve deneyimleriyle, sonsuzluğa ışıltılı okunu kazımıştır. Bir yerden gelir ve gelişerek yoluna devam eder. Tekrarlar beynimizin çalışma sistemi için zorunludur. Çünkü iç dünyamızı bir evren kadar büyütebiliriz ve bizi besleyen tüm enerjilerle bütünleşip, mükemmellik sembollerimizi çizebiliriz. İç dünyamız her kısmını tekrarlar sayesinde yeni bilgilerle bütünleştirebilir ve beynimizi ve vücudumuzu bir sonraki nesile kazandığı tüm yeni bilgilerle bırakırız. Genetik kodlar bu transferleri maddi açıdan yaparken, ürettiğimiz her düşüncenin enerjisi bir akıldan diğer akıla akar.

Meditatif dans spordan ötedir, çünkü hız için rekabete ve hedefe ihtiyaç duymaz. Bedeni araç olarak değil, amaç olarak görür.

Meditatif dans bedeninin altında yatan enerjiye odaklanmıştır ve insanı bir varlık ve bir akıl olarak sonsuzluğa hazırlar. Sufilerin dansını temel alan meditatif dans, enerji ve konsantrasyonun dünyasına yolculuk eder ancak bu dünyayla yetinmez. Dünyanın dönüşünü hissedip duyumsayan Mevlevilerin kapısını tıklatır ve gözünü evrendeki enerjilerin, yıldızların ve galaksilerin dansına diker.



Düşünsel Boyut

Sanayi devriminin mirası, varoluşsal sorunları bir kenara ayırıp; maddi üretime sınırsız geçiş vermesidir. Maddenin de en sonunda bu gerçeklikte birleşeceğini öngörmüş ve test etmiştir insanoğlu. Sanayi devriminin insanları eğitim sayesinde eşitlemesi ve insanlığa başlı başına bir akıl ve fikir tasarlaması onun katkısıdır. Ancak insanlığı üretim araçları olarak görüp, ölümlü bedenler olarak değerlendirmesi gerçeği vadesini doldurmuştur.

İnsan eğitiminin olumsuz yanları, (sıra hayatı ve kitapların başında geçen durağan zaman) iş hayatının stresi ve insanlığın bedensellikten uzaklaşması ile kendini yetmiş ila yüz yıllık bir ömür olarak görüp, buna göre plan yapması, kendini ölüme hazırlamasını getirmiştir. Bu bakış açısı da bir yandan birey hayatını değerli hale getirirken bir yandan da bireyi maddi görüşüyle yabancılaştığı doğasının yalnızca en basit içgüdüleriyle hareket etmeye iterek ona kitlelerin yok edildiği savaşlara kadar uzanan kısır döngüsel bir hayat sunmuştur. Zaten ancak kısa zamanda yok olacağına inanan insan maddeyi bu denli ilk sırada tutabilir.

İnsanlığın içinde bulunduğu bu çelişkili durumu daha iyi anlayabilmek için felsefe ve siyaset tarihine bir göz atmamız gereklidir, çünkü yaşadığımız modern hayat, doğruları ve yanlışlarıyla, asırlar boyunca oluşturulan düşünce ve mantık sistemlerinin bir ürünüdür.

Batı medeni bir toplum hayali kurdu.. Medeni toplum eşit bireylerden oluşacak ve bu bireyler kendi belirledikleri kurallara göre hareket edecekti. (self-referenced law) O zamana kadar ayrı bir varlık olarak düşünülen devlet, bir vücut içinde beyin olarak tasarlandı. Doğada asla karşılaşmadığımız adalet ve demokrasi kavramları, (doğanın adalet ve demokrasi hissi bütüne odaklıdır) her bireyi değerli olarak görmek, insanlığın onuru dediğimiz şeydir. Yoksa bir karıncayı öldürdüğünüzde karıncalara karşı bir suç işlediğinizi düşünmezsiniz, çünkü sizin için bir karınca ile diğeri aynıdır. Bu cemaat ruhu insanlar için de geçerliydi. (moderniteden önce) İnsan hem toplumun enerjisinden beslenmekte, hem de onun yargıları ve devamı açısından mantığı rencide edecek hükümler giymekteydi. Tüm bu gelişmeler sonucunda insan, aklını parçadan bütüne ve bütünden parçaya gidebilecek şekilde sentezledi.

Peki bu beyin (devlet) nasıl çalışmalıydı? Sağ beyin gibi düzensiz işleyişlerle mi, yoksa sol beyin gibi basamak basamak, sıralı ve planlı bir şekilde mi? Sağcılık ve solculuk mantığının özü burada yatmaktadır. Quote, birey anlamına gelen Individual kelimesini indivisible duality olarak yorumlamaktadır. Bölünemeyen ikilik anlamına gelen individual, akıl ve duygu, kadın ve erkek, doğu ve batı enerjilerinin bölünemeyen birlikteliğidir.

Yeni sağcılar, en önemli temsilcisi Hayek ile düzensizliği savundular. (Hayek özgür Pazar sisteminin düşüşte olduğu 1930 krizleri sırasında dahi bu sistemi büyük bir inançla savunmasıyla bu sistemde önemli bir yere sahiptir.) Devlet planlamacı bir tutum izlememeli, devletin tüm fonksiyonları asgariye indirilmelidir. Pazar (market) özgür bırakılmalıdır. Çünkü bilgi insanlar arasında dağılmış durumdadır ve her insan bu bütünün ayrı bir parçasına sahiptir, bu yüzden bilginin tek bir merkezde toplanılması mümkün değildir ve devlet eksik bilgiyle yönetme işlevini hatasız yerine getiremez. Hayek ve diğer yeni sağcılar spontane bilginin, aklınıza (birden) gelen düşüncelerinin gerçek değerli düşünceler olduğunu savunur.

Pazar ahlaki kurallara kendiliğinden uymak zorundadır aksi halde satış yapması ve kar etmesi imkansızdır. Bu yüzden kontrolcü ve baskıcı bir merkeziyetçiliğe ihtiyaç duymaz. Marx ise en üstten en alta kadar tüm sınıflar bilincine kavuşana kadar planlamacı devleti savunur. Planlamacı devlet gereken koşulları sağladıktan sonra gerçek özgürlüğe kavuşulacaktır.



Zıtlıkların bir arada kullanılarak bütünü oluşturmaları, uyum ve anlam gerektirir. Batı şuan içinde yaşadığımız sistemde varoluşsal kaygıları bir yana ittiği ve somut olmayan şeyleri araştırma konusu dışında tuttuğu için, bu anlam ve uyumu yakalaması mümkün değildir. Bu yüzden gelişim için çatışma kullanması gerektiğini düşünür.

Zıtlıkları bir arada tutarak onlara anlam kazandıran kadın enerjisi, sezgisel akıl eksik olduğu için dünyamız dengeden de yoksundur.

Hayatı bir savaş ve çatışma değil, bir pırıltı, uyum ve dans olarak görmek, hem gerçeğe daha yakındır hem de hiç keşfetmediğimiz yaşam sırlarını görmemiz için şarttır.

Meditatif dans gözlerimizi açıp kapattığımızda duyumsadığımız varlık ve yokluk çelişkisini, gözlerimizi kapattığımızda göreceğimiz fraktallarla, renk cümbüşleriyle ve kainatın ışıklarıyla transfer etmeyi hedeflemektedir.