

Bir Öcü Var Bende, Benden İçeru... III

Yaşama ayak uydurabilmek, varlığımızı sürdürebilmek, başkaları tarafından kabul edilmek ve takdir görebilmek uğruna olduğumuzdan farklı bir kişilik sergilemek zorunda kalıyoruz çoğu kez. Bu son derece insani ve doğal bir reaksiyon olmakla beraber, kendi gerçeğimize, hatta gerçeğin ta kendisine korku ve suçluluk duygularıyla sırt çevirdiğimiz anlamına geliyor.

Anlaşılması gayet kolay bir denklem var önümüzde: İçimizdeki karanlığın mevcudiyetini inkâr ettikçe, onu güçlendiriyoruz. Karanlık güçlendikçe, onu daha fazla projekte ediyor, böylelikle daha çok polarize oluyor; zıtların arasındaki uçurumu kapatacak anlayış ve sağduyuyu kaybediyoruz. Ama tabii, yadsımakla hiçbir meselenin hallolamayacağını yaşam yüzümüze çarparak vurguladığında, bu sefer de isyan ediyoruz!

İnsanlara, olaylara ve fikirlere karşı gösterdiğimiz aşırı reaksiyon (ki bu, olumlu ya da olumsuz olabilir. Bizi coşturup huşu içinde bıraktığı gibi sinirlendirip küplere de bindirebilir); onların içimizde uyandırdığı “duygu yüklü” *şarj*, yani *reaksiyon*, gölgemizin varlığını ve muhteviyatını fark edebilmemize yarayan ipuçlarıdır.

Kişi, kendisinde bulunmayan bir özelliği algılayamaz, onun ayırımına varamaz. Mesela, hayatında hiç hırsızlık yapmamış biri hırsızlığın ne olduğunu kavrayamaz. Öte yandan, mütemadiyen başkalarını hırsızlıkla itham edenler benliklerindeki hırsızın varlığını kabullenemezler. Üstelik bir de “Ben asla hırsızlık yapmadım!” diye kendilerini savunurlar. Öncelikle bu, “asla ve kat’a” ile “daima” sözcükleri yalan söylediğimizin en büyük kanıtıdır. Ve hırsızlığın sadece para için yapıldığını zannedenler de yanılmaktadır. İnsanların haklarına bilerek ya da bilmeyerek tecavüz etmek, zamanlarını ve enerjilerini çalmak da bir hırsızlık değil midir? Okuldayken arkadaşınızın sınav kâğıdına bakıp kopya çekmediniz mi? Başkalarının fikirlerini ve eylemlerini kendinizinmiş gibi süsleyip sergilemediniz mi? Sevgilerinize duygu sömürsü yapıp onu manipüle etmeye, dolayısıyla da o çok değerli hayat enerjisini emmeye hiç yeltenmediniz mi?

Hmm... Ne güzel, demek ki hepimiz hırsızız!

“Her insan dünyada var olan tüm karakter özelliklerine (traits) sahiptir,” diyor John F. Demartini, “yanlış yoktur. Bu özelliklerin varoluş nedeni, insanlığa hizmet etmektir... Negatif ve pozitif, aşkın kuantumunu oluşturur. Birini kabul, diğerini inkâr ederseniz; acıdan kaçıp zevkin peşinden giderseniz asla büyüyemezsiniz.”

Pekâlâ, gölgeyi nasıl kabulleniriz? Bunun yanıtı çok basit: onu sahiplenerek. Şunu tereddütsüz söyleyebilirim ki, insanın kendisiyle yüzleşip karanlığını itiraf ve ifşa etmesi kadar özgürleştirici ve huzur verici başka bir şey yoktur. Bütün mesele, gölgeye, yani bloke olmuş bu psişik enerjiye kendini anlatabilmesi için fırsat tanımaktır. İnsanlığa gerçekten çok değerli bir hediye vermek istiyorsanız, gidin ve karanlığınızı sahiplenin. Kendi gölgenizi çocuklarınıza ve topluma yüklemekten vazgeçin. “Dışarıda karşılaştığım hırsız, cani, dahi vs. benim neremde saklanıyor?... Ben bunu kime, ne zaman, ne şekilde yaptım?” diye sormayı âdet edinin. Büyüsüne kapıldığınız insanlardaki o muhteşem özelliklerin ya da yeteneklerin aynısı içinizde bir yerde keşfedilmek için bekliyor; bunlar hayranlık ve coşkuyla kendilerini açığa vuruyor. Belki bu yeteneği veya niteliği geliştirmek için epeyce çaba sarf etmeniz gerekecek. Yeter ki önce onu sahiplenin.

Karanlığı ışığa entegre edip onunla uyum sağlayabilenlerin hali başkadır. Bu insanlar esnek oldukları kadar da müşfikler. Aralarından fanatiklerin çıktığı hiç görülmemiştir. “Orta yol karardır,” deyip itidali elden bırakmazlar. Benliklerinin en dip noktalarına inebildikleri, en ücra köşelerine gidebildikleri için anlayışla dünyayı süzen gözlerinde sözlere dökülemeyen bir derinlik sezilir. Onlara yem olarak attığımız duygusal oltalar genellikle karşılık bulamadan geri gelir. Yani, onları kolayca kızdırmak ya da kontrol altına almak pek mümkün değildir. Kızıp kükrediklerinde bile bunu harika bir doğallıkla yaparlar, çünkü bundan korkmazlar.

“Kendi gölgesini yiyen kişi etrafa huzur yayar ve öfkeden çok, üzüntü sergiler,” diye yazmış Robert Bly, “Eğer kadimler haklıysa, karanlık; zekâ, besin ve bilgi ihtiva ediyorsa, o zaman kendi gölgesinin bir bölümünü yiyebilmiş insanlar hem daha enerjik, hem de daha zekidirler.”

Bir sonraki yazıda, bu pehlivan tefrikasının devamında, illüzyonlarımızı çökertecek, gölgemizle uzlaşmamıza yardım edecek bir yöntemi anlatacağım sizlere.

