



# "GÜZELLİK- GERÇEKLİK - İYİLİK" AÇIK OTURUMU



## 01. AÇIK OTURUM: GÜZELLİK- GERÇEKLİK - İYİLİK BAĞLAMINDA GÜZELLİK BÜTÜNSEL AN FARKINDALIĞI PROGRAMI TRANSKRİPTİ - 16 Ocak 2025

Herkesi Bütünsel An Farkındalığı Programı adına selamlıyorum.

Bugün burada, malumunuz, Güzellik-Gerçeklik-İyilik konularını hep birlikte anlamaya çalışacağız. Yaşamın bu üç temel niteliğini güzellik perspektifinden ele alacağız.

Ken Wilber şöyle söylüyor:

*“Eğer bilim bizim nesnel gerçekliği, dünyayı, “beden”i anlamamızı sağlıyorsa ve ahlak bize iyiyi, “biz”i, kültürü anlatıyorsa, o zaman Güzellik—ki bakanın “gözünde”dir—Ruhun “Ben”ine açılmamıza yardımcı olur.”*

Bütünsel An Farkındalığı Programı da kendini gerçekleştirme sürecini anlatan, bütünlüğümüzü hatırlamamızı destekleyen, bireysel gelişim içerikli bir program. Yani “ben” ile ilgili. Tıpkı Güzellik gibi.

O nedenle; güzellik, BAF bağlamında ne demek olabilir? onu paylaşmaya çalışacağız.

...

**Güzellik içimizde var olan bir nüvedir. Bu nüvenin, çekirdeğin ortaya çıkmasına izin verdiğimiz oranda güzelleşiriz. Bir diğer deyişle, güzellik içimizde saklı bir potansiyeldir. Herşeyden önce bu potansiyeli keşfetme arzusu ve çabası gerekir.**

Arınmış Varlık İNSAN kitabı da bu çabaya, bu gayrete vurgu yapıyor: **“İnsan güzeli görebilmeli ve güzel olmaya gayret edebilmelidir. Hiç şüphesiz bu güzellik manevi bir güzellik, olgunluktur. Olgunluk ancak insan kendisine olgunluk tohumunu ektiğinde görünür. Gerçek güzellik bu olgunluktur.”<sup>1</sup>**

İnsanın kendine bu olgunluk tohumlarını ekmesi sürecine, insanın BÜTÜN İNSAN olma yolculuğu da diyebiliriz. Bunun için önce FARKINDALIK gerekir, insanın kendi ile ilgili farkındalığı. Çünkü **“insan doğduğu anda ‘BÜTÜN İNSAN’ olduğunu sanır ve çoğu kez bu yanılgı ile de ölür. Oysa bir varlık dünyaya ‘BÜTÜN İNSAN’ olmak için doğar ve ayrılana kadar da bu yolda çalışır.”<sup>2</sup>**

Bahsedilen çalışma, Tin Suresi 4. ayette (İncire, zeytine, Sina dağına ve şu emîn beldeye yemin olsun ki, biz insanı en güzel surette yarattık. Sonra onu aşağıların aşağısına indirdik.) ifade edilen aşağıların aşağısına inmiş olan insanın yaradılışında var olan ama

<sup>1</sup> İnsanlık Güneşi Vakfı, Arınmış Varlık İNSAN, s.53.

<sup>2</sup> İnsanlık Güneşi Vakfı, Arınmış Varlık İNSAN, s.12.



# "GÜZELLİK- GERÇEKLİK - İYİLİK" AÇIK OTURUMU



unuttuğu güzelliğini yeniden keşfetmek yani aslında BÜTÜN İNSAN oluşunu hatırlamak üzere yapılması öngörülen çalışmadır.

Tüm bunlardan güzelliğin hem günlük hayatta sıkça kullandığımız anlamın çok ötesinde bir manevi olgunluğu ifade ettiğini hem de güzelliğin, olgunluğun yani bütün olma halinin insanın aslında, yaratılışında var olduğunu anlıyoruz.

Peki, güzellik konusu insanlık tarihinde bu bağlamda ele alınmış mıdır? ne dersiniz? Benzer nasıl tanımlar yapılmış mıdır?

- Sokrates'e göre **güzellik fiziksel bir özellik değil ruhsal bir erdemdir**. Asıl güzelliğin ruh güzelliği olduğunu vurgular ve güzellik ile iyilik arasında sıkı bir bağ olduğunu da ifade eder.
- Platon, güzeli, idea öğretisine göre yorumlar. İki tür güzelden söz eder: **kendiliğinden güzel** veya değişmeyen güzel ki bu, ideadır; diğeri de tek tek **nesnelere veya fertlerdeki değişen, izafi güzel**. Dünyadaki tüm güzellikler idea olan güzelin yansımasından ibarettir.
- Kant'a göre güzellik, **sonsuzun sonlu olarak kendini göstermesidir**.

Hümanist psikolojinin kurucusu Abraham Maslow, estetiği, güzelliği **"büyüme ihtiyaçları"** içinde ele alır. Büyüme yani olgunlaşma sürecinden bahsetmektedir. Buradan hareketle, olgunlaşmak insanın kendini gerçekleştirme için bir nevi ihtiyaç olarak yorumlanır. Çünkü insan hep arayıştadır. Kendini gerçekleştirme arzusu içindedir. Aslında daha derinde insanın BÜTÜN İNSAN olma, Gerçek kendi ile, ÖZ varlığı ile vuslat etme arzudur. Bu arzu psikolojik bir ihtiyaç olan arzu değildir; varoluşsal bir ihtiyaçtır. Aslolanın, özün çekimidir.

ÖZ'ün çekimine kulak verebilmek için aklın yanı sıra kalbin yolunu da keşfetmemiz önemlidir.

Kalp yolunu (güzellik) keşfettikçe gerçeklik algımız, hakikatimiz de değişir.

*"Kalplerinizi değiştirin.  
Size hakikat gibi görünen şeylerin hemen değiştiğini görürsünüz.  
Kalp değişir miymiş isteyince?  
Dünyanın en sert ve en yumuşak madeni: kalp  
Ateşini bulsun; hemen değişir..."*  
Necip Fazıl Kısasürek

İşte o ateş aşktır. Gönüldür. GÜZELLİK KALBİN, GÖNLÜN YOLUDUR.



# "GÜZELLİK- GERÇEKLİK - İYİLİK" AÇIK OTURUMU



**Platon için bilginin iki yolu vardır: bunlar felsefi ve diyalektik yoldur. Plotinos ise aşk yolunu kabul etmiştir. Tanrı bilgisine, yaratılış bilgisine akılsal-felsefi yolla ulaşamayacağını düşünür.**

**Buradan hareketle, yaşamın derinliklerini ve güzelliklerini fark etmek için kalbimizi, gönlümüzü keşfetmenin önemini hatırlayabiliriz. Kalp yolunu kullandıkça, içimizdeki derinlikleri de keşfederiz. İçimizdeki ve çevremizdeki güzellikleri algılayışımız ve fark etmemiz artar.**

Şimdi gelin hep birlikte bir düşün kuralım.. .... Şimdi, bugüne kadar gördüğünüz en güzel insanı düşünün. Onun gözlerinin içine baktığınız ve bir anlığına donup kaldığınız anı düşünün: O güzelliğe kapılmış bir şekilde bakakaldınız. Şimdi o aynı güzelliğin evrendeki her şeyden yayıldığını hayal edin: her kayadan, her bitkiden... her hayvandan.. her buluttan, her insandan.., tüm nesnelere... dağlardan.. derelerden.. - çöplüklerden de her biri, o güzelliği yayıyor. Etrafınızda ortaya çıkan her şeyin nazik güzelliği tarafından sessizce donduruluyorsunuz.

Aslında düşünmeyen, gerçeğe dair böyle anlarda kavramlardan, zamandan bağımsızlaşırız. Sadece var oluruz ve bir sanat eseri olan evrenin bitmeyen güzelliğini tefekkür ve takdir ederiz. Şükran hissi doğar. Şükrederiz.

Şükür (Şükran duygusu, teşekkür, takdir)

**Şükür, güzelliğin eylemlerinden biridir. Şükür, yaşamdaki güzelliği, iyiliği görebilmeye ve takdir edebilmeye dairdir. Dıştan değil, içeriden gelir.** Şükür ile ilgili birçok bilimsel araştırma yapılmakta olup şükretmenin fizyolojimize ve psikolojimize olumlu katkıları görülmektedir. Şükretme aslında esenliğimiz ile ilgilidir; mutluluk, fiziksel sağlık, beyin yapısının değişebilmesi, zihinsel ferahlık ve esneklik, yaşam tatmini gibi katkıları vardır.

Şükür, sadece bizi, insanı güzelleştirmekle kalmaz; çevremizdeki güzellikleri de fark etmemizi sağlar. Şükredip takdir ettikçe ilham kaynağımız çoğalır. Güzellik daha çok görünür ve paylaşılır olur. İlhamımızı yansıtmaya başlarız. Yaratıcılık doğar.

Yaratıcılık

**Yaratıcılık, güzelliğin diğer eylemidir. Yaratıcılığın doğması için bilinçli farkındalık halini sürekli yaşıyor olmamız değerlidir. Otomatik düşüncelerden bağımsızlaşmış ‘arı düşünce’lere alan açtığımızda ve yapma modundan yapma ve olma moduna geçtiğimizde ya da “yapmaya giden yol olmaktan geçer” sözündeki gibi olma temelli bir yapma halinde bulunduğumuzda, eylemlerimiz “tüketen eylemler” değil “besleyici eylemler, yaratıcı eylemler” olur. İçsel, öze ait olan yaratma yeteneği açığa çıkar.**



# "GÜZELLİK- GERÇEKLİK - İYİLİK" AÇIK OTURUMU



Yaratıcılık, sadece yaptığımız eylemlerle sınırlı değildir. “En büyük yaratıcılık kişinin kendini yeniden yeniden yaratmasıdır.”<sup>3</sup> sözünü hatırlayalım. Aslına dönme, BÜTÜN İNSAN olma sürecinde insan, kendinden kendine yolculuk yapar; kendi içindeki katmanları, boyutları keşfeder ve her an yeni bir bilinçle kendini yeniden oluşturur. Güzelleşir.

GÜZELLİK, GERÇEKLİK (DOĞRULUK), İYİLİK

**“İnsan ne zaman güzelleşir ancak o zaman hayatını sadece insanlığın iyiliğine kullanacak olgunluk, arınmışlık noktasına gelir.”<sup>4</sup>**

Güzellik ve iyilik arasında bütünleşik ve dinamik bir ilişki olduğu açık olarak görülmektedir. İnsan güzelleştiğinde yaşadığı deneyimler insanlık adına, bütün adına olur. Bugünkü ve gelecekteki iyiye hizmet eder.

Güzellik ve gerçeklik arasındaki ilişkiye de bakalım: Plotinus için “güzellik, ilahi aklın eşya alemindeki ışıltısı (dünyadaki yansıması)” dır. Anlaşılan, bilincimiz yükseldikçe (gerçeklik arttıkça) ilahi aklın daha çok yansıdığı ve eşyadaki, dünyadaki, bendeki, insandaki ışıltısı (güzelliği) artıyor; bir diğer deyişle potansiyelimizi daha çok açığa çıkarıp, öz varlığımızı daha çok yansıtabiliyoruz.

Sözün Özü,

**İnsanın asıl doğası GÜZELdir. Güzellik, varlığın aslını bulmasıdır. BAF bağlamından ifade edersek BÜTÜN İNSAN olmaktır.**

**Tabi ki bu bir son değildir. Güzellik bir potansiyeldir demiştik. Tıpkı Kant'ın "güzellik, sonsuzun sonlu olarak kendini göstermesidir" deyişindeki gibi potansiyel sabit değildir, sonsuzdur. Güzellik, belli bir mükemmelliği sergiler ama her zaman göremediğimiz daha mükemmeli vardır. (“Her bütünlüğün üstünde başka bir bütünlük vardır.” MSG)**

**Gerçeklik arttıkça güzelin daha güzele dönüşmesine ve/veya güzelin daha mükemmel halinin algılanabilmesine neden olur. Ve bu güzellik ve gerçeklik, iyilik için çalışır.**

**Dolayısıyla esas olan bu döngünün birbirini beslemesidir.**

**Esas olan, güzelliğin/gerçekliğin/iyiliğin birbiriyle etkileşerek sonsuz bir gelişim yolculuğu oluşturmasıdır diyebiliriz.**

*Bütünsel An Farkındalığı Programı  
16 Ocak 2025, Özlem KAYA, BAF*

<sup>3</sup> Mualla Sevim Güven

<sup>4</sup> İnsanlık Güneşi Vakfı, Arınmış Varlık İNSAN, s.15.