

Kunda

2011-10-01

Eski adetim Qigong’la biraz uğraşınca, unutmuş olduğum tuhaf hisler geri döndü; kuyruğum olsa çıkacak yerden başlayıp, kafamın üstüne doğru yürüyen, yürümeye çalışan bir his.

Kundalini.

Ne adımı bilirdim, ne de kimseye tarif edemeyişim önemli bir mesele gibi görünürdü. Genelde bir şeylerin tamamlanmasına yakın hissettiğim, omuriliğimin dibinden yükselen ve kontrol edemediğim bir his. Çok yukarı çıkmaz, tıkanır kalır.

Yukarı çıkınca *aydınlanmış* oluyormuşum.

Şimdilerde benzer bir hissi tepemde de hissediyorum. Kül Tigin kılıklı *tosuncuk* üzerinde Qigong denemeleri yaparken, canım yeniden bu eski sanatıma ilgi göstermek istedi. *Qi* denen şeyin varlığını tecrübe edecek kadar tecrübem vardı ama ezeli ve ebedi tembelliğim pek izin vermiyordu. Günde 15 dakikadan az, belki beş dakika hareketsiz Qigong yapmaya başladım.

Lakin bu tarif edilmez derecede rahatsızlık verici his geri döndü. O his bütün vücudumu kaplasa herhalde zevkten bayılırım, aklım kayar, kaybolurum. Bütün bedeninin gıdıklandığını düşün.

Doğu dinlerini fazla makbul bulduğumu söyleyemem. Eğer içinde yetiştığım kültürden Qigong muadili bir şeyler öğrenebilmiş olsaydım muhtemelen aklıma bile gelmezdi, ancak faydasını deneysel olarak gördükten, yani Qigong yapmadan koşarken 170-180’e çıkan nabzımın, Qigong sonrasında aynı hızda 150’yi aşmadığını gördükten sonra içimdeki önyargıları bir kenara bırakmak zorunda kaldım. Hissettiklerim sadece muhayyel sıcaklık hissi değildi, gerçekten Qi ile meşguldüm.

Eğer kendimi *full time* bu işlere versem muhtemelen hayli kolay yoldan *aydınlanacağım*, hem de hayatımı kazanacağım bir mesleğim olurdu. Tembel felsefesiyle desteklenmiş keşiflik bana yakışacak, yetenekli olduğum bir alan.

Ancak meselem herkesin kendine göre anladığı, ve çoğu insana başarımı yutturabileceğim bu *aydınlanma* değildi, hala da değil. Dahası bu becerilerin aynen büyüde olduğu gibi insanların imtihanı olduğunu düşünürüm. Sağlığa faydası

olduğu sürece takip etmekte mahzur görmüyorum ama işin içine bir takım dini kavramlar girerse, bu maksada hizmet ettiğini de iddia edemem. İnsanlar gökte uçup, doğruluğu meşuk hikayeler anlatabilir, uçması hikayeleri doğru yapmaz. O sebeple hissin geri dönmesi bende yeniden *bıraksam mı bu işleri* sorusunu getirdi. Kafamdaki yazıyla geçse, belki Kundalini de sakinleşir, belki de *aydınlanma* zamanı gelmiştir.