

Yevmiye 13275

2015-11-22 11:51:04 +0200

Bir yerde *sen kimsin* yazıyordu? Kimden ibaretsin? Senin anlamın nedir?

Diyor ki *bunu binlerce saat meditasyonum esnasında düşündüm. Sonunda karar verdim ki ben bu kararı vermeyi bekleyen, acıyı farkedenden ve sevincin hesabını yapan, her şeyin arkasındaki o Benlikim.*

Ben kimim sorusu herkesi meğgul ediyor. Bunu mümkün merteye basit cevaplayan insanların avantajları var. Diğerleri felsefi lakırdı ürettiğiyle kalıyor.

İnsan bir yerde bütün su sözlerin pek anlamı olmadığını ve doktrinin de, sözün de hakikatten kendisini uzaklaştırdığını düşünüyor.

Söz ve doktrinin fazlası, insanda *yapaylık* uyandırıyor.

Sabah 7 feribotuyla İstanbul'a gidiyorum. Bunu da feribotta yazıyorum. İnsanların çoğu, beşik kıvamındaki deniz otobüsünde bu saatlerde uyuyor. Ben neden uyumuyorum? Neden kafamı koyup şekerlemek varken, siyah bir ekrana bakıyorum?

Geçenlerde neden pek çok işe bu kadar *gayretli* olduğumu düşündüm. Aslında tembel bir insanım ama işine göre tembel. Sevmeyi ve lüzumsuz gördüğüm işin tembeliyim. Bunun zararlı olduğunu düşünmüyorum. Hemen hiç zararlı değil bence. Faydalı bir tembellik.

Önceden tembellikten utanırdım. Onun için hepsini değilse de, bir kısmını tedavi etmem gerekti. Tedavisini iki yolla buldum. Birincisi düşünmeye ve üşenmeye fırsat bırakmayan rutinler bulmak. Alışkanlık haline gelmiş işlere üşenmeye fırsat bulamıyorum. Üşenen kadar iş yapılmış oluyor. Onun için kuvvetli rutinlerin olması önemli.

Pavlovyen şartlandırmalar kullanmayı seviyorum. Kendimi şartlandırmak, zil duyunca harekete geçmek, ezan duyunca namaz ihtiyacı duymak gibi konular. Alışkanlıkların üşenme tedavisinde önemli etkisi var. İnsan kafasındaki *üşenme modülü* devreye girmeden harekete geçince üşenmiyor.

Şu sıralar denediğim, 25 dakika çalışıp, bir bardak su içip, biraz hareket edip, üç adet fıstık yemek. Buna mesela üşenmiyorum. Bunlardan tekrar tekrar

yapıyorum.

İkincisini de şu: Bir işi yapamıyorsam, yapmak istemiyorsam, muhtemelen bunun yapılmaya değmediğini veya yapacak uygun insanın ben olmadığını düşünmeye başladım. Önceden yapmadığım için bir suçluluk hissedirdim. Hala biraz var, ancak bunu yerine kendimi üşengeçliğin sebebini anlamaya odakladım. Bu da büyük ölçüde işe inanmamaktan kaynaklanıyor. Böyle işleri de başkasına yaptırmayı öğrendim. Önceden tabii *başkasına yaptıрма* imkanım yoktu, tembelliğimin meşhur olmasında bu imkanımın olmayışının da etkisi vardır.

Tembelliğin üçüncü bir türü de, ne yapacağını bilmemekten kaynaklanan tembellik.

Bu konuda da David Allen'ın GTD (Getting Things Done) yöntemini kullanmaya başlayalı, yapacağım, yapmam gereken işlerde bir sonraki *fiziksel* adımın ne olduğunu düşünmeye başladım. Nereden başlayacağını net olarak bilmenin önemli bir faydası var, çünkü somut olarak bilinen bir iş insanın gözünde küçülüyor ama soyut kalmış iş büyüdükçe büyüyor. İnsan bir sonraki fiziksel adımı düşünmek istemediği için işi bir kenara atıyor.

Yürüttüğüm yirmiyeye yakın irili ufaklı *proje* var. Bunların bir sonraki adımlarının ne olduğunu bildiğimde harekete geçmesi kolay oluyor. Katkat daha kolay oluyor hem de.

İstanbul trafiğiyle ilgili tek makul çözüm herhalde bütün ana yolların paralı olması ve bununla toplu taşımanın subvanse edilmesi. Arabayı trafiğe çıkarmak günlük 10 lira olsun ve toplu taşıma ücretsiz. Bu sayede *bugün arabayla çıkmam gerçekten gerekli mi?* diye düşünür insan.

Akşam İstanbul trafiğinde feribotu kaçırdık ve bir sonrakine bilet aldık. Trafikte İstanbul paradoksu diye bir şey var, tramvayla yetişebileceğimiz feribotu taksiye bindiğimiz için kaçırdık. Bu gecikmiş feribotta yanıma biri oturdu. Geldiğinde elinde gofret vardı, sonra gidip bana da aldı. Hayatımda ilk defa tanımadığım bir adam bana gofret verdi. Normalde yemem ama ben de aldım. Yol boyu konuştuk. İşten güçten, azıcık siyasetten. Bu durumların hemen hepsinde olduğu gibi adam *ben seni bir yerden tanıyorum ama* dedi. Ben de yine hepsinde olduğu gibi *bunu bana hep söylerler ama pek zannetmiyorum* dedim.

Giyim işiyle uğraşıyormuş, dükkanı varmış. Elindeki torbayı işaret edip, *numune mi götürüyorsun?* diye sordum, *arkadaşım gömlek dükkanı açmış da* dedi. *Bedenimiz aynı, bir tane veriyim* diye ısrar etti. *Yok, istemem*, teşekkür, teşekkür.

Bildiği iki dil Türkçe ve Kürtçe'ymiş ama başka dilleri de öğrenmek istemiş.

Altı çocuğundan biri Mardin’de askermiş. 28 gün kalmış. Allah sağ salim kavuştursun diye dua ettik. Siz de edin. Böyle adamlar evlat acısı yaşamasın.