

SAHİP OLDUĞUN TEK ŞEY  
TAM ŞU AN, ERTELEMEDYİ BIRAK

OSHO

ALTIN  
ÖĞÜTLER

VAROLUŞTAN MESAJLAR

—  
Kişisel  
GeliŐim  
—

 Doğan  
novus

**OSHO'nun** öğretileri, bireysel anlam arayışından günümüz toplumunun karşı karşıya olduğu en acil sosyal ve politik meselelere kadar her şeyi kapsayan kategorilere meydan okur. Kitapları yazılı olmayıp, 35 yıl boyunca uluslararası dinleyicilere verdiği konuşmaların ses ve video kayıtlarından derlenmiştir. OSHO, Londra'daki *Sunday Times* tarafından "20. Yüzyılın 1000 Yaratıcısı"ndan biri olarak tanımlanmış ve Amerikalı yazar Tom Robbins tarafından "İsa Mesih'ten bu yana en tehlikeli adam" olarak gösterilmiştir.

OSHO, kendi çalışmaları hakkında, yeni bir insan türünün doğuşu için koşullar yaratmaya yardımcı olduğunu söylemiştir. Bu yeni insanı, hem Yunan Zorba'nın dünyevi zevklerinden keyif alabilen hem de Gautam Buda'nın sessiz huzurunu yaşayabilen "Zorba The Buddha" olarak tanımlamıştır. OSHO'nun çalışmalarının tüm yönlerinde bir iplik gibi uzanan, hem Doğu'nun zamansız bilgeliğini hem de Batı bilim ve teknolojisinin en yüksek potansiyelini kapsayan bir vizyon vardır.

OSHO, çağdaş yaşamın hızlanan temposunu kabul eden bir meditasyon yaklaşımıyla içsel dönüşüm bilimine yaptığı devrim niteliğindeki katkılarıyla da tanınmaktadır. OSHO'nun eşsiz "Aktif Meditasyonları", bedeninin ve zihninin biriktirdiği stresleri önce serbest bırakacak şekilde tasarlanmıştır, böylece meditasyonun düşüncesiz ve rahat halini deneyimlemek daha kolay hale gelir.

Yazarın iki otobiyografik eseri mevcuttur: *Autobiography of a Spiritually Incorrect Mystic* ve *Glimpses of a Golden Childhood*.

## ALTIN ÖGÜTLER

### Varoluştan Mesajlar

**Orijinal adı:** Gold Nuggets

© 1988, 2009 OSHO International Foundation, [www.osho.com/copyrights](http://www.osho.com/copyrights).

OSHO® Osho International Foundation'ın tescilli ticari markasıdır, [www.osho.com/trademarks](http://www.osho.com/trademarks)

**Yazan:** OSHO

**İngilizceden çeviren:** Senem Karagözoğlu & Aytaç Özgören

**Yayına hazırlayan:** Nimet Kirşan

**Yayın hakları:** © Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Ticaret A.Ş.

Bu eserin bütün hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen veya

tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

İlk olarak *Gold Nuggets: Messages from Existence* ismiyle yayımlanmıştır. Bu kitaptaki içerik, seçilmiş konuşmalardan alınmıştır.

**1. baskı** / Ekim 2024 / ISBN 978-625-6057-14-2

**Sertifika no:** 44919

**Kapak tasarımı:** Yeşim Aydın

**Sayfa uygulama:** Taylan Polat

**Baskı:** Ana Basın Yayın Gıda İnşaat San. ve Tic. A.Ş.

Mahmutbey Mah. Devekaldırımı Cad. 2622 Sk.

Güven İş Merkezi, No: 6/13 Bağcılar - İSTANBUL

Tel. (212) 446 05 99

Sertifika No: 52729

**Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Ticaret A.Ş.**

19 Mayıs Cad. Golden Plaza No. 3, Kat 10, 34360 Şişli - İSTANBUL

Tel. (212) 373 77 00 / Faks (212) 355 83 16

[www.dogankitap.com.tr](http://www.dogankitap.com.tr) / [editor@dogankitap.com.tr](mailto:editor@dogankitap.com.tr) / [satis@dogankitap.com.tr](mailto:satis@dogankitap.com.tr)

# Altın Ögütler

## Varoluştan Mesajlar



SAHİP OLDUĞUN TEK ŞEY TAM ŞU AN, ERTELEMİYİ BIRAK

# OSHO

Çeviren: Senem Karagözoğlu & Aytaç Özgören

**DK** Doğan  
Kitap

VAROLUŞ VE SEN YETERLİSİN. Seninle varoluş arasında yorum yapan, "Ne kadar güzel!" diyen, senden varoluşa, varoluştansa sana mesaj taşıyan bir aracıya gerek yok.

Doğru'da evrenin örümcek ağına benzediği söylenir. Ağın tek bir teline dokunduğunda, titreşim ağın tümünde hissedilir. Tek bir çimene dokununca en büyük yıldıza, en uzaktaki yıldıza dokunmuş olursun. Çünkü bütün, organik bir birliktir; ilişkisiz hiçbir şey yoktur. Ego fikrini yaratan tek şey insanın cahilliğidir.

İnsan bir nevi kendi sürgününde yaşar; bu insanın kendi kendine dayattığı bir sürgündür. Etrafımıza duvarlar örmüşüz; içine hapsolüp yabancılaşmışız. Ve bu yüzden acı çekiyoruz, perişan haldeyiz. Bu yüzden hayatta bir anlam, bir değer bulamıyoruz. Bu yüzden yersiz yurtsuz ve boşlukta hissediyoruz. Bu yüzden tesadüfi olduğumuzu; sanki bize hiç gerek yokmuş, olsak da olmasak da varoluş aynı şekilde devam edecekmiş gibi hissediyoruz. Bu, bizi derinden yaralıyor. Kendimize olan inancımızı, güvenimizi kaybediyoruz. Tesadüfen var olmuş, beyhude, gereksiz, faydasız bir şey haline geliyoruz.

Tüm bu anlamsızlık, biz ego fikrini yarattığımız için ortaya çıkıyor. Ego kendini bütünden koparma çabasıdır, oysa kendini bütünden koparamazsın, sadece bunu başardığına inanarak yaşayabilirsin. Bu inanç, yaşadığın cehennemın sebebidir. Ego inancını bir kenara bıraktığın an, seninle bütün arasında sürekli, her an, sabahtan akşama kadar elçilerin gidip geldiğini göreceksin. O zaman şarkı

söyleyen kuşlar mesaj getirir, açan çiçekler mesaj getirir ve gece parıldayan yıldızlar mesaj getirir. O zaman tüm varoluş; açık bir kitap, gerçek Kutsal Kitap haline gelir. O zaman eski, çürümüş yazıtlara bakmana gerek kalmaz; sadece etrafına bakıp varoluşu okumaya başlayabilirsin. Ve o zaman vaazlar ve öğütler her yerededir, yazıtlar her yerededir, şarkılar her yerededir.

Varoluşla birlikte sessiz olman gerekir; konuşma tamamen durmalıdır. Bir şey söylememelisin. Dua, bilakis, dinlemektir. Varoluşu dinlemelisin ama bir şey söylemek için değil. Sen konuşursan kim dinleyecek? Sen konuşursan ve kelimelerle çok uğraşırsan kim dinleyecek? Her anda bir mesaj vardır.

**H**er yönüyle öyle dolu dolu yaşa ki her ânın altına dönüşsün ve tüm yaşamın bir altın anlar dizisi haline gelsin.

Böyle biri asla ölmez çünkü Midas'ın dokunuşuna sahiptir: Dokunduğu her şeyi altına çevirir.

**S**ahip olduğun bu küçük hayat bir cennete dönüştürülebilir. Bu dünya lotus cennetinin ta kendisidir.

**T**ek hakiki sorumluluğun kendi potansiyeline, aklına, farkındalığına ve bunlara uygun yaşamaya olan sorumluluğundur.

**B**ir ağaç olarak dünyaya gelmezsin, bir tohum olarak doğarsın. Çiçek açtığın noktaya kadar büyümelisin ve o çiçek açma senin huzura ermen, tamamlanman olacaktır.

Bu çiçeklenmenin ne güçle, ne parayla ne de politikayla bir ilgisi vardır. Tamamen seninle ilgili; kişisel bir süreçtir.

**K**endi başına bir kutlama haline gelmelisin.

**B**ir ütopyaya duyulan özlem, aslında bireydeki ve toplumdaki uyuma duyulan özlemdir. Uyum hiç var olmamıştır: Kaossa hep vardır. Toplum farklı kültürlere, farklı dinlere, farklı milletlere bölünmüştür ve bunların hepsi de batıl inançlara dayanır. Bu ayrımların hiçbiri geçerli değildir. Fakat bu ayrımlar insanın kendi içinde bölündüğünü gösterir. Bunlar kendi iç çatışmalarının yansımalarıdır. İnsan kendi içinde bir değildir, bu yüzden dışında da tek bir toplum, bir insanlık yaratamamıştır.

Sebep dışıdır değildir.

Dışarı, insanın içinin yansımasıdır.

**K**imse bireye fazla önem göstermemiştir. Ve bütün sorunların temel sebebi budur.

Fakat birey çok küçük görünürken toplum çok büyük görüldüğü için insanlar toplumu değiştirebileceğimizi ve sonra da bireylerin değişeceğini düşünür. Böyle olmayacaktır çünkü "toplum" sadece bir kelimedir; sadece bireyler vardır, toplum yoktur. Toplumun bir ruhu yoktur; ondaki hiçbir şeyi değiştiremezsin. Ne kadar küçük görünürse görünsün sadece bireyi değiştirebilirsin. Ve bireyi değiştirme ilmini bir kez kavradığında bu, her yerdeki bireylere uygulanabilir.

Ben bir gün, tüm ütopycacıların binlerce yıldır ürettiği tüm fikirlerden çok daha iyi ve uyumlu bir topluma ulaşacağımıza inanıyorum.



**O**lduğun kişiden ve varoluşun sana bahşettiğinden asla gerçekten memnun olmazsın çünkü dikkatin başka yone kaymiş. Doğanın olmanı istemediği bir yere yonlendirilmişsin. Kendi potansiyeline doğru ilerlemiyorsun.

Başkalarının olmanı istediği şey olmaya çalışıyorsun ama bu tatmin edici olamaz. Tatmin etmeyince mantık, “Belki de yeterli gelmiyor, daha fazlasını elde et,” der. Sonrasında daha fazlasının peşinden gidersin, etrafına bakınmaya başlarsın.

Ve herkes gülüp mutlu görünen bir maskeyle ortaya çıkar, böylece herkes herkesi aldatır. Sen de bir maskeyle ortaya çıkarsın, başkaları senin daha mutlu olduğunu düşünür; sen başkalarının daha mutlu olduğunu düşünürsün. Çitin öbür tarafındaki çimenler daha yeşil görünür. Onlar da senin imenlerini görür ve senin çimenlerin de onlara daha yeşil görünür. Gerçekten de daha yeşil, daha sık, daha iyi olduğunu dşnrlere. Bu, mesafenin yarattığı yanılsamadır.

Yaklaştığıa yle olmadığını görmeye başlarsın. Ancak insanlar birbirlerini belli bir mesafede tutar. Arkadaşlar ve sevgililer bile birbirine mesafe koyar; fazla yakınlık tehlikeli olur, senin gerçeğini görebilirler. Başından beri yanlış yonlendirilmişsin, bu yüzden ne yaparsan yap hissettiğin mutsuzluk olacaktır. Çok parası olan birini görürsün: Para belki de neşe getiliyor diye düşünürsün. şuna bak, nasıl da neşeli görünüyor. O zaman paranın peşinden koş. Başka biri daha sağlıklı, sağlığın peşinden koş. Birisi başka bir şeyler yapıyor ve çok memnun görünüyor, onu takip et. Gel gör ki hep başkalarıdır.

**T**oplum, kendi potansiyelini hiç düşünmemeni sağlamayı başarmıştır. Tüm ıstırap kendin olmamaktan gelir. Sadece kendin ol ve artık başkalarında fazlası var ama sende yok diye hiçbir dert, rekabet ve sıkıntı duyma.

Eğer çimlerin daha yeşil olmasını istiyorsan çitin öbür yanına bakmana gerek yok; kendi tarafındaki çimleri daha yeşil hale getir. Çimenleri daha yeşil hale getirmek öyle basit bir şey ki...

İnsan, kendi potansiyeli her neyse ona tutunmalı. O zaman dünya öyle memnuniyet verici olacak ki inanamayacaksın.

**Y**aşamak espri anlayışına, derin, sevgi dolu bir mizaca ve oyunbazlığa sahip olmak demektir.

Ben hayatı yadsıyan tüm yaklaşımlara tamamen karşıyım ve ilahi olana duyulan saygı da hayatı yadsımıştır. Onu hayatı olumlayan bir hale getirmek için oyunbazlık, espri anlayışı, sevgi ve saygının hepsi bir araya getirilmelidir.

Hayatı yüceltmek ilahi olana saygının tek yolu çünkü hayatın kendisinden daha ilahi hiçbir şey yoktur.

**İ**nsan büyük hazinelerle doğar ancak aynı zamanda hayvani bir mirasla da doğmuştur. Bir şekilde bu hayvani mirası kenara koymalı ve hazinenin bilince ulaşması ve paylaşılması için alan yaratmalıyız. Çünkü hazinenin özelliklerinden biri budur: Paylaştıkça daha da çoğalır.

**S**orunlarımızın çoğu sadece onlara hiç bakmadığımız, ne olduklarını anlamak için gözlerimizi onlara dikmediğimiz için oradadır.

Güzel şeylere hayat ver. Çirkin şeylere hayat verme. Harcanacak fazla zamanın, fazla enerjin yok. Bu kadar küçük bir hayatı, bu kadar küçük bir enerji kaynağını keder, öfke, nefret ve kıskançlıkla harcamak sadece aptallıktır.

Onu sevgide, yaratıcı bir eylemde, arkadaşlıkta, meditasyonda kullan: Enerjinle seni daha yükseğe taşıyan bir şey yap. Yükseldikçe de önüne daha çok enerji kaynağı çıkacak. Bu senin elinde.

**H**iç kimse bir ada değildir. Bu, hayatın temel gerçeklerinden biri olarak akıldan çıkarılmamalı. Bunu vurguluyorum çünkü unutmaya meyilliyiz.

Hepimiz tek bir yaşam gücünün, tek bir uçsuz bucaksız okyanus varoluşunun parçasıyız. Esasen köklerimiz derinliğinde hepimiz bir olduğumuz için sevgi ihtimali doğar. Bir olmasaydık hiçbir sevgi ihtimali de olmazdı.

İnsan hâlâ hayvani güdülerinin çoğunu taşır: nefreti, kıskançlığı, sahip olma isteğini, kurnazlığı. İnsanın mahkûm olduğu bu şeylerin hepsinin çok derine kök salmış bir bilinçsizlikten geldiği aşikârdır. Ruhani simyanın tüm uğraşı hayvani geçmişten nasıl kurtulunacağıdır.

Hayvani geçmişinden kurtulmadıkça insan bölünmüş olarak kalacaktır. Hayvani geçmişi ve insanlığı birmiş gibi var olamaz çünkü insanlık tam tersi niteliklere sahiptir. Bu durumda insanın tek yapabileceği riyakâr olmaktır.

Geleneklere uygun davranış söz konusu olduğunda kişi, insanlığın sevgi ve hakikat, özgürlük, sahip olmama, şefkat ideallerinin peşinden gider. Ancak bu çok ince bir katmandır ve altta gizlenen hayvan her an ortaya çıkabilir; herhangi bir kaza onu gözler önüne serebilir. Ve ortaya çıksa da çıkmasa da içsel bilinç bölünmüştür.

Bu bölünmüş bilinç, şu arzuyu ve soruyu akıllara getirir: Birey söz konusu olduğunda nasıl uyumlu bir bütün olunur? Ve aynıısı tüm toplum için de geçerli: Toplumu savaşın, çatışmanın, sınıfların olmadığı; renge, kasta, dine, millete göre ayrımların olmadığı uyumlu bir bütün haline nasıl getirebiliriz?

Toplumu, toplumun yapısını değiştirmek ve devrim açısından düşünmek yerine daha çok meditasyon ve bireyi değiştirme üzerine düşünmeliyiz. Toplumdaki tüm ayrımları bir gün ortadan kaldırılabilmemizin olası tek yolu bu. Fakat bunlar önce bireyde ortadan kaldırılmalı ve kaldırılabilir de.

Üzerinde “HAKİKAT” yazan ve bir gün bulacağın bir şey yoktur ki kutusunu açıp içindekileri görünce “Yaşasın! Hakikati buldum!” diyebilesin.

Böyle bir kutu yok.

İnsanların hakikatten konuşup yine de yalanlar dünyasında kalmasının sebebi belli. Kalplerinde hakikate duydukları özlem var; hakiki olmadıkları için kendilerinden utanıyorlar, bu yüzden de hakikatten konuşuyorlar. Ama bu sadece konuşmadan ibarettir. Hakikate göre yaşamak çok tehlikelidir, risk alamıyorlar.

Aynı durum özgürlük için de geçerli. Lafa gelince herkes özgürlük istiyor ama hiç kimse gerçekten özgür değil. Ve kimse gerçekten özgür olmak istemiyor. Çünkü özgürlük sorumluluk getirir; tek başına gelmez. Ve birine bağımlı olmak kolaydır; sorumluluk sende değildir, sorumluluk bağımlı olduğun kişinin üzerindedir.

Bu yüzden insanlar şizofrenik bir yaşam tarzı yaratmıştır. Hakikatten konuşurlar, özgürlükten konuşurlar ama yalanlar içinde esaret içinde yaşarlar... hem de esaretin birçok çeşidi içinde yaşarlar çünkü her esaret insanları bir sorumluluktan kurtarır. Gerçekten özgür olmak isteyen bir insan çok büyük sorumlulukları kabul etmelidir. Kendi sorumluluklarını bir başkasına yükleyemez. Ne yaparsa yapsın, ne olursa olsun sorumlu kendisidir.

**“Her yönüyle öyle dolu dolu yaşa ki her anın altına dönüşsün ve tüm yaşamın bir altın anlar dizisi haline gelsin. Böyle biri asla ölmez çünkü Midas’ın dokunuşuna sahiptir: Dokunduğu her şeyi altına çevirir.”**

Osho’nun öğretileri, varoluşun her anımızda bize gönderdiği mesajlarını duymamızı sağlar. *Altın Öğütler* de bu mesajları almaya istekli olanlar için önemli düşünceler sunar. Sevgi, ölüm, dostluk ve nefret gibi temel insan deneyimlerini ele alan bu kitap, her birimize hayatın geçici ve değerli olduğunu yeniden hatırlatır ve bize öğütler verir.

Bu öğütler, insanlığın ve dünyamızın dengesizliği üzerine şekillenmiştir. Her anın içinde saklı olan mucizeleri fark etmek ve bilinçli bir şekilde hayatı yaşamak için bir davet niteliğindedir. Osho’nun sade ama çarpıcı sözleri, sizi yaşamın derinliklerinde yeni keşiflere çıkaracak.

**Bu anı kaçırmayın. Her an bir altın fırsattır; ya onu fark edersiniz ya da sonsuza dek yitirirsiniz.**

