

İçindekiler

Giriş.....	5
1. BÖLÜM: Yeni Başlayanlar İçin <i>Nagomi</i>	8
2. BÖLÜM: Yemeğin <i>Nagomisi</i>	14
3. BÖLÜM: ‘Ben’in <i>Nagomisi</i>	31
4. BÖLÜM: İlişkilerin <i>Nagomisi</i>	45
5. BÖLÜM: Sağlığın <i>Nagomisi</i>	57
6. BÖLÜM: Hayat Boyu Öğrenmenin <i>Nagomisi</i>	69
7. BÖLÜM: Yaratıcılığın <i>Nagomisi</i>	78
8. BÖLÜM: Hayatın <i>Nagomisi</i>	90
9. BÖLÜM: Toplumun <i>Nagomisi</i>	103
10. BÖLÜM: Doğanın <i>Nagomisi</i>	115
Sonuç.....	122
Sözlük	124
Yazar Hakkında	127

Giriş

Adından da anlaşılacağı gibi, bu kitap *nagomi* hakkındadır. Bu kavramı açıklamak için Japon kültüründen, tarihinden ve Japonlardan ayrıntılarıyla bahsedeceğim; ama sadece Japon düşünme biçimini ele alacağım zannedilmesin. Japonya, tarihi boyunca dış dünyanın etkilerine açık olmuş, bir ada olmasından ve görece küçük bir yüzölçümüne sahip olmasından ötürü dışarının kültürel etkilerini merak ve şevkle ithal etmiştir. Tarihi olarak Çin'in Japonya üzerindeki etkisi çok önemli olmuştur. Kore Yarımadası da Japon kültürünü besleyip zenginleştirmekte büyük rol oynamıştır. Ayrıca 19. yüzyıldan beri Japonya Batı kültürünü de hevesle içine çekmiştir.

Toplumsal gelişim pek çok şeye bağlı olan ve devam eden bir süreçtir. Zaten Japonya da toplumu her zaman, sürekli değişen, gelip geçici ve esnek bir yapı olarak görmüştür. Bu güzel felsefeden bahsetmek için kullandığımız bir kelime bile vardır: *Ukiyo* (“dalgalanan dünya” anlamına gelir). Dalgalanan dünya değişimin ve geçiciliğin Japon yaşamındaki önemini anlatır. Mesela baharda yapılan *Hanami* şenliklerinde, en güzel zamanları sadece birkaç gün süren kiraz çiçekleri kutlanır. Japonya’da, ülkeye özgü

bir şekilde gelişmiş olan *Nagomi* kavramı da dünyanın başka bölgelerinde başka biçimler alacaktır ve bu kavramın, kökeni ve uygulama alanları bakımından Japonlarla sınırlı kalmayacağı muhakkaktır. Japon kültürü yerli ve yabancı unsurları ahenkle bir araya getirme arayışında olduğundan, kültürel asimilasyona dair bu işleyişin, *nagominin* eyleme geçmiş hali olduğu söylenebilir.

Japonlar arasında da *nagominin* farklı yorumları vardır. Ben *nagominin* dengeli ve açıklayıcı bir resmini çizmek için elimden geleni yapmış olsam da elbette farklı insanların farklı fikirleri olabilir. *Nagomi* tamamen farklı etkenlerin kaynaşıp dengelenmesiyle ilgilidir, bu yüzden *nagomi* kavramını, bu kitapta yaptığım tanıma da yansıtmaya çalıştım.

Kitabı okudukça *nagominin* sizi aşağıdaki beş özelliği geliştirmeye yönelttiğini göreceksiniz:

1. Sevdiklerinizle aynı fikirde olmadığınızda dahi onlarla ilişkinizi mutlu bir şekilde sürdürmek.
2. Bir yandan kendi özünüze daima sadık kalıp diğer yandan yeni şeyler öğrenmek.
3. Ne yaparsanız yapın huzurla yapmak.
4. Uyumsuz görünen unsurları ahenkli bir denge kuracak şekilde karıştırıp kaynaştırmak.
5. Japon yaşam felsefesini daha derinden anlamak.

Umarım *nagomi* kavramıyla haşır neşir olduğunuz bu süreçte başkalarıyla, doğayla ve her şeyden önemlisi kendinizle uyumlu, mutlu ve yaratıcı bir hayat inşa etmenizi sağlayacak yeni fikirlerle donanırsınız. Şimdiye dek

nagomiden uzak bir hayat yaşıadıysanız sorun değil. *Nagomi*, Japonya'da ortaya çıkıp gelişmiş bir kültür olmakla birlikte günümüz dünyasında yaşayan herkese uygundur. Siz de kendi hayatınızda bir *nagomi* kurabilir, tam burada, bu kitabın kapağını kapamanızın hemen ardından *nagomi* yoluna (*nagomido*'ya) koyulabilirsiniz.

řimdi bařlayalım. *Nagomiye* hoř geldiniz.