

---

# S E V G İ L İ OKUYUCULAR

**G**ÜNÜMÜZ insanının en büyük motivasyon kaynağı nefsi, yani egosudur. Ego motivasyonu etkisiyle yapılan işlerde sürekli sorunlar çıkmakta, globalleşen dünyada herhangi bir yerde baş gösteren bir problem her yere kolaylıkla yayılabilmektedir. Peki ama bunun gerçek nedeni nedir? Acaba olumsuz motive edilerek başlayan olaylar neden çok hızla yayılmaktadır?

Bunun pek çok nedeni olabilir ancak gerçeğe en yakın nedenlerden biri şudur: Dünya artık olumsuz etkileri, belli bir bölgede lokalize ederek soğuramamaktadır. Dolayısıyla çıkış noktası ego olan herhangi bir olumsuz etki her yere çok çabuk yayılmaktadır. Yaşadığımız dönemin özellikleri nedeni ile belli bir zaman aralığında oluşan içsel ve dışsal değişim, miktar olarak da artmıştır. Bunu genellikle zamanın hızlanması veya tesir yoğunluğunun artması şeklinde ifade ediyoruz.

İnsanlık olarak yeryüzünde bulunuşumuzun temel nedenlerinden birisi de ruhun özüne ait yüksek seviyeli pozitif enerjiyi bulduğumuz bu ortama hızlı ve kalıcı olarak yaymak, bu tesiri aktarmaktır. Bilsek de bilmesek de, istesek de istemesek de insanlığın asli çabası budur ve bu aydınlanma çabaları kuşkusuz başarılı olacak ve hedefine ulaşacaktır.

İşte, bu faaliyetlerden biri olan “2. İstanbul Parapsikoloji Konferansı” 23-24 Mayıs 2009 tarihlerinde başarı ile tamamlanmıştır. Ülkemizde bir ilk olan uluslararası katılımlı bu organizasyon BİLYAY Vakfı ve MTİA Derneği organizasyonu ile gerçekleştirilmiştir. Bu önemli ve özgün nitelikli organizasyonun gerçekleştirilmesi için konuşmacı, dinleyici, sponsor ve organizatör olarak her düzeyde katkıda bulunan tüm kişi ve kuruluşlara gönülden teşekkür ederiz.

*Ruh ve Madde Yayınları*

# RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

*Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür*

K. Levent KOSOVA

*Genel Yayın Yönetmeni*

Tülin ETYEMEZ

*Teknik Sorumlu*

Cemal GÜRSOY

*Çeviri ve Redaksiyon*

Yasemin TOKATLI

Evren POZAN

*Grafik Uygulama*

Erkan TURAN

*Kapak*

Ferda GÜRSOY

*Dizgi*

Ruh ve Madde Yayınları

Tel: (0212) 243 18 14 - 249 34 45

*Baskı*

Kurtiş Matbaacılık

ISSN 1302-0676

HAZİRAN 2009 Sayı: 593 Cilt: 50

Bu dergi **İnsanlığı Birleştiren Bilgiyi Yayma (BİLYAY) Vakfı'nın** bir kuruluşu olan **Ruh ve Madde Yayıncılık ve Sağlık Hizmetleri A.Ş.** tarafından her ay yayımlanmaktadır.

Ruh ve Madde Yayınları yönetim merkezi:  
Hasnun Galip Sokak Pembe Çıkmazı No: 4 Daire: 6  
80060 Beyoğlu İstanbul  
Telefon 0212.243 18 14 ve 249 34 45  
Faks 0212.252 07 18

Abone adresi değişikliği, haberleşme ve havale gönderileriniz için Ruh ve Madde Yayınları P.K. 9 80072 Beyoğlu İstanbul adresini kullanabilirsiniz.

Aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 5 TL  
Yurt dışı aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 6,25 Euro  
Yıllık abonelik ücreti: 60 TL  
Öğrenciler için yıllık abonelik ücreti: 52 TL  
Yurt dışı yıllık abonelik ücreti: 75 Euro

Abonelik ve kitap ödemelerinizi PTT Posta Çeki ve Garanti Bankası havalesi aracılığıyla yapabilirsiniz.  
Posta Çeki No: 655294  
Garanti Bankası Galatasaray Şubesi 6200604-4  
Euro Hesabı: Garanti Bankası 9007955-503463

Kitap sipariş etmek isteyen okuyucularımızın sipariş tutarının üzerine yurt içi %25, yurt dışı %40 PTT ücretini eklemeleri rica olunur. Lütfen havale kağıdı veya posta çekinin arkasına istediğiniz kitapların adını yazınız ya da faks veya telefonla Vakıf Merkezine bildiriniz. Dileyen okuyucularımız internet adresinden de kitap ya da dergi sipariş edebilirler. Ödemeli gönderimiz yoktur.

RUH ve MADDE DERGİSİ'ne abone olanlara, tüm kitaplarımızda %30 indirim yapılmaktadır.

BİLYAY VAKFI ile RUH ve MADDE YAYINLARI hakkında bilgi almak ve sipariş vermek için web sitemizi ziyaret edebilirsiniz.

<http://www.bilyay.org.tr>

<http://www.ruhvemadde.com>

e-mail: [bilyay@bilyay.org.tr](mailto:bilyay@bilyay.org.tr)

[info@ruhvemadde.com](mailto:info@ruhvemadde.com)

Reklam Fiyatlarımız:

Arka Kapak (renkli) 250 USD

Ön Kapak İçi 100 USD

Arka Kapak İçi 100 USD

İç Tam Sayfa 75 USD

İç Yarım Sayfa 50 USD

---

# İçindekiler

- 4 **Realite-“Direnc Yok Edicisi” Olmak** Ergün Arıkdal  
9 **Asl’a Sadık Olmak**  
*Sadıklar Planı'ndan Alıntılar*
- 10 **Duyguların Bilişsel Yönü** Maurice Nicoll  
15 **2. İstanbul Parapsikoloji Konferansı**  
*Haber*
- 16 **İnsanda Mutluluk Anlayışı** Ercüment Kaya  
20 **Global Bilinç Projesi (GCP): Roger Nelson ile Söyleşi**  
Gina L. LoSasso ve Christopher M. Langan  
2. Bölüm
- 24 **Hayat İçinde Esneklik Gösterebilmek** İsmet Yalçın  
28 **Psişik ve Ruhsal Şifa**  
Dr. Stanley Krippner-Dr. Jeffrey Mishlove Söyleşi  
2. Bölüm
- 32 **Ben-Sen-Öteki: İyilik ve Kötülüğün Sırrı** Ceren Aral  
35 **Heykeller, Rüyalar ve Ruhsal Hiyerarşiler: Paskalya Adası'nın Kalıcı Gizemleri** Dr. Charles A. Winstead, Dr. Stanley Krippner  
2. Bölüm
- 42 **İçten Dışa Değişim** Duygu Güner, Reşat Güner  
3. Bölüm
- 48 **Uygulamalı Parapsikoloji**  
Stephan A. Schwartz-Dr. Jeffrey Misholve Söyleşi  
2. Bölüm
- 51 **Öğretmenin Öğrenci Olması** Varlık: Emmanuel  
*Akış*
- 52 **Hiçlik ve Varlık Üzerine Bir Projeksiyon** Aytuğ A. Şentürk  
1. Bölüm
- 57 **İnançlarınızın Farkına Varım** Dr. Judith Orloff  
60 **Madde Bağımlılığı ve Ruhsallık: Doğal Bir Karışım**  
Roy E. Klienwachter  
63 **Etkinlikler**

## REALİTE

# “Direnc Yok Edicisi” Olmak

*Ergün Arıkdal*

**G**ERÇEK SEVGİYE sahip olmak, bu sevgiyi tüm varlıklara karşı hissetmek için üzerinde durulması gereken en önemli nokta niyettir. Niyet meselesi, sizin varlıksal hedefinizdir. Bu hedef bireysel değil, yani yaşamakta olan insanın hedefi değil, ruhun hedefidir. Gerçekten sevmek, tüm varlıklara karşı böyle bir sevgi hissetmek niyeti içerisinde olmak fevkalade güzel bir şeydir. Yalnız böyle bir duruma ulaşmak oldukça çileli, çelişkili birçok noktadan oluşan ıstırap verici, kahretirici birtakım haletler yaşamayı gerektirir. Çok büyük bir fedakarlık ve büyük bir sabır içerisinde, bunu şahsi bir dava haline getirmeden, yani kendi varlığınızla alakalı birtakım etkilerin meydana gelmesini beklemeden, biraz da olsa küçük bir lezzet, küçük bir sevinç duyma meselesini dahi nazarı itibare almadan, Yunus'un ifadesiyle, “Yaratılmışı sürekli bir şekilde hoş göreceksiniz?” Bu, Yaradan'ın bir Yasası'dır. Yaradan buna amirdir. Yaradılıştaki asıl maya, kerpiçteki, tuğladaki su, işte bu sevgidir. Dolayısıyla ben de kendi kainatımı, kendi dünyamı yaratırken bu kerpiçteki, tuğladaki suyu kullanmak zorundayım. Çünkü bu işin esası budur, böyle olması gerekir. Sevgiyi bu şekilde ele alabileceksiniz? Yoksa sizin için sevgi, birtakım hoşluklara, birtakım iyiliklere, güzelliklere ulaşmak için bir araç mı olacaktır? Sevgiyi amaç haline mi getireceksiniz, araç haline mi getireceksiniz? İşte işin zor tarafı budur.

Gerçek sevgiyeye sahip olmayı istiyorsanız, onu amaç haline getirmelisiniz. O, sizin için başka amaçların aracı olamaz. Bunu yaptığımız sürece sevgi daima dengesini bulamamış bir sevgi olarak kalacaktır; her an sağa veya sola düşme ihtimali bulunacaktır. İslam'daki ifadesiyle o tam bir, “Sırat köprüsü”dür; kıldan ince, kılıçtan keskindir. Kıldan ince, kılıçtan keskin olan iş, insanların vicdanlarını ve sevgilerini hangi hedef istikametinde tuttuklarıyla ilgili bir iştir. İdrak mekanizmamıza göre düşünecek olursak, sevgiyi yaşarken birtakım hissiyatlar içerisinde kalmamız, bazı şeyler hissetmemiz gereklidir.



Birisini mi seveceksiniz, eşyayı mı seveceksiniz, dünyayı mı seveceksiniz? Eşya sevilir, insan sevilir, canlılar veya cansızlar sevilir vs... Burada karşımıza önemli bir husus çıkmaktadır: Kendinizin dışında olan bir şeyeyle bağlanıp bağlanmamak, onlarla özdeşleşip özdeşleşmemek meselesi. Eğer özdeşleşirseniz, eşkoşarsanız, bu artık sevgi değildir; doğrudan doğruya, egoizmanızla, benliğinizle ilgili bir hususa dönüşmüştür. Gerçek sevgide özdeşleşme kesinlikle söz konusu değildir. Özdeşleşmenin yaşandığı andan itibaren putperestlik başlamış demektir. Gerçek sevginin çok yönlü olması gerekir. Ve sevginin en güzel şekli, daha doğrusu bizim gerçekleştirebileceğimiz en faydalı şekli; sevgiyi düşünceyle değil, hareketlerle gösterebilmektir. “Ben insanları çok severim,” ifadesi, kendisini bir şey zanneden, entelektüel zanneden insanlardan duyduğumuz bir ifadedir. Böyle insanlar aslında ne diğer insanları ne de kendilerini severler. İnsan kendisini de

sevebilir ve bu egoizmayla sevmek manasında değildir. Kendi varlığınızı muhafaza etmek, onu en iyi şekilde yönlendirmek, yaşam içerisinde onu en iyi şekilde fonksiyon sahibi yapmak için şuurlu bir şekilde uğraşabilirsiniz. Bu bazen duygusal hale de geçebilir. Çok şuursuz, yasadışı bir şekilde kendini sevmeye döndüğünüz zaman süper bir egoist olmanız mümkündür. Bugün, her taraf böyle insanlarla doludur.

Bizim *Varlıksal İlkeler* adlı kitapçığımızda bu konuda çok enteresan ve detaylı bilgiler vardır. Fakat bunlar çok genişleyen bilgilerdir; varlıklar arasında uyum ve denge olması için çalışmak, birlik ve beraberlik ruhunun oluşmasını sağlamak, insanlarla daima yardımlaşma ve dayanışma içerisinde olmak, sorumluluk ve eşitlik ilkesini bozmamak -sorumlu olduğumuzu fark etmek, idrak etmek ve eşitlik ilkesini katiyen göz önünden kaldırmamak yani, “Ben ondan farklıyım, işte o şöyledir, o böyledir,” dememek- esasında sizin sevgiyi daha entelektüel

bir seviyede yaşamanız anlamına gelir. Duyguların eğilmesi ve bükülmesine imkan vermeden, kırılğan olmayan, bozulmayan, daha dürüst ve daha güçlü bir sevgi yaşamını benimsemek daha doğru olabilir. Bu, daha realist bir sevgi yaşamıdır.

Biliyorsunuz, sevgi temelde bir enerjidir, bir enerji akımıdır, enerjetik bir durumdur. Eğer bu enerji bizim bünyelerimizde mevcut ise ki, mevcuttur ve bir deveren içerisinde, bir cereyan halinde bulunmaktadır; bunun bizim bünyemizde en iyi şekilde deveren edebilmesi, yani bizimle beraber en iyi işlemleri görebilmesi için onun akışına kolaylık sağlamamız lazımdır. Hem fiziki varlığımızda hem de psişik varlığımızda bu sevgi enerjisinin akışına engel olacak rezistansları, dirençleri mümkün olduğu kadar aza indirmemiz gerekir. Eğer bunu yapabilirsek, işte o aslında hepimizin özlemine çektiği, “tüm varlığımızla herkesi sevmek” sözünü gerçekleştirebiliriz.

İçimizde daima bu sevgi enerjisine karşı gelen rezistanslar vardır. Bu enerji gelir, o rezistansa dokunur. 220 watt'la gelen o cereyan, rezistanstan dolayı 100 watt'a düşer, enerjisini kaybeder ve geçer. Ama o insanda da gene de bir tezahür oluşur. Onun için, insanların sevgiyi tezahür ettirme yetenekleri veya sevgiyi tezahür ettirme imkanları, birbirinden farklıdır. O rezistanslar ortadan kalkmadıkça, sevgiyi alabildiğine yaşamak mümkün değildir. Rezistansın en büyüğü insan egoizmasıdır, insan bencilligidir, eski ifadeyle nefsanıyettir. Nefsanıyet, tek yönlü bir şey değildir, birçok şekle, kılıktan kılığa girebilir. Bunlara da çok dikkat etmek ve her şeyden önce

kendimizi tanımak lazımdır.

Kendini bilmenin iç yüzünü anlamaya çalışan, durumunu tahlil edebilen; neresinde ne gibi göçükler, dereler, işe yaramayan yollar, kapalı durumlar olduğuna dair kendi iç haritasını bilen bir insan için sadece sevgi enerjisini değil; kozmik enerjii de, ilahi enerjii de, esiri enerjii de, hayat enerjisini de, vs. de özümleme azalır. Kendini bilmeyen insan için ise bunlar mümkün değildir. Çünkü kendini bilmek demek; yükseltici tesirlerin geçmesine, akışına izin vermeyen engelleri bilmek demektir. Bu engeller bulunduğu sürece biz sadece zihin seviyesinde, beyin seviyesinde birtakım düşünceler ve hisler üretebiliriz. Ve bunlar da asıl olana uygun değildir, tam niyetimiz değildir ve her şeyden önce samimi değildir. Şiir de yazsanız, şarkı da söyleyiniz, edebi bir şeyler de yapsanız; bunlar öze ve aslına uygun olmaz, samimi ifadeler değildir, hiçbir şekilde kalıcılık vasıfları yoktur.

Kendini tanımak demek, kendindeki rezistansların, dirençlerin ne olduğunu bilmek demektir. Yani adeta dirençlerin om'larını bileceksiniz. “Benim en büyük direncim nedir? Ben en çok ne karşısında zorlanıyorum, her taraf hemen ısınıyor, sigortalar atıyor?” Bunları bilmek ve giderek dirençleri küçültmek gerekmektedir. Ama isterseniz bu çalışmaya önce küçük dirençleri yavaş yavaş ortadan kaldırarak ve böylece daha güçlenerek de başlayabilirsiniz. Biz dirençlerimizin çoğunu çok severiz hatta üzerlerine titreriz. “Aman” deriz, “benim bu vasfım ne kadar iyi. Ben bunun üzerinde durayım.” Orada büyük bir özdeşleşme vardır ve zorluk da çeksek

bunlarla uğraşmak zorundayız. Onları yavaş yavaş yok etmek, kendimizi tanımamızı sağlayacaktır. Kendinizi tanımaya başladığınız andan itibaren ise farkına varmadığınız çok üstün mahiyetli tesirler sizi tedavi etmeye ve size pansuman yapmaya başlarlar. Özdeşleşmiş olduğunuz dirençlere çok dikkat etmeniz gerekir.

### Samimi Çaba

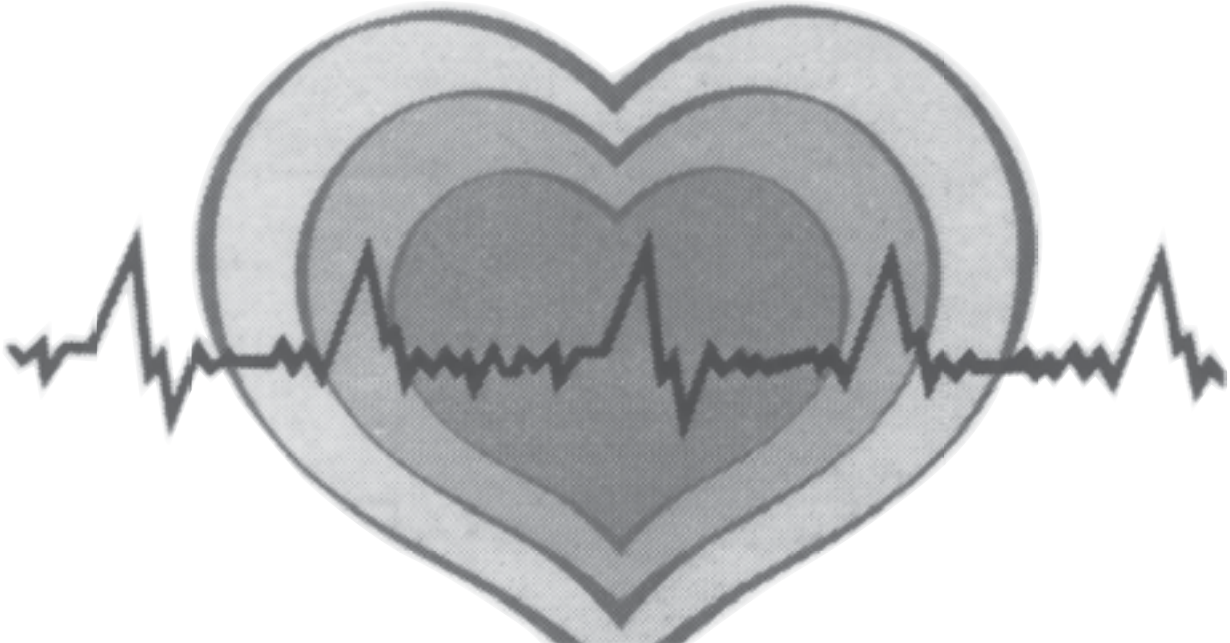
**K**ENDİ TEKAMÜLÜNÜ sağlamak ve içinde bulunduğu devrenin icaplarını yerine getirmek kaderiyle karşı karşıya olan insanlığın, kendisine yapılan her türlü yardımdan istifade edebilmesi ve sağlanan imkanları kullanabilmesi onun liyakatiyle yakından alakalıdır. Bu liyakatin oluşumunda; yaptığınız çalışmaların, gösterdiğiniz faaliyetlerin, icaplar karşısındaki isteklerimizin, icaplar karşısında göstermiş olduğumuz uyumun, esnekliğin ve samimiyetin önemi çok büyüktür. Zaten liyakat oradan doğar. Bir şeye layık olmanız için, o şeye sizin aranızda büyük bir uyum olması

gerekmektedir, kendi varlığınızla ilgili hedeflerinize karşı samimiyetle çaba göstermeniz gerekmektedir. Samimi çabaların karşılığı olarak yardımlardan her zaman istifade edebilmek hatta özel yardımlarla karşılaşmak da mümkündür. Alacağımız yardımlarda imandan çok samimiyet önemlidir. Çünkü imanınız yahut inancınız, esasında samimiyetinizin ortaya çıkması için gereklidir.

Her şeyi samimiyet ve iyi niyetle yapmak, o hususta faaliyette bulunmak suretiyle bu imkanlardan, hayatın rahmetinden yararlanmak her zaman mümkündür ve zaten öyle de oluyor. Bir de ihtiyaç meselesi vardır. Gelişiminizdeki ihtiyaçlara bağlı olmak üzere birtakım etkileri istiyorsanız; onlar size, sizin isteğinizdeki kudrete, güce göre gelirler.

### Kendini Başkasının Yerine Koyabilmek

**K**UTSAL KİTAPLAR'DA bir ifade vardır: "Kendine yapılmasını istemediğin şeyi başkasına yapma."



Bu ifadenin temelinde, kendinizi başkalarının yerine koymak yatar. Kendinizi insanların yerine koyabilmek gücünü kazanmalısınız. Bir şeyin paylaşımında, bir hakkın iadesinde, bir meselenin, bir problemin çözümünde kendinizi her zaman karşınızdaki insanın yerine koyabilmelisiniz. Akıllı, bilgili olan insan hemen karar vermeden önce; “Hayır! Bu benim hakkımdı, bunu böyle yapmak lazımdı, karşı tarafın iflahını keserim.” demeden önce sakın kalmayı başarmak ve karşısındakinden

yana düşünmeye başlar. Rollerini değiştirmek lazımdır. Bakalım o zaman da düşünceler aynı kalacak mıdır? Önce bu çeşit bir uygulama yapmak, daha sonra o adamın düşüncelerinde hakikaten bir hata varsa onu düzeltmenin yoluna giderek problemi çözmek lazımdır. Fakat iş yine de kolay değildir çünkü herkesin realitesi kendisine haklı gelir. Bu durumda hakikati, doğruyu nasıl ortaya koyacağız? Yani rölativiteden nasıl kurtulacağız? Bu durumda yapılacak olan; bazı ilkelere, bazı temel hususlara göre hareket etmek, verdiğimiz kararın o ilkelere uyup uymadığı hususunda bir gözlem yapmaktır.

Burada dikkatle üzerinde durmamız gereken en önemli ilkelerden biri de şudur: Bütün insanları iyiliğe, iyi olana, yüksek olana doğru teşvik etmek, o tarafa doğru sevklenmek. Ayrıca onları tekamüllerine engel olabilecek, tekamüllerinin zıddına olabilecek, “kötü” dediğimiz şeylerden de men etmenin veya onlara engel olmanın yollarını öğrenmek lazımdır. Bu da bir ilkedir. Bir muhakeme esnasında bu kararları alırken; onları daima iyiliğe teşvik edici, hayra teşvik edici şekilde davranmak; yani insanların faydaya, başkalarının hak ve hukukuna riayete, merhamete, şefkate, sevgiye, dürüstlüğe, sevgiye, acımaya, adalete doğru sevk etmek de bu işin hüküm tarafıdır. □

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

# Asl'a Sadık Olmak

*Celse: 12, 5.8.1962*

**D**İNLE neyden kim hikayet etmede, ayrılıklardan şikayet etmede. O şikayet, vatan-ı aslinin özlemidir. Kendinize olan samimiyetiniz, Asl'a olan samimiyet kadar olsa, dağlar erirdi. Asl'a sadıklar, kendine sadıktır. Dolayısıyla sadakat, Asl ile kendini bir görmektir. Bütün varlıklar -bircümle yaratık- Asl'ına sadığı arar. Ve ondadır. Denmişti ki, "Biz onların kalbine mühür bastuk." Onlar aslında sadık, kendinde değil. Ama basılan mühür, kanlı bir mühür değil, ıstıraplı bir mühür değil, adaletsiz bir mühür değil. O mühür, Müteal Fiil'in kendisidir. Asl'a sadıklar, kendine sadık olmadıkça neye yarar? Domuz ahırındaki tepişmeler, aslında hayvanlığa sadakattir. Ya insanlığa sadakat nasıl olmalı?

Korktuklarımız, bildiklerinizden gayri mi? Bildikleriniz sizi korkutuyor mu? Ya bilmediklerinizin içinde korkusuzluk varsa, ne yapacaksınız? Öyle an gelir ki, korkuyu dahi bilemezsiniz. Bildiğiniz, yalnız bildiğinizdir. Ve yalnızsınız. Teksiniz, hem çoksunuz. Kudretlisiniz, hem kudretsizsiniz. İsteyin; isteyişiniz ikrar olsun. Genç bir kızın hülyalı halleri, ancak onu anlayan bir delikanlı içindir. Düşünceleriniz genç kız seviyesinde kaldıkça, siz ancak bir delikanlı olursunuz. Fakat bizim işimiz ihtiyar işi. Baharlarını çoktan arkasında bırakmış, prensip sahibi işi. Çinliler seddi niçin yaptı? Vicdanları ve düşünceleri delikanlıydı da onun için, hülyalıydı da onun için. Sizler de böyle setlerden münezze olun. Arının. Yücelin. Sakin bir gecede, İlahi boşluğu ve sessizliği pırıltuları ile terennüm eden yıldızlara bakın. Onlar, dev bir bedenin kalpleridir. Ve bütün varlık, -bütün tekavünat- bir kalptir. Ve Müteal için çarpar, Müteal'den dolayı çarpar, Müteal'e doğru çarpar. Müteallerin Müteali hepimizin yardımcısı olsun. □

hikayet: hikaye.

ikrar: kararlaştırma, kabul etme. saklamayıp açıktan söyleme.

münezze: temiz, arı, uzak.

tekavünat: yaratılmışlar, varlıklar.

terennüm: güzel ve alçak sesle şarkı söyleme. anlatmak, ifade etmek.

# Duyguların Bilişsel Yönü

*Maurice Nicoll*

**D**UYGULARIN bilişsel yönünün en basit örneklerinden biri, kuşların çiftleşme mevsiminde yuvalar inşa etme gücüdür. Burada, duygusal durum bir kuşun başka türlü sahip olmadığı bir bilgiyle birlikte gelir ve duygusal durum sona erdiğinde bütün analık döngüsü tamamlanır. Elbette ki burada, kuşlarda muhtemelen hiç bulunmayan Duygusal Merkez değil, İçgüdüsel Merkezin duygusal kısmı ima edilmektedir. İyi ki de öyledir çünkü İçgüdüsel Merkezin duygusal kısmı her şeyi daha iyi biraraya getirebilir ve daha iyi -aslında tamamen unutulabilir. Negatif hale gelemez, aksi takdirde hayvan hayatı son bulurdu. Hayvanlar, kuşlar Babaya ve Anneye dönmez ve duygusal-hareket durumu o harikulade bilişle sona erdiğinde, bütün iş bitmiş olur. Eğitimli İnsan için durum farklıdır ama ilkel topluluklarda hemen hemen aynıdır. İçgüdüsel Merkezin duygusal kısmı geçici bir biçimde uyandığında, Hareket Merkezine kısa süreliğine aktarılacak harikulade bilgilere sahiptir.

Çalışma, duyguların bilişsel değere sahip olduğunu söylediğinde, bunun anlamı, belirli bir duygusal durumla bağlantılı bir şeyi kesin bir bilme hali olduğudur. Şimdi, Duygusal Merkezin kendisini ele alalım. Duygularla bağlantılı kesin bir bilme hali olduğunu anlamak için, *bilmenin düşünmek* olmadığını hatırlayalım. Bir şeyi düşünmeden de farklı yollardan bilebiliriz. Örneğin, duyularımız aracılığıyla bunun güzel bir gün olduğunu bilebiliriz ve öyle olduğunu düşünmemiz gerekmez ya da başka birinin mutsuz olduğunu bilebiliriz ya da bir şeyin gerçek olduğunu bilebiliriz. Duygusal durumlar, özellikle gerçeği bilmekle bağlantılıdır. Kişi belirli bir duygusal durum içindeyken, başka bir durumda bilemeyeceği bir şeyi bilebilir. Kişi bir şeyin hakikatini görür ve sonra duygusal durum değişir ve kişi, daha önce görmüş olduğu hakikati artık göremez. Özellikle kişi görece basit duygulardan kesin negatif duygulara geçtiğinde durum budur. Negatif duygular, negatif olmayan duyguların görebildiği hakikati asla göremez. Bu, hayattaki

birçok şeyi açıklamaktadır. Birbirimize karşı negatif hale geldiğimizde, daha önce gördüğümüz şeyleri neden göremediğimizi açıklar; gerçekten birbirimiz hakkındaki herhangi bir hakikati göremeyiz.

Düşüncelerinizi bir düzene soktuğunuzda ve Çalışma'yı farklı yönlerden düşündüğünüzde, bu çabalarınızın hepsinin yeni bir anlam oluşturmak için birleştiği bir an sıklıkla gelir. Bu, bizim duygusal yanımızın çalışmasıdır; Entelektüel Merkezin duygusal kısmı ya da Duygusal Merkezin kendisi burada önemli değildir. İnsanlar Çalışma'nın fikirlerini karıştırdıklarında ve dağıttıklarında -yani Çalışma'nın bilgi-çizgisi üzerinde çalışmadıklarında- Çalışma onlar üzerinde uygun biçimde işleyemez çünkü düşüncelerini yoğunlaştırarak Çalışma'nın fikirlerini bir araya getirmek için kendi çabalarıyla araştırmazlar. Hepiniz, Çalışma'yı önce zihinlerinizde geliştirmeniz gerektiğini, ancak bundan sonra yeni bir iletim makinesi olarak harekete geçtiğini duydunuz. Bu Çalışma'nın bizi *yeni bir tarzda*

düşünmeye sevk ettiğini hatırlayın. Bu çabayı hiçbir zaman sarf etmezseniz, Çalışma sizden uzakta, karatahta üstündeki bir şey olarak kalır.

Duyguların bilişsel olduğu söylendiğinde, belirli hisler aracılığıyla belirli şeyleri bilebileceğiniz kastedilmektedir. Normalde, insanlar duyguların bilgi bakımından kör olduğunu sanmaktadır. Bu Çalışma'nın amacı, Zihinsel Merkezin değişimi aracılığıyla Duygusal Merkezi uyandırmaktır. Şu anki haliyle, hislere ve dünyaya sıkı sıkıya yapışmış olan Zihinsel Merkez, Duygusal Merkezi yanlış yönlendirir ve böylece, onu uyandıramaz. Çalışma'nın ağacı Zihinsel Merkeze dikildiğinde, Duygusal Merkez kendini iyileştirmeye ve uyanmaya başlar. Çalışma hayat ve dünya hakkında değil, hayat ve dünya hakkında belirli bir tarzda düşünmek hakkındadır. Bu nedenle zihinsel düşünüşün değişimi, Duygusal Merkezin uygun bir biçimde işleyebilmesi ve durugörünün farklı biçimlerine kavuşabilmesi için gerekli bir ilk adımdır. Her zaman düşündüğünüz gibi düşünmeye devam





ettikçe, Çalışma fikirlerinden ve Çalışma'nın bilgisinden yola çıkarak düşünmedikçe, Duygusal Merkeziniz genellikle alışkın olduğumuz biçimde ya da mekanik bir şekilde davranacaktır. İlk kavramanız gereken sırlardan biri budur. Çalışma'nın fikirleri, Duygusal Merkezi uyandırmak için tasarlanmıştır. Ama yaptığınız içsel hesaplar üzerinden düşünürseniz, olağan tarzda -yani duyularınızdan yola çıkarak- düşünürseniz, yalnızca başkalarının fikirlerini özümserseniz Duygusal Merkez pratikte ölü olarak kalmaya devam eder. Zihinsel anahtar yanlış şekle sahiptir ve doğru duyguları açamaz. (Hepinize Yaratılış Işını ve Güneş'ten gelen Yan Oktav hakkında düşünmeyi tavsiye ediyorum.)

Durugörüye gelince, bu tartışmak için fazla kapsamlı bir konudur ve yalnızca birkaç yorum getireceğim. Durugörü, olağan dışı bilişin belirli bir türüdür. Aslında iki türü vardır: Biri, kişinin kendiyile tamamen bağlantısız bir kimse ya da bir şey hakkında bazı şeyler bilmesidir ve diğeri ise, kişisel olarak bağlantıda olduğu biri hakkında bazı şeyler bilmesidir. Durugörü aslında berrak görmek

anlamına gelir. Bu, belirli bir şey ya da bir kimse hakkındaki hakikatin bilişsel, duygusal yoldan görülmesi olarak düşünülebilir. Oysa bizdeki Duygusal Merkez ancak çok nadiren durugörüdür ve genellikle bunu çok karmaşık bir biçimde yaptığından ve dolayısıyla sıklıkla yanlış olduğundan, sonuç faydasızdır. Bunu arındırmak için, Duygusal Merkezin edinilmiş negatif kısmının gücünün azaltılması ve duygusal hayatlarımızda birinci sırayı almamasının sağlanması gerekir. Kabaca ifade edilecek olursa, şu anki halimizle, özellikle sahip olduğumuz böyle bir içsel hayat ve kendimize dair sahip olduğumuz duyu bakımından Duygusal Merkez bizim içimizde merkezidir. Duyguların arındırılması, Sahte Kişilikten kaynaklanan kendi duygularımız üzerinde çalışmakla başlar. Duygusal durumlarımızın kirliliği büyük ölçüde kendimiz gibi davranmadığımızdan, kendimize verdiğimiz değerden, sahtelikten, her tür gösteriş yapma biçimlerinden, kendimizi kandırmaktan ve samimiyetsizlikten kaynaklanır. Kendimize dair çok yanlış bir anlayışa sahibiz, değerli olduğumuza, bu halimizle iyi şeyler yapabileceğimize, şuurlu olduğumuza, İrade sahibi olduğumuza vs. inanırız. Bütün bunlar duygusal hayatı neredeyse felakete dönüştürür.

Negatif duyguların bilişi üzerinde duralım. Bilişin bilgi anlamına geldiğini ve hem iyi bilgiye hem de kötü bilgiye sahip olabileceğinizi hepimiz anlamalısınız. Negatif duyguların kendilerine özgü bilgileri vardır; özellikle insanları incitmek ve yaralamak bakımından. Birine karşı negatif bir durumda olduğunuzda,

çoğu zaman o kişiyi en fazla nasıl incitebileceğinizi ve yaralayıcı şeyler söyleyebileceğinizi bilirsiniz. Taklit yoluyla edinilen negatif duygular, saf olarak doğan Duygusal Merkezde olağanüstü bir karmaşa oluşturmaktadır. Bütün duyguların bir bilişsel değeri olduğu için, negatif duygular bile her şeyin en kötü yanını görmenize olanak tanıyan kendilerine özgü bir bilişsel değere sahiptir. Örneğin, kuşku negatif bir duygudur ve genellikle çok kurnazdır. Her zaman yanlıştır ama aynı zamanda kendi seviyesinde doğrudur. *Her zaman yanlışı olduğunu hatırlayın.* Aslında bütün negatif duygular, bilişsel yanları bakımından her zaman yanlıştır. Yalnızca tek bir yanı görürler. Çok fazla takip edildiklerinde Cehennem'e -yani Ay'a doğru, her şeyi daha yetersiz, daha aşağı seviyede ele almaya doğru sürüklerler. Sadece kötü olanı görmek ve iyi olanı hiç görmemek, her şeyi en aşağı seviyede yorumlamak, bildiğiniz gibi İnciller'de İsa'nın Ferisiler tarafından insanları iblis aracılığıyla iyileştirmekle suçlanmasını anlatan pasajda Kutsal Ruh'a karşı işlenen günah olarak adlandırılır (*Matta, 12-32*). Bazı insanlar şeylerin en kötü yanını görmediklerini hayal edip, iyi biriymiş gibi davranırlar, etrafa neşe saçan ve herkese karşı iyimser biri gibi görünürler ama aslında hep negatif duygularının bilişsel olarak onlara sunduğu şeye inanmaktadırlar. Başka biri hakkındaki negatif duygulardan kaynaklanan bir bilişi gözlemlemek ve bunun o kişiyi tamamen yansıtmadığını kabul etmek çok zor bir şeydir. Negatif duygularınız aracılığıyla size gelen bilişi görmeli ve onun varlığını kabul etmeli ve sonra ona

karşı çalışmalısınız; bu, çok çalışma ve çok Kendini Hatırlama gerektirir. Sahte iyimserlik, sahte neşelilik tamamen faydasızdır ve aslında, negatif duyguların dünya üzerindeki gücünü yoğunlaştırır. Her insan sanki kendi negatif duygularıyla birlikte onların bilişlerine, onların yanlışı bilgilerine sahiptir ve eğer çalışmak isterse, her insan negatif duygularıyla yönetilen dünyanın üzerini kaplayan tüm negatif duygu sisinin yükünü bir biçimde hafifletmelidir. Ama bunu samimi bir biçimde ve özellikle de kendi negatif duygularını görerek ve dolayısıyla onların borçlarını tamamen silmek anlamında "diğer insanları bağışlayarak" yapmalıdır. Negatif duygular her durumda gerçeği yalnızca yarı yarıya görebilir; örneğin negatif olan ve başka birinin neler söylediğini aktaran bir kişi, gerçekten de o kişinin neler söylediğini aktarabilir ama bunu yaparken birkaç şeyi atlar, hangi bağlamda söylendiğini, ses tonlamasını vs. atlar. Böylece kara bir tablo, bir yalan üretir. Yalan söylemek üzerine yapılan konuşmaları ve yalan söylemenin ilk biçiminin, olayları her zaman kendi avantajınıza gelecek şekilde sokmak, biri, "Ben ona şunu söyledim... o bana şunu söyledi..." vs. diye anlattığında, olup bitenleri biraz çarpıtmak olduğunu hatırlayacaksınız. Şimdi, kişi negatifse ve bu nedenle de cömert değilse, hoşlanmadığı bir kişinin başına gelen bir şeyi anlatabilir ve sonuç bir bakıma gerçek olacaktır ama *yanı gerçektir.* Bildiğiniz gibi, antik literatürde iblislerin çok zeki ve hünerli oldukları ama yalnızca yarı gerçekleri bildikleri söylenir. İyilik, yalan söyleyen negatif "ben"lerin zekiliğiyle kıyaslandığında her zaman

aptalmış gibi görünür. Çevrenizdeki yüzlerdeki negatif duyguyu, gözlerdeki ifadeyi ve nasıl yalnızca izlediklerini daha önce hiç fark edip etmediğinizi merak ediyorum. Neyi izlediklerini ve neyi yakalamak istediklerini bir an için düşünün. Bu tür “ben”lerin, olaylardan oluşan hayat albümünüzde oluşturdukları koleksiyonu düşünün. Belki de hepimiz negatif ve şüpheli olduğumuzda, söylenen her şeyin sadece yangını daha da alevlendirdiğini bilirsiniz. Bir zamanlar, tamamen negatif duyguların ve negatif düşünmenin etkisi altında olan çıldırmış insanlarla ilgilenirken, yaptığım en ufak hareketi bile daima kendi negatif fikirlerini destekleyecek şekilde yorumladıklarını, bu negatif duygulardan yola çıkarak kısmen gerçek olan türlü türlü sonuçlara ulaştıklarını hatırlıyorum. Negatif “ben”ler aslında içimizdeki çıldırmış “ben”lerdir. Negatif duygular içinde olan bir kişi, sizin ihmal ettiğiniz şeyleri

daima çok hızlı bir biçimde fark eder ama yaptığınız şeylere dikkat etmez. Bu bakımından, negatif duyguları ona genellikle çok derin ve süptil *ama her zaman yanlış* olan belirli bir biliş sunar. İlginç olan, negatif duyguların daima bir kanıt bulabilmesidir ve bu kanıtların hepsini bir araya getirirseniz, o zaman hayata boyun eğeceksiniz. Aslında bu kanıtları boşa çıkaran her şeyi dışlayan bir hayat modeli dikmekteyiz ve çok iyi bildiğiniz gibi, iyi yanları göz ardı ediyor ve kendi gerçekleri olan kötü yanların bilişlerini esas alıyorsunuz. Sonuçta, yalnızca negatif duyguların gerçeğini temel alırsınız ve söylediğim gibi, böyle gerçekler her iki yanı da içermediği için sahtedir. Belki varlığınızın negatif olan bu yanını ve günlük hayatınızda sizi nasıl etkilediğini bazen bir anlığına fark edebilirsiniz. Bu bir tanrı değildir ama çok sevimsiz bir kurtçuk, çok yorucu küçük bir şımarık çocuk, fark edilmesi gereken çok rahatsız edici bir şeydir. İnsanlar negatif durumları yüceltirler. Endişelenmelerinin ve özdeşleşmelerinin haklı olduğunu hissederek. Oysa bu doğru değildir. Kişi bu çukurdan çıkabilmek için mümkünse elinden gelenin en iyisini yapmalıdır. Mümkündür. Ama Çalışma'nın üzerinizde gerçek anlamda bir etkisi yoksa bu mümkün değildir çünkü aksi takdirde negatifliğinizde ve acı yüklü hayat duygularında haklı olduğunuzu hissedeceksiniz. Bununla da kalmaz, bu negatif duygular kendi bilişsel yanlarıyla sizi besleyecekler ve böylece siz, her zaman haklı olduğunuzu kanıtlayabileceksiniz. □

Yazarın *Psychological Commentaries on the Teaching of Gurdjieff and Ouspensky* adlı eserinin 2. cildinden yapılan alıntıyı çeviren: Tufan Göbekçin.



HABER

## 2. İstanbul Parapsikoloji Konferansı

23-24 Mayıs 2009 tarihinde Harbiye Askeri Müzede gerçekleşti.



**R**OGER NELSON, “Global Bilinç Projesi”; Amit Goswami, “Kuantum ve Bilinç”; Stanley Krippner, “Şamanlar: İlk Bilimsel Araştırmacılar ve İlk Ruhsal Uygulamacılar”; Stephan Schwartz, “Uzaktangörü ve Parapsikolojik Fenomenler”; Charles Winstead, “Günümüze Dek Çağlar Boyunca Bilim ve Mistisizmin Sanatsal Belgelenişi”; Dr. İnci Erkin: Niyetin Gücü ve Başkasının Yerine Enerji Psikolojisi Teknikleri ile Çalışmalar”; Dr. Sultan Tarlacı: “Psikiyatri ve Bilişsel Sinir Bilimlerinde Kuantum Görüşüne Duyulan İhtiyaç”; Dr. Uma Krishnamurthy: “Kuantum Bilinç, Yoga Psikolojisi ve Dönüşüm” atölye çalışması; Ali Seydi Gültekin: “Radyestezi ve Bilimsel Uygulamaları”; M. Reşat Güner: “Bilincinizin Sınırlarını Keşfedin”; Tarık Arıkdal: “Metapsişik Parapsikoloji” adlı atölye çalışmalarını sundular.

Büyük bir katılımı ile gerçekleşen toplantıya emeği geçen herkese teşekkürü bir borç biliriz. Ülkemizde ruhsal konularda faydalı toplantıların giderek arması dileğiyle...

# İnsanda Mutluluk Anlayışı

*Ercüment Kaya*

İNSAN olarak hepimiz mutluluğu çeşitli şekillerde tanımlamakla birlikte genel olarak diyebiliriz ki, hoşumuza giden şeyler, durumlar, olaylar, vb. bizleri güzel bir duygu hali içerisine alır ki biz buna mutluluk deriz. Mutluluk, sözlükte “bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan doğan kıvanç durumu” olarak tanımlanmıştır.

Küçük bir çocuk çok basit bir oyuncığa sahip olduğu zaman mutlu olabilir ama aynı çocuğun mutluluk anlayışı zaman içinde değişecektir. Yeni evlenen bir çiftin evliliklerinin ilk zamanlarındaki mutluluk anlayışlarıyla, kırk elli yıl sonraki mutluluk anlayışları arasında belki de dağlar kadar fark olabilmektedir. Burada mutluluk anlayışındaki görecelilik gerçeğini tespit etmek durumundayız.

İnsan, mutluluğu bir amaç, bir hedef haline getirdiği müddetçe onun zıddı olan mutsuzlukla mücadele etmek durumunda kalacaktır. Burada bir ikili (düalite) sistemin çalışışı içerisindeki insanın durumu söz konusu olmaktadır. Çünkü insan aslında bilir ki yaşanan hayat boyunca kendisi bu ikili (mutluluk-mutsuzluk) arasında gidip gelmektedir.

İnsanoğlu amaçlanan mutluluk için mevcut olan tüm imkanlarını bu uğurda seferber etmiş ve etmektedir de. Pozitif bilim, teknoloji vb. hep mutluluk için vardır. Mutluluk düzeyini yükseltmek ve kapsamını, kapasitesini artırmak için çalışmaktadır.

Tüm bu çabalara rağmen mutluluğa tam olarak ulaşabilmiş midir ya da mutsuzluk defedilebilmiş midir? Elbette hayır! Zaten materyalist bir yaklaşım içerisinde bu mümkün olamayacaktır. Ruhçu bilgiler der ki, insanın dünyada bulunmasının amacı mutlu olmak değildir; çünkü mutluluk bir amaç değil, sonuçtur.

Bu konuyla ilgili Sadıklar Planı'nda şu bilgiler verilmiştir (c.145):

“Sizin mutluluk dediğiniz husus, kainatta ve insan gayri şuurunda mevcut olan hakikatlerle karşılaşmaktan ortaya çıkan,

şuur sathında hissedilen bir tamlık duygusudur. Bu tamlık duygusu, insan realitesiyle, hakikat arasında irtibatın kurulmasından meydana gelir. Mutluluklar devamlı olamaz. Devamlı olmalarında da bir gereklilik söz konusu değildir. Hakikatler arasında mevcut olan realitelerle, varlık, bir şuur projeksiyonu ile şuur sahasında gezmek, dolaşmak, teneffüs etmek (suretiyle), bütün benliğiyle bu realitelerin içerisinde fiiliyatta bulunduktan sonra, bir mozaik süslemenin içerisinde bulunan pek kıymetli mozaik parçalarına rastlar gibi, hakikatlerle yüz yüze gelir. Ve hakikatler art arda sıralanmış merdivenler gibi sürüp gidip dışarı çıkmaz.”

Bu bilgilerden de anlaşılacağı üzere, mutluluk kavramı “kainatta ve insan gayri şuurunda mevcut olan hakikatlerle karşılaşmaktan ortaya çıkan, şuur sathında hissedilen bir tamlık duygusu” olarak ifade edilmiştir. Bu ifade bize çok önemli bir bilgi vermektedir. Yani insanın mutluluğu çok basit anlamda fizik hayatta karşılaşılan bir takım hoş durumlar olarak nitelenemez.

*Pozitif Yaşam* kitabında şöyle denir: “Sürekli bir şeylerin peşinde koşmak zorundayız. Eğer peşinde koştuğumuz şeyleri fark edersek, şuurlu olarak koşuyoruz demektir. Bu da bize mutluluk, yani sevinç getirir. (...) Farkındalık denilen esas mesele, bir şeylerin peşinden koşarken hangi niyetle, hangi maksatla koştuğumuzun farkında olmamızdır. Hayra hizmet eden niyetler ve şerre hizmet eden niyetler vardır. Yani, pozitif ve negatif enerjilerle çalışan veya onlarla yüklü olan niyetler ve hedefler vardır. Bunlar

önemlidir; niyet çok önemlidir. Onun için hep mutluluk peşinde koşalım; ama bilelim ki, mutluluk sadece bedeni hazlardan ibaret olan şeyler değildir. Yani beş duyumuz kanalıyla gelecek olan şeyler bizim mutluluğumuzun sürekliliğini sağlayamaz.”

Mutluluğumuzun kalitesini yükseltip ona daha yüksek nitelikler yükleyebiliyorsak, bu, duyu kanallarının oluşturduğu engelleri kaldırmakla olmaktadır. Böylece iç varlığımızdan gelecek olan imkanları kullanmamız söz konusudur. Bu da bizi daha vicdani, psikik ve ruhani tatminlere götürür.

İnsanı mutluluk aramaya yönelten güçlerden biri de ihtiyaçlardır ya da Buda'nın söylemiyle “arzular”dır. Burada farkındalık meselesine bir kez daha geliyoruz. Çünkü hayat boyunca ihtiyaçlar bitmeyecektir. İnsan peşinde koştuğu şeyleri ne için istediğinin farkına varmalı ve bunun bir araç olduğunu anlamalıdır.

Bu aşamada Dr. Bedri Ruhselman'ın şu sözlerine kulak verelim:

“(…) Hal böyleyken, insanlar gerçek mutluluk ve kurtuluşu, ancak maddelere tapan nefislerinin hava ve hevesine tutsak olmuş iradelerine göre değer biçtikleri birtakım uydurma kurallardan beklemektedirler. (...) Maddelere ve objelere bağlı mutluluklar, doğal olarak bu cansız şeyler gibi geçicidir (fanidir) ve günün birinde onlar gibi çökecek, yıkılıp gidecek, yok olacaklardır. Fani şeylere bağlı ve onlarla geçerli hiçbir mutluluk devamlı olamaz. Devam eden, ölmeyen bir mutluluk, ebedi (sonsuz) değerlere bağlı ve onlarla geçerli bir mutluluktur. Şu halde hakiki mutluluğun kaynaklarından

birini de, ebedi olan canlı varlıklara, özellikle insan ruhlarına duyulan sevgi oluşturur. Çünkü o (sevgi) ebedidir. (...) İnsanın hakiki mutluluğunun ilk kapılarını açan sevgi, merhamet, şefkat ve yardım duygularıyla beslenir. Bu duygular mutluluk kapısının en sadık kapıcılarıdır. Bunlar izin vermeden ne gerçek sevgiye ulaşılır, ne de büyük mutluluğun kapıları açılır.”

“Karnı tok, sırtı pek” insanın mutluluğu garanti midir? “Evet” demek pek mümkün değildir. Her ne kadar ekonomi sistemlerimiz insanın refah seviyelerini yükseltmek için varsa da hepimiz şunu gayet net bir şekilde görmekteyiz ki, refah seviyesi yüksek insanlar ve topluluklar da çok zaman mutsuzluğun pençesinden kendilerini kurtaramamaktadırlar.

Bizi bu konuda aydınlatan bazı veciz ifadeler şunlardır:

“Kişinin yaşadıkça memnun ve mutlu olması için gereken şey, kendisi için değil, kendisinden sonra gelecekler için çalışmaktır. (...) Bir insan böyle hareket ederken 'Benden sonra gelecekler acaba böyle bir ruhla çalıştığını bilecekler mi?' diye bile düşünmemelidir. Hatta en mutlu olanlar hizmetlerinin bütün nesillerce bilinmemesini tercih edecek karakterde bulunanlardır.” (M. K. Atatürk)

“Bütün mutsuz olanlar, yalnız kendi

mutlulukları peşinde koşanlardır. Bütün mutlu olanlar ise başkalarının mutlu olması için çalışanlardır.”

(Budizm)

“Engelleri aşmak, varoluşun en büyük hazzıdır; bunlar ticaret ve iş yaşamındaki maddi şeylerde de olabilir, öğrenme ve bilimsel araştırmadaki düşünsel şeylerde de olabilir; bu engellerle savaşmak ve onları yenmek mutluluk verir.” (Schopenhauer)

“İnsanın gerçek varlığını bilmesi mutluluk, unutmaması ise elemdir.” (Sri Nisargadatta Maharaj)

Mutluluk bilgisiyle bağlantılı olarak biraz da insanın amacı nedir diye sorarsak, ruhçuluk şöyle söyler: Amaç, şuur genişlemesi, idrak yükselmesi, bilgi ve kainat kanunlarına uygun faaliyette bulunmaktır, tekamüldür. Kainatta var olan ahengin hissedilmesi, bu ahenge uygun ritimde bulunmak, olayların derin mana ve bilgelliğini gözlemlemek, varlıkta meydana gelen mistik nitelikteki duygu coşkunuğunu, yani mutluluğu doğurur. Bu durum insanın ulaşacağı merhaledir ve onun için mutluluğu arar. □

#### KAYNAKLAR:

- *Sadıklar Planı*, Ruh ve Madde Yay.
- *Pozitif Yaşam*, Ergün Arıkdal, Ruh ve Madde Yay.
- *Mukadderat ve İcabat*, Dr. Bedri Ruhselman
- *Yaşamın Amacı Kendini Bilmek*, Ergün Arıkdal, Ruh ve Madde Yay.
- <http://tr.wikipedia.org>





Yayındayız...

www.metaradyo.com



Ana Sayfa Dinleyn Haberler Konular Hakkınızda İletişim

Üye Olun Giriş Yardım



### BİLYAY Vakfı ve MTİA Derneği Hakkında

Kökleri, 1950 yılında İstanbul'da Dr. Bedri Ruhselman tarafından kurulmuş olan METAPSIŞİK TETKİKLER ve İLMİ ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ'ne dayanan İNSANLIĞI BİRLEŞTİREN BİLGİYİ YAYMA VAKFI (BİLYAY), İstanbul'da Mayıs 1994'te kurulmuş uluslararası bir organizasyondur. İNSANLIĞI BİRLEŞTİREN BİLGİYİ YAYMA VAKFI, insanlar arasında yardımlaşma ve dayanışmanın, sevgi ve hoşgörü ortamında birlik ve beraberliğin güçlenmesi için, ruhsal araştırmalar yapmak ve üstün ruh değerlerinin ortaya çıkmasına hizmet etmek amacıyla kurulmuştur.

### Meta Radyo Hakkında

Meta Radyo'nun içeriği, BİLYAY Vakfı'nın insan varlığı ve gelişiminin çeşitli yönleri ile ilgili aldığı konulardaki konferanslarından oluşmaktadır.

### Dinleyn )))

Ruhçuluğun temel ilkesi Tekâmü'dür. Bu ayın zamanda her canlı ve eşyanın özünde bulunduğu Evrensel Yasa'dır. Onsuz hiçbir şey ve canlının varlığını sürdürmesi olanaksızdır. Yaradılışa tek ve yalnız başına anlam ve amaç sağlayan Evrensel Yasa Tekâmül, her an oluşmakta ve her an dağılmakta olan

# Global Bilinç Projesi (GCP): Roger Nelson ile Söyleşi

*Gina L. LoSasso ve  
Christopher M. Langan*

2. Bölüm

*Soru: “Uzam” terimi bir metrik ölçüm ihtiyacını akla getiriyor. Bilinçlilik uzamanın “metrik” sistemine dair herhangi bir fikriniz var mı?*

RN: İyi soru. Fikirlerim var ama resmi fikirler değil bunlar. Bilinçlilik uzamı noktasal değildir; annenizin yüzünü, ayın yüzünü, Boğa takımı yıldızının yüzünü uzamsal açıdan eşdeğer yakınlıkla yakalayan zihnin uzamıdır. Bilinçlilik açısından ise büyük olasılıkla annenizin (veya sevdiğiniz başka birinin) yüzü daha yakındır çünkü o her nerede olursa olsun, sizin için daha çok sevilendir.

*Soru: Şu ana dek elde ettiğiniz sonuçlara dair sizce en ikna edici olan şey nedir?*

RN: Uzun vadeli tutarlılık.

*Soru: Yumurtaların, önemli ve beklenmedik olayların meydana gelişi ve bildirilişi ile ilişkili, doğrulanabilir şok bağlantı dalgaları yayan bazı olasılıklı ortamlara duyarlı biçimde yerleştirilmiş olması gerektiğini gösteren grafikleriniz temelinde ikna olmamak gerçekten de çok zor. Şokları üreten çeşitli türden olaylar açısından sonuçlarınızı herhangi bir alt sınıflandırmaya ayırabilmeyi başardınız mı?*

RN: Çok gayri resmi olarak. Bir noktada, sonuçlar tarafından bildirilmeyen makul bir matris (yani bu, onu benim yaratamayacağım anlamına geliyor) bakımından sınıflar olup olmadığını görebiliriz. Aday olabilecek ilginç alt sınıflar (örneğin doğal afetler, şok edici olaylar, kitle meditasyonları vb.) sonuçların yorumlanması ve benim onları algılayışım içinde biçimlenmeye başlıyor. Ama şu ana dek, göstergeler karışık; belli başlı gruplara ayrılabilmesi ancak daha sonra ayıklama yoluyla yapılabilir.

*Soru: GBP'nin genelgeçer bir bilimsel inceleme olmadığı çok açık. Bu türden çalışmaların bir tür “leke” taşıdığını düşünüyor musunuz? Akademik çevreler bu incelemeye nasıl tepki gösteriyor? Bu tepki projenin ilerleyişini nasıl etkiliyor?*

RN: Evet, bazı insanlar, özellikle de bilimciler şeylerin nasıl işlediğini bildiklerini düşünürler ve standart modellere makul biçimde uymayan bir fenomenle yüzleştiklerinde, modelleri tercih ederler. Soyut olsa bile yaşam boyu edinilmiş

doğrudan deneyimin üstesinden gelmek zor iştir. Akademik çevreler GBP hakkında çok şey bilmiyorlar. Tanıtım yapmaktan kaçınıyorum ama bunun da bir noktada değişmesi gerekecek. Tepki de olmadığı için, projenin ilerleyişi üstündeki etkisi olumlu.

*Soru: Birisinin bu türden bir fenomeni kolayca içeren ve böylece sizin elde ettiğiniz sonuçların tüm akademik çevrelerde kabul edilmesini hızlandıracak yeni bir gerçeklik modeli ile ortaya çıkma olasılığına dair iyimser misiniz? Bu açıdan, herhangi bir teorisyenin çalışmaları size destek oluyor mu?*

RN: İyimserim ama nefesimi tutarak da beklemiyorum. Amaca uygun olarak birkaç iyi modeli esnetme yönünde umut vaat eden girişimler var; cesaret verici olan bir kaç yorumlayıcı model çabası da var ama bunlar biraz sıra dışı. Bununla birlikte, çalışmamın kabulünü bu temelde hızlandıracak herhangi bir şey beklentisinde değilim. Teorilerin

ilerlemesi, izlemesi çok ilginç de olsa, buzulların ilerlemesine benzer. Deneysel çalışma ise bu noktada, kendi kabul edilebilirliği açısından çok daha ikna edici.

*Soru: GBP, diğer paranormal araştırmalardan farklı mı? Paranormal fenomenlerin varlığının bilimsel kanıtlarla sağlam biçimde desteklendiğini düşünüyor musunuz?*

RN: Herhangi bir disiplindeki profesyonel, yüksek nitelikli araştırmadan pek de farklı değil. Daha büyük bir ekip, daha uzun bir vade, daha şaşırtıcı sorular dışında her zamanki gibi bilim çalışması işte. Ah, şunu da kabul etmeliyim ki, araştırmanın estetik bakış açısını normale kıyasla daha çok gözetmekteyim. Belirli anormal bağlantılara ilişkin kanıtlar gerçekten de harikulade. Ama “paranormal fenomen” denildiğini işittiğinizde, beyninizde hangi zillerin çaldığını bilemediğim için, sorunuza doğrudan yanıtlamıyorum.

*Soru: SRI ve PEAR gibi yerlerde girilen incelemelerden ortaya çıkan pozitif sonuçları düşünüyordum. Bu incelemeler ve onlara uygulanan geçerlilik standartları hakkında ne düşünüyorsunuz?*

RN: PEAR’de çalışıyorum, demek ki, deneylerin her unsurunu ve sonuçlara doğru atılan her adımı görme fırsatına sahibim. Profesyonel çalışmama %100 kuşkucu ve %100 açık fikirli olma iddiasıyla başladım. Bunu hala iddia ediyor olabilirim ama artık açık fikirliliğe öncelik tanıyorum. PEAR’de elde edilen sonuçların temiz olacağını biliyorum. SRI ve diğer laboratuvarlara gelince, orada çalışan kişileri tanıyor ve saygı duyuyorum. Açıkçası, onların araştırmalarının



tamamına ilişkin bilgim yok ama genelde, geçerliliklerinden de kuşku yok. Olabilecek en iyi geçerlilik standartlarından biri, çok sayıda bağımsız laboratuvar ve araştırmacı arasında elde edilen sonuçların denkliği veya benzerliğidir. Biz de buna sahibiz.

*Soru: Bu projenin giderek tanınmasına dair tereddütleriniz olduğundan söz ettiniz. Niçin? Tanıtılması durumunda, çalışmaya ters etki yaratacak etkenlerin dahil olacağından mı korkuyorsunuz?*

RN: Evet, tam anlamıyla korku değil, çünkü böyle bir değişim çalışmanın bir parçası olacaktır. Daha çok pratik nedenlerden dolayı: Sürekli tv ve radyo söyleşileri yapsam veya projeden dolayı heyecanlanan her yeni kişinin yolladığı e-postalara yanıt vermeye koyulsam beni en çok ilgilendiren çalışmayı yapmaya vaktim kalmazdı. Doğallıkla büyüyen ve yolun bir parçası olarak bana en cazip geleni kabul ediyorum. Anlamdan çok heyecandan dolayı oluşacak dikkat dağınıklığından kaçınmak istiyorum.

*Soru: Küresel bilinç bir kuantum fenomeni olarak görülüyorsa, onun açıklanmasında kuantum noktasal olmayış ne gibi bir rol oynamaktadır? Bu fenomen noktasal değilse, EGGlerin coğrafi yerleşimi neden önemli görülmektedir?*

RN: Bunun bir kuantum fenomeni olarak görülmesi hakkında bir şey bilmiyorum ama bu benzetmeye dair bazı hoş nitelikler sergilemekte. Büyük çaplı bir araştırmadaki kanıtları açıklamak için bir tür yerel olmayış gerekli görünüyor. Ama fizikteki tüm cari modellerin ima ettiği her şeyin buna uygulanabileceği gibi sonuçlara varmak, benim yapabileceğim bir şey değil. Yumurtaların dünyanın dört bir

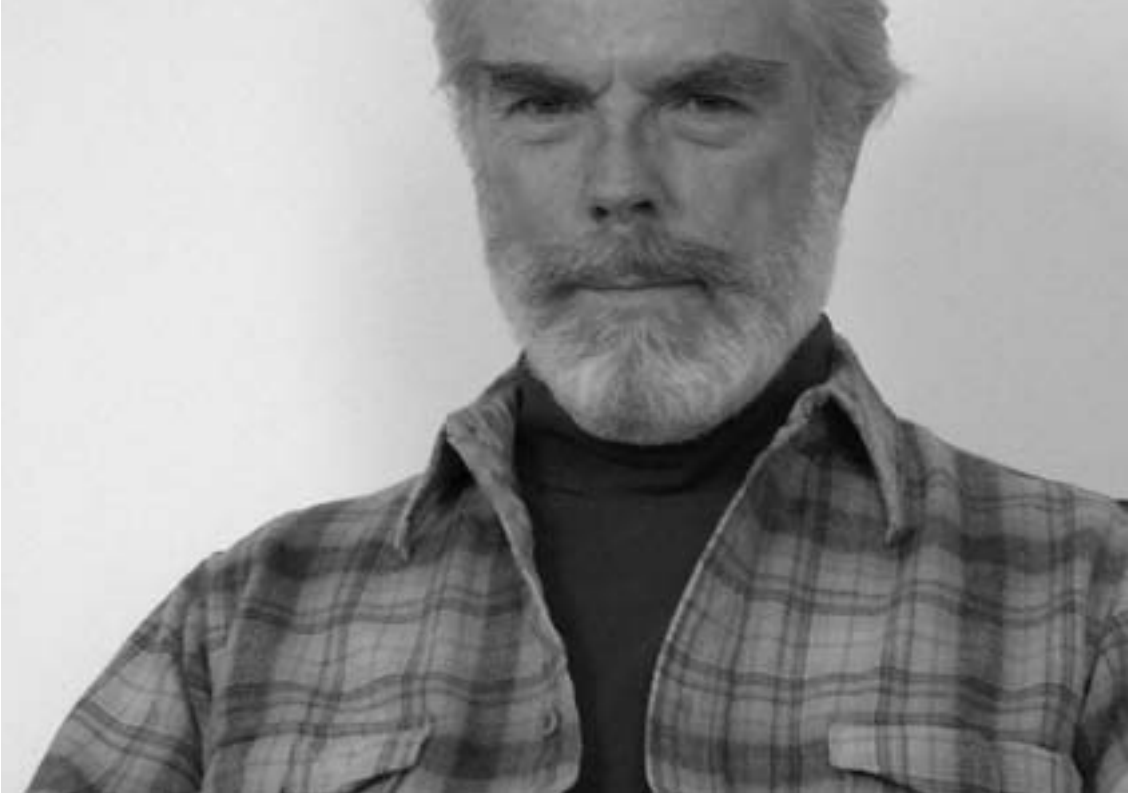
yanına dağılmış olmasının pek hoş ve estetik açıdan etkileyici olduğunu düşünüyorum. Tek odada iş gören bir GBP tasarımı da var. Ama asıl önemli nokta, pek bir şey bilmiyor oluşumuz; psi etkileri ile coğrafi uzaklıklar arasındaki ilişki hakkında neredeyse hiçbir şey bilmiyoruz. Yerleşimin, ima ettiğiniz tarzda, çok önemli olduğunu düşünmüyorum ama bu soru hakkında bir şeyler öğrenmemize izin verdiğine eminim.

*Soru: Öyleyse yumurtalar “rastgele dağılmış”lar, yoksa size cazip gelen noktalara estetik kaygılarla mı yerleştirildiler?*

RN: Projeye ilgi gösteren ve bir yumurtaya bakmaya gönüllü olan kişilerin yaşadıkları yerlere, faydacıl kaygılarla yerleştirildiler.

*Soru: herhangi bir tür küresel bilinç ile onu saptamakta kullanılan EGG aygıtları arasında bir bağlantı olması gerektiğinin düşünülmesinin nedeni nedir? Küresel bilinç ne diye bu aygıtları etkilemekle “ilgilensin”?*

RN: Nedeni nedir? Sorunuzda çeşitli anlamlar var, daha önce yaptığım gibi, bana cazip geleni seçeceğim. Bir düzeyde, neden, aşamalı bir gelişimdir: Düşünürüz, birbirimizi anladığımızı düşünürüz, hatta birbirimizden duysal olmayan enformasyon alabileceğimizi düşünürüz, içeri ileten bir kanala da sahip olabileceğimizi düşünürüz; sıra dışı bağlantılara dikkat etmenin iyi olacağını düşünürüz, bizi daha derinden düşündüren araştırmalara yol açan anekdotlar anlatırız... Bir başka düzeyde ise EGG, bireylerle laboratuvar çalışmasından başlayıp gruplarla saha araştırmasına ve oradan da küreye doğru doğal ve basit bir ilerlemedir. İlgilenip umursamaya gelince, küresel



bilincin umursasın ya da umursamasın, bunun araştırma ile ilgisi yoktur, yalnızca onun yorumlanmasıyla ilgisi vardır. Yorumlama, her zaman olduğu gibi, her bir yorumcunun eğilimlerinden etkilenenecektir.

*Soru: Global Bilinç Projesinin başarılı olduğu ortaya çıkacak olursa, genelgeçer bilimsel çevrelerden gelmesi beklenen tepki nedir? Ve halktan?*

RN: Ben onun zaten başarılı olduğunun ortaya çıktığını düşünüyorum. Ama aynı zamanda, hala üstünde çalışılan bir proje ve çoğu insanın bu terimle kasteder görüldüğü anlamda başarıyı değil, bir şey öğrenme amacını taşıyor. Daha önce de önermiş olduğum tepkiler: bilimciler ya daha fazlasını anlamakla ilgilenecek ya da bu alandaki araştırmada hakim olan önceki tutumlarına bağlı olarak, bilimi tehdit etmesi karşısında dehşete kapılacaktır. Genelde halk ise heyecanlı; bir kısmı cesaretlenmiş ve pek azı da řu veya bu tanrının etki alanının işgal edilmiş olması karşısında öfkeli.

*Soru: Global Bilinç Projesi'nin geleceğinin*

*nasıl olacağını düşünüyorsunuz? Elde ettiğiniz sonuçları güçlendirmek üzere, üstünden bir daha mı geçeceksiniz yoksa araştırmayı genişletme planlarınız mı var?*

RN: Devam edeceğiz. Projenin bir tekrarlama veritabanı olduğu düşünülebilir ama aynı zamanda, potansiyel anlamda yapıcı türden tüm analizler için de bir kaynak oluştırmakta. Araştırmayı genişletmek için, çoğu yeni analitik bakış açılarını kullanmayı içeren, pek çok plan mevcut. Aslında gerçekleşecek olan şey, daha büyük ölçüde neyin organik olarak büyüyeceğine bağlı. Global Bilinç Projesi bir gönüllüler operasyonu olarak işlemekte, dolayısıyla planlamanın belirli biçimleri mevcut değil; bunun yerine biz, deyim yerindeyse, vizyon edinmeyi kullanıyoruz.

*Soru: Bu söyleşiyi gerçekleştirmek üzere zaman ayırdığınız için, grubumuz adına size teşekkür ediyoruz.*

RN: Ben teşekkür ederim. □

# Hayat İçinde Esneklik Gösterebilmek

*İsmet Yalçın*

**İ**ÇİNDE bulunduğumuz zamanda dünya insanlığı egoizma, bencillik, sevgisizlik, düzenbazlık, tembellik bakımından büyük bir afet, büyük bir tufan içinde yaşayıp durmaktadır. Buna da yaşamak, diyoruz. Olayların teker teker tahlilini yapmaya çalışarak, zaman yitirmenin bir anlamı yoktur çünkü bu çok zordur. Doğada oluşan, meydana gelen olayın bizim iç varlığımızda, benliğimizdeki yansımaları nelerdir? Bu yansımalar insanlarda nasıl oluşur, nasıl tezahür eder, nasıl görünüm halini alır, üç boyutlu bir şekle girer? Önemli olan budur.

Bizler meydana gelen bütün bu olayları incelerken, hayatta karşılaştığımız olayların amaçlarını düşünmeye çalışıyoruz. Olayların amacı nedir? Buna cevap verebilmek için elimizde bazı değerlendirme kriterleri ve yol haritası olması gereklidir. Ne mutlu ki bizim elimizde de insanlığın içinde bulunduğu bu karmaşanın temel ilkeleri, temel sebepleri hakkında bazı kavramlar vardır. Bunlardan birincisi, “İnsan egoisttir. İnsanın egoistliğinin ortadan kalkabilmesi için hem cinsini düşünebilmesi, sevmesi, onunla hemhal olabilmesi esastır,” diyoruz. İkincisi, “İnsanlar her ne olursa olsun tabiata, kozmosa uymak zorundadırlar,” bilgisidir.

İnsan olarak en büyük özelliğimiz uyum sağlama yeteneğimizdir. İnsan kainatın içerisinde her türlü maddesel değişikliğe, iniş ve çıkışa uyum sağlayabilecek derecede esneklik sahibi olabilmek ihtiyacındadır. Akıllı varlığın, zeka sahibi varlığın, zekasını tezahür ettirebilecek olan varlığın özelliği uyum sağlamaktır. Enkarne olduğumuz ortamlara, isteğimizle ve irademizle uyum sağlamaktır.

Uyum sağlamanın ilk şartı nedir? Uyum sağlamanın ilk şartı birtakım esneklikler göstermektir? Bir şeyin veya varlığın uyumsuzluğunun sebebi şeklini, formunu değiştirememesinden ileri gelmektedir; şekil değiştirilebildiğinde bir yere uyum sağlanabilir. Örneğin, su çok esnek olduğu için mükemmel bir varlıktır; girdiği her kabın şeklini alır, ona uyum sağlar. Demek ki, aynı zamanda fonksiyonel bir varlıktır. Zaten, yaratılış mitlerini ele alırsanız; ilk yaratılan şeyin su olduğunu, diğer varlık sistemlerinin sudan, değişiklikler meydana getirilerek yaratılmış olduğu anlatılır. Demek ki su, gerçek uyum sağlamanın, gerçek esnekliğin tek büyük arşetipidir. Her şeyi su örneğiyle de düşünmek mümkündür. Örneğin, egoistliğe suyun bulanıklığı diyebiliriz. İnsan su gibi berrak olmalıdır, diyebiliriz. Camdan baktığımızda suyun öbür tarafı görünür, değil mi? Temiz bir bardağa koyarsak veya düz bir cam altına koyarsak, su görüşümüzü hiçbir zaman kapamaz; arkada olan her şeyi görürsünüz. Demek ki, su büyük bir sembol olarak ifade edilmiştir.



Elimizdeki bu temel kavramları, olayları ele alırken düşünmemiz gerek. Acaba şu veya bu olay ne demek istiyor? Çoğu olay, insanın bencilliğinin ona ne gibi zararlar getirdiğini göstermektedir, bencilce yapılan işlerin kainat içerisinde hiçbir zaman baki kalamayacağını göstermektedir. Kainatı bırakalım, doğrudan doğruya kendi tabiatımız bile bunu reddetmektedir. Bencilce, egoistçe, nefsanî şekilde yapılan şeyler daima eritiliyor. Diyebilirsiniz ki, “Ben bencil olmadığım halde, yaptığım işlerde bunlar benim başıma gelmesede, ben niye aynı ıstırapı çekiyorum?” Elbette çekeceksiniz çünkü hep beraber bir alandayız ve siz de buna uyum sağlamak zorundasınız.

Herkes kendi varlığındaki esnekliği geliştirmek zorundadır. Bu, tekamülün zorunlu bir durumudur. Neden zorunludur? Çünkü ruh varlığı

ebediyen, sonsuz bir şekilde madde alemleri üzerinde hakimiyet kazanmak zorunda olan, maddeyi yönetmek zorunda olan bir varlıktır. Çünkü yönetici hiyerarşi içerisinde vazife almak mukadderi ile yaratılmış bir varlıktır. Dolayısıyla maddenin, madde teşevvüşlerinin veya madde oluşumunun, maddenin her türlü etkisi karşısında kendini ayakta tutabilecek, hakimiyet kazandırabilecek gerçek bir kozmik dengeye ulaşması gerekir.

Bu kozmik denge, bizim esnekliğimizin sonucunda ortaya çıkar. Denge bozukluklarını dengeleyebilmemiz için esnememiz demek, bir yerde birikmiş olan aşırı bir yükün karşısında onu dengeye getirecek olan bir başka yükü yaratabilmemiz demektir. Kefenin birine daha fazla yük biner, bir anda öbür kefe yukarı kalkar. Bu doğru



değildir. Kefenin ibresinin sıfır noktasında veya sıfıra yakın olması gerekir. O zaman, terazimiz dengeye geliyor demektir. Biz insanlar olarak ne yapıyoruz? Kefenin karşı tarafındakine basıncımızı, yani kendi varlığımızın yükünü boşaltıyoruz. Bu, bizim esnekliğimizdir. Uyum sağlatıyoruz ve o yüklerle beraber kefeleler aynı dengede oluyor; iki saplı olan terazimiz dengede kalıyor. Bu bir örnektir. Ama hayat da böyledir. Daima bir esneklik içerisinde, tahammül içerisinde olmamız lazım. Bu aptalca veya istismar edilecek türden bir tahammül değildir. Çok değişik açılardan uyum sağlamak mümkündür ama esneklik esastır.

Esnekliğin içerisine sevgi, müsamaha, tolerans, iyi niyet girer. Bu çok önemli olan bir iştir. Esnekliğin içerisine gerçek diğerkamca istekler, düşünceler girer. Bütün pozitif enerjilerin büyük bir kısmı bu esnekliğin içerisinde mevcut olduğunda bizim esneme kabiliyetimiz, uyum sağlama kabiliyetimiz çok önemlidir. Çünkü sonuç olarak ruh varlığının enkarnasyonu söz konusudur. Yani dünya hayatı, dünya hayatının ayrıntıları ruh varlığı için esas değildir. Aşağıda sırtımıza kırba vurmuşlar veya başımıza taç geçirmişler, ruh varlığı için bunların hiç önemi yoktur. Ruh varlığı için esas olan maddeye hakimiyettir. Maddenin, kendisine yönelmiş saldıran tesirlerine karşı esneklik ve uyum kazanma yetisini elde etme işidir. Biz bunun için enkarne oluruz ve böylece yavaş yavaş maddeye hakim vaziyete geçeriz. Daha ileride de, maddeyi yönlendirmek, ona çeşitli formlar vererek genel tekamül akışında bir hizmetkar, etkin varlık olma durumuna geçmeye çalışırız. Yani

yeryüzünde şöyle veya böyle yaşamış olmak, şunu veya bunu yapmış, büyük veya küçük bilgiyi vermiş, tüm bunların ruh varlığının gözünde hiçbir önemi yoktur. Bütün bunlar, yeryüzünde mevcut olan birtakım kurallara, işlevlere tabi ve sadece yeryüzünde önemli olan işlerdir.

Yaptığımız işlerden daha çok yaptığımız işleri ne niyetle, hangi düşünceler altında yaptığımız önemlidir. Kısacası, işin maddesinden çok işin manası önemlidir. Ruh varlığı da zaten manaların bütün toplamıdır. Kainatta ne kadar anlam veya anlamlı şey varsa, bunların hepsi, ruh varlığının uhdesinde bulunan bir hazinedir.

Olayları değerlendirirken bu kriterleri kullanmak lazım. Diyeceksiniz ki, “Başımıza gelen olaylarda, insanların egoizması hakim, insanların anlayışsızlığı hakim ama tüm bunlar, esneklik için, uyum sağlayabilmesi için yapılıyor, bir ortak alan yaratılması için yapılıyor.” Olaylara dahil olan ve gözlemleyen insanların bu şekildeki zihinsel yayınları çok önemlidir. Bir araya gelmiş olan insanların meydana getirdiği spiritüel aura çok önemlidir. İnsanları peşinden sürükleyen, o auradır. Dolayısıyla, egoizma ve uyumsuzluk içerisinde, ortak alan düşmanlığı içerisinde bulunan bir ülkenin hiçbir rejimle yönetilmesi mümkün değildir. Bugün bütün dünya, bu üç kavram yani bencillik, esneklik ve ortak alan meselelerine dayanan problemler içindedir. Yaşanan ve yaşanacak olayları gözden geçirirken, bu mihenk taşlarına göre hareket ederseniz, o kadar dar bir alanda kalmış olmazsınız. □

Kaynak: *Yarımlar İçin Pozitif Yaşam*, Ergün Arıkdal, Ruh ve Madde Yayınları.

# Psikişik ve Ruhsal Şifa

*Dr. Stanley Krippner-  
Dr. Jeffrey Mishlove  
Söyleşisi*

2. Bölüm

JM: *Şifa Durumları* adlı kitabında yazdığın şeylerden biri de tören ilahileri söylemeye girişen bu yerli şifacılarından bazılarının dokuz gün boyunca, hiç durmaksızın ilahi söyleyebildikleriydi. Böylesine karmaşık bir ilahiye öğrenmeleri yıllar almıştır. Sanırım, kendi kültürümüzde, nasıl söyleneceğini öğrenmesi bir yıl alan ve dokuz gün hiç durmaksızın söylenen bir ilahinin oluşturabileceği bilinç durumlarına dair hibir fikrimiz yok.

SK: Ah, evet. Amerikan yerlileri tarafından kullanılan bu ilahilerden bazıları özellikle çok ama çok ciddi hastalıklar için ve o süre boyunca, toplumun diğer üyeleri de sırayla çadıra girip o kişinin yanı başında oturuyorlar; yalnızca orada olmaları bile o kişiye duydukları ilgiyi gösteriyor. Panama'nın San Blas adalarındaki Cuna yerlilerini inceledim. Bu toplumda pek çok türden şifacı var. Çok ilginç ve çok karmaşık bir şifa sistemine sahipler. Yakınlardaki modern tıp hekimlerine de görünüyorlar, dolayısıyla her iki dünyanın da en iyi hekimlerine sahipler. Doksan farklı ilahi öğrenmiş olan bir şamanla konuştum, bu ilahilerden bazıları öyle karmaşık ki, öğrenmesi aylar sürmüş ve bu gelenekte yüzlerce başka ilahi var. Adam hayli genç, kırklarında ve zaman içinde iki yüz ilahi öğrenebileceğini ümit ediyor. Her şey için, bazıları birkaç saat süren ilahiler var. Oturup bu ilahileri dinleyen, onlara yoğunlaşan ve onların kendilerini iyileştireceğini bilen insanları düşünenecek olursan, bu ilahilerin tetikleyebileceği iyileşme miktarını hayal edebilirsin.

JM: Yakın zamanlara kadar, Batılı tıp gelenekleri bu türden halk hekimlerine küçümsemeyle bakmaktaydı sanırım. Ama artık işler değişiyor gibi, genelgeçer Batılı doktorlar bile artık, bunlarda incelememiz gereken bir şey var, diye düşünmekteler.

SK: Evet. *Şifa Durumları* adlı kitabımızda Kuzey Amerika örneğini ele aldık; yirminci yüzyılın ilk yarısında Ruh Dansı, Hayalet Dansı ve Güneş Dansı ABD ve Kanada hükümetleri

tarafından yasaklanmıştı. Artık tüm bu danslar yine revaçta, o yasalar iptal edildi. Psikoterapistler bu dansların Amerikan yerlilerini nasıl alkolden uzak tuttuğunu, hatta pek çok alkol bağımlısının bu yerli törenlere katıldıktan ve kökleriyle bağlantı kurduktan sonra nasıl normale döndüklerini görebiliyor. Ayrıca, halkbilimciler de çok karmaşık, güzel ve ilham verici olan bu dans, müzik ve törenlerin başka hiçbir nedenle olmayacaksa bile yalnızca estetik nedenlerden dolayı korunması gerektiğini görüyorlar.

JM: Antropologlar eski dönemlerde, yerli kabilelerin şifacıları olan şamanların aslında şizofrenik kişiler olduklarını söylerlerdi. Sanırım artık aksini söylemekte ve onların aslında değişmiş bilinç durumlarında olduklarını söylemekte. Ama belki de şamanlar, düzensiz bir bilinç durumunda olmaktan çok ortalama insana kıyasla çok daha yüksek bir bilinç durumunda olabilirler.



SK: Evet. Arkadaşım Michael Harner bu meseleye kendi kitaplarında geniş yer ayırmıştır ve biz de kitabımızda, psikolojik testlerle incelemeler yapıldığını belirttik. Amerikan yerli kabilelerindeki şamanların birçoğuna psikolojik testler uygulanmıştır. Kabile üyelerine de bu testler yapılmış ve görülmüştür ki, şamanlar kendi kabile üyelerine kıyasla daha çok imajinatif beceriye sahipler ama yine onlara kıyasla, gerçeklikle daha çok temas içindeler. Bu, bir şamanın neler yapabileceği açısından kayda değer bir şeydir çünkü kabileden yaşayan ve yanılmalarda içinde olup kendilerini şaman sanan sahte-şifacıların psikolojik testleri, -ki kabile halkı onlara güvenmedikleri için onlardan uzak durmaktadır- çok kötü sonuçlar içermektedir. Testler onların çok zayıf bir kişilik bütünleşmesine, çok düşük düzeyde işlevselliğe ve bazen de çok temelsiz bir gerçeklik kavramına sahip olduklarını açığa çıkartmıştır.

JM: Yerli şifacıların pek çoğu, ve sanırım bu durum pek çok kültürde geçerli, şifanın hastalanan kişiyi ele geçirmiş ruhları çıkartmayı içermesi gerektiğine ilişkin animistik veya spiritik bir dünya görüşüne sahipler. Bu durumu Brezilya'da ve başka yerlerde de gözlemledim. Bunu nasıl değerlendiriyorsun Stan?

SK: Şeytan çıkartma işlemi ABD'deki bazı Hristiyan mezheplerinde çok popüler. Brezilya'da gördüğüm gruplarda, Afrika-Brezilya hareketlerinde ise çok yaygın. Buna ilginç bir açıdan bakabilirsin. Brezilyalı uygulamacıların daha sofistike olanlarından bazıları bana ve Dr. Villoldo'ya, "Bilirsiniz, en kötü kara büyü kendimize karşı yaptığımız kara

*"Tüm  
olasılıklara  
yönelik  
açık fikirli  
olmak gerekir."*

büyüdür. Negatif düşündüğümüzde veya yıkıcı bir benlik kavramına tutduğumuzda, kendimiz ve başkaları hakkında negatif, düşmanca şeyler söyleme iznini kendimize verdiğimizde bizi inciten büyü türüdür bu ve bu cümleler zihnimizde sürekli olarak tekrarlanmaktadır. Bütün bu negatif imgeler zihinlerinde dolanmaktayken insanların mide, sırt veya baş ağrısı çekmeleri son derece normal," dediler. Ve evet, bu bana da büyümüş gibi geliyor ve eğer dışarı atılabilirse, ne ala. Eğer buna negatif düşünmek demek istiyorsan, o da olur. Ama söz konusu hasta iyileşecekse ne spiritist ne de psikoterapist ya da her ikisi gerçekte bu negatifiğe yaklaşmak ve ondan kurtulmak zorundadırlar.

JM: Başka bir deyişle, pragmatik bir bakış açısını benimsiyorsun. İşe yarıyorsa, kullanılmalı, diyorsun.

SK: Evet. Aynı şey, Brezilya'daki geçmiş yaşamlara inanç için de geçerli. Tanıdığım Brezilyalı şifacıların çoğu geçmiş yaşam terapisi dediğimiz şeyi kullanmaktalar. Şimdi, bir kişinin geçmiş yaşamını mı yoksa kişinin kendinden uzaklaştırmış olduğu şu anki kişiliğinin bir parçasını mı bütünleştirmekte olduklarını kim bilebilir? Her iki durumda da kişi

bütünleşmektedir. Bastırılmış ve bir anlamda kapatılmış olan bir şey dikkate sunulmaktadır; önemli olan bunun deneyimlenmesi ve kişinin mevcut işlev görme düzeyi ile birleştirilmesidir, böylece sonuçta o kişi daha bütünsel ve güçlü hale gelir. Ve bu bana kesinlikle terapötik geliyor.

JM: Aynı şey, şifacının aslında açıkça sahtekarlık yaptığı, örneğin psişik ameliyatlara gibi, sahtekarlığın kullanıldığının görüldüğü ama insanların iyileştikleri durumlara da uygulanabilir.

SK: Şaşırtıcı olan şey, şamanizmde bir el çabukluğu tarihinin olması ve el çabukluğunun iyicil amaçlarla kullanılabilmesidir. Diğer durumlarda ise biraz para kazanmak için kullanılmıştır. Ama bazen, el çabukluğu şamanlar tarafından, özellikle de hastalığı avuçlamak veya emmek gibi rutinlerde kullanılmaktadır; hastanın tenini emerler ve ağızlarını dolduran siyah sıvıyı tükürüp, "Tamamdır, içindeki tüm zehiri senden emip çıkarttum," derler. Genelde bu bütün suyudur ve bazen, hasta da bunun bütün suyu olduğunu bilmektedir ama mesele bu değil. Önemli olan törenin kendisidir. Şaman, "Tüm zehiri senden emip çıkarttum," diyor. O zaman hasta bazen onu sembolik anlamda zehirlemekte olan şeyden vazgeçmeye istekli olabiliyor ve bu, terapötik bakış açısından çok faydalı olabilir.

JM: Bu sıra dışı psişik ameliyat iddialarında bir doğruluk payı olabilir mi, ne dersin?

SK: *Şifa Durumları* adlı kitabımızda yer alan, Brezilya'daki Dr. DeQuieroz vakası kesinlikle ameliyattır

çünkü neşter ve cerrahi ağıtları kullanmaktadır.

JM: Bu, ruhların kendisini ele geçirip anestezi kullanmadan ameliyat yapabildiklerini iddia eden tıp doktoru.

SK: Doğru. Çok ama çok hızlı ameliyat yapıyor; onu izledim. Şaşırtıcı olan şey ise anestezi kullanmıyor olmasına rağmen, Brezilyalılar gözlerini bile kırpmıyorlar, hiç acı çekmiyorlar çünkü onun acısız ameliyat yapan bir cerrah olduğunu bilmekteler. Ama sıra, bunu bilmeyen Amerikalılara gelince acıdan kıvranıyorlar çünkü onun acısız ameliyat yapmasının beklendiğinden habersizler. Buna şahit oldum. Ama durum ne olursa olsun, bu kayda değer bir performans çünkü haftanın üç günü jinekolog olarak çalışan bu cerrah diğer iki günde ise fakir halka bedava ameliyatlar yapıyor, tabii ona para ödeyen bazı zengin Amerikalı turistlere de ve bunların bazıları basit bazıları karmaşık operasyonlar. *Şifa Durumları* adlı kitabımızda ona geniş bir ayırdık ve yaptığının ameliyat olduğuna hiç kuşku yok; ama o ameliyatı yönetenin bir ruh olduğunu iddia ediyor. Evet, Filipinler’de gördüğün türden diğer şeylerin çoğu el çabukluğu ama görmüş olduğum ve aynı olaya tanık olacak bir sihirbazlar, cerrahlar ve parapsikologlar ekibi oluşturup fikirbirliğine varıp varamayacaklarını görene dek sorgulamaya açık bırakacağım bazı vakalar da gördüm.

JM: Sanırım, bu iyi bir öğüt: Bu olasılıklara yönelik açık fikirli olmayı sürdürmek. Stan, bitirmeden önce, acaba bize gözlemlemiş olduğun çeşitli şifa uygulamalarının ortak etkenleri hakkında bir şeyler söyleyebilir misin?

İzleyicilerimiz için yararlı bir öğüt veya bilgi olacağını düşünüyorum.

SK: Tabii ki. Sanırım, dört önemli etken var.

JM: Hızla sıralayalım lütfen.

SK: Peki. Tedaviler en çok hastanın beklentileri üzerine inşa edildiklerinde, şifacının pozitif kişilik nitelikleri kullanıldığında, hastayı güçlendirdiklerinde ve de şifacı ile hasta aynı dünya görüşünü paylaştıklarında etkili olduklarını söyleyebiliriz. Bazen bir teknik, bu dört etkenden yalnızca biri var olduğunda da işe yaramaktadır. Ama bu dört etken ne kadar çok mevcutsa, hastanın o kadar hızla iyileştiği görülmektedir.

JM: Sanırım, bunlar çok faydalı ana hatlar çünkü bir anlamda, kişinin herhangi bir kültürel bakış açısına sahip olan bir şifacıya başvururken, söz konusu inanç sistemine dalmak zorunda kalmaksızın, o şifacıda kendileri veya arkadaşları veya başkaları için bir fayda olup olmadığını görmelerine izin vermekteler.

SK: Bu doğru. Ve bu dört uygulamayı veya ilkeyi alıp modern tıp uygulamaları için de kullanabilirsin. Alternatif şifacılar ile modern tıp profesyonelleri arasında şu ana dek fark edebildiğimizden de çok ortak nokta mevcut ve bunların birlikte çalışmamaları için hiçbir neden yok.

JM: Stanley Krippner, seninle konuşmak benim için bir zevkti. Çok teşekkür ederim.

SK: Burada olmak benim için bir zevkti. □

# Ben-Sen-Öteki: İyilik ve Kötülüğün Sırrı

*Ceren Aral*

**A**NLATAÇAĞIM, basitliğine karşın sıkıca kavranıp idrak edilmediği takdirde, tekamülü imkansızlaştıran şeydir. Bu, en basit gerçeklik, aynı zamanda sindirmesi ve uygulaması en zor olandır. Yine de insan anlatmaktan hiç sıkılıp yorulmamalıdır... Bu gerçek ise: BİR'dir. BİR, başlı başına bir cümledir. BİZ BİRİZ, ya da HEPİMİZ BİRİZ denilebilirdi ama öyle deseydik bir de, karşıt olduğunu, yani SİZ olduğunu iddia etmiş olacaktuk. Bu yüzden gerçek: BİR.

Kendini geliştirmek çabasındaki birçok spiritüalist, iyi ve kötü olan iki tarafın varlığından bahsediyor. Birini ötekine yeğliyor ve kurtulacaklar-kurtulamayacaklar ayrımı yapıyor. Spiritüalizm etik ve mantuk olarak zengin ve fakir; yaşlı ve genç ayrımı yapmıyorken çoğumuz iyi ve kötü ayrımı yapmaktan hiç çekinmiyoruz. Nasıl olur?

Benlik, kendini oluşturmak ve varlığına sahip çıkmak için "öteki"ni yaratmak zorundadır. Bir'i parçalarına ayıran benlik, parçaların özünü idrak etmek çabasıdadır. Çocuklarımızı hayata hazırlarken, onlara anlattığımız çoğu masalın tam da böyle bir görevi vardır. Kimimiz çocuklarımızın tatlı bir rüyaya dalması için, kimimiz onlara "iyi"yi

öğretmek için

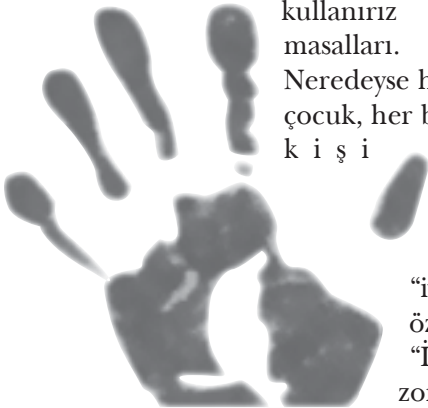
kullanırız  
masalları.

Neredeyse her  
çocuk, her büyümüş  
k i ş i

gibi,  
masalı  
dinlerken  
kendini

"iyi" olanla  
özdeşleştirecektir.

"İyi" olmak artık, bir ahlaki  
zorunluluk, bir bilinçaltı aşısı



olmuştur. Halbuki, BİR her varlığın içinde saklıdır ve kişi kendini sıfatlarla tanımlama telaşına düştüğünde, kendini tanımak, BİR'i tanımak iyice imkansızlaşır.

Masallar, romantik kurguları gereği sahneye iyi-kötü; ışık-karanlık gibi karşıtlıklar koyar. Çocuk bu masalları dinlerken, bütün olanın parçalarını daha net anlayacaktır. Benlik

oluşmadığı takdirde üçüncü  
boyut bir anlam arz  
etmeyeceğinden,  
bu yeni insanın  
(çocuğun)  
benlik

oluşturmasına katkıda bulunacak; onu yararlı ve yapıcı olması yönünde etkileyecek hikayeler anlatılır. Farklı bir yönüyle masal, aslında bütünü görünür ve keskin parçalara ayırıp her bir parçayı “anlaşılır” kılar. Abartular anlaşılabilirlik açısından önem teşkil ederken, masallardaki kadar iyi, güçlü ya da kötü kimseler bu yeni insanın ileride karşılaşmayacağı nesnelere.

Bir gece yolda yürürken, biraz ileride, kaldırımın üstünde parıldayan peri tozlarının aslında unufak olmuş cam kırıkları olduğunu ve geceleyin çok güzel bir dekor haline geldiklerini, fakat bunların biraz ilerisindeki daha iri ve keskin kırıkların kesici ve zararlı olduğunu biliriz. Önümüzde duran kırıkları iki ayrı (hatta karşıt) kategoriye yerleştirirken, bunların birkaç hafta önce bütün bir vazo, bundan yüzyıllar önceyse bir kaya olduğunu unuttur gideriz. Bunu bir kenara bırakalım; iyi ve kötü kategorisini yaparken, yerde duranların hepsinin halen cam olduklarını göz ardı ederiz.

Benlik oluşturma aşamasında karşıtlıklar ne kadar önemliyse, birliğin ve iç içeliğin idraki da o kadar önemlidir. Unutulmamalıdır ki, iyi ve kötü (diğer bütün diğer sıfatlar gibi) ancak ikici bir nesne olduğunda var olabilir. Tek başına duran bir insanın iyi ya da kötü olma olasılığı ancak ikinci bir insanın varlığıyla mümkün olacaktır.

İyi ve  
kötünün  
idrakinde  
ikinci



aşamaya gelince takamülde farkında olunması zorunlu başka bir psikolojik olgu buluyoruz: Kurban psikolojisi. Kim olursanız olun, çevrenizdeki insanları dinlediğinizde yaygın bir kurban psikolojisi fark edersiniz. “Bana bunu nasıl yapar?..”, “Onun için onca yaptığımdan sonra nasıl beni aldattır?..”. İnsan, benlik hikayelerini hatırlarken edilgen olmaktan, masum bir kurban olmaktan hoşlanır gibidir. Bilinçaltına aşılınmış iyi olma zorunluluğu, kurban psikolojisini tetikler bir etki oluşturur. Belki de benliğimizdeki varlığını reddettiğimiz parçaları, ancak üzerimizdeki tesirleriyle tanıyabiliyoruz.

Son aşamada, düşünülmesi gereken şey, tekamülde mutlak bir öneme sahiptir. Yüzyıllardır süregelen döngünün içinde, kim yaşadığı onlarca hayatta hep ak bir kaşık olmuş olduğunu iddia edebilir ki? İşte evreni ikiye ayırma cüretini gösteren spiritüellerin gözden kaçırdığı bu muazzam gerçeklik, kolektif idraki engellemektedir.

Bu bağlamda masalları üçüncü boyut inisiyasyonunun ezoterik hikayeleri olarak düşünmek gerek. Her ezoterik bilginin özü gibi masalların da özü deneyimli ve bilgin bir rehberlik olmaksızın idrak edilemez. Kutsal döngünün kabulü, bizi aslında evreni parçalara ayırmaktan men eder. Üçüncü boyuttan ikilik (düalite) dünyası olarak bahsederken, bunun bir kader çıkmazı olmadığını da bilmek gerekiyor. Dönüşümümüzün ve yükselişimizin ivme kazanmış olduğu bu dönemde, artık anlayışımızın da değişmesi gerekiyor. Halen karanlık ve aydınlık olan iki olgudan bahsedip

kendimizi aydınlık tarafa koymamızın bir nedeni gücümüzü kuşanmayı nankörce reddetmemizdir. Neden mi?

Bütünü parçalara bölmemizin bir etkisi olarak ortaya çıkan romantik kurguyu ve her bir parçanın doğal halinden çok daha parlak görünmesinin etkisi olarak edilginleşiyoruz. Kendimizi “aydınlık” tarafa atıp, “karanlık” olarak algıladığımız taraftan hiçbir özelliği bünyemizde barındırmamaya çalışıyoruz. Fark etmeden “karanlık” tarafa ithaf ettiğimiz özellikler arasında kararlılık, güç ve adanmışlık da var. Aslına bakarsanız bütün “etken” özellikler bu keseye konmuş. Yarattığımız hayali kategorilerden aydınlık tarafta olma zorunluluğumuz, bizi de edilgen bir hale sokuyor. Bu durum kurban psikolojisine ve daha vahimi kurtarılmak zorunluluğuna neden oluyor. Dünyada olup bitenleri “karanlık güçler” olur kılıyor, “karanlık güçlerin” planları gerçekleşiyor. Politikada, ruhani alanda, ekonomide hep bir kurtarıcı bekliyoruz. Biri gelip bizi kurtarsa.... Bahşedilmiş muazzam gücü reddedip, an itibarıyla kolaya kaçıyoruz. Halbuki bu kolaya kaçma, görelilik olarak uzun süreli tekamül serüveninde işimizi sürekli olarak zorlaştırıyor. Nerede kaldı kolektif tasavvur, nerede kaldı yaratma, tahayyül etme yeteneklerimiz, nerede kaldı sorumluluğu kabul etmek ve “bütün bunlardan ben sorumluyum, hepimiz aynı derecede sorumluyuz”un kudreti?

Aydınlanmak sorumluluk almak demektir. Kendini tanımak ve kabul etmek demektir. Bir’in idraki demektir.

Gücü kuşanmak vakti gelmiştir. □

# Heykeller, Rüyalar ve Ruhsal Hiyerarşiler: Paskalya Adası'nın Kalıcı Gizemleri

*Dr. Charles A. Winstead*  
*Dr. Stanley Krippner*

2. Bölüm

## Heykeller

**P**ASKALYA ADASININ taş devri kültürünün en etkileyici becerisi 838 adet *moai*, yani devasa taş heykel ve bunların bir kaçının *ahu* denilen platformlar veya sunaklar üstüne yerleştirilmesidir. Anlaşıldığına göre bunlar 10. ve 17. yüzyıllar arasında yapılmıştır; boyut ve stil açısından açık bir gelişim göstermektedir. (Mena, 2002). Dış dünyanın *moai*lere ilişkin ilk kaydı, Roggeveen'in kaptanlarından biri olan Cornelius Bowman'ın günlüğüne düşülmüştür. Bowman, 8 Nisan 1722'de "Adada, kafir stilinde yapılmış birkaç yüksek heykel gördük," diye yazmıştı.

Rapa Nui'nin kökeninin Polinezya olması, bu heykellerin yapılmasına ilişkin motivasyonu kısmen açıklamaktadır: doğal kayalara kraliyet üyelerini onurlandırmak için -ve bazen de gömmek için- çok büyük insan figürleri oymak Polinezya'da hayli yaygındır. Heykellerin yalnızca ölen asilleri anmaya değil, yaşayanları koruma amacına da hizmet ettiğine inanılır. Rapa Nui, Pasifik Okyanusundan 3.000 metre kadar yükselir; kıyılarını gelgit dalgalarından koruyacak doğal mercan kayalıklarına sahip değildir.

Bu heykellerin her biri diğerinden farklıdır; onlarcasının sırtında rütbe göstergesi olabilecek ayrıntılı kabartmalar vardır.

Bir *moai* ortalama 4 ile 4,5 metre boyunca ve yaklaşık 10 ton ağırlığında olmasına rağmen, yontulmuş en büyük heykel olan "El Gigante" (Dev) 20 metre yüksekliğinde ve yaklaşık 270 ton ağırlığındadır. Bir taş ocağında bitirilmemiş halde yatmakta olan bu heykel, Paskalya Adasının muammalarından biridir. Acaba, egosantrik bir idareci tarafından mı ısmarlanmıştı? İşçiler onu kaldıramayacaklarını veya kıpırdatamayacaklarını anlayıp işi mi bırakmışlardı? Belki dik durması hiç planlanmamış; devasa bir taş yazısı veya cenaze heykeli olması istenmişti. Belki de Rapa Nui'nin çöküş devrinde yaşanan heykel dikme sürecinin sona erışı nedeniyle terk edilmişti (Mena, 2002; Flenley & Bahn 2002).

İlk *moai*ler hayli küçüktü, doğal bir stildeydi ve yalnızca başı temsil ediyordu. Bu başlar, daha sonraki yontulardan daha yuvarlak ve daha az ayrıntılıydı. Başlar,

köyler ile deniz arasında inşa edilen platformlara, yüzleri köylere bakacak şekilde yerleştirilirdi. Zamanla başlar daha stilize, daha uzun hale geldi ve tabanlarında kollar, gövde ve eller de yontuldu. Daha sonraları, muhtemelen saçları, tüylü başlıkları veya taçları temsil eden kırmızı tepe düğümü *-pukao-* içeren yeni bir stil başladı. Pukaolardan birinin çapı iki metredir ve yaklaşık 11,5 ton ağırlığındadır; bunu bir *moai*'nin üstüne çıkartmak büyük bir mühendislik mücadelesi gerektirmiş olmalıydı. Heykellerin platformlar üstüne nasıl çıkartıldığı tam olarak anlaşılamamışken, pukaoların bunların üstüne oturtulma süreci “gerçekten şaşırtıcı ve saygıdeğer bir mühendislik becerisi” (Flenley & Bahn, 2001) olarak görülmektedir. Göz yuvarları mercan dahil pek çok malzemeden; göz bebekleri ise genellikle obsidyen veya diğer taşlardan yapılırdı. Daha yeni tarihli *moai*ler çok daha uzundur, daha ince gövdeleri ve daha ince başları vardır. Simaları daha uzatılmıştır ve alınları, tepe düğümlerini desteklemek için daha uzundur. Ayrıca bu heykellerde temsil edilen yaşlıların cinsiyetleri de belirsizdir.

*Moai*lerin çoğu, havaya fişkıran lavlardan oluşan sarı-kahverengi kayalardan yontulmuştur. Lapilli süngertaşı olarak bilinen bu kayalar, Rano Ruraku süngertaşı olarak da anılır çünkü heykellerin yarısı, Rano Ruraku adıyla bilinen (bir ata ruhunun adı verilmiştir) bir volkanik taş ocağında bulunmuştur. Bu taştan yapılma heykellerin hepsi platformlara dikilmiştir. Bu heykeller kırmızı veya gri maden cürufundan, bazalt, trakit ve daha sonraları kullanılan yoğun beyaz



taştan yapılma 55 kadar *moai*den çok daha büyüktür.

Adadaki devasa taş heykellerin yüzde doksanının kaynağı olan Rona Ruraku taş ocağı, dünyanın en olağanüstü arkeolojik alanlarından biridir. Diamond (2002) “Ziyaret ettiğim başka hiçbir sit alanı bende böylesine tuhaf bir izlenim oluşturmadı,” der. Flenley ve Bahn (2001) ise *moai*leri yontanların merkezi bir gücün hakimiyeti altında değil de, adanın farklı kısımlarındaki nispeten bağımsız gruplar olduklarını öne sürmektedir. Bu pekala rekabetçi bir çaba olabilir; Rano Ruraku’da ve adanın diğer kısımlarında bitirilmeden bırakılmış çok sayıda *moai*leri de kısmen açıklayabilir.

Belki rekabetten belki sıkıntudan, belki de adanmışlık duygularından



dolayı tarih öncesi çağların halkları (Rapa Nui’de olduğu kadar, batı Avrupa’da da) kocaman kayaları kazıp çıkartmak, yontmak, taşımak ve dikmek için çok büyük zaman harcamışlardır.

### Heykeller Nasıl Taşındı?

**R**APA NUI kültürü metal araç gereçlerin nasıl yapıldığının ve tekerleğin bilinmediği bir Taş Devri kültürüydü. Bununla birlikte, bu kültür, ahşap levhalar üzerine kazınmış bir yazı geliştirmiş olduğu bilinen tek Polinezya kültürüdür. Yön bulma becerilerine ek olarak Paskalya Adası sakinleri, *moai*ler ve *ahı*lar incelendiğinde açıkça görülebileceği gibi, becerikli mühendislerdi.

Aşağıda, heykellerin taşınmasında kullanılmış olabileceği düşünülen yöntemler özetlenmiştir:

#### 1) Sürükleme. Akademik

açıklamalarla da uyumlu bu önermeye ek olarak, tahta direkler ve kalasların kaldıraç olarak kullanıldığı öne sürülür. Bir Çek mühendis bir *moai*nin dokuz tonluk bir kopyasını hazırlayıp bunu bir kızağa yerleştirdiğinde, otuz adam bile yerinden kıpırdatamadı. Çekişi kolaylaştırmak için tatlı patates ezmesi kullanıldığında işlem daha kolaydı; çekmek için yalnızca on adam yeterli oldu. Ancak bu girişimler, Rapa Nui patikalarından çok daha pürüzsüz olan yüzeyler üzerinde gerçekleştirilmişti. Diamond’un (2005) üzerinde değişiklik yapılmış “kano kürekleri” kullanıldığı şeklindeki önerisi, Pasifik bölgesinin başka kısımlarında kullanılan sürükleme aygıtlarıyla uyumludur. Sözel gelenekler de *moai*lerin yerlerine taşındıktan sonra kalaslarla desteklenmiş taş rampalar ile dikleştirildiğini savunmaktadır.

#### 2) Yürüme. Bu öneri, heykellerin dik tutulup bir uçtan diğerine yuvarlanarak ileriye itildiğini savunmaktadır. Nedeni, efsanelerde bu heykellerin kendi yerlerine “yürüdüğünün” anlatılması olabilir. Ancak bu yöntem heykellere (özellikle de burun bölgesine) zarar verebilirdi. Bir Amerikalı jeolog bir heykel kopyasını, kızak ayağı şeklinde oyulmuş iki kalas üstüne dikip, 25 adam ve iki ip kullanarak

iki dakika içinde yaklaşık 45 metre taşıyabilmişti. Ancak bu yöntem iplerin kullanılmasını gerektirmektedir ve o zamanlar, ağaç kabuklarının bu amaçla kullanılıp kullanılmadığına dair bilgimiz şimdilik yetersiz olduğundan sorgulamaya açıktır.

- 3) Taşıma. Son kazılar ve *moai* yollarının incelenmesi, bazı yazarların daha karmaşık açıklamalar önermesine yol açmıştır (Mena, 2002). Özel olarak hazırlanmış patikaların her iki yanı boyunca direklerin dikildiği ve heykellerin iplerle ve kaldıraçlarla taşındığı öne sürülmektedir. Bazıları denize taşınmış ve ardından gemilerle nihai mekanlarına götürülmüştü; gerçekten de tamamlanmış *moai*lerin büyük çoğunluğu su kıyısına yakın yerleştirilmiştir. Bununla birlikte bu yerleştirme heykellerin işlevinin koruma amaçlı idiyse, beklenebilir ve

ayrıca, ipler, kaldıraçlar ve direkler içeren bir açıklama bol miktarda ip yapılabilecek malzemenin varlığını gerektirir.

- 4) *Varua*. Birkaç yazar (örneğin, Gray, 2004; Van Auken, 2005) becerinin dünya dışı varlıklara ait olduğunu söylemektense, bu devasa heykelleri kaidelerine taşımak için bir tür anormal enerji tipinin kullanıldığını önermiştir. Bu savlardan biri, heykellerin *varua* aracılığıyla sallara taşındığını ve kaideleri yakınlarında yine *varua* aracılığıyla kaldırıp yerleştirildiğini ileri sürer. Tuhaf olmasına rağmen, en azından bu öneri *varua* kullanma becerisini dünya dışı varlıklardan çok ada yerlilerine atfetmektedir.

Bu heykellerin tamamı için tek bir açıklamanın yeterli olması pek muhtemel değildir; farklı boyut ve stilde yontulan heykeller için farklı taşıma ve yerleştirme teknikleri kullanılmış olabilir. Yine de yol ve patikaların sürüklemeyi, kaydırmayı veya dikip yuvarlamayı ve hatta kızakları kolaylaştırmayan yapısı düşünüldüğünde, Flenley ve Bahn, "Heykellerin taşınması gizemi aynen sürmektedir," sonucuna varmışlardır.

### Heykeller Niçin Devrildi?

1774'te Kaptan Cook, Rapa Nui'yi ziyaret ettiğinde *moai*lerin çoğu ayakta idi. Bununla birlikte, bir çarpışma yaşandığını ve birkaç heykelin devrilmiş olduğu da gözlenmişti. Avrupalıların 1840'daki





bir sonraki ziyaretlerinde bu heykellerin hepsi devrilmişti. Kaptan Cook adada birkaç gün daha geçirmiş olsaydı, belki de Paskalya Adasının çözülmemiş gizemleri diye bir şey olmazdı. Dikkatli bir gözlemci olan Kaptan Cook, gözlemlerini titizlikle kaydedirdi. Flenley ve Bahn (2001) de Cook, “Dev heykellerin dinsel önemini, onların gözden düşüş tarihini ve Rongo Rongo dilinin anlamını muhtemelen keşfederdi,” demişlerdir.

Heykellerin devrilmesi de kolay bir iş değildi ve muhtemelen iplerin, kaldıraçların kullanılmasını ve bir arada çalışan çok sayıda kişiyi gerektirmişti. Bir *ahu* üstüne dikilmiş en uzun ve ağır *moai* devrilen en son heykeldi; heykelin büyük *pukaosu* ondan ancak birkaç metre uzakta yatmaktadır. Heykellerden bazılarının başı, tekrar dikilmelerini önlemek için

gövdesinden ayrılmıştı. Çoğu, belki de gözlerini örtmek amacıyla, toprağa doğru devrilmişti. Sırt üstü düşen bir heykel un ufak edilmişti. Sanki bu büyük taş anıtlarla ilişkilendirilen varuayı söndürmek, onları tamamen etkisiz hale getirmek için kasten çaba harcanmıştı.

Pek çok yazar, heykellerin devrilmesinin nedeni olarak kabileler arası savaşları göstermektedir. Rapa Nui'nin tarih öncesi döneminin sonlarına doğru, daha önceleri yalnızca araç gereç yapımında kullanılan bir malzeme olan obsidyenden yapılmış silahlar aniden ortaya çıktı (Diamond, 1995). Savaşın başlamasıyla ilgili bir efsane, kabileler arasındaki kültürel yanlış anlayışı anlatır. Tek bir oğlu olan yaşlı bir adam, bir başka kabilenin üyelerince ziyaret edilir. Konukları için tavuk bağırsağından özel bir yemek

hazırlamıştır. Sunulan yemekten öğrenen konuklar şaka yaparak, tavuk bağırsağı değil, yalnızca insan bağırsağı yediklerini söylerler. Konukseverlik geleneği yaşlı adamın tek oğlunu öldürmesine ve onlar için kendi çocuğunun bağırsaklarından bir yemek pişirmesine yol açar. Konuklar yaşlı adamın ne yaptığını anladıklarında, kaçarlar. Kendisine yalan söylendiğini anlayan yaşlı adam kendi halkına başvurur ve öç almak amacıyla savaşa girişirler. Kaynaklar zaten yetersiz olduğu içindir ki bu zaten “başlamayı bekleyen” bir savaştır ve bu efsanevi olay veya ona benzer başka bir olay sonraki kanlı olayları tetiklemiştir.

## Çevresel Bozunma

**P**ASKALYA ADASI çevrenin insan eliyle bozunması için bir model oluşturmaktadır (Hunt & Lipo, 2006). Diamond (2002) buna, “Pasifik bölgesindeki orman tahribinin en uç örneği,” der. Paskalya Adası ekolojisinin kaderi orada yaşayan insanların tarihi ile yükseldi ve çöktü. İlk Polinezyalı kaşifler geldiğinde ada insan yaşamını güç bela destekleyecek durumdaydı. Adaya yerleşen Polinezyalılar beraberlerinde ekilecek tahıllar, fideler ve hayvanlar getirmişler ve protein için büyük ölçüde balıklara bağlı kalmışlardı. Bu ilk nüfus hızla büyüdü ve ada ekolojisi üstünde derhal gözlenebilen etkiler yaptı. Devasa anıtlar, giderek büyüyen nüfusun kaynakları azaltması gibi etkilerine karşı aracılık edecek kültürel bir yatırımı temsil ediyor da olabilirler. Nüfus 30.000 zirvesine ulaşmış olabilir ama Avrupalıların adaya gelmelerinin

ardından çoğalan yerel savaşlarla, kıta Avrupa'sından taşınan hastalıklarla ve köle ticareti nedeniyle birkaç yüze indi. Şu anki nüfus 3.500 civarında.

Adanın ekolojisi nasıl böyle tamamen yok olabildi? Bazı arkeologlar, şiddetli fırtınaların ve iklim değişikliklerin meydana geldiğini düşünmekte. Bununla birlikte, adaya özgü palmye ağaçlarının ada sakinlerinin kullanımı için kesilmesi ve de heykel yapımı ve taşınması çılgınlığı içinde ormanların yok edilmiş olması daha büyük bir olasılıktır (Gibbons, 2006). Eğer böyleyse, ormanlardaki azalma muhtemelen yavaş yavaş oluşmuş ve bunun derhal fark edilmesi zor olmuştu. Dahası, yaklaşan tehlikeye dikkat çeken bir adalı pekala idareci sınıf tarafından susturulmuş olabilirdi. Şefler, rahipler ve taş yontucuları konumlarını ve ayrıcalıklarını sürdürmek için düzenli bir topluma ihtiyaç duyardı. Avrupalıların adaya ayak basmasının ardından, koyun yetiştiricileri geldi ve ada neredeyse çoraklaştı. Günümüzde ada eski haline kavuşmuştur ama -bu kez atların ve ineklerin- aşırı otlanması hala mevcut bir tehlikedir.

## Sonuç

**B**ELKİ DE Paskalya Adasının tarihteki sayfası, bir gezegenin nereye gittiğini gösteren bir holografı, şu anki bin yıl için çok ihtiyaç duyulan bir yönergenin bir kısmını oluşturmaktadır. Rapa Nui'nin tarihi şu ana kadarki Dünya'nın bir mikrokozmosu olabilir. Büyüyen bir nüfus azalan kaynaklarla karşı karşıyadır. Ve nasıl hiç kimse Paskalya

---

Adasından göç edememişse, Dünya da kendisi tek bir ada olacak şekilde karşılıklı bağlantılı hale gelmiştir. Gezegen üstünde bütünün ekolojisi tarafından etkilenmeyen hiçbir yer yoktur ve Paskalya Adası sakinleri nasıl okyanusa kaçamadıysa, aynı şekilde insanlar da uzaya kaçamazlar.

Peki, Paskalya Adasında çözülmemiş halde kalan gizemler nelerdir? Bu kısa ziyaretimiz boyunca, birkaç tanesini söyle sıraladık:

1. Rapa Nui'ye göç önceden mi planlanmıştı, yoksa şans eseri mi gerçekleşti?
2. İlk yerleşim ne zaman gerçekleşti?
3. Bitki örtüsü ve ada kuşları hangi noktada ortadan yok oldular?
4. *Moailerin* ve *puhaolarının* amacı neydi?
5. Nasıl taşındılar ve *ahular* üstüne nasıl yerleştirildiler?
6. İç savaşlar sırasında birbiriyle dövüşen gruplar arasında farklılık yaratan neydi?
7. Tabletler üstündeki işaretler Rongo Rongo yazısını mı temsil etmektedir? Öyleyse, anlamları nedir?

Paskalya Adası 1888'den itibaren Şili'nin milli park sistemine dahil edilmiş ve arkeologların bu adadaki paha biçilmez eserleri incelemelerine izin verirken Rapa Nui mirasını da koruyan bir düzenleme yapılmıştır. 1995'te UNESCO, Paskalya Adasını Dünya Doğal Mirası sit alanları listesine ekleyerek, bu çok uzak ama büyüleyici mekanın özgünlüğünü onurlandırdı.

Rapa Nui'nin çözülmemiş gizemleri araştırmacıları ve bilim adamlarını daha onlarca, belki de yüzyıllarca



meşgul edecektir. Ama bu adadan alınacak dersler, çevrenin tahrip edilmesiyle yıpranan bir dünyaya bugün uygulanabilir. □

www.charleswinstead.com web sayfasından çeviren:  
Yasemin Tokatlı

#### KAYNAKLAR:

- Diamond, J. (2005). *Collapse: How societies choose to fail or succeed*. New York: Viking/Penguin.
- Flenley, J., & Bahn, P. (2002). *The enigma of Easter Island* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Fuentes, J. (1960). *Dictionary and grammar on the Easter Island Language*. Santiago, Chile: Andres Bello Publishing House.
- Gibbons, A. (2006). *Dates revise Easter Island history*. *Science*, 311, 1360.
- Gray, M. (2004). *Easter Island*. [http://sacredsites.com/americas/chile/e\\_aster\\_island.html](http://sacredsites.com/americas/chile/e_aster_island.html)
- Heyerdahl, T. (1958). *Aku Aku: The secret of Easter Island*. London: Allen & Unwin.
- Hunt, T.L., & Lipo, C.P. (2006). *Late colonization of Easter Island*. *Science*, 311, 1603-1606.
- Melville, H. (1917). *Typee*. London: Routledge.
- Mena, R. (2002, September). *Rapa Nui: Tale of an Abandoned Island*. Retrieved from [http://www.nuestro.cl/eng/stories/tourism/rapanui\\_mantencion.htm](http://www.nuestro.cl/eng/stories/tourism/rapanui_mantencion.htm).
- Rapa Nui: Easter Island*, Chile. (2003). Retrieved from <http://www.visit-chile.org>
- Van Auken, J. (2005, August). *Easter Island's mysteries*. *Ancient Mysteries*, pp. 1, 3-4
- Van Tillburg, J.A. (2004). *Easter Island: Archeology, Ecology, and Culture*. Washington, DC: Smithsonian Institution Press.
- Von Daniken, E. (1959). *Chariots of the gods?* London: Souvenir Press.

# İçten Dışa Değişim

*Duygu Güner*  
*Reşat Güner*

3. Bölüm

**K**ISITLAYICI DURUMLARI ve bunların ardındaki sınırlayıcı inançları keşfetmenin kolay bir yolu elbette ki var. *Sınırlayıcı durumları keşfetmenin en kolay yolu kendinizi kötü hissettiğiniz durumların bir listesini çıkartmaktır.* En küçüğünden en büyüğüne kendinizi kötü hissettiğiniz durumları gözden geçirirseniz; üzerinde çalışmanız gereken yönlerinizi ve bunların ardındaki sınırlayıcı inançları keşfedebilirsiniz. Hepimizin kendimizi kötü hissettiğimiz ve bu yüzden kaçındığımız pek çok durum ya da eylem vardır. Elbette bunların bazıları bizim için doğru ve hayırlıdır. Ama kendinizi eğer olumsuz hissediyorsanız orada çok büyük olasılıkla üzerinde çalışmanız gereken bir şey var demektir. Herkesin kendini kızgın, öfkeli, kırgın, zayıf, isteksiz, kötü, sıkıntılı, gergin, heyecanlı, çaresiz ve ümitsiz hissettiği pek çok durum vardır. İşte bu duyguları kendiniz için bir işaret noktası olarak kullanabilirsiniz. Çünkü şunu gayet iyi bilirsiniz ki, kendinizi kötü hissettiğiniz durumlarda kendisini hiç de kötü hissetmeyen ve hiç zorlanmayan insanlar vardır. İşte bu yüzden bu durumlar üzerinde çalışılması gereken durumlardır. Bu tip durumları kendi kendinize dürüstçe listeleyin.

Kendinizi kötü hissettiğiniz için kaçındığınız durumların bazıları zorunlu olarak içinde olmanız gereken durumlardır, ancak bazıları ise zorunlu olmadığınız ama aslında sizin için olumlu ve geliştirici olabilecekken fırsatları kaçırdığınız durumlardır. O yüzden kendinizi az ya da çok kötü hissettiğiniz durumların bir listesini yapın ve bunların arkasındaki sınırlayıcı inançları bulmaya çalışın. Bunların hepsini belki bir anda çözemeyebilirsiniz ama bir şeyleri çözmek için ilk yapmanız gereken şey onun farkında olmaktır. İşte olumsuz duygular size bu konuda yol gösterebilecek güzel işaretlerdir.

Ve şunu da aklınızın bir kenarında tutabilirsiniz: Aslında hiçbir zaman kendinizi kötü hissetmek zorunda değilsiniz. Evet, yaşamda gerçekten kendinizi kötü hissetmeniz, üzülmeniz gereken durumlar vardır ama bunlar aslında o



kadar azdır ki... Çoğu zaman kendinizi boş yere kötü hissedersiniz. Kendinizi kötü hissetmek de bir alışkanlıktır. Çünkü öğrenilmiştir. Bütün korkular, endişeler, hepsi sonradan öğrenilmiş şeylerdir. Bir bebekte yalnızca iki tane doğuştan gelme korku vardır, birisi “düşme” diğeri de “gürültü” yani yüksek ses korkusu. Bunların dışındaki tüm korkular, evet istisnasız tüm korkular sonradan öğrenilmiştir. Ve yaşantımız içerisindeki pek çok fırsatı sırf kendimizi kötü hissetmekten çekindiğimiz için kaçıırız. Bizim için çok yararlı ve geliştirici olabilecek deneyimlerin içine girmekten kendimizi alıkoyarız. Bunun tek sebebi yalnızca kendimizi kötü hissetmekten korktuğumuz içindir.

Üçüncü kategoride ise tamamen farkında olmadığımız sınırlayıcı inançlar yer alır. İşte bu biraz zor bir durum. Ve bu konuyu ele almak için daha geniş bir perspektiften bakmamız gerekiyor. İnançlarımızın hepsi belli noktada verilmiş kararlara dayalı genellemelerdir. Yaşadığımız olumsuz bir olay bizim o durum hakkında bir karar vermemize ve sonra da bu kararı tüm zaman ve mekanlar için genellememize yol açar. Örneğin, öğretmeni tarafından matematik

dersinde bir kere başarısız olduğu için, “Sen kafasızsın, matematiğe hiç yeteneğin yok,” diye azarlanan bir çocuk o anda kendisini kötü hissettiği için hayatı boyunca matematikle ilgili konulardan uzak durur ve aslında matematiği öğrenebileceği halde sırf öyle olduğuna inandığı için kendisini öğrenemez hale getirir. Hatta kendisinin zeki olmadığına inanıp aslında son derece zeki olduğu halde aptalca davranabilir. İşte bu bir genelleme örneğidir. Bu genelleme bilinçaltı tarafından saklanır ve bu deneyim tamamen unutulmuş olmasına rağmen orada verilmiş olan karar yaşam boyu etkisini sürdürür.

Ancak bizim geçmişimiz yalnızca şimdiki hayatımızla sınırlı değildir. Çünkü öyle durumlar vardır ki yaşadığımız zorlukların ya da korkuların şu an içinde yaşadığımız hayatla hiçbir bağlantısı yoktur. Yani şu an bizi kısıtlayan bazı inançların ardında yatan genellemeler ve bu genellemeleri öğrenmemize yol açan olaylar geçmiş yaşamlardan bugüne taşınmış olabilir. Geçmiş bir yaşamda oluşmuş bir genelleme o yaşamdan bu yaşama aktarılmış olabilir. Böyle bir durum söz konusu olduğunda ortada görünür hiçbir sebep yoktur. Ama sebepsiz yere kendinizi belli

durumlarda kötü hissedersiniz. Hatta bazen fobi derecesine varan sebepsiz korkular bile yaşayabilirsiniz. Böyle bir durumdan tam olarak kurtulabilmek için bir uzmanın yardımına ihtiyaç vardır. Ama özellikle geçmiş yaşamlardan kaynaklanan problemler halledildiğinde gerçekten çok büyük bir değişim durumu ortaya çıkar.

Kısaca özetleyecek olursak, değişim için üzerinde durulması gereken en önemli hususlardan bir tanesi sınırlayıcı inançlarımızdır. Bunlar üzerinde çalışılıp bilinçdışı düzeyde bir çözümleme yapılmadığı sürece tam anlamıyla özgür olabilmemiz ve gerçek anlamda bir değişimin

içerisine girebilmemiz zordur.

Elbette yaşam içerisinde kendiliğinden gelişen doğal bir gelişim süreci ve gelişim imkanları her zaman vardır.

Ama eğer gerçek anlamda hızlı ve kalıcı bir değişim ve dönüşüm isteniyorsa o zaman bunu isteyen kişinin kendi üzerinde bilinçli olarak çalışması ve kendi üzerinde çalışma yollarını araştırması ve gerektiğinde yardım istemeyi bilmesi gerekir.

## Haller ve Aşamalar

**H**EPİMİZ günlük yaşam içerisinde pek çok değişik bilinç halleri

ve duygu halleri yaşarız. Bu hallerin bazıları bizim için geliştirici bazıları ise kısıtlayıcıdır. Ancak bazen öyle bir durum olur ki, hiç beklemediğimiz bir anda aniden bilincimizin açıldığını ve her şeyin netlik kazandığını, hatta güçlü bir bütünlük halini yakaladığımız zamanlar olur. Ancak kısa bir süre sonra bu hal yerini başka bir hale bırakır, her şey eski haline döner ve daha önce yaşadığımız tatsız duyguların içerisine döneriz. Her şey yine rutinleşir. Ve işte bu biçimde sürekli olarak halden hale geçeriz. Farklı bilinç halleri genelde anlaktır ve sürekli değişir. Ama herhangi bir

konuda bir düzeyden diğerine geçmek zaman alan bir süreçtir.

Örneğin, herhangi bir beceriyi öğrenirken geçmeniz gereken çeşitli aşamalar

vardır. Bu yaşam içerisinde doğal olarak gerçekleşen bir süreçtir. Örneğin, her çocuk büyürken egosantrik yani benmerkezciliği bir aşamadan geçer. Ama

biraz daha büyüdüğünde artık dünyanın yalnızca kendi etrafında dönmediğini anlamaya başlar. Bu gelişim aşamaları çok yönlü olarak meydana gelir ve çocuk bilişsel açıdan gelişirken bir taraftan da beyni ve sinir sistemi de buna paralel olarak gelişir. Gelişim hiçbir zaman tek yönlü değildir. İçeride bir şeyler değişirken



buna paralel olarak dışarıda da bir şeyler değişmek zorundadır. Kendi iç halinizin değişmesi mutlaka beyninizde ve sinir sisteminizde birtakım değişikliklerin olmasını gerektirir.

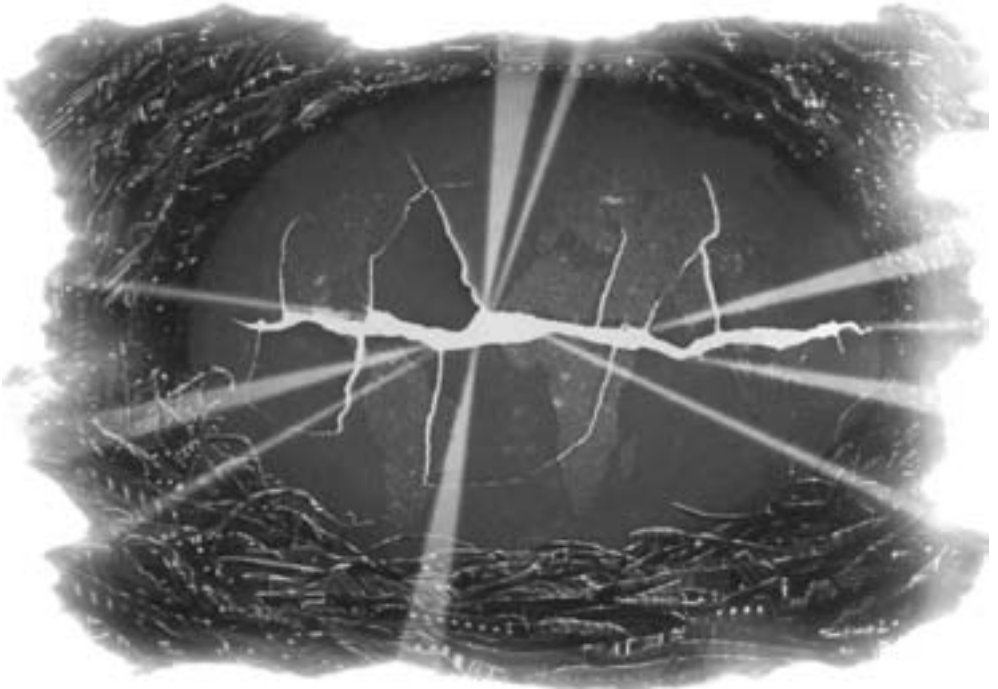
Bu durum ruhsal deneyimler için de geçerlidir. Özellikle son zamanlarda beyinle ilgili olarak yapılan araştırmalar bunun gerçekliğini göstermektedir. Örneğin, uzun yıllar meditasyon çalışması yapan insanların beyin faaliyetleri tarandığında, diğer insanlara göre oldukça değişik olduğu saptanmıştır. İç dünyamızda sübjektif olarak algıladığımız her şeyin fizikte objektif bir karşılığı olmak zorundadır.

Şimdi pek çok insan kendi yaşamı içerisinde bazı halleri deneyimlemiştir, ancak bunlar anlıktır. Bu hallerin kalıcı olabilmesi, yani bir aşamadan daha üst bir aşamaya geçmek uzun vadeli çaba ve emek ister. Bu gece yatıp yarın sabah bir doktor, bir mühendis ya da iyi bir müzisyen olarak uyanamazsınız. Herhangi bir işte ilerlemek için geçmeniz gereken pek çok aşamalar vardır. Ve bu aşamaların hiçbirisini atlayamazsınız. Bir üst

basamağa çıkabilmek için bir alt basamaktan geçmek gerekir. Elbette ki her insanın basamakları tırmanış hızları birbirinden farklı olabilir, ancak hiçbir basamağı atlayamazsınız.

Aynı kural içsel ya da ruhsal gelişim için de geçerlidir. Eğer kendi içinizde bazı yetenekler geliştirmek, dünyayı kavrayış biçiminizi değiştirmek, yaşamı daha yüksek ve ince duygular hissederek yaşamak, daha yaratıcı olmak, kendinizi daha iyi hissetmek, daha olgun davranışlar sergilemek, insanları daha fazla sevmek, kendinizi daha yakından tanımak, bilinçdışınızla daha yakın iletişim kurmak, DEĞİŞMEK ve kendi içinizdeki potansiyeli daha fazla ortaya çıkarmak istiyorsanız bunu gerçekten istemeniz ve bu yönde bir gayret sarf etmeniz gerekir. Ve aynı zamanda bunun bir anda gerçekleşmeyeceğini de bilmeniz gerekir. Çünkü hangi alanda olursa olsun aşama kaydedebilmek ve bir aşamadan diğerine geçebilmek belli bir zamana ihtiyaç duyar.

İşte bu yüzden değişim, belli aşamalarla gerçekleşen bir süreçtir.



Yaşam içerisinde bir aşamadan diğerine yükselmek hem zamana hem de bu yönde gösterilecek çabaya bağlıdır.

Eğer ruhsal yönden kendinizi geliştirmek istiyorsanız o zaman bu konuda kendinize bir hedef koymalı ve bu hedefin adımlarını somut olarak belirlemeli ve o hedefe doğru ilerleyip ilerlemediğinizi kontrol etmelisiniz. Şu an içinde yaşadığımız fizik gerçeklikte her şeyin somut bir karşılığı olmak zorundadır. Eğer ruhsal bakımdan geliyorsanız bu sizin zihin yapınızda, davranışlarınızda ve bedeninizde kendisini göstermelidir. Ve bu yolda ilerlerken belli aşamalardan geçeceğinizi ve bu işin bir anda gerçekleşmeyeceğini bilmeniz gerekir. Ve bu yolda ilerlemek aynı zamanda sizin kendi içinize cesur bir biçimde bakabilmenizi de gerektirir. İçinizde olanlarla cesurca yüzleşmenizi ve hem kendi içinizde hem de dışınızda olanları olduğu gibi kabullenebilmenizi gerektirir.

## Ruhsal Gelişim ve Değişimin Temel Parametreleri

**R**UHSAL GELİŞİM yolunda ilerlemiş olmanın somut göstergeleri yeryüzündeki çeşitli kültürlere ait gelenekler tarafından ifade edilmiş ve bu gelişimi hızlandırabilmek için yapılabilecek uygulamalara ait yollar gösterilmiştir.

İçten dışa değişim yolunda üzerinde çalışmak için dikkatinizi odaklamanız gereken alanlar nelerdir?

Herhangi bir konu üzerinde çalışırken dikkatimizi nereye yönelteceğimizi iyi bilmemiz gerekir.

Eğer herhangi bir şeyi izlerken ya da öğrenirken dikkatinizi nereye yönelteceğinizi bilerseniz o zaman amaçlanan hedeflere ulaşabilirsiniz. Dolayısıyla kendi üzerinizde çalışırken dikkatinizi nereye odaklayacağınızı ve kendi içinizde neleri değiştirmek için uğraşmanız gerektiğini bilmeniz gerekir. Eğer neleri değiştirebileceğinizi ve kendi içinizde hangi alanlar üzerinde çalışmanız gerektiğini, nelerle oynayabileceğinizi, hangi düğmelere basmanız gerektiğini bilmezseniz kendi üzerinizde çalışamazsınız. İşte, bu anlamda daha önceki deneyim birikimlerinden yararlanmanız çok önemlidir. Çünkü kendini tanıma ve değişim ile ilgili yüzyıllar içerisinde birikmiş geniş bir bilgi birikimi vardır. Bütün geleneklerde ortak olarak yer alan ve kişinin içsel gelişimi için üzerinde çalışması gereken alanları başlıklar halinde şöyle sıralayabiliriz:

- Kendini Gözleme
- Duyguların Kontrolü
- Düşüncelerin Kontrolü
- İsteklerin Kontrolü
- Alışkanlıkların Kontrolü
- Davranışların Kontrolü
- Sevgi
- Şefkat
- Diğerkamlık
- Karşılıksız Hizmet
- Meditasyon
- Bilinçaltı Yüklerin Temizlenmesi
- Esneklik ve Uyum
- İçsel Bütünlük
- Kendinden daha geniş bir bütüne ait olma hissinin geliştirilmesi.

Günümüzde bütün bu başlıklarla ilgili eski ve yeni teknolojilerin



sentezlenmesiyle oluşturulmuş pek çok yöntem ve teknik bulunmaktadır. Kendi üzerinizde çalışmaya başlamak için atılması gereken ilk adım kendi kendinizi gözlemleme alışkanlığını edinmenizdir. Kendi içinizde bir şeyleri değiştirmeye başlamadan önce kendi kendinizi incelemeyi öğrenmeniz gerekir.

## Sonuç

**İ**ÇİNDE YAŞADIĞIMIZ ÇAĞ oldukça hızlı ve köklü değişimlerin yaşandığı bir çağdır. Ve bu karmaşık zamanda hepimizi değişime zorlayan etkenlerin giderek daha fazlaştığını gözleyebiliyoruz. Bu zamana uygun şekilde değişmek ciddi ve hızlı bir adaptasyon istiyor. Ama her şeye rağmen şimdi her zaman olduğundan daha büyük ve geniş imkanlara sahibiz. Eski zamanlarda belki de birkaç hayat içerisinde alınabilecek bilgiyi şimdi çok kısa bir zamanda edinebilmek mümkün. Bu da bize zamanın ne kadar hızlandığını gösteren bir başka unsurdur. O halde şimdi yapmamız

gereken kendimizi bu değişimin hızına uydurmak ve mümkün olduğunca kendi içimizdeki potansiyeli açığa çıkarmak için gayret göstermek. Eğer dışarıda işlerin iyi gitmesini istiyorsak, içeride bir şeyleri süratle değiştirmemiz gerekiyor.

Değişim içeride oluşması gereken bir olgu. Çünkü bizim davranışlarımızın, düşünce tarzımızın, kişiliğimizin oluştuğu yer yüzeyde bir yerlerde değil. Adına bilinçaltı dediğimiz bir bölgede oluşuyor. İşte bu nedenle eğer ki biz yüzeyde bir değişim meydana getirirsek bu değişim köklü bir değişim olmaz ve ömrü de çok uzun sürmez. Kısacası eğer kalıcı bir değişim istiyorsak bilinçaltında bir değişim meydana getirmeli ve bu çalışmalarını da bilinçaltı düzeyde yapmalıyız.

Yüzeyde meydana getirmeye çalıştığımız bir değişim bugün geleneksel tıbbın yaptığı tarzda bir uygulama olur. Geleneksel tıp bildiğiniz gibi hastalığı tedavi etmekten çok onun belirtilerini tedavi eder. Oysaki bizim üzerinde durduğumuz değişim bütünsel ve içsel bir değişim olmalıdır. □

# Uygulamalı Parapsikoloji

*Stephan A. Schwartz-  
Dr. Jeffrey Mishlove  
Söyleşisi*

2. Bölüm

Jeffrey Mishlove: Tüm bunları da filme kaydettin ve bilimsel dergilerde makaleler yayınladın.

Stephan A. Schwartz: Evet, ilk olarak Su Altı Arkeolojisi Konferansında sundum, ardından The de Young Müzesindeki bir başka konferansta, sonra Amerikan Antropoloji Birliğinde ve ayrıca Parapsikoloji Birliğinde. Bunlar, bir dizi makaleye dönüştü.

Şahsen, benim için, bugüne dek tanıdığım en etkileyici şey, ki otuz yıllık araştırmalar boyunca bir hayli olağanüstü şey görmüşümdür, sekizinci sınıfa dek okumuş bir adam olan George McMullen'i bir çölün kıyısına götürüp, burada bir çölden söz ediyoruz, ona, "George, şu an durduğumuz yerin bin beş yüz kilometre kare etrafında bir yerlerde bir zamanlar bir kent vardı, şimdi kumlara gömülü. İlk önce şehri bulmanı, ardından belirli bir binayı bulmanı ve binanın köşelerini tam olarak işaretlemek için zemine bu direkleri çakmanı istiyorum," dedim ve adam çölde yürüdü ve yaptı bunu. Ve biz de filme aldık.

George ve Hella yalnızca binanın yerini tarif etmekle kalmayıp, ne kadar derinde gömülü olduğunu da tarif edebildiler. Onu 1,2 ile 1,80 metre derinlikte bulacağımızı söylediler. 1,5 metrede bulduk. Binayı kimin inşa ettiğini, orada ne bulacağımızı, seramik zemin karolarının türünü, binanın içindeki belirli eserleri tarif ettiler. Yine ilginç olan şey, bir yıl önce Canada'daki Guelph Üniversitesinden araştırmacılar buraya gelmiş ve tam da bu sit alanının elektronik taramasını gerçekleştirdikten sonra burada hiçbir şey olmadığını belirten bir makale yayınlamışlardı. Dolayısıyla biz bunları yaparken, bizlerle çalışan arkeologlar bana, "Vaktinizi harcıyorsunuz, orada hiçbir şey çıkmayacak, orada hiçbir şey olmadığını biliyoruz çünkü orayı çoktan taradık, orada bir şey olsa bile asla George'un kazıklarla işaretlediği biçimde yerleşmiş olamaz, niye



başka bir yere gitmiyorsunuz, size bir şey bulacağınız kesin olan bir yer gösterelim, orayı kazabilirsiniz,” diyorlardı. Ben “Hayır, hayır. Tam olarak işaretlediği yeri kazacağız,” dedim. Ve oradaydı. Bin beş yüz kilometre kare içinde yalnızca yetmiş beş santimle ıskalamıştı. Ve bu gayet iyiydi.

JM: Bu olağanüstü.

SS: Bununla birlikte, başarılı olup olamayacağını asla bilmiyorsun ve iş biraz korkutucu bir hal alıyor. Çok miktarda para ve insan söz konusuydu ve yaptıklarımızı izleyen her türden tanık vardı. Tüm süreci izlemek için birkaç üniversiteden gelen araştırmacılar vardı ve kafalarını iki yana sallayıp, “Bu tamamen vakit kaybı,” diyorlardı. Ve George işaret direklerini yerine dikebildi ve hatta giriş kapısının yerini bile gösterebildi.

JM: Ve tüm bunlar, tabi ki, filme kaydedildi. Yıl, 1970’ler miydi?

SS: Bu 1979 ile 1981 arasında oldu. Tüm bunlarla ilgili olarak özellikle ilginç olan şey, 1980 yılında New Mexico, Albuquerque’de yapılan Su Altı Arkeolojisi Konferansında doğu limanında yapılanları açıkladığımda ve ayrıntuları birkaç arkeoloji dergisine

yolladığımda, hepsinin bunun imkansız olduğunu söylemeleri idi. “Olamaz, inanmam, gerçek olması imkansız...” gibi yanıtlar aldım. Şimdi, bu çalışmadan yirmi yıl sonra, Fransızlar bizim 1979’da yaptığımız aynı keşifleri açıklıyorlar ve dergilere kapak oluyor.

Keşfedilenleri onları nasıl keşfettiğimizi açığa vurmadan açıklamış olsaydım, acaba neler olurdu diye düşünüyorum bazen. Sanırım, bu durum bir toplum olarak ne noktada olduğumuza ve ne tür değerlere sahip olduğumuza, inanmaya ve inanmamaya istekli olduğumuz şeylerin türüne dair çok şey anlatmakta.

JM: Sanırım, artık şunu söylemek doğru olur: Yirmi yıl sonra, yaptığınız bu çok etkileyici çalışmaya ve bunların belgelenmiş olmasına rağmen, psikik arkeoloji alanı asla kayda değer biçimde harekete geçmedi.

SS: Eh, evet. Olan şey, birçok deney yapmış oluşumuzdur. Mobius için çok şeyi harekete geçirdiğini söyleyebilirim. Dünyanın dört bir yanında çeşitli araştırmacılarla deneyler yaptık. Ama bir araştırma alanı olarak, sanırım arkeologlar için fazlasıyla tartışmalı ve pek çok parapsikolog için ise normal laboratuvar-istatistik çalışmasının fazlasıyla dışındaydı. Umduğum tarzda gelişip büyümedi çünkü bir biçimde ekoller arasında asılı kaldı.

JM: Ve zamanının çok ötesinde bir fikirdi.

SS: Evet, belki de. Sanırım bu muhtemelen doğru ama buna rağmen, bu yaklaşıma dair yirmi üç makale ürettik ve bunları, ülkenin her bir yanında, daha doğrusu dünyanın her yanında sunduk ve şimdilerde bunların hepsini, yeni bir kitap halinde bir araya

getiriyorum. Bunların hepsi son derece ayrıntılı belgelenmiş deneylerdir. Hepsi, üstünde çalıştığımız belirli araştırma alanlarında yetkili olan bağımsız uzmanlarca değerlendirilmiştir. İşe yarayıp yaramadığını bize söyleyebilecek kişilerdi ve bunu kavramlarına ayırıp, her bir kavram üstünden bize değerlendirme yaptılar. “İki adam bir radyo programında söyleşi yapmaktalar,” dersek, bu yalnızca bir cümledir. Ama kavramlar açısından düşünecek olursan bu, iki adam, söyleşi ve radyo olur, böylece bir cümlede bir dizi kavrama sahip olursun ve biz her bir kavrama puan veriyoruz.

Normalde, elde edilen malzemenin yüzde ellisinin değerlendirilemeyecek türden olmasını bekleriz. Yani uzaktan görürler bize, örneğin bir kişinin ölmek üzere olduğu andaki zihin durumu gibi, test etme imkanı olmayan bilgiler vermekteler. Ama değerlendirilebilecek türden olan geri kalan yüzde elli, aslında malzemenin yüzde yetmiş beş ila sekseni doğru veya kısmen doğru şekilde değerlendirilebilecektir. Biraz iddialı olabilir ama şunu diyebilirim ki, eğer bir şeyi aramak için tek bir yol varsa, uzaktan görüden iyisi yoktur.

JM: Şimdi, biraz da dinleyicilerimizin yararlanabileceği şeylerden söz edelim, Stephan; örneğin, kişinin bu yeteneği kişisel düzeyde nasıl araştırmaya başlayabileceğinden.

SS: Sanırım, akılda tutulması gereken ilk şey, yaptığın şeyin olağanüstü olmadığı. Bu, normal bir işlev. Yani yaptığın şey, doğuştan hakkın olan bir şey. Sana dışarıdan gelen bir şey değil. Bununla doğarsın. Gevşemiş halde olmalısın, bu eğlenceli bir şey

olmalıdır. Uzaktan görü ile çalışmaya başlamak istiyorsanız, şunu denemenizi öneririm: Daha önce hiç gitmediğiniz bir yerdeki bir partiye, bir eve veya iş görüşmesine gitmeden önce, otoparkta bir süre bekleyin veya yol kenarına park edin. Birkaç derin nefes alın ve gözlerinizi kapayın: Kendinize şunu söyleyin: Gideceğim yerde öyle belirgin ve öyle güçlü bir şey veya imge göreceğim ki, bu deneyimi bundan böyle hep o şeyle ilişkilendirecek ve hatırlayacağım. Zihninizi açın ve aklınıza ilk gelecek imgenin ortaya çıkmasına izin verin. Bunun çok karmaşık bir çizim olması gerekmez, basit bir geometrik şekil de olabilir. Basit bir daire, kare veya üçgen olabilecek bu küçük şekli elde ettiğiniz anda kendinize şu soruları sorun: Baskın bir renk var mı? Dokusu nasıl? Tek mi yoksa birkaç parça mı?

Geçenlerde, insanlara çok karmaşık bir uzaktan görü tekniğinin öğretildiği bir konferansa katıldım. Yaptıkları deneyi değerlendirmem istendi. Oldukça kalabalık bir gruptu ve tek kişi bile hedefi tutturamadı. Herkes pek mutsuz oldu ve akşam yemeğinde konuşulan tek şey buydu. Ben de oradakilere, “Tamam, beş hedef belirledim ve hepsi de elinizde tutabileceğiniz fiziksel nesnelere. Solaksanız sol elinize, sağlaksanız sağ elinizi açıp uzatın ve nesneyi elinize verdiğimi hayal edin. Yirmi dakika sonra bunun hangi nesne olacağını size söyleyeceğim ve seçtiğim nesnelere içinde hangisinin seçilecek olduğunu da bilmiyorum. Bunu bir başkasının yapmasını isteyeceğim. Şimdi bu nesneyi elinize veriyorum. Tutun. Yumuşak mı? Yüzeyi sert mi?” diyerek onlara çeşitli küçük,

basit sorular sordum. Sonra, o masada oturmayan birinden bir ile beş arasında bir rakam söylemesini istedim. Masada oturan dokuz kişiden yedisi başabaş veriler verdiler. Yani verdikleri tarif seçmiş olduğum beş hedef kıyaslandığında hedef nesneye en yakın olanlardı. Tabi ki bu gerçek bir deney değildi; masadakilere nasıl kolayca ve doğru biçimde uzaktan görü uygulayabileceklerini gösteren bir örnekti yalnızca.

Her şeyden önce, bu yeteneğe zaten sahip olduğumu ama ancak yeni fark etmeye başladığınızı kabul etmelisiniz. Bu, insanın olağan bir işlevi ve bununla oynayıp eğlenmelisiniz. Bir deneyim yaşamadan önce, o deneyim meydana gelmeden önce, neler olacağına dair bir duyum yakalamaya çalışın. Sanırım, ne kadar isabet kaydettiğinizi gördüğünüzde çok şaşıracaksınız. Geçenlerde aynı şeyi birine söylemiştim ve bana, Washington'da bir toplantıya katılmadan önce arabasını park edip, "İçine gireceğim bu oda neye benzeyecek?" sorusunun yanıtını gözünde canlandırmaya çalıştığımda, üç güçlü kırmızı bant imgesini elde ettiğini anlattı. Şirketin toplantı salonuna girdiğinde, genel müdürün masasının ardındaki duvarda üç güçlü kırmızı bandın baskın olduğu bir tablonun asılı olduğunu görmüş. Dolayısıyla, bu sizin de yapabileceğiniz bir şey. Ama gerçekçi fotoğraflar görmeyi beklemeyin. Daha çok rüyalarda görülen imgeler gibi oluyor alınanlar.

Bizi dinlemekte olan herkes bunu yapabilecek kapasiteye üç aşığı beş yukarı sahiptir. Bazı insanlar bunda biraz daha iyidir, tıpkı aramızda daha iyi atletlerin veya

daha iyi müzisyenlerin veya daha iyi matematikçilerin olduğu gibi. Ama hepimiz bunu yapabilme becerisine sahibiz. Sizde doğuştan var olan bir şey ve sinyali deneyimleme iznini kendinize verecek olursanız, sinyali alırsınız.

(Devam Edecek)

İnternetteki <http://www.stephanaschwartz.com/talks.htm> sayfasından çeviren: Yasemin Tokatlı

AKIŞ

# Öğretmenin Öğrenci Olması

*Varlık: Emmanuel*

Bir öğretmen öğrenmeyi kesince öğretmeyi de keser.  
Böyle birir katlaşır ve sabitleşir.

Öğretmenin öğrenci,  
öğrencinin de öğretmen olması kavramı yeni değildir.  
Her k uşağın bilge ruhları bundan söz etmiştir.  
Öğretme sürecinden öğrenilecek çok şey vardır.  
Ancak öğretmen geliştirecek öğrenci kalmalıdır. □

Kaynak: *Emmanuel'in Kitabı*, Pat Rodegast-Judith Stanton, Meta Yayınları, 2003.

Pozitif Bilim, İnsanlık Durumu ve Psikik Kaygının Boyutları:  
**Hiçlik ve Varlık Üzerine Bir  
 Projeksiyon**

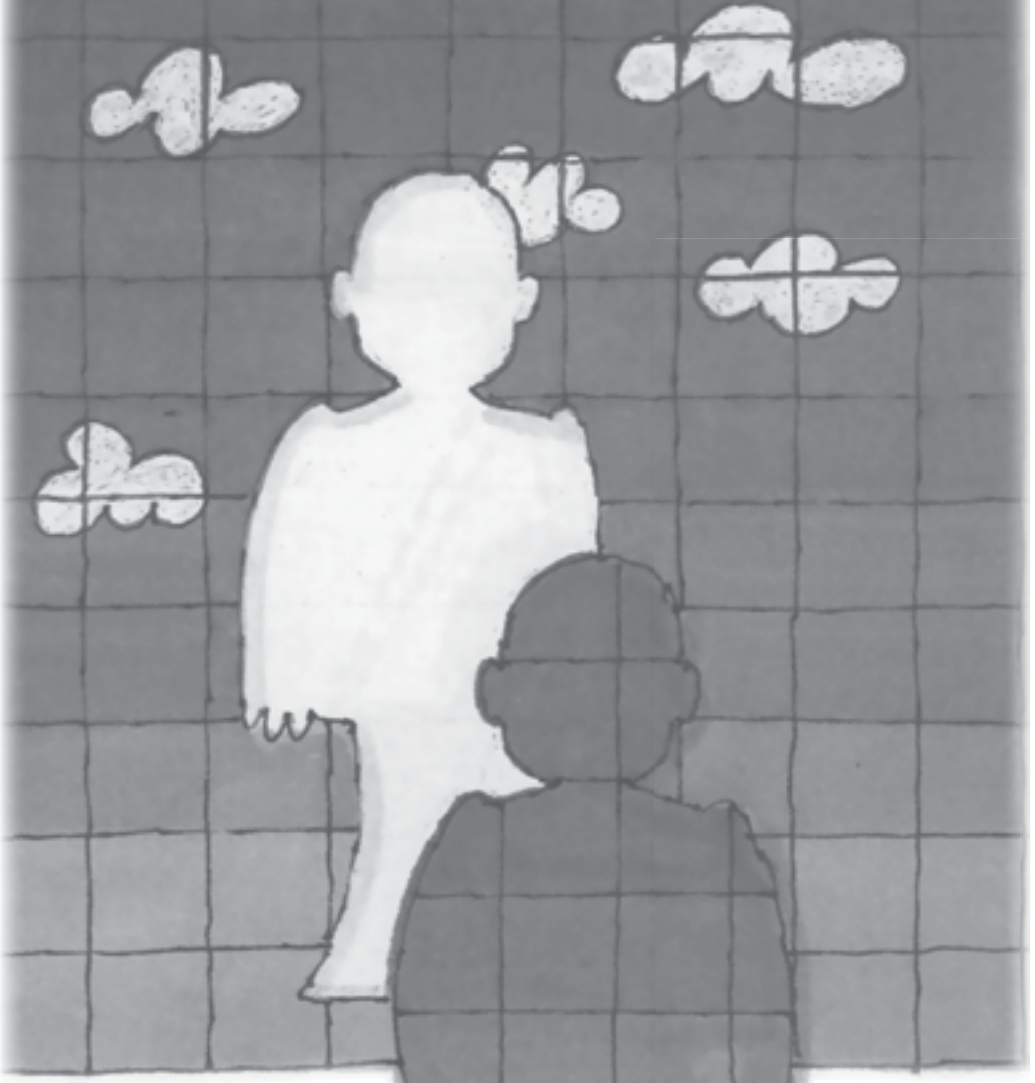
*Aytuğ A. Şentürk*

1. Bölüm

*“Dünyada varolanın ‘var’ı, insandır.”*

*“Hiç, varolanın olduğu gibi açığa çıkmasının insan varolması için olanaklı kılınmasıdır.”*  
 Martin Heidegger

**F**ELSEFİ AÇIDAN Hiç’in düşünülmesi, özne-nesne ilişkileri ile açıklanamayan ileri bir boyut olarak, anlaşılabilirliği kadarıyla bilimsel düşüncenin dışında ve tamamen felsefi bir etkinliktir. Korku ya da kaygı olarak (Alm: Angst) Hiçin düşünülmesi, varlığın derinliklerinden kopup gelen bir deneyimdir. Burada özellikle Heidegger’in düşüncesindeki gibi bir kaygı yaşantısı maddenin ve ruhun derinliklerinde karşılaşılabilecek bir hadisedir. Bu kendine özgü bir deneyim yaşantısıdır. Burada basitçe insanın bireysel ya da kitlesel olarak herhangi bir şeyden korkması söz konusu edilmemektedir, yani bu bilinen ve olağan korku ya da kaygı türü değildir. Nadiren deneyimlenen bu hal içerisinde yani gerçek korku ve kaygı durumunda “...varolanın tümü ortadan kalkar, yok olur. Bütünüyle dayanaksız kaldığımız bu durumda Hiç’i tanırız.” Böylece korku ya da kaygı olarak bu yaşantı Hiç’i ortaya çıkarmaktadır. Heidegger’e göre Hiç; Varolmanın (Dasein) korku ve kaygı biçiminde verilen yaşantısında kendini gösterir. Kanımca bu yaşantı, “bıçak sırtındaki derin bir endişe ya da kaygı”nın ortaya çıkışıyla da kendini göstermektedir. Belirli bir görüşe göre ise Hiç mantuksal düşünüşün konusu olmaktan çıkmakta ve yalnızca varolmanın yaşantısında tanınabilmektedir. Büyücü Don Juan’ın çömezi Carlos Castaneda’nın bir hikayesinde olduğu gibi, büyücünün çömezleri olarak derin bir uçuruma atlanırken korku sınırı aşılmakta ve uçurumdan düşerken yok olan Castaneda ve arkadaşları kaygı ve korku ufkuna girip çıkmalarının ardından başka bir gerçeklik boyutuna taşınmaktadırlar. Bu korku durumuna ilişkin Heidegger’in yaptığı betimleme ise metafiziğin (ya da fizikötesinin) engin ufkunda adeta bilimsel anlamdaki mantuksal pozitivist yaklaşımın derin yanılığını gösteren bir biçimde tam olarak bu duyusal pozitivist yaklaşımın karşıtını işaret etmektedir. Heidegger’e göre varolma fizikötesi bir nitelik içerisinde “... Hiç’in içine bırakılma demektir. Kendini Hiç’in içerisine bırakan varolma” hep varolan dünyevi bütünü dışındadır. Varolmanın ötesindeki bu dışarı olma bir tür *aşma* ya da *aşkınlaşma* (Alm: Transzendenz, İng: Transcendence) deneyimi olarak betimlenebilir. Heidegger’e göre Hiç;



varolmanın karşıtı olmak bir tarafa, "...kökten onun özüne aittir" ve "...varolanın olduğu gibi açığa çıkmasının insan varolması için olanaklı kılınmasıdır." Bu anlamda metafiziğin "insan doğasına ait" özsel bir kavram olarak ortaya çıkması söz konusudur. Bununla birlikte "angst" dünyanın hiçliği karşısında duyulan kaygı, endişe ya da bir tür korku olarak tanımlanabilir. Söz konusu betimlemeyi farklı bir biçimde yapan Hegel'de bu hiçliğin insani öznenin bulunduğu noktadan insanlık durumunun ya da insanın kendi öznel gerçeğinin yine kendisi tarafından soğurulması çağdaş anlamda karanlık

bir görünüm oluşturmuştur.

Buna göre Hegel'in büyük dönüşümlerin yaşandığı 19. yy.daki karamsar ifadeleriyle, insanın yine insan tarafından betimlenen karanlık yönüyle ilgili görünüm şöyledir:

"... İşte bu kapkara gecedir, kendi basitliği içinde her ama her şeyi barındıran bu boş hiçliktir insanoğlu; sonsuz bir temsiller ve imgeler zenginliğidir; ancak bunlardan hiçbiri olamaz

ki nihayetinde kendisine ait, veyahut da elinde mevcut olsun. Bu gece, doğanın tam burada, fantazmagorik temsiller içinde varolan bu iç -yüzü, saf benlik-kendisini aşarak kendi etrafını kaplayıveren o kapkara gecedir; içinde, bir yerde kanlı bir baş düşer, başka bir yerde ise ölü gibi bembeyaz bir silüet ansızın peyda olur, düşen başın dibinde yine ansızın bitiverir ve bir anda yok olur. Bu geceyi görebilmenin tek yolu, insanın gözlerinin içine, korkunç ve dehşetli bir karanlığa dönüşen bu kara geceye dolaysızca bakmaktır.”  
(G.W.F. Hegel, *Jenaer Realphilosophie* elyazmaları).

Temelde psikanaliz tarafından öne sürülen Oedipus Kompleksi özelde babayla ama daha kritik olarak aile ilişkilerinin yapılanmasıyla ilintilidir. Çocukluktan ergenliğe geçişte ve erginleşmeden olgun insan oluncaya kadarki değişik aşamaları olan otoritenin yatay ve dikey baskısı sonucu önceleri reel durumlara karşı gösterilen bir reaksiyon olarak korku, zamanla vicdani oluşum yoluyla dengelenir. Birçok yaklaşımda otoritenin içselleştirilmesi, kişinin kendi kendisinin vicdani yargıcı olmasıyla özdeş olarak değerlendirilmektedir. Bazı yaklaşımlarda özellikle ideolojik bakımdan eleştirisi yapılan korku durumuyla, içinde yaşadığımız dünyanın kendi ideolojik boyutları ve kapitalist normlarıyla, bunların tekil biçimi ya da birimini oluşturan aile ortamı ve otorite arasındaki ayrıntılı ilişkiler incelenmiş ve sonuçta

süperego olarak tanımlanan etkenin vicdan ile izomorfik, yani tek biçimli bir benzerlik gösterdiği savunulmuştur. Buna göre bazı durumlarda olgunluğa geçişte dünyanın dışsal otoritesi aile aracılığı ve Oedipus Kompleksi yardımıyla içselleştirilmekte ve reel korkunun yerini, bu kez nevrotik bir korku biçimi almaktadır. Bu anlamda pozitif korkunun bir anlamda sinirceli bir şekilde yaşamaya devam ettiği ve fakat psikolojik düzeye transfer edildiği belirtilmektedir. Maddeci teze göre kapitalizme özgü tüm korku biçimleri sonuçta sinirceli bir biçime transfer edilir. Bununla birlikte vicdanın ortaya çıkışı kaygının anlamlı bir düzeye çekilebilmesini de sağlamaktadır. Tinsel açıdan ise vicdani oluşumu tanımlayabilmenin güçlüğü genellikle üstün bir realite anlayışı ile biçimlenir diyebiliriz. Bu anlamda bu farklı türdeki korku ve kaygı, bir bakıma insanın olgunlaşmasında belirli bir düzeye kadar gerekli de görülebilecektir. Ancak özellikle toplumsal vicdanın gelişimi, belirli bir biçimde dış dünyadan türeyen bir *iktidar* etkisiyle de ilişkilendirilebilir. Burada kastedilen iktidar ise, bilinen siyasi iktidar anlamıyla tanımlanmaz. O daha çok; burada ifade etmek gerekirse, söylemsel düzeyde salt siyasi bir olgu olmaktan çok Foucault'nun terimleriyle; "...bir kurum, yapı ya da sahip olduğumuz bir kuvvet değildir. İktidar, verili bir toplumda karmaşık stratejik bir duruma verdiğimiz isimdir." Ayrıca iktidarın etkileri ise, "...Öznelerin eylemlerine etki anlamında değil, toplumsal dokuya yayılmış, anonim işleyen söylem ve pratiklerin birbirleri üzerindeki etkileri olarak..." düşünülebilir. İktidar, verili

güçler arasında kurulan bir ilişkisellik içinde ve güçler alanı olarak, "... Henüz diyagramlara oturtulmamış, saf bir kendiliğindenlik arz eden, tabakalaşmadan yoksun, heterojen oluşum alanıdır." Burada iktidarın fonksiyonu sınıflandırılmamış, bağlantısız ve gelişigüzel güçler alanı içerisindeki düzeni sağlamaktır ve bu bağlamda akışkan, sahiplenilemez ve merkezsizdir.

Nitekim korku genellikle hoş bir şey olarak karşılanmadığından bir takım telafi mekanizmaları yoluyla giderilmeye de çalışılmaktadır, bunlar arasında en iyi bilinenlerinden biri de uyum sağlamaktır, iktidara uyum sağlama yoluyla korkunun giderilmesine çalışılır ve bu noktada bir özdeşleşme işlevi ortaya çıkmaktadır, kişi otorite ile özdeşleşme ilişkisine girebilecektir. Ancak çok yönlü biçimde ortaya çıkan iktidar ilişkileri mesela bir partinin üyesi olmaktan tutun da, okul-aile birliğine ya da belirli bir dinsel ya da felsefi akımın sözcülüğüne ya da sıradan bir örnek olarak futbol kulüplerini desteklemeye kadar her yerde karşımıza çıkacaktır; burada önemli olan doğru ve sağlıklı otorite ilişkisinin moral boyutlarıdır. Psikik açıdan tanımlanabilen vicdan ilişkisi de kesinlikle bu tür bağlantular karşısında meşruluğunu moral değerler üzerinden kurar. Oysa çağdaş ya da postmodern anlamıyla insani olan tüm değerlerin meta ilişkileri olarak değerlendirilebildiği bugün gözlemlenebilmektedir. Artık sadece nesnelerin değil, örneğin kişiliklerin de simgesel mübadele (alış-veriş) konumunda bulunduğu bilinmektedir. Belirli bir ürün

kullanımıyla satılması gereken şey, arzu edilen ve fakat maddi olmayan bir nitelik ya da değer için sembol haline getirilmektedir. Bu, kapitalist pazar ilişkileri sonucu örneğin, spor otomobil biçimiyle erkeklik, makyaj malzemesi yoluyla güzellik, parfüm yoluyla edinilen çekicilik ya da pırlanta hediye ile aşkın ifadesi gibi alış-veriş değerlerine dönüşür. Bu yolla bazı insani özellikler bizzat pazarda değişim değeri taşıyan birer metaya (mal-ürün ya da hizmetin kapitalist biçimi) dönüşmüştür. Tüketim toplumu kavramı her şeyden çok bu tür nitelikler üzerine kurulmaktadır. Çağdaş anlamda metanın gerçek önemi onun kendi ekonomik işlevinin sınırlarını aşmasıdır. Kültür sosyolojisinden örnek vermek



gerekirse, kitle toplumu insanı olan günümüz bireyi medyada ya da yakın çevresinde akan simgeler, göstergeler ya da ikonlarla çevrelenmiş bugünkü yaşamında, kendisine dışsal olarak göstergelerin dolayımında, kişisel görünümünün de fetişleşmesi durumu ile karşılaşmaktadır. Oskay'a göre bu durum; meta fetişizminin günümüzdeki gelişiminin insanı görünümü ile insana dönüştürüp kişinin görünümünü fetişleştirilmesiyle tamamlanmış bulunmaktadır. Bu süreç kişilerin "gerçek" bir varoluş potansiyelini bulamadıkları reel toplumdan kaçmak için var olan toplum ya da gerçeklik karşısında edilgin bir rol izlemelerine neden olabilmektedir.

Günümüzde yabancılaşma çok çeşitli biçimlere bürünebilmekte ve pazar ilişkileri içinde her gün farklı bir yolla tezahür edebilmektedir. İnsanların bugün sosyal anlamda gerçekleştirdikleri hiçbir edim meta üretiminin yasalarından bağımsız değildir. Hatta meta ilişkileri yoluyla saptanmış toplumsal bir örgütlenmenin bir parçası gibidir ve bundan gerçek anlamda bağımsız kalmak da günümüzde bir hayli zor olmaktadır. Bu anlamda günümüzde söz konusu olan bir başka durum, ifade edilen ilişkilerin özellikle insan gövdesi yoluyla gönderme yapması ve de dolayımlanmasıdır.

(Devam Edecek)

#### KAYNAKLAR:

- Arslan, Ahmet. *Felsefeye Giriş*. 9. Basım. Ankara: Adres Yayınları, 2007.
- Demir, Ömer. *Bilim Felsefesi*. İkinci Basım. Ankara: Vadi Yayınları, 2000.
- Deveci, Cem. "Foucault'nun İktidar Kavramsallaştırmasında Siyasal Boyutun Ayrıştırılmazlığı", *Doğu Batı Dergisi*. Sayı:9, Ankara 1999.
- Duhm, Dieter. *Kapitalizmde Korku*. Çev: Sargut Sölcün. Üçüncü Basım. Ankara: Ayraç Yayınevi, 2002.
- Gottdiener, Mark. *Postmodern Göstergeler*. Çevirenler: Erdal Cengiz, Hakan Gür, Arhan Nur. Ankara: İmge Yayınevi, 2005.
- Hume, David. *İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme*. Çeviren: Aziz Yardımlı. İstanbul: İdea Yayınevi, 1997.
- Işık, Emre. *Beden ve Toplum Kuramı*. İstanbul: Bağlam Yayınları, 1998.
- İyi, Sevgi. *Çağımızda Metafizik Sorunu*. Ankara: Ayraç Yayınevi, 1999.
- Oskay, Ünsal. *19. YY.dan Günümüze Kitle İletişiminin Kültürel İşlevleri*. Der Yayınları, Dördüncü Basım. İstanbul, 2000.
- Schopenhauer, Arthur. *İsteme ve Tasarım Olarak Dünya*. Çeviren: Levent Özşar. İstanbul: Biblos Yayınları, 2005.
- Tekelioğlu, Orhan. "Moderniteye Sıkışan Özgürlük: Foucault'nun Kendilik Teknolojilerine Bir Bakış," *Doğu Batı Dergisi*. Sayı:9, Ankara 1999.
- Wittgenstein, Ludwig. *Tractatus Logico-Philosophicus*. Çev: Oruç Arioba. Dördüncü Basım. İstanbul: Metis Yayınları, 2006.



# İnançlarınızın Farkına Varın

*Dr. Judith Orloff*

**K**İMLER hastalanır? Nasıl iyileşebiliriz? Hastalıklar genetiğimizin yoksa fiziksel etkenlerin mi bir sonucudur yoksa başka bir şey mi söz konusudur? Sezgi? Ruhsallık? Düşünce yapınız, sağlık geçmişinizin ortaya çıktığı sahnedir. İnanmış olduğunuz şeyler, yalnızca entelektüel ilgilerinizden ibaret değildir. Taşıdığımız inançlar, kelimenin tam anlamıyla, ninni dinlermişsiniz gibi sizi yatırmalıdır. Şifa hakkında kitaplar okumak, konuşmalar dinlemek ve atölye çalışmalarına katılmak iyi olabilir fakat sonuçta sizi iyileşme sürecinden inançlarınız geçirmelidir. Şimdi başlayın. Sağlığın ve hastalığın anlamına dair sağlam bir vizyon edinin.

Toplumumuzda, bizler genellikle doğal dünya ve kendimizle bir tür uyum içinde olmaktan çok uzağızdır. Şifa hastayken ilgilendiğimiz bir şeydir, bir hayat tarzı değildir. Şunu dile getirmek önemlidir: Hangi inançlarla yaşıyorsunuz? Bunlar destekleyici mi? Kriz ya da çaresizlik anlarında bu inançlara güvenebilir misiniz? Hastalığa ilişkin tutumunuzu belirlemek, hasta olsanız da olmasanız da çok önemli bir noktadır. Niçin önemlidir? Çünkü bu tutum sizin -sadece sağlıkla ilgili değil, her şeyle nasıl yüzleştüğünüze dair- önceliklerinizi belirler. İman, cesaret, merhamet, mizah duygusu, sezgi, umut... Bunları bulmak için son dakikaya kadar beklemeyin. Hastalıklarla nasıl mücadele ettiğiniz, stresle nasıl mücadele ettiğinizi gösterir. Aradaki fark, sağlığınız kötüye gittiğinde, sınırlarınızın sonuna dek zorlanmasıdır.

Çin yazı dilindeki kriz iminin ima ettiği gibi, kriz bir fırsat mıdır? Yoksa bu, aslında değiştirilemez bir durumu rasyonelleştirmek midir? Açıklayabilmek için, sezgiye bakalım. Sezgi bize, her şeyin görüldüğü gibi olmadığını söyler. Anlam üstünde anlam şeklinde katmanları vardır algının. Sihir ve gizem hakkında konuşalım! Evet, hastalıklar mücadele gerektirir, tıpkı herhangi bir kahramanın hikayesi gibi. Bizden ne istenmektedir? Fiziksel olsun ya da olmasın, tüm kahramanlık mücadeleleri tek bir ortak noktaya sahiptir: Kalbin çağrısına. Bu çağrının, yapabileceğimiz her şeyden daha önemli olduğunu, canlı oluşumuzun sebebi olduğunu öne sürüyorum. Sevgi derslerinin



ortaya çıkışı, biz hastaysak ya da acı çekmekteyssek bilhassa zordur. Kendimize merhamet göstermek ve de iyileştiren sevgi gücü ile sezgisel bir bağ kurmak için savaşmalıyızdır. Tabi ki, hiçbirimiz hasta olmak ya da acı çekmek istemeyiz. Ama durum buyusa, sevecen nezaket ve onun tüm sonuçları ihtiyacımız olan gücü bize sunacaktır.

Şifa dolu bir yaşam, sağlığın hastalık içeren dönemlerinde pozitif bir inanç sistemini benimsemenizi gerektirir. Fakat bunu yapmadan önce, zor olanı başarmalısınız. Kısacası, esenliğinizi sabote eden ve içselleştirdiğiniz tüm negatif seslerle yüzleşmelisiniz. Onların ne demek istediğine kulak verin. Hepimizin çok yakından tanıdığı ama ortalıkta görünmelerini istemediğimiz tüm bu karakterlere izin verin ki, ortaya çıksınlar ve onlarla yüzleşebilsin: aziz, mağdur, zalim, yaralanmış çocuk, eleştirici ebeveyn ve sadakatsiz.

Rakiplerinizi yenmek için onları tanımalısınız. Listeyi yaparken bir şeyleri atlamışsam, gerisini siz doldurabilirsiniz. Bunlar size aşına geldi mi?

Birçoğumuzun ömrü negatif sesleri yaratarak ya da dinleyerek geçer. Bu sesler nereden gelmektedir? Niçin acımasızca ısrarcıdır? Sırasıyla söyleyecek olursak, bunlar ailemiz, öğretmenlerimiz gibi otorite figürlerinin ve de kendi olağan güvensizlik hislerimizin bize söyledikleri kelimelerin yankılarıdır. Ayrıca, vücut kimyası da önemli bir rol oynar. Serotonin seviyesi düşerse, depresyon başlayabilir. Ayrıca, türümüzün tarihi hayatta kalmak için bizi tehlikeleri bekler

hale getirmiştir. Buna ek olarak, kendimizi motive etmek ve yenik düşme olasılığına karşı çıkmak için endişeyi kullanırız. En kötüsünün başımıza geleceğini beklersek, hayal kırıklığına uğramak daha zor olur. Problem şudur ki, negatif duygular tarafından yönlendirilmeye bağımlı hale gelmişizdir. Akşam haberlerinde izlediğimiz sonsuz kargaşayı düşünün. Son olarak da, sezgisel açıdan negatif olanın çok daha dengeli ve süptil olan pozitif kiyasla daha gürültülü, daha heyecanlı ve daha dayanıklı bir yük taşıdığını hatırlayın. Genelde, sezgilerinizi kullanmak bakımından acemi olduğunuzda, diğer her şeyden önce travmatik olayları ve duygusal karışıklıkları algıyorsunuz. Hatta olağan yaşamımızda bile dikkatimiz, her zaman sorunsuz çalışan sistemler yerine trafik kazaları gibi şeylere kayar.





Gördüğünüz gibi, negatif sesler birçok kaynağa, daha doğrusu güce sahiptir. Onlardan tamamen kurtulmak için, odağınızı tekrar koşullandırmalı ve bunu yaparken korkunun yerine imanı koymalısınız. İlk olarak, attıkları tiradları açığa çıkarmalısınız. Geride hiçbir şey kalmayana dek. Doğruca üstlerine gidin. Bir samuray gibi saldırın: Deşin. Tek bir darbeye. İkinci olarak, bu sahte, acımasız inançlarla çarpışmak için merhametin her bir damlasını yardıma çağırın. Korkuya kapılmayın. Üçüncü olarak, bu katlanılmaz seslere, “Paylaştığın şeyler için teşekkürler,” deyin ve hayatınıza devam edin.

Negatif seslerin nasıl güçlü ve ısrarcı olduklarını, kendi deneyimlerinden çok iyi biliyorum. Onlar bizim endişelerimizden ve genişlemeye direnen parçalarımızdan beslenir. Artık tamamen gittiklerini sandığınızda, daha büyük güçle geri gelir. Bununla beraber, hayatınızın korkuyla yönetilmesine mi yoksa sevgi ve umuda dayanmasına mı karar vereceğiniz bir nokta gelecektir. Bu önceliği kesinleştirmeniz, iyileşmenin bir sonraki aşamasına geçişiniz için çok büyük önem taşıyacaktır. Unutmayın, her bir kazanım azar azar geldikçe siz bu negatif sesleri daha hızlıca yakalayabilecek ve onlardan daha hızlı şekilde kurtulabilecek hale geleceksiniz. Bu da kayda değer bir ilerlemedir ama sürecin devam etmesi

gerektiği de bir gerçektir.

Kanserden soğuk algınlığına dek her çeşit hastalıkta, hatta şifası olmadığı düşünülen hastalıklarda bile zihnin iyileşme ve iyileştirme yeteneğini göz ardı etmeyelim. Sezgilerinizi sevgiyle yeniden odaklamayı öğrenerek, herhangi bir hastalığa çare bulmak için çabalayabilir ve bir iyileşme sağlayabilirsiniz. Bu da bizi esenliğin başlıca etkenlerinin pozitif inançlar, duygular ve eylemler olduğu bir dünyayı takdir etmemize yol açabilir ve bu da bizim bağışıklık sistemimizi harekete geçirebilir. Hastalıklara karşı savunmamızın beden çapında bir iletişim ağıyla ilişkili olduğu bir dünyada, bu ağı programlama sürecine aktif olarak katılabiliriz. Biraz bilim, içgüdü ve gizemden oluşan bir karışım: işte sezgisel şifa size bu şekilde fayda sağlayabilir.

Şifa ve esenlik için pozitif düşünce yaratmanıza yardımcı sorulardan oluşan bir egzersiz öneriyorum:

- \* İnançlarınız, hastalığınız sırasında size güç veriyor mu? Vermiyorsa, size güç verecek inançları bulmaya hazır mısınız?
- \* Sağlıkla ilgili sorunlarda, sezgileriniz nasıl bir rol oynuyor? Onlara ne derecede güvenebilirsiniz?
- \* Hastalandığınızda ya da acı çektiğinizde kendinizi nasıl tedavi ediyorsunuz? Eğer kendinizi eleştirmekteyseniz, bunu kendinize merhamet duymaya nasıl dönüştürebilirsiniz?
- \* Sevginin iyileştirici gücü olduğuna inanıyor musunuz? Peki ya mizah duygusunun? Bunları test etmeye hazır mısınız? □

# Madde Bağımlılığı ve Ruhsallık: Doğal Bir Karışım

*Roy E. Klienwachter*

**R**UHSALLIĞIN veya ruhsal olmanın, madde bağımlılığı ile ne ilgisi vardır? Tiryakilik veya bağımlılıklar gerçekten de kontrolümüz dışında oluşan bir ruhsal tezahür müdür yoksa bunlar fiziksel yaşamımızda ego tarafından yapılmış hür bir seçim midir?

Madde bağımlısı olan üvey oğlumun çıktığı ruhsal yolculuk, onun bu tür bağımlılıkları ruhsallıkla tedavi eden bir program oluşturmasıyla sonuçlandı. ConRoy adıyla bilinen bu tedavi programını bağımlıları bütünsel bir anlayışla yani zihin, beden ve ruh düzeylerinde iyileştirmek amacıyla başlattı. ConRoy Programı, diğer pek çok bağımlılık tedavisi programının aksine dine ve dinsel inançların güçlendirilmesine değil de, ruhsallığa dayanan bir program; bağımlılıkları tedavi etmek için insan bedeninin ve zihninin doğal kaynaklarını kullanmakta.

Fiziksel bir nesneye ya da olaya dayanarak, daima onu temel alarak yaşamak bir bağımlılık veya tiryakilik olarak tanımlanır. Bağımlılıklar tamamen kontrol edilemez değildirler; öyle olsalardı, hiç kimse bunların üstesinden gelemezdi. Kontrol edilebilmeleri, bu bağımlılıkların ardında bir zekanın olduğu anlamına gelir. Zeka, usavurma becerisidir ve fiziksel olan her şey bilincin şu veya bu düzeyinde usavurulmuş, aklileştirilmiştir. İnsan deneyimlerinin hepsi ilk başta bir düşünce olarak yaratılır veya tezahür eder.

Hastalıklar veya kazalar, usavurma aracılığıyla oluşurlar; şans eseri oluşan veya Tanrı'nın veya -düşüncelerinizde yer tutuyorsa eğer- Şeytan'ın müdahalesiyle meydana gelen rasgele olaylar değildirler. Hastalık veya kazalar, sizin tarafınızdan yaratılırlar. Hastalık, -bu veya önceki- hayatınızda iyi gitmeyen şeylere verilen fiziksel bir yanıtıdır. Aynen, sağlıklı bir yaşamın hayatınız iyi gittiğine dair fiziksel bir yanıt olması gibi. Hastalık, hayatınıza bilincinizin bazı seviyelerinde davet edilir. İlk aşamada neden hasta olduğunuzun farkına vardığınızda, hastalık kısmen veya tamamen tedavi edilebilir. Altındaki

nedeni keşfettiğinizde, ölümcül kansere bile çare bulunur. Kanser, deneyimleriniz içinde ortaya çıkan ve kendi zihniniz tarafından oluşturulmuş bir düşüncedir. Kanser için kalıcı çözüm, kendi düşüncelerinizle kanserin nedenine seslendiğinizde, onun oluşmasını tetikleyen düşünce zincirinin farkına varabildiğinizde bulunur. Bu sözler kulağa acımasız gelebilir fakat fiziksel dünyadaki hiçbir şey, onun oluşmasına neden olan ilk düşünce var olmadan var olamaz.

Bağımlılık bir hastalıktır ve bir düşünce tarafından ortaya çıkarılır. Bu düşünce ya kalıtsal ya da sizin kendi bilinçli seçiminizin bir yan ürünüdür. Sözünü ettiğim program ise hastaya bu farkındalığı sağlamaktadır ve bu hastalığın belirtilerine değil, köküne indiği için de başarılıdır.

Bir bodrum katında ölmek üzereyken bulunan üvey oğlum kurtarıldı ve tedavi altına alındı. Sadece iyileşmekle kalmadı, kendi deneyimlerini başkalarına yardım etmek için kullanmaya da başladı. Verdiği dersler, yaptığı söyleşiler ve kendi deneyimleri, onu böyle bir program oluşturup insanlar için bir tedavi merkezi açmaya yönlendirdi. Onun bütünsel tedaviye yönelik tutkusu, pek çok kişiye yararlı oldu.

Hayatta elde edilen en büyük deneyimler kişisel bilgilerden ve bunu diğerleri ile paylaşma isteğinden ortaya çıkar. Bağımlılar söz konusu olduğunda ise, bu insanlar

için kendilerini bulmak, kendi ruhsallıklarını keşfetmek büyük bir zorunluluktur. Yaşam amaçlarını keşfetmek, hayatlarını tekrardan keşfetmek ve kendi hayatları pahasına da olsa diğerleri ile bağlantılarını tekrardan gözden geçirmek gibi bir dürtünün etkisindedirler. Bağımlılık onları yok edemezse, pek çoğu diğer insanlar için bir örnek oluşturur ve daha büyük deneyimlere doğru yol alır. Çoğu, geçmişteki deneyimlerine ve bağımlılıklarına bakıp onları şimdi buldukları noktaya



getirdikleri için yaşadıkları şeylere takdir ve şükran duygusuyla yaklaşırlar. Hayatı farklı algılar ve hayata, pek çoğumuza yabancı gelen ve umulur ki hiçbir zaman deneyimleyemeyeceğimiz farklı bir bakış açısından bakarlar.

Her insan şu veya bu bağımlılıktan mustarıptır. Yapılan bazı araştırmalara göre, bugün dünyadaki bir numaralı bağımlılık aslında televizyon izleme tiryakiliğidir. Bağımlılıklar ego tarafından arzulanır. Ego kendi

kimliğini pekiştiren herhangi bir şeye takılı kalabilir. Ego hep hayatta sürekli olamayacağından korkar, bu yüzden bağımlılık ego için doğal bir şeydir çünkü egonun kimliği ile yakından özdeşleşir. Bağımlılık, egonun onu sürdürmek adına savaşıacağı bir bağlıdır.

Bağımlılıklardan kalıcı olarak kurtulup iyileşmek, ruhun kendi doğal varoluş durumuna, yani özgürlüğe doğru ilerleme iradesinden ortaya çıkar. Bağımlılık hayat için bir son amaçtır, oysa ruhun doğal durumu hayatın tüm yönleri ile deneyimlenmesine doğru hareket etmektir. Yaşam harekettir, oysa bağımlılık küçücük bir kutudur. Bağımlılık ona bağımlı olan kişiyi yaşam kisvesine bürünüp sonsuz bir çember içinde dönmeye yönlendirebilir.

Bağımlılara yönelik programların genellikle başarısızlığa uğramasının nedeni de ruhun bu özelliğini ele almamalarıdır. Dine ve dinsel inançların güçlendirilmesine dayalı programlar genellikle başka bir bağımlılığa yol açar ve bu da gerçek bir iyileşme değildir. Korkuya/endişeye dayalı programlar ise, ego ve ruh arasındaki yıkıcı bir ilişkiden başka bir şey değildir. Ruh, fiziksel dünyada bizim tecrübe ettiğimiz ya da tezahür ettirdiğimiz her şeyin arkasında olan güçtür. Bu bilgiyi tövbe etme, acı çekme, korku, başka inançlara veya maddelere dayanmaksızın kullanmak ise bedeni, fiziksel varlığın daha doğal bir durumuna yönlendirmek açısından hayli mantıklıdır.

Hiç kimse bir başkasının bağımlılığının kökenindeki neden hakkında doğru bir yargıda bulunamaz. O kişi bile, büyük

---

*Ego  
hep hayatta  
sürekli  
olamayacağından  
korkar.*

---

ihtimalle, bu nedeni veya nedenleri bilmemektedir. Fakat egosunun sıkıca tutunuşunu gevşetmeye başladığı anda, yanıtlar önyargısızca ve kolayca gelecektir.

Herhangi bir bağımlılık tedavisinin savunucusu olmadığım halde, bu programın, insanların neden hastalandıklarına veya kaza geçirdiklerine ilişkin bilgilerimle örtüştüğünü görüyorum. Hepimizde kendimizi hasta etme veya kazaya uğratma yeteneği olduğuna inanıyorum. Bunları kendimize çekmemize yol açan düşünceleri değiştirip düzeltme yeteneğine de doğal olarak sahibiz.

Hastalığımızın sorumluluğunu kabul ederseniz sonrasında bunları değiştirmek için gücünüzü koruyabilirsiniz. Kabul etmezseniz, otomatikman bir mağdura dönüşür, kendi gücünüzden eksiltir ve tam iyileşme için çok az şansa sahip olursunuz. Durum her ne olursa olsun, yapacağınız seçim deneyimimizin ta kendisi olan koşulsuz sevgiden gelir: Bu, fiziksel dünyaya gelmeden önceye ait bir vaattir. Her zaman var olacaksınız ve her zaman seçim özgürlüğüne sahip olacaksınız. □

# Etkinlikler

## BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

• SALI KONFERANSLARI (Saat: 19:30-21:00)

02 HAZİRAN	Ruhsal Bilgilerin Ezoterik Tarihi 2 .....	Tarık ARIKDAL
09 HAZİRAN	Zaaflar .....	Levent KOSOVA
16 HAZİRAN	Ruhsal Tebliğlerin Amacı .....	Alpaslan CEBBAROĞLU
23 HAZİRAN	İlişkilerimiz .....	Zümrüt ERKİN
30 HAZİRAN	Duygular Ve Sağlık .....	Fadime EMİR

Yer: Hasnun Galip Sok. Pembe Çakmazı Zariği Apt. No: 4/6 Beyoğlu / İST. • Tel: (0 212) 243 18 14-249 34 45 •  
Faks: (0 212) 252 07 18 • email: bilyay@bilyay.org.tr • www.bilyay.org.tr

## ANKARA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

• SALI KONFERANSLARI (Saat: 19:00-20:30)

02 HAZİRAN	Varlık Bildiğinden Sorumludur İlkesi .....	Ercüment KAYA
09 HAZİRAN	İmajinasyon Yaşamımızı Nasıl Etkiler? .....	İsmet YALÇIN
16 HAZİRAN	Sikluslar ve Son Devre Özellikleri.....	Adnan ERSOY
23 HAZİRAN	Ruhun Zaferi İçin Kendine İnan, Kendine Güven .....	Günay YALÇIN
30 HAZİRAN	Düşüncelerin Kontrolü Nasıl Gerçekleşir? .....	Seyhan OKAN

Yer: Necatibey Cad. No: 72/7 06430 • Tel: (0 312) 231 28 57 • Faks: (0 312) 325 60 42 •  
email: aradposta@yahoo.com • www.arad.gen.tr

## İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

• SALI KONFERANSLARI (Saat: 19:00-20:30)

02 HAZİRAN	Görünmeyen Etkileşim ve Şifacılık .....	Oya TİMURDOĞAN - Gülbin KINACIGİL
16 HAZİRAN	Psşik Yeteneklerin Günlük Yaşamda İzleri.....	Nusret Sefa YILMAZ

Yer: Mustafabey Cad. No: 1/1 Kat: 6 Da: 24 Berki Apt. Alsancak / İzmir

Tel: (232) 464 00 17 • email: irader@superonline.com • www.irad.org

Not: Konferanslara katılım ücretsizdir, ancak yerimiz sınırlı olduğundan lütfen 464 00 17 no'lu telefonumuzu arayarak kayıt yaptırınız.

## ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

• SALI KONFERANSLARI (Saat: 19:00-20:30)

02 HAZİRAN	Ruhsal Söyleşiler (Video Gösterisi) .....	Ergün ARIKDAL
09 HAZİRAN	Parapsikoloji Konferansından Notlar .....	Zülal ÇEVİK
16 HAZİRAN	Serbest Soru-Cevap	

Yer: Ramazanoğlu Cad. Kutlu Apt. K:1 D:2 01130 Tel: (0 322) 454 60 29

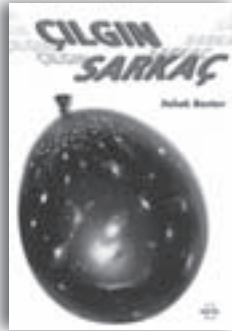
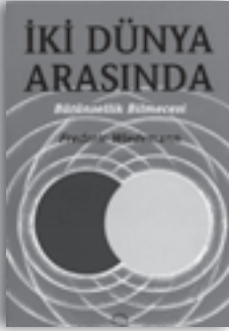
E-mail: adrad@ttnet.net.tr

NOT: TÜM İLLERİMİZDEKİ ETKİNLİKLERE GİRİŞ ÜCRETSİZ ve SERBESTTİR.  
GEÇ KALINMAMASI RİCA OLUNUR.



# Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Bir Yaşamınz Daha Olsa:</i> Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl.....	15 TL
<i>Cesur Ruhlar:</i> Robert Schwartz .....	18 TL
<i>Çılgın Sarkaç:</i> Itzhak Bentov .....	18 TL
<i>Diyet ile Romatizma Tedavisi:</i> J. V. Belle.....	11 TL
<i>Dünya'ya Mektup:</i> Elia Wise .....	16 TL
<i>Emmanuel'in Kitabı:</i> Judith Stanton, Pat Rodegast.....	18,5 TL
<i>Göksel ve Yersel Işımlar:</i> Wilton Kullmann .....	10 TL
<i>Hiçlik Denen Yer:</i> Zeynep Camat .....	14 TL
<i>İçten Dışa Değişim Teknikleri:</i> U. Markham.....	11 TL
<i>Kendinizi Güvende Hissedin:</i> William Bloom .....	13 TL
<i>Kızulderili Bilgeligi:</i> Timothy Frecke .....	11 TL
<i>Küçük mucizeler:</i> Judith Leventhal .....	11 TL
<i>Koruyucu Meleğinizin Konuşuyor:</i> Jonathan Cainer .....	12 TL
<i>Koşulsuz Muhtuluk:</i> H. R. Cushnir .....	12 TL
<i>Mandala:</i> Helga Fiala .....	18 TL
<i>Masumiyete Dönüş:</i> J. M. Schwartz .....	16 TL
<i>Mong:</i> Hendrick Vanneck.....	10 TL
<i>Neden Ben, Neden Bu, Neden Şimdi:</i> Robin Norwood .....	14 TL
<i>Seçtiğin Yaşam Seninindir:</i> Barbara Sher .....	14 TL
<i>SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı</i>	
<i>Kırmak:</i> D. Zohar–Dr. I. Marshall .....	19 TL
<i>Strese Son!:</i> Alix Kırsta .....	20 TL
<i>Tui Na Çocuk Masajı:</i> M. Mercati .....	18,5 TL
<i>Zararlı Işımlardan Korunma:</i> W. Kullmann .....	11 TL



# Ege Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Alexander Tekniği:</i> Jonathan Drake .....	15 TL
<i>Batık Kıta Mu'nun Çocukları:</i> James Churchward.....	15 TL
<i>Beethoven ve Ruhsal Yol:</i> David Tame.....	14 TL
<i>Bilinmeyen Jung:</i> Stephan A. Hoeller .....	14 TL
<i>Bitmemiş Senfoniler:</i> Rosemary Brown.....	10 TL
<i>Çocuğumuzun Ruhsal Eğitimi:</i> D. Carroll .....	15 TL
<i>Çocuklara Öz Saygı ve Değerleri Öğretmenin</i>	
<i>100 Yolu:</i> D. Loomans-J. Loomans .....	16 TL
<i>Frodo'nun Arayışı:</i> Robert Ellwood .....	14 TL
<i>Geleceğe Ait Kitle Rüyaları:</i> H. Wambach.....	15 TL
<i>Geleceğin Psikolojisi:</i> Stanislav Grof.....	16 TL
<i>İngelenin İyileştirici Gücü:</i> M. L. Rossman.....	14 TL
<i>İnsiyeler İçin Astroloji:</i> Pappus.....	9 TL
<i>İyileşmenin Simyası:</i> Dr. Edward-	
<i>C. Whitmont.....</i>	14 TL
<i>Kabile Geri Döndü:</i> Janet Cunningham .....	14 TL
<i>Kalbin Dili:</i> Dr. Paula M. Reeves .....	14 TL
<i>Kaos:</i> John Briggs–F. David Peat.....	13 TL
<i>Kendi Kendine Telkin:</i> Emile Coue.....	11 TL
<i>Kutsal Evrim:</i> Edouard Schure.....	13,5 TL
<i>Masal Dağı'nın Sırrı:</i> Gündüz Öğüt.....	10 TL
<i>Mısır'da Ölümlü Sonrası Fikri:</i> W. Budge .....	10 TL
<i>Mısrırların Kökeni:</i> A. Le Plongeon .....	12 TL
<i>Nehrin İki Yakası:</i> Gündüz Öğüt.....	11 TL
<i>New Age (Yeni Çağ):</i> Lorna St. Aubyn.....	10 TL
<i>Perilerin Gerçek</i>	
<i>Dünyası:</i> Dora Van Gelder .....	10 TL
<i>Psikoyolculuk:</i> John Perkins.....	10 TL
<i>Psirik Arkeoloji:</i> Stephan A. Schwartz.....	15 TL
<i>Psirik Korunma:</i> Fadime Emir.....	13 TL
<i>Psirik Şifacılık:</i> Alfred Stelter .....	16 TL
<i>Ruhların Yolculuğu:</i> Michael Newton.....	15 TL
<i>Ruhsal Şifa:</i> Dora Kunz.....	14,5 TL
<i>Rüyalarınızdan Yararlanın:</i> G. Öğüt.....	12 TL
<i>Sağlık İçin Enerji Çalışmaları:</i> F. Sills .....	13 TL
<i>Sorumluluk Sahibi İnsanlar</i>	
<i>İçin Öneriler:</i> P. Brunton .....	9 TL
<i>Şafağı Getirenler:</i> Gündüz Öğüt .....	11 TL
<i>Şakralar ve Enerji Alanları:</i> D. G. Kunz .....	13 TL
<i>Tüm Yönleriyle Reiki:</i> Walter Lübeck,	
<i>Frank Arjava Petter, Wiliam Lee Rand.....</i>	15 TL
<i>Uyanış:</i> Charles T. Tart.....	16 TL
<i>Yambamızdaki Bilgelik:</i>	
<i>Dr. Rachel Naomi Remen .....</i>	14 TL
<i>Yeni Bir Yaşam Bilmi:</i> R. Sheldrake .....	15 TL
<i>Zamanda Yolculuk:</i> J. H. Brennan .....	11 TL
<i>Zihinsel ve Bedensel</i>	
<i>Geçişme Teknikleri:</i> Reşat Güner .....	11 TL

# Kozmos Yayınları Fiyat Listesi

<i>Sakin Zihne Ulaşmak:</i> Robert Ellwood.....	9 TL
<i>Güç Noktalarınızı Keşfedin:</i> K. S. Davis .....	9 TL
<i>Kendi Kendine Geçişme:</i> Karl O. Steober .....	9 TL

Seçtiğiniz kitapları web sitemizden sipariş edebilirsiniz:

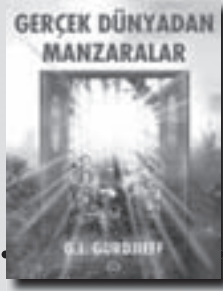
[www.ruhvemadde.com](http://www.ruhvemadde.com)

## Gerçek Dünyadan Manzaralar

G.I. Gurdjieff

336 sayfa

Ruh ve Madde Yayınları



G.I. Gurdjieff'in elli yıl önceki ölümünden bu yana büyük değişimler meydana geldi ancak yaşarken onu çevreleyen gizem hala mevcuttur. Bu kitap onun gerçek sesini ve onunla öğrencileri arasında geçen konuşmalar biçimindeki doğrudan talimatlarını "işitmek" isteyenleri tatmin edecektir.

Bilgilerini yeryüzünde mümkün olan tüm kaynaklardan elde etmeyi başaran Albay James Churchward, MU hakkında yazdığı ünlü eserler dizisinde, kayıp kıta hakkında elde edilen yegane bilgileri sıralıyordu. Churchward'ın dünyadan ayrılışından yarım asır sonra kaleme alınan bu eser, kayıp MU Kıtası hakkında hiçbir şey bilmeyen okuyucuyu hayli şaşırtacak, onun kitaplarını daha önce okumuş olanların ise hayli ilgisini çekecektir.



## Batık Ülke MU Uygarlığı

Hans Stephan Santesson

208 sayfa

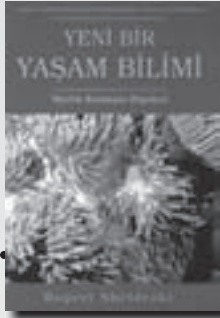
Ruh ve Madde Yayınları

## Yeni Bir Yaşam Bilimi

Rupert Sheldrake

336 sayfa

Ege Meta Yayınları



Yenilikçi fikirleriyle dünya çapında tanınan bir bilim adamı olan Rupert Sheldrake, büyük yankılar uyandıran bu kitabında, biyolojinin göz ardı edilmiş pek çok problemlerine yeni bir bakış açısı getirerek yaşam ve şuurun evrimi hakkındaki temel kavramlarımızı sorguluyor.

*Bir Yaşamınız Daha Olsa*'da ünlü terapist Robert A. Johnson ve uzatmalı yardımcısı ve arkadaşı Jungcu psikolog Ordinaryus Profesör Jerry M. Ruhl keşfedilmemiş umutlarımızın mirasını anlamamıza, kendimiz ve başkalarıyla orta yaş ve sonrası dönemlerde barış içinde olmamızı sağlamada bizlere basit ve etkili bir dille yardımcı olmaktadır.



## Bir Yaşamınız Daha Olsa

Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl

176 sayfa

Ruh ve Madde Yayınları