
S E V G İ L İ OKUYUCULAR

YERYÜZÜ dünü bugüne bağlayan umut köprüsü ile ayakta duruyor. Varlıksal açıdan tüm imkanlarımızla hızla uyanma çabalarında karşılaştığımız farkındalıklara şöyle bakıyoruz.

RUHSAL PLANLAR;

- Ruhsal üretkenlik için, tüm karmik bilgi akışını açmış durumdadır.
- Kozmik iletişim ve üç boyut realitesinin sonuna kadar açılmış olduğu zaman dilimindeyiz.
- Tüm kanallar ve yeryüzünün ruhsal rehberleri, bu köprünün ayaklarını sıkıca tutmuş yeni gelecek olanın önünü açıyorlar.

Peki yapmamız gereken ne? Binbir zahmet ile büyüttüğümüz umut fidanlarımızı ve olgunlaşan tüm ürünlerimizi sunmak için neyi bekliyoruz?

Şunları yaptığımız zaman, varlığımız beklentilerde özgür kalacak.

YAPILMAYI BEKLİYOR;

- Geciktirdiğimiz, ertelediğimiz tüm eylemler, tüm işler pranga gibi üzerimizden atmamızı bekliyor.
- Kendimizi bilmemizi, bilmediklerimizi öğrenmemizi, bildiklerimizi paylaşmamızı ve dağıtmamızı bekliyor.
- Yine gezegenin tüm psişik enerji potansiyeli, hiç umulmadık bir düzeyde her atılan ilk adıma koşan cevaplarla hazır bekliyor.
- Verdiğimiz sözlerle şimdi yapmamız gerekenleri çözmemizi bekliyor.
- Hayat programımız da yapmak üzere geldiğimiz bu gezegende asli işlerimizi yapmamızı bekliyor.
- Gezegenle uyumumuz ve buradaki varoluşumuzun nedenini anladığımızda bunu tüm plansal bağlarla karşılıksız ve artan bir cehitle vazifemize bağlanmamızı bekliyor.

ANLADIĞIMIZDA;

Rüyalarımızı, sezgilerimizi, vizyonlarımızı, yeniye ait tüm içe doğuşlarımızı doğru ifadelerle aktarmak, paylaşmak...

İşte yapmamız gereken bu. Kıyamet işçilerinin her dönemdeki fedakarlıklarını hatırlayarak, anlaşmaya ve paylaşmaya devam edince, bu kapılar daha da açılacak. Gerçek sahipler ve sadakatle bekleyenler işlerini görecekler. Gözler bilginin kaynağından görecek; kaynak, tüm yeniliklerle birleşecek. Artık, hayat gerçek hayat olacak. Hani o içsel güvenmişlikle ayrıldığımız o ülkeden hayata dönüşümüz, ihtişamlı olacak.

Mutluluk, vazife sorumluluğunu yerine getirenlerin kozmosa saldığı şükran soluklarıdır.

Artık derin nefes al yeryüzü...

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

Grafik Uygulama

Arif Ümit YILMAZ

Erkan TURAN

Kapak

Ferda GÜRSOY

Dizgi

Ruh ve Madde Yayınları

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

Baskı

Kurtiş Matbaacılık

ISSN 1302-0676

NİSAN 2009 Sayı: 591 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

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-Spatyom Dünyası** Ergün Arıkdal
2. Bölüm
- 10 **Tanrı'nın Varlığının Bilimsel Kanıtı: Amit Goswami ile Söyleşi**
Craig Hamilton
3. Bölüm
- 17 **Tesirlerin Devamlılığı**
Sadıklar Planı'ndan Alıntılar
- 18 **Kişilikötesi Farkındalık** Ulrich Kramer
- 26 **2. İstanbul Parapsikoloji Konferansı Katılımcı Kayıt Formu**
- 27 **İçten Dışa Değişim** Duygu Güner, Reşat Güner
1. Bölüm
- 32 **Kızılderili Anlayışıyla Karma** Janet Cunningham
- 34 **Çocuklarda Karmik Örgüleri Temizleme**
Hazırlayan: Tülin Etyemez
2. Bölüm
- 40 **“Mükemmel Değilsem, Yaşamaya Değmez” Bir Geçmiş Yaşam Vakası Çözümlemesi** Thomas Paul, M.C.P.L.T.
3. Bölüm
- 45 **Filipinli Büyük Şifacı Tony Agpaoa'nın Duası**
- 46 **Ruhları, Hayaletleri, İblisleri Anlamak ve Onlarla Başa Çıkmak**
Ulrich Kramer
4. Bölüm
- 48 **İmgelemenin İyileştirici Gücü** Fadime Emir
2. Bölüm
- 53 **Duygu Vampirini Olup Olmadığınızı Nasıl Anlarsınız?**
Dr. Judith Orloff
- 54 **Psi'ye Sahip Olmak İçin Psikik Bir Deneyim Yaşamak Gerekli midir?**
John Palmer
3. Bölüm
- 58 **Olağanüstü Enerjiler** Serge King
2. Bölüm
- 62 **Benlik Sevgisi** Varlık: Emmanuel
Akış
- 63 **Etkinlikler**

REALİTE

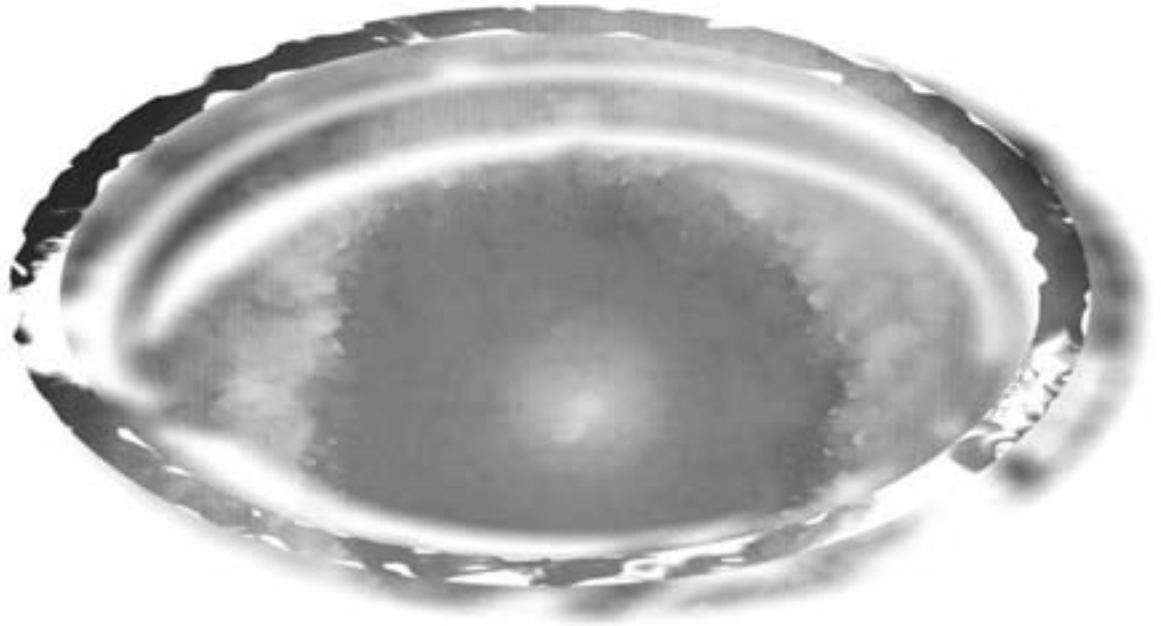
Spatyom
Dünyası*Ergün Arıkdal*

2. Bölüm

AYRICA varlığın kendisini bulabilmesi, kendi özeleştirilerini yapabilmesi, bir yığın eşkoşmalardan, bağılıklardan, ağırlıklardan, kum torbalarından kurtulabilmesi için kendisine bazı mizansenler hazırlanır. Çünkü bunları her zaman o varlık kendisi beceremez. Düzenlenmiş sahneler içerisine bırakılır; bir oyuncu gibi. Ama o sahneleri kendisi hazırlamamıştır. Çok daha yüksek seviyeli, bu işi çok iyi bilen büyük ruhsal rejisörler, büyük prodüktörler var. Bunlar insanın gelişmesi için prodüksiyon yapan varlıklardır. Çok büyük iradeleri, yaratıcı güçleri olan, her şeyi başından sonuna kadar takip edebilecek, yani sebep netice yasasını çok iyi bilen, kullanabilen varlıklardır bunlar. Bunlar özel sahneler hazırlarlar.

Bazı varlıklar dünyadan ayrılır ayrılmaz o sahnenin içerisine girerler. Kendisinin meydana getireceği sahneler ortaya çıkmadan evvel o varlığın spatyomda meydana getirmiş olduğu sahneler içerisine atılır. Bu neye benziyor? Bir çeşit lunaparka konmuş gibi ama bu lunapark bir eğlence parkı değil, o varlığın kendi özbenliğini tanımasına yardım edecek bilgilerin, tecrübelerin, tekrar ve tekrar önünde yapıldığı ve her tecrübeden sonra da kendisine bazı şeylerin fısıldandığı bir lunapark. Bu tarzda yaratışlar da vardır. Bu yaratışlar muhakkak insanlara ıstırap verecek veya onların içindekilerini yüzlerine vuracak, ayıplarını yüzlerine söyleyecek şekilde değil, bazen mutluluk verecek şekilde de olabilir. Tamamen eğlenceli, hoş vakit geçirebileceği, kendi içindeki şiir veya müzik olsun birtakım güzel yönlerin gelişmesi için yaratılan sahneler de vardır. Geri hisler, tutkular spatyomda nasıl objektif değerler kazanırsa, aynı tarzda yüksek hisler, yüksek tutkular, sevgiler, yardım duyguları, insanlarla birçok şeyleri paylaşma, gelişme duyguları da objektif değerler kazanır.

Ama gerek tertip edilmiş bir sahne içerisine kapatılmak, gerekse kendi varlığımızın kendi etrafımızda meydana getirmiş olduğu hayallerimizin objektifleşmesi olsun, hepsi netice itibarıyla bir imajdır. Böyle bir ortama



giren çok varlıklar vardır. Bunların birçoklarıyla çeşitli zamanlar içerisinde karşılaşmamız mümkün oldu. Mesela onlara -tabii biz bunu rehberi vasıtasıyla sonradan öğreniyoruz- sürekli bir şekilde bazı imajlar projekte ediliyor. Devamlı olarak bazı olaylar içerisinde kalıyor. Korku içerisinde kalıyor, birileri kendisine zarar verecekmiş gibi. Ruhsal varlık, medyum vasıtasıyla bunları açık açık anlatıyor bize. Aynı şey medyomu da etkisi altına alıyor, medyum da korkuyor, o da terliyor, istemiyor, titriyor vs. Bunun bir mizansen mi, yoksa kendisine böyle bir projeksiyon mu yapıldığını sordüğümüzde projeksiyon yapıldığını söylediler. Kendi kendini denetleme veya sorgulama işlemini beceremeyecek kadar yoğun bir uyku içerisinde bulunan varlıkların uyandırılmasını yüksek seviyeli varlıklar, rehberlik sistemi, (zaten rehberliğin özelliği de uyandırmadır esasında) özel imajlar projekte ederek yapıyor.

Dünyadaki Eğitimimiz Ahiretimizi Yaratır

HERKES *dünyada iken inanarak kendi ruhunda yaşatmış olduğu*

duygu ve düşünceleri spatyomda görür, bilmeden kurduğu bir alemin içinde yaşar. Bu içinde yaşamak meselesi çok yoğundur. Örneğin, bazı insanlar ölüme yakın deneyim tecrübeleri geçiriyorlar, bilhassa köylerde, Anadolu'da var bu: Adam kendisini cehennemde buluyor. Bazı varlıklar kendisine sorular soruyorlar. Herkes dünyadayken inanarak kendi ruhunda yaşatmış olduğu duygu ve düşünceleri orada görür, sözüne burada dikkatinizi çekerim. İşte bu kimse de nasıl eğitim almışsa, nasıl öğretilmişse, aynı şekilde, geldiler diyor, etrafımı zebaniler sardı. Nasıldı zebaniler? Aynen mahalledeki imamın ona anlattığı tarzdaki bir zebani, yani kuyruğu olan, elinde sivri uçlu uzun bir mızrağı var, dişleri fırlak, çirkin bir varlık. Birkaç tane geliyor, gözlerinden ateş çıkıyor, bunu alıyorlar, adamakıllı bir sopa çekiyorlar, ondan sonra da yakıyorlar, üzerine kızgın demir vuruyorlar. Hakikaten o ölüme yakın deneyimi geçirdikten sonra uyandığı zaman avucunun içinde yanık izleriyle dönüyor. Bunlar çok olmuştur Anadolu'da, yanık izleri var resmen. Ki Hristiyanlıkta da İsa'ya benzer şekilde onun yara izlerini taşıma ameliyesi de var. Kontrol ediyorsunuz,

bakıyorsunuz, hakikaten bu bir yanık izi. Ama orada bir su kabarması yok fakat kurumuş bir yanık. Ruhunda yaşatmış olduğu duygu ve düşünceleri orada görür ve bilmeden kurduğu bir alemin içinde yaşar. Şimdi o insan için bir ruhsal dünyaya, yani ahirete doğru kayış ile beraber hemen sorgu sual, arkasından sopa, kızgın saç, günahlar geliyor. Bu eğitim var, şuuraltına bu yerleşmiş ve bu duyguları besliyor zaten, onunla yaşıyor. Geçer geçmez bu otomatik imajinasyon orada başlıyor.

İmajinasyonun kurbanı olmamız her zaman mümkündür. Fakat onu yönlendirmek bizim burada elde edeceğimiz yanlış bilgilere değil, sağlam bilgilere bakar. Ne tür bilgiyi benimsemiş, vicdanımıza geçirmişsek, karşılaşacağımız işler de böyledir. Aradaki bağlantıları kurmak lazım. Burada ne yapıyorsak, orada da onun süptil bir şekilde devamı var.

Ahiret hayatının olaylarını bambaşka tasavvur etmeyin. Dünyadaki hayatınızı kontrol edin. Dünyada olup bitenleri daha seyyal hale getirin. Daha hızlandırın, zaman dışı bir hale getirin, süreklilik meydana getirin, aynen öyle olur. Yoksa oraya gittiğimiz zaman ilahi müzikler, kanatlılar, beyazlar giymiş hanımlar görecektir, hoş kokular duyacak değiliz. Bunların hepsi vaktiyle bu tarzda imajinasyonunu yakalamış bazı ölüme yakın deneyim geçirmiş kişilerin hikayelerinden ibaret şeylerdir. Ben gittim, o kokuları duydum, der. Cennetin kokularını duyanlar vardır. Bazen bir ağır hastalık geçirirler, koma halinden çıkarlar ki, ölüme yakın deneyimdir o, o tarafa bir geçiş vardır, döner ve ben cennetin kokularını duydum, hala burnumdadır

der. Günlerce o kokuyla yaşar. Aslında orada bir koku duyduğu yok fakat onun için mühim olan odur. Öyle öğretilmiştir. “Cennet kokar, cennet mis gibidir, cennet dünyanın en güzel yeridir. Kainatın en iyi işleri oradadır.” Aynı izlenimlerle bu tarafa döner. Böyle bir alem içinde bulunduğunuz müddetçe de her şey meydana gelebilir, her şeyi bulabilirsiniz, süpermen de olabilirsiniz.

Spatyom hayatı sonsuzdur. Her şeyin olması orada mümkündür. Gerçek imkan alemi, bütün olanakların sonsuz derecede mümkün olduğu bir ortam. Çünkü hayatın sonsuz olması demek, hayatın sağlayacağı her türlü imkanın da sonsuz olması demektir. Hatırımza gelebilen, düşünebildiğiniz her şey spatyomda sizin imajinasyon melekenizin gücüne, şiddetine bağlı olmak üzere gerçekleşir. İsteddiğiniz fantastik şeyi düşünebilirsiniz. Yeryüzünde düşünerek başaramadığınız bazı şeyleri orada pekala başarabilirsiniz. Çok iyi bir ressam olmayı istemişsinizdir ama olamamışsınızdır. Ama orada resmin daniskasını yaparsınız. İmaj halinde de olsa o duyguyu alırsınız. O tatmini bulursunuz.

Orada hareket demek bir anilik demektir. Bir yerden bir yere gitmek için bir zaman gerekmez. Nasıl ki her şeyin orada olması mümkünse, hız da yok, bir bakıma hız da sonsuz. Nereyi düşünüyorsanız, hangi mekanı düşünüyorsanız oradasınız. Bunlar tecrübeleri yapılmış, dünyanın dört bir yanından gelen bilgilerle karşılaştırılmış ve otantikliği meydana çıkmış olan bilgilerdir. Ahiret maddesinin nasıl bir madde olduğu hakkında ancak onun niteliklerini

gözden geçirmek suretiyle bir bilgi sahibi olabiliyoruz. Hareketler ani oluyor. En ufak bir irade darbesi, istenen yerde ani olarak bulunmanızı mümkün kılıyor. Bu düşünce gücü, iradeyle ve istekle olan bir eylem.

Konuşma dili bakmayla oluyor. Bir varlık orada herhangi bir yere baktığı anda, bütün enformasyonunu veriyor ve alabiliyor. Bütün düşüncesini karşı tarafa naklediyor ve karşı tarafın bütün düşüncesini de kendisine alabiliyor. Görmeyle bakmayla oluyor her şey. Bu öyle bir bakış ki, göze benzer bir şey de yok, fakat gözlerin bulunduğu yerde belki bir ışıklı sistem bunu sağlamış oluyor.

Planımıza Hizmet Ediyoruz

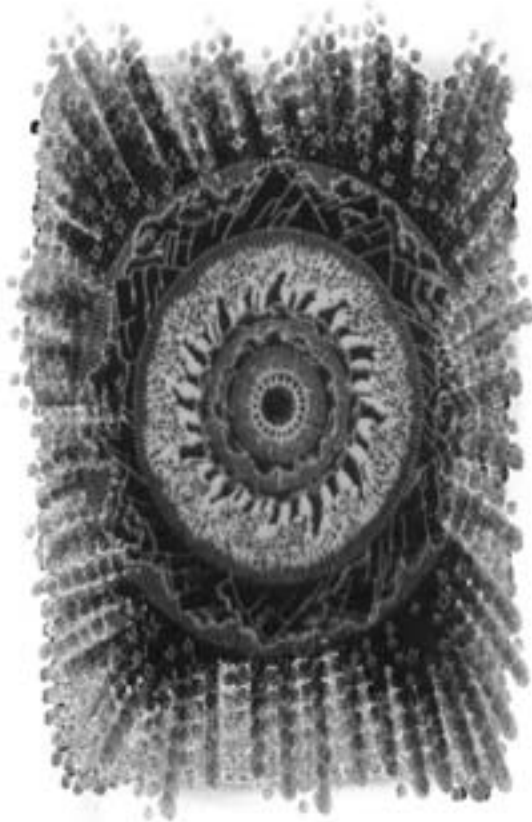
YERYÜZÜNDE nasıl bizim ailemiz, bağlı olduğumuz bir insan grubu, bir millet, bir topluluk varsa, spatyomda da ruhsal aile bağları vardır. Ruhsal aile bağlarının genişlemesi ruhsal planları meydana getirir. Her ruh varlığı kabile gibi, ırk gibi değil de, tam bir ulusal topluluğun üyesidir. Sizler de kendi topluluğunuzun bir üyesi olarak yeryüzünde bulunuyorsunuz. Ve yaptığımız bütün işler aslında kendi ruhsal planınızla alakalı işlerdir. Ona hizmet ediyorsunuz. Ama bunun farkında olmayabilirsiniz, mühim değil. Ruhsal aile bağı içerisindeki bu bağı temin eden de sevgidir, sevgi enerjisidir. Sevgi akışkanıyla bütün varlıklar birbirine bağlıdır. Bizim yukarıdaki ailemizle bağlılığımızı sevgi titreşimleriyle olur. Ve burada yaptığımız bütün tecrübelerin sonuçlarını, elde etmiş olduğumuz bütün bilgileri yukarıya

sürekli o kanaldan naklederiz. Bizim hakiki not defterimiz, merkezi bilgisayar yukarıdaki bilgisayarımızdır. Bağlı olduğunuz plana bütün enformasyonları yollarsınız. Zaten biz onların bir uzantısı gibiyizdir burada. Bu parmağım esasında beynimin bir uzantısıdır. Parmağımın bütün gördüğü iş benim beynime bir enformasyon getirmek içindir; dokunurum, bakarım, tutarım vs. ve bütün bilgi doğrudan doğruya beynime geliyor. Aynen bunun gibi bizler de burada parmak rolü, el ayak rolü oynarız ama bütün bilgiyi yukarıdaki kendi planımız alır. Ve planımızın gelişmesi, bizim gelişmemiz demektir. Bizim gelişmemiz demek, planın gelişmesine hazırlık demektir, süratli bir şekilde oraya büyük bir bilgi akışı oluyor.

Plan kardeşliği çok geniş bir kavramdır. Ruh kardeşliği dediğimiz kardeşlikten de farklı bir özellik taşır. Bunlar birbirini tam manasıyla bilemezler fakat bu sevgi akışkanının meydana getirdiği o kadar güzel bir organizasyon vardır ki, o kardeşler o sevgi akışkanının içinde kalır. Otomatikman, o halkalar birbirine bağlanır. Ama biriniz buradadır, öbürünüz Kayseri'dedir, hiç mühim değil o. İlla bedenen yan yana olmanız önemli değil, mantal seviyede o varlıklar birbiriyle sürekli alışveriş halindedir.

Onun için kardeşlik duygusu, sevginin yarattığı bir husustur. Gerçek kardeşlik, sevgi akışkanlarının bağlanmış olduğu ögeler arasında geçerlidir. Gerçek sevgi de burada çıkar, sevgili olmak, sevmek ve sevilme meselesi de burada çıkar. O aynı plana bağlanmış, aynı plana hizmet

eden varlıklar tarzında ortaya çıkar ve bizlerin de yaptığı iş zaten budur. Hepimiz bağlı olduğumuz plana buradan enformasyon iletiyoruz. O enformasyonların hepsinin birleşmesi, dünyayla alakalı bir planın gerçekleşmesi demektir. Diyelim ki dünyayla alakalı planlar yedili bir koni olsun. Bu her bir koninin, yani planın bütün bilgi ihtiyaçlarını temin edecek varlıklar da fizik kainata dağılmış vaziyette, her yerden buraya bir bilgi geliyor. Herkes kendi planını ikmal ediyor ve bütün o planların özeti de tek bir merkezde birleşiyor. Yüksek İdareci Plan veya diğer bir teknik ismiyle Ruhsal İdare Mekanizması bütün planların özü ve özeti oluyor. Yani bütün planlar temelde Yüksek



Ruhsal İdare Mekanizmasına çalışır. Ne yapılırsa yapılsın, bütün enformasyonlar aradaki bağlantı eksenini etrafında büyük konik yapıya kadar, piramite kadar ulaşır ve o hepsine hakim vaziyettedir bir ortak alanla. Demek ki bütün o planların ana beyinlerindeki bilgilerin hepsi daha büyük tek bir beyinde toplanabiliyor ve o beyne hakim olan, bütün planların hareketine hakim oluyor durumdadır.

Bu nedenle Tanrı için hiçbir zorluk yoktur. Her şeyi anında kontrol eder ve bilir. Biliciliği burada, yani alim olmasının psikik açıklaması böyledir. Bütün planlara gelmiş olan bütün bilgi işlemlerinin farkındadır, ne olduğunu bilir. En tepede bütün hepsini kontrol eder. O görür, gözeticidir, bilir sözlerinin anlamı burada yatar. Bu enformasyon yoluyla her şey bizim Rabbimiz tarafından, dünyanın gerçek sahibi tarafından her an her şekliyle kontrol edilir ve bilinir. Ne olacağı, ne yapılacağı, ne yapılması lazım geldiği de çok daha evelden hep beraber tanzim edilir, düzeltilir, ayarlanır. Yukarısı için hiçbir şeyin zorluğu söz konusu değildir. Her şey mümkündür yasasını unutmamak lazım. O temel bir ilkedir. Spatyom hayatı sonsuzdur, her şeyin olması orada mümkündür. Bu İlahi İrade Kanunu, her yerde karşınıza çıkar.

Objektifleşen Bedensel Hayatımız

SÜBJEKTİF hayatlar objektif kıymetler kazanır. Otomatik olarak gerçekleşir. Ruhsal dünyaya geçmiş olan bir varlığın mutluluğunun veya ıstırabının temelini teşkil eden postüla

budur. Bu bir kanun, değişmiyor. Siz içinizde neyi muhafaza ederseniz edin, içten ne olursanız olun, muhakkak onlar objektif hale gelir, dışa çıkar. Kendinizin içinde bir iyilik meleği daima dolaşmışsa, karşınızda o bir iyilik meleği olarak size dost olur. İçinizde küçük şeytancıklar dolaşmışsa, onlar karşınızda küçük değil, bayağı boylu poslu şeytanlar tarzında, yani sizin yanlış düşüncelerinizden, yanlış inançlarınızdan yahut yarım kalmış faaliyetlerinizden doğan eksik şeyler olarak karşınıza dikilecektir.

Bedenliken kazanılan duygu ve fikir unsurlarının gelişme yeri spatyomdur. Çünkü subjektif hayatlar dediğimiz duygu ve fikirler, eğer eksikse ve uygun değilse, tam enerjisinde değilse, benim karşıma da aynı şekilde çıkacaktır ve yanlışlıklar benim yüzüme vurulacaktır. Ben kendi duygu ve fikirlerimdeki gelişmenin esasını ancak ruh dünyasında elde edebilirim. Yeryüzünde tam doğruyu bulamıyorum, orada doğruyu buluyorum, çünkü orada gerçek bana ait olan benim karşıma çıkıyor. Yapmacık hiçbir şey yok. Tam benim yaptığım şey, bana ait olan bir şey benimle beraber. Yani subjektif hayatlar objektif kıymetler kazanıyor. İçte olan, görünmeyen; dışsal, görünen şeyler haline geliyor.

Bunlar bilhassa inançlarımızı daha derli toplu, daha şuurlu bir şekilde kazanmamız için lüzumlu olan şeylerdir. Cennet ve cehennem meselesi işte buradan doğuyor. Otomatik olarak gerçekleşmesi söz konusu burada. Otomatizma, kendiliğinden hareket çok mühim. Acaba ben başlamış olan olumsuz bir olayı kendi irademle durduramaz

mıyım? Bana ıstırap vermeyin, beni yakmayın, beni üzmeyin diyebilir misiniz? Diyemezsiniz. Çünkü zaten o kendiliğinden ve otomatikman oluyor. İmajinasyon melekesinin yaratıcılığının bir sürekliliği var işin içinde. Bunu durduran mekanizma, sizin idrakinizdir. Olmakta olan olayın size vermek istediği bilgiyi farkına vardığınız anda durur. Sembölü, İskender'in Gordiyon'da kördüğümü kestiği gibi, karmaşayı çözdüğümüz anda olaylar biter, kapanır gider, hiçbir şey kalmaz. Kabus gören bir insanın rüyasından uyanması gibi. O kabustan kurtulmak ancak belli şeylerin idrakine bağlıdır. O olaylar nereden yayılmışsa, tekrar mahalline döner ama artık olgunlaşmış bir şekilde, manasını size aktararak. Anlam size aktarılmıştır fakat acaba sizin tarafınızdan idrak edilebilmiş mi? İdrak edilmişse mesele kalmaz, her şey biter.

Bu bakımdan da hiçbir şey ebedi değildir. Uzun süre hiçbir yerde kalınmaz, çünkü varlığın özü faaliyettir, harekettir, ruh demek faal varlık demektir. Hiçbir yerde statik olarak kalamayız, ne cennette ne cehennemde. Varlığı hiçbir şey zaptedemez. O faal olmak zorundadır. Kainat içerisinde şimşek gibi her yerden her yere ulaşmak, sürekli tecrübe etmek, görmek, anlamak, öğrenmek, yanılmak, bir daha yapmak, bir daha öğrenmek, üst üste ve böylece gelişmek onun kaderidir, yapısı böyledir. Eğer ruhlarda da bir genetik durum, DNA varsa, onların DNA'ları da bu şekildedir. Psikik DNA'ları sabit kalmaya müsaade etmiyor, faal olmak, ruhun öz yeteneğidir. Sabitleşemeyiz, hiçbir yerde yatıp kalamayız, tembellik, Arapça tabiriyle miskinlik yok. □

Tanrı'nın Varlığının Bilimsel Kanıtı: Amit Goswami ile Söyleşi

Craig Hamilton

3. Bölüm

WIE: Bu insan merkezli veya zeki varlık merkezli bakış açısı, ekolojiden feminizme ve sistemler teorisine dek modern ilerlemeci düşüncenin neredeyse tamamının aksi yönde gittiği günümüzde hayli radikal görünüyor. Bu bakış açıları daha çok karşılıklı bağlı olmaya veya karşılıklı ilişkide olmaya yönelikler; bütünü herhangi bir parçasının -ki buna insan türü gibi tek bir tür de dahildir- öneminin giderek daha az vurgulamaktalar. Sizin görüşünüz ise daha geleneksel, neredeyse kutsal kitapları andırır bir fikre geri dönüş gibi. Şu an hüküm süren “hiyerarşik-olmayan” düşünce sistemini savunanlara yanıt olarak neler söylemek istersiniz?



AG: Sözü ettiğimiz ebedi felsefe, yani monistik idealizm ile panteizmin bir türü diyebileceğimiz şey arasında fark var. Yani söz konusu bu görüşler -ki bunlara, tıpkı Ken Wilber gibi, “ekolojik dünya görüşleri” diyorum- aslında Tanrı’yı içkin gerçeklikle sınırlayarak Tanrı kavramına leke sürmektedir. Dışarıdan bakıldığında, kulağa hoş gelmekte çünkü her şey tanrısal hale geliyor; kayalar, ağaçlar, ta insanlara kadar ve her şey eşit, her şey ilahi. Tamam, kulağa hoş geliyor ama ruhsal öğretmenlerin bildiği şeye uymadığı da kesin. Bagavatgita’da Krişna, Arjuna’ya “Tüm bu şeyler bende ama ben onlarda değilim,” der. Neyi kastetmektedir? Kastettiği şudur: “Yalnızca onlarda değilim.”

Demek ki, evrim var; başka bir deyişle, tezahür etmiş gerçeklikte evrim var. Bunun anlamı, bir amibin de tıpkı bir insan gibi şuurun bir tezahürü olduğudur. Ama bu ikisi aynı aşamada değildir. Evrimsel açıdan, evet, bizler amiplerin ilerisindeyiz. Ve bu teoriler, bu ekolojik dünya görüşleri bunu görmüyor. Evrimin ne olduğunu doğru biçimde anlamıyor çünkü aşkın boyutu, yaratıcı oyunu görmezden gelmekte. Ken Wilber, *Seks, Ekoloji, Spiritüellik* adlı kitabında bu noktayı gayet güzel açıklıyor.

WIE: Öyleyse, resmin yalnızca bir parçasına sahip olduklarını ve sizin ortaya koyduğunuz bu diğer unsur olmadıkça, onların görüşünün çok...

AG: Sınırlı olduğunu söylüyorum. Panteizmin çok sınırlı olmasının da nedeni budur. Batılılar Hindistan'a gitmeye başladıklarında oranın panteist olduğunu düşündüler çünkü pek çok tanrısı vardı. Hint felsefesi Tanrı'yu doğada, pek çok şeyde görme eğilimdedir, bazen kayalara, o tür şeylere taparlar, dolayısıyla Hindistan'ın panteist olduğunu düşündüler ve ancak bir süre sonra bunda aşkın bir boyut olduğunu fark ettiler. Aslında, bu aşkın boyut Hint felsefesinde son derece gelişmiş haldeyken, Batı'da bu aşkın boyut Gnostikler gibi bir kaç ezoterik sistemin veya Meister Eckhart gibi birkaç büyük ustanın mağarasında gizlenmiş haldedir. İsa'nın öğretilerinde, Thomas İncili'ndeki haliyle onu görebilirsiniz. Ama Batı'da bunun bir izini bulmak için

çok derinleri çözelemeniz gerekir. Hindistan'da ise Upanişadlar'da, Vedanta'da ve Bagavatgita'da son derece ortadadır. Şimdi, panteizm kulağa hoş gelir. Ama hikayenin yalnızca bir kısmıdır. İbadet etmenin, günlük yaşamınıza ruhsallığı sokmanın iyi bir yoludur çünkü ruhun her şeyde var olduğunu teslim etmek iyidir. Ama yalnızca çokluğu görürüz, her şeydeki Tanrı'yu görürüz ama belirli her şeyin ötesindeki Tanrı'yu görmeyiz, o zaman da kendi potansiyelimizi gerçekleştiriyoruz, demektir. Ve demek ki, gerçekten de, Kendini-gerçekleştirme gerçekliğinin bu panteist unsurunu görmeyi, ama ayrıca gerçekliğinin aşkın unsurunu görmeyi de içermektedir.

WIE: Bir bilimci olmanızın yanı sıra, ruhsal uygulama da yapmaktasınız. Sizi ruhsallığa getiren şey hakkında konuşabilir misiniz biraz?

AG: Eh, korkarım pek sıradan, neredeyse klasik bir vakaydı benimki. İdeal klasik vaka, tabii ki, dünyada

buca ıstırap varken bir prens olmaktan zevk almanın zaman kaybı olduğunu yirmi dokuz yaşındayken fark eden Buda'nın ünlü vakasıdır. Benimki bu kadar kesin olmadı ama otuz yedi yaşına geldiğimde dünyam yıkılmaya başladı. Araştırma fonumu kaybettim, boşandım ve çok yalnızdım. Ve fizik makaleleri yazmaktan aldığım profesyonel zevk, zevk olmaktan çıkmıştı. Bir gün bir konferansa gidip gün boyunca ortalıkta dolanıp herkesle tartıştığımı hatırlıyorum. Derken akşam oldu ve yalnız kaldım, öyle yalnız hissettim ki kendimi. Sonra midemin ekşidiğini fark ettim ve bir kutu dolusu antiasit içmeme rağmen bir türlü geçmedi. İstırap çekmeyi keşfettim, kelimenin tam anlamıyla keşfettim. Ve işte bu keşif beni ruhsallığa taşıdı çünkü başka bir şey düşünemez oldum. Başka türlü düşünemiyordum, oysa Tanrı kavramını terk edeli hayli zaman olmuştu ve uzun zamandır materyalist bir fizikçiydim. Aslında, çocukların küçükken bana "Ateist misin?" diye sorduklarında, "Hıh hıh," demiştim, "Tanrı var mıdır?" diye sorduklarında ise, "Hayır, ben Tanrı'ya inanmıyorum," demiştim. Böyle bir şey söylemek benim için sıradan bir şeydi. Ama o dönemde, otuz yedi yaş civarında, Tanrı'nın mevcut olmadığı ve yaşamın anlamının yalnızca bir mesleğin beyin işleterek elde edilen zaferlerinden ibaret böyle bir dünya beni hiç dourmuyor ve hiç mutluluk vermiyordu. Aslında, ıstırapla doluydu. Böylece meditasyona başladım. Mutluluk değilse bile, en azından bir rahatlama yolu var mıdır, görmek istedim. Ve sonunda büyük bir neşe çıktı ama bu zaman aldı. Ve şunu

da belirtmeliyim, yeniden evlendim ve sevgi mücadelesi de çok önemli bir etkendi. Başka bir deyişle, ikinci kez evlendikten kısa bir süre sonra keşfettim ki sevgi, düşündüğümde çok farklıymış. Böylece, sevginin anlamını eşimle keşfettim ve bu da ruhsallığıma büyük bir katkı yaptı.

WIE: Bilimin hakikat arayışınızı tam olarak doyumadığını hissetmenize rağmen yine de bir bilim adamı olarak kalmış olmanız ilginç.

AG: Doğru. Yalnızca bilim yapma tarzım değişti. Başıma gelen şeyin, bilim neşemi kaybetmemin nedeni onu profesyonel bir uyuma yolu haline getirmemdi. Bilim yapma idealini, ki aslında keşif ruhudur, merakını, hakikati bilme ruhunu kaybetmişim. Dolayısıyla, artık hakikati bilim aracılığıyla aramayı bırakmışım, bu nedenle hakikati, gerçekliğin hakikatini yeniden arayacağım meditasyonu keşfetmem gerekiyordu. Zaten, gerçekliğin doğası nedir ki? Görüyorsunuz ya, ilk eğilim nihilizmdi: Hiç bir şey yok, tamamen umutsuzdum. Ama meditasyon kısa süre sonra gösterdi ki, hayır, durum o kadar da umutsuz değil. Bir deneyim yaşadım. Neydi bilmiyorum ama bir şey vardı. Böylece, bu yeni enerjiyle ve yeni yönelimle bilime geri dönüp, mesleki zafer amacıyla değil de gerçekten araştırmak amacıyla bilim yapıp yapamayacağımı görmek istedim.

WIE: Peki, hakikate dair bu yenilenmiş ilginiz, yaşamınızın bu ruhsal çekirdeği bilim uygulamanıza nasıl katkıda bulundu?

AG: Artık sırf makaleler yayınlamak ya da makale yayınlamanızı ve araştırma fonları almanızı sağlayan problemlerle uğraşmak için bilim yapmaz oldum.

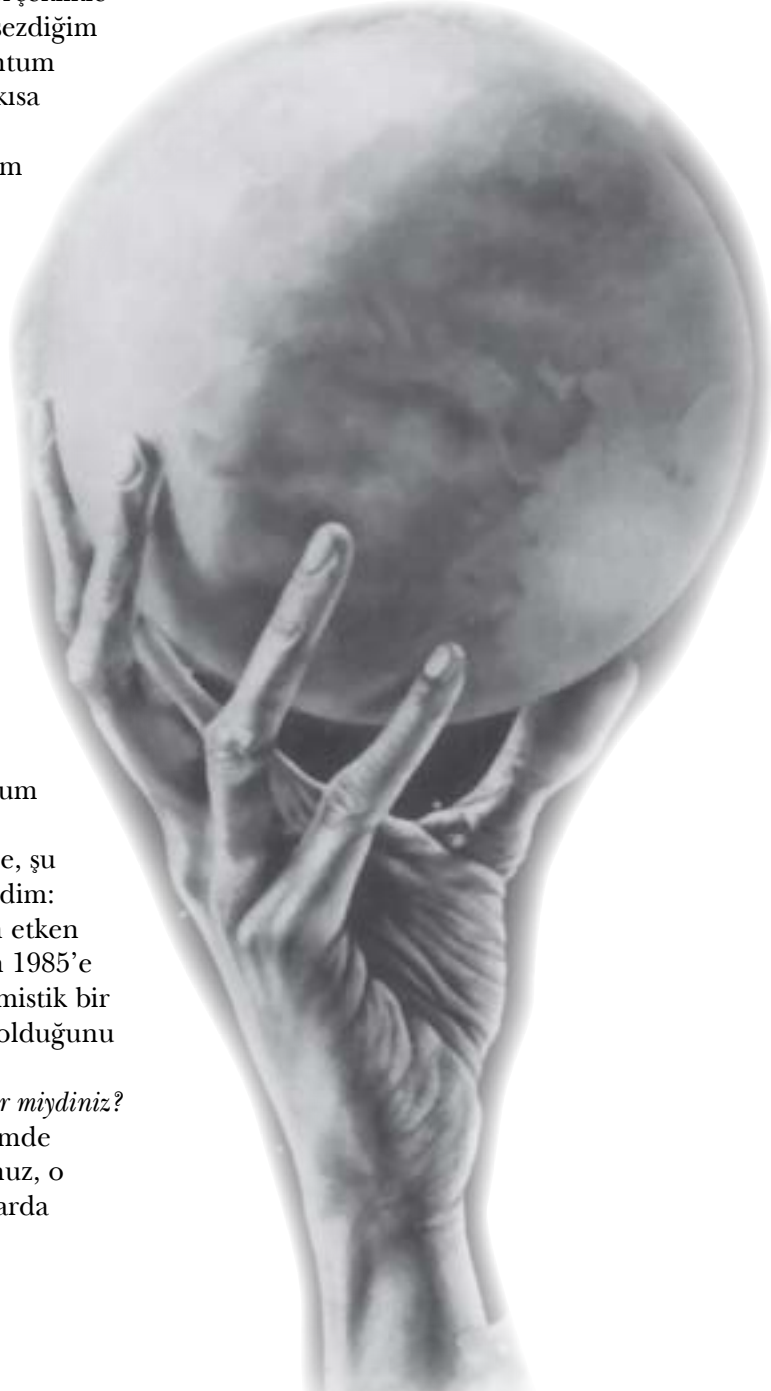
Bunun yerine, gerçekten önemli problemlerle uğraşıyordum. Ve günümüzün gerçekten önemli problemleri çok anormal ve paradoksaldır. Tabii ki, geleneksel bilimciler önemli problemlerle uğraşmıyorlardı demek istemiyorum, onlar da birkaç önemli problemle uğraşmaktalar. Ama beni gerçeklikle ilgili sorulara götüreceğini sezdiğim problemlerden birinin kuantum ölçüm problemi olduğunu kısa sürede keşfettim.

Görüyorsunuz ya, kuantum ölçüm problemi insanları herhangi bir mesleki başarıdan sonsuza dek uzaklaştıran bir problem olarak görülmekteydi çünkü çok güç bir problemdir. İnsanlar onlarca yıldan beri uğraşmış ama çözme başaramamıştı. Ama ben, “Kaybedecek bir şeyim yok ve yalnızca hakikati araştıracağım, niçin buna bakmayayım ki?” diye düşündüm. Kuantum fiziği çok iyi bildiğim bir şeydi. Hayatım boyunca kuantum fiziğini araştırmıştım, kuantum ölçümü problemiyle niçin uğraşmayacaktım ki? Böylece, şu soruyu sorma aşamasına geldim: “Olasılığı gerçekliğe çeviren etken nedir?” Ve bu soru 1975’ten 1985’e kadar beni uğraştırdı, ta ki mistik bir açılım aracılığıyla onun ne olduğunu fark edene dek.

WIE: Bu açılımı biraz tarif eder miydiniz?

AG: Evet, çok isterim. Zihnimde hala öyle canlı ki. Biliyorsunuz, o günlerin bilgeliği -ve o sıralarda

yayınlanan *Fiziğin Tao’su, Dans Eden Wu Li Ustaları* veya Fred Alan Wolf’un *Kuantum Sıçraması Yapmak* adlı kitabı ve daha pek çoğundaki bilgelik-şuurun, beyinden ortaya çıkan bir fenomen olması gerektiğine ilişkindi. Ve haklarını teslim edelim, bu isimlerden bazıları şuura nedensel tesir



atfetmelerine rağmen hiçbiri bunun nasıl olduğunu açıklayamıyordu. Gizem buydu çünkü ne de olsa, eğer bu beyinden kaynaklanan bir fenomense, bu durumda nedensel tesirliliğin tamamı nihayetinde maddesel temel parçacıklardan kaynaklanıyor olmalıydı. Ve bu da bana bir bilmece gibi geliyordu. Herkes için bir bilmeceydi. Ve bunu çözmenin yolunu bir türlü bulamıyordum. David Bohm saklı değişkenlerden söz ediyordu, böylece onun açık düzen ve saklı düzen fikirlerini inceledim bir süre; ama tatmin etmedi çünkü Bohm'un teorisinde, yine, şuura atfedilmiş hiçbir nedensel tesirlilik yoktu. Tamamen realist bir teoridir. Başka bir deyişle, her şeyin matematik denklemler aracılığıyla açıklanabildiği bir teoridir. Ya da şöyle diyeyim; gerçeklikte hiçbir hür irade yoktur. İşte, böylece uğraşıp çabalıyordum çünkü gerçek bir seçme özgürlüğü olduğuna ikna olmuştum.

Derken, bir ara eşimle California, Ventura'ya gittik -ve bu ruhsal açılım da orada meydana geldi-, Los Angeles'tan gelen mistik arkadaşımız Joel Morwood da bize katıldı ve birlikte Krishnamurti'nin bir konuşmasını dinlemeye gittik. Ve Krishnamurti, tabii ki, son derece etkileyici, çok büyük bir mistik. Onu dinledik, sonra eve döndük. Yemek yerken konuşuyorduk ve Joel'e, şuura dair kuantum teorisiyle ilgili en son fikirlerimi gösterişle anlatmaktaydım ki, Joel bana, "Şuur açıklanabilir mi?" diye sordu. Sorudan kaçınmak için başka pek çok şey anlattım ama beni dinlemedi, "Bilimcilere özgü at gözlükleri takıyorsun. Şuurun tüm varlığın temeli olduğunu fark etmiyorsun," dedi.

Tam olarak bu sözleri kullanmadı da, "Tanrı'dan başka bir şey yoktur," gibi bir şeyler söyledi. Ve benim içimde tam olarak açıklayamadığım bir şey hoplastı. Tam o anda yaşadığım şey nihai idrakü. Psişem tam bir takla attı ve şuurun, var olan her şeyin temeli olduğunu fark ettim.

O gece sabaha kadar bahçede oturup gökyüzüne baktığımı ve dünyanın ne olduğuna, dünyanın işleyiş tarzının, gerçekliğin işleyiş tarzının bu olduğuna dair gerçek mistik bir hisle kişinin bunun bilimini yapabileceğini düşündüğümü hatırlıyorum. Anlıyorsunuz ya, o sıralarda -David Bohm gibi insanlar arasında bile- hakim olan fikir, "Gerçekliğin ve maddeselin ve tüm bunların olmadığını varsaymadan nasıl bilim yapılabilir ki? Şuurun 'keyfi' şeyler yapmasına izin verirsen nasıl



bilim yapabilirsin ki?” şeklindeydi. Ama ben, bu temelde bilim yapılabileceğine tamamen ikna olmuştum; o zamandan beridir de en ufak bir şüphem bile olmadı. Sadece bu da değil, günümüz biliminin problemlerini de çözebilirsiniz. Ve olmakta olan da budur. Tabi ki, bütün problemler o gece çözülmediler. O gece, yeni bir tarzda bilim yapmanın başlangıcıydı.

WIE: Çok ilginç. Demek ki, o gece sizin yaklaşımınızdaki bir şey tamamen değişti. Ve sonrasında her şey farklı oldu, öyle mi?

AG: Her şey farklıydı.

WIE: Bu bağlamda bilim yapmanın ne anlama geleceğini, daha derinlere nüfuz edebileceğinizi veya kendi bilimsel düşüncünüzün bu deneyim sayesinde bir biçime dönüştüğüne dair ayrıntıları o sırada mı fark ettiniz?

AG: Doğru. Kesinlikle. Olan şey çok ilginçti. Dediğim gibi, öncesinde

“Şuur nedensel tesirliliğe nasıl sahip olur?” fikrine takılmıştım. Ve şimdi, şuurun tüm varlığın temeli olduğunu fark ettiğimde, aylar içinde kuantum ölçüm teorisinin tüm problemleri, ölçüm paradokslarının hepsi eriyip gitti. 1989’da yayınlanan ilk makalemi yazdım ama bu yalnızca fikirlerin daha geliştirilmesinden, ayrıntıları ortaya koymaktan ibaretti. Asıl fikir, 1985 yılındaki o gece ardından yeni bir rüzgar takan yaratıcılık fikri hakkındaydı ve onun kendini tam olarak ifade etmesi bir üç yıl daha aldı. Ama o zamandan beri fikir üstüne fikir doğdu ve pek çok problem çözüldü; bilişim problemi, algılama problemi, biyolojik evrim problemi, zihin-beden şifası problemi. En son kitabımın adı *Ruhun Fiziği*. Bu tam olarak işlenmiş bir reenkarnasyon teorisi. Yaratıcılıkla harikulade bir macera oldu.

WIE: Öyleyse, sizin durumunuzda, ruhsallıkla ilgilenmek bilim yapma beceriniz üstünde önemli bir etki yapmış görünüyor. Dürbünün diğer ucundan bakarak söylerseniz, bir bilimci olmanız ruhsal evriminizi nasıl etkiledi?

AG: Eh, onları ayrı görmekten vazgeçtim ve böylece ruhsal ve bilimsel olanın bu kimliği, bu bütünlüğü, bu entegrasyonu benim için çok önemli oldu. Mistikler insanları, “Bak, hayatını şuna ve buna bölmeyesin,” diye uyarırlar hep. Bu bana çok doğal geldi çünkü ruhu keşfettiğimde bilim yapmanın yeni bir yolunu da keşfettim. Ruh, varlığımın doğal temeliydi ve bunun ardından, ne yaparsam yapayım, onları birbirinden pek ayırmaz oldum.

WIE: Bilim yapma dürtünüzde bir değişimden, sizi motive eden şeyin belirli bir noktada yön değiştirdiğinden söz ettiniz. Dergimizin bu sayısını hazırlarken üstünde



durduğumuz konulardan biri de buydu: Bilimi motive eden şey gerçekte nedir? Ve ruhsal arayışı motive eden şeyden ne açılardan farklıdır? Özellikle bazı insanlar, söz ettiğimiz E. F. Schumacher veya Huston Smith gibi düşünürler örneğin, Descartes'ın ve Newton'un fikirlerinin hakim olmasıyla birlikte bilimsel devrim başladığından bu yana bilimin yaklaşımının tamamının doğayı veya dünyayı kontrol etmeye çabaladığını düşünmekte. Söz konusu eleştirilenler bilimin en derin hakikatleri keşfetmek için gerçek bir araç olup olamayacağını sorguluyorlar çünkü bilimin, yanlış nedenlerle bilme arzusundan kaynaklandığını düşünmekte. Siz de bilim dünyasının tamamen içindediniz, pek çok bilimciyi tanıyor, pek çok konferanslara katılıyorsunuz, etrafınız bilimle ilgili şeylerle çevrili ve belki siz de kendinizde bu motivasyonla uğraşmaktasınız. Bununla ilgili deneyiminizden söz eder miydiniz?

AG: Evet, bu çok ama çok iyi bir soru; bunu çok derinden anlamamız gerekiyor. Mesele şu ki, bu arayışta, daha önce sözünü ettiğimiz *Fiziğin Tao'su* ve *Dans Eden Wu Li Ustaları* gibi kitaplar da dahil olmak üzere bilimin bu özel arayışında, bu materyalist dünya görüşü içinde ruhsallık kabul edilmiş olsa bile, Tanrı yalnızca tanrısallığın içkin unsuru olarak görülmektedir. Bu, şu anlama gelir: Tek bir gerçeklik vardır, demişsinizdir. Yalnızca tek bir gerçekliğin -maddesel gerçekliğin- olduğunu söylediğinizde, maddeyi ruhsallıkla doldursanız bile yine de hala tek bir düzeyle ilgilenmektesiniz ve aşkın düzeyi görmezden geliyorsunuz, demektir. Dolayısıyla da madalyonun yalnızca bir yüzüne bakıp, diğer yüzünü ihmal etmektesinizdir. Ken Wilber bu noktayı çok ama çok iyi açıklar. Öyleyse,

yapılması gereken şey, tabii ki, diğer yüzü de bilime dahil etmektir ve bu yapıldığında, bilimin kara lekesi de yok olacaktır. Şimdi, kendi çalışmam öncesinde, bu dahil etme işinin çok örtülü bir şekilde yapılmış olduğunu sanıyorum. Teilhard de Chardin, Aurobindo veya Teozofi Hareketinin kurucusu olan Madam Blavatsky gibi kişiler böyle bir bilimin gelebileceğini görmüşlerdi ama pek azı bunu gerçekten gördü.

Dolayısıyla, benim yaptığım şey yüzyılın başlarında ortaya çıkmış bu vizyonlara gerçeklik kazandırmak oldu. Ve bunu yaptığımızda, bilimin şuurun asliliğini temel alabileceğini gördüğünüzde artık bu kusur ortadan kalkar. Başka bir deyişle, bilimin yalnızca ayırım olduğuna ilişkin kara leke silinir. Materyalist bilim ayırmacı bir bilimdir. Oysa yeni bilim dünyanın maddesel yanının var olduğunu, ayırmacı hareketin de gerçekliğin bir parçası olduğunu ama yalnızca bir parçası olduğunu söylemektedir. Ayırım vardır ve sonra bütünleşme vardır. *Kendini Bilen Evren* adlı kitabımda bilimsel çabanın tamamını kahramanın yolculuğu olarak tanımlamamın nedeni de budur. Dört yüz yıl kadar önce Galileo, Kopernik, Newton ve diğerleriyle birlikte ayırmacılık yelkenini açıp ayırım hedefli ayrı bir yolculuğa koyulduk, demiştim ama bu, kahramanın yolculuğunun yalnızca ilk kısmıdır. Derken kahraman keşfeder ve geri döner. Bu yeni düşünce sistemi aracılığıyla tanık olduğumuz şey de kahramanın geri dönüş yolculuğudur. □

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

Tesirlerin Devamlılığı

Celse: 107, 16.6.1967

TESİRLERİN idamesi, ruhi bir plan tarafından değil, bizzat beşer tecrübesinden doğmuştur. Beşer tecrübesi, bir potansiyel olarak varlığın derununa nüfuz eder. Ruhun kendi kendine olan feveranı, faaliyeti, yüksek bir ışınım tarzında, muhakkak ki tesirler halinde bir çıkış, bir etkileme arz eder. Ve ancak, bir ruhi planın böyle bir şeye müdahalesi, gene bu ruhi potansiyelin bir kıvamı ile ilgilidir. Ancak, bu yakın ve direkt ilgiyi gösterebilecek bir ruhi plan, ancak potansiyelin kalitesiyle ilgilenir. Ve böylece bir değişik tesir kuşağı hasıl edebilir ki, sevkü idare, yardım ve besleme mekanizması, ondan sonra tesis olunur. Buradan da şu netice çıkıyor ki, insanın mesuliyeti, ancak ruhi potansiyelinin muayyen bir iktisabı elde etmesinden sonra başlamaktadır. Mesela, sizler, böyle bir mesuliyeti haizsiniz. Yalnız daha evvel de bahsedildiği gibi muhtelif tesir planları içerisinde, devamlı olarak mekan değiştirebilmek kusuru ile malul bulunduğunuz için, bu mesuliyetinizi idrak edemiyorsunuz. Bu yüzden bütün cehdinizle daha üst bir tesire malik olmaya gayret ediniz. Azmediniz. Beşeri tecrübenizi genişletiniz ve size ayak bağı olan cehlinizi izale etmeye çalışınız. □

cehl: bilgisizlik, bilmezlik.

haiz: malik, sahip. taşıyan. bir şeyi olan.

hasıl: meydana gelen. elde edilenlerin hepsi.

idame: sürdürme, devam ettirme.

iktisap: kazanma, edinme.

izale: yok etme, giderme

malul: Sakat, illetli.

muayyen: belli olan.

Kişilikötesi Farkındalık

Ulrich Kramer

Giriş

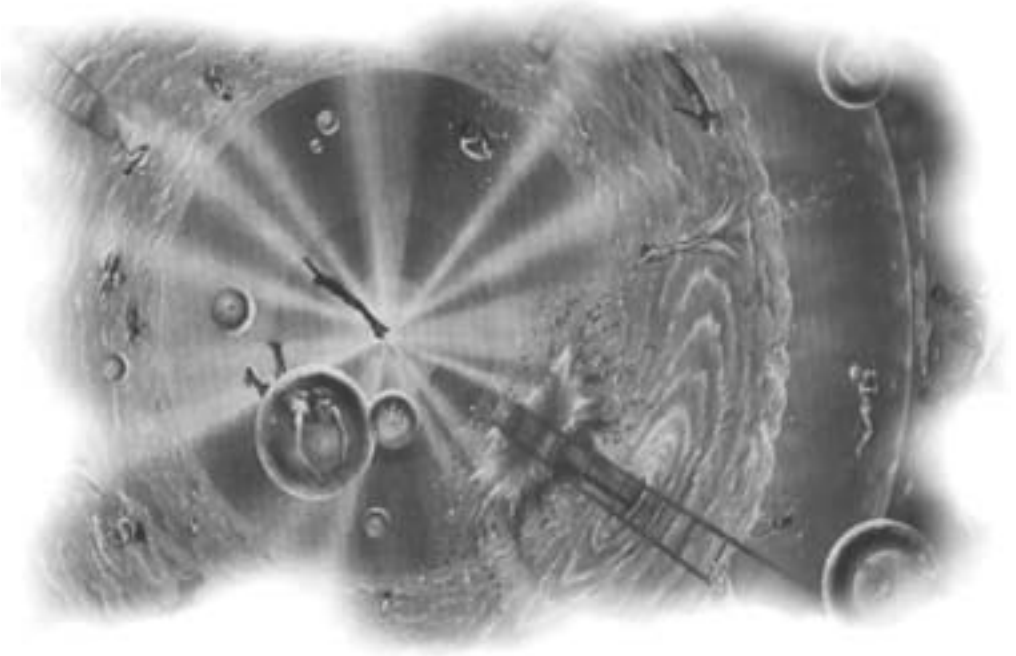
“**M**INDWALKING” (Zihin Yürüyüşü) denilen bir yöntem kullanarak, çatışmalarını veya acılarını çözme girişiminde bulunan tüm danışanlarda standart bir kişilikötesi fenomen grubunun ortaya çıktığı gösterilecektir. Bunlar: 1) Danışanın kendi geçmiş yaşam olaylarının hatırlanması. 2) Başka insanların (telepatik etkileşim aracılığıyla fark edilmeden “karşıdan yüklenmiş”) geçmiş yaşam olaylarının hatırlanması. 3) Yaşayan insanlarla, bedensiz ruhlarla, dünya dışı varlıklarla ve “astral alem”in varlıklarıyla şu anda gerçekleşen (çevrimiçi) telepatik etkileşim. 4) Danışanın kendi veya ister insan, ister hayvan veya bitki olsun başkalarının morfogenetik alanıyla (canlılık alanıyla) etkileşimi. 5) Beden dışı deneyimlerin, ölüme yakın veya ölüm sonrası durumların hatırlanması ve ayrıca, aşkın meselelere yönelik mistik içgörüler.

Bu fenomenler, olaya dahil olan bireyler tarafından üretilen zihinsel enerji alanlarının etkileşimi nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Bu fenomenleri tam bir farkındalıkla tanıyarak, kayda değer miktarda duygusal ve somatik deşarjlar oluşmakta ve rahatlama hissedilmektedir.

Vaka Örnekleri

AŞAĞIDAKİ örnekler, hafızaya dayanmayan veriler ile örtüştükleri ve bu nedenle “iyi kanıt” olarak görülebilecekleri için seçilmiştir. Belirtilen seans süresi yalnızca söz konusu seans içindir; istenen sonuca ulaşmak için gerçekleştirilen tam bir seans dizisi genellikle belirtilen süreden daha uzundur.

Doğrulanmış geçmiş yaşam. Martin, kişiliğindeki belirli zorlantu özelliklerinin izini, Mısır’da belirli bir firavunun sarayında etkili bir kişi olup, önemli bir politik öneriyi yerine getirmekte başarısız



olduğu bir geçmiş yaşama dek sürdü. Seanstan sonra bu tarihi dönemi araştırdı ama söz konusu kişilerin (firavun ve danışmanının) aynı zaman diliminde yaşamış olamayacaklarını gördüğünde hayal kırıklığına uğradı. Ama birkaç ay sonra, söz konusu dönemle ilgili çok yeni bir yayına rastladı ve tüm tablo değişiverdi. Saygın bir tarihçi olan yazar, o zamana dek ölmüş veya bilinmeyen nedenlerle ortadan kaybolmuş olduğu varsayılan bu belirli firavunun aslında yalnızca adını değiştirmiş olduğunu bulmuştu. Yeni bir firavun olduğu düşünülen kişi aslında yeni bir isimle anılan aynı kişiydi. Bu koşullar altında, Martin'in hatırladığı olayın tam olarak onun hatırladığı gibi meydana gelmiş olduğu düşünülebilir. (Seans süresi, 4 saat 17 dk.)

Beden dışındayken tanık olmak.
Charlotte yaklaşık bir yıl boyunca,

“Yapamayacağız,” kelimeleriyle ifade ettiği şiddetli bir depresyondaydı. Guatr (tiroid) ameliyatı için ona genel anestezi uygulanmasından sonra bu düşünceyi taşımaya başlamıştı. Seans sırasında, ameliyatı ameliyat masasından yaklaşık 3 metre yukarıdan bakarak yeniden yaşadı. Yapılan her harekete, söylenen her söze tanık olmuş ve kaydetmişti. Doktor, ameliyat hemşiresine hitaben buluşacakları tarihin uygun olmadığını anlatmak için “Yapamayacağız,” dediğinde, hasta bunu bir post-ipnotik emir olarak aldı ve depresyonunu tetikleyen cümle de bu oldu. Seans sırasında Charlotte, amacını anlayamadığı bir cerrahi aleti de gördü. Seansımızdan bir kaç hafta sonra doktoruna bu aleti sordu. Doktor bu aletin gerçekten kullanıldığını doğruladı. (Seans süresi, 3 saat 20 dk.)

Ölen babasıyla temasta olan kız. Martha 13 yaşındayken, babası bir kayak

kazasında ölmüştü. Martha şimdi 30 yaşında ve hala ağır bir yasta. Seans sırasında, haber ona iletilmeden birkaç saat önce babasının ölmüş olduğunu zaten bildiği ortaya çıktı. Ölen babasını taşıyan ve evlerinin üstünden geçen kurtarma helikopterinin sesini duyduğunda anlamıştı bunu. Aynı anda, babasının ölüm olayını “karşıdan yükleme” deneyimi de yaşadı. Seansta, olayın her ayrıntısını *babasının* algılayış noktasından hatırladı ve adamın çektiği acıları, yaşadığı duyguları ve düşünceleri rahatlatma hissedene dek deneyimledi. On yedi yıllık yası sona erdi. Bununla birlikte, babasının ölümünü yeniden yaşarken, kurtarma operasyonunun olağan rutinde yapılmadığına ilişkin hatırladığı ayrıntılar, kendisi de deneyimli bir kayak öğretmeni olduğu için, onda kuşku uyandırdı. Seanstan sonra çocukluğunun geçtiği köyü ziyaret edip babasının kurtarılması operasyonuna katılan insanlarla görüştü ve hatırladıklarının doğrulandığını gördü. (Seans süresi, 8 saat 23 dk.)

Bilinçdışı karşıdan yükleme: Mezbahada bir domuzdan edinilen başağrısı. Franz kronik başağrılarından mustarıptı. Kaynağı ise çocukken bir domuzun öldürülmesine tanık olmasıydı. Domuz, bir baltanın sırtıyla alnına indirilen bir darbeye ölmüştü. O zamanlar çocuk olan Franz domuzla acıma duydu. O anda ikisi arasındaki yoğun etkileşim nedeniyle, domuzun acıları ve duyumsamaların Franz’a karşıdan yüklenmesi meydana geldi. Domuzun acıları, Franz’ın acıları oldu. Olayı *domuzun* algılama noktasından tekrar deneyimledikten sonra Franz’ın başağrıları nispeten iyileşti (ancak

tamamen kaybolmaları, tamamen farklı bir olayın ele alındığı ikinci bir seanstan sonra gerçekleşti.) (Seans süresi, 2 saat 12 dk.)

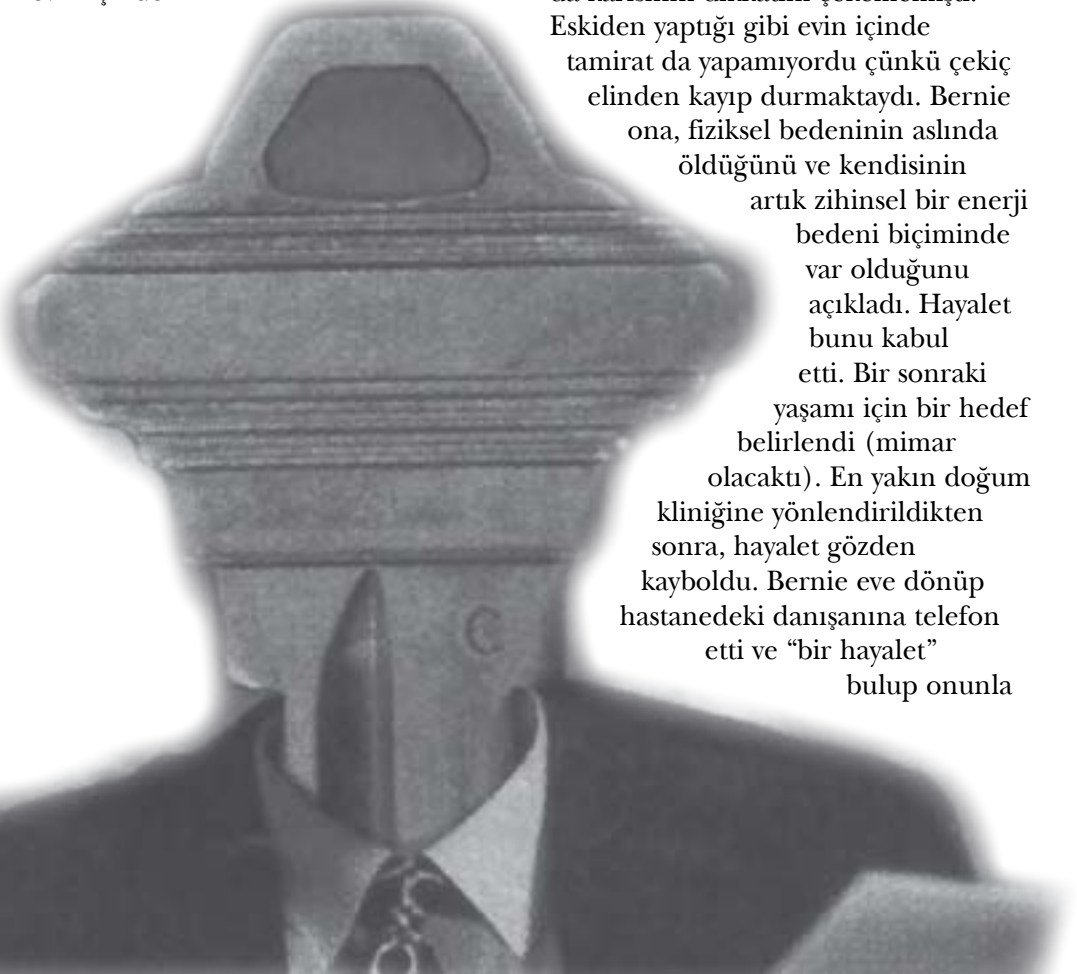
Bilinçdışı karşıdan yükleme: Babasının yaşadığı olaydan dolayı acı çeken oğlan. 35 yaşındaki Thomas, seans sırasında, 1943 yılında bir Nazi toplama kampında 13 yaşında bir oğlan çocuğu olduğunu ve annesi işkence görüp tecavüze uğrarken, kendisine de bir askerin tecavüz ettiğini hatırladı. Olayın acılarını ve duygularını biraz indirgedikten sonra, mağdurun kendisi değil, babası olduğunu ve diğer kişinin de kendi annesi değil, babaannesini olduğunu fark etti. Bu olay aile içinde hiç konuşulmamıştı. Thomas da bu olaydan haberdar değildi. Olaya *dahil olan kişilerin* (babasının ve babaannesinin) algılama noktalarından odaklanıp, olayın yükünü tamamen boşalttı. Seanstan sonra, duygusal açıdan çok sert bir adam olan babasının karşısına dikilip bu hikayeyi sordu. Babası birden ağlamaya başladı (duyulmuş şey değildi!) ve oğlunun keşfettiği şeyi doğruladı. Sonraki haftalarda, aile içindeki duygusal atmosfer dikkate değer biçimde iyileşti. (Seans süresi, 7 saat 35 dk.)

Kasıtlı karşıdan yükleme: Evi zihinsel çöplerden temizleme. Karşıdan yükleme işlemi belirli bir amaçla ve tam bir farkındalıkla yapıldığında, aşağıdaki üç örnekte görüleceği gibi, fayda sağlayacak biçimde kullanılabilir. Emlakçı olan Charlotte, önceki sahipleri şiddetli kavgalar, fahişelik, uyuşturucu veya alkol bağımlılığı gibi stres dolu faaliyetlere girişmişlerse, evleri satmanın çok zor olduğunu

anlamıştı. MindWalking tekniği eğitimi almış olan Charlotte bu evlerde “takılı kalmış” görünen zihinsel enerji alanlarıyla bilhassa temasa geçip bir karşidan yükleme sürecini başlattı. Söz konusu insanların algılama noktasından olan bitene dair tüm görüntüleri yeniden deneyimleyerek, bir “deşarj” sağlayabildi. Bu temizleme işleminden sonra bir alıcı çıkması için fazla beklemek zorunda kalmadı. (Seans süresi, 20 ile 50 dk. arası)

Kasıtlı karşidan yükleme: Bir hayaleti yuvasına yollamak. Sertifikalı bir MindWalking eğitmeni olan Bernie’ye, daha önce hiç tanışmamış olduğu yaşlı bir hanım telefon etti. Kocasının bir yıl önce, 70 yaşındayken öldüğünü söyledi, ama hala evin içinde

olduğundan şikayet etti. Adam ölmüş olduğu için pek mutluymuştu çünkü ondan hep nefret etmişti ama kocasının hala hayalet formunda evin içinde dolaşıyor olmasının stresi kadında yüksek tansiyon ve kalp sorunlarına yol açmıştı. Ertesi gün, yakındaki bir kliniğe yatıp sağlık kontrolünden geçecekti. Hazır kendisi evde yokken, Bernie evi ziyaret edebilirdi. Bernie aynen böyle yaptı ve bedenini kaybettiğini bilmezmiş gibi görünen yaşlı adamı bulup onunla temasa geçti; bununla birlikte, adam algılamasının değiştiğini hissetmişti; etrafı bazen yukarıdan bakıyormuşçasına görmekteydi ve bu da onun başının dönmesine yol açıyordu; ayrıca artık hiç kimse onunla konuşmuyordu. Ne kadar uğraştıysa da karısının dikkatini çekememişti. Eskiden yaptığı gibi evin içinde tamirat da yapamıyordu çünkü çekiç elinden kayıp durmaktaydı. Bernie ona, fiziksel bedeninin aslında öldüğünü ve kendisinin artık zihinsel bir enerji bedeni biçiminde var olduğunu açıkladı. Hayalet bunu kabul etti. Bir sonraki yaşamı için bir hedef belirlendi (mimar olacaktı). En yakın doğum kliniğine yönlendirildikten sonra, hayalet gözden kayboldu. Bernie eve dönüp hastanedeki danışanına telefon etti ve “bir hayalet” bulup onunla



konuştuğunu anlattı. Kadını herhangi bir şekilde etkilememek için hayaletin kim olduğunu söylemedi ve hayaletle yaşadıklarını da anlatmadı. Yaşlı hanım sağlık kontrollerinde kalp ve tansiyon sorunlarına yol açacak herhangi bir bulguya rastlanmadığını ama eve girdiği anda bunların tekrar başlayacağından endişelendiğini söyleyerek, Bernie'den kendisine eşlik etmesini rica etti. Ertesi gün evin dışında buluştular. Bernie ondan eve yalnız girmesini istedi, kendisi ise ne olur ne olmaz, diye dışarıda bekleyecekti. On beş dakika sonra, kadın dışarı çıkıp evin tamamen farklı bir his verdiğini söyledi. Kalp sorunu ise bir daha hiç ortaya çıkmadı. Daha önce ederinden düşük bir fiyata satmaya çalışmasına rağmen ilgi görmeyen evine aniden birçok talep geldi ve aralarında fiyat artırmaya başladılar (ama yaşlı kadın artık evi satmak istemiyor.)

Kasıtlı karşıdan yükleme: Telepati aracılığıyla uzaktan seans. Yazarın yakından tanıdığı bir hanım, Avustralya'dan bir e-posta yollayarak, yine yazarın tanıdığı, kız kardeşinin çok ciddi bir hastalığa tutulduğunu bildirdi. Söz konusu kişilerin haberdar olmadığı bir saatte, yazar söz konusu kız kardeşe "ayarlandı" ve onun sorununu karşıdan yükleyip -sebeplendirme, ciddi bir kayıp deneyimiydi- onunla "çevrimiçi" halde kaldı. Kadını olaydan geçirip, duygusal gerilimin saliverilmesinin ve kadında meselenin doğasına ilişkin bir farkındalığın oluşmasının hemen ardından bağlantıyı kesti. Yaptığı şeylerden danışanına söz etmedi. Ertesi gün aldığı bir e-posta, kız kardeşin

durumunda kayda değer bir iyileşme gözlendiğini bildirmekteydi. İki gün sonra, hastalık tamamen geçti. (Seans süresi, 20 dk.)

Teori

MINDWALKING teorisindeki temel önerme, dikkatin hiçbir şey olmayıp bir şey olduğudur, tıpkı bir elektromanyetik alanın hiçbir şey olmayıp, bir şey olması gibi. Dikkat bir birey tarafından kendi algılama noktasından üretilir. Algılama noktası, o kişinin dünyayı bir beden olarak değil de bir varlık olarak izlediği noktadır (Görme veya görüş alanıyla ilgisi yoktur.) Algılama noktası, bedeninin içinde veya dışında olabilir. Yarattığı dikkat algılama noktasından dışarıya bir akıntı gibi akmaz; ortamdaki nesnelere üzerine *yerleşir*. Algılanan şey kişinin dikkatinin üstünde olduğu şeydir, başka bir şey değil. Bu alan tarafından yakalanan enformasyon ise bilgi olarak depolanır ve hafıza imgeleri biçiminde hatırlanabilir.

Seanslarda, dikkatin küçük enerji girdapları şeklinde gelip öznel olarak bir tür "parlayan konfeti" gibi göründükleri anlaşılmıştır. Bu girdaplar, daha aşağı düzeyinde hiçbir şeyin olmadığı belirli bir boyuttadırlar. Ortaya çıktıklarında, ne daha büyük ne daha küçük, hep bu boyutta ortaya çıkmaktadırlar; dolayısıyla, bu belirgin özelliğe gönderme yapmak için "zihinsel kuant" ("mental quanta", kısaca MQ) terimi seçilmiştir. Zihinsel kuantlar fizikteki foton kuantlara karşılık gelir görünmektedir ama muhtemelen aynı şey değildir. Çok

miktarda MQ sıkış bir tarzda ortaya çıktığında, bir zihinsel enerji alanı elde edilir. Bir MQ alanı, kişi istediği sürece bu şekilde korunur (“dikkati bir şeye yöneltmek” deyimi de doğru bir şekilde bunu anlatmaktadır). Diğer herhangi bir alan gibi, MQ alanı da belirli bir yoğunluğa ve titreşime sahiptir. Yoğunluğu onun “görünürlüğünü” oluştururken, titreşimi ise öznel olarak duygu tarzında algılanır. Bir MQ alanı ayrıca onu oluşturanın düşüncesini, niyetini de içerir. Dolayısıyla, bir kişi (gönderici) başka birini (alıcı) düşündüğünde, alıcı kişi gönderici kişinin duygusunu ve düşüncesini algılayacaktır. Ardından alıcı kişi dikkatini gönderici kişiye yöneltirse, gönderici kişiyi ve yakın ortamını bile algılayabilir. Telepatinin mekanizması budur. (Telepati, Soğuk Savaş sırasında Amerikan ordusunun Rus ordusunu gözlemlemek için kullandığı bir teknik olan “Uzaktan Görme” tekniğinde başarıyla uygulanmıştır. Şimdilerde, halka açık seminerlerde genel ve eğlenceli bir konu olarak anlatılmaktadır.)

Özetlersek; zihni anlamak için üç bileşen yeterlidir: varlıklar, düşünceler ve zihinsel kuant (MQ). İletişime geçmek için bir varlık “algılama noktası” denilen bir iletişim platformunu kullanır. Israrlı düşünme (niyet) ve algılama noktası aracılığıyla bir MQ alanı oluşturur ve bunu nesnelere ve insanlara yerleştirir. Bu alan, yapıcısının o andaki duygusal tutumuyla uyumlu titreşmektedir. Bir varlık bu şekilde iletişim kurar ve algılar. İki varlığın alanları etkileştiklerinde, bir varlığın düşüncelerinin ve duygularının diğer varlık tarafından algılandığı telepati

meydana gelir. Bu gibi telepatik etkileşimler bilinçsizce oluşursa, bir varlığın düşünceleri ve duyguları diğer varlığa karşıdan yüklenebilir veya onun tarafından “kopyalanabilir.” Karşıdan yüklenen “zihin dosyası” taşıyan kişi üstünde sanki kendisininmişçesine güçlü etkide bulunacaktır; depresyon ve psikosomatik hastalıklar gibi dramatize de edilebilir.

Demek ki, yalnızca kişinin kendi dikkati değil, başkalarının dikkati de bir rol oynamaktadır. Bir cinayet vakasında katil ve kurbanı da rol oynamaktadır. Bir cinayetin hafıza imgesi yalnızca kurbanın düşüncelerini, duygularını ve acısını değil, katilinkileri de içerir. Katilin dikkati kurbanın üstünde olduğu kadar, kurbanın dikkati de katilin üstündedir. Her ikisinin dikkat alanları kaynaşmış ve karışmıştır. Durumu tüm unsurlarıyla görmeye istekli olmamaları nedeniyle, olanlardan dolayı kendilerini veya birbirini bağışlayamazlar ve böylece, ikisinden biri daha sonraki bir noktada (kurban bakımından, bu daha sonraki bir yaşamda olurdu) meseleyi ele alıp kendileriyle yüzleşene dek bu ikisi iradelerine karşı da olsa belirsiz bir süre boyunca “birleşmişler” demektir.

Yalnızca tek bir kişinin yer aldığı bir araba kazasında, genellikle iki algılama noktası söz konusu olur: biri bedeninin içinden, diğeri dışından. Ruhsal varlıkların zorluk ve (ayrıca vecd durumlarında) bedenlerini terk ediyor oldukları olgusu, sırf bu uzak konum nedeniyle bağlantıyı koparmış veya etkilenmez oldukları anlamına gelmez. Tam tersine, bir şok, yas ve dehşet durumu içindedirler ve dolayısıyla da olay sahnesini kaydedişleri yalnızca o

andaki eylemi değil, acıları, duyguları ve düşünceleri de içerecektir. Şoklarından çıkmadıkları sürece, olay onlara hatırlatıldığı herhangi bir anda sahne aynen tekrarlanabilir. Ve tekrar bedenlendiklerinde ise, olayı duygusal ve somatik bakımdan dramatize edeceklerdir.

Bir uçak kazası vakasında ise, parçalanıp ezilmiş bedenleri üstünde süzülmeğe sahneyi acı ve dehşetle izleyip kaydeden bedensiz ruhların hepsini temsil eden yüzlerce algılama noktası söz konusudur. Dolayısıyla, bir uçak kazası kurbanıyla seans yaparken birkaç yüz insanın daha duyguları, acıları ve düşünceleri hesaba katılmalıdır.

Yöntem

BİR MindWalking seansında, hem kurbanın hem de eylemi gerçekleştirenin algılama noktaları incelenip sorgulanır. En önemli iki soru, “Nereden görülmekte?” ve “gören kim?” şeklindedir.

Kendilerinde tezahür eden çeşitli algılama noktalarını tanıyıp kabullenmelerinde danışanlara yardım ederek ve onların bunları sırasıyla gerçek sahiplerine atfetmelerini sağlayarak (“bu kısmı ben deneyimledim ama... oradan görülen

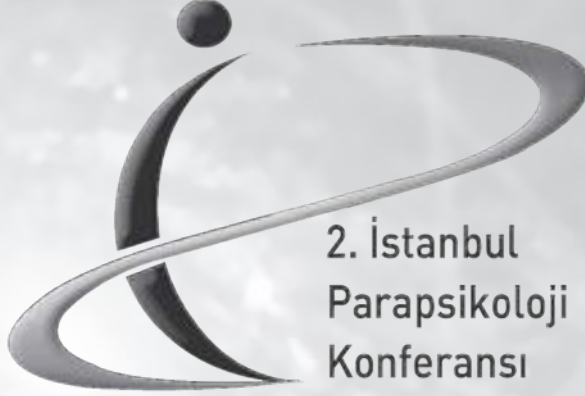
diğer açı, bu başka bir algılama noktası” vb.) bir uçak kazasının gibi çok büyük zihinsel enerji alanları indirgenmiş ve en sonunda tamamen çözülmüş hale gelecektir. Danışan ancak böylece gerçek rahatlama ve mutluluk deneyimleyebilir.

Başkalarının algılama noktalarıyla bağlantıda oluşunu gören ve bir olay sırasında ortaklaşa yaratılan zihinsel enerji alanından *onların* “zihin dosyalarını” okuyan danışan kişilikötesi aleme girmiştir. Kendi kaderinin nasıl başkalarının kaderleriyle dolaşık halde olduğunu artık açıkça anlamakta ve bir seans aracılığıyla söz konusu durumu düzeltme konumunda olmasının yanı sıra ve belki de daha önemlisi, yaşama ve ruhsal aleme dair yeni bir bakış açısı da edinmiştir. □

1948’de doğan yazar, Almanya’daki Mainz ve Munster/W. Üniversitelerinde psikoloji eğitimi almış olup 1985’ten bu yana kendi işyerinde çalışmaktadır. Yaşam yönetimi üstüne bir (Der schmale Pfad - Handbuch für gutes Management, 1994) ve MindWalking üstüne iki (Im Internet der Seelen ve Aus fernen Welten, 2003) kitap yazmıştır.

Psikolog Ulrich Kramer’in 2005 yılında Almanya/ Altenberg’de düzenlenen Scientific and Medical Network Yıllık Konferansında sunduğu makaleyi çeviren: Yasemin Tokatlı.





Ruhsallığın Bilimi (*Science of Spirituality*)

23-24 Mayıs 2009
Harbiye Askeri Müzesi

<http://ipc-istanbul.org/>



2. İstanbul Parapsikoloji Konferansı Katılımcı Kayıt Formu

Adı:.....
 Soyadı:.....
 Adres:.....
 Şehir:.....
 Posta Kodu:.....
 E-posta:.....
 Telefon:.....
 Faks:.....
 FATURA BİLGİLERİ Yukarıdaki ile aynı
 Firma veya Şahıs Adı:.....
 Fatura Adresi:.....
 Posta Kodu:.....
 Şehir:.....
 Vergi Dairesi:.....
 Vergi No:.....

KAYIT ÜCRETLERİ (Lütfen İşaretleyiniz)

KONFERANS

2 Tam Gün - Tam 175 TL Tek Gün Katılım - Tam 100 TL
 2 Tam Gün - Öğretmen/Öğrenci 150 TL Tek Gün Katılım - Öğretmen/Öğrenci 75 TL

ATÖLYE ÇALIŞMALARI

1. GÜN

Tarık ARIKDAL (Metapsişik Parapsikoloji) 50 TL veya Reşat GÜNER (Bilincin Sınırlarını Keşfedin) 50 TL

2. GÜN

Amit-Uma GOSWAMI (Kuantum Bilinç) 175 TL veya Ali Seydi GÜLTEKİN (Radyestezi) 175 TL

İki günlük konferans katılım ücreti KDV Dahil 175 TL olarak belirlenmiştir.

Lütfen bu formu 0-212-252 07 18 no'lu faksa yollayınız.

1. Kredi Kartı ile Ödeme

Kart sahibi:

Kart Tipi Visa Master

Kart No:

Güvenlik No:

Son Kul. Tarihi:

Lütfen TL tutarını kredi kartından çekiniz,

İmza:

Tarih:

2. Banka Havalesi ile Ödeme

Aşağıdaki hesap numarasına havale yapabilirsiniz.

Açıklama kısmına lütfen "Parapsikoloji Konferansı Katılım Ücreti" yaz (dır)ınız.

VAKIFBANK

İstanbul, Taksim Finans Market Şubesi (Şube Kodu: 005)

İNSANLIĞI BİRLEŞTİREN BİLGİYİ YAYMA VAKFI hesabına

Hesap No: 00158007265083357

Ödeme ulaştınca sizinle irtibata geçilecektir.

İçten Dışa Değişim

*Duygu Güner
Reşat Güner*

1. Bölüm

HEPİMİZ hayatımız boyunca hep bir şeyleri değiştirmeyi isteriz. Sanki bir şeyler değişirse hayatımızda, hani o adını koyamadığımız ama yok yok değişmek lazım... dediğimiz şey olursa, daha mutlu olacağımızı, daha neşeli olacağımızı, daha verimli çalışacağımızı sanırız.

Değişim isteği elbette ki doğal bir istek. Var olan düzen içinde hiçbir şey yerinde durmazken bizlerin hep olduğumuz gibi olmayı istemesi temelde doğaya aykırı bir şey. Çünkü o her an her saniye bir değişim içinde. Aslında bizler de bu değişim döngüsünden payımıza düşeni alıyoruz. O var olan bütünün bir parçası olarak bizler de değişmekteyiz ancak bu değişim biz farkında olmadan ve uzun bir süreç içinde yaşanan bir değişim. Oysaki hayatı şu an yaşadığımızdan daha verimli, daha sağlıklı, daha neşeli ve daha olmasını istediğimiz gibi yaşamak büyük bir oranda bizim elimizde. Bu tür ya da daha farklı bazı değişiklikleri sanırım çoğumuz istiyoruz ama ne kadar.

Bazen bir olay yaşarız ya da farklı bir ortamda bulunuruz ve kendimizdeki bazı davranışları, düşünceleri değiştirmek isteriz. Sonra o ortamdaki ayrılınca ya da aradan birkaç gün geçince bu isteğimiz yavaş yavaş kaybolur ve belki de 1 hafta 10 gün sonra böyle bir isteğin olduğunu hatırlamayız bile. Bu tür gelgitleri çoğumuz belirli dönemlerde yaşarız. Bir süre sonra yine benzer bir istek kendini gösterir ve o da geçer... Ta ki o değiştirmek istediğimiz yanımız, özelliğimiz, huyumuz her ne ise o canımıza yetene kadar. Biz ona, bıktım senden, buraya kadar değinceye kadar, işte, bunu dediğimiz an, bizim gerçekten o değişim isteğini içimizde duyduğumuz andır. Ama iş bu kadarla da bitmez. Çünkü kararlılığımız da kendi içinde değişkenlik gösterme eğilimindedir. Kısacası değişim aslında kolay bir şey değildir ve ısrarlı olmayı, yılmamayı gerektirir.

Davranış kalıplarımızın, alışkanlıklarımızın beyinde oluşturduğu birtakım yollar vardır. Bu davranış kalıplarında, alışkanlıklarda değişim



isteği içine girdiğimiz zaman beyin buna hemen adapte olamaz. O eski yollar zaman içinde yer etmiştir ve meyil hep o tarafadır. İlk başlarda kendimizde bir davranış değişikliği yaratmaya başladığımızda 1 gün, 2 gün olur ama sonra bir bakarız yine eskisi gibi davranıyorum. Neden? nk o eski davranış kalıbının beyinde oluşturduğu yol daha köklüdür, daha belirgindir ve hop o tarafa meyil olur. Biz de 1, 3, 5 denedikten sonra “Olmuyor işte, bir türlü değişemiyorum,” der ve bırakırız. İşte bu noktada ısrarcı olmak, yılmamak çok önemlidir. Tabii, eğer değişimi gerçekten istiyorsak.

Gerçekten, ciddi olarak değişim isteğini içimizde duymak çoğu zaman kendimizi büyük ıkmazlarda hissettiğimiz zaman meydana gelir. Bu noktada genellikle iki yol vardır; ya bu çıkmazın içinde kalarak giderek daha büyük çıkmazlara girmek ya da değişmek.

Değişmek, değişim isteği içinde olmak yürek isteyen bir iş. nk mevcut olanın, yaşanıyor olanın her ne kadar beğenilmese de oluşturduğu bir konfor söz konusudur. Neler yaşanıyor olduğu biliniyordur ve bu halin oluşturduğu farklı bir konfor vardır. Oysaki değişim var olandan, yaşanıyor olandan çok daha farklı bir durumdur ve ne getireceği tahmin edilse de bir belirsizlik ve bu belirsizliğin meydana getirebileceği rahatsızlık vardır. İşte bu nedenle de yürek ister. Ama o yüreklilik ve pozitif anlamda meydana gelecek olan bir değişim her zaman için bizi yukarılara, o an bulunduğumuz konumdan daha iyi bir duruma taşır.

Tehlike Geliyorum Der

ZAMAN ZAMAN hepimiz kendimizi çıkmazda hissedebiliriz. Ve bazen öyle bir olur ki, o çıkmazdan tam

çıkacağımızı hissettiğimiz an bir de bakarız biraz daha içine çekilmişiz. Sorun üstüne sorun, sıkıntı üstüne sıkıntı yaşar hale geliriz. Bu bizim işimizle ilgili bir konu olabilir, ailemizle ilgili olabilir, dostlarımızla, arkadaşlarımızla ilgili olabilir ya da tamamen farklı bir konuda olabilir.

Kısa vadede işler tam düzeliyormuş gibi görünürken uzun vadede bir bakarız ki durum hiç de görüldüğü gibi değil. Olaylar üst üste geliyor. Yani kısacası tehlike bize geliyor diyorum...

Eğer ki, o güne kadar bu sorunla ilgili olarak yaptıklarımız pek işe yaramadıysa geriye tek bir çıkar yol kalıyor. **FARKLI BİR ŞEY YAPMAK.** Ama gerçekten farklı bir şey yapmak. Farklı bir şey yapabilmek için o olaya farklı bir gözle bakmak, o olay hakkında farklı bir şekilde düşünmek gerekiyor. Bu ne demektir? Bu bizim artık temelde düşünce yapımızda olmak üzere bir dizi değişime açık hale gelmemiz demektir. Bu, "Tamam artık ben daha fazla bu hal içinde kalmak istemiyorum, değişmeliyim," demektir. Bizi o geliyor, diyen tehlikeden kurtaracak tek şey bu değişim ihtiyacını derinlerden hissetmektir. Bu an bizim kararlılığımızın meydana geldiği



andır. Gerçek bir değişimi meydana getirebilmek için bu kararlılık durumunu mümkün olduğunca fazla içimizde taşımak gerek. O kararlılık hali içinde kalmalıyız. Ve bu noktada kendimize soracağımız ya da sormamız gereken soru, "Değişime nereden ve nasıl başlayacağım?" sorusudur.

Kısa bir süre önce bilgisayar, beynimizin modeline benzeyen bir şey olarak hem bilim adamlarının hem de psikologların ilgisini çekti. Eğer beyinlerimiz bir çeşit bilgisayarsa o zaman düşüncelerimizi ve eylemlerimizi de yazılım programları

gibidir. Tıpkı yazılımlarımızı değiştirdiğimiz gibi zihinsel programlarımızı değiştirebilseydik, bilinçaltımıza bugüne kadar kaydolmuş davranış kalıplarımız üzerinde de pozitif değişimler meydana gelirdi. Düşünüş, hissediş, davranış ve yaşayış biçimimizde anında gelişmeler sağlayabilirdik..

Bilgisayarlarla yapılan kıyaslama, değişimin neden bu kadar zor olduğunu da açıklıyor. İstemek, arzulamak ve ummak bilgisayarımızın yazılımını yenilemeyecektir. Kızmak veya aynı komutları tekrar tekrar bilgisayara girmek de öyle. Yapmamız gereken mevcut programlarımızın

tam gereken yerlerine yeni talimatlar eklemektir. Bilgisayar söz konusu olduğunda bunu nasıl yapacağımız kullanma kılavuzunda yazar. Ama konu insan olduğunda durum biraz daha zordur. Çünkü bizler dünyaya kullanım kılavuzuyla gelmiyoruz.

Kişilik Alışkanlıklardan Oluşur

KİŞİLİK dediğimiz şey yalnızca alışkanlıklardan oluşma bir bütündür. Tüm davranışlarımız yaşantımızın belli bir zamanında öğrenilmiş ve sonradan bilinçaltının malı haline gelmiş bazı alışkanlıkların ürünü olarak ortaya çıkar.

Her birimiz sürekli olarak hem dışarıdan gözlemlenebilen hem de gözlenemeyen birçok eylemde bulunuruz. Dışarıdan gözlenebilen eylemler çeşitli hareketler, konuşma vb. eylemlerden oluşur. Gözlenemeyenler ise genel olarak “düşünme” olarak adlandırılır. Hareketlerimizin farkında olabilmek daha kolay olmakla birlikte dışarıdan gözlenemeyen eylemlerimizin hemen hemen hiç farkında olmayız. Çünkü bunlar yaşantımızın çok erken zamanlarında öğrenilmiş ve tümüyle bilinç dışı hale gelmiştir. Dolayısıyla tüm bunlar tamamen otomatik olarak gerçekleşirler. Konuşma, anlama, hissetme, muhakeme etme, hayal kurma vb. gibi eylemler zihnimizde tamamen otomatik bir biçimde gerçekleşir. Mesela belli olaylar, gözlemlediğimiz belli cisimler, duyduğumuz belli sözler ya da müzikler bizim belli duygular hissetmemizi sağlarlar. Mesela şu anda burada okuduklarınızı anlamamak gibi

bir seçeneğiniz yoktur. Ama yazıları anlamak şu an tamamen otomatik bir eylem olmasına rağmen bunu hayatınızın çok erken dönemlerinde öğrendiniz. Ve bu eylem sonradan tamamen otomatik bir hale geldi. Ve bunu istesenz de silemezsiniz.

Yaşantımızın çok erken dönemlerinde meydana gelen ve kişiliğimizi oluşturan en temel programlardan biri “inançlar”dır. İnançlar yaşantımızın derinliklerine öylesine nüfuz etmiştir ki, onların bizi nasıl yönlendirdiğini, algılarımızı nasıl değiştirdiğini, gerçekliği nasıl çarpıtmamıza sebep olduğunu asla bilemeyiz. Çünkü bunlar tamamen otomatik biçimde çalışan programlar haline gelmiştir.

Ve inançlarımız tam anlamıyla bizim sınırlarımızdır. Çünkü gerçekte algıladığımız değil, inandığımız şey bizim için gerçektir.

İşte gerçek anlamda değişimden söz ettiğimizde söz konusu olan bu tamamen otomatik hale gelmiş kalıpların değiştirilmesidir. Çünkü zihnimizde doğru yer ve doğru zamanda çalışmayan pek çok program vardır. Bu programlar yaşamımızı zorlaştırır ve gelişimimizi engellerler. Ve bizi yeni şeyler öğrenmekten alıkoyarlar. Aslında insan tüm yaşamı boyunca yeni şeyler öğrenebilir ve herkes şu an olduğundan çok daha yaratıcı olabilir. Yaşamını çok daha yaratıcı ve üretken bir biçimde yaşayabilir. Ancak buna engel olan şey, otomatizma içerisinde alışkanlıkların esiri olarak yaşamaktır. Alışkanlık dediğimizde sigara, alkol vb. gibi bağımlılıklardan söz etmiyoruz. Her şey bir alışkanlıktır. Tüm eylemlerimiz birer alışkanlıktır. Bunun böyle olması

bizim
hayatımızı
kolaylaştıran
bir süreçtir, ama
örneğin, olumsuz
hisler üretmemizi sağlayan
alışkanlıklar bizim için çok
kısıtlayıcı olurlar.

Hepimiz yaşantımızın oldukça büyük bir kısmını bir şeylerden endişelenerek ve hiç gereksiz yere kötü senaryolar üreterek geçiririz. Ve aslında hiçbir şey bizim düşündüğümüz kadar kötü gitmez. Ama kendimizi gereksiz yere kötü hissettiğimiz anlar çok fazladır. İşte bu durumdan dolayı çok enerji kaybederiz. Ve bu durum bizim pozitif yönde üretken olmamızı engeller. İşte bu durum kesin olarak değiştirilmesi gereken en önemli noktalardan biridir.

Değişimin En Kritik Noktası İnançlar

HEPİMİZ aynı dünyada yaşıyor, aynı havayı soluyoruz. Doğup büyüdüğümüz yerdeki insanlarla aynı dili konuşuyoruz. Kendi dışımızdaki gerçekliğin nesnel varoluşunda bizden bağımsız gibi gözükken bir yönü var. Ancak bizim için aslında “dışımızdaki gerçeklik” diye bir şey yok.

Dışımızdakileri hangi yolla algılıyoruz? Duyularımız yoluyla. Peki, dışımızda olanları direk olarak mı algılıyoruz? Hayır. Çünkü “dışımızdakiler” diye algıladığımız aslında beynimizin bizim için oluşturduğu bir simülasyon, yani yalnızca bir imge. Eğer beynimiz,

duyu organlarımız ve sinir sistemimiz farklı bir biçimde dizayn edilmiş olsaydı, biz kendi dışımızdaki gerçekliği çok farklı biçimde algılayacaktık. Örneğin, gözlerimiz eğer kızılötesi frekansları görebilseydi gece karanlığında bile görebilecektik. Nitekim böyle canlıların olduğunu gayet iyi biliyoruz. O halde dışımızdakiler diye nitelendirdiğimiz

gerçeklik pek de objektif bir gerçeklik değildir. Çünkü bizim algıladığımız gerçeklik duyularımızın ve beynimizin filtresinden geçmiş bir imgedir.

Yetişkin bir insanın algıladıklarının %20'si gerçek algılara, %80'i anılara, beklentilere ve inançlara dayalı olarak gelişir.

Duyularımızın sınırlı olması elbette bizim biyolojik yapımızın doğal bir sonucu. Ancak algılarımızı sınırlayan başka pek çok mekanizma var. Bunların en önemlilerinden bir tanesi belki de en önemlisi inançlarımızdır.

İnançlar kendimiz, başkaları ve çevremizdeki dünya hakkında oluşturduğumuz yargı ve değerlendirmelerdir. İnanç konusu olan şeyin gerçek ya da gerçek dışı olmasının hiçbir önemi yoktur. İnanığımız her şey bizim kendi gerçekliğimiz içerisinde her şeyden daha gerçektir. Hem de öylesine gerçektir ki bedenimizdeki pek çok fizyolojik mekanizma ve hatta duyularımız bile inançlarımızın etkisi altındadır.

(Devam Edecek)

Kızılderili Anlayışıyla Karma

Janet Cunningham

AKAŞA deneyimlerle, yaşamlarla ilgilidir; ruhun hareketiyle, beden enkarnasyonlarıyla ilgilidir; hatta sonsuza kadar kalacak olan düşünceler ve amaçlarla ilgilidir. Akaşa'nın içindekilerle bağlantı kurabilen kişi bilgiyle, bilgelikle bağlantı kurabilen, titreşimsel anılara ulaşabilen ve onu içine alabilendir. Bu titreşimler birçok şekillerde alınabilir. Görüm-vizyon yoluyla alınabilir. İşitsel iletişim halinde alınabilir. Hissetme-bilme şeklinde alınabilir. Ve her zaman, bunun söylenmesi gerekir ki, yorum kişinin kendisi tarafından yapılır.

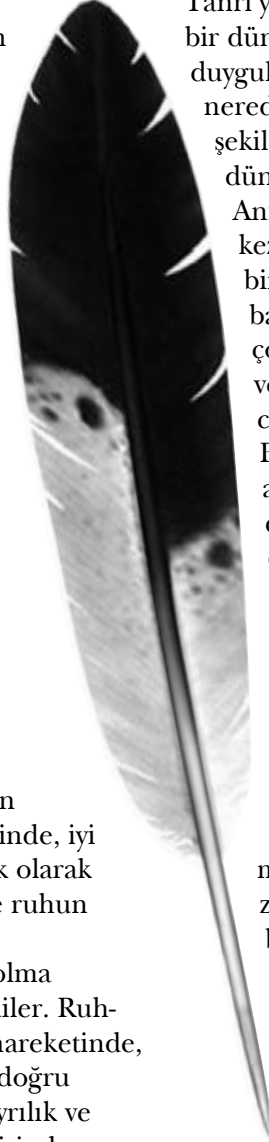
Bir ruhun enkarnasyona taşıdığı bir karma vardır, yaşam deneyiminden gelen enerjinin neden ve sonucundan gelen karma ve doğuma taşınan enerji, bu nedenle karma olarak adlandırılır, yani bu enerji engelini geçip aşarak özgür enerjiye geçmek. İnsan bir ailenin içine doğar ve aile ilişkisinde, karma vardır; bu sözcük kullanılabilir. İnsan bir ırkın içine doğar, bu yüzden de bireyin, seçtiği ırka bağlı olarak, bireyle birlikte var olan bir renk-ırk karması da vardır. Bu yüzden de dışarı doğru genişleyerek, belirli bir ülkede yaşıyor olmakla üstlenilen bir ulus-karması da vardır.

Daha çok öğrenildikçe, gerçek genişler ve yayılır. Şimdi, Kızılderili



öykülerini okuyan, duyan ve "hisseden"lere doğru harekete geçip ulaşması gereken gerçek, bir halkın sevgisinin gerçeğidir. Bu insanlar, ilahi benlikleriyle bağlantılı doğaları olan ruhlardır, bireysel olarak, birlikte toplanıp yayılarak, upkı daha önce olduğu gibi, daha önce bu kabiledede böyleydi. Spiritüel enerjinin yayılması, yeteneklerin daha büyük bir şekilde artmasını getirdi; ruhun içine, bu sevme yeteneğini inşa etti. Ruhların getirdiklerinin bir parçası da ruhtan ayrılmak için titreşimsel bir değişimin gerçekleştiği bir zamanda sevmek ve o sevgi olmaktı. Ruhun hareketini açıklayalım. İsterseniz, yin-yang sembolünü canlandırın gözünüzde. Ruhun hareketinde, iyi ve kötü, karanlık ve aydınlık olarak yorumlanabilecekler sadece ruhun hareketidir.

Ruhlar, ruhla bağlantılı olma deneyimini ve sevgiyi getirdiler. Ruh-enerjinin bir gezegendeki hareketinde, ruhtan daha çok karanlığa doğru bir geçiş vardı, daha fazla ayrılık ve hareketten, bu, Tanrı-enerjisinden daha çok ayrılığa doğru bir geçiş olarak görüldü. İşte bu ruhların anılarıyla, deneyimleriyle ve sevgileriyle ve düşündüklerini açıkça söyleme güçleriyle katkıda bulunmak için geri dönmek üzere, o zamanda ve bu zamanda ve mekanda kendi deneyimlerini yaşamaya ihtiyaçları



vardı. Ruh anılarının deneyimine, bağlantıya inanmayan bir dünyaya, o Tanrı'yı-Kaynağı arayan ve bulamayan bir dünyaya, sadece akıl olmuş ve duygulara güvenmeyen bir dünyaya, neredeyse dönüşü olmayacak bir şekilde çevreyi tahrip etmiş bir dünyaya geldiler bu insanlar. Anılarıyla birlikte ve belki de bu kez bu şekilde hücum etmeyecek bir dünyaya ama yine de bazılarına, diğerlerinden daha çok hücum edileceği korkusunu veren bir dünyaya konuşma cesaretiyle birlikte geldiler. Bu grup, "Bunlar benim ruh anılarımdır. Bu benim ta kalbimin derinliklerinde yaşadığım deneyim. Bu konuşan, benim ruhum. Bu, benim sevgi ifadem," demeye ve bunları konuşmaya geldi.

Her insan, bu zamanda, kendi ruh gereksinimleriyle kararını verir ve bunların hepsi de iyidir ve doğrudur. Karma mı? Bir kabilenin karması mı? Sadece, söylediğim gibi; zamandır, mekandır, ırktır, bireydir. Bazıları mağaraya gitmeyi seçtiler. Bazıları müzakere yapmayı denemeyi seçtiler. Bazıları savaşmayı seçti, ne pahasına olursa olsun. Ruhun, o Birlik Kaynağı'na geri dönme hareketinde hepsi doğrudur, uygundur ve iyidir ve derinliklerimizde, Sevgiyle ve Işıkla, gerçekten hatırladığımız ve aradığımız, işte o Birlik'tir. □

Kaynak: Janet Cunningham'ın Ege Meta Yayınlarından çıkan *Kabile Geri Döndü* adlı kitabından alınmıştır.

Christine Alisa

Bu makalede, 4-6 Eylül 2008'de Brezilya'da düzenlenen 3. Dünya Regresyon Terapisi Kongresinde sunum yapan regresyon terapistlerinden biri olan Christine Alisa'nın önerdiği deneysel çalışmanın ana hatları yer almaktadır.



Çocuklarda Karmik Örgüleri Temizleme

*Hazırlayan:
Tülin Etyemez*

2. Bölüm

ÇOCUKLARIN KARMİK ÖRÜNTÜLERİNİ
TEMİZLEMEK, EN YÜKSEK
POTANSİYELLERİNE YARDIM ETMEK

Deneysel Seans: Terapist Rolü

Öncelikle, danışanın ele almak istediği sorunu belirleyiniz.

1. Herhangi bir korku, engel, fobi veya ilişkilerde yaşanan güçlük deneyimleyip deneyimlemediğini sorup, bunlar arasından onun için önemli bir şey seçmesine yardım edin.

Örnek Başlangıç Diyalogu:

1. "Oyun hamuru gibi bildik bir şeyle başla; nasıl yapmak istersen, hamuru sık, kopart, ez, ıslat." (Oyun hamuru gibi malzemeler varsa, danışanın onlarla uğraşmasına izin verin. Bunları nasıl kullanacağını ona gösterebilir ve güvenli kullanımla ilgili kuralları ona anlatabilirsiniz.)
2. "Bırak, parmakların ve ellerin ne yapmak istiyorsa yapınlar, sen bu kil parçasını tanımaya çalış."
3. "İstersen bu hamurdan bir şeyler yapabilirsin ama unutma, işimiz bittiğinde, bir başkasının kullanması için oyun hamurunu tekrar yerine koymamız gerekiyor. Yanında götüremeyeceksin."
4. "Sen kendi oyun hamurunla oynarken, ben de kendi oyun hamur parçamla oynayacağım ve ben



de bu hamurdan bir şeyler yapacağım.”
5. “Sana bir şeyler soracağım ve bana yardım etmeni istiyorum; aklına ilk gelen yanıtı bana söyle, olur mu? Bir hikaye uyduracağım ve tamamlamama yardımcı olursan çok sevinirim.”

Bir Yetişkinle Yapılan Seans Örneğini Kullanarak Seansı Yapılandırarak:

1. Danışanın sorununu düşünürken, siz hamurla neler yapacağınızı formüle etmeye başlayıp, ona sorular sorun. (Yetişkin Seans Örneğinde, “İşimi sevmiyorum. Kurallar ve benden beklentileri çok sert.”) Danışanın fazla açıklama yapmasına izin vermeyin, bir başlangıç yapmanıza yetecek kadar anlatsın.
2. Danışana, işi hakkına neler hissettiğini sorun. “Kızgın, gücenik, iş buyurulmasın hoşlanmıyorum. Sanki beynim yok, hiç akıl gerektiren bir iş

değil, vb.”

3. Bazı sorularınızı, boşluk bırakarak, danışanın size anlatmış olduklarını tekrarlayarak oluşturun. (Boşlukları danışan doldurmalıdır.) “İşim çok rutin, beyin çalıştırmayı gerektirmiyor ve sanki ... gibi. (Örnek: “Kölelik.”)
4. Kölelik kelimesini kullanarak veya danışanın kelimelerini yeniden tekrarlayarak, sorunuzu formüle edin: “Uzun zaman önce biri köle olduğunu hissetseydi, aklını çalıştırmasını gerektirmeyen bir iş yapsa ve sanki hiç beyni yokmuş gibi muamele görseydi, alacağı ilk fiziksel konum ne olur?” (Örnek: “Çömelmış.”)
5. Şimdi, terapist olarak siz, oyun hamurundan çömelmış bir şekil yapın. “Peki, bu insan çömelmış; çömeldiğinde ona neler oluyor?” veya “Ne yapıyor?” diye sorun. (Örnek: “Kırbaçlanıyor.”)
6. Oyun hamurundan, elinde kırbağı

olan ve çömelmiş şekli kırbaçlayan bir şekil yapıp danışana gösterin. Bu şekle hiç bakmayabilir veya bir göz atabilir. Sorun etmeyin. Hikayenin giderek açılması için devam edin.

7. Şöyle sorular sorulabilir: “Köleyi kırbaçlayan kişi neler söylüyor?” “Köleye neler oluyor?” “Yaşamı nasıl sona eriyor?”

8. Danışana o yaşamda neler öğrenmiş olduğunu sorun. O yaşam, şimdi ve buradaki yaşamına benziyor mu? Neleri değiştirmek ve şimdi ve buradaki yaşamındaki zorlukları nasıl çözmek istiyor?

9. Seansın en belirgin noktalarını içeren kısa bir özet yazıp danışana verin. O da geribildirim yapsın. Ve ona terapist olmanın nasıl bir şey olduğuna dair geribildirim verin.

Çocuk/Ergen Terapisi

Çocuğun/Ergenin Sorununu Tanımlayın ve Bir İlişki Kurun:

1. Anne babasından veya ona bakan kişilerden danışana dair bir arka plan edinin. Bu, herhangi bir travmayı, tacizi, boşanmayı, doğumu, okulda veya evde odaklanabilme becerisini, evlat edinilmeyi, tekrarlanan kabusları, zorluk çıkaran davranışlarını içerebilir.

2. Kendinize ve çocuğa, birbirinizi tanımak, güven oluşturmak, temasa geçmek ve sınırlarınızı belirlemek için zaman tanıyın. Onlara seans içinde seçenekler sunun. Belki basit bir oyun oynarsınız birlikte. Rahat olun, ciddi davranmayın. Konuştuğunuz şeyler eğlenceli ama destekleyici

olsun, ciddi şeylerden söz ederken empatik davranın. Çocuğu sakince tekrarlamak önemlidir ve çektikleri acıyı anladığınızı gösterir.

3. Çocuğu seansa dahil edip ona yaşamı, kendisi, hoşlandığı ve



hoşlanmadığı şeyler, arkadaşları, okul, onları “huylandırıcı” veya rahatsız eden şeyler

hakkında sorular sorun.

4. Çocuğun/ergenin niçin terapi gördüğünü bilmesine daima izin verin. Çok karmaşık olmayan,

anlayabilecekleri bir dilde anlatın. Sorunun onda olmadığını mutlaka söyleyin. Hisleriyle ilgili olarak biraz yardıma ihtiyaç duyan çocuklarla çalışıyorsunuz yalnızca, size danışmaya gelen yetişkinler de buna ihtiyaç duymaktalar.

daha olmasına rağmen, bu kız faaliyete doymak bilmez görünmektedir. Can sıkıntısından nefret ediyor. Ayrıca, aşırı yemek yemekte. Biraz kilolu ve hep bir şeyler atıştırmakta, akşam yemeğini ne zaman yiyeceklerini sormakta. Annesine, “Açlıktan ölüyorum” demekte. Bu danışmada birden çok sorun söz konusuydu ve onunla bir kaç kez çalıştım. Bu örnek seansta, onun yemek sorununu ele aldım:

2. Judy’ye bir parça oyun hamuru ve birkaç araç gereç verip onunla tanışma diyaloguna girdim. (Oyun hamuruna alışmak için genellikle bir seans yaparım. Judy, kilosunu ve sürekli yemek istemesinin tartışılması konusunda çok hassastı ve bu konuyu doğrudan açamayacağım için ona bir hikaye uydurup, tamamlamak için bana yardım etmesini istedim.)

3. O kendi hamuruyla oynarken, ben kendi hamurumdan bir şekil yaptım. Judy kendi yaptığı şeye odaklandı ve benim ne yaptığımı görmek için arada bir başını kaldırdı. 4. Ona, yaptığım şeklin çok aç olduğunu söyleyip, bir insanı bu kadar acıktıran şeyin ne olduğunu sordum. Yanıt vermedi.

5. Başka bir yol denedim. “Bu insan çok uzun zaman önce yaşamış ve öyle açmış ki. O kadar aç olmak nasıl bir his olurdu?” diye sorduğumda, “Kötü.” diyerek yanıtladı. “Evet, bu çok kötü olurdu, acaba onu bu kadar acıktıran nedir?” diye devam ettim. Yanıtlamadı. 6. “Bu kadar aç olan birinin başına gelebilecek en kötü şey nedir?” soruma yanıt vermedi.



Çocuk/Ergen Örnek Seansını Yapılandırma:

1. Yedi yaşındaki kız çocuğunun sorunları: Her an sürekli bir şeyler yapmak zorunda olmak, hareketsiz kalmaktan hoşlanmamak, anne babasına sürekli olarak daha sonra ne yapacaklarını sormak. Onunla oynamayı çok seven iki kız kardeşi

7. Yaptığım şekli hareket ettirip konuşturmaya başladım: “Ah, karnım öyle aç ki.” “Kendimi çok kötü hissediyorum.” “Bu insan bu kadar açken etrafında birileri var mı?” diye sorduğumda, “Hayır.” diye yanıtladı. 8. “Yalnız başına mı?” dediğimde, biraz tereddüt edip, “Evet.” dedi. “Hem yalnız hem de aç olmak çok zor olmalı. Korkuyor mu?” diye sorduğumda, “Evet” diye yanıtladı. “Başka bir şey yapabilir miyiz?” dedi ve ben “Tabii ki, senin seçimin,” diye yanıtladım ve seansın geri kalanında onun tercih ettiği başka bir şeyle oyalandık.

Seansları Sonlandırma

Bir çocukla çalışırken, onun tepkilerini izleyin. Etrafa bakındığını, dikkatinin dağıldığını görürseniz ona oyun hamuruyla oynama isteğinin neredeyse bitmek üzere olduğunu ve başka bir şey yapmayı seçebileceğini söyleyin. Eğer çocuğun içe kapanıp uzaklaşmaya başladığını görürseniz, odadaki enerjiyi değiştirin. Ona, bazen sıkıntılı hislerden söz ettiğimizi, ama bazen de harikulade hislerden söz edip eğlenceli oyunlar oynadığımızı söyleyin. Kendimizi üzgün ve sıkıntılı

hissediyor bile olsak, kendimizi daha iyi hissetmemizi sağlayan şeyleri bulabiliriz. Ona kendini iyi hissetmesini sağlayan şeyleri sorun.

Çocuğun ruhsal halinin biraz değişmiş şekilde seansı tamamlaması iyidir ama bu her zaman mümkün olmaz. Anne babaya, çocuğun terapi seansından bağımsız olarak, evde çocukla birlikte yapabilecekleri şeyler konusunda yardım edebilirsiniz. Anne babalarla bir ilişki kurup onları eğitmek de bir çocuğun ve ergenin terapisinin yaşamsal parçalarıdır.

Bir çocukla çalışırken seansı yeniden çerçevelemek her zaman şart değildir ve “Bu olanlar o kız için çok üzücü olmuş olabilir ama artık hikaye bitti. Kendi evine bak. Orada bol miktarda yemek var,” gibi basit bir şekilde yapılabilir. Ölüm şeklini bulup onun üstünde çalışır çalışmaz, genellikle bu yaşamdaki doğum anında gider ve çocukların şimdiki yaşamlarında sahip oldukları iyi şeyleri yeniden doğrularım. □

Christine Alisa, danışmanlık, evlilik ve aile terapisti dallarında master yapmıştır; Netherton Geçmiş Yaşam Keşif ve Entegrasyon Metodunu kullanan bir terapist ve eğitmenidir.





Yayındayız...

www.metaradyo.com



Ana Sayfa Dinleyn Haberler Konular Hakkımızda İletişim

Üye Olun Giriş Yardım



BİLYAY Vakfı ve HTİA Derneği Hakkında

Kökleri, 1950 yılında İstanbul'da Dr. Bedri Ruhselman tarafından kurulmuş olan METAFİZİK 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)))

Ruhculuğun temel ilkesi Tekâmül'dür. Bu, aynı zamanda her canlı ve eyyanın özünde bulunduğu Evrensel Yasa'dır. Önsüz hiçbir şey ve canlının varlığını sürdürmesi olanaksızdır. Yaratılışa tel ve yalnız başına anlam ve amaç sağlayan Evrensel Yasa Tekâmül, her an oluşmakta ve her an dağılmakta olan.

“Mükemmel Değilsem, Yaşamaya Değmez”

Bir Geçmiş Yaşam Vakası Çözümlemesi

Thomas Paul, M.C.P.L.T.

3. Bölüm

A SAĞIDAKİ vaka çözümlemesi, bir kadının Samuray savaşçısı olduğu bir geçmiş hayatından kaynaklanan mükemmellik saplantısını ve fiziksel/duygusal problemlerini ele almaktadır. Bu makalede, geçmiş yaşam terapisi seansları sırasındaki diyalogların devamını, Thomas Paul’un yorumlarıyla (*italik*) okuyacaksınız.

D: Dışarı çıkarsam, kendimi kaybedeceğim. (*Dışarı çıktığımda*), yargılanacağımı hissediyorum.

[*Kim bir mağarada yalnız başına ölen bir adam olduğu bir geçmiş yaşamı deneyimledi. Bu mağara, onun şimdiki yaşamında, ters geldiği ve birinin onu sertçe dışarı çektiği doğum kanalıdır. Doğumdaki ilk tepkisi, “Burada olmak istemiyorum. (Dışarıda olmak istemiyorum.)” şeklindeydi. Kim’in zihni, aşağıda da açıkça görüleceği gibi, hayatta kalmaya dayanan bu kalıpla yerinde tutan ayrıntıları içeren başka bir geçmiş yaşama doğru yol aldı.*]

Öldürülen insanlar ve kılıçlar görüyorum. Savaş var. Kazanmak için diğerlerini öldürmek zorundayız. Ne kadar düşman öldürürsen, bu senin ne kadar iyi olduğunu gösteriyor. Gücümüzü kanıtıyor. Mükemmel bir general olduğumu kanıtlamak için, pek çok insan öldürmemiz gerekiyor. Eğer (*öldürdüğümüz için*) kendimizi suçlu hissedersen, kaybederiz. Bu bir öldürme oyunu. Her şey mükemmel olmak zorunda. Kazanmak istiyorum.

T: Peki, bu senin şimdiki hayatınla nasıl ilişkili?

D: Başkalarıyla bağlantı kuramıyorum. Bazen, onlara karşı ilgimin ya da empatimin eksik olduğunu hissediyorum.

T: Başka insanlarla bağlantıya geçersen, onları öldüremezsin (*geçmiş yaşamdan kaynaklanan çözülmemiş inanış*). Ayrıca, bu “öldürme oyunu”nun video oyunları oynama bağımlılığınla nasıl bir benzerlik gösterdiğinin farkına var: Ne kadar çok öldürürsen, o kadar çok puan alacaksın ve bu, senin yeteneklerinin gelişmesini ve kazanan olmanı sağlayacak. Midenden konuşmaya devam et.

D: Karnımdan bıçaklanıyorum!

T: Kılıçtan aklına gelen ilk kelimeleri söyle.

D: Öldür kendini! (*Bu bilinçsiz emir, bu yaşamındaki intihar eğilimi ve düşünceleri ile ilişkili*)

T: Sonraki kelimeler. Kılıçtan/ onu tutan kişiden gelen mesajın iyice farkına var.

D: Onurunu koru. Sen artık en iyi (*yeterince iyi/mükemmel*) değilsin. Ben... Japonum... bir general ya da samurayım... ve onlar, onurumu korumam için intihar etmemi istiyorlar [*Seppuku (intihar) ya da kendi karnını deşme olarak bilinen samuray töresi*]. Kendini öldürürsen onurun kurtulur. Mükemmel değilsem, yaşamaya değmez. Bunu söylediğime inanmıyorum... Bunun nasıl ortaya çıktığını bilmiyorum fakat bunun sorun olmadığını tahmin ediyorum.

T: Düşüncelerini çok analiz etmene ya da şüphelenmene gerek yok. Bilinçaltı zihin bazen pek mantıksız görünebilir, bunu, teybe/videoya çekim yapıp da yaşananlara objektif bir gözle bakmaya benzetebiliriz.

Not: Geçmiş yaşam terapisinin amacı, geçmiş yaşamları ortaya çıkarmayı desteklemek ya da söylenen her kelimenin doğru olduğunu kanıtlamak değildir. Amaç, danışanın kendi farkındalığını ve iyileşmesini desteklemektir. Odaklanmış, ipnotik duruma geçmiş olan danışanlar

kendilerine özgü yolla iletişim kurmak için, söyleceklerini binlerce kelime arasından bilinçsizce seçerler. Onların kelime seçimi ve deneyimleri geçerlidir.

T: Senin bu çözümlenmiş hikayen senin motivasyonlarını ve inançlarını tarif ediyor ve akıl karışıklığın azalıp bilincin genişledikçe bunlar da gelişecek. Şu anki yaşam deneyimlerin üzerinde çalışırken, verebildiğin ilk tepkilerine güven. Pozitif ve negatif enerjiyi taşıyan anlamlı kelimelerle, bilinç dışın geçmişi yavaş yavaş ortaya çıkartıyor. Bu kelimeler kasıtlı bir mesaj taşıyor. Bu enerjetik diyalog ve alışveriş vücudunda tutulmuş halde ve onun beyin yıkayıcı etkileri senin kendini bir kurban ve/veya kurban edici gibi görmene yol açıyor. Aklına bundan sonra gelen düşünceler nedir?

D: Dışarı çıkarsam, benimle alay edilecek.

T: Tekrarla.

D: Dışarı çıkarsam, küçük düşecek ve öldürüleceğim. Ailemin ismini ve onurumu korumak için kendimi öldürmek zorundayım.

T: “Rezil olmamak” şeklindeki bu savaşçı töresinin, şimdiki hayatına intihar düşünceleri olarak nasıl yansıdığını gör. Giriş görüşmemizde, “İnsanlar canımı sıkıyor, benden bir şeyler istediklerini ya da beni yargıladıklarını hissediyorum, (*örneğin*) küçük düşürücü yorumlarda bulunuyor ya da



ben yolda yürürken (*uygunsuzca*) ıslık çalıyorlar,” demiştin. Sonuç olarak, dışarı çıkmaktan veya insanlarla iletişim gerektiren işlerde yer almaktan kaçınıyorsun. Senin şimdiki hayatındaki tamamlayıcı kişiler de “kasıtsız olarak” geçmiş yaşamının şu çözümlenmemiş, “Onurumuz için kendini öldür,” “alay edilecek durumdasın,” ve “artık en iyisi, mükemmeli sen değilsin,” gibi cümleleriyle “ister istemez” eşinlamaktalar.

T: Peki sonra ne oluyor?

D: Kılıcımla kendimi öldürüyorum. Çok acı çekiyorum fakat onurumu kurtarıyor. Kan kaybederek ölüyorum.

T: Bu olayın, eziyet verici ama onurlu bir hayatı nasıl kurduğunun farkına var. Sen ölürken etrafında birileri varsa, onların neler söylediklerinin de farkına var; söyledikleri şeyler zihnini gelecek için programlamaya devam eder ve gelecek yaşamındaki travmaları sürekli hale getirir.

D: Sonunda, öldü.

T: Ruhun tamamen bedeninden ayrıldığında, aşağıya bak ve bana, bu hayatın hakkında nelerin farkında olduğunu söyle.

D: Bir kan gölü görüyorum. Güzel bir şekilde öldüm. Onurlu bir şekilde öldüm (*düşmanın kılıçlarıyla ölmek yerine*). Ben kılıcı mükemmelleştirerek yaşadım ve öldüm (*kendimi mükemmelleştirmeye çalıştım*). Kendi hayatımı, onurum ve ailemin ismi için feda ettim. Bundaki güzelliği görebilirim; beni yaralayan ve öldüren kılıçtaki güzelliği görebilirim. Ölürken bile, güzelliğin peşindeydim.

T: Bu koşullanma büyük ihtimalle senin önceki kılıçla eğitim dönemlerinden kaynaklanıyor.

Aynı zamanda, elinde neşterini/ kılıcını tutan bir plastik cerrahın, “Sen mükemmel değilsin. Güzellik ve mükemmellik anlayışında ısrar ederek acı çekmelisin. Seni ‘kılıc’ımla mükemmel yapacağım. Bu onura değer,” mesajıyla senin güzellik arayışını da güçlendirmekte. Gerçek olan şu ki, arkadaşlarının ve ailenin baskısıyla kendini öldürmek zorunda kaldın çünkü (onların gözünde) mükemmel değildin. Savaşı kazanamadın. Sen hala, kendi standartların ve bu yaşamındaki ailenin beklentileri açısından başarısızsın. Dolayısıyla, bir kez daha “kendini öldür” şeklinde bir bilinçdışı mesaj alıyorsun. Bu zihin-kontrolü çözümlenmeli. Gerçek nedir?

D: Benim ölmemi istediler, böylelikle güç onlarda olacaktır.

T: Evet. Ve düşman dışarıdaydı, bu yüzden dışarıya çıkmaktan, rahatsız edilmekten ve çok yakınlaşmaktan hoşlanmıyorsun. Düşman geleneklerdi, yaşlılarındı, ailedi ve kendindin. Dahası, kılıç senin şimdiki sindirim sistemi problemlerine de katkıda bulunuyor. Şimdi vücuduna geri dön ve kılıcı saplandığı yerden çıkardığını düşün, onunla ve senin ölmeni isteyenlerle konuş. Bu mesajları serbest bırakmak için kızman gerekiyor.

D: Eğer acıyı (*kılıcı*) ortadan kaldırırsam, utanç olacak. Bunun olmasına izin vermek istemiyorum. Bunu yaparsam onurumu kaybedeceğim. Onurumun (*kılıcımın, yarımın*) benimle kalmasını istiyorum. Onurumu içeride tutmak istiyorum. Bu güzel bir kılıç... Onu yanıma alabilir miyim?

T: Kılıcını/yaranı içinde saklamak istediğini söylediğinin farkına var. Bu



kılıcı içinde tuttuğun sürece, onun tarafından kontrol edilecek ve ıstırabı çekmeye devam edeceksin.

(Kim, kılıcı yerinden çıkarmanın sindirim sistemi problemlerini ve intihar düşüncelerini çözeceğinin farkında olduğu halde, kılıcı yerinden çıkarmakta tereddüt ettiğini farkettiğini söyledi. Bunun derin bir koşullanmadan kaynaklandığının farkındayım; bu koşullanma Kim'e ne olursa olsun kılıcından asla vazgeçmemeyi emrediyordu. Dahası, Kim'in "tesadüf eseri" açıkladığına göre bu hayatında antika bıçak koleksiyonu yapmaktaydı.)

T: Kılıcın sana ilk verildiği ana git. Kılıç neyi temsil ediyor? Kılıcı getiren kişi sana ne diyor? Aklına gelen ilk kelimeyi söyle.

D: Fedakarlık ve acı güzel bir şey. Acı çekmeden fedakarlık olmaz. Fedakarlık, yapabileceğin en güzel şey. Acıya dayanmak güzel bir şey.

T: Bundan başka?

D: Eğer kaybedersen, kendini öldürmek en iyi yoldur. Sadece bir tek en iyi olmalı.

T: Bu sana mükemmellik hakkında ne ima ediyor?

D: Kazanmalısın, yoksa mükemmel değilsin. Ne pahasına olursa olsun kazanmalı ve mükemmelliğin (ve güzelliğin) peşinden gitmelisin. İlginçtir, eğer mükemmel görünmüyorsam, bu hayatta, dışarı hiç çıkmam ben. Her şey mükemmel olmalı. Ayrıca, çevremdeki şeyler de mükemmel olmalı, yoksa bu bana benim de mükemmel olmadığını hatırlatır. Ben sıklıkla Japonya'ya taşınmak istediğimi söyledim. Pek çok kişisel sorunun sorulduğu Kore kültürüyle ilgilenmiyordum. Ben Amerika'ya taşındım çünkü bunun mükemmel olacağını düşünüyordum. Her şeyin mükemmel olduğu ve insanların canınızı sıkmayacağı bir yere gitmek istiyordum.

T: Bazı Japonların yaydığı mükemmeliyetçilik illüzyonu, bazılarının onların mükemmel olmadığını keşfedecekleri korkusundan kaynaklanıyor olabilir. Bu "itibarını korumak" ile ilgilidir ve asırlardır süre gelmektedir. Gerçekten,

problemlerini çözmek için Japonya'ya yerleşmeyi mi düşündün?

D: Hayır. Gizlenmek için bir yer orası.

T: Evet. Ve senin saklandığın yerden çıkman ve mükemmellik saplantını oluşturan, bir samuray olduğun geçmiş yaşam deneyimini ortaya çıkarman gerekiyordu.

D: Bu bir Japon çılgınlığı. Kamikaze pilotlarının intihar uçuşlarına başladıkları zaman gibi.

T: Evet, dünyanın dört bir yanındaki her kültürde çeşitli çılgınlıklar var. Sen bunun farkına varmak ve bilinç kazanmak için buradasın. Sonuç olarak, kaybetmenin ve kusursuzluk arayışında başarısız olduğun için onurunu kurtarmanın kendini öldürmek anlamına geldiği bu çılgınlığın bir kurbanı olmak zorunda değilsin. Sen

zaten
mükemmelsin.

Geçmiş hatalarına rağmen mükemmelsin çünkü neye gerek duyuyorsan onu deneyimlemiştin. Geçmiş yaşam terapisinin amacı, bunun farkına varmanı sağlamaktır: geçmişi çözümlenmek (akıl karışıklığını gidermek), iyi hissetmek ve geleceğe doğru yol almak. Şimdi sen özellikle bu geçmiş yaşamındaki çılgınlığının farkına varıyor ve kendini öldürdüğün anı tekrar ziyaret ediyorsun.

D: Bu kılıç çok acı çekmeme yol açıyor.

T: Mükemmel olmadığı için sana

kendini öldürmeni söylüyor olsam, tepkin ne olurdu?

D: Hayır. Kendimi öldürmeyeceğim.

Kılıcı istemiyorum. Bana acı veriyor.

T: Harika. Kılıcınla ve senden kendini öldürmeni isteyenlerle konuşmaya devam et.

D: Diğerlerinin ne dediği umurumda değil.

Kendimi
koruyabilir
ve bunu
kılıcsız da

yapabilirim.
Kılıç benden
daha çok kan istiyor
ve ben, kılıcımı kendi
kanımla doyurdum. Daha
fazla vermeyeceğim.

T: Acıdan kurtulmaya ve kılıcı çıkarmaya hazır mısın? Eğer hazırsan, kendini kılıcı kavramış gibi düşün ve midenden çekip çıkart.

D: Kılıca güle güle demek zor benim için.

T: Konuş onunla.

D: Seni arındırdım. Sende kendimi görüyorum. Benim en iyi arkadaşımдын.

T: Sana bir daha hizmet etmeyecek en yakın arkadaşına güle güle demek zor. Zor olduğunu biliyorum. Bu arkadaş/kılıç sana o zaman hizmet etti, ancak artık hizmet etmiyor.

(Devam Edecek)

Filipinli Büyük Şifacı Tony Agpaoa'nın Duası

AZİZ TANRI, tüm yaratılışın ve tüm yaratığın içerdiği Evrensel Kanun'un gerçeğine ve gücüne inanıyorum.

Kozmik güç, beni bir bulut gibi sarıyor ve bir ırmak gibi suluyor. Düşüncelerimin, sözlerimin, davranışlarımın en küçüğünde tezahür eden o ilahi güçle uyum halinde oluncaya kadar, şuur düzeyimi yükseltiyorum.

Ruhum bedenime hükmediyor ve bedenim ruhuma itaat diyor.

Fizik bedenim özümlediğim ve düşündüğümün sonucudur.

Bunun sonucu mükemmel sağlık, mutluluk ve gençliktir.

İyimser, mutlu ve neşeli olarak, yaşamımdaki ulu güzelliği keşfediyorum.

İnsanlıkla barış halindeyim. Kalbim kusursuz bir sevgi ile doludur. Sağlam ve sağlıklı olan yüreğimde uyum vardır.

Sinirlerim şimdi sakin, durgun ve kaygandır. Telaşa ve gürültüde bile sükunetini korur, tüm bilginin kaynağı olan Evrensel Ruh'un ritmi ile uyum halinde kalırım.

Neye ihtiyacım olduğunu ve onu nasıl bulacağımı bilirim. Dışarıda aradığımı kendi içimde buldum. Evrensel Kanun'un hikmeti beni yönetir, besler, doldurur, yöneltir ve sorunlarımı çözer. Şimdi bedenimde, hayatımda, çalışmamda ve tüm atılımlarımda tam bir uyum vardır.

Canlılık, dirilik ve enerji doluyum.

Edindiğim bilgileri uygularım.

Tanrı'ya inanır, kendime ve hemcinsime, insanlığa güvenirim. Bilirim ki, gerçeğin araştırılması gerçek sevgiden ve gerçek imandan geçer. Gerçek, her ruhta yaşamaktadır. İman sayesinde her şey mümkündür.

Sevinçleri ve sınavları sükunetle kabul edecek kadar güçlüyüm. Güçlerimi sadece iyilik için kullanırım.

Her şeyde gizlenmiş iyi ile kötüyü ayırt eder ve mantıklı bir muhakeme ile akıllı bir sonuca varırım.

Hayatın olaylarına sağlıklı bir bakışım vardır. İnsanlık zincirinin bir halkasıyım ve dolayısıyla meydana gelen her şeyden kısmen sorumluyum.

En büyük sevincim, evrensel güçlerce aydınlatılmakta olduğum hususundaki o gerçek duygum ve özgürlüğümdür. Çünkü Evrensel İlahi Düzen içinde yaşamaktayım.

Nefes alır, bedenimin her bir kasını gevşetirim. O an içimde akan tatlı titreşimi hissederim. Sadece olumlu düşünceler üretir ve her türlü olumsuz düşünceyi uzaklaştırırım, sonuç olarak da acı kaybolur, endişeler uzaklaşır, kuşkular dinler ve korku yok olur. İyiyim, iyiyim, çok, çok iyiyim.

Semavi güçlerle ilişkim kalbimin merkezindedir. Üzerimde tatlı bir bulut hisseder gibiyim, beni her yönümden sarıyor, hislerimi ve sinirlerimi sakinleştiriyor.

Gücüne, hikmetine, öğütlerine teslim oluyor ve Tanrım sana teşekkür ediyorum.

Bilgeliğinin ve bilginin sonsuzluğunu kum taneleriyle ölçseler, yeryüzünün tüm kumu yetmez. Ey Tanrım, harikulade bir şekilde senin suretinde yaratıldığım için sana müteşekkirim. □

Ruhları, Hayaletleri, İblisleri Anlamak ve Onlarla Başa Çıkmak

Ulrich Kramer

4. Bölüm

AVRUPA REGRESYON TERAPİSİ BİRLİĞİ, üçüncü yaz okulunu 5-8 Ağustos 2008'de Portekiz'in Faro kasabasında gerçekleştiren Yaz Okulunda sunulan atölye çalışmalarının özetlerini sizlerle paylaşacağımız yazı dizimizde, Ulrich Kramer'in "Ruhları, Hayaletleri, İblisleri Anlamak ve Onlarla Başa Çıkmak" adlı atölye çalışmasını sizler için Yasemin Tokatlı özetledi:

Psikolog Ulrich Kramer tarafından gerçekleştirilen bu atölye çalışmasının amacı, regresyon çalışması sırasında ortaya çıkma eğilimi gösteren zihinsel ve ruhsal fenomenlere ilişkin genel ve geniş ölçekte uygulanabilen bir teori sunmaktır. Katılımcılar, bir teorinin ayrıntılarını dinlemek yerine, söz konusu teorinin günlük yaşamda neredeyse her an karşılaştığımız türden basit bir örneğinden başlayarak, canlı bir etkileşim içinde bu teorinin nasıl uygulanabileceğini araştırdılar.

Bedenli ya da bedensiz, iyi ya da kötü niyetli herhangi bir varlığın bir başka varlık üzerinde etkide bulunmasının ilk adımının ona yönelteceği, nispeten yoğun ve şiddetli bir niyet içeren bir düşünce olduğunu anlatan Kramer, böyle bir düşünceye basit bir örnek verdi: Katılımcılardan birinin yolladığı aptalca şakalar içeren mektuplardan şikayet etti. Ve şikayet enerjisini içeren düşüncesinin katılımcıya yönelişini, yine birkaç katılımcıyı bu düşüncesinin temsilcileri olarak o mektupları yazan kişinin yakın çevresine dizdi. Şikayeti temsil eden kişiler ile şikayete konu olan kişinin enerji etkileşimleri bu teorinin ana hatlarını belirlemek için kullanıldı.

Bu örneğin ardından, Kramer bu basit örneğin aslında varlıklar arasındaki her türlü enerji etkileşimini anlamak için temel olarak kullanılabileceğinden



söz etti ve regresyon terapisi seansları sırasında ortaya çıkabilecek bedenli ve bedensiz varlık enerjileriyle de aynı şekilde şiddete ve telkine başvurmadan nazik, yardımcı ve anlayışlı bir tarzda baş edilebileceğini anlattı. Ve yine, katılımcıları temsilci olarak kullanarak, şiddet veya kötü niyet içeren enerjilerin bir varlıktan çıkıp hedef varlığa nasıl ulaşabileceğini, hedef varlığın bunu nasıl ele alabileceğini ve kaynaktaki şiddet veya kötü niyeti pasifleştirecek tarzda nasıl yanıt yollayabileceğini örnekledi. Amaç, bir seans sırasında böyle bir durumla karşılaşılması halinde, danışanın bedeni aracılığıyla böyle bir enerji yollayan söz konusu varlık ile, sanki o varlık gerçek hayatta karşımızda oturmuşçasına, telepati aracılığıyla etkileşip bu olumsuz niyete karşı savunmaya geçmeksizin veya karşı bir saldırı enerjisi üretmeksizin o varlıkla iletişim kurma yollarının araştırılmasıydı.

Örneklerin sadeliği ve katılımcıların atölye çalışmasına aktif tarzda dahil edilmesi, teorinin hem bir regresyon terapisi seansı sırasında hem de hayatın her anında kullanışlı olabileceği

duygusunu güçlendirdi. Ulrich Kramer uzun yıllar boyunca Aikido ile uğraşmış olduğundan, ister fiziksel ister zihinsel olsun bir saldırının nasıl kolayca bertaraf edilebileceğine ilişkin kişisel bilgisini bu canlı ve etkileyici atölye çalışması ile katılımcılara kolayca aktarabildi. Katılımcılar, birer terapist olarak eylem alanlarını genişleten ve telepatik savunma yeteneklerini artıran bu örneklerden hem faydalandılar, hem de eğlendiler. Sorular soruldu ve yanıtlar, yine katılımcıların da dahil edilmesiyle, yine örnekler üzerinden yanıtlandı. □

*Ulrich Kramer (Almanya):
Zihinsel fenomenlere ilişkin otuz yıllık kişisel araştırmalarının sonucunu MindWalking tekniğine dönüştüren Kramer, 1948 doğumlu bir klinik psikologtur. İpnoterapi, danışan merkezli terapi, kişilikötesi psikoloji, yoga, meditasyon, aikido, kinesiyojoloji dallarında eğitim almıştır. İş yönetimi ve MindWalking tekniği üzerine üç kitabı vardır. Çeşitli bilimsel konferanslarda sunumlar yapmaktadır.*



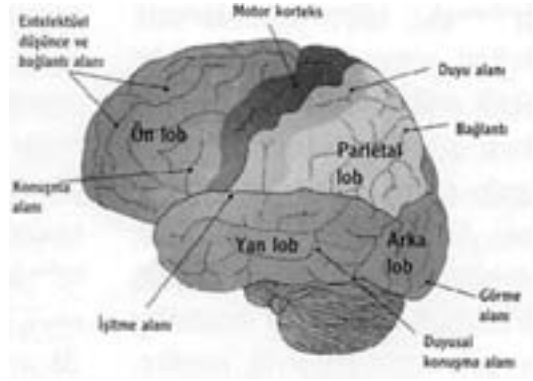
İmgelemenin İyileştirici Gücü

Fadime Emir

2. Bölüm

İmgeleme ve Beyin İlişkisi

İMGELEMENİN temel mekanizmaları halen bir muammadır. Bununla birlikte son kırk yıldır imgelemenin, sinir sistemimizin önemli bir bölümünün doğal dili olduğunu öğrenmiş bulunuyoruz. Gerçek anlamda hepimiz iki beyne sahibiz. Bunlardan biri sözcükleri ve mantığı kullanarak düşünmekle meşguldür. Buna karşın diğeri de imge ve hisleri kullanarak düşünmektedir.



Çoğu insanda sol beyin esas olarak konuşma, yazma ve kullanılan dili anlamaktan sorumludur. Mantıksal ve analitik olarak düşünmektedir. Ait olduğu kişinin ismiyle özdeştir. Öte yandan sağ beyin resimler, sesler, yalın ilişkiler ve hisler temelinde düşünür. Görece sakin olmasına karşın son derece zekidir. Sol beyin olguları parçalara ayırıp analiz ederken sağ beyin parçaları bir araya getirerek senteze ulaşır. Sol beyin mantıksal düşüncede daha gelişkindir; sağ beyin ise duygulara daha yakındır. Sol beyin dış dünya ile yani kültür, anlaşmalar, iş ve zamanla daha çok ilgilidir. Sağ beyin ise iç dünya ile yani algı, fizyoloji, form ve duyguyla ilgilidir. Sol ve sağ beyin arasındaki temel ayırım, bilgiyi nasıl özümlediklerinde yatar. Sol beyin bilgiyi sıraya dizilmiş biçimde



değerlendirirken, sağ beyin bilgiyi aynı anda değerlendirir.

Virajlı bir yolda ilerlemekte olan bir tren imgelediğimizi düşünelim. Virajın dışında zeminde bulunan gözlemci, treni birbirine bağlanmış ayrı ayrı vagonların geçişi olarak algılar. Gördüğü vagonun önündeki ve arkasındaki vagonları güçlkle algılar. Bu gözlemci treni sol beyni ile algılamaktadır.

“Sağ beyni” ile algılayan gözlemci ise zeminden yüzlerce metre yüksekteki bir balondaymış gibidir. Oradan yalnızca trenin bütününe görmekle kalmaz, aynı zamanda izlediği yolu da görür. Hangi bölgede ilerlediğini, hangi şehirden ayrıldığını ve hangi şehre ulaşacağını da algılar.

Sağ beynin olayları daha geniş bağlamda kavrayabilme yeteneği onu şifa ve imgelemede önemli kılar. Tek tek parçaları değil, bağlı oldukları bütünle olan ilişkilerini görmemizi sağlar. Sorunun geçmişteki sebebini anlamamızı ve o süreçte hissettiğimiz duygulara, oluşturduğumuz inanç kalıplarına ulaşmamızı sağlar.

Sebepleri görüp hissettiğimiz duyguları serbest bıraktıkça yaşanmış olaylar ve hissedilen duygular yepyeni bir bakış açısı ile sentezlenmeye başlanır. Bu “sağ beyin” perspektifini kullanarak iyileşme için gerekli yardımı kendi iç kaynaklarımızdan almaz. Böylece sorunlara yeni çözümler üretilebilir ve bir sorun ya da hastalığa ilişkin gizli kalmış çıkış yolu bulunabilir.

Sağ beyin imgelemenin yanı sıra duygularla da özel bir ilişki içindedir. Duygularla ilişki içinde olması şifa sürecinde ona özel bir güç katar. Sağ beynin yüz ifadelerindeki, beden dilindeki, konuşmalardaki ve hatta müzikteki duyguları kavrama noktasında yoğunlaştığı çok sayıda çalışma ile ortaya konmuştur. Bu, şifa için can alıcı bir önem taşır. Çünkü duygular hastalıkların ve rahatsızlıkların çoğunun temelinde yatan psikolojik ve fiziksel koşulların belirleyicisidir.

Kendi içimizde bir çatışma yaşadığımızda bedenimiz bir savaş alanına dönüşür. Uzun ve ciddi bir mücadelenin bedeli de ağır olabilir. Çatışan tarafların pazarlık masasına çekilmesi, şifa sürecinin başlangıcı olabilir. Unutulmamalıdır ki hedef “sol beyinli” ya da “sağ beyinli” bir kişi olmak değildir; “bütünlüklü” bir beynine sahip olmaktır.

İmgeleme sağ beynin ve insan bilinç dışının ana dilidir. Çoğumuz günlük yaşamımızda sol beynin dilini ve mantığını anlayıp kullanabiliyoruz. Bilincinde olduğumuz ihtiyaç ve arzularımıza nispeten daha aşınayız. İmgeleme, sessiz kalan sağ beyne ihtiyaçlarını ifade etme ve özel niteliklerini şifa sürecine katma şansı tanımaktadır.

İmgeleme, sessizliğe gömülü zihninize onun kendi dilini kullanarak iletişime geçmek demektir. Son derece zengin, sembolik ve kişisel bir dildir. İmge üreten beyninizi ne kadar gözlemlerseniz ve onunla ne kadar etkileşime geçerseniz, daha sağlıklı hale gelmek için onu o kadar hızlı ve etkin bir biçimde kullanabilirsiniz.

Hasta olduğumuzda ilk önce kendimizi neden hasta hissettiğimize ve iyileşmek için ne yapmamız gerektiğine ilişkin uzun ve zorlu düşüncelere dalmamız kaçınılmazdır. Hastalığımız kronik ya da ciddi boyutlardaysa, muhtemelen birçok doktora danışırız. Onlar bir teşhis koyarlar. Buna rağmen tedavi iyileşmemizi ya da rahatlamamızı bile sağlamayabilir. Sol beyne özgü düşünceler sonuç vermiyorsa, “ikinci bir bakış açısı” olarak sağ beynimize neden danışmalıyız ki?

Hastalık ve Olumsuz Duyguların İlişkisi

19. YÜZYILDA yaşamış bir doktor olan ve patoloji biliminin kurucusu olarak tanınan Rudolph Virchow der ki: “Çoğu hastalık fizyolojik bir zayıflıkla birleşen mutsuzluktan ibarettir.”

İngiltere ve Amerika Birleşik Devletleri’ndeki çalışmalar, hastaların birinci elden klinik bakıma ihtiyaç duyduğu tüm sorunların yüzde 50’si ila 75’i, ağrı ya da hastalık biçiminde ortaya çıksalar da köken itibarıyla duygusal, sosyal ya da ailevidir. Kuşkusuz duyguların kendisinin sağlıklı olduğu söylenemez. Aksine yaşamın getirdikleri karşısında verilen normal tepkilerdir. Ancak önemli

duyguların anlaşılması ve ifade edilmesi hastalıklarda önemli bir faktördür.

Duygularımızı sağlıklı bir biçimde ifade edebilme noktasında yerleşik değerlere ve geleneklere sahip değiliz. Üzüntü, korku ve öfke gibi olumsuz duygular karşısında çok çeşitli tepkiler verebiliriz. Bağırma, ağlama, içe atma, depresyona girme gibi. Bilinç dışı bir biçimde, bizleri bu tür tatsız duygulardan koruyacak bir savunma seti geliştiririz. Buna karşın güçlü duyguların kendisini bir şekilde ifade etmesini engelleyemeyiz. Anlaşamadıkları ve yok saydıkları takdirde kendilerini, ağrı ya da hastalık olarak ifade ederler.

Her hissettiğimiz duyguyu ifade etmemiz gerekmez. Ancak güçlü ve ısrarcı olan duyguların ifade edilmesi ya da çözülmesi gerekir. Çünkü sürekli bir biçimde inkar edilmeleri halinde fizyolojik bir dengesizliğe ve hastalığa yol açabilirler. Alice’in öyküsü, bastırılan duyguların ağrılara yol açabileceğini ve uygun bir biçimde ifade edilmeleri halinde iyileşmeyi sağlayabileceğini gösteren güzel bir örnektir.

Vaka

ALICE kırk yaşlarındaydı. Aylar önce göğüs kanseri teşhisi konmuştu. Onu iyileştirmek amacıyla ameliyattan ve ışın tedavisinden yararlanmıştı. Tedavisi sırasında ve kanserden kurtulmasında, imgeleme ve vizüalizasyon tekniklerinin bolca faydasını görmüş olan zeki ve kendine hakim bir kadındı. Bununla birlikte kürek kemiklerinin arasında sürekli bir

ağrı duymaya devam ediyordu. Kanser uzmanlarınca yinelenen incelemeler ve röntgen filmleri, ağrısına neden olan herhangi bir fiziksel belirtiyi rastlayamıyordu. O bölgedeki ağrının neden kaynaklandığını ve ağrıdan kurtulmak için ne yapması gerektiğini öğrenmek istiyordu.

Kitapta anlatılan bir imgeleme tekniğini uygulamayı kararlaştırdık: İçsel Rehber olarak adlandırdığımız imgesel bir bilge figürüyle konuşmayı denedi. Alice gevşedi ve kendisini sarp bir kayalığın yamacında güzel bir kumsalda imgeledi. İçsel Rehber imgesini çağırırdı. Yanmakta olan ateşe bakan Büyücü Merlin gibi biri canlandı zihninde. Onu selamladıktan sonra sırtındaki ağırları sordu.

Birkaç saniyelik suskunluğun ardından gözyaşı dökmeye başladı. İçsel Rehber, Alice'in yardıma ihtiyacı olduğunu söylemişti ve bu yüzden ağlıyordu. Hastalığı sırasında güçlü ve yürekliydi. Eşini ve ailesini sakinleştirip çevresine güven veren hep o olmuştu. Check-up'lara ve muayenelere her zaman tek başına gitmişti. Aslında bundan çekiniyordu ama eşinden ya da çocuklarından kendisine eşlik etmesini ve desteklemesini istediğinde onları rahatsız edebileceğinden korkuyordu. Hastalığı ve tedavisi hakkındaki düşüncelerini, şüphelerini ve korkularını açığa vurmayarak sevdiklerini korumaya çalışıyordu.

Alice, İçsel Rehberine ailesinden yardım isteyerek onları tedirgin etmek istemediğini söyledi. İçsel Rehberinin verdiği yanıt ise şu oldu: "Zaten şu halde de tedirgin durumdalar. Tedaviniz sırasında sizin yanınızda yer alıp sevgi ve ilgilerini sunabilirlerse kendilerini daha iyi hissedeceklerdir."

Alice bunun doğru olduğunu hemen fark etti. Eşi John'dan yardım istediğini imgeledi.

Eşinin randevu defterini çıkararak gözden geçirdiğini zihninde canlandığı için gülümsedi. "Vakit ayırabilecek misin?" diye sorduğunu zihninde canlandırdı. Eşi ince gözlüklerinin üzerinden ona bakarak, "Yaratırız," diye karşılık verdi. İmgeleme sona erdiğinde ağrısı önemli ölçüde hafiflemişti. "Gerçek yaşamda John ile bunu konuşma ihtiyacının olduğunu anlaması" bile yetmişti.

Hepimiz, Alice'in yaptığı gibi düşüncelerimiz ve duygularımız arasındaki çatışmalar nedeniyle heyecanlarımızı bastırabiliriz. Alice duygularını kendine saklamanın daha uygun olacağını düşünürken sonunda onları sevdikleriyle paylaşmasının hem kendisinin hem de onların yararına olduğunu fark etmiştir.

Dr. Rossman'ın imgelemeyi kullanma yönteminin ve insandaki "içsel rehber" yaklaşımının birçok kültürde kökleri binlerce yıl gerilere dayanan bir geçmişi vardır. İçindeki sese kulak vererek ulaşılan uyanış ya da aydınlanma, kadim din sistemlerinin çoğunda merkezi bir unsurdur. Bunun izleri Tibetli Budist Abhidharma'dan tutun Amerikalılara özgü inançlara, batılı dinlerdeki koruyucu melekler hiyerarşisine kadar görülebilir.

Hangi Tür Hastalıklar İmgeleme Yolu İle Tedavi Edilebilir?

ÖN ÇALIŞMALAR imgelemenin çok çeşitli hastalıkların tedavisinde etkili olabileceğini göstermiştir. İmgelemenin faydaları öylesine

çeşitlidir ki onu hastalıklardan ziyade insanları tedavi etmenin bir yolu olarak değerlendirmek daha uygundur.

İmgeleme, basit bir baş ağrısından tutun da ölümcül bir hastalıkta bile mucizeler yaratabilir. İmgeleme ile gevşemeyi ve bedenimizi istediğimiz şekilde kontrol etmeyi gerçekleştirebiliriz.

Ağrıları ya da diğer hastalık belirtilerini hafifletebilir, azaltabilir ve ortadan kaldıracaktır. Kan akışını ve kas gerginliğini artırıp azaltabiliriz. Bağışıklık sistemimizin tepkisini düzenleyebiliriz. Yaşam tarzımızın ya da alışkanlıklarımızın hastalığımızı derinleştirip derinleştirmedikini ve iyileşmek için hangi değişikliklere ihtiyacımız olduğunu görebiliriz. İmgeleme içimizdeki güçleri kullanmamızı mümkün kılabilir. Umudu, cesareti, sabrı, azmi, sevgiyi ve hemen hemen her hastalıkla mücadele etmek ve iyileşmek için bize yardım edebilecek diğer nitelikleri keşfedebiliriz.

Kuşkusuz kimi belirtiler ve hastalıklar imgelemeye diğerlerine oranlara daha kolay yanıt verir. Stresin neden olduğu ya da kötüleştirdiği koşullar, çoğu zaman imgeleme tekniklerine oldukça olumlu yanıt vermektedir.

Baş ağrısı, boyun ağrısı, sırt ağrısı, “sinirsel mide ağrısı”, bağırsak sorunları, alerjiler, kalp çarpıntıları, baş dönmesi, bitkinlik ve anksiyete gibi ortak sorunlar için aynısı geçerlidir. Kalp krizi, kanser, eklem iltihabı ve nörolojik hastalıklar gibi temel sağlık sorunlarımız ise genellikle stres, anksiyete ve depresyonlar ile daha da kötüye gitmektedir ya da hastalığın kendisi stres, anksiyete ve

depresyonlara neden olabilmektedir. İmgeleme yoluyla çoğu zaman her hastalığın duygusal boyutu hafifletilebilmektedir. Böylece duygusal güçlüklerin aşılmasıyla fiziksel anlamda şifaya ulaşma yönünde adım atılabilmektedir.

Gevşemenin Önemi

FİZİKSEL ve zihinsel olarak gevşemenin iyileşmeye olan etkileri 1930’lu yıllardan beri bilinmektedir. Gevşeme etkili ve aktif bir imgeleme çalışmasından önce de yapılması gereken bir uygulamadır. Bu sayede beyin imgelemeyi etkin olarak yapabileceği bilinç halinin titreşimlerine geçer. Rossman kitabında, 1930’lu yıllarda Edmund Jacobsen adlı hekim tarafından geliştirilen ve “Katlamalı Kas Gevşemesi” olarak adlandırılan yöntemin bir varyasyonunu sunmaktadır.

Günlük olağan faaliyetler sırasındaki uyanıklık halinde beyin, saniyede 14 ile 30 Hz arası dalga üretir ki bu dalgalar Beta dalgası olarak adlandırılır. Zihinsel gevşeme, rahatlama durumlarında ise saniyede 7 – 14 Hz olan Alfa dalgası saptanır. İmgeleme, hayal kurma, yaratıcılık ve ilham alma gibi faaliyetler bu dalga boyunda gerçekleşir.

(Devam Edecek)

Yararlanılan Kaynak: *İmgelemenin İyileştirici Gücü*, Ege Meta Yayınları.

Duygu Vampiri Olup Olmadığınızı Nasıl Anlarsınız?

Dr. Judith Orloff

HEPİMİZİN İÇİNDE, küçük de olsa bir vampir vardır, özellikle stresli olduğumuz zamanlarda. Bu yüzden, kendinize çok yüklenmeyin. “Sanırım, insanların enerjisini son damlasına kadar emiyorum. Bu konuda ne yapabilirim?” demeyi kabul etmek bile takdire değer. Böyle bir dürüstlüğe sahip olmadıkça, özgür olamayız. Ancak bunun ardından değişebiliriz. Aşağıda, bir enerji emici olmaya başladığınızı gösteren bazı ipuçları sıralanmaktadır:

- * İnsanlar sizden kaçınıyorsa ya da bir konuşma sırasında gözleri donuklaşıyorsa
- * Kendinize takıntılısanız
- * Genellikle negatifsiz
- * Dedikodu yapıyor ya da insanlar hakkında kötü konuşuyorsanız
- * Eleştirici ve kontrol ediciyseniz
- * Duygusal açıdan bir kara delik içindeyseniz fakat yardım almıyorsanız

Tüm bunlar ilişkileri güçleştirir ve sizi özgürleştirmez.

Çözüm her zaman, duygusal açıdan nerede sıkışmış olduğunuzu kendinize itiraf etmeniz ve söz konusu davranışlarınızı değiştirmenizde yatmaktadır. Örneğin, bilgisayar grafikeri olarak çalışan bir hastam, sürekli olarak can sıkıcı projelere takılıp kaldığından yakınlık, “zavallı ben” denilebilecek bir tutumla karısına sürekli olarak ıstırap çektiyordu. Durumunu değiştirip geliştirmek yerine, yalnızca şikayet etmekteydi. Eşi, onun bu tür konuşmalarından kaçınmaya başladı ve durumu diplomatik bir dille eşine anlattı. Bu ise hastamın konuyu sefiyle görüşmesine yol açtı ve böylece, daha heyecan verici işler almaya başladı.

Aynı şekilde, ben de ne zaman duygusal vampir moduma girecek olsam, davranışlarımı incelemeye ve değiştirmeye çalışır ya da değişebilmek için bu ayrıntıları bir arkadaşımın ya da terapistimle tartışırım. Sıkıştığınız zaman yardım almaya çekinmeyin. Ayrıca, duygusal vampirliğin çeşitlerini öğrenmek ve kendinizin de bunlardan biri olup olmadığınızı anlamak için size *Emotional Freedom* (Duygusal Özgürlük) başlıklı kitabımda yer alan narsist, mağdur, kontrolcü, eleştirici, arabozucu gibi duygusal vampirlik tiplerini incelemenizi de öneririm. □

Dr. Judith Orloff, UCLA Klinik Psikiyatri Bölümünde yardımcı profesör olarak görev yapmakta, psikiyatri alanında psikik algılama ve ruhsal şifa deneyleri gerçekleştirmektedir.

Dr. Judith Orloff'un *Emotional Freedom* (Duygusal Özgürlük, Harmony Books, 2009) adlı yeni kitabından alıntıyı çeviren: Özge Özdemir.

Psi'ye Sahip Olmak İçin Psişik Bir Deneyim Yaşamak Gerekli midir?

John Palmer

University Hospital Z, Nöroloji Kliniği, İsviçre

3. Bölüm

SÜJENİN anahtar sözcüğün hangisi olduğunu ve hatta bir anahtar sözcüğün olup olmadığını ya da sonrasında karşılaşacağı sonucun en hızlı şekilde yanıt vereceği sözcüğe göre belirleneceğini normal yollardan bilebilmesi mümkün değildir. Aslında süje deneyin DDA ile ilgisinden tamamen habersizdir. Deney böylece daha geleneksel, deneyimsel DDA'ya kıyasla PMEK testinin gereklerini karşılamıştır. Anahtar sözcük hakkındaki enformasyon, metro yolcusunun dostlarının evde olmadığına ve kendisinin seçeceği istasyona doğru yürümesi gerektiğine dair psişik olarak ulaştığı şuur dışı enformasyona denk düşmektedir. Süjenin anahtar sözcüğe hızla karşılık vermesi ise metro yolcusunun yanlış istasyonda inmesine denk düşmektedir. Başarıya ulaşan süjenin yaşayacağı eğlence, metro yolcusunun yürürken dostlarıyla karşılaşmasına denk düşmektedir.

PMEK teorisine göre, süjeler bu bağlamda kişisel ihtiyaçlarını karşılamak için DDA'yı kullanmaktadır. Stanford, deneyinde bu motifi birleştirmeye çalışmıştır ve ihtiyaç olarak cinsellik dürtüsünü seçmiştir. Böylece tümü erkeklerden oluşan süjelerine, "eğlence" olarak çekici çıplak kadın fotoğraflarını değerlendirme görevini vermiştir. Çalışmalarından birinde, ses kasetindeki sözcük ve çağrışımlara ilişkin talimatlar çekici bir kadın sesiyle sunularak, cinsellik dürtüsü uyandırılmaya çalışılmıştır. Daha çekici bir ses işiten süjelerin, diğerlerine oranla daha olumlu PMEK sergilemesi sonucunda deneme, amacına ulaşmıştır.



Sırası gelmişken, Türkiye’deki deneycilerin araştırma sūjelerine çıplak kadın fotoğrafları göstermesine izin verileceğini düşünmediğimi belirtmek isterim. Aslında bugünlerde Amerika Birleşik Devletleri’ndeki birçok laboratuvar da bunun yasaklanacağına inanıyorum. Stanford’un kendisinin de 21. Yüzyılda deneyini tekrarlayacak olsa, bu prosedürü kullanmayı tercih edeceğini zannetmiyorum. Amerikalıların, Irak’taki savaş sırasında İslam kültürü hakkında öğrendiklerinden yola çıkarak, birçok Türk sūjenin çıplak kadınların resimlerine bakmayı “eğlenceli” bulmayacağını düşünüyorum. Stanford’un bu nokta dışında iyi tasarlanmış deneylerine yöneltilebilecek eleştirilerden biri, fotoğraflara baktıktan sonra sūjelerine bundan ne kadar hoşlandıklarını sormamasıdır. O doğrudan doğruya bunun zevkli olduğunu varsaymıştır.

Stanford, DDA yerine PK testine dönük bir PMEK deneyi gerçekleştirmiştir. Daha önce modern parapsikologların, PK testlerinde genellikle sūjelerinden bilgisayarın içindeki elektronik parazitleri etkilemelerini istediğini belirtmiştim. Daha açık bir biçimde ifade edilecek olursa, parazit rastgele sayı üreticisi (RSÜ) adındaki özel bir aygıt içinde gerçekleşir. Bu, bilgisayarın içindeki bir elektrik panosu, bilgisayarla bağlantılı bir dış birim ya da tamamen kendi başına çalışan bir aygıt olabilir. Elektronik parazit, genellikle bütünüyle rastgeledir. Aslında RSÜ’nün bir başka kullanım alanı, DDA deneyleri için rastgele hedefler belirlemektir. (İyice karıştırılmış bir oyun kağıdı destesi

vazifesini görmektedir.) PK sūjesinin amacı, normalde rastgele olan RSÜ sinyallerini, rastgele olmayan bir düzene sokmaktır.

PK testine dönük PMEK deneyinde, Stanford, test odasına RSÜ yerleştirmiş ve sūjenin sözcük ve çağrışım deneylerindeki başarısız sūjelere verilen sıkıcı görevlerin birini yapmasını istemiştir. Aygıtın ne olduğu hakkında hiçbir fikre sahip olmayan ve belki de onu hiç fark etmeyen sūje bundan habersizdir. RSÜ gizlice rastgele sayılardan oluşan kısa diziler üretmekle meşguldür. Herhangi bir noktada bu dizilerden biri başarılı biçimde koşullandırılırsa, RSÜ deneyciyi dikkati çekmeyecek

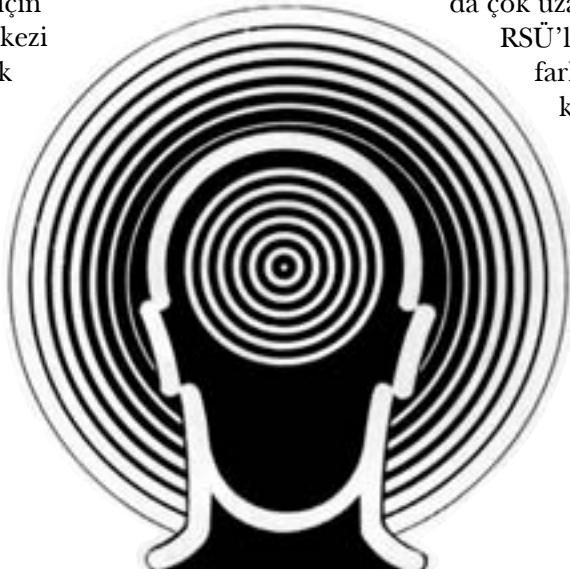


şekilde uyardır. Bunun üzerine deneyci, derhal süjenin sıkıcı görevden “kurtulmasına” ve çıplak kadın fotoğraflarına bakmasına izin vermektedir. Stanford’un öngördüğü gibi, RSÜ kontrol koşullarına kıyasla, bu test süreçlerinde rastgele olmayan dizileri daha hızlı bir biçimde üretmiştir. (Gerçekte rastgele olan RSÜ’ler zaman zaman toplam sıradan sinyallerin bir parçası olarak koşullu sonuçlar üretmektedir. Örneğin, bir poker oyuncusunun eline zaman zaman flaş ruayel gelebilir ve ancak bu oldukça enderdir.)

Stanford’un PK deneyinin temelini oluşturan kavram, Amerika Birleşik Devletleri’ndeki Princeton Üniversitesinde Dr. Roger Nelson öncülüğünde gerçekleştirilen yakın geçmişteki deneylerde çok daha geniş bir ölçekte uygulanmıştır. Nelson ortak bir olaya odaklanan grupların birleşen farkındalığının, olaydan kilometrelerce uzağa yerleştirilebilecek RSÜ’nün rastgele olmayan sinyallerine yansıtacağı fikrini sınamak için “Global Farkındalık Projesi” (GFP) oluşturmuştur. 2000 yılının Ocak ayında RSÜ’ler dünya çapında 28 noktaya yerleştirilmiştir. Her RSÜ sürekli olarak rastgele sayılar üretmeye ve analiz için Princeton’daki merkezi bilgisayara periyodik olarak raporlar göndermeye programlanmıştır. Prosedürün diğer anahtarı, binlerce ve hatta milyonlarca insanın aynı anda konsantre

olacağı dünya çapında ilgi çekici olayları belirlemek olmuştur. Deneyciler, bu “global olayların” seçiminde, medyanın gösterdiği ilgiyi ve kendi sağduyularını esas almıştır. Her olay için tasarlanan zaman aralığı, olayın kendisiyle başlamıştır ve halkın ilgisinin son bulmasının beklendiği ana dek sürmüştür. Deneyciler, tercihlerini her zaman için RSÜ’lerin belirlenen anda ne yaptığının bilinmesine fırsat vermeksizin gerçekleştirmiştir. 1998 yılının Ağustos ayından 2000 yılının Ocak ayına kadarki süreçte 43 global olay, analiz için seçilmiştir. Yılbaşı kutlamaları; Irak, Afganistan ve Yugoslavya’nın bombalanması; Türkiye, Ermenistan ve Kolombiya’daki depremler; global barış günleri; güneş tutulması bunların arasındadır. 43 olayın sonuçları birleştirildiğinde, deneyciler RSÜ’lerin bu olaylarla bağlantılı veri toplama süreçlerinde, diğer zamanlara oranla önemli ölçüde rastgelelikten uzak etkinlik sergilediğini görmüştür. Global dikkat odaklanmalarının var olmadığı kontrol anlarında ise, RSÜ’lerin sinyalleri gayet rastgeledir.

Burada, bir kez daha psi deneyine katıldığından habersiz “süjeler” üzerindeki bir psi etkisi ya da çok uzaktaki RSÜ’lerin insanların farkındalığını kaydetmesi ile karşı karşıyayız. Bununla birlikte Nelson’un prosedürü, süjelerin başarı karşısında





hiçbir ödül almaması açısından Stanford'unkinden farklıdır. Bir başka deyişle, Stanford'un başarılı süjelere çıplak kadın fotoğrafları göstermesine benzer bir ödülleme yoktur.

Bu örnekler, parapsikologların saklı psi için topladığı kanıtları açıklamaktadır ve ancak onlarla tamamen uyuşmamaktadır. Kendi adıma, psi'nin saklı bir biçimde etkili olabileceğini gösteren bu kanıtın, psi'nin doğasını anlamaya dönük 19. yüzyılın sonlarında başlayan resmi araştırmada yaşanan en önemli ilerleme olduğu kanısındayım. Bu şekilde düşünmemin nedeni, bulguların saklı psi'nin kendisini büyük ölçüde aşan etkiler taşımasıdır. Bunlardan biri de konuşmamda daha önce söz ettiğim ve şu andan itibaren geri dönmek istediğim psi'nin kaynağı sorunudur.

Parapsikolojide, geleneksel olarak, psi etkilerinin kaynağının deneysel

süje olduğu varsayılır. Ancak bu hiçbir zaman saptanamamıştır, yalnızca doğru olarak kabul edilmiştir. Saklı psi kanıtları, tamamen farklıdır. Psi deneylerindeki süjeyi belirleyen en önemli etken, bir çeşit zihinsel çaba ya da odaklanmış dikkat ile psi etkisi üretmeye niyetlenmesi ya da çalışmasıdır. Buna karşın saklı psi kanıtları, bu tür bir çaba ya da niyetin, psi'nin gerçekleşmesi için gerekli olmadığını ortaya koymaktadır. Nelson'un GFP süjelerinin dikkatlerini odakları doğrudur. Ne var ki dikkatlerini psi üzerine odaklamamışlardır. Geleneksel parapsikoloji deneylerindeki süjeleri belirleyen ise psi üretmeye dönük niyet ve çabadır.

(Devam Edecek)

Kaynak: John Palmer'ın 14-15 Mayıs 2005'te ülkemizde düzenlenen 1. Parapsikoloji Konferansındaki konuşmasından alınmıştır.

Olağanüstü Enerjiler

Serge King

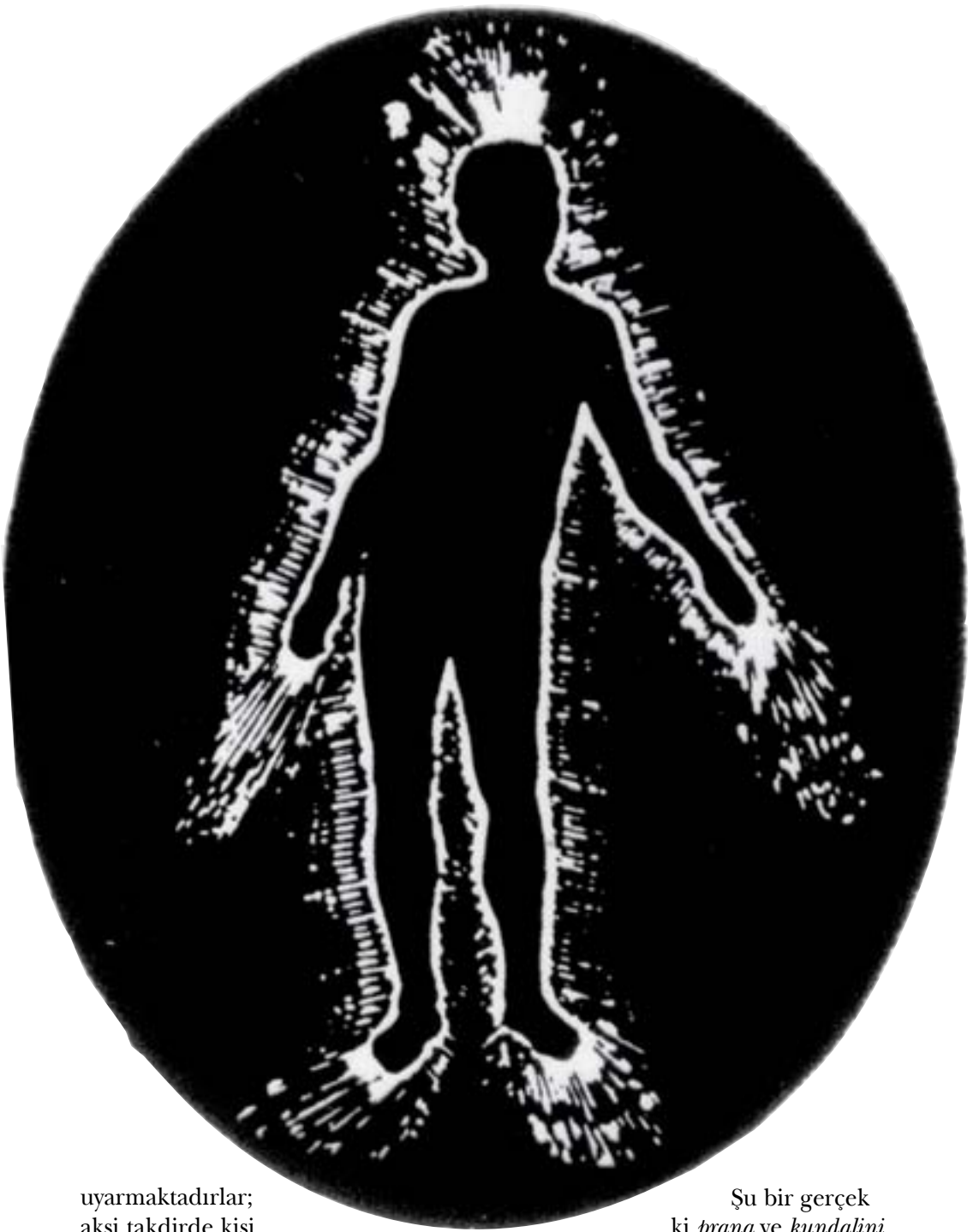
2. Bölüm

Eskilerden Kalan İpuçları

MİT, efsane, tarih ve arkeoloji eskilerin *varlığı* çeşitli biçimlerde kullandığına dair ipuçlarıyla doludur. Yerlerini çoktan başkalarına bırakmış eski kültürlerde bu kavramın etraflıca anlaşıldığına dair kanıtlar vardır. Eskilerin psikoenerjetik fikirleri ve uygulamaları hakkında yalnızca fikir yürütebilmemize karşılık daha ileriki bölümler, bu güç dolu görünmeyen enerjinin varlığını ve etkisini doğrulayan daha yeni ve coğrafyamıza daha yakın uygulamaları önünüze getirecektir. Bu arada, geçmişin psikoenerjetüğünü tartışırken, ben de bazı kişisel deneyimlerimi sizlerle paylaşacağım.

Hindistan'daki Gelenekler

HİNT FELSEFESİNDEN üç cins güç (force) veya enerji kavramını alıyoruz: *prana*, *akaşa*, ve *kundalini*. Bunların tam olarak ne oldukları hakkında değişik okullar arasında tam bir görüş birliği yoktur. Genel olarak *prana*, atmosferdeki serbest bir enerji formu ve aynı zamanda canlı varlıklardaki hayat verici enerji olarak kabul edilir. Bedene gıdalar ve solunum yoluyla girer. Belli tekniklerin kullanılmasıyla normalüstü miktarlarda alınabilir, bedende depolanabilir ve sağlığımızda ilerleme kaydetmek için kullanılmasının yanı sıra başkalarına yardım etmek için zihinsel olarak yönlendirilebilir ve levitasyon gibi olağan dışı beceriler için kullanılabilir. *Kundalini*, bel kemiğinin alt ucunda depolanmış, bel kemiği boyunca ve başımızın tepesine kadar yükseltilmesi sağlanabilen bir güç olarak tanımlanır ve bu sayede şakraları, yani psişik merkezleri açtığı ve bu yolla ya aydınlanmaya ya da fiziksel veya psişik hasara yol açtığı söylenir. Bazıları *kundalini*'yi yükseltmenin aydınlanmaya giden yegane yol olduğunu iddia ederken bazıları da bir "üstat"ın sürekli nezaretinde olmaksızın buna kalkışılmaması gerektiği konusunda



uyarmaktadırlar;
aksi takdirde kişi
bu uğurda enerjinin
yukarı doğru parlaması sırasında
yanıp bitebilir. Bir enerji ve eterik bir
akışkan olarak farklı tanımlara sahip
olan *Akaşa* (veya *akashia*) bu bakımdan
diğer ikisinden daha gizemlidir.
Kitapta çeşitli kereler bu kavrama geri
döneceğim.

Şu bir gerçek
ki *prana* ve *kundalini*
hakkında yazılanların hepsinin
kaynağı bazı yogiler, okültistler
ve benzeri yazarlardır. Bunlar
hakkında bütünüyle objektif bir bakış
açısıyla yazılmış, etkilerinin yalın ve
anlaşılmasını sağlamaya yönelik bir
biçimde dile getirildiği hemen hiçbir
şey yoktur.

Uzak Doğu Çıktışları

KADİM ÇİN'İN bilimsel birikimi, belki Mısır dışında zamanın bütün uygarlıklarının çok ilerisindeydi. İsa'nın dünyaya gelişinden çok zaman önce Çinli simyacılar baz metalleri altına çevirmeye, ölümsüzlüğün sırrını keşfetmeye ve beden, zihin ve ruhta mükemmelliğe ulaşmaya çalışıyorlardı. Yöntem ve terminolojilerinin Orta Çağ Avrupası'nın simyacılarınınkinin benzeri olması dikkat çekicidir.

Çinlilerin başardığı şeylerden birisi alüminyum bronzun üretilmesiydi. Bu madenden yapılmış, M.S. 2. yüzyıla ait eşyalar bulunmuştur. Bizim halihazırda bildiğimiz kadarıyla böyle bir alaşım meydana getirebilmenin tek yolu elektrolizdir, o halde onlar ya bu süreci bilmekteydiler ya da bizim bugün henüz bilmediğimiz bir yöntemi kullanıyorlardı. Manyetizm de aynı devirlerde biliniyor ve M.S. 2. yüzyılda yön bulmak için kullanılıyordu.

Daha ilginç olanı, M.S. 78 ve 139 arasında bir sismografin icadıydı ki bu Louis Pauwels

ve Jacques Bergier'in sözleriyle, "İleri düzeyde bilimsel prensiplerin uygulandığına işaret etmekte ve yeryüzünün yapısı, matematik ve hatta kaynağı belirsiz dalga yayılımı hakkında bilgi sahibi olduklarını önermektedir." Böyle bir bilginin yapılandırılması, bizim bugün kullandığımız vasıtalarla yüzyıllar alır.

Milad öncesi milenyuma ait Çin yazıtlarında birçok yerde "büyülü aynalar"dan söz edilir. Bazı kaynaklar onların ruhları yakalamak için kullanıldığını belirtir, ancak bugün bu izah tarzı kabul edilmemektedir. Pauwels ve Bergier'e göre, "arkalarında son derece

karmaşık yüksek rölyefler bulunan aynaları vardır. Aynanın üstüne güneş ışığı direkt olarak düştüğü zaman, yansıtıcı bir camla yüzeyden ayrılan yüksek rölyefler görünür olmaktadır. Bu olay yapay ışık altında gerçekleşmemektedir. Bu, bilimsel açıklaması olmayan bir fenomendir." Ayrıca çiftler halinde yerleştirildikleri zaman, bir çeşit televizyon oluşturur şekilde imgeleri naklettikleri de anlatılmıştır.

Çin'in efsanevi tarihinde daha gerilere gidecek olursak, uçaklar, uzay gemileri, yıkım getiren korkunç silahlar, hayret verici şifa yetenekleri ve uçma tekniğinde ustalaşmış insanlarla ilgili ipuçlarıyla karşılaşırız.

Bütün teknolojik serüvenler enerji gerektirir. Çin'de ne tip enerji kavramlarıyla karşılaşmaktayız? Sonuçta *prana* ve *kundaliniye* ait Hindu fikirlerine oldukça benzediği fark edilen iki kavram vardır. İlki *li*'dir ki kuvvet, güç veya enerji anlamına gelir. Bu terim, niteleme takılarıyla birlikte, elektrikten yerçekimine ve zihin gücüne kadar her şeye uygulanabilir. Ezoterik literatüre göre, tek başına *li* levitasyon ve diğer normalüstü fenomenlerin ardındaki enerji kastedildiği zaman kullanılmıştır. Çin dilinin yazılı formu harf yerine resim kullanılan, bir bakıma hiyerogliflere benzeyen bir yazıya dayanır ve bu yazıda tek fikirlerin aldığı biçimlere "karakterler" denilir. Çoğu karakterler iki veya daha fazla karakterden meydana gelir ve yalnızca birkaç tanesi teklidir. *Li* için kullanılan karakter tekli cinstendir ve bu da onun olağanüstü eski bir kavram olduğuna işaret etmektedir.

Diğer enerji cinsinin ismi *ch'i*'dir (çi ya da ki diye okunur) ve genellikle bedenle ilişkilendirilir. Kök anlamı "nefes"tir. Teoriye göre, *ch'i*'nin işleyiş tarzında değişiklik meydana getirme, akupunkturun temelini oluşturur. *Ch'i*'nin bedende "meridyenler" denilen kanallar vasıtasıyla dolaştığı söylenir. Bu meridyenler tıkandığı zaman, bedenin bir yerinde çok fazla, diğer bir yerinde ise çok az *ch'i* var demektir. Bu yüzden, der teori, hastalık ve acı başlar.

Akupunkturun amacı bedendeki *ch'i* akışını dengelemek ve yeniden ahengi sağlamaktır. Batı geleneği çerçevesinde modern tıbbın akupunktur için hiçbir açıklaması olmamasına karşılık, bu prensibin iş gördüğü tartışılmaz. *Ch'i* ayrıca *t'ai ch'i ch'uan* ve *ch'i kung* gibi *ch'i*'nin bedende rahatça akmasını sağlamayı hedef alan uygulamalarda ve Çin'in kol ve bacaklarda yoğunlaşan dövüş sanatlarında da ön plandadır.

Kendim de *t'ai ch'i ch'uan* ve *ch'i kung* çalıştım ve *ch'i*'nin ya da *vriln* bedenimdeki akışını hissedirim. Ve dövüş sanatlarını uygulamanın güçlü etkilerini deneyimledim. Ünlü aktör Bruce Lee'nin "bir inçlik yumruk" adını verdiği bir tekniği vardı; zihinsel olarak yumruğundaki *ch'i*'ye odaklanarak, iki buçuk cm'den fazla hareket ettirmedeği yumruğuyla bir adama, onu odanın öbür ucuna yollayacak şekilde vuruyordu. Merakımı uyandıran bu tekniği arkalarını yastıklarla emniyete aldığım oğullarımdan birini iki buçuk santimetrelilik bir yumrukla yarım metre kadar geriye savurabilene kadar çalıştım. Denizci olarak askerlik yaptığım sırada bir seferinde de kontrolümü kaybettim ve bir adamın çenesine yumruk attım. Bu sırada enerjimi otomatik olarak yumruğumda odaklamıştım. Yere devrildi ve devrilmeden önce de bir buçuk metre kadar geriye sendeledi. Şaşırtıcıydı ama gerçekte çenesine değmemiştim ve yüzünde de ona vurduğuma dair en ufak bir iz bile yoktu.

Japon kavramı *ki*, büyük ölçüde *ch'i*'ye benzer. Japonların da yakın zamanlarda popüler olan ve *ki*'lerini kullanarak olağandışı işler yapan, sihirli yeteneklere sahip kadim *ninja*

gelenekleri vardır. Sahip oldukları varsayılan güçlerden birisi de görünmez olma yeteneğidir. Nefes ve zihinsel odaklanma teknikleri vasıtasıyla bunu birkaç vesileyle kullandım, fakat öyle görünmektedir ki burada işleyen prensip fiziksel bir değişim meydana getirmekten ziyade kişilerin dikkatini başka yöne çekmektir. Yine Deniz Kuvvetlerinden bir öyküyle devam edeyim. O zamanın yönetimi her denizcinin, en azından erlik döneminde yılda otuz gün mutfak hizmetinde çalışmasını şart koşuyordu.

Böylece her ay birlikler sıraya diziliyor ve mutfak görevlileri ayrılıyordu. Ben ülkeme mutfak dışında bir alanda daha iyi hizmet edebileceğim duygusundaydım ve birliklerin sıraya dizildiği her seferinde “görünmez” oluyordum. Tuhaf gelebilir ama şu bir gerçek ki askeriyede bulunduğum üç sene içerisinde bir gün bile mutfak hizmetinde çalışmadım.

(Devam Edecek)

Kaynak: Yazarın Ege Meta yayınlarından çıkan *Olağanüstü Enerjiler* adlı kitabından alınmıştır.

AKIŞ

Benlik Sevgisi

Varlık: Emmanuel

Maddi şeyler için çalışmak ruhsal amacımıza bir engel midir?

Maddi şeyleri maddileşmiş şuur olarak görürseniz değildir.

Kişi madde dünyasındayken yiyeceğe ve giyeceğe gereksinim duyar. İnsan güzel ve rahat bir ev, yaşayacağı bir yer ister.

Bunlar benlik sevgisinin donanımlarıdır.

Benlik sevgisi tam olarak anlaşıldığında kendinizi bu şeylerin hiçbirinden esirgemezsiniz.

Benlik sevgisi vermek kadar almak için de ellerinizi açacaktır.

Bu, kesinlikle başka birinin elinden bir şey almak değildir.

Evreniniz sınırsızdır.

Herkes için her şeyden fazla fazla vardır. □

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

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

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

07 NİSAN	Kendini Hatırlama	Levent KOSOVA
14 NİSAN	Ruhsal Bilgilerin Ezoterik Tarihi 1	Tarık ARIKDAL
21 NİSAN	Tüm Yönleriyle Regresyon Terapisi	Tülin ETYEMEZ
28 NİSAN	Hayatın En Büyük Mücadelesi.....	Russila MOODLEY

Yer: Hasnun Galip Sok. Pembe Çıkmaza Zarifi 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)

07 NİSAN	Seçme Özgürlüğü İlkesi.....	Ercüment KAYA
14 NİSAN	Karma ve Telafi Mekanizmasının İşleyişi	İsmet YALÇIN
21 NİSAN	Tekamülde Büyük Sıçrayış Nasıl Gerçekleşir?	Adnan ERSOY
28 NİSAN	Duygu Hayatı ve Kontrolü	Günay YALÇIN

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)

07 NİSAN	Holografik Evren	Reşat GÜNER
21 NİSAN	Benliklerle Yüzleşmek.....	Fadime EMİR

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)

07 NİSAN	Ruhsal Söyleşiler (Video Gösterisi).....	Ergün ARIKDAL
14 NİSAN	Duygusal ve Düşünsel Dönüşüm.....	Zülal ÇEVİK
21 NİSAN	Endişelerimizi Aşmak	İlkay ATILLA
28 NİSAN	Ufolar-Evrende Zeki Hayat	Altay ÜLGEN

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.

Ruh ve Madde Yayınları

Fiyat Listesi

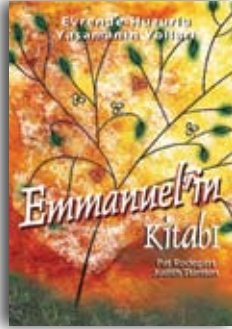
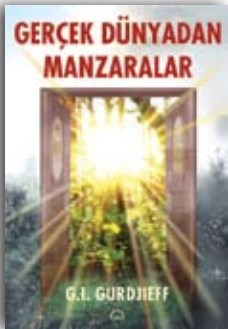
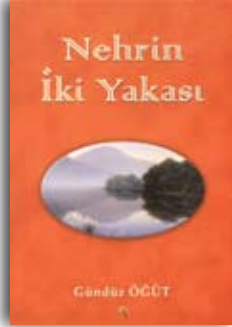
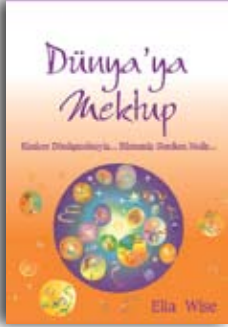
12. Gezen: Zecharia Sitchin.....	22 TL
Agarta: Rene Guenon.....	12 TL
Ateş Üstünde Yürüyenler: Joel Andre.....	5,5 TL
Ayurveda: Roy Eugene Davis.....	11 TL
Bagavatgita "Rab'bin Ezgisi".....	11 TL
Batık Ülke Mu Uyarlığı: H. Stephan Santesson.....	11 TL
Beyaz Kartal/Güzel Hayatı Yaratmak.....	6 TL
Bilinmeyen Gücümüz: Dean I. Radin.....	21 TL
Büyük İnisyeler: Edouard Schure.....	35 TL
Büyük Sentez: Tekamül: Ergün Arıkdal.....	13 TL
Çağlar Boyu Uçan Daireler.....	9 TL
Çocuklara Öyküler: Yavuz Keskin.....	6 TL
DDA—Evren Dili: Ingo Swann.....	11 TL
Değişime Doğru: Ergün Arıkdal.....	8 TL
Devre Sonu: Ergün Arıkdal.....	20 TL
Dinlemenin Zen'i: Rebecca Z. Shafir.....	19 TL
Doğmadan Önceki Hayatımız: H. Wambach.....	7 TL
Edgar Cayce: Thomas Sugrue.....	25 TL
Enerjiler: John G. Bennett.....	8 TL
Enerji Beden Hekimliği: Dr. Janine Fontaine.....	9,5 TL
Enki'nin Kayıp Kitabı: Zecharia Sitchin.....	21 TL
Enneadlar: Plotinos.....	16 TL
Eotr: Jean E. Charon.....	11 TL
Eşzamanlılık: Allan CombsMark Holland.....	10 TL
Evrensel İnsan: Ergün Arıkdal.....	16 TL
Fallar: Walter B. Gibson—Litzka R. Gibson.....	9 TL
Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....	7,5 TL
Gerçek Dünyadan	
Manzaralar: G. I. Gurdjieff.....	18,5 TL
Gerçek Varlık Ruhur: Leon Denis.....	8 TL
Güzel Öğreticilik: Ergün Arıkdal.....	9 TL
Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne	
Psikolojik Yorumlar: 1.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
Günlük Sofroloji: Jean Yves Pocollo.....	10 TL
Herkes İçin Ötelem Rehberi: G.M. Roberts.....	13 TL
Her Şey Mümkündür: Roy Eugene Davis.....	10 TL
Hinduizm: Swami Nikhilananda.....	15 TL
Hint Kökenli Dinlerde Karma İnançının	
Tenasüh İnançıyla İlişkisi: Dr. A. İ. Yüik.....	8 TL
İşel Gerçeklik: Paul Brunton.....	10 TL
İki Dünya Arasında: F. Wiedemann.....	14 TL
İlahi Karşılaşmalar: Zecharia Sitchin.....	22 TL
İlke Hakikat ve Vazife Adamı Ergün Arıkdal.....	7 TL
İnsanın Kaderi: Edgar Cayce.....	12 TL
İnsanın Gerçeği - Kendini Bilmek: P.D. Oupensky.....	25 TL
İpnoz ve Ötesi: Lee Pulos.....	9 TL
İsa Keşmir'de mi Öldü?: S. Obermeier.....	8 TL
İsis ve Osiris: Plutark.....	13,5 TL
Karma ve Tekrar Doğuş: Dr. H. Motoyama.....	12 TL
Kartalm Uçuşu: J. Krishnamurti.....	10 TL
Kayıp Diyarlar: Zecharia Sitchin.....	18 TL
Kendini Bilan Evren: A. Goswami.....	22 TL
Keops ve Sfenks: Georges Barbarin.....	10 TL
Kozmik Sembati: David Spangler.....	17 TL
Kozmik Şifre: Zecharia Sitchin.....	19 TL
Kriya Yoga Felsefesi ve	
Uygulaması: R. Eugene Davis.....	5,5 TL
Kutsal Tesirler: J. G. Bennett.....	8,5 TL
Küresellik: Cengiz Çevre.....	7 TL
Manyetizm: Ergün Arıkdal.....	9 TL

Metapsişik Terimler Sözlüğü: Ergün Arıkdal.....	10 TL
Mısır'ın Ölümler Kitabı.....	19 TL
Ne İçin Yaşıyoruz?: J. G. Bennett.....	8 TL
Otopsi Roswell Olayı: Y. Tokatlı.....	9 TL
Ölüm Sonrası: Colin Wilson.....	22 TL
Ötelem Deneyleri: Dr. Gary Schwartz.....	19 TL
Parapsikoloji ve Felsefe: David Ray Griffin.....	9 TL
Pozitif Yaşam: Ergün Arıkdal.....	19 TL
PsikoRegresyon: Dr. Francesca Rossetti.....	11 TL
Psikosentez: Will Parfitt.....	10,5 TL
Ruhsal Alemin İşığı: Silver Birch.....	10 TL
Ruhsal Alemin Sonsuz İmkanları: A. Pauchard.....	6 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 1: Dr. K. Nowotny.....	10 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2: Dr. K. Nowotny.....	11 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3: Dr. K. Nowotny.....	10 TL
Ruhsal Hayatın Değişimi/	
Metamorföz: Rudolf Steiner.....	8 TL
Ruhsallık Üzerine Denemeler: Ergün Arıkdal.....	8 TL
Rüyalar: Sevdâ Yücesoy.....	15 TL
Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....	28 TL
Sevinç ve Güzellik Aemleri•	
Kader Bilmecesi: A. Pauchard.....	7 TL
"Suur" Gerçeğin Araştırılması: P. D. Ouspensky.....	7,5 TL
Şakıya Teorileri: Dr. Hiroshi Motoyama.....	16 TL
Tarımların ve İnsanların	
Savaşları: Zecharia Sitchin.....	20 TL
Tarım'ın Eczanesinden Sağlık: Maria Treben.....	20 TL
Tekrar Doğuş 1. Cilt.....	12 TL
Tekrar Doğuş 2. Cilt.....	13 TL
Tekrar Doğuş 3. Cilt.....	13 TL
Tüm Yönleriyle Medyomluk: Ergün Arıkdal.....	11 TL
Umut Habercileri: Paola Giovetti.....	12 TL
Uzay Gemilerinde: George Adamski.....	9 TL
Uzaylı Dostlarımız: Howard Menger.....	9 TL
Vazife: Dr. Bedri Ruhselman-Ergün Arıkdal.....	9 TL
Vizüalizasyon: Ursula Markham.....	10 TL
Yaşamın Amacı—Kendini Bilmek: E. Arıkdal.....	13 TL
Yay ile Ok Atış Sanatında Zen: E. Herrigel.....	5,5 TL
Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları: J. G. Bennett.....	8 TL
Yeni Çocuklar ve Ölüm	
Yakın Deneyimler: P.M.H. Atwater.....	17 TL
Yüce Benliğin Bilgeligi: Paul Brunton.....	13 TL
Zaman Başlarken: Zecharia Sitchin.....	20 TL

Ruh ve Madde Dergisi (Her ay yayınlanır).....	5 TL
(Yurt içi abone: Yıllık).....	60 TL
(Yurt içi abone: Yıllık Öğrenci).....	52 TL
(Yurt dışı abone: Yıllık).....	75 Euro
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 19.....	10 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 34.....	12 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 35.....	14 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 36.....	16 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 37.....	18 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 38.....	20 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 39.....	22 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 40.....	24 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 41.....	26 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 42.....	30 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 43.....	34 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 44.....	40 TL

Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Bir Yaşamınız Daha Olsa</i> : Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl.....	15 TL
<i>Çılgın Sarıca</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 Işıklar</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>Kızılderili Bilgeligi</i> : Timothy Freece.....	11 TL
<i>Küçük mucizeler</i> : Judith Leventhal.....	11 TL
<i>Koruyucu Meleğiniz Konuşuyor</i> : Jonathan Cainer.....	12 TL
<i>Koşulsuz Mutluluk</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 Vannek.....	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>Kurmak</i> : D. Zohar-Dr. I. Marshall.....	19 TL
<i>Strese Son!:</i> Alix Kirsta.....	20 TL
<i>Tui Na Çocuk Masajı</i> : M. Mercati.....	18,5 TL
<i>Zararlı Işıklardan Korunma</i> : W. Kullmann.....	11 TL



Ege Meta Yayınları Fiyat Listesi

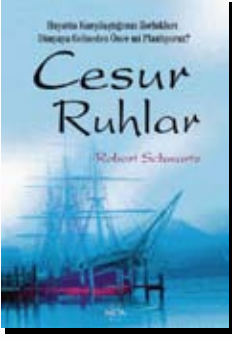
<i>Alexander Tekniği</i> : Jonathan Drake.....	15 TL
<i>Batık Kıta Mu'nun Çocukları</i> : James Churchward.....	15 TL
<i>Beethoven ve Ruhsal Yol</i> : David Tame.....	14 TL
<i>Bilinmeyen Jung</i> : Stephan A. Hoeller.....	14 TL
<i>Bitmemiş Senfoniler</i> : Rosemary Brown.....	10 TL
<i>Çocuğumuzun Ruhsal 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>İngelenenin İyileştirici Gücü</i> : M. L. Rossman.....	14 TL
<i>İnsiyeler İçin Astroloji</i> : Pappus.....	9 TL
<i>İyileşmenin Simyası</i> : Dr. Edward- C. Whitmont.....	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 Ögüt.....	10 TL
<i>Mısır'da Ölümlü Sonrası Fikri</i> : W. Budge.....	10 TL
<i>Mısırlıların Kökeni</i> : A. Le Plongeon.....	12 TL
<i>Nehrin İki Yakası</i> : Gündüz Ögüt.....	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>Psisik Arkeoloji</i> : Stephan A. Schwartz.....	15 TL
<i>Psisik Korunma</i> : Fadime Emir.....	13 TL
<i>Psisik 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. Ögüt.....	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>Safağı Getirenler</i> : Gündüz Ögüt.....	11 TL
<i>Şakralar ve Enerji Alanları</i> : D. G. Kunz.....	13 TL
<i>Tüm Yönleriyle Reiki</i> : Walter Lübeck, Frank Arjaya Petter, Wiliam Lee Rand.....	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 Bilimi</i> : R. Sheldrake.....	15 TL
<i>Zamanda Yolculuk</i> : J. H. Brennan.....	11 TL
<i>Zihinsel ve Bedensel</i>	
<i>Gevşeme 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 Gevşeme</i> : Karl O. Steober.....	9 TL

Seçtiğiniz kitapları web sitemizden sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com



Cesur Ruhlar

Robert Schwartz

EN BÜYÜK ZORLUKLARINIZIN DAHA DERİN ANLAMININ NE OLDUĞUNU ANLAMAK İSTER MİSİNİZ?

Sık sık "kötü" bir şey olduğunda bu, yok yere acı çekme gibi görünebilir. Peki, ya en zorlu deneyimler doğmadan önce planladığımız gizli amaçlarla doluyorsa? Hayatınızdaki koşulları, ilişkileri ve olayları kendiniz seçiyor olmayasınız? Bu sayfaların içinde on kişinin -tıpkı sizin gibi- doğmadan önce deneyimlemeyi planladıkları büyük zorluklar bulunmaktadır. Yazar Robert Schwartz dört yetenekli medyumla çalışarak bu on kişinin neleri, niye seçtiklerini keşfediyor. Ruhların, onları bekleyen yaşam sürelerinden umduklarını tartıştıkları doğum öncesi planlama celselerini bize sunuyor. Bunu yaparak biz ölümsüz varlıkların mücadelelerimizi ve bizi bekleyen başarılarımızı tasarladığımız öteki tarafa açılan bir pencereyi aralıyor..

368 sayfa, Meta Yayınları

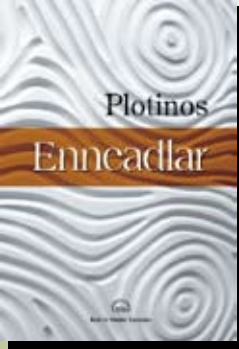
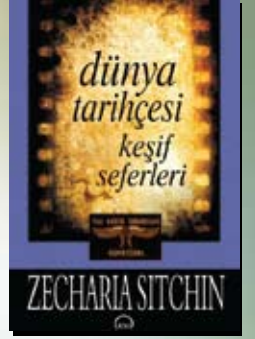
Dünya Tarihçesi

Keşif Seferleri

Zecharia Sitchin

Bu kitap Zecharia Sitchin'in çok satılan kitaplarının onuncusudur. Zecharia Sitchin Dünya Tarihçesi adı altındaki önceki kitapları tanınlar ya da insanlar olarak anılan ötekilerin yaptıklarını ve tarihlerini gözlemleyerek yazmıştır. Bu kitapta uzaklara giderek, kendisi için önemli olanları görerek, tanıklıkları şahsen doğrulayarak, ticaret yollarının ve uçuş alanlarının uygulanabilirliğini kontrol ederek kendi arama ve araştırma hikayelerini okuyucularıyla paylaşmaktadır.

338 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları



Enneadlar

Plotinos

Plotinos, Yeni Eflatunculuğun kimilerine göre en önemli temsilcisi, kimilerine göre de kurucusudur. Öğrencisi Porphyrios'un *Enneadlar* (Dokuzluklar) başlığı altında topladığı yapıt, onun son derece dostça bir havada geçen, önceki Eflatun ve Aristo yorumları'ndan parçalar okutup ardından da kendi görüşlerini aktardığı ve tartışmayı asla sınırlamadığı derslerinde incelemek üzere kaleme aldığı öğretileridir. Bu kitabın ve büyük filozofun öğretisinin, ezoterik geleneğin zaman zaman anlaşılması zor anlarına da ışık tutarak gayretli araştırmacıların zihinlerinde yepyeni açılımlar meydana getireceğine, yüksek bir ilhamın ve çağların derinliğinden süzülüp gelmiş bilgi ışığının yalın bir örneği olarak da, ruhsallığın izinde kendi varlığının ve yaratılmış olanın anlamını kavramaya çalışan samimi yüreklerle bir coşku yaratacağına kaniyiz.

272 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları

Psişik Korunma

Fadime Emir

Hepimiz sürekli bir enerji alışverişi içerisinde yaşarız. İşte bu alışverişler içerisinde zaman zaman kendi enerji alanımızı korumamız gereken durumlar olabilir. Aksi halde enerjimizi çabuk tüketebilir ve çeşitli rahatsızlıklarla karşı karşıya kalabiliriz. Elinizdeki kitap çeşitli ortamlarda kendinizi psişik olarak nasıl koruyabileceğiniz, enerjilere karşı olan farkındalığınızı nasıl geliştirebileceğiniz, içinde yaşadığınız ortamların enerjisini nasıl temiz tutabileceğiniz konusunda pek çok bilgi ve uygulamaları içeren kapsamlı bir kaynak eseridir.

192 sayfa, Ege Meta Yayınları

