

RUH ve MADDE

Mayıs 2014 Yıl:55 Sayı:652 (KDV Dahil) 5 TL

Plütonik 2014, Dönüşüm Yılı

Öner Döşer

Akıntı Yön Değiştirdi

David Icke

Kendini Gözlemleme

Ergün Özyiğit

Gemiler ve İnsanoğlunun Yazgısı

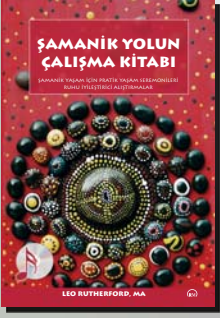
Cüneyt Gültakın

ISSN 1302-0676



9 771302 067015

52



Şamanik Yolun Çalışma Kitabı

Leo, Rutherford, MA

Şaman bir ayağıyla günlük hayatın içinde yürürken diğer ayağıyla spiritüel alemde olabilen kişidir. Bu kitap hem kırmızı yoldan hem de mavi yoldan yürümenize yardımcı olarak sizi yönlendirecek, size yardım edecek çok çeşitli egzersizler ve seremoniler sunuyor.

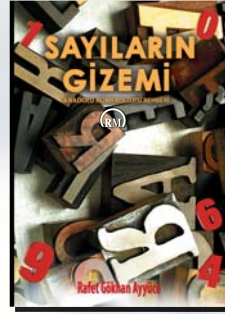
Ruh ve Madde Yayınları, 256 sayfa

Sayıların Gizemi

Rafet Gökhan Ayyüce

Nümeroloji eski uygarlıklardan bize aktarılan kadim bir kendini bilme ve yaşama sanatı rehberidir. Şakra sistemini ve reenkarnasyon yasanını temel alan modern nümeroloji, Ayurveda, Ebeced, Kabala ve Pisagor ekolü gibi değişik köklerden beslenir. Harflerin önceki hayatlardan getirilen fitrat özelliklerine ve doğum tarihindeki sayıların ise bu hayatta gerçekleştirilmesi hedeflenen unsurlara işaret ettiğini savunan Anadolu Nümerolojisi akımı hem Doğu'daki hem de Batı'daki değişik uygarlıkların nümerolojilerini kendi bünyesinde sentezlemektedir. Bu kitap hem konunun uzmanları hem de yeni başlayanlar için vazgeçilmez bir klavuz niteliği taşımaktadır.

Ruh ve Madde Yayınları, 248 sayfa

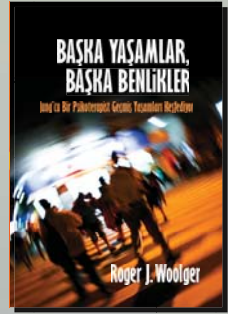


Başka Yaşamlar, Başka Benlikler

Roger J. Woolger

Oxford mezunu, sertifikalı bir Jung'cu analist olan Dr. Roger Woolger, reenkarnasyonla iş birliği yapan yeni bir psikolojinin oluşumuna, yaşamlarımızı radikal bir şekilde dönüştürebilecek ve şifalandırabilecek olan geçmiş yaşam regresyonunun dramatik gücüne birinci elden bir bakış sunuyor. Devrim yaratacak türden terapötik bir tekniği kolayca anlaşılır ve sürükleyici bir şekilde açıklayan Başka Yaşamlar, Başka Benlikler kişisel gelişim ve kişisel aydınlanma konusunda, kişinin bütününe (beden, zihin ve ruh) eğilen alternatif bir yol sunuyor.

Ruh ve Madde Yayınları, 399 sayfa

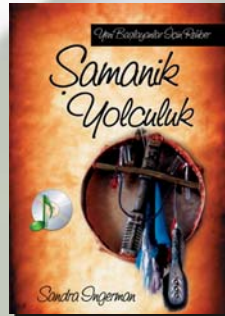


Şamanik Yolculuk

Sandra Ingerman

Kitap aynen geleneksel şamanların yüzyıllarca yaptıkları gibi yolculuk yapmayı keşfedebilmeniz için interaktif bir öğrenim deneyimi sunmaktadır. Bu kitaptaki açıklamalar ve eşlik eden CD ile şamanın yerli kültürlerdeki orijinal rolü, erk hayvanlarınız ve diğer ruhsal öğretmenleriniz ile tanışıp birlikte çalışma, görünmez gerçekliğin üç bölümü olan Aşağı Dünya, Yukarı Dünya ve Orta Dünyada yolculuk yapma ve modern kültürümüzde başarılı şekilde yolculuk yapabilmenin anahtarları anlatılmaktadır.

Meta Yayınları, 88 sayfa



SEVGİLİ OKUYUCULAR

İNSANLIK ÇEMBERİ yeni dönemde şunu deneyimlemek istiyor; sonu ve kendi bilgimiz için nasıl bir sonlanış yaşayacağımızı. Şimdiye kadar üretilen ütopyik senaryoların çoğu boş çıktı. Hepsini diyemiyoruz; 2012 gerçekten tesir ve dönüşüm adına yeni bir kozmik başlangıç oluşturdu. Ama onun arkasına gizlenen, işi sadece uyanmamak olan, korkuyla Hollywood senaryoları ve entelektüalizmin oyununa oyuncak olan bir anlayış gördük. İnsanlar sadece bedenlerini mi kurtarmak istiyorlar? Yoksa, soy devamı için yakınlarının geleceğini garantilemek mi istiyorlar?

Oysa yeni neslin böyle bir isteği yok nedense. Hazır gelmişler ve zamanı iyi kullanıyorlar. Geçmiş zaman algısı, hissi yok tutunacak. Her isteklerini yetiştirecek kadar da iradeleri var, zamanları var. Bu gelişmişlik ölçütü ise, onu oluşturabiliyorlar. Birçoğu da hazır; kendini bilmekle, geleceği ve geçmişi bugünün içinde yaşayabilecek bilgelikle ilgili son deneyimlerini paylaşıyorlar.

En çok da ruhsallığı, spiritüalizmi ağzına sakız yapanlar korkuyor. Karıştırdıkları, karşı çıktıkları kavramlar onları yakıyor. Ayakta tutacak doğrulayacak bilgi kaynaklarını, içselliklerini her an yok ediyorlar. Her şeye saldırıyorlar. İnançlara, dinlere, Yaradan'a ilahi vazifeleri küçümseyen bu tavırlar ve her şeyi ben bilirim sorumsuzlukları, kendileri de dahil birçok varlığın kafasını karıştırıyor. Son dönemde, kıyam döneminin işaretlerini yerine getiren sevgisiz ve kaynağı belli olmayan bu kötülükler, vazife birliğinin yürüyüşünü kırmak için bu kavramı da değersizleştirmeye çalışıyorlar.

Gerçek birlik, her şeyi birliğin bir parçası görüntüsü olarak görmek için huzurda hazır olandır. Buna karşı çıkanlar, kendi icat ettikleri teorilerin altında eziliyorlar.

Dünya bize son okul devrelerinden birinde yani şu devre için bir hediye ile uğurlamak istiyor.

İlâhî Nizam ve Kâinat, sadelik ve basitlikle sonsuzluğun kavramlarını özetliyor. Hediye bu işte. Liyakatla fark edilecek hediye bu. Gözlerin de kapansa şuurun da bloke olsa birliğe yürümek, sevgi planındaki dönüşümü şu an burada yaşamak mümkün.

Olayların önemi insanların tavırlarını birleştirmek için gayretlerini izlemek, bize kapanışın derslerini anlamaya yeter.

Sevgi ile uyumun, tüm parçaların entegrasyonunu görmek, kozmik bir devir teslimin görevli izleyicisi olmak bize verilen en büyük hediyedir.

Ruhun özgürlük sınavlarını bu gezegenden artık başka sistemlere geçişte kullanacağı son demlerdeyiz. *İlâhî Nizam ve Kâinat* şimdi işini yabancı dillerde yapıyor. Bize gelen geribildirimlere göre insanlık bunu fark etti ve hızını artırarak kendi vazifesine sahip çıkıyor.

İçsel perdelerin atıldığı ve sadece gerçek an ile yaşanacak mutluluğa hazır mıyız? Büyük sesler de kendini belli etmeden bu yolculuğa evet, diyor.

EVET!..

Ruh ve Madde Yayınları

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür
A. Cemal GÜRSOY

Genel Yayın Yönetmeni
Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

Teknik Sorumlu
K. Levent KOSOVA

Çeviri ve Redaksiyon
Yasemin TOKATLI
Can ERTÜR

Grafik Uygulama
Gülşah ÇAPRAK

Kapak
Ferda GÜRSOY

Dizgi
Ruh ve Madde Yayınları
Tel: (0212) 243 18 14 - 249 34 45

Baskı
Matbaa Çözümleri Sanayi ve Dış Ticaret Ltd. Şti.
Maltepe Mah. Litros Yolu Sok. Fatih San. Sitesi
No:12/98-102 Topkapı - Zeytinburnu / İSTANBUL
Tel: +90 212 674 39 80 (pbx) - Fax: +90 212 565 00 61
www.duplicate.com.tr
Sertifika No: 13838

ISSN 1302-0676

MAYIS 2014 Sayı: 652 Cilt: 55

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 Çıkamazı No: 4 Daire: 6
34433 Beyoğlu İstanbul
Telefon 0212.243 18 14 ve 249 34 45
Faks 0212.252 07 18

Abone adresi değişikliği, haberleşme ve kitap siparişleriniz için info@ruhve madde.com 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 6297501
İBAN: TR39 0006 2000 0680 0006 2975 01
Euro Hesabı: Garanti Bankası 9007955-503463

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

BİLYAYVAKFI ile RUH ve MADDE YAYINLARI hakkında bilgi almak ve sipariş vermek için web sitemizi ziyaret edebilirsiniz.
http://www.bilyay.org.tr
http://www.ruhve madde.com
http://www.bilyayakademi.net
e-mail: bilyay@bilyay.org.tr
info@ruhve madde.com

Reklam Fiyatlarımız:
Arka Kapak (renkli) 500 USD
Ön Kapak İçi (renkli) 200 USD
Arka Kapak İçi (renkli) 200 USD
İç Tam Sayfa 150 USD
İç Yarım Sayfa 100 USD

İçindekiler

- 4 **Otomatik Faaliyetler ve Organizasyonlar** Dr. Bedri Ruhselman
İlâhî Nizam ve Kâinat'tan Seçmeler
- 12 **Daha Gidilecek Çok Yol Var... Ama Artık Akıntı Yön Değiştirdi...** David Icke
Gerçeğin Titreşimleri
- 18 **Plütonik 2014, Dönüşüm Yılı** Öner Döşer
1. Bölüm
- 24 **Ne Kadar Teslim Olabiliyorsunuz?** Judith Orloff
- 26 **Kendini Gözleme** Ergün Özyiğit
- 31 **Babamla Bir Deneyim...** Juanita Puddifoot
- 32 **Gemiler ve İnsanoğlunun Yazgısı** Cüneyt Gültakin
- 38 **Marie ve Hasan: Bir Regresyon Terapisi Hikayesi**
Hasan Sonsuz Çelikaş
2. Bölüm
- 45 **İçinizdeki Çocuk Yaralanmış...** Nesrin Gökpınar
- 46 **Çalışma Açısından Savaş Üzerine Bazı Düşünceler** Maurice Nicoll
- 51 **Enerji Kordonları, Bağlantılar ve Eklentiler**
Haber
- 52 **Stres Altında Dinlemek** Rebecca Z. Shafir
3. Bölüm
- 60 **Kıbrıs'ta "Kendini Bilmek"**
Haber
- 62 **Aydınlanma Nedir?**
Akış
- 63 **Etkinlikler**

İLÂHÎ NİZAM VE KÂİNAT'TAN SEÇMELER

Otomatik Faaliyetler ve Organizasyonlar

Dr. Bedri Ruhselman tarafından derlenmiştir.

BİR TOPLULUK içindeki otomatik vazifeler ve bu otomatik faaliyetlerin açıklaması üzerinde duracağız. Çarşıdan gelirken elinizdeki paketleri evinize taşımak için bir küfeciye verirsiniz. Küfeci onları evinize kadar niçin taşır? Size yardım etmek için mi? Hayır. Onun böyle bir kaygısı yoktur. Bu işi sadece sizden alacağı beş on kuruşu koparmak için yapar. İşte bu, sizin ona otomatik olarak yaptırdığınız bir iştir. Otomatizmin çeşitli nitelikleri arasında bir tanesi de işte bu örnekte olduğu gibi, birisini akli ermediği bir amaç uğrunda aldatici ya da oyalayıcı birtakım ödünlerle yürütmektir. Buna göre, bir insanın otomatik olarak tekâmül¹ yolunda yürümesi demek, varması gereken hedefe bilerek ve isteyerek gitme gücünü gösteremeyen o insanın nefsanîyetlerine göre önüne ya çekici oyuncaklar sererek ya da korkutucu, sindirici durumlar çıkararak onun istenilen yolda yürümesini sağlamak demektir. Büyük amaçların

¹ Tekâmül, sözlük anlamı olgunlaşma, gelişim ve evrim olan bir terimdir. Deneysel spiritüalizmin temel ilkelerinden biri olan tekâmül ya da ruhsal tekâmül, bu alanda ruhsal gelişim anlamında kullanılmaktadır. Kısaca ruhların madde evrenindeki görgü ve deneyimini artırarak şuurunu ve bilgisini genişletmesi olarak tanımlanır. MTİAD

gerçekleşmesine yönelik bu işler böyle birtakım otomatizmlerle başlar. Bu otomatizmin ilk yürüyüşlerini hazırlayan duygusal ve nefsanî düşünceler ve arzular da olumlu ya da olumsuz işlevleriyle bu otomatizmin kuvvetli birer elemanı olurlar. Anlayışlar genişledikçe ve yapılacak işlerin sebep ve sonuçları hakkındaki öz bilgiler arttıkça sonuçlar yavaş

düzenli olaylarla kurulmuş büyük bir otomatizmin -insanları sevk edici- her türlü malzemesi, sayısız his ve nefsanîyet unsuru dünya okulunda vardır. Ve dünya hayatı üzerindeki vazifeliler de bu vazifelerini, insanlar arasında bu malzemeleri kullanarak yapmaktadırlar. Demek ki dünya, bitkileri hayvan ve hayvanları insan aşamasına çeşitli otomatizmlerle

yavaş daha iyi görülür ve aradaki çekici ya da korkunç otomatizm araçları birer birer işlevlerini kaybetmeye başlar. Artık annesi çocuğunun başını yıkayabilmek için ona şeker sözü verme gereği hissetmez. O zaman insan doğrudan doğruya hedefini daha iyi görerek o hedefe ulaşmanın idrakine sahip olmaya ve gereğine inanmaya başlamış, vazife planına doğru yürüyüşün sezgilerini kazanmış olur. Aslında yeryüzü küresinin güçlü bir tekâmül aracı, mükemmel hazırlayıcı bir okul oluşu da bundan ileri gelmektedir. Çünkü vazife bilgisine doğru şuur ve anlayışları zorlayan programlı ve

hazırladığı gibi, insanları da vazife bilgisi ve organizasyon sistemleri sezgisine hazırlayıcı çok zengin çeşitlemelerle doludur. Sınavlar, sınamalar, gözlemler, deneyimler, acı ya da tatlı bütün his karmaşıkları², dinlerin koydukları cennet, cehennem, ahiret yaptırımlarının çeşitli görünüşleri vb. Bütün bunlar, evrende yapmakla yükümlü oldukları büyük ve âlemi kapsayan işlerin, vazifelerin

² İçinde aynı cinsten birçok öge bulunan, birbirine az çok aykırı birçok şeyden oluşan, mudil, kompleks. MTİAD

anlayış ve şuuruna insanları hazırlamak amacına yöneliktir. İnsanların, dünya olaylarının nedensellik ilkesi karşısında hakiki değerleriyle, o değerler karşısında kendi durum ve davranışlarını öğrenmelerini, kendilerini ona göre ayarlamalarını ve böylece vazife bilgisine ve organizasyon disiplinine kendilerini hazırlayabilmelerini sağlamak dünya hayatının esas işlevlerinden biridir. Ancak bu işlevin sonuçlandırdığı hedefe ulaşmış, evrende yapacağı işlerin yükümlülüğünü benimsemiş olanlar dünya ile ilgilerini kesebilirler.

*
* *

Çok geniş bir evren mekanizmasının teknik yollarını gösteren organizasyonların faaliyeti hakkında şimdilik kısa bir bilgi vereceğiz. Evrenlere ve ruhlara egemen aslı ilkenin gereklerine göre yapılmakta olan sonsuz işler vardır. Maddelerin oluşumlarında, tesirlerin maddelere ve varlıklara dağıtımlarında ve bu dağıtımların yerli yerince kullanılmasında varlıkların çeşitli gelişim aşamalarının ve tekâmüllerinin sevk ve yönetiminde ve denetimlerinde, onların tekâmüllerine hizmet eden kaba maddelerin çeşitli sayısız görünümünün meydana getirilişlerinde, kısaca evrenin bütün mekanizmalarında yapılacak sayısız işler ve hizmetler vardır ki bunların her biri uzmanlık yeteneklerine göre varlıkların, yerine getirmekle yükümlü oldukları birer idari vazifedir. Bu yükümlülükler -aslı ilkenin yüksek gereklerine göre- varlıkların liyakat dereceleriyle orantılı olarak yapılır ve ona göre varlıklar vazifelendirilir ve vazifelenir.

Vazife duygusuna ve anlayışına ulaşmış varlıkların liyakatlerine göre, vazife planlarında birbirinden derece ve vazife durumu bakımından farklı gruplaşmalar, kadrolaşmalar ve organizasyonlar oluşur. Bunlar birbirinin düzenleyicisi, denetçisi, yardımcısı hâlinde, aslı ilkelerin hedeflediği ortak amaca yönelmiş olarak üniteye kadar yayılırlar. Bunların yapacakları işler arasında yüksek gereklere göre varlıkların tekâmüllerine hizmet etmek, onlar için maddesel ortamlar hazırlamak, henüz otomatik kademede bulunanlara yardım etmek gibi sayısız faaliyet vardır.

Organizasyonlar bütün bu vazifelerini biraz önce açıkladığımız gibi, üniteden çıkıp organizatörlük-organizasyon düzeni içinde aşağılara doğru yayılan direktiflere göre yerine getirirler. Öyleyse, vazife planına dahil olmuş varlıkların sayısız yollarda uzmanlaşmaları, vazife liyakatlerini kazanmaları ve bunların sonucu olarak da çeşitli vazifeler etrafında toplanmaları, gruplaşmaları, organlaşmaları ve sistemleşmeleri aslı ilkenin direktifleri, yaptırımları ve gerekleri dahilinde, onun ışığı altında meydana gelmektedir. İşte bütün bu örgüt, ruhların tekâmülleri için şaşmadan yürüyen evrenin, üniteye bağlı muazzam yönetim mekanizmasının teknik yönünü



oluşturur. Doğal olarak böyle yüksek bir mekanizmada vazife almak için tam anlayışa ulaşmak, insan üstü seviyeye gelmek gerekir. Aslında vazife planı da ancak hidrojen aşamasının bitirilişinden sonra başlar. Vazife organizasyonları hakkında şimdilik gereği kadar bir fikir verebilmek için, muazzam evren organizasyonu içinde evrenin bir zerresinin zerresinden daha küçük olan dünyamıza ait faaliyet

mekanizmalarından birini, bu alanda vazifeli olan bir grup yöneticisinden aldığımız bilgi ile açıklamak istiyoruz. Aşağıdaki satırlar dünya işleri düzeninde çalışan teknik yönetim grubunun yöneticisi, vazifeli bir plan tarafından -yüksek kaynakların uygun görmesiyle- dünyamıza ilk defa verilmiş bu konuya ait yüksek bir bilgiyi içermektedir.

“Evren içindeki, evreni yöneten ilkelerin zorunluluk ve gerekleri olan maddesel olaylar; evrendeki tekâmülün malzemesini, gözlemine sağlayan unsurlardır. Türü tekâmül ihtiyaçları için, en ağır madde hâlinde en hafif madde hâline kadar sonsuz dönüşümler, biçimsizleşmeler ve biçimlenmeler olur. Bu maddesel değişiklikler evrenin genel yönetimiyle vazifeli varlıkların direktif ve güçleri kanalıyla ve belirli alanlarda vazifelenmiş varlıkların faaliyet ve işçiliği ile sonuçlanır. Evrenin teknik içeriğinin unsurları olan sürekli

değişimler, vazifeli birçok varlığın eseridir. Fakat bu vazifelileri sevk eden varlıklar gittikçe yükselerek ünitedeki genel sorumluluk ve kuvvetlerle ilgilenirler. Şimdi aldığım bir direktifle, belirli değişimlerin meydana gelmesine etken olan, onları hazırlayan varlıkların nasıl çalıştıklarını anlatacağım.

“Yüksek ilkelerin gereği olarak olması yakın bir değişimin, olması gerekenin direktifi bize gelir. Zaten evrenin tekâmül eden her bir varlığı için, onların ihtiyaç ve işlevlerini denetleyen ve saptayan diğer vazifeli gruplar, bu varlıkların liyakat ve ihtiyaçları derecesini ve onlar hakkında yapılması gerekeni bize bildirirler. Yani yüksek ilkelere paralel olarak direktif veren yüksek varlıklardan başka, bize faaliyetlerimiz hakkında tamamlayıcı bilgi veren diğer başka vazifeli gruplar da vardır. Bir örnek vereyim: Dünya hayatını yaşayan bir insanı zihninizde canlandırınız. Onun tekâmülü için belirli bir değişikliğe, belirli malzemeye ihtiyacı vardır. Buna ya liyakat kazanmıştır ya da bu onun sınavlarının, karışıklık ve şaşkınlığının, kısacası işlev gören özelliklerinin bir gereğidir. Bu gereği ölçüp biçen, derecelendiren, zamanını ve niteliğini belirleyen grup bir başka gruptur. O grubun bize yardımı, söz konusu insan için meydana gelecek olayın niteliğini, miktarca değerini, zamanını, kısacası bizim yapmakla yükümlü olduğumuz bütün ayrıntısını hazırlayıp vermesidir. Örneğin, o insanın hasta olması gerekiyorsa hastalığın tür, ağırlık ya da hafiflik derecesi, uzunluğu, kısılığı, tedavi olanakları bize bildirilir. Daha ayrıntıya gireyim: Bu hastalıkta ağırlaştırıcı

sebepler olması gerekiyorsa o kimsenin olanağı az bir yere gönderilmesi, tedavi edecek doktorun teşhiste yanılması gibi konular da eksiksiz olarak verilir. Artık o bir tek kişinin bu durumundaki tekâmül malzemesi için -gerekirse- birkaç varlık çalışacak, birisi bünyeyi hazırlayacak, bünyedeki mikropların faaliyetini sağlayacak, bir diğeri doktorun düşünsel durumunu o belirli anda gerektiği gibi tesir altında bulunduracaktır. Bu teknik faaliyetlerin alanları da pek çok dallara ayrılır. Bunların arasından önemli birkaçını sayacağım. Örneğin, insanların ruhsal durumlarını belirli biçim kalıplarına bağlamak, bölgesel, toplumsal biçimleri kurmak ve son bir örnek vereyim, medyomları yönetmek vb. Bunlar gibi çoğaltılabilecek, nitelik ve önemleri birbirinden farklı pek çok faaliyet dalları vardır. Bunların her biri kendi kadrosu dahilinde kendi teknikleri ile çalışırlar. Bu belirli faaliyet kadrolarının her birinin tekniği birbirinden farklıdır. Örneğin, doğada gerçekleşen fizik değişiklikleri yapmakla yükümlü olan grup medyomları yönetemeyeceği gibi, medyomları yöneten grup da toplumsal olayları kuran grubun vazifesini yerine getiremez. Zaten çalışma zeminlerinin farklı oluşu, bütün bu grupların çalışma tekniklerinin farklı oluşunu gerektirir.

“Bu teknik vazifeli gruplar belirli vazifeleri yaparken birçok olanaklardan yararlanırlar. Bu olanaklar nitelik bakımından çok değişiktir. Bu arada size teknik terimler verme olanağını bulamayacağım. Çünkü kullanılan bu kuvvet ve olanakların kelimelerle ifade edilip nitelendirilmesi güç ve olanaksızdır. Ancak onları yakın

bir anlamda, en uygun şekilde ifade edebilecek olan terimleri kullanmakla yetiniyorum. Kullanılan kuvvetler elektromanyetik kuvvetler, mekanik kuvvetler, birçok kuvvetlerin bileşkesi olan biyolojik kuvvetler ve kozmik kuvvetlerdir. Bunları üretmek için uzay olanaklarından, bedenini terk etmiş serbest varlıkların enerjilerinden, üst âlemlerdeki varlıklardan yayılan enerjilerden, insanların kuvvetlerinden, bedenlilerin kuvvetlerinden (elbette onlar bunu bilmezler) ki bu bedenliler dünya içinde pek çoktur: insanlar, hayvanlar, bitkiler gibi. İşte bütün bu olanak ve kaynaklardan üretilen enerjiler bizim enerjimizi destekleyerek (altımızdaki) vazifelilerin de sevk edilişleriyle belirli sonuçları meydana getirirler. Bir cismin dengesinin bozulması, örneğin rüzgâr yönünün yönetilmesi (çünkü rüzgârların belirli bir yöne sevk edilmesiyle bazı zaman belirli bir yerde kopacak olan bir tayfunun, belirli kişilerin tekâmülü için zorunluluğu vardır) aynı şekilde bölgesel bir depremde, deprem için gereken denge değişikliğinin meydana getirilmesi vb. İşte bütün bunlar için gereken koşulların meydana getirilmesi bu saydığım kaynaklardan yayılan enerjilerle ve o enerjilerin belirli ve uygun değer ve tarzlarda vazifelileri tarafından kullanılmasıyla gerçekleşir.”

*
* *

İnsanlık aşamasının, yani hidrojen atomu devresinin üstünde başlayan vazife organizasyonlarına varlıklar birdenbire sokulmazlar. Bunun için uzun hazırlıklardan sonra vazife planının gereklerine uygun bir anlayış seviyesine ulaşmak gerekir.

Bu da dediğimiz gibi ancak hidrojen âleminin en ilkel kademelerinden en üst kademelerine kadar geçecek uzun hem de çok uzun bir hazırlık devresinden sonra olur. İlk varlık hâline en yüksek bir insan varlığı hâline gelinceye kadar anlayışın böyle bir vazife liyakatini kazanabilmesi için geçirilmesi gereken aşamaları daha önce belirtmiştik. Bu aşamaların başında organizasyon sisteminin en ilkel yürüyüşüne başlangıç olmak üzere bitkilerde otomatik-mekanik içgüdülerle bir tür topluluk hayatı başlar. Bu topluluklar varlıkların hayatı ilerledikçe kapsamını daha artırır ve anlamını genişletir. Hayvanlarda bu topluluk daha çok görünür. Henüz bir toplum hayatı başlamamış olmakla beraber, ona doğru ilk hazırlıkları ifade eden oldukça anlamlı topluluklar hayvanlar arasında vardır. Örneğin karıncaların, arıların, toplu hâlde yaşayan bazı hayvanların otomatik toplulukları buna örnektir.

Bunlar, insan hayatındaki toplumsal planlara aday olan varlıkların düzenli hazırlanışlarıdır. Doğal olarak bunları birbirlerine bağlayan üst

tesirler ve bağlar vardır. Bunlar da bu alanlarda çalışan vazifeli varlıklardan gelmektedir. Böylece, kışlık tahıllarını biriktirmek için karınca toplulukları ve aynı şekilde arı toplulukları örgütlendirilir. Bazen yuvalarını saldırgan kartallara karşı korumak için etraftaki bütün leylekler bir araya toplanarak bu canavarlarla bir ordu hâlinde savaşırlar. Bazı vahşi hayvanlar aç kaldıkları zaman sürüler oluşturarak avcılığa çıkarlar. Hayvanlarda sık görülen bu hâller, onların daha üst toplumsal plan hazırlıklarının içgüdüsel uygulamasını yapabilmelerini sağlamak için vazifeli varlıklar tarafından gönderilen gerekli tesirlerle meydana getirilmektedir.

Sonunda insanların yine kısmen otomatik, kısmen yarı anlayışlı olan toplulukları ve toplum hayatları gelir. Burada artık yüksek vazife organizasyonlarına ulaşmanın doğrudan doğruya ve en yakın hazırlık uygulamaları başlar. İnsan hayatının amacı da bu yolda gerekli olan hazırlıkları bitirmektir.

Bundan başka, bir insanı oluşturan ve yöneten varlığın da o insan



bedeniyle karşılıklı bir organizatör-organizma durumu vardır. O varlık, insanın sinir sistemi hücrelerinden oluşturduğu manyetik alana egemen olarak o hücreler aracılığıyla bütün bedeni, organizmayı yönetir. Burada varlık organizatör, beden ise organizmadır.

Bütün bu toplulukların, bu organizasyonların, bu sistemlerin, her madde topluluğunun, topluluk sistemlerinin, bileşimlerinin faaliyetleri, birbirleriyle olan ilişkileri, kısaca her olay, her durum, her şey ancak ilahi düzenin büyük uyumu içinde, bu tesirler mekanizmasıyla sağlanır.

*
* *

Her organizmaya yukarıdan, yanlardan, aşağılardan bir sürü ikincil ve yan tesirler de gelir ki bu tesirlerin içinde hem o organizasyonun vazifesini kolaylaştırıcı olumlu tesirler vardır hem de onun kuvvetlenmesi, görgü ve deneyimlerinin artması, gelişip tekâmül etmesi için sarsıcı, bozucu ve hatta yıkıcı olumsuz tesirler vardır ve bunlar o organizmanın sınav, deneyim ve gözlem uygulamalarının meydana gelişlerine sebep olurlar. Bütün bu ikincil tesirler o organizmanın yetişmesi için anlayışlı ya da otomatik olarak çalışan bir sürü vazifeli varlıktan gelir. Yüksek evren mekanizmasına bağlı bu vazifeliler, varlıkların, beden hayatlarındaki vazifelerinde başarı kazanmalarını sağlayacak çabaları göstermelerine zemin hazırlamak için -tekâmül malzemeleri olarak- ağırlaştırıcı, güçleştirici ve bazen de olanaksızlaştırıcı bir sürü olayı onların önlerine sürerler. Bu malzemeler, varlıkların gittikçe liyakatlerini arttırmaları, kuvvetlenmeleri ve daha

üst durumlara kayarak yükselebilmeleri için ilahi düzenin yasalarına göre düzenlenmiş ve sıralanmışlardır. Fakat insanlar, bilgisizlikleri yüzünden bunları daima başlarına gelmiş birer felaket olarak tanırlar.

*
* *

Organizasyonların, yüксеle yüксеle evrenin üst sınırlarındaki üniteye son bulduklarını söylemiştik. Üniteye varıncaya kadar bu organizasyon elemanları aslı ilkenin yüksek gereklerine uyum sağlayarak anlayış olarak yavaş yavaş birleşirler. O kadar ki üniteye girdikleri zaman, pek küçük ayrımlar dışında onların anlayışları yüksek gereklerle her noktasında ve tam liyakatle uyum sağlamış olur ve o zaman onlar, evrensel yüksek faaliyetlere aşağılarda olduğu gibi, organizatör-organ zorunluluklarına tabi olmadan, insan aklının eremeyeceği tek ve büyük bir organizasyon birliği içinde devam ederler. İşte bu, aslı ilkenin evrene ve ruhlara ait gücüyle evrenimizin bütün olanaklarının birleştiği bir hakikattir. Bize göre görünen bu yönüne bakarak biz ona ünite diyoruz. Çünkü orada aslı ilkenin ruhlara ve evrene ait güçleriyle evren bütünü bir birlik oluşturur.

Demek ki organizasyonlar üniteye yaklaştıkça anlayışların, özgürlüklerin ve sorumlulukların artması oranında birliğe doğru yürüyüş hızlanır. Organizatörlük-organlık ilişkileri arasındaki bağlar gittikçe gevşer ve sonunda kaybolur. O zaman ünite dediğimiz evrensel birlik gerçekleşir. □

İlâhî Nizam ve Kâinat'ın günümüz Türkçesine uyarlanmış baskısından alınmıştır.



MTİAD ve BİLYAY AKADEMİ ve BİLİNÇ OKULU işbirliği ile

Pazartesi ve Perşembe günleri saat 21:00'de

CANLI SOHBETLER ve SEMİNERLER DEVAM EDİYOR...

Dr. Bedri Ruhselmanın kurucusu olduğu Metapsisik İlmî Araştırmalar Derneği (MTİAD) ve Bilyay Vakfı, Bilinç Okulu'nun İnternet sayfasından dünyanın dört bir yanından izleyiciye ulaşmak üzere canlı sohbet ve seminerler devam ediyor.

İlâhî Nizam ve Kâinat,
Şifa, Şifacılık ve Enerjiler,
Rüyalar,
Parapsikoloji
Ölüm ve Ölüm Ötesi,
Şamanizm,
Evrende Zeki Hayat

Kendini Bilmek,
Psşik Korunma
Temel Ruhsal Bilgiler,
Bilinç ve Olağan Dışı Bilinç Halleri,
Regresyon,
Kadim Uygarlıklar,

vb. pek çok konu gruplarıyla, canlı yayındaki sohbetleri evinize getiriyor.
Bu sohbetlere katılmak için:

www.bilincokulu.com

GERÇEK'İN TİTREŞİMLERİ

Daha Gidilecek Çok Yol Var... Ama Artık Akıntı Yön Değiştirdi...

David Icke

HER ŞEY BİLGİ. Evren de bir bilgi. Evet, evren de şifrelenen ve deşifre edilen bilgiler ile etkileşime giren bir bilgi... İşte bu yüzden tiranlığın global şebekeleri ve kontrol sistemi, öncelikli olarak bilgiyi ve algılamayı hedef alıyor. Bu, "Algı Yanılması" veya "Algının Kandırılması" şeklinde açıklanabilir. Zaten yeni kitabımın adı olarak da özellikle bunu kullandım. Dikkatinizi çekerim; şirket medyasını kendi egemenlikleri altında tutarken, bunu sırf kontrol altında tutmuş olmak için yapmıyorlar. Amaçları çok daha derinleri hedefliyor. Bu, insanların verecekleri tepkiyi manipüle edebilmeleri açısından çok önemli çünkü aldatma programı ile, insanoğlunun zihinsel hücrelerini kendisinin inşa edeceği şekilde algılamasını sağlayacaklar. İnsan zihninin algılama özgürlüğünü, kapalı kapıların arkasında işte böyle tutuyorlar ve sonsuza kadar da tutmayı planlıyorlar.

Oyun, her şeyin insanların algılamasını şekillendirecek olan programlama için gereken yalan ve aldatma bilgisinin sağlanmasına dayalı. Bütün olaylar da, dünya ve hayatın kendisi ile ilgili başka türlü algılamalar sağlayacak olan alternatif bilgi de sürekli olarak sansürleniyor, bloke ediliyor ve soyutlanıyor.

Denklem çok basit: bilgi içeri = algılama dışarı. İşte bunun için "Halkın Sesi" başarıya ulaşmalı. "Uyanmış Bilinçli" kişilerin bile, daha gelişmiş bir realiteyi

algılamaları için, daha da geliştirilmiş bilgilere ve anlayışa uyanışları hala sürüyor. Sonuç olarak çoklu, çeşitli ve sonsuz biçimleriyle hepsi bilgi...

İnternet, hem gelişen ifade özgürlüğü hem de algılamanın köleleştirilmesi açısından iki taraflı bir "oyun değiştirici" nitelik taşıyor çünkü insanlar açısından en egemen bilgi kaynağı o oldu. İnternet, bugün insan toplumunun yönünü belirleyecek olan her ortama sahip. İnternet'i aslında teknolojik bir "kolektif zihin" veya "ortak şuur" olarak tasarlamışlar, dolayısıyla kolektif insan zihnini yakalayıp kolaylıkla köleleştirebiliyorlar.

İnternet ile etkileşime girmenin; beyinin çalışma şeklini, bununla bağlantılı olarak da realite ile etkileşimimizi değiştirdiği artık iyice kanıtlandı. İnternet, beyin devrelerini odaklanmaya ve bilgi ara yüzlerine göre donatıyor, dolayısıyla da yeterince İnternet odaklaması olan bir kişiye yeniden nöro-programlama yapmak mümkün oluyor.

Beş duyunun ötesindeki bilinçli zihinler aynı şekilde etkilenmiyorlar çünkü onların beyininde başka bir bilgi veya veri odağı yani akıl-bedeninin çok ötesinde olan derin bir realite var. Yani, İnternet'in nöro-manipülasyonu açısından çantada keklik sayılanlar, gelişmiş bilinçliliğe kapalı olanlar...

Örneğin bazı araştırmalar, insanların arama motorlarına kendi zihinlerinden de bellek aktardıklarını gösteriyor. Çoğu kişi, "Onu hatırlamak zorunda değilim, Google'da ararım olur biter," diyor, dolayısıyla insanların kendi belleklerini kullanmayıp yerine sahte olanı koymaları, küresel zihin hapishanesi açısından son derece

önemli bir aşama sayılır. Bu hafta MIT/Massachusetts Institute of Technology'den bilim adamları; farelerde eskisinin üzerine yenisi yazılan bir gen keşfetmişler. Bir makalede şöyle diyor: "İki grup fare, içine elektro şok yerleştirilmiş bir kafesten korkmak üzere eğitilmiş. Araştırmacılar fareleri kafesin içine koyunca, sadece aktif "Tet 1 geni" olan fareler korkmamışlar çünkü daha önce canlarının yanmış olduğu deneyimi taşıyan belleklerine, yeni veri/bilgi yazılmış."

Araştırmacılar bunun, travma sonrası veya diğer acı veren deneyimlerden dolayı rahatsızlıkları olan hastalar için çok yararlı bir keşif olduğunu söylüyorlar. Evet, elbette işin bu kısmı geleceğe yönelik iyimser bir yaklaşım. Ve eminim çoğu kişi bu gelişmenin dünya için çok iyi bir şey olduğunu düşünecektir.

Ancak madalyonun iki yüzü var; bu tam "Sistem" in amacına uygun olarak yürütülüyor yani insan belleği silinip, yerine insanların "geçmiş" deneyimleri konusunda bildiklerini sandıkları sahte duygu yerleştirilebiliyor. İnsan belleğinin yerini, arama motorlarının alması eyleminde de İnternet'in kesinlikle önemli bir rolü var.

Science Magazine'ndeki (Bilim Dergisi) bir araştırmada öğrencilere bilgisayara bir şey yazmaları söylenmiş ve bunu kendi hafızalarına kaydedip kaydetmeyecekleri sorulmuş. Kaydetmeyeceklerini söyleyenler çoğunlukta olmuş, nedeni sorulduğunda da bilginin, bilgisayarın sabit sürücüsünde zaten mevcut olduğunu, bu nedenle de kendilerinin hatırlamalarına gerek kalmadığını söylemişler.





Tekساس A&M Üniversitesi'nde bir sinirbilimci olan Prof. William Klemm, yaratıcı düşüncenin hatırlanan bilgiden geldiğini ve ne kadar fazla bilgi online olarak muhafaza edilirse, yaratıcı düşüncenin de bir o kadar fazla silineceğini söylüyor.

Ekrandaki yazıyı okumak üzere başlıktan aşağıya doğru kaydıkça insanların dikkat süresi azalıyor ve metnin çok az bir bölümünü okuyabiliyor yani hiçbir zaman kitap okurken gerekli olan daha derin ve uzun süreli bir konsantrasyona sahip olamıyorlar. Araştırmalar, günlük hayatta bilgisayardan uzak oldukları zaman, kişilerde bunun "odaklanma zorluğu"na ve "parçalanmış düşünme"ye yol açabileceğini gösteriyor.

Kaliforniya Üniversitesi'nden Prof. Gary Small, 2007'deki bir çalışmadan sonra, 5 saat boyunca İnternet kullananların beyinlerinin yeniden yapılandırılmış olduğu sonucuna varmış. Bunun bir başka sonucu da teknoloji bağımlılığı. Beynin aynı bölümlerini, sadece bilgisayarlar ve

İnternet değil, cep telefonları da şartlandırıyor. İnsanlar bundan hiç kopamıyorlar, onarmak için bile geri dönüp yeniden başlıyorlar.

İnternet, küresel nüfusun realite duygusunu tuzağa çekerek kendine bağımlı hale getirme amacı güdüyor. Bu konuda ne kadar başarılı olduğu da, "beden-akıl algılaması" içine hapsolmuş olan insanların çoğunlukta olmalarından belli oluyor. Gelgelelim sistem açısından bunun başarıya ulaşmasında hep bir dezavantaj vardır çünkü algılamanın kontrol edilmesi için en etkin şekil, konunun hedef kitleye her zaman "yararlı" etiketiyle satılmasıdır ve buna hep mecburdurlar, aksi takdirde insanlar konuya ilgi duymazlar... Şu akıllı telefonlara veya bütün cep telefonlarına bir bakın. Evde olmadığınız zamanlarda, nerede olursanız olun, hep İnternet'te olabiliyorsunuz. Bunun gözle görülür oranda avantajları var, öyle değil mi?

Oysa "bilinç"ine açılmamış olan kişiler, beyinlerini pişirmekte olan bu teknolojiye gittikçe daha çok bağımlı oluyorlar. Bu arada gözden kaçan önemli bir nokta var. Bunun insan özgür düşüncesi açısından en önemli sonucu, sürekli olarak ceplerindeki bilgisayardan giden bilgisel nöro-stimülatör akışı ile insanların potansiyel önsezilerinin ve düşünme yeteneklerinin ortadan kaldırılmakta olmasıdır...

İnternet satışı için yapılan sunuş konuşmalarının avantajları hep sansürsüz bilgiye ulaşmak ve anında dünya çapında iletişim erişiminin sağlanmasıdır. Anlaşılan manipülatörler, kendi yöntem, entrika ve amaçlarını ortaya çıkaracak potansiyeli biraz hafife almışlar. Daha

önce anlatmış olduğum negatif etkiyi oluşturacak şeyleri yapmalarının nedeni de bu. Bu nedenle saf bilginin sansürlenmesi için bu kadar çok çaba sarf ediyorlar, yani kendi gizliliklerine asıl darbeyi kendileri vurmuş durumdadır. İnternet'i kontrol altına almak istemeleri, tıpkı Disney'in Büyücünün Çırağı adlı çizgi filmindeki sihirbazın yaptığına benziyor. Adam durmadan yarattığı şeyin aynısını yaratınca, sonunda yarattığı şeyin kontrolü elinden kaçıyor... Bu, birçok açıdan internet için de aynı şekilde gelişti. Şimdi büyük bir panik içerisinde baklaları ağza, cinleri de şişelere geri sokmaya çalışıyorlar.

İnternet'in Altın Çağı'nda, şimdiye kadar "gizli el"in çalışma şekli hakkında büyük miktarda bilgi sağlandı, bu da gittikçe artan sayıda insanın algılaması üzerinde etki yaptı.

Oyunun farklı bölümlerinde farkındalık gözle görülür bir şekilde artıyor. Örneğin birçok ülkede halk, açtığı kampanyalarla beyin için son derece zararlı olan fülorit maddesinin içme suyuna katılmasını engellemeye çalışıyor.

Bütün bunlar, yıllar boyunca sisteme hizmet eden medyanın yalanlarına karşı alternatif bilginin akışı ile başladı, şimdi ise "kabal" bu akışı kapatmak için büyük bir telaşa kapılmış durumda. Bu, onlar açısından büyük çapta öncelik taşıyan bir konu... UFO ve dünya dışı varlıkların ziyaretleriyle ilgili araştırmalar yaparken, "çok gizli" Amerikan askeri bilgisayarını "hack"lemiş olan "Asperger Sendromu" hastası (bir çeşit otizm) İngiliz Gary McKinnon vakasında görülmüş olduğu üzere, dünyada yatak odalarındaki bilgisayarlarını ve İnternet'i, ordu ve

istihbarat görevlilerinden çok daha büyük bir beceri ile kullanan bir sürü insan var.

Ancak burada önemli bir nokta daha var. O da, 1990'lardan beri kitaplarımda ve konuşmalarımda sürekli olarak sözünü ettiğim "Gerçek'in Titreşimleri"... Kafamın patlamış olduğunu düşündüğüm o dönemimde bana farklı medyumlar aracılığı ile; dünyayı uyandıracak olan farklı bir titreşimin gelmekte olduğu, programlanmış inanç ve algılamaya hapsolmuş olan zihinlerin uyanacağı, bizden saklanmış olanların ortaya çıkacağı ve halkın bilgisine sunulacağı bilgileri aktarılmıştı. Veya bu enerjiler, en azından zihinlerini bu frekanslara uyumlayabilecek olanları uyandıracaktı. İşte o zamandan beri bu enerjilere, "Gerçek'in Titreşimleri" diyorum. Yaklaşık çeyrek asır önce buna dair en küçük bir işaret bile yoktu, oysa şimdi şu hale bakın!

Şimdi açık bir şekilde görmekte olduğumuz şu: Bana yıllar önce söylenmiş olan şey, yani "Gerçek'in Titreşimleri" artık iş başında... İnanılmaz sayıda insan; yeniden düşünerek "gerçek"i, kendi benliğini ve yaşamını yeniden hissetmeye başladı. Bu aynı şekilde otorite, otoritenin iddiaları ve uydurulan peri masalları için de söz konusu. Hepsi, şimdiye kadar hiç olmadığı kadar çok sorgulanıyor.

"Halkın Sesi" stüdyosunun bulunduğu, Londra'nın Wembley bölgesi, çok çeşitli kültürlerden insanların bulunduğu bir yer. Her ırktan, kültürden ve sosyal çevreden gelen insanlar, sokakta beni görünce son derece olumlu yorumlarparak desteklediklerini belirtiyorlar.



Elimizde muhteşem bir güç var çünkü “Gerçek’in Titreşimleri” artık her yerde! Hepsi bir seçim meselesi. Zihnimizi “Gerçek’in Titreşimleri”ne açarsak algılamalarımız, dolayısıyla hayatlarımız değişmeye başlar. Bunun ne anlama geldiğini kısaca özetleyelim...

“Gerçek’in Titreşimleri”, tek bir frekans değil, bir frekans bandı veya frekans kuşağıdır... Elbette ki bununla insanlar bir anda tam bir farkındalığa geçmiyorlar. Gerçi öyle olanlar da var, bu durumda onlar için: “diğerlerine oranla çok daha fazla bir farkındalığa geçiş yapıyorlar” diyebiliriz.

Eğer “Gerçek’in Titreşimleri”nin nispeten daha düşük seviyedeki frekansına bile bağlansanız bazı yeni önsözler edinebilirsiniz. Oysa yüksek seviyedeki frekansına bağlansanız, bütün realite kavramınız değişecektir...

Seçim bizim... Çünkü “Gerçek’in Titreşimleri”, aynı “yer” illüzyonunda, aynı “şimdi”de, herkes için buradalar. “Gerçek’in Titreşimleri”ni, sadece “beş duyu”ya dayalı realiteye takılmış olup bundan kurtulamayanlar algılayamazlar. İşte bu nedenle “uyan”lar ile “Matriks”in yarattığı illüzyon tuzağına gittikçe daha çok çekilenler arasında büyük bir fark var. Bu sahte realiteyi, daha önce hiç olmadığı kadar çok ayrıntılı olarak

Algılama Yanılgısı adlı kitabımda ele aldım. İnsanlar “Gerçek’in Titreşimleri”ne bağlanacaklar mı, yoksa Matriks manipülasyonunun yoğunluğunda mı kalacaklar? İşte hepsi bu ve bu seçimi herkes yapabilir...

“Titreşim” hareket demektir.

Titreşim güçlü olursa, hareket daha hızlı olur. Hareket ne kadar hızlı olursa, titreşim de o kadar hızlanır. Titreşim ne kadar çok hızlı olursa farkındalık da o kadar gelişir; frekans potansiyeli hızlanır, hızlanır, yükselir yükselir, saf dinginliğe, sessizliğe ulaşır. Bütün oluşumların dışı vurduğu, “Var Olan Her Şey”, “Mümkün Olan Her Şey” olur...

Çoğunlukla belirttiği gibi, hepimiz büyük yaratanın birer yansımasıyız, ama sık sık unutulmuş bir ayrıntı var ki; rüya da, rüyayı gören de aynı... Hepimiz, “Sonsuz Bilinç”iz. Hep vardık, hep olacağız.

İnsanlık; göremediğimiz ama hissettiğimiz ve savaştık, kişisel sorunlar, üzüntü, korku, tedirginlik, öfke ve şiddet şeklinde dışı vuran, büyük bir soğukkanlılıkla tasarlanmış bir bilgisizlik yoğunluğu içerisinde tutuluyor.

Ağır veya düşük frekanslı yoğunluğa bir dikkat ederseniz nasıl içine döndüğünü görürsünüz, oysa hızlı veya yüksek frekans başka enerji hallerine

geçer. Aynı şey insan enerji alanları için de söz konusudur. Düşük frekanslı düşünceler ve duygular yoluyla enerji yoğunlaştıkça, insanlar da büyük “gerçek”ten o kadar çok koparlar.

Bütün insanlar bunun için manipüle ediliyorlar çünkü o zaman kendimizi ve dünyayı algılamamız iyice sınırlanıyor. Bu bizi, “Var Olan Her Şey” veya “Sonsuz Bilinç”ten tamamen koparıyor. İşte tarih boyunca bu titreşimsel miyopluluğun ötesini görebilenler, hep bunun için alay edilmiş, kınanmış, hatta öldürülmüşler...

“Gerçek’in Titreşimleri”, insanları bu yoğunluktan yavaş yavaş kopararak, “değişim” veya “dönüşüm”e taşıyan bir hareket yaratıyor. Bu değişim veya dönüşüm, insanları enerji yoğunluğundan çıkarıp, farkındalığın yüksek seviyelerine taşıyor. Bunu isteyen herkes, bilinçli olarak veya bilinçaltından, bu seçimi yapmak durumunda. Bu konuda yapılacak en önemli şey ise bütün önyargıları bir kenara koymak. Kimseye “bundan kurtulun” demiyorum, hatta hiç kimseye “şunu veya bunu yapın” da demiyorum, bu tamamen insanların yapacakları bir seçim meselesi.

Ama inanın, bu seçimle en azından algılamamız üzerindeki etki azalacak, sistemin bloke ederek engellediği enerji serbest kalacaktır. İnançlar ve duygular enerji halleridir, zaten her şey öyledir ama katı inançlar enerjinin “ağır” yoğunluğundan dışı vurur. İnançtaki katılık veya burada ifade etmek istediğim katılık nedir? Çok sıkı bir şekilde kıpırdamadan duran bir şey, düşük frekans veya ağır titreşimden kaynaklanan bir yoğunluktur.

İnsanlar bir kez zihinlerini kıpırdatılmayan algılama

katılığında kurtarabilirlerse, her şey hareket etmeye, farklı bir frekansla titreşmeye başlar, böylelikle “Gerçek’in Titreşimleri” de işlerini yapabilirler.

İnsanların, hükümetlerin bildirimlerini algılamalarında bir değişim olduğunu gözlemliyorum, insan sağlığı ve hedeflenmiş olan diğer sinsi planlar konusunda gittikçe gelişen bir farkındalık oluşuyor. “Gerçek’in Titreşimleri”, eskiden insanların derhal tepki gösterecekleri konulara karşı şimdi zihinlerini alabildiğine açıyor ama bunlar daha “Gerçek’in Titreşimleri”nin ilk bebek adımları. Programlanmış inançları biraz askıya alın, sonra biraz daha, biraz daha derken her şey değişecek ve artık ortada önceden inanılan hiçbir şey kalmayacak.

Hala kat edilecek çok yol var ve “insanları kontrol altında tutan güç” henüz çökmedi. İçinde buldukları panik hali ile iyice aşırıya kaçmaya başladılar. İskambil kağıtlarından oluşan bu yapı nasıl olsa çökecek, ama işaretler gidisatın oldukça iyi olduğunu gösteriyor. “Halkın Sesi” ise “Gerçek’in Titreşimleri”nin en önemli global ifadelerinden birisi olup birkaç hafta içerisinde yayına girecek ve “büyük uyanış”ın “büyük sesi” olacak. Arada hala bazı aksaklıklar yer alsın emin olun; işin en güzel kısmı iyice yaklaştı. □

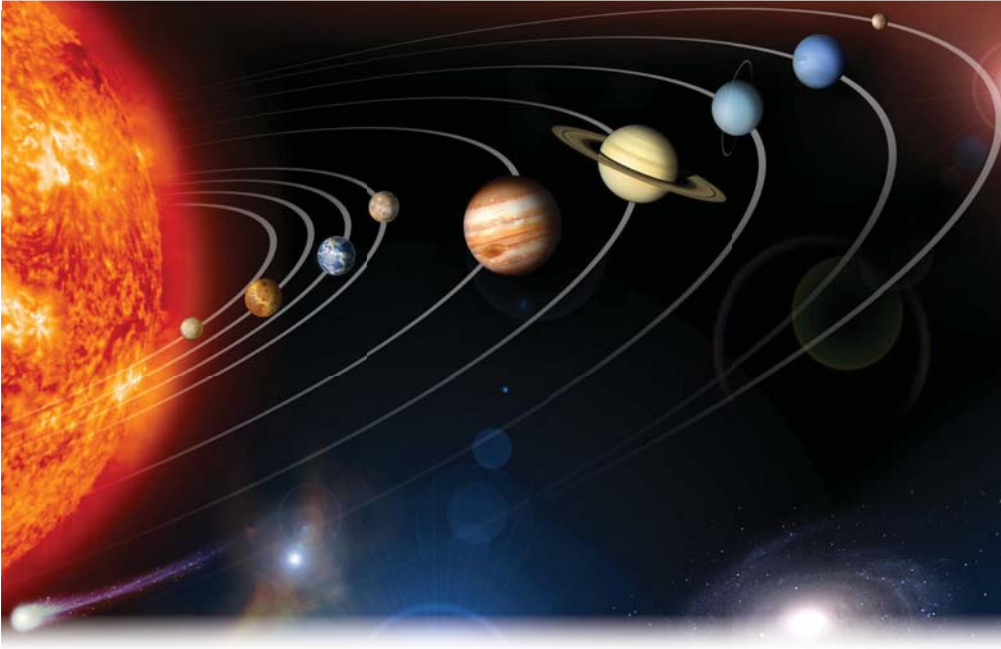
Yazarın kendi web sitesinden izinle çeviren: Esin Akan



Plütonik 2014, Dönüşüm Yılı

Öner Döşer

1. Bölüm



Yeni Dünya Düzeni

YÜKSEK OKTAVLI bir yıl olacağı 2014'ün başlangıçtan belliydi. Hararetli, hareketli, tempolu bir yıl... Tarihin, tarihçilerin altını çizeceği bir yıl olacak! Son zamanda her şeyin ne kadar da hızlandığını hissetmeye başlamıştık. Bu durum 2014'te de devam edecek... Tekamül çarkı daha da hızlı dönecek ve bizler daha hızlı tekamül edeceğiz... Kolay olmayacak belki, ama bizleri hızlı biçimde yukarı çekecek... Bunun işaretlerini yılın ilk günlerinden itibaren almaya başladık. Yeni yıla girerken Ay Oğlak burcunda kapandı ve sanki eski dünya düzeninin bitişini haber verdi. Yeni yılın ilk gününde Oğlak burcunda Plüton ile dizilimde oluşan Plütonik yeniay, "yeni dünya düzeni"ni müjdeler gibiydi sanki! Bu yeniay, her alanda yeni düzenlemelere, yapılandırmalara dikkat çekiyor; özellikle de bankacılık sistemi, iş dünyası ve ekonomiyle ilgili yeni gelişmeler, düzenlemeler

dönemine giriş yapmakta olduğumuzu gösteriyordu. Yeniayın nasıl bir enerjiye sahip olduğunu, beraberinde neler getireceğini anlamak için, yeniaydan sonra Ay'ın önündeki ilk açığa bakılır. Yeniay sonrasında Ay ilk olarak Plüton ile kavuşacak. Bu kavuşum, yeni düzenlerin ve düzenlemelerin, yeniden yapılandırma yolunda büyük dönüşümlerden geçileceğinin habercisi adeta! 2014 yılına Plüton damga vuracağından, ben yılı "PLÜTONİK 2014" olarak tanımlıyorum. 2014 DÖNÜŞÜM YILI olacak!

İlişkiler Açısından Çok Önemli Bir Yıl!

İLİŞKİLER açısından önemli bir yıla adım atıyoruz. Bunun astrolojik olarak sebepleri şunlar: 1) Oğlak burcunda Venüs gerilemesi ve Venüs'ün açılı 2) Terazi burcunda Mars gerilemesi ve Mars'ın açılı 3) Koç-Terazi burçlarında (İlişkiler eksenini) hareket edecek olan Ay Düğümleri.

İkili ilişkiler gezegeni Venüs'ün 21 Aralık 2013 tarihinde başlayan gerilemesi 31 Ocak 2014 tarihine kadar sürdü. Ayrıca bu zaman aralığında Venüs'ün Mars, Jüpiter, Uranüs ve Plüton ile stresli açı formu oluşturacağı (bazı günlerde Güneş de bu açı formuna katıldı) Ocak ayı ilişkilerde tansiyonun yüksek olacağını gösteriyordu. En riskli tarihler: 7, 8, 15, 16, 22, 23, 28, 29 Ocak tarihleriydi. Şubat ayında da henüz riskler mevcut. En riskli tarihler: 4, 11, 14, 18, 19, 25, 26 Şubat tarihleriydi. Bu tarihler civarında, sağlam temele dayanmayan ilişkilerin çökmesi riski hayli fazlaydı!

Venüs gerilemesi dönemleri ilişkilerde gerileme ve zorlanma dönemleri olarak görülebilir. Ama aynı zamanda biraz geri çekilip ilişkilere daha dışarıdan bakma şansı da verir. Yani bu dönemde ilişkilere yönelik pozitif veya negatif kararlar almak yerine, durumu yeniden değerlendirmek için ideal zamanlardır aslında. İlişkimizde kendi söylem ve tavırlarımızı, karşımızdaki kişilere nasıl davrandığımızı, ilişkiden gerçekte ne beklediğimizi, hem kendimizin hem de karşımızdaki kişilerin bu konudaki motivasyonlarını gözden geçirme zamanlarıdır. Böyle hassas bir dönemde kalıcı kararlar alınmaması bu yüzden önerilir. Bu yüzden evlilik adımı atılması için uygun görülmemiştir. Ayrıca estetik değişiklikler, artistik ve sanatsal konularda yapılacak girişimler, dekorasyon değişiklikleri gibi Venüs doğasında temalarda da, bu gezegenin geri hareketiyle gerilemeler, zorlanmalar görülebilir.

Venüs gerileme dönemlerini geri çekilip ilişkilerimize dışarıdan bakmak, değerlendirme yapmak için değerlendirebiliriz. Bunu sadece aşk ilişkisi olarak değil, insan ilişkileri olarak genelleştirebiliriz. Oğlak burcunda gerileyen Venüs'ü olumlu kullanabilir, ilişkilerimizi, ilişkide sorumluluklarımızı ne denli doğru ve dengeli biçimde yerine getirdiğimizi akılcı ve rasyonel bir şekilde gözden geçirebiliriz. İlişkimizin nasıl gittiği üzerine partnerimizi karşımıza alıp konuşabilir, mantıklı saptamalar yapıp, bunları düzeltmek üzerine konuşabiliriz. Oğlak burcunda gerileyen Venüs, ilişkilerimize gerçekçi bir şekilde bakmamız, ilişkilerimizde gereken sorumlulukları almamız yönünde bizi

bir nevi “yeniden değerlendirme” yapmaya çekiyor adeta. Oğlak burcu düzen kurmak ya da kurulu düzenlerle ilgilidir ve Venüs Oğlak burcunda gerilerken yapılabilecek en ideal şeylerden biri ilişkinin kendi içindeki tutarlılığını, güvenilirliğini, düzenini ve dışarıdan nasıl gözüktüğünü gözden geçirmek olabilir. Elbette bu konuları karşımızdakilerle konuşurken yanlış anlaşılmamak adına sözlerimize dikkat etmemizde fayda var.

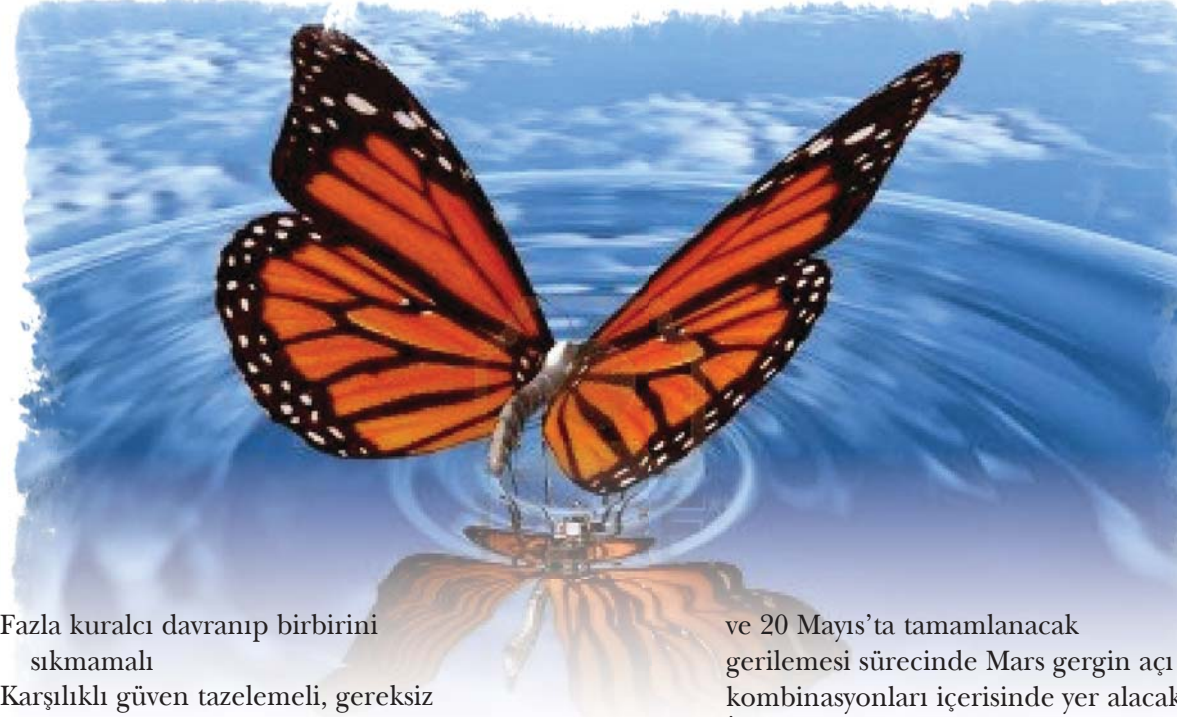
Venüs’ün 21 Aralık-31 Ocak tarihleri arasında Oğlak burcundaki gerilemesiyle ilgili riskler ve önerileri maddeler halinde sıralarsak:

İlişkilerde Riskler

Tutuculuğun zararlı sonuçları
Zamanlama sorunu
Gerçekçi ve pratik olmakta zorlanma
Çevreden onay ve destek almakta zorlanma
Sadakat ve güven sorunu
Soğuk ve mesafeli davranma eğilimi, sınırlayıcılık, kuralcılık
Keyif alamama, duyguları göz ardı etme, sevgiyi ifade edememe
İlişkiyi organize edememe, plansızlık, dağılma
Eleştirelilik, beğenmezlik

İlişkilerde Öneriler

Sorumluluk almak ve ilişkiyi disipline etmek gerekiyor
Fantezilere kaçma zamanı değil, ayakları yere basmalı
Toplumdan, çevreden onay alma kompleksinden sıyrılmak gerekiyor



Fazla kuralcı davranıp birbirini sıkmamalı
Karşılıklı güven tazelemeli, gereksiz kıskançlıktan uzak durmalı
Birlikte daha fazla vakit geçirmeli, yakınlaşmalı
Müşterek keyif alanlarına ağırlık verilmeli
Zorlanmalar var, ama bir taraftan da ilişki olgunlaşıyor, bunu da görmeli

İlişkilerde Dengesizlik Riski

ASTROLOJİDE ikili ilişkiler konusu Terazi burcuna atfedilmiştir. Aksiyon ve agresyon gezegeni Mars’ın bu burçta uzun zaman hareket edecek olması, ikili ilişkilerde dengesizliklere, yanlış yerde yanlış zamanda çıkış yapma riskine işaret ediyor. Bu süreçte aşırı saldırganlık, çevredeki her şeyi kontrol altına alma arzusunu, benmerkezcilik, gözü karalık ve düşüncesizce atılganlık ön plana çıkabilir. 1 Mart’ta başlayan

ve 20 Mayıs’ta tamamlanacak gerilemesi sürecinde Mars gergin açılımları içerisinde yer alacak. İşte bu yüzden yukarıda saydığımız olumsuz yönlerini yansıtacak.

Mars gerilemesi ve gergin açılımlarının olduğu yılın ilk yarısında aceleci, sabırsız davranışlardan, gereksiz zorlamalardan ya da yanlış yönlendirmelerden doğan agresyon artabilir. Sakarlıklara, kazalara daha açık olabiliriz. Dengesiz kararlar verebilir ya da isteklerimizin ne olduğunu tam olarak anlamakta zorlanabiliriz. Bu bağlamda 1 Mart-20 Mayıs arasındaki zaman diliminde özellikle şu tarihlerde dikkatli olmalıyız: 6, 7, 8, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 27 Nisan; 3, 4, 11, 18 Mayıs. Önemli ameliyat ve cerrahi girişimleri de bu döneme denk getirmemek daha isabetli olabilir. Böyle bir mecburiyet varsa, uygun bir gün seçilmesi için astrolojik gündem takip edilebilir ve en azından Ay’ın zorlu açıları olmayan günler tercih edilebilir.

Bu dönemde aşırı hırslardan uzak kalmakta ve bağışlayıcı olmakta fayda var. Başkalarına yönelttiğimiz agresyon bize aynen geri yansiyabilir! İntikam alma konusunda da böyle. Kavga, dövüş, rekabet, dava başlatmak için pek de ideal bir dönemde değiliz. Atak olmaktansa, savunmada olmak çok daha iyi fikir olabilir. Mesela, bir boşanma davası başlatmak istiyorsak ya da benzeri bir mücadeleye, rekabete girmek istiyorsak, başlatan taraf biz olmamalıyız. Çünkü inisiyatif alan, girişim yapan daima kaybeder Mars gerilemesi varken. Klasik astroloğlara göre “Mars gerilerken kılıçları kınında tutmak iyi fikirdir”. Dövüş başlatma ya da intikam alma zamanı değildir!

15 Nisan’daki ay tutulması civarında Mars’ın kıskırtıcı etkisi iş başındaydı. Sakınmamızda fayda olan bir dönemdi. Harekete geçmeden önce iyi düşünmeli, doğru ve hakkaniyetli davranmalı, bütünlüğümüzü korumalıydık. Bu süreçte “Başkalarının sana nasıl davranmasını istiyorsan, sen de başkalarına öyle davran” felsefesini örnek almalydıydık. Bu tam bir “Geri çekil ve projeni gözden geçir!” zamanı. Mart, Nisan aylarında ve 19 Mayıs’a kadarki süreçte riskli girişimlerde bulunmak yerine projemizi ya da ortaya koymak istediğimiz şeyleri üzerinde biraz daha uğraşarak daha iyi hale getirebiliriz ve böylelikle ilerleyen dönemde daha kalıcı bir başarıya uzanabiliriz. Planlarda değiştirmemiz gereken şeyler olabilir. Esnek ve alternatiflere açık olmalı, akıcı ilerlemeyen işlerin ya da aksayan olayların direkt üzerine gitmek yerine, etrafından dolaşmak veya başka türlü yapmak gerekiyor olabilir.

Mars'ın 1 Mart-19 Mayıs tarihleri arasında Terazi burcundaki gerilemesiyle ilgili riskler ve önerileri maddeler halinde sıralarsak:

Riskler

İnisiyatif almakta zorlanma
Olaylar pürüzlü akmaya başladıkça irrite olmanın artması
Girişilen işleri tekrarlama gerekliliği, ilerleyememe
Öfkeyle başa çıkmakta zorlanma
Mekanik aletlerde, makinelerde sorunlar
Politik manevralar, tuzaklar
Açık düşmanlıklar, müteceviz tavırlarda artış
Bel, böbrekler, yumurtalıklar, pelvis, mesane, bel ağrıları gibi sorunlar

Öneriler

İnisiyatif almak zor olacağı için, geri çekilip gücünü toparlamalı.
İlk başlatan kaybeder! Bırak karşı taraf atak yapsın!
Hukuksal davalara veya herhangi bir

davaya girişmemeye çalışmalı.
Yeni ve iddialı projeleri aktif etmek için biraz beklemeli.
Öfkeyi bastırmak yerine, dengeli bir biçimde dışa vurmanın yollarını aramalı.
Ne kadar eşitlikçi ve adaletli davrandığını gözden geçirmeli.
Çok elzem değilse mekanik aletler, ofis makineleri alımı ertelenebilir.
Önemli ve büyük ameliyatlardan kaçınmalı.
Bel, böbrekler, yumurtalıklar, pelvis, mesane, bel ağrıları gibi gözden geçirmeli.

Kadersel Ay Düğümü'nden Mesaj Var!

18 Şubat 2014 tarihinde Kuzey Ay Düğümü Terazi burcuna, Güney Ay Düğümü Koç burcuna geçti. Ay Düğümü bu burçlarda 11 Kasım 2015 tarihine kadar kalacaklar. Bu yerleşimler, özel ilişkilerimizin bu dönemde kadersel önem taşıdığını göstermekte. Ay Düğümü'nin 2014'ü de kapsayan bu dönem için bize mesajı şöyle:

İşbirliği yapmayı ve paylaşmayı, diplomasi ve uzlaşma yaratmayı, huzuru ve dengeyi sağlamayı, eşitlik ve adalet duygunuzu geliştirmeyi öğrenmelisiniz.

Durumu başkalarının gözünden de değerlendirebilmeli, olaylara iki farklı tarafından da bakabilmelisiniz.

Başkalarını desteklemeyi, onları motive ederek harekete geçirmeyi başarmanız gerekiyor. Başkalarına yardımcı olmakla, onları sevgiyle beslemekle, aslında kendimize yardımcı olduğunuzu bilmelisiniz.

Egoizmden uzak kalmalı, tevazu içerisinde olmalı, önceliği karşınızdakine hiçbir karşılık beklemeden verebilmelisiniz.

Yeri geldiğinde başkalarını mutlu etmek için, kendi arzularınızdan fedakarlık etmek gerektiğini unutmamalısınız.

Barışçıl yollara yönelmeli, savunmacı davranışlardan ve rekabeti başkalarıyla yaşamaktan kaçınmalı, yalnızca kendinizle rekabet etmenin sizi geliştireceğini anlamalısınız.

Aceleci girişim ve tavırlar sergilemekten, dengesiz ve huzursuz görüntü vermekten kaçınmalısınız. Başkalarından yardım ve tavsiye almaktan gocunmamalısınız.

Sevecen ve cömert bir ruh hali geliştirmeli, başkalarının ihtiyaçlarına yönelmelisiniz.

Başkalarının kaba yönlerini görmekten ziyade, sevecen ve iyicil yönlerine odaklanabilmelisiniz.

Yılın En Stresli Tarihleri!

DÜNYA Astrolojisi'nde Mars rekabet, çekişme, savaş, dövüş, tartışma, intikam, düşmanlık, terör,

güvenlik güçleri, ordu ve donanma, silahlar ve savunma sistemlerini temsil eder. Temmuz sonlarına kadarki süreçte Mars'ın Terazi burcunda hareket edecek olması, politik alanda ve uluslararası ilişkilerde gerginlik işaretçisi.

Şubat ayı sonlarında Jüpiter-Uranüs-Plüton arasındaki gergin açı kalıbı tetiklendi. İnançlar, değerler yüzünden çatışmalara, fanatik saldırılara açık bir zaman dilimiydi. Mart ayı başlarında da bu etkiler devam etti. Mart'ın 20'li tarihlerinden itibaren iyice gerginleşti.

Nisan ortalarından itibaren gökyüzünde Büyük Kare olarak adlandırdığımız gergin açı kalıbı oluştu. Bu dönemde Mars gezegeni Algorab yıldızıyla kavuşuyordu. Bu yıldız şiddet ve terör olaylarıyla, suikastlarla ilişkilendirilir. Bu dönemde Uranüs gezegeni Alpheratz yıldızıyla kavuşumdaydı. Bağımsızlaşma arzusunun tavan yapacağı, ani kopmalar ve kırılmalar yaşanacağı zamanlar. İsyanlar, ayaklanmalar, darbeler, miting ve protestolar artabileceği dönemlerdi. Kadın hakları konusunda ateşli protestolar olasılığının fazla olduğu zamanlardı. Alpheratz yıldızı kararlı eylemleri, hızın ve hareketin nasıl kullanılacağına dair içgüdüsel bir anlayış kabiliyeti verir. Ani değişen olaylarla başa çıkma ve gelişen durumlarda hızlı hareket edebilme, yeni olanı hoş karşılama özelliği taşır. Uranüs-Alpheratz kavuşumunun yeni olana yatkınlığı ve keşfediciliği arttıran bir yönü de vardır. Yani Nisan ayında aynı zamanda önemli keşif ve icatların, buluşların, önemli bilgilerin de ortaya çıkacağı zamanlardı.

(Devam Edecek)



Ne Kadar Teslim Olabiliyorsunuz?

Judith Orloff

“Teslim Olma” Testi, Üzerinde Düşünülecek 25 Soru

		Çoğunlukla Yanlış	Çoğunlukla Doğru
1.	Her şeyi kontrol edemeyeceğimin farkındayım.	0	1
2.	Bir şeylerin olması ya da bir durumu değiştirmek için elimden geleni yaptıktan sonra, onunla kavga etmeden olurlarına bırakabilir ve yaşamı kabul edebilirim.	0	1
3.	Bir kapı kapandığında şartları zorlamaya çalışmıyorum.	0	1
4.	Belirsizlikler karşısında rahatım.	0	1
5.	Stres anında nefes vermeyi hatırlıyorum.	0	1
6.	Sevgi verebiliyor ve alabiliyorum.	0	1
7.	Diğerleri üzerinde hakimiyet kurmadan ya da aile ve arkadaşlara ne yapacaklarını söylemeden de kendimi güçlü hissediyorum.	0	1
8.	Kontrolü hissetmek adına ilgi ve sevgimi esirgemiyor ve insanları, sürüncemede bırakmıyorum.	0	1
9.	İşim ya da maddi birikimimden ayrı olarak da başarılı hissediyorum.	0	1
10.	Bedenimi kutsal görüyor ve kilo ya da kırışıklıkları kafama takmıyorum.	0	1
11.	Yaşlanma sürecini kabul edebilir ve kendimle barışık olabilirim.)	0	1
12.	Kendimi başkalarıyla kıyaslamıyorum.	0	1
13.	Kendimi bırakıp sevişmeden zevk alabilirim.	0	1

14.	Doğa ile duyularımın bağlantıda olduğumu hissediyorum.	0	1
15.	Bedenimi esnek ve sağlıklı tutmak için idman yapıyorum.	0	1
16.	Eğer hastaysam, kendimi suçlamak yerine şifa sürecine teslim oluyor ve kendime şefkat gösteriyorum.	0	1
17.	Kendi irademden daha büyük olan bir ruhsallık anlayışıyla bağlantıdayım.	0	1
18.	Özellikle cevabı bilmediğimde ya da engellerle karşılaştığımda, karar vermeme yardımcı olmak için sezgilerimi dinlerim.	0	1
19.	Yeni fikirlere açığım ve daha önce tuttuğum doğrulardan vazgeçebilirim.	0	1
20.	Mutluluğu kucaklayabilirim.	0	1
21.	Kayıp ve kederimi, duygularımı içime atmadan deneyimlemek için kendime izin veririm.	0	1
22.	Ölümden korkmam.	0	1
23.	Haklı olmaya bağımlı değilim ve hatalı olduğumda bunu kabul edebilirim.	0	1
24.	Spontan (kendiliğinden, içten) ve neşe dolu olabilirim.	0	1
25.	Sessizlik, sakinlik ve meditasyonu (içeri alabilirim).	0	1

Bu Testi Nasıl Yorumlayacaksınız?

Puanınızı hesaplamak için, verdiğiniz “çoğunlukla doğru” yanıtlarını toplayın.

20-25 arası puan yaşamınızda çok yüksek düzeyde bir teslim olma deneyimlediğinizi gösterir.

15-19 arası puan (yaşamınızda) yüksek düzeyde bir teslim olma (deneyimlediğinizi gösterir).

6-14 arası puan (yaşamınızda) orta (makul) düzeyde bir teslim olma

(deneyimlediğinizi gösterir).

5 ve 5’in altında puan (yaşamınızda) asgari düzeyde bir teslim olmayı (deneyimlediğinize) işaret eder.

0 puan, aşırı kontrolü azaltmanın sizin için zor olduğunu, ancak üzerinde daha çok çalışmaya başladığınız için teslim olmanın size, zannettiğinizden daha yakın olduğunu işaret eder. □

Kaynak: Yazarın web sitesinden kendi izniyle alınmıştır.

Kendini Gözleme

Ergün Özyiğit



Önce Dağılmış Dikkatimizi Biraz Toplamaya Çalışalım.

Yoğun olarak kaybolmayı deneyimlediğimiz bu evrende, kendimizi hatırlamaya çalışmalıyız. Kaybolmanın, saklambacın ustayız. Bir şey için yola çıkıyoruz ama başka bir yere gidiyoruz.

Fiziksel Olarak Bu Evrende Neredeyiz?

Önce bir nokta düşünelim. Bu evrenimiz olsun. Bu noktayı giderek büyütelim, büyütelim. Şimdi gökadalara görünmeye başlasın. Milyarlarca gökada. Bugün için gözlenebilir evrendeki 100 milyar gökadan (galaksiden) bahsediliyor. Bunlardan bir tanesi, Samanyolu. Samanyolu'ndaki 200-400 milyar yıldızdan biri Güneş. Gökadanın dış spiral kollarından Orion kolu üzerinde bir güneş sistemi. Güneş sisteminin üçüncü gezegeni Dünyamız. Evrende ne kadarda küçük bir noktayız.

Psikolojik Olarak Şu An'da Neredeyiz?

Şu anda kendi oynadığımız hayat tiyatrosunu bir anda kaskatı kesilip durdursak, nerede olduğumuza bakabilesek, oldukça şaşırtıcı olurdu. Rollerimizle özdeşleştiğimizi görürdük. Her şeyi kendimiz sanıyoruz. Kendi psikolojik evrenimizde de düşüncelerimiz, duygularımız ve duyularımız (bedenimiz) arasında kaybolmuşluğu deneyimlediğimizi anlardık.

Hallacı Mansur, Yaradan'ı arayış çabasında Ona "Ey saklambaç ustası" diye seslenir. "RAB saklambaç ustasıdır da insan bu katman katman kaybolmuşluğunun içinde kaybolmanın ustası değil midir?" diye düşünmemek elde değil.

Ezoterik Bilginin Neresindeyiz?

Her alanda kaybolabildiğimiz gibi, yolumuzu seçmezsek bu bilgi denizi (ezoterizm) içerisinde de kaybolabiliriz. "Eğer hedefiniz varsa doğru bir yol

seçmelisiniz. Yolunuz doğruysa kaybolmazsınız."

İnsana çağlar boyunca "Rabbini Bil, Kendini Bil, Tekamül Et!" mesajı verilmiştir. Hedef insan denen varlığın *şuurlanarak* tekamül *etmesi* dir.

Bundan 14.000 yıl öncesine, Urfa'da Göbeklitepe tapınağındaki kalıntılara baktığımızda bile, başsız insan figürleri sanki bize "şuursuz yaratıldık, kendimiz şuurlanmalıyız" diyorlar.

Bilyay Vakfı'nda, evrendeki ilahi nizamı bilmek konusunda yapılan çalışmalarda Neo-spiritüalist bilgi birikimi olan ruhsal tebliğler bize rehberlik etmektedir.

Neo-spiritüalizm, deneysel spiritüalizmin son şekli olup Dr. Bedri Ruhselman tarafından kurulmuştur. Ruhselman'a göre bu ne bir dindir ne de bir felsefe. Kimseye "gelin bizim yolumuza girin" diye bir çağrıda da bulunmaz çünkü neo-spiritüalizme göre herkesin ruhsal gelişme gereksinimleri farklı farklı ve dolayısıyla yürüyeceği yollar farklı farklıdır. Neo-spiritüalist bilgi, bulunduğunuz yolu daha iyi anlamanızı sağlar.

Neospiritüalizmin ana prensipleri için Dr. Bedri Ruhselman'ın *Ruh ve Kainat* adlı eseri veya *Meta Ansiklopedi*'nin ilgili maddeleri okunabilir.

Kendini Bilmek

Kendini bilmek, uyanmak için yapılan çalışmalarda bir yola, metoda, bir rehber ihtiyacı vardır. Gurdjieff bunu, "Hapisten daha önce kaçmış, yolu bilen birisi size yardım etmelidir," diye sembolize eder.

Kadim zamanlardan beri kendini bilmek yüksek bilgi olarak kabul edilir. Kendimizi bilmek için; bir metoda,

bir yola, bir öğretiyeye, bir öğretmene ihtiyacımız var. Metot bize nereden başlayacağımızı, pratik olarak nasıl çalışacağımızı söyler.

Kendini bilme çalışmalarının en temel başlangıç tekniği kendini gözlemlemedir.

Kendini Gözleme

İnsan bir makinedir. Mekanik tepkilerimizle yaşayan Kirli makineleriz. Makineler çalışması gerektiği gibi çalışmıyor. Tanımadığımız bir makineyi düzgün çalıştıramayız. Önce makineyi tanımalı, sonra kirlerinden arındırmalıyız. Daha sonra düzgün çalıştırmayı deneyebiliriz. Makineyi tanımak için makineyi yani "kendimizi" gözlemlemeliyiz.

Gözlemleyen Ben'in Oluşturulması

Benlerin fotoğraflarını çeken büyük bir gözlemci ben yaratmalıyız. Bu ben eleştirici olmamalıdır. Ouspensky bunu psikolojik halinizi an be an görüntüleyen bir kamerayla karşılaştırır. Gözlemci Ben kişiliğin üstünde bir seviyededir. Giderek güçlenmesi ve yardımcı kahya, kahya ve efendiyi çağırması beklenir.

Tarafsız bir şekilde, yargılamadan fotoğraf çekilmelidir. Fotoğraflar mümkün olduğunca detaylı olmalıdır. Tabiri caizse yaşayan fotoğraflar olmalıdır. O andaki mümkün olduğu kadar çok detay barındırmalıdır. Duyularımız, düşüncelerimiz ve duyularımız bu fotoğrafta yer almalıdır.

Gözlem ve Kendini Gözleme Arasındaki Fark

Gözlem ve kendini gözlemlemek iki farklı şeydir. Her ikisi de dikkat ister. Fakat gözlemde dikkat duyular yoluyla dışarıya doğru yönlendirilmiştir.

Kendini gözlemede dikkat içeriye doğru yönlendirilmiştir. Ve bunun için hiçbir duyu organı yoktur. Kendini gözlemlemenin, gözlemden daha zor olmasının nedenlerinden biri budur.

Modern bilimde sadece gözlenebilen, gerçek olarak ele alınır.

Bu iki başlangıç noktası tamamen farklı yönlerdir.

İnsanı içsel olarak değiştirebilecek türden bilgi sadece gözlem aracılığıyla elde-edilemez.

Birinci tür bilgi bir insan için dışsal hayat şartlarını değiştirebilirken, ikinci tür bilgi insanın kendisini değiştirebilir. Gözlem dünya değişiminin bir aracıdır, tabiri caizse kendini gözleme kendini değiştirmenin bir aracıdır.

İnsanın İki Dünyası: Dışsal ve İçsel Dünyamız

İnsan iki dünyada durur: duylardan giren ve herkesle paylaşılan dışsal görünen bir dünya ve duyların hiçbirinin karşılaşmadığı ve kimseyle paylaşılmayan içsel bir dünya; yani kendine özgü, eşsiz bireyselliğine yaklaşma. Çünkü dünyadaki bütün insanların sizi gözleyebilmesine rağmen, sadece siz kendinizi gözlemleyebilirsiniz. Bu içsel dünya ikinci gerçekliktir ve görünmezdir.

Neyi Gözlemlemeliyim? Nelerin Gözlenmesi Gerektiğini Bilmeden Yapacağınız Kendini Gözleme Sizi Hiçbir Yere Götürmez.

Kocaman bir mağazaya girip gözlem

yapmanız gerektiğini düşünün. Neyi gözlemleyeceğinizi bilemezsiniz. Oysa aynı mağazaya girip yalnızca belli başlı birkaç şeyi gözlemlemeniz söylenseydi nelere dikkat etmeniz gerektiğini bilirdiniz.

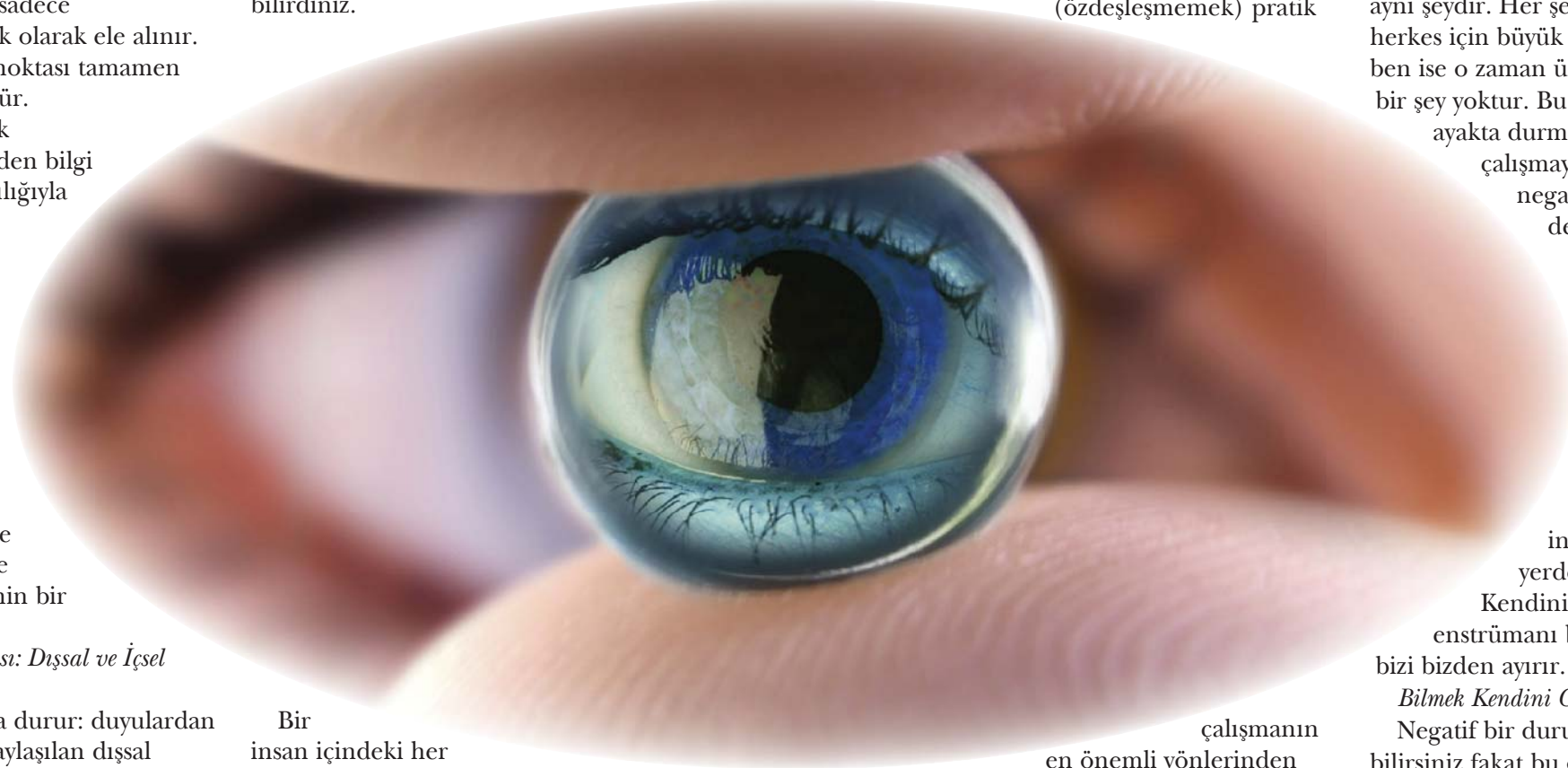
Bir insan içindeki her şeyi gözlemlemelidir ve her zaman sanki kendisi değil bir başkasıymış gibi olmalıdır. Bu şu demektir “O ne yapıyor?” demelidir, “Ben ne yapıyorum” değil.

Şüpheli ben.
İftiracı ben.
Kindar ben.
Yalancı ben.
Endişeli ben.

Tüm negatif benler hayat tarafından yaratılır, çalışma tarafından

zayıflatılırlar. Çalışma benlerini ihmal etmeyin. Çalışmayı daha iyi anlamaya çalışarak onları güçlendirebilirsiniz.

Negatif durumlarımızı gözlemek ve bunlardan sıyrılmak (özdeşleşmemek) pratik



çalışmanın en önemli yönlerinden biridir. Çalışmanın gerçek anlamda değer kazanması tam da bu noktada olur. Negatif olabilirsiniz ama negatif olanın kendiniz değil, O olduğunu hissetmelisiniz. Bu içsel ayrışmanın, kendinle özdeşleşmemenin başlangıcıdır. Bir beni bir insan gibi göremezsiniz. O sizin dışınızdaki bir nesne değildir. Ben'i yalnızca üzerinizdeki etkileri aracılığı ile, size telkin ettikleri ile, size söylemekte oldukları aracılığı ile, düşünmenizi ve hissetmenizi sağlamaya çalıştığı şeyler aracılığı ile gözlemleyebilirsiniz.

Her Şeye Ben Derseniz Ayrışmaz Mesafe Koymazsanız, Ben Beni Gözlemleyemez.

Bir şey kendini gözlemleyemez. Kendisi ile özdeş olan bir şey kendini gözlemleyemez çünkü o kendisi ile aynı şeydir. Her şey kendisidir. Bu herkes için büyük bir engeldir. Her şey ben ise o zaman üzerinde çalışılacak bir şey yoktur. Bu bir tahta üzerinde ayakta durmak ve onu kaldırmaya çalışmaya benzer. Ben

negatifi hissediyorum dediğinizde kendinizi gözlemlemiyorsunuz. Siz sizin durumunuzsunuz, durumunuzla özdeşleşmişsiniz. Niçin o negatif demiyorsunuz? “Kendini ikiye ayırmadıkça bir insan bulunduğu yerden hareket edemez.”

Kendini gözleme enstrümanı bir bıçak gibi keserek bizi bizden ayırır.

Bilmek Kendini Gözlemek Değildir.

Negatif bir durumda olduğunuzu bilirsiniz fakat bu onu gözlemlediğiniz anlamına gelmez.

Aktif olan kendini gözleme, kendini değiştirmek için bir araçtır. Pasif olan bilmek ise bir araç değildir.

Bilmek bir dikkat eylemi değildir. Kendini gözleme içeriye yönelmiş bir dikkat eylemidir. Dikkat aktif yani yönlendirilmiş olmalıdır. Dikkat gözlemleyen bölümden gelir, düşünce ve duygular ise gözlenenene yana aittir. Bu insanı ikiye böler. “Bir insan önce birdir, sonra iki ve daha sonra bir,” denmesinin sebebi budur.

İmajinatif Ben. İmajinasyon. Zaten Biliyorum Düşüncesi

Kendini gözleme fikrini zaten bildiğinizi düşünürseniz, “her zaman kendimi gözlemedim” diye düşünürseniz, her zaman olduğunuz gibi kalırsınız. Kendinizi bilmeye ihtiyacınız olmadığını düşünürsünüz. Bunun tamamı bir illüzyondur, imajinasyondur. İmajinasyon gerçekliğin yerini alan şey olarak tarif edilir.

İmajinasyonun gözlemlenmesi hayli zaman alır. Gözlemlemeyi denediğiniz anda imajinasyon durur. Yani yönlendirilmiş dikkate geçtiğiniz anda imajinasyon durur. Çalışma bize *imajinatif ben*’in etkisi altında olduğumuzu öğretir. Kendini gözlemlenmenin amaçlarından biri kendimiz hakkındaki imajinasyonu, yani *imajinatif ben*’i durdurmaktır. Kişi hayal ettiği şey değildir.

Bir şey olduğunuzu, bir şeye sahip olduğunuzu, bir şeyi bildiğinizi

düşünürseniz artık onu istemezsiniz. Bu imajinasyondur.

Kendi Hakkımızda Yaptığımız Gözlemleden Nasıl Yararlanabiliriz?

Kendini gözleme, kendini bilmenin en önemli başlangıç adımıdır. Kendini gözleme bir kişisel değişim aracıdır. Doğru uygulandığında özdeşleştiğimiz (kendimiz sandığımız) benlerimizden bizi bıçak gibi kesip ayırır; ayırırız.

Yaptığımız kendini gözlemlemeler ile çalışma hafızasını oluşturabilirsek ve olayların olduğu anda hatırlarsak, “Ben bu filmi daha önceden görmüştüm.” diyebiliriz. Benler bizi ele geçirmeden, daha onlar bize yaklaşırken ayak seslerinden onları tanıyabiliriz. O zaman onlarla özdeşleşmeme şansımız olabilir.

Kısacası; evrendeki yerimizi, kendimizi hatırlayalım. Rab’bimizi, kendimizi bilmeye çalışalım çünkü tekamül etmeliyiz. □



Babamla Bir Deneyim...

Juanita Puddifoot

BABAMIN ölümünden sonra yaşadığım bir deneyimi sizinle paylaşmak istedim. İrlanda’da düzenlediğim bir atölye çalışmasında her zaman yapmaktan hoşlandığım gibi, grupla el ele tutuşup grubun ortasında bir ışık huzmesi imgelemesi yapmayı planladım.

Ailesinde intihar olayı olan insanlara yardım eden bir merkezde yapıyorduk bu çalışmamızı. Bu nedenle, bu mekanın, olası intihar edenlerin yollarına devam edebilmesi için fazladan bir yardıma ihtiyacı olabileceğini hissettim.

Atölye çalışmasının sonunda, tüm grup gözleri kapalı olarak el ele ayakta duruyordu ve oluşturduğumuz çemberin merkezinde bir ışık huzmesi oluşturmaya odaklanıyordu. Babamı bir an bile aklıma getirmemişim. Ruhlara seslenerek, eğer dilerlerse “ruhsal ışığa” gitme fırsatını şimdi kullanabileceklerini ilettiğimde, grimsi karanlık silüetler fark etmeye başladım (bu sadece onları bizzat tanımadığım anlamına geliyor. Herhangi kötü bir anlamı yok).

Ardından, devasa parlak altın, beyaz bir ışığı fark etmeye başladım ve bu ışığın parlaklığı o kadar arttı ki, artık kimseyi “göremiyordum”. Sonra, bir ışık huzmesi bana geldi ve temasa geçtiğimde hemen anladım ki, bu enerji benim babam. Kalpten kalbe bu bağlantı o kadar yoğundu ki, onu koparmayı hiç istemedim, ama aynı zamanda grupla ilgilenmeye devam etmem gerektiğinin de farkındaydım. Gözlerimden yaşlar yüzümden aşağıya akmaya başladığı için konuşmayı kestim. Çünkü kalbimdeki fiziksel deneyim inanılmaz güçlüydü, babamın enerjisini yeniden “hissetmek” harikaydı ama aynı zamanda da fiziksel olarak acı vericiydi. Bu acı deneyimini keşfetmeye devam etmeyi istiyordum ama kimseyi bekletmemek için de konuşmam gerektiğini biliyordum. Ayrıca, neler olduğunu da açıklamak için konuşmalıydım ama sevgi ve kayıp duygularının yoğunluğu nedeniyle konuşamıyordum.

Umarım ruhsal alemle ve sevdiklerimizin diğer tarafta var olmaya devam ettiğiyle ilgili bu tablodan herkes kendine göre olumlu bir şeyler çıkarabilir. □



Gemiler ve İnsanoğlunun Yazgısı

Cüneyt Gültakın

TOPRAĞIN üzerine kurulan barınağın deniz üstüne yansımalarıdır gemiler. Bir çadırıdır, evdir. Deniz ana, zaten toprak ana gibidir; çocuklarını yaratır, besler ve büyütür.

Deniz ana toprak anadan daha zorludur ama, daha oynaktır, daha yoklayıcıdır, uyanıklık ve beceri ister insanoğlundan. Denizin üstünde kalmak çaba ister, direnç ister. Deniz ve gemi insanı eğitir, olgunlaştırır, yeni görevlere hazırlar. Büyük uygarlıklara baktığımızda ya bir deniz kıyısında ya büyük bir ırmağın ovasında kurulduğunu görürüz. İnsanların taşla ilişkisinin hemen yanında suyla, gemiyle olan ilişkisine tanık oluruz.

Gemileri yapmak da suda yürütmek de büyük beceri gerektirir. Gemi yapımı ve onun suda yürütülmesi insan zekasını ve kas gücünü gerektirir. Bir kente yapılacak tapınağın getirdiği toplumsal ve bireysel hareketlilik neyse bir gemininki de odur. İnsanlar doğayla, kendi özülle bir savaşıma girer, yorucu bir emek, zeka etkinliğinden sonra ödülünü alır. Gerçek ödülse kendi varlığını geliştirmesi, içindeki güçleri dışarı çıkarıp somutlaştırmasıdır.

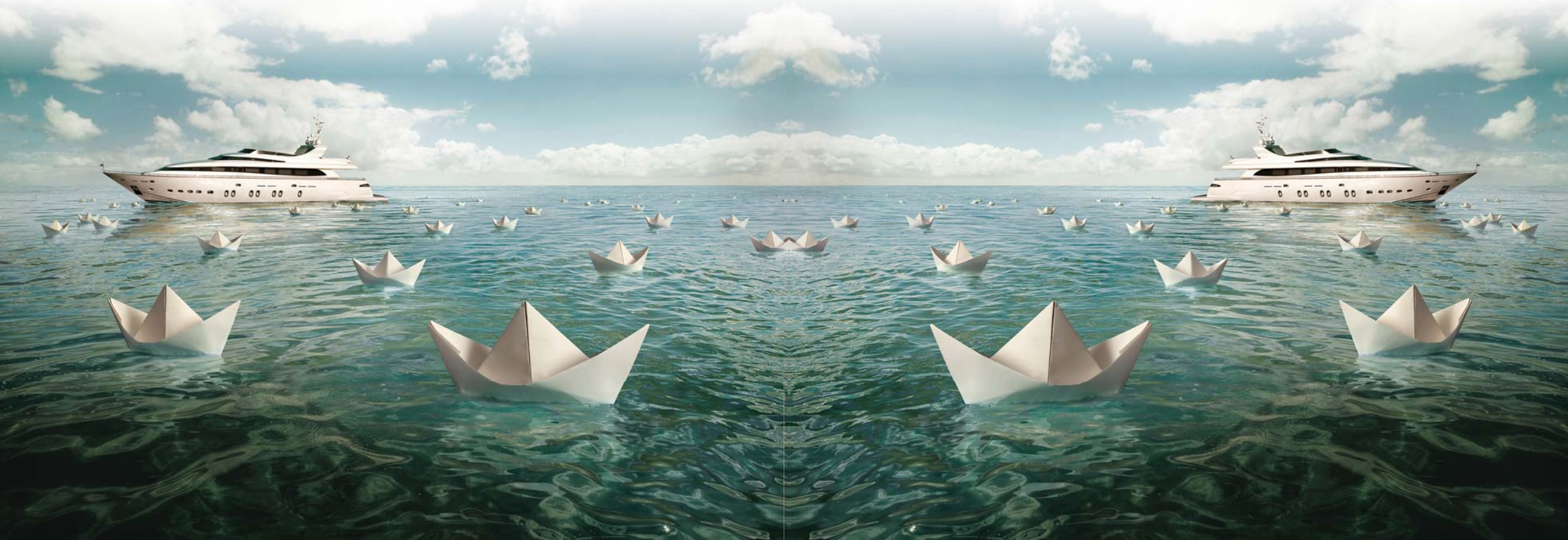
İnsanoğlunun denizdeki evi olan gemiler insan için varlığını geliştirme, toplum için uygarlık sınavıdır. Kimi zaman toplumun geleceği anlamına gelir. Göç yolu kimi zaman engin denizlerdir. Buradaki serüvenler toprak üstündekiler gibi insan ruhunda köklü ve kalıcı izler bırakmıştır. Batan kıtalardan kaçan insanlar, Atlantis ve Mu insanları kendilerini okyanusun ortasında bulmuşlar, bu deneyimleri yaşamışlardır.

Nuh tufanı da insanın düşünce evreninde iz bırakan gemi hikayelerinden biridir. İnsanlığın ve öteki canlıların sığınağı olan büyük bir gemi karşımıza çıkar. Nuh'un gemisi kadim uygarlıklardan bugünkü insanlığa gönderilmiş bir mektuptur. Bu eski hikaye ile gelen sembollerini çözmeli, dersimizi almamızdır.

Tanrı, Nuh'a bir gemi yapmasını, yaşayan bütün hayvanlardan birer (ve bazılarından yedişer) çift almasını emreder:

Kendine gofer ağacından bir gemi yap. İçini dışını ziftle, içeriye kamaralar yap. Gemiye şöyle yapacaksın: Uzunluğu üç yüz, genişliği elli, yüksekliği otuz arşın olacak. Pencere de yap, boyu yukarıya doğru bir arşını bulsun. Kapıyı geminin yan tarafına koy. Alt, orta ve üst güverteler yap. Yeryüzüne tufan göndereceğim. Göklerin altında soluk alan bütün canlıları yok edeceğim. Yeryüzündeki her canlı ölecek. Ama seninle bir antlaşma yapacağım. Oğulların, karın, gelinlerinle birlikte gemiye bin. Sağ kalabilmeleri için her canlı türünden bir erkek, bir dişi olmak üzere birer çifti gemiye al. Çeşit çeşit kuşlar, hayvanlar, sürüngenler sağ kalmak için çiftler çiftler sana gelecekler. Yanına hem kendin, hem onlar için yenebilecek ne varsa al, ilerde yemek üzere depola. (Tevrat, Yaratılış)

Sümer, Maya, Uygur gibi toplumlarda aynı hikaye anlatılır,



hepsinde de tanrıların insanlar üzerindeki çalışmalarının bir dönümü, bir dönem sonu vurgulanır. İnsan yeryüzünün su varlığıyla sınılanır. İnsanoğlundan yeni bir söz alınır. İnsan gemisini, inancını kendi gereksinimlerine göre en uygun biçimde oluşturmalı, içine yeryüzü canlarını, varlıklarını almalı ve onların besinini, gerekli olan bilgileri de unutmamalıdır. Büyük fırtınalar hep olmuştur, olacaktır, insanoğlu kutsal bilgileriyle bu felaketleri aşacaktır. Tanrı okulunun sürekliliği esastır.

Şimdi gözlerimizi kapatıp yaklaşık üç bin yıl önceye, M.Ö. 1400'lere gidelim. Bugünkü Fethiye, o zamanki Likya kıyılarındayız. Sedir ağacından yapılmış bir yük gemisinin yaklaştığı görüyoruz. Güneşin güçlü

aydınlığında Ege Denizi'nin serin rüzgarını alnımızda duyuyoruz. Gemi 15 metre uzunluğunda ve 5 metre genişliğinde, ortasındaki direğe büyük bir bez yelken bağlanmış. Büyük olasılıkla Mısır, Filistin, Kıbrıs rotası üzerinden Ege'ye giriş yapmış.

Bu ilginç gemi Mısır'dan Luvi Limanlarına doğru ilerleyen bir yük ve ticaret gemisiydi. Yolculuğun sonuna geldiklerinin düşünen gemiciler sürpriz bir fırtına ile alabora oldu. Gemi, bugünkü Kaş ilçesinin 8,5 kilometre güneydoğusunda mürettebatıyla ve değerli yükleriyle Likya mavisinin derinlerinde kayboldu.

Bronz Çağının

başlarında batan bu yük gemisi, o zamanın ticaretini, kültürlerini günümüze taşıdı. 1982 yılında bir sünger avcısı gemiyi bulduktan sonra Türk ve Amerikalı sualtı arkeologları kazı çalışmalarına başladılar ve geminin insanlık tarihinin en eski batığı olduğu belirlendi. Gövdesinden alınan örnekler geminin Mısır sahillerinde, sedir ağacından yapıldığı kanıtladı. Gemi hammadde olarak kullanılacak cam külçeler, Mısır sahillerinde yetişen Abanoz ve Sedir ağaçları taşıyordu. Ayrıca kesilmiş ve tam kesilmemiş halde fildişleri, Mısır kıyılarından getirilmiş su aygırı dişleri, vazo yapımında kullanılan deve kuşu yumurtaları ve müzik aleti yapımında kullanıldığı tahmin edilen kaplumbağa da vardı. Bunlardan başka Kıbrıs'ta üretilmiş seramikten yapılmış kandeliler, altın gümüş takılar, bir altın kadeh, boncuklar ve altından yapılmış fayanslar, kozmetik kutuları, bakırdan yapılmış kap kaçaklar, su aygırı dişinden yapılmış bir borazan ve nerede kullanıldığı bilinmeyen daha birçok ürün ve tunç aletler... Gemide yiyecek olarak taşınan mallar da vardı. Bunlar badem, üzüm, sumak, incir, zeytin, buğday ve arpa tohumuydu.

Gemi ve insan birlikteliği destanlarla da sürüp gider. Bunun bir yansıması Homeros'un Odesa destanıdır. Kahramanımız Odessus'un serüveni insanoğlunun kutsala karşı eylemlerinin kendisine hangi bedelleri getirdiğini göstermesiyle dikkat çekicidir. Gemi topraktaki evin yerini alırken bir yandan da onu karısından ayıran bir mekan, bir kader olarak karşımıza çıkar.

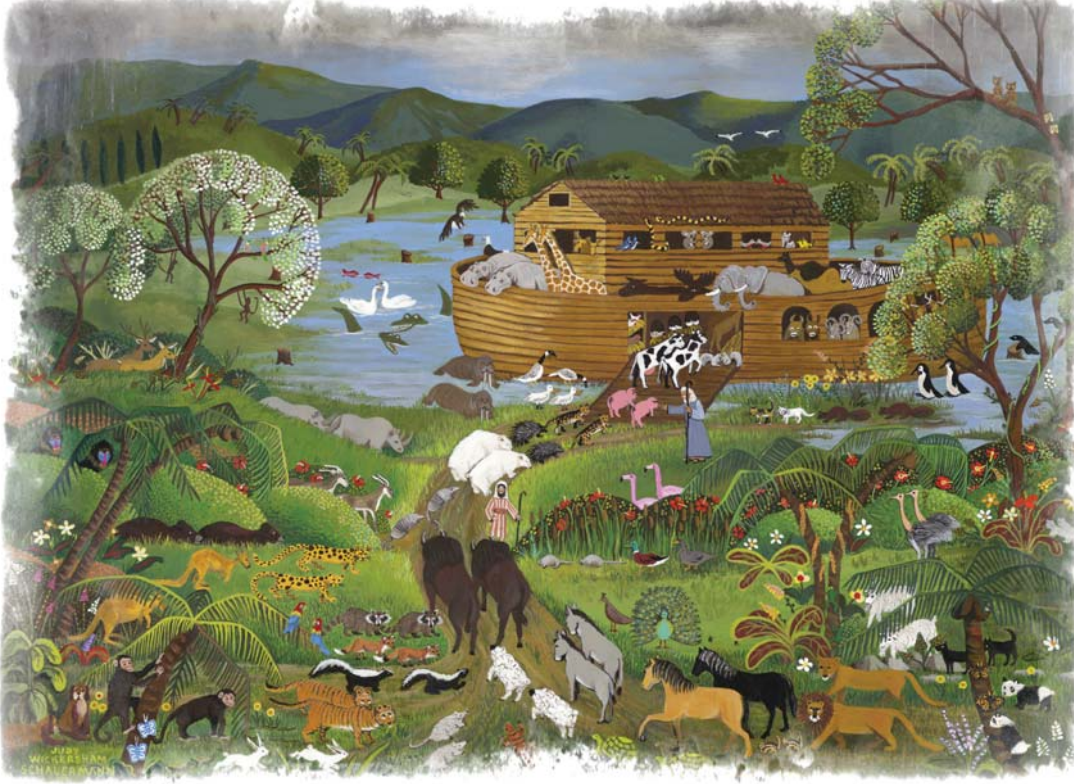
Akha yiğitleri belli süreler ve serüvenler geçirerek yurtlarına

döndüler. İçlerinden çoğu öldü, bazıları evlerine dönebildi. Sadece Odessus bir türlü evine dönemedi ve bir on yıl daha denizlerde süründü. Truva Savaşında Odessus, Truva şehrine dehlizlerden gizlice girerek, şehri koruduğu düşünülen Athena'nın bizzat büyülediği bir heykeli (Palladium) çalarak Agamemnon'a sunmuştu. Odessus'un başındaki diğer lanetler; Truva Savaşı sırasında tuzak kurarak Palamedes'in taşlanarak öldürülmesi ve Rhesos'u uyurken atları için katletmesi diğer yaptıklarıdır. Ayrıca, Poseidon'un oğlu olan dev kiklop¹ Polyphemus'un tek gözünü kör etmesi de başlı başına bir lanetti. Tüm bu lanetler Athena ve Poseidon tarafından kendisine türlü belalar şeklinde yollandı. Ama sonunda Odessus 20 yılını evinden ayrı geçirdikten sonra lanetler Zeus tarafından kaldırıldı ve Odessus sevgili karısına kavuşabildi.

Truva savaşından bin yıllar sonra yaşanan Çanakkale deniz savaşlarını anımsamamak elde değil. Gemi bu kez karşımıza bir ölüm makinesi olarak çıkıyor. İngiltere ve Fransa, çoğunluğu sömürge ülkelerinden topladıkları askerleri, dev savaş gemilerine doldurmuş, Çanakkale'ye varmışlardı. Daha savaş başlamadan savaşı kaybeden Türk tarafınınsa elinde son bir kozu vardı: Nusrat mayın gemisi... Anadolu bu küçük gemi elinde kalmış son 26 mayını kara sulara bıraktı. Bu kez Akha orduları yenilmişti.

Çanakkale'deki karanlığın devleri sulara gömülmeden üç yıl önce ünlü

¹ Kiklop, Yunan mitolojisinde alınlarının ortasında tek gözleri bulunan devler. Poseidon ile doğa ruhları'nın oğulları. RM



yolcu gemisi Titanik insanlık tarihinde büyüklüğü ve acıklı sonuyla önemli gemilerden biri olmuştu. İnsanların hırs ve umut duygularıyla sınılandığı bir yazgısı vardı lüks yolcu gemisinin.

White Star Denizcilik Şirketi, yüksek kazanç sağlayan Kuzey Atlantik hattında piyasayı ele geçirmek istediği için büyük gemiler yaptırdı. Ancak şirket, gemilerin hızı açısından rakibi Cunard Line'la yarışamadı. Bu nedenle daha büyük ve lüks gemiler üzerinde yoğunlaştı, böylece zengin ve ünlü insanlara seslenebilecekti. Ama Titanik, başka bir amaca da hizmet edebilirdi. 1900-1914 yılları arasında her yıl yaklaşık 900.000 göçmen Amerika Birleşik Devletleri'ne giriş yapıyordu.

Gemi şirketlerinin en büyük gelir kaynağı, bu yeni bir yaşam umudu ardında koşan göçmenleri Avrupa'dan Birleşik Devletler'e taşımaktı.

Birçok insan Titanik'in hikayesinde birleşti, ironik biçimde basında "batmayan kale" anlatımıyla yer alan gemi okyanusun soğuk sularına Atlantis gibi gömüldü.

İnsanoğlunun yeryüzü sınavının bir parçası olan gemiler üzerindeki serüven bitmez. Önemli olan tüm yaşamaların, emeklerin, yaratmaların sonunu görebilmek; bu bilgiyle, idrakte yeryüzünü huzurla bırakıp gitmektir. Geride kalanın bizim izimizi takip edenlere yol göstermesi büyük bir mutluluktur. □

BİLYAY VAKFI, MTİA DERNEĞİ VE RUH VE MADDE YAYINLARI FACEBOOK'TA!



Değerli Okurlarımız,
Bugüne kadar BİLYAY Vakfı ve MTİA Derneği olarak, merkezimizdeki konferanslar, Bilyay Akademi seminerleri, diğer özel çalışmalarla sizlere ulaşip Ruh ve Madde Dergisi ve yayınladığımız kitaplar aracılığıyla sizlerle hep iletişim içinde olduk.

Artık günümüz etkili iletişim araçlarından interneti ve sosyal paylaşım sitelerini kullanarak da bize ulaşip duyuru, etkinlik ve taze haberlerimizi takip edebileceksiniz.

Böylece, sizlerle var olan iletişimimizi daha yakın ve sürekli bir hale getirip dilek, öneri ve beklentilerinizi öğrenme şansımız olacak.

Dilerseniz internetteki facebook gruplarımızı

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

<http://www.facebook.com/groups/bilyay/>

THE DIVINE ORDER AND THE UNIVERSE

<https://www.facebook.com/pages/The-Divine-Order-and-the-Universe/290702101086360>

RUH VE MADDE KİTAP KULÜBÜ

<http://www.facebook.com/groups/205985712775099/>
adreslerinden ziyaret edebilir, ÜYE olabilirsiniz.

Bu gruplarda periyodik olarak anketlerimiz, ödüllü sorularımız ve bazı sürprizlerimiz de olacak. Katılımızı bekliyor, ilginize teşekkürler ediyoruz.



Ruh ve Madde
Yayınları

Marie ve Hasan: Bir Regresyon Terapisi Hikayesi

Hasan Sonsuz Çelikleş

2. Bölüm

GÜNDÜZLERİ rahibini görse bile, geceleri “abla”nındı ve “abla” da artık onundu. Marie büyüdükçe ve geceler geçirdikçe, ürkekliği geçmeye başlamıştı. “Abla”nın sevgilisi olmak, onun o gücünden yararlanmak hoşuna gitmeye başlamıştı. Korkusu artık sahip olma dürtüsüne dönüşmüştü, özellikle de güce sahip olmaya... Güce sahip oldukça kimse sana yaklaşmıyor ve dokunamıyordu. Güç, “abla”daydı ve o güce sahip olmak için “abla”nın her dediği yapılmalıydı.

*
* *

Küçük Hasan, top oynamayı çok seviyordu. Futbolu izlemeyi de... Bir gün babası Milli Piyango biletini kontrol ederken, Fenerbahçe’ye çıkmış büyük ikramiye dediğinde, Fenerbahçe adını sevmişti ve böyle de bir futbol takımı olduğunu bildiği için soranlara artık “Ben Fenerbahçeliyim” diyordu. Zaten en sevdiği renk maviydi... Günlerden cumaydı ve ilkokulda merdivenlerden yukarı çıkıyordu. Burak yanına geldi ve “Sen artık Fenerbahçeli değilsin, Beşiktaşlısın. Tamam mı?” dedi. Hasan, korktuğu Burak’a yaranma arzusuyla “Evet, artık Beşiktaşlıyım” dedi ve o günden itibaren Beşiktaşlı oldu. İşin ilginç böyle başladığı Beşiktaşlı olma serüvenini çok ama çok sevdi. Hatta aradan yıllar yıllar geçti. Bir gün kahvede Beşiktaş maçını izlerken, küçükken onun boynuna yapışan, korktuğu Burak’la yanyana düştüler, ta ilkokuldan beri ilk defa... “Aha beni Beşiktaşlı yapan adam burada” deyip sarıldı hayatını bu kadar etkilemiş ilkokul arkadaşına. Sonra birlikte Fenerbahçe maçını izlediler. O gün cidden tarihi bir gün olacaktı ve Beşiktaş, Fenerbahçe’yi Kadıköy’de 4-3 yenecekti. İki Beşiktaşlı arkadaş, her golde birbirlerine sarılacaklardı...

*
* *

Marie çıldırıyordu. Nasıl yapardı böyle bir şeyi ona. Nasıl yapardı! “Abla” nasıl olur da “artık senden sıkıldım” deyip, yeni gelen küçük kızlardan birisini

kendine sevgili yapardı. Bu kadar kolay mıydı ha kolay mıydı! Öfkeden yanıp kuduruyordu Marie... Ne yapacağını bilmiyordu, ama bir şeyler yapmalıydı mutlaka, mutlaka...

Aradığı çözüm hiç beklemediği bir kişiden geldi: Başrahipten. Başrahibi hep sevmişti, ona hep yakın davranmıştı. “Sende büyük potansiyel görüyorum” demişti rahip ona, “zamanı geldiğinde anlayacaksın” diye de devam ederdi cümleleri. Marie sevinerek kabul ederdi bu cümleleri, fakat ne anlama geldiğini bilmiyordu... Bir gün öfkeden yanıp kudururken başrahipten karşılaştı. Rahip onun yüzündeki ifadeyi gördüğünde hiçbir şey söylemedi ve onu kuytu bir köşeye çekti. “Bu akşam, hazır ol, kimseye bir şey anlatma sakın,” dedi. Marie’nin de anlatmaya niyeti yoktu zaten, önemli bir şeylerin arifesinde olduğunu hissediyordu...

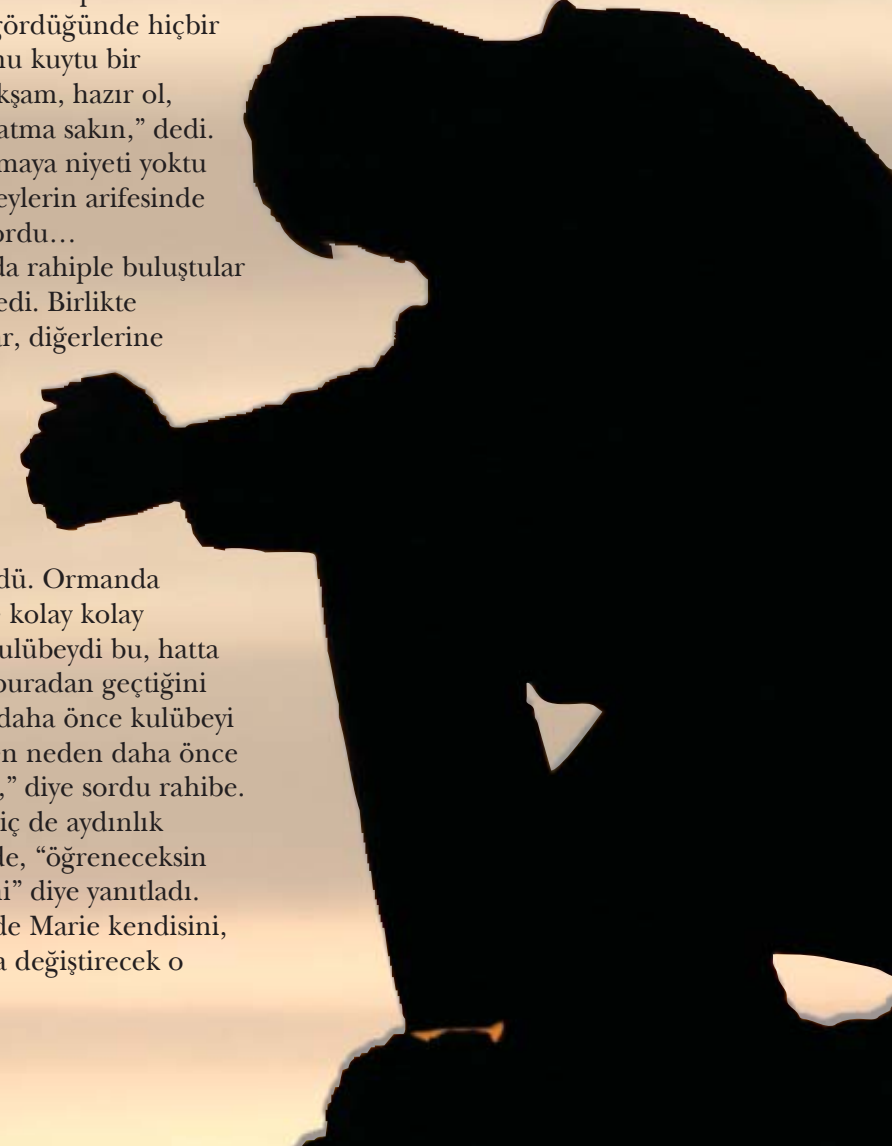
Akşam olduğunda rahiple buluştular ve “Benimle gel” dedi. Birlikte manastırdan çıktılar, diğerlerine “Kasabada hasta birileri varmış, ona yardıma gideceğiz,” dediler. Rahip onu ormanın içinde bir kulübeye götürdü. Ormanda gezen birisinin bile kolay kolay bulamayacağı bir kulübeydi bu, hatta Marie birkaç kere buradan geçtiğini hatırlıyordu, fakat daha önce kulübeyi fark etmemişti. “Ben neden daha önce görmedim ki bunu,” diye sordu rahibe. Rahip gülümsedi hiç de aydınlık olmayan bir biçimde, “öğreneceksin merak etme hepsini” diye yanıtladı.

İçeri girdiklerinde Marie kendisini, yaşamını tamamıyla değiştirecek o

mekanda bulmuştu. Duvarlarda türlü türlü şişeler, ne olduğunu bilmediği garip garip maddeler, ortada tahtadan bir masa ve yine yüksekçe bir masa daha vardı. Marie az sonra karanlık büyüye dair ilk bilgilerini almaya başlayacaktı.

*
* *

Aradan çok uzun yıllar geçmiş; küçük Hasan artık büyümüş, evlenmiş, iki de çocuk sahibi olmuştu. Artık bir yazardı ve ruhsal konularda yazıyordu. Küçüklüğünden beri içinde taşıdığı bazı sıkıntılarının farkındaydı ve bunlara



çözüm arıyordu. Nedeniz korkularının, kontrol edemediği öfkesinin, içinde var olduğunu bildiği karanlığının, gücü gördüğünde hissettiği ona yaranma arzusunun... Kendini tanıma yolculuğuna başladığı yıllardan itibaren sayısız çalışmanın içinde yer almış ve içindeki birçok düğümle de yüzleşmişti. Fakat özellikle merak ettiği bir çalışma vardı ki buna regresyon adı veriliyordu. Hasan, hipnozla geçmiş yaşamlara götürülme olarak düşündüğü bu çalışmayı deneyimlemeyi çok arzuluyordu. Evet, ruhsal yolculuğu esnasında nice geçmiş yaşamını hatırladığını hissetmişti, fakat peki ya o zamanlara hipnozla geri döndürülme nasıl bir deneyim olacaktı acaba? Yalnız konu hipnoz olduğu için, kiminle çalışabileceğine bilemiyordu bir türlü; çünkü hassas ve önemli bir konu olduğuna inanıyordu bunun.

Aradan zaman geçti



derken güvenebileceğini sezdiği birisiyle tanıştı ve tanıştıktan iki sene sonra da artık çalışmaya başlamaya hazırlardı...

Terapiye başlamadan önce Terapist Hasan'a bu çalışma hakkında uzun uzun bilgiler verdi. Regresyonun hiç de öyle hipnozla geçmiş yaşamlara götürme çalışması olmadığını, hele ki ben geçmiş yaşamlarımı merak ediyorum da hadi gidelim şeklinde yapılmadığını altını çizdi. "Her danışanın yapısı farklıdır ve her danışan için farklı teknikler uygulanır. Hipnoz da şart değildir. O gerekiyorsa kullanılan tekniklerden birisidir sadece. Ben karşıma gelen kişinin önce yapısını anlamaya çalışırım. Onu dinlerim, sonra onun sorununa en uygun tekniği kullanırım. Öyle herkes de geçmiş yaşamına gidecek diye bir durum söz konusu değildir. Eğer sorunun kökeni bir geçmiş yaşamsa, evet gideriz oraya. Fakat kişi dirençliyse bu konuda, bu da kolay olmayabilir. Kimisi ise hazırdır ve hemen girer o hayata. Kimisi ise hiç geçmişe gitmez de bu hayatında çocukluğundadır sıkıntısı ve oraya gideriz. Herkese özgün bir çalışmadır regresyon," diye kısaca özetlenebilecek ama en az bir saat süren bir ayrıntıyla anlattı çalışmasını Terapist. Ayrıca bu çalışmaya Dünya çapında sertifika veren kuruluşlardan ve Batı'da bu konunun ne kadar ciddiye alındığından ve kendilerinin de öğrencilerini çok sıkı eğitimlerden geçirdiklerinden bahsetti.

"Öyle herkesi kabul etmeyiz, ön elemelerden geçiririz, sonrasında uzun bir eğitim süreci vardır, sonra bize vaka örnekleri sunarlar, ancak öyle regresyon terapisi yapma sertifikası

alabilirler. Biz de onlara danışanları yönlendiririz. Bu çok değerli bir çalışma, fakat gerçekten hakkıyla yapabilen çok az kişi var. Hiçbir eğitimi olmayan kişiler de ben regresyon yapıyorum diye ortaya çıkabiliyorlar, fakat bu çok riskli. Karşınıza öyle vakalar geliyor ki değil onu düzeltmek daha beter edip bırakabilirsiniz. Benim şahsen 3000'den fazla vakam oldu ve neler nelerle karşılaştım. Ben onlarla çalıştım ve çalıştıkça da ben de çok değiştim ve geliştim. Birbirimize çok şeyler kattık danışanlarımızla... Fakat bu ara artık danışan kabul etmiyorum çünkü yetişemiyorum taleplere. Bu yüzden öğrencilerime yönlendiriyorum onları. Bu yüzden adımı vermezsen sevinirim eğer bu çalışmayı anlatmayı düşünürsen," diye devam etti Terapist sözlerine. Bu konuşmalardan sonra artık hazırlardı başlamaya...

*
* *

Küçük ve ürkek Marie, artık korkulan ve gittikçe güçlenen bir "Abla"ya dönüşmeye başlamıştı yeni öğrendiklerinin de etkisiyle... Gün geçtikçe manasturdaki kızlar üzerindeki egemenliğini arttırıyordu ve zaten eğitimci Başrahibin kendisi olduğu için, ona karşı koyabilecek bir kişi de yoktu. Başrahip, zamanında gezgin bir çingeneden öğrendiği bu karanlık ilme dair bildiği her şeyi öğretiyordu öğrencisine ve öğrencisinin çok daha ötelere gideceğinin farkındaydı... Marie'nin içinde, gücünü aldığı karanlık gittikçe yoğunlaşıyordu ve yoğunlaştıkça gücü daha da fazlalıyordu. Artık korkulan, güçlü birisiydi ve bundan çok keyif alıyordu ve de alınması gereken bir intikamı vardı... Ki fena halde de

aldı. "Abla"nın canına okudu Marie. Önce ona rakip oldu, sonra bertaraf etti ve sonra da onu yeryüzünden sildi. "Abla"yı yaşayan bir ölüye çevirdi. Kız artık hangi dünyada olduğunun farkında bile olmayacaktı ve üzerinde öyle çalışmıştı ki Marie, bu durum "Abla" ölüp de bedeninden ayrıldığında bile değişmeyecekti...

*
* *

Çalışmaya başlamadan önce sormuştu Terapist: "Biz regresyon çalışmasında belli bir sorunu ele alır ve onun üzerine gideriz. Seninle neyin üzerine çalışmamızı istersin?" Hasan da ilk seansta "Öfke ve korkularım için çalışalım, şu anda karnımda bir yoğunluk hissediyorum, oradan hareket edelim mi?" demişti. İlk seansın da bu konu üzerine döneceği düşünülürken bambaşka bir durum ortaya çıkmış ve çözülmüştü. Kendisine ait olmayan anıları kendisininmiş gibi zannettiği çünkü enerji alanında başka bir enerjinin olduğu ve onunla vedalaşması gerektiği gibi bir senaryoyla karşılaşmışlardı. Bu vedalaşma onu çok rahatlatmıştı, fakat öfke ve korku hali hafiflemekle birlikte devam ediyordu içinde...

İkinci seans için Terapistinin karşısında otururken karnı ağrıdan kıvranıyordu artık Hasan'ın. Resmen ağlayacaktı acıdan... "Bu sefer ilişki kalıplarım üzerine çalışalım. Neden hep benzer insanları kendime çekiyorum. Neyi göremiyorum? Neden hayatımda hep baskın karakterler etkin? Bunun üzerine çalışalım lütfen," dedi ve Terapist de çalışmaya başladı. İlk birkaç dakikadan sonra Hasan yerde uzanmış yatıyor ve bağırıyordu hızlı hızlı nefes alarak...

“Doğuruyorum ben doğuyorum ve canım çok yanıyor...”

*
* *

Marie çılgık çılgılaydı. Canı inanılmaz yanıyor. Birkaç rahibe onun başındaydı ve bu “günah çocuğu”nun gelmesine yine de yardım ediyorlardı. Manastırda bir rahibe doğuruyordu ha! Zaten inanılmaz olan bu sahne, az sonra yaşanacaklarla daha da kararacaktı. Marie son bir büyük çılgık attı ve içinden bir parçanın dışarı çıktığını hissetti. Rahibeler dışarı çıkamıyordu müthiş bir korkuyla bakmaya başladılar. Kimse bebeği eline almıyordu. Dualar edip haç çıkarıyorlardı. Herkes müthiş korku içindeydi ve sonra kaçmaya başladılar. Marie masada bacakları açık biçimde yatıyordu, göbek kordonu bile kesilmemiş bebeğiyle birlikte...

*
* *

“Babası olan rahibi görüyorum bir ara ama sadece bir ara. Artık hiç gücüm yok,” diyordu Hasan, yerde halsiz bitap yatarken çalışma esnasında. Birebir yaşamıştı o anı ve o doğumu ve şimdi de ölümü yaşıyordu. “Canım gidiyor, gidiyor, gidiyor...” derken bedeninde müthiş bir gevşeme oldu ve Terapistin odasındaki halının üzerinde kendini salıverdi hepten...

*
* *

Marie ölmüştü. Bedeninden ayrılmıştı, çok hafiflemiş ve rahatlamıştı. Fakat halen o dünyayı izliyordu. Kendi bedenine baktı, sonra da bacaklarının arasında yatan yaratığa...

*
* *

Terapist “Hadi istersen biraz daha öncesine gidelim bu olayların, anlatsana bana neler görüyorsun?” diye sora sora yönlendiriyordu Hasan’ı. Hasan da anlatıyordu Marie’nin hikayesini ayrıntılarıyla... “Sonra bir gün pederi yakaladım odasında... Benden hoşlandığımı biliyordum, yıllar geçmişti aradan ve benim ona ilgimle onun bana ilgisi kesilmişti. Elbette o bir Tanrı adamıydı, harekete geçemiyordu. Biraz dürtülmesi lazımdı ve ben de ona tecavüz ettim,” diye anlatıyordu Marie, Hasan aracılığıyla... Dördüncü seferki birleşmelerinde ise hamile kalmıştı Marie ve çok karanlık bir çalışma yapmıştı bebeği üzerinde... Onun kendisi gibi güçsüz olmasını istemiyordu ve bu yüzden “Karanlık Ejderha” denen bir büyüyü yapmıştı çok ama çok güçlü olması için... Fakat bu büyüün büyük riskleri de vardı ve nitekim de çocuğu deforme etmişti; onu canavarlaştırmıştı ve bu da Marie’nin ölümüne sebep olmuştu...

*
* *

Ölümü de rahatlatmamıştı Marie’yi ama... Evet hafiflemişti, ama dünyaya da hapsolmuştu. Öldüğünü hissediyor ama bir türlü geçişi yapamıyordu. Karanlık bir kafes içinde kapalı gibiydi. O manastırdan çıkamıyordu bir türlü...

*
* *

“Bak bakalım, öldüğünün farkında mısın?” diye sordu Terapist. “Farkındayım ama bir türlü çıkamıyorum ki ölümsüz olma adına bir çalışma yapmışım ve o da beni buraya hapsetmiş. Hareket bile edemiyorum,” diye yanıtladı Hasan.

*
* *

“Artık bitti, bu geçmişte kaldı. Sen artık öldün ve rahatlayabilirsiniz. Bütün bunlar bitti. Hadi artık buradan çıkabilirsiniz,” diyen bir ses duydu Marie. Nereden geldiğine dair hiçbir fikri yoktu o sesin fakat sesi duydukça hafiflediğini hissetmeye başladı. Üzerindeki betonlaşmış karanlık blok açılıyordu yavaş yavaş ve içeri ışık girmeye başlıyordu gittikçe. Derken karşısında “Abla”yı gördü. Harap bir haldeydi, toparlak olmuş duruyordu. Değil öldüğünün, çevresinin bile farkında değildi. Az sonra aynı ses ona seslenmeye başladı. O da hafiften hareketlendi ve daha da fazla, daha fazla. Sonra annesini ve babasını gördü Marie, sonra da başrahibi ve rahibi... Birazdan hepsi birden parlak ışıklar saçan varlıklara dönüştüler. Üzerlerindeki ağırlıklar gitmişti... Senaryo tamamlanmıştı. Artık selam vermeye hazırlanan oyuncular gibilerdi. Birbirlerinin kim olduğunu görüyorlardı, yüzlerinde başarmanın verdiği mutluluğun ifadesi vardı. Harika bir senaryo yaşanmıştı ve artık hepsi gitmeye hazır. Yavaş yavaş hepsi birer birer kaybolurken, Marie’nin kulağına bir davul sesi gelmeye başladı...

*
* *

“Şimdi sana davul çalacağım ve bu davul sesi süresi boyunca da artık onunla vedalaşacaksınız, Hasan. Artık bu senaryo tamamlandı. Senin de onunla vedalaşma vakti geldi. Hadi bakalım, başlıyoruz...” deyip vurmaya başladı Terapist elindeki şaman davuluna...

*
* *

Marie bir anda kendini bir başka bedende buldu. Bir erkek bedeniydi

bu. Nasıl olduğunu bilmiyordu ama ona bağlı olduğunu hissediyordu ve hatta ona düğümlemişti... Davulun ritmi eşliğinde ondan ayrıldığını hissetmeye başlıyordu. Adım adım ayrıldı o bedenden. Önce karnından çıktı, sonra yavaş yavaş tüm bedenden... Arkasına dönüp baktığında karşısında uzun boylu, iri bir adam bedeni gördü. Yerde halıda uzanmış yatıyordu ve başında bir adam elindeki davulu ona çalıyordu. Davulun sesi büyülü gibiydi ve Marie’nin parçaları o bedenden ayrıldıkça, yerdeki beden titriyordu. Marie bir anda kim olduğunu anladı. O bir başka bedendeki kendisiydi...

*
* *

Hasan’ın yerde titremeleri bitmişti. Tepesinde ona bakan kadını hissediyordu. O kadın kendisi olduğunu biliyordu. Bugüne kadar birçok geçmiş yaşamını gördüğümü düşünmeme rağmen, senin varlığını hiç hissetmemiştim. Beni bu kadar etkilediğini bilmiyordum. Ama artık tamamlandı Marie. Huzura kavuşabilirsin, huzura kavuşabiliriz. Bitti dedi ve Marie ile olan son bağları da koptu... Marie de ona son bir kere baktı ve kaynağına gitti...

Hasan gözlerini açtı ve üzerinde müthiş bir hafifleme hissediyordu... Terapistine baktı ve dudaklarından şu kelimeler döküldü: “Vay be! Bu neydi böyle...”

*
* *

Çalışmanın ardından Terapist ile oturup yaşananları değerlendirmişlerdi. “Çok ilginç çünkü öncelikle çıkanlar kurban rolündeki hayatlar olur. Fakat burada

hem kurban, hem gölge hayat ikisi birden çıktı ve senin hayatını ne kadar etkiliyormuş bu geçmiş hayatın..." dedi Terapist.

Zaten çalışma esnasında da o hayatla bu hayatındaki bağlantıları görmüştü Hasan. Hatta bazen yazdığı yazılarda bile "Karnımda karanlık bir ejderha var sanki" ifadesini kullandığını söyledi Terapist, "fakat bunun gerçek anlamıyla böyle olabileceğini düşünmemiştim," diyerek güldü. Yaşadığı korkunun, öfkenin, güç arzusunun, güçlü olana yaranma arzusunun, karanlığa olan yatkınlığının ve sürekli olarak hayatına baskın karakterler çekmesinin temel sebepleriyle bir anda karşılaşmıştı o...

Karşılaşıp yüzleşmek de tıkalı olan düğümleri açıyordu. Bu noktada terapist ise bu bilgiyi danışanın hayatında nasıl bir yeniden çerçeveleme yapacağı konusunda yönlendirme açısından çok önemliydi. "İsteyen herkes geçmiş yaşam görebilir, fakat bununla ne yapacaksın? Eğer bu bilgiyi alıp, danışan için değerlendirebiliyor ve onun sorunlarını çözmeye yardımcı olabiliyorsam tamam. Ama yok ben sadece geçmiş hayatımda kimdim diye bakıyorsan, bunda ben yokum, ben öyle kişilerle kesinlikle çalışmam çünkü bunun bir faydası olmaz kişiye... Ayrıca kazdıkça çıkar, kazdıkça çıkar yeni yeni yaşamlar. Önemli olan bugününe ne faydası oluyor. Seninle birkaç kere daha çalışacağız ve gittikçe daha hafiflediğini hissedeceksin. Üzerindeki ağırlıkları kaldıralım ki bu dünyada daha rahat hareket edebilesin ve yapmak istediklerini daha kolay gerçekleştirebilesin. Ama şunu da bil ki yolculuk sürüyor ve her

zaman yeni düğümler karşına çıkabilir, çözülmesi ve böylece senin gelişmen gereken. Bu şekilde yaşıyoruz aslında bir yandan dünyayı... Böyle geliyoruz bizler. Ruhsal gelişim demek, ruhun gelişmesi anlamına gelmiyor bu arada. Ruh zaten gelişmez ki, o muazzam bir şey. Bizler bu çalışmalarla kendi beyin ve sinir sistemimizi geliştiriyoruz ki dünyada ruhu daha fazla hissedip yaşayabilelim. Ruhsal gelişim dediğin bundan ibarettir. Bedenimizin ruhu daha fazla hissedebilme kapasitesini artırmak çabası... İşte ben regresyonu bunun için kullanıyorum..."

*
* *

Sabah saat 07:00'de açıldı gözleri Hasan'ın... İçinden bir ses dün yaşadıklarını yazması gerektiğini söylüyordu ona. Belki de Marie'nin kendisiydi. Belki de hikayesinin bilinmesini, görülmesini istiyordu. "Sabahın bu saatinde kalkılır mı yahu," dedi Hasan içinden ve gözlerini kapattı. Fakat bir şey içinden onur dürtmeye devam ediyordu ve aniden yataktan fırladı. Hemen duşunu yaptı ve bilgisayarının başına geçti... Klavye sesi yankılandığında odada ekrandaki imleç şu satırın yanında yanıp sönüyor ve sonraki harfleri bekliyordu: "Marie, ailesi bir dağ köyünde yaşayan küçük bir kızdı..." □



İçinizdeki Çocuk Yaralanmış...

Nesrin Gökpınar

VAROLUŞ korkularımız ile içimizdeki çocuğun korkuları farklıdır. Varlığımız ölmek ve yok olmaktan korkar, içimizdeki çocuk ise yaşamaktan dışarı çıkmaktan ve hayata katılmaktan korkar. Biz çalışmalarımızda içimizdeki çocuğun dört temel korkusu ile uğraşırız, bunların hepsi de bir şekilde dünyaya geldiğimiz andan itibaren yaşadığımız travmalardan kaynaklanır. İçimizdeki yaralı çocuğun dört büyük korkusu vardır; baskı ve beklenti korkuları, reddedilme ve terk edilme korkuları, yeterli alana sahip olamama yanlış anlaşılma veya önemsenmeme korkuları, fiziksel ve enerjisel taciz veya şiddete maruz kalma korkuları...

Ben dışarı açılıp güven duyma konusundaki kendi korkumu incelediğimde hep bu dördünden biri ile karşılaştığımı gördüm ve birlikte çalıştığım insanlar içinde aynı şeyin geçerli olduğunu fark ettim. Bu korkular yaşamımızın bütün önemli alanlarında kendini gösteriyor: cinselliğimiz, yaratıcılığımız, kendimizi ortaya koymamız, hissedebilme becerimiz ve hayatımızdaki sevgili, dost, tanıdık ve otorite figürleri ile ilişki kurmamız. Ama durup bu korkuları hissedip çözümlenmek yerine, onlardan kaçmanın bir yolunu aramaya alışmışız.

Pek çok açıdan bakıldığında batı dünyasında yaşayan insanların yaşam tarzlarının büyük kısmı, korku hissetmeye karşı büyük önlemler alarak oluşuyor. Kendimizi koruma içgüdüleriyle sararak ölümle baş etmektan kaçıyoruz ve böylece beklenmeyene karşı ne kadar kırılabilir olduğumuzu da hissetmek zorunda kalmıyoruz. Aslında, bu düşünceler, kültürümüzün bize empoze ettiği şeyler. Bunlar ebeveynlerimiz, öğretmenlerimiz, dini liderlerimiz, politikacılarımız yani saygı duyup örnek aldığımız herkes tarafından bize devamlı olarak iletiliyor. Yaşama karşı müthiş bir güven duyulan bir ortamda yetiştirilseydik eğer, muhtemelen içimizde böylesine paniğe kapılmış bir çocuk olmayacaktık. Ben derinlemesine spiritüel, uyumlu bir ortamda yetişmiş olsaydım ve tüm şartlanmam varoluş ile yeryüzüne derin bir bağ üzerine kurulu olsaydı o kadar çok korkuya sahip olmamayı öğrenebilirdim. Ama durum böyle değildi, hatta çoğumuz için durum böyle değil.

İçindeki çocuktan herkes bahseder ama kimse onun ne kadar yaralı olduğunu söylemez. Hadi onun yaralandığını kabul edin ve onu iyileştirin... İyileşmek istiyorsak onu iyileştirmek istiyorsak; korkularımızla yüzleşmeliyiz -hepsiyle- ve başlangıç noktamız da yaralı çocuğun korkuları olmalı... □



Çalışma Açısından Savaş Üzerine Bazı Düşünceler

Maurice Nicoll

SAVAŞ, isteseler de istemeseler de, milyonlarca insanı kendi girdabına sürükleyen bir olaydır. Buna rağmen insanlar, özgür olduklarını zannederler. Bütün insanların hayatı, seçimlerinde özgür oldukları fikrine dayalıdır. Eğer bir insan açıkça mekanik olduğunu -yani özgür olmadığını- görebilirse, kavradığı şeylere dayanamaz. Dünya üzerindeki insanlığın 48 kanun altında olduğunu ve her bir insanın aslında 96 kanun hükmü altında olduğunu anlamak gereklidir. Yaratılış Işını'nı hatırlamazsanız ve parçanın bütünden daha fazla kanun altında olduğunu fark etmezseniz, ilk bakışta bunu görmek zordur. Buna rağmen, genel olarak dünya üzerindeki insanın birçok kanun altında olduğu gerçeği anlaşılabilir. Bazısı artan, bazısı azalan veya birbiri içinden geçen ve farklı kombinasyonlar oluşturan bu kanunlar veya tesirler, dünya yüzeyindeki insan varlığının dramalarını oluşturan olayları üretirler. Bir olay meydana gelmeden önce kişinin ondan özgür olduğunu düşünmek oldukça kolaydır. Fakat olay meydana geldiğinde durum farklıdır; sanki, mümkün olduğunca çok olasılığı kendi alanına sürüklemiş ve onlardan beslenmiş gibidir. İnsanlar ne düşündüklerini unuturlar. Olay onları, kendi tesir küresine çeker. Tamponlar ve kendini haklı çıkarma aracılığıyla olaya dalıp onun gücü altına girerler. Bir insan bir daha hiçbir savaşta asla dövüşmemeye karar verebilir. Dövüşmeyeceğinden emindir. Fakat davullar çalınıp savaşın dehşeti ve çılgınlığı başladığında ve kişi bunları görüp bunlar hakkında okuduğunda, bütün kararlarını unuttur. Sadece savaş ölçeğindeki olaylarda değil, sıradan günlük hayat ölçeğindeki olaylarda da bu böyledir. Çünkü olaylar çok farklı ölçekler üzerindedir. Örneğin, kolektif olaylar vardır, yani savaş veya devrim gibi bir ulusu veya ulusları karıştıran olaylar. Başka bir ölçek sonunda, sıradan insanın özel hayatını oluşturan küçük olaylar çemberleri vardır ve bunlar küçük tekerlekler gibi kendilerini sonsuzca tekrar ederek dönerler, yani bir insan kendisiyle mücadele etmeye ve kendini değiştirmeye başlamadıkça aşağı yukarı aynı şekilde dönerler. Kendi hayatından gerçekten memnun olmamasına

rağmen hiç kimse, varlık seviyesinin, kendi özel hayatını -yani tekrarlayan küçük olaylar çemberini- cebzettiğini görmez. Kolektif olaylar -milyonlarca insanı kapsayan olaylar da diyebiliriz- büyük tekerlekler gibidir. Fakat bir insanın hayatı, daha büyük ve daha küçük tekerlekleri olan muazzam bir makinede dönen küçük bir tekerlek gibidir; ve tüm bu büyük ve küçük tekerlekler, herkesin sürdüğü "hayatı" oluştururlar.

Bu çalışma sık sık, kendimizi kolektif olaylardan izole etmemiz gerektiğini anlatır. Sanki görünmeyen ipliklerle, tutumlarımız aracılığıyla onlarla bağlantılıyız. Kolektif olaylardan kendini izole etmek için, kişinin içindeki tutumları değiştirmek gereklidir. Çalışmaya karşı doğru bir tutuma sahibi olmaya başlayarak, mekanik bir şekilde oluşmuş tutumlar görülebilir ve değiştirilebilir, hatta kendi kendilerine değişebilirler. İnsan sadece başka bir şey aracılığıyla kendisindeki bir şeyi gözlemleyebilir. Bir şey kendini gözlemleyemez. Gözlemlemek için bir insan gözlemediği şeyden uzakta durmalıdır. İnsan, onun olası gelişimi ve içsel özgürlüğü hakkında eski çağlara ait bir öğretisi olan bütün çalışma sistemi ve onun bütün fikirleri, kendini gözleme için tüm

olanakları verir, yani çalışma bilgisi, fikirleri ve öğretisi ile kişi kendini gözlemleyebilir. Hayattaki insan bunu yapamaz, çünkü hayat tarafından oluşturulmuştur ve bu yüzden sadece hayata ait fikirlerle kendini gözlemleyebilir.

Bu sistemde, insanların değil de yeryüzü dışı tesirlerin savaşa sebep olduğu söylenir. Basitçe, dünya üzerindeki savaşı gezegensel tesirlerin yarattığı söylenir. Fakat bu tesirlerin uyuyan insanlık üzerinde savaş yarattığı da eklenir. İnsan böylesine derin uyuduğu için bu tesirler özel bir şekilde ona etki ederler. Eğer uyanık olsaydı, başka şekilde etki edeceklerdi. Başkası hakkında yaptığımız en büyük yanlış ve en büyük haksızlık, herkesin şuurlu olduğunu hayal etmektir. Bu çalışma aynı zamanda der ki, her şey kendiliğinden olur. İnsan, yapar ve yapabilir gibi görünür fakat durum bu değildir, bu bir görünüştür. Aslında, her şey kendiliğinden olur, aynen önceki savaşın ve bu savaşın gerçekleşmesi gibi. Fakat çalışma aynı zamanda der ki, dünya üzerinde her şey kendiliğinden olur çünkü insan uyumaktadır. Uyuyan insanların dünyasında her şey kendiliğinden olur. Olan her şey, olabileceği tek şekilde olur. Milyonlarca insan birbirini öldürür, inanılmaz sefalet çeker vs. çünkü başka bir şey yapamazlar ve tüm bunlar hiçbir yere götürmez ve götürmez. Bir yere götürebilecek yön, uykudan uyanmaktır. Her küçük zaman parçasında, bazı insanlar uyanmaya



hazırdır. Eğer bunu yapmaya uğraşmazlarsa, başkaları için de yolu tıkarlar. Her basamağında insanların durduğu bir merdiven gibidir; yukarıdakiler hareket etmezse, aşağıdakiler de hareket edemez. Uyanmak herkesin bireysel görevidir. Fakat belirli bir zamanda sadece birkaçı uyanır veya onlara sunulan olanakları bulur. Eğer bunlar uyanmaya başlarsa etki yayılır ve diğerleri de çalışmanın ve uyanmanın manasını anlamaya başlar.

Hayatın hipnotizmi, her zaman çok güçlüdür. Doğanın amacı insanı uykuda tutmak ve şiddete dayanmasını sürdürmektir, böylece insan doğanın ihtiyacını karşılar. Çalışma, hayatın dışındaki şuurlu kaynaklardan hayata gelen bir kuvvettir. Bugün savaşın hipnotizmi çok güçlüdür. Ona direnmek gereklidir. Ona direnmek için, bu çalışma aracılığıyla bize ulaşan tesirler canlı tutulmalıdır. Bu çalışmanın tesirlerini canlı tutmak için sürekli onun hakkında düşünmek, onun farklı taraflarına konsantre olmak, her gün onu yenilemek ve pratiğini yapmak gereklidir. Çalışma canlı tutulmalıdır ve onu canlı tutan her şey faydalıdır ve karşıt etkiye sahip olan her şey kötüdür. Her biriniz şu zamanda çalışmayı canlı tutmanın ne demek olduğunu ve bu sistemi öğreten kişiler açısından nasıl bir çabayı gerektirdiğini düşünmelisiniz. Sadece çalışma hakkında ciddi olarak düşünen, onun tüm zorluklarını gören, her şeyi unutmanın ve sıradan hayata dönmenin ne kadar kolay olduğunu bizzat fark eden insanlar çalışmanın manasını anlayabilir. Bir şey daha eklenebilir: Hepiniz, hayattaki rolünüzü, çalıştığımız bu

yolun -yani dördüncü yol- içinde oynamanız gerektiğini biliyorsunuz. Fakat kişinin hayatta yapması gerekenlerle özdeşleşmesi başka bir şeydir, kendi üzerinde çalışmak için hayatı bir araç olarak ele alması başka bir şeydir. Çalışma ve hayat, karıştırılmamalıdır. Bir insan çalışmayı hayatla karıştırır ve farkı göremezse, çalışmanın kendi üzerindeki etkilerini hissedemez. Çalışma solacak ve o kişinin zihninde önemsiz bir şey haline gelecektir. Bildiğiniz gibi, bu nokta, şu anki savaş başladığından beri verilen birçok okumada vurgulanmıştır. Sebep açıktır, fakat buna rağmen, onu kolayca unuturuz ve bu yüzden çalışmayı hatırlamak için sil baştan mücadeleye başlamalı, onu zihnimizde yeniden kurmalı, onun içsel anlamını bir kez daha görmeli ve bu çalışmanın ve hayatın ne olduğunu yeniden anlamalıyız; ve niçin bu çalışmanın, her zaman şu veya bu şekilde, her çağda acı çeken insanlığa öğretildiğini anlamalıyız. Her şeyden öte, bu sistemi ne kadar çok benimsememiz gerekiyorsa savaşı da o kadar benimsememlisiniz. Savaşı

benimsemek, savaş hakkında uykuya gitmektir.

Şiddete dayanan her şey sadece şiddet yaratır. Şiddeti öğreten tek bir gerçek öğretici okulu yoktur. Hatta Hatha-Yoga okulları bile, şüpheli Ju-Jitsu okulları gibi, aslında şiddeti değil, şiddetin üstesinden gelmenin metodunu öğretir fakat bu sık sık yanlış anlaşılır ve yanlış ve faydasız olan çok fazla Hatha-Yoga okulu vardır. İnsan -doğal insan- şiddete dayalıdır ve bu yüzden belirli gezegensel etkileri savaş üreten belirli bir tarzda yönetir. Gezegensel tesirler ne iyi ne de kötüdür. Onları iyi ya da kötü olarak tercüme eden insanın içsel durumudur. İnsan kendi içindeki şiddetin üstesinden gelmelidir. Bu çok büyük bir meseledir ve bir insan, içindeki şiddetin üstesinden gelmenin manasını anlamadan önce, ilk olarak kendindeki kökleri ile özdeşleşmeye üzerine çalışmalıdır. Savaş vardır çünkü insan şiddete dayalıdır. Nasıl kullanacağını bilmediği tesirleri alırsa ve eksik, gelişmemiş alıcı aygıtları yüzünden bunları anlamazsa, onların üstesinden gelemez ve dolayısıyla

bunlar sınırlendirme, öfke ve şiddet durumuna geçerler. Bu yüzden insan kötü bir verici gibidir. Kötüdür çünkü kötü iletir. Bir insan, kendi kişisel hayatındaki tekrarlanan küçük olaylar çemberi ile daha şuurlu olarak ilgilenmeye başlarsa ve onların bazılarıyla özdeşleşmezse, küçük bir ölçekte hayatını dönüştürebilmeye başlar. Biraz daha iyi iletir ve hayat mekanizmasından -kendisini çevreleyen dönen tekerleklerden- biraz daha özgür olmaya başlar. Eğer herkes bunu yapsaydı, insanı etkileyen gezegensel tesirler insanlığı bu kadar kolay savaşa sürüklemeydi. O zaman insanlar savaşa direnebilirlerdi.

Savaş geldiğinde insanlar onun için sebepler bulur, ona razı olur ve hemen hemen onun içinde isteyerek yer alıyorlarmış gibi hissederler. Oysa çok büyük bir kolektif olay, bir girdap olan savaş, kendi güçlü tesiriyle onları yakalar ve kendi içinde yer almalarını sağlar. Fakat gereklilik bu açıdan bir insana kendini dayattığında bile, insanın doğaya hizmet etmesine gerek yoktur. Eğer Karma Yoga pratiği yaparsa, yani yapması gereken ile özdeşleşmezse doğaya hizmet etmesine gerek yoktur. Fakat yaptığını yapmanın iyi bir şey olduğunu hissederse özdeşleşecek ve erdemli hareketleri için ödüller isteyecek kadar ileri gidecektir. Özdeşleşmeme pratiği yapmak bir yere götürebilir; doğaya hizmet etmek ise hiçbir yere götürmez. Özdeşleşmeme için dışsal ödüller yoktur. Kendi üzerinde çalışma açısından insanın yaptığı şeylerin, dışsal hayatın ödülleriyle hiçbir ilgisi yoktur. Bu açıdan ne yaptığınızı sadece siz bilirsiniz. İyi bir ev sahibi olarak bir şeyler yapmaya çağıldığında, insan

mümkün olduğu kadarıyla kendinden bekleneni yapmalıdır. Fakat iyi bir ev sahibi tanımının, sorumluluklarını hisseden ve ona göre hareket eden fakat hayata inanmayan insan olduğunu hatırlamalısınız. İlk bakışta bu, sıra dışı bir tanımdır. Bir taraftan, bunun ne anlama geldiğini düşünelim. Çalışma anlamında iyi bir ev sahibi, vicdanlı hareket eden bir insandır; örneğin, kendinden değil itibar kaybetme korkusundan veya kazanç için veya gücünü kaybetmemek için vs. görevine yapışır. Hayata inanmaz, fakat hayatı belirli bir şekilde görür ve iyi hareket eder, ancak kendinden değil. Belki doğru şeyi yapıyordur ama yanlış bir şekilde. Bu yüzden “İyi Ev Sahibinin Yolu” çok uzundur ve çok fazla tekrarı gerektirir. Hepiniz görevlerini yapan önemli bir insan sınıfı olduğunuzu biliyorsunuz; hayata inandıkları için değil erdem, ödül, hırs, güç, para vs.den, hatta belki daha iyi ideallerden etkilendikleri için görevlerini yaparlar. Her şeyi kendilerine atfederler.

Hayata karşı tutumları, sık sık sanki özdeşleşmemiş gibi hareket etmelerine imkan verir. Fakat kendilerine göre özdeşleşmişlerdir. Yine de hayatta çok faydalıdırlar ve sık sık samimi hareket ettikleri izlenimlerini verirler. Kendilerine göre, samimi ve dürüst görünürler fakat kendi pozisyonlarının gerçek fedasını vs. talep eden herhangi bir durumda tereddüt ederler ve niçin şu veya bu şekilde hareket etmemeleri gerektiğine dair çeşitli nedenler bulurlar. Onlar hayatın içindeler fakat hayata inanmazlar. İyi Ev Sahibinin Yolu uzundur çünkü böyle insanlardaki iyi şeyler temelinden kıymatlandırılmalıdır, gerçek ve temel hale gelmelidir. Bir insan kişiliği

sebebiyle mekanik olarak çok iyi bir insan olabilir ama onun iyiliği gerçek değildir. Eğer bir insan iyi bir ev sahibi olarak hayattaki görevini yaparsa, özdeşleşmeden hareket etmeye yakınlaşmış görünür ama aslında özdeşleşmeden hareket etmekten çok uzaktır. İnciller’de İsa, Ferisiler’e saldırdığında özellikle iyi ev sahibine saldırdı; övgüye değerlilikleri ve onlar hakkında orada söylenenlerin hepsini kendiniz okumalısınız. Belki İsa, en fazla yararlı olabilecek ve anlayabilecek insanlar oldukları için onlara bu kadar güçlü saldırdı. Hepinizin bildiği gibi, bu çalışma sahte kişiliğe saldırır çünkü o gerçek değildir, yani o içsel tekamülün başlangıç noktasını oluşturamaz. Bu konu hakkında çok daha fazla şey söylemek mümkün olabilirdi fakat savaş hakkında ve çalışma fikirleri açısından savaşı anlamak hakkında zihninizdeki soruları kaldırmak için yeterince şey anlatıldı. □

Kaynak: Yazarın *Gurdjieff ve Ouspensky'nin Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar* adlı kitabında Birdlip, 19 Temmuz 1941 Bölümü.



HABER

Enerji Kordonları, Bağlantılar ve Eklentiler

15 NİSAN salı akşamı Bilyay Vakfı konferans konuğu İngiltere’den sık sık vakfımıza gelen ve çalışmalar yapan Juanita Puddifoot idi. “Enerji Kordonları, Bağlantılar ve Eklentiler” adlı sohbetinde bizlere fiziksel dünyamızın nasıl enerjilerden oluştuğunu, bedenlerimizin de farklı enerji katmanlarından meydana geldiğini resimlerle birlikte paylaştı.



Bu fiziksel alemde yaşamlarını sürdüren biz insanlar, birbirimizle sadece fiziksel düzeyde değil, aynı zamanda enerji düzeyinde de bağlantı kurarız. Bir aileye mensup olduğumuzda bu grubun içinde var olan herkesi birbirine bağlayan bir bağlantı alanı mevcuttur. Aynı zamanda; etrafımızdaki insanlarla, çocuklarımızla, sevdiğimizle ve hatta sevmediklerimizle aramızda “kordon” gibi bağlantılar bulunur. Bir kişiyle yakın ilişkiye, ya da etkileşime girdiğimizde bu “enerji kordonları” veya bağları oluşturulabilir. Bunun yaşamımıza hem olumlu, hem de olumsuz etkileri olabilir. Önemli olan bu bağların nasıl, neden ve bedenimizin ya da auramızın neresinde oluştuğunu anlamaktır. Bu bağlantı yerlerini araştırmak, önce bunların nasıl bağlandığını keşfetmemiz, sonrasında da olumsuz etkileri önlemek için nasıl çözebileceğimiz konusunda bize yardımcı olur. Bağların kesilmesi geride bazı tortular bırakacak ve gerçek bir çözülme, bir rahatlama getirmeyecektir. Ne de bu bağların en başında niçin oluştuğuna dair bilinmeyen (saklı) nedenler arasındaki etkileşimleri anlamamızı sağlayacaktır. Bazı kimselerde aynı durumlar tekrarlanır ve umutsuzluk ve çaresizlik döngüsü oluşabilir.

Bazı insanlar bizi “tüketebilirler” ve bizde yorgunluk, değersizlik veya yetersizlik hissi yaratabilirler.

Olumsuz enerji bağları var olduğu zaman, bununla ilgili deneyim çocukluğumuzda yaşanmış olsa bile, yetişkin halimizde de bu bağlar başka insanlar tarafından tetiklenecektir.

Bazen insanlar bizi tetikler ve biz bu durumu değiştiremediğimizi hissederiz. O kişiyi düşünmekten kendimizi ala koyamadığımızı fark ederiz. Sizi hiç rahat bırakmayacağını hissedersiniz ve bu üzerinizde bir yük haline gelir. Kendinizi çok öfkeli, küçük düşmüş, üzgün, yılgın, incinmiş, çaresiz vs. hissedersiniz. □

Bu sohbeti kaçıranlar <http://new.livestream.com/bilyay> adresinden konferansı ücretsiz izleyebilirler.

Stres Altında Dinlemek

Rebecca Z. Shafir

3. Bölüm

OLUMLU bir düşüncenin veya fikrin olumsuz bir düşünceyi yok etmesini sağlayın. Kızgınlığınızı, kardeşinizin hayran olduğunuz bir özelliği veya yaptığı olumlu bir eylemi düşünerek nötrleştirin. Hastalanmasını istemek yerine iyiliğini istemeyi deneyin. Bunu yapmak zorunuza gidiyorsa, nedeni içsel olumsuz konuşmalarınızı hala sürdürmeniz olabilir. Başka insanlara karşı daha şefkatli davranmaya başlamadan önce, kendinize karşı şefkatli olmalısınız. Stres altındayken kendini bilerek davranmak içeride başlar, dışarıda devam eder.

Karen adındaki başka bir öğrencim, büyük bir ilaç şirketinde pazarlama temsilcisi olarak çalışıyor; takım halinde çalışma konusunda rahatsızlıkları olduğu için derslerime katılmaya başladı. Patronu, onu daha fazla çalışmaya sürükleyecek aktivitelere katılması için baskı yapıyordu. Takım çalışmalarına katılmamasının bir sonucu olarak kaçırdığı tüm fırsatlara rağmen yabancılarla “yakınlaşmak” zorunda kalma düşüncesi, onu strese sokuyordu. Karen iş değiştirmeyi bile düşünmekteydi. Karen’e takım çalışmasının nesinden hoşlanmadığını sorduğumda, belirli bir kalıpta davranması gerektiğini hissettiğini söyledi. Aşırı sıcak, sahte, hazır cevap ve enerjik olmalıydı! Bunu gerçekleştirmek için kendi üstünde kurduğu baskının üzüntüsü yüzünden, herhangi yararlı bir bilgi ile harekete geçebilmesi nadiren gerçekleşiyordu. Bu yüzden takım çalışması onun gözünde zaman kaybıydı. Karen, zihninde sürekli devam eden bir sürü içsel konuşma olduğunu ve bir sonraki dersimize kadar bu sorun üzerinde çalışmayı kabul etti. Dinleme dersinin bitiminden kısa bir süre sonra derin düşünceye dalma egzersizlerine başladı. Sessizlikte kendini daha rahat hissetmeye başladı, ayrıca zihninde devam eden olumsuz gürültüler azalmıştı. Bu aşamaya gelen Karen, arkadaşlarının ve aile üyelerinin filmlerine dahil olmaya başladı. Şuurunun özgürleşmesini yaşamaya başladı. Artık başka insanları dikkatle ve özenle dinleyebiliyor

ve zihnindeki karmaşayı, gittikçe daha uzun süreler boyunca bir kenara koyabiliyordu. Karen, dinlemeyi bir macera gibi görmeye başlamıştı, “Gelen mesajı, kendi düşüncelerimi bir kenara koymayı başarabildiğim oranda duyumsayabiliyorum,” diyordu. Karen, bir sonraki takım çalışması davetini zevkle kabul etti ve sonrasında ise “zamanın nasıl geçtiğini anlamadığını” söyledi. İşini gerçekleştirmek için baskı hissetmemişti çünkü sahne ışıklarını bu kez, kendisi yerine kendisiyle konuşan kişiye çevirmişti. Karen, kendini bu şekilde unutarak, kendisinden beklenenden daha fazlasını yapmıştı. Kalıcı müşteriler edinmişti ve yüz yüze görüşmeler patronunu çok memnun etmişti. Yeni müşteriler buldu, içinde bulunduğu rekabet ortamını daha iyi anladı ve uzun vadeli olma potansiyeli yüksek bağlantılar kurdu. Karen şimdilerde kendi personeline şuurulu takım çalışmasını öğretiyor.

İnsanlarla ve diğer şeylerle ilgili olarak fazla katı olmamayı seçen kişiler, bütünsel yaklaşımları herkesin iyiliğini sağlayacak bir denge için gerekli görenler en iyi dinleyiciler olmaktadır. Bazılarımız için zihin ve beden arasında fikir birliğinin olması, böyle bir mücadele için gereklidir. Eskiden günlük yaşamlarımızda bu kadar yüksek seviyede endişeye maruz kalmıyorduk.

AIDS ve diğer bilinmeyen virüslerle ilgili olarak dünya çapında duyulan endişe, madde bağımlılığı, ekonomik çalkantılar ve terör tehdidi listenin en üstünde yer alıyor. Bunlardan sonra, endişenin kendi kendimize yarattığımız ve şuurumuzun yolunu

değiştiren daha sıradan çeşitleri geliyor; uç noktada maddi bağımlılık, kilo ve diyet takıntıları, işleri erteleme, anında tatmin ihtiyacı. Gelişen ekonomiyle birlikte artan yabancılaşma, sayısı birden artan borsalar, teknolojik gelişmelerdeki patlamalar ve çabuk zengin olma arzusu bizlerde daha önce hiç karşılaşmadığımız kadar çok stres yaratmaktadır.

Filozof Peter Koestenbaum “yeni ekonomi patolojisini” tüm zenginlik ve hayat tarzı ortamlarında giderek daha çok büyük hedefleri karşılama ihtiyacından doğan bela olarak tanımlıyor. Kostenbaum’a göre, başarılı bir birey için yalnızca maddesel değerlere odaklanmanın sonucu “temel insanca değerlere karşı korkunç bir duyarsızlık” olmaktadır (Fast Company dergisi, Mart 2000).

Endişenin farklı türlerini anlamamız hangisini kontrol etmemiz gerektiğini ve hangilerinin kişisel gelişimize yardımcı olduğunu bilmemizi sağlar. Her insan, başkalarını dinleme süreci içinde kendi eğilimlerine bağlı olarak farklı seviyede endişe duymaktadır.

Robert Gerzon, Finding Serenity in the Age of Anxiety (Endişeler Çağında Huzuru Bulmak) adlı kitabında üç farklı endişe türünü tanımlamaktadır:

- Doğal endişe: Bu olumlu bir endişe türüdür ve bir uyarı mekanizması gibi çalışır, ayrıca fırsatlarla karşılaştığımız anlarda bizi uyarır. Doğal endişenin ana teması “Hemen yap!” şeklindedir. Bu endişe türünü, mücadele gerektiren ve eğlenceli bir göreve odaklanmak için gereken zihinsel enerjiye benzetiyorum.
- Ontolojik (Varlıksal) endişe: Hayatın amacına ve ölümden sonra yaşama

ve varoluşumuzun sebebine dair sorularımızın yanıtlanmasına yönelik büyük ihtiyacımızla ilgilidir.

• Toksik endişe: Bu endişe türü, diğer ikisi ile karşılaşmayı reddetmenin sonucunda ortaya çıkmaktadır. Doğal ve ontolojik endişelerin gerekli ve yerinde olduklarını kabul etmek yerine onları görmezden gelir ve zehirleyici bir zihinsel hale sürükleniriz. Freud, bu nevrotik endişeyi zihinsel işlevlerin görevlerini yapmayarak depresyona, herhangi bir madde bağımlılığına ya da değişken ruh hallerine yol açması olarak tanımlar. Bu endişe türünün berrak bir şekilde düşünme ve dinleme yeteneklerimizi yok etme özelliği çok uç seviyelere varabilir. Çözümlemediği takdirde toksik endişe şiddete, yabancılaşmaya dönüşebilir ve en sonunda fiziksel hastalıkla sonuçlanabilir. Doğal ve ontolojik endişeler, kişiyi dikkatle dinlemeye en çok yönlendiren endişe türleridir; aktarılan mesajı konsantre olmak için gerekli bilgiye yönelik bir hazırlık ve açıklık doğururlar. Bununla beraber aşırı derecede doğal ve ontolojik endişe toksik hallere de yol açabilir. Takıntılı A tipi kişilikler veya dinci fanatikler bu durumun alışkın olduğumuz örnekleridir. Bu tipler, endişelerini olumlu başarıya veya ruhsal gelişime kanalize etmeyi öğrenene dek hayal kırıklığının ve paranoyanın derinliklerine düşebilirler.

Olumsuz içsel konuşma, dinlemenin karşısında yükselen en büyük bariyerdir. Bu bariyer, etkin bir şekilde dinlemeye yönelik çabalarımızı engelleyen içsel gürültüyü yaratmaktadır. İster gerçek ister imgesel olsun, bu düşüncelere karşı aşırı tepki gösteririz ve bu da kan basıncımızın artmasına ve

vücudumuzun (solunum, sindirim, konuşma gibi) normal fonksiyonlarını yerine getirememesine neden olur. Olumsuz içsel konuşma, özellikle stresli olaylarla karşılaştığımızda berrak bir şekilde düşünüp etkin davranabilmek için gereken zihin-beden dengesini alt üst eder.

Yakınlarda çatışma yaşadığınız bir olaya geri dönün. Muhtemelen kızgın biriyle, patronunuz, eşiniz veya çocuğunuzla tartışıyordunuz. Onlar laf kalabalığı yaparken siz ne yaptınız? Büyük ihtimalle bedeniniz gerginleşti, güçlkle yutkunmaya başladınız ve yüzünüzün kızardığını hissettiniz. Kendiniz hakkında olumsuz konuşmuş olmanız ve hatta size bağırarak kişiyi ilgili daha olumsuz düşünmüş olmanız bile mümkün. Muhtemelen, bu sözlü saldırının daha sonraki sonuçlarını düşünmeye başladınız; işten atılabildiniz, boşanabildiniz veya dışlanabildiniz. Olay boyunca, beyninizdeki bu ses, konuya odaklanıp başarılı bir çözüme yönelik ilk olumlu adımı atmanızı engelledi. Bunun kişisel bir suçlama olduğunu varsayalım, örneğin “Her zaman on beş-yirmi dakika geç kalıyorsun!” gibi. Burada esas sorun, bu süre içinde şirketin gelirinde yüzlerce dolarlık artış olmasını engelleyebilecek on adet telefon konuşmasının yapılmamış olmasıdır. Bunu şahsınıza yapılan bir saldırı olarak algılayabilir ya da bu şikayetin tüm sistemi etkileyen işlevsel bir problem olduğunu fark edebilirsiniz: Şirket, çok sayıda görüşme yapma fırsatını kaçırıyor ve bu durum gruptaki herkesi etkiliyor. Saat sekizde masamda olabileceğim şekilde günümü planlamanın bir yolu olmalı. İlk tepkimiz endişe üreten, kendimizi

anlamayı ve kişisel gelişimimizi önleyen bariyerlerle doludur. Son yanıt ise konuya, yani önemli konuşmaları kaçırmak konusuna odaklıdır ve bir eyleme geçme safhası içermektedir. Saldırıya uğradığımızda kızgınlık ve gücenme duygularımızın üzerini örtmeyi kendinizden bekleyemezsiniz, bu hiç de gerçekçi olmaz. Bunun yerine esas konuyu ön plana, gürültüyü ise arka plana almaya çalışmalısınız. Böylece, her iki tarafın da esas istediği şeye, yani problemi çözmeye koyulabilirsiniz.

Mutluluk Sanatı adlı kitabında Dalai Lama küçük şeylere nasıl aşırı tepki göstermeye meyilli olduğumuzu ve olayı her sürekli olarak anlatıp bu tepkiyi nasıl tekrar tekrar verdiğimizizi, kızgınlığı ve hoşnutsuzluğu böylece daha çok beslediğimizi anlatmaktadır. İşte bizler, kendi üzüntülerimizi ve endişelerimizi böyle meydana getiriyoruz. Dalai Lama bunu şöyle açıklıyor:

“Örneğin, birinin arkanızdan kötü konuştuğunu öğrendiniz. Buna, birinin sizinle ilgili kötü konuştuğu düşüncesiyle tepki verirsiniz bu olumsuzluk, yaralanma ve kızgınlık duygusu ile birlikte kendi akılcılığınızı yok edersiniz. Acıyı kendiniz bizzat yaratmış olursunuz. Diğer yandan, bu iftiranın kulaklarınızdan uğuldayıp geçen bir rüzgar gibi geçip gitmesine izin verirsiniz kendinizi bu incinme ve şiddetli heyecan duygusundan korumuş olursunuz. Dolayısıyla, kendinizi zor

durumlardan her zaman koruyamasanız dahi, bir olaya nasıl yanıt vereceğinizi seçmek suretiyle bundan dolayı üzülmeye derecenizi değiştirebilirsiniz.” Aynı şekilde, jiu-jitsu sanatında da bir şey öne süren kişiye karşı savunma şekli, yapılan saldırının tüm gücünü açığa çıkarmak ama zarar görmekten korunmak için onu aksi yöne çevirmekten ibarettir. Savunma sanatlarıyla ilgili belgeseller seyretmişsinizdir; bu filmlerde bu sanatın ustaları, saldıran kişinin

hamlesini, olumsuz enerjiyi soğukkanlı bakışlarla ve sadece bir bilek hamlesiyle gerisin geriye saldırgana çevirmektedir. Bir problemin ne kadar büyük ya da küçük olduğunu belirlemek için senelerce savunma sanatı üzerinde çalışmanız gerekmez. Kendini bilme konusunda temel bilgiye sahipseniz, durumu sakince değerlendirebilir ve stres seviyenizi istediğiniz düzeye ulaştırma konusunda doğru tespitte bulunabilirsiniz.

Şiddetli sözlü çatışmalarla akılcı bir şekilde başa çıkabilmek için soğukkanlılık gerekir. Ernest Hemingway, Öğleden Sonra Ölüm adlı kitabında matadorların giderek kızan boğayı nasıl idare ettiklerini şöyle açıklar: “Boğa güreşinde boğanın size doğru gelmesini sakince izlemek en gerekli ve en zor işidir.” Boğa ya da sözlü saldırıda bulunan kişi bir hamle yaptığında genelde eğilimimiz sözünü kesmek, itiraz etmek veya orayı terk etmek şeklindedir. Bu ise sadece kızgın



olan kişinin daha fazla kızmasına yol açar, kötü duyguları körükler ve olumlu bir sonucun ertelenmesine yol açar. Böyle bir durumda söyleyecek önemli bir sözünüz varsa bunları söylemeye derin, yavaş nefesler alarak hazırlanın ve karşı tarafı dinlerken yavaş ve derinden nefes almayı sürdürün. Stres altında iletişim kurmakla ilgili başarısız hamleler zihin ve beden arasında bir ayrılık olduğu hissini verecektir. Nefesiniz kontrolden çıkar ve kalp atışlarınızı hızlanır. Nefesinizin ne kadar sıklaştığına, omuzlarınızın ve boynunuzun ne kadar gerildiğine dikkat edin. Zihnin, savunma halindedir; bariyerler iyice yükseltilmiş ve sözcükler birer mermi gibi ateşlenmektedir. Bu yoğun rahatsızlık hali, çatışmadan korkmamızın ve onun bütün sonuçlarından kaçınmamızın başlıca nedenidir.

Düzenli nefes çalışması ve nefes üzerinde her gün meditasyon yapmak zihin ile beden arasındaki dengeyi yenilemeye ve bağlantıyı korumaya yarar. Gergin, yüzeysel bir şekilde nefes alıp verme alışkanlığımızı boynu ve omuzları gevşeten derin ve karından alınan bir şekle dönüştürebilirsiniz. Bunun sonuçlarını hemen göremeyebilirsiniz ama birkaç gün veya birkaç yoğun haftadan sonra değişimler görünür hale gelir.

Meditasyon beynin alfa dalgalarını artırır; alfa dalgaları ise kendimizi iyi hissettiğimizi artırır. Doğu kültürleri yüzyıllardan beri meditasyonu bir sakinleşme aracı olarak kullanmaktadır. Meditasyon çalışması, geriye doğru bir adım atıp durumu bariyerlerden ve gürültüden arınmış olan daha parlak bir ışık altında görme imkanı sunan derin bir gevşeme haline ulaşmanızı

sağlar. Bu uyanık, sakin farkındalık haline düzenli çalışarak ulaşılır ve bu hal, her bir karşılıklı etkileşime tesir etmeye başlar. Ne zaman bir şeyler öğretmeye, danışmanlık yapmaya, bir fikrin aksini iddia etmeye kalksanız ya da günün getirdiği her ne olursa olsun; o ana nitelik kazandıran bu derin gevşemedir. Eskiden aşırı tepki vermenize sebep olan sorunlu durumları, artık daha sakin ve daha üretken bir tavırla çözebildiğinizi göreceksiniz.

Stres altında dinlemekle ilgili önerdiklerimi şu anda denemekte zorlanıyorsanız, hevesiniz kırılmasın. Daha dikkatle dinleyen biri olmak için daha arka planda kalan meselelerle ilgili olarak kendiniz üzerinde çalışmaya devam edin. Başka insanlarla iletişim kurma konusundaki yeteneğinize güveniniz, siz daha verimli hale geldikçe ve diğerlerinin size daha hoş yanıtlar verdiklerini gördükçe artacaktır. Baskı altındayken dahi sürekli olarak doğru bilgi almak, en iyi dinleyicilerin bile amacıdır!

Gevşeme konusunda bir başlangıç yapmak, zihninizin dikkatinizi ele geçirmek için yarışan olumsuz gürültüden daha çok o anki konuya odaklanmasına hazırlanması için yardım eder. Konuştuğunuz kişi şikayetlerini anlattıkça siz nefesinizi sabit ve sakin tutmayı sürdürün. Önceki bölümlerde anlattığım gevşeme egzersizlerini çalıştıysanız, bunu yapmak size daha kolay gelecektir. Sizi karşınızdakinin sözünü kesmeye ve savunmaya geçmeye kışkırtan hissinize hakim olun ve bunun yerine, konuşan kişiyi daha fazla konuşmaya teşvik edin. “Seni üzen bir şey mi var?” veya “Böyle durgunlaşmanın sebebi nedir?” gibi

sorular sorun. Genellikle başlangıç cümleleri, bir buzdağının tepesini andırır; esas konuya birkaç dakika sonra girilecektir.

Onların filmine dahil olmak, önemseydiğiniz biri stresliyken onu dikkatle ve özenle dinleyebilmeniz bakımından çok önemlidir. Odağınız kendi üzerinizde değil, diğer kişinin bakış açısındadır. Konuşan kişinin sizden duymayı beklediği en son söz “Söylemek istediğin başka bir şey var mı?” sorusudur. Bu soru sizin sorunu çözmeye istekli ve alıcı bir modda olduğunuzun göstergesidir. Birçok durumda bu soru, akan suları durdurur. Konuşan kişi sözünün kesilmeyeceğini ve saatle yarışmak zorunda olmadığını hisseder, böylece bedeni gevşer ve ses tonu alçalır. Konuşan kişiye bu fazladan dakikaları vermek ve aklındaki her şeyi söze dökmesini sağlamak günler ya da haftalar sonra aynı konuda başka bir stresli karşılaşmanın meydana gelmesi olasılığını azaltır. Bununla birlikte, bu davet konuşan kişinin baraj kapaklarını açıp mevcut konuyla ilgisi olmayan ya da dolaylı olarak ilgili olan diğer konulardan konuşmasına fırsat vermiş olur. Bu durum size, sorunla ilgili daha ileri bir anlayış sağlayabilecektir; örneğin, hayata karşı genel bir hoşnutsuzluk, yeterince boş vakit bulunamaması, problemler olması gibi. Konuşan kişi kendini sorunla ilgili konuşurken duydukça kendi çözümlerine ulaşacaktır. Konuşan kişi konudan sapmaya kalkarsa esas konu üzerine yeniden odaklanmak gerekebilir. Her iki şekilde de, kızgın kişiden şikayetini ayrıntılarıyla anlatmasını istemek sorunun temeline inmeyi sağlar. Sessizliğin gücünü hatırlayın. Bazen insanlar söze önemsiz,

küçük şikayetlerle başlayabilirler. Kendi kendinize, “Çöpü atmadım diye bana nasıl bu kadar kızabilir?” diyebilirsiniz ama genellikle bu sadece bir başlangıç noktasıdır. Göz temasınızı sürdürün ve karşınızdaki sözünü bitirene kadar devam etmesine izin verin. Nefes alış verişinizi izleyin; yavaş ve sabit tutun. Birkaç saniyeliğine durun ve bekleyin. O anda karşınızdaki kişi, sorunun temeline inmek için ona geçiş izni verdiğinizi hissedebilir. Ya da gerçekten sözünü bitirmişti çünkü bütün mesele, çöpün atılmasından ibaret olabilir. Her ikisinde de size söylenenleri kısaca tekrarlayarak söze başlayın. “Anladığım kadarıyla söylediğin...” veya “Özetleyecek olursak, söylemek istediğin...” gibi çok nesnel ifadelerden kaçının. Doğal olun ve duyduklarınızı niçin tekrar ettiğinizi hatırlayın: Konuşan kişinin bakış açısını daha iyi anlayabilmek için. Sadece şunu söyleyin, “Bana söylediklerinin hepsini doğru anlayıp anlamadığımdan emin olmak istiyorum. Bakalım anlamış mıyım?” Cümlelerindeki bozuklukları ve dramatik sahtelikleri bir tarafa bırakın. Bu haliniz, konuşan kişinin onu duyduğunuzu bilmesini ve yanlışlıkları düzeltmesini sağlayacaktır. Söylenenleri tekrar ettikten sonra bunun netleştirilmesini isteyin. “Acaba sorunu doğru anlamış mıyım?” demeniz bunun için yeterlidir. Daha da netleştirmek istiyorsanız başka sorular sorabilirsiniz. Ardından kendi görüşünüzü kısaca ve konuyla ilgili olacak şekilde belirtin ve muhtemel çözümler için beyin fırtınası yapmayı önerin. Stresli tartışmalar esnasında kendi sözlerimizi dikkatle dinlemek, ateşin körüklenmesini önlemek için gereklidir.

Sevdiğimiz kişiler kızgın ve üzgün

olduklarında dinleyici konumunda isek yapmamız gereken onların sözünü kesmek değil, onlara anlaşıldıklarını hissettirmektir. Kızgın, üzgün çocukları dinlerken sessiz ve kibar olmak özellikle çok faydalıdır. Çocuğunuz eve öğretmenin ona söylediği bir şey yüzünden şikayet ederek gelirse, onu ciddiye almadığınızı hissettirecek bir tavırla konuşma eğilimi gösterebilirsiniz. “Şöyle yapmalıydın”la başlayan cümlelerinizi, sorgulamalarınızı ve akıl veren tavrınızı bir kenara koyarsanız çocuğunuz kendi duygularını söze dökmek için kendini güvende hissedecektir. Akıl verme konusunda yine de içsel bir baskı hissediyorsanız, çocuğunuz tüm söylemek istediklerini söyleyip bitirene kadar bekleyin. Ardından şunu diyebilirsiniz; «Senin yerinde olsam ne yapacağımı bilmek ister misin?» Bunu duymak istiyorsa sorması için ona izin verin.

Üst üste şikayetlerden kaçınmaya çalışın. Örneğin; «Ne yani, çöpü asla atmayacağını mı söylüyorsun? Zaten çamaşırları da yıkamıyorsun ki!» gibi. Asla, her zaman, hep gibi kesinlik bildiren sözcüklerden kaçının. Kesin sözcükler ve «meli, malı» şeklindeki ifadeler sizinle konuşan kişinin dinleme isteğini kolayca kaçırabilecek kritik sözcüklerdir.

Biri size bağırdığında sesinizi yumuşak ve sabit tutun, tıpkı nefesiniz gibi. Bu sesli yanıt, sizinle konuşan kişinin sesini sakinleştirmek için çok faydalı olabilir. Genelde yüksek sesle ve vahşi bir tonda ifade edilen küfürleri ve heyecan ifade eden sözleri dinlemek bizim için zordur. Bedenlerimiz tehdit olarak algılanan bu davranış karşısında doğal olarak gerilir ama tıpkı matadorların durumunda olduğu gibi,

“dövüş ya da kaç” eğilimimiz baskın çıkarsa büyük ihtimalle mücadeleyi kaybederiz.

Neyin üstünde anlaşabiliyorsanız, onun üzerinde anlaşın. Her ikinizin de aynı fikirde olduğu bir şey olabilir, örneğin, “Bu konuda haklısın. Çoğu akşam çöpü ben atmıyorum ama bunun nedeni unutmam. Bundan sonra daha fazla dikkat etmeye çalışacağım.” diyebilirsiniz. Konu pekala, evle ilgili sorumluluklarınızı fazla takip etmiyor oluşunuz olabilir. Durum buysa, buna bir sorun olarak yaklaşın, şahsınıza bir saldırı olarak değil. O ana dek sizinle tartışan kişi de sakinleşmiş olabilir. Böylece her şeyin onu sıkıttığını söylemesi için ona bir şans verilmiş oldu, daha fazla bağırp çağırma gerekeceğini görüyor çünkü anlattıklarını tekrar ederek onu gerçekten dinlediğinizi ve ciddiye aldığınızı göstermiş oldunuz. Artık az da olsa size bir dinleme borçlu olduğunu hissediyor. İşte bu noktada, sorunun başarılı bir şekilde çözümü için gereken ortamı hazırlamış oldunuz.

Tartışmaya devam etmenin doğru olmadığı zamanlar da olabilir. Ruh haliniz iyi olmayabilir; ortam, işleri kolaylaştıran cinsten olmayabilir veya zaman faktörü söz konusudur. Bu durumda, konuşmanızı başka bir zaman, tercihen aynı gün içinde yapmayı önerin. Bu, bir iyi niyet göstergesi olacaktır ve size daha olumlu bir sonuç elde edebilmeniz için gereken ortamı sağlayacaktır. Duygusal ve fiziksel kontrol eksikliklerinden dolayı bazı kişiler, kendi zihin filmlerine dahil olduğu süreci güvensiz ve gayri makul hale

getirirler. Sizin için duygusal ya da fiziksel olarak tehlike arz eden kişilerle birlikteyken odayı terk etmek ya da sessiz kalmak en iyisidir. Bu insanlardan almak isteyeceğiniz en son şey, daha fazlasıdır. Psikolojik danışmanlık ve sınırlanma gerektirebilen bu tehlikeli kişilerle ilgilenmenin özel yolları için rehberliğe ihtiyaç duyabilirsiniz.

Dikkatle dinleyen kişi, tüm iletişimleri eşit görür. Güzel diyaloglar olumlu bir ilişkiyi destekleyecektir ve gelecekteki iletişim için bir umut vaat ederler. Çatışmalar ise yeni fırsatlar doğurur; çatışma üzerinde çalışmak, çözümün kendisinden daha fazla kişisel gelişim sağlar. Hayatınızdaki daha az hoşlandığınız ilişkilerinizi veya bağlantılarınızı zihin ve beden arasındaki dengeyi sağlamak için bir fırsat olarak görürseniz, kendinizi bir çatışma meydana geldiğinde başınızı kuma gömmek ister halde bulmazsınız. Bu tavır, tartışmanın stresini ortadan kaldırır. Amacınız tartışmayı kazanmak yerine konuyu her iki tarafın da tatmin olacağı bir düzeyde çözmekse, fikirlerin farklılaştığı durumlara karşı daha az dirençli hale gelebilirsiniz. Bir ilişki ancak o ilişkinin sonucunun ne olacağına daha az ve birbirini dinlemeye daha çok önem verildiğinde kurulabilir. Üzgün bir kişinin şikayetini «Seninle/şirketinizle ilişkiye devam etmek istiyorum ama bir şeyler yanlış gidiyor» mesajı olarak anladığınızı oldu mu hiç? Şikayetlerin, aranızdaki pürüzleri gidermek isteyen birinden geldiğini düşünmeye çalışın çünkü niyeti ilişkiyi kurtarmak olmasa bağlantıyı çoktan kesebilirdi. Bir şikayet, olayları doğru görebilmek

için karşınıza çıkan bir fırsattır.

Sessizliğe yer açmanız, onun filmine dahil olmanız, şikayetini tekrarlamamız canı sıkkin kişi tarafından ilişkinizi düzeltmek için attığınız adımlar olarak algılanır ve bunlar, ileride bulunacak çözümler için köşe taşı olarak iş görürler. Dinleme sırasında hissettiğiniz endişeyi, kişisel gelişiminiz için atılmanız gereken mücadeleler olarak görün.

“Dayanıklılık” Salvatore Maddi ve Suzanne Kobasa’nın kullandığı bir sözcüktür ve bazı kişilerin, korkutucu durumları mücadele edilebilir zorluklara dönüştürmek yoluyla bu durumlara yanıt veriş tarzını tanımlamaktadır. Thich Nhat Hahn “Zen’de kişinin yaptığı her şey bir kendini fark etme vasıtası haline gelir ve her bir eylem, her bir hareket tamamen yürekte yapılır.” demektedir.

İşte, şikayet ve önerilerin kabul edildiği yerlerde çalışanlar için bir not: Bu egzersizi her gün çalışın ve sıkıntudan patlamak yerine başarı hissiyle bitirin. Stres altında dinlemekle ilgili olan yukarıdaki önerileri kullanarak her gün kaç tane mutsuz kişiyi mutlu birer insana dönüştürdüğünüzün hesabını yapın. Bir kota belirleyin ve kendi departmanınızdaki diğer kişileri de aynısını yapmaya teşvik edin. Özellikle zorlu olanları bir an önce arayın ve onlara şikayetlerini ciddiye aldığınızı, takip ettiğinizi veya ne gibi değişiklikler olduğunu bildirin. Kendilerini dinlediğiniz için sizle iş yapmaya devam ederek ve başkalarına da önererek sizi ödüllendireceklerdir çünkü onları ciddiye aldığınızı bilmektedirler. □

Kaynak: Yazarın Ruh ve Madde Yayınları’ndan çıkan Dinlemenin Zen’i adlı kitaptan alınmıştır.



HABER

Kıbrıs'ta “Kendini Bilmek”



KIBRIS'TA Kalsedon Danışmanlık'ın Zone Art Cafe ev sahipliğinde düzenlenmiş olduğu konferansta MTİAD ve Bilyay Vakfı başkanımız A. Cemal Gürsoy tarafından “Kendini Bilmek” konulu konferans 13 Nisan 2014'de gerçekleşti.

Özellikle, “Şu andaki hayatımızın anlamının değişmesi için seçim yapıp, kendini bilerek, tanıyarak uykudan uyanmaya karar verebilirsiniz,” içeriği taşıyan ve şu an, şimdi içinde kendini bilmenin önemini vurgulayan konferans Kıbrıslı katılımcılar tarafından oldukça ilgi gördü... □

DUYURU



Metapsişik
Tetkikler ve İlmî
Araştırmalar
Derneği



İnsanları
Birleştiren
Bilgiyi Yayma
Vakfı

BİLYAY VAKFI KONFERANSLARI CANLI YAYINDA!

UZUN YILLARDAN BERİ VAKFIMIZDA GERÇEKLEŞTİRİLMekte OLAN
SALI KONFERANSLARININ
İNTERNET ÜZERİNDEN CANLI OLARAK İZLEYEBİLİRSİNİZ.

1950'LERDEN BU YANA SPİRİTÜEL BİLGİYİ YAYMAYI VAZİFE EDİNEREN
BİLYAY VAKFI VE MTİA DERNEĞİ,
GÜNÜMÜZ TEKNOLOJİLERİNİ KULLANARAK
VAZİFESİNE DEVAM ETMEKTEDİR.

KONFERANSLARIMIZI ARTIK DÜNYANIN HER YERİNDEN

<http://new.livestream.com/bilyay>

BAĞLANTISINI KULLANARAK,
HER SALI TÜRKİYE SAATİYLE 19.30'DA CANLI OLARAK İZLEYEBİLİR,
DİLERSENİZ KAÇIRMIŞ OLDUĞUNUZ KONFERANSLARI DA AYNI
ADRESTEN TAKİP EDEBİLİRSİNİZ.
YAYINLARIMIZ KEŞİNTİSİZ VE REKLAMSIZDIR.

İYİ SEYİRLER!

NOT: YAYINLARIMIZLA İLGİLİ İSTEK, ÖNERİ VE ELEŞTİRİLERİNİZİ
BEKLİYORUZ.

AKIŞ

Aydınlanma Nedir?

HER ŞEY ve hiçbir şey.

Bakalım başka bir deyişle anlatabilir miyim,
eğer size, “aydınlanma her şeyi bilmektir,” desem
aydınlanmayı sınırlamış olurum.

Eğer, “aydınlanma her şeyi sevmektir,” desem sevgiyi sınırlarım.
Orada başlangıç ve son olamaz
ve siz insanların söz dağarcığı sınırlamalarla doludur.

Öyleyse diyelim ki, aydınlanma akıl olmadan
ama bütün şeylerin şuuruyla
sonsuzluk içindeki anda olmaktadır.
Huzursuzluğun farkındalığının olmadığı saf
huzurdur o.

Nefretin farkındalığının olmadığı saf sevgidir.

Sona erme yanılsamasını unutmuş olan
tüm o sonsuz şeylerdir.

Mutsuzluk anısının olmadığı mutluluktur.

Basitçe “olma durumu”dur.

Aydınlanma
bedeninizin olmadığı
kişiliğinizin olmadığı
üzerinizdeki giysilerinizin olmadığı
engellerinizin olmadığı
korkularınızın olmadığı
kısıtlamalarınızın ve sınırlarınızın olmadığı
ebedi Işığın sınırsız algılayıcısı olmanızın dışında
benlik şuurunun bile olmadığı sizsiniz.

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



Etkinlikler

BİLYAY VAKFI

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

06 MAYIS Acı ve İstirabımızdan Kurtulmak.....A. Cemal GÜRSOY

13 MAYIS Devre Sonu Kehanetleri.....Haluk ÖZDEN

20 MAYIS Ufolojinin Bilinmeyen Yüzü: ReptilianlarFarah YURDÖZÜ

27 MAYIS Luviler: Işık İnsanlar.....Cüneyt GÜLTAKIN

ATÖLYE ÇALIŞMALARI

17-18 MAYIS Kalbinizle Bağlantı Kurmak ve Kalpten Yaşamak.....Karen STEMKENS

7-8 HAZİRAN Fiziksel, Zihinsel, Duygusal ve Cinsel Taciz ile Çalışmak ve İç Çocuk
Çalışması (Regresyon Uzmanları için)Trisha CAETANO

14-15 HAZİRAN Şamanik Trans Dansı ve Şamanik Yolculuğa Çıkmak..Leo RUTHERFORD

Yer: Hasnün Galip Sok. Pembe Çıkma No: 4/6 Beyoğlu - İSTANBUL • Tel: (0212) 243 18 14 - 249 34 45 •

Faks: (0212) 252 0718 • e-posta: bilyay@bilyay.org.tr • www.bilyay.org.tr • www.bilyayakademi.net

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

13 MAYIS Günlük Yaşamda RuhsallıkDuygu GÜNER

27 MAYIS Hastalıkta Sağlıkta Günlük Yaşam Uygulamaları.....Fadime ÇELİK

Yer : Talatpaşa Cad. No:57 Yedigöller Apt. Kat:4 D:12 Alsancak İZMİR • Tel: (0232) 464 00 17

e-posta irader@irad.org • www.irad.org

Yerimiz sınırlı olduğundan etkinliklerimize kaydolmak için lütfen 14:00-17:00 saatleri arası (0232) 464 00 17 No.'lu telefonumuzu arayınız.

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

• CUMARTESİ KONFERANSLARI (Saat: 15:00)

03 MAYIS Evrenin İşleyişi (video gösterimi)

10 MAYIS İnsan ve ŞuurTümerhan MERAL

17 MAYIS Vazife AnlayışıTümerhan MERAL

24 MAYIS İnsan ve Bilgelik.....Bilgehan MERAL

31 MAYIS Kendini İyileştirme Uygulamaları.....Tümerhan MERAL

Yer: Ramazanoğlu Cad. Kutlu Apt. K:1 D:2 01130 ADANA • Tel: (0531) 950 26 52

e-posta: adrad@adrad.org • www.adrad.org

NOT: İSTANBUL'DA SALI KONFERANSLARINA VE DİĞER İLLERDEKİ ETKİNLİKLERE GİRİŞ
ÜCRETSİZ VE SERBESTTİR. GEÇ KALINMAMASI RİCA OLUNUR.

Ruh ve Madde Yayınları

Fiyat Listesi

12. Gezege: Zecharia Sitchin	23 TL
300 Soruda Deneysel Ruhçuluk:	
Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz	15 TL
300 Soruda Ölüm ve Ötesi:	
Alparslan Salt.....	15 TL
Ateş Üstünde Yürüyenler: Joel Andre	5,5 TL
Bagavatgita "Rab'bin Ezgisi"	11 TL
Batık Kita Mu'nun Çocukları:	
James Churchward.....	13 TL
Başka Yaşamlar, Başka Benlikler:	
Roger Woolger.....	23 TL
Bilinmeyen Gücümüz: Dean I. Radin.....	21 TL
Çağlar Boyu Uçan Daireler.....	9 TL
Çocuklara Öyküler: Yavuz Keskin.....	6 TL
Çocukların Unutulmuş Dili: Lillian Firestone	17 TL
DDA-Evren Dili: Ingo Swann.....	11 TL
Dinlemenin Zen'i: Rebecca Z. Shafir.....	19 TL
Dünya Tarihçesi Keşif Seferleri: Zecharia Sitchin	22 TL
Edgar Cayce: Thomas Sugrue	25 TL
Enerjiler: John G. Bennett.....	8 TL
Enki'nin Kayıp Kitabı: Zecharia Sitchin.....	22 TL
Enneadlar: Plotinos.....	16 TL
Eon: Jean E. Charon.....	11 TL
Fallar: Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson	9 TL
Geçmiş Yaşamlarınızı İyileştirmek:	
Roger J. Woolger.....	20 TL
Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....	7,5 TL
Gerçek Varlık Ruhur: Leon Denis	8 TL
Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne	
Psikolojik Yorumlar: 1.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
2.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
3.Cilt, Maurice Nicoll.....	35 TL
4.Cilt, Maurice Nicoll.....	25 TL
5.Cilt, Maurice Nicoll.....	25 TL
5'li set, Maurice Nicoll	125 TL
Günlük Sofroloji: Jean Yves Pecollo	10 TL
Güzel Hayatı Yaratmak: Beyaz Kartal	6 TL
Herkes İçin Ötealem Rehberi: G.M. Roberts	13 TL
Hinduizm: Swami Nikhilananda	15 TL
Hint Kökenli Dinlerde Karma İnançının	
Tenasüh İnançıyla İlişkisi: Dr. A. İ. Yitik	8 TL
İçsel Gerçeklik: Paul Brunton	10 TL
İki Dünya Arasında: F. Wiedemann.....	14 TL
İsa Keşmir'de mi Öldü?: S. Obermeier	8 TL
İsis ve Osiris: Plutark	13,5 TL
Kader Sorunu: Leon Denis.....	13 TL
Kayıp Diyarlar: Zecharia Sitchin.....	18 TL
Kozmik Sembati: David Spangler	17 TL
Kozmik Şifre: Zecharia Sitchin	19 TL
Kozmik Tohum: Zecharia Sitchin	22 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
Meta Ansiklopedi: Alparslan Salt-Cem Çobanlı	40 TL
Ne İçin Yaşıyoruz?: J. G. Bennett.....	8 TL
Otopsi Roswell Olayı: Y. Tokatlı.....	9 TL
Ölüm Sonrası: Colin Wilson	22 TL

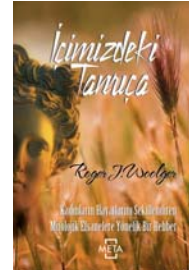
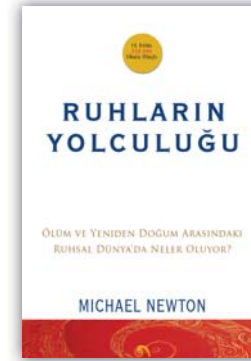
Ötealeme Geçerken Gördüklerimiz:	
Sir William Barrett	8 TL
Parapsikoloji ve Felsefe: David Ray Griffin.....	9 TL
Psikosentez: Will Parfitt	10,5 TL
Ruhlar Kitabı: Allan Kardec.....	30 TL
Ruhların Kaderi: Michael Newton	24 TL
Ruhların Yolculuğu: Michael Newton	22 TL
Ruhsal Alemin Işığ: Silver Birch	10 TL
Ruhsal Alemin Sonsuz İmkanları: A. Pauchard.....	6 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2: Dr. K. Nowotny.....	11 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3: Dr. K. Nowotny	10 TL
Ruhun Güçleri: Leon Denis	8 TL
Rüyalar: Sevda Yücesoy.....	15 TL
Sayıların Gizemi: Rafet Gökhan Ayyüce.....	18 TL
Sevinç ve Güzellik Alemleri•	
Kader Bilmececi: A. Pauchard	7 TL
Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....	30 TL
Şamanik Yolun Çalışma Kitabı: Leo Rutherford	24 TL
Tanrı'nın Eczanesinden Sağlık: Maria Treben.....	20 TL
Tekrardoğuş 2. Cilt	13 TL
Tekrardoğuş 3. Cilt	13 TL
Tekrardoğuşu Keşfetmek: Hans TenDam	28 TL
Türkiye'de 1958 Öncesi Alınan Ruhsal Tebliğler:	
Derleyen ve Türkçeleştiren Alparslan Salt.....	24 TL
Umut Habercileri: Paola Giovetti	12 TL
Uzay Gemilerinde: George Adamski	9 TL
Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:	
John Willner	22 TL
Yaşayan Zaman: Maurice Nicoll	18 TL
Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları: J. G. Bennett.....	8 TL
Yeni Çocuklar ve Ölüme Yakın Deneyimler:	
P.M.H. Atwater.....	17 TL
Yüce Alemleri Bilmek: Rudolf Steiner.....	13 TL
Zaman Başlarken: Zecharia Sitchin	20 TL

Ruh ve Madde Dergisi (Her ay yayımlanır)	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: 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

Aslan Halkı: Murry Hope	12 TL
Astral Seyahat Teknikleri: Nusret Sefa Yılmaz	22 TL
Bir Yaşamımız Daha Olsa:	
Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl	15 TL
Çalgın Sarhaç: İtzhak Bentov	18 TL
Dikkat: Ruh Eşiniz Çıkabilir!: Janet Cunningham,	
Michael Ranucci.....	12 TL
Diyet ile Romatizma Tedavisi: J. V. Belle.....	11 TL
Dünya'ya Mektup: Elia Wise	16 TL
Emmanuel'in Kitabı:	
Judith Stanton, Pat Rodegast	18,5 TL
Excido: Aysun Bitir	10 TL
Göksel ve Yerel Işımlar: Wilton Kullmann	10 TL
Hiçlik Denen Yer: Zeynep Zahal Camat	14 TL
İçimizdeki Tanrıça: Roger Woolger	25 TL
İçten Dışa Değişim Teknikleri: U. Markham.....	11 TL
İçten Yaşamak: Sri Aurobindo ve Anne	13 TL
Kainatın Masalı: Zeynep Zahal Camat.....	14 TL
Kendinizi Güvende Hissedin: William Bloom.....	13 TL
Kıyamet Kitabı: Zeynep Zahal Camat	10 TL
Mandala: Helga Fiala	18 TL
Masumiyete Dönüş: J. M. Schwartz	16 TL
Mong: Hendrick Vannek.....	10 TL
Psikiş Korunma: Fadime Emir.....	16 TL
SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı Kurmak:	
D. Zohar-Dr. I. Marshall	19 TL
Strese Son!: Alix Kirsta	20 TL
Şamanik Yolculuk: Sandra Ingerman	20 TL
Tui Na Çocuk Masajı: M. Mercati	18,5 TL
Yönlendirmeli GEVŞEME Uygulaması (CD):	
Reşat Güner.....	15 TL
Zararlı Işımlardan Korunma: W. Kullmann	11 TL



Seçtiğiniz kitapları web sitemizden %20 indirimle sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com

Bedri Ruhselman'ın 54 yıldır beklenen kitabının İngilizce baskısı çıktı

**Madde ve ruhtan başlayan yeni dünyanızda
bitmeyen bir bilgi yağmuru...**

Gerçek sevgi anlayışı ve sevgiden öze doğru yürüyüş...

Varlıksal özgürlüğün keşfedilmesi... Gezegenel uyanış...

Küresel ısınma, seller, depremler neyi gösteriyor?

Doğa olayları bize ne öğretmek istiyor?

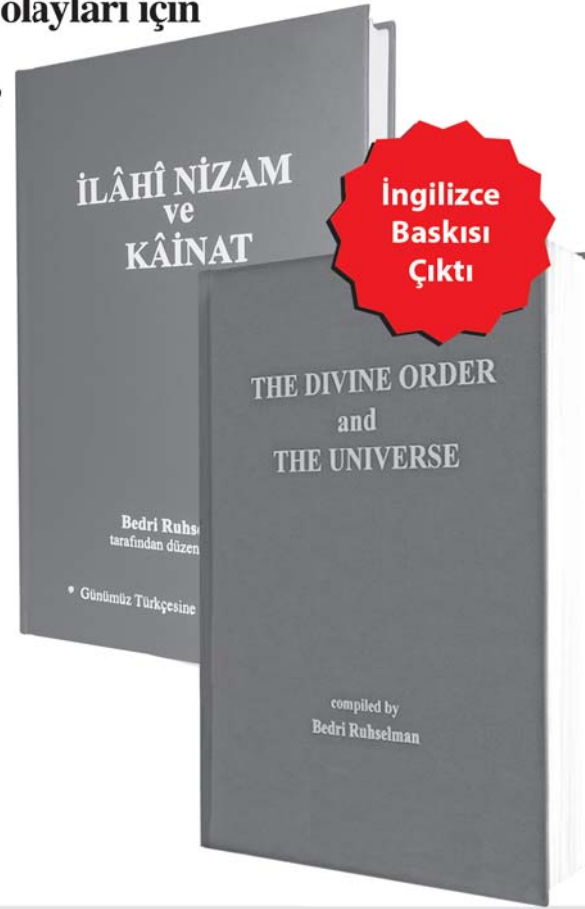
Bugüne kadar şaşmayan doğa olayları için

önceden belirtilen gerçeklerde,

hangi ruhsal hazırlıklar var,

hangi kıyamet kopacak?"

*1959 Yılında "Önder" adını
verdiğimiz Büyük Vazife Plânı'ndan
gelen bilgiler, Bedri Ruhselman
tarafından düzenlenmiş, o tarihten beri
noter, banka kasalarında, muhafaza
edilmiş, zamanı geldiği için 54 yıl sonra
orijinaline sadık kalınarak
yayınlanmıştır.*



Metapsiik Tetkikler ve
İlimi Araştırmalar Derneği

0 212 243 18 14
www.mtiad1950.org.tr
www.ruhvemadde.com

Ana Dağıtımcılarımız



Kitabı bulabileceđiniz noktalar



Ruh ve Madde Yayınları

MTiAD
1950



DOST KİTAPLARI