

RUH ve MADDE

Nisan 2019 Yıl:60 Sayı:711 ÜCRETSİZ

Mutluluk Bilimi: Şikayet Sizi Neden Yiyip Bitirir?

Steven Parton

Çocuklarda Ölüm Yakın Deneyimler

Duygu Güner ve Verda Altınal

Korkular, Özdeşleşme

G. I. Gurdjieff

Kendine Değer Vermek

Bilun Altunlu Armağan

ISSN 1302-0676



9 771302 067015

111

SEVGİLİ OKUYUCULAR

“Gurdjieff Öğretileri ve Dördüncü Yol ile Kendini Keşfetme Yolculuğu”

Nusret Seza Uslmaz



7 Nisan Pazar günü başlıyor
Nisan ilk Pazardan itibaren 8 hafta
Pazar saat 20.00 -23.00 arası
**Perculus internet üzerinden
online eğitim**



Nisan sonu cumartesi yüz yüze buluşma

Bu çalışmadaki amacımız kendimizle, olaylarla, toplumla, doğayla ve evrenle olan ilişkilerimizde nerede uyumlu olmadığımızı öğrenmek ve bu yolda hangi uygulamaları yapabileceğimizi bilmektir. 4. Yol, kendini keşfetme ve dengeli yaşama yoludur. Bu çalışmada insan kendi saklı yönlerini zamanla keşfederken varlığının pek çok alanındaki dönüşümüne de şahit olmaktadır. Olaylara, insanlara, nesnelere olan sürekli özdeşleşmeleri durdurmanın bir yolu var mıdır? Negatif duygu ve düşüncelerimizi ifade etmemeyi öğrenebilir miyiz?

Olaylar karşısında kendimizde kalabilir miyiz?
Kendimize ait pek çok ben içerisinden Yüksek Bilince sahip Gerçek Ben oluşturabilmenin yolu nedir?
Gerçek anlamda farkındalıklı yaşayabilme imkanımız var mıdır?
Bunlar ve benzeri pek çok sorunun yanıtını seminerimizde hep birlikte cevaplayacağız.

- 1. Hafta: Dördüncü Yol ve Yüksek Bilinç**
- 2. Hafta: Ben ve Ben Olmayan**
- 3. Hafta: Saklı Parçalarımızı Uyandırmak**
- 4. Hafta: Bilgiden Varlığa Dönüşüm**
- 5. Hafta: Farkındalık Yolunda Bilinçlilik ve Bireysellik**
- 6. Hafta: Dönüştürülmesi Gereken Alanlar**
- 7. Hafta: Öz Şuur'a Yolculuk - Gerçek Ben'e Uyanmak**
- 8. Hafta: Karanlıktan Işığa Dönüşüm – Strateji ve Teknikler**

ÜCRETLİ KAYIT VE DETAYLI BİLGİ İÇİN
bilyay@bilyay.org.tr
SAADET ER 0-212-2431814
YER: Masnugalip Sok.
Pembe Çıkmazı.
Zarifi Ap. No: 4
D:6 Beyoğlu/İstanbul



VE UMUTTU Pandora'nın kutusundan en son çıkan... Pandora miti görüldüğünden çok daha fazlasıdır. Pandora her kadın gibi meraklıdır. Zeus'un kendisine evlilik hediyesi olarak verdiği ve açmamasını tembihlediği kutuyu açar. Kutunun içinde yer alan pişmanlık, öfke, kibir, keder, ıstırap, yalan, riya ve hastalıklar dünyaya yayılır. Pandora son anda kutuyu kapatır; umut içeride kalır.

Umut; istemek, istekleri gerçekleştirmek için yeni yollar bulmak ve vazgeçmemektir. Bu nedenle yaşamda karşılaşılan güçlüklerle baş etmede, olumsuz koşulları iyileştirmede ve hayalleri gerçek kılmada umutlu olmak çok önemlidir. Hele ki içinden geçtiğimiz bu dönemde... Gücümüzün tükenmemesi için dört elle sarıldığımız umut, her şeyden daha önemlidir. Ünlü tarihçi Eric Hobsbawn, “Aşırılıklar Çağı” der bu çağa... Her şeyin aşırısının yaşantımızda olduğu bir çağdır. Deccal; çoktandır aramızdadır. Deccal; devre sonlarında negatif unsurların baş tacı edilmesinin sembolüdür ki zaten bu tesirlerin içinden geçmekteyiz. Umut; bize umutsuzluk uçurumunun yanı başımızda olduğu günümüz dünyasında ruhumuzu yeşertir, gelecek güzel günlerin habercisidir çünkü geleceğe odaklıdır ve amaç yönelimlidir.

Yine umut, merak sayesinde dünyada güzel şeyler oluyor, bilim dünyasında yeni keşifler yapılıyor... Elli beş milyon ışık yılı uzaklıktaki Messier seksen yedi galaksisinin ortasında bulunan büyük kütleli kara deliği Event Horizon Teleskobu ile gözlemleyen NASA, elde ettiği aşağıdaki görseli tüm dünya ile paylaştı. Her geçen gün, Astrofizik dünyasında önemli gelişmeler oluyor.

“Büyük insanlığın toprağında gölge yok \ sokağında fener \ penceresinde cam ama umudu var büyük insanlığın \ umutsuz yaşanmıyor,” dediği gibi büyük usta, Nazım Hikmet'in...

İlâhî Nizam ve Kâinat kitabının açılışının üzerinden altı sene geçti. Bu sürede çok değişimler, dönüşümler yaşadık, yaşıyoruz. Her okuduğumuzda sanki yeni okumuş gibi enerjisi ile bizi besliyor. Lütfen siz de paylaşın... Sevdiklerinize ulaştırın.

Nisan ayı içinde de Perculus isteminden ONLINE *İlâhî Nizam ve Kâinat* kitabı okumalarımız ücretsiz olarak devam ediyor. ilahinizamvekainatonline@gmail.comadresine mail atarak katılım sağlayabilirsiniz.

Ruh ve Madde

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür

Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

Genel Yayın Yönetmeni

K. Levent KOSOVA

Teknik Sorumlu

Dilek YILMAZ

Çeviri ve Redaksiyon

Yasemin TOKATLI

Grafik Uygulama

Gülşah ÇAPRAK

Kapak

Ferda TULUNTAŞ

Dizgi

Ruh ve Madde

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

ISSN 1302-0676

NİSAN 2019 Sayı: 711 Cilt: 60

Bu dergi **İnsanlığı Birleştiren Bilgiyi Yayma (BİLYAY)**

Vakfi'nin bir kuruluşu olan **Bilyay Yayıncılık**

Eğitim ve Sağlık Hizmetleri Ltd. tarafından her ay

yayımlanmaktadır.

Bilyay Yayıncılık yönetim merkezi:

Hasnun Galip Sokak Pembe Çıkmazı No: 4 Daire: 6

34433 Beyoğlu İstanbul

Telefon 0212.243 18 14 ve 249 34 45

Faks 0212.252 07 18

BİLYAY VAKFI ile RUH ve MADDE YAYINLARI

hakkında bilgi almak için

web sitemizi ziyaret edebilirsiniz.

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

<http://www.bilyayayincilik.com>

<http://www.bilyayakademi.net>

e-mail: bilyay@bilyay.org.tr

info@bilyayayincilik.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

1960 yılında ilk baskısıyla sizlerle buluştuğu günden

bu yana hiç aralıksız 58 yıl her ay baskıyla hayat bulan

Ruh ve Madde Dergisi, 2018 Şubat ayı itibari ile

<http://www.bilyay.org.tr> adresimizde online ve ücret-

siz olarak sizlerle buluşmaya devam edecektir.

İçindekiler

- 4 **Varlık Safhasına Geçiş** Dr. Bedri Ruhselman
- 10 **Mutluluk Bilimi: Şikayet Sizi Neden Yiyip Bitirir?** Steven Parton
- 18 **Korkular, Özdeşleşme** G. I. Gurdjieff
- 20 **Kendine Değer Vermek** Bilun Altunlu Armağan
- 25 **Bedensel Ölümden Sonra Hayatta Kalma ve Parapsikolojinin Gelişimi** Carlos S. Alvarado
5. Bölüm
- 32 **Çocuklarda Ölüm Yakın Deneyimler** Duygu Güner ve Verda Altınel
- 36 **Ayak İzleri**
- 38 **Prencip Sahibi Olmak Celse 28, 07.09.1963**
- 39 **Etkinlikler**

İ L Â H İ N İ Z A M V E K Â İ N A T ' T A N S E Ç M E L E R

Varlık Safhasına Geçiş

*Dr. Bedri Ruhselman
tarafından derlenmiştir.*

1. Bölüm



SİMDİ, hidrojen atomunun “varlık safhası”na girinceye kadar nasıl geliştiğini açıklamaya başlıyoruz.

Hidrojen safhasının altında, sonsuz bir mekanik gelişim ve tekâmül ortamının mevcut olduğunu bildirmiştik. Bu ortam, dediğimiz gibi, amorf, yakın, dağınık bir bütün oluşturan, karanlık bir sahadır.

Aslı tesirler, bu karanlık ortamda ilk çekirdeği kurduktan sonra, onun etrafına diğer cüzleri de toplayarak, gittikçe daha karmaşık, daha karışık ve daha gelişmiş durumları meydana getirirler. Ve böylece meydana gelmiş olan madde oluşumunun ortasındaki aslı tesir, bu oluşum içinde kullanıldıktan sonra, mahiyeti değişmiş ve aslı durumunu kaybetmiş olarak, o maddeden tekrar dışarı yayınlanmaya başlar ki, buna o cismin “manyetik alan”ı deriz.

İşte, hidrojen âleminin, en küçük cüzlerinden en büyük sistemlerine kadar, bütün küreleri ve oluşumları böyle meydana gelir. İlk hidrojen çekirdeği

böylece kurulduktan sonra, yukarıda söylediğimiz yoldan gelişe gelişe, nihayet, kimyaca tanınan “H” atomu kademesine ulaşır.

Böyle, aslı tesirlerin hâkimiyeti altında kurulan ilk hidrojen atomuna, en son gelişim kademelerine kadar, yâni varlık hâline gelinceye kadar yalnız, –aslı tesirle– o atoma bağlı olan ruha ait tesirler ve esasî tesirler gelir. Yâni, ileride tesirleri anlatırken açıklayacağımız, aslı tesirlerin ruhlara ait, “tekâmül değerleri” dediğimiz kısımları ve maddelere ait, “esasî tesir” dediğimiz kısımları gelir. Dolayısıyla, bu atomların bünyelerindeki hareketler, ancak yüksek aslı tesirin hâkimiyeti altındadır. Ruhlar, pasif olarak bu hareketlere sürüklenmekle, uymakla, mekanik-otomatik tekâmüllerini yaparlar. Bu, tekâmülün bir tür pasif adaptasyon safhasıdır. Bu safhada, atom bünyelerine, “tâli tesirler” (*) dediğimiz, evrendeki diğer varlıklara ait olan tesirler gelmez. Zaten burada, ruhların henüz özgürlük ve idrakleri sözkonusu olmadığından, ileri safhalara ait sınavlar, eprövlere mevcut değildir. Onlar, sadece, düzenli olarak yürüyen ve gittikçe karmaşıklaşan atomun hareketlerine otomatik olarak uymak zorundadırlar. Ve atomların bu karışık hareketlerine intibak ede ede, varlık safhasına hazırlanmaktadır.

Ancak, hidrojen atomunun çeşitli türlerinin bir araya gelerek türlü cisimleri meydana getirmesi, varlıkların gelişimleri için gereklidir. İşte insanlarca “cisimler” diye tanınmış olan, atomun bu bileşiklerine ve kombinezonlarına -yine Ünite’nin yüksek kontrolü altında- vazifeli varlıklardan “tâli tesirler” gelir

ve bunlar, bu cisimlerde çeşitli formasyonlar, deformasyonlar ve transformasyonlar yaparlar. Dolayısıyla, atomlarda olduğu gibi bu bileşiklere artık doğrudan doğruya esasî tesirler inmezler. Onların yerine tâli tesirler geçer. Ve kuşkusuz bunlar da daima aslı tesirlerin kontrolü altındadır.

*
* *

İlk hidrojen atomunun bünyesi, varlık hâline gelinceye kadar -biraz önce söylediğimiz gibi- yalnız aslı tesirlerin hâkimiyeti altında gelişimine devam eder ve insanların, oksijen, gümüş,

platin, kurşun, radyum vs. adlarla tanıdıkları, hidrojen atomunun gelişmiş hâlleri olan elementler meydana gelir ki, insanlar bugün bunlardan ancak 100 kadarını tanıyabilmişlerdir. Oysa bunların miktarı 100’ün üstündedir.

Yine söylemiş olduğumuz gibi, hidrojen atomunun üst elementlere dönüşmesi, ancak aslı tesirlerin müessiriyetiyle (*) olmaktadır. İşte maddelerin varlık kademesine kadar gelişimleri sağlandıktan sonra, o ândan itibaren varlığa doğrudan doğruya esasî tesirler gelmez. Ancak onun tâbi olduğu ruhtan, daha doğrusu aslı tesirin ruha ait olan kısmından ve evrendeki çeşitli tekâmül kademelerindeki varlıklardan tesirler gelir ki, bu sonuçlara tâli tesirler deriz. İşte bütün bu tesirlerle, o varlık, tekâmülü için gerekli olan sınavları, eprövlere ve deneyimleri geçirmeye başlar ve bir sürü imkânla karşılaşır. Gittikçe gelişen, çoğalan ve kapsam kazanan bu tekâmül imkânları içinde -evrendeki işlerini bitirmek için- varlık, uzun tekâmül

yolculuğuna koyulur. Onun tekâmülü icaplarından olarak, bu vazifeli varlıklardan gelen tâli tesirlerle, biraz önce söylediğimiz gibi, hidrojen atomunun çeşitli elementlerinden sonsuz kombinezonlar kurulur, sayısız cisimler meydana getirilir. Bu cisimlerin sonsuz varyeteler içinde bir araya getirilmesi ve dağıtılması suretiyle, çeşitli formasyonlar meydana getirilerek, büyük ve küçük cisimler, madde kompozisyonları, bedenler, dünyaları dolduran türlü maddeler, nihayet dünyalar ve sistemler kurulur. Bütün bunlar, Üniteiden süzülen aslî tesirlerin ışığı altında, her kademedede bulunan vazifeli varlıkların gönderdikleri sayısız tâli tesirlerle yapılır.

Şu hâlde, atomun bünyesine tâli tesirler müdahale edemez. O, tümüyle esasî tesirlerin hâkimiyeti altındadır. Fakat atom elementlerinin her türlü kompozisyonları, vazifelilerden gelen tâli tesirlerle kurulup dağıtılabılır ki; bunlar da, doğal olarak, çeşitli tekâmül düzeylerindeki varlıkların derecelerine göre, büyük veya küçük çapta olurlar.

*
* *

Hidrojen atomunun en ilkel hâlimden itibaren gittikçe yükselen, gelişen bünyesi, o oranda hareket, kudret ve tesir edicilik kazanır. Ve onlara bağlı bulunan ruhlar da, gittikçe zenginleşen ve

kudretleri artan bu hareketlere uya uya tekâmül ederler. Maddedeki bütün bu hareketleri uyandıran etkenler, aslî kaynaklardan gelen tesirlerdir. Çünkü tesirler, fonksiyonlarını, maddelerde hareketleri meydana getirmek suretiyle yaparlar.

Özetle, hidrojen atomlarını kuran aslî tesirler, taşıdıkları icaplara göre, etraftan sürekli olarak topladıkları cüzlerle hidrojen atomunu bir üst âleme doğru geliştirirler. Doğal olarak hidrojen atomunun gelişmesiyle

yayınlayacağı enerjiler de o oranda yükselir, kudretlenir ve hidrojen atomu geliştikçe, daha yüksek ve karmaşık enerjiler, yâni daha gelişmiş partiküller yayınlamaya başlar. Fakat bütün bunlar hidrojen atomunun henüz ilk safhasına ait maddelerdir.

Burada şunu da belirtelim ki, hidrojenin bu gelişimi, birtakım atom çekirdeklerinin, ayrı ayrı kimliklerini koruyarak, atomun içinde kabaca birikmeleri tarzında olmamaktadır. Aslî tesirlerin hâkimiyeti altında

atomda biriken değerler, birbirleriyle birleşmeden, tam bir ahenk ve denge içinde kaynaşarak, hidrojen atomunun o andaki mahiyetini karakterize eden bünyesini meydana getirirler.

*
* *

Bütün maddelerin manyetik alanları vardır. Böyle gelişmiş bir atomun manyetik alanı, ilk hidrojen çekirdeğinde olduğu gibi basit değildir. Hidrojen çekirdeklerinin bir araya gelmelerinden meydana gelen hidrojen atomunun bünyesinde bir sürü partikül olduğu ve her partikülün de bir manyetik alanı bulunduğu için, bu gelişmiş atomun manyetik alanı da, kendisini oluşturan cüzlerinin manyetik alanlarının sentezinden meydana gelmiştir. Bu alana “manyetik alanlar sentezi” deriz. Maddelerin bu manyetik alanları çok önemlidir. Çünkü onların birbirleri ile ve varlıklar ile olan bütün ilişkileri bu manyetik alanlar vâsıtasıyla sağlanır ve bu alanlara gelen tâli tesirler; şiddetlerine, kudretlerine ve yönlerine göre, bu alanların tâbi buldukları maddelerin bünyelerinde -düalite prensibinin ve değer farklanması mekanizmasının kuralları altında- çeşitli değişimler, dönüşümler, deformasyonlar, dağılmalar ve toplanmalar yapabilirler. Yine, varlıkların maddelerden yararlanmaları, onları çeşitli hâllere

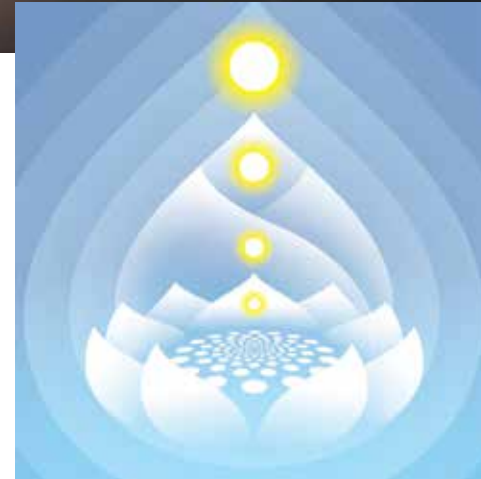




sokabilmeleri de bu yoldan olur. Dünyanın da -tabii ki kendi oranında kapsamlı ve geniş olan- manyetik alanından yararlanan vazifeli varlıklar -bu alana çeşitli tesirler göndermek suretiyle- dünyadaki küçük veya büyük doğa olaylarını meydana getirirler. Bunun gibi, idraki daha üstün bir varlıktan gelen tesirler, bu manyetik alanlar üzerine etki ederek, onlara ait maddelerde o oranda büyük sonuçlar doğururlar. Esasen, bu yoldan dünyaların, sistemlerin, güneşlerin hâl ve durumlarına etki edebilecek

hareketler, ancak çok yüksek plânların işidir. Ve kuşkusuz bunlar, Aslı Prensibin icaplarına göre, kontrollü olarak yapılır.

Nerede madde varsa, orada manyetik alanın bulunması zorunludur. Zaten manyetik alanın oluşması hakkında daha önce verdiğimiz bilgi, bu hakikatin anlaşılmasını kolaylaştırır. İşte böylece, bir atomun manyetik alanı olduğu gibi, atomun bütün gelişim safhalarının, yâni elementlerin, bu elementlerin bileştirilmeleriyle meydana getirilmiş



cisimlerin, dünyaların, sistemlerin, bunlardan başka, galaksilerin,

âlemlerin, varlıkların birbirine nazaran az çok kapsamlı, az çok karmaşık manyetik alan sentezleri vardır. Bunların üstünde, bütün evreni kapsayan Ünite'nin manyetik alanı tektir. Orada, manyetik alanlar sentezi yoktur. Çünkü Ünite'de birbirinden ayrı ve farklı varlıkların veya unsurların mevcudiyeti sözkonusu olmaz.

*
* *

İşte insanların perispri dedikleri şey de, maddelerin bu manyetik alanlarından ibarettir. Yâni, insan bedenlerinin manyetik alanları, insanların perispri mânâsında kabul ettikleri şeydir.

Demek ki bir ruh, kendisinin evrendeki temsilcisi olan ve bir enerjiler karmaşasından ibaret bulunan varlığı vâsıtasıyla maddelerin manyetik alanlarına tesir ederek, onları kullanır. Ve onlardan kendisi için, o maddelerin mensup buldukları dünyalardaki tatbikatına uygun gelen bedenleri kurar ve bu bedenler vâsıtasıyla da, o dünyanın diğer varlık ve maddelerinin manyetik alanlarına tesir etmek ve onları kullanmak suretiyle, tekâmülünü sağlar.

Bir dünyanın karmaşık bir manyetik alanlar sentezi mevcut olduğu gibi, ondan daha karmaşık olan güneş sistemlerinin ve galaksilerin de manyetik alanlar sentezleri mevcuttur, demiştik. Varlıklar, bu alanlar kanalıyla bu âlemlere tesir ederek vazifelerini yaparlar. Meselâ birkaç güneş sistemini, hattâ birkaç galaksiyi içine alan ve manyetik alanlarına tesir etmek suretiyle onları idare eden çok yüksek vazifeli varlıklar mevcuttur. □

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

Mutluluk Bilimi: Şikayet Sizi Neden Yiyip Bitirir?

Steven Parton



BAZEN hayatta, köhne şuurumuzun etrafında koşuşturan deneyim ve bilgilerimiz, harmanlanarak beyin saatimizin birdenbire olayların idrakine varmamızı sağlayacak biçimde çalışmasını sağlar ve bu düşünce akışında yüzeye çıkan tezahürü buluruz.

Böyle bir durum üniversitedeki ilk yılımda başıma geldi. Beni kaygılı ve melankolik gençliğimden, sürekli artan mutluluğun içerisine fırlatan dünyaya bakış açımı sonsuza kadar değiştirdi. Sanki, *New Age* imsi lagalugalılarla gözünüzü boyuyormuşum gibi geliyor, değil mi? Biraz orada durun, çünkü sizi temin ederim, *Mutluluk Bilimi* dediğim şeyi anlatabilmek için klişelerinize karşı mantıksal kanıtlar sunacağım.

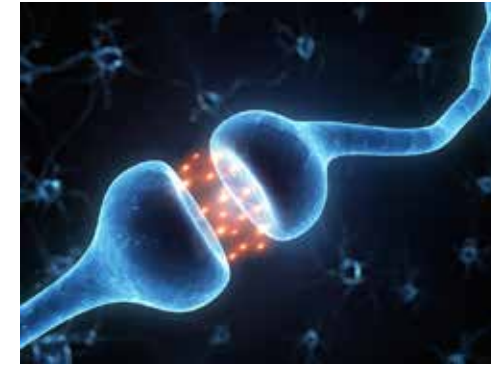


Bunu keşfettiğim zaman, bilgisayar ve psikoloji alanlarında çift anadal yapıyordum. Bu ilgi alanlarımın yanı sıra doğu psikolojisi ve nörolojiye de yakınlık duyuyordum. Bu da, yarıyıl derslerimi, biyoloji ve bilgisayar branşlarımı iki tane üçüncü sınıf psikoloji, bir tane üçüncü sınıf filozofi ve son sınıf yapay zeka dersleriyle dolduruyordu. Bu ders karışımı beynimi hemen farklı yönlere ayırdı ve parçaları tekrar birleştirdiğimde, iyimser olmak için şikayet etmeyi seven insanları hayatımdan çıkarma konusunda mantıklı açıklamalar bulmaya başladım.

1. “Birbirine bağlanan sinapslar.”

YAPAY zeka profesörünün derste söylediği ilk sözdü. Ve bu söz bugüne kadar, hayatta aldığım kararları belirleyebilmem için mantığımın en etkili parçalarından biri olmuştur.

Prensibi basittir: Beyninizin her yerinde “sinaps boşlukları” diye adlandırılan dağınık sinaps yığınları vardır. Bir düşünce oluşturduğunuzda sinapslardan biri, bir diğer sinapsla bu boşluktan kimyasal reaksiyona geçer ve elektrik sinyallerini (düşündüğünüz bilginin yükü) taşıyan bir köprü meydana gelir. Bu tıpkı, sinirlerinizin, ayak parmağınızda hissettiğiniz bir şeyi, elektrik olarak -aslında bu hissi yaşadığımız yer olan- beyninize taşınmasına benzer.



İşin can alıcı noktası; elektrik yükünün tetiklendiği her defasında, elektrik yükünün kat ettiği yolu kısaltabilmek için sinapslar birbirine yaklaşır. Bu, evrim ve adaptasyonun mikrokozmik bir örneğidir. Düşüncenin daha kolay tetiklenebilmesinde, kimyasal bağlantıyı paylaşacak ve ateşlenmeyi

kolaylaştıracak daha uygun sinapsların işini kolaylaştırabilmek için beyin kendi devresini yapılandırmakta, kendisini fiziksel olarak değiştirmektedir. Buradan yola çıkarak, ilk gizemli bilimsel kanıtınız şudur: *Düşünceleriniz beyninizi şekillendirmekte ve böylelikle gerçekliğin fiziksel yapısını değiştirmektedir.* Devam etmeden önce bunu iyice anlamaya çalışın çünkü burada çok derin bir mantık fırtınası esmekte.

2. En Kestirme Yol Yarışı Kazandırır.

BEYNİNİZİN her düşünceyle değişerek ve şekillenerek sürekli yaptığı bu muhteşem gerçeğin ötesinde, daha da heyecan verici olan faktör, sınıksız birleştirdiğiniz sinapslar (daha sık düşünerek) fabrika ayarlarındaki kişiliğinizi temsil eder: zekanız, becerileriniz, istidadınız, en kolay ulaşılır düşünceleriniz (aşağı yukarı, iletişim becerilerinizin kaynağı).

Daha derinde yatan mantığa inelim. Bir topu birbirine atıp tutan ikişer çift düşünün. Bir çift birbirinden 10 metre mesafede, diğer çift birbirinden 100 metre mesafede dursun. Her çiftten bir kişi aynı anda ve hızda topu diğer eşine atsın. Topu ilk yakalayan çift, kişisel kararınızı ve psikolojik durumunuzu belirler.

Hangi çift topu daha önce yakalar? Fiziğin mesafe, zaman ve hız kuralı her zaman, birbirine 10 metre mesafede duran çiftin kazanacağını söyler. Düşüncelerimizin çalışma temeli budur. Düşüncenin tekrar etmesiyle bir şeye olan yakınlığınızı temsil eden sinapsları birbirine daha çok yaklaştırırsınız ve oluşturduğunuz

düşünce (topa benzettiğimiz elektrik enerjisini harekete geçirerek) kazanan daha kısa mesafe kat eden, sinapslar arasındaki köprüyü en kısa sürede inşa edendir.

3. Kabul Etmeye Karşı Hayıflanma, Çekilmeye Karşı Arzu, Sevgiye Karşı Korku.

SKOLASTİK Rönesans yaşadığım zamanlarda doğu filozofisiyle tanıştım ve bu da şekillenen ideolojimi güçlendirebileceğim, bir tür Ockham'ın Usturası'nın basitlik felsefesini bana sundu.

Çok basitti, bana reaktif düşünme fırsatını sunan her dakikada, iki seçeneğim de basitti: Sevgi veya korku, kabul etme veya hayıflanma, çekilme veya arzu, iyimserlik veya karamsarlık.

Dostlarım, şimdi top tutmaca oynayan iki çiftimiz var.

Doğal olarak, kendi esenliğim açısından, birbirini seven çiftleri yakınlaştırmayı istediğimi fark ettim. Böylelikle her zaman korku dolu ve karamsar çifti yenebileceklerdi. Bundan dolayı, kontrol etme ihtiyacımdan feragat ederek yaşamımda yoluma çıkan her şeyi sevme pratiğine başladım.

Budistler evrenin acı çektiğini söylerler. Bence evren kaos olduğu için böyle söylüyorlar. Kontrolten çıkması evrenin doğasında vardır. Arzularımızı zorladığımızda evrenin buna razı gelmeyeceği sayısız durumla karşılaşmamız kaçınılmazdır. Bağımlılık noktasında arzu duymayı bırakmaya karar verdim.

Budistlerin bahsettiği kabul etme aşamasını uygulamaya, Tao'ya, iyimser



sevginin akışını kabul etmeye, karşıma çıkan her iyi ve kötü şeye, "Deneyimin ve verdiğin ders için teşekkür ederim, bana sıradakini gönder ki ona da aynı sevgiyi vereyim," demeye başladım. Bunu yaptıkça, sevgi snapsı bana davranış, düşünce ve kişiliğimi vermeden önce beynimde üzüntü, pişmanlık, kötümserlik, korku, arzu, melankoli, depresyon vs. ile bağlantılı her snapsın harekete geçme ihtimali azalana kadar, bu sinapsları birbirine yaklaştırdım. İlk durumum iyimserlik ve minnettarlıkla dolu olmaya başladı ve varlığımda taşıdığım sahte yükler azalmaya başladı.

Belirttiğim gibi, doğa kaosu yüceltir ve beynimiz de böyle davranır. Açıkça görülüyor ki, şuurlatınızda

bulunan negatifliği tamamen ortadan kaldıracak, boş olmayan bir çalışmadır bu. Bazen duygular ağır basar ve kimyasal yükü yalayan çiftler negatif olur ama tıpkı kaslarımızdaki gibi, sevgi sinapslarınızı çalıştırırsanız dünyayı daha sıklıkla ve daha güzel aydınlatan özünüzdeki güce sahip olabilirsiniz. Kendinizi çok daha mutlu ve sağlıklı hissedeceksiniz ama durun! Öncesinde, ele alacağımız bir nokta daha var.

4. Ayna-Nöronlar.

EĞER düşüncelerinizle gerçekliği değiştirebileceğinizi öğrendiğinizde belleğiniz infilak

etmediyse buna hazırlıklı olmayı isteyebilirsiniz. Beyninizi ve sinapsları değiştirebilen yalnızca düşünceleriniz değildir, çevrenizdeki düşünceler de bunu yapabilir.

Bizi ilkel atalarımızdan gerçekten ayıran bir becerimiz varsa bu, imajinasyonumuzdur. İmajinasyon sanatın ve mimarinin; peri masallarına dayanarak çıkardığı savaşlarla milyarların canına mal olan dinleri şekillendiren (kurgusal) hikayelerimizin kökenidir.

İmajinasyonla geçmişte ve gelecekte yaşayabiliriz ve şu andan kaçarak gelecekte ne olacağını tahmin edebilmek için geçmiş hatıralarımızı kullanabiliriz. Örneğin, tecrübelerime dayanarak ateşin bedenimizi yaktığını biliyorum; akıl gözüm elimi ateşe deşirdiğimde derimi yakacağımı biliyor. Bu o kadar içgüdüsel ki günlük akışımızda algıladığımız her şeyde bunun sürekli gerçekleştiğini fark etmiyoruz. Toplumumuzdaki karmaşada yönümüzü bulma becerisi budur. Daha da heyecan verici olanı, bu beceri yalnızca olaylarda değil duygularda da etkilidir.

Birisini bir duygu içerisinde (öfke, üzüntü, mutluluk vs.) gördüğümüzde beynimiz bu duyguyu yaşayanın neleri deneyimlediğini anlamaya çalışır. Bunu da beynimizdeki aynı sinapsisleri harekete geçirerek yapmaya çalışır böylece, gözlemediğiniz duyguyu bağdaştırabilirsiniz. Buna kısaca, empati diyoruz. Toplum psikolojisine bu şekilde kapılırız, sakın birisi çok sayıda öfkeli insanın etkisiyle kendisini düşmana saldırırken bulabilir. Müzik festivallerindeki paylaştığımız coşkunun, trajik olaylardaki dayanışmamızın nedeni de budur.



Arkadaşlarınızla barlarda bir araya gelip, arkadaşlarınızın kusurları, devletin yanlışları, kendini beğenmiş insanlarla ilgili sızlanmaya bayılmanızın sebebi de budur.

Bu aslında saçma bir şey değildir; hayatın kendisidir, kaostur, sürekli böyle bir davranış içinde olduğunuzda beyninizdeki sinapları harekete geçirerek bunu sağlamaktasınız. Daha önce belirttiğim gibi,

sinaplarınızı ateşlediğinizde beyninizi şekillendirmektесinizdir.

Sizi neşelendiren insanlarla vakit geçirmeniz çok önemlidir çünkü arkadaşlarınız korku dolu, arsız, karamsar sinapları birbirine yaklaştırmakta; ilkel kişiliğinizi tıpkı kendilerinininki gibi yavan ve üzücü bir hale sokmaktadırlar.

Mutlu mu olmak istiyorsunuz? Kendinizi değersiz hissetme korkusu

veren insanlarla değil, beyninizi sevgiye açan insanlarla birlikte olun. (Zor günler geçiren ve yardıma ihtiyaçları olan arkadaşlarınızdan uzaklaşın demiyorum. Dünyanın adaletsizliği ve zaafalarını eleştirmeyin de demiyorum. Pozitif değişimler genellikle eleştirel düşünceyle gerçekleşir.)

5. Stres sizi öldürecek.

GÖRDÜĞÜNÜZ gibi, negatiflik, pişmanlık, arzuların esiri olma, gelip geçici şeyler hakkında gereksiz şikayetler zaman akmaya devam ettikçe var olmaya devam edecek ve bunların hepsi strese yol açmaktadır. Günümüz psikolojisinin de söylediği gibi, beyniniz öfke sinaplarını harekete geçirdikçe bağışıklık sisteminizi zayıflatmakta, kan basıncınızı yükseltmekte; kalp hastalıklarına, obeziteye ve şeker hastalığına

yakalanma riskini artırmaktasınız.

Stres hormonu kortizol en önemli herkesin ortak düşmanıdır. Artan kortizol seviyesi öğrenmeyi ve hafızayı etkiler; bağışıklık sisteminizi ve kemik yoğunluğunuzu azaltır. Kilonuzu, kan basıncınızı, kolesterolünüzü ve kalp rahatsızlıklarınızı artırdığını bilim adamları yıllar önce keşfetmişlerdir. Bu listeyi daha da uzatabiliriz. Kronik stres ve yükselen kortizol seviyesi depresyon, akıl hastalıkları ve erken ölüm riskini artırır. Özellikle gençlik çağında, yükselen kortizol seviyesinin akıl hastalıkları ve direnç zaafiyeti riskini artırmasıyla ilgili çalışmalar yayınlanmıştır. Kaç veya kavga et mekanizmasının bir parçası olan korku ve strese tepki olarak böbreküstü bezleri tarafından kortizol salgılanır.

Stresin zarar verici etkileri hakkında daha fazla kanıt isterseniz, karamsarlık, üzüntü ve pişmanlığın sağlığınıza negatif etkileri üzerine yapılmış sayısız





çalışma vardır. MayoClinic ve APA'dan bir tane örnek sunuyorum:

Evren kaotiktir. Öngörülemez yağmur fırtınalarından otomobil kazalarına; şikayetleriyle başkalarına fiziksel ve duygusal zararlar veren arkadaşlarımıza kadar. İçinde bulunduğumuz her an, mutluluğunuza gölge düşüren ve ruhunuzu parçalayan bu ıstırapı karşınıza çıkarabilir.

Karşınıza ne çıkarsa çıksın seçiminiz basittir: sev veya kork. Kendinizi koca dünyada yalnız hissettiğinizde, sevdiğiniz birini kaybettiğinizde, sınavda başarısız olduğunuzda, işinizden kovulduğunuzda mutluluğu bulmanız zordur, bunu anlıyorum. Fakat o an geldiğinde hayıflanmak zorunda değilsiniz; negatif ilginizi kendinizi üzgün, bitkin, gülünç, huysuz hissetme noktasına gelene kadar, beyninizi şekillendiren olaylara yöneltmek zorunda değilsiniz.

Diyebilirsiniz ki, "Evet, bu berbat bir şey. Ama ne öğrendim? Daha

iyi biri olabilmek için bundan ne çıkarabilirim. Bir sonraki olayda mutluluğa daha yakın olabilecek gücü nasıl kullanabilirim?" Görüyorsunuz ki, başarısız bir ilişki veya geçirdiğiniz kötü bir gün sizi durdurmasın. Neyi sevip neyi sevmediğinizi size gösteren bir araç olsun ki karşınıza çıkabilecek engellerden kaçınmanızı sağlasın. Eski eşiniz sizi çıldırtan bir kimseyse aynı şekilde davranan başka bir eşle vakit kaybetmeyin.

Başarısızlıklarınızdan ders çıkartabiliyorsanız, yaşadığınız her günü bir öncekinden daha iyi yapamamanız için bir sebep yok. Her gün yeni bir şey yapın, ve ondan bir ders çıkarın, korku yerine sevgiyi seçin, ver her bir günü bir öncekinden yaşanılır kılın. Bunu yaptıkça yaşamı daha çok takdir edecek ve daha mutlu olacaksınız. □

CuriousApes.com'dan çeviren: Evren Pozan

BİLYAY VAKFI

MTİA DERNEĞİ

RUH VE MADDE YAYINLARI



SOSYAL MEDYADA

Değerli Okurlarımız,
Bugüne kadar BİLYAY Vakfı ve MTİAD Derneği olarak, merkezimizdeki konferanslar, Bilyay Akademi seminerleri, diğer özel çalışmalarla sizlere ulaşıp 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 ulaşıp duyuru, etkinlik ve taze haberlerimizi takip edebileceksiniz.

MTİAD
1950



www.facebook.com/Mtiad1950

<https://twitter.com/Mtiad1950>

www.facebook.com/bilyayventiad

Ruh ve Madde Kitap Klubü
www.facebook.com/groups/20598571775099

Korkular, Özdeşleşme



G. I. Gurdjieff

Essentuki

...tekrar tekrar aynı şey etrafında dönüp dolaşan düşünceler ve realitede sadece gerçekleşmeyecek değil, aynı zamanda gerçekleşmeyecek olan ama beklenen aynı tatsızlıklar.

Gelecekte olabilecek tatsızlıklar, hastalıklar, kayıplar, garip durumlara dair bu kötü bir şey olacak sezgileri aslında sık sık uyanırken rüya görme durumuna gelene kadar insanı ele geçirir. İnsanlar gerçekte ne olduğunu görmeyi ve duymayı durdururlar ve biri onlara kötü bir şey olacak sezgi ve korkularının bazı özel durumlarda asılsız olduğunu ispatlamayı başarırsa hoş bir beklentiden mahrum olmuş gibi kesin bir düş kırıklığı hissederler.

Çok sıklıkla kültürlü bir çevrede kültürlü bir yaşam süren bir insan, yaşamında korkuların ne kadar büyük bir rol oynadığını fark etmez. Her şeyden korkmaktadır: girişteki kapıcıdan, köşede gazete satan adamdan, taksi şoföründen, tezgâhtardan, fark edilmemek için dikkat çekmeden geçip gitmeye çalıştığı caddede gördüğü bir arkadaştan. Ve sırası geldiğinde çocuklar, hizmetçiler, kapıcılar vb. de ondan korkmaktadır.

Olağan, normal zamanlarda durum böyledir ama şu anda yaşadığımız gibi zamanlarda her yeri saran bu korku

açıkça görünür hale gelir.

Geçen yıl yaşanan olayların büyük bir kısmının korkuya dayandığını ve korkunun sonucu olduğunu söylemek abartı olmaz.

Şuursuz korku, çok karakteristik bir uyku özelliğidir.

İnsan etrafını saran her şey tarafından ele geçirilmiştir çünkü etrafındakilerle ilişkisine yeterince nesnel bir şekilde asla bakamaz.

Asla kenara çekilip o anda kendisini çeken ya da iten şeyle birlikte kendisine bakmaz ve bunu yapamadığı için her şeyle özdeşleşir.

Bu da uykunun bir özelliğidir.

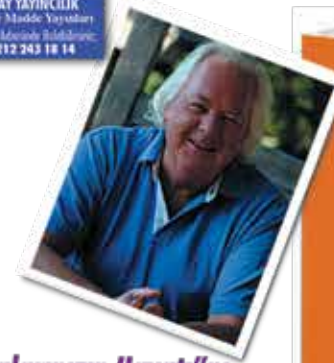
Bilgi almak gibi belirli bir amaçla biriyle bir sohbete başlarız. Bu amaca ulaşmak için *kendinizi izlemeyi asla durdurmamalı, ne istediğinizi hatırlamalı*, kenarda durup kendinize ve konuştuğunuz kişiye bakmalısınız. Fakat bunu yapamazsınız. On kerenin dokuzunda *sohbetle özdeşleşir ve istediğiniz bilgiyi almak yerine kendiniz anlatma niyetinde olmadığımız şeyleri anlatırsınız*.

Ne kadar sürüklendikleri hakkında insanların hiçbir fikri yoktur.

Bu korku kolayca tanımlanamaz. Çoğunlukla bu, garip bir durum korkusu, diğerleri ne düşünecek korkusudur. Bazen bu korku neredeyse bir delilik haline gelir. □

Gurdjieff's Early Talks 1914-1931, çeviren: Neslihan Parlak Kosova

KITAPLARIMIZI
Büyük Kitapçılık ve
BİLYAY YAYINCILIK
Halk ve Madde Yayıncıları
Boşbuğulu, Mustafa Paşa Sokakı
0212 243 18 14



"Rüyalarınızın Hayatı"nı Yaşamaz İçin Pratik Sihir

Aktif Rüya Görme, bir taraftan yaşamlarımızın daha derin mantığının ve amacının bulunduğu başka bir dünyayla, dünyanın-ötesindeki dünya ile daimi bir temas halindeyken yine tamamıyla bu dünyada olmanın bir yoludur. **Aktif Rüya Görme**, üç temel uygulama alanı sunar: rüya ülkesinden gündelik hayatımıza enerji ve rehberlik getirmek için rüyalarımızı konuşmak ve rüyalarımızla dolaşmak, şamanik lüsid rüya görme ve şuurlu yaşam. **Aktif Rüyaçılar seçenlerdir. Her ne durumda olurlarsa olsunlar her zaman bir seçenekleri olduğunu öğrenirler. Başkalarının önerdiği kendini -kısıtlayıcı inançlar ya da sınırlı gerçeklik modellerini almamayı seçerler. Aktif Rüyaçılar, onları korku ve umutsuzluğun ötesindeki bir özgürlük ve zevk mekanına götürece kadar güçlü bir rüyayı, bir olasılık rüyasını, oluşturmayı öğrenirler.**

"Bu kitap şiirsellik ve pratikliğin kesiştiği yerde bulunuyor. Robert Moss hepimizin içinde yaşadığı ve yalnızca bulanık bir biçimde anladığı bir dünyaya sesleniyor. Bu kitabı okuyun."

-PETER BLOCK, Abundant Community kitabının yazarı

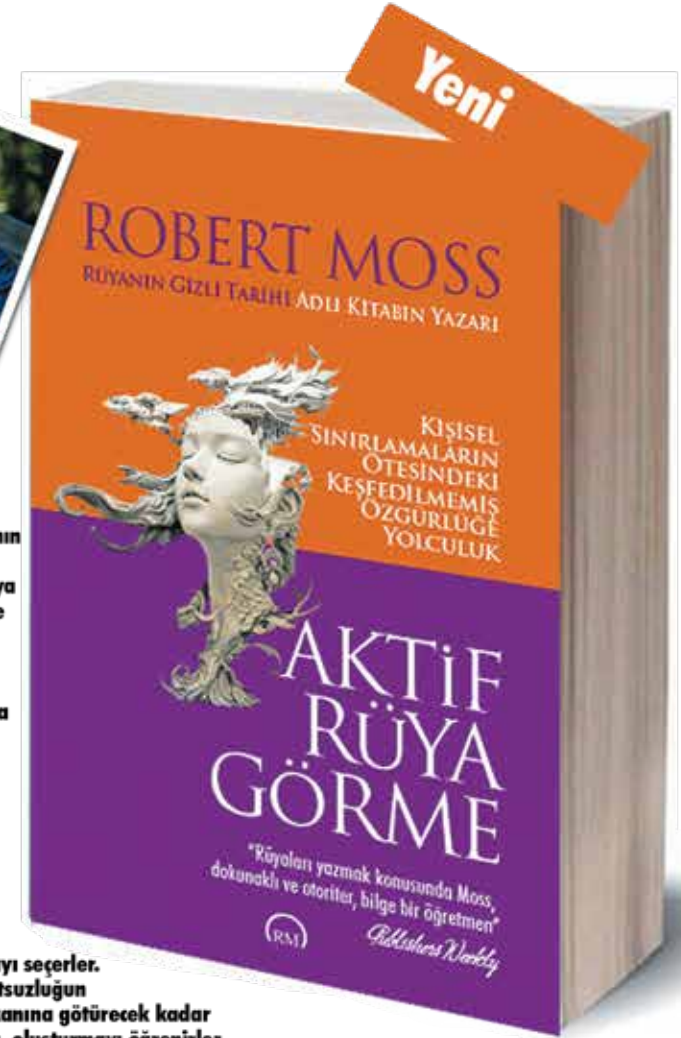
"Aktif Rüya Görme, bir kitabın mücevheri! Yalnızca kişisel yaşamlarımızı dönüştürmek için yardım etmekle kalmayıp aynı zamanda, yaşadığımız dünyayı dönüştürmek için de bir yol sunmaktadır."

- SANDRA INGERMAN, Soul Retrieval ve How to Thrive in Changing Times kitaplarının yazarı

"Rüyalarından koparılmış bir yaşam, yarım-yaşanan bir yaşamdır. Robert Moss, rüyalar ve rüya görmeye bizim en bilge rehberlerimizden. Oldukça öneririm."

-LARRY DOSSEY, MD, The Power of Premonitions ve Reinventing Medicine kitaplarının yazarı

ROBERT MOSS, Aktif Rüya Görme'nin yaratıcısıdır ve tüm dünyada popüler seminerler verir. Önceki kitapları arasında Conscious Dreaming, Dreamways of Iroquois, The Three "Only" Things, The Secret History of Dreaming ve Dreamgates bulunmaktadır. New York Eyaleti'nde yaşamaktadır. www.mossdreams.com.



Kendine Değer Vermek

Bilun Altunlu Armağan



KİŞİLERİN en çok psikolojik/ruhsal sorunlar yaşamalarına yol açan temel duygu kendini değerli görememe halidir. Bununda doğduğu “yer ben yeterli değilim” düşünceleridir. Kendilerinin yapabileceklerinden çok daha fazlasını bekleyen modern toplumların üyeleri sürekli bir şeyleri eksik bırakmış, tamamlayamamış duyguları yaşadıklarından “ben yetersizim” inancı insanlara yapışmıştır.

Ayrıca günlük hayatında kendine değer verme ve kendini sevme enerji alanlarına geçebilmek için fiziksel olarak yaşamına sağlıklı şekilde yaklaşan kaç kişi vardır? Örneğin, eğer kişi sağlıklı beslenmiyorsa, alkol ve uyuşturucu alıyorsa, uykusuna ve fiziksel aktivitelerine özenmiyorsa; bu içsel olarak bir zıtlık yaratacaktır. Bu şekilde kişinin kendini değerli hissetmesi mümkün değildir. Hatta içsel bir çelişki oluşturur. Bu durumu değiştirmek için önce bir şeyler yapılmalıdır. Fakat pek çok kişi yararlı olanı yapma konusunda ya tembellik içinde ya da ertelemektedir.

Eğer “temel inançlarımız” içimizde, bizim başaramayacağımızı tekrarlayıp duruyorsa, öncelikle bunu değiştirmemiz gerektiğini bilmeliyiz. Bunu yapabilmek içinde kendi içimizdeki “olumsuz bilişleri” fark etmeli ve ortaya çıkarmalıyız.

Olumsuz inanç (biliş) ’lerimizin ilk belirtisi, hayatımızda olmasını beklediğimiz, dilediğimiz durum ve olayların oluşmamasıdır. Kısaca dilediklerimizin olmaması temel inançlarımızın (olumsuz biliş) isteklerimiz ile aynı düzlemde olmadığına göstergesidir. Bilinçli olarak istediklerimize dair düşüncelerimiz ile bilinçaltı zihnimiz de sürekli eski bir bant kaydı gibi dönüp duran düşüncelerimiz birbirini desteklemeyen hatta çürüten düşünceler olmalarıdır.

Örneğin, hayatınızda aile olup sizi mutlu edecek bir birliktelik istiyorsunuz, ancak bir türlü olamıyor çünkü kendinizin hak etmediğini veya layık olmadığınızı düşünüyor olabilirsiniz. Ancak bu temel inancınız değildir, bu temel inancınız yüzünden

hissettiklerinizdir. Böyle bir durumda kendinize sorun, “Böyle hisseden biri aslında ne düşünüyor?” Cevaplarınız şunlara benzer olabilir; kendimi mutlu bir ilişkiye layık görmüyorum çünkü başarısızım/veya beğenilmem/ya da kötü biriyim vs. çünkü hata yaptım/kötü davrandım/veya çirkinsin dediler ve bunlardan dolayı kötü hissediyorum, böylece kendimi YETERİNCE iyi bulmuyorum.

“Yani kendimi bu halim ile sevmiyorum, kendime güvenemiyorum dolayısı ile ben yeterli değilim.” İşte temel inancınıza ulaştınız. Öncelikle bunun gerçekliğini sorgulamalısınız çünkü bir çoğumuz bunun çevre, koşul ve insanların söylemine göre gerçek olduğuna inanır. Halbuki GERÇEK bizim dışımızdan gelemez, bizim hayatımızı bizim gerçeklerimiz oluşturur. Böylece kendimizi özgürleştirebiliriz. Dolayısıyla, inançlar gerçekleri temsil etmez sadece siz neye inanırsanız realiteniz o olur.

Siz istediğinize inanmakta özgürsünüzdür aslında... İnançlar gerçekler değildir. İnançlar sadece size fayda sağlayan (tabi çevreye zarar vermeden) ya da size zarar verenler olarak ikiye ayrılabilir. Önemli olan size fayda sağlayanları beslemek ve büyütme. Öncelikle “temel inancınızın” fayda ve zararlarının listesini yapın.

Ancak o zaman bu inancınızın ikincil kazançlarını da fark edebilirsiniz. Bu listeyi yaparken kendinizi aşağıda ki sorgulamadan geçirin;

Ben bu inancımın vazgeçemem çünkü

Ben bu inancımın vazgeçmek istiyorum ama



Ben bu inancımdan vazgeçmek istiyorum fakat

Ben bu inancımdan vazgeçersem ben ben olmam?

Ben bu inancımdan vazgeçersem yeterince benimle ilgilenmez?

Ben bu inancımdan vazgeçersem, gereğini yapmam gerekir. Korkuyorum, ya başaramazsam?

Ben bu inancımdan vazgeçersem, o'nu bir özür olarak kullanamam.

Ben bu inancımdan vazgeçersem hayal kırıklığına uğrarım.

Tüm bunları fark etmek o temel inancın sarsılmasına ve dayanaklarının kırılmasına sebep olur. Her bir belirtiyi tekrardan çerçevelemek dayanakları zayıflatma yolu olabildiği gibi aslında bize özel olumlamaları oluşturmamızı da sağlar. Sonrasında yeni bir inanç olarak neyi yerleştirmek isterdiniz? Bunun üzerinde yoğunlaşırken o inancınızın sizin gerçeğiniz olması için kanıtları düşünün. Ve yeterince kanıt toplayabildiğinizi göreceksiniz. Bu

kanıtları olumlamalara dönüştürün.

Ancak olumlamaları kullanmayı doğru şekilde öğrenmiyoruz. Öncelikle inanmadığımız bir olumlama cümlesi karşısında bedenimiz içe çekilecek ve geriye doğru bir duygu yaşayacaktır.

Olumlama çalışmalarına, sizi olumlu temel inanca yaklaştırıp, yeterince idrak etmenizi sağlayacak ara cümleleri tekrarlayarak başlayabilirsiniz.

Bu yüzden örneğin;

Ben yeterince iyi değilim'e inanan bir kişinin "ben yeterince iyiyim" demeden önce bu aşağıdakine benzer ara cümleleri kendine söylemesi daha uygun olacaktır.

- Ben her alanda değil ama bazı alanlarda iyiyim.

- Ben daha iyi olmak için çabalayabilirim.
- Ben bazı şeylerde başarılı olabilirim.
- Vs.

Ve sonunda "Ben yeterince iyiyim" denmesi kişide uygun bir duygu yaratacaktır.

Bu çalışma her günlük bir pratiğe dönüştüğünde hayata ve kendinize bakış açınız değişecektir. Kendinizi yeterli bulup güvendiğinizden kendinize, diğerlerine ve hayata değer vermeye başlayabilirsiniz. Bu da sizi sevme ve değer verme enerji boyutuna taşır. □



Bedensel Ölümden Sonra Hayatta Kalma ve Parapsikolojinin Gelişimi

Carlos S. Alvarado

5. Bölüm

(Carlos Alvarado'nun bu makalesi *Journal of Society for Psychal Research*, Cilt:67, sy. 871, Nisan 2003 sayısında yayınlanmıştır. Carlos Alvarado'nun izni ile burada yer alıyor. Lütfen www.spr.ac.uk ve Parapsikoloji Vakfının www.parapsikoloji.org web sitesini ziyaret edin).



HYSLOP bir diğer kitabı *Psşik Araştırmanın Gizemleri*'nde (1906b) ikinci şahsiyetin “ruh etkeni” fenomeninden daha ortak bir fenomen olduğunu beyan etmiştir. Hyslop hakkında ilginç olan şey o şuuraltı kapasiteler çalışmasına da katkıda bulunmuştur; süpernormal ile karşılıklı etkileşime inandığı süreçlere katkı yapmıştır. Bir örnek Hyslop'un (1913) şuuraltı fonksiyonları çalışmasıdır ki, o şuuraltı zihin hakkında Myers'in fikirlerini özetlemiş ve eleştirmiştir. Bu çizgideki diğer çalışmalar Hyslop'un Bayan Smead ile “Marslı” iletişimleridir (Hyslop, 1918) ve Bayan Burton'un medyumluğunda fiziksel fenomen üretimindeki şuur dışı hilenin çalışılmasıdır (Hamilton, Smyth ve Hyslopi, 1911).

Ruhçular medyum sal iletişimlere psikolojik açıklamalar katmışlardır, bazı ruhçular Kardec'in tekrardoğuş hakkındaki fikirlerine tepki göstermişlerdir. Tekrardoğuş eğilimi Kardec'in sisteminin önemli bir parçasıydı. Kardec, Spiritizm ve tekrardoğuş hakkındaki öğretilerini medyum sal ilişkilere dayandırmıştır (Kardec, 1875, 1876). Ama tekrardoğuş fikri birçok okuyucular tarafından hoş karşılanmamıştır. Kısmen İngiltere'de böyle olmuştur.

1875'te bir dizi tekrardoğuş tartışması iyi bilinen İngiliz Ruhçu Gazetesinde yayınlanmıştır (Home, 1875; Kislinbury, 1875; Rouse, 1875). Bu yayında medyum D.D. HOME birçok insanın Napolyon olduklarını iddia etmesi kavramı ile alay etmiştir ve ortak geçmiş hayat iddiasında bulunan insanların olmamasıyla da alay etmiştir. Daha da önemlisi, tekrardoğuş içerikli medyum sal iletişimler iki iyi bilinen

ruhçu tarafından saldırıya uğramıştır; Alexander Aksakof ve William Harrison.

Aksakof (1875) bunun yazıcı medyumlara dayanmasını eleştirmiştir çünkü onlar şu şekilde iyi bilinmekteydiler, “psikolojik tesir veya önceden kabul edilmiş fikirler çok kolaylıkla geçebilmektedirler...” (sy.75) Otomatik metinlerin tekrardoğuşçu içeriğinin gerçekte ruhsal olmadığını ama daha ziyade medyum üzerindeki telkine bağlı olduğunu önermiştir. 8 Ekim 1875'te, *Spiritualist Newspaper*'da, çok güçlü bir saldırı yapılmıştır. Muhtemelen yayının editörü William Harrison bu makaleyi yazmıştı. Yazarın söylediği gibi:

Pratik olarak konuşmak gerekirse doktrin şimdiye kadar İngiltere'de ikamet eden herhangi bir medyum tarafından öğretilmemiştir ve burada öğretilen doktrinler genelde (birkaç çarpıcı istisna hariç) medyumların fikirleri tarafından renklendirilmiştir veya da hazirunun; kısaca genel bir prensip olarak ruh mesajlarının yüzde doksanı iletişim kuran ruhtan ziyade medyumun düşüncelerini içerir. Elbette bu süreç medyum farkında olmadan şuur dışı bir süreç olarak meydana gelir. Tam olarak çok iyi biliyoruz ki, eğer tekrardoğuş doktrini İngiltere'de kısıtlanacaksa çok sayıda ruh onu öğretmeye başlayacaktır. Bunun sebebi çeşitli medyumların zihinlerinin çevredeki kişilerin öne sürdüğü konu hakkında tartışmalarla vızıldayacaktır; sonradan orda çok sayıda tekrardoğuş hakkında ruh mesajları olacaktır.

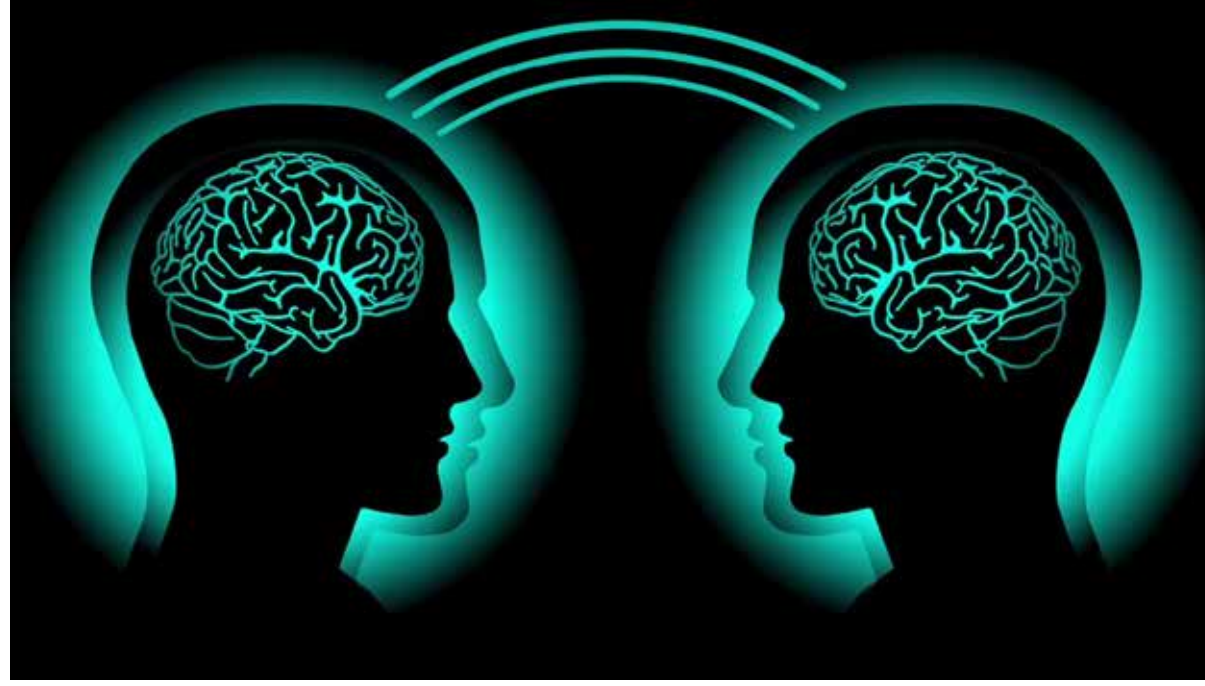
Bir diğer anonim spekülasyon, muhtemelen Harrison tarafından yazılmıştır. Şöyle yazıyor: “Allan Kardec'in kitabındaki ifşaatların ne kadarı onun celsedeki mevcudiyetine

bağlıdır?” (Endüktif Metod, 1875, sy. 314). Burada önemli soru tekrardoğuş değildir ama ruh iletişimciler tarafından ifşa edilen bazı ruhçuların inançları (bu vakada tekrardoğuş), MEDYUM VE MEDYUMUN KENDİ İNANÇLARI tarafından telkin yolu ile yapay olarak üretilmesidir.

Yaşayanlardan Medyumsal İletişimler

PSİ fenomeninin karmaşıklığını anlamada hayatta kalma kavramının bir diğer katkısı yaşayanlardan kaynaklanan medyumsal iletişimlerin tartışmalarıdır. Ruhçular tarafından bilinmez ve görmezden gelmeden uzak olarak bu iletişimler başlangıcından beri ruhçu edebiyatta tartışılmıştır. Bu fenomenin erken bir bahsi Ballou'nun önceden bahsedilen kitabında görünmektedir. Şöyle yazmıştır: “Ölmüş şahsiyetlerin ruhlarından geldiği yönünde cevaplar gelmiştir -isimlerini vermişler, yaşayanlarla ilişkilerini vermişler, ve çeşitli iletişimler kurmuşlardır- ama sonradan ortaya çıkmıştır ki ölü olarak temsil edilen kişiler hala hayattaydı” (Ballou, 1853, sy. 29).

Yargıç John Worth Edmonds, *Ruhçuluk Üzerine Mektuplar*'ında ve makalelerinde bu vakaların mevcudiyetini tartışmıştır (1874). Ekim 1857'de yazılan bir mektupta on beş yıldır görmediği bir adamla meydana gelen bir iletişim vakasından bahsetmiştir. Vakayı şöyle özetlemiştir: “Onun birçok yıllar boyunca görmemişim, o sıralarda benim aklımda değildi ve medyum onu tanıyamıyordu. Ama o kendini hatasız bir şekilde tanımlamıştı, sadece



garip özelliklerini değil ama sadece benim ve onun bildiği meselelerden bahsetmiştir” (Edmonds, 1874, sy. 116).

Sonradan Alan Kardec yaşayanların ruhlarının çağrıştırdıklarından bahsetmiştir. Hem Kardec ve hem de onun tercümanı Anna Blackwell yaşayanların ruhlarını çağrıştırmaları vakalarını sunmuşlardır (Kardec, 1876, sy. 350-353). Medyumsal iletişimlerden sağlanan Kardec'in görüşleri şöyledir: “Yaşayan bir şahsiyetin çağrıştırmaları için en uygun an onun doğal uykusudur; çünkü onun ruhu, tamamen özgür olduğu için, herhangi bir yere kolayca gidebileceği için, bunlar meydana gelebilir” (Kardec, 1876, sy.345). Diğer yazarlar tarafından yayınlanan sonraki makalelerin de yaşayanların iletişimlerinin varlığı hakkında tartışılmıştır. Bunlar Neher'in (1874) *Enkarne Ruhların Görünümleri*'ni ve

Damian'ın (1875) *Duble*'sini içerir, ikisi de Human Nature dergisinde görünmüştür.

George Wyld, 1881'de, *Light* Dergisinde şöyle yazmıştır: “Yaşayan bedenlerin ruhları belirli şartlar altında, ruh dünyasına girebilir ve bedenden azat olmuş ruhlar gibi davranabilirler”.

1890'lardan itibaren, İngiliz Ruhçu William T. Stead otomatik yazı uygulaması yapmıştır (Stead, 1893a,1893b,1894). O ölmüş kişilerden ve yaşayanlardan mesaj almıştır. Bir telepatik otomatizm örneği onun küçük kitabı *Ölünün Geri Döndüğünü Nasıl Bildim*'de sunulmuştur, kitap 1909'da yayınlanmıştır. Stead'ın bir bayan arkadaşı hafta sonunu Londra'nın 30 mil ötesindeki Heslemere'de geçirmiştir. Pazartesi günü, Stead onun Londra'yı terk edip etmediğini görmek için otomatik

yazısını kullanmak için oturdu. Aşağıdaki mesajları aldı:

Çok ıstıraplı bir deneyim yaşadığımı söylediğim için üzgünüm, bunu konuşmaktan utanıyorum. *Heslemere*'i öğlen 2:27'de terk ettim, ikinci sınıf bir trene bindim, orda iki bayan ve bir beyefendi vardı. Tren hareket ettikten sonra koltuğundan kalktı ve bana yaklaştı. Alarm halindeydim ve onu ittim. O uzaklaşmayı reddetti ve beni öpmeye çalıştı. Çok öfkeliydim. Aramızda bir mücadele oldu. Onun şemsiyesini aldım ve ona vurdum ama o kırıldı, bana sahip olacağından korkmaya başladım; o sırada tren Guildford İstasyonuna varırken yavaşlamaya başladı. O korktu, beni bıraktı ve tren platforma ulaşmadan önce dışarı zıpladı ve kaçtı. Ama şemsiye bendeydi (Stead, 1909, sy.18-19).

Bayan hikayeyi bir detay haricinde onayladı. Şemsiye onundu, saldıranın değil.

Bir diğer büyüleyici katkı astral seyahatçi Vincent Turvey'den gelmiştir. Kitabı *Görücülüğe Balşamak*'ta Turvey, bedeninin dışına projekte olduğunu ve medyumlar yolu ile iletişim kurabildiğini söylemiştir. Katılımcıların Turvey'i iletişimin içeriğinden tanıdıkları rapor edilmiştir.

Bütün bu yazarlar tarafından yapılan kabuller ölülerin bir medyum yolu ile iletişim kurabilecekleri inancıydı; uygun koşullarda yaşayan bir kişinin ruhu da bunu yapabilir. Bu fikirler diğer inançlar bağlamında görülecektir. O zamanlarda birçok yazar ruh gezintisini veya insan dublesini tartışmıştır. 19. yüzyıl boyunca, Crowe (1848), Kardec (1876), Moses, Neher (1874) ve Owen gibi yazarlar bu fikri tartışmıştır ve yaşayanların hayaletleri

gibi fenomenleri sunmuşlardır. Yaşayanların ruhunun ölülerin ruhlarının yaptıklarını yapabilecekleri açıktır.

Bu vakaların tartışması, genelde hayatta kalma ve kısmen Ruhçuluğun medyumal iletişimlerinin karmaşıklığı anlayışına nasıl katkı yaptığını göstermektedir.

Sonuç Görüşleri

BU MAKALEDE hayatta kalma kavramının ruhçuluk ve medyumluk uygulaması yolu ile parapsikolojinin farklı görünümünün gelişimine katkı yapmasını tartıştım. Bunların bazıları iyi bilinirken, edebiyatımızda genelde tartışılmayan malzemeleri sunmaya çalıştım.

Hem SPR'nin kurulması ve hem de J.B. Rhine'in parapsikolojiye dahil olması, büyük ölçüde, hayatta kalma ve insan varlığının tabiatının daha geniş bir meselesinde bunların izleri takip edilebilir. SPR'de hayatta kalma fikri araştırma ve teori üstünde pozitif bir tesire sahipti. Erken dönem SPR araştırmacıları hayaletler, tekinsiz vakalar ve medyumluk fenomenlerini Ruhçuluğun İngiltere'de sunduğu hayatta kalma kavramına tahsis etmişlerdir ve bu Cemiyetin araştırma acentasını şekillendirmiştir.

Rhine vakasında, büyük ölçüde, hayatta kalma ilgisinin onları Duke Üniversitesindeki sahaya sevk ettiğine hiç şüphe yoktur. Ama sonunda hayatta kalmanın "karşıt" bir etkisi olmuştu. Hayatta kalma onu sonraki DDA çalışmasına sevk etmiştir, bu ölüm sonrası fikri ile ilişkisiz bir çalışmadır ve gerçekte, J.B. Rhine sonunda hayatta kalmanın test edilemez bir problem

olduğu sonucuna varmıştır. Bu kısmi bir fikrin veya bağlamın bir etkiye katkıda bulunma tarihinde nasıl etkili olabileceğinin bir örneğidir, kabul edilebilenden farklı olabilen etkidir. Böylece medyumluğun tıpkı şuuraltı zihni kavramının gelişimini ve bazı psikiyatrik teşhislerin (Le Malefan, 1999) gelişimini etkilemesi gibi, hayatta kalma

sorusu modern deneysel parapsikolojinin gelişimine tesir etmiştir. Rhine ve meslektaşlarının deneysel çalışma yolu ile geliştirdikleri "yeni" parapsikolojideki tek etken olduğunu iddia etmeyeceğim (Mauskopf ve McVaugh, 1980; L.E. Rhine, 1971). Ama o kesinlikle temel ilksel kuvvetlerden biriydi ve böyle tanınmalıdır.

Ruhçuların meseleye katkısı daha direkt idi. Bunların arasında yaşayanların psi ve fenomenin psikolojik açıklamaları, tartışmaları vardı; aynı zamanda yaşayanlarla medyumal iletişim varlığının kaydı vardı. Ruhçular bu kavramların tesisine aktif olarak tesir etmişlerdir ve daha geniş olarak psi fenomeninin karışıklığı farkındalığına katkıda bulunmuşlardır.

Bir diğer "karşıt" etki örneği Myers'in SPR'deki ilk çalışmasıydı. Myers erken dönem kariyerinde otomatizm ve telepatinin medyumal iletişimlerde hayatta kalmanın farz edilen delili için kabul edilebileceğini makalelerinde yayınlamıştır (Myers, 1884). Kariyerinin bu evresinde hayatta kalma kavramı Myers'i bir bilinçdışı psikolojiyi geliştirmeye sevk etmiştir, bir taraftan hayatta kalmayı hatırlarken, bir taraftan fenomen için böyle bir açıklama benimseliyordu. Rhine medyumları çalışmayı saf dışı ederken, Myers ona devam etti. Ama Rhine gibi başlangıçta hayatta kalmaya inanmadı. Bu onun kariyerinde sonradan değişmiştir (Myers, 1903).

Orada benim tartışmadığım hayatta kalma ile ilgili diğer direkt ve endirekt, beklenmeyen etkiler vardı. Bazıları serbest cevap metodolojisinin ve enstrümantal çalışmaların gelişimi olabilir. Erken serbest cevap analiz metotları, dikey bilginin varlığını tesis ederek hayatta kalmayı değerlendirme girişimlerinin sonucu olabilir. Enstrümanların kullanımı hayatta kalma fikrinden direkt olarak gelişmemiş olabilir ama o kesinlikle medyumluk çalışması ile motive edilmişti. Böylesi fikirler daha ileri çalışmaları beklemektedir.



*“Parapsikoloji alanında
daha çok araştırmaya ihtiyaç
bulunuyor.”*

Bazıları parapsikolojinin sahada hayatta kalma gibi batıl inançlara ve celse çalışmalarında böyle ilkel ve etkisi metodolojiye hakimiyet kurduğunda ileri doğru hareket etmeye başlayacağını tartışabilir. Ama orda gelişmeleri görmek için farklı bir yol vardır. Parapsikolojinin ilerlediğini düşünmek yerine bunun aksini kabul edebiliriz, çünkü o metafiziksel ve ruhsal olanı saf dışı etmiştir. Bu bazı bilim ve tıp tarihçilerinin Hermetik geleneğinin, mesmerizm ve frenolojinin (kafatası bilimi) bilim ve tıbbi etkilediğini önermelerine benzerdir.

Tesirin nakledilme ve alınma yolu bu tartışma için ikinci öneme sahiptir. Bilimin bazılarının şimdi bilim dışı dediği kavramlar üzerindeki başarısı fikrini kabul ederken dikkatli olmalıyız. Araştırmanın asli yolunu inkar ederek, özellikle sistematik ve problematikse, bilimin büyümesi tarzında araştırma bulguları kabul edilemez ve kesinlikle parapsikolojininki de. Böyle bilim dışı çeşitlilik ve bilimadamlarının eğitimi ve kişiliği gibi sosyal faktörler ve neyin kabul edilebileceği veya edilmeyeceğinin, bilim üzerinde tesiri olduğu bilinmektedir. Benzer şekilde, bedensel ölümden sonra hayatta kalma, bir etkiye sahip olmuştur.

Elbette hayatta kalma teorisine karşı eleştirici olmalıyız. Ne bunun tek etken olduğunu, ne de hayatta kalma

yönelimli parapsikolojiyi değiştireceği iddiasında bulunmuyorum. Sadece modern uygulayıcılar tarafından bazen unutulmuş tarihimizin önemli görüntülerini tanıma ile ilgileniyorum.

Bilimsel olarak eğitim alan parapsikologlar çeşitli sebeplerden dolayı tarihi hatıraların eksikliğinden dolayı acı çekmektedirler. Bazıları hile gibi meselelere odaklanmaktadır, bu birçok fizik medyum için ortak. Diğerleri metodolojik problemlere odaklanmaktadır, dikey bilgi kaynaklarının değerlendirilmesindeki iki anlamlılık ve medyumsal iletişimlerde rolüne odaklanmaktadır. Böylesi araştırmacılar için hilenin ötesini görmek ve hayatta kalma deliliğinin iki anlamlılığının ötesini görmek güçtür. Geçmişimiz çok zor olarak algılanmıştır; kirli test tüpü tartışmasını kullanırsak... araştırma için kullanışlı olmada kirlidir. Sonuç olarak sadece hayatta kalma sahası görmezden gelinmemiş ama orda sahamızın başlangıcı hakkında hiçbir ilgi Ben aşırılığa düşmememiz için dikkatli olmamız gerektiğine inanırken, orda bu görüş açılarında bazı hakikatler vardır.

Ek olarak, bazı modern eleştirmenler ve parapsikologlar, parapsikoloji ve ruhsallık fikirleri ve sahamız için problematik olan bedensel ölümden sonra hayatta kalma fikirleri arasındaki bağlantıyı görmektedirler. James Alcock (1981,1987) parapsikologların sadece ruhu bulmayla ilgilendiklerini ve gerçek bilimadamları olmadıklarını tartışmıştır. Onun görüşünde, hayatta kalma kavramına ve gerçek araştırmasına olan ilgi parapsikologları

motive ettiği söylenen metafiziksel bir itici gücün değerlendirmesidir. Daha yakınlarda, Robert M. Moris (2000) parapsikolojinin problemleri metafizik kökenle bağlantılı olduğunu beyan etmiştir. Bu, diye tartışıyor Moris, parapsikoloji için bir çeşit halk problemidir. Parapsikolojinin okültizm ile, Ruhçulukla ve benzerleri ile bağlantılarını bulsak da, bulmasak da, bu bizim için çözülmesi gereken bir konudur. Sahadaki çalışanlar bu problemle eğitimlerine, hedeflerine ve saha hakkındaki amaç görüşlerine göre tepki göstermektedir. Ama hayatta kalma hakkında bir mide bulantısı ve onun tarihimizdeki yeri bizi hayatta kalmanın parapsikoloji üzerindeki etkisinin ne kadar zengin olduğunu tanımaya yönlendirmektedir. Ve bu etkinin ilksel acentasını vermektedir.

Hedeflerimde yanlış anlaşılmağımı ümit ediyorum. Benim amacım Ruhçuluğu veya hayatta kalma kavramını zaferlendirmek değildir. Bunların faaliyetteki tek güç olduklarını tartışmıyorum. Bunun yerine, onların tesirinin çağdaş parapsikologlar üstünde daha görülebilir hale gelmesini ümit ediyorum. Benim hedefimin başarılması güçtür çünkü makalede tartışılan bazı noktalar elde edilmesi zor olan edebiyata girmenin zorluğundan dolayı böyledirler. Ama hayatta kalma ve Ruhçuluğun psişik olarak araştırılması tarihi görüşlerinde dengeli olmak önemlidir, bunlar bilimsel parapsikolojiye giden yoldaki evrelerdir. Bu tamamen yanlış bir görüş olmasa da, yeterli değildir. Kısmen hayatta kalma kavramları ve genelde Ruhçuluk, azledilip yerine başkası konan tek ödül ve tek evre

değildir. Bunun yerine onlar zengin ve karmaşık başlatıcılarıdır ve çeşitli gelişmelere katkıda bulunmaktadır.

Parapsikolojinin gelişimini geciktiren hayatta kalma hakkında benzer bir makale kesinlikle tartışılabilir. Bu pozisyonu savunmak için de tartışmaların ve örneklerin bulunabileceğine eminim. Hayatta kalma parapsikolojinin gelişimi üstündeki tesiri keşfedilebilmek için çok daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir; düalizm ve vitalizm gibi kavramsal gelenekleri bahsetmiyoruz bile. Bir yaklaşım, hayatta kalma ve ona karşı olan psişik araştırmacıların biyografisine odaklanmayı içerebilir. Diğer çalışmalar, medyumluk kavramının gelişmesi gibi ve medyumsal iletişimlerin arasındaki meselelerin araştırılması olabilir.

Sonuca varırsak, ümit ediyorum ki, okuyucularına hayatta kalmanın önemini hatırlatmada başarılı olmuşumdur. Hayatta kalma bugün parapsikolojide kullanıldığı kadar önemli olmasa da, onun tesiri sahanın gelişimine katkıda bulunan birçok etkenlerin bir örneğidir.

Onaylama Ve İthaf

BU çalışma için makale Parapsikoloji Kurumunun, Eileen J. Garrett'in zengin kütüphanesi sayesinde mümkün olmuştur. Editöryel öneriler için Lisette Coly'e teşekkür etmek isterim.

Ben bu makaleyi bitirirken New York Şehri terörist saldırıya maruz kalmıştı. Bu makaleyi terör kurbanlarına adamayı istiyorum. □

Çocuklarda Ölüm Yakın Deneyimler

Duygu Güner ve Verda Altınel



YETİŞKİN insanlarda olduğu gibi çocuklarda da ölüme yakın deneyim yaşanmaktadır ve çocuklarda yaşanan bu deneyimlerin ÖYD konusunda çok önemli bir yeri bulunmaktadır.

Çocukların soruşturulmasıyla araştırmacılar ölüm yaşam ve ötesi hakkında fazla fikir sahibi olmamış bireyleri inceleme olanağını elde etmiş oluyorlar. Çocuklarda ÖYD’de en önemli konu çocukların henüz etki altında kalmamış olmaları ve aynı zamanda da kültürel şartlandırmaya da girmemiş olmalarıdır. Yetişkinler idrakin sönmesinden, ölmekten dolayı çekecekleri acıdan korkarlar.

Bazıları sevdiklerinden ayrılmaktan, kimisi cehennemin cezalarından, bedensel ıstıraplarından korkar. Halbuki çocuklar henüz bu tür şartlandırmalara girmemişlerdir. Bu yüzden onların ÖYD örnekleri yapılan çalışmalarda çok önemli kanıtlar olarak kabul edilmektedir. ÖYD hakkında yaşamadan önce hiçbir bilgileri yoktur. Ama en küçükleri bile bedenlerini uzaktan ve dışarıdan seyrettiklerini, geçmiş hayat filmlerini gördüklerini, içine girdikleri tüneli, karşılaştıkları başka insanları, akrabalarını, büyük ışıklı varlığı, ardından geriye dönüşlerini rahatlıkla anlatıyorlar.

Çocuklar küçük yaşta böyle bir deneyim geçirdiklerinde, bu onların yaşamlarının bir parçası oluyor. İlerideki yaşamlarına bir göz atmış olanların kendi yaşlıları arasında belirgin bir hale gelmesine neden oluyor. Gelecekte yaşayacakları yaşamdan bu kadar erken haberdar olmaları bu çocukları, olgun insan olduklarında, alışılmamış derecede makul, akli başında kişiler haline

getiriyor. Ayrıca ÖYD geçiren çocuklar yaşlılarına göre daha neşeli ve ümitli görünüyorlar. ÖYD, aynı büyükler gibi onları da daha iyi, sevgi dolu bir insan olmaya yönlendiriyor. Küçük bir çocuğun yaşadığı oldukça ayrıntılı bir deneyimi burada aktarmak istiyoruz:

“Dokuz yaşındayken bilmediğim bir nedenden ötürü çok hastalanmışım. Ateşim 40 derece ya da daha fazlaydı. O arada doktorum çeşitli kereler gelmiş ve durumunda bir iyileşme olmadığı için beni hastaneye yatırmaya karar vermişti. Fakat bunun da bir yararı olmadı. Hastaneye yattuktan sonra ateşim daha da yükselmişti.

Mümkün olan her çeşit testi uygulamalarına rağmen ateşin nedeni bulunamıyordu. Sonunda üç veya dört çocuk hekiminden oluşan bir uzmanlar grubu ateşin mutlaka düşürülmesi gerektiğine, aksi takdirde beynimin hasar göreceğine karar verdiler. O sırada kendimi had safhada halsiz hissediyordum. Doktorların bu ateşe daha fazla dayanamayacağım şeklindeki yorumlarını duydum.

Bunun üzerine doktorlar ağır bir uygulama üzerinde karar kıldılar. Beni soydular ve her tarafına buz kalıpları yerleştirilmiş bir çarşafa sardılar. Bir hemşire başımda bekliyor ve birkaç dakikada bir ateşimi ölçüyordu.

Her tarafımın sarılması bittiği sırada kendimin dışına çıktım. Yüzer gibiydim ve etrafım karanlık ama hoştu. Ve sonra o görüldü, diğer ucundan çok parlak bir ışığın geldiği ışıktan bir tünel.

Tünelden geçmek için birisinden yardım gördüm. Tünelin sonuna eriştiğimde gözlerimin önüne güzel bir manzara serilmişti. Her taraf çiçeklerle dolu kırlarla kaplıydı ve sağ tarafta



sevimli bir patika ve yarıya kadar kireçle boyalı ağaçlar ve beyaz bir çit uzanıyordu. Çok hoş bir görüntüydü.

Sağımda biraz daha ilerideki çayırlarda o güne kadar gördüğüm en muhteşem atlar otluyordu. Onlara ulaşmam için iki tane çiti aşmam gerekiyordu, ama dokuz yaşında bir çocuk için belli ki bu yeterince caydırıcı bir engel değildi çünkü doğru o tarafa yönelmiştim.

Kısa bir süre sonra da yanımda beyaz bir ışık gördüm. Bana eşlik ediyordu. Dostçaydı ve hiçbir şekilde korkutucu bir yönü yoktu. Bu varlık şöyle dedi: 'Nereye gidiyorsun?' Ve ben de 'oraya' dedim. O da 'Harika. Hadi beraber gidelim.' dedi.

Her tarafta o güne kadar görmediğim birçok çiçek vardı ve birlikte yürürken bir yandan ona çiçeklerin adlarını soruyor diğer yandan da onları topluyordum.

Ve bu şekilde hem bütün renkleri içeren, hem de hiçbiri olmayan bu göz kamaştırıcı beyaz ışıkla konuşuyorduk. Yüzü ya da belirli bir şekli yoktu fakat bu beni rahatsız etmiyordu. Geriye, tünelin aşağısında yatağımın çevresinde toplanmış kişilere

baktığımı hatırlıyorum ve kendimin yukarıda, bedenimin aşağıda olmasını umursamamıştım. Burada kendimi gerçekten çok iyi hissediyordum.

Böylece ışıkla konuşa konuşa atlara doğru yürüdük. Atların bulunduğu çayırın önüne geldiğimiz zaman, tam bacağımı kaldırmış çitin üzerinden geçmeye hazırlanıyordum ki nereden geldiği belli olmayan bir sesin şöyle söylediğini duydum: 'Onun burada ne işi var?' Ve ışık şöyle yanıtladı: 'Atlar için geldi.' Ve ses dedi ki: 'Bu doğru olmaz. Onun zamanı gelmedi. Geri gitmek zorunda.'

Ben de bu arada tahta çite sıkı sıkıya tutunmuşum çünkü geri gitmek istemiyordum. İsteyebileceğim en son şey buydu. Sesle ışık biraz daha konuştular ve geri gitmem kararlaştırıldı. Ter ter tepiniyordum. Tam bir inat nöbetine girmiştim, kollarımı ve bacaklarımı tahtalara dolayarak çite iyice yapıştım. Ses artık gülüyordu. 'Bak, o atları daha sonra alabilirsin ama şimdi olmaz. Hem böyle inat etmenin hiç yararı yok.' dedi.

Kendimi tarlanın tepesinde yüzerken ve tekrar tünelin içine girerken buldum. Tiz sesler çıkarıyor, bağırıp çağırıyor, tekme atıyor, ısırıyor ve akla gelen her şeyi yapıyordum ve o el de beni kibarca tünelden aşağı doğru indiriyordu. 'Niçin burada kalamıyorum?' diye haykırdım. 'Çünkü yapmanı istediğimiz bir şey var.' dedi ses. Tünelin sonuna varana kadar elin beni nazikçe tuttuğunu duyumsadım ve oradan bedenimin içine atladım.

Yatakta yatığımı ve yukarı doğru baktığımı hatırlıyorum. Yanı başımda korkmuş bir doktor duruyordu. Derin bir nefes alarak hemşirelerden birine şöyle seslendi: 'Ah, Tanrım, geri geldi!' □

DUYURU



Metapsizik
Tetkikler
ve İlimi
Araştırmalar
Derneği



İnsanlığı
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 KESİNTİSİZ VE REKLAMSIZDIR.

İYİ SEYİRLER!

NOT: YAYINLARIMIZLA İLGİLİ İSTEK, ÖNERİ VE ELEŞTİRİLERİNİZİ
BEKLİYORUZ.

ÖYKÜ

Ayak İzleri

BİR ZAMANLAR, çok özel bir kadına göz kulak olmak için pek çok yılını harcayan bir koruyucu melek varmış. Bu kadın dünya gezegeni üstünde geçirdiği zamanın çoğunda çok çalışmış. Nazik, bilge ve cömert olmaya gayret etmiş. Mümkün oldukça zihnini açık tutmuş ve dünyayı yalnızca ailesi ve arkadaşları için değil, diğer tüm insan kardeşleri için de daha iyi bir yer haline getirmek amacıyla elinden gelenin en iyisini ortaya koymuş. Gerçi, onun da zor zamanları ve mücadele verdiği dönemleri olmuş. Üzüntüyü, yalnızlığı, korkuyu ve muhtaçlığı yaşayıp öğrenmiş. Tıpkı macerayı, heyecanı, tatmini ve başarıyı yaşayıp öğrendiği gibi.

Kadının koruyucu meleği tüm bunlar olup biterken hep onunlamış; onu izlemiş, ona yardım etmiş, ona fısıldamış ve hatta, birkaç kez, bir meleğin mesleki sınırlarını aşan türden yardımlarda bile bulunmuş. Melek birkaç kez kadının önünde heyecanla hoplayıp zıplamış ve fark etmediği anlaşılan fırsatları yakalayabilmesi için kadını itelemiş. Elbette ki, kadın bunu hiç fark etmemiş. Ve melek, diğer tüm melekler gibi sonsuz sabır ve anlayışla donatıldığı içindir ki, doğal olarak bunu sorun etmemiş.

Uzun ve dopdolu bir yaşamın ardından kadın bedenini terk etmiş ve sonunda, meleği ile yüz yüze konuşabileceği hale gelmiş. Birlikte, evrenin bu türden geçiş dönemlerinde tahsis ettiği, özel olarak kabartılmış beyaz bir bulutun üstünde süzölmüşler. Kadının “bir film şeridi gibi” izlemek üzere olduğu yaşamına ilişkin derin bir değerlendirmeyi paylaşacaklarmış. Çeşitli açılardan alınmış çeşitli kayıtları izledikten sonra, kadın aslında kendi varlığının tüm o önemli anlarında, o hiç fark etmeksizin, neler olup bittiğine dair hayli bilgi sahibi olmuş. Sonunda, kadın ve melek kendi ilişkilerini gözden geçirmenin uygun olduğu bir noktaya varmışlar.

Karşılarında kadının yaşamının temsili bir resmi durmaktaymış. Kadının yaşam çizgisi önlerinde uzun bir kumsal boyunca ilerleyen bir dizi ayak izi olarak seriliymiş. Çok uzun bir zaman

boyunca yalnızca tek bir çift ayak izi olduğunu gören melek çok şaşırılmış. “Ama, tüm o süre boyunca seninle birlikteydim,” demiş melek. “Bunların senin en neşeli, en anlamlı anlarından bazıları olduğunu çok iyi anımsıyorum. Öyleyse, bu resimde benim ayak izlerim niye yok? Niçin seninkilerin yanı başında değiller?”

Kadın meleğe hafifçe şaşırarak bakmış. “Ebedi aleme daha yeni girdiğimi biliyorum ama,” demiş kadın, “sanırım bu sorunu yanıtlayabilirim. Benim yanımda yürümüyordun; o sırada benim omzumda oturmaktaydın. Her nereye gitsem seni yanı başımda hissettim ve içgüdüsel olarak sana öyle sıkı yapıştım ki bir türlü yere indirmedim. Asıl beni şaşırtan şey, şuradaki izler; seninkiler ile benimkilerin yan yana olduğunu açıkça görebildiğim dönemler. Bunlar benim en zorlu zamanlarımdı. Çok güçlük çektim, çok gerginlik yaşamıştım ve o dönemlerde yalnızca tek bir çift ayak izi olacağını tahmin ederdim. Seninkilerin! Senin beni taşıyor olduğun dönemlerdi bunlar, öyle değil mi?”

“Ah,” dedi melek, “o sıralarda seni kucağıma alıp taşımaya çalışıyordum ama bana izin vermedin. Senin yanı başında koşturup ‘Lütfen yardım etmeme izin ver.’ diye bağıryordum sana. Ama sen tek başına ilerlemeye devam edip, her şeyin kontrolün altında olduğu ve nasıl başa çıkılacağını bildiğin konusunda ısrar ettin.”

“Hayır, etmedim,” dedi kadın. “Sürekli olarak senden yardım istemiş olduğumu çok iyi hatırlıyorum.”

“Evet,” dedi melek, “ama benden hep sana getiremeyeceğim şeyleri



istedin ve sana, tam olarak senin istediğin tarzda olmamalarına karşın çok fark yaratacak olan seçenekleri sunduğumda ise beni görmezden geldin.”

Ses çıkarmadan bir süre oturup önlerindeki sahneyi incelediler. Sonunda, birbirlerine dönüp aynı anda konuştular: “Yine de, fena iş çıkartmamışız, değil mi?”

Ve birbirlerine gülümsediler. □

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

Prensip Sahibi Olmak

Celse 28, 07.09.1963

PRENSİP andı, ant kelimesinin de ihtiva ettiği anlam ile idraktır. Bir diğer tabir ile prensibin idraki üzerinde temerküz manasına gelir. Prensip, bilgilerin fiilen yapılması demek değildir. Bilgilerin fiilen yapılması, ancak bir ışığın tahtında mümkündür. İşte bu ışık, bir idedir; bir gayedir ve bütün şuur faaliyetlerinin bir yekunudur. Ve nihayet belirli bir tesir kuşağının hasıl etmiş olduğu alan içinde yer tutmaktır. Sizlere daha evvel de bahsetmiş olduğumuz üzere, prensibiniz yoktur. Sizler sadece bilginin birtakım ufak tatbikatlarını yapmaktasınız. Fakat bu bilginin bu tatbik ediliş şekli, hangi esaslı prensipler tahtında olmaktadır, bilmiyorsunuz, bu birincisi... İkincisi, tatbik etmiş olduğunuz bilginin hangi prensibe müteveccih olduğunu da bilmiyorsunuz, bu iki... Gene tatbik etmiş olduğunuz bilginin, hangi prensiplerin mahsulü olduğunu bilmiyorsunuz, üç. Bundan şunu demek istiyoruz: Bilgi sahibi olmak, bilginin tatbikatını yapmak, asla prensip sahibi olmak demek değildir. Prensip sahibi olabilmek, muayyen bir tesir kuşağı içinde, muayyen bir ide ışığı altında çalışmak demektir. Muhakkak ve muhakkak, kanalize olmak zaruretindedir. Dağınık ve serpintili olmak, bir kademenin işidir. Bir üst kademeye geçecek insanlar için, dağınık ve serpintili çalışmak pek semereli ve liyakat verici olmaz. □

hasıl: meydana gelen. elde edilenlerin hepsi.
müteveccih: bir yere doğru gitmeye kalkan, yönelmiş.
temerküz: merkez tutma. toplanma.



Etkinlikler

BİLYAY VAKFI

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

- 02 NİSAN Eşzamanlılık ve Yol Gösteren İşaretler Psikolog Bilun ARMAĞAN
09 NİSAN Sirius Gizemi Dilek YILMAZ
16 NİSAN Gıdaların Ruhsal Yapımıza Etkileri Dr. Didem GÜLMEZ
23 NİSAN İdrak Zülal ÇEVİK
30 NİSAN 4. Yol ve Vicdan Gelişimi Nusret Sefa YILMAZ

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

Faks: (0212) 252 07 18 • e-posta: bilyay@bilyay.org.tr • www.bilyay.org.tr • www.bilyayakademi.net

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

- 02 NİSAN Olanı Sevmek ve Uyum İçinde Olmak Tülin ETYEMEZ SCHİMBERG
16 NİSAN İdrak ve Vicdan Gelişimi Nusret Sefa YILMAZ
30 NİSAN Farkındalıkla Gelişen İçsel Mutluluk Ebru DENİZERİ

Yer : 1456 Sok. No: 92 Yaşar Apt. K: 4 D: 7-8 Alsancak İZMİR • Tel: (0232) 464 00 17

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

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

- 13 NİSAN Soru Cevap Tümerhan MERAL
27 NİSAN Nefes, Gevşeme ve İmajinasyon Çalışması Bilgehan 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.

Bilyay Yayıncılık/Ruh ve Madde Yayınları

Fiyat Listesi

300 Soruda DeneySEL Ruhçuluk:

Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz.....15 TL

300 Soruda Ölüm ve Ötesi:

Alparslan Salt.....15 TL

Atalarımızdan Gelen Karmayı Şifalandırmak:

Steven D. Farner.....27 TL

Başka Yaşamlar, Başka Benlikler:

Roger Woolger.....23 TL

Büyük İnisyeler:

Edouard Schuré.....55 TL

Çağlar Boyu Uçan Daireler.....9 TL

Çocukların Unutulan Dili:

Lillian Firestone.....17 TL

Dinlemenin Zen'i: Rebecca Z. Shafir.....19 TL

Edgar Cayce: Thomas Sugrue.....25 TL

Enki'nin Kayıp Kitabı: Zecharia Sitchin28 TL

Enneadlar: Plotinos.....16 TL

Eon: Jean E. Charon.....11 TL

Fallar: Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson.....9 TL

Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....7,5 TL

Gerçek Dünyadan Manzaralar.....20 TL

Gerçek Varlık Ruhtur: Leon Denis.....8 TL

Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne

Psikolojik Yorumlar: 1.Cilt, Maurice Nicoll.....27 TL

2.Cilt, Maurice Nicoll.....27 TL

4.Cilt, Maurice Nicoll.....25 TL

Günlük Sofroloji: Jean Yves Pecollo.....10 TL

Güzel Hayatı Yaratmak: Beyaz Kartal.....6 TL

Hayatlar Arası Hayat: Michael Newton.....30 TL

Herkes için Ötealem Rehberi: G.M. Roberts.....13 TL

Hinduizm: Swami Nikhilananda.....15 TL

Hint Kökenli Dinlerde Karma İnançının

Tenasüh inancıyla ilişkisi: Dr. A. i. Yitik.....8 TL

İşığı Giden Dönüşüm Yolculuğu: Kaia Nightingale.28 TL

İşel Gerçeklik: Paul Brunton.....10 TL

İki Dünya Arasında: F.: Wiedemann.....14 TL

İlahi Nizam ve Kainat Terimler Sözlüğü:

Alparslan Salt/Cem Çobanlı.....35 TL

İsa Keşmir'de mi Öldü?: S. Obermeier.....8 TL

Kader Sorunu: Leon Denis.....13 TL

Kutsal Tesirler: J. G. Bennett.....8,5 TL

Küresellik: Cengiz Çevre.....7 TL

Olağanüstü İnsanlarla Karşılaşmalar:

G.I. Gurdjieff.....20 TL

Ölüm Sonrası: Colin Wilson.....22 TL

Ötealeme Geçerken Gördüklerimiz:

Sir William Barrett.....8 TL

Psikik Korunma: Fadime Çelik.....20 TL

Ruhların Kaderi: Michael Newton.....32 TL

Ruhların Yolculuğu: Michael Newton.....30 TL

Ruhsal Alemin Işığı: Silver Birch.....10 TL

Ruhsal Alemin Sonsuz imkanları: A. Pauchard.....6 TL

Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2: Dr. K. Nowotny...11 TL

Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3: Dr. K. Nowotny...10 TL

Ruhsal Dünyaya Uyanış:

Sandra Ingerman / Hank Wesselman.....30 TL

Ruhun Güçleri: Leon Denis.....8 TL

Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....35 TL

Sevinç ve Güzellik Alemleri•Kader Bilmecesi:

A. Pauchard.....7 TL

Şamanik Yolculuk: Sandra Ingerman.....20 TL

Şamanik Yolun Çalışma Kitabı: Leo Rutherford.24 TL

Şifa Çemberinden Bakış: Leo Rutherford, Ma.24 TL

Tanrı'nın Eczanesinden Sağlık: Maria Treben.22 TL

Tekrardoğuş 2. Cilt.....13 TL

Tekrardoğuş 3. Cilt.....13 TL

Tekrardoğuşu Keşfetmek: Hans TenDam.....28 TL

Umut Habercileri: Paola Giovetti.....12 TL

Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:

John Willner.....22 TL

Yaşayan Zaman Ve Zamanın Entegrasyonu:

Maurice Nicoll.....18 TL

Yeni Çağ Toplumunun ihtiyaçları: J. G. Bennett...8 TL

Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 19.....10 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: 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

Bir Yaşamınız Daha Olsa:

Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl.....15 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 Yersel Işımlar: Wilton Kullmann.....10 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

Masumiyete Dönüş: J. M. Schwartz.....16 TL

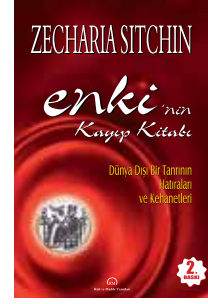
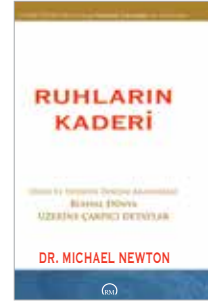
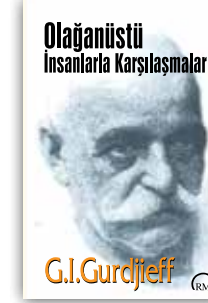
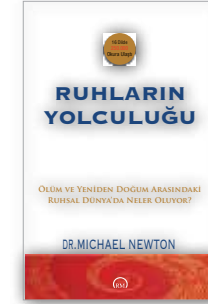
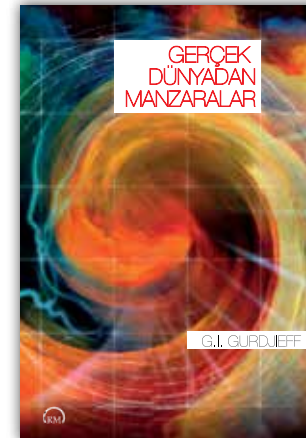
Mong: Hendrick Vannek.....10 TL

SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı Kurmak:

D. Zohar-Dr. I. Marshall.....19 TL

Strese Son!: Alix Kirsta.....20 TL

Zararlı Işımlardan Korunma: W. Kullmann.....11 TL



ilâhî Nizam ve Kâinat Okumaları

ONLINE/PERCULUS

**PAZARTESİ
GÜNLERİ**
Saat **21.00'**de
**DEVAM
EDİYOR**



ilahinizamvekainatonline@gmail.com

adresine katılmak istediğinizi mail ile belirtmeniz yeterli...