

RUH ve MADDE

Nisan 2012 Yıl:53 Sayı:627 (KDV Dahil) 5 TL

Dünya Deneyimlerinin Anlamı

Dr. Bedri Ruhselman

Kadın Olmanın Yaratıcı Gücü

M. Reşat Güner

İblis Aslında Nedir?

Michael Newton

Kendini Bilmede Gölge Benlikler

Fadime Emir

ISSN 1302-0676



9 771302 067015

27

Psşik Korunma

Fadime Emir

Bir enerji alanına sahip olduğumuz ve bu alanın çevre ile sürekli etkileşimde olduğu fikri aslında her devirde bilinen bir gerçektir. Bazılarımız bu etkileri daha fazla hisseder, bazılarımız ise daha az. Ancak ne olursa olsun hepimiz sürekli bir enerji alışverişi içinde yaşıyoruz. İşte bu alışveriş içerisinde zaman zaman kendi enerji alanımızı korumamız gereken durumlar olabilir. Aksi halde enerjimizi çabuk tüketebilir ve çeşitli rahatsızlıklarla karşı karşıya kalabiliriz.

Yazarın geniş bir araştırma sonucu oluşturup kendi deneyimleriyle zenginleştirdiği bu çalışma, hem şifacılık konusunda ilgilenenler hem de gündelik yaşam içerisindeki herkes için bir başucu kitabı niteliğindedir.

212 sayfa, Meta Yayınları

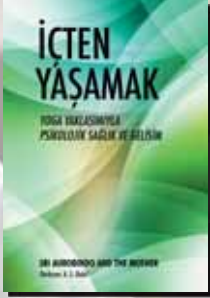


İçten Yaşamak

Sri Aurobindo and The Mother

Psikolojik durumumuz normalde sürekli devam eden, farklı şiddetlerdeki bozukluklarla karakterize olur. En çok rastlanan bozukluklardan bazıları şunlardır; korku, anksiyete, depresyon, güvensizlik, huzursuzluk, öfke, kıskançlık, şüphe, vs. Bu bozukluklar belli bir dereceye kadar "normal" olarak görülürler. Bir kişinin yaşadığı rahatsızlık normal seviyesini aştığı zaman, kişi "zihin sağlığından" yoksun olarak adlandırılır. Bu tür insanlar için yoga iyi bir öneri olabilir. Çünkü yoga, kişiye kesin ve koşulsuz bir huzura, özgürlüğe ve mutluluğa ulaştırmak için şuurda radikal bir değişikliği hedefleyen psikolojik bir yaklaşımdır.

216 sayfa, Meta Yayınları



Geçmiş Yaşamlarınızı İyileştirmek

Roger J. Woolger

Karşılaştığı binlerce vakada, geçmiş yaşam terapisinin gizemli ve açıklanamayan semptomları iyileştirmedeki gücüne tanıklık etmiştir. Dr. Woolger bu kitapta kendi geçmiş yaşam hatıralarınızı keşfetmeniz ve bugünkü sağlığınıza ve mutluluğunuza kesinlikle etkileyebilecek duygusal engelleri aşmak için güvenli ve etkili Derin Hafıza Prosesi yöntemini nasıl kullanabileceğinizi Alıştırma Cd'si ile birlikte adım adım anlatıyor..

116 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları



Dikkat: Ruh Eşiniz Çıkabilir!

Janet Cunningham - Michael Ranucci

"Yazarlar ruh eşi kavramıyla ilişkili mitlere meydan okuyarak ve ruh eşi ilişkilerinin farklı türlerini tanımlayarak büyük bir hizmet yapmaktalar. Egoyu aşan ruhsal bağın bir ruh varlığı bağı olduğunu ve Ruh Eşi ilişkilerinin, Tanrısal Kaynakla birleşebilmelerinden önce, öğrenme ihtiyacında oldukları dersler için yeryüzü planında ihtiyaç duydukları mücadeleleri (çatışmaları, acıyı ve kaybı) yarattığını okuyucuya tekrar tekrar hatırlatıyorlar. Zorlu bir ilişki nedeniyle mücadele etmekten olan herkes bu kitaba sık sık başvuracaktır."

Betty B. Binder

Tekrardoğuş seminer öğretmeni; Past Life Regression Guidebook (Geçmiş Yaşam Regresyonu Rehberi) adlı kitabın yazarı; Association for Past Life Research and Therapies'in eski başkanı.

152 sayfa, Meta Yayınları



SEVGİLİ OKUYUCULAR

İNSANIN kendi içsel varlığını yansıtmaması için önce ne olmadığı konusunda pek çok farkındalıklar yaşamaması gerekir. Ben, dediğimiz şey nedir? Belki de öncelikle ben, dediğimizde biz olmayan şeylere bakmak lazım. Kendini bilme öğretileri pek çok benliklerden oluştuğumuzu söyler. Dünyanın bize yüklediği sahte benler arasında kaybolup gideriz. Bunlar ile o kadar özdeşleşiriz ki gerçek varlığımızı kalıplarla örteriz. Varlığımızın gerçek sesini duymaz hale geliriz.

İşte, insanlık dünyada sürüp giden büyük tiyatronun benlikleri içinde kaybolup gitmiş bir vaziyette bulunuyor. Sahnedeki oyuncular olduğumuzu unuttuk. Sahnenin bir de arkası olduğunu hatırlamamaktayız. Vedalar buna "Büyük Drama" adı vermişlerdir, yaratılış ve sonrasında tezahürle meydana gelen hareketle birlikte bu drama başlamıştır ve herkes bu rolü başarıyla oynamaktadır. Peki, gerçek parçamızı unutmuşken, bir illüzyon içinde yer almaktayken yolunuzu nasıl bulacağız?

İllüzyon içinde olduğunuzu fark etmek ilk adımdır. İkinci adım ise "ben" zannettiğim ama "ben" olmadığım benlikleri keşfetmektir. Bu da o benliklerden ayrışma ile gerçekleşebilir. Kendimize ne kadar dışarıdan bakabilirsek, eşkoştığımız benlikleri de o kadar kendimizden ayırabiliriz. O zaman o benlikler bizi değil, biz onları kontrol eder hale geliriz. Bazen bu yolda ilerlerken karanlık içinde kalabiliriz. Varlığımızın üstünü örttüğümüzde pek çok yan karanlıkta kalmış olabilir.

Denizde fırtınaya yakalanan bir yelkenlide, karanlıkta hiçbir yön görülmediğinde, yapılacak tek şey dümene halim olmak ve pusuladan kendini ayırmamaktır. İçsel pusulamızın varlığını görmek ve bu pusuladan şaşmamak hayatın fırtınalı ve karanlık anlarında bizi yolumuzdan ayırmayan gerçekliği sağlar. Sizin pusulanız nereyi gösteriyor? Öncelikle bir içsel pusulanızın olduğunun farkında mısınız?

Varlığımıza adım adım ilerlediğimiz, birleştiren bilgiyi her yönüyle duyumsadığımız şu günlerde yaptığımız çalışmalarla yolumuzu hatırlama, yönümüzü bulma gayretlerindeyiz. Ruhsal bilgiler, ruhsal ilkeler bizlere bu yolda ışık tutmaktadır, yolumuzu aydınlatmaktadır. Bu gayretlere sizler de dahil olunuz, çalışmalarımıza katılınız. BİLYAY Vakfı ve MTİA bünyesindeki salı akşamı 19:30'daki konferanslarını internet üzerinden www.ustream.tv/channel/bilyay adresinden canlı olarak izleyebilirsiniz. Dilerseniz, kaçırdığınız konferansları da ayrıca bu adresten takip edebilirsiniz.

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
Evren POZAN

Grafik Uygulama
Sevda ERKOÇ

Kapak
Ferda GÜRSOY

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

Baskı
Boraks Matbaacılık ve Ambalaj Sanayi
Ticaret ve Pazarlama Ltd. Şti.
Maltepe Mahallesi Çiftelavazlar Caddesi
Ayvalıdere Yolu No: 3/3-1
Maltepe - Zeytinburnu/İSTANBUL 34160
Tel: (212) 567 64 26 - 567 54 70
www.boraks.com.tr info@boraks.com.tr

ISSN 1302-0676

NİSAN 2012 Sayı: 627 Cilt: 53

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 Çıkma No: 4 Daire: 6
80060 Beyoğlu İstanbul
Telefon 0212.243 18 14 ve 249 34 45
Faks 0212.252 07 18

Abone adresi değişikliği, haberleşme ve kitap siparişleriniz için info@ruhvemadde.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
Euro Hesabı: Garanti Bankası 9007955-503463

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

BİLYAY VAKFI ile RUH ve MADDE YAYINLARI hakkında bilgi almak ve sipariş vermek için web sitemizi ziyaret edebilirsiniz.
http: //www.bilyay.org.tr
http: //www.ruhvemadde.com
http: //www.bilyayakademi.net
e-mail: bilyay@bilyay.org.tr
info@ruhvemadde.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 **Dünya Deneyimlerinin Anlamı** Dr. Bedri Ruhselman
10 **Şuuru Genişletmek** Mirra Alfassa (Anne)
14 **Kendini Bilmede Gölge Benlikler** Fadime Emir
24 **Birleştiren Bilgi - İradenin Kendini Hatırlaması**
A. Cemal Gürsoy
26 **Öldükten Sonraki Hayatım** Robert Cubin
29 **Cevher**

Sadıklar Planı'ndan Alıntılar

- 30 **Kadın Olmanın Yaratıcı Gücü** M. Reşat Güner

1. Bölüm

- 35 **İblis Aslında Nedir?** Michael Newton

- 42 **Ölümsüz Ruh** Leon Denis

- 46 **Ne Yapmalı?** Murat Beytemur

- 50 **Kendinize Bakmak** Barbara Ann Brennan

- 55 **BİLYAY Vakfı Konferansları Artık Canlı Yayında!**

Duyuru

- 56 **Stanislav Grof ile Röportaj**

2. Bölüm

- 63 **Etkinlikler**

Dünya Deneyimlerinin Anlamı

Dr. Bedri Ruhselman

DÜNYAYA niçin geldik? Ruhun hayatında meydana gelen bütün olaylar ancak onun tekamülü içindir. Ruhun yükselişi sonsuzdur. Ruhun madde kainatındaki hayatı da bir sonsuzluk kadar uzundur. Onun bu sonsuz hayatı içinde, bir saniye bile zaman değerinden yoksun bulunan dünya hayatında kötülük aramak ve görmek anlamsız bir iş olur. Sonsuz ruh hayatına oranla bir an bile olmayan dünya hayatını amaç kabul edemeyiz. Ruhun maddesel kainattaki hayatı sayısız ve sonsuz olaylarla doludur. Aslında ruh hayatının bir anlamı da budur. Olayların hakiki değerleri ve var olma sebepleri iyi veya kötü olmaları ile değil, şu veya bu bakımdan ruhun tekamülüne yardım etmelerine göre ortaya çıkar. Eğer A'nın hayatı B'nin hayatına oranla kötü geçiyorsa bu, A'nın fenalık çekmesi veya işlediği bir suçtan ötürü ceza çekmesi için değildir. Doğanın kanunları bu kadar beşeri ve basit bir görüşle ölçülemez. Doğada ödül ve ceza olmadığını defalarca söylemiştik. Bu sözümüz çeşitli doğa ve ruh olaylarına dayanır. Eğer A'nın hayatı B'nin hayatına göre ıstırapla geçiyorsa bu hal A'nın tekamül ihtiyacından doğmuş bir zorunluluktur. Nitekim o, eğer bu sefil hayatının karşısında isyan ederek gerilerse veya ona pasif bir şekilde boyun eğerse yeryüzüne inerek böyle bir hayatı seçmiş olmasındaki amacından uzaklaşmış olur ve bu hayatından yenik çıkar.

Acaba hayat deneyimlerinden galip veya yenik çıkmak, olaylar karşısında zayıflık eseri göstermemek ne demektir? Belirsiz görünen ve bazen de yanlış düşüncelere yol açan bu meselenin açıkça görüşülmesi gerekir.

Her şeyden önce şunu belirtmek gerekir ki olaylar içinden galip çıkmak demek, maddesel görüşle anlaşıldığı gibi, olayların gereklerini maddesel arzu ve eğilimlerimize uydurabilmek değildir. Bu bir yenilgidir. Bunun aksini düşünelim: Olaylar içinden galip çıkmak bizim geri ve tehlikeli arzu ve eğilimlerimizi şahlandıran diye olaylardan ve sonuçlarından kaçmak da değildir. Bu da deneyimlerden sakınmak ve nihayet hayattan yenik çıkmakla sonuçlanır. Çünkü

DUYURU

Üstat Ergün Arıkdal'ın varislerinin başlatmış olduğu tespit ve telif davası uyarınca, Realite yazılarını hukuki işlemler sonuçlanıncaya kadar dergimizde yayınlamayacağımızı üzümlere okurlarımıza bildiririz.

Ruh ve Madde Yayınları

bu arzu ve eğilimler dünya hayatındaki deneyimlerin unsurları arasında bulunan birer tekamül aracıdır. Deneyimden başarıyla çıkmak demek ne geri



türlü türlü faaliyetlere sevk etmeye ve bu faaliyetlerden de ona ruhen türlü türlü faydalar sağlamaya araçtır. O halde bu hırs ne atılacak ne de satılacak bir şeydir. Bununla birlikte, X böylece para kazanmak sevdasıyla dünyada birçok girişimlerde

eğilimlerimizi çoğaltmak ne de deneyimlerden sakınmaktır. Hayata inmekteki amaç ne odur ne budur. Burada yapılacak iş, bu araçlar sonucunda ruhta meydana gelebilecek acı veya tatlı tepkileri vicdanın direktifine uygun bir yöne çevirebilmektir. Bu yapılabildiği anda bir hayatın başarıyla sonuçlanmış olduğu söylenebilir.

Bu sözleri bir örnek ile açıklamazsak yine belirsizlikten kendimizi kurtaramayız. O halde, X'i bir örnek olarak ele alalım. Bu kişi dünyaya para sevgisi ile gelmiştir. Onun paraya karşı olan bu ilgisi, sözlerimize göre ne gerçekleşmesi gereken bir amaçtır ne de boğulması gereken bir illetir. O sadece X'i para kazanmak yolu ile

bulunacaktır. Ve girişimlerde bulunması da tekamülü ve dünyaya inmekteki amacı bakımından gereklidir. Bu girişimler ne olabilir?

Çook! Bir aşçı dükkanı açar, bir komisyoncu olur, bol para getiren bir meslek peşinde koşar, tüccar olur, borsacı olur, kumar oynar, hatta hırsız, katil vb. olur.

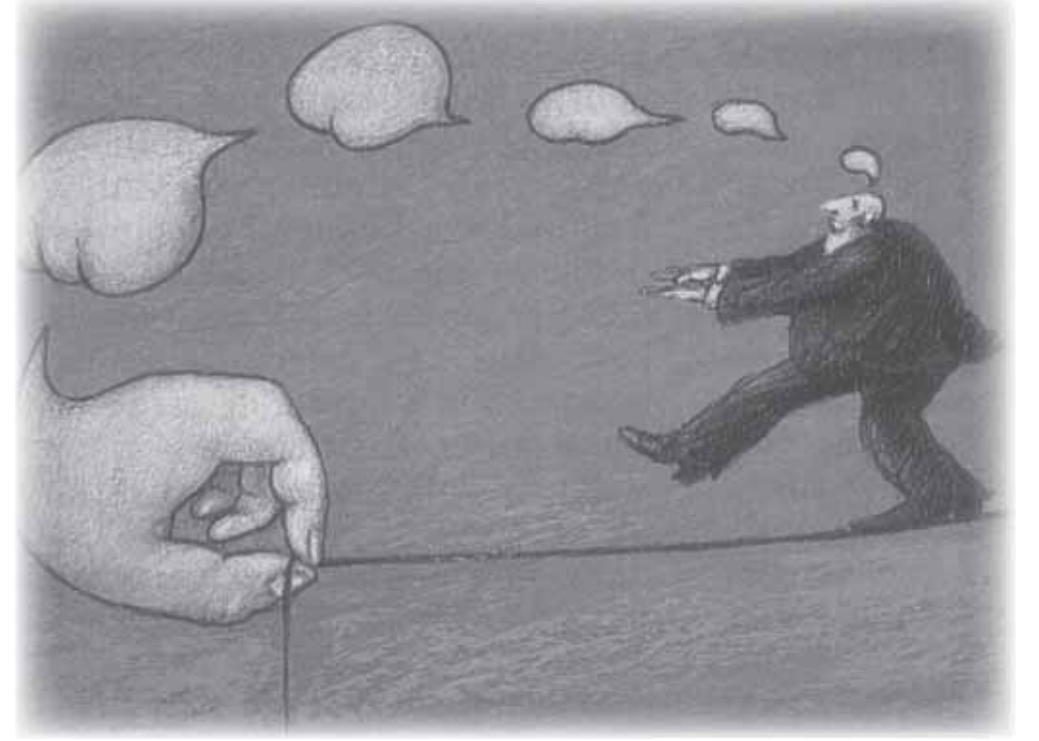
Eğer o bu hırsın, nefsin esenliği için tehlikeli olduğunu düşünen ve onu sakınılması gereken bir düşman zanneden düşünce ve anlayış sahipleri

arasında bulunursa, bu arzusunu öldürmek amacıyla para kazanmak konusunda hiçbir faaliyete girmez. Kendisini yeryüzünde korkunç bir atalete sevk edecek olan, manası kötü anlaşılmış bir kanaatkarlığa düşürür. Eğer bir arabacı ise günlük ekmek parasını çıkarınca sırtüstü yatar uyur. Veya bir lokma, bir hırka diyebilecek kadar da ileri gitmiş işini gücünü tamamıyla bırakır. Bu hal onun ruhunda sonucu pek kötü olan tembellik arzusu yaratır. Ve bu şekilde ruhun en güzel bir melekesi (yetisi) olan ve tekamülün hedefi bulunan etkinlik yeteneği gelişeceği yerde, tam tersine daha çok uyuşur. Halbuki dünyaya inmekteki amaç tamamıyla bunun aksineydi. Ya ruhunun kuvvetsizliği ya da yanlış bir telkin ve terbiyeden doğmuş bir bağınazlıkla hareket etmesi yüzünden böyle atalete düşmüş bir münzevi, bir bedbahttan başka şey değildir. Ve onun bu dünyadan ayrılışı hiç şüphesiz zafer teraneleriyle kutlanmayacaktır. Bir kenara çekilmiş münzeviler, esenliği yetinmekte bularak tembelce bir hayata çekilmiş olan işsizler ve nihayet bütün dünya işlerinden bütünüyle kaçmak isteyip intihar edenler derece derece bu grupta yer alırlar. Bunlar dünyaya niçin gelmişlerdir? Eğer amaçları maddesel arzularını -kendi tabirleri ile- körletmek idiyse bu arzular ruh halindeyken zaten yoktu ve bu arzu ve eğilimlerin doğuşu madde ile olan bağlantının sonucudur. Bununla birlikte, eğer amaç bu arzuların kaçmak idiyse insan maddeler içine inmez, ruh aleminde rahat rahat oturabilirdi. Eğer inziva hayatı bazı kimselerin zannettiği gibi bazı harikalar ve mucizeler göstermek

amacına eğilimli ise bu amaç yine ruh hayatında bol bol mevcuttur. Ve eğer ruhun maddesel bağlar dışında ortaya çıkan esiri* faaliyetleri birer mucize sayılıyorsa bu mucizelerin hayal bile edilemeyecek şekilleri spatyomun her ruh hayatında doğal ve zorunlu bir tezahür halinde mevcuttur. O halde bunun için yani etrafındakilere marifet göstermek veya dünya kanunlarının dışında yaşamaya çalışmak için dünyaya gelmeye gerek yoktur. Spatyomda ruhlar için bol bol var olan şeyleri sağlamak amacıyla yeryüzüne gelinmez. Çünkü yeryüzünün kanunları spatyomunkinden başkadır ve ruhlar bu kanunlardan yararlanmak için yeryüzüne inerler. Yeryüzünün kanunlarında görünen en ayırıcı nitelik insanları hayatlarını devam ettirmek için her an sürekli bir maddesel faaliyete sevk etmektedir. Dünyanın bu kanunlarından en verimli şekilde yararlanmış olan insan, dünya hayatı deneyimlerinde başarılı olmuş sayılır.

Söylediğim gibi, madde ile ruh bağlantısının gevşemesi olağan hallerde görülmeyen birtakım metapsişik yeteneklerin gelişimini gerektirebilir. Örneğin, uzun zaman bütün gürültülü hayattan ve onun gereği olan işlerinden elini eteğini çekmiş, günlük gıdasını zeytin tanesine indirmiş pasif bir meditasyon halinde yaşayan bir münzevide birtakım olağandışı haller görülebilir. Ve bu

* Esir: Duyularla algılanmayan, atmosferin ötesindeki uzayı dolduran süptil madde. Eski Yunanlara göre, içinde yoğun kürenin bulunduğu maddenin özü. Bütün evreni ve atomlar arasını da dolduran, tartulamayan bir cevher. Bu süptil (seyyal, akışkan, ince) maddeden, tartulamayan cevherden yapılmış olduğu varsayılan bir tür koruyucu alana eskiler esiri beden demişlerdir.



da böyle bir hayatın pek doğal bir sonucudur. Bu münzevi veya derviş veya fakir, örneğin kendisini bedeninin bulunduğu yerden yüzlerce kilometre uzaktaki insanlara gösterebilir (dedublüman) veya gelecekteki olayları önceden etrafındakilere haber verebilir (telestezi) veya kendi bulunduğu yerden kilometrelerce uzaktaki eşyaların yerlerini değiştirebilir (telekinezi). Fakat bunların hiçbirisinde olağanüstülük ya da harikuladelik yoktur. Ve bu tezahürler hiçbir zaman herhangi bir ruhun bu marifetleri göstermeyenlerden daha yüksek ve daha gelişmiş veya ayrıcalıklı olduğunu ifade etmez. Yeryüzünde birçok deneyimsizlerin gözünde büyüyen bu marifet sahipleri arasında öyleleri bulunur ki onlar

-eğer dünyadaki vazifelerini ihmal etmişseler- spatyomda, dünyadaki parlak marifetlerinin karanlığı içinde donup kalırlar.

Kısaca, ruhla dünya maddeleri arasındaki bağların gevşemesinden doğan bu halleri bir keramet, bir ermişlik sayarak insanı tekamül yolundan ve yüksek vazifelerinden ayıran böyle yalancı gösterişlerin çekimine kapılmaktan sakınmak gerekir.

Şimdi, bunun aksini ele alalım. Eğer para hırsıyla yaşayan X böyle yapmaz da bunun tam aksine olan yolu tutarsa, yani para kazanmak arzusunun bir araç olduğunu tamamıyla unutup para biriktirmeyi, mümkün olduğu kadar fazla altın toplamayı hayatın bir amacı sayarsa, hayatta altın biriktirmek

*Ruhun
maddesel kazançları
bir amaç değil, araçtır.*

amacıyla her kötü ve hatta iğrenç hareketi yapması kendince yasal bir iş olur. Artık o, para hırsının insanı yüksek ve vicdani faaliyetlere sevk edecek bir araç olduğunu unutmuştur. Bununla birlikte, daha çok para toplamak amacını eğer o, az emek sarf etmekle veya hiç çalışmamakla da elde edebiliyorsa tereddüt etmeden ve vicdanının sesine kulak asmadan bu yolu tercih eder ki bu da daima yasadışı sayılan bir yol olur. Fakat onun için bu yasal bir yoldur. Çünkü bu yol ona daha kestirmedir ve daha çok para getirmektedir. O çalar, hilekarlık yapar, yalancılık ve dolandırıcılıktan çekinmez, başkalarına ihanet eder, başkalarının sırtından geçinir ve hatta bu uğurda başkalarını yok eder. Bütün bunlar ona göre yasaldir çünkü o bu yolların hangisinden amacına daha çabuk ve emin olarak varabilirse o yolu tutmakta kendince haklıdır. Yeter ki yakayı ele vermesin.

Bu adam hayat deneyiminde yenik düşmüştür. Ve hiç şüphesiz spatyoma dönenlerden yenikler ve üzgünler kafilesine karışacaktır. Çünkü onun para sevgisi ile dünyaya gelmesi dünyada altın biriktirmek amacı için değildi. Buradaki amaç önce para kazanmak için atılacağı işlerde vicdanının sesine uyararak emekli ve zahmetli maddesel kazançlarından gerekirse ve her fırsatta fedakarlıklar

yapabilmek imkanını bulmak içindi. İşlerinde kendisine ihtiyaç duyan birçok zavallılarla karşılaşacaktı. Onlara yardım edebilmek, onların ıstıraplarına engel olabilmek için önüne birçok geniş imkanlar çıkmış olacaktı. Ve o, gerekirse kendi gözyaşının akmasına bedel dahi olsa bir çaresizin gözyaşını dindirmek imkanını ve zevkini tadacaktı. İkinci olarak, para kazanmak için yapacağı girişimler onun önüne ne kadar çok, ne kadar geniş uygulama alanları açacaktı! Ve o, bu alanlarda vicdanının huzur ve mutluluğunu sağlayacak ne kadar büyük işler görmek ve ruhsal faaliyetler göstermek imkanını bulacaktı! Örneğin, öğretmek olacaktı, büyük bir sevgi ile öğrencilerini iyi ve topluma yararlı insanlar halinde yetiştirecekti. Doktor olacaktı, birçok maddesel ıstırapları dindirecekti vb.

Özetle bu fikirleri kısaca şu formülle ifade edebilirim: Ben para kazanmaya mecburum fakat onu gereksiz yere biriktirmek için değil, kazandığım bu para ile veya onu kazanırken göstereceğim faaliyetlerle benim yardımımıza ihtiyacı bulunanlara yardım edebilmek ve bende saklı olan etkinlik melekesini (yetisini) geliştirmek için. Ve bu formül şu genel formülün hayattaki uygulama şekillerinden birisidir: Ben dünyada yaşamak mecburiyetinde kaldım fakat orada yaşamak için değil, göstereceğim çabalarla doğanın genel ahengi içinde küçük bir yardımcı olabilmeyi öğrenmek için.

Bütün bunlardan şu sonuç çıkar: Dünya hayatından ve deneyimlerinden amaç, ruhun maddesel kazançları bir amaç değil, yüksek ve genel amaçlara araç olarak tanımayı



görgü ile öğrenmesidir. İşte, ruh bu görgüsü oranında maddelere ve maddesel olaylara hakim olur ki dünya hayatlarında gösterilen çabalar bu işteki başarının oluşması için gereken birer egzersiz makamına geçer.

Uzaklara kadar gitmeye de gerek yok. Hayattaki bütün faaliyetlerin insan yeteneği üzerinde oynadıkları etkin rolleri bilmeyen yoktur. Örneğin, şehir hayatının gürültülü kalabalığı arasında hiç yaşamamış bir köylü, oraya ilk defa girince şaşırır, her adımında binbir beceriksizlik hali gösterir. O bu hayat içinde acemi, korkak bir varlıktır. Fakat birkaç aylık şehir hayatına onun karışması bu acemi ve korkak köylüyü ustalaştırır. O da herkes gibi veya herkese yakın bir insan olur ve yeteneklerini diğerleri gibi cesaretle kullanmaya başlar. İşte bu hal kısa bir deneyim hayatının köylüye kazandırdığı bir yetenektir. Eğer bu köylü şehre indiği halde orada halk arasına karışacağı, iş hayatına katılacağı ve itişli kakışlı kalabalığın içinde yuvarlanacağı yerde kendisini bir odanın içine hapsedip sadece pencereden gelip geçenleri seyretmekle yetinmiş olsaydı, birkaç ay değil birkaç yıl sonra da halk

arasına ilk karıştığı zaman ilk gündeki acemiliğini muhafaza eder ve köyüne döndüğü zaman da sanki şehre hiç inmemiş gibi olurdu.

Bir defa ıstırapa sebep olmuş bir olay ikinci defa aynı insana tekrar çatarsa onda önceki kadar derin acılar meydana getirmez. Bu ifadede şu hakikat içkindir. Ruhlar olaylarla karşılaşa karşılaşa gittikçe pişmekte ve kuvvetlenmektedirler. Demek olayları yenmek ne onlardan kaçmak ne de onların sebep olduğu ruhsal tepkilere pasif olarak boyun eğmekle mümkün olur. Tam tersine, olaylarla karşılaşmak, onlarla göğüs göğse çarpışmak ve sonuçta ruhta doğan tepkileri vicdanın gösterdiği yollarda kullanmak dünya araçlarıyla yükselmenin sırrını oluşturur.

Vücudumuzun etleri atıl kalmakla nasıl zayıflar ve sönerse, tıpkı onun gibi, ruhumuz da atıl ve pasif kalmakla gereken güçleri kazanamaz. Bu üç boyutlu alemin her dünyasında geçerli olan bir kanundur. Kuvvetli insan herhangi bir olay karşısında çocuklar gibi ağlayan ve sevinen adam değildir. Kuvvetli insan birkaç yıllık dünya hayatının gelip geçici olaylarından etkilenmeyen ve onlar karşısında çizgisini ve hareketini vicdaniyla çizmiş olduğu yollardan ayırmayan adamdır. □

Dr. Bedri Ruhselman'ın Ruh ve Kainat adlı eserinin 3. cildinin 855-863. sayfalarından Türkçeleştiren: Neslihan Kosova.

Şuuru Genişletmek

Mirra Alfassa (Anne)

İNSAN mümkünse şuurunu genişletmelidir. Şuurunu genişletmek isteyen birini tanıdım, bunun bir yolunu bulduğunu söylemişti. Geceleyin, açık havada sırt üstü yatıp yıldızlara bakıyormuş ve kendini onlarla özdeşleştirmeye çalışıyormuş. Böylece onların engin dünyasına gidip her türlü orantıyı, dünya düzenini ve ufak tefek şeyleri tamamen yitiriyormuş ve sonunda gökyüzü kadar engin oluyormuş. Evren kadar engin olmaktan söz edemiyoruz çünkü evrenin yalnızca küçük bir parçasını görebiliyoruz ama yıldızlarla kaplı gökyüzü kadar engin diyebiliriz. Bu alıştırma tüm küçük kirliliklerin bir anlığına kayıp gitmesini ve insanın olayları çok geniş bir ölçekte anlamasını sağlar. Bu iyi bir alıştırmadır.*

* * *

Bir kasılmayı rahatlatma yöntemi zihinde, yaşamsal parçada veya bedende farklı olabilir ama mantıksal olarak aynı şeydir. Gerginliği gevşettikten sonra, önce rahatsız edici etkisinin azaldığını görürsünüz... ama acı devam ederse... bu kasılmayı gevşettikten sonra, kendinizi genişletmeye çalışmanız, kendinizi genişlettiğinizi hissetmeniz gerekir. Bunun birçok yöntemi vardır. Bazıları suda bir tahtanın üzerinde yüzdüklerini hayal etmeyi çok faydalı bulur. O engin sivi kütleye dönüşene dek kendilerini genişletmeye devam ederler. Bazıları kendilerini gökyüzü ve yıldızlarla özdeşleştirmeye çalışır ve gökyüzüyle gittikçe daha çok özdeşleşerek kendilerini genişletirler. Bazılarının bu resimlere ihtiyacı yoktur, kendi şuurlarının farkına varabilirler, şuurlarını sınırsız hale gelene kadar genişletebilirler. İnsan, şuurunu dünya ve hatta evren kadar engin kılabilir. İnsan bunu başardığında, gerçekten alıcı hale gelir. Daha önce söylediğim gibi, bu bir eğitim meselesidir. Her halükarda, mevcut bir bakış açısından... metot aynıdır: kasılmanın üzerinde çalışmalısınız. İnsan düşünce aracılığıyla bunu yapabilir; huzuru, sükuneti (huzur hissi problemi büyük ölçüde ortadan kaldırır) şu şekilde çağırabilir: "Huzur, huzur, huzur... sükunet... sakinlik." Birçok rahatsızlık ve hatta fiziksel rahatsızlıklar, örneğin size rahatsızlık veren ve zaman zaman mide bulantısına neden olan karın boşluğunda kasılmalar, boğulma hissi, tekrar nefes alamayacakmış gibi hissetme ve daha bunun gibi bir sürü şey ortadan kaybolur. Bundan etkilenen sinir merkezidir ve gerçekten de çok kolay etkilenir. Karın boşluğunu etkileyen bir şey olur olmaz, "Sakinleş... sakinleş... sakinleş..." diyerek

gerginlik yok olana kadar sakinleşmeye çalışmalısınız.

Düşüncede de öyle. Örneğin, bir şey okuyorsunuz ve anlamadığınız bir düşünceyle karşılaştınız. Bu düşünce sizi aşıyor, hiçbir şey anlamıyorsunuz ve kafanızda tıpkı bir tuğla gibi duruyor. Siz onu anlamaya çalıştıkça, gittikçe daha çok bir tuğlaya dönüşüyor, katlaşıyor ve ısrar ederseniz baş ağrısına yol açıyor. Yapılabilecek bir tek şey var: sözcüklerle mücadele etmemek, işte böyle durmak (hareket, gerinme, hareketsizlik), bir rahatlama



yaratmak, genişlemek ve genişlemek. Her şeyden önemlisi de anlamaya çalışmamak, onun çok usulca ve sakince içeri girmesine izin vermek. Siz gevşedikçe baş ağrınızda kaybolacaktır. Artık hiçbir şeyi düşünmezsiniz ve birkaç gün beklersiniz ve birkaç gün sonra içeriden görürsünüz: "Ah! Ne kadar da açık! Daha önce anlamadığım şeyi şimdi anladım." İşte, bu kadar kolay. Sizi aşan bir kitap okurken, anlayamadığınız cümlelerle karşılaştığınızda -insan kafasında hiçbir bağlantı kuramadığını hissederek- bunu yapmalısınız. İnsan bir şeyi bir kez, iki kez, üç kez okur ve sakin kalır, zihnini susturur. İki hafta sonra aynı pasajı tekrar okur ve her şey gün ışığı kadar berraktır. Kafada her şey yerli yerine oturmuştur, beynin meseleyi anlamak için ihtiyaç duyulan unsurları oluşturulmuştur, her şey aşama aşama yapılmıştır ve insan okuduğu anlar.**

* * *

Şuuru engin kılmamanın birçok yolu var. En kolay yolu, kendini engin bir şeyle özdeşleştirmek. Örneğin, kendinizi dar ve sınırlı bir düşüncenin, iradenin veya şuurun içine hapsolmuş hissettiğinizde, kendinizi adeta bir kabuğun içinde hissettiğinizde, çok engin bir şeyi düşünmeye başlarsanız, örneğin bir okyanusun sularının uçsuz bucaksızlığını düşünürseniz, o okyanusu gerçekten düşünürseniz ve nasıl da uzaklara, her yöne doğru,

* Collected Works of the Mother, Bölüm 5 (Questions and Answers, 1953), s. 153.

** Collected Works of the Mother, Bölüm 4 (Questions and Answers, 1950-51), s. 266-67.

uzaklara yayıldığını gözlerinizin önüne getirirseniz (Anne kollarını uzatır), sizinle kıyaslandığında ne kadar uzaklara, ne kadar uzaklara yayıldığını, karşı kıyayı göremediğinizi, ucunu bucağını göremediğinizi, ne önde ne arkada, ne sağda ne de solda, nerede bittiğini göremediğinizi düşünürseniz... geniş, çok geniş, çok çok geniş... bunu düşünürseniz ve bu denizde yüzdüğünüzü hissederseniz, işte o zaman hiçbir sınır kalmaz... Bu çok kolay. Şuurunuzu biraz genişletebilirsiniz.

Bazı insanlar da örneğin gökyüzüne bakarlar, tüm o yıldızlar arasındaki mesafeleri hayal ederler... dünyanın küçük bir nokta olduğu o sonsuzluğu düşünürler. İnsanın da dünya üzerinde bir karıncadan bile küçük minicik bir nokta olduğunu düşünürler. Gökyüzüne bakıp gezegenler arasında o sonsuz mesafelerde uçtuklarını ve ilerilere gittikçe daha engin olduklarını, daha da genişlediklerini hissederek. Bazı insanlar bununla başarılı olur.

Kendinizi dünya üzerindeki şeylerle özdeşleştirmeye çalışarak da bunu yapabilirsiniz. Örneğin, bir şeyin kısıtlı bir görünümüne sahipsiniz ve sizin görüş açınız, başkalarının vizyon ve bakış açısından etkileniyor. Önce

şuurunuzu değiştirerek başlamanız, onu başkalarına yerleştirmeniz ve başkalarının farklı düşünce biçimleriyle kendinizi özdeşleştirmeniz gerekir. Bu biraz... nasıl desem... tehlikelidir. Çünkü insanın kendini başkalarının düşüncesi ve iradesiyle özdeşleştirmesi, kendini bir sürü aptallık (Anne gülerek) ve kötü iradeyle özdeşleştirmesi anlamına gelir. Bu hiç de iyi olmayan sonuçlar doğurabilir. Ama yine de bazı insanlar bunu daha kolay yapar. Örneğin, biriyle anlaşmazlığa düştüklerinde, şuurlarını genişletmek için kendilerini diğer insanların yerine koymaya ve meseleyi kendi bakış açılarından değil, onların bakış açılarından görmeye çalışırlar. Bu şuur genişletir ama daha önce sözünü ettiğim ve gayet masum olan yollar kadar genişletemez. Sözünü ettiğim ilk yolların hiçbir zararı yoktur; çok iyi ve çok huzurlu olmanızı sağlarlar.

Şuur genişletmenin bir sürü entelektüel yolu vardır. Her halükarda, bir şey canınızı sıktığında, size acı verdiğinde veya sizi rahatsız ettiğinde, zamanın sonsuzluğunu ve uzayın uçsuz bucaksızlığını düşünmeye başlarsanız, daha önce gelmiş olanları ve bundan sonra gelecekleri düşünürseniz, sonsuzlukta bu anın sadece bir nefes alıp vermek kadar olduğunu düşünürseniz,



zamanın sonsuzluğunda hiçbir önemi olmayan bir şeyin sizi bu kadar üzmesini son derece anlamsız bulursunuz. Sizi üzen şeyin farkına varacak kadar vaktiniz bile yoktur, zamanda hiçbir yeri ve hiçbir önemi yoktur çünkü sonsuzluğun içinde bir saniye nedir ki? Bunu kavramayı... nasıl desem... gözünüzde canlandırmayı başarabilirseniz, bu küçük dünya da ne kadar küçük biri olduğunuzu görebilirseniz, o an için sizi inciten veya size rahatsızlık veren o küçük şuur anının var oluşunuzda yalnızca bir saniye olduğunu, bundan önce bir sürü şeyin olduğunu ve bundan sonra da daha bir sürü şeyin olacağını, sizi şu anda etkileyen şeyi on yıl sonra muhtemelen tamamen unutacağınızı düşünürseniz veya hatırlarsanız da, "O meseleye nasıl da o kadar çok önem atfetmişim?" dersiniz... önce bunu kavrarırsanız ve sonra kendinizin sonsuzlukta bir saniye olduğunu, hatta bir saniye bile etmediğini, sonsuzlukta bir saniyenin belli belirsiz bir fragmanı olduğunu kavrarırsanız, tüm dünyanın bundan önce var olduğunu ve bundan sonra da var olacağını düşünürseniz, işte o zaman sizin başınıza gelmiş olan şeye bu kadar çok önem vermenizin tam bir saçmalık olduğunu birdenbire görebilirsiniz. Gerçekten bunu

hissedin... insanın hayatına, kendisine ve kendi başına gelenlere bu kadar çok önem vermesinin nasıl da anlamsız olduğunu anlayın. Üç dakikalık bir dilimde bunu uygun biçimde yaparsanız, sizi rahatsız eden her şeyden kurtulursunuz. Çok derin bir acı bile silinip gider. Her şey geçer. İnsan temizlenir, arınır. Önem atfettiği her şeyden ve hatta en derin üzüntülerinden -her şeyden ama her şeyden- kurtulur. Yeter ki bunu doğru bir biçimde yapmayı bilsin. Bu sizi küçük egonuzun dışına çıkarır. □

Mirra Alfassa (Anne) 1878'te Paris'te doğdu. Ruhsal gelişimine uzun yıllar içsel olarak rehberlik etmiş olan Sri Aurobindo ile 1914'te tanıştı. 1920'de Sri Aurobindo'ya katıldı. Kasım 1926'da Sri Aurobindo Aşramı kurulduğunda, onun tüm maddi ve ruhsal sorumluluğu Sri Aurobindo tarafından Anne'ye emanet edildi. Anne'nin yaklaşık elli yıl süren rehberliğinde aşram, büyük ve çok-yönlü bir ruhsal birlik olarak gelişti. 1952'de Uluslararası Sri Aurobindo Eğitim Merkezini kurdu ve 1973'te dünyadan ayrıldı. The Mother (Anne) olarak da bilinir.

Kaynak: *İçten Yaşamak*, Sri Aurobindo ve Anne, Meta Yayınları.

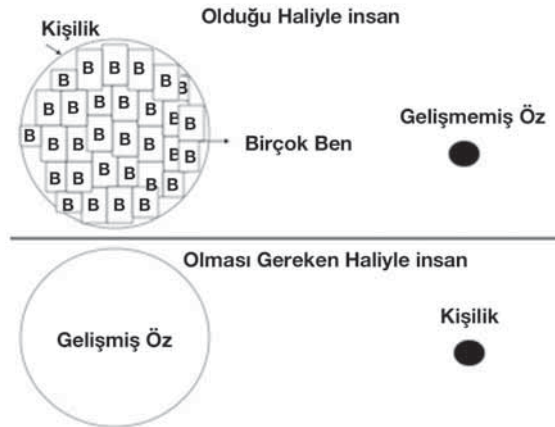


Kendini Bilmede Gölge Benlikler

Fadime Emir

20. YÜZYILDA öğretilmesini insanlığa sunan büyük usta Gurdjieff'in geliştirdiği 4. Yol ekolü, "Kendini Bilme" çalışmasının en kapsamlı ve olağanüstü yollarından biridir. Bu yol, olağan insanın uyumakta olduğu önermesinden yola çıkarak uyanabilmesi, şuurlanabilmesi için yapması gereken "çalışma" stratejilerini sunar. "Şuurun gelişimi, bireysel bir gelişimdir. Uyanmak ve kişiliğinden sıyrılmak için bireysel bir çaba gerekir. Kişiye her şey öğretilbilir ama varlık seviyesi yükselmedikçe, hiçbir sonuç elde edilemez. Bilgi ve varlık, anlayışı üretmek için birlikte gelişmelidir. Tamamen şuurlu bir birey olmadığınızı; bir an cimri, bir an çabuk kızan, bir an yardımsever, bir an rezil veya iftiracı, bir an evliya, bir an yalancı bir insan olduğunuzu, birçok 'ben' sahibi olduğunuzu fark etmeye başlarsanız uyanma şansınız vardır," der Gurdjieff.

Aşağıdaki tablodan da anlaşılacağı gibi olduğu haliyle insan'ın gelişmemiş bir öz'e ve gelişmiş bir kişiliğe sahip olduğunu, Çalışma'yı samimi bir şekilde *gerçekten* uygulayan insanın ise gelişmiş bir öz'e ve pasifleştirilmiş, küçülmüş bir kişiliğe ulaşabilme potansiyeli olduğunu işaret eder. Yani bir insanın yaratılış gereği, kendisi için mümkün olan gelişime erişebilmesi için bir tersine döndürme gereklidir.



Çalışma'ya göre herkes kendini geliştiren bir organizma olarak doğar. İnsana yaradılıştan kendi varlık seviyesini yükseltebilme olasılığı verilmiştir. Bunun için yeni fikirler ile bunların uygulanması gerekir. Uygulamalardan biri de "Gölge" çalışmasıdır. Gölgelerimiz öz'e ait değil kişiliğe ait olup bilinçdışındaki kayıtlardır.



Bir çocuk sadece aktif olan öz'le doğar. Sonra hayat, öz'ün etrafında kişiliği oluşturur ve kişilik aktif hale gelir. Hayat kişiliği geliştirmelidir ki öz'ü çevreleyebilsin. Bu birinci eğitimidir. Kişi kendi gelişimini daha ileri götürmek isterse kişiliği pasif hale getirmelidir ki öz büyüyebilsin ve aktif hale gelebilsin. Bu da ikinci eğitimidir. Çalışma'nın bütün hedefi edinilmiş kişiliği pasifleştirmektir.

Öz'ün bütünüyle güzel ve büyüleyici olduğunu hayal etmeyiniz. Öz kötü müdür? Öz gelişmemiştir. Gelişmemiş

bir şey kötü- yani dürtüsel- olabilir. Geliştiğinde ise, kendi zekasına ve kullanımına geçer. Öz'ün kişilikten öğrenmesi gereken şeyler vardır. Önce kişilik oluşmalı, sonra da kişilik aşama aşama pasifleştirilip Öz'ün gelişimine fırsat verilmelidir. Kişi çalışmak istiyorsa hayatın bütün aksilikleriyle çevrelenmiş olarak onun tam ortasında çalışmak zorundadır.

Kendini bilme çalışması, insanın kendisiyle mücadeleye girişmesiyle başlar. Çalışma'nın tamamı hem geçmişimizle ilişkimizde hem de şu an bize olmakta olanlarla ilişkimizde kendimizi dönüştürmekle ilgilidir. Çalışma çaba sarfetmek ve bir şeyi daha şuurlu yapmaktır. Bu durum bize tam da ihtiyacımız olan kuvveti kazandırır.

Üzerinde çalışmamız gereken olgulardan biri de Jung tarafından literatüre kazandırılan karanlık yanlarımıza, gölge "ben"lerimize yönelik çalışmaktır.

Karanlık Yan (Gölge Benlikler)

GÖLGE terimini ilk kez kullanan ve psikoterapi literatürüne kazandıran İsviçre'li psikiyatrist Jung'dur. "Gölge"ye karanlık yan, değişmiş ego, düşük benlik, diğer benlik, insanın çifti, karanlık ikiz, sahiplenilmemiş benlik, bastırılmış benlik, alt benlik (id) gibi isimler verilir.

Gölgeyi oluşturma egonun-kişiliğin gelişimine koştur gider. Gelişen ego-idealimize, aile ve toplum tarafından güçlendirilmiş benlik duygumuza uymayan her şey gölge haline gelir. Her birimiz hakkında hiçbir şey bilmediğimiz karanlık bir

yana, farkında olmadığımız halde eylemlerde bulunan bir yana, yani gölgelere sahibiz. Jung “gölge” terimini kişiliğimizin; korku, cehalet, utanç, sevgiden yoksunluk yüzünden reddedilmiş, korkaklık, bencillik gibi yanlarımızı ifade etmek için kullanmıştır. Jung der ki: “Gölge sizin olmamayı tercih ettiğiniz kişidir.”

Gölgelerimiz birçok yüz takır. Korkulu, öfkeli, kinci, kötü, bencil, kurnazca yönlendirici, tembel, kontrol edici, saldırgan, çirkin, hak etmeyen, bayağı, değersiz, zayıf, eleştirel, yargılayıcı, acımasız vs. Bu liste uzar gider. Gölgelerimiz öyle olmadığımızı iddia ettiğimiz her şeyin; ego bilinciyle bizi utandıran, görmek ve bilmek bile istemediğimiz tüm veçhelerin bir toplamıdır. Bunlar bizim dünyaya ve kendimize göstermek istemediğimiz yüzlerdir.

Şair ve yazar Robert Bly gölgeyi her birimizin sırtımızda taşıdığımız görünmez bir çanta olarak tarif eder. Der ki: “Büyürken ailemiz ve arkadaşlarımız tarafından kabul edilemez olan her veçhemizi bu

çantaya koyarız. Yaşamımızın ilk yirmi-otuz yılını bu çantaları doldurmakla geçiririz, yaşamımızın geri kalan bölümünde de bu çantaya koyduğumuz her şeyi geri çıkarmaya çalışabiliriz.”

Gölgeler Nasıl Oluşur?

ÇOCUKKEN bazı insanlar için iyi insan derler, bazı insanlar için de kötü. Böylece, büyüklerimizin iyi dediği özellikler ile kötü dediği özellikleri ayırt etmeye başlarız. Birisi için yalancı demişlerdir, bir gün biz de yalan söyleriz ve büyüklerimiz tarafından dışlanmamak için, onların sevgisini kaybetmemek için yalan söylediğimizi saklarız. İrili ufaklı olaylar sırasında da yalan söyleyebiliriz. Bir yandan da yalan söylemenin kötü bir şey olduğunu öğrendiğimiz için yalan söyleyen veçhemiz yavaş yavaş bilinçdışı bir gölge haline gelebilir. Bir süre sonra hangi durumlarda yalan söylediğimizi bile fark edemez oluruz.

Bize kızmamamız, bencil olmamamız, kaba olmamamız, aç gözlü olmamamız vs. söylenir. Oysa bazen kızarız, bazen bencilce davranırız. Ailemizde ve dünyada varlığımızı sürdürürebilmek için bu dürtülerden kurtulmamız gerektiğine inanırız. Yavaş yavaş bu niteliklerimizi bilincimizin derinliklerine iter ve bir süre sonra onların orada olduklarını bile unuturuz. İşte bu şekilde oluşan kötü nitelikler gölgelerimiz haline gelir.

Görünürde sakın, olgun bir insan izlenimi bırakabiliriz. Gerçekten sakın bir insan maskesi takarız. Dışarıdaki yüzümüz sakınlık rolünü

oyarken içeride bir kızgın da varlığını sürdürülebilir.

Dış kabuğumuz, maskelerimiz gölgemizi oluşturan özellikleri gizler. Gölgemiz o kadar iyi kılık değiştirmiştir ki sık sık dünyaya gerçekten içimizde bulunanın tam zıddı olan bir yüz gösteririz. Bazı insanlar duyarlılıklarını gizleyen bir sertlik tabakasına bürünürler. Bazıları üzüntülerini gizleyen bir mizah maskesi takarlar. Bazıları çokbilmiş maskelerinin altında aptal oldukları inancını saklarlar. Küstahça davranan insanlar ise genellikle güvensizliklerini gizlemeye çalışırlar. Soğuk-mesafeli insanlar içlerindeki laubaliyi, gülümseyen bir yüz ise öfkeli birini gizliyor olabilir. Daima dürüstlüğüyle övünen bir insan da içindeki yalancıyı saklıyor olabilir.

Jung, “Siz bütün olmayı mı, yoksa iyi olmayı mı tercih ederdiniz?” diye soruyor ve “ben iyi olmak yerine bütün olmayı tercih ederim,” diyor. O gölgeyle bütünleşmemizin üzerimizde derin bir etki yapacağını ve ruhsal yaşamımızın daha derin bir kaynağını yeniden keşfetmemizi sağlayacağına inanıyor. Bunu yapmak için “gölgeyle yüzleşmek ve onunla bütünleşmek zorundayız, başka bir seçenek yoktur,” diyor.

Gölge Kendini Gözlemleme Aracılığıyla Fark Edilir

BİR KADININ VEYA BİR ERKEĞİN her geç kendinin bu karanlık yönüyle uzlaşması gereklidir ve bu, yalnızca mekanik bir görev olarak değil, belirli bir amaç doğrultusunda uzun süreli ve akıllıca sürdürülen kendini gözlemleme aracılığıyla

başarılabilir. Kendini gözlemleme bu içsel karanlığımıza şuurun ışığının süzülmesine izin verir.

Kendini gözlemlemenin anlamı bu karanlık yanın gittikçe daha çok farkına varmak ve bu farkındalığı geçmişte kendimize dair oluşturduğumuz hayali fikirle aşama aşama katırmaktır. Bu, kendimize dair oluşturduğumuz hayal ürünü “ben”i çözmeye başlar. Bu niteliklerimiz yok olurken başka bir anlam kaynağından bize ulaşan tesirleri hissetmeye başlarız. Bu tesirler, araya giren bu kalın karanlık nedeniyle daha önceleri bize ulaşamayan Daha Yüksek Merkezlerin tesiridir.

Daha Yüksek Merkezler daima bizimle konuşmakta ve bize ne yapmamız gerektiğini söylemektedirler ama biz onları duyamayız. Onlarla aramızda bir tür kalın katman olduğu için bu tesirleri işitmiyoruz. Bu kalın katman nedir? Habersiz olduğumuz, farkına varmadığımız, kendimizde var olduğunu göremediğimiz ancak başkalarının daha kolay görebildiği gölgelerimizin tamamıdır.

Projeksiyon = Yansıtma

KENDİMİZDE bilmediğimiz ve kabul etmediğimiz gölgelerimizi psikolojideki anlamıyla başka insanlara projekte ederiz. Başka insanlara yansıtırız. Yani kendimizde göremediğimiz özellikleri başkalarında kolaylıkla görürüz. Bu anlamda insanlar bize aynalık etmiş olurlar.

Örneğin, bazı insanları yalancı, sadakatsiz, bayağı ya da güvenilmez insanlar olarak görürüz. Bizde olmayan bir özelliği tanıyamayız, bilmeyiz.



Tanımlıyorsak bizde de olma olasılığı çok yüksektir.

Örneğin, kötü düşünceler beslediklerini, şüpheli davranışlar sergilediklerini, kötü konuştuklarını, şefkatsiz olduklarını, yalan söylediklerini, kayıtsız olduklarını, ihanet ettiklerini, güvenilmez olduklarını veya cimrilik yaptıklarını düşünerek her zaman başkalarını suçlamakta ve kabahati onlarda bulabilmekteyiz. Başka bir deyişle, farkında olmadığımız kendimizdeki bu öteki yanı başkalarında görme eğilimindeyiz. İnsanların mutsuzluğunun ve hemen herkesin birbiriyle yaşadığı sürekli sürtüşme halinin en büyük nedenlerinden biri budur.

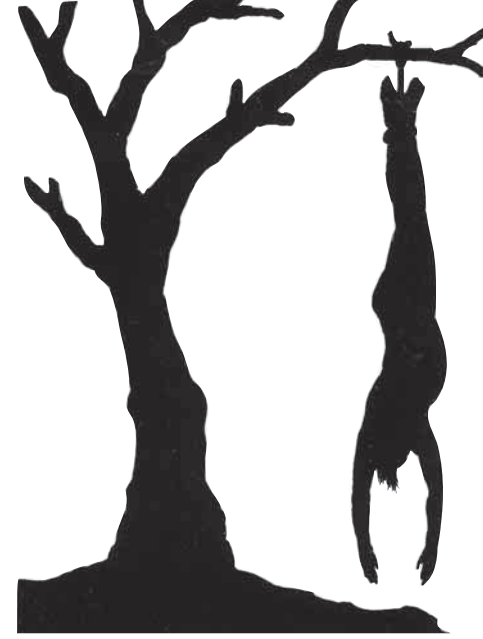
Ken Wilber, *Gölge ile Karşılaşma* adlı kitabında şöyle der: “Ego düzeyinde projeksiyon çok kolayca tanımlanır: Eğer çevredeki bir kişi ya da bir şey bizi bilgilendiriyorsa büyük olasılıkla projeksiyon yapmıyoruzdur. Öte yandan eğer o bizi etkiliyorsa büyük olasılıkla biz kendi projeksiyonlarımızın kurbanı oluyoruzdur.” Etkilemesi ne demek? Sizde birtakım nahoş duyguları uyandırması demek. İçsel olarak öfkelenmek, sinirlenmek, kızmak, kaçma isteği duymak vb. Nötr kalamamak.

Nicoll ise şöyle diyor: “Bu karanlık yanı diğer insanlarda görme eğiliminde olduğumuz kendi içimizdeki ‘öteki kişi’ olarak düşünebiliriz. Bu öteki kişiyi, bu karanlık yanı kendimize daha şuurulu hale getirdikçe, artık başka insanlara yansıtılmaz ve insanlarla ilişkilerimiz bütünüyle değişmeye başlar. Aslında karşımızdaki insanları ilk kez görmeye başlar ve onları

serbest bırakırız. Ama bunun her biriniz için geçerli olduğunu fark etmelisiniz. Komşunuzun değişmesi ve sizi serbest bırakması gerektiği fikriyle işe başlamayın. Siz onu serbest bırakmalısınız. Bay Ouspensky bir keresinde bana şöyle demişti: ‘Her zaman zorluk çıkarıyorsun.’ Şaşırmış ve bana böyle söylemesinin saçma olduğunu düşünmüştüm. Her zaman zorluk çıkaran kişinin kendisi olduğu benim için çok açıktı. Ben asla zorluk çıkarmıyordum. Şaşırarak kalmadım, gücendim de. *Kendisinin* ne kadar zor biri olduğunu *kendisinin* bana hangi zorlukları çıkardığını aylardır veya yıllardır özenle ona işaret etmişken, bunun doğru olduğuna nasıl inanabiliyordum? Onun söylediği şeyi yani her zaman zorluk çıkaran kişinin ben olduğumu görmem uzun zaman aldı.”

Zorluk çıkardığımı göremezsem ne olur? Onun kendim olduğumu görmem, farkına varmam ve dolayısıyla da onu kabul etmem. Bunun yerine, onu karşımdaki kişide görürüm. Benim değil, yalnızca onun zorluk çıkardığını görürüm. Sorunun bende değil, onda olduğunu düşünürüm. “Psikoloji” budur.

Karşımızdaki kişide eleştirdiğimiz şeyi kendimizde bulmak gözlemlenmemiş yanımızın daha çok şuuruna varmamızı sağlayacaktır. Mesela, biri hakkında çok eleştirel olursanız ve şiddet eğilimi hissederseniz, bunun aslında kendinizin şuur dışında olan şeyin bir yansıması olduğundan emin olabilirsiniz. Bu henüz bilmediğiniz, henüz gözlemlenmediğiniz, üzerinde çalışmanız gereken yanınızdır. Eğer biz belli bir niteliğe sahip olmamız



olsaydık, onu bir başkasında gördüğümüzde tanıyamazdık. Eğer bir başkasının cesareti size ilham verirse bu sizin içinizdeki cesaretin bir yansımasıdır. Eğer bir insanın bencil olduğunu düşünüyorsanız aynı ölçüde bencillik gösterebileceğinizden emin olabilirsiniz. Diyelim ki, “Ben bencil değilim,” diyorsunuz. Sakince oturup geçmişteki olayları düşünün. Muhakkak ki küçük de olsa bencil davrandığınız bir anı yakalarsınız. Büyük bir bencillik olması gerekmiyor. Kardeşinizle paylaşmanız gereken pastanın daha büyük bir parçasını yediğiniz an da bencilliğin göstergesidir.

Bu nitelikleri her zaman ifade etmesek de her birimiz gördüğümüz her niteliği sergileme yeteneğine sahibiz. Gördüğümüz her şeyiz, yargıladığımız her şeyiz, hayran olduğumuz her şeyiz. Derimiz, dilimiz, dinimiz her ne olursa olsun aynı evrensel nitelikleri paylaşırız.

Hepimiz güce, yaratıcılığa ve şefkate sahibiz. Hepimiz açgözlülüğe, öfkeye ve zayıflığa sahibiz. Sahip olmadığımız hiçbir özellik, nitelik ya da veçhe yoktur. Biz tanrısal ışık, sevgi ve zekayla doluyuz ve aynı şekilde bencillik, gizlilik ve düşmanlıkla da doluyuz. İşte, bunu anlayabildiğimizde Jung’un, “Ben bütün olmayı tercih ederim,” sözünü kavrayabiliriz.

Biz Sadece Olduğumuz Şeyi Görürüz!

VAKA: Steven’in son beş yıldır bir kadınla ilişkisi yoktur. Bir eş bulup evlenmek istemektedir ama kadınlarla olan ilişkisinde başarısızdır. Katıldığı bir *workshop*ta eğitmenin yanına gelir ve grupta dayanamadığı bir adam olduğunu söyler. Eğitmen bu adamın en çok neyinden hoşlanmadığını sorar. Steven düşünür, “O kendine güvensiz biri ve ben böyle ürkek insanlardan nefret ederim,” der.

Kısa süre sonra şunları anlatır. Beş yaşındayken ailesiyle birlikte bir fuara gitmişler. Babası onu midilliye bindirmek istediğinde çok korkmuş ve binmek istemediğini söylemiş. Babası, “Sen nasıl bir erkek olacaksın, sen küçük bir korkaktan başka bir şey değilsin, sen ailemiz için bir utanç kaynağısın,” demiş. Steven o gün bir daha asla ürkek olmamaya karar vermiş. Yaşamının ilerleyen yıllarını ürkek olmadığını göstermek için, babasının onunla gurur duymasını istediği için karatede siyah kuşak olmuş. Üniversitede futbol oynamış, halter çalışmış. Ürkek olmadığı konusunda babasını aldatmayı başarmış ama böylece kendini de

aldatmış. Maskesi başarılı bir insanı sergilerken gölgesi ürkek olduğu için kadınlarla ilişkide başarısız olmaktadır.

Benzer Benzeri Çeker!

KENDİ DUYGULARIMIZ ya da kişiliğimizin kabul edilemez yanları hakkında endişeye kapıldığımızda bu nitelikleri dış nesnelere ya da diğer insanlara atfederiz. Başka insanlardaki bazı kusurlu nitelikler bizim dikkatimizi çekmek isteyen bazı veçhelerimizi aktive eder. Böylece kendimizde sahiplenmediğimiz her şeyi başka insanlara projekte ederiz. Bu projeksiyonlarımızı bazen bir dizideki karaktere, bazen bir filmdeki karaktere yansıtırız. Yansıtma sayesinde de bilinçdışı bir şekilde bizimle aynı gölgelere sahip insanları hayatımıza çekeriz. Çekeriz ki onların bizde uyandırdığı duygular nedeniyle gölgelerimizi farkındalığa getirebilelim.

Örneğin, eğer öfkemizi yadsırsak, içte öfkeli bir veçhemizin farkında değilsek öfkeli insanları çekeriz. Kendi öfkemizi bastırıp öfkeli olarak gördüğümüz insanları yargılarız. Oysa onlar sadece bizde olana aynalık etmektedirler. Bu yansıtmanın bize yapacağı pozitif katkıyı bilerek çalışırsak bir parça karanlığı daha ışığa dönüştürürüz.

İçsel Tutumlar Dışsal Yansımalar!

HER DURUMDA içsel tutumlarımız dışsal yansımalarımızı oluşturur. Bu yansımalar söze, tavra, tutuma dönüşür ve ilişkilerimizin niteliğini belirler. Aynı zamanda gören göz için gölgelerimiz hakkında pek güzel ip uçları verir. Aşağıda okuyacağınız paragraf bu durumu pek güzel özetler: Nasrettin hoca bir tartışma yapmak üzere bir filozofla randevulaşmış. Filozof randevu saatinde oraya gittiğinde Nasrettin Hoca'nın evde olmadığını görmüş. Bu duruma çok kızan filozof bir parça tebeşir alıp Hoca'nın kapısına "Salak Herif" diye yazmış. Nasrettin Hoca eve gelip bu yazıyı görünce hemen filozofun evine



gitmiş. "Bana geleceğinizi unuttuğum" demiş. "Randevumuzu kaçırdığım için üzgünüm ama isminizi kapımda gördüğüm anda randevumuzu hatırladım," demiş.

PRATİK: Başkalarını suçlama eğilimimizi inceleyip tespitlerimizi kaydederek ve bu şeylerin aynılarını kendimizde gözlemlemeye niyetlenirsek, kendi üzerimizdeki çalışmanın ilk ve en önemli adımlarından birini atmış oluruz. Bunu yapmadıkça hiçbir yere ulaşamayız.

İlk görevlerimizden biri kendimizin bu karanlık yanının daha çok farkına varmaktır. Şuurun artan ışığı bunlar üzerindeki çalışmanın bir sonucudur. Anlayışın artması bunların sonucudur. Belirli bir kişiye yönelik bir negatif durum içinde olduğunuzun belli belirsiz farkında olduğunuzu varsayalım: Bununla nasıl başa çıkardınız? Kişisel olarak yapmış olduğunuz çalışma tam da bu noktada devreye girer.

O kişi hakkında sizi neyin negatif kıldığını formüle etmeye çalışın. O kişideki hangi özellik sizde bir duygu uyandırıyor? O kişideki hangi özelliği dayanılmaz veya katlanılmaz buluyorsunuz? Sizi sinirlendiriyor mu? Öfkelenendiriyor mu? Bunları not alın. Sonra da o kişide gördüğünüz niteliklerin kendinizde de olup olmadığını görmeye çalışın. Geçmişinizi düşünün. Olayların büyük olması gerekmiyor. Küçük bir olayda bile aynı tutumu sergilemişseniz bu birdenbire sizdeki anlayışı değiştirmeye başlar. Sizin de aynı özelliğe sahip olduğunuzu görmek büyülü bir çözülmeye neden olur. Kendinizin de eleştirdiğiniz kişi kadar zor olduğunu

fark etmek birdenbire büyülü bir teslimiyet, iptal ediş, özgürleşme hissi üretir.

Bu karanlık yanı görmeli ama onunla özdeşleşmemeliyiz. Farkına varmalıyız. Bilmeliyiz ki bizde var. Onu şuurlandırmalı ama onu kendimiz olarak kabul etmemeliyiz. Odadaki farklı nesnelere nasıl görüyorsak kendimizdeki farklı "ben"leri de öyle almalıyız. Gözlemlediğimiz şeye "Ben'im" dememeliyiz ama gözlemlediğimiz bu "ben"in içimizde olduğunu bilmeliyiz.

"Şimdiye dek başkalarına nahoş bir şey söylediniz mi ve eşit derecede nahoş bir şey söylemekle ilgili bir hatıranızı daha sonradan hafızanızda canlandırabiliyor muzunuz? Sizi bir kez daha temin ederim ki bunu yapabilirsiniz, birinin size nahoş bir şey söylemesiyle ilgili bu küçük olay tamamen iptal edilmiş, tamamen nötrleşmiş hale gelecektir. Affetmek tamamen faydasızdır. İptal etmeniz gerekir. Ve bu her zaman aynı şeyi kendinizde de bularak gerçekleştirilir ve samimiyseniz aynı şeyi kendinizde her zaman bulabilirsiniz. Başka insanlar hakkındaki nahoş düşüncelere ve hislere ayak uyduramaz ve bunların tamamen farkında olursanız, kendiniz üzerinde gerçek anlamda çalışıyorsunuz demektir," diyor Nicoll.

Çalışma bu konuda, kendimizin çok küçük bir parçasında yaşadığımızı söylemektedir. Bu, şuurumuzun kendimizin çok küçük bir parçasını kapsadığı anlamına gelir. Çalışma'daki genel bir kural olarak, bir kişiyle ilgili bir sorun yaşadığımızda aslında kendimizde çalışmamız gereken şeyle karşı karşıya olduğumuzdan emin olabiliriz. Bu bize başka bir yönelim

verir ve gerçek çalışmanın amacı budur. Bu ilkeyi kavradığımızda yansıtmaımızın farkına varır, artık daha önceleri yaptığımız gibi “her şey hep onların suçudur” anlayışıyla yaklaşamayız. Kendimize döneriz.

İlk Şok!

KARANLIK YANIMIZLA yüz yüze geldiğimizde ilk içgüdümüz başımızı çevirip ona bakmayı reddetmek, ikincisi de onunla bizi rahat bırakması için pazarlık etmektir. İronik bir biçimde, reddettiğimiz veçheler en çok dikkate ihtiyaç duyan veçhelerdir. Onlar umarsız bir biçimde ortaya çıkmaya, dikkatimizi çekmeye çalışırlar ama biz onları bastırmaya koşullanmışızdır.

Bu veçhelerimiz suyun altında tutmak için muazzam bir efor sarf ettiğimiz iri deniz topları gibidir. Baskıyı kaldırdığımız anda pat diye yüzeye çıkarlar. Bu yanlarımızı kabul etmedikçe, onları şuurumuzun ışığına getirmediğimiz, muazzam miktarda psikik enerji harcarız. Kimsenin bilmesini istemeyiz, farklı olmak için stratejiler üretip gereksiz enerji harcarız. Oysa onların varlığını kabul ettiğimiz an üstümüzden büyük bir yük kalkar. Özgürleştiğimizi hissederiz. Kabul etmek insanı özgürleştiren yegane adımdır.

Kendini gözlemleninin ışığı bu karanlık yanı aydınlatmaya başlayınca, kendimize dair şuurumuz çalışma aracılığıyla artar ve zamanla, kendimizi eskiden hissettiğimizden farklı hissetmeye başlarız. Bizdeki “Ben”in ağırlık merkezi değişmeye başlar. İmajinatif ben, hiç de bize ait olmayan

“Ben” Çözölmeye başlar. Hiçbir şekilde hayal ettiğimiz gibi olmadığını görürüz ve bu gerçekleştiğinde, diğer insanlarla ilişkilerimiz de genişler.

Önyargılar, şiddetli hoşlanmalar ve hoşlanmamalardan oluşan dar bir dünyada yaşamak yerine, kendimizdeki şuurun genişlemesi sayesinde kendimizi diğer insanlarla daha geniş bir ilişki içinde buluruz. Bu, eleştirmeden gözlemlene yöntemi aracılığıyla şuurun gelişmesinden dolayıcıdır. Sonuç olarak kişisel tepkilerin bu hassas yığını, bu sürekli üzüme ve incinme, başkalarının eleştirilerine hiç katlanamayış ortadan kalkmaya başlar ve daha büyük bir dünyaya gireriz.

Çalışma birbirimizin nahoş tezahürlerine katlanmamız gerektiğini söyler. Ama kendi nahoş tezahürlerimizi görüp bunları bilerek kabul etmedikçe, bir başkasının nahoş tezahürlerine katlanabilmek kelimenin tam anlamıyla imkansızdır. Kendi nahoş tezahürlerimizi görmek kendimize dair yanılmalara yok eder. Hata bulan yanımızı, öfkeli veya kinci yanımızı kabul etmedikçe her zaman negatif tutumlar içinde kalırız. Bu tutum hayatı ele alışımızdaki başlıca şey olmayı sürdürür.

Karanlığı Şuurun Işığına Getirmek!

BU KARANLIK YANIN önemli bir parçasının farkına varmış bir insanı düşünelim. Bu insan kendi üzerinde çalışma sayesinde, daha önceleri kendinde var olduğunu hiç fark etmediği birçok yanını keşfetmiş, şuurun ışığına getirmiş ve

kabul etmiştir durumdadır. Bu kişiyi eleştirdiğinizi varsayalım. Bu insan kendine yöneltilen eleştiriye olağan insana göre, çalışmayı yapmamış insana göre daha kolay katlanır. Sakince ve hiçbir içsel negatif tepki üretmeksizin dinler. Mekanik bir şekilde hemen kendini savunmaya geçmez. Diğer kişi ise öfkeyle kendini savunur, kendini haklı çıkarmak için her türlü yöntemi uygular. Eleştirildiği özelliğini hep şuur küresinin dışında tutmaya devam eder. Bunu bilmeyi ve kabul etmeyi reddettiği sürece nasıl fark edebilir ki? İki insanın muhatap olduğu olay aynı ancak içsel tutumları ve verdikleri tepkiler çok farklıdır. İşte, bu farklılık kendine dair artan farkındalıktan dolayıcıdır.

Çalışma’da, kendi hiçliğimizin farkına varmak hakkında çok şey söylenir. Kendi hiçliğimizin farkına varmak nasıl bir şeydir? Zannettiğimiz kişi olmadığımızı, sahip olduğumuzu zannettiğimiz özelliklerin aslında bizde olmadığını idrak etmektir. Açık fikirli ve hoşgörülü biri olduğunuzu zannedebilirsiniz. Gerçek anlamda biraz olsun kendinizi gözlemlerseniz ve kendinizi hatırlarsanız, bunun böyle olmadığını ve bazı koşullar altında çok hoşgörüsüz ve son derece dar görüşlü olduğunuzu görebilirsiniz. Bazen hoşgörüsüz ve dar görüşlü olduğunuzu kabul ettiğiniz an her zaman hoşgörülü ve açık fikirli olduğunuza dair resminiz nötrlecektir.

Özetle:

KENDİ HIÇLIĞIMIZIN farkına varmamız gerekir. Bu ahlaki

bir mesele değil, şuurun bir genişlemesidir. Kendini gözlemlene içimizdeki karanlığa işleyen bir ışık gibidir. Bu ışığın sonucu, kendimizin bilinmeyen ve kabul edilmeyen yanlarını şuura çıkartmaktır. Bu bizdeki her şeyi yumuşatır ve şiddetimizin büyük bölümünü alıp götürür.

Gölgelerimiz sürekli olarak etkindir ve trajedi ise bunu görmememizdir. Bilmesek de, farkına varmasak da biz oyuz. Çalışma, işte bu nedenle şöyle der: “Kendini gözlemlene gereklidir. Kendimizin içsel karanlığına bir ışık ışınının süzülmesine izin verir.” Bu ışık nedir? Bu ışık şuurun ışığı anlamına gelir. Çünkü şuur ışıktır ama güneş ışığı değil de, spiritüel ışık, psikolojik ışıktır. İçsel karanlık ise farkında olmadığımız, haberdar olmadığımız ve kabul etmediğimiz yanın tümünü, bütün nitelikleri kapsar.

Gurdjieff şöyle der: “Şuur kendi kendine evrimleşmez. Bir insan arzularsa ve nasıl yapacağını bilirse, şuurunu artırabilir. Ama düşünerek bunu yapamaz.” Şurunu artırdıkça varlığının niteliği değişir. Kişilik daha pasif hale gelirken öz’ü genişler ve Varlık seviyesi yükselir. Varlık seviyesi yükseldikçe daha önceleri hayatına cezbettiği, dolayısıyla acı çektiği kişi ve olayları cezbetmez. Çünkü anlayışı kapsamlanmış, şuurunun titreşimi artmıştır. Varlığın değişiminin ilk işaretleri de günün gerçek olaylarına tepkilerinin değişmesiyle başlar. □

Yararlanılan Kaynaklar:

Işığı Arayanların Karanlık Yanı, Debbie Ford, Akaşa Yayınları.
Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar 1.,2., ve 3. Ciltler, Maurice Nicoll, Ruh ve Madde Yayınları.

BİRLEŞTİREN BİLGİ

İradenin Kendini Hatırlaması

A. Cemal Gürsoy

ZAMANIN çağlar boyunca gördüğü fonksiyon ve eğitim anlamı bakımından önemi şimdi nitelik değiştirmeye başlıyor. İçinde olduğumuz haller bedenimizde canlandırdığımız tesirlerle beraber son dönemin hasadı ile gerçekliğe yakınlaştırıyor. Nedir gerçek? Vazife yapmak, demiştik.

Vazife yapmak dikey tesirlerle karşı karşıya kalmak ve anda olmak iken, yatay tesirler bizi gerçeklikten ne kadar uzaklaştırır ona bakalım.

Yatay tesirlerle her an zamanın içinde entropiyi deneyimlerken uyanışlarla devam eden zamanda dikey çıkışları yaşarız.

Sade ve düz bir yaşamda, önümüze pürüz çıkmadan tekrar eden olaylar örgüsünde devam ediyorsak, yaptığımız gözlemler sadece organik hayatın sürmesi ile özdeşleşmeleri yaşıyor ve olağan haliyle tüm varlığımızı kapsayan bir anlayış olarak kabulleniyorsak, sadece merkezde yaşamaya alışmış, egonun geliştirici sınavlarına açık değiliz demektir.

Yani, “Bize günlük ekmeği ver, anda farkındalık gözlemi için olayların oluşların seçimini ver,” diye ışığa, ruhsal sisteme seslenemiyoruz.

Ruhun özgürce yol alıp vazife çemberinde bilerek iş yapan aslı görevini hatırlayamıyoruz. Zaman bölgelerinde anı oluşturan bütünleyici eylemin içinde, her bir parçanın, her zerrenin kendi işi ile yapacağı eyleme direkt olarak, öze bağlı iken unutmaya ile tanışıyoruz. Öz ile bağlantımıza yeni formlar eklendikçe daha alt zaman bölgelerine ve boyutlara doğru saçaklanmaya ve fraktallar gibi anlam kümelerine bölünüyoruz ve en önemlisi, unutuyoruz.

Unutma ile vazife yapma arasındaki ilişkiye baktığımızda ana kolonda irade yarasını ve onun enerjisini kullanamadığımız ortaya çıkıyor.

İrade ve kendini bilmek, unutmaya görevini hatırlayarak, özden ayrılığın yolunu bulamamak, ruhun küreler aleminde çok fazla okul yaşamı ve eylem alanında çaba göstermesini gerektiriyor.

Gerçi tüm bunların hepsine tekamül diyoruz. Ama spiralin bir ucunda gerçeği yakalayıp yolu hatırladığımız anda gönüllü olarak, spiralin en alt noktasından dönmeye devam ediyoruz.

İrade ile unutmaya arasındaki kayıp yolu kadim bilgiler her realitenin kendi içindeki anlayış derecelerine göre şifrelemişler. Ama bu yolun dildeki şekilleri

diyagramlar, semboller şeklinde dile gelse de tesir anlamında, ilahi akış anlayışında tek bir yol izlemektedir. KENDİNİ BİLMEK.

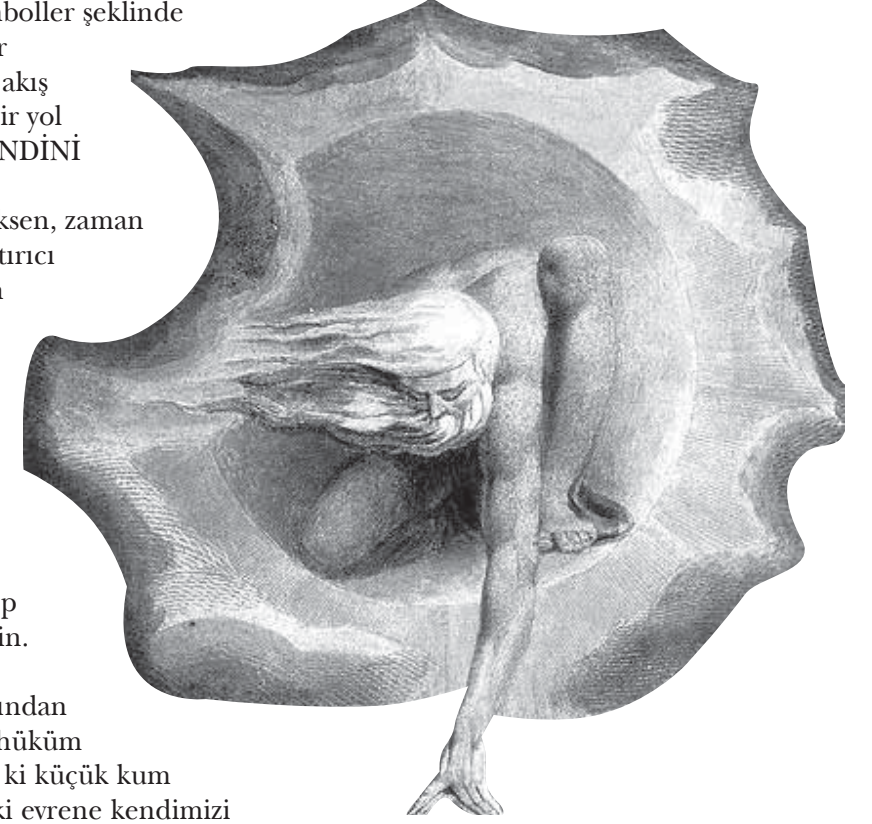
Ama bu ana eksen, zaman denilen yalnızlaştırıcı unutkan ortamın içinde bile merkeze bağlanıp kendi varlığıyla bu ışığı ruhunla yansıtır an'ı, onların devamını, geleceği değiştirip şekillendirebilirsin.

Bu bilgi tüm oluşun dramalarından öncede vardı ve hüküm sürmekteydi. Biz ki küçük kum tanesinin içindeki evrene kendimizi bağlamadan bile birleştiren güç olarak vardı.

Zaman, birleştiren güç ve kendini bilmek amaç ve hedeflerimizin ortak bileşkesindeki paradigma.

Yalnız bu denklemin kendisi bile çözümün içinde minimize eden bir teknoloji ile yerleştirilmiş.

Ruhsal irade merkezi kutsal nanoteknolojiyi döngülere, çağlara devrelere uygun konseptlerde eğitim dönemi haline getirmiş. Son dönemin sahnelenmesinden sonra dönüş yolunun ortak bilgisi Birleştiren Bilgi olarak yaşanıp icra edilecek. Aktörler ve yönetmen hepsi sahnede, senaryo yazılıp oynanırken sembole, simgeye, benzettmeye metaforlara gerek yok. Bilginin akışında gerçeğin yansımaları var zamanların ötesinden; dışından



tüm bilenler uygulayıcılar, eski aktörler, yeni yönetmenler ve tüm müzisyenler, birleştirici gücü çalıp sergiliyorlar.

Aslı vatanın tüm özlemi, belki biraz sarsıcı, şok edici, inkarcı olarak, karanlığın ya da kendini göstermeyen tüm artçı tesirlerin gölgesiyle sadakat sınavları ile yaşamın, ruhsal hayatın kendisi.

Sadece bilmek değil, yapmanın, uygulamanın geçerli olduğu kozmik rüzgarlara doğru ilerliyoruz. Geçmişindeki bilgilerin geçerli olduğu, büyük resme doğru.

Birleştiren Bilgi tüm unutmaların hareket ettirdiği zaman dışı hakikatin yaşanmasıdır. □

Öldükten Sonraki Hayatım

Robert Cubin

NETWORK DERGİSİ'nin 54. sayısının 53. sayfasında George G. Richie tarafından yazılan *Öldükten Sonraki Hayatım* adlı kitabın incelemesini büyük bir ilgiyle okudum. 1982'de, ışığın tarif edilemez güç ve netlik hakkında birkaç anlayış getirdiği iki mistik deneyim yaşadım. Bunlardan biri -kendi ÖYD'si sırasında Dr. Richie'ye gösterildiği gibi- varoluşun yapısı idi.

Dr. Richie'nin kitabını okumadım, neleri anlattığını bilmiyorum ama benim gördüğüm varoluşun dört seviyesiydi. Seviye 1 hepimizin aşına olduğu fiziksel/animal seviyedir. Seviye 2 tamamen başka bir meseledir. Bu, Seviye 1'in bütünsel bir ve ayrılmaz bir parçası olduğu, astral/psşik seviyedir. Doğanın bu trafosunu, bu Hayat rezervuarını tarif edecek sözleri bulmakta çok zorlanıyorum. Seviye 1'de olan her şey -eşzamanlı ve evrensel biçimde- Seviye 2'de kopyalanmakta ve orada kaydedilmektedir. Seviye 2 fiziksel dünyanın bir parçası olmasına ve zaman/mekan içinde var olmasına rağmen beklediğimiz sınırlamalar oraya uygulanmaz. Bir yerdeki aksiyon aynı anda diğer her yerde de olmaktadır. Bu, telepati gibi şeyleri açıklıyor. Olan her şey Seviye 2'de kayıtlıdır ve dolayısıyla, eğer giriş anahtarını bulabilirsek bize açıktır.

Bilimcilerin gelecekte Seviye 2'yi idare eden kanunları keşfettikleri zamanla ilgili büyük bir tehlike hakkında uyarıldım. Bilimciler bütün cevapları bulduklarını ve Seviye 2'deki görünürde mucizevi olan kuvvetler tarafından izah edilebilenlerden başka hiçbir şeyin mevcut olamayacağını iddia edecekler. Seviye 2'nin inananların ruhsallık dediği şeyin tam izahı olduğu iddia edilecektir. Bilimciler yanılacaktır ama inananlar onlara bugüne kadar yapılmış en güçlü saldırının altında kalacaklardır.

Deneyimler esnasında, bazı kavramlar tam bir anlayış halinde o kadar basit ve açıktır ki maalesef bazıları şimdi benden kaçıyor. Diğer kavramlar Işık'ta bile kavrayışımın bir hayli ötesindeydi. Ancak Seviye 2'de doğanın doğası ve evrimin doğası hakkında gördüğüm şey hala net.

Tıpkı bir ruhsallığın oluşu gibi, Hayat dediğimiz tek bir şey, tek bir kuvvet vardır. Hayatın kaynağı Seviye 2'dir. Mevcut olan her şeyin nasıl olması gerektiğini gösteren bir "şablon" vardır. Fiziksel hayat deneyimleri şablonu değiştirir, o da fiziksel hayatı değiştirir. Meydana gelen her şey -birlik yüzünden, Hayatın birliği yüzünden- diğer her şeyi değiştirir. Dolayısıyla "hiçbir insan ada değildir" sözü fiziksel, pozitif ve pratik anlamda kesinlikle doğrudur. Gerçekten de her ne olursa olsun hiçbir şey bir ada olarak mevcut olmaz. Her şey, istisnasız, Seviye 2'deki her şeye bağlıdır.

Seviye 2'yi anlamak bana doğanın Hayatın sürekliliği diye bir amaca sahip olduğunu gösterdi; öyle ki zaman içinde, fiziksel şuurumuz ve canlısal farkındalığımız (Seviye 1) (şimdiki) şuurtamızla (Seviye 2) kaynaşacaktır. Bu gelişme, evrim; sonu gelemeyen bir çevrimde, deneyimin özümşenişinin sürekli biçimde Seviye 2'yi değiştirdiği, bunun da Seviye 1'i değiştirdiği, bunun da sonra Seviye 1'i değiştirdiği biçimde meydana gelmektedir. Bu sadece sizin yaptığının benim Seviye 2'deki "şablonumu" değiştirmesi veya tam tersi değildir. Hayatın tekliği ele alındığında, herhangi bir şeyin Seviye 2'deki herhangi bir şeyi etkilemeksizin

meydana gelmesi mümkün değildir. Bir büyük kontrol eden zihin yoktur ama kesin bir hareket, bir yön, bir akış vardır.

Hayal edilemeyen uzak bir gelecekte bedenden çok zihin, fizikselden ziyade astral hale nasıl geleceğimizi gördüm. Bu safhada ruhsallığımızı gerçekten anlayacağız. O uzak geleceğin esiri varlıklarını gördüm ve bu belirgin anlayışa eşlik eden altta yatan hüznü anlayamadım, ta ki orada ne kadar az olduklarını fark edene kadar. Bunun niye böyle olması gerektiğini anlamadım.

Bu türden birçok ÖYD'de rapor edilenlere çok benzer olan ölüm süreci ile ilgili net bir anlayış aldım, burada ayrıntıya girmiyorum. Ancak hayatı gözden geçirmek, anladığım dört farklı seviyeyi anlamak açısından önemlidir. Ölümler şuurumuz fiziksel bedenlerimizden çekilir ve Seviye 2'den geçer. Bunu yaparken şuur kendi hayatını ve hayatının diğer hayatlar üzerindeki etkisini yeniden deneyimler. Daha önce belirtildiği gibi, bunların hepsi Seviye 2'de kayıtlıdır ve kayıt biz öldükten sonra da orada kalır. Bu tam bir gözden geçiştir, bu safhada özürlerimizi veya bahanelerimizi sunamayız. Yaptık veya yapmadık, bu kadar basittir. Aslında





toplamında bütün hayatımızı ve bunun Hayat üstündeki etkisini deneyimleriz. Anladığım biçimiyle, hayatın gözden geçirilişi bir soruyu cevaplamaktadır: “Sana sınırsız sevgi sunuldu. Sen bununla ne yaptın?”

Gözden geçirmeden sonra, şuurumuz Işığa hareket eder; en saf Sevginin Özüne. Bu, Seviye 3'tür: ruhsal yuvamız. Burada, uzay ve zamanın dışında o Birlik, içgüdüsel olarak hedeflediğimiz o bütünlük vardır. Bu dinlerin Cenneti gibi görünmektedir ama aslında bizim nihai hedefimiz burası değildir. Bu, Seviye 4'tedir. Bu Bir'dir, Mutlak'tır, Mükemmel'dir, kavrayışın ötesinde, düşüncenin ötesinde, tartışmanın ötesinde. Bize uzanır ama asla temas etmez. Mükemmel ve kusurlu birbirine karışamaz. Seviye 4'le ilgili hiç anlayışım yok -basit olgu,

mutlak hakikat onun var olduğudur. Kendimizi bu seviye ile meşgul etmemiz gerekmez -sadece Işığa ve Seviye 3'e girmek ve kavrayamadığımız son Birleşme'ye kadar orada kalmak.

Işık beni keşfetme ve anlama yolculuğuma götürürken, bu dünyaya ait olmayan bir berraklıkla, şuur sahibi olan bizlerin çok ağır ikili bir sorumluluk taşıdığımızı gördüm- hem her birimizin geçici bir pay aldığımız Hayat için ve hem de her birimizin bireysel bir pay sahibi olduğu tek ruhsallık için. Işık'ta bu anlayışla birlikte gelen hüznün farkına vardım; bu hüznün, gerçekten ne olduğumuzu inkar etmekten veya anlamamaktan dolayı iki kez başarısız olduğumuzun farkına varmaktan kaynaklanıyordu. □

Network Dergisi, Kış 1995 sayısından Çeviren:
Yasemin Tokatlı.

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

Cevher

Celse: 31, 27.09.1963

CEVHER, özün şuur ile birleşmesinden hasıl olmuş, daha doğrusu, özün kendinden dışarıda olan alem ile irtibatının neticesi olan şuur... kavşaklarının bir muhassasıdır. Bu hale göre ruh tesmiye edilen varlığın asıl unsuru, öz ile şuurun müteal kavşağı olan cevherde meknuzdur. Bu cevher, her iki hususu da, yani özü de şuur da orijinal bir mahiyet almak üzere bağdaştırmıştır. Sanki münferit bir varlıktan bahsediyormuşuz gibi anlatıyoruz. Aslında bunların hepsi özün marifetidir. Bu durumda öz ve şuur hakkında derinlemesine ve tatminkar bir araştırma yapabilmeniz için, cevher hakkındaki düşüncelerinizin oldukça geniş olması lazımdır.

Cevher, sadece bir ve tek, orijinal ve ancak kendine benzeyen sıfatlarıyla kalmış değildir. O cevher, özün bütün Müteal Planlar'da hareket ve cevelanını temin eden periskobu gibidir. Cevher, bütün kainatı kaplayan Müteal Bilgi'nin yegane bağdaşabildiği asli mekandır. Cevher, yaratılıştaki özün kisvesidir. Cevher, madde ile temasta, özün rehberi ve jeneratörüdür. Cevher, iptidai safhada -planda- özün çelik libasıdır. Cevher, ruh planında özün sırdaşdır. Cevher, Müteal Planlar'da özün koldaşdır. □

cevelan: dolaşma, gidip gelme. dönüp dolaşma.
hasıl: meydana gelen. elde edilenlerin hepsi.
libas: giyilecek şey, giyecek.
meknuz: saklanmış, gömülü.
tesmiye: isimlendirme, ad verme.

Kadın Olmanın Yaratıcı Gücü

M. Reşat Güner

1. Bölüm

Eril ve Dişil Güçlerin Dengesi

YARATILIŞIN VE VAROLUŞUN iki kutbu eril ve dişil güçler varoluşun tüm düzlemlerinde karşımıza çıkar ve yaşamın var olması, yaşamın ortaya çıkması ve devamı eril ve dişil güçlerin işbirliğine, birlikteliğine bağlıdır. Bu birliktelik olmaksızın hiçbir şey ortaya çıkmaz. Bu birlikteliğin örnekleri tarih içerisinde farklı sembollerle ifade edilmiş ve gerek mitolojilerimizde, gerek masallarımızda, gerekse çeşitli geleneklerde farklı semboller altında kendisini göstermiştir.

Yer ile gök, ateş ile su, gündüz ve gece, yin ve yang, Adem ile Havva, proton ve elektron vs. tarzında ifade edilen semboller bize temelde yaratılışta var olan “eril ve dişil” ya da diğer adıyla pozitif ve negatif gücü anlatır. Pozitif ve negatif dediğimizde buna yüklemiş olduğumuz farklı anlamlar var. Bizim zihnimizde pozitif dendiğinde olumlu, negatif dendiğinde olumsuz bir çağrışım ortaya çıkıyor. Ama aslına bakarsanız yaratılış ancak pozitif ve negatif güçler denge halinde olduklarında mümkün olabilmektedir.

Demek ki yaratılış ya da varoluş ancak bu iki kutbun, eril ve dişil güçlerin işbirliği sonucu ortaya çıkmıştır. Bu ikili denge yaşamımızın her yanını sarmış vaziyettir.

Bunlar birbirlerine karşıt güçler gibi görünmekle birlikte aslında biri olmadan diğeri var olamayan ve varoluşun ayrılmaz bütünlüğünü oluşturan iki yönüdür.

Modern uygarlığımız daha ziyade, ataerkil yapısıyla “eril” gücü vurgulayan bir uygarlık olmuştur. Dünyadaki genel dengesizlik ve uygarlığımızın çeşitli yönleriyle bir çöküşün eşliğinde olması eril ve dişil güç arasındaki dengesizlikten ve bu dengenin daha çok eril güç lehine bozulmasından kaynaklanmaktadır. Dengesiz biçimde geliştirilen teknolojiler ve doğal dengenin yıkımı aşırı eril niteliklere sahip toplumsal yapıdan ve böylesi bir zihniyetin vurgulanmasından kaynaklanmaktadır. Bugün acısını çektiğimiz sorunların çoğu eril gücün



baskın hale gelmesinin ve böylece doğal dengenin bozulmuş olmasının sonucudur.

Doğanın ve kozmosun kendi düzenine baktığımızda aslında eril ve dişil güçlerin mükemmel bir denge halinde olduğunu söyleyebiliriz. Zaten varoluşun sürmesini sağlayan şey bu mükemmel denge halidir.

Buna maddesel düzeyde baktığımızda maddenin atomik yapısı eril ve dişil güçlerin dengesi üzerine kurulmuştur.

Biyolojik düzeyde ancak erkek ve kadın yani yine eril ve dişil güçlerin dengesi yaşamı devam ettirmektedir.

Eril ve dişil güçlere psişe ya da ruhsal düzeyde baktığımızda ise Jung’un “anima” ve “animus” olarak adlandırdığı “eril” ve “dişil”

karakterleri görürüz. Aslında eril ve dişil güç hem erkekte, hem de kadında

bulunan ve esas olarak denge halinde olması gereken iki enerjidir. Elbette, erkekte “eril” yanın baskın olması ve kadınlarda ise “dişil” yanın baskın olması doğaldır. Ancak bunun belli bir dengelyi sürdürebilecek düzeyde olması çok önemlidir. Örneğin, bir kadının “eril” yanının baskın olması “dominant teyze” dediğimiz tipi ortaya çıkarır. Erkekte “dişil” yanın dengesiz biçimde gelişmesi de aşırı feminen karakteri ortaya çıkarır. İdeal durum, her iki cins içerisinde hem eril hem de dişil yanın

belli bir denge içerisinde olmasıdır.

Bu hususu aklımızın bir kenarında tutarak, şimdi dünya kadınlar günü vesilesiyle “dişil” gücün ya da kadın olmanın yaratıcı yönünden bahsetmek istiyorum. Ve dişillik yalnızca kadınlara mahsus bir özellik olmadığını ve erkeklerin de dişil yanlarını geliştirmeleri gerektiğini ve dişil yanlarını geliştiren erkeklerin de daha yaratıcı olabildiklerini göstermek istiyorum.

Üst bir perspektiften baktığımızda, elbette bunların hepsi birer sembolden ibaret, ama varoluşun dişil yönü yaratıcılığın önemli bir unsurunu teşkil ediyor.

Dişil yaratıcılıkta dişil olan taraf yaratılışa kendinden bir parça katar ve yavrusunu kendi kanıyla besler. Eril güç de yaratılışa katkıda bulunur, ama kendinden bir şey vermez. Dişil yavrusunu kendi ürettiği gıda ile besler ve yavrusunun gelişimini sağlar. Doğadaki bu örnekler dişinin yaratılışa katkıda bulunurken yaptığı fedakarlığı ve gerçek yaratıcılığı ortaya koyan örneklerdir. İşte bu yüzden, yaratıcılığa daha çok “dişil” bir nitelik yüklüyoruz.

Dişil, yarattığı şeyle bir olur. Anne, karnında beslediği bebeği kendi kanıyla ve canıyla besler. Bebek doğuncaya kadar anne ile tam anlamıyla bütünleşmiş durumdadır. Yaratıcı sürecin dişil tarafı, yaratılışı besleyici ve sürdürücü karakteriyle yeni bir varlığın kendi doğası içinde gelişimini sağlar. Kendi içimizdeki yaratıcı güce teslim olduğumuzda ve onunla birlikte aktığımızda varlığımızın dişil yönü aktif durumda demektir.

Dişil eylem enerjisinin akışına karşılık geldiği için dişil güç aynı zamanda kalp

ve duygularla ilişkilidir. Kalbimizin sesini dinlediğimizde dişil yanımızla daha fazla bütünleşmiş oluruz. Kalbimizin sesiyle hareket ettiğimizde yaratıcı enerjinin akışıyla bütünleşmiş oluruz. Kalbiyle bütünleşen bir insan kendisini akışa teslim etmiş demektir. Kadınlar kendi doğaları gereği kendilerini akışa daha fazla teslim ederler. Dişil yan hiçbir şeyi kontrol etmeyi sevmez. Her şeyi olduğu gibi kabul eder ve olanla bütünleşerek onu şefkatle besler.

Kendini akışa teslim etmek, aynı zamanda “şimdi”de olmak anlamına gelir. Varlığının dişil yanına teslim olmuş birisi içinde bulunduğu anı deneyimler ve geçmişi ya da geleceği düşünmeksizin hayata ihtiyacı olan şeyleri verir.

Elbette, eril gücü tablonun dışında bırakmamız mümkün olamaz. Ancak nasıl ki eril gücün dişil güce oranla “güç” avantajı varsa, dişil gücün de eril güce oranla “yaratıcılık” avantajı vardır.

“Yuvayı dişil kuş yapar” özdeyişini hepimiz duymuşuzdur. Bu dişil gücün yaratıcılığını ve yapıcılığını ifade eden en güzel deyimlerden biridir. Ancak erkekler bundan alınmasın, çünkü erkekler de kendi içlerindeki “dişil” güçle daha fazla temasa geçtiklerinde çok daha yaratıcı ve yapıcı olmayı becerebilmektedirler.

Kişi kendi içindeki eril ve dişil enerjileri dengelediğinde ve her ikisini de kabullendiğinde bütün hale gelmiş demektir. Bu bütünlüğe ulaşıldığında sorun kalmaz. İnsanların yaşadıkları sorunların büyük bölümü kendi içlerinde var olan eril ya da dişil yanlardan bir tanesini basturmaları ve reddetmeleridir. Bunu yaptığımızda bastırdığımız taraf bizim için “gölge”

haline gelir ve onu başkalarına yansıtmaya başlarız. İşte o zaman, “Şu kadına bak, amma duygusal,” ya da, “şu adama bak ne kadar da kaba ve hoyrat,” demeye başlarız. Bu özelliklerin bizi rahatsız etmesi kendi içimizde bastırmış olduğumuz eril ya da dişil yandan kaynaklanır.

Halbuki her iki tarafımızla barışıp bütünleştiğimizde işler çok daha kolay hale gelir. Ama bu bütünleşme ya da entegrasyon süreci biraz zaman alan ve bazen özel çalışmaları gerektiren bir süreçtir.

Eril gücün yaratılışa olan katkısı sadece anlaktır. Eril müdahale yumurtayı döller, ancak o yumurtayı döllenme öncesi ve sonrası besleyen, bakan ve büyüten dişil güçtür. Doğada bunun pek çok örneklerini görüyoruz. Zihinsel anlamda yaratıcılığa odaklandığımızda yine

aynı şeyi görürüz: burada da eril ve dişil güçler iş başındadır. Buradaki eril güç aksiyonu başlatır. Örneğin, bir fikri ortaya çıkarır. Sonrasında bunu besleyen ve büyüten yine dişil güçtür. Çünkü her yaratıcı fikir bir kuluçka devresi geçirir. Tüm yaratıcı dahiler işe basit bir fikirle başlar ve sonra onu kuluçkaya yatırır. İşte bu kuluçka sürecinde esas olarak dişil güç iş başındadır. Dişil güç o fikri besler, büyütür ve onun var olmasını sağlar. Aynen bir incinin karanlık sulara oluşması gibi. Sonra da gerçek yaşamdaki aile hayatında olduğu gibi “eril” güç yarattığı eserle övünür.

Tüm yaratıcı dahilerin yaşamlarını incelediğimizde özellikle dahi olarak kabul edilen erkeklerin dişil yanlarının çok güçlü olduğunu görürüz. Onların yaratıcı olmalarının sebebi “sağ beyinlerini” iyi bir şekilde



kullanabilmeleridir. Ve bu dahilerin dişil yanlarının bazen çok ileri gittiğini ve psikoseksüel anlamda da dişil bir karakter sergilediklerini görebiliriz. Bu elbette, patolojik bir haldir. Ancak yaratıcılık büyük oranda dişil güce ihtiyaç duyar.

Var olan ve görünen her cisim içinde var olacağı bir boşluğa ihtiyaç duyar. Boşluk olmaksızın hiçbir şey var olamaz. Burada ortalıkta görünen maddeyi eril, boşluğuyasa dişil olarak düşünebiliriz. Boşluk olmaksızın hiçbir şey var olamaz. İşte, yaratıcılık için de her zaman boşluğa ihtiyaç duyarız. Zihnimizdeki fikirlerin ortaya çıkabilmesi için de bir boşluğa ihtiyacımız vardır. Boşluk olmaksızın hiçbir şey yaratamayız. İşte bu boşluk dişil gücü simgeler. Biz genellikle var olan üzerine odaklanır ve cisimlerin içinde var oldukları boşlukları görmezden geliriz. Ancak şunu unutmayalım ki atomun çok büyük bir bölümü boşluktan oluşur. Ve tüm atomlar aslında boşluk içerisinde devinen minicik parçacıklardan ibarettir. İşte bu yüzden tüm yaratıcı dahiler kendi zihinlerinde boşluk yaratır ve bu boşluğun içindekileri yaratırken bunu boşluğun gücünü kullanarak yaparlar. Boşluk olmadan hiçbir şey yaratamazsınız. İşte bu da bize dişil gücün ne denli önemli olduğunu gösteren bir başka örnektir.

Dişil nitelik yaratılışın özgürce gelişebilmesi ve varlığını sürdürebilmesi için güvenli bir alan yaratır. Dişil yan yaşamı besler ve ona enerji katar, ancak bunun bilinip bilinmemesi umurunda bile değildir. Kendisini ancak ihtiyaç olduğunda ön plana çıkarır ve yaratılışın devamlılığını sağlar.

Dişinin tek istediği şey sevgi ve güven ortamı içerisinde olmaktır. Bu ortam sağlandığı takdirde dişil güç her zaman yaratıcılığını sürdürür ve elinde olanı fazlasıyla verir. Ancak sevgi ve güven ortamından yoksun olduğunda dişil güç kendisini geri çeker ve içine kapanır. Bu durumda enerji akışı kesintiye uğradığı için bazı sıkıntular kendisini göstermeye başlar.

Dişi kendisini koşulsuz olarak verirken bunun dozunu kaçırırsa istismara uğramaya başlar. Çünkü siz verdikçe her zaman alan birisi vardır. Ancak bu verişin yerli yerinde olması çok önemli bir husustur.

Uyarlılığımız genelde sol beyin niteliklerini vurgulayan ve tüketime yönelik bir toplum olarak koşullandırıldı. Bu dengesizlik eril özelliklerin daha baskın hale gelmesini körüklerken diğer taraftan dişil niteliklerin baskılanmasına ve dengesizliklere yol açmıştır.

Yaşam tam anlamıyla dengelenme üzerine kurulu bir sistemdir. Örneğin, canlı organizmalardaki tüm sistemler denge üzerine kuruludur. Tüm organlar belli bir dengeli halin sürdürülmesi ve bozulan dengelerin yeniden yapılandırılması için çalışır ve böylece organizmanın canlılık hali devam eder. Bu denge halinin sürdürülmesinde ve oluşturulmasında yine eril ve dişil güçler iş başındadır. Eril süreçler gücün kullanımı ve tüketimini üstlenirken, dişil güçler ise yeniden yapılandırma ve yenilenmeyi sağlarlar. Hücrelerimizin çoğalarak kendisini yenilemesi dişil bir süreçtir.

(Devam Edecek)

İblis Aslında Nedir?

Michael Newton

EĞER en sevdiğiniz kuramlardan birini çiğneyip geçecek olursam, lütfen bu ifadelerimin uygulamalarını sırasında birçok deneyimin anlattıklarından çıktığını hatırlayın. Bu denekler yeryüzü çevresinde dolanan şeytani ruhlar görmemişlerdir. Ruh oldukları sırada gerçekten hissettikleri şey yoğun öfke, nefret ve korku duyguları yayan yoğun negatif insan enerjisidir. Bu karışıklığa yol açan düşünce örüntüleri onları toplayan ve daha da büyük bir uyumsuzluk yayan başka negatif düşünenlerin bilincine çekilir. Havadaki tüm bu karanlık enerji yeryüzündeki olumlu bilgeliğin zarar görmesine yol açar.

Kadim insanlar iblislerin gökle yer arasındaki bölgelede bulunan ve özellikle kötülük peşinde olmayan uçan varlıklar olduğunu düşünürlerdi. İlk dönemlerdeki Hristiyan kilisesi iblisleri “karanlığın kötü hükümdarları” konumuna çıkardı. Kovulmuş melekler olarak, onlar insanları aldatmak için kendilerini Şeytan’ın değil de Tanrı’nın elçileriymiş gibi gösterebiliyorlardı. Günümüzde ise daha açık görüşlü dini topluluklarda bu iblislerin kendi içimizde var olan, başımızı belaya sokabilecek yanlış tutkularımızı temsil ettiğini söylemenin uygun olacağını düşünüyorum.



Ruhlar hakkında araştırmayla geçen yıllarımda, bir kez bile düşmanca ya da başka türlü bir ruh tarafından ele geçirilmiş bir denekle karşılaşmadım. Deneklerimin tamamı, iblissi güçlere bilinçli bir inançla bana gelenler bile kendilerini ruh olarak gördükleri sırada bu tür varlıkların var olduğunu kabul etmezken, başka bir sonuca ulaşmam söz konusu olamaz.

Arada sırada, bir danışan bana yabancı bir varlık ya da bir tür kötü niyetli ruh tarafından ele geçirilmiş olduğu inancıyla gelir. Kötü bir lanetin geçmiş bir yaşamdan beri üzerinde olduğuna inanan başka danışanlarım da olmuştur. Hipnoz altındaki görüşmem sırasında bu insanların süperbilinçli zihinlerine ulaştığımda, genellikle şu üç durumdan biriyle karşılaşırız:

1. Bu korkunun hemen hemen her zaman kesinlikle asılsız olduğu ortaya çıkmıştır.
2. Arada sırada, arkadaşça bir ruh, genellikle ölmüş bir akraba onlara ulaşmaya çalışmıştır. Büyük bir endişe içinde olan danışanım, sadece rahatlatma ve sevgi getirmek isteyen bu ruhun niyetini yanlış yorumlamıştır. Göndericiyle alıcı arasında hatalı bir iletişim olmuştur. Ruhlar kendi aralarında telepati konusunda pek güçlük yaşamazlar, ama bu durum her ruhun bedenlenmiş insanlarla ustaca iletişim kurabildiği anlamına gelmez.
3. Nadiren de yeryüzündeki çözülmemiş karmik sorunları nedeniyle rahatsız ve deneyimsiz bir ruh böyle bir temasa geçmiştir.

Paranormal konusundaki araştırmacılar niçin belli insanların

- bir iblis tarafından ele geçirildiklerine inandıkları konusunda benim bulduğum nedenlere eklenmesi gereken üç neden daha bulmuşlardır:
4. Çocukken yaşanan duygusal ve fiziksel kötü muamele: bu, kötü muamelede bulunan ve bütün kontrole sahip olan yetişkinin kötü bir güç olarak temsil edildiği duygular yaratır.
 5. Çoklu kişilik bozukluğu.
 6. Yeryüzünün elektromanyetik alanlarının etkisinde görülen, rahatsız bir bireydeki beyin etkinliğinin bozulmasına yetecek düzeyde olan periyodik artışlar.

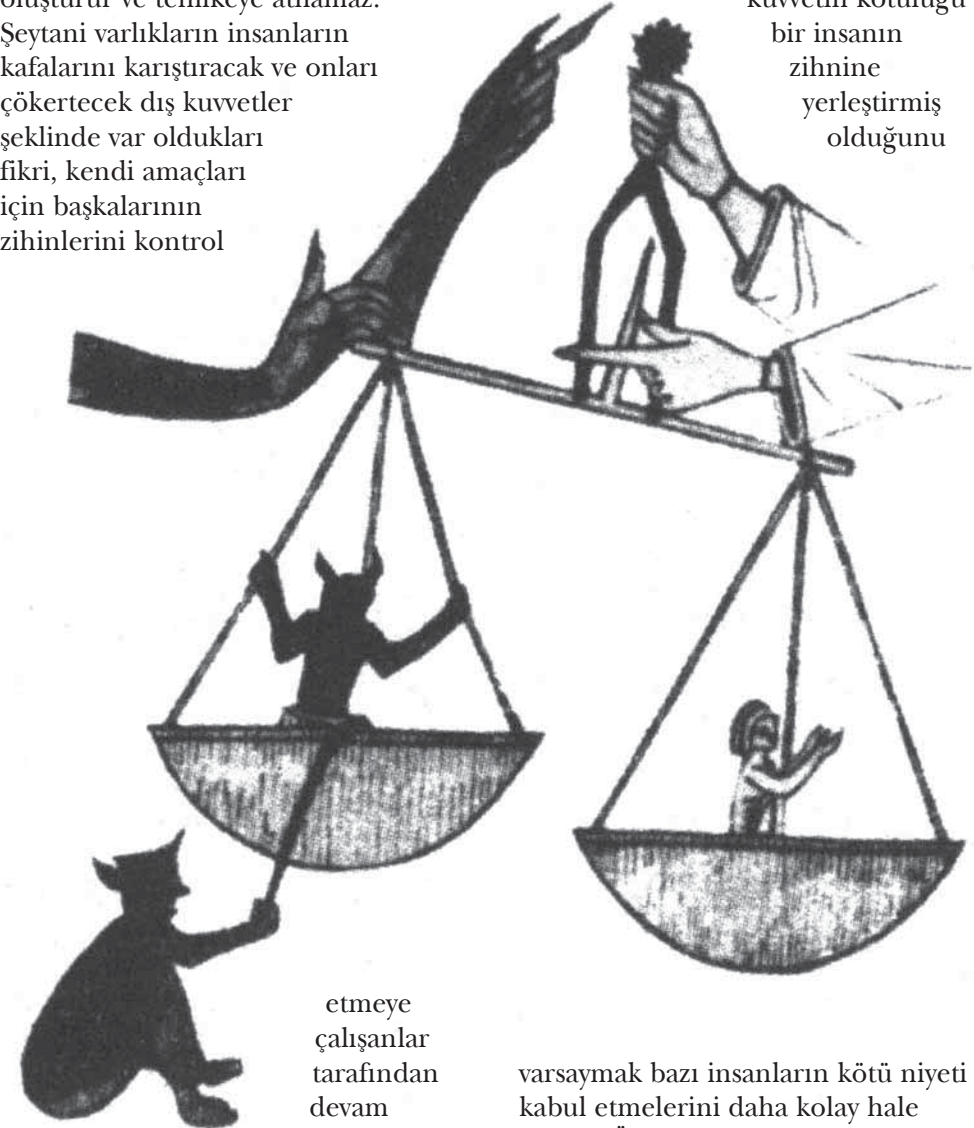
İnsanların şeytani bir varlık tarafından ele geçirilebilme olasılığı doğrudan Orta Çağ inanç sistemlerinden kaynaklanmaktadır. Bu, korku temeline dayanır ve son bin yıl boyunca sayısız yaşamı perişan etmiş olan teolojik boş inanışın sonucudur. Bu saçmalığın büyük bölümü son iki yüz yılda dağılmıştır ama muhafazakar inançlarda devam etmektedir. İblisin dualarla kovulması olayı hala bazı dini gruplar tarafından uygulanmaktadır. Sıklıkla, ele geçirilme konusunda kaygılarla bana gelen danışanların hayatlarının, kendi kontrollerinde değilmiş gibi görüldüğünü ve çeşitli kişisel obsesyon ve takıntılarla dolu olduğunu görürüm. Kendilerine kötü şeyler yapmalarını emreden sesler duyan insanlar da genellikle ele geçirilmiş değil, şizofreniktir.

Fiziksel dünyamızda ortalıkta dolanan mutsuz ya da haylaz ruhlar olabilir ama onlar insanların zihnini ele geçirip oraya yerleşmezler. Ruh dünyası bu tür ruhların etkinliklerine izin vermeyecek kadar düzenli

bir dünyadır. Başka bir varlık tarafından ele geçirilmek sadece yaşam sözleşmemizi feshetmekle kalmayacak, aynı zamanda özgür iradeyi de yok edecektir. Bu etkenler yeniden bedenlenmenin temelini oluşturur ve tehlikeye atılmaz. Şeytani varlıkların insanların kafalarını karıştıracak ve onları çökertecek dış kuvvetler şeklinde var oldukları fikri, kendi amaçları için başkalarının zihinlerini kontrol

şeydir. Hayat dayanılmaz ve acımasız olabilir ama bu gezegende, burada olmamızın nedenlerinden biri de budur.

Kötülükle doğduğumuzu ya da dıştan bir kuvvetin kötülüğü bir insanın zihnine yerleştirmiş olduğunu



etmeye çalışanlar tarafından devam ettirilmiş olan bir mittir.

Kötülük bozulmuş insan zihninin sınırları içinde başlatılmış, içsel olarak var olan bir

varsaymak bazı insanların kötü niyeti kabul etmelerini daha kolay hale getirir. Önceden tasarlanmış zulmü mantığa büründürmenin, insaniliğimizi sürdürmenin ve bir ırk olarak hem bireysel hem de kolektif anlamda sorumluluktan kaçmanın bir yoludur.

Seri katilleri ya da başka çocukları öldüren çocukları gördüğümüz vakalarda, bu insanları “doğuştan katil” ya da dışarıdan iblissi etkilerin altında diye nitelendirebiliriz. Bu bizi katillerin kendi acılarından hareketle niçin insanlara acı çektirmekten hoşlandıklarını öğrenme sıkıntısından kurtarır.

Canavar ruhlar diye bir şey yoktur. İnsanlar kötülükle doğmaz. Yalnızca içinde yaşadıkları, kötülük yapmanın bozuk ahlaklı kişilerin şiddetli arzularını tatmin ettiği toplum tarafından yozlaştırılmışlardır. Bu insan beyninden kaynaklanır. Psikopatlar hakkındaki incelemeler, pişmanlık duymaksızın başkalarına acı çektirmenin verdiği heyecanın kendi içlerinde hissettikleri bir boşluğu doldurduğunu göstermiştir. Kötülük yapmak yetersiz insan için bir güç, sağlamlık ve kontrol kaynağıdır. Bu cellatların sapkın zihinleri onlara, “Madem hayat benim için değerli değil, öyleyse niçin başka birinden onu almayayım,” der.

Kötülük genetik değildir, her ne kadar bir ailenin çocuklarına karşı şiddet ve zulüm geçmişi olsa bile, bu eylemler genellikle bir kuşaktan diğerine öğrenilmiş davranış olarak aktarılır. Bir ailedeki yetişkinlerden birinden kaynaklanan şiddet ve işlevsel olmayan davranış diğer daha genç fertlere bulaşacak şekilde yayılan içsel bir duygusal tepki olur. Bu da o ailenin çocuklarında takıntılara ve zarar verici davranışa yol açabilir. Peki, bedenle ilgili bu genetik ve çevresel bozulmalar ruhu nasıl etkiler?

Benim uygulamalarımda bulduğum kadarıyla, bir ruhun enerji kuvveti sıkıntılı zamanlar sırasında, bedenden

ayrılabilir. Kendi bedenine ait olmadığını hissedenler bile vardır. Durum yeterince ciddiye, bu insanlar genellikle başka birinin yaşamını almaya değil de, intihar düşüncelerine eğilim gösterebilirler. Bu kargaşanın bir bölümü misafir olduğu bir beynin yapısına geçmiş olan ruhun ölümsüz karakteriyle o beynin genetik yükü arasındaki çatışmadan kaynaklanır. Merkezi sinir sistemini etkileyen anormal beyin kimyası ve hormonla ilgili dengesizliklerin ruhu kirletebilecek etkiler göstermesi de söz konusu olabilir.

Bulduğum bir diğer unsur ise olgunlaşmamış ruhun rahatsız insanın kötü durumdaki zihinsel döngüsünü idare etmede genellikle güçlükler yaşamasıdır. İnsan benliğinin ruh benliğine karşı koyması da görülebilir. *Beni it, kendini çek* kuvveti tek bir egoyu dünyaya sunmak ve süreçte çok iyi olmama mücadelesi içindedir. Bunlar iş başında olan içsel değil, dışsal kuvvetlerdir. Rahatsız bir zihnin bir şeytan çıkarıcıya değil, işinde yetkin olan bir akıl sağlığı uzmanına ihtiyacı vardır.

Ruhlar bir bedenın tamamen saf ve iyi olduğunu göstermez, aksi takdirde kişisel gelişim doğrultusunda bedenlenmezlerdi. Ruhlar yeryüzüne kendi kusurları üzerinde çalışmak için gelirler. Kendini keşif açısından bakıldığında, bir ruh bir insan bedenini seçerken kendi karakterine uygun ya da kendi karakterine karşıt bir şekilde davranmayı seçebilir. Örneğin, bencillik ve zevke düşkünlük yönündeki eğilimlerle mücadele eden bir ruh, duygusal yapısı kendini memnun etme doğrultusunda, düşmanca eylemlerde bulunma

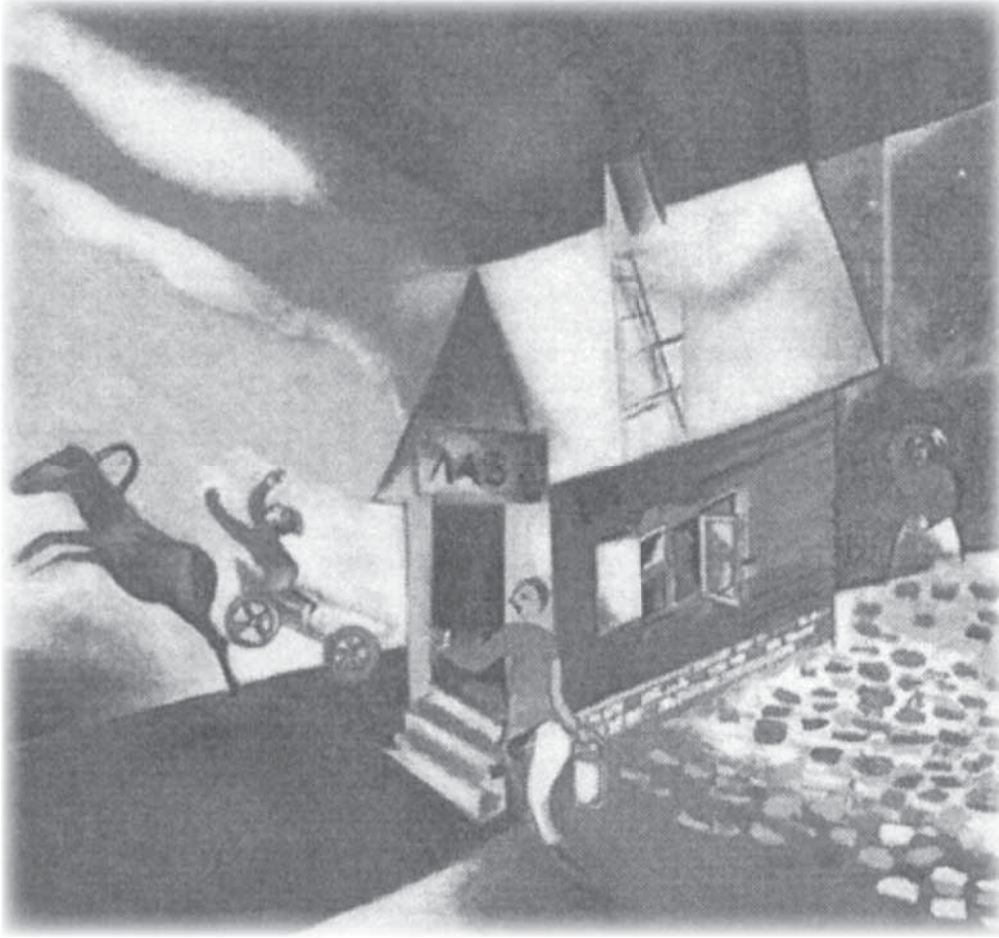


eğiliminde olan bir insan egosuyla gereği gibi uyuşamayabilir.

Çoğunlukla, sıkıntudaki insanlar çocukların maruz kaldığı fiziksel ve duygusal kötü muamele gibi zahmetli ve acı verici çevresel travmalar yaşamıştır. Bu kişiler ya acılarını arkasına sakladıkları bir kabuk yaratarak kendilerini içselleştirmişler ya da düzenli bir temelde zihinsel olarak bedenlerinin dışına çıkarak dışsallaşmışlardır. Bu savunma mekanizmaları akıl sağlığımızı korumak için birer hayatta kalma aracıdır. Bir danışanım bana, beden dışı deneyim kendisini daha canlı

hissetmesini sağladığı için “dışarıya ayarlanmayı” ve astral projeksiyon yapmayı sevdiğini söylediğinde rahatsızlıklara ve karışıklıklara bakarım. Aslında meraktan başka bir şey bulamayabilirim ama bedenden uzakta olmaya dair bir obsesyon, o anki gerçeklikten kaçma yönünde bir isteğe işaret eder.

Belki de bu nedenle başka bir kaçma mekanizması olarak *içeri girme* (walk in) kuramı beni rahatsız eder. İçeri girme fikrinin yanlış bir kavram olduğuna inanıyorum. Bu kuramı savunulara göre, şu anda bu gezegen



üzerinde bulunan on binlerce ruh normal doğum ve çocukluk süreçlerini yaşamadan doğrudan fiziksel bedenlerine gelmiştir. Bunların, zorlu hayatlarına dayanamayarak zamanından önce bedeninden ayrılmak isteyen ruhların bıraktıkları yetişkin bedene egemen olmasına izin verilen aydınlanmış varlıklar olduğu söylenir. Dolayısıyla bu kurama göre içeri giren ruh, gerçekte insani ve yardımsever bir eylem yapmaktadır.

Regresyon çalışmalarıyla geçen yıllarımda içeri giren bir ruhla bir kez dahi karşılaşmadım. Ayrıca bu

denekler de ruh dünyasında böyle uygulamalara karışan başka bir ruhtan haberdar değillerdi. Aslında bu eylemin var olduğunu inkar ederler çünkü bu bir ruhun yaşam sözleşmesini feshedecektir. Başka bir ruhun içeri girmesine ve karmik yaşam planınızın yönetimini ele almasına izin vermek, ilk başta yeryüzüne gelmenizdeki bütün amacı bozacaktır! İçeri girenin, aslen başka birine seçilmiş ve atanmış bir bedende kendine ait karmik döngüsünü tamamlamak istediğini varsaymak aldatıcı bir düşünme biçimidir. Ben lisede bir trigonometri

sınıfında son sınıf öğrencisiysem, sınıftan ayrılabilir, cebir sınıfındaki bir birinci sınıf öğrencisine gidebilir ve ona, “Ben senin için sınavı geçeceğim, dolayısıyla sen sınıfını bırakıp erkenden gidebilirsin,” diyebilir miyim? Bu her iki öğrenci için de bir kaybetme-kaybetme durumu olurken öğretmen buna izin verir mi?

İçeri girme kuramı, dışarı çıkan ruhun yaşamını doğrultma sorumluluğundan kaçmasına olanak tanıyarak intiharla mücadele etmesi gerekmesine rağmen tıpkı intihara benzer. Dışarı çıkan ruh misafir olduğu beden üzerindeki sahiplikten vazgeçmiş olur, dolayısıyla bir çocuğun bedeninde olmanın getireceği bütün sıkıntıları yaşamak istemeyen daha ilerlemiş bir ruh yönetimi üstlenebilir. Bu, izin yoluyla sahip olmanın başlıca kusurlarından biridir. Bir bedene atanmayla ilgili öğrenmiş olduğum her şeyden çıkardığıma göre, bir ruhun kendi enerji titreşimlerini misafir olduğu bir beynin enerji titreşimleriyle tam olarak birbirine karıştırması yıllar almaktadır. Bu süreç bebek cenin durumundayken başlar. Gerçekte kim olduğumuza dair asıl öğelerin tümü en başta belirli bir bedene atanmış olan ruhtan gelir. Öncelikle ruhun şu üç özelliğini bir düşünün: imgeleme, sezgi ve içgörü. Sonra da vicdan ve yaratıcılık gibi bileşenleri ekleyin. Yetişkin insan zihninin, kendi partneri olan Benliğini yeni bir varlığa kaptırmasını fark edememesi mümkün müdür? O durumda bu, misafir olunan bedene onu iyileştirmenin tersine bir delilik getirecektir. İnsanlara ruhlarını kaybetme konusunda endişelenmemelerini söylüyorum. O sonuna kadar bizimledir çünkü

bulduğunuz kendine özgü bedene sahip olmak konusunda geçerli nedenler vardır.

Ruhlar kendi sorumluluklarını çok ciddiye alırlar, hatta bu sorumluluk kimi zaman işlevsel olmayan bedenlerin içinde olma derecesine varır. Bedensel olarak kapana kısılmazlar. Örneğin, bir ruh yıllarca koma halindeki bir bedende kalıp ölüme kadar bu bedeni terk etmeyebilir. Bu ruhlar normal uyku halleri süresince bedenlerinden uzaklaşıp kısa yolculuklar yapabilen diğer ruhları ziyaret ederek özgürce dolaşabilirler. Bu durum özellikle bebeklerin bedenlerindeki ruhlar için doğrudur. Ruhlar sıkılsalar bile atanmış oldukları bedene karşı çok saygılıdır. Geride enerjilerinin küçük bir bölümünü bırakırlar, böylece gerektiği anda hızla geri dönebilirler. Dalga boyları insan partnerlerini “parmak iziyle belirleyen” eve dönüş işaretleridir.

Bir ruhun enerjisi insan bedeninden ayrıldığında, bu hemen o bedene iblissi bir varlığın girmesi ve boşta kalan zihni işgal etmesi yönünde bir fırsat sağlamaz. Bu söylenen de başka bir boş inançtır. Öncelikle bu tür iblissi varlıkların olmaması bir yana, zihin hiçbir zaman yolculuk eden bir ruhun enerjisinden tam olarak boş kalmaz. Kötü niyetli bir varlık, var olsa bile zihne sıkışamaz.

Açıkçası ruh dünyasının sakinleri bizim ruh için bir sorun yaratacak karanlık ve kötü tayflardan çokça etkilendiğimiz tamamen farkındadır. □

Ölümsüz Ruh

Leon Denis

EVRENİN araştırılması bizi ruhun araştırılmasına yöneltmekte, bize canlılık veren ve eylemlerimizi yöneten ilkenin peşine düşürmektedir. Fizyoloji, insan bedeninin bazı bölümlerinin birkaç yıllık evreler içinde yenilenmekte olduğunu öğretmektedir. İki hayati akımın etkisiyle bedenimizdeki moleküllerde sürekli bir değişim oluşmaktadır. Organizmadan ayrılan moleküllerin yerini beslenme yoluyla sağlanan moleküller almaktadır. Beynin yumuşak maddesinden tutun da, ta iskeletin en sert kısımlarına varıncaya kadar tüm fizik varlığımız sürekli değişimlere uğramaktadır. Hayat boyunca bedenimiz birçok kez çözülmekte ve tekrar şekillenmektedir. Maddesel bedenimizdeki değişimler sırasında oluşan şekil değişimlerine rağmen yine de kişiliğimiz aynı kalmaktadır. Beynimizin maddesi yenilenebilmekte ama düşüncemiz aynı şekilde sürüp gitmektedir. Bununla birlikte, değişime uğramış bedenimizin şahit olmadığı anılar, yani hafızamız korunmaktadır. Demek ki bizde maddeden farklı bir ilke, başka bir deyişle, devam eden ve sürekli değişimler arasında bile bozulmayan bölünmez bir güç vardır.

Maddenin kendi kendini örgütleyip hayatı meydana getiremeyeceğini bilmekteyiz. Bütünlükten yoksun madde dağılmakta ve sonsuz denecek bir biçimde parçalara ayrılmaktadır. Bizde ise aksine tüm yetenekler, tüm zihinsel ve ruhsal güçler, bunların tümünü kapsamına alan, birbirine bağlayan, ıslık ıslık aydınlatan merkezi bir bütünlük, birlik içinde gruplaşmaktadır. İşte bu bütünlük şuurdur, benliktir veya tek kelimeyle ruhtur.

Ruh hayatın ilkesi, duygunun nedenidir; organizmamızı yöneten ve varlığımızın tüm bölümleri arasındaki uyumu sağlayan ve koruyan, görünmez, bozulmaz, çözülmez bir güçtür. Ruhun yeteneklerinin madde ile hiçbir ortak yanı yoktur. Zeka, akıl, düşünme yetisi ve irade ile damarlarımızdaki kanı veya kaslarımızı birbirine karıştıramayız elbette. Şuurumuz, yani hareketlerimizi tartmamız ve iyiyi kötüden ayırt etmemiz için bize bağışlanmış olan şu

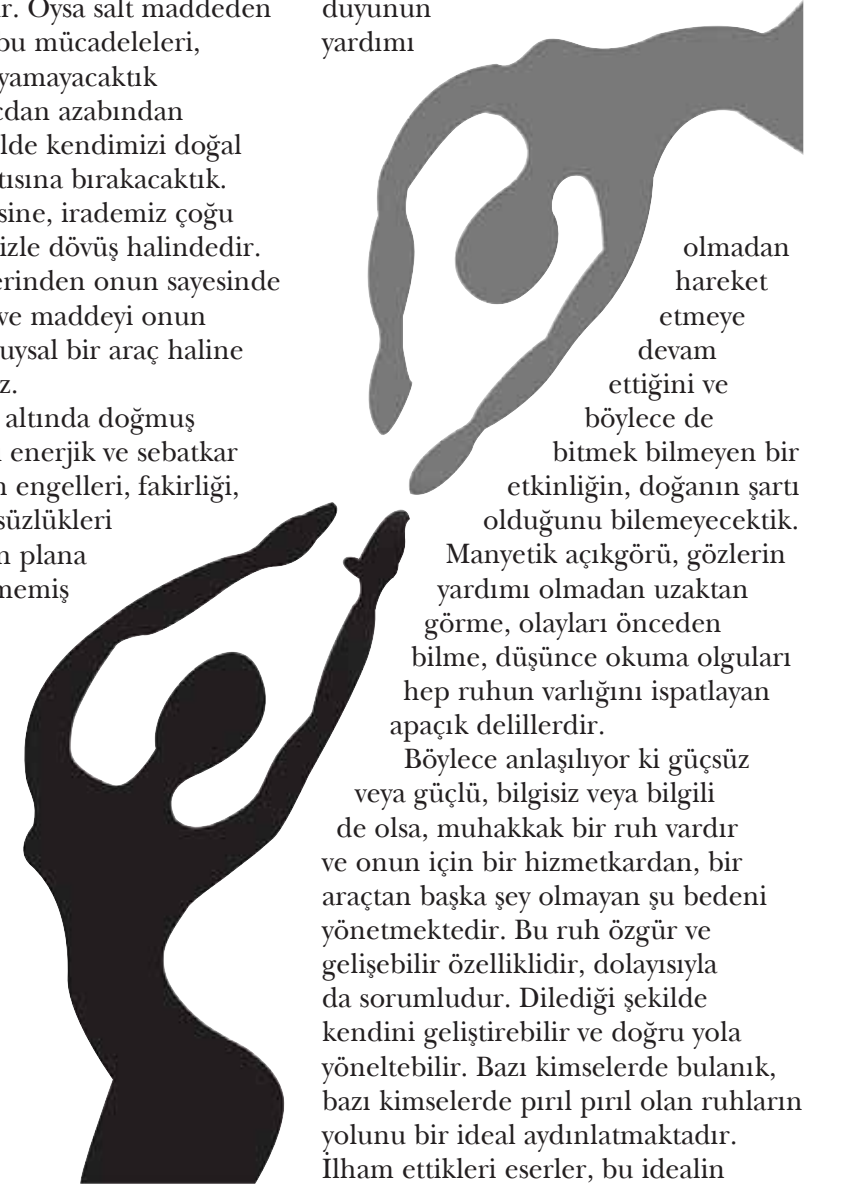
ayrıcalıklı nimet için de durum aynıdır. En mütevasısından en gelişmişine kadar her insanda var olan şu içten gelme kudretli sesin, yani küçük bir mırıltısı ile bile en büyük övüncelerin şamatasını örtebilecek güçteki şu sesin maddesel bir yanı yoktur.

Bünyemizde birbirine karşıt akımlar hareket halindedir. İştahlar ve tutkusal arzular ile akıl ve görev duygusu çatışma içindedir. Oysa salt maddeden ibaret olsaydık, bu mücadeleleri, bu savaşları tanıyamayacaktık ve özlemden, vicdan azabından habersiz bir şekilde kendimizi doğal eğilimlerin akıntısına bırakacaktık. Bu durumun aksine, irademiz çoğu kez içgüdülerimizle dövüş halindedir. Maddenin etkilerinden onun sayesinde kaçınabilmekte ve maddeyi onun sayesinde yenip uysal bir araç haline getirebilmekteyiz.

En zor şartlar altında doğmuş insanların kendi enerjik ve sebatkar gayretleriyle tüm engelleri, fakirliği, hastalıkları, güçsüzlükleri yenip, aşip en ön plana geçtikleri görülmemiş midir? Ruhun maddeye üstünlüğü daha da göz alıcı bir şekilde, tarihteki feragat ve fedakarlık örneklerinde sergilenmemiş midir? Gerçeği vaktinden önce açıklamış görev şehitlerinin, insanlığın hayrı için zulme uğramış, ölüm

cezasına çarptırılmış, darağacına çekilmiş kişilerin ölüme kadar varan işkencelerine rağmen maddeye nasıl egemen olabildiklerinin ve büyük bir neden adına nefsin isyanlarını nasıl susturabildiklerini, şüphesiz bilmeyenimiz yoktur.

Eğer bir maddeden ibaret olsaydık, bedenimiz uykuya daldığında ruhumuzun yaşamaya ve beş duyunun yardımı



olmadan hareket etmeye devam ettiğini ve böylece de bitmek bilmeyen bir etkinliğin, doğanın şartı olduğunu bilemeyecektik. Manyetik açığörü, gözlerin yardımı olmadan uzaktan görme, olayları önceden bilme, düşünce okuma olguları hep ruhun varlığını ispatlayan apaçık delillerdir.

Böylece anlaşılıyor ki güçsüz veya güçlü, bilgisiz veya bilgili de olsa, muhakkak bir ruh vardır ve onun için bir hizmetkardan, bir araçtan başka şey olmayan şu bedeni yönetmektedir. Bu ruh özgür ve gelişebilir özelliklidir, dolayısıyla da sorumludur. Dilediği şekilde kendini geliştirebilir ve doğru yola yöneltebilir. Bazı kimselerde bulanık, bazı kimselerde pırıl pırıl olan ruhların yolunu bir ideal aydınlatmaktadır. İlham ettikleri eserler, bu idealin

büyüklüğüyle orantılı olarak faydalı ve görkemli olmaktadır. Yürüdüğü yolda desteğini soylu bir heyecandan, yani hakikat aşkından, adalet aşkından, vatan sevgisinden, insanlık muhabbetinden alan ruha ne mutlu! Onun yukarılara tırmanışı kolay olacak, bu dünyada derin izler bırakacak ve hayırlı ürünlerin yeşereceği bu tarlada nice saban izleri meydana getirecektir!

Sağlam bir temele dayandırılmış olan ruhun varlığı sorunu, yani ölümsüzlük sorunu, hemen bütün ağırlığıyla ortaya çıkmaktadır. Bu en önemli sorunlardan biridir: çünkü ölümsüzlük manevi yasaya maruz kalan tek yaptırım, adalete ilişkin düşüncelerimizi doyuran ve insan ırkının en yüce umutlarına cevap veren tek görüşür.

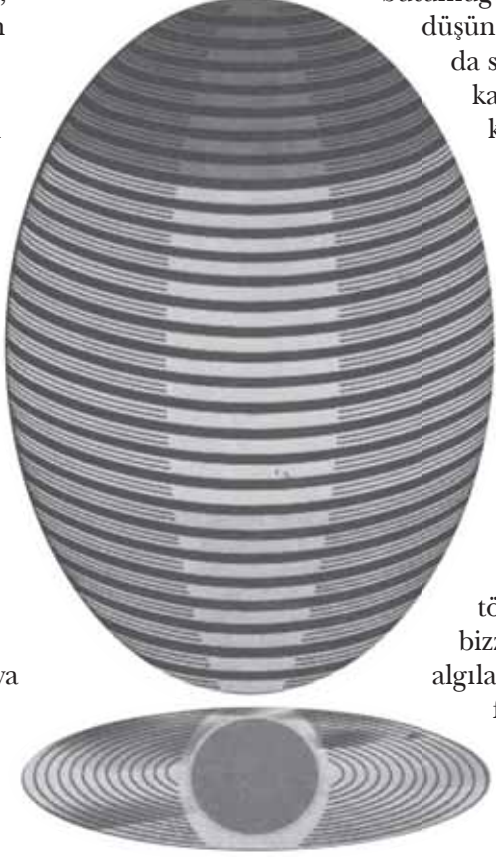
Gerçek spiritüel bütünlüğümüz moleküllerin devamlı yenilenmesine ve bedenimizin biçim değişimlerine rağmen korunmakta ve sürüp gitmektedir. Ama bunların çözümleri ve sonunda bedenden ayrılmaları, bedenün yaşamı sırasındaki ayrılmalar düzeyinde olmamaktadır.

Evrende hiçbir şeyin yok olmadığını daha önce gördük. Kimya ve fizik bilimleri hiçbir atomun kaybolmadığını, hiçbir gücün

bitip gitmediğini ispatlarken, biz nasıl olur da içinde tüm zihinsel güçlerin bir araya geldiği bu bütünlüğün çözülebileceğini düşünebiliriz? Nasıl olur da sayesinde hayatın kader zincirlerinden kendini kurtardığı bu şuurlu benliğin kaybolabileceğini düşünebiliriz? Nasıl olur da sayesinde hayatın kader zincirlerinden kendini kurtardığı bu şuurlu benliğin kaybolabileceğini düşünebiliriz? Yalnız mantık ve töre bilim değil fakat bizzat olaylar, yani algılanabilir türden olup fizyolojik ve psikik nitelik taşıyan tüm olgular, şuurlu varlığın mevcudiyetini ispatlamakta birbiriyle

adeta yarış halindedir: Ruh ölüm ötesi alemde, yeryüzü hayatı sırasında kendi öz eylemleri ve çalışmaları sonucunda hak ettiği şekliyle görülmektedir.

Eğer ölüm her şeyi sonu demek olsaydı, eğer alınyazımız şu kısacık yeryüzü hayatıyla sınırlanmış bulunsaydı, daha iyi bir duruma ve mükemmelliğe, daha açık bir deyişle, hakkında hiçbir dünyasal şeyin küçücük bir ipucu bile veremeyeceği şu mükemmelliğe karşı duyduğumuz bunca özlemi duyabilecek miydik? Hiçbir şeyin yatıştıramayacağı şu



bilme, tanıma özleminin ne demek olduğunu bilebilecek miydik? Eğer her şey mezarda son bulsaydı, bunca ihtiyaca, bunca hayale, bunca anlamsız eğilimlere ne gerek kalırdı? İnsan varlığının asırlardan beri duyulan şu çılgınlığı, şu sonu gelmez umutları, gelişme ve ışığa doğru giriştiği şu karşı konulmaz atılımları, hep geçici bir gölgenin nitelikleri veya zar zor oluşan ve de hemen dağılıveren molekül topaklanmasının özellikleri durumuna düşmeyecekler miydi? En uzun ömür diye nitelediğimiz süre içinde bile bilimin sınırlarına ulaşmamıza imkan vermeyen yetersizlik, üzüntü ve düş kırıklığı ile dolu olması nedeniyle, hiçbir surette bizi tam olarak tatmin edemeyen; arzularımızı doyuracak bir amaca ulaşır ulaşmaz, bizi tekrar

yeni bir doymazlıkla yeni amaçların peşine düşmeye zorlayan ve daima daha uzak, daha erişilmez hedeflere doğru yönelten şu yeryüzü hayatı nedir ki? Bu dünyaya ait olmayan bir idealin ve devamlı surette elimizin uzanamayacağı mesafede bulunan bir mutluluğun peşinde her türlü düş kırıklığına rağmen ayak direyişimiz bugünkü yaşamımızın ötesinde de bir şeylerin var olduğunu gösteren yeterli bir delildir. Elbette ki tek başına doğa varlığına, gerçekleşmesi imkansız özlemler ve umutlar sunamazdı. Ruhun sınırsız ihtiyaçları zorunlu olarak sınırsız bir hayatı gerektirmektedir. □

Çeviren: Yavuz Keskin.



Ne Yapmalı?

Murat Beytemur

ÖNGÖRÜLEN ZAMANLARIN sonlarına geldiğimizin farkına vardığımızda, önceki bilgilerimizle anlayabileceğimiz bilginin sonuna geldiğimizde, verilmiş tüm bilgileri yerine koyup geriye bakmadan gitme zamanı geldiğinde ne yapmalı?..

Keşke demediğimiz bir sonuçlar dizgesi bizi alıp sürüklediğinde illüzyon perdesinin kapandığı Birleştiren Bilgiyi kullanacağımız anlar geldiğinde...

Yukarıdaki satırlarda anlatmaya çalışılan ufka derinlemesine baktığımız anlar farkındalıklarımızın açıldığı anlardır. Zamanların, bilgilerin sonuna geldiğimizi anlayabilmek içimizde aydınlanmaya, ruhsal heyecanlara yol açacaktır. Ancak bu anların biraz sonrasında kişiliklerimiz devreye girer; tutumlar, tamponlar kendisini belli eder. Bulduğumuz hal ile özdeşleşme mekanizması devreye girer. Bu saatten sonra mekanikleşmeye başlarız, ne yapmalı, sorusu mekanikleşmeye başlar ve mekanik çözümler arar, mekanik bilgiler veririz. Artık biraz önceki biz değilizdir ve arayışın enerjisi uzaklaşır, mekanikleşir. Tüm bunlara rağmen ne yapmalı?

Maurice Nicoll'ün aşağıdaki satırları birlik sandığımız içimizdeki çokluğun ne anlama geldiğini ortaya koyaktadır:

“Bazı benliklerimiz bize kuvvet verir. Bazı benliklerimiz bizden kuvvet çeker. Bazılarıysa bizi gerçekten bitirir. Bize kuvvet veren benlikleri sürekli bir arada tutmak gerekir. Bu ben'ler yeni konumlara hareket etmelidir ve diğer ben'ler üzerinde kontrol elde etmelidir. Bunlar özel bir yere sahip olmalı, belirli bir değer vermelidir.”

Buradaki belirgin anlayış, tekamül etmek için “belirli bir dizi ben'in yeni konumlara hareket etmesidir,” ki kastedilen hareket içseldir.

Bu ufka bir de Bedri Ruhselman'ın *Mukadderat ve İcabat* taki anlayışıyla bakalım:

Demek ki hakikatler aranırken yollar bulunur fakat aranması icap eden şey yollar değil, hakikattir. Yol ve o yolda kullanılan vasıtalar hakikatin kendisi değildir. İnsan bir diyardan

başka bir diyara gideceği zaman meseleler arabaya biner. Bu arabayla bir hayli yol kat ettikten sonra onun tekerleklerinin eskimesinden veya atlarının yorulmasından mütevellit bir duraksama tehlikesiyle karşılaşınca gene o insanın ne pahasına olursa olsun diye o bozuk arabaya sınıksız sarılarak olduğu yerde çakılıp kalması doğru olmaz. Eğer o hedefine varmak gayesini unutmamış ise artık bu işe yaramayan arabayı terk eder. Bir otomobil bulursa ona atlar, tren bulursa onu tercih eder hatta tayyareye rastgelirse onu hiç kaçırmaz. Fakat hiçbir vasıta bulamasa bile topal ayağıyla yürüye yürüye yoluna devam eder. Tüm engelleri çığır, devirir. Özellikle bu engellerin en kötüsü olan o işe yaramaz arabasına ne olursa olsun diye dört elle sarılmak gayretine kapılmaz ve esasen burada imkan bulamaz.

Her insana bu yönde birtakım ikazlar ve ihtarlar yapılır ve bunlar insanın bizzat kendi vicdanından kopup gelir. Mesela, o bu yolda yaptığı işlerden sonra bir ruh huzuru ve sevinci bulacağı yerde bilakis bir korku, sıkıntı, eksiklik hissi, üzüntü, bazen de vicdan azabı duymaya başlar. Bundan da bilmelidir ki arabasının tekerlekleri

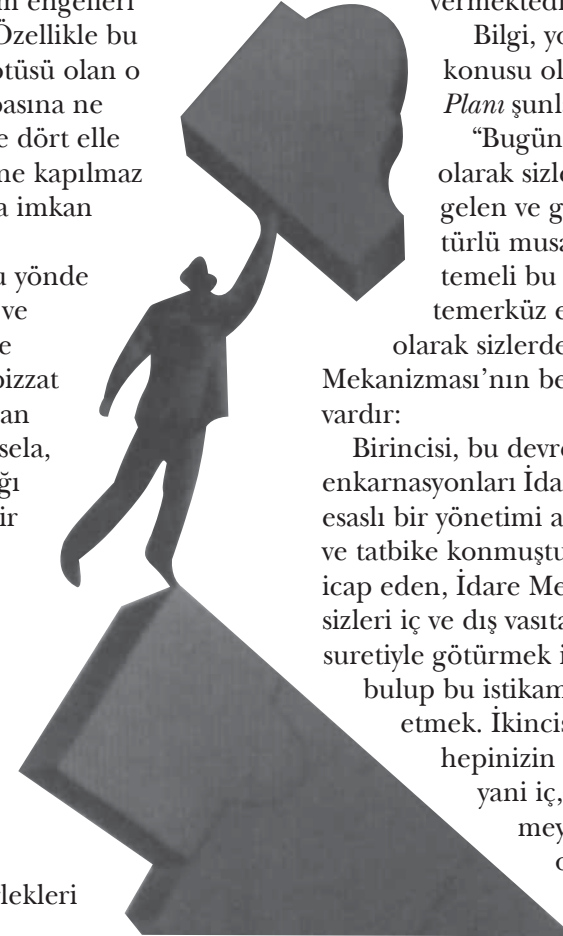
esnemeye, beygirlerinin ayakları tökezlemeye başlamıştır.”

Bedri Ruhselman'ın bu satırlarda anlattığı vasıtalar içsel vasıtalarımızdır. Gurdjieff'in at, araba, sürücü meselini daha bütünsel ve hedefe doğru yönelik olarak kullanmaktadır. Hedefe, yeni olana vakit kaybetmeden varmak onu için gerçekten önemlidir.

Bu basit örneğiyle bizim en başta sorduğumuz öngörülen zamanların sonuna geldiğimizde illüzyon perdesinin kapandığı, bilincimizde farkındalığın ötesinde birleşen dili, Birleştiren Bilgiyi kullanacağımız anlar dizisi önümüze geldiğinde ne yapmalı, sorusuna gayet uygun cevabı vermektedir.

Bilgi, yol ve hedef söz konusu olduğunda *Sadıkcar Planı* şunları söylemektedir: “Bugün, şu tarihte beşer olarak sizlerin başımıza gelen ve gelecek olan her türlü musabetin ve saadetin temeli bu üç esas noktada temerküz etmiştir. Beşer olarak sizlerden Ruhi İdare Mekanizması'nın beklediği üç şey vardır:

Birincisi, bu devrenin enkarnasyonları İdare Mekanizma'sının esaslı bir yönetimi altında planlanmış ve tatbiki konmuştur. Yapılması icap eden, İdare Mekanizma'sının sizleri iç ve dış vasıtaları kullanmak suretiyle götürmek istediği istikameti bulup bu istikamete hareket etmek. İkincisi, beşer olarak hepinizin potansiyelinde yani iç, gizli enerjinizde meydana gelebilecek olan gelişmenin muayyen sürat



ve ölçüde olması. Üçüncüsü, bir kül olarak mütehhid bir idrak ve şuura ulaşarak devrenin nasibi olan bilgiyi alması ve tatbik etmesidir. Ve bunların tahakkuku tasavvurunuzun dışında bir kadronun bir devre süresince faaliyetini ihtiva etmiştir, etmektedir...

Gelecek, dünya üzerindeki beşeri faaliyetin iniş ve çıkışlarıyla doludur. Gelecek, elinizdeki bilgilerin yetersiz kalıp kendi üzerinize hücum etmesiyle doludur. Gelecek, pek ince bir perde arkasında hakikatle batılı yan yana bulunduğu sahnelerle doludur. Gelecek, beşer şuuru ve vicdanının yükseleceği ve şaha kalkacağı zamanlarla doludur. Muhakkak ki gelecek, spiritüel kudretin çok bariz olarak bütün bu beşeriyeti belirli bir şekilde ele geçirmesiyle dolu bulunmaktadır.”

Devre sonu özelliklerini daha belirgin hissediyor ve sosyal olaylarda, doğa olaylarında iniş ve çıkışları bir arada yaşıyoruz. Bunca bilgiye rağmen bu bilgileri uygulayamamanın verdiği sıkıntıyı, mutsuzluğu yaşıyoruz. Hakikatle batılın iç içe geçtiği

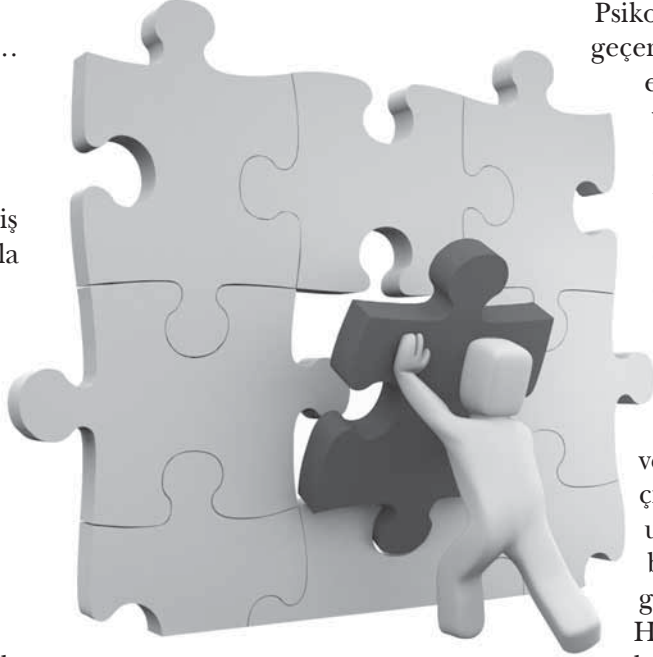
zamanlardayız. Vicdana yönelirken ince nefsanîyetlere saplandığımız anlardayız...

Ne yapmalı, diye sorduğumuz şey aslında çoktan olmuş, bitmiştir. Zaman içerisinde çoktan, yaratılmıştır fakat biz olağan zihnimizle bunu imgeleyemeyiz.

Psikolojik olarak, geçen zaman anlayışı etrafında yapılanmış durumdayız. Buna “yok eden zaman” demek daha doğru olur. Hayatlarımız yalnızca bu anda sahip olduğumuz veya yarına çıkacağımızı umduğumuz bir şey gibi görünmektedir. Hayat hakkında başka bir

kavramımız yok. Hayat sadece şu andaki beden, önümüzdeki sahne olarak görünmektedir. Yine de geçmişin şimdi üzerindeki etkileri incelenmiştir ve geleceğin şimdi üzerindeki etkisinin olasılığı dolaylı bir şekilde matematiksel (dünyayı dört boyutlu kabul ederek) anlaşılmıştır. Örneğin, Avusturyalı matematikçi H. Weyl geleceğin geçmişin üstünü kaplayabileceği ve prensipte “olayları gelecek kararların ve eylemlerin kısmen bir neticesi olarak şimdi deneyimlemenin” mümkün olduğu sonucuna varmıştır.

Hayat zaman içerisinde uzandığına göre şimdinin geçmiş üzerindeki



etkisinin de bir olasılık olarak ele alınması gerekir. Şimdi yapıyor olduklarımızın etkisi bu açıdan bakıldığında dünyayla olan duyuşsal bağlantımız tarafından anlaşılmayan, kesinlikle mevcut olan iki yöne ayrılıyor diye düşünülmalıdır. Biz bu yönlere geçmiş ve gelecek diyoruz. Bu bakış açısından bizim geçmiş hayatımız, şimdiki hayatımız ve gelecek hayatımız her zaman işlevsel ilişki içerisinde.

Bir insan geleceği hatırlayabilir. Farklı türlerde hafızalar sahibiz ve her bir “ben” kendi hafızasına sahiptir. Hafıza hem geçmişe hem geleceğe uzanan dördüncü boyutla bağımsızdır. Edindiğimiz anlayış anılarını hatırlamalıyız.

Zaman mekanlar oluşturur. Bu mekanların en katusu bedendir. Zaman cevherden itibaren başlar, ruh cevhere yöneldiğinde bir nötron bir kuarka bile yönelse unutma mekanizması başlar.

Uyanmak zamanın geriye sarışını, geriye dönüşünü fark edebilmektir.

Cevherden aşağı inişte unutma başlar ve unutarak kopyalama başlar çünkü ruhtan cevhere geçişte hatırlamayı ruh bilir. Ancak cevherden aşağı saçaklanmalar başlayınca kopukluklar oluşur ve unutarak, kopyalayarak kaydedilir.

Olmakta olan şeyler bu zaman içindeki kopyalardır. Çok farklı seçimlerin sonucunda buradayız.



Varlığımızda kopya bir gerçekliği algılıyoruz.

Ne yapmalı, sorusuyla aradığımız şey aslında zaman içinde yaratılmış hakikattir. Yaşadığımız an içerisinde bu hakikati tekrar fark ederiz ve kendi zaman parçamızda bunu bir vazife planı halinde algılamaya ve yerine getirmeye çalışırız. Bu vazife çabasını önceki bilgilerimizle, önceki zaman enerjisiyle yapmaya çalışıyoruz. Oysa bulunduğumuz an yeni bir zaman enerjisinin be yeni bir bilginin bizi yokladığı bir an. Böyle bir anın tesirleri 2012’ye yüklenmiş, imgelemiş görünüyor. Böyle bir anda ne zaman, nerede ne olacağı belli değil, gelecek meditatif ve bilgilerin geliş sırası ve düzeni de değişmiştir.

Duygusal olarak kopup gitmek yerine sadece yapmamız gerekeni yapmak, düşünce ve fikirlere beden kimyasını, duyguları katmamak bu dönemim özelliği olacaktır. Beşeri veya ruhsal eğitimle aldığımız her şeyin yükünden kurtulmak gerekecektir. Uygulamayla ilgili kanaatlerimiz değişecektir. Klasik aklı kaldırıp yüksek aklı kullandığımızda, uyanmak zamanın geriye sıçrayışını fark etmektir.

Zaman algımız yüzünden beklemeyi ve bekletmeyi çok seviyoruz oysa şu andan itibaren kendi kaderimizi keşfetmekten başka yapabileceğimiz bir şey yok. □

Yararlanılan Kaynaklar:

Mukadderat ve İcabat, Bedri Ruhselman, Ruh ve Madde Yayınları.

Gurdjieff ve Ouspensky Üzerine Psikolojik Yorumlar 2, Maurice Nicoll, Ruh ve Madde Yayınları.

Sadıklar Planı, s. 578, Ruh ve Madde Yayınları.

BİLYAY Akademi ders notları, Aralık 2011.

Kendinize Bakmak

Barbara Ann Brennan

KENDİNİZE BAKMAK İÇİN MEDİTASYON, egzersiz, iyi gıdalar, hijyen, ihtiyaç olduğunda gerektiği kadar dinlenme, doğru giysiler, bir yuva, eğlenme, kişisel mücadele, mahremiyet ve arkadaşlar içeren bir günlük yaşama sahip olmak gereklidir. Bunları çok miktarda sevgi ile karıştırarak sonunda iyi ödüller biçebilirsiniz. Kişisel ihtiyaçlarınız haftalar ve yıllar geçtikçe değişebilir. Bir zaman diliminde doğru olan şey bir başkasında olmayabilir. Sizin için neyin iyi olduğu size söylenmemeli, bunu kendiniz bulmalısınız. Bu da aslında şifa ve sağlığın özüdür: kendi sorumluluğunuzu almak ve kendi gücünü geri kazanmak. Burada kendi kendinize bakım ve şifa ile ilgili ipuçları bulacaksınız. Bunları okurken, çeşitliliğin yaşama tat kattığını ve kişisel gelişimin değişimle hızlandığını göz önünde bulundurmakta fayda var.

1. Meditasyon: Benim favori meditasyonum Heyoan, Pat ve Emmanuel ile birlikte yürüttüğümüz çalışmada Emmanuel tarafından verilen meditasyondur.

Rahat bir şekilde oturun, sırtınızın rahat olması önemlidir. Soluk alıp vermenize dikkat edin. Düzenli soluk alın ve verin. Her soluk alışınızda, geleceği ve olasılıkları içinize çekin. Soluk verirken ise geçmişinizi bırakın.

Aldığınız gelecek, verdiğiniz geçmiş. Geçmiş bırakın gitsin. Yaratmak istediğiniz gelecektir asıl size gereken.

Geçmişinizle beraber kendinize koyduğunuz tüm o sahte sınırlamaları da bırakın. Geleceğin geçmişle hiçbir ilgisi yoktur. Bırakın geçmiş gitsin. Soluk alırken geleceği içinize

çekin, soluk verirken geçmişini dışarı salmaya devam edin. Tüm geçmişinizin arkanızda kaldığını görün, geleceğiniz de önünüzdendir. Tüm geçmiş yaşamlarınızın ardınızda kalıp akarak uzaklaştığını görün, tüm gelecek yaşamlarınız size doğru akmakta. Zamanın akışını görün, siz merkezi şuur noktasısınız. Merkezi şuur noktası sizsiniz ve deneyimler sizin sayenizde hareketlenir. Gerçekliğin temelinde siz varsınız. Bu, değişmeyen sizsiniz. Zamanın sınırlarının dışında mevcutsunuz. Şimdi, geleceği soluk alışınız ve geçmişi soluk verişiniz arasında bir mola var. Nefesler arasındaki bu nokta, şimdi ebediyete kayacağınız noktadır.

2. Fiziksel egzersizler: Bu egzersizlere ek olarak fitness salonları, aerobik merkezleri, yoga veya t'ai chi gibi dövüş sanatlarından da faydalanabilirsiniz. Yüzmeyi ya da yürüyüşü sever misiniz? Hangisi size en çok zevk veriyorsa onu yapın.

3. İyi gıdalar: Kitapçılarda iyi diyet programları içeren kitaplar bulabilirsiniz. Makrobiyotik ekolün diyet kitaplarını öneririm. Az et, istiyorsanız organik. Özellikle kırmızı etten kaçının. Tahıl, sebze, salata, meyveyi dengeli tüketin. Her şeyi mevsiminde yiyeceğiniz. Kışın daha çok kök sebzeler, yazın daha taze sebze, meyve, salatalara yönelebilirsiniz. Tahıllarla aranıza yol boyunca iyi olsun.

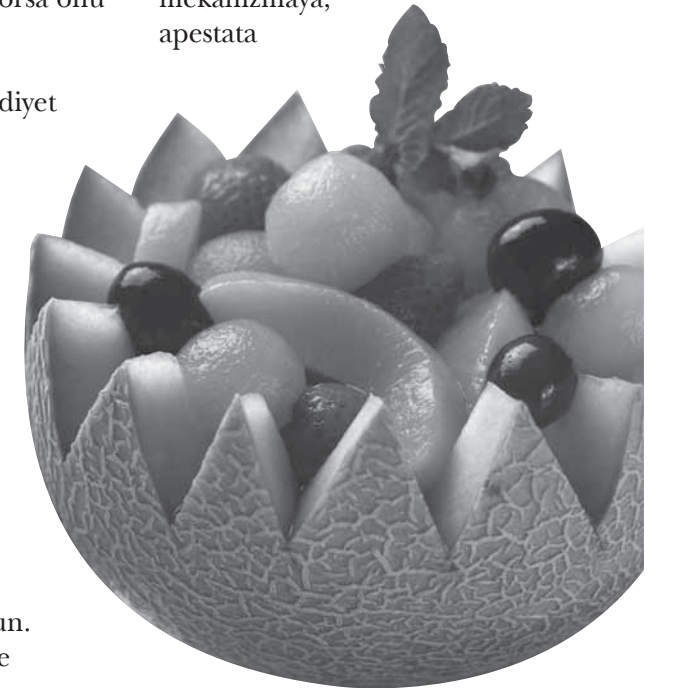
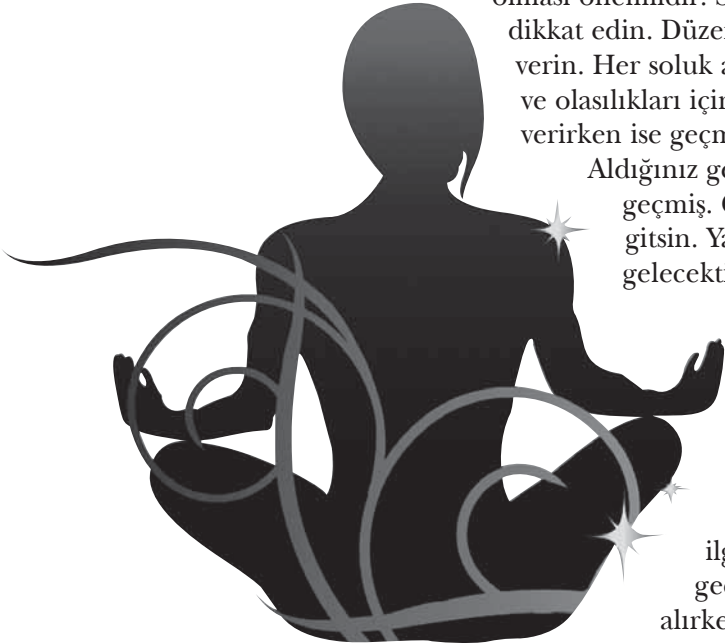
Vitamin alırken dikkatli olun. Pek çok insan bazı vitaminlere

karşı duyarlıdır ama bundan haberi yoktur. Eğer şifa uyguluyorsanız, diyetinizi multi-mineral/multi-vitaminler ve ekstra miktarda kalsiyum, potasyum, magnezyum ve C vitamini ile desteklemelisiniz. B vitaminine de ihtiyacınız olacak. Bilhassa dozaj belirtmiyorum, her vücut değişik ihtiyaç gösterir. Neye ihtiyacınız olduğunu, miktarını ve alış aralıklarını kendiniz belirlemelisiniz.

Yemek yerken yediğimize dikkat edin. Tabağınızın iştah açıcı görünmesini sağlayın. Aldığınız besinin sizi beslediğinin, size enerji verdiğinin, hücrelerinizi geliştirdiğinin farkında olun. Çiğneyin, tadını alın ve zevkini çıkarın. Besinler dünyanın bereketidir.

Bir süre denemek için yuttuğunuz andan itibaren besinin bedeninizde izlediği yolu takip edebilirsiniz.

Vücudunuzun neye ihtiyaç duyduğunu tat alma organları yoluyla haber veren mekanizmaya, apestata



dikkat edin. Bu, çılgıncasına istemekten farklıdır. Neyi çılgınlar gibi istiyorsunuz? Genellikle çılgınlar gibi istediğiniz besine alerjiksizdir. Bunu yemeyin. Üç ile on gün arasında isteğiniz geçecektir. Bedeninize ihtiyacı olan şeyi verin. Mesajlarını dinleyin. Eğer bir şeyi her an çılgın gibi istiyorsanız, bir şeyler yanlış demektir. Mesela, daima tatlı bir şeyler istiyorsanız nedenini araştırın. Muhtemelen iyi beslenmemişsinizdir, bedeniniz de hızlı enerjiyi çılgın gibi isteyerek açığını kapamak istemektedir.

Gıdaların uzun süre dayanması için eklenen şeyler sizin için zararlıdır. Gıdalarımızın çoğunun içinde bir miktar zehir (doğadaki kimyasallar, gübre, böcek zehiri vs.) bulunur. Bundan kaçınmak için mümkün olduğunca organik yetişmiş sebzeler ve meyveler yemekte fayda var. Bunları pişirmesi daha uzun sürebilir ve daha pahalı olabilirler ama uzun vadede, hastane masrafları azalacağından daha karlı olacağını düşünebiliriz.

Eğer çevrenizde bu tip besin bulmanız zorsa, en azından yiyeceklerinizi Clorox ile yıkayın. Yiyecekleri suya koyun, dörtte bir fincan Clorox ekleyin ve yirmi dakika bekletin. Sonra da iyice yıkayın. Ayrıca tabaklarınızı vs. yıkarken de deterjan artığı kalmamasına dikkat edin, bunlar sindirim sisteminde yıkıcı etki yaparlar.

Unutmayın, yiyecekleriniz ne kadar taze olursa o kadar iyi enerji sağlarlar ve sağlığınıza olumlu yönde etkilerler.

4. Hijyen: Cildinizi, dişlerinizi ve saçlarınızı temiz tutmak çok önemlidir. Kullandığınız temizlik ürünlerinin cildinize uygun pH dengeli, yani asit/alkali dengeli olmasına dikkat

edin. Cildinizin doğal bir asit örtüsü vardır ve enfeksiyona karşı koruma sağlar. Alkalin sabun veya temizlik maddesi kullanırsanız bu katmana zarar verirsiniz. Duş alırken duş fırçası kullanın. Bu, eski hücrelerin atılıp yenilerinin gelişmesini sağlar. Kuru bir cildiniz varsa pH dengeleyicili bir losyon kullanın. Bu cildinizi nemlendirir. Doğal, hipoalerjik ve anti-toksik sabunları tercih edin.

Aynı şeyler saçlarınız için de geçerlidir. Saçlarda tortu bırakan malzemeler kullanmayın. Şampuanınızın da pH dengeli olması gereklidir.

Dişlerinizi günde en az bir kere diş ipiyle temizleyin, en az iki kere fırçalayın. Dişeti sorunuz varsa, 1 oran tuz ile 8 oran karbonatı karıştırarak günde bir kez bunu fırçalarken kullanın.

5. Dinlenme: Bu da kişiden kişiye büyük değişiklik gösteren bir kavramdır. Gündüz insanı mısınız, gece insanı mı? Kendinizi dinleyin. Bedeninizin ne zaman dinlenmeye ihtiyacı var? Altı saat mi, dokuz saat mi uyumanız gerekiyor? Eğer yorgunsanız, günün hangi saati olduğuna aldırmayın, dinlenin. Yarım saat uzanmak bile enerjinizi geri kazanmanıza yardım edecektir. O kadar vaktiniz yoksa, on beş dakika mutlaka ayırın. En meşgul gününüzde bile bunu yapabilirsiniz.

6. Giyim: Pek çok sentetik giyim maddesi enerji akışınızı olumsuz etkileyerek auraya zarar verir. Akrilik, polyester ve naylon bunlara örnektir. Naylon çoraplar bacaklardaki enerji akışını ters etkiler, bana kalırsa

günümüz modern toplumlarında görülen kadın rahatsızlıklarında bunun etkisi vardır. Gerçekten gerektiğinde giymenizi öneririm. Özellikle hassas bir cildiniz varsa aldehid/formaldehid ürünler ve petrol kullanılan ürünlerden kaçınmanızda fayda var.

Doğal lifler her zaman aurada olumlu etki yapar. Aurayı güçlendirir ve destekler. Pamuk, ipek ve yünlüler bu yönden iyidir. Karışımlarından yapılan kumaşlar da iyidir. %50 pamuklu kumaşlar harikadır.

Bazı sentetikler de iyi olabiliyor. Benim derim yapay ipeğe ve çoraplarda kullanılan orlona tepki vermiyor.

Dolabınızı açıp giyecek bir şey bulamamanızın sebebi, ihtiyacınız olan rengin bulunmaması olabilir. Bugün hangi renge ihtiyaç duyuyorsunuz? Auranız renk açısından düşük olabilir ve bunu gereken rengi giyerek telafi edebilirsiniz.

Dolabınızda çeşitli ürünler olsun. O gün ne hissettiğinize göre giyinebilme şansınızı artırın.

Giydikleriniz size uygun mu, yoksa başkaları için mi giyiniyorsunuz? Giyiminizin sizi yansıtmaması önemlidir.

7. Yuvanız: Yeterli yer ve ışık var mı? Evinizde rahat ediyor musunuz? Yeriniz

uygunsa bitki yetiştirmek enerjinize olumlu etki yapacaktır. Evinizin renkleri size uygun mu? Havası taze mi? Bunu sağlamak gereklidir. Eğer floresan ışık kullanıyorsanız vazgeçin. Akkor ışıklar daha iyidir.

8. Zevk: Buna da işiniz kadar önem vermeniz gerekir. Eğlenmek için yapmak istediklerinizi ertelemeyin. Gülün, içinizdeki çocuğu keşfedin ve zamanın tadını çıkarın.



9. Kişisel mücadele: Herkesin yapmayı istediği ama ertelediği ya da hiç yapamayacağını düşündüğü şeyler vardır. Yanlış varsayım. Şimdi, bunları yapmanın zamanı. Bir yolculuk ya da meslekte bir çıkış; kendinize sadece bir şans tanıyın ve en azından deneyin. Sadece plan yapmanız gerekiyor. Unutmayın, en çok istediğiniz şey, her şeyden çok yapmak istediğiniz şey bu hayata yapmak için geldiğiniz şeyin ta kendisidir. Sağlığınızın garantisi de bunu gerçekleştirmektir. Şimdi başlayın, ne yapmanız gerekiyorsa yapın.

Eğer uzun sürecekse bile başlamadan sonunu getiremezsiniz. En azından bir başlangıç yapın. İç rehberiniz size yol gösterecektir.

10. Mahremiyet ve arkadaşlar: Hepimizin mahremiyete ve arkadaşlara ihtiyacı var. Sizin için ne anlama geldiğini bulun ve yaşamınızda yaratın. Bunun için kurallar koyun. İlgilendiğiniz biri var ama onunla çekingenliğiniz yüzünden konuşmıyor durumda iseniz, şansınızı deneyin. O insana onunla arkadaş olmak istediğinizi söyleyin. Nasıl işe yaradığını görünce şaşıracaksınız. Eğer olmazsa, başkaları da var.

11. Kaza ve hastalıkta kendi kendine bakım: İhtiyaç duymadan önce, kendinize civarda bir sağlık uzmanı belirlemeniz iyi olur. Güvendiğiniz bir doktorunuz olmalı. Bunun dışında şifacılar, homeopatlar, naturopatlar, akupunktur uzmanları, kiropraktörler, masörler, beslenme uzmanları vs. var.

Kendiniz için evde bakım üzerine bir kursa gitmenizi öneririm. Homeopati ailenizin hemşiresi olmanıza yardımcı olur. Ben bunu yıllardır kullanıyorum ve çocuklarımda rastladığım neredeyse her hastalık için homeopati ile elle dokunarak şifa verme karışımı her derde deva oluyor. Boğaz ışıltmesinden sıkışmış parmaklara kadar tüm tipik çocuk sorununu homeopati ile başarıyla tedavi edebildim.

12. Kendiniz ve aileniz için önerebileceğim basit şifa teknikleri şunlar: Şelasyon ile başlayın. Bunu herkes öğrenebilir. Tüm şakraların üstünden geçtikten sonra, ellerinizi ağrısı olan bölgeye koyun. Sevgi ile kişinin yanına oturun. Bu her ikinizde de kendinizi harika hissettirecektir.

Eğer bölgede enerji tıkanmışsa, bu tıkanıklığı gidermeniz gerekir.

Parmaklarınızın 10 cm daha uzun olduğunu ve mavi ışıkla dolu olduğunu hayal edin. Şimdi ellerinizi sorunlu bölgeye yaklaştırın ve tıkalı enerjii çekip alın. Beyaz ışığa dönüşmesine izin verin. Cildin 10 cm derinine ulaşabilirsiniz. Deneyin, işe yarayacak. Hem çok da kolay.

Şifayı ellerinizi eşinizin/kızınızın/oğlunuzun başı üzerine koyarak tamamlayın. Birkaç dakika sonra tüm aurayı parmaklarınızla tarayın. Baştan ayağa doğru, bedenden 20 cm uzaklıkta hatlar oluşturun. Bedenin her yanında bunu yapın.

Ellerinizi bir süre akan suda tutun. Su ılık olsun.

Eğer hasta olan sizseniz, aynı şeyleri kendiniz için yapın. Size yardımcı olacak birini bulun. Eğer bir hastalığınız varsa, her gece yatmadan önce ellerinizi sorunlu bölgenizin üzerine koyun ve oraya enerji ve sevgi yaydığınızı hissedin. İyi ve dengeli olduğunu imgeleyin, bedeninizden gelen mesajı dinleyin. Vücudunuzda dinlemediğiniz şey neydi? Bu hastalığın kişisel ve yaşam göreviniz açısından anlamı nedir? Kendinizi sevin, kendinizi kabul edin. Eğer ciddi bir hastalığınız varsa bile kendinizi bunun için suçlamayın. Mesajı işitebileceğiniz kadar güçlü kılma cesaretini gösterdiniz. Gerçekten ne olduğunu öğrenme cesaretini kendinizde buldunuz ve yüzleştiniz. Bunun için kendinize saygı duymalısınız. Kendinizi sevin. Kendinizi sevin. Kendinizi sevin. Siz İlahi gerçekliğin bir parçasısınız. □

Kaynak: *Işığın Elleri*, Barbara Ann Brennan, Meta Yayınları

DUYURU



Metapsisik
Tetkikler ve İlmî
Araştırmalar
Derneği



İnsanları
Birleştiren
Bilgiyi Yayma
Vakfı

BİLYAY VAKFI KONFERANSLARI ARTIK CANLI YAYINDA!

UZUN YILLARDAN BERİ VAKFIMIZDA GERÇEKLEŞTİRİLMEKTE OLAN
SALI KONFERANSLARININ
İNTERNET ÜZERİNDEN CANLI OLARAK DENEME YAYINLARINA
13 MART 2012 TARİHİNDE BAŞLANACAKTIR.

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

KONFERANSLARIMIZI ARTIK DÜNYANIN HER YERİNDEN
<http://www.ustream.tv/channel/bilyay>
BAĞLANTISINI KULLANARAK,
HER SALI TÜRKİYE SAATİYLE 19.30'DA CANLI OLARAK İZLEYEBİLİR,
DİLERSENİZ KAÇIRMIŞ OLDUĞUNUZ KONFERANSLARI DA AYNI
ADRESTEN TAKİP EDEBİLİRSİNİZ.

İYİ SEYİRLER!

NOT: YAYINLARIMIZLA İLGİLİ İSTEK, ÖNERİ VE ELEŞTİRİLERİNİZİ
BEKLİYORUZ.

Stanislav Grof ile Röportaj

2. Bölüm

S) Bilincin olağan dışı halleri nelerdir? Fiziksel bedenimizde nasıl gerçekleşir? Bazıları bunu nasıl başarıyor? Bu tip bir bilinç halinin pratikte faydası nedir?

C) Bilincin olağan dışı halleri (veya holotropik dediğim önemli bir alt kategorisi) gerçekliğin görünmeyen boyutlarını veya günlük yaşantımızın farklı bir perspektifini kapsar. Modern insanlığın içinde yaşadığı gerçekliğe oldukça ters bir şekilde, şu anda yeryüzündeki bütün kültürler holotropik hali büyük bir saygınlıkla karşılarlar. Bunu yaşamanın ve geliştirmenin güvenli, verimli yollarını oluşturabilmek için çok fazla zaman ve efor harcarlar. Bunu kendi ritüellerinde, spiritüel yaşamlarında ve pek çok diğer önemli amaçlar adına temel bir araç olarak kullanırlar. Kutsal seramonilerin içeriğinde, olağan dışı hal, gerçekliğin arşetipsel boyutları ile bağlantıya geçmeye aracı olur ki bu arşetipler ilahlar, mitolojik alemler, güç hayvanları ve doğanın esrarlı güçleridir. Bu hallerin rol oynadığı bir diğer önemli alan da, pek çok duygusal ve psikosomatik bozukluğun ve hatta bazı fiziksel rahatsızlıkların tespit edilip, iyileştirildiği alandır. Yerli kültüründe, sıklıkla doğanın iyileştiriciliği ile ilgili çok etkin bir bilgiye sahip olsalar da, metafiziksel iyileştirmeyi birinci sıraya koyarlar. Bu durum bilincin holotropik halinin danışanda, şifacıda ya da her ikisinde birden başlamasını içerir. Pek çok örnekte, geniş bir grup, hatta tüm kabile hep beraber şifa transına girerler. Günümüzde bile bunun örneği vardır: Afrika, Kalahari Çölü, Kung Bushmen kabilesi. Holotropik haller kayıp kişilerin veya objelerin bulunması, uzaktaki insanların konumlarının öğrenilmesi gibi çeşitli amaçlar için olağanüstü algılama ve sezgilerin geliştirilmesi yolu ile kullanılır. Ayrıca sanatsal ilhamlar, ritüeller için fikir edinme, resim, heykel ve şarkılar için de bir kaynak olarak hizmet eder. Endüstrinin olmadığı zamanlarda, tarımla uğraşan insanlar için bu tip haller ile karşılaşmalar oldukça çarpıcıydı ve bu kişilerin spiritüel hikayeleri inanılmazdı. Holotropik hallerin önemi eski ve yerli kültürlerden günümüze taşındı ve bu hallerin başlatılmasına yarayacak çeşitli zihin değiştirme işlemlerinin geliştirilmesi ile enerji, “kutsallığın teknolojilerinin” geliştirilmesine adandı.

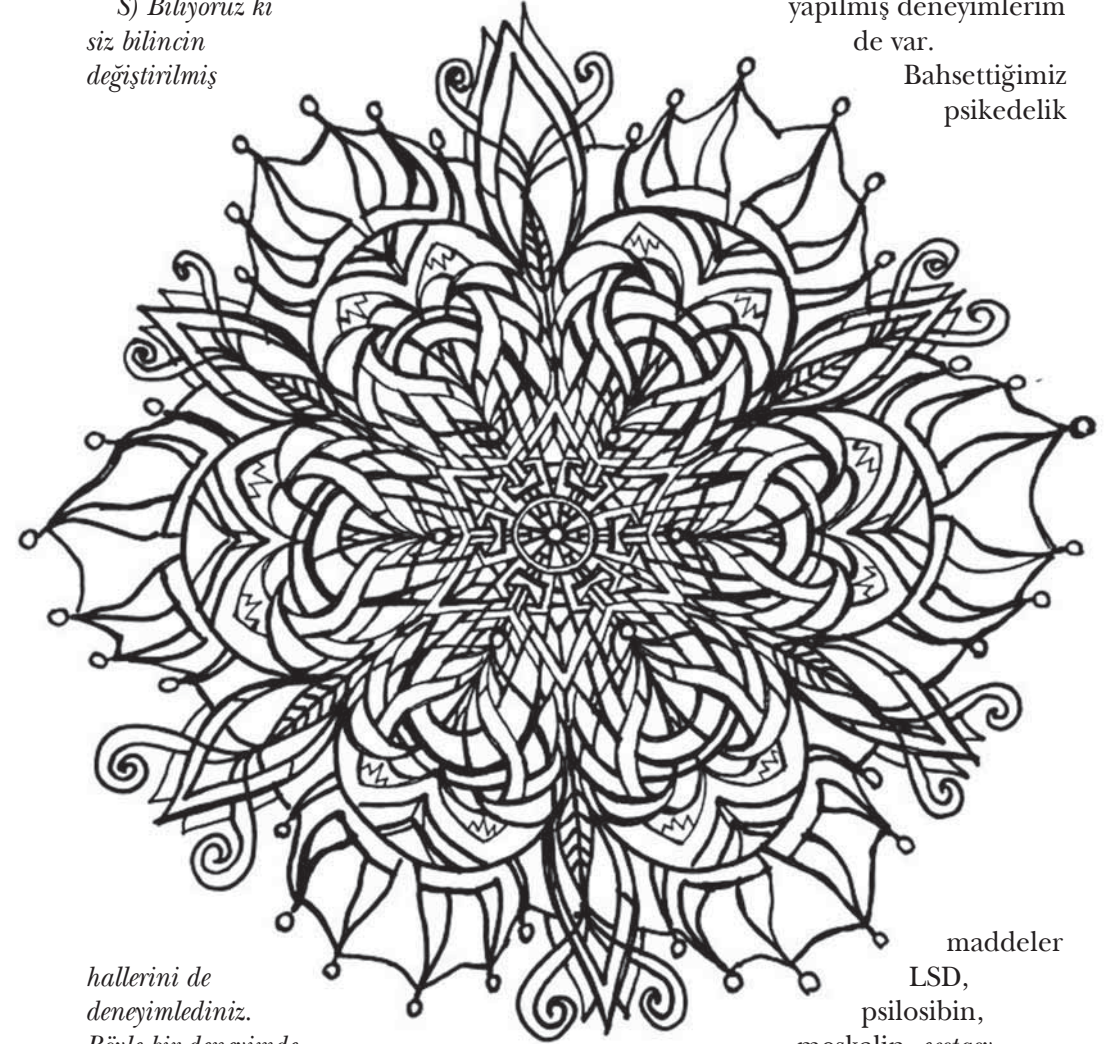
Bu metotlar çeşitli davul sesleri ve davul benzeri aletlerin kullanımı, müzik, ilahi, ritmik dans, nefesin değiştirilmesi ve farkındalığın özel formlarının geliştirilmesini kapsar. Yine holotropik hallerin yaşanmasını sağlamak adına, sosyal ve duygusal bir izolasyon olan mağaralarda, çöllerde, buzullarda veya yüksek dağlarda kalmak da oldukça etkili olmuştur. Ekstrem birtakım fizyolojik müdahaleler de bu amaç için kullanılır: Oruç tutmak, uykusuzluk, susuz kalma

ve hatta kan verme, güçlü laksatifler ve müsiller kullanma, şiddetli ağrılarla eziyet çekme gibi. Holotropik halin yaşanması için özellikle verimli olan bir teknoloji de, psikedelik bitkilerin ve maddelerin kullanılmasıdır.

S) Biliyoruz ki siz bilincin değiştirilmiş

sürecek bir ilgi ve tutku ile bilincin araştırılmasına yönlendirdi. Yıllar boyunca, pek çok holotropik nefes çalışması ve psikedelik deneyimi yaşadım. Başka insanlarla bu maddelerin kullanımı ile yapılmış deneyimlerim de var.

Bahsettiğimiz psikedelik



hallerini de deneyimlediniz.

Böyle bir deneyimde ilginizi çeken ne oldu? Bize nasıl olduğunu anlatır mısınız? Bu olay tek seferden daha fazla gerçekleşti mi? Eğer cevabınız evet ise sizi en fazla etkileyen hangisi idi? Neden?

C) İlk defa, LSD ile yaşadığım deneyimdi ki beni hayat boyu

maddeler

LSD,

psilosibin,

meskalin, ecstasy,

DMT, DPT vb.dir. Ordunun

dünyanın farklı bölgelerinde yaptığı bu tip çalışmalarda da bulundum.

Bunlarda da, psikedelik bitkilerde; peyote, psilosib mantarlar, ayahuasca ve kava kava vb. kullanılmıştır.

Bunlar bilinçte yaşanmış muazzam

deneyimlerdi ve benim için hangisi daha fazla çarpıcıydı, karar vermek oldukça zor. Pek çoğunu *When the Impossible Happens* isimli kitabımda açıkladım.

S) *Tüm bu yöntemlerin içindeki tedavi etme imkanını ne zaman fark ettiniz?*

C) LSD'nin tedavi edici potansiyeli araştırmalarımda çok erken aşamalarında ortaya çıkmıştı. İsveç'ten Dr. W. A. Stoll tarafından yazılan ilk bilimsel yazıda, "LSD – 25 = Fantastik" diye adlandırdığı ilacı önermişti. Daha sonra yapılan araştırma, Dr. Stoll'un vurgusunu doğruladı. Uygun şekilde LSD kullanımı gösterdi ki bu ilaç psikoterapötik süreci hızlandırıyor ve kişileri çok tatmin edici bir şekilde derinleştiriyor. Hatta geleneksel tedavi yöntemlerine karşı dirençleri olan alkolikler, narkotik uyuşturucu bağımlıları, ölümcül kanser hastaları, sabıkalı suçlu ve diğerleri gibi bir grup hasta için de oldukça faydalı olabileceği fark edildi.

S) *Terapötik metot olağan dışı halleri nasıl kullanır?*

C) Bu yöntemleri kullanan klinikler duygusal ve psikosomatik bozuklukların kendine ait kökleri olduğunu keşfetti ki bu köklerin geleneksel psikiyatrinin kabul ettiği gibi, sadece biyografik bilinçdışı seviyede değil, prenatal döneme (doğum travmalarına) ve transpersonel seviyeye (karmik ve arketipik kalıplar) uzanan bir yapıya var. Sözel terapiler bilinçdışının bu daha derin seviyelerine ulaşamazken, bilincin olağan dışı halleri ile yeniden düzenleme yapmak ve bir entegrasyon sağlayabilmek için bu materyaller su yüzüne çıkarılabiliyor.

S) *Bu tip olağan dışı hal ile ne tür şeyler gerçekleşiyor?*

C) Bilinç ile ilgili yaptığım ilk araştırmalarda, olağan dışı hallerin yaşandığı deneyimlerin kategorilendiği çok geniş bir insan psişesi haritası oluşturdum. Bizler prenatal döneme, doğumumuza, bekleliğimize ve çocukluğumuza ait pek çok duygusal hatırayı yeniden yaşayabiliriz. Bunun dışında, diğer insanlar ve çeşitli hayvanlar, atalar, kolektif alan ve geçmiş yaşam hatıraları ile deneysel çalışmalar, arşetipik varoluşlar ile karşılaşmalar, çeşitli kültürlerin mitolojik alemlerine ziyaretler gibi pek çok olasılık da var. Deneyimler içerisinde insanların yoğunlukla tanımladığı, kozmik yaratıcılık ve süper kozmik meta kozmik boşluklar yani varoluşla yaşanan deneyimlerdir.

S) *Bu deneyimler gerçek mi yoksa beynin ürünleri mi? Olağan dışı deneyimlerde, fantezi ile gerçek olanı nasıl ayırt edebiliriz?*

C) Transpersonel deneyimler diğer insanlar, hayvanlar, bitkiler, ataların yaşamları, tarihsel periyotlar ve olaylar, hatta mitolojik varoluşlar ve çeşitli kültürlerin alemleri hakkında, genellikle doğru bilgiler verir. Bazı durumlarda, bu bilgiler kişinin eğitimini ve kültürel alt yapısını aşacak şekilde çok spesifik ve bunların gerçekliği yapılan araştırmalar ile doğrulanır. *When the Impossible Happens* isimli kitabımda, buna benzer pek çok örnek tanımladım. Dikkatle yapılan transpersonel deneyimler göstermiştir ki tüm bunları beynin patolojik sürecinin bir ürünüdür şeklinde açıklayamazsınız, ancak bunun ontolojik bir gerçek olduğunu fark edersiniz. Transpersonel deneyimleri bireylerin fantezilerinin imajinel ürünlerinden ayırt etmek konusunda, Jungcu psikologlar

"imajinel" dedikleri alana başvururlar. "Mundus Imaginalis" (hayal alemi) tanımını ilk kullanan, Fransız alim, filozof ve mistik Henri Corbin, *İslamîk Mistik Kaynak* (Corbin 2000) isimli eseri için bu anlayıştan ilham almıştır. İslam teozofları her şeyin benzerinin duyuşal olarak var olduğu bu imajinal dünyaya "alama mithal" veya geleneksel İslam coğrafyasındaki "7 bölge" den farklılaştırmak için "8. bölge" adını vermişlerdir. İmajinal dünyanın boyutları, formları, renkleri ve genişleyen bir hacmi vardır. Ancak bunlar fiziksel objeler gibi bizim duyularımızla algılanamazlar. Fakat bu alem ontolojik olarak gerçek ve algılanan madde dünyasının insanları tarafından uzlaşmacı bir şekilde onaylanmaya da duyarlıdır.

S) *Genişletilmiş bilinç halleri deneyimlerinden sonra ortaya çıkan tanımlamalar ve imajinasyonlarda herhangi bir standart var mıdır? Eğer cevabınız olumlu ise bu nedir ve neden? Bu durum hepimizin sözde eşit olduğunu mu gösterir?*

C) Olağan dışı hallerin, gerçekten çarpıcı tarafı nedir biliyor musun, bireyler arasında ve bireyin kendi içinde de çok çeşitlilik gösteriyor olmasıdır. Psikedelik

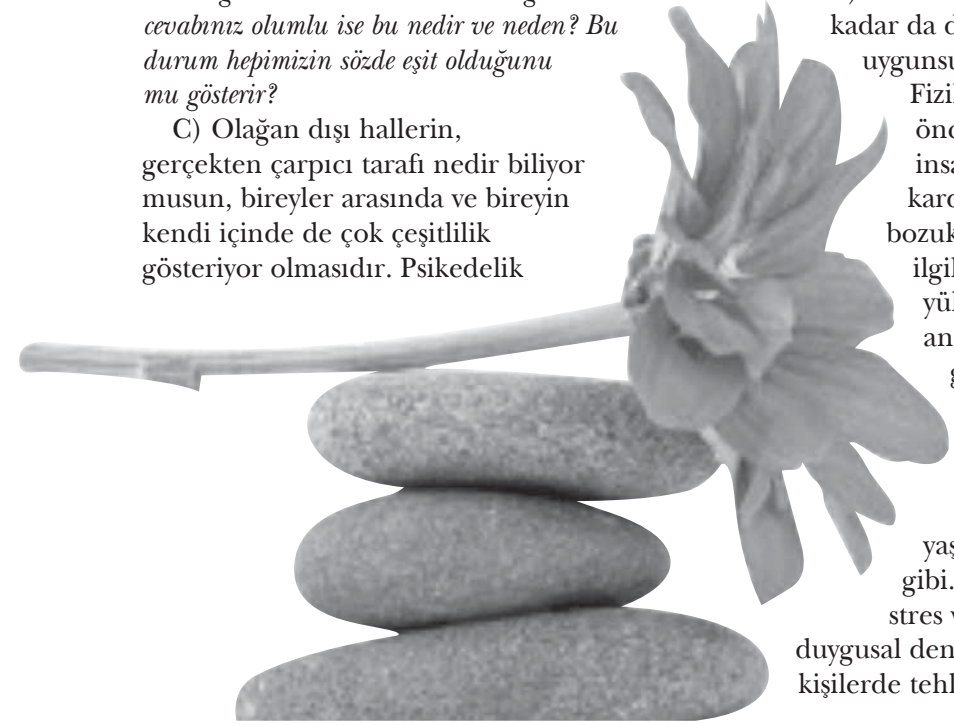
maddeyi aynı dozda, aynı koşullar altında yüz kişiye verdiğimizde, her bireyin deneyimi farklı olacaktır. Bu tekrar eden seanslarda, tek bir kişi için de söylenebilir. Holotropik nefes çalışmasında da aynı şey gözlemlenebilir.

S) *Herkes bilincin aşkın halini deneyimleyebilir mi?*

C) Prensipite evet, yine de bireysel farklılıklar çok büyüktür. Bazı insanlar için olağan dışı halin içine girmek çok zordur. Bu durum ne kadar uğraşırlarsa uğraşırlar, psikedelik ilaçların kullanımında bile böyledir. Diğerleri için ise, bu tip haller günlük yaşantılarının içinde neredeyse fişkirir ve günlük aktivitelerinin içine karışır ki biz buna eşim ile "spiritüel acil durumlar" diyoruz.

S) *Olağan dışı haller ile yapılan tedavinin uygun olmadığı durumlar var mıdır?*

C) Fiziksel ve bir o kadar da duygusal uygunsuzluklar var. Fiziksel açıdan, öncelikle insanların kardiyovasküler bozuklukları ile ilgileniyoruz; yüksek tansiyon, anevrizma, gelişmiş damar sertliği, felç durumu veya kalp krizi yaşayıp yaşamadığı gibi. Fiziksel stres ve yoğun duygusal deneyimler bu tip kişilerde tehlikeli olabilir.



Duygusal uygunsuzluklar sınırda kişilik bozuklukları, bipolar bozukluk, psikoz ve psikiyatrik hastane tedavisi yaşayıp yaşamadığını içerir. Pek çok durumda, bu uygunsuzluklar benzerlik gösterir fakat bu tip kişilerle çalışmak için yatılı bir organizasyon olması gerekir. Prag'da buna benzer bir yerim vardı ve burada bu tip hastalarla çalıştım.

S) *Meditasyon bizi bilincin aşkın haline götürür mü? Açıklar mısınız?*

C) Meditasyonun, kesinlikle böyle bir potansiyeli var, özellikle nefes egzersizleriyle de birleştirilirse. Bazen olağan dışı halin (spiritüel acil durum) aşkın bir bölümünü yaşamayı tetikleyebilir.

Bilincin Devamlılığı ve Ölümeye Yakın Deneyimler

S) *Fiziksel bedenimize ölümden sonra ne olduğu ile ilgili fikriniz nedir? Araştırmalarınızda bu fikrinizi doğrulayabildiniz mi? Eğer evet ise nasıl?*

C) Kendimi adadığım son kitabım olan *The Ultimate Journey*'de (Nihai Yolculuk: Bilinç ve Ölümün Gizemi) ölmeyi ve ölümü, fizyolojik, filozofik ve spiritüel açıdan ele aldım. Bu kitapta, bu konu ile ilgili elli yıllık araştırmalarımın gözlemlerini ve deneyimlerini özetliyorum. Aynı zamanda, mevcut literatürü gözden geçirip, diğer araştırmaların sonuçlarını da özetledim. Elli yıl önce, tıpla başladığım çalışmalarında, cevap bize çok netmiş gibi görünüyordu ki günümüzde de hala bilgisiz madde bilimcileri tarafından da bu şekilde düşünülüyor: bilinç beynin bir ürünüdür, beden öldüğünde beyin fonksiyonunu yitirir ve bu da bilincin

herhangi bir şekilde formunun da sonudur. Günümüzde, ölüme yakın deneyimler ölmekte olan kişilerin o geçişteki deneyimleri, geçmiş yaşam deneyimleri, ölümden sonra bilincin varlığını devam ettirmesinin mümkün ve mantıklı olduğu ile ilgili titizlikle, tanatolojik araştırmalar yapanlara teşekkür ediyorum. *The Ultimate Journey* ve *When the Impossible Happens* isimli kitaplarımda, pek çok klinik örnek ile tüm bunları tanımlıyorum.

S) *Aşkın bilinç deneyimleri bir insana geçmiş yaşamlarından aldığı bilgi ile gerçekleri fark ettirebilir mi? Nasıl?*

C) Geçmiş yaşam deneyimleri bilincin olağan dışı hallerinin arasında en yaygın olaydır. Bu olay hastalarımın psikedelik seanslarında, holotropik nefes çalışmaları seanslarında, kurslarda yaşanan ani psikospiritüel krizlerde (spiritüel acil durumlar) sıra dışı bir sıklıkla gerçekleşir. Başlangıçta, bu tip olayları reenkarnasyon ve karmayı ciddiye almak yerine, insanların acı gerçek olan, hayatın geçiciliği ve ölümü kabul edememelerinin bir ürünü olarak görüyordum. İçinde büyüdüğüm kültürün inançlarına zıt olan reenkarnasyon kavramı hem yetiştiğim bilim çerçevesi, hem de baskın dinimin din adamları tarafından reddediliyordu. Bu konu Hristiyanlığın ve madde biliminin hemfikir olduğu nadir durumlardan biridir. Çok fazla duygu birikimi bulunan bu karmik silsileler her bir kişi için dünya üzerindeki pek çok ülkede ve farklı tarihsel periyodlar halinde bulunuyordu. Bu tip deneyimlerin içerikleri tamamen sürpriz olarak geliyordu ve buna tuhaf bir his, bir “dejavu” hissi de

eşlik ediyordu. İnsanlar, “Bu bana ilk defa olmuyor, ben burada daha önce bulundum, ben bunu daha önceki hayatlarımdan birinde deneyimledim,” diyorlardı. Aynı zamanda, tipik olarak, bu deneyimlerde kahraman ve olay ile bireyin bugünkü yaşantısı arasında çok derin bir bağ da oluyordu. Kısa süre sonra fark ettim ki geçmiş yaşam deneyimlerinin çocukluk fantezileri denilip bir kenara atılmayacak şekilde, kendine ait karakteristikleri var. Bu olaylar ergenlik, çocukluk, bebeklik, doğum ve doğum öncesi periyodlarında yaşanan olaylarla reddedilemeyecek şekilde doğrulanabilir bir formda, bir eşzamanlılık ile gerçekleşiyordu. Aynı zamanda, bireylerin mevcut yaşantılarında içinde buldukları olaylar ve durumlar ile duygusal ve psikosomatik semptomlar ile bağlantılı oluyordu. Karmik var oluşlar kişinin bilincinde ortaya çıkmaya başladığında, onun her günkü yaşantısında, daha önceden anlaşılabilir olan yapboz parçaları bir anda aydınlatıcı bir anlam kazanmaya başlar. Bu parçalar çok fazla çeşitlilikte psikolojik problemleri ve bireyler arası sıkıntıları kapsar ki geleneksel psikoterapi okullarının da bunun ile ilgili tatmin edici bir cevabını bulamazsınız. Aynı zamanda, geçmiş yaşam deneyimlerinin kişiye entelektüel (zihinsel) bir kavrayış getirmesinin yanı sıra pek çok duygusal ve psikosomatik sıkıntının da tamamen veya kısmen yok olmasına defalarca tanıklık ettim. Başka bir artı değer ise, başka insanlarla olan ilişki problemlerinin de çözümlenmesidir. İlave olarak, geçmiş yaşam deneyimleri atalarımızın, ırkımızın ve kolektif olanın hatıralarına yaşanan o kültür ve

o zaman içerisinde gerçek bir anlayış katar.

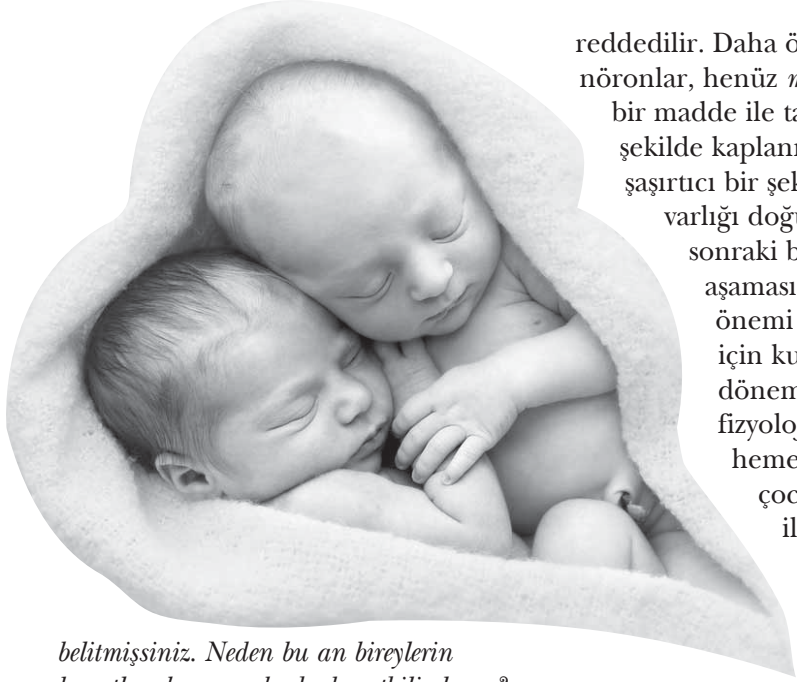
S) *Hiç kendi geçmiş yaşantılarınıza gittiniz mi? En etkileyici deneyiminizi bizimle paylaşır mısınız?*

C) Pek çok geçmiş yaşam deneyimim oldu. *When the Impossible Happens* isimli kitabımda, bunlardan iki tanesini oldukça detaylı bir şekilde tarif ettim. Bir tanesi beni Çarlık Rusyası'na götürdü, bir diğeri de firavunlar dönemi Mısır'ına. Bu ikisi oldukça karmaşıktı ve buradaki sıkıntıları huzura kavuşturmam oldukça zamanımı aldı.

S) *Sizce ruh var mı? Bilinç ile ruh arasındaki ilişki nedir?*

C) Dünya üzerindeki dinlerde ruh ile ilgili çok farklı tanımlamalar var ve bu kelimenin karşılığı çok net değil. Araştırmalarım sonucu sabit bir tanımlama bulamadım. Günlük yaşantımızda ruhu vücut/ego (Alan Watt'ın tanımı “*skinencapsulated ego*”, deri ile sarmalanmış ego) ile birlikte tanımlıyoruz. Olağan dışı hal içerisindeyken, ruha ait çok inandırıcı bir tanımlamayı deneyimleyebiliriz. Bana göre *soul* yani can bizim dünyadaki kimliğimiz ile *spirit* (ruh) arasında bir yerlerde bulunan, transpersonel alem içindeki kimliğimize ait bir uzantı, yansıma. Bu sebeple can (soul) bizim şu anki benliğimizden çok daha büyük ve transpersonel boyutlara sahip ama yine de bir ayrı olma hissini de barındırıyor. Bilincin yüksek seviyelerinde, adına her ne der isek, -Brahma/Tao/Buda/Kozmik/İsa/Ketar/Büyük Ruh- bize ait olan can çözümlür.

S) *When the Impossible Happens isimli kitabınızda, olağan dışı hallerde, bireylerin doğum anına gittiğini*



belitmişsiniz. Neden bu an bireylerin hayatları boyunca bu kadar etkili oluyor?

C) Bilincin olağan dışı hallerinde, bireylerin doğum anını iyileştirmek doğal bir olaydır. Doğum öncesi rahatsızlıklar ve doğum esnasında yaşanan olumsuz deneyimlerin hatıraları her çeşit ve zorlu duyu ve hislerin büyük bir deposunu ve yine çok çeşitli, duygusal ve psikosomatik semptom ve sendromların potansiyel kaynağını oluştururlar. Bu yüzden ki doğum hatıralarının entegrasyonu ve rahatlatılması klostrofobi, intihar eğilimi, kendini sabote etme eğilimi, psikojenik astım, psikosomatik ağrılar ve migren ağrıları gibi çeşitli sıkıntıları hatırı sayılır bir şekilde hafifletmesi bir sürpriz değildir. Bir kişinin annesi ile bağlantı kurmak da bireyler arası ilişkinin pozitif etkilenmesini sağlayabilir. Doğumda, bebeğin serebral korteksinin, bu deneyimi kaydedebilecek kadar olgunlaşmadığı bilgisi sebebi ile bu hatıraların hatırlanabilmesi olasılığı

reddedilir. Daha özel olarak, kortikal nöronlar, henüz *myelin* denen yağlı bir madde ile tamamen korunacak şekilde kaplanmamıştır. Ama şaşırtıcı bir şekilde, aynı bilginin varlığı doğumdan hemen sonraki bebeğin bakımı aşamasındaki hatıraların önemi ve varlığının inkarı için kullanılmaz. Oral dönemdeki deneyimlerin fizyolojik önemi doğumdan hemen sonra, anne ve çocuk arasında bakışlar ile oluşan alışveriş ve bağ doğum uzmanları ve psikiyatristler tarafından kabul edilir.

Myelinizasyon konusu çok anlamsızdır ve bilimsel kanıtlara ters düşer. Serebral korteksi olmayan organizmaların hatıralarının var olduğu çok iyi bilinir. 2001'de, Avusturya kökenli, Amerikalı nörobilimci Erik Kandel'in Nobel ödülü aldığı araştırmasında, yeni doğmuş bir bebekten kıyaslanamayacak derecede ilkel bir organizma olan deniz salyangozu *aplysianın* hafıza mekanizmasını tanımlamıştır. Yeni doğan henüz doğduğunun farkında değildir ve bu sebeple bu ana ait hatıraları fark edemez iddiasına cenine ait yapılan araştırmalarda, fetusun prenatal dönemde bile çok büyük bir hassasiyet gösterdiği bilgisi çok keskin bir şekilde ters düşer.

(Devam Edecek)

www.stanislagrof.com web sayfasından çeviren: Sonay Sunucu.

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

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

03 NİSAN İmgelerin Şamanik Bağlantısı A. Cemal GÜRSOY
10 NİSAN İçimizde Nerede Yaşıyoruz? Zülal ÇEVİK
17 NİSAN Bağlılıklarımız, Eşkoşmalarımız Zümrüt ERKİN
24 NİSAN İntegral Yoga Günnur BAŞAR

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

ANKARA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

03 NİSAN Seçme Özgürlüğü İlkesi Ercüment KAYA - Müge ARBAK
10 NİSAN Kendini Bilmek 1 Günay YALÇIN - Turgut YURTSEVEN
17 NİSAN Birleşik İnsanlık Realitesi Nihan ATAK
24 NİSAN İmajinasyon ve Hayat Seyhan OKAN

Yer: Sağlık-2 Sokağı No: 65/10 Kızılay - ANKARA • Tel: (0 312) 434 05 24 • Faks: (0 312) 325 60 42 • email: aradposta@yahoo.com • www.arad.gen.tr

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

03 NİSAN Bakışımız Dünyayı Değiştirir Nursemin AKKAŞ
17 NİSAN Ruhsal Ebeveynlik Ebru ÖZEK

Yer: Mimar Sinan Mah. 1408 Sok. Hacıbey Apt. No:6 K.5 D.10 Alsancak-İZMİR • Tel: (0232) 464 00 17 Faks: (0232) 422 72 12 e-mail: irader@superonline.com • www.irad.org

Derneğimiz etkinlikleri İntegral Bütünsel Gelişim Merkezi salonunda devam etmektedir. Katılım ücretsizdir. Yerimiz sınırlı olduğundan etkinliklerimize katılmak için lütfen 14:00-17:00 saatleri arası 464 00 17 No'lu telefonumuzu arayınız.

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

Cumartesi günleri Kendini Bilme çalışmaları yapılmaktadır. Çalışmalara katılmak için kayıt yaptırınız.

Yer: Ramazanoğlu Cad. Kutlu Apt. K:1 D:2 01130 • Tel: (0 322) 454 60 29 e-mail: adrad@adrad.org • www.adrad.org

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

Ruh ve Madde Yayınları Fiyat Listesi

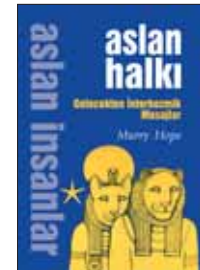
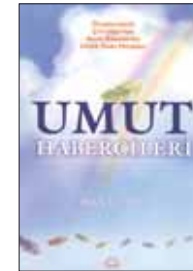
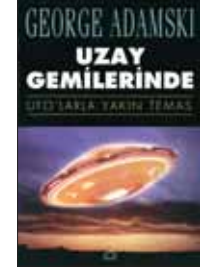
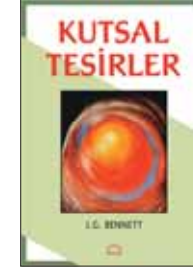
12. Gezegen: Zecharia Sitchin	23 TL
300 Soruda Deneysel Ruhçuluk:	
Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz	15 TL
Agarta: Rene Guenon.....	12 TL
Akaşik Kayıtlar: Rudolf Steiner.....	13 TL
Ateş Üstünde Yürüyenler: Joel Andre	5,5 TL
Ayurveda: Roy Eugene Davis	11 TL
Bagavatgita "Rab'bin Ezgisi"	11 TL
Beyaz Kartal/Güzel Hayatı Yaratmak.....	6 TL
Bilinmeyen Gücümüz: Dean I. Radin.....	21 TL
Çağlar Boyu Uçan Daireler.....	9 TL
Çocuklara Öyküler: Yavuz Keskin.....	6 TL
Çocukların Unutulan 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	21 TL
Enneadlar: Plotinos.....	16 TL
Eon: Jean E. Charon	11 TL
Eşzamanlılık: Allan CombsMark Holland	10 TL
Fallar: Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson	9 TL
Geçmiş Yaşamlarımızı İyileştirmek:	
Roger J. Woolger.....	20 TL
Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....	7,5 TL
Gerçek Dünyadan Manzaralar: G. I. Gurdjieff.....	18,5 TL
Gerçek Varlık Ruhtur: Leon Denis	8 TL
Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne	
Psikolojik Yorumlar: 1.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
2.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
Günlük Sofroloji: Jean Yves Pecollo	10 TL
Herkes İçin Ötealem Rehberi: G.M. Roberts	13 TL
Her Şey Mümkündür: Roy Eugene Davis.....	10 TL
Hinduizm: Swami Nikhilananda	15 TL
Hint Kökenli Dinlerde Karma İnançının	
Tenasüh İnançıyla İlişkisi: Dr. A. İ. Yitik	8 TL
İçsel Gerçeklik: Paul Brunton	10 TL
İki Dünya Arasında: F. Wiedemann.....	14 TL
İlahi Karşılaşmalar: Zecharia Sitchin.....	22 TL
İnsanın Gerçeği - Kendini Bilmek: P. D. Ouspensky.....	25 TL
İpnoz ve Ötesi: Lee Pulos	9 TL
İsa Keşmir'de mi Öldü?: S. Obermeier	8 TL
İsis ve Osiris: Plutark	13,5 TL
Kader Sorunu: Leon Denis.....	13 TL
Kayıp Diyarlar: Zecharia Sitchin.....	18 TL
Kendini Bilen Evren: A. Goswami	22 TL
Kozmik Sempati: David Spangler.....	17 TL
Kozmik Şifre: Zecharia Sitchin	19 TL
Kriya Yoga Felsefesi ve Uygulaması:	
R. Eugene Davis	5,5 TL
Kutsal Tesirler: J. G. Bennett.....	8,5 TL
Küresellik: Cengiz Çevre.....	7 TL
Meta Ansiklopedi: Alparslan Salt-Cem Çobanlı	40 TL
Ne İçin Yaşıyoruz?: J. G. Bennett.....	8 TL

Otopsi Roswell Olayı: Y. Tokatlı.....	9 TL
Olağanüstü İnsanlarla Karşılaşmalar: G.I.Gurdjieff.....	18 TL
Ölüm Sonrası: Colin Wilson.....	22 TL
Ötealem Deneyleri: Dr. Gary Schwartz.....	19 TL
Ötealeme Geçerken Gördüklerimiz:	
Sir William Barrett	8 TL
Parapsikoloji ve Felsefe: David Ray Griffin.....	9 TL
PsikoRegresyon: Dr. Francesca Rossetti	11 TL
Psikosentez: Will Parfitt	10,5 TL
Ruhlar Kitabı: Allan Kardec.....	30 TL
Ruhsal Alemin Işığ: Silver Birch.....	10 TL
Ruhsal Alemin Sonsuz İmkanları: A. Pauchard.....	6 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 1: Dr. K. Nowotny.....	10 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2: Dr. K. Nowotny.....	11 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3: Dr. K. Nowotny	10 TL
Ruhun Güçleri: Leon Denis	8 TL
Rüyalar: Sevda Yücesoy.....	15 TL
Sevinç ve Güzellik Alemleri•	
Kader Bilmecesi: A. Pauchard	7 TL
Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....	30 TL
Tanırların ve İnsanların Savaşları: Zecharia Sitchin	20 TL
Tanrı'nın Eczanesinden Sağlık: Maria Treben.....	20 TL
Tekrardoğuş 1. Cilt	12 TL
Tekrardoğuş 2. Cilt	13 TL
Tekrardoğuş 3. Cilt	13 TL
Umut Habercileri: Paola Giovetti	12 TL
Uzay Gemilerinde: George Adamski	9 TL
Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:	
John Willner	22 TL
Vizüalizasyon: Ursula Markham	10 TL
Yay ile Ok Atış Samanında Zen: E. Herrigel.....	5,5 TL
Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları: J. G. Bennett.....	8 TL
Yeni Çocuklar ve Ölümeye 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: 36.....	16 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 37.....	18 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 38.....	20 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 39.....	22 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 40.....	24 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 41.....	26 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 42.....	30 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 43.....	34 TL
Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 44.....	40 TL

Meta Yayınları Fiyat Listesi

Aslan Halkı: Murry Hope	12 TL
Bir Yaşamımız Daha Olsa:	
Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl	15 TL
Çılgın Sarıca: Itzhak 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 Camat.....	14 TL
Işığın Elleri: Barbara Ann Brennan.....	23 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
Koruyucu Meleğiniz Konuşuyor: Jonathan Cainer....	13 TL
Küçük mucizeler: Judith Leventhal	11 TL
Mandala: Helga Fiala	18 TL
Masumiyete Dönüş: J. M. Schwartz	16 TL
Mong: Hendrick Vannek.....	10 TL
Neden Ben, Neden Bu, Neden Şimdi:	
Robin Norwood.....	14 TL
Psikik Korunma: Fadime Emir.....	15 TL
SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı	
Kurmak: D. Zohar-Dr. I. Marshall	19 TL
Strese Son!: Alix Kirsta	20 TL
Tui Na Çocuk Masajı: M. Mercati	18,5 TL
Zararlı Işımlardan Korunma: W. Kullmann	11 TL



Seçtiğiniz kitapları web sitemizden %20 indirimle sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com

Bilyay 2011 Akademi 2012 Kendini bilmek..?

Türkiye'nin ilk spiritüel kurumundan akademiye...

Birleştiren bilgiyi yaşıyoruz...

1950'de MTİA ile başlayan bilgi birikimleri yeni dönemde BİLYAY Akademi'de ulusal ve uluslararası planda insanlara ulaşıyor. Ruhtan kozmolojiye, sanattan okültizme, felsefeden ezoterizme, parapsikolojiden medyonmik fenomenlere, boyutlardan arınmaya, BİLYAY Akademi'ye; varlığı öğrenmeye...

BİLYAY Akademi'nin Kasım 2011'de başlayacak olan yeni dönemi için kayıtlar devam ediyor.

I. SEVİYE PROGRAMINDAN BAZI KONU BAŞLIKLARI

TEMEL RUHSALLIK BİLGİLERİ

- Ruhsal bilgilerin esasları
- Ruhsal bilgilerin genel tarihçesi ve gelişimi
- Ruhsal araştırmaların metodolojisi
- Astroloji, meditasyon, şifa teknikleri, radyestezi, akupunktur
- Yeni spiritüel tekniklerin ruhsal değerlendirmeleri (EFT, NLP, reiki, regresyon terapisi)
- Geleceğe ait öngörüler
- Sadıklar Planı, ruhsal tebliğlerin metodolojisi
- Ufoloji (varlıksal eşitlik sentezleri)
- İmajinasyon (Yeni Çağda fırsat mı, tehlike mi?)
- Felsefe, Antik Yunan, Orta Çağ, post modern felsefeler
- Semboller ve ezoterik anlamları
- Kuantum ve ruhsal sentezi
- Kendini bilmek
- Homeopati
- Nefes teknikleri
- Aile dizilimi
- İpnoterapi
- Psişik arkeoloji
- Ezoterik felsefeler
- Yaşam koçluğu
- Yoga
- Sanat ve ruhsallıkla örtüşen pratik uygulamalar
- Psikodrama
- Şamanik uygulamalar
- Parapsikoloji, DDA, rüya çalışmaları



Metapsisik Tetkikler ve
İlimi Araştırmalar Derneği



İnsanlığı Birleştiren
Bilgiyi Yayma Vakfı