
SEVGİLİ OKUYUCULAR

EĞRİSİYLE DOĞRUSUYLA bir yılın daha sonuna geldik. Hepinizin bu yıl göz açıp kapayıncaya kadar geçti dediğini duyar gibiyiz. Zaman enerjisi her alanda baskısını, çok yönlü bir şekilde hissettiriyor. Daha önceleri onlarca yılda edindiğimiz deneyimleri şimdi on günde, belki de on saatte yaşar olduk.

Bu özel dönem dünyaya bedenlenen ruhsal varlıklara varlıksal gelişimleri açısından çeşit çeşit imkanlar sunuyor. Devre sonu diye adlandırdığımız zaman kesiti imkanlarını sunarken, bizlerden taleplerini de almaktan geri kalmıyor. Hem kendi varlığımızın, hem dünyayı idare eden ruhsal sistemlerin, hem de dünyanın kendisinin, maddenin talepleri arasında bir buğday tanesi gibi öğütülüyoruz.

Ruhsal fırınlar hazır. Dünya tarlasında yetişen buğdayların öğütülerek yeni döneme ekmek olması için hazırlanmakta. Yüce sistemler değirmenlerini son dönemin hasatının mahsullerini en güzel şekilde öğütmek için hiç durmadan çalıştırıyor. Öğütülen buğdaylar un haline getiriliyor, mayalanıyor; yeni dönem için mayanın kabarması yani özünü dönüştürmesi bekleniyor. Belki de varlıksal sabrın hiç bu kadar yüksek olduğu görülmedi.. Merhametin de öyle... Bizler nasıl bağışlanıyorsak başkalarını da bağışlamalıyız. Ruhsal sistemler sabırla öğütülen buğdaylardan hazırlanan ekmek hamurunun mayalanmasını, kabarmasını bekliyor. Tüm bu süreç varlığın en güzel besininin, yeni dönemin ekmeğinin pişmesi için.

Bizler de bu son dönemin hasat işçileri olarak varlığın buğdayının en dolgun şekilde, bilgiyle yetişmesi için elimizden geldiğince çalışmaktayız. BİLYAY Akademi derslerine başladı. Dört sınıfın birden eğitimi yeni öğretmenlerle ama değişmeyen ruhsal ilkelerle harmanlanıyor. Ateşin başında terleyen fırıncılar gibi yeri geldiğinde terliyor, alın teri akıtıyor, yılmadan en güzel ekmeklerin pişmesi sürecine dahil olmaya çalışıyoruz.

Yeni dönem heyecanlarla, umutlarla, bilgiyle ve sevgiyle dopdolu. Sizleri de bu döneme birlikte hazırlanmaya davet ediyoruz.

Ruh ve Madde Yayınları

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür
A. Cemal GÜRSOY

Genel Yayın Yönetmeni
Tülin ETYEMEZ

Teknik Sorumlu
K. Levent KOSOVA

Çeviri ve Redaksiyon
Yasemin TOKATLI
Evren POZAN

Grafik Uygulama
Neslihan PARLAK

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 Gümüşsuyu Caddesi
No:8 D:1 Zeytinburnu / İstanbul

ISSN 1302-0676

ARALIK 2010 Sayı: 611 Cilt: 51

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

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

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

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

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

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

BİLYAY VAKFI ile RUH ve MADDE YAYINLARI hakkında bilgi almak ve sipariş vermek için web sitemizi ziyaret edebilirsiniz.
<http://www.bilyay.org.tr>
<http://www.ruhvemadde.com>
e-mail: bilyay@bilyay.org.tr
info@ruhvemadde.com

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

İçindekiler

- 4 **Realite–İçimizden Gelen Uyarılar** Ergün Arıkdal
- 10 **Akademik Tıp ve Parapsikolojik Tıp** Alfred Stelter
1. Bölüm
- 14 **Bağışıklık Sistemini Yoga ile Dengelemek** Dr. Jeff Migdow
- 16 **Düşünce** Leon Denis
- 19 **Saadet**
Sadıklar Planı'ndan Alıntılar
- 20 **Yeni Çağın Doğuşu** David Spangler
- 24 **Kuşaklararası Geçiş Konferansı İzlenimleri** Tülin Etyemez
- 28 **Maya Hesap Sisteminde 13 Sayısı** Augustus Le Plongeon
1. Bölüm
- 34 **2012 ve İnsanlığın Kaderi: Dünyanın Sonu mu,
Yoksa Bilinç Devrimi mi?** Dr. Stanislav Grof
2. Bölüm
- 40 **Evrensel Enerji Alanı** Barbara Ann Brennan
- 44 **Değişen Dünyada Acıdan Huzura** Roberto Assagioli
- 49 **Tüyap Kitap Fuarı'na Katıldık**
Haber
- 50 **Duyuların Kontrolü ve Sükunet** Paul Brunton
- 52 **Duyularla Doğrulan Dünya: Pozitivizm ve Teknoloji
Doğrultusunda Us ve Varlık Durumuna Bakışlar** Aytuğ A. Şentürk
3. Bölüm
- 58 **Dikkatle Dinlemek** Rebecca Z. Shafir
- 63 **Etkinlikler**

REALİTE

İçimizden Gelen Uyarılar

Ergün Arıkdal

KARARLARIMIZI verirken dışarıdan gelen uyarılara değil de, içeriden gelen uyarılara uygun davranmak çok ideal ve üstün bir durumdur. Fakat şunu da unutmamak gerekir ki biz insanlar henüz hissi planın üstesinden gelmiş, hislerimizi kontrol altına alabilmiş, his mekanizmasının çalışmasının temelini öğrenmiş değiliz. Bugün bizim bildiklerimiz, bilginin %5'ini bile teşkil etmez. His mekanizmasının esiri plandaki, astral plandaki çalışmasıyla bu plandaki çalışması arasındaki büyük bağlantıların temelini öğrenmek istiyorsak, astral plandaki astral hislerin neler olduğunun farkında olmamız gerekir. Asıl onları bilmemiz gerekir ki onların tezahürleri hakkında bir yargıya varabilelim. Demek ki, şu andaki beşerin, yani dünyadaki tekamül sürecini tamamlayabilmek için seçmiş olduğu bir bedene enkarne olmuş, ona bütün enerjisiyle konsantre olmuş olan varlığın enformasyon alabilmesi, ancak hisleri kanalıyla mümkün olmaktadır. Bilgi edinmek, kognitif durum, enformatik durum büyük ölçüde hislerimiz vasıtasıyla gerçekleşmektedir. Biz hisleri araç olarak kullanmak suretiyle enformatik bilgiye ulaşabilmekteyiz. Onu alıp kullanabilme, değerlendirebilme yolunu seçmeye mecburuz. Bu durumda, kararlarımızı verirken muhakkak ki birçok şey kendiliğinden oluşmakta, birçok şey de dışarıdan gelen hissi uyarmalar tarzında olmaktadır. Yani dışarıdan gelen uyarılar olmadan bizim doğru kararlar vermemiz pek mümkün değildir. Daha doğrusu, vermiş olduğumuz kararlar tamamen kendimize ait değildir; tüm kararlarımız kendi şahsi irademizin meydana getirdiği yahut seçtiği hedeflere bağlı olarak oluşmaz. Hissi realitenin içinde bulunmamızdan dolayı, mütemadiyen uyarılar altında yaşamak zorundayız. Her yerden uyarılar, ikazlar gelmektedir.

Vicdanımızın harekete geçmesi meselesi ise seçici bir haldir. Birçok uyaran bizi tahrik eder. Harekete geçirici birtakım etkiler vardır fakat bu etkilerin belli bir oranda, belli bir yükselti

içerisinde oluşmasını sağlayabilmek için de vicdan mekanizmasının çalışmasına, yardımına ihtiyacımız vardır. Demek ki, bazı kararlarımızı verirken, bir ruh varlığı olarak vicdan mekanizmasını kullanabiliyoruz ama genellikle birçok kararı, hedefimizi doğrudan doğruya hislerimizin bize

buluyor. Rasyonel olan da, akli olan da hissi olanın “doğrultmacı” rolünü oynuyor. Bu, dünyasal konsantrasyonumuzun bir sonucu olan enkarnasyonumuza ait bir işleyiş mekanizmasıdır. Böyle olmak zorundadır. Belki bunun dışında başka türlü de hareket etmek mümkündür.



sağlamış olduğu imkanlar vasıtasıyla belirliyoruz. Verdiğimiz kararlarda, edindiğimiz hedeflerde mantığın, aklın, yani rasyonel olan yanımızdan ziyade, hissi tarafımızın, emasyonel olan tarafımızın ağır bastığını görüyoruz. Daha sonra, belki rasyonel tarafımız hissi tarafımızın haklı olup olmadığını muhakeme ediyor ama bu muhakemede de çoğu kez hissi kanaldan gelen bilgiye veya isteğe uygun tarzda karar veriyor. Yani onu irdelemiyor. Aslında onun haklı olduğuna dair birtakım kanıtlar

Ama esasında henüz dünya beşeri, dünya varlığı, dünya insanı olarak his realitesinin dışında kalabilecek bir evrenselliğe ulaşamadık, kozmik bağlantılarımız çok zayıf.

Aslında tüm insanlık kendi kararını kendisi vermek, daha bağımsız olabilmek, bağımsız yaşayabilmek gibi belki mevsimine uygun, belki de mevsimine uygun olmayan bir davranış şekli, bir hürriyet arayışı içersindedir ve devamlı bir şekilde bunu uygulamaya çalışmaktadır. Gençlik hareketlerinde, kadın hareketlerinde, siyasi

platformlarda, sosyal platformlarda bunların nasıl manalandırıldığını gözlemliyoruz. Bunları pasif bir haldeyken rasyonel olarak düşünebilirsiniz. Tatbikata geçtiğiniz, topluma bazı meseleleri sunmaya çalıştığınız andan itibaren ise duygusal yönler derhal harekete geçer ve şimdiye kadar elde etmiş olduğunuz

çalışmalar veya yön verdiklerini zannederler çünkü asıl yön veren sistem başkadır. Bizim bu hissi realitemizin farkında olan ve her şeyimizi bilen, daha yüce bir anlayış içerisinde bulunan varlık manzumeleri (sistemleri) vardır. Varlık hiyerarşisi bu nizamı, alemin nizamını mükemmel bir şekilde kullanır ve yaşatır.



birtakım imkanların bir anda sıfır olduğunu, hiçbir işe yaramadığını, hiçbir şey yapamayacağınızı da görmüş olursunuz. Yani duygusal, hissi realite daima hakim vaziyettedir.

Henüz hisseden insandan düşünen, idrak eden veya muhakeme eden insan haline geçmiş değiliz. Ancak hem hisseden hem de düşünen insanlar da vardır. İşte, onlar hep hisseden insanların eksik olan düşünen taraflarını tamamlama vazifesini üzerlerine almışlardır. Bunlar genellikle topluma yön vermeye

“Kararlarımızı verirken dışarıdan gelen uyarılara da, içeriden gelen uyarılara da dikkat etmek ve onlara uygun bir tarzda davranmak daha doğru olur,” diyoruz. Bunları birbirinden ayırt etmeden, her iki taraftan gelen uyarılara da aynı derecede önem verip, ikisiyle birlikte tam bir güç birliği oluşturduktan sonra karar verme mekanizmamızı, yani irademizi çalıştırıp hedefi tayin etmemiz daha isabetli, daha faydalı olur kanaatindeyim.

İnsan ve Özgürlük

DÜNYA OKULU'NUN başarıyla tamamlanması demek; fizik dünyanın, yani maddenin ve bedeninin, cazibe noktası olmaktan, merkez nokta olmaktan çıkarılması demektir. Bu durumu, o merkezin etrafında giderek daha sık helezonlar çizerek gerçekleştirdiğimiz bir yukarıya çıkış şeklinde tarif edebiliriz ki bu, bağımlılıktan kurtulduğumuz, yani özgürlüğümüze kavuştuğumuz anlamına gelir.

Cazibe noktası olmaktan çıkartmak meselesinde, dünya maddesinin beden aracılığıyla üzerimizde oluşturduğu hakimiyet derecesini mümkün olduğu kadar azaltılması, hakimiyetimizin maddenin üzerinde olması meselesi vardır. Ne vakit ki dünya maddesine ve onun meydana getirmiş olduğu çeşitli kombinasyonlara karşı kendi iradi hakimiyetimizi kullanabiliriz, işte biz o zaman gerçekten özgür oluruz. Onlara olan bağımlılığımızı azalttığımız ölçüde, maddeyi kendi varlığımızın içinde bir merkez nokta haline getirmekten vazgeçebildiğimiz ölçüde özgür oluruz. Gittikçe daha özgür olmanın sonucunda ise, maddenin merkez nokta olmasına artık tahammül bile edemeyiz.

Bu cazibe ortadan kalkınca “özgürlük” sözünü kullanıyoruz; ancak maddi cazibeyi merkezi bir güç olarak gördüğümüz sürece özgür olamamaktan, esareten bahsediyoruz. Ama maddenin merkezi bir cazibe noktası olma durumu ortadan kalkarsa, özgürlükten bahsetmenize de hiç gerek kalmaz. Çünkü kıyaslanarak elde edilmiş olan bir sözün karşıtı kalmaz. Kıyaslanana kalmadığına göre artık

*İçinde bulunduğunuz durum
daima en iyi durumdur.*

özgürlükten bahsedemezsiniz. Diğer bir deyişle, Dünya Okulu'nu başarıyla tamamlamış biri olarak özgürlük probleminiz kalmaz. Çünkü “özgür olamamak” diye bir probleminiz kalmaz.

Belli bir süre sonra belki de çok daha yüksek seviyeli başka bir cazibe noktasını merkez edinme gibi bir durum ortaya çıkabilir. Ve bizler dünyaya göre sonsuz özgürlükten bahsedilebilecek daha üstün planlarda, daha başka türlü bir dünyada yeni bir tekamül arayışı içerisinde ama yine bizi esarete götürecek bir durumda olabiliriz. Özgürlük ve esaret, hiçbir zaman bitmeyen iki husustur. Bir realitede esir olarak bulunmamıza sebep olan duygular, bir üst realitede bizi özgürlüğe götürür.

Evren Gezini

ENKARNASYON planı bir ana hedef doğrultusunda hazırlanır ve doğumdan itibaren hep bu hedefe uygun bir hayat yaşanır. Onun için ana hedeften sapmanız mümkün değildir. Fakat sizi ana hedefe götürecek olan yolda oyalanmanız, çeşitli duraklamalar ve tekrarlar yaşamanız mümkündür. Hani leylekler şöyle bir yükselirler ve Hicaz'a doğru, sıcak topraklara doğru gitmeden evvel birkaç defa tur atarlar

ve ondan sonra kendilerini rüzgarın, havanın akışına bırakırlar ya, işte asıl olan o bırakma meselesidir. Oraya kadar gerçekleşen o turlar hepimizin hayatı için geçerlidir. Ana hedefimizi biliriz, nereye gideceğimizi biliriz. Bu, ruhumuzun öz malı, öz bilgisidir. Ama yine de o istikamete gitmeden evvel o şehrin üzerinde, o seviyede, belli bir şuur alanı içerisinde bir kez, birkaç kez tur atmak zorunda kalırız. Aynı şeyleri inceleriz ve daha sonra da kendimizi



bizi o istikamete götürecek olan hava akışına bırakırız. Artık o Tevekkel-ül Taalallah'tır, yani Allah'ı kendinize vekil tayin edersiniz. Kendinizi gerçek hedefinize, enkarnasyon kaderinize bırakırsınız, ki bu çok büyük bir güven meselesidir. O kanatlar sizi alır ve gideceğiniz yere hiç zahmetsiz bir şekilde indirir.

Her ne olursa olsun, ana hedefinizden sapmanız mümkün değildir. Aynen kuş misalinde olduğu gibi başka taraflarda, yani bulunduğunuz zemin üzerinde birtakım araştırmalar, gezintiler yapabilirsiniz. Veya bir yerden başka bir yere karayoluyla giderken pekala bazı yerlerde durup çiçek toplayabilir, yemek yiyebilir, vasıtalarınıza bakabilir, insanlarla konuşabilir, hatta orada bir gece de kalabilirsiniz. Yani ulaşacağımız yere bir gün, iki gün sonra, belki de aracınız arıza yaptığı için bir hafta sonra ulaşabilirsiniz. Ama bu, sizin hiçbir zaman oraya gitmeyeceğiniz anlamına gelmez. Onun için, içinde bulunduğunuz durum daima en iyi durumdur. Siz şu ana kadar ne yapmışsanız, isabetli bir harekette bulunmuşsunuz demektir. Bundan daha kötü ya da daha iyi bir duruma gelemesiniz. “Keşke o bana yardım etseydi, elimden tutulsaydı, benim şansım yoktu, ben ne imkanlar kaçırdım,” sözleri hep eski hikayelerdir. Ağıt düzmenin bir anlamı yoktur. İçinde bulunduğunuz durum ulaşabileceğiniz en iyi durumdur; sizin gücünüze, potansiyelinize en uygun olan durumdur. Size hiçbir adaletsizlik yapılmamış, hakkınız yenmemiş; doğa ve spiritüel hayat, Yüce Rab, Yaratan ne ekmişseniz onu biçmenize müsaade etmiştir. Bize haksızlık yapılmadığı fikrini iyice benimsemek en güzel şeydir ve içinde bulunduğumuz durumdan dolayı da daima müteşekkire olmamız lazımdır.

Onun için kader planından, ana hedeften herhangi bir sapma söz konusu değildir. Biz bir evren gezgini olarak dünyaya geldik; dünyaya gelişimizin ve gidişimizin muhakkak ki



bir ana sebebi vardır ve idrak etsek de, etmesek de onu yerine getiririz. Arada sırada bir pınarın başında oturabilir veya şahane bir manzarayı seyretmeye dalabilir, tembellik yapabiliriz. Bu haletlerin de yaşanması gerekir ama önünde sonunda tekrar yolumuza devam ederiz. Hedeften ayrılarak fazlaca tembellik ettiğinizde, yani hedefinizi bir türlü yakalayamadığınızda ise kolay kolay ölmezsiniz. Bu dünyada sürünmek de var, büyük acılar içerisinde ıstırap çekmek de var. Hani, “Son nefesimi rahat bir şekilde versem, rahat bir şekilde ölsem,” dersiniz ya, o bile büyük bir nasip meselesidir. Enkarne olduğumuz maddeden çekilmek, maddeye yönelttiğimiz şuur konsantrasyonumuzu oradan çekip almak meselesi de zaten hedefimize ulaştıktan sonra olur.

Dolayısıyla, ana hedefe ulaşmak gerekiyor, sapma söz konusu değil.

Sapma olarak nitelendirdiğimiz her şey, aslında içinde bulunduğunuz realiteye ait bazı bilgileri, birtakım duyguları algılayabilmek için yaşanıyor. Onu kendi şuurunuzla bütünleştirmek zorundasınız. Oradaki bir şuur halini -çünkü içinde bulunduğunuz realite aynı zamanda bir başka varlığın şuur halidir- anlamak durumundasınız. Yani hep bir şuur bütünleşmesi içinde, birbirine bağlanan şuur bütünleşmeleri halinde hareket ediyoruz. Bilmem anlatabiliyor muyum? Bu konular bir anda anlaşılması gereken şeyler değildirler. Hayat içerisinde tecrübeler geçirerek ve üzerlerinde sık sık düşünülerek, tetkik edilerek anlaşılması gereken hususlardır. İlkeler kolaylıkla ifade edilir ama kavranmaları, ancak uygulamayla mümkündür. Bunu tekrar hatırlatmak istiyorum. □

Akademik Tıp ve Parapsikolojik Tıp

Alfred Stelter

1. Bölüm

BATI akademik tıbbında, genellikle geleneksel tıp yöntemleri dışında, hastalıklara şifa olabilecek farklı bir yöntemin varlığı üzerinde durulmamaktadır. Bu, uzun bir zamandır yenilenmesi ve değiştirilmesi gereken bir görüştür. Bazı teşhis, şifa ve ameliyat yöntemleri vardır ki, bunlar ne tıbbi ne de bilimsel bilgilerimizle açıklanabilir.

Tıp eğitimi almamış olmasına rağmen resmi olarak tedavi izni olan pratisyen doktor Sigrun Seutemann'ın, tanımadığı bir hastanın aurasına bakarak birkaç saniye içinde yaşadığı ağır felç rahatsızlığının oluşum sebebi üzerine yaptığı teşhis günümüzde hala sırrını korumaktadır: Tetanos serumu sebebiyle zehirlenme. Bu teşhis, hastanın başvurduğu üniversite kliniği tarafından gerçekleştirilen bir buçuk yıllık nörolojik ve psikiyatrik gözleme rağmen yapılamamıştı. Amerikalı şifacı Ambrose Worrall'ın inanılmayacak kadar kısa bir sürede bir tümörü yok etmesi sırasında neler olup bittiğini de bilmiyoruz. Üstelik bu tedavi için tüm yaptığı, o kısacık süre boyunca hastanın rahatsızlığının kaynaklandığı yere birkaç kez ellerini yerleştirmekten başka bir şey değildi.

Londra'daki kliniklerden birinde yatan ve doktorların çoktan sağlığından umudu kestikleri bir hastanın, kendi bilgisi dışında ailesinin talebiyle, ünlü İngiliz şifacı Harry Edwards'ın kilometrelerce uzaktan kendisine odaklandığı anda aniden iyileşmesini, bizim kabul ettiğimiz ne tıp ne fizik ne de kimya açıklayamaz. Brezilyalı şifacı Hose Arigo'nun, tanınmış bilim adamı ve doktor Henry Pucharich'in kolu üzerindeki küçük tümörü, bildiğimiz bir bıçak ile ve tamamen acısız olarak nasıl yok ettiğini de bilemiyoruz. Bu ameliyat esnasında ne bir enfeksiyon olmuştu ne kan akmıştı ne de yara izi kalmıştı. Filipinler'de gerçekleştirilen ameliyatları ele aldığımızda ise bu süreçler rasyonel düşünce tarzımız için çok daha anlaşılabilir bir hal almaktadır. Psikik cerrahların yalnızca elleriyle bedenine giriyor görüldüğü cerrahi müdahalelerle, ağır organik acıları yok ettikleri bu ameliyatlarda neler olup bitmektedir?

“Sağlıklı insan akli” burada iflas etmekte ve mantık protestoda bulunmaktadır çünkü olamayacak olan olamaz. Dünya görüşümüzün yerinden oynatılmasına izin vermektense, gerçeklerin çarpıtıldığını veya bir hilekarlığın söz konusu olduğunu düşünmeyi tercih ederiz.

İlk gramofon birkaç seçkin bilim adamı tarafından önüne getirildiğinde, Paris Bilim Akademisi'nin genel sekreteri de bunun “Hilekarlık!” olduğunu



düşünmüştü. Önünde bir vantraloğun (karnından konuşan, Ç.N.) bulunduğunu sanmış ve hilesini açığa çıkarmak için adamın üzerine yürüyerek boğazını sıkıyordu. Ancak herkesin şaşkın bakışları arasında makine konuşmaya devam etmişti.

1893 yılında, Berlinli genç bir cerrah olan geleceğin ünlü Carl Ludwig Schleich'ı, kendi geliştirdiği lokal anestezi yöntemini bir doktorlar kongresinde tanıtmak istediğinde, orada bulunan tıp otoriteleri tarafından salondan dışarı atılmıştı. 1910 yılında Hamburg'da, bir Alman nörolog ve psikiyatristleri kongresinde psikoanaliz üzerine bir konu

açıldığında, Prof. Wilhelm Weygandt yumruğunu masaya indirerek tüm kızgınlığıyla: "Bu, bilimsel bir toplantının konusu değil, polisin işidir!" diye bağırıyordu.

"Mümkün olanın olanaksızlığı" üzerine birçok örnek verilebilir. Bunun için son elli yıl içerisinde, doğa bilimleri alanında keşfedilmiş olan bilimsel bulgulara ve kaldırılmış ya da değişime uğramış görüşlere bakmak yeterli olacaktır. Bunun yanında, şimdiki durumu göz önünde bulundurarak bir, hatta iki yüzyıl ileriye bakıldığında, "Matematik dışında 'olanaksız' sözcüğünü kullanırken insan dikkat etmeli," diyen

Fransız matematikçi Arago'ya katılmamak elde değil. Daha bir kuşak öncesinde, atom bombası ve ay yolculuğu, kalp ve böbrek nakli olanaksız sayılan işlerdendi.

Bunların, yani kaydettiğimiz ilerlemelerin, her ne kadar büyük ve olağanüstü işleri olsa da, neredeyse sadece teknik başarılarla sınırlı olması, mantuki olmaktan çok, düşündürücü değil midir? Öyle görünüyor ki insanlık, artık teknoloji ile ruhsallık arasında bir seçim yapmak zorunda, ancak çoğunluk çoktan kararını ilk olasılıktan yana kullanmış gibi. Rasyonel çağın bilimleri, ilgisini neredeyse tamamen maddi dünyaya yöneltmiş durumdadır ve insanların madde ötesi gerçekliklere ait ilgisi bundan çok zarar görmüştür.

Öyle görünüyor ki, insanlar kendilerini her asırda, insanoğlunun yapabileceği ne varsa tümünü yapmış ve yapabileceklerinin en uç zirvesine turmanmış gibi görmektedir. Geride bıraktığımız yüzyılın sonuna doğru, bilim adamlarının çoğu, temel olarak dünyamızda keşfedilebilecek yeni hiçbir şeyin kalmadığı konusunda

hemfikirlerdiler. Önemli tüm doğa kanunlarını bildiklerini düşünüyorlardı ve yeni enerji formlarının olabileceği düşüncesi akıllarının ucundan bile geçmiyordu. Zamanının bilimsel dünya görüşüne uymayan şeylere inanan insanlara ya acıyarak gülünüp geçiliyor ya da bu insanlar pek yumuşak olmayan medeni bir tarzda boykot ediliyordu. Bugün artık, geçen yüzyılın dünya görüşünün, mükemmelliğin çok dışında ve tek taraflı bir yapılandırmaya sahip olduğunu biliyoruz. Bugün kabul etmiş olduğumuz bazı realitelerle bile geçmişte uzun süre mücadele edilmişti. Örneğin ipnoz, günümüzde artık yalanlanmamaktadır; rüya psikolojisi ile ilgilenen birisi de artık şarlatan olarak anılma endişesiyle yaşamak zorunda değildir. Atomun parçalanamaz olduğu tezinin bir yanılgıdan başka bir şey olmadığını da artık biliyoruz ve hatta roketlere alışmış insanlar olarak bir zamanlar zeplin ve uçak gibi uçan araçların yapılabilmek ihtimalini reddeden insanların var olduğuna inanmak bize çok uzak görünmektedir. Oysa bugün kullandığımız uzay roketlerinin fikir babası ve öncüleri olan Oberth ve Godard, 20. yüzyılın teknik sahtekarları olarak görülmekteydiler.

O zamanlar şuna kesin gözüyle bakılıyordu: Enerji kazanımı, belli bir ölçüde kömür enerjisinden öteye geçemez! Oysa günümüz atom reaktörleri, uzun bir zaman önce kömürden üretilen enerjinin milyon kat ötesine geçmiş bulunmaktadır. İnsanın kendisinde mevcut enerjiler de, günümüzde bu alanlarda çalışan araştırmacılar tarafından, eskisine oranla daha yüksek seviyelerde tahmin



edilmektedir. Beyin araştırmacıları beyin kapasitemizin sadece yüzde onunu kullanabildiğimiz görüşündedirler.

O halde soru şudur: Bizler, yani günümüz insanları, atalarımızın yanlışlarından ders aldık mı? şu an, bizim mümkün olanın dışında olarak değerlendirdiğimiz fikirlerin ve fenomenlerin kategorik hükümlendirilmelerinde daha mı dikkatli davranmaktayız? Cevap: Hayır!

Anlaşılan, son yıllarda gözümüzün önünde gerçekleşen tüm bu hızlı gelişmelere rağmen geçen yüz yıllık süre bile, bu konuda biz insanları değiştirmeye pek de yeterli olmamış. Büyük bir olasılıkla bu süreçte insanın farkına varamadığı, onu çaresizlik içinde bırakan bazı psikolojik baskılar da söz konusudur. Anlaşıldığı kadarıyla her insanda, kendisini şu ana kadar oluşturmuş olduğu düşünce rayından dışarıya çıkarabilecek her şeye karşı savunmaya iten doğuştan gelen zihinsel bir mekanizma söz konusudur. Bu savunma mekanizması, ruhsal-zihinsel birçok işlev gibi, tamamen bilinçdışı bir fonksiyondur, öyle ki insan zorunlu olarak bunun hakimiyeti altına girmektedir. Olası tüm ön yargı biçimleri bundan kaynaklanmaktadır. Pratisyen psikolog ve psikoterapistlerden biri bu konuda şunları ifade etmişti: “İnsanların çoğu eğitilmek yerine, kendi görüşlerinin onaylanmasını ister. Psikoterapiste giden psikopatlar bile, kendi yanlış görüşleriyle bu rahatsızlığı oluşturduğu halde, bu görüşlerinin düzeltilmesini istemez. Kişi elbette kendi temel görüşlerine ters düşmedikleri ve tamamen yeni bir düşünce ritmi gerekmediği sürece yeni bilgilere



açıktır. Yıllar süren çalışmalarda uğraşarak topladığı bilgileri, aynı zamanda ağır bir yük olarak sırtında taşıyan ve büyük bir olasılıkla onlardan asla kurtulamayacak şekilde zihinsel faaliyetlerde bulunan her insan gibi, kendi otomatik düşünce ritmi sebebiyle, ne kadar güçlü bir bağ ile köleleştğine hiç mi hiç dikkat etmemektedir. Elbette bu, topyekün yeni olan, farklı bir düşünce tarzı ve farklı bir düşünce alışkanlığı gerektiren şeye karşı anlayış geliştirmeye ya da bunun algılanmasına ve kabulüne büyük bir engel oluşturabilir.”

(Devam Edecek)

Kaynak: Yazarın Ege Meta Yayınlarından çıkan *Psisik Şifacılık* adlı kitaptan alınmıştır.

Bağışıklık Sistemini Yoga ile Dengelemek

Dr. Jeff Migdow

SONBAHARIN gelişi, pek çoğumuz için kağıt mendil ve pastil stoğu yapma zamanının geldiğine işarettir. Mevsim alerjilerinin yanı sıra sonbahar, beraberinde soğukalgınlığı ve grip getirebilen daha serin havalar demektir. Ama yoga, sinüsle ilgili sorunlara karşı temel silahımız olan bağışıklık sisteminizi güçlendirmenize ve dengelemenize yardımcı olabilir. Yoga duruşları, pranayama, gevşeme ve meditasyon bağışıklık sisteminin yanıtını, duruma göre harekete geçirmek veya sakinleştirmek için güçlü araçlardır.

Artan alerji belirtileri bağışıklık sisteminizin fazla mesai yaptığını göstermektedir. Tıkalı burun, kulaklar ve sinüsler; kızarmış gözler, baş ağrıları, boğaz ağrısı ve zor nefes alma: bunların hepsi, zararsız istilacılara saldıran bağışıklık sisteminin balgam üreten işlemlerinden kaynaklanmaktadır. Gevşeme yoluyla sinir sistemi bağışıklık sistemine sakinleşmesini ve alerjik olmayan bir insanda günde birkaç hapşırma ile doğal yoldan temizlenen yabancı cisimlere saldırıyı durdurmasını söyleyebilir. Bağışıklık sistemi biraz geri çekildiğinde, yangı ve balgam azalır ve belirtiler ortadan kalkar.

Herhangi bir yoga duruşunu yavaş ve derin nefesler alıp vererek ve de kendini gevşetme ve sinir sistemini gevşetme niyeti ile gevşetici bir tarzda uygulamak alerji belirtilerini azaltmak açısından çok faydalı olabilir. Kapalabhati soluması, balgamı dışarı atması nedeniyle alerjiler sırasında kullanışlıdır. (Kolayca erişebileceğiniz bir kutu kağıt mendil hazırlamayı unutmayın!)

Bir yoga uygulamasının sonundaki gevşeme süresi de bağışıklık sisteminin alerjik yanıtını azaltmanın önemli bir parçası olabilir. Gevşeyebilir ve gevşemenin alerjenlere verdiğiniz tepkiyi azaltmaya yardım edeceği olumlu olarak kullanabilirsiniz. Ancak burnunuz ve sinüsleriniz sırt üstü

yatamayacak kadar çok tıkalıysa karın üstü uzanabilir veya yan dönerek yatabilirsiniz. Sinir sisteminin gevşetmenin, bağışıklık sisteminin daha soğuk havalarda sayıları artan virüslere ve bakterilere saldırmaya yöneltmeye yardımcı olduğu anlaşılmıştır. Bakterilerin yol açtığı soğukalgınlığı tıkanıklığa, öksürmeye, boğaz ağrısına vb. yol açarak üst solunum sisteminin

Bağışıklık sisteminin güçlendirmenin ve sinüslerle ilgili rahatsızlıkları iyileştirmenin bir başka yolu ise timüs bezine odaklanmaktır. Göğüste yerleşik olan timüs bezi bağışıklık sisteminin mekanıdır. Dolayısıyla, göğsü açık göğüse doğru derinden soluma yapılan herhangi bir yoga duruşu ile timüs bezini ve bağışıklık sisteminin harekete geçirebiliriz. Bu amaçla



etkiler. Bağışıklık sistemi zayıf ise bakteriler akciğerlere yerleşip bronşite veya zatürreye yol açabilir. Virüsler ise sistemin daha derinlerine girip titremelere, ateşe veya eklemlerde sancı ve ağrıya yol açar. Yine, çok gevşemiş bir halde ve yavaş, derin soluma eşliğinde uygulanan yoga duruşları sinir sisteminin gevşemesine ve de bağışıklık sisteminin güçlenmesine yardımcı olabilir.

kullanabileceğiniz en faydalı duruşlar Kobra, Güvercin, Balık, Sandal, Yay ve Köprü duruşlarıdır. Timüs bezi dördüncü şakraya karşılık geldiğinden bu duruşlar dördüncü şakraya ait “yum” mantrası veya “ay” sesi dahil edilerek daha da güçlendirilebilir. □

Kripalu Yoga Eğitim Merkezi müdürü ve Prana Yoga eğitiminin geliştiricisi Dr. Jeff Migdow'un web sayfasından çeviren: Yasemin Tokatlı.

Düşünce

Leon Denis

EYSAYILARI her gün artan, genellikle biçim bakımından güzel ama öz bakımından ise zayıf, yüzeysel ve maddesel niteliğe sahip ürünleri çoğalan ve dev bir dalga gibi yükselen yazarlar, sanatçılar, ozanlar, böylesine sıradan nedenler için ne kadar yetenek harcıyorsunuzdur, kim bilir? Çarçur edilmiş veya anormal tutkuların, geri düzeyli şehvetlerin ve aşağılık çıkarların hizmetine sunulmuş ne emek ama!

Engin ve görkemli ufuklar göz alabildiğine yayılırken, evrenin ve ruhun harika kitabı gözlerimizin önüne serilirken ve Düşünce Perisi sizi soylu amaçlara, insanlığın gelişmesi için zorunlu olan canlılık dolu işlere davet ederken, siz içlerinde duyuların ve murdar sezgilerin abartılı tapınışlarında şuurun sararıp solduğu, zekanın bel verdiği ve uyduğu çocuksu ve kısır incelemelerden ve çalışmalardan pek çok zevk almaktasınızdır muhakkak.

Muazzam çağlar ve dünyalar çevriminde, kaderlerini fethetmek için savaştan ruhun destanını; ıstıraplarını ve sevinçlerini, düşüşlerini ve tekrar ayağa kalkışlarını, hayat uçurumlarına inişlerini, ışığın içindeki kanat çırpışlarını, günahları telafi etme şekilleri olan kurban kesmeleri, hayır için bağışları, günahattan kurtarıcı vazifeleri (misyon), kutsal görüşlere gitgide artan katılımları içinizden hanginiz anlatacaksınız?!

Tanrı'nın düşüncesiyle titreşen dev arp konumunda bulunan evrendeki güçlü uyumlulukları, dünyaların ezgisini, yıldızları ve insanlık alemlerini doğdukları anda kucaklayıp pişpişleyen ilksiz-sonsuz ritmi hanginiz konu edineceksiniz?!

Veyahut da geri düzeylilik evrelerinde şuurun ağır bir tempoyla hazır hale getirilişi, bireyliğin ve törel varlığın o pek güç ilerleyen imalatı konularını! Daima daha tam, daha duru, yukarının ışınları tarafından daha aydınlatılmış olan hayatın fethi, mutluluğun, gücün ve arı aşkın peşine takılarak gerçekleştirilen, zirveden zirveye rotalı yürüyüş konusunu hanginiz dile getireceksiniz?

Şüphelerinin, büyük acılarının, korkularının ve gözyaşlarının arasında düşünür yapılı ve şuurlu kişiliğine ait harmonik ve yüce yapıyı yukarılara tırmandıran ölümsüz savaşçının, yani insanın eserini hanginiz terennüm edeceksiniz? Daima ileriye, daima daha ötelere, daima daha yukarılara!

“Bize bunları kim öğretecek?” diye sorulunca, “Bilmem ki...” diye cevap verilecek.

Kim mi? İçsel sesler ile ötealemin sesleri! İçinizde saklı halde bulunan kitabı, yani varlığın biçim ve yapı

değiştirmesine ilişkin kitabı açmayı, sayfalarını karıştırmayı ve okumayı öğreniniz. O size, şu anda ne olduğunuzu ve yarın ne olacağınızı söyleyecektir. O size sırların en büyüğünü öğretecektir, yani ben'in ısrarlı bir çabayla oluşturuluşunu, yani sessiz sedasız düşüncede eseri filizlendiren ve de elverişlilikleriniz ile yetenek türünüze göre size en güzel tabloları (resim), en ideal yontuları yapıturacak, en uyumlu senfonileri besteletecek, en güzel satırları yazdıracak, en güzel şiirlere hayat



kazandırtacak olan en büyük eylemi öğretecektir.

Her şey oradadır, içinizedir, çevrenizedir! Her şey konuşmakta, görüneni de görünmeyi de titreşmekte, yaşama sevincini, düşünme, yaratma ve evrensel esere ortak olma sarhoşluğunu terennüm etmekte ve kutlamaktadır. Denizlerin ve yıldızlı gökyüzünün görkemi, dorukların haşmeti, çiçeklerin kokuları, çevreye yayılan gaz ve buğu gibi şeyler ve ışınlar, ormanların gizemli gürültüleri, yerkürenin ve uzayın melodileri, görünmez olanın gece sessizliği içinde konuşan sesi, şuurun sesi, kutsal sesin yankısı; yani görmeyi, dinlemeyi, anlamayı, düşünmeyi, davranmayı bilen kişi için her şey öğreti ve açıklama (vahiy) değerindedir.

Dahası, her şeyin üstünde, Aşkın Görü (*Vision Suprême*; gönül gözüyle görme), yani her şeyi ve herkesi ıslıl ıslıl bir bütünlük içinde birbiriyle ilintileyen şekilden yoksun görü, yaratılmamış olan *Düşünce*, toplam hakikat, özlerin ve yasaların en son uyumu. Ve de sonsuzlukların içinde birbiri ardınca, sıra sıra dizilen ve birbiri ardınca yeniden canlanan, insanın çağrılarını dua yoluyla Tanrı'ya ve Tanrı'nın cevabını da ilham yoluyla

insana aktaran ruhsal güçler merdiveni.

Ve şimdi de son bir soru: Çağımızı belirginleştiren şu muazzam zahmetli çalışmanın ve çok verimli zihinsel ürünün ortasında güçlü eserler ve parlak görüşler niçin bu kadar az bulunuyor? Kutsal şeyleri gönül (ruh) gözüyle görmeyi bıraktığımız için! İnanmayı ve sevmeyi bir yana attığımız için!

Demek ki göksel ve ilksiz-sonsuz kaynaklara tekrar tırmanmamız gerekiyor: Bizim törel (moral) kansızlığımızın tek ilacı budur. Düşüncemizi görkemli ve derin konulara doğru döndürelim. Bilim, şuurun sezgileri ve zihnin üstün yetenekleri vasıtasıyla aydınlansın ve tamamlansın. Bu yolda yardımcımız *çağdaş ruhçuluk* olacaktır. □

Kaynak: Yazarın Ruh ve Madde Yayınlarından yeni çıkan *Ruhun Güçleri* adlı kitabından alınmıştır.



SADIKLAR PLÂNI'NDAN ALINTILAR

Saadet

Celse 145, 02.04.1971

SİZİN saadet dediğiniz husus, kainatta ve insan gayrişuurunda mevcut olan hakikatlerle karşılaşmaktan mütevellit, şuur sahında hissedilen bir tamlık duygusudur. Bu tamlık duygusu, insan realitesiyle, hakikat arasında irtibatın kurulmasından hasıl olur. Mutluluklar devamlı olamaz. Devamlı olmalarında da bir zaruret mevzuu bahis değildir. Hakikatler arasında mevcut olan realitelerle, varlık, bir şuur projeksiyonu ile şuur sahasında gezmek, dolaşmak, teneffüs etmek (suretiyle), bütün benliğiyle bu realitelerin içerisinde fiiliyatta bulunduktan sonra, bir mozaik süslemenin içerisinde bulunan pek kıymetli mozaik parçalarına rastlar gibi, hakikatlerle yüzyüze gelir. Ve hakikatler ardarda sıralanmış merdivenler gibi temadi edip, huruç etmez.

Hakikatler her yerde, fakat seyrek kalıplar halindedir. Bu, tekamülün zaruretinden hasıl olmuştur. Yani aralarında mevcut olan hadiseler, varlıklar için birer talimgah olur. Yani merhale merhale...

İşte varlık, eğer saadetini arıyor, bu saadeti devam ettirecek vasıtaları da bulmaya çalışıyorsa, bu hakikatler arasındaki irtibatı bulmakla, bir hakikatten diğerine geçmeye bakmalıdır. □

gayri: başka, diğer.

hasıl: meydana gelen. elde edilenlerin hepsi.

huruç: dışarı çıkma, çıkış.

mütevellit: doğan, hasıl olan, çıkan.

temadi: uzama, sürme, sürüp gitme.

Yeni Çağın Doğuşu

David Spangler

YENİ ÇAĞIN doğuşu, evrensel bir şuur ortaya koymayı öğrenmiş, zaman ve mekandan bağımsız olarak bu gezegende yaşamın gelişimi için sunulan kalıpları gözleme şansını yakalamış kişiler tarafından yüzyıllar öncesinden bildirilmiştir. Bununla da kalmayıp, Yeni Çağın beraberinde getireceği güç ve olanaklara kavuşup bunlardan en iyi biçimde yararlanmak için genel olarak evrimsel yaşamın ve daha dar anlamda insanlığın ne tür bir gelişmeyi ve hazırlık sürecini gerektireceğini de tahmin edebilmişlerdir. İşte, bu bilgiyle bu büyük insanlar, insanoğlunun ve tüm dünyanın şuurunu geliştirmeye başlamışlardır.

Peki, bu insanlara göre yapılması gereken neydi? Bu hazırlık nasıl bir amaca hizmet ediyordu? Kova Çağı sürecinin, insanlık açısından, bilgi düzeyine uyumlu, yer ve zamandan bağımsız, insanda var olan güce sahip yeni bir tür şuurun, yani sezgisel-zihinsel şuurun ortaya çıkmasıyla sonuçlanacağı anlaşılmıştı. Bu tür bir şuurun sahip olduğu yaratıcı boyutlarda da büyük oranda bir artış olacağı kesindi. Ancak bu durum, insanlığın yüzyıllardır kullanmakta olduğu ayrılık, zaman, yer gibi kavramlara sıkı sıkıya bağlı ve sınırlı yaratıcı güce sahip bir şuur olan duygusal-zihinsel şuurla çelişecekti. İnsanın algılayış düzeyinde ve eğilimlerinde önemli bir değişiklik yapmaksızın daha güçlü yaratıcılığa olanak tanımak bir çocuğun eline silah vermekten farksızdır. Yeni Çağın insanoğluna sunduğu farklı gücün büyüklüğünden dolayı, bu beceriler ancak sevgi, duyarlılık ve yaşam şartlarının iyileşmesine dönük bir çabanın olduğu bir ortamda geliştirilebilir. Sevgi bilinci ve şu an neyin doğru neyin yanlış olduğuna ilişkin “gerçeklik” dediğimiz hassas bir ayrımı yapmayı başaramazsak, bu güç ve onun harekete geçireceği beceriler ortaya çıkamaz. Bu nedenle, böyle bir sevgi ve doğruluk bilincine gerçekten ulaşmak henüz mümkün olmasa bile, insanlığın atacağı tohumlarla büyüüp gelişebilecek her eylemde bulunmak zorundayız.

Yeni Çağ şimdi bize her şeyden daha yakın.



İşte, kutsal kitaplarda gizli olan mesaj bu: Dünyada gücün ifadesi yeni bir gelişim evresinden geçiyor. Bu yeni suur biçiminin yeryüzüne birdenbire inmediğini bilmemiz gerek. Evrensel güç, yaşamın içinde yerinde kullanıldığında, kendisini en iyi şekilde tamamlayan, kendisine uyum sağlayan ve yaşamın özünde var olan nitelikleri ortaya çıkarmak için yalnızca bir uyarıcı görevi görür. Yeni Çağ eğitimin, yani içeride var olanı dışarıya çıkartmayı öğrenmenin bir ürünüdür. Nasıl ki bugün, gelecek kuşaklar bizim için fark edemediğimiz potansiyel güçler konumundaya, Yeni Çağ da yaşamın özünde en başından beri var olmuştu. Ruhsal tebliğler, yalnızca Yeni Çağın gücünü su yüzüne çıkartan, dile

gelmesini sağlayan, temellerini eğitimden alan itici bir güçtür. Geçmiş, geleceğin anası olarak görüldüğünden, geçmişle gelecek arasında bir çelişki yoktur. Yaşamın geçmişte kendini ifade ediş biçimi, yaşamın doğasında var olan gelişmeye ayak uydurabilmek için değişmek ve gelişmek zorunda kalabilir, ancak bu değişimin özü çelişki, zıtlık değil, aksine tekamül ve gelişmedir. Biçimler her zaman değişebilir, ancak o biçimlerin içindeki öz, yani yaşamın ta kendisi sahip olduğu içsel gücü ve nitelikleri çok daha farklı biçimlerde ifade edebilmek için sonsuza dek durmadan gelişmeye devam edecektir.

Aynı şey bireyler için de geçerlidir. Her birimiz Yeni Çağı yani başımızda hissediyoruz. Her zaman da

hissetmiştik; doğuştan gelen ruhsal “genetik yapımız” gelişmek için uygun zamanı kolluyor. Ancak pek çoğumuz Yeni Çağın ne olduğunu pek iyi bilmediğimizden, onu yalnızca bir vizyon, bir hayal ama uzak bir gelecekte gerçekleşecek bir şey olarak algılıyoruz. Bu nedenle de, yeni bir dünya ve yeni bir kültürün köklerini, gerçeğini ve değişen yaşamdaki yaratıcı yeni bir patlamayı kendi içimizde taşırken eski dünyaya ve sınırları belli bir kültüre bağlı yaşamak ve hareket etmek, o dünyayı yaşamdaki tek gerçeklikmiş gibi algılamak tarzında bir ikilem yaşıyoruz.

Ruhsal tebliğler, bu ikilemden kurtulup her iki dünyanın sahip olduğu gücü birbirinden ayırmayı ve birey olarak yeni dünyayı içimizde canlandırmayı zorunlu kılıyor. Ruhsal tebliğlerin işlevi işte bu: Gerçekleri göstermek, gereken her yola başvurarak Yeni Çağ dünyasının ve insanlığın var olan kalıplarından arındırmayı sağlayacak insan anlayışı, güç, görüş açısı, esin kaynağı ve yönelim gibi etkenler üzerinde etkili olabilmek. Bu gerçekleşmediği takdirde, ruhsal tebliğlerin hiçbir değeri kalmayacaktır. Yeni Çağ olgusu dünyaya sonradan aşılabilir, yaşamın



özünden ortaya çıkar. İnsanoğlu yeni bir kültür oluşturmaya zorlanamaz. Böyle bir girişimde bulunması için yüreklendirilmesi gerekir. İnsanoğlu hür iradeye sahip olduğundan, gerçek esin kaynağına yön veren daha önemli boyutları, yalnızca kişisel ve fiziksel görüntüye yanıt veren ve içlerinde var olan gelişimsel gücü açığa çıkarabilen bireyler harekete geçirebilir. Her birey yaşamını ve gelişimini belirleyecek yönü ve uyum göstereceği alanı seçmelidir.

Böylece, ruhsal tebliğlerin en sonunda tümüyle bireysel bir boyut kazandığını görmüş oluyoruz. Her birey bu tebliğlerin gösterdiği gerçekliğe dayanarak kendisi için doğru olana karar vermeli ve eğer bu gerçekliğin haklılığına inanırsa ona göre davranmalıdır. Tebligatın canlı bir parçası haline gelmeli; görünümü, esin kaynağını, yönünü somut bir hale dönüştürmeli ve ruhsal tebliğlerin

tanımladığı yeni dünyayı kendi içinde var etmek için harekete geçmelidir. Yoksa, İlahi Murat yerine getirilmiş olmaz. Birey tüm benliğiyle kendisini yeni görünüm doğrultusunda değiştirmelidir. Bu emri salt zihinsel ya da duygusal anlamda algılamak, bir olgu, sözcük ya da hoş giden bir umut olarak değerlendirmek onu tam olarak anlayamamak demektir. Yeni Çağın gücü, sadece bireyin tümünden değişimini ve yeniden doğuşunu hedeflemektedir. Yeni Çağ tembellere göre değildir. Bireyin günlük yaşantısını sürdürmesini sağlayacak güç ve vizyonları açığa çıkarma sorumluluğuna gösterdiği kişisel tepki, bu sorumluluğa bakışı ve onu kabullenişine bağlı olarak, ruhsal tebliğlerin ardındaki kozmik oyun ne olursa olsun her birey için farklı bir önem taşıyacağı kesindir. □

Kaynak: Tebliğler-Bir Yeni Çağın Doğuşu.

NATUREL Beden, Zihin ve Ruh Sağlığı Festivali

2 - 5 Aralık 2010

Askeri Müze Kültür Sitesi, Harbiye/İstanbul

Ruh ve Madde Yayınları olarak fuar sürecince
F-13 No.lu stantta sizlerle olacağız.

Etkinliklerimiz:

Tüm İyileşmeler Ruhumuzdan Gelir - A. Cemal GÜRSOY
4 Aralık 2010 Cumartesi Saat 16:30-17:30 - *Workshop* B Salonu

Regresyon: Geçmişi ve Geleceği Şimdide Şifalandırmak - Tülin ETYEMEZ
5 Aralık 2010 Pazar Saat: 16:30-17:30 - *Workshop* B Salonu

Kuşaklararası Geçiş Konferansı İzlenimleri

Tülin Etyemez

14-17 EKİM tarihlerinde Lizbon, Portekiz’de gerçekleşen Birinci Kuşaklararası Geçiş (Transgenerasyonel) Konferansının ilk teması “Atalarımızın Kökleri ile Yeniden Bağlantıya Geçmek” olarak belirlenmişti. Portekiz’den Manuela Maciel, hem İngiltere hem de Portekiz’i temsilen Mark Wentworth ve İtalya’dan Leandra Perrotta koordinatörlüğünde gerçekleşen konferansa Portekiz, Amerika, İngiltere, İtalya, Almanya, Avusturya, Brezilya, Estonya, Malezya, İspanya, İsveç ve Türkiye’den olmak üzere yaklaşık 55 kişi katıldı. Üç gün boyunca atölye çalışmaları ile pratik uygulamaların yapıldığı konferans, konularında uzman konuşmacıları bir araya getirdi.

Mark Wentworth ve Filipe De Moura’nın dinamik tiyatro ile birleştirdikleri atalar çalışmasının teması “Dinamik Tiyatro ve Kutsal Eve Dönüş Yolculuğu” idi. İmprovize ve spontan olmanın önemli olduğu çalışmanın başka bir temel unsuru da niyet koyarak çalışmak. Görünmeyen dünyaları görünür yapmak için görünmeyen dünyalarla konuşmak için bir alan oluşturuluyor. Görünmeyen aslında hep mevcut ve orada. Bunların en başta gelenlerinden biri de atalarımız. Bizden önce yaşayan atalarımızın da pek çok beklentileri, umutları, duyguları, vardı ve halen de enerjetik olarak var olmaya devam ediyor.

Aynı bir nehrin kaynağı gibi, her yeni kuşak bir nehri besleyen yan dallar gibidir. Böylece akan su daha güçlü olur. Onu besleyen kaynak güçlü olmazsa, şu anda akan nehir olan yeni kuşak da o kadar güçlü akıyor olmaz. O da bir sonraki kuşağın akıntısını güçsüz kılar.



Soldan sağa: Manuela Maciel, Mark Wentworth, Maurizio Gasseau, Leandra Perrotta, Roger Woolger.

Görünmeyende enerji alanı vardır. Her şey enerjidir. Mark ve Filipe'ye göre şamanizm de kuantum fiziği de aynı enerji anlayışını taşıyor. O nedenle sen bir sandalyeye, "Bu artık bir sandalye değil, bu artık bir ...," dediğinde enerji alanında niyetle bir değişim meydana getiriyorsun. O alan içinde atalarla da çalışmak mümkün oluyor. Ataları iyileştirdiğinde geçmiş de, geleceği de, şimdiki de şifalandırmış oluyorsun. Mark ve Filipe aralık ayında ülkemizi ziyaret ederek bu çalışmanın daha detaylı bir uygulamasını Türkiye'de de gerçekleştirecekler.

Manuela Maciel ve Leandra Perrota'nın birlikte gerçekleştirdikleri atölye çalışmasının teması "Atalarımızın Işık ve Gölgelelerini Bütünleştirmek"ti. Özellikle transgenerasyon psikodrama adı verdikleri teknikleri katılımcılara uyguladılar. Isınma, aksiyon ve paylaşma olarak üçe ayırdıkları çalışmaya fiziksel egzersizlerle başladılar. Sonra psikodramanın farklı uygulamaları ile katılımcıların ataları ile bağlantı derecelerini ortaya çıkardılar. Aileler içindeki gözlemlenen fenomenleri görülmeyen bağlar, aynı yaş dönemi sendromu, aile sıraları, haksızlığın onarılması, bir çocuğun başka bir çocukla değiştirilmesi, nirengi, sınıfsal nevrozlar olarak sıraladılar ve her biri için örneklemelerde bulundular. Özellikle genososyogramın kurucusu olan Anne Ancelin Schützenberger tarafından eğitilen Manuela ve Leandra bir soyağacı uygulaması ile uygulama gerçekleştirdiler. Özellikle soyağacına başlamak ve çizmek dahi atalarla ilgili günümüze taşınan

tamamlanmamış işlerin aktive olmasını sağlıyor. Daha sonra aile dizilimi o soy ağacında ortaya çıkan önemli ataların dizilimi ile gerçekleşiyor.

Konferansın onur konuklarından biri transgenerasyonel travmalar ve çözümlerin kurucusu sayılan Anne Ancelin Schützenberger'di. 90'lı yaşlarına rağmen Skype üzerinden



Anne Ancelin Schützenberger

konferansa bağlanarak katılımcıların sorularını cevapladı. Anne aynı zamanda *Ancestor Syndrome* (Atalar Sendromu) kitabının da yazarı. Aile soyağacındaki gizli bağlantıların ortaya çıkarılmasında bu teknik oldukça önem taşıyor. Ailedeki önemli olayların yazıldığı bir soyağacı düzenleniyor. Mümkün olduğunca yedi kuşağa kadar soyağacı detaylandırılıyor. Örneğin, kanserle çalışırken kanser ataların hangisinden geliyorsa o ataya kanseri geri verme ve onu onurlandırma ile çok etkili şifalandırmalar sağlamış. Soyağacındaki eksikliklerin önemli olduğu, özellikle aileleri etkileyen travmaların sessiz olan bu kısımlarda taşındığı düşünülüyor. Her ne kadar bilgi olarak bilinmese de enerji olarak

bu sessiz alanlar mevcutlar ve tüm aileyi etkilemeye devam ediyorlar. Aile dizilimi ile soyağacı birleştirilerek bu sessiz alanların da kendini ifadesi sağlanmış oluyor. Böylece kişi kendi siteminde atalarından gelen etkileri görüp fark ederek çözümleme fırsatı buluyor.



Mark Wentworth, Tülin Etyemez, Juanita Poodyfoot

Konferansın en etkili çalışmalarından birini Dr. Roger Woolger ve asistanı Juanita Poodyfoot gerçekleştirdiler. Roger'a göre, atalarla doğru yollarla bağlantıya geçtiğimizde, aktif imajinasyon yolu ile bizlerle konuşabilirler. Roger bu yöntem içinde Gestalt metotlarını kullanıyor. Nesilden nesile geçen temalar üzerinde çalışıyor. Rupert Sheldrake'in morfogenetik alanlar teoreminin bu yolu açmada temel teşkil ettiğini düşünüyor. Hepimiz birbirimizle bağlantıdayız. Morfogenetik alanlara erişim de atalardan gelen anılara ve geçmiş yaşam anılarına erişimi mümkün kılıyor. Morfogenetik alanlara erişim akaşik kayıtlara erişim demek. Aynı bilgisayar hafızası gibi, akaşa her şeyi hatırlar. Her şey bu muhteşem hafıza içinde kayıtlıdır.

Google'da araştırma yapar gibi o hafızadan anılara ulaşım sağlarız.

Bedenimiz etrafındaki enerji alanımız, eterik alanlar, dünyadaki enerji okyanusu ile bağlantılıdır. Başka bir deyişle, hiçbir şeyden ayrı değiliz. Dünyanın eterik bedeni de anıları taşır. Enerji bedenleri, aynı zamanda dünyanın eterik bedeninin de temsilcileridir. Fizik beden ölse bile enerjetik beden devam eder.

Huzurlu ölümlerde enerjetik beden daha yüksek enerji seviyelerine yükselir. Şok ve travmatik ölümlerde ise bu kolay kolay gerçekleşmeyebilir. Savaşçılar, askerler, denizciler, rahipler vb. gruplarda toplu ölümlerde arada sıkışıp kalmak çok sıklıkla rastlanır bir durum. Şamanlar bu tür sıkışıp kalan grup ruhlarını görebiliyorlar. Ani ölümler, örneğin deprem, tsunami, bombalama insanlarda şok ölümler meydana getiriyor. Olayın olduğu yerde de enerji yüklü kalıyor. Dünyada pek çok yerde ağır enerji alanları yüklü şekilde bulunuyor. Bunlardan biri bizim atalarımızla da bağlantılı olabilir. Atalarımız ölümden sonra daha yüksek seviyelere çıkamamış, takılıp kalmış olabilir. Çoğunlukla geçmiş yaşam anılarında bunlara rastlanabiliyor.

Diğer bir önemli nokta ise ölen kişinin öldüğü andaki son düşüncesi ve son duygusudur. Eğer bir esir kampında ölürsen, diğer tarafa tam bir depresyon halinde geçersin. Aynen bunun gibi kızgın, utanç dolu, kaybolmuş, düşük seviyelere takılıp kalmış yeryüzüne bağlı kalan ruhlar bu hayatta tamamlamadıkları işlere takılı kalırlar. Fiziksel bedenleri yoktur ama enerjetik olarak varlıklarını sürdürürler. Bazı durumlarda biz bu enerjileri hayalet olarak adlandırırız.

Rupert Sheldrake enerjetik olarak dünyada siyah noktalar diye adlandırılan bölgeler tespit etmiş. Bu bölgeler incelendiğinde o yerlerde büyük savaşların yaşandığı görülmüş. Bu alanlarda şüursal olarak bir karmaşa halen devam etmektedir. Şimdi, biz o alanlara yollar inşa etmiş durumdayız. Savaşta ölen insanların, hayvanların (örneğin, atların) karmaşık enerji alanı sürücülerin enerji alanlarını dağıtmakta ve kazaya sebep olabilmektedir. Hepimiz belli bölgelerin trafik kazaları açısından mimli olduğunu biliriz. Aynı noktada meydana gelen kazaları duyarız. İşte, bu kazaların sebepleri arasında daha önce orada ölenlerin yaşadığı şuur karmaşıklığı önemli rol oynar.

İnsanlık tarihine baktığımızda kölelik, hapishaneler, Nazi kampları gibi pek çok travmatik olaylar dizisine rastlarız. Bu travmalar halen olmaya da devam ediyor. Utanç, suçluluk, kızgınlık... buna post travmatik sendrom adı veriliyor. Daha önceki nesiller iyileşmediği için bu şimdiki nesillere depresyon olarak yansıyor.

Roger hepimizin atalarından gelen

bu travmaların bizim şimdiki yaşamımızın içinde, bir şekilde etkide olduğunu düşünüyor. Yaptığı çalışma ile atalarımıza şifalandırma yapıyoruz. Önce, mutlu olmayan bir atanın duygusu içine giriyorsun. Ruhsal dünyada o kişiyi enerjetik olarak bulmak mümkün. Enerjetik anının içine giriyorsun. Anı geldiği andan itibaren de atalara kendi bedenimiz üzerinden fizik kazandırarak bitmemiş işleri, duyguları tamamlamalarını sağlayabiliyor, onlara konuşmaları için fırsat veriyoruz. Bu, aynı zamanda bizim enerjetik olarak hafiflememizi ve atalarımızın yaşamımız üzerindeki etkisini fark etmemizi sağlayan güçlü bir çalışma oluşturuyor. “Halen seni rahatsız eden şey nedir?”, “Uzlaşmak durumunda olduğun bir şey var mı?” gibi sorularla ataların bitmemiş işlerine giriş yapmak mümkün.

Her zaman olduğu gibi Roger ve Juanita ile birlikte güçlü bir çalışma gerçekleştirdik ve atalarımızla birlikte kendimizi de özgürleştirdik. Dileyenler www.transgenerationalconference.com adresinden konferans hakkında bilgi edinebilirler. □



Maya Hesap Sisteminde 13 Sayısı

Augustus Le Plongeon

1. Bölüm

KARALAR uzak çağlarda, Güney Amerika kıtasında yaşayan güçlü ve büyük bir ulustu. Mayalara komşu olmuşlar, kuzeyde Maya İmparatorluğu'nun sınır boylarından güneyde Plata Nehri'ne, And Dağları'nın yamaçlarından doğuda Atlantik kıyılarına kadar olan bölgeleri fethetmişlerdi. Bugün dahi birçok kasaba, şehir, yerleşim merkezi ve kıtanın güneyindeki kabileler onların isimlerini taşır. İspanyollar Antilleri keşfettiği sırada St. Vincent ve Martinique Adaları, Karib kabilelerinin işgali altındaydı. Bu Karibler takım adaların tüm sakinlerine ve ana kıtanın sahillerinde yaşayan halka dehşet saçmaktaydılar. Bunlar çok yırtıcı kişilerdi, ikide bir yamyam törenlerine kurban temin etmek için barışçıl komşularına savaş açarlardı. İspanyollar onlarla karşılaştığında en korkusuz ve inatçı düşmanlarıyla karşılaşmış oldular ve onlar beyaz adama karşı kazandıkları zaferlerini kutlarken, akşam yemeğinde *ana sıcaklarını* oluşturan Avrupalı istilacıların sayısı hiç de küçümsenecek sayıda değildi.¹

Kara (Cara) ismi “kusursuz-tam insan”, “seçkin savaşçı”, “en kahraman”, “büyük bir beceri ve olağanüstü güçlerle donanmış”la eş anlamlıydı.

Bir zamanlar Akdeniz'deki Anadolu kıyılarının tamamı, Batı'daki kıtada günlük dilde yeri olan kelimelerle aynı telaffuz edilen kelimelere sahip halklarla meskundu. Bunların en belli başlılarından Karyalıların (Carian) kökeni bilinmiyordu, ancak ünleri yaygındı. Kendisi de bir Karyalı olan Herodot² onların, eskiden kendilerine Lelegler dediklerini söyler ki Maya sözcüğü Leleth'le yakınlığı vardır. Strabo³ bize onların İyonya bölgesinde ve Ege Denizi'nin adalarında yaşadıklarını, ana karaya (Anadolu'ya) iyice yerleştikleri sırada İyonlar ve Dorlar tarafından sürüldükleri bilgisini verir.

¹ Rochefort, *Histoire Naturelle et Morale des Antilles*, s. 401; D'Orbigny, *L'Homme Américain*, Cilt 2, s. 268; Alcedo, *Diccionario Geográfico é Historica de las Indias Occidentales*.

² Herodot, Lib. I, 171.

³ Strabo, Lib. VII, s. 321; Lib. XIII, s. 611.

Thucydides⁴ onlardan korsan diye söz eder. Vatandaşlarının kötü bir şöhretle anılmalarını istemeyen Herodot, onları rica edildiği zaman Kral Minos'un gemileriyle denize açılan savaşçı insanlar olarak tanıtmıştır; bu da onları yeryüzünün en namlı halkı haline getirmişti.⁵ Bir Karya kadınının elbisesi, Yukatan, Chichen'deki Prens Coh'un anıtmezarının duvarlarını süsleyen fresklere göre Maya kadınlarının hatırlanamayacak kadar uzun zamanlardan bu yana giydikleri kuşaksız giysilerin benzeri ketenden bir tünik şeklindeydi (Resim 1, 2 ve 3'e bakın).⁶

muhalefet etmekle beraber, çağrıldıkları zaman Kral Minos'un gemilerinin ekibini oluşturduklarını kabul eder ve adaş oldukları Antiller ve Güney Amerikalı Karalarla veya Kariblerle aynı özelliklere sahip oldukları şüphesizdir. Onlar gibi, bunlar da dünyanın en kahraman, en yiğit ve en ün salmış ulusu olmakla övünürlerdi ve uzun zamandır denize hükmettikleri için Anadolu Kurya halkı da Güney Amerika'nın Karaları gibi kendilerini komşularından üstün görürlerdi. Geleneklerinin çoğu birbirine benziyordu; bunlardan en ilgi çekici olanı jinekokrasidir, yani ailede



Resim 1. Chichen, Yukatan'da, Prens Coh'un anıtmezarını süsleyen bir fresk.
Kraliçe Moo ve Mısır Sfenksi kitabından.

Eğer Thucydides ve Herodot'un sözüne güveniyorsak, bu Karya halkının savaşçı ve denizci insanlar olduğu açıktır ve Herodot ülkesinin insanların korsan diye anılmasına

kadının sözünün geçmesi, toplumsal ilişkilerde etkin olması ve devlet işlerinde otorite sahibi olmasıdır. Bu ananeler birer tesadüf olamaz. Bunlar, birbirinden büyük su kütleleriyle ayrılmış çok uzak ülkelerde yaşayan bu insanların çok yakından ilişkili olduğunu, iletişimlerinin sık olduğunu

4 Thucydides, *Pelepones Savaşlarının Tarihi*, Lib. L, 8.

5 Herodot, Lib. V, 171.

6 Herodot, Lib. V, 87-88.



Resim 2. Maya kadınları modern giysileriyle mısır öğütürken.

ve kuşkusuz aynı kökenden geldiklerini gösterir. Yoksa nasıl ikisi de aynı ismi (Car) taşıyabilir ve bu kelimeye eş anlamlar yüklüyor olabilir? Ayrıca konuştukları dil de Maya diline yakın olmalıdır.

Herodot çok eski çağlarda, Ege Denizi adalarında ilk oraya çıktıkları zamanlarda kendilerine Lelegler dediklerini ileri sürer; bu, Maya dilindeki “kayaların ortasında hayat



Resim 3. Yukatan'da bir bahçe.

sürme” anlamına gelen Leleth fiiline karşılık geliyor olabilir ki uğradıkları yerlerin yabancı olan ve oralarda yalnızca geçici olarak barınan korsanların yaşam biçimini çok iyi tanımlayan bir kelimedir. Dorlar ve İyonlar, Karyahıları adalardan kovalamışlar ve onlar da geçici olarak Anadolu'nun güneybatı köşesine, Frigya ve Meonya bölgelerinin yakınlarına yerleşmişlerdi. Pelagi (veya Pelasgi) halkının Ege ve Doğu Akdeniz'de ortaya çıkışlarından uzun zaman önce, hiç kimsenin hangi tarihte olduğu hakkında bir fikri olmadığı bir zamanda Ege Denizi adalarında ortaya çıkmışlardır.

Kökenleri Grek tarihçileri ve Anadolu'nun diğer sakinleri için daima bir sır olarak kalmıştır. Konuyla ilgili söyleyebildikleri şeyler karmakarışık efsanelere dayanır. Mısırlılarca iyi tanınıyorlardı ve onlar olmadan sefere çıkmayan Kral Minos'u örnek alan Mısırlılar onları ordularında paralı asker olarak kullanmaktaydılar.

Valmiki ünlü eseri *Ramayana*'da⁷ bize “Mayaların güneşin ufkun üzerinde yükselmediği uzak zamanlarda, gemileriyle batı denizinden doğudaki okyanusa, güneydeki okyanustan kuzey denizlerine yelken açan” bir kavim olduğunu anlatır. Gemileri, Mayalı yazarların “denizlerin medar-ı iftiharı”, “okyanusun canı” dedikleri “Mu Ülkesi” ile sıkı bir iletişim halindeydi. Deprem, volkanik patlama ve tufanlar sonucu üzerindeki altmış dört milyon kişiyle beraber Atlantik Okyanusu'nun

⁷ Valmiki, *Ramayana*, Bölüm I, s. 153. Çeviri: Hippolyte Fauché.

⁸ Troana El yazması, Bölüm II, resim V; Le Plongeon, *Maya ve Atlantis - Kraliçe Moo ve Mısır Sfenksi*, s. 147.

sularına gömülmesi⁸ “Batı Ülkeleri”nde yaşayan kalabalıkları derinden etkilemişti. Mayalar bu korkunç felaketi yeni bir çağın başlangıcı olarak kabul ettiler.

Bu zamana kadar, tıpkı Kaldeler ve Mısırlılar gibi, Mayalar da hesaplarında yeryüzünün çapının uzunluğu bilgilerine dayandırdıkları ondalık sistemi kullanıyorlardı. Beşli ve yirmili olarak saymaktaydılar. “Mu Ülkesi”nin batısından sonra tüm matematik, astronomi ve kronolojik sistemlerinde ve diğerlerinde, temel olarak on üçü benimsediler. Büyük birer matematikçi olduklarını kanıtlayan bir akıl becerisiyle, yeni metottaki hesaplarını eskilerin elde ettikleriyle uygun düşecek şekilde birleştirdiler. Amerikalı arkeoloji profesörleri Maya filozoflarının hesap yöntemlerini değiştirmeye sevk eden nedenden, bütünüyle habersiz görünümde idirler. Modern astronomların planetlerin hareketleri ve güneş etrafındaki dönüşlerinin süresi hakkındaki bilgilerinden aşağı kalır yeri olmadığı anlaşılan Maya astronomi bilgileri ve kronolojisi üzerine en yetkili bilir kişi dahi bu nedeni bilmemektedir. Bu

konudan bahsederken şöyle söyler:⁹ “Doğanın göz, ağız ve kulakla birlikte vücudun en önemli kısmını oluşturan on parmak dışında, on üç sayısını destekleyecek bir şey yapmadığına bakılacak olursa, geriye bir de 13 sayısının mitolojik bir dayanağı (13 Cennet mi?) olduğu ihtimali kalır.”

Büyük felaketi nakleden tüm Maya yazmanları, olayın tarihi konusunda hemfikirdirler; bunu ister kitap sayfalarına emanet etsinler veya Akabsib’in kitabelerinde olduğu gibi, taşlara kazısınlar ya da Meksika’da, Cuernavaca şehrinin 30 km ilerisindeki dağlarda yükselen Xochicalco piramitinin güney kenarındaki duvarın üzerindeki frize işlesinler hep aynıdır.

Bırakın diğer ipuçlarını, batı kıtası ve Antiller’in sakinlerinin Mu Ülkesi’nin yok oluşunun tam tarihini ve yıkımla sonuçlanan fenomenin bilgisine sahip olmaları bile onların bu kötü kaderli adanın sakinleriyle ilişitimi halinde olduklarını kanıtlamaya yeterlidir.

Mayalar, Nil Vadisi’nde Maya dilinde konuşan insanların yerleşmiş olduklarını erken çağlarda Atlantislilerden öğrenmişlerdi. Rahat

9 Dr. E. Förstemann, *Die Zeitperioden der mayas Globus*, Cilt 63, No:2. 1893. Çevirisi Amerika Etnoloji Kurumu tarafından yayımlanmıştır. Bülten No 28, *Mayalarda Devir Süreleri*, s. 494.

Bu çağdaş, eğitilmiş arkeologun Mayaların yüzlerce, belki de binlerce yıl, tüm bilimsel hesaplamalarını üzerine oturttuğu temel için ileri sürdüğü neden hiç şüphesiz aptalcadır; bu elbet önermesiyle ilgili söylediğimiz bir şeydir: Amerika arkeolojisi profesörlerinin hepsi için geçerli olduğu gibi, Maya kitapları ve yazıtlarının içeriği ile ilgili kitaplar yazmalarına rağmen, bu metinlerin nasıl okunacağını bilmemektedirler.

Dr. Förstemann, 86 Herodot II., XL-XV. Amerika Etnoloji Bürosu, Smithsonian Enstitüsünün yayınladığı 26 Mart 1897 tarihli Dresden Kodeksi’nin ele alındığı makalesinin 31A ve 32A sayfalarında şöyle söyler: “Son olarak, hiçbir dize, hatta fil ifade etmeyi üstlenmemiş olan Maya grafiği, gelecekle ilgili tahminlerin aktarılmasında bir iletici görevi göremeyecek kadar eksiklidir; her halükarda bunu ancak çok yetersiz bir düzeyde yapmış olabilirdi.”

Mayaların bilimsel konularda bize kadar ulaşan tarih, soy ağacı, astronomi, matematik kitapları olmasına rağmen, resmi eğitim almış bu doktor bize grafik sistemlerinin gelecekle ilgili tahmin, bilgi ve öngörülerini aktarmada yetersiz kaldığını söylemektedir. Acaba onun içeriğini okumayı başaramamış olabilir mi? Mu Ülkesi’nin batısından sonra, Mayaların niçin hesap sistemlerinde on üçü benimsediklerinin açıklamasını yaparken de aynı şekilde, onların bir kiklop olmadığını, tıpkı kendisi gibi iki gözleri, iki kulakları ve bir ağızları olduğunu unutmış görünmektedir ve on parmaklarıyla birlikte bunun on üç değil, on beş sayısını verdiğini de. Diğer taraftan Maya sanatçılarının insan figürlerini kitaplarında profilden, yani bir göz, bir kulak ve bir ağızla resmettiklerini unutmamalıyız.

iletişim fikrinin onları uyardığı kadar hızlandırdığı tartışılmaz.

Herodot'a göre¹⁰, bu erken çağlarda Mısır Vadisi'nde yerleşilebilecek topraklar çok sınırlıydı. Yerleşilebilecek toprakların genişlemesi, ancak yüzyıllar içindeki büyük taşkınlar sonucunda oluşmuştur. Ülkenin kuzey kesimi, Akdeniz kıyılarından Memphis'e kadar olan bölüm kadim zamanlarda sularla kaplıydı, hatta fiilen bir körfezdi. Bu hesaba göre, Maya Ülkesi göçmenleri Helenlerin ortaya çıkışından çok önce ve Peleponnez'i yurt edinerek Grek ulusunu meydana getiren kabilelerden daha önce Siklatlar'da (Cyclades) ve diğer Ege adalarında koloniler kurmuş olmalıydılar. Olasılıkla birbirinden eş alıp vererek İyonyalılarla ve diğer yerli kavimlerle kendiliğinden karışmışlar ve zaman içinde aynı toplumun bireyleri haline gelerek, daha üstün uygarlık düzeylerine bağlı olarak dillerini yurttaşlarına empoze edecek yeterli etkinliğe sahip olmuşlardır. Aslında Grekçe büyük ölçüde Maya dilinden çıkmıştı; yaklaşık yarısı bu dile ait kelime ve kelime köklerinden meydana gelmiştir ve bu konu, Abbe Brasseur'un tam olmamakla birlikte, yetkin çalışması *Troano Elyazması*'nın ikinci cildindeki sözlüklerin karşılaştırılması ve danışmanlık alınmasıyla kolaylıkla doğrulanabilir.

Atlantis ordularını yenilgiye uğrattıktan sonra onları kendi adalarına kadar kovalayan ve o esnada vuku bulan büyük felakete kurban giderek, adayla birlikte sulara gömülen savaşıçılarının anısını taze tutmak için Grekler, kıtanın yeryüzünden

silinmesiyle sonuçlanan bu jeolojik ve meteorolojik fenomeni tasvir eden Maya dilinde manzum bir metin tertip etmişlerdi. M.Ö. 403 yılında, Öklid'in hakimliği döneminde dil bilgileri Atina alfabetini şimdiki haliyle formüle ettiler ve harf isimleri olarak Maya dilindeki manzum yazının mısralarını meydana getiren birleştirilmiş kelimeleri kabul ettiler.¹¹

Tüm zamanlarda, Mayalar anavatanlarına büyük bir sevgiyle bağlı kalmışlardır ve hala da öyledirler. Çok eskilerde bu sevgilerini ona tapınma derecesine vardırılmışlardı, temsil edici çeşitli semboller altında onu ilahlaştırmışlardı; bu bazen Maya İmparatorluğu'nun sınırlarının çizimi olan şişkin göğüslü bir yılan şeklindeydi, bazen Codex Cortesianus'un yazarına göre dikenli bir dut ağacı cinsi olan Beb ağacıydı, bazen de Cogolludo'ya göre, Cat denilen bir cins salatalık ağacıydı.¹²

Ege Denizi adalarına ve Peleponnez'e yerleşen Maya kolonicileri anavatanlarına duydukları sevgiyi beraberinde okyanusun öbür yakasına taşıdılar; yeni evlerinde onu güzel, muhteşem bir kadın olarak resmettiler ve Hermes'in ve diğer tüm tanrıların annesi ve Atlas'ın kızı olan Maia'yı tanrıça yaptılar.¹³ Maia'nın

11 Le Plongeon, *Maya ve Atlantis - Kraliçe Moo ve Mısır Sfenksi*, s. 151.

12 Cogolludo, *Hist de Yucathan*, Lib. I, Bölüm I, s. 2.

13 Bunlar ülkeyi Menes'in saltanatından önce yönettikleri söylenen Mısır tanrılarıdır. Mısırlıların atalarının evini batıda, Kutsal Topraklar, Tanrıların Ülkesi belirtmelerinin nedeni budur. Yunanistan ve Anadolu'nun tanrıları çok eski çağlarda Maya Ülkesi'nde yaşamış olan kral ve kraliçelerdi. Bunlar ölümünden sonra tanrılaştırılmışlardır ve portreleri Yukatan, Chichen'da mamuta adanmış mabedin ve arşiv binasının duvarlarını ve yüzlerindeki üst rölyefleri süslemektedir.

10 Herodot II., XL-XV.

tanrıçılığı uzun yüzyıllar boyu yaşamış ve günümüze ulaşmıştır. İspanya, Fransa, İngiltere ve diğer ülkelerde Mayıs ayında adına kutlanan Mayıs Kraliçesi (May Queen) festivalinde halen anılmaktadır. Tanrıça Maia için yapılan ve Mayıs ayı boyunca süren şenlikler Roma Katolik Kilisesi tarafından tüm dünyada ve Yunan Katolik Kilisesi tarafından geçerli olduğu ülkelerde Meryem Ana'ya uyarlanan ayin ve törenlerle resmileştirilmiştir.

M.S. 431 yılında, İmparator II. Theodosius farklı kiliseler arasındaki çekişme ve karmaşaya bir çözüm bulmak ve barışı sağlamak üzere tarihte Banditte Buluşması olarak bilinen Efes Konseyini topladı. İskenderiye Piskoposu Cyril konseye gemicilerden ve avam sınıfından kadınlardan oluşan bir kalabalık eşliğinde geldi ve onların sayesinde toplantının başkanı seçildi. Konsey çok geçmeden amacından saptı ve kargaşaya yol açtı, çok sayıda kişi Efes St. John Katedralinde katledildi ve yaralandı. Ayak takımının desteğiyle Cyril, rakibi İstanbul Piskoposu Nestorius'a karşı zafer kazanmıştı fakat artık tanrıların Annesi olarak ilahlaştırdıkları Kybele'ye, yani Maia'ya alışkın olan bu destek grubunun onun yüceltilmesi yolunda ısrarlı talepleriyle karşı karşıyaydı. Bunun üzerine Konseyi, Bakire Meryem'in Tanrı'nın Annesi olarak tanınması kararını hükme bağlamaya ikna etti. İşte, tanrıça Maia'nın ilahiliğinin Katolik Kiliselerince sürdürülmesi ve tanınmayan bir Yahudi kadının bir Hristiyan tanrıçasına dönüşmesi böyle oldu.¹⁴

“Tarihin araştırılmasında en önemli faktörlerden birisinin mimari olduğu herkesçe kabul edilmiştir; bu şekilde farklı uluslar arasında mevcut olmuş ilişkilerin izini sürebilirsiniz. Mimarlık bir ırkın belirlenmesinde dil kadar doğru, ancak daha kolay uygulanan ve anlaşılır bir yöntemdir çünkü dil sürekli değişime tabi olduğu için kaynağına doğru iz sürmek zordur. Oysa bir bina ayakta durduğu sürece orijinal özelliklerini korur. Onu inşa edenlerin duyguları, güdülleri ve fikirleri binaya damgasını vurmuştur. Bu şekilde, mimarların düşüncelerini ifade ettikleri bütün örneklerde, yapıtları uluslarının izini sürmemize ve yalnızca hangi uygarlık düzeyine eriştiklerine ve sanatta ne ölçüde yükseldiklerine değil, aynı zamanda hangi ırka ait olduklarını ve kendi aralarında ve insanlık aleminin tümüyle mevcut olmuş olan yakınlık ve akrabalığı öğrenmemize olanak sağlar.”¹⁵

Dolayısıyla, eğer Prehistorik çağlarda Batı kıtasında olduğu kadar Hindistan, Kalde, Mısır, Yunanistan ve Etrurya'da (Etrüsk) aynı yapı tarzı hüküm sürdüyse, bize, bu apayrı ülkelerin çok yakın ilişki içinde olmuş olduklarını kanıtlamaz mı? Eğer tartışılmaz bir biçimde kanıtlamıyorsa, bir dostumun söylediği gibi, en azından güçlü bir ilişki varsayımını öneriyor olmaz mı?

(Devam Edecek)

14 Çocuğunu emziren bir anne olarak simgelenen haliyle Mısır'daki İsis, Kibele ve Maya'dan başkası değildir.

15 James Ferguson, *History of Architecture* (Mimarlık Tarihi), Giriş.

2012 ve İnsanlığın Kaderi: Dünyanın Sonu mu, Yoksa Bilinç Devrimi mi?

Dr. Stanislav Grof

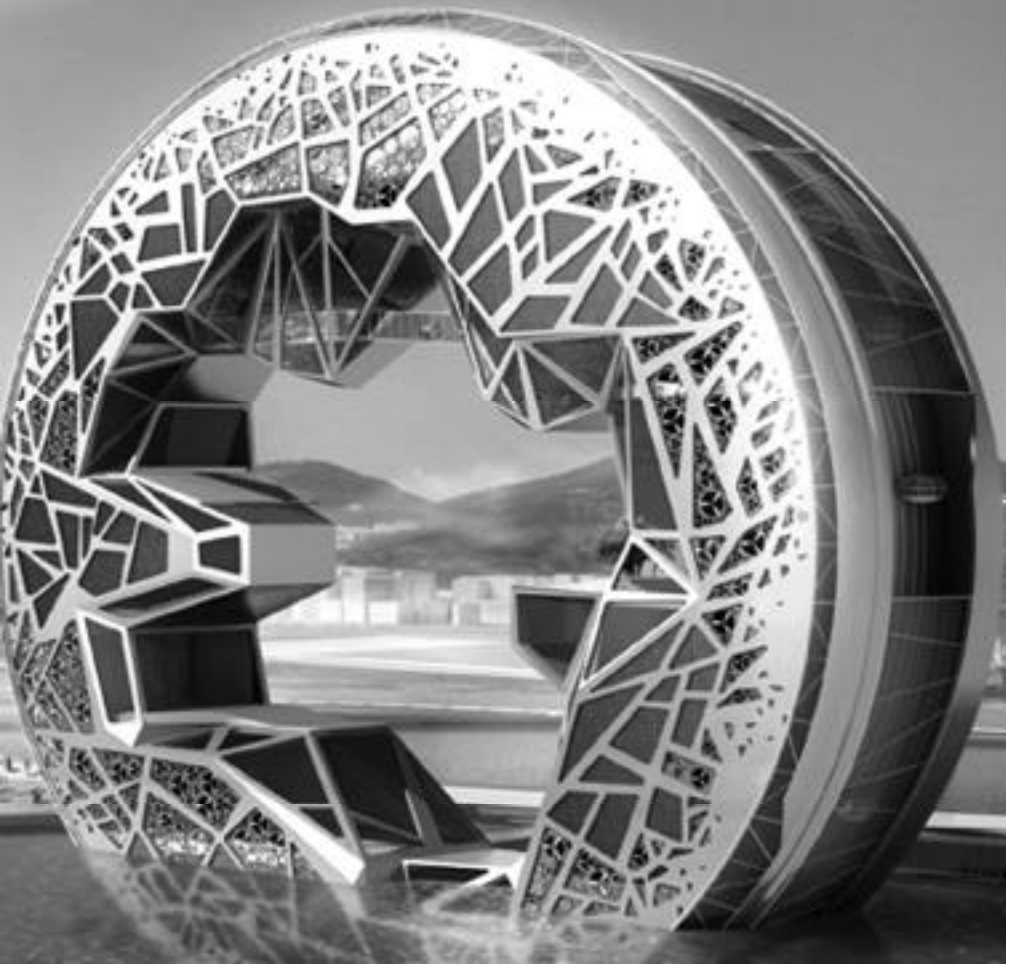
2. Bölüm

ARŞETİPLER bireysel zihin (psişe) ve onun daha derin süreçleri aracılığıyla kendilerini ifade eder ama insan beyninden kaynaklanmaz ve insan beyninin ürünü değildirler. Bireysel zihinden yüksektirler ve onun yönetici ilkeleri olarak çalışır. Holotropik hallerde, arşetipik dünya maddi dünya kadar gerçekçi, sahici hatta daha fazlası olarak deneyimlenebilir. Arşetipik şekiller ve alanlar içeren kişilikötesi deneyimleri insan hayalgücünün hayali ürünlerinden ayırt etmek için Jungcular bu alanı *imajinal* olarak adlandırmaktadırlar.

Mundus imaginalis terimini ilk kez kullanan Fransız bilgin, filozof ve mistik Henri Corbin, bu konuda İslami mistik edebiyat çalışmalarından ilham almıştır. İslami teozoflar duyuşal dünyada var olan her şeyin bir benzerini içeren imajinal alemi, onu geleneksel İslam coğrafyasının bölgeleri olan “yedi iklim”den ayırarak şekilde “sekizinci iklim” veya “Misal Alemi”olarak tanımlamışlardır. İmajinal alem uzantı ve boyutlar, formlar ve renkler içermektedir ancak bunlar bizim duyularımızla fiziksel nesnelere algılanabildikleri gibi algılanamamaktadır. Bununla birlikte, bu alem, tıpkı duyularımızca algılanan maddi dünya gibi, varlıkbilimsel açıdan gerçek ve diğer insanlarca genel kabul gören doğrulara da uygundur.

Arşetipler mitsel kişileştirmeler olarak ya da çeşitli kültürlerde var olan belirli ilahlar olarak da görülebilen ebedi özlerdir, kozmik yönetim ilkeleridir. Maya mitolojisindeki kişiler; Hunahpu, Xbalanque, ve babaları Hu-Hunahpu, Yedi Papağan, Quetzalcoatl (Kukulcan) veya diğer kültürlere ait olanlar da varlıkbilimsel olarak gerçektir ve holotropik haller deneyimleyen bireyler tarafından doğrudan algılanabilmektedirler. John Major Jenkins’in belirttiği gibi, Giorgio de Santillana ve Hertha von Dechend, arşetiplerin anlaşılmasına, Maya kehanetinin önemli bir diğer boyutuna katkıda bulunmuş ve “Hamlet’in Değirmeni” (*Hamlet’s Mill*) adlı kitapta mitler ve astronomik süreçler hakkındaki derin bağlantıları tarif etmişlerdir.

1948 yılında, dünyanın çeşitli kültürlerine ait mitolojiler üzerinde uzun yıllar çalıştıktan sonra Joseph Campbell, sonraki onlarca yıl boyunca bu alandaki



araştırmaları ve anlayışları derinden etkileyen, ıgır aan kitabı *Kahramanın Sonsuz Yolculuğu*'nu (Türkçesi: Kabalcı Yayınları) yayımlamıştır. Dünyanın çeşitli yerlerinden geniş bir spektrumdaki mitleri inceleyen Campbell, hepsinin evrensel arşetipik bir formülü, kendi tabiriyle monomiti içerdiğini keşfetmiştir. Bu kahraman hikayelerinde, erkek ya da dişi kahraman yerini yurdunu terk eder ya da dışarıdan etkilerle zorla yurdundan koparılır, sonrasında fantastik maceralardan ve psikospiritüel ölüm ya doğum ile sonuçlanan ilelerden

sonra, radikal bir şekilde değişmiş olarak, aydınlanmış, aşmış bir birey olarak; bir şıfacı, bir kahin ya da büyük bir ruhsal ğretmen olarak toplumuna geri döner. Campbell'in ifadesi ile kahramanın yolculuğunun basit formülü şu şekilde özetlenebilir: "Bir kahraman, sıradan bir dünyadan olağanüstü harikaların olduğu bir bölgeye gitme cesaretini gösterir. Müthiş gler için içine dahil olur ve kesin bir zafer kazanılır. Kahraman bu gizemli maceradan yurdundaki insanlara nimetler sunabilecek bir güçle geri döner."

Campbell'in araştırmacı ve keskin zekası bu mitin zaman ve mekanlar boyunca devam eden evrenselliğini kavramanın ötesine gitmiştir. Merakı onu, mitleri neyin evrensel hale getirdiği sorusunu sormaya itmiştir. Tüm zamanlara ve ölkelere ait kùltürler diğer yönlerden birbirinden farklılaşırken nasıl olur da kahramanın yolculuğu teması hepsine hitap edebilmektedir?



Campbell'in cevabı, parlak içgörülerin sadeliğini ve kesin mantığını içermektedir; kahramanın yolculuğu monomiti bilinçdışı zihin, bilinç düzeyine çıktığında tüm insanların deneyimleyebileceği dönüşüm anına ait bir tasarımdır. Kahramanın yolculuğu bir bireyin esaslı dönüşüm dönemleri sırasında içinden geçmesi gereken deneyimsel

bölgeden başka bir şey değildir. Mayaların kahraman ikizler hikayesi, Campbell'in kahramanın yolculuğu hikayesine klasik bir örnektir. Holotropik hallerde deneyimleyebileceğimiz arşetipik motiflerin engin yelpazesine aittir.

Umarım yukarıdaki tartışma, makaleme başlarken sorduğum ilk soruyu, yani "Mayalılar nasıl olur da iki bin yıl önce, yirmi birinci yüzyılda insanlar için geçerli olacak olan bir şeyi keşfetmiş olabilirler?" sorusunu uygun bir biçimde yanıtlamaktadır. Joseph Campbell'in "Kahramanın Yolculuğu" teması ise bizi ikinci soru ile karşı karşıya getirmektedir: "Maya kehaneti fiziksel tahribata ve dünyanın sonuna işaret etmiyor, bunun yerine, Campbell'in bireysel ölçekte tarif ettiği ile kıyaslanabilecek esaslı, kolektif bir psikospiritüel ölüm ve doğuma işaret ediyorsa, bu içsel dönüşümün mümkün olduğu ya da hali hazırda gerçekleşiyor olduğu ile ilgili belirtiler mevcut mudur?"

Bu soruya yaklaşımın psikedelik terapi, holotropik nefes çalışmaları, ani psikospiritüel kriz (spiritüel acil durumlar) gibi holotropik bilinç hallerini yaşamış binlerce bireyin deneyimlerine dayanmakla kalmıyor, bu hallerin kişisel olarak kapsamlı biçimde deneyimlenmesine de dayanmaktadır. Bu tartışmaya kendi psikedelik seanslarımdan birinin deneysel sonucunu aktararak başlamak istiyorum. Bu seans bana, holotropik hallerde nadiren ortaya çıkan bir motif olan ve makalemizin başlığı ile özellikle ilgisi olan, "apokalips" arşetipi hakkında derin bir içgörü sağlamıştır. Seansın 50. dakikasında, bedenimin aşağı kısmında güçlü bir aktivasyon

hissettim. Pelvis bölgem çok büyük oranda enerji, sarsılmalarla dışarı çıkıyormuşçasına titreşim halindeydi. Bir noktada, bu boşalan enerji beni sarhoş edici bu çılgınlıktan yaratıcılık ve yok ediciliğin dönen girdabına götürdü. Bu devasa fırtınanın merkezinde ilksel güçler son kozmik dans gibi görünen dansı yapan dört devasa figür olarak ortaya çıktılar. Simaları Asyalıydı; çıkık elmacık kemikleri, çekik gözler, geniş örgülü atkuyruğu ile süslenmiş temiz traşlı kafalar. Çılgın bir dans ile çevrelerinde dönerek turpan ya da L-şekilli palalara benzeyen büyük silahlarını sallıyorlardı; bu dörtlü bir araya geldiklerinde, hızlıca dönen bir gamalı haç meydana getiriyorlardı. Sezgisel olarak anladım ki, bu muazzam arşetipik sahne, yaratıcılık sürecinin başlangıcı ve ruhsal yolculuğun son basamağı ile ilişkiliydi. Kozmogenetik süreçte (ilksel birlikten başlayıp çoğulluk dünyalarına doğru olan harekette) palaların bıçakları, kozmik bilinç ve yaratıcı enerjinin birleşik alanını sayısız bireysel birime ayıran gücü temsil etmektedir. Ruhsal yolculuk ile bağlantılı olarak, bu durum kişinin bilincinin ayrılığı ve çoğulluğu aşır ilk farklılaşmamış birlik haline ulaştığı aşamayı temsil eder. Bu sürecin yönü, bıçakların saat yönüne ve saat yönünün tersine dönüşleri ile ilişkili gibi görünmektedir. Maddi dünyaya uyarlandığında bu arşetipik motif, büyüme ve gelişme (bir organizmaya dönüşen döllenen yumurta ya da tohum) ya da kalıpların yok edilmesidir (savaşlar, doğal afetler, çöküşler). Sonrasında ise bu deneyim, hayal edilemeyecek yok oluş sahnelerine dönüştü. Volkanik



patlamalar, depremler, çarpışan meteorlar, orman yangınları, seller ve gelgit dalgaları gibi doğal afet vizyonları; yanan şehirler, devrilen büyük gökdelenler, toplu ölümler ve savaşın dehşeti ile birleşti. Bu toplu yok etme dalgasının başını, dünyanın sonunu temsil eden dört ürkütücü arşetipik imge çekiyordu. Farkına vardım ki bunlar Apokalipsin dört atlısıydı (veba, savaş, açlık ve ölüm). Pelvis bölgemde devam eden titreşimler ve sarsılmalar bu meşum atlıların hareketi ile senkronize hale geldi ve onlardan biri olarak ya da muhtemelen bir seferde hepsi birden olarak, kendi benliğimi bir kenara bırakarak ben de dansa katıldım.

Aniden, manzara değişti ve Platon'un *Devlet* adlı eserindeki mağaraya ait bir vizyon gözümün önüne geldi. Bu eserinde Platon, tüm hayatlarını zincirlenmiş bir şekilde bir mağarada, boş bir duvara bakarak geçiren insanları anlatır. Mağara girişinden geçen şeylerin duvara yansıyan gölgelerini görmektedirler. Platon'a göre bu mahkumlar, gerçeği gölgeler olarak görmektedirler.

Aydınlanmış filozof, gerçekliğin doğru formunun mahkumlar tarafından görülen gölgelerden farklı olduğunu, duvardaki gölgelerin birer yanılısama olduğunu anlayarak bu yanılısamadan özgürleşmiş mahkumlar gibidirler. Bunu, maddi dünyanın “şey”ler tarafından değil, kozmik bilinç tarafından deneyimin sonsuz karmaşık ve gelişkin orkestrasyonu ile yaratıldığının keskin ve ikna edici kavrayışı takip etti. Bu, kozmik yanılısama *maya* tarafından yaratılan ve Hinduların *lila* diye adlandırdığı ilahi bir oyundur.

tezahürlerini temsil etmekteydi. Yanılısama dünyasını sembolize eden gizemli eterik prensip “Maya”, ölümsüz dişiyi sembolize eden “Anima”, savaş ve saldırganlığı temsil eden “Mars” benzeri bir kişilik, tüm çağlar boyunca devam eden cinsel, romantik dramaları temsil eden “Aşıklar”, “Yargıç”ın asil figürü, içe kapanık “Hermit”, ele avuca sığmaz “Oyunbaz” ve daha birçokları... Sahneden geçip giderlerken, evrenin ilahi oyunundaki muhteşem performansları için takdir beklermişçesine, hepsi benim olduğum yöne doğru selam verdiler.



Seansın son büyük sahnesi, kişileştirilmiş evrensel ilkelerin arşetiplerin karmaşık bir etkileşimi ile fenomen dünyası yanılısamasını yaratan kozmik aktörlerin geçiş törenini içeren muhteşem, gösterişli bir tiyatro sahnesiydi. Farklı yüzleri, boyutları ve düzeyleri olan çok yönlü, değişken şahsiyetlerdi bunlar. Yani onları gözlemlediğim sürece holografik, karmaşık, dolaşık, birbirinin içine giren ve form değiştiren yapıları. Her biri, aynı anda kendi fonksiyonunun özünü ve madde dünyasının somut

Bu deneyim beni Apokalips arşetipik motifine dair derin bir anlayışa ulaştırdı. Bunu sadece, dünyanın fiziksel tahribatı ile ilişkili görmek bana aniden tamamen yanlış göründü. Kesinlikle mümkündür ki, tüm arşetipler için bir potansiyel olan Apokalips, gezegen ölçeğinde tarihi bir olay olarak gelecekte meydana gelecektir. Arşetipik motiflerin ve enerjilerin arşetipik alemini maddi dünyadan ve tarihten ayıran sınırları aşmış pek çok örnek vardır. 65 milyon yıl önce tüm dinazorları yok

eden dev göktaş, tüm çağlardaki savaşlar, İsa'nın çarmıha gerilişi, Ortaçağ Cadılar Şabat'ı ve Ölüm Dansı, Nazi toplama kampları ve Hiroşima sadece birkaç çarpıcı örnektir. Ancak Apokalips arşetipinin öncelikli önemi, onun ruhsal yolculukta önemli bir sınır taşı olmasıdır. Kişi maddi dünyanın yanıltıcı doğasını fark ettiği anda kişinin bilincinde ortaya çıkar. Evren kendi özünü sanal gerçeklik, bilincin kozmik oyunu olarak açığa vururken madde dünyası bireyin psişesinde yok edilir. Bu ayrıca, Maya kehanetindeki “dünyanın sonu” ifadesinin anlamı da olabilir.

Modern bilinç araştırmalarının gözlemleri, Maya kehaneti ile ilgili yorumların Apokalips deneyiminden çok holotropik hallerle, yani psikosipiritüel ölüm ve yeniden doğum deneyimi ile ilgili olduğunu göstermektedir. Bu deneyim insanlığın ritüel ve spiritüel tarihinde, Şamanizmde geçiş ayinleri, antik ölüm, yeniden doğum gizemleri ve dünyanın büyük dinlerinde (Hristiyanlığın “yeniden doğuş” ve Hinduların “dvija” anlayışında) görülebilir. Ölüm ve yeniden doğum arşetipi farklı yüzeylerde çeşitli yerlerde ve şekillerde tezahür eden çok değerli bir arşetiptir, kendini tanıma çalışmalarında ve terapide yeniden yaşam ve biyolojik doğum anısının bilinçli entegrasyonu ile yakından ilişkilidir. Psikosipiritüel ölüm ve yeniden doğum, holotropik hallerden faydalanarak yapılan tedavi edici çalışmalarda önemli temalardandır. Derin deneyimsel kendini tanıma çalışmalarında, yaş regresyonu sürecinde çocukluk ve bebeklik dönemindeki hatıralardan hareket edilerek doğum anılarını

taşıyan bilinçdışı düzeye ulaşılır. Bu düzeyde, aşırı yoğunlukta fiziksel duyumlar ve duygularla karşılaşmaya başlarız. Bu noktada deneyimler, ölüm ve doğum temasının tuhaf bir karışımı haline gelir. Bu düzeyde duygular şiddetli, hayati tehlike içeren doğumu ve özgür kalmak ve yaşamak için umutsuz ama kararlı bir mücadeleyi içerir.

Bilincin bu alanı ve biyolojik doğum arasındaki yakın bağlantı nedeniyle ona *perinatal* ismini uygun buldum. Bu Latince-Yunanca bileşik bir kelimedir. “Pre” ön eki “yakın, çevresinde” anlamını taşımakta, kök kelime natal “doğumla ilgili” anlamına gelmektedir. Bu kelime genellikle, tıpta doğumdan kısa süre önce, doğum süresince ya da hemen sonrasında ortaya çıkan çeşitli biyolojik süreçleri ifade etmek için kullanılır. Örneğin, kadın doğum uzmanları perinatal kanama, enfeksiyon ya da beyin hasarından bahsederler. Geleneksel tıp, çocuğun doğumu bilinçli olarak deneyimlediğini kabul etmese de bu olay hafızada kaydedilmektedir, ancak perinatal deneyimler hakkında hiçbir şey bilinmemektedir. Perinatal teriminin bilinç ile bağlantılı olarak kullanılması benim bu konudaki bulgularımı yansıtır ve tamamen yenidir.

(Devam Edecek)

Çeviren: Nurhan Gevrek.

Evrensel Enerji Alanı

Barbara Ann Brennan

BİR YETİŞKİNKEN, yaşam enerji alanlarını tekrar görebilmeye başladığımda, şüpheci hale geldim ve kafam iyice karıştı. Henüz ne (önceki iki bölümde sözü edilen) literatürü bulabilmiş ne de sözünü ettiğim rehberliği almıştım. Tabi ki bir bilim adamı olarak enerji alanları hakkında bilgiye sahiptim fakat bunlar kişisel olmaktan ziyade matematiksel formüllere dayanan şeylerdi. Gerçekte mevcut muydular? Anlamları var mıydı? Kendime ait deneyimlerimi uyduruyor muydum? Sadece hüsnü kuruntu muydu, yoksa şimdiki hayat şartlarımı yaşamın bir bütün halinde olduğu fikrine uydurmama yardım edecek türden bir deneyim, başka bir boyutta anlamı olan bir deneyim mi edinmiştim?

Eski mucizeleri okumuştum fakat bunların hepsi, hakkında bir şey bilmediğim kişilerin başına gelmiş şeylerdi. Çoğu fantezi gibi duruyordu. Fizikçi tarafım, bir olayın gerçek olup olmadığına karar verebilmek için gözleme dayanan kanıtlara ihtiyaç duyuyordum. Böylece, fiziksel dünyada olduğu gibi, deneyimlerimi bazı mantıklı form ve sistemlere oturtmamı sağlayacak veriler toplamaya giriştim. Einstein'ın "Tanrı evrende zar atmaz" fikrine katılıyordum.

Gözlediğim fenomeni, aşına olduğumuz form, şekil ve renk olarak düzenli olan ve sebep-sonuç ilişkilerinin asıl olduğu dünyaya benzer buldum. Fakat orada her zaman biraz daha fazlası vardı: bilinmeyen, açıklanamayan, sır olarak kalan bir şeyler. Düşündüm de, önümüzde sallanıp dans eden bilinmeyen gizemler olmasa, bizler ilerleyip giderken, yaşam epey sıkıcı olurdu... neyin içinden ilerleyip giderken ama? Zaman ve mekan mı? Böyle düşünmeye alıştım. Şimdi görüyorum ki, kişisel "gerçeklik" deneyimlerimiz içinde ilerleyip gidiyoruz; düşünüyoruz, hissediyoruz, oluyoruz, kaynaşyoruz, bireyleşiyoruz ve ruhlarımız şekillenirken, gelişirken ve Tanrı'ya doğru ilerlerken, sonsuz bir dönüşüm dansıyla tekrar kaynaşıyoruz.

Gözlemlerim, ezoterik kitaplarda aura ve enerji alanları hakkında okuduklarım ile uyum içindeydi. Renkler uyumluydu; hareketler,

şekiller ve formlar uyumluydu. Okuduklarımın çoğunda, sanki görünmez bir elin bana okumadan önce olayı tecrübe etmemi ve kafamda bir form ve görüntü oluşturacak şekilde fikir sahibi olmamı sağladığını hissediyordum. Şimdi, bu rehberlik deneyimimin, ben bir insan olarak yetişip geliştikçe, beni yaşamın bütünlüğüne, yeni deneyimlere götürdüğünü hissediyorum.

Egzersiz: Evrensel Enerji Alanını “Görmek”

EVRENSEL enerjiyi gözlemlenmenin en kolay yolu güzel, güneşli bir günde çimenlere uzanıp gökyüzünü seyretmektir. Bir süre sonra, gökyüzünde hareket eden küçük orgon kürecikleri gelecektir gözünüzün önüne. Bunlar, bazen birkaç saniye görünen siyah noktacıkları da olan, ince bir iz bırakan ve sonra yeniden kaybolan minik beyaz topraklar gibi görünmektedir. Bu gözleme devam eder ve görüşünüzü genişletirseniz, tüm alanın senkronize bir ritimle titrediğini görürsünüz. Güneşli günlerde bu minik enerji topları daha parlak görünür ve hızlı hareket eder. Bulutlu günlerde ise tam tersi, daha zor seçilir, yavaş hareket eder ve sayıları da azdır. Sisli bir şehirde az, koyu ve yavaş hareket eden toprak vardır. Tam olarak yüklenmemişlerdir. En iyi seçilen ve berrak toprakları İsviçre Alpleri'nde gördüm, parlak bir hava ve kar yağınları vardı. Anlaşılan, bu parlak güneş kürecikleri yüklüyordu.

Sonra bakışlarınızı göğe yükselen ağaç dallarına kaldırın. Ağaçların etrafında yeşil bir sis vardır. İlginçtir,

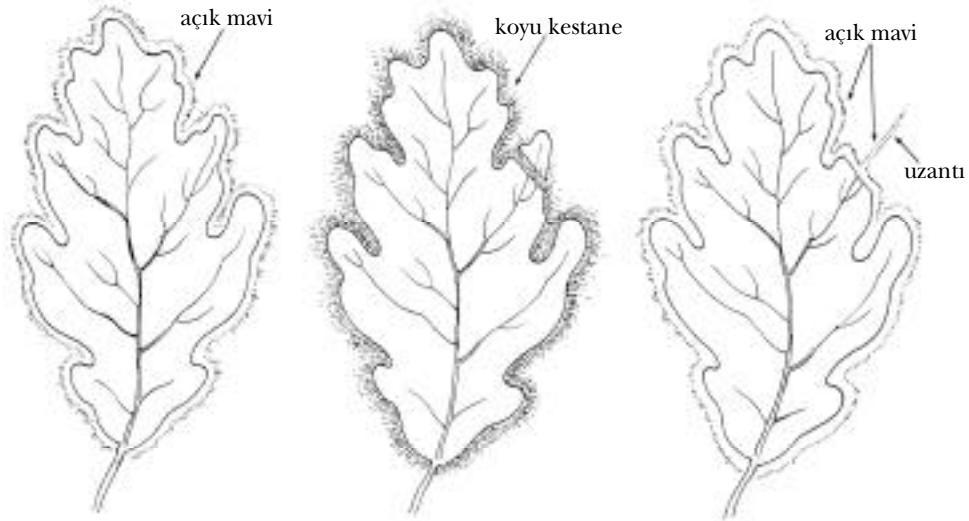
bu sisin içinde kürecikler görmeyebilirsiniz. Ama daha yakından bakarsanız, sisin kenarlarından auraya doğru aktıkça değişip kaybolan kürecikleri görebilirsiniz. Bu yeşil saha yaz ve bahar aylarında ağaç yapraklıyken görünür, baharın ilk zamanlarında, ağaçlardaki kırmızı goncalar gibi, aura da pembemsi kırmızı bir renk alır.

Bir ev bitkisine yakından bakarsanız benzer şeyler göreceksiniz. Bitkiyi, arkasında koyu bir zemin olacak şekilde parlak ışık alan bir yere yerleştirin. Büyüme yönüne doğru hareket eden mavi-yeşil çizgileri göreceksiniz. Bunlar aniden parlar, solar ve muhtemelen bitkinin ters tarafında tekrar parlar. Bu çizgiler, elinizi ya da bir kristal parçasını yaklaştırdığınızda buna tepki verirler. Kristali uzaklaştırdığınızda, bitkinin ve kristalin auralarının hala teması sürdürdüklerini görürsünüz. Sanki pişmaniye gibi uzar (Şekil 1).



Şekil 1. Lapis taşının bitki aurasına etkisi.

Kirlian fotoğrafçılığında çok sözü edilen hayalet yaprak etkisini izlemeye çalıştım bir kez. Kirlian fotoğrafçılığı tekniği ile, tüm yaprağın yarısı kesildikten sonraki görüntüsü alınabiliyor. Yaprığın aurasını gözledim. Basit bir su mavisi rengindeydi. Yaprığı kestiğimde, renk kırmızımsı kestaneye dönüştü. Ürperdim ve yapraktan af diledim. Bir ya da iki dakika sonra su mavisi rengini tekrar almaya başladı ama kesik yerde belirgin bir farklılık vardı; yine de Kirlian fotoğraflarında gördüğüm gibi açık seçik değildi (Şekil 2).



Şekil 2. Hayalet yaprak etkisinin kontrolü.

Cansız varlıkların da aurası vardır. Pek çok kişisel eşya, sahibinin enerjisi ile yüklenir ve bu enerjiyi yayar. Değerli taşlar ve kristaller, şifada da kullanılacak çok katmanlı ve karmaşık desenli auralara sahiptir. Örneğin ametist, doğal biçimde kesilmiş yüzeylerinden çıkan huzmeleriyle, altın rengi bir auraya sahiptir.

Evrensel Enerji Alanının Karakteristikleri

EEA (Evrensel Enerji Alanı) uzun yıllardır bilinmekte ve araştırılmaktadır. Her kültür, enerji alanlarına farklı açılardan bakmış ve farklı isimler vermiştir. Görüleni betimlerken, her kültür EEA'nda temel benzer özellikler bulmuştur. Zaman geçip bilimsel metot geliştikçe, batı kültürü EEA ile daha derinden ilgilenmeye başlamıştır.

Bilimsel ekipmanlar daha yetkin hale geldikçe, EEA'nın daha ince

özelliklerini ölçebilir hale geldik. Bu araştırmaların sonucunda şunu tahmin edebiliriz: EEA ya Batı biliminde önceleri tanımlanamamış enerjilerden ya da düşündüğümüzden daha ince bir maddeden oluşmaktadır. Eğer maddeyi yoğunlaştırılmış enerji olarak tanımlarsak, EEA bu madde ile enerji arasında bir yerde bulunmaktadır. Bildiğimiz gibi, bazı bilim adamları EEA fenomenine biyoplazma demekteler.

Dr. John White ve Dr. Stanley Krippner, Evrensel Enerji Alanının pek çok özelliğini sıraladılar: EEA tüm mekana, canlı ya da cansız objelere nüfuz eder ve tüm objeleri birbirine bağlar; bir objeden diğerine akar; yoğunluğu, kaynağından uzaklığına göre değişir. Ayrıca harmonik indüktans ve sempatik rezonans kanunlarını izler, yani bir akort diyapazonuna vurduğunuz zaman onun yanındaki de aynı sesi vererek aynı frekansta titreşmeye başlar.

Görsel gözlemler, alanın bir dizi geometrik nokta, izole edilmiş titreşen ışık noktaları, spiraller, çizgi ağları, kıvılcıklar ve bulutlar halinde yüksek düzeyde organize olduğunu ortaya koyar. Titreşir ve dokunarak, tadarak, koklayarak ve de yüksek duyular ile algılanabilen sesle ve ışık ile hissedilebilir.

Bu alanı araştıranlara göre, EEA sinerjiktir, yani farklı etkenlerin aynı anda meydana gelen hareketleri bir araya geldiklerinde tek başına olduklarından daha çok etki yaratır. Bu alan, entropinin, yani fiziksel gerçeklikte gözleyebildiğimiz yavaş bozunma, biçim ve düzenin dumura uğramasının tam tersidir. İEA madde üzerinde düzenleyici etkiye sahiptir ve biçimleri inşa eder. Üç boyuttan daha fazlasında var olduğu görülmektedir. Maddi dünyadaki her değişiklik öncesinde, bu alanda bir değişiklik söz konusudur. EEA her zaman çok ilkinden çok gelişmiş doğru ilerleyen bir şuur formu ile de ilişkilidir. Yüksek şuur, enerji düzeyindeki “daha yüksek titreşimler” ile kendini gösterir.

Demek ki EEA, aslında bizim doğada bildiğimiz diğer şeylerden pek de farklı değildir. Ancak sahip olduğu

özellikleri anlayabilmemiz için zihnimizin tüm olanaklarını kullanmamızı gerektirir. Bazı düzeylerde, tuz ya da kaya gibi “normal” bir şeydir, normal bilimsel metotlarla açıklayabileceğimiz şeyler. Diğer yandan, yapısının derinliklerine indiğimizde, normal bilimsel açıklamaları aşan şeylerle karşılaşmak olası hale gelir. Ele avuca gelmez olur. Belki onu elektrik ya da benzeri olaylar gibi açıklayıp “yerine oturtabildik” deriz ama yine de tamamlanmayan bir şeyler vardır; düşünürüz: “Gerçekten nedir bu? Peki ama elektrik nedir?”

EEA üç boyuttan daha fazlasında mevcuttur. Bu ne anlama geliyor? O sinerjiktir ve biçimleri inşa eder. Entropinin sürekli arttığını, evrendeki düzensizliğin sürekli arttığını ve koyduğumuz şeyin dışında daha fazla enerji alamayacağımızı belirten termodinamiğin ikinci kuralına karşıdır. Her zaman için bir şeye koyduğunuzdan biraz daha az enerji alırsınız. (Bu yüzden hiç durmadan çalışan bir makine yapılamadı.) Fakat EEA’nda durum bu değildir. Anlaşılan o ki, o daima enerji üretmeye devam etmektedir. Bolluk sembolü gibi, ne kadar koyduğunuza aldırmadan devamlı verir. Bunlar ilginç ve heyecan verici kavramlardır ve gelecek nükleer çağ hakkındaki karamsarlığımızı belki biraz yumuşatabilir. Belki bir gün, EEA ile çalışıp gereksinim duyduğumuz tüm enerjiyi kendimize zarar verme tehlikesi olmaksızın sağlayabileceğimiz bir makine yapabiliriz. □

Kaynak: Yazarın Meta yayımlarından çıkan *Işığın Elleri* adlı kitaptan alınmıştır.

Değişen Dünyada Acıdan Huzura

Roberto Assagioli

Acıdan Meditasyona

ACI VE HUZUR insanın içsel gelişiminde, gerçek benliğinin şuuruna varmaya başlamasından evrensel yaşamla can-ı gönülden birleşmesine, kozmik ritimlerle uyum haline ulaşmasına kadar takip ettiği yolda iki zıt kutuptur.

Gelişime götüren geniş yelpazenin büyük bölümünde acı kaçınılmazdır. Acının yararlı, değerli ve gerekli işlevleri göz ardı edilemez. Bu işlevler sayılamayacak kadar fazladır fakat başlıca dört yararlı işlevinden söz edebiliriz.

Beşeri gelişiminin ilk devrelerinde, bir ölçüde daha sonraki devrede de acının, pasif durumdaki kişiyi sarsmaya, rahatlığından, alışkanlıklarından, zihinsel ve ahlaksal tembelliğinden, kısıtlayıcı egoizminden kurtarmaya yönelik bir değer taşıdığını görüyoruz. “İyi acı” çok farklı şekilde insanı harekete geçirir, onu “uyanmaya” zorlar, uyumakta olan enerjisini uyarır, yeteneklerini değerlendirme isteğini yaratır. Birinci yararı budur.

Acının yine yararlı, bir anlamda ilkinin zıttı olan ikinci işlevi de varlığı eşya veya kişilere bağlanmaktan kurtarması, onu içgüdülerinin, hırslarının, isteklerinin kölesi olmaktan özgür kılması, kişinin yeniden hata ve günah işlemesini engellemesidir. O halde bu, acının arındırıcı ve özgürleştirici bir işlevi olmaktadır.

Bundan öncekine bağlı bir üçüncü işlev, kişiyi disipline kavuşturmasıdır. Kişinin içinde kaynaşan düzensiz, içgüdüsel, duygusal ve mantal enerjilere hakim olmasına, bunları yıkıcı değil de yapıcı şekilde kullanılmak üzere düzene sokmasına yarar. Böylece varlık bu enerjileri yüceltici, insancıl amaçlar uğruna yararlı ve üretken davranışlarda kullanılacak hale dönüştürebilir ve yönlendirebilir. Bu da sürekli ve enerjik bir “içsel çalışma” gerektirir fakat ulaşılabilecek mucizevi sonuçlar bu yorgunluğa değecek özelliktedir. İçsel alemde elde edilen kendine hakimiyet, güven ve güçlülük hissi, derin

ve sürekli bir memnuniyet kaynağıdır. Düzen ise ahenk ve güzellik demektir.

Son olarak, acının insanı harekete geçirici, bütünleştirici, düşünmeye ve meditasyona yöneltici, sıklıkla içine düştüğümüz dışa yönelik, dağılmış, ziyan olmuş, aldatıcı, yapmacık ve materyalist yaşantımızdan geri çekme gibi değerli ve gerekli bir işlevi de vardır. Acı bizi sarsar, kendi benliğimize tekrar dönmemizi sağlar, soluk soluğa koşturduğumuz yaşamdan bizi alıkoyar, bakışımızı içimize ve yukarıya çevirmemizi sağlar. Sonuçta gerçekten düşünmeye, hayatın önemli sorunlarını değerlendirip tartmaya,

nedenlerini bulmaya ve anlamlarını kavramaya, sezgisel yoldan amaçlarını, hedeflerini anlamaya başlarız. O halde kendi içimizde sükuneti yaratmaya, olayları sorgulamaya, dua etmeye, arzu etmeye başlamalıyız. Ancak o zaman kendi yüce gerçekliğimizle, derin ruhumuzla, Tanrı'yla içsel diyaloga girmeye başlayabiliriz. Bu çabanın değerli sonuçlarına daha sonra değineceğiz.

Acıyla ilgili olarak, yine de aşırı durumlardan kaçınmak konusunda bazı gerçeklere değinmemiz gerekir.

“Acı”nın söz konusu değerli işlevlerini bilmek bizi, onu bir kült



haline getirmek, çok abartmak, yerli yersiz uygulamalarda bulunarak kendimize ve başkalarına zarar vermek gibi yanlış değerlendirmelere götürmemelidir. Biraz çelişkili gibi görünen bu durumu aydınlatmak için diyebiliriz ki acı, ancak onu yok etmeye, üstesinden gelmeye çalıştığımız ölçüde değerlidir.

Başka bir deyişle, acının kendisi tek başına amaç değil, bazı etkileri gerçekleştirme ve ders çıkarma aracıdır. Bu etki ve dersler gerçekleştiğinde, acılara müteşekkir olmak ve onları kesinlikle geride bırakmak gerekir.

Acının bu şekilde değerlendirilmesi bizde neşeyi küçümsemeye, ondan kaçınmaya yol açmamalıdır. Çünkü onun da acı gibi değerli ve gerekli işlevleri vardır. Neşenin her şeyden önce dinamik, enerjimizi uyandırıcı ve artırıcı bir etkisi vardır. Organlar arası alışverişi hızlandırır, yaşamsal etkinliklerimizi canlandırır, dolayısıyla yüksek etkiye sahip iyileştirici bir araçtır. Neşe depresyon bulutlarını söküp atar, bizi korkudan uzaklaştırır, sağlıksız kendine acıma duygularından uzak tutar. Bunların yanı sıra yayılma özelliğine sahiptir; taşar, başkalarına da yarar getirecek bir şekilde yayılır, bizimle başkaları arasında uyumlu ve verimli ilişkiler kurdurur. Bunun için de neşe, kaygılanılacak bir şey olmaktan çok, başkalarıyla ilişkilerimizde üstlenmemiz gereken gerçek ve doğru görevidir.

Düşünceden Anlayışa

YÜZEYSSEL yaşamayan, içgüdüsel ve duygusal tepkilerin kendisini

yönetmesine izin vermeyen kişilerin, üzerinde düşünmeleri gereken en önemli konu “iyi” ve “kötü” kavramlardır.

Doğal insanın iyi-kötü konusunda spontan tavırlanması iyiyi zevk sağlayan, kötüyü ise acı veren olarak algılamasıdır. Fakat biraz daha düşünmeye devam ederek, sebep-sonuç zincirine bir göz attığımızda, bu değerlendirmemizin noksanlığını fark ederiz. O anda “kötü” olarak algılanan olayların ileride “iyi” sonuçlar getirmesi pek ender değildir. Aynı şekilde, anlık zevklerde de oldukça hoş gitmeyen sonuçlar doğurabilmektedir.

Kişi düşünmeyi sürdürür ve derinleştirirse, daha da önemli bir gerçeği keşfeder: “İyi” ve “kötü”, dış olaylarla ilgili objektif durumlar değildirler; onların etkisi kendi tutumlarımıza, değerlendirmemize ve tepkilerimize bağlıdır. Dolayısıyla başımıza gelenlerin yararlı veya zararlı oluşu her şeyden önce bize bağlıdır.

Bu anlayışın çok önemli, hatta kelimenin etimolojik anlamıyla devrimci bir etkisi vardır; bu anlayış, sorunun merkezini dışsallıktan içsellığe dönüştürür. Anlayışımıza göre, eğer biz davranışlarımızla izin vermezsek kimse bize kötülük yapamaz ve biz akıllıca değerlendirmedikten sonra kimse bize iyilik yapamaz.

Bu şekilde mutlu bir içsel özgürlükle dünyadan, dış koşullardan, başkalarından bağımsız olma anlayışına kavuşuruz. Fakat aynı zamanda sorumluluğumuzun farkına varırız. Artık insanları ve kaderi mutsuzluğumuzun tek, hatta başlıca nedeni olarak suçlayamayız, aksine mutsuzluğumuzun nasıl düşünce, his

ve davranışlarımıza bağlı olduğunu görürüz.

Dünya, yaşam ve kendimiz üzerine düşünmek, daha başka pek çok yararlı farkındalıklara götürür.

Bunlardan ilki, gerçek bir alçakgönüllülük ve sade davranışlar edinmemizdir. Bu dikkatli ve tarafsız araştırma ne kadar hata işlediğimizi ve sürekli işlemekte olduğumuzu gözlerimizin önüne serer. Bunun yararı tartışılmaz çünkü gerek daha fazla hata yapmamızı önlemede,

Böylece sağlıklı ve haklı bir iyimserliğe, aydınlık umutlara, sarsılmaz inanca ulaşırız. Bunlarsa sınavları başarabilmemiz, yaşam savaşı verebilmemiz için gerekli cesareti doğurur ve besler.

Bizleri öznellikten, bencillikten, gururdan çekip kurtaran düşünce iki grupta toplanan yüce spiritüel özellikleri (iyilik, yardımseverlik, sevgi ile bilgelik ve derin anlayış) geliştirmemiz için gerekli koşulları oluşturur.



giderek yanlış tutumlarımızı azaltmada, gerekse anlamsız kuruntularımızdan, gülünç kendini beğenmişliğimizden kurtulmamıza ve boş gururumuzu bilge bir alçakgönüllülükle değiştirmemize yardımcı olan ilk ve en önemli adımdır. Şu noktayı belirtmemizde yarar var: Bunun haksız ve zararlı bir aşağılama ile ilgisi yoktur. Dahası, insanlık onuruna yakışır bir durumdur çünkü eksikliklerin farkına varmak, bunları gidermek için başlangıçtır. Ayrıca yeteneklerimizi, uykuda olan harikulade güçlerimizi, çağrıldığımız yüce kaderi bilmemize engel değildir.

Bu iki yetenek grupları birbirini tamamlamakla kalmaz, aynı zamanda birbirini geliştirir, ortaya çıkarır.

Gerçekten de iyilik, sevgi ruhumuzu başkalarınınkine, dolayısıyla başkalarının ruhunu bize açarak insanları anlamamızı, onlara yaklaşmamızı, birleşircesine içlerine girmemizi, birbirimizin içerisinde eritemizi sağlar. Böyle birlik ve kaynaşma direkt olarak anlayışa, bir başka deyişle "içsel anlayışa" götürür. Aynı şekilde, bilgelikten doğan spiritüel anlayış doğal olarak bizde iyiliği, yardımseverliği yüreklendirir.

Bu iki gruptaki yeteneklerin sentezi anlaşmazlıkları, antipatiyi, düşmanlığı ortadan kaldıran, aileden tüm insanlığa kadar yaşamın her alanında karşı koyulmaz bir araç ve her kalbin anahtarı olan saygıdeğer anlayışı oluşturur.

Anlayıştan Huzura

YÜCE bir değere sahip olan bilgece ve sevgi dolu anlayış, onu elde edebilen ve uygulayabilene önemli birçok spiritüel yeteneğin kapısını aralar, gelişimleri sağlar.

“Komik” ve “gülünç” her şeyden önce orantısızlıkların ve perspektif hatalarının ürünü olduğu için onları fark etmemizi sağlayan anlayış bize mizah gücü verir.

İnsanın alıp verebileceği en yüce değerlerden biri olan “dostluğun” da temeli yine anlayışa dayanır. Dostluk çoğunlukla aşk gibi kör olmaz ve olmamalıdır. Gerçek arkadaş yanılısamasız dostunun en ciddi eksiklerini, kişilik hatalarını görebilen fakat aynı zamanda iyi yönlerine dikkat eden, onda bulunan yetenekleri, olumlu özellikleri, kötü olanları göz ardı etmeden iyileri cesaretlendiren,



Anlayış her şeyden önce bize, doğru değerlendirme yeteneği kazandırır. Genellikle bencilliğimiz ve miyoplüğümüz yüzünden yanlış ölçü ve şekillerde değerlendirdiğimiz kişileri ve olayları doğru perspektiften bakıp değerlendirme şansı verir. Bize dokunan ve bizi ilgilendiren şeyler önemsiz de olsalar önemli görünür. Uzaktaki olaylar ise ne kadar büyük ve önemli olsalar bile gözümüze küçük, değersiz görünür veya en azından bunlara gereken değerden çok azını veririz.

ortaya çıkmasına yardımcı olan kişidir.

Karşılıklı anlayış ister kişiler, ister gruplar olsun, her iki taraf arasında uyumlu ve verimli bir işbirliği sağlamak açısından gereklidir.

Anlayış insanlar arasında doğru ilişkiler kurmaktan başka, bizimle yaşam, evren ve Tanrı arasında da doğru ilişkiler kurmaya yarar. □

Psicosintesi'den çeviren: Alin Aslan.

HABER

Tüyap Kitap Fuarı'na Katıldık

30 EKİM-7 KASIM 2010 tarihleri arasında düzenlenen 29. Tüyap Kitap Fuarı'nda Ruh ve Madde, Meta ve Ege Meta Yayınları olarak okuyucularımızla buluşma imkanı bulduk.

BİLYAY Vakfı üyesi Alpaslan Cebbaroğlu "Kendini Bilmek ve Uyanış" konferansı ile fuar etkinliklerinde yer aldı.

Bu sene, kitap fuarında Alpaslan Salt ve Cem Çobanlı'nın uzun bir emeğin ardından yayına hazırladıkları *Meta Ansiklopedi*, Leon Denis'in *Ruhun Güçleri* ve Maurice Nicoll'ün *Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar* kitabının ikinci cildini okurlarımızla buluşturduk.

Standımıza uğrayan ve etkinliklerimize katılan tüm kitapseverlere teşekkür ederiz.



Duyguların Kontrolü ve Sükunet

Paul Brunton

DERİN sükunetten bazı değerli nitelikler doğar: felaketle karşılaştığınız zaman cesaret, savaşmak gerektiği zaman kuvvet, problem çıktığı zaman bilgece idrak ve sağduyu.

Duygularınız hiçbir zaman şaşkınlığa düşmeyecek bir hale gelinceye kadar her durumda sarsılmaz bir sükunet yaşatmak zorundasınız. Her an kendinize hakimiyetinizi kaybetmeden kalabilerseniz hiçbir olay sizi hazırlıksız olarak yakalayamaz. Düzgün yüzeyle bir ayna nasıl önüne konan şeyin kopyasını dosdoğru yansıtıyorsa, aynı şekilde sükunete kavuşmuş bir zihin de nesnelere, varlıkları, kişileri oldukları gibi kaydedecek, onları çarpıtmalarla, önyargularla veya beklentilerle bozmayacaktır. İçsel varlığı saflaşmış, kontrol altına alınmış ve konsantre olmuş bir kimse dünyada yaşayabilir ve yine de dünyaya ait olmaz, dünyasal tecrübe ve olaylar yaşayabilir ve yine de onların etkisiyle huzurlu merkezinden çekilip uzaklaştırılmaz.

Merkeziniz varlığın daha derin bir seviyesine doğru çekilirken, iç rahatlığınız giderek artarak vazgeçilmez bir yoldaş haline gelir. Bu da sırası gelince dünya işlerinde payınıza düşenlere sahip çıkmanızı sağlar. Sabırsızlık ve aptallık kontrol altına alındıkça, alçakça düşmanlıklar karşısında öfke de disiplin altına alınır; zor durumlardaki cesaret eksikliği ortadan kalkar ve baskı altında hissedilen stresler hafifler.

Bir durum oldukça hassas, acil bir mesele haline geldiğinde paniğe kapılmamalısınız. İlk şoku atlattıktan sonra ilk yapılacak olan, durumu sükunete kavuşturmak ve bunu bozmamaktır; ikinci olarak ne yapmanız gerektiğini düşüneceksiniz. Bu soruna bir cevap bulmak sadece düşünce ile değil, aynı zamanda sezgi yoluyla da olmalıdır.

Ne kadar sinir bozucu ve can sıkıcı olursa olsun, her durumda kendi duygusal reaksiyonlarınızı disiplin altına almayı pratik yaparak öğreneceksiniz. İçsel sükunetin yaşatılması, zihinsel olgunluğun beslenmesi gerekli bir hedef olarak kabul edilecektir.



Mevcut sıkıntılar zihinden uzaklaştırılmadan içsel sükuneti sağlayamazsınız. İçsel sükunetinizi sağlayamadan sorunlarınıza köklü çözümler üretemezsiniz.

Sükunetin sihirli güçleri vardır. Teskin eder, kendine getirir, iyileştirir, öğretir, yol gösterir, gürültü ve kaos yerine düzen ve ahenk getirir.

Dış etkinliklerinizde sükunetinizi korumanızın sırrı telaşlı ve aceleci görünmemektir. Telaşsız ve sakin bir tavrı tercih edin.

Beklenmedik ve tatsız bir olayın kendinizi kaybetmenize sebep olacak derecede sizi şaşırtması şu kuralı size unutturmamalıdır: Her düşüşün bir çıkışı vardır.

Sükunet tamamen tembelce ve boş bir dalgınlık tarzında deneyimlenmez. O dinamik, yaratıcı ve iyileştiricidir. Onu elde etmeyi başarabilen bir kimsenin mevcudiyeti diğerleri için kendileri bunu bilmeseler de bir armağandır, bir nimettir.

Kalbimizin derinliklerinde şifa verici olan bir sükunet, evrensel yasalara karşı hiç şaşmaz bir güven ve kaya gibi sağlam bir dayanma gücü bulunmaktadır. Ama çok derinlerde olduklarından dolayı oraya ulaşmak için sabır ve sebata ihtiyacımız vardır. □

Kaynak: Yazarın Ege Meta Yayınlarından çıkan *Sorumluluk Sahibi İnsanlar İçin Öneriler* adlı kitaptan alınmıştır.

Duyularla Doğrulanın Dünya: Pozitivizm ve Teknoloji Doğrultusunda Us ve Varlık Durumuna Bakışlar

Aytuğ A. Şentürk

3. Bölüm

Mantıksal Pozitivizm, Teknik ve Felsefe İlişkisi:
Duyularla Doğrulanın Dünya

YUKARIDA tespit edilen duruma en yakın bir yönseme içinde ve felsefi düzeyde, “varlık olmak bakımından varlık ve varlığa, varlık olmak bakımından ait olan öz nitelikler”in araştırılması varlık felsefesi ya da ontoloji olarak tanımlanır. Varlığın kendine özgü soruyu sorabilmesi, kendi kimliği ve neliğini araştırması ontolojik bir sorundur. Yalnız günümüzde de süregelen başat bilimsel yaklaşımda; varlığın kendi özgül biçimi içerisinde incelenmesi, adeta bir bilimsel araştırma alanı olarak bile değerlendirilebilmesi zor bir boyut oluşturmaktadır. Buna göre, bilim insanı, kendi duyularına verili olan ve yine bu duyular tarafından algılanan olguları incelemektedir. Nitekim duyuların rehberliğinde olmayan ve bu yolla doğrulanamayan bir bilimsel önermenin konusu olmayan hiçbir şey bilim için konu oluşturmamaktadır. Bu bağlamda özellikle, yeni pozitivizm ya da mantıksal pozitivizm olarak tanımlanan bir yaklaşım içerisinde, insanın bilimsel dünyasının ancak pozitif olarak ya da başka deyişle duyularla algılanan evren görüşü içerisinde bulunması tercih edilmiştir. Bunun nedenlerinden birisi de, ortada bulunan pek çok felsefi ve bilimsel düşüncenin çatışmasından kaynaklanan muğlaklığın aşılması ve bilimsel düşüncenin puslarından bağımsız olarak tanımlanması gereği olarak görülebilir.

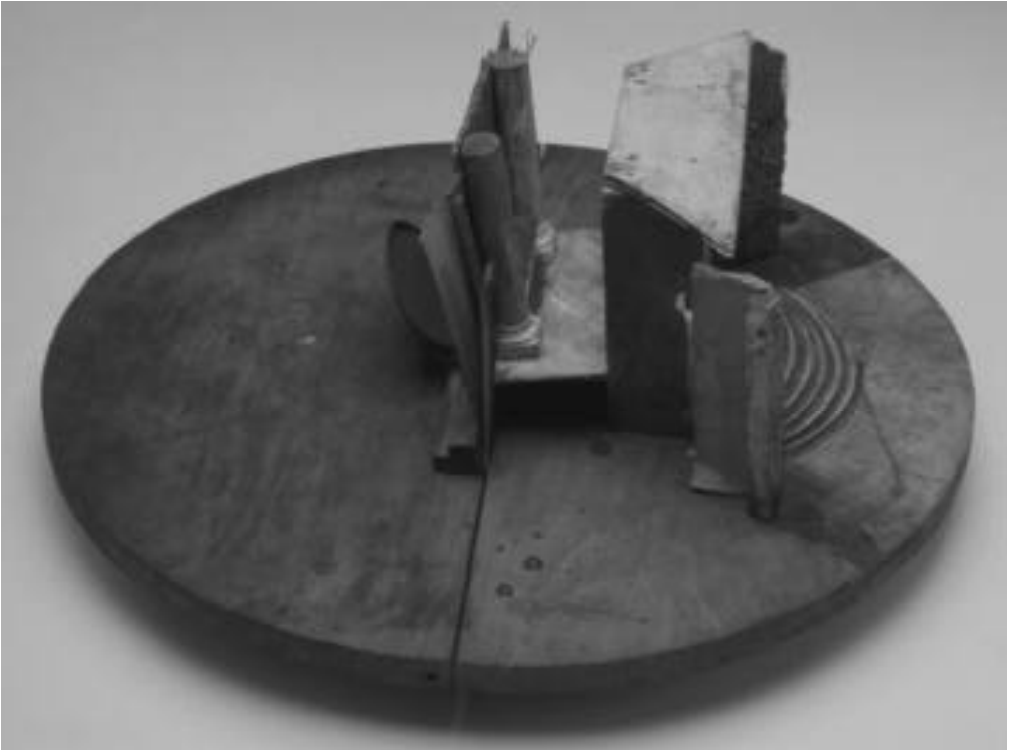
Nitekim 1930’lu yıllarda doğan mantıksal pozitivizm (ya da yeni pozitivizm) için kabul edilebilir olan sınırlar, analitik ve sentetik önermeler ile ifade edilebilir olmalıdır ancak öte yandan geri kalan tüm önermeler “anlamsızdır”. İlginç bir biçimde, böyle bir evren tasarımı uygun olmayan her önerme metafizik olarak nitelendirilmekte ve bu alanın asıl muhatabı (günümüz hakim bilimsel değerler dizgesi ya da paradigması içinde halen etkin sayılabilecek olan yeni pozitivizme göre) felsefe olmaktadır. Ayrıca belirtmek gerekir ki, bu görüşe göre her türlü

felsefe de aslında metafiziktir. Olgular dünyası ile mütakabiliyet taşımayan önermeler, bu yaklaşımda, bilimden dışlanması gereken metafizik önermeler sayılmaktadır*. Bu anlamda bilim ve felsefe arasında kesin sınırlar konulmaya çalışılmıştır. Bununla birlikte tüm çağdaş bilimsel paradigma için aynı değerlendirme yapılamaz, kuşkusuz çok daha farklı görüşler de mevcuttur. Ancak yine de duyuların dolayımına bağlanmış olan pozitivist paradigma, toplum bilimleri dünyasının üzerinde Demokles'in Kılıcı gibi sallanmaktadır. Oysa her türlü bilimsel faaliyet bir yönden de kendisine ait bir felsefe tarafından değerlendirilebilir olmalıdır. Bu

bağlamda, özellikle tüm sosyal bilimler de bilim felsefesinin alanına girmektedir.

Felsefe ve bilim koşut yaklaşımlar içinde ilerleyebilir ve birbirine bilgi sağlayabilir ancak pozitivist paradigmanın, gerçekte her olguyu tümevarımsal biçimde değerlendirme eğilimi ve duyuların kesin ölçüt olarak ortaya konması nedeniyle söz gelimi burada akla gelebilecek tinsellik açısından, “duyuötesi algılama ve iletişimin” gerektiği gibi değerlendirilmesi gibi örneklerle bu bağlamda ket vurulmaktadır. Örneğin, parapsikoloji disiplini aracılığı ile incelenmeye çalışılan PSI etkisi de, Atayman'ın da oldukça net ifade ettiği gibi: “...Kaynağı olan insanı, etkilenen nesneyi ve tüm o süreçleri kapsayan ‘sistem’ içinde” tezahür eden bir olgudur.¹ Bu bakımdan bir saptama

*Mantıksal Pozitivizm konusunda ayrıntılı bilgi için bkz: İyi, S. *Çağımızda Metafizik Sorunu*. Ankara: Ayraç Yayınevi, 1999: s.95-115 ve Demir, Ö. *Bilim Felsefesi*. Ankara: Vadi Yayınları, 3. Basım, 2000.



yaparsak, daha tündengelimsel olarak evrensel sistem içinde dolaşımda olan psişik enerjilerin holografik ve holistik olarak yapısal nitelikleri tam bilinmeden değerlendirilmesi oldukça zor bir süreci oluşturacaktır. Bunlar dar pozitivist sınırlar içine hapsedilemeyecek bir biçimde kültürel/tinsel olguları da kapsamakta ve bu nedenle nicel olanın ötesinde niteliksel yöntem bilimleri ve bakış açılarını gerektirmektedir. Ayrıca belirli ilişkisel formları kendi somut

insan ve amaçları değil, nesnel aklın kapsadığı bütünü...”³ yine nesnel olan yapısıdır. Aklın yalnızca bireyin zihninde bulunan bir öznel yeti ya da işlev olarak görülmesi onun metafizik boyutları hakkındaki farkındalığı da gölgelemektedir. Böylece giderek “...hiçbir gerçeklik kendi başına akla uygun olarak görülmez olmuştur.”⁴ Us, öznel usa döndükçe insanlar da başka yordamlara dönmüşlerdir: Bu da günümüzde algılandığı şekilde pozitivist bilim ve teknoloji olmaktadır.



alanlarında tanımlayabilmek yalnız nitel bağlamda da değil, bunun ötesinde bütüncül (holistik) yönden bu formun içinde bulunduğu tüm sistemin bilgisini de gerektirir.²

Us yaşamında güncel duruma yönelik ortaya konulabilecek çağdaş bir vurgu ise, Batı aydınlanmasının giderek kendi karşısına dönüşmesi ile ilgilidir. Günümüzdeki durumuyla usun kendisi de giderek bir mitosa dönüşmüş olarak tezahür etmekte ve giderek dogmalaşmaktadır oysa, “İnsanın davranış ve amaçlarının ölçütü yalnızca

Öznel us aracılığı ile insanlık, kendi olası özgürlüğünden kaçışa doğru yönelmiş, belli bir kısmı da bilim ve teknolojiyi kendine rehber edinme ancak bunu aslında hakiki anlamdaki nesnel ustan uzaklaşma yoluyla, dünya üzerindeki insanın insani sorumluluğunu dahi bilime ve teknolojiye transfer etme yoluna gitmektedir. Böylece teknik ve bilim karşısında giderek edilgenleşen insan akli kendi yazgısından ya da ana mecrasından uzaklaşma yoluna girmektedir.

Günümüz insanı kendi varoluş hakkını bile “sözde tamamen rasyonel” görünen farklı bir bilgi kipi olarak pozitivist bilim ve teknolojiye terk etmektedir. Nitekim duyulara uygun gerçeklik düzeyinin aynı zamanda akla da uygun olduğu düşünülmektedir. Burada ifade edilmek istenen asıl sorun *pozitivist bilim ve teknolojinin ortaya koyduğu tek boyutluluğa* karşı direncin azalmasıdır. Çünkü bilim ve teknoloji bir ideoloji olarak ideal olan ile gerçeklik arasındaki boşluğu kapatarak gündelik yaşamda (İng: *Everyday life*) belirli bir tür konformizm (uyarıcılık) oluşturmaktadır**.

Bu bilgi biçiminin tek boyutlu olan şeyleşmesi karşısında insanın, asıl mücadele arenasından çıkması ve burada sadece bir gölge unsur olarak; yine tek boyutlu düşünce biçimleri içinde ortaya çıkan bir takım ideolojilere ve rıza gösterilen maddi dönüşüm nedeniyle insani olma sorumluluğunu pozitivist ve teknolojilere terk ettiği gözlenmektedir. Başka deyişle, bir bakıma gölge tözün kendisi durumuna gelmektedir. İnsani olan akıl ne kadar direnc gösterse de, bugün içinde bulunduğumuz durum olan Batı merkezli küreselleşmenin bir unsuruna dönüşmesi söz konusudur ki bu da aslında giderek dogmalaşan bir düşünce biçimidir çünkü Batı metafiziği bağlamında etnosentriktir (kendi kültürünü merkeze koyan anlamında). İnsan bugün için kendi kaderini tayin etme olanağını ve kendi yaşamının sorumluluğunu da kendi elleriyle başka güçlere devretmektedir.

**Bilim felsefesi, teknoloji ve konformizm ilişkisi hakkında ayrıntılı bilgi için bkz: Marcuse, H. *Tek Boyutlu İnsan*. Çev: Aziz Yardımlı. 3. Basım İstanbul: İdea Yayınevi, 1997.

Ortaya çıkan bu durum bir hegemonya olarak bilim ve teknolojinin politik araçlar biçiminde ideolojik bir işlev göstermesine, bürokrasi ve teknokrasinin demir kafesinin ortaya çıkmasına neden olmuş ve bu bağlamda Max Weber’in de vurguladığı gibi dünyanın büyüünü kaybetmesine yol açmıştır. Ancak bunun tinsel açıklaması ise başka türdür. Belirli bir görüşte de ifade edildiği gibi:

“Her şeyin aydınlıkta olduğu, kontrol edilebilir, bilinebilir olduğu bir dünya; bilinmezi, gizemli olanı, karanlıkta olanı ortadan kaldırma eylemidir. Karanlığın içinde barındırdığı gizemli olan ise merakın, bilimsel düşüncenin, aklın ilk çıkış noktası değil midir?.. Gizemin, bilinmezin olmadığı bir dünyada bilgiye olan ihtiyaç ve bilgi üretmeye yönelimin amacı sunulan (verili) işlevlerden öteye geçemez hale gelmiştir.”⁵

Araçsal akıl bir anlamda kendi tersine dönüşmekte ve maddi yaşama dünyasının (Alm: *Lebenswelt*) bir nevi amaç edinilerek aklın ya da usun günümüzde araçsal kılınması söz konusu olmaktadır. Oysa kendi nesnelliği içerisinde usun kendisi bir amaç olarak benimsenebilirdi ancak insanlık, içinde bulunduğumuz dönemde usu ya da bir insan olarak ötekiyi, dolayısıyla özgeciliği amaç olarak benimsemek yerine, dünyevi yanılısamayı ve yararcılığı kendine amaç edinmiş gibi bir görüntü vermektedir. Bu bağlamda teknolojinin de araç olacak yerde amaç edinilmesi durumu ancak öznel aklın yanılısamasıyla

kaimdir. Örneğin, Ellul'a göre, "İnsani tekniklerimizin amacı, görünüşte insanoğlunun kaybolan bütünlüğünü yeniden sağlamaktır. Ancak sağlanan bütünlük ideal insanın soyut bütünlüğüdür. Oysa tekniklerin somut uygulaması insanı parçalara ayırır."⁶ Tıpkı hakiki nesnel usun karşısına çıkan öznel aklın, bir bakıma toplumsal bütünlüğü parçalar halinde algılaması, buna göre eylemesi ve bu yönden olması gereken sınırlarının dışına taşması gibi.

Etimolojik olarak benzer köke sahip Grekçe *physis* ve fizik arasındaki ilişkiye bakıldığında, mevcut olan her şeyin "mevcut olmayan"dan çıkması -öne çıkması- gibi, *physis* için herhangi bir şeyin kendi içerisinden tezahür ettiği "mevcudiyete çıkma"da *tekhne**** yani tekniğin -ve teknolojinin- kökenini bulmaktayız. Bu anlamda, tekniğin kökeni kesinlikle teknik olan bir şey değildir ve örneğin, Aristoteles'in Antik Çağdaki yaklaşımında bir şeyin yalnız kendisi için olması ya da başka bir değer olarak kullanılması arasında fark vardır. Ancak buradaki tezahürde, *physis*ten farklı olarak, anlam ya da amaç, tezahür eden şeyin kendisinde değil, bir başka unsurda yatmaktadır. Bu çerçevedeki düşün de, bir-şeyin-öne-çıkması anlamında *tekhneye* bağlanmaktadır.⁷ Nitekim daha önce de belirtildiği gibi, belirli ölçüler dahilinde herhangi bir duyunun

gerçekten insan duyumu olması, insana mal olması örneğin, gözün insan gözü haline gelmesi "onun, insan için insan tarafından yapılan bir nesnenin 'duyumun nesnesi' haline gelmesi ile mümkün olmuştur."⁸ İnsan eyleminin bir nesnesi olan teknoloji de basit bir biçimde insan gerçeğinden, insandan ayrıştırılabilecek bir şey değildir. Bir bakıma teknik olgu insanı insan yapan olgulardan biridir. Çünkü öyle ki daha önce de belirtildiği gibi, teknik sayesinde insan kendi duyumunun gerçek nesnesini bulabilmiş ve onunla girdiği etkileşim sonucu dış dünyada duyusunun ve işlevlerinin yapısını ve yerini belirleyebilmiştir. Bu yönüyle teknoloji de varlığın derinliklerinden kopup gelen bir sorunsal olarak görülmeli, başka deyişle salt tezahür boyutuyla değerlendirilmemelidir. Martin Heidegger'e göre bugünkü teknolojinin de temeli olan *tekhne*, "...Mevcut olmaya doğru bir öne çıkma" tarzıdır. Örneğin, bu anlamda felsefe bile, gerçekliği irdeleyen ve "...Onu kendi Varlığı içerisinde apaçık kılan bir düşünme olarak" kendi tarzında bir *tekhne*dir.⁹

Grekçe *tekhne*, aynı zamanda "düşünme" anlamına da geldiği için aslında antikçağdaki insan düşününün dolaysız formuyla ilişkilidir, bir başka deyişle teknik o zamanlar bugün büründüğü formların dışında, insanın aslında özne kavrayışıyla karşılaşmasının bir ürünüdür. Nitekim Heidegger, o dönemde özne ve nesne ilişkisinin bugünkü anlamının tam zıttı olduğunu bildirmektedir. Grek düşüncesinde çarpıcı olan *hypokaimenon*, yani *bugün özne olarak tanımlanan şeyin, tam da insanın karşısına çıkan dış gerçeklik olmasıdır.*

****Tekhne*: Grekçe etimolojik anlamıyla sanat, el becerisi, zanaat gibi anlamlara gelmektedir ancak ilerleyen zamanlarda bir işi yapmanın yolu (pratik eylemde bulunma), bir şeyin elde edilme yolu, bir şeyin elde edilebilmesi için gerekli kurallar, kural dizgesi ya da yöntem anlamlarıyla da kullanılmaya başlanmıştır. Nihayet *tekhne* aynı zamanda "düşünme etkinliğini" tanımlamak için de kullanılmaktadır. Platon ve Aristo'nun bazı metinlerinde bu anlamlardaki kullanılışa rastlanmaktadır.

Başka şekilde ifade edersek, o zaman öznenin asıl anlamlarından biri olan önde-duran-şey dış gerçeklik olarak özne idi ancak insan da gerçekliği kendi karşısına çıkan şey olarak görmüyor ancak *kendini onun içinde buluyordu*. Bu anlamda kendileri bu büyük gerçekliğin içinde ayrı bir ada değil, onun bir parçasıydılar. Oysa modern dünyada, kartezyen düşüncenin etkisi altında durum tam tersine dönmüştür:



Bugün insan kendi bilincini, önde-duran-şey olarak algılamakta ve dışarıdaki doğayla kesin bir ayırım içine gitmektedir. Bu anlamda Descartes'in kartezyen düalizme zemin oluşturan düşüncesi içerisinde, insanın kendi ötesindeki bir gerçeklik değil, *kendi kendisinin bilinci olarak, bu bilinç içerisinde mevcut olan şeyle ilgilenmeye başladığı görülmektedir*.**** Dış

****Burada söz konusu edilmeye çalışılan, insanın kendi kendisinin şuurunda olması değildir. Bilinç şuurdan ayrı bir anlamda kullanılmaktadır.

gerçeklik artık öne-konulan-şey olmuştur. Bu durum ise ruhsal anlamda ya da akıl anlamıyla da bir bölünmeyi ifade etmektedir.

Aynı şekilde bugün modern teknolojik kültürün insanın evrensel olarak değişmeyecek ideali olarak kendini göstermesi nedeniyle ideal olan ve gerçeklik arasındaki boşluk da kapanmıştır. Bu durum tek boyutlu usun etkinliğini ortaya koymaktadır. Heidegger'in tasarımıyla insanlar olarak kendi tümlüklü yaşantımızın dışına fırlatılmış bir etkinlik içinde bulunmaktayızdır. Tam da bu noktada insanın kendisi özne, yani *kendinin öznel bilinci* haline gelmiştir. Modern bilim yine Heidegger'e göre bu yeni özne konumunda bulunan bir insan eseridir.¹⁰ Oysa, Grekler için örneğin, "...Bilim, logosun içerdiği anlamlardan biri olarak, 'derinliğine düşünüp taşınmak' anlamına geliyordu..." Öte yandan, bugün için bilim terimi güncel anlayışta, "herhangi bir bilgi disiplini veya branşı" anlamında kullanılmaktadır.¹¹

(Devam Edecek)

NOTLAR:

- 1 Ön. Ver. Atayman, V. 2000, s.11.
- 2 Cassirer, E. *Sembolik Formlar Felsefesi I: Dil*. Çev: Milay Köktürk. Ankara: Hece Yayınları. 2005, s.48.
- 3 Eriş, U. "Sanal Molotov", *VDergi*, Eskişehir: 2006, sayı:1: s.15.
- 4 Ön. Ver. Eriş, U., 2006.
- 5 Eriş, U. "Sanal Molotov 2", *VDergi*, Eskişehir: 2006, sayı:2: s.41.
- 6 Ellul, J. *Teknoloji Toplumu*. Çev: Musa Ceylan. İstanbul: Bakış Yayınları 2003, s.415.
- 7 Özlem, D. *Siyaset, Bilim ve Tarih Bilinci*. İstanbul: İnkilap Kitabevi. 1999, s.225.
- 8 Ön. Ver. Lecktorsky, V. 1998, arka kapak sayfası.
- 9 Heidegger'den aktaran Özlem, 1999, s:226.
- 10 Heidegger, M. *Tekniğe İlişkin Soruşturma*. Çev: Doğan Özlem. 2. Basım. İstanbul: Paradigma Yayınları 1998, s.19.
- 11 Ön. Ver. Heidegger, M. 1998, s.20.

Dikkatle Dinlemek

Rebecca Z. Shafir

ZEN ÜSTADI Seung Sahn bir şiirinde bunu en iyi şekilde ifade etmiştir: “Eğer sen bu hayatta/Zihnini açmaz isen/Bir damla suyu bile/Sindiremezsin.”

Zihni açıp, dinleme kapasitemizi sabote eden gürültülü bariyer odalarını temizlemenin bildiğim en iyi yolu meditasyondur. Zen “meditasyon çalışması” demektir. Meditasyon yapmanın birkaç farklı yolu vardır ama ben aynı zamanda Zazen olarak da bilinen Zen meditasyonunu anlatacağım. Meditasyona nefes egzersizi de diyorum.

Meditasyon bizi sersemlemiş, dikkatsiz ya da duygusal olarak kontrolsüz bir hale sürüklemeyi. Aksine, stres ve endişe tarafından emilen olumlu fiziksel ve zihinsel enerjiyi açığa çıkarır. Bizi rahatlamış bir farkındalık seviyesine çıkarır ve bu da dinlemenin tahrip edici bariyerlerini inceltme yolunda atılan ilk adımdır.

Sadece birkaç haftalık bir meditasyon çalışmasından sonra bile, bariyerler orada sapasağlam durmasına rağmen, fazla tepki gösterme eğiliminizin azaldığını göreceksiniz. Eşiniz para konusunda şikayet etmeye başlarsa, karşılık olarak ona bağırma veya incitici sözler söylemeye daha az eğilimli olacaksınız. Daha fazla olumsuz enerji üretmek yerine o enerjiyi daha olumlu bir şekilde yeniden kanalize edebileceksiniz; bunu da o şikayetin temelinde yatan çözümlerle, duygularla ve diğer ihtiyaçlarla ilgili konuşarak yapabilirsiniz. Bir hata yapar veya kötü bir karar alırsanız bunu kolayca kabul edebilir, düzeltmek için ne yapabileceğinizi öğrenebilir, tekrar etmekten kaçınmaya karar verebilir ve bir kenara kaldıracabilirsiniz. Enerjinin bu daha yapıcı kullanımı kişisel gelişimi tetikleyecektir. Hatalara ve geçmiş deneyimlere takılıp kalmak ve nefret duymak enerjinizi tüketir ve öz güveninizin azalmasına neden olur.

Her insan bir zihinsel alanla doğar, zihnin içsel alanı sessizce içsel düşünmek için ayrılmıştır. Yine de zamanla, bu alan eskimiş giysilerimizi, bozuk plaklarımızı ve kırık aletlerimizi tıkıştırdığımız

bir küçük dolap haline gelir. Oraya yeni ve güzel bir şey asmayı isteyebiliriz ama artık bunun için yer kalmamıştır.

Zen üstatları meditasyonu, kişisel gelişim için zihinde yer açmak amacıyla zihni kargaşalıklardan ve üretken olmayan düşüncelerden boşaltmak olarak değerlendirirler. Meditasyon dinlemeyle ilgili bir eylem olduğundan, yeni fikirleri ve görüşleri daha az kargaşa içinde dinlememizi

dikkatle dinlemek için gereken ortamı hazırlar.

Meditasyon para harcamanızı gerektiren bir çalışma değildir ve dinsel önyargılardan bağımsızdır, yeni düşünme yönteminizi dinleme yönteminiz ile birleştirmenin en doğal yoludur. Sessizlik, açık bir zihin ve odaklanmış bir dikkat, şuurlu düşünmek için bir zihin hali oluşturur. Burada ve bundan sonraki bölümlerde



sağlar. Birkaç haftalık çalışmadan sonra kendi görüşünüzden farklı olan görüşleri dinlerken daha az heyecanlanacağınızı fark edeceksiniz. Konsantrasyon yeteneğiniz derinleşecek, kontrol ettiğiniz endişe ve dikkatinizi, mesajı alma ve sürdürme üzerine daha iyi odaklayabileceksiniz. Düzenli meditasyon çalışması, tutumlarınızı ve dikkati kontrollü kullanma yeteneğinizi geliştirir ve

meditasyon yapmanın birkaç farklı yolunu anlatacağım. Bazılarınız için görünüşte çok basit olan bu ilk adım, daha iyi bir dinleyici olabilmek için verdiğiniz kararın karşısındaki en büyük mücadele olacaktır. İşte, günlük çalışma için kullandığım temel bir yöntem. Ben günde her biri otuz ya da kırk dakika süren iki meditasyon yaparım. İlk kez başlarken on dakika iyidir. En iyisi, kısa periyotlarla bile olsa

her gün çalışma yapmaktır. Meditasyonun faydalarını görmeye başladıkça süreyi uzatmak isteyebilirsiniz. Çalışma sırasında uyuya kalmayı önlemek için yemek yedikten hemen sonra meditasyon yapmayın derim. Bu yüzden, sabah erken ya da akşam yemeği öncesi en ideal zamanlardır.

Zihin dağıtıcı unsurlardan uzak, sessiz bir yer seçin. Sert ama rahat bir

Meditasyon yapmaya başladığımda ellerim dizlerimde, yarı lotus çiçeği pozisyonunda bağdaş kurarak oturmayı tercih etmişim. Bu pozisyonun benim daha açık fikirli ve farklı bakış açılarına karşı alıcı durumda olmama yardımcı olduğunu düşünmek hoşuma gidiyordu.

Meditasyonunuza gözlerinizi hafif açık bırakıp kırk beş derecelik bir açıyla aşağı bakarak başlayın.



sandalyede ya da yerde bağdaş kurarak oturmak için bir minder alın. Zen meditasyonunda geleneksel olarak zafu denilen sert bir minder kullanılır. Bir meditasyon öğretmenin bana bir defasında söylediği gibi, “Bir ağaç gibi dimdik, asil durun ama omuzlarınız ve kollarınız yanda serbestçe kalsın.” Ellerinizi uyluklarınızda tutun, avuç içleriniz açık ya da kapalı kalabilir. Birkaç türlü el pozisyonu vardır.

Gözlerinizi kapalı tutabilirsiniz ama bu durumda gündüz düşünme dalma veya uyuya kalma riskiyle yüz yüze gelirsiniz. Burnunuzdan nefes alın ve verin, bunu derinden ve yavaşça yapın. Nefesinizin bedeninize girip çıktığını hissedin. Nefes alış hızınızı ölçmek için üç saniye ya da daha uzun süre boyunca kaç kez nefes alıp verdiğinizi sayın. Nefesinizi tutmayın, zihninizin gözünü ve kulağını nefesinize odaklayın. Diğer

düşünceler zihninize üşüşecektir; alışveriş listenizi, yaklaşan bir toplantıyı veya belki diğer yüz tane konuyu düşünmeye başlayabilirsiniz. Bu hücumları fark ettiğiniz anda, mevcudiyetlerini kabul edin ve geçip gitmelerine izin vererek nefesinizi izlemeye geri dönün. Nefesinize odaklanamazsanız sabırsız davranmayın, bu herkeste böyle olur. Sadece zihninizi yeniden nefesinize odaklayın. Eğer ilk başta odaklanmış halde kalmak zor gelirse, nefesinizi sessizce alıp verin. Birinciyi alın, birinciyi verin; ikinciyi alın, ikinciyi verin ve böyle devam edin. Ona geldiğinizde yeniden birden başlayın. Eğer zamanı kontrol etmek için sürekli saate bakıyorsanız, kısık sesle çalan bir saati kurun veya birinden zamanınız geldiğinde kapıyı yavaşça tıklatmasını isteyin. Çalışmanızı bitirdiğinizde gözlerinizi yavaşça tamamen açın ve bir iki dakika oturarak kalın. Sonra yavaşça kalkın ve her zamanki aktivitelerinize devam edin.

Nefesinize odaklanmanın başka bir popüler yolu aşağıda anlatılan gibidir ve görsel imajlar oluşturmanızda fayda sağlar. Burnunuzdan yavaşça nefes aldığımızda başımızın üzerinde parlayan bir yıldızdan içinize olumlu enerji aldığınızı hayalinizde canlandırın. Ciğerlerinizi havayla doldurduğunuzda bu yıldızın da zihninizi iyi niyetle doldurduğunu görün. Yavaşça nefes verirken, zihninizi ve bedeninizi diğer insanlara yönelik gereksiz kıskançlıkları, tahrik edici önyargıları destekleyen zarar verici enerjilerden temizlediğinizi düşünün. Geriye sadece iyi niyetleriniz ile kendinize güveninizin kaldığınız düşünün.

Zihninizi *shanganıza*, yani her gün ilişki kurduğunuz insan topluluğuna açmaya başlayın. Bu, dinlemekte en çok zorlandığınız kişilere karşı bariyerlerinizi veya kötü hislerinizi nötrleştirmeye yarar.

Meditasyonunuzun sonuna doğru, nefes alış verişiniz yüzeyselleştiğinde, arkadaşlarınız ve aileniz için iyi dileklerde bulunduğunuzu düşünün. O an için kendinizle onlar arasındaki bütün olumsuz duyguların çekip gitmesine izin verin. İş arkadaşlarınız ve müşterileriniz için iyi dileklerde bulunmaya devam edin. Son olarak, aranızda gerginlik olan kişileri düşünün ve birbirine yardım etmek üzere burada bulunan çok geniş bir ailenin üyeleri olduğumuz düşüncesiyle onlar için de iyi dileklerde bulunun.

Nefes çalışması veya meditasyon zaman zaman bizi çok derin düşünmeye sevk edebilir, özellikle de bir nevi çatışma içinde olduğumuz zamanlarda. Bunlar bariyerleri eritmeye başlayabileceğimiz anlardır. Bu işlemi bir havuzdaki suyun içinde duran katı bir blok içindeki kum taşlarına benzetiyorum. Zamanla bu blok önce külçeler halinde, en sonunda da küçük parçalar halinde parçalanmaya başlar. Derin meditasyon en güçlü olumsuz duygularımızdan bazılarının zehrini akıtmamızı sağlar.

Örneğin, diyelim ki uzun bir süredir bir proje üzerinde gayretle çalıştığımız halde başarılı olamıyorsunuz ama filanca arkadaşınız, sadece birkaç günde topladığı bir işte ani bir başarı sağlıyor; bu durumda ilk başta kendinizi hayal kırıklığına uğramış hissedebilirsiniz. Statü bariyeri, başarılarından bahsederken onu

dinlemenizi çok zorlaştırabilir. Ardından, olumsuz içsel konuşma bariyeri ortaya çıkar ve bu ikisinden de gücenme ve kıskançlık ortaya çıkar. Derin meditasyon sırasında, haberi duyduğunuz anda hissettiklerinize geri dönebilirsiniz:

“Hayal kırıklığının altında yatan nedir? Para konusunda kıskançlık duymam mı? Onun evinin benimkinden daha iyi olması mı? Şöhreti mi? Projeme başlama nedenlerim bunlar mıydı? Bunlar benim ve ailem için vazgeçilmez unsurlar mı? Bunlarla gerçekten daha mutlu olur muydum? Neden arkadaşımın başarısını ve mutluluğunu inkar edeyim? Durum onun ve benim için tam tersi olsaydı onun nasıl hissetmesini isterdim? Yenilmiş gibi mi? İhanet edilmiş gibi mi? Bu bana başarımla gurur hissi verir miydi? Arkadaşımın başarısından dolayı meydana gelebilecek iyi bir şey var mı? Onun deneyiminden ben nasıl öğrenebilirim? Asla başarılı olamazsam bana kötü bir şey olur mu? Artık arkadaşımı ve diğer başarılı insanları daha kolay dinleyebilir miyim?”

Bu şekilde yapılan meditasyon, sizi bariyerlerinizi ve kendinizi değiştirmeye, kapınızı yaratıcılığınıza ve bilgeliğinize açık tutmaya yöneltebilir. Bu bariyerlerden filizlenen olumsuz duygular sadece kişisel gelişiminizi engellemektedir. Bariyerlerinizi kırmak rahatsız edici bir çalışma olabilir ama daha iyi bir dinleyici olmak için yapmanız gereken bir iştir. Bir Zen ustası ve *The Monk and the Philosopher* (Keşiş ve Filozof) adlı kitabın yardımcı yazarı olan Matthieu Ricard şöyle diyor: “Davranışlar düşüncelerden doğar.

Düşüncelerinizi kontrol etmeden davranışlarınızı kontrol edemezsiniz.”

Her gün, birkaç dakika sessizce meditasyon yapmayı alışkanlık haline getirin. İyi dinleyebilmek için önce iç gürültünüzü kontrol altına almanız gerekmektedir. Zihninizi su ve kum dolu bir kavanoz gibi düşünün. Bu kavanozu sallayın ve taş ve kum karışımının etrafı görebilmeyi ne kadar zorlaştırdığını fark edin. Kavanozu birkaç dakikalığına bırakın ve kumun nasıl dibe çöktüğünü ve suyun berraklaştığını gözlemleyin. Bu, nefes alma alıştırmaları sırasında bedenlerimizde olması gereken şeydir. Birkaç seans sonra meditasyondan zihinsel olarak daha dengelenmiş olarak çıkacaksınız. Bu içsel gürültüden sıyrılmış hislerin dengelenmiş hali, yeni şeyler öğrenmek için en ideal haldir. Önce birkaç dakika süren bu rahatlama halinin sonradan giderek artıp saatler boyunca sürdüğünü fark etmeye başlayacaksınız. Sıkılma haline gittikçe daha geç girmeye başlayacaksınız. Meditasyon çalışmasını daha uzun sürelerle yapmaya başladığınızda ise bu dengeli olma hali daha uzun dönemler boyunca kalıcı olmaya başlayabilir, ayrıca daha iyi odaklanabilmenizi ve daha iyi dinleyebilmenizi mümkün kılar.

Meditasyonla ilgili söylenenlerin aksine bu çalışma sizi donuk ve kaygısız biri haline getirmeyecektir, sizi çevrenizden ve arkadaşlarınızdan soğutmayacaktır. Bununla beraber, bariyerlerinizden kaynaklanan aşırı duygusal karışıklıktan kendinizi sıyrmanıza yardımcı olacaktır. □

Yazarın Meta Yayınlarından çıkan *Dinlemenin Zen'i* adlı kitaptan çeviren: Işık Uçkun.

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

- SALI KONFERANSLARI (Saat: 19.30-21.00)
- 07 ARALIK Günlük Yaşamda Psikik Yetenekler.....Nusret YILMAZ
- 14 ARALIK Büyük Uyanış: 2012'nin Anlamı.....Öner DÖŞER
- 21 ARALIK Yeni Bir Hayatı YaratmakTülin ETYEMEZ
- 28 ARALIK Kozmik Pense.....Tarık ARIKDAL

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

ANKARA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

- SALI KONFERANSLARI (Saat: 19.00-20.30)
- 07 ARALIK Gurdjieff Öğretisinde Uyanma YollarıSeyhan OKAN
- 14 ARALIK Bilgi Çağı ve Sevgi.....Ercüment KAYA
- 21 ARALIK Ezoterizmde Gizli Öğreticilik-II.....Günay YALÇIN
- 28 ARALIK Yıl Sonu Sohbet Toplantısı

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)
- 07 ARALIK Sağlığı Yeniden Yapılandırma.....Fadime EMİR
- 21 ARALIK Metapsişik Araştırmalar.....Nusret YILMAZ

Yer: Mustafabey Cad. No:1/1 Kat:6 D:24 Berki Apt. Alsancak / İzmir • Tel: (0 232)464 00 17 •
email: irader@superonline.com • www.irad.org

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

- SALI KONFERANSLARI (Saat: 19.00-20.30)
- 07 ARALIK Hayatı Anlamlandırmak.....Zülal ÇEVİK
- 21 ARALIK Sevgi ve Farkındalık.....İlkay CİVAN

Yer: Ramazanoğlu Cad. Kutlu Apt. K:1 D:2 01130 • Tel: (0322) 454 60 29 • email: adrad@ttmail.com

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

Ruh ve Madde Yayınları

Fiyat Listesi

12. Gezegen: Zecharia Sitchin.....	23 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
Batık Ülke Mu Uygarlığı: H. Stephan Santesson.....	11 TL
Beyaz Kartal/Güzel Hayatı Yaratmak.....	6 TL
Bilinmeyen Gücümüz: Dean I. Radin.....	21 TL
Büyük İnistiyeler: Edouard Schure.....	35 TL
Çağlar Boyu Uçan Daireler.....	9 TL
Çocuklara Öyküler: Yavuz Keskin.....	6 TL
DDA-Evren Dili: Ingo Swann.....	11 TL
Değişime Doğru: Ergün Arıkdal.....	8 TL
Devre Sonu: Ergün Arıkdal.....	20 TL
Dinlemenin Zen'i: Rebecca Z. Shafir.....	19 TL
Doğmadan Önceki Hayatımız: H. Wambach.....	7 TL
Dünya Tarihçesi Keşif Seferleri: Zecharia Sitchin.....	22 TL
Edgar Cayce: Thomas Sugrue.....	25 TL
Enerjiler: John G. Bennett.....	8 TL
Enerji Beden Hekimliği: Dr. Janine Fontaine.....	9.5 TL
Enki'nin Kayıp Kitabı: Zecharia Sitchin.....	21 TL
Enmeadlar: Plotinos.....	16 TL
Eon: Jean E. Charon.....	11 TL
Eşzamanlılık: Allan CombsMark Holland.....	10 TL
Evrensel İnsan: Ergün Arıkdal.....	16 TL
Fallar: Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson.....	9 TL
Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....	7.5 TL
Gerçek Dünyadan Manzaralar: G. I. Gurdjieff.....	18.5 TL
Gerçek Varlık Ruhur: Leon Denis.....	8 TL
Gizli Öğreticilik: Ergün Arıkdal.....	9 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 İnancının	
Tenasüh İncisiyle 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
İlke Hakikat ve Vazife Adamı Ergün Arıkdal.....	7 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
Karma ve Tekrardoğuş: Dr. H. Motoyama.....	12 TL
Kartalın Uçuşu: J. Krishnamurti.....	10 TL
Kayıp Diyarlar: Zecharia Sitchin.....	18 TL
Kendini Bilen Evren: A. Goswami.....	22 TL
Keops ve Sfenks: Georges Barbarin.....	10 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 Cevre.....	7 TL
Manyetizm: Ergün Arıkdal.....	9 TL
Meta Ansiklopedi: Alparslan Salt-Cem Çobanlı.....	40 TL

Metapsişik Terimler Sözlüğü: Ergün Arıkdal.....	10 TL
Ne İçin Yaşıyoruz?: J. G. Bennett.....	8 TL
Otopsi Roswell Olayı: Yasemin Tokatlı.....	9 TL
Olağüstü İnsanlarla Karşılaşmalar: G.I.Gurdjieff.....	18 TL
Ölüm Sonrası: Colin Wilson.....	22 TL
Ötealem Deneyleri: Dr. Gary Schwartz.....	19 TL
Parapsikoloji ve Felsefe: David Ray Griffin.....	9 TL
Pozitif Yaşam: Ergün Arıkdal.....	19 TL
PsikoRegresyon: Dr. Francesca Rossetti.....	11 TL
Psikosentez: Will Parfitt.....	10.5 TL
Ruhsal Alemin Işığı: 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
Ruhsallık Üzerine Denemeler: Ergün Arıkdal.....	8 TL
Ruhun Güçleri: Léon Denis.....	8 TL
Rüyalar: Seveda Yücesoy.....	15 TL
Sevinç ve Güzellik Alemleri	
Kader Bilmecesi: A. Pauchard.....	7 TL
Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....	30 TL
"Şuur" Gerçeğinin Araştırılması: P. D. Ouspensky.....	7.5 TL
Şakra Teorileri: Dr. Hiroshi Motoyama.....	16 TL
Tanrıların ve İnsanların Savaşları: Zecharia Sitchin.....	20 TL
Tanrı'nın Ezanesinden Sağlık: Maria Treben.....	20 TL
Tekrardoğuş 1. Cilt.....	12 TL
Tekrardoğuş 2. Cilt.....	13 TL
Tekrardoğuş 3. Cilt.....	13 TL
Tüm Yönleriyle Medyomluk: Ergün Arıkdal.....	11 TL
Umut Habercileri: Paola Giovetti.....	12 TL
Uzay Gemilerinde: George Adamski.....	9 TL
Uzaylı Dostlarımız: Howard Menger.....	9 TL
Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:	
John Willner.....	22 TL
Vazife: Dr. Bedri Ruhselman-Ergün Arıkdal.....	9 TL
Vizüalizasyon: Ursula Markham.....	10 TL
Yay ile Ok Atış Sanatında Zen: E. Herrigel.....	5.5 TL
Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları: J. G. Bennett.....	8 TL
Yeni Çocuklar ve Ölüme Yakın Deneyimler:	
P.M.H. Atwater.....	17 TL
Yüce Alemleri Bilmek: Rudolf Steiner.....	13 TL
Zaman Başlatken: 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