

RUH ve MADDE

Mayıs 2012 Yıl:53 Sayı:628 (KDV Dahil) 5 TL

Zamanın Değeri ve Rölatifliği

Dr. Bedri Ruhselman

Renk Psikodinamiği

Mark Wentworth

Bedenlerimiz Geçmiş Yaşamları Nasıl Hatırlar?

Dr. Roger J. Woolger

Gerçek'in Titreşimleri

David Icke

ISSN 1302-0676



9 771302 067015

28

BY. 89.

Astral Seyahat Teknikleri

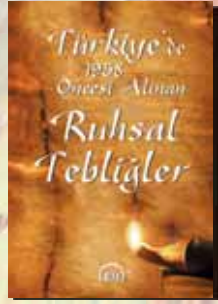
Nusret Sefa Yılmaz

Psşik çalışmalar içinde belki de en çok merak edilen konu lardan bir tanesi astral seyahattir. Astral seyahat insan bilinci nin ve potansiyelinin ne denli geniş ve ilginç boyutlara sahip olduğunu gösteren en önemli yeteneklerden biridir. Bu konuya ait yapılan çeşitli araştırmalar, deneysel göz lemler ve bireysel deneyimler, bilincin beden dışına taşabil diğini ve farklı mekanlara ait algı deneyimleri yaşayabildiğini ve bunun doğrulanabildiğini göstermiştir.

Kitapta hem konu ile ilgili tarihçe ve araştırmalar hem de astral seyahati kendi kendinize deneyimleyebilmeniz için yaygın olarak kullanılan pek çok tekniğe yer veriliyor.

Bir bilgiyi doğrulamanın en iyi yolu onu deneyimlemektir. Ruhsal gerçekler deneyimlenmediği sürece kitap sayfalarının arasındaki sözcüklerden ibaret kalır. Elinizdeki kitapta verilen uygulamaları sabırlı bir şekilde uygularsanız siz de beden dışına taşabilir ve bilincinizin bedenle sınırlı olmadığını fark edebilirsiniz.

204 sayfa, Meta Yayınları



Türkiye'de 1958 Öncesi Alman Ruhsal Tebliğler

Bu kitap, 1936 yılından 1958 yılına kadar uzanan deneysel neo-spiritüalizmin oluşum sürecinde, kurucusu olan Dr. Bedri Ruhselman'ın operatörlüğü sayesinde, medyumlar aracılığıyla yapılan ruhsal irtibat celseleriyle yüksek ruh âlemlerinden alınmış, aydınlatıcı, değerli ruhsal tebliğleri içermektedir. Fakat bunları okuyabilmelerinde esas olarak iki sıkıntı baş göstermekteydi: Biri kaynak sorunuydu, diğeri de dil sorunuydu; kaynaklar edinilse bile, zaten anlaşılabilirliği büyük bir çabayı gerektiren bu tebliğler 1940'lı, 50'li yılların Türkçesiyle yazılmış olmasından dolayı, Osmanlıca ifadelerin arasına sıkışılıp kalıyordu. İşte, elinizdeki bu kitap her iki sorunu da çözmüş bulunmaktadır; orijinal metinlere ulaşılarak elde edilen tüm ruhsal tebliğ kaynakları değerlendirilmiş ve bu tebliğler günümüz Türkçesine uyarlanmıştır. Kitapta ayrıca, bugüne dek hiçbir yayım organında yayımlanmamış ruhsal tebliğler de bulunmaktadır.

416 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları

Tekrardoğuşu Keşfetmek

Hans TenDam

Tekrardoğuşu Keşfetmek dünyanın önde gelen uzmanlarından biri olan Hans TenDam tarafından kaleme alınmış geçmiş yaşam hatırlamalarına ışık tutan bir rehberdir. Bu kusursuz çalışma dünyanın her köşesinden derlenen sürükleyici hikayeleri ve vaka kayıtlarını, ruh ve beden ilişkisiyle ilgili şaşırtıcı teorileri içermektedir. Çığır açan bu çalışma tekrardoğuşla ilgili;

- en son araştırmaları,
- geçmiş yaşam hatırlamaları ve paranormal yetenekler arasındaki ilişkiyi,
- geçmiş yaşam hatırlamaları vakalarını,
- karma,
- doğum öncesi ve ölüm sonrası olayları,
- geçmiş yaşam terapisine yönelik rehberlik tekniklerini

ve diğer tüm soruları içermektedir.

456 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları



Psşik Korunma

Fadime Emir

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

Yazarın geniş bir araştırma sonucu oluşturup kendi deneyimleriyle zenginleştirdiği bu çalışma, hem şifacılar için, hem de günlük yaşam içerisindeki herkes için bir başucu kitabı niteliğindedir.

212 sayfa, Meta Yayınları



SEVGİLİ OKUYUCULAR

UZUN BİR NEFES aralığının sonunda çıkan nefes bir rahatlamayı ve yeni bir düzen alışın hissiyatı haline dönüşür. Ruhumuz gezegenin bu sık nefes alışında yeni bir düzen almayı seçiyor. Öğrenmenin sonunda gelen sınav sonu rahatlığı, aslında şu anki yaşamda kaotik çarpışmanın sonundaki geleceğimiz.

Bilme ve dille, konuşan bir zaman haber vericisiyiz. Deneyimler sonunda ortak şuur alanımız bunları birleştirmek için döngüsel bir durağı seçiyor.

Yeni bir kozmik takvime geçmek için o derin nefesi veriyoruz. Şu anda ortaya çıkan derinlik öğrenmemiz gereken, hayatlar arasındaki entegrasyona odaklanmak. Onun dışındaki ayrıntı yük bilgilerden uzaklaşmak. Yaşadığımız son zamanlarda böyle oluyor. Gerekmeyen detaylar, bağlantılar, lüks entelektüel bilgiler ya da bağınazca tutunmuş egoist kalıplarımız, artık kendi üzerinde çalışmak üzere yola çıkan öz benliğimiz üzerinde tutunamıyor.

Kimimiz bunu otomatik sezgisel tarzda yaşıyor, hislendiriyor. Ama önemli olan, bu değişik bilgi akışının içinde bize gerekenleri tüm uyanışın iyiliği adına almak, saklamadan işleyip akıllandırıp ışığa dönüşmesini dileyip tekrar salmak; bu derin nefes alışlarla yüce iyiliğin ortaya çıkan uyanışın, benliklerin kısıtlayıcı sınavlardan kurtuluşun sesini duymaktır.

Özgürlük hiç unutulmayan bir ses ve anlamdır. Söze dönüştüğünde ortamlara, mekanlara ışık salar ve bütünü gerçek sesi, üflenecek sur'un nağmelerine payına düşenle karşı karşıya... Her şeyi hatırlayan ve gerçeği ortaya koyacak sesin şuurumuza düşeli epey zaman oldu.

Artık ayağa kalkıp hareketi gerçekleştirme zamanı. Tüm dünyaya kendi varlığımıza ve idareci planlarımıza sesleniyoruz: "Kapıları açın!" Kapıların açılmasıyla içeriden ışık, aşk ve yüce iyiliğin temiz nağmelerini duyma zamanı. Üzerlerine ölü toprağı serpilmiş insanlığın yeni dünyadaki kuruluşunun bilgiden olacağı ve bu bilginin kaynağındaki asıl amacın ne olduğunu bulmaya ve hissetmeye başlayacağımız anlar zamanı...

Ruhumuz özgürlüğü seçiyor. Öğrenimin bu döneminde varoluşun hedefini ve ışığın bizden istediklerini anlamak ve gerçekleştirme zamanı.

MTA ve BİLYAY gelmiş geçmiş bilgilerin ortak birleşme zamanında üzerimize düşen sorumluluğun birlik, anlayış ve kendi yolunda ilerlemeye çalışan her etkinlik ve eylemin yolunu kesmemek olduğunu biliyor ve uyguluyor. Bundan sonra da hep böyle olacak. Gelişim birey olarak büyük şuursal sıçramada erimek ve bunu hiçbir kaynağa bağlamadan sadece aşkla ve sadakatle ruhsal sisteme yani yukarıya bağlanarak yapmak. Açılan kapılardaki bilgi taneciklerini kabullenerek özgürce bu sesin ince uyandırıcı tesirlerini tüm gezegene iletmek. İşte hedef, işte birleşen dünya ve dili. Işığın bizden istediği gözlerimizdeki nem, yüreğimizdeki sıcak çırpınış, işte bu duygularımız. Yol yeni yolculuğa hazır, kısıtlayıcı her tür düşünce formundan uzaklaşmış serbest enerjili kadim ruhların ortak dayanışması, gelin sesi çıkarıp söze dökelim. Işığın özgürlüğü. Artık tamam, değil mi?

Ruh ve Madde Yayınları

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür
A. Cemal GÜRSOY

Genel Yayın Yönetmeni
Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

Teknik Sorumlu
K. Levent KOSOVA

Çeviri ve Redaksiyon
Yasemin TOKATLI
Evren POZAN

Grafik Uygulama
Sevda ERKOÇ

Kapak
Ferda GÜRSOY

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

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

ISSN 1302-0676

MAYIS 2012 Sayı: 628 Cilt: 53

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

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

Abone adresi değişikliği, haberleşme ve kitap siparişleriniz için info@ruhvemadde.com adresini kullanabilirsiniz.

Aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 5 TL
Yurt dışı aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 6,25 Euro
Yıllık abonelik ücreti: 60 TL
Öğrenciler için yıllık abonelik ücreti: 52 TL
Yurt dışı yıllık abonelik ücreti: 75 Euro

Abonelik ve kitap ödemelerinizi PTT Posta Çeki ve Garanti Bankası havalesi aracılığıyla yapabilirsiniz.
Posta Çeki No: 655294
Garanti Bankası Galatasaray Şubesi 6297501
Euro Hesabı: Garanti Bankası 9007955-503463

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

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

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

İçindekiler

- 4 **Zamanın Değeri ve Rölatifliği** Dr. Bedri Ruhselman
- 10 **Bedenlerimiz Geçmiş Yaşamları Nasıl Hatırlar?** Dr.Roger J. Woolger
- 16 **Kendini Bilme Çalışması** Maurice Nicoll
- 18 **Birleştiren Bilgi - Birleştiren Dil**
A. Cemal Gürsoy
- 20 **Mikrokozmos ya da İnsan** Haluk Özden
- 26 **Yeryüzünün İlacı: Gezegenimizi Şifalandırmak** Sandra Ingerman
- 30 **Aureol**
Sembollerden Seçmeler
- 31 **Kadın Olmanın Yaratıcı Gücü** M. Reşat Güner
2. Bölüm
- 37 **Tesir Kuşağı**
Sadıklar Planı'ndan Alıntılar
- 38 **Renk Psikodinamiği** Mark Wentworth
- 44 **Gerçek'in Titreşimleri** David Icke
1. Bölüm
- 49 **Renkleri Kullanarak Meditasyon** Michael Newton
- 51 **Enerjinizi Korumak İçin Dört Teknik** Dr. Judith Orloff
- 54 **BİLYAY Vakfı Konferansları Artık Canlı Yayında!**
Duyuru
- 55 **Stanislav Grof ile Röportaj**
3. Bölüm
- 63 **Etkinlikler**

Zamanın Değeri ve Rölatifliği

Dr. Bedri Ruhselman

Zamanın Bazı Ruh Halleri Karşısındaki Değeri ve Rölatifliği

GEREK rüya hallerinde gerek ekminezi* yolu ile meydana gelen hatırlamalarda geçmiş, şimdi ve geleceğe ait zaman kavramının ortadan kalktığını ve zaman değerinin ölçsüz bir şekilde uzayıp kısaldığını görüyoruz. Bu hal basit ve tek taraflı bir düşünce ile hareket eden bazı kimseleri hatırlamaların reel değerlerini inkar etmeye yönlendirebilir. Öyle ya! Yirmi yıl önce geçmiş bir hayatta bugünkü gibi yaşamak veya bugünkü hayatı yirmi yıl ileri götürmek ve hele ancak uzun senelere sığabilecek bir yığın olayı birkaç saniyelik zamanın içine sokuvermek olsa olsa realiteden uzak bir "hayal" ürünü olabilir.

Fakat çeşitli kaynaklardan alınmış deneyimlere dayanarak diyebiliriz ki uygun şartlar altında insan bir saniyelik hayatında kendisine sonsuzluk kadar uzun görünen zaman içinde yaşayabilir. Bundan başka bazı durumlar ve şartlar altında geçmişin gelecek, geleceğin de geçmiş yerine geçebildiğini gösteren gözlemler vardır. Bu sözler edebiyat değildir, pozitif gözlemlere dayanan bilimsel bir gerçektir.

Geçmiş, şimdi ve gelecek üç boyutlu alemin zaman realitesidir. Bundan dolayı, bu realite bu alemle sona erer. Üç boyutlu alemimizin dışında geçmiş, şimdi ve gelecek kavramı kalmaz. Gerçekten hatta henüz üç boyutlu alemde dışarı çıkmadan bile bu alemin yüksek planlarında zaman kavramında anlaşılmasız değişimlerin meydana gelmeye başladığını görürüz. Bir uyurgezerlik hali, hatta bir rüya hali bile bize bu konuda bazı ilkel fikirler verebilir.

Rüya rüyayı gören için bir realitedir. Nasıl ki dünyada yaşayan bir insan için de maddesel hayat bir realitedir. Rüyanın bir realite olmadığı zannına bizi düşüren etken onun pek kısa ve pek geçici görünmesidir. Fakat bu konudaki ölçülerimiz

* Ekminezi hipnoz veya psikolojik ayırışma içindeki süjede, içinde bulunduğu yaşamdaki veya geçmiş yaşamlarındaki izlenimlerin tekrar canlanmasına ve bunu sağlayan yöntemle verilen addır. (RM)

DUYURU

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

Ruh ve Madde Yayınları



neye ve kime göredir? Bu anlayış rüyanın dışında yaşayanların anlayışdır ve maddesel düşünceden doğmaktadır. Halbuki dünyamızın dışında yaşayan ve maddesel anlayışlardan kurtulmuş olan sonsuz varlıklar da vardır ki bunlara göre bizim yeryüzü hayatımız bir rüyadan daha çok kısa ve daha çok geçicidir. Şimdi, biz kendi hayatımızı da başka bir görüşe göre kısa ve geçicidir diye gerçekdışı mı kabul edeceğiz?

Realitenin değerini zamanla ölçmek adet olmamıştır. O halde, rüyadaki zaman kavramı nedir? Rüyasında on sene önceki evinde yaşayanlar vardır, yirmi sene önce ölmüş olan babası ile sağlığı zamanındaki gibi konuşanlar çoktur. Ve yıllarca önce geçmiş bir okul hayatındaki arkadaşları ile o günkü gibi yaşayanlar vardır. Rüya bugünkü durumun bütün olayları genellikle unutulur. Özetle rüya gören bir insandaki zaman kavramı uyanırken kendisinde var olan zaman kavramından tamamıyla ayrıdır.

Geçmiş, şimdi ve gelecek kavramı kemikten bir kafatası kutusu içinde

sarılmış beyin maddesinin dünya icaplarına bağlı, zorunluluk halinde uydurmuş olduğu bir realitedir. İnsan ruhu maddesel baskılardan kurtulduğu oranda kendisinde mevcut zaman kayıtları yavaş yavaş gevşemeye başlar. Yani o, olayların olağan düzenlenişlerini değiştirmek olanağını elde eder. Bu işe olağan halde iken engel olan şey beyindir. Ruhun beyin kanalı ile meydana gelen düşüncesi zamanın geçmiş, şimdi ve gelecek düzenlenişinden kendisini kurtaramaz. Tıpkı insanın üç boyut kavramından kendisini kurtaramadığı gibi. Zaman mekana bağlı olmak nedeniyle üç boyut kavramından ayrılamaz. Bundan dolayı, o da üç boyut yasalarına zorunlu olarak bağlıdır. O halde yeryüzünde biz mekana bağlı hiçbir olayı zamanın geçmiş, şimdi ve gelecek düzenlenişinden kurtaramayız.

Fakat geçmiş, şimdi ve gelecek ne demektir? Ve mekanla var olan zaman, hangi yoldan geçmiş, şimdi ve gelecek olur?

Burada bir unsur vardır ki zamanın mekanla ilişkisini belirleyen odur.

Bu unsur hareketir. Şu halde, mekanla hareket zaman anlayışını doğurmaktadır. Yani mekana bağlı olan zaman, ancak hareket unsuru ile değer kazanır. Ve geçmiş, şimdi ve gelecek dediğimiz şey olayları meydana getiren hareketlerin nitelik ve niceliklerine bağlı bir anlayıştır. Bu hareketleri değiştirmekle geçmiş, şimdi, şimdiye gelecek, geleceği geçmiş vb. yapmak veya herhangi bir zamanı hiçbir şey yapmayıp ebediyen uzatmak mümkündür. Dünya imkanları bu hareketleri bizim istediğimiz gibi gerçekten değiştirebilmemize uygun değildir. Gerçi bu konuda birçok şeyler tasavvur edebiliriz fakat maddesel imkanlarımızın izin vermemesi yüzünden pek az şey yapabiliriz veya hiçbir şey yapamayız. Halbuki yüksek etkinlik yetenekleri gösteren maddelerden oluşmuş diğer alemlerde, ruhların hareketler üzerindeki hakimiyeti bizimkinden daha çok fazladır ve onlar bu hareketlerin çeşitli biçimini gerçekleştirmek yeteneğini gösterirler. Bundan dolayı, onların zaman üzerindeki hakimiyetleri ve zaman hakkındaki anlayışları bizdekinden başka türdür. Bu fikri, çok kaba olmakla beraber yaklaşık bir örnekle açıklamak isterim. Bir tepenin üzerinde saat ayarı için öğle vaktini haber vermek üzere atılacak top duruyor:

a- Ben bu topun bulunduğu yerden beş kilometre uzaktayım ve tepeye bakarak elimde saatimle topun atılmasını bekliyorum. Önce bir duman çıktı, arkasından kuru ve kısa bir ses geldi. Şimdi, saatimi, dumanı gördüğüm zamana göre mi, yoksa sesi işittiğim zamana göre

mi ayarlayayım? Herhalde dumanı gördüğüm zaman 12'ye en yakın olan zamandır; pekala, saatimi 12 yaptım. Fakat farz edelim ki ben ikiye bölünmüş olayım ve iki numaralı Ruhselman da yanımda bulunsun ve top atıldığı zaman barut dumanını görmesin. Bundan dolayı, bir ve iki numaralı kişiliklerimin birisi dumana, diğeri sese göre ayarlanmış saatleri, ayrı ayrı vakitleri gösterecektir. Halbuki bir de Ruhselman'ın üçüncü varlığını kabul edersek ve bunu da topun yanına koyarsak onun da saati bir ve iki numaralınkilerden başka ve daha erken ayarda olacaktır. Demek ki aynı olayın üç duruma göre meydana gelen tezahürü aynı varlık üzerinde birbirinden ayrı üç zaman anlayışı oluşturmuştur. Ve büyük bir şehrin, topun bulunduğu yere göre çeşitli uzaklıklarda bulunan halkının öğle vaktinde aynı topa göre ayarlanmış oldukları saatlerin hiçbirisi diğerini tutmayacak ve hepsi de yanlış olacaktır. Bununla beraber görünen ve yüzeysel bir görüşle bütün bu insanlar saatlerinin doğru ve aynı ayarda olduğuna inanacaklardır. Ve onların her birinin bu düşüncesi kendileri için bir realitedir.

b- Benim, uzayda senin yayılma hızına eşit bir hızım vardır. Ve ikiye bölünmüş varlığımdan birincisi topun yanında beklerken ikincisi top atılmazdan bir an önce son hızıyla uzaya doğru uzaklaşmaya başlamıştır. Top atıldı. Bir numaralı varlığım topun sesini duydu ve saatini ayarladı fakat iki numaralı varlığım hareketinde devam ettiği sürece

topun sesini duymayacak ve saatini 12'ye getiremeyecektir. Demek aynı varlık karşısında aynı olay, yine bir hareket hali yüzünden hem var hem de yok olacaktır. Sonuç olarak, iki numaralı varlığım, daha doğrusu varlığımın ikinci parçası hareketini kestiği anda topun sesini duyacak ve saatini 12'ye getirecektir. Şu halde, bir varlık herhangi bir olayı kendi hareketlerini nitelik ve nicelik bakımından o olaya göre istediği gibi değiştirebildikçe, istediği zamanda meydana gelmiş gibi kabul etmek imkanını bulur. Yani örneğimizde olduğu üzere birisine göre şu anda atılmış bir top, hareket bakımından diğer durumdaki birisine göre bir, iki, beş, on, yüz, bin vb. saatlik bir gelecek işi olabilir. Ve o adam, hareket hızını düzenlemek ve idare etmekte ne kadar güç sahibi bulunursa zaman meselesindeki anlayışlarında o kadar çok varyasyonlar meydana getirebilir.

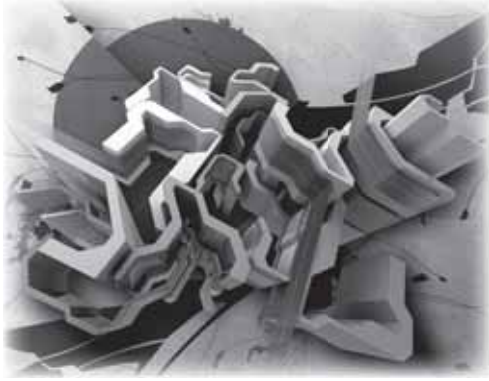
c- Ben uzayda sesin yayılım hızından daha çok hıza sahibim. Top atıldığı sırada onun yanında bulunan iki numaralı varlığım topun sesini duyar duymaz uzayda öyle koşmaya başladı ki her saniyede bir durup top sesini beklemekte ve onu işitince tekrar son hızla koşmasına devam etmektedir. Burada ne olacaktır? Bir numaralı varlığım için çoktan olup bitmiş bir olay iki numaralı varlığım için aynı şekilde ve her saniyede bir tekrarlayıp duracaktır. Ve varlığımın bir kısmının saati 12'den itibaren işleyip dururken diğerinin saati 12 ile 12 bir saniye arasında sürekli ileri ve geri gidip gelecek ve bir türlü ilerleyemeyecektir. Çünkü bütün

bu saatler topçunun atmış olduğu 12 topuna göre ayarlanmaktadır. Demek ki hareket, yani mekanda yer değiştirme şekline ve biçimine göre aynı bir olay tekrar tekrar duyulabilir ve bir "geçmiş" olamaz. Bundan başka "şimdi" de her belirli zamanda bir "gelecek" olur.

d- Ben uzayda sesin yayılım hızı kadar koşuyorum. Ve topun yanında beklerken top atılır atılmaz iki numaralı varlığımınla topun atıldığı yerden uzaklaşmaya başladım. Burada da başka bir olay meydana gelecektir. Birinci varlığımınla topun kuru, kısa sesli patlayışını duyup bitirdiğim halde, ikinci varlığımınla onun uzun, kesintisiz bir gürültü halinde devam edip gittiğini duyacağım ve ben bu hareketimi değiştirmedikçe bu ses kesilmeyecek, devam edecektir. Buna göre, hareketlerimizin, olayları meydana getiren hareketlere oranla alacağı niteliksel ve niceliksel durumuna bağlı olarak, herhangi bir anda olup bitmiş sayılan bir olay içinde ebediyet kadar uzun zaman yaşayabiliriz. Ve bir duruma göre duyulan örneğin kısa bir top sesi, diğer bir duruma göre bambaşka şekilde, uzun ve dayanılmaz bir gürültü halinde duyulabilir.

Bu fikirleri farklı birtakım düşüncelerle sadece okuyucularımızın anlama merakını harekete geçirmek gibi amaçsız ve anlamsız bir iş olsun diye yazmış değilim. Ve madde, hareket, titreşim, perispiri,** ruh etkinliği vb.

** Perispiri klasik ruhçulukta, ruhun maddesel bedenlerle irtibat kurabilmek için ihtiyaç duyduğu, fevkalade ince bir maddeden meydana gelmiş olan bir



konularında şimdiye kadar söylemiş olduğumuz şeylerden sonra yukarıda söz ettiğimiz fikirlerin boş bir laftan ibaret olmadığını da okuyucularımızın takdir edeceklerinden eminiz. Kainatın imkanlar alemi bizim bildiklerimizinkinden daha çok büyüktür. Bundan dolayı, bu fikirler birçok diğer olayların anlaşılmasında olduğu gibi, hatırlama olayının açıklamasında da bize birtakım kolaylıklar göstermiş olacaktır.

Bu düşüncelerden çıkan sonuç nedir?

İlk olarak, esasen bilindiği gibi, zaman diye mutlak bir kavram yoktur. İkinci olarak, zaman mekan ve hareketten ayrılmayan ve onlarla var olan bir kavramdır. Üçüncü olarak, dışarıdan almış olduğumuz maddesel olaylara ait izlenimler zamanla belli olma durumu kazanmış ve zamanla kayıtlanmıştır. Ve nihayet bizim eşya ve olaylar hakkındaki bilgimiz hareketlerin niteliksel ve niceliksel hallerine bağlıdır.

Bundan dolayı, bir varlık ister insan halinde yeryüzünde bulunsun, ister spatyomda*** perispirisi ile bir

vasıtadır. (RM)

*** Spatyom bedenden kesin olarak ayrılan ruhun geçtiği mekandır. Bu mekan ruhun imajinasyonuna ve serbest düşüncesine göre en uygun formları oluşturacak bir yapıdadır. (RM)

ruh halinde olsun veya doğal şartları bambaşka diğer bir dünyada başka türlü hareket yeteneklerine sahip tanımadığımız bir halde bulunsun, hareket ve yer değiştirme yeteneğinin imkanı oranında olayları ve olaylardan ayrılmayan zamanı kavrayacak veya onlar hakkındaki kavrayışını yerine göre bilerek bilmeyerek veya isteyerek istemeyerek değiştirebilecektir. Bu fikir ses, ışık, ısı, elektrik, mıknatıslık vb. hareketle var olan dünyamızın sayısız doğal etkenleri hakkında olası olduğu gibi maddesel kainatımızda hareketle var olan bütün bilmediğimiz etkenler hakkında da -şimdilik asla anlayamayacağımız biçim ve hallerde-olasıdır.

Özetle, gerek rüyalarda olduğu gibi, doğal ve kendiliğinden olan hallerde; gerek koma, bayılma, baygınlık gibi şuur kaybıyla bir arada hastalıklı hallerde ve gerek uyurgezerlik, psikolojik ayrılma, dedublüman**** gibi deneysel degajman***** hallerinde olduğu üzere serbestleşen ruh, bedene göre çok işlek ve etkinlik yeteneğine sahip perispirisiyle kozmik titreşimleri doğrudan doğruya alır ve onlarla her türlü ilişkide bulunur. Bu hal ruhun -gücüne göre- kendi perispirisine ait titreşimleri kozmik titreşimlerle olan ilişkilerinde istediği gibi yönlendirip

**** Dedublüman: Ruhçulukta, bedenli bir varlığın, bedenindeki maddelerin bir kısmını demateriyalize edip, onları istediği bir biçime sokarak, başka yerlerde ortaya çıkarması olarak tanımlanır. Daha açık bir deyişle kişinin, aynı anda iki ayrı yerde biri yoğun, diğeri süptil maddelerden oluşan iki bedene sahip olmasıdır. (RM)

***** Degajman: Ruhçulukta, medyumun transa geçmeden evvel kendini etraftan bir konsantrasyon vasıtasıyla izole etmesi, bedensel ilişkilerden kendini sıyırması, ruh beden bağlantısını gevşetmesidir. Degajman sırasında beden duyuları zayıflar, ruhsal duyarlılık ve yetenekler gelişir. Ruhun serbestiyeti artar, ruhsal planlarla ilişki gelişir. (RM)

yönetebilmesine -yukarıdan beri söylediğim yollarda- imkan verir. Bunun sonucu olarak ruh, iradesiyle örneğin geçmişte meydana gelmiş bir grup olayı genel yönetimiyle öne getirerek onların içinde “şu anda yaşıyormuş gibi” olur ki bizim “hakiki hatırlama” diye nitelendirdiğimiz şey budur. Böyle olunca, geçmişe ait kabul ettiğimiz olaylar koleksiyonunu bütün ayrıntularıyla inceleyebiliriz. Örneğin, bir insan bu biçimde yirmi yıl önceki olaylar koleksiyonunu aynen şimdiki zamana getirebilirse biz ona hayatının yirmi yıl öncesini hatırlıyor deriz ve bu, hakiki bir hatırlama olur.

Dünyamızda zamanı değerlendiren şey hareketle var olan olaylardır. Zaman olay koleksiyonlarından ayrılmayan bir kavramdır. Bundan dolayı, bu olay koleksiyonlarından bir kısmının yerini değiştirmekle, örneğin bir olay koleksiyonunu olağan sırası dışında diğer bir olay koleksiyonunun önüne veya arkasına almakla bize göre itibari ve göreceli olan zamanın yerini değiştirmiş oluruz. Halbuki bu hal insanın hayatında sık sık meydana gelebilir. Hastalıklı durumlarda olur, deneysel süreçlerle olur, doğal yollardan olur ve daha bilmediğimiz kimbilir hangi şartlar altında olur. Ağır bir hastalık, derin bir uyku, bir kazanın doğurduğu şiddetli bir heyecan, hipnotik bir uyku vb. haller bunlar arasındadır.

Şu halde reenkarnasyon konusunu oldukça aydınlatan bu anlamdaki hatırlama hallerini ve bu halleri meydana getiren olayları gözden geçirmek faydalı olacaktır.

Geçmiş hayatları hatırlama olayı başlıca iki şekilde mümkün görünüyor; bunlardan birincisi, olağan hallerde

meydana gelen hatırlamalar; ikincisi de, deneysel yöntemlerle meydana getirilen hatırlama halleri.

Olağan hallerde olan hatırlamalar diğerlerine göre daha az açık ve genellikle dikkatten kaçacak niteliktedir. Bu gruptan olmakla beraber önceki söylediklerimizden daha canlı ve bugünkü olaylar kadar yakından hatırlanmış eski hayatlara ait hatıralar da vardır ki özellikle çocukluk zamanında sıkça görülür. Bu tür hatırlamalar çok değerli olmakla birlikte metapsişik bilgilerin henüz yayılmamış olduğu çevrelerde hemen her zaman gözden kaçmakta ve yararlanılamaz bir halde kalmaktadır. Bu gruptaki gözlemlere ait örnekler ya bu işlemlerle ilgili bulunanlar tarafından tesadüfen tespit edilebilmiş veya bu konuda bilgileri olmamakla beraber çocuklarının ruh halleri ile daha yakından meşgul, gözlemci ruhlu bazı aileler tarafından haber verilmiştir. Fakat biz eminiz ki bunların yanında haber verilmeyenlerin veya gözden kaçanların miktarı tahminin çok üstündedir. Ve şüphesiz, bu yüksek konulara akademik değer verildiği günden itibaren gizli kalmış birçok gözlemler meydana çıkacak ve bu konunun aydınlatılması işi bu gözlemlerin de yardımıyla daha çok kolaylaşacaktır.

İkinci gruptaki deneysel gözlemlere gelince, bunlar bu işin uzmanı olan kişiler tarafından incelenmiş veya halen incelenmekte olan olaylara dayanır. Ve bu bakımdan bunların öncekilere göre daha bilimsel ve öğretici değerleri vardır. □

Dr. Bedri Ruhselman'ın *Ruh ve Kainat* adlı eserinin 3. cildinin 933-942. sayfalarından Türkçeleştiren: Neslihan Kosova.

Bedenlerimiz Geçmiş Yaşamları Nasıl Hatırlar?

Dr. Roger J. Woolger

Süptil Beden Hafızaları: Etherik Etki

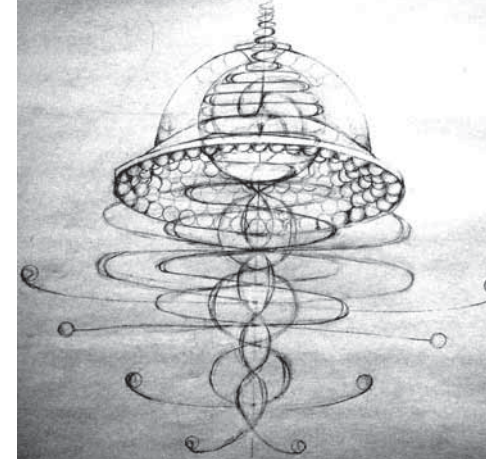
DERİN bir biçimde bir regresyona girdiğimizde genellikle fiziksel ağrı, kusur, zorluk ya da güçsüzlüklerin olağandışı bir biçimde canlı hatıralarını görürüz ve tüm bunları tam olarak vücut bulmuş bir farkındalıkla deneyimleriz. Bir kılıç darbesinin, tecavüze uğramanın ya da başı kesilmenin hayali acısını hissetmek, ömürler boyunca varlığını koruyan travmatik kalıntıların en yüksek seviyesine ulaşmamızı sağlar.

Bu tür fiziksel hatıralar, bir regresyonda su yüzüne çıktığında, özellikle şimdiki yaşamda hiçbir nedenleri olmadığında bizi şoke eder. En iyi açıklama, bu hatıraların süptil bedende -yani fiziksel bedeni çevreleyen ve ona nüfuz eden süptil enerji katmanlarında- gömülü olduğudur. Hem geçmiş yaşam araştırması hem de geçmiş yaşam terapisi bu konuda çok etkileyici kanıtlar biriktirmiştir: süptil bedenin ilk seviyesi aracılığıyla -bunu *etherik alan* ya da *şablon* olarak ifade ediyorum- miras alınan bu eski travmalar canlı bedende döküntüler, bozukluklar, doğum lekeleri, çeşitli uzuvlarda zayıflıklar ya da zayıf bir mesane, zayıf bir kalp, jinekolojik problemler gibi organik bozukluklar olarak sürekli olarak etkisini göstermektedir.

Geçmişten Gelen Yaralar

GEÇMİŞ YAŞAMDAN kaynaklanan yaraların etherik seviyede süptil beden üzerindeki yıkıcı etkisi abartılmamalıdır. Bu birçok bakımdan geçmiş yaşam regresyon çalışmasında yapılan en radikal keşiftir ve fiziksel iyileşmeye yaklaşımımızı kökten değiştirme potansiyeline sahiptir. Geçmiş yaşam yaralarının hatırlanması ve etherik alanda ortadan kaldırılması durumunda iyileşmenin nasıl gerçekleşebileceğine ilişkin bazı örnekleri sizinle paylaşmak istiyorum:

- Sophie yıllarca migren ağrılarında şikayet etmişti. Bir seminer sırasında, 19. yüzyılda batıdaki bir maden kasabasında genç bir kız olduğu geçmiş yaşamı keşfetti. Alkolik babasının tacizlerine ve merhametsiz davranışlarına maruz kalıyordu. Bir keresinde, ona karşı koymaya çalışmıştı ve babası eline



geçirdiği demir bir çubukla kafasına vurmuştu. Genç kız kafasına aldığı darbe sonucunda ölmüştü. Sophie bu korkunç ölümü yeniden yaşadığında, demir çubukla kafasına vurulurken aniden “çok şiddetli bir baş ağrısı” hissetmişti. Sonra, bedeninin dışındaydı ve kendisine ve çok pişman olan babasına yukarıdan bakıyordu. Ruhunu bu korkunç sahneden uzaklara giderken, başının etrafından muazzam bir enerji çıkışı hissetti. O günden beri migren ağrıları hiç tekrarlamadı.

- Pedro kronik omuz ve bel ağrılarında şikayetçiydi ve hiçbir kiropraktik veya beden çalışması işe yaramamıştı. Bir regresyonda, Güney Amerikalı bir köylü olduğu tarih öncesi geçmiş yaşama gitti. Tapınakları ve piramitleri inşa etmek için kendi halkının birçoğunu köle gibi kullanan bir antik kabileye esir düştüğünü gördü. Yıllarca zorluk çekmişti, taşlarla dolu küfeleri yukarılara taşıyordu. Çalışmayı aksatan ya da yavaş çalışan köleleri merhametsizce kırbaçlayan nezaretçilerin gözetiminde

çalışmıştı. Günün birinde bedeni daha fazla dayanmadı ve olduğu yerde çöküp kaldı. Kısmi felç geçirmişti. Beli tutmuyordu ve bir daha asla çalışamayacaktı. Açlıktan ölüme terk edildi ve korkunç sırt ve boyun ağrılarıyla acı bir biçimde öldü. Ama ruhu bardoya ulaştıktan sonra aşağıya doğru bakıp bedenini gördü ve artık belini büken işi yapmak zorunda olmadığını anladı. Sırtındaki ağır yükü fırlatıp attığı bir iyileştirici psikodramanın ardından, Pedro omuzlarını ve sırtını tamamen farklı bir biçimde hissettiğini söyledi. Ağrıları hiç tekrarlamadı.

Fiziksel/etherik travmanın iyileştirilmesi bardoda gerçekleşir; eski sahneden ayrılmayı, artık onun son bulunduğunu anlamayı ve onu serbest bırakmaya karar vermeyi ve süptil bedeni yeniden organize etmek için bir dizi spiritüel ya da imgesel strateji kullanmayı gerektirir. Pedro vakasında, yükün ortadan kaldırılmasını psikodramada canlandırmak, donmuş ağrı kalıntılarını dönüştürmeye yetti. Bu, onun şuur dışı zihninde ve bedeninde etkili olan eski programı, çalıp duran eski kaseti sildi.

Etherik Yaraları Fark Etmek ve Temizlemek

ÖLME DEN önceki fiziksel mücadelenin son anlarını yakalamak, çoğu zaman rahatsız edici olmasına karşın iyileşme sürecinde kritik önem taşır. Geçmiş yaşam regresyon deneyimlerini gözden geçirmek için önerdiğim üçüncü temel soru, bu fiziksel/etherik motiflerin

farkına varmak için son derece faydalıdır: “Ölüm anında güçlü fiziksel duyular veya ağrılar hissediyor muyum?”

Geçmiş bir yaşamdan ölüm hatırasını gözden geçirdiğinizde geçmiş yaşam kişiliğinizin bedenini terk edişinizi seyretmeniz ve kendinize, “Bu hatırlanan bedendeki herhangi bir şeyi halen taşıyor muyum? O ölümden ya da o yaşamdaki daha önceki bir fiziksel deneyimden herhangi bir ağrıyı, mesela istismarı, terk edilmeyi veya açlığı halen hissediyor muyum?” sorusunu yöneltmeniz istenmişti. Hissediyorsanız, bedeninizin o parçasıyla çok nazikçe konuşmaya çalışın. “Her şey sona erdi. Artık bu ağrıdan kurtulabilirsin,” deyin. Enerji alanınızda gömülü kalan ağrı, deneyimin sona erdiğini kendi şuur seviyesinde “bilemeyebilir.” Kendi kendini koruma motifi (sırt ve omuzlarda kasılma) ya da dehşet motifi (midede ülserle neden olan problem) bedende somatik bir tıkanma, gerginlik veya hastalık olarak yeniden canlandırılıyor olabilir. Ama ruhunuzun o parçasının hafızasına şöyle diyebilirsiniz: “Her şey sona erdi.

Artık istismar edilen bir köle değilsin. Artık istilacıların kılıcına hedef olan bir yerli değilsin.” Bu karakter kim olursa olsun, ona bu öyküden ve zihinsel, duygusal ve fiziksel enerji alanlarında her seviyedeki etkilerinden kurtulmanın zamanının geldiğini söylememiz gerekir.

Derin etherik yaraları iyileştirmek için faydalı olabilecek ikinci bir psikodrama türü de vardır. Geçmiş yaşamda ölümler ciddi bir biçimde yaralanan birçok insan, bardoda ruhsal yardımcıları tarafından bir tür spiritüel hastaneye yönlendirilir ve orada, çeşitli biçimlerde şifaya ve genellikle de ışığa kavuşurlar. Bazen ruhsal bir hayvan zehri emip tükürür, yarayı iyileştirir ve süptil bedeninin bir alanını kendi enerjisiyle kuvvetlendirir (Bu tür iyileştirmeler, ışıklı bedenle çalıştıklarından söz eden geleneksel şamanlar tarafından iyi bilinmektedir; şifanın süptil veya ışıklı bedende gerçekleşebileceğinin bilgisi bu şamanlar için aksiyomatik bilgidir). Benzer bir biçimde, bardoda regresyon sırasında yaşanan iyileştirme boyunca ruhsal şifacılar ve ruhsal hayvanlar tarafından yönetilen ışık aktarımlarını

kullanarak kesilmiş başları, kesilmiş uzuvları ve yanan derileri yenilemeyi ya da açık yaraları kapatmayı başarabiliriz. Spiritüel imgeleme, maddesel dünyadan daha yüksek bir frekansta, daha yüksek alemlerde ya da bardolarda muazzam bir iyileştirme gücüne sahiptir.

Dört Süptil Enerji Alanı

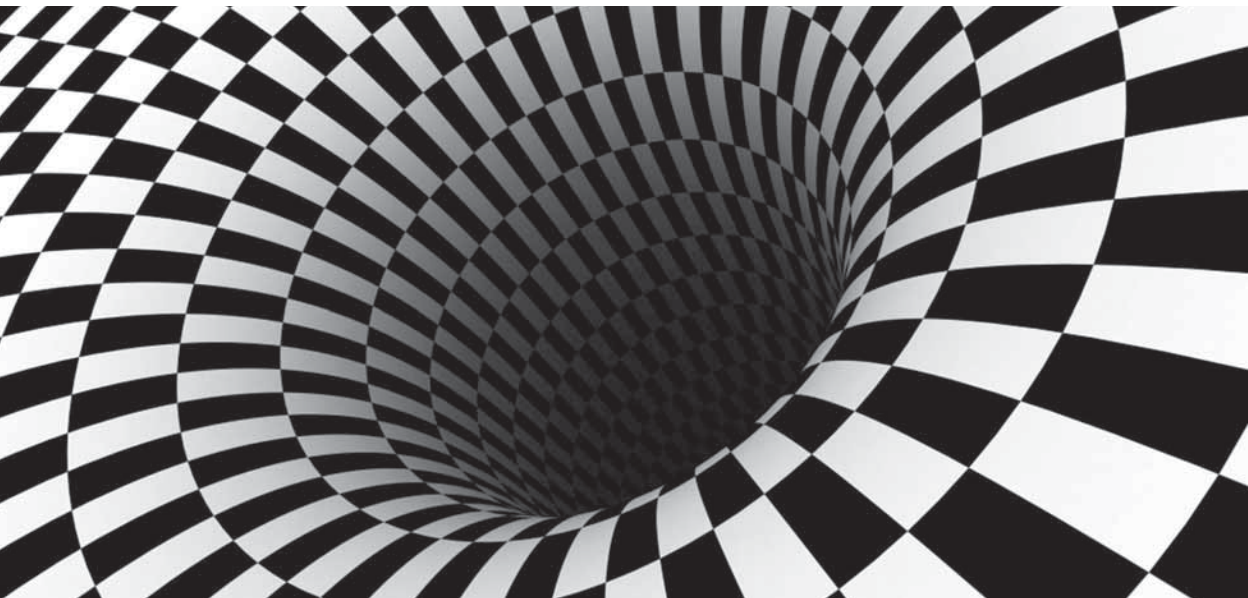
SÜPTİL bedeni birçok farklı Enerji alanı olarak gözümüzde canlandırdığımızda, zorlu bir geçmiş yaşam ölümü sırasında iz bırakabilen ve bir geçmiş yaşam regresyonu sırasında su yüzüne çıkabilen farklı türden “yarım kalmış işleri” daha net bir biçimde görebiliriz.

Antik Hintli bilge Patanjali'nin geleneksel yoga öğretileri temelinde, süptil enerji alanlarını dörde ayırabiliriz:

- Etherik ya da yaşamsal alan: Belirli bir ömürde iyileştirilmeyen ya da çözüme kavuşturulmayan tüm fiziksel yaraların, zedelenmelerin, sakatlıkların, hastalıkların ya da bedensel ağrıların izlerini taşır. Bu alan, fiziksel bedene çok yakındır ve Çin akupunktur ve benzer sistemlerin bildiği tüm meridyenleri kapsar. Esas enerji formu, *qi* ya da *prana* veya daha basit bir ifadeyle *yaşam gücüdür*. Bu engellendiğinde ya da geçmişten yaralar taşıdığına, yaşam enerjisi akamaz ve hastalık ya da fonksiyon bozukluğu ortaya çıkar.
- Duygusal alan (astral beden): Geçmiş yaşamdan çözüme kavuşturulmamış hislerin ve

duygusal travmaların canlı hatıralarını taşır: örneğin fiziksel şiddet korkusu, adaletsizliğe duyulan öfke, umutsuz bir durum hakkındaki depresyon, büyük bir kayıp karşısındaki ıstırap, acımasız bir davranıştan duyulan suçluluk, istismar veya aşağılanmadan kaynaklanan utanç ya da herhangi bir başarısızlık nedeniyle kendini değersiz hissetme. Bu alan, fiziksel bedeninin etrafında iki veya üç karış mesafeye uzanır ve hislere veya ruh hallerine özgü renklerle bir kişinin *aurası* olarak hissedilebilir veya durugörürler tarafından “görülebilir.”

- Zihinsel alan (zihinsel beden): “Onlara gününü göstereceğim,” “Hiç kimse beni önemsemiyor,” “Daha fazlasını yapmalıydım,” ya da, “Asla yeterli olmayacak,” gibi takıntılı ve tekrara dayalı düşünceleri taşır. Ayrıca kişiliğin üzerinde negatif veya sınırlandırıcı bir etkiye sahip düşünceleri ve çoğu zaman duygusal bedendeki, “Başarılı değilim, onların güvenini boşa çıkardım,” “Herkes bana bakıyor,” ya da, “Bir daha hiç kimseye güvenmeyeceğim,” gibi hisleri doğrudan sürekli kılan düşünceleri de barındırır. Bu alan, bedeninin etrafında daha da çok yayılabilir ve bazen bir odayı ya da büyük bir salonu bile doldurabilir. Bu üç alanı aşan dördüncü bir alan daha vardır.
- Spiritüel alan (geçici beden): Bu süptil alan esasen bireye ait olmayıp Jung'un bireysel şuurun ötesinde *kolektif şuur dışı* olarak adlandırdığı şeyle ilgilidir. Kolektif şuur dışı



aracılığıyla, dış ruhsal kuvvetler diğer süptil bedenleri etkiler veya onlara nüfuz eder. Bu alanda, belirli bir geçmiş yaşamda aramızda kuvvetli bir bağ olan insanların ruhlarıyla pozitif veya negatif psişik ve spiritüel bağlantıların kalıntıları yer alır. Bunlar, bizi başka insanlara bağlayan karmik bağlardır ve bunların farkına vardığımızda, şimdiki yaşamımız üzerindeki açık etkilerini görebiliriz. Spiritüel alan diğer beden veya bedenlerle çeşitli biçimlerde etkileşen enerjileri barındırabilir. Örneğin, geçmiş yaşamlarımızda ölen çocukların ruhları etherik alanın rahim kısmını etkileyebilir, bir zamanlar tanıdığımız yalnız ya da mutsuz varlıkların ruhları duygusal alanın kederli parçalarına eklenebilir, mağdur ya da terk edilmiş ruhlar, onlara yapılan ihanetten dolayı suçluluk hisseden zihinsel alana öfkeli bir biçimde tesir edebilir.

Enerjinin ilk üç seviyesi -zihinsel, duygusal ve yaşamsal ya da etherik bedenler- ölüm anında bir toplam enerji torbası olarak havalanır. Bunlar Rus matruşka bebekleri gibidir, büyükanne bebeği alıp açtığınızda, içinden anne çıkar ve anneyi açtığınızda daha küçük çıkar, en sonunda da küçük bir bebeğe ulaşırsınız. Yani fiziksel bedeni bu bebek gibi düşünebilirsiniz. Ölüm sürecinde açığa çıkacak ilk katman, en dış katman olan zihinsel bedendir. Bu, Patanjali'ye göre damgalanan veya gömülen düşünceleri taşıyan enerji alanıdır. Sonra, damgalanan hisleri taşıyan duygusal beden gelir. En son katman ise fiziksel bedene en yakın

olan katman olan *etherik beden*, yaşamsal ya da yaşam enerjisi bedeni, yani Rus matruşka bebeklerindeki en küçük bebektir.

Bir insan öldüğünde, bu üç seviyedeki etkiler onunla birlikte gider. Biri bedenlerin en küçüğü olan etherik bedende sırtından bıçaklanmışsa, bu bıçaklanma olayının damgasını taşır. Bu, etherik şablon haline gelir ve onun gelecek yaşamlarını fiziksel seviyede etkiler. Bıçağın görüntüsü bile, süptil bedende etherik seviyede gömülü kalacaktır. Bıçaklanan kişi o sırada çok öfkeliyse duygusal bedende bu öfkenin derin bir etkisi olacak ve etherik bedende bu yarayla derinden bir bağ oluşacaktır. Bu enerji alanı, bıçak yarasının fiziksel/etherik damgasından ziyade, alanda daha da belirgindir ama damgalar, olayın imgeleriyle bağlantılıdır. Duygusal alanda, ölüm travmasıyla bağlantılı olmayan başka kalıntılar da olabilir. Örneğin, ölen kişi çok yalnız bir yaşam sürdüyse, hiçbir arkadaşı yoksa duygusal alanda yalnızlık imgeleriyle bağlantılı acılar olabilir.

Ölüm anında açığa çıkacak üçüncü katman, ölen bireyin düşüncelerini kapsar. Bar kavgasında sırtından bıçaklanarak ölen kişi, öfkeyle "Bunu ona ödeteceğim. Onu öldüreceğim. Bana bunu yapmaya nasıl cesaret edebilir?" diye düşünür. Bu düşünceler duygusal bir yön taşısa da nihayetinde düşüncedir. Patanjali'nin kavramlarını kullanacak olursak, enerji bedeninin, zihinsel bedenin dış kılıfında tutulan intikam fikirleridir. Zihinsel etki olarak sınıflandırılacak bu tür intikam düşünceleri, duygusal alanı yönlendirir ve sonraki yaşamlara taşınan etherik şablonda kendilerine yer edinir.

Dördüncü enerji seviyesi olan spiritüel beden, aslında bedenin dışındadır, bu yüzden onun "açığa çıktığından" söz etmek doğru değildir. Spiritüel beden, bireysel şuurdan ziyade, kolektif şuurdışına aittir ama bunun etkileri ölümden sonra yarıda kalan işlerin hatıralarında, ilişkilerin kalıntılarında ve ölen başka kişilerin psişeleri ile bağlantılarda hissedilir.

Gelecek bedeninin aurasında izler bırakan tüm bu enerjiler, gerçekleştikleri yaşamın dondurulmuş

ya da yoğunlaştırılmış imgelerini içerir. Regresyon çalışmasının yanı sıra enerji aktarımı, meditasyon ve çeşitli beden çalışması ve şifa türleri, genellikle hisle yüklü bu imgelerin parçalarını yüzeye çıkarabilir. □

Yazarın *Geçmiş Yaşamlarınızı İyileştirmek* adlı kitabından derleyen: Neslihan Kosova.



Kendini Bilme Çalışması

Maurice Nicoll

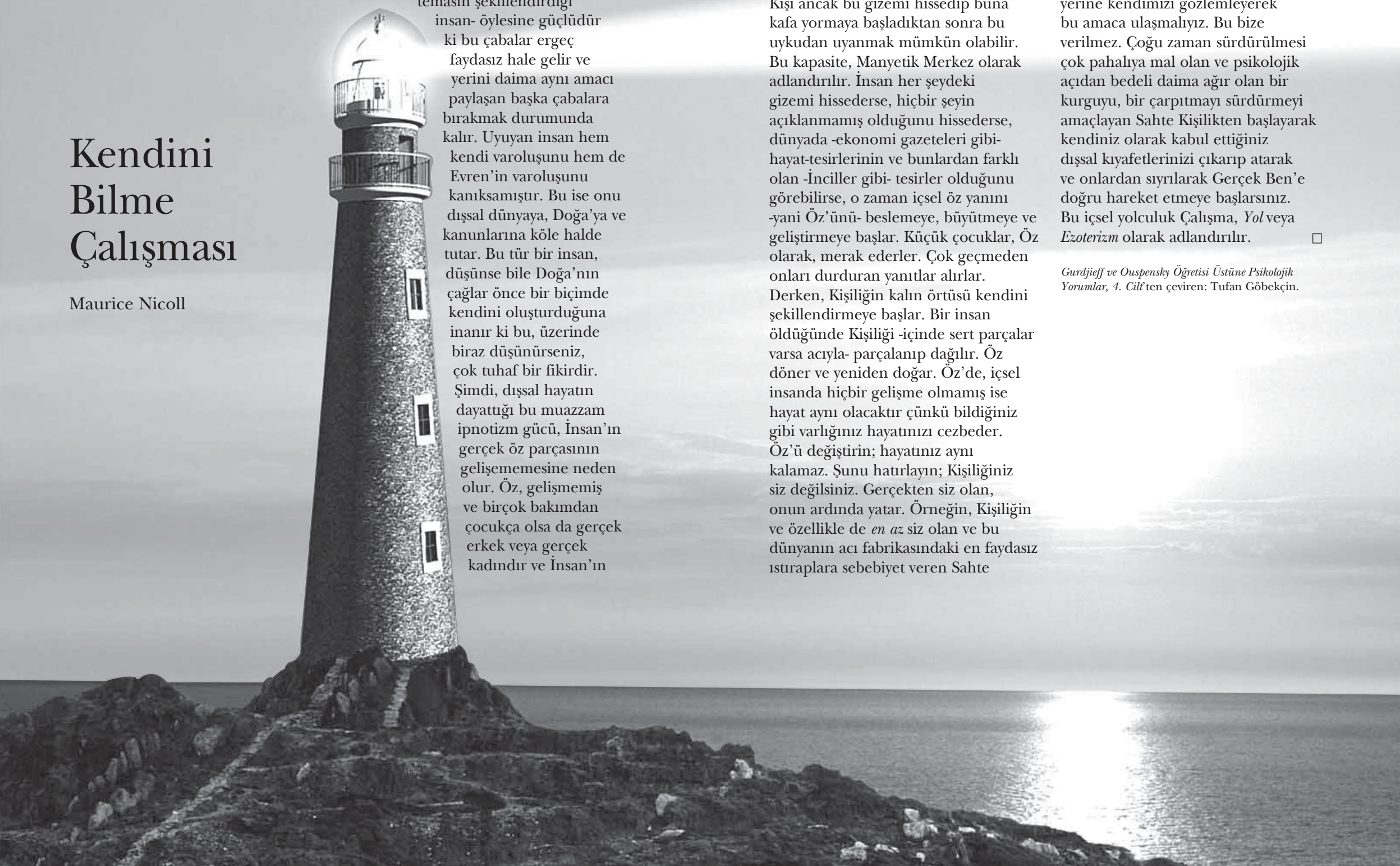
BİLİNEN tarih boyunca, İnsan'ı varoluşunun gizemine uyandırmak için çeşitli girişimlerde bulunulmuştur. Ama dışsal insan -dışsal hayatla duyular üzerinden kurulan temasın şekillendirdiği

insan- öylesine güçlüdür ki bu çabalar ergeç faydasız hale gelir ve yerini daima aynı amacı paylaşan başka çabalara bırakmak durumunda kalır. Uyuyan insan hem kendi varoluşunu hem de Evren'in varoluşunu kanıksamıştır. Bu ise onu dışsal dünyaya, Doğa'ya ve kanunlarına köle halde tutar. Bu tür bir insan, düşünse bile Doğa'nın çağlar önce bir biçimde kendini oluşturduğuna inanır ki bu, üzerinde biraz düşünürseniz, çok tuhaf bir fikirdir. Şimdi, dışsal hayatın dayattığı bu muazzam ipnotizm gücü, İnsan'ın gerçek öz parçasının gelişmemesine neden olur. Öz, gelişmemiş ve birçok bakımdan çocukça olsa da gerçek erkek veya gerçek kadındır ve İnsan'ın

yüzünü hayata dönen parçası baskın olduğu sürece gelişemez. Söylediğim gibi, insanlar, kendi varoluşlarının ve Evren'in bu gizemini kanıksamışlardır. Kişi ancak bu gizemi hissedip buna kafa yormaya başladıktan sonra bu uykudan uyanmak mümkün olabilir. Bu kapasite, Manyetik Merkez olarak adlandırılır. İnsan her şeydeki gizemi hissederse, hiçbir şeyin açıklanmamış olduğunu hissederse, dünyada -ekonomi gazeteleri gibi- hayat-tesirlerinin ve bunlardan farklı olan -İnciller gibi- tesirler olduğunu görebilirse, o zaman içsel öz yanını -yani Öz'ünü- beslemeye, büyütme ve geliştirmeye başlar. Küçük çocuklar, Öz olarak, merak ederler. Çok geçmeden onları durduran yanıtlar alırlar. Derken, Kişiliğin kalın örtüsü kendini şekillendirmeye başlar. Bir insan öldüğünde Kişiliği -içinde sert parçalar varsa acıyla- parçalanıp dağılır. Öz döner ve yeniden doğar. Öz'de, içsel insanda hiçbir gelişme olmamış ise hayat aynı olacaktır çünkü bildiğiniz gibi varlığınız hayatınızı cezbeder. Öz'ü değiştirin; hayatınız aynı kalmaz. Şunu hatırlayın; Kişiliğiniz siz değilsiniz. Gerçekten siz olan, onun ardında yatar. Örneğin, Kişiliğin ve özellikle de *en az* siz olan ve bu dünyanın acı fabrikasındaki en faydasız ıstıraplara sebebiyet veren Sahte

Kişiliğin tüm tezahürlerinin ardında gerçekten siz olan bir şey yatmaktadır. Buna Gerçek Ben denir. Bu gezegende doğduğumuza göre, özdeşleşmek yerine kendimizi gözlemleyerek bu amaca ulaşmalıyız. Bu bize verilmez. Çoğu zaman sürdürülmesi çok pahalıya mal olan ve psikolojik açıdan bedeli daima ağır olan bir kurguyu, bir çarpıtmayı sürdürmeyi amaçlayan Sahte Kişilikten başlayarak kendiniz olarak kabul ettiğiniz dışsal kıyafetlerinizi çıkarıp atarak ve onlardan sıyrılarak Gerçek Ben'e doğru hareket etmeye başlarsınız. Bu içsel yolculuk Çalışma, *Yol* veya *Ezoterizm* olarak adlandırılır. □

Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar, 4. Cilt'ten çeviren: Tufan Göbekçin.



BİRLEŞTİREN BİLGİ

Birleştiren Dil

A. Cemal Gürsoy

ERMİŞ ŞÖYLE DEMİŞ: “Tüm mistikler aynı dili konuşurlar çünkü onlar aynı ülkenin sakinleridir.” Bu sözleri sindirirken bakalım, kutsal metinlere ne diyorlar dil için:

“Ve bütün dünyanın dili bir ve sözü birdi. Ve vaki oldu ki Şark’ta göçtükleri zaman, Şinar diyarında bir ova buldular ve orada oturdular. Ve birbirlerine dediler: ‘Gelin, kerpiç yapalım ve onları iyice pişirelim.’ Ve onların taş yerine kerpiçleri ve harç yerine ziftleri vardı. Ve dediler: ‘Bütün yeryüzü üzerine dağılmayalım diye gelin, kendimize bir şehir ve başı göklere erişecek bir kule bina edelim ve kendimize bir nam yapalım.’ Ve Ademoğullarının yapmakta oldukları şehri ve kuleyi görmek için RAB indi. Ve RAB dedi: ‘İşte, bir kavimdirler ve onların bir dili var ve yapmaya başladıkları şey budur ve şimdi yapmaya niyet ettiklerinden hiçbir şey onlara men edilmeyecektir. Gelin inelim ve birbirinin dilini anlamasınlar diye onların dilini orada karıştıralım.’ Ve RAB onların bütün yeryüzü üzerine oradan dağıttı ve şehri bina etmeyi bıraktılar. Bundan dolayı onun adına BABİL denildi çünkü RAB bütün dünyanın dilini orada karıştırdı ve RAB onları bütün yeryüzü üzerine oradan dağıttı.”*

Dillerini ayırsak bile birliği sağlayıp geri dönecekler mi? Bu devre sonu beklenen gelişim: bu maddenin geliştirilmesi ve birlik.

Aynı dili nerede konuşuyorlar? Bu zamanın ötesindeki başka bir kürede, başka bir gerçeklikte, peki oradan bu ana bu mekana nasıl dahil oluyorlar ve ihtiyaçlarımızı nereden biliyorlar ve aradıkları ya da beslendikleri ne?... Soruları çoğaltabiliriz. Aynı dili konuşan bu sakinler hangi ülkede yaşarlar. Bu ülke bizimle neden ilgilenir ve öğretir.

Öğrenme eyleminde her daim yeniyi keşfederek mi yol alalım? Yoksa sarkacın bir ileri bir geri hareketindeki bulaşıklık çıkar, o anın gerçekliğini aydınlatır, tamamlar. Madde üzerinde soru ve sorgulayıcıyı tanışma aşamalarında biz devreye girince nesneden gelen tesir bize açıklayıcı bir forma, şekle bürünüyor.

Algı dünyamızdaki etherik madde buna müsaade ediyor. Yani iki enerji karşılaştığında işler en azından biri tarafından böyle tarif ediliyor. Ama karşılaştığımız bu obje, nesne ya da enerji asıl kendindeki gizli öz bilgiyi

hemen ve herkese vermiyor. Aslında herkes bile çok geniş kapsam alanı oluşturuyor. İlahi düzeyde öğretmenlere bile sadece o kürenin gerçeğini aydınlatacak kadarını veriyor dersek daha doğru olur.

Karşılaşmalar hakikatin kendisi ve ötesi, bir lezzet bırakıyor. Bu boyutta öyle dillendiriyoruz. Aslında enerjik bir alışveriş: Hangi boyutta, evrende olursa, o an kimin ne ihtiyacı varsa kozmos karşılaşmayı ayarlıyor. Biz buna iyi veya kötü diyoruz dünyada. Ait olduğumuz ülkede ise bunu nötr enerji olarak tarif ediyorlar.

Asıl nesneyi hatırlamak için, o dikkati çağırarak için benzetmeye, taklit etmeye gerek kalmadan düşüncenin kendisi olduğunda aynı işlemleri tekrarlamadan, metaforu olmadan, anıyı izlenimi kuvvetli bir deneyim halinde eyleme dönüştürebiliriz.

Gelelim sonuçları belli bile olsa hatırlamayı rafa kaldırıp, dikkati denemek için düzenden yani kozmosta mısın, kaosta mısın, seçimlerine. Evet, biz seçiyoruz, bir’in dikkatini, tüm oluşum yönünü çizen belirleyiciliği için. Odaklanması, konsantrasyonu o kadar farklı ki. Evrenlerin, boyutların enerjisi ve yakıtı, ki olasılıklar bile besleyici bir enerji.

Ruh sonsuz fedakarlığın ve yaratıcılığın ülkesinin isimsiz kahramanını seçiyor, kendi irade ve iktidarını bile unutmaya pahasına seçiyor. Neden ve hangi mekanın gerekleri varsa ona göre seçiyor.

Kökleri ve dalları bir sonraki anı tekrarlamak için tekrar seçiyor ve yazıyor. Tüm risklere rağmen üzerindeki oluşan tortulara ve kozmik yüklere rağmen dikkatini esirgiyor,

ilk andaki bu gizli sırrı gizliyor; başka görünüyor, kendini unutulmuşların içinde naturel tavrını tutumunu sürdürüyor.

Birçoğumuz ana ağacımızda derinden, köklerden uzaklara doğru sürükleniyoruz. Bir günlük kelebekler gibi yok oluyor hafızamız. Biz unutturken, süren hayatın devinimi başka düzenleri yasaları harekete geçirip kozmosun sürekliliğini sağlıyor.

Unutmanın bile felsefesini yazıyoruz. Unuttuğumuzu unutuyoruz diye serzenişlerde bulunurken, seçimlerimizde iyileştirmenin kaybolmuşluğa çare olduğunu bilerek eski dilin melodileri geliyor. İçimizde uyanan eve dönüş hislerini vazife sezgisine dönüştürüp günü bereketli ürünler haline getiren tatlar dağıtmaya devam ediyoruz. Bu tatların tarifi bazen değişik yorumlansa da, içimizdeki yenilenen dünyalar sürekli yeni dünyanın bilgi ile kurulacağını, bilginin de son dikkat anlamındaki gerçekliğimiz olduğunu anlamaya başlıyoruz.

Işığın sahibi, özgürlüğün mimarı, aslında kendimize ait öğretmenin dersini tekrar hatırlatmak üzere tüm yolların üzerindeyiz şu an.

Dili hatırlamak, sadece ışık olduğumuzu bilmemiz yeterli. İşte, birleştiren dil ve bilgide bağlanıp akan ses haline geliyor. □

* Musa'nın Birinci Kitabı, Bap 11.1-9 (Kitabu Mukaddes Çevirisi İst. 1974).

OKÜLTİZM

Mikrokozmos ya da İnsan

Haluk Özden

İNSAN hayli karmaşık bir varlıktır. Onun psikolojik yapısını hesaba katmadan yalnızca anatomik ve fizyolojik bir analizini yapmak bile başlı başına derin bir etüt alanına ihtiyaç duyar.

Ezoterizm her yerde sentez arar ve detayların incelenmesini analitik bilimlerin yoğun çabalarına terk eder. Şimdi, bu sentetik yaklaşımla insan varlığını oluşturan ilkeleri görmeye, anlamaya çalışalım.

İnsanı meydana getiren tüm organlar sürekli faaliyet halinde görünür. Bunlar sürekli olarak çalışır, hareket eder ve binlerce değişik görünüm arz eder. Bir gün içinde yüzümüzdeki organların, gözlerimizin, ağızımızın, ayrıca kol, bacak ve ellerimizin aldığı binlerce değişik pozisyonu fark edemeyiz bile. Tüm bu tezahürler belli sebeplerin sonuçlarıdır ama bu çokluğun yanı sıra daha az sayıda olan sebepleri de kavrayabilmek kolay değildir.

Organizmamız gün içinde tam tekmil faaliyet halindedir demiştik. Peki ama geceleyin ne alemdedir? İşte bu saatlerde pek çok şey değişir; kollar, bacaklar ve baş belli bir pozisyonda kalır; gözler kapanır ve dış alemin insan üzerinde herhangi bir etkisi kalmadığı gibi kendisi de ona bir etkide bulunamaz hale gelir: uyumaktadır.

Uyumaktadır ama kalbi güzelce çalışmakta, damarları atmakta ve kan tüm vücudu dolaşmaktadır. Sindirim organları faaliyetlerini sürdürmekte ve ciğerleri de uyumlu bir şekilde havayı çekip vermektedirler. Bu uyku esnasında, insan denen varlık ne hareket edebilir ne düşünebilir ne de hissedebilir. Sevemez, nefret edemez, sevinemez ve ıstırap çekemez. Tüm organları atıl durumda dinlenmektedir, yüzü hareketsizdir ve bu arada, organizması da sanki hiçbir şey olmamış gibi çalışmasını sürdürmektedir (Bu düzeni ancak yüksek bir ilkenin sonucu olan “rüya” olayı bozabilir).

Şu aşamada insanı iki kısımda ele alabiliriz:

- 1) Uyanıklık halinde olduğu kadar uyku sırasında da etkisini sürdüren **MEKANİK KISIM: BU, ORGANİZMA**'dır.
- 2) Sadece uyanık durumda tezahür eden **ZİHİNSEL KISIM: Buna da ŞUUR, RUH** diyoruz.

Önce organizmada neler olmakta, ona bakalım. Ruh varlığına bağımlı olan her şey, organlar, yüz organları, ses, genel duyarlılık, tüm bunların hepsi uyku sırasında dinlenmekteydiler. İnsan mekanizmasının otomatik işleyişini oluşturan tüm olaylar gövde içinde üç kısımda meydana gelir: karın, göğüs ve baş.

Tüm makineler gibi, insan organizması da hareket halindeki organlara, harekete geçirici bir güce ve bu gücün korunup yenilediği bir merkeze sahiptir. Kabaca örnek vermek gerekirse, bir buharlı lokomotif ele alalım: *Buhar* tarafından harekete geçirilmiş *çelik organlar* bulunur. Ayrıca buharın yenilenmesi de sürekli bir *sıcaklıkla* sağlanır.

İnsan organizmasında, yapısı diğerlerinden farklı (düz lifli) organlar vardır. Atardamarlar, toplardamarlar, sindirim organları gibi. Bunlar “büyük sempatik sistem”in sinir ağlarıncı

taşınan “sinir gücü” tarafından hareket ettirilir. Bu gücün devamlılığı ve bu organlardaki hücrelerin yaşamları atardamarlardaki kan dolaşımı ile sağlanır. Şimdi, bunlara dayanarak, çalışmakta olan insan makinesini oluşturan üç esası şöylece sıralayalım:

- Değişik güçlerin etki merkezleri olan **ORGANLAR**,
- Harekete geçirici **SİNİR GÜCÜ**,
- Canlandırıcı **KAN GÜCÜ**.

Derken insan uyanır. Daha önceki güçlere değişik bir şey eklenir. Dinlenmekte olan organlar kıpırdanmaya başlarlar, yüz canlanır ve gözler açılır, uzanmış olan insan varlığı kalkar ve konuşmaya başlar. Organik hayat mekanik bir şekilde etkisini sürdürmeye devam ederken, bu arada yepyeni bir yaşam da başlamıştır bile.

Sonradan beliren bu yeni ilke bir öncekilerden farklıdır. Onun organları organizmada farklı bir yapı arz eder (çizgili lifli). Kendine özel bir sinir sistemi ve bedenden, bir işçinin aletini kullandığı gibi veya makinistin lokomotifini kullandığı gibi yararlanır. Uyumakta olan bedeni boşta çalışmakta olan bir otomobile de benzetebiliriz. Motor çalışmakta, araba kullanılmaya hazır fakat herhangi bir hareket yok. Arabayı kullanacak olan kişinin şoför mahalline oturması ile araç belli amaçlar istikametinde yol almaya başlıyor. Tekerlekler dönüyor, korna çalıyor, silecekler çalışıyor, farlar ve sinyal lambaları yanıyor vb. Bu yeni ilke, bir süre önce dinlenmekte olan tüm





merkezleri ve organları yönetmektedir. Bu ilkeye şuurlu “ruh” adını veriyoruz. Özetleyecek olursak, insanda üç ilke vardır:

- **FİZİK BEDEN:** Her şeye katlanıcı bir yapıdadır.
- **ASTRAL BEDEN:** Bedendeki her şeyi canlandırır ve hareket ettirir. İki kutbu vardır.
- **RUH:** Tüm varlığı yönetir.

Bunlardan **ASTRAL BEDEN**'e okült terminolojide yoğrulabilir, istenen şekle sokulabilir ve aracı olma özelliklerinden dolayı “**PLASTİK ARACI**” da denir.

Bu **PLASTİK ARACI** çift kutupludur demiştik. Bundan ötürü, ruh varlığını hesaba katmadan, insanda üç organik ilke görmekteyiz: katlanan (taşıyıcı, maruz kalıcı), canlandıran ve hareket ettiren. Bunlar sırasıyla beden, astral beden ve psişik bedendir. Üçü de idare edici ve şuurlu bir ilke tarafından bir araya getirilmiş ve aynı hizmete koşulmuşlardır. O şuurlu ilke de ruhtur.

Bu, okültizmde üç unsurun birlik oluşturması, Trinite ya da Tri-Ünite (Üçlü-Birlik) esasına iyi bir örnektir.

Üç İlke

DEMEK Kİ insan varlığı üç ana ilkeden oluşturulmuştur. Fizik beden, plastik aracı (astral beden) ve şuurlu ruh varlığı. Yukarıda da gördüğümüz gibi ruh varlığı, organik triniteyi (fizik beden, astral beden, psişik beden) bir ünite halinde bir araya getirir.

Tüm devirlerin ve tüm ekollerin okültistleri bu üç ilke temelinde hemfikirdirler. Ezoterik öğretinin değişmez temelini bu “üç ilke” doktrini oluşturur.

- Fizik beden bedenlenmiş insan varlığını meydana getiren tüm elemanları “taşır.” Etki merkezi “karın”dır.
- Astral beden bedenlenmiş insan varlığını meydana getiren tüm elemanları “canlandırır.” Etki merkezi “göğüs”tedir. İnsan varlığını beden olarak meydana getiren değişik yapıdaki unsurları bir araya getirip bir bütün halinde tutan ilkedir.
- Psişik beden, ruh varlığına bağlı olanlar hariç, bedenlenmiş insan varlığını meydana getiren tüm elemanları “harekete geçirir.” Etki merkezi “başın arka-alt kısmı”dır.
- Ruh varlığı yukarıdaki üç ilkeyi de bünyesinde birleştirir, sentez yapar, zeka ile aydınlatılmış olarak ve İlahi İrade Kanunları'ndan yararlanarak tüm organizmayı yönetir. Ruhun destek noktası “maddesel beyin”in içindedir ve çok seyrek bazı istisnalar dışında insan varlığına tamamıyla enkarne olmamıştır.

Şimdi, insan varlığını oluşturan ilkeleri, yani fizik bedeni, astral bedeni, psişik varlığı ve bu üçünü de yöneten ve sentez yapan ruh varlığını biraz daha detaylı görmeye çalışalım:

1. Fizik Beden:

Dünya üzerindeki insan varlığını meydana getiren tüm unsurların “taşıyıcısı” **FİZİK BEDEN**'dir.

Fizik beden kendisi için iskeleti, kasları, sindirim sistemi organlarını ve bunlara bağlı olan tüm diğerlerini oluşturur. Astral beden için kandaki alyuvarları, dolaşım sistemi organlarını ve bunlara bağlı olan tüm diğerlerini oluşturur. Psişik varlık için guddesel sinir sisteminin tüm maddesel ilkelerini oluşturur. Son olarak da ruh varlığı için şuurlu sinir sisteminin tüm maddesel ilkelerini meydana getirir.

İnsan varlığının maddesel unsurları, alınan besinlerin sindirim mekanizmasınca “kilüs” haline dönüşmesi sayesinde yenilenirler. Bu “kilüs” yemeklerin bağırsaklarda hazından sonra ortaya çıkan sıvıdır ki lenf damarlarınınca emilir ve karaciğere gider. Demek ki fizik bedenin yenilenme ve etki merkezi karındadır.

Fizik beden organizmada lenf damarları sistemi vasıtasıyla dolanır. Bunların yolu üstünde de işe yarayacak maddeleri saklama, depolama merkezleri olan guddeler yerleştirilmiştir.

Fizik bedenin mekanik işleyişi “içgüdü” ile yönetilir.

Fizik beden ruh varlığına kendini “ihtiyaçları” ile belli eder, gösterir.

2. Astral Beden:

İnsan varlığını oluşturan tüm unsurların canlandırıcısı **ASTRAL BEDEN**'dir.

Astral beden fizik bedenin ikiz eşidir. Onun da fizik organlara, etki ve yerleşme merkezlerine sahip olduğunu söyleyebiliriz.

Özel olarak astral bedene tahsis edilmiş organlar solunum ve dolaşım sistemini meydana getirenler ve bunlara bağlı olanlarıdır. Demek ki astral bedenin etki merkezi “göğüs”tedir.

Bunun organik fonksiyonlarının muhafaza ve devamlılığı solunulan havanın, solunum mekanizmasınca kan yuvarlağının üzerine tespit edilen “hayat enerjisi”ne dönüştürülmesi ile sağlanır.

Dolaşım mekanizması, “hayat enerjisi”ni kan vasıtasıyla organizmanın her noktasına dağıtır ve psişik varlığa sinir gücünü kullanması için gerekli ilkeleri sağlar.

Astral beden “duygu” ile yönetilir. Astral beden ruh varlığına kendini “arzu, ihtiras” ile tezahür ettirir.

3. Psişik Varlık:

İnsan organizmasını meydana getiren tüm unsurları “hareket ettiren” **PSİŞİK VARLIK**'tır.

Psişik varlık astral bedenin yoğunlaştığı ve seyyalleştiği merkezdir.

Özel olarak psişik varlığa tahsis edilmiş organlar guddesel sinir sistemini meydana getiren ve tüm bunlara bağlı organlardır (küçük beyin, büyük sempatik sistemi, damarları daraltıp genişleten sinirler).

Bundan da anlaşılıyor ki psişik varlığın etki merkezi “baş”tadır (arka-alt kısmı). Onun organik fonksiyonlarının muhafaza ve devamlılığı, kan ile taşınan hayat enerjisinin “küçük beyin” tarafından “sinir gücü”ne dönüştürülmesi ile sağlanmaktadır.



sağlar. Psişik varlık da ona etkisi için gerekli olan sinir gücünü verir. Ayrıca buna ek olarak bu üç merkez de ruh varlığının hizmetine değişik duyu organları sunmuşlardır.

Şöyle ki:

Fizik beden ona dokunma ve tat alma, astral beden ona koku alma, psişik beden de ona duyma ve görme



Organik yaşamın “sinir mekanizması,” hareketi organizmanın tüm noktalarına dağıtır ve ruh varlığına “düşünce”yi kullanması için gerekli unsurları sağlar.

Psişik varlık “sezgi” ile yönetilir.

Psişik varlık ruh varlığına “ilham” ile tezahür eder.

4. Şuurlu Ruh:

İnsan varlığını tümüyle yöneten, isteyen, hisseden, düşünen ve organik triniteyi şuurun birliğinde toplayan ölümsüz RUH VARLIĞI’dır.

Özel olarak ruh varlığına tahsis edilmiş organlar şuurlu sinir sistemini meydana getirenler ve tüm buna bağlı olanlardır.

Demek ki ruhun etki merkezi “baş”tır. Fizik beden ona şuurlu sinir sistemi maddesini sağlar. Astral beden ona bu malzemeyi canlandıran hayat enerjisini

özelliklerini

sağlar. Bu değişik duyular ruh varlığının dış alem ile ilişkiye geçmesini sağlar.

Ruh iç varlıkla da ilişkidedir. İç varlık kendini ona içgüdü (duyuların tatminine ilişkin), arzu ve zihin uyaralarıyla belli eder. Ruh varlığının insan bedeninin üç merkeziyle (karın, göğüs, baş) olan ilişkisi “omurilik” aracılığıyla.

İç varlıktan gelen tepkiler karşısında ruh varlığı bunlara tahammül edici bir tavırdadır. Bu güç onun serbest iradesinden gelir. Her üç organik merkezden de bağımsız olan ruh varlığı bunlara doğrudan doğruya olmasa da dolaylı olarak etkide bulunur.

Ruh varlığı sindirim organlarının işleyişini doğrudan değiştiremez ama

besin maddelerini seçmede tüm irade ondadır. Karnın giriş kapısı olan ağız da tat alma duyusunun desteğiyle birlikte ruhun hizmetindedir. En faydalı besinleri yiyerek bedeni ihya etmek ya da en zararlı olanları tercih ederek sağlığın bozulmasına neden olmak da onun bileceği iştir.

Ruh varlığı dolaşım organlarının işleyişini de doğrudan değiştiremez ama nefes alıp vereceği bölgeyi seçmekte tamamen özgürdür. Göğsün giriş kapısı olan burun delikleri de koku alma duyusunun desteğiyle birlikte ruhun hizmetindedir. Örneğin, o isterse, tüm solunum sistemini felce uğratabilecek zehirli bir gazı da teneffüs edebilir, tam tersine bedene çok faydalı olan kırsal kesimlerdeki temiz havayı da solumaya gidebilir.

Bunlardan şu sonucu çıkarabiliriz ki ruh varlığı aldığı besinlerde uygun değişiklikler yaparak fizik beden yapısını farklı bir hale getirebilir.

Ruh varlığı solunum ritminde oynamalar yaparak ve soluduğu havayı özel kokularla değiştirerek astral bedene de etkide bulunabilir.

Ayrıca ruh varlığının gözler ve kulaklara etkisi şuurlu durugörü ve duruşu özelliklerinin gelişmesine neden olmaktadır.

Özetlersek, ruh varlığı gıdalar, solunulan hava ve duyular vasıtasıyla iç varlığa, organlar vasıtasıyla da tabiata etkide bulunur.

Gözler, gırtlak ve ağız da ruhun dış aleme etkide bulunmak için kullandığı organlardır. Bunlarla ifadede bulunur.

Ruh varlığının fonksiyonlarını şöylece özetlemeye çalışalım:

Her şeyden önce, iç varlığın üç ilkesinin ona sağladığı maddesel, hayati ve psişik unsurlar sayesinde ruh varlığı değişik etki imkanlarına sahiptir.

Hissettikleri:

- İç varlıktan içgüdüsel (duyuların tatminine ilişkin), animik ve zihinsel uyarılar alır.
- Dış alemden değişik duyumlar alır.

Düşündükleri:

- Değişik psişik hallerin doğurduğu fikirleri algılar ve bunları kıyaslar, sınıflandırır, hükmünü verir ve iradesini saptar.

İstedikleri (ve bunları gerçekleştirmek amacıyla yaptığı etkiler):

- İç varlığa tamamen kendi yönetiminde bulunan giriş kapıları vasıtasıyla üç merkeze soktuğu unsurlarla etkide bulunur.
- Bedenin dış kısmına da organları ile etki edebilir.
- Dış aleme de kendi hizmetindeki organlar ve ifade organları (ses, bakış, jest) ile etkide bulunur.

İstedikleri ve hissettikleri beden organları ile doğrudan temasta olmasına karşın, düşündükleri bunları yönetmektedir.

Karnın dış aleme gıda etkisi “kilüs”ü oluşturur.

Başın organa (duyuya) etkisi “fikri” oluşturur.

Ruh varlığının iç varlığa ve dış aleme etkisi ise “kader”i meydana getirir.

Bir bütün olarak tasavvur edilen insan varlığı, iradesini kendisine emanet edilen tüm unsurlarda kullanarak tekamülü için ihtiyacı olan “karma”yı hazırlar. □

Kaynak: *Maj’ların Bilimi*, Papus.

Ruh ve Madde Dergisi ciltlerinden hazırlayan:
Neslihan Kosova.

Yeryüzünün İlacı: Gezegemizi Şifalandırmak

Sandra Ingerman

NEHİRLER bana hep yaşamın büyüsunü hatırlatmıştır. Nehirlere sevgim, nehirlerin kirlenmesini tersine çevirmenin mümkün olup olmadığını merak etmeme, bu da bütün çevre kirliliğini tersine çevirmekle ilgili daha geniş bir ilgi düzeyine yol açtı.

1978’de, San Francisco Eyalet Üniversitesi Deniz Biyolojisi bölümünden mezun oldum. Nehir kirliliğini tersine çevirmek meselesine duyduğum ilgi biyoloji dalında master başvurusu yapmama yol açtı. Tezim kirliliği tersine döndürme meselesi üstüne olacaktı. Başvurduğum okul tez önerimi heyecanla karşıladı ve bu meseleyi araştırıp keşfederek bilimsel yoldan ilerlemeye hazırlanıyordum.

Ama o sıralarda bir şey fark ettim: bilim alanında kalmak istemiyordum. Kendimi Kaliforniya Enstitüsü Asya İncelemeleri (artık Kaliforniya Entegral İncelemeler Enstitüsü olarak biliniyor) bölümüne kayıt yaptırmış, psikolojik danışmanlık dalında master yaparken buldum.

Orada çalışırken, şamanik yolculuk üstüne bir kurs aldım. Şamanizm insanlığın ilk ruhsal uygulamasıdır, en az 40.000 yıl önceye dayanmaktadır. Bazı antropologlar 100.000 yıllık bir tarihi olduğunu düşünmektedirler. Şamanizmin başlıca yöntemi şamanik yolculuktur. Şamanik yolculuk olağan-olmayan gerçekliğe doğru yolculuk ederek ruhsal bilgiye erişmenin ve sorulara yanıt almak ve şifa yardımı almak için doğrudan ifşaatta bulunan yardımsever, merhametli ruhsal varlıklarla etkileşime geçme yoludur.

Şamanizm uygulamasına 1980’de başladım ve kişisel uygulamam çevre kirliliğini tersine çevirme meselesini ruhlarla birlikte araştırmama yol açtı. Bu meseleyle ilgili olarak yirmi yılı aşkın bir zamandır yaptığım yolculuklarımda aldığım en önemli mesajlardan biri şuydu: Dünyayı ve çevremizi değiştirecek olan şey ne yaptığımız değil, kime dönüşecek olduğumuzdur. İçteki uyum dıştaki uyumu yaratacaktır. Dolayısıyla asıl iş, düşüncelerimizi, tutumlarımızı ve inanç sistemlerimizi nasıl değiştireceğimizi öğrenmektir. İçsel varlık durumumuz bizlere dış dünya olarak yansıdığından içsel çevremizi gerçekten değiştirebilir hale gelmek için “can simyası” ile çalışmak zorundayız. Simyanın doğrusal tanımı “içeride ve içteki yoğun karanlıktan geçerek çalışmak” demektir. Bu büyük bir iştir ve her gün ve gün boyunca yapmamız gereken ruhsal uygulamalara sadakati gerektirir.

İnciller, Kabala ve çeşitli Tao, Hint, yoga, simya, Mısır ve şamanik eserlerde bulunan hikayeler mucizelerin bir zamanlar her gün meydana geldiğini göstermektedir. Kadim kültürler, mistikler ve azizler tarafından gerçekleştirilen mucizelere dair ipucu bulmak için farklı ruhsal gelenekleri araştırdım.

Mucizeler hakkında okuduklarımdan ortaya çıkan şu oldu: Oluşmaya başlayan bütün mucizelerde bir elementler formülü vardır. Bana gelen formül bir hologramdır. Birbirlerinden ayıramayan ama birbiri ile birleştirilmiş elementler, transmutasyonu yaratır. Transmutasyonun tanımı olarak, “Bir maddenin veya cevherin yapısını değiştirme becerisi,” açıklamasını kullanıyorum. Çevresel değişime etkide bulunma çalışması, zehirli maddelerin nötr maddelere nasıl değiştirileceğiyle ilgilidir.

Bulduğum formül:

Niyet + Birlik + Sevgi + Odaklanma
+ Yoğunlaşma + Uyum + Hayal gücü =
Transmutasyon
Mucizelerin
gerçekleşmesi
için olmasını

görmeyi istediğimiz şeye dair güçlü bir niyeti korumalıyız. Niyet eylemi yaratır. Bu, yoğunlaşmayı gerektirir. Ruhsal uygulamada başarılı olmanın yolunun yoğunlaşma yeteneği olduğunu biliyoruz. Ayrıca kısa vadeli ve uzun vadeli hedeflerimize odaklanmayı da sürdürebilmeliyiz.

Bütün mucizeler tanrısal kuvvet ile birliği içermektedir. İncil’de İsa, “Adımla iyileştir,” der ve bunun Arami dilindeki gerçek tercümesi “Tanrı’yı bilmek ve Tanrı’nın iyileştirdiği gibi iyileştirmek” anlamına gelir. Bu, gerçek şifanın meydana gelebilmesi için elzem olan yaratıcı yaşam gücü ile birlik demektir. Hindistan’da bir guru olan Sai Baba mucizevi eylemleri ve şifa yetenekleriyle tanınır. “Sizlerle aramdaki tek fark, ben



kim olduğumu biliyorum ama siz bilmiyorsunuz,” derken kendisinin tanrısal kuvvetle birlikte olduğunu bildiğini söylemekteydi. Bunlar farklı mistiklerin birlik durumu hakkında söylediklerine dair yalnızca birkaç örnektir.

Sevgi bütün mucizelerde elzem bir malzemedir çünkü iyileştiren tek şey sevgidir. Teknikler iyileştirmez. Açık bir yüreğin olduğu yerde, mucizevi olanı ve büyülü enerjiyi çekip getirecek enerji vardır. Sevgi büyük bir dönüştürücüdür.

Uyumdan simya uygulamasında bilindiği şekliyle söz etmişim, içteki uyum dıştaki uyumu yaratacaktır. Uyumsuzluk hastalık yaratır, uyum ise güzellik ve sağlık.

Hayal gücü ise transmutasyon mucizesini gerçekleştirmenin bir diğer önemli unsurudur, saf ve temiz olup yaşamın bütününe destekleyen bir çevreyi gözümüzde canlandırabilmeliyiz. Amerikalı astrolog Caroline Casey, “Hayal gücü gerçeklik treninin yol aldığı rayları döşer,” demektedir. Hayal gücümüz ile dünyamızı yontup şekillendirme becerisine sahip oluruz.

Bu formüle ek olarak, hatırlanması gereken ilkeler vardır. Algımızı değiştirirken gerçekliğimizi de değiştiririz. Algımızı değiştirmek, temiz bir çevre gerçekliği yaratabilmek için her şeydeki güzelliği görebilir halde

olmalıyız. Her şeydeki güzelliği görmek için de bir takdir ve şükretme hali içinde yaşamalıyız.

Bu çalışmanın iki aşaması vardır. Birinci aşama, bir bedenden, düşüncelerimizden ve geçmiş deneyimlerimizden ibaret olmadığımızı tanımayı öğrenmektir. Bizler her

zaman için ruhsal ışığız ve tanrısal varlıklarız.

Tek kaynaktan ayrı değiliz, kaynakla ve yaşam ağıyla bağlantılıyız. Parmaklarından biri yere düşen ve bedene bağlı olmaksızın bağımsız

bir yaşama sahip olabileceğini sanan bir el düşünün. Bugün, yaşamakta olduğumuz

başlangıçtaki kaynağıyla bağlantısını unutmuş olan kopuk parmaklar gibi davranmaktadır.

Egosal hallerimizde, kendimizi birbirimizden ve yaşamın geri kalanından ayrı algılarız. Yaşam koşulları ve başkalarıyla ilişkilerimiz, negatif düşünceleri ve hisleri tetikler. İnsan varlıkları olarak, düşüncelerimizi ve hislerimizi tanıyıp kabullenmemiz önemlidir. Düşüncelerimizin ve hislerimizin arkasında başkalarına ve çevreye yayıp yollayabildiğimiz enerjinin var olduğunu tanıyıp kabullenmek de bir o kadar önemlidir. Şamanik kültürlerde, öfkeyi ifade etmek ile öfkeyi yollamak arasında fark olduğu anlaşılmış, kabul edilmiştir.

Çeşitli düşüncelere ve duygulara sahip olmak sağlıklı bir şeydir.



Yapmamız gereken çalışma, düşüncelerimizin ve duygularımızın arkasındaki enerjiyi sevgiye ve ışığa nasıl dönüştüreceğimizi öğrenmektir. Böylece, hislerimizin derinliğini hissedebiliriz ama bunu yaparken herhangi bir zarar vermeyiz.

Tıpkı bütün kadim kültürler gibi bizler de sözlerin titreşim olduğunu yeniden tanıyıp kabullenmeliyiz. Yüksek sesle konuşurken evrene bir titreşim yollamaktayız ve bu, tezahür edip bize ve başkalarına dönecektir.

Çocukken, “Abrakadabra,” deyip sihircilik oynadığımız günleri hatırlayın. Bu aslında Arami dilinde, “Abraq ad habra,” şeklinde okunan ve, “Konuştuğum üzere yaratacağım,” şeklinde tercüme edilebilecek bir deyiştir.

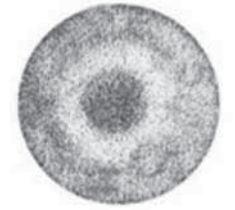
How to Heal Toxic Thoughts (Zehirli Düşüncelere Şifa Vermek) adlı kitabımda bilincin negatif durumlarının transmutasyonu ve de sözlerin gücü ile nasıl çalışılabileceğini ele aldım.

Bu çalışmanın ikinci aşaması ise yaratmış olduğumuz kirliliği tersine çevirmek için törenler yapmak üzere bir topluluk halinde bir araya gelip toplanmaktır.

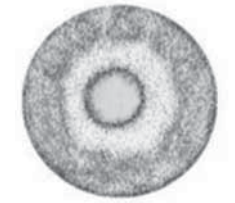
Medicine for the Earth: How to Transform Personal and Environmental Toxins (Yeryüzünün İlacı: Kişisel ve Çevresel Zehirleri Dönüştürmek) adlı kitabımda da yukarıda sözünü ettiğim konunun ayrıntılarına giriyorum. Bu kitabı yazdıktan sonra, ele aldığım uygulamaların zehirleri gerçekten dönüştürüp dönüştürmediği görmek için bazı bilimsel deneylere başladım. İyonsuz (içinde mineral olmayan saf su) suyu kasten çevremizde yaygın bir zehirleyici madde olan amonyum

hidroksit kirletip çalıştım. Bu madde güçlü bir alkali olduğundan, varlığını turnusol kağıdı ile test etmek kolaydır. O sıralarda, pek çok öğrenci grubu ile birlikte çalışmaktaydım. Her grupta yukarıda belirttiğim ilkeleri kullanarak çalıştığımızda suyun pH değeri 1-3 birim nötre doğru değişti. Günlerce hazırlık yapmıştık ama törene başladığımızda, suyun değişmesi yalnızca 15-20 dakika kadar sürdü. Bilimsel bakış açısından bakıldığında bu, imkansız görünmektedir.

Bu ilk deneylerden sonra, Kirlian etkisini temel alan bir gaz deşarj görüntüleme kamerası kullanmaya başladım. Artık, çemberimiz içinde mevcut olan maddelerin enerjisindeki değişimin resimlerini çekebiliyoruz. Suyun yanı sıra şifa çemberine bir şeftali, yol kenarından alınmış toprak, peynirli kraker vb. koyduk (Şekil 1 ve 2). (Daha çok resim için www.medicinefortheearth.com web adresindeki sitemizi ziyaret edebilirsiniz.)



(Şekil 1) Toprak örneği, törenden önce.



(Şekil 2) Toprak örneği, törenden sonra.

Törenlerimizde, çevreyi manipüle etmeye çalışmadığımızı belirtmeliyim. Çemberimizin sunağında duran maddeler üstüne odaklanmadık. Yalnızca dış dünyamızın bize, yaptığımız içsel değişimleri yansıtacağı anlayışı ile kendimizi değiştirdik. Bu algılama tarzı, “Aşağısı, yukarısı gibidir; dışarısı, içerisi gibidir,” şeklindeki kadim ve ezotetik ilkeye dek uzanmaktadır.

Simyacılar aslında kurşunu altına çevirmediler. Simya uygulaması kurşun bilinci altın bilince dönüştürmekle ilgilidir. Bilincimizi değiştirmeye ve içimizdeki ışıkla temas etmeye başladıkça, dış dünyamızda büyük değişimlere etki edebiliriz. Dünyayı

değiştiren ne yaptığımız değil, ne hale geldiğimizdir.

Yaşamın tamamı ışıktan yapılmadır. Bizler ışığız. Her şey ışıktır. Bunu hatırlayarak, dış dünyamızdaki her şeyi değiştirebiliriz; içeri aldığımız şey ise şifa veren ışıktır.

Ruhsal gelenekler şunu öğretir: fiziksel düzeyde tezahür etmeden önce, her şey ruhsal düzeyde tezahür eder. Gezegen üstünde değişim yaratmak için şimdi sahip olduğumuz güç, ruhsal uygulamaları günlük yaşamlarımızla bütünleştirmekte yatmaktadır. □

İnternetteki <http://www.sandraingerman.com/medicinefortheearth.html> adresinden çeviren: Yasemin Tokatlı.

SEMBOLLERDEN SEÇMELER

Aureol

TEK ANLAMLI bir semboldür. “Özellikle resim, fresk, minyatür ve mozaik gibi eski sanat yapıtlarında mistiklerin veya peygamber, azizi gibi kutsal sayılan kişilerin bedenleri ya da başları çevresinde gösterilen dairesel, yumurta biçiminde veya alevler tarzındaki ışıklı bölge” olarak tanımlanan aureol sembolü metapsişikte aura adıyla bilinen, canlıların bedenlerini çevreleyen ışıklı elektromanyetik alanın üst kısmını temsil eden ve bu kısmın söz konusu kimselerde çok gelişmiş ve parlaklaşmış olduğunu simgeleyen bir semboldür. Terimin kökeni Kilise Latincesindeki “altın taç” anlamına gelen aureola corona ifadesidir. Aureol yalnızca baş kısmında ışılan bir halkadan ibaret olduğunda “hale” (halo) veya “ayla” adını alır. Sembol İslami tasvirlerde Hristiyan tasvirlerin çoğunda olduğu gibi bir halkadan ibaret yapılmaz, alevler halinde ve kimi zaman tüm vücudu çevreler halde gösterilir ki kimi tasvirlerde bu alevler bir koni ya da çam kozalağı biçimini andırır. □



Kaynaklar: Semboller Ansiklopedisi, Alparslan Salt, Ruh ve Madde Yayınları.

Kadın Olmanın Yaratıcı Gücü

M. Reşat Güner

2. Bölüm



Beynin İşleyişi: Sol ve Sağ Beyin

SİMDİ, biraz beynimizin işleyişinden söz etmek istiyorum. Pek çoğunuz sol beyin ve sağ beyin hakkında yapılan araştırmaları duymuşsunuzdur. Bildiğiniz gibi, beynimizin birbirinden farklı işlevleri yerine getiren iki yanı var. Sol ve sağ yarımküreler... Beynimizin sol yarımküresi bedenimizin sağ tarafını, sağ yarımküresi ise sol tarafını kontrol eder. Yani sağ elinizi kullandığınızda beyninizin sol tarafını, sol elinizi kullandığınızda sağ tarafı harekete geçirmiş olursunuz. Ancak beyin iki yarımküresi aynı zamanda birbirinden farklı işlevleri yerine getirir. Sol beyin daha çok, konuşma, mantık yürütme, sebep sonuç bağlantılarını takip etme gibi daha “doğrusal” (lineer) işlevleri yerine getirirken, sağ beyin sanatsal yaratıcılık, müzik, sezgiler, ruhsal deneyimler ve bütünsel kavrayış gibi daha kaotik ve doğrusal olmayan işlevleri yerine getirir.

Sol beynin işlevlerini özetleyecek olursak: Mantık, dil ve sözcükler, detaylar (küçük resim), bilim, isimler, matematik, düzen, analiz edici, lineer zaman.

Sağ beynin işlevlerini özetleyecek olursak: Hissetme, imgeleme, semboller ve imgeler, ruhsallık, uzamsal algılama, fanteziler, müzik, biçim, güzelliği algılama, “büyük resim.”

Bu bilgiler beynin hassas aletler tarafından gözlemlenmesi sonucunda elde edilmiştir. Yani insanlar belli işleri yaparken beyninin neresini kullandığını ölçerek bu sonuçlara varılmıştır.

Şimdi, bu olguyu bugünkü konumuza tercüme edecek olursak sol beynin daha çok “eril,” sağ beynin ise daha çok “dişil” fonksiyonları yerine getirdiğini söyleyebiliriz. Ve tabi ki genel geçer olarak kadınlarda sağ beynin, erkeklerde sol beynin daha baskın olduğu hiç şaşırtıcı olmayacaktır. Kadınlar daha çok sağ beyinlerini kullanmaya, erkekler ise sol beyinlerini kullanmaya meyillidir. Elbette, bunun tersi istisnai durumlar vardır. Sağ beyinlerini iyi kullanan erkekler olduğu gibi, daha çok sol beyni baskın olan kadınlar da vardır.

İdeal olan bu iki yarımkürenin dengeli biçimde kullanılmasıdır. Yani yaşamımızda sol beyni kullanmamız gereken zamanlar olduğu gibi, sağ beyni kullanmamız gereken zamanlarda vardır. Yani sol beynin eril yanımızı, sağ beynin ise dişil yanımızı temsil ettiğini göz önüne aldığımızda yaşam içerisinde “eril” hareket etmemiz gereken zamanlar olduğu gibi “dişil” hareket etmemiz gereken zamanlar da vardır.

Aslında beynimizin doğal ritmini incelersek, sol beynin ve sağ beynin dönüşümlü olarak baskın hale geldiğini görebiliriz. Evet, doksan dakikalık döngülerle sağ beyin ve sol beyin dönüşümlü olarak baskın hale gelir. Yani doğal ritim içerisinde doksan dakika sol beyin, doksan dakika sağ beyin baskın haldedir. Bunu anlamak için basit bir test yapabilirsiniz: Şimdi, sırayla burun deliklerinizi kapatın ve şu anda hangisinin daha açık olduğuna dikkat edin...

Eğer sol burun deliğiniz daha açık ve aktif durumdaysa şu anda sağ beyniniz baskın demektir. Eğer sağ burun deliğiniz daha açıksa o zaman şu anda sol beyniniz baskın durumda demektir. Eğer ikisi de eşitse o zaman iki yarımküre dengede demektir. Meditasyon, nefes egzersizleri vb. çalışmalar beyninizin iki yarım küresini dengelemeye yardımcı olur.

En ideal yaratıcılık durumu için beynin iki tarafının da dengeli çalışması gerekir. İdeal hal içimizdeki eril ve dişil yanın dengeli halde olması, gereken yerde eril, gereken yerde dişil niteliklerin kullanılması ve bunların birbirleriyle işbirliği ve bütünlük içerisinde çalışmasıdır.

Dişil Güç ve Sevgi Enerjisi

ENERJİ ENERJİDİR ve her tür yaratıcı enerji aslında aynı kaynaktan gelir. Yaratıcılığın dişil yanı bizim varlığımızın sürmesini sağlayan enerji akışının devam ettirilmesiyle ilgilidir. Bu yaratılışın kaynağından akıp gelen enerji akışıdır. Kendimizi bu enerjiye hizaladığımızda yaratılışın kaynağına açılmış oluruz.

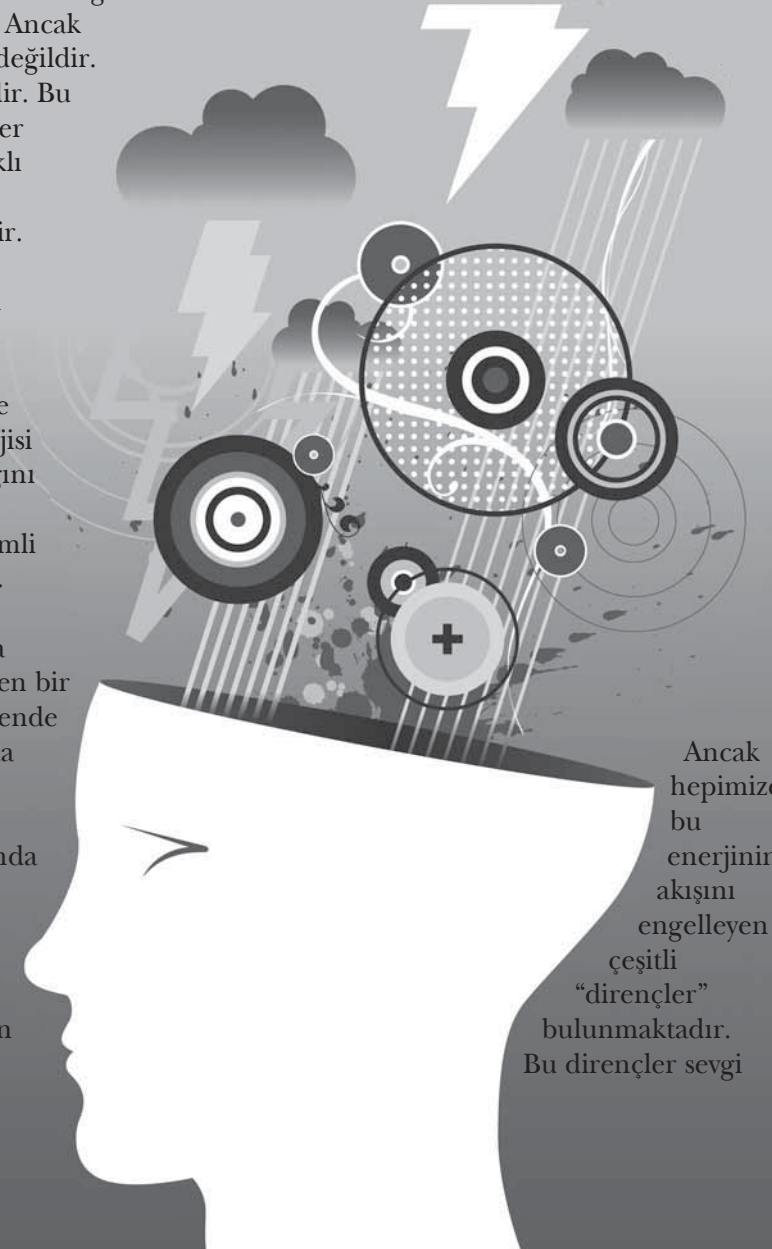
Eğer bu durumun farkında olur ve kendi içimizdeki dişil yanı serbest bırakırsak, yaşamımızda çok verimli ve güzel bir akış başlar. Ve bunu bir de kendi içimizdeki eril yanla bütünleştirip dengeli bir hale getirirsek, tadından yenmez bir şey ortaya çıkar.

Dişil gücün kendisini ifade ettiği en önemli unsur sevgi enerjisidir. Bizler sevgiyi genellikle hissedilen bir duygu olarak biliriz. Sevgiyi deneyimlemek her şeyi deneyimlemek gibi duygularla olur. Ancak sevgi bir duygu değildir. Sevgi bir enerjidir. Bu enerji evrenin her yanında çok farklı görünümlerle kendisini gösterir. Pek çok ruhsal öğretinin varoluşun Tanrı'nın sevgisiyle oluştuğunu ifade eder. Sevgi enerjisi kozmosun varlığını sürdürmesini sağlayan en önemli bağlayıcı güçtür.

Sevgi yalnızca canlılar arasında kendisini gösteren bir şey değildir. Evrende her şeyi bir arada tutan bir çekim gücü vardır. Bu çekim gücü aslında sevgi enerjisinin fiziksel düzeydeki bir görünümüdür. Aynı şeyi atomun içerisinde de

gözlemleyebiliriz. Atomun kendi içerisinde de bir çekim gücü vardır ve bu güç sayesinde atomaltı parçacıklar bir arada kalır.

Bu enerji bizim yaşantımızda aşk, sevgi, bağlılık gibi çeşitli biçimlerde kendisini gösterir. Bu enerji bizi içten ve dıştan saran bir güç olduğu için ve aslında kendi varlığımızın dokusunu oluşturduğu için kendimizi ondan ayrı tutmamız mümkün değildir.



Ancak hepimizde bu enerjinin akışını engelleyen çeşitli “dirençler” bulunmaktadır. Bu dirençler sevgi

enerjisinin akışını engeller. Bunu aynen elektrik enerjisiyle ilgili iletkenlik durumuna benzetebiliriz. Farklı metallerin elektrik enerjisine karşı farklı düzeyde dirençleri vardır. Direnci fazla olan metaller elektrik enerjisini daha az iletir. Örneğin, demir elektriği belli bir derecede iletir. Bakırın iletkenliği demire göre daha iyidir. Yani bakırın elektrik enerjisine karşı direnci daha azdır. Bundan dolayı daha iyi iletir. Ama gümüş bakırdan da daha iyi bir iletendir. Ve sırasıyla altın ve platin enerjiyi en az kayıpla iletir.

Aynen buna benzer biçimde biz de kendi içimizde sevgi enerjisinin akışını engelleyen çeşitli dirençler taşıyoruz. Hepimiz bir şeyleri severiz, direnci yüksek olan insan yalnızca kendisini, malını mülkünü sever. Direnç biraz daha azaldığında en azından ailesini ve çevresindekileri sever. Dirençler azaldıkça kişinin sevgi kapsamı da genişler ve gelişir.

Dirençlerin tamamen ortadan kaldırılması mümkün değildir. Ancak kişi kendi üzerinde çalışarak dirençlerini azaltır. Ve sevgi enerjisine karşı direnç azaldıkça o enerji daha fazla yayılmaya başlar. Kişi böyle bir duruma geldiğinde çevresindeki insanlar üzerinde çok olumlu bir etki oluşturmaya başlar.

Sevginin dışıl görünüşleri arasında en önemli şeylerden birisi şefkat ve merhamettir. Anne şefkatinin nasıl bir şey olduğunu hepimiz biliriz. Bu şefkat ve koruyuculuk yaratılışın devamlılığını sağlayan en önemli niteliklerden bir tanesidir.

Dişil yanımızla bütünleştikçe ve onun kendisini doğal biçimde ifade etmesine izin verdikçe sevgi enerjisi daha kesintisiz biçimde akmaya başlar.

Ve sevgi yaşam içerisinde çok farklı biçimlerde ortaya çıkar. Aile sevgisi, evlat sevgisi, vatan sevgisi, görev sevgisi vs. Dirençleri ortadan kaldırdıkça yaptığımız her şeyde sevgi enerjisi kendisini göstermeye başlar.

Sürekli bir yaratıcı akış içerisinde olduğumuz için aslında her an bir şeyler yaratmaya devam ediyoruz. Ya da kozmos her an bizim aracılığımızla bir şeyleri yaratıyor. Bu durumda bu yaratılışın içerisinde sevgi enerjisini kattığımızda her şeyin bereketinin arttığını görebiliriz.

Günümüzde maalesef her şeyin materyalize olduğu ve maddi değerlerle ölçüldüğü bir zaman içerisinde yaşıyoruz. Manevi değerler birer sömürü aracı haline getiriliyor ve bilinçsiz bir yıkıcılık yaşamımızı tahrip etmeye devam ediyor. Bu şartlarda gerçek anlamda, dişil niteliklerin çoğalmasına her zamankinden fazla ihtiyaç duyuyoruz. Zamanla, mekanla ve hiçbir şeyle sınırlı olmayan Tanrı bile bize eril bir güç olarak empoze ediliyor. Zihinlerinizdeki Tanrı imgesini bir yoklayacak olursanız, onun hiç de dişil olmadığını görebilirsiniz. Tanrı'nın tüm bu sıfatların ötesinde olduğunu biliriz, ancak toplumsal bilinçaltı Tanrı'yı eril bir güç olarak tanımlama meylinde. "Allah Baba" ifadesi bunun en güzel yansımasıdır. Böylesi bir şartlandırılma altında, elbette zihinlerimizdeki Tanrı imgesi "eril" bir simge olacaktır. Halbuki Tanrı'nın sıfatlarına baktığımızda, örneğin bizim kültürümüzde "Rahman ve Rahim" olan Tanrı'dan söz edilir. Her işimize beslemeyle başlarız. Bunun anlamı Rahman ve Rahim olan Tanrı'nın adıdır. Şimdi şunu sormak isterim: "Rahman ve Rahim" olmak

yani "esirgemek, bağışlamak, rahim olmak, kapsayıcı olmak gibi nitelikler eril nitelikler midir, yoksa dişil mi?"

Anadolu Tanrıçaları

ASLINDA bu topraklarda yaşamış pek çok kültürde Tanrı figürü eril değil, dişildir. Eril Tanrı imgesi insanlığa korku salan bir figür olarak Sami dinleriyle birlikte ortaya çıkmıştır. Onun öncesinde dünyanın pek çok yerinde pek çok kültürlerdeki Tanrı imgesi, Tanrıça olarak "dişil" nitelikler sergilemektedir. İşte, size birkaç örnek:

Dünyanın birçok yerinde binlerce yıl öncesinden başlayarak ana tanrıça inancı, kültü bir şekilde varlığını devam ettirmiş, toplumun hemen hemen her alanında kadınları çok önemli haklar kazandırmıştır. Anadolu'nun yeri bu anlamda daha da önem kazanıyor, çünkü "ana tanrıça" inancı bu topraklar üzerinde o kadar derin izler bırakmıştır ki ele geçen ana tanrıça heykel ve heykelciklerinin sayısı binleri geçmektedir.

Bu tür örnekler erken dönem yerleşimlerinin tümünde rastlanmaktadır. Yani Anadolu'nun hemen hemen her karış toprağı ana tanrıça inancıyla beslenmiştir. Sadece heykeller, idoller değil aynı zamanda ana tanrıça tapınaklarına da bütün bölgelerde

rastlanmaktadır. On binlerce yıl içinde tanrıçalar o kadar çok ad ve sıfatla anılmıştır bu durum toplum içinde ana tanrıça inancının diğer ataerkil inançlar içinde her zaman ön planda göstermektedir.

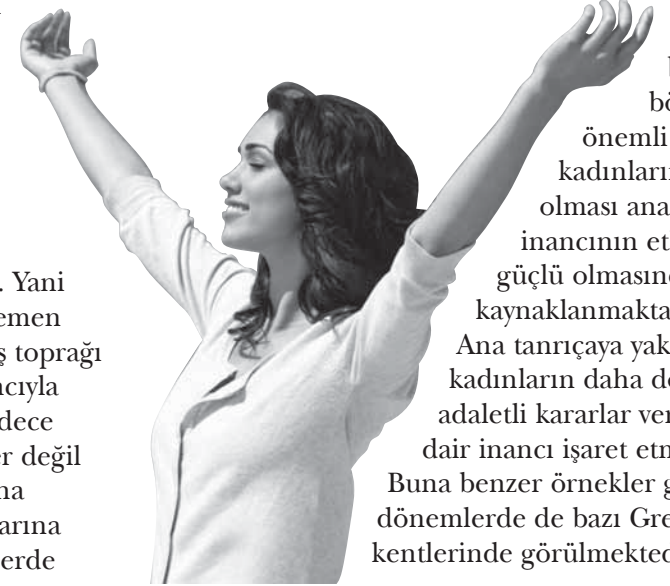
Kubaba, Kumbaba, Kumpapa, Kibele, Hübel, Ma, Mater, Artemis ve benzer adlandırmalar ana tanrıçaya uygun görülmüştür.

Hititler Kubaba, Frigler Kibele, Araplar Hübel, Romalılar Magna Mater (Büyük Ana, Ulu Ana) Luviler Ma, Grekler Artemis, erken dönem Hristiyanları Meryem Ana diyerek ana tanrıça inancını devam ettirmişler.

Anadolu'da ana tanrıça inancının bu denli önemli ve güçlü olması kadının toplum içindeki konumunu oldukça yükseltmiştir. Mesela Herodotos'un anlatımlarında Lidyalı kadınların kendi kocalarını seçmeleri günümüz reel yaşantısının çok ötesinde bir algı yaratmaktadır. Ya da daha erken dönemlerde günümüzden 4.000 yıl öncesinde Kaniş yerleşiminde (Kayseri yakınlarındaki erken dönem yerleşimi)

kadın yargıçların bulunması böylesine önemli bir görevi kadınların yapıyor olması ana tanrıça inancının etkisinin güçlü olmasından kaynaklanmaktadır. Ana tanrıçaya yakın olan kadınların daha doğru ve adaletli kararlar vereceklerine dair inancı işaret etmektedir.

Buna benzer örnekler geç dönemlerde de bazı Grek kentlerinde görülmektedir, Priene



kentinde de yargıçların kadınlardan oluşması önemlidir.

Biraz daha ayrıntıya girersem, aslında tarihin belli dönemlerinde kadın haklarının nasıl korunduğunun ve kadına ne kadar değer verildiğinin anlaşılabilirliğini düşünüyorum. Özellikle Hitit yasalarında kadınlara ilişkin bazı ayrıntılar oldukça ileri medeni bir toplum yapısını gözler önüne sermektedir. Ele geçen tabletler üzerindeki verilerden hareketle bu yasalarda şunlar bulunmaktadır: Kadın ve erkek eşit koşullarda ve evlenme akdi ile aile kuruyorlardı. Boşanmayı kadın da erkek de isteyebiliyordu. Boşanma belgelerinde ise evlilik süresi içinde edinilen mal varlığının eşit paylaşılacağı belirtilmektedir. Yine Hitit yasalarına göre, boşanma sonunda çocukların velayeti kadına verilmektedir, baba nafaka ödemektedir. Bununla birlikte kadınlar ticaret yapabilirler, bağımsız iş kurabilmektedirler. Bunun da ötesinde kadınlar kraliçe olarak şehir yöneticileri olabilmektedirler. Kadına tanınan benzer haklar günümüz toplumlarının bir çoğunun ötesindeki bir anlayışı temsil etmektedir.

Ana tanrıça inancı bağışlayan, koruyan, kentlerin kurucusu, doğanın, hayvanların vahşi yaşamın koruyucusu, doğurgan bakire, tanrı anası, bolluk bereket getiren, yaratan özelliklerini içinde barındırmaktadır. Tüm bu sıfatlarıyla toplum içinde kendisine oldukça değer verilmekteydi. Ephesos kentinde yer alan muazzam ve dünyanın yedi harikası içinde yer alan Artemis Tapınağı ana tanrıçaya adanmıştır. Hristiyanlık yayılmaya başladığında ana tanrıçaya ait olan bir çok sıfatın, toplanan

İzmit Konsül'ünde Meryem Ana'ya aktarılması, Hristiyanlığın gelişmesinde yayılmasında oldukça etkili olmuştur. Son dönem içinde tek tanrılı dinlerin artması ve bu inançlar içinde kadının giderek dışlanması anaerkil toplum yapısını tümünden ortadan kaldırmıştır. Son 1.500 yıl içinde kadın giderek ikinci insan kategorisinde kalmaya mahkum olmuştur. Ataerkil güç bütün kurumları ile kadını dört duvar arasında kapatmış üretimden gelen gücünü kullanmasına engel olmuş, binlerce yıl boyunca sahip olduğu hakları elinden almıştır. Buna rağmen Anadolu'nun bazı lokal kültürlerinde ana tanrıça inancının etkilerinin söndürülemediği, söz sahibi, üreten, yetiştiren kimliğini korumasını sağlamıştır.

Şu anda gerek bireysel gerekse toplumsal düzeyde sıkıntısını çektiğimiz pek çok problem eril ve dişil güçlerin dengesizliğinden dolayı ortaya çıkmıştır.

Eril mantık daha çok belli kurallardan ve standartlardan yana olacaktır. Dişil mantık ise yapıcı, bağlayıcı ve bütünleştirici bir tavır sergileyecektir.

Bu konuda daha söylenecek çok söz var, ancak şimdilik bu yazımı eril ve dişil mantık arasındaki farkı sergileyen hoş bir örnekle sonlandırmak istiyorum:

Küçük bir oğlan ve kız çocuğu oyun oynamaktadırlar. Erkek çocuk şunu söyler, "Haydi, korsancılık oynayalım." Kız çocuk şunu söyler: "Haydi, komşuculuk oynayalım." Oğlan: "Hayır, ben korsancılık oynamak istiyorum." Kız çocuk bu durumda şöyle cevap verir: "Peki, sen yan evde oturan korsan ol." □

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

Tesir Kuşağı

Celse: 78, 12.12.1965

TESİR KUŞAĞI, varlıkların içinde buldukları tekamül realitesinin -bu özel bir tabirdir- tekamül realitesinin, onlar üzerinde meydana getirmiş olduğu ihtiyaçlardan dolayı neşredilen tesirlerin müşterek bir rezonansından ibarettir. Tesir planı ise, bu kuşağın ayrı bir buut içerisindeki, başka bir buut içerisindeki tezahürüdür. Öyle bir durum ki, bir tesir kuşağı içerisinde bulunan varlıkların tümü, muayyen bir buudun dışına çıkıldıktan sonra, gene kendi kendilerinin besleyicisi durumuna geçerler. Burada dairevi tesirleri mütalaa etmeniz gerekir. Dairevi tesirler, bir varlıktan neşrolunup cevabının geldiği tesirler demektir. Bu adeta, atılan bir taşın tekrar dönüp insana gelmesi demektir. İşte Ruhi Plan, sizin bu tesirlerinizi umumi tekamül nizamı içerisinde, herhangi bir aksaklığa sebebiyet vermeyecek şartlar içerisinde size aksettirendir. Böylece fert, ya da varlık hem kendi kaderini tayin etmiş, hem hürriyetini ve iradesini kullanmış ve hem de muayyen bir planın tatbikatında fonksiyoner olmuş demektir. □

buut: boyut.

mütalaa: okuma. irdeleme. müzakere etüt.

neşr: dağıtma, yayma, herkese duyurma.

Renk Psikodinamiği

Mark Wentworth



Renk terapisti Mark Wentworth ile yapılan bir röportajı siz okurlarımızla paylaşıyoruz.

S)Renk Psikodinamiği nedir, açıklar mısınız?

C)Renk Psikodinamiği adı verilen şifa yöntemi yirmi beş yıl içinde geliştirdiğim çok sade ve çok kolayca kullanılan bir sistemdir. Kişinin bütün ve tam olduğu ama bunu görmesini veya bilmesini önleyen engeller koymuş olduğu kabulü ile başlarız. Kişiyi parçalanmış veya eksik görmek yerine böyle bir kabullenmeyle işe başlarsanız, danışan derhal farklı hissedecek ve ayrıca değişimleri yapabilme becerisine sahip olanın kendisi olduğunu ve terapistin ise elinde bir yol tabelası olan bir kılavuz işlevi gördüğünü anlayacaktır. “Yaşam için Renk” çalışması, renkle ilgili olarak yaptığım her şeyi kapsayan bir kavram; buna reklamcılık, giysiler, dekor ve gereken her

şey dahil. Renk Psikodinamiği ise bireyi şifalandırmakla bağlantılı kısmı; kişiyi tam rengi ile görmeyi ve sonra o kişinin, dünyasının geri kalanına renk açısından nasıl uyum sağladığını inceleyen ayrıntılı ve tam bir sistem. Örneğin, yeşil titreşim sahibi bir kişi, denge ve kendine ait mekan oluşturmaktan hoşlanan biri anlamına gelir, ancak o kişinin ilişkisi kırmızı -yani yeşil için fazla güçlü ve talepkar-, işi de mor renkte ise bu kişi stres yaşar, dengesini yitirir ve sorunun sebebinin dışarıda arama eğilimi gösterebilir. Renk Psikodinamiği o kişiye kendi içsel gerçekliğini keşfedip bunun dışsal şeylere nasıl etki edip değiştirdiğini anlamasına yardım eder.

Renğin lisanı zamanın ve yeryüzünün başlangıcından beri mevcut. Sessiz ama çok güçlü bir lisanıdır bu ve bu evrensel iletişim biçimini anladığınızda, ruh varlığının lisanını da anladığınızı söyleyebiliriz. Doğa semboller ve rengin lisanı aracılığıyla bizlerle sürekli olarak iletişim içindedir, örneğin hangi mevsimde olduğumuzu doğada gördüğümüz renklerden anlayabiliriz. Bazı hayvanlar bir eş ararken renkten faydalanmaktadır, aynı şekilde insanlar da! Doğanın renkleri kullanışı hayranlık vericidir zira hep doğru tonu bulur; yeşil bir bitkinin şu sarı çiçek bana uydu mu, uymadı mı, diye sorduğunu asla duymazsınız.

Renğin lisanını bilmenin ve anlamının en iyi yolu doğaya bakmak ve renkleri nasıl kullandığını incelemektir. Sarı ve siyah renkli bir arının soktuğu takdirde, canımızı acıtacağını biliriz; benzer renkleri taşıyan bir yılanın veya böceğin de zehirli olacağını biliriz ama bu renkler üstümüzdeyken insanların neden bizden uzak durduğunu merak ederiz. Renklerin anlamlarını bize anlatan olmaz; ana babamız bizi karşlarına alıp, “Bugün sana rengin lisanından söz edeceğim,” demez, bu içgüdüsel ve bilinçsizce aktarılan bir bilgidir.

Günlük yaşamda belirli şeyleri ve insanları belirli şeylerle ilişkilendiririz; bunlar olumlu veya olumsuz olabilir ve bunlardan hareketle, çağrışımlarımızın dayandığı renkten bilinçsizce hoşlanır veya hoşlanmayız. Yaşadıkça kendi renk sözlüğümüzü oluştururuz, içinde kişisel renk çağrışımlarımız ve tepkilerimiz vardır: Örneğin, belirli bir renkte giyindiğinizde çok dikkat çektiğiniz vb. Kişisel renk sözlüğümüze ek olarak, aile renk sözlüğümüz vardır: Örneğin, anneniz yeşil giymediği ve onun da annesinin ve büyük annelerinin neslinde yeşil giymek evlilikte kötü şans anlamına geldiği için sizin de yeşil giymiyor olmanız vb. Ailesel renk çağrışımlarının ötesinde ise sosyal ve kültürel renk sözlüğü vardır: bir futbol takımıyla ilintili bir rengin rakip takımı çağrıştırması nedeniyle sevilmemesi gibi vb. Kültürel açıdan ise çağrışımlarımız dinsel veya manevi inançla bağlantılı olabilir, örneğin Batı dünyasında bir gelinin beyaz giymesi beklenir, kan kırmızısı gelinlik giymiş bir kızın kiliseye girmesi durumunda davetlilerin tepkisini bir düşünün! Doğu dünyasında ise beyaz ölümle ve

kırmızı ise evlilikle ilişkilidir. Ne biri ne diğeri doğru veya yanlış değildir zira bu, çağrışımsal renklendirmeden ibarettir. Renğin lisanının sınırları yoktur.

S)Esenliğimizi korumak ve güçlendirmek için renkler nasıl kullanılabilir? Fiziksel, duygusal ve ruhsal olmak üzere bütün seviyelerde işe yarıyor mu?

C)Renkler herkesin kullanımına hazırdır, pahalı değildir ve hep etrafımızdadır. Fiziksel, duygusal veya zihinsel bir sorunuz varsa ona bir renk verin, aklınıza gelen herhangi bir renk. Sonra, bu sorunu hangi renk giderirdi, diye sorun kendinize ve aklınıza ilk gelen rengi kenara not edin. Ardından, sorunu giderecek rengi ciğerlerinize çektiğinizi ve soruna yol açan rengi ciğerlerinizden boşalttığınızı imgeleyerek biraz zaman geçirin. Stres ve ağrı ile başa çıkmada kullanılan çok basit ve kolay bir yöntemdir bu ama hemen her soruna uyarlanabilir.

Giysilerinize, evinizdeki eşyalara bakın, baskın renkleri saptayın. Bunlar nasıl görünmek ve tanınmak istediğinizi belirler, dünyaya gösterdiğiniz maskedir bu. Sonra da giysilerinizde ve evinizde daha az görülen renkleri saptayın. Bunlar arasında biri en az görülenidir ve işte buna dikkat etmelisiniz; yaşamınızdaki baskın renk bu olsaydı ne hissederdiniz, neler olurdu sorusuna yanıt arayın. Bu renkte potansiyelinizi ve hatta bazı şeylerin hayatınızda niçin meydana gelmediği sorusunun yanıtını bulabilirsiniz. Örneğin, günlük yaşamında yeşilin neredeyse hiç yer almadığını fark eden bir kadına, yeşilin baskın olması halinde neler olacağı sorulduğunda, kendisini



Mark Wentworth ve Filipe de Moura

yalnız ve üzgün hisseceğini, bir ilişkisi olmadığını daha çok fark edeceğini ve yaklaşık on yıl önce sona eren uzun vadeli bir ilişkinin yasını tutup tam olarak bitirmemiş olduğunu anlayacağını söylemişti. Bu rengin eksikliğini fark ettikten ve bitkilerle, yastuklarla ve diğer basit şeylerle yaşamına azar azar sokmaya başladıktan sonra iyi bir terapistten yardım alarak geçmişle bağlarını gevşetmeye ve böylece, yaşamında yeni insanlara yer açabilir hale gelmeye başladı.

Genç bir adam menekşe rengini hiç sevmediğini söyledi. Çok mantıklı bir gençti, bu çalışmaya neden geldiğini bilmediğini anlattı ama eğlenceli olabileceğini ve hem ayrıca bu renk terapisi denilen şeyin bir “Yeni Çağ” saçmalığı olduğuna ilişkin teorisini de kanıtlayabileceğini düşünmekteydi. Menekşe rengiyle ilgili bir hikaye uydurmasını istedim, tuhafına gitti

ama yine de denemeye kararlıydı. Hikayesi, seyahat edip dünyayı görmeyi hayal eden on altı yaşında bir oğlanla ilgiliydi ama aile şirketini devam ettirmek zorunda olduğu için oğlanın bu hayali gerçekleştirilmesi imkansızdı. O da yazarak dünyayı görmeye koyuldu, uzak diyarlara yolculuklara çıktı, her türden ilginç insanla tanıştı. Genç adam bunları anlatırken sol kolunun kasıldığını ve rahatsızlık verdiğini söylemeye başladı ve aniden, “Yazmalıyım,” dedi, seans onu çok etkilemişti. Sonra, okuldayken hikayeler yazmaktan çok hoşlandığını ama öğretmenlerinden biri iyi yazamadığını söylediği anda yazmayı bıraktığını ve kendisinden beklenenlere uyum gösterdiğini anlattı. İlginç olan şey, etrafında hep yaratıcılıklarını ifade eden insanlar vardı ve bu genç adamı mantıklı, bilimsel biri olarak görmekteydiler. Menekşe renk ile ilgili hikayesi çok

uzun yıllardır uykuda tuttuğu yeteneği ile yeniden buluşmasını sağlamıştı. Mevlana’nın dediği gibi, bazen “zehirde şeker” saklıdır.

Yıllar içinde renklerden öğrendiğim ders, hiçbir şeyi varsaymamak oldu zira herkesin renklerle deneyimi ve ilişkisi tamamen kendilerine özgüdür. Bence renk Zihin-Beden-Ruh gıdası gibidir; ruh varlığını besler ve eyleme geçirdiğimizde günlük yaşantımızda mucizelerin gerçekleşmesini izleriz.

S) “Yaşam için Renk” bir renk ve kendini keşfetme okulu, kurslarınız ve çalışmanız öncü ve yenilikçi olarak tarif ediliyor. Bu okulun kurucusu ve yönetici olarak, bu teknikleri nasıl ve niçin oluşturduunuz?

C) Yirmi beş yıl kadar önce renklerle ilgili ilk eğitimimi alırken, aklımda hep renkleri gerçekten insanların yaşamına sokmak vardı. Çoğu insanın renkleri kendilerinin dışında olan şeyler şeklinde algıladıklarını fark etmiştim oysa renklerin içimizde de olduklarını biliyordum, özellikle de her bir insanın belirli renklere verdikleri tepkilerden. Ayrıca renk terapisi veya renkle şifa denildiğini duyan insanların bunun çok havai, gerçekçi olmayan, sizi hayallere sürükleyen bir şey olduğunu düşündüklerini de fark etmiştim. Bunun yaşayan bir şey olduğunu, bedenle ve beden içindeki süreçlerle bağlantılı olduğunu biliyordum ve eğer renklerle ciddi bir şekilde çalışmak istiyorsam, bunu farklı bir biçimde yapıp insanların bunu şimdi ve burada, kendilerince deneyimlemesine izin verecek şekilde gerçekleştirirsem bir fark yaratacağımı da anladım. Böylece, insanlar bana hoşlandıkları ve hoşlanmadıkları renkleri söylediklerinde onlara belirli bir rengi hareketle nasıl ifade ederlerdi

diye sormaya başladım, ardından harekete sözleri ekledik ve “bir renk haline gelen” bir kişinin beden dilinin ve konuşmasının nasıl değiştiğine şahit olmak çok etkileyiciydi. Ayrıca her kişinin aynı rengi ifade edişinin nasıl farklı ve kendilerine has olduğunu da fark ettim. Bu ise benim için renkler dünyasını içeride aramak için bir köprü oluşturdu. Tiyatroyu, dramayı ve hikaye anlatıcılığını seviyorum; bir rengi cisimleştiren kişilerden o belirli rengin hikayesini anlatmalarını veya çizmelerini istedim. Bu özgün yöntem ile insanların geçmiş yaşamlardan kalan bitmemiş işlerini deneyimlemeleri bile mümkün oldu çünkü renklerin zaman algısı yoktur.

Bazen bir kişinin bir renkten hoşlanmayışı geçmiş bir yaşamla bağlantılı olabilir, örneğin yeşil renkten soluksuz kalacak, korkuya kapılıp derin bir üzüntüye girecek kadar hoşlanmayan bir genç adamın I. Dünya Savaşı’nda geçen hikayesi üstünde çalıştığımızda, kendisini Fransa’da bir savaş meydanının ortasında buldu. En iyi arkadaşı yaralanmış ve ölmek üzereydi. Onu kurtarmaya koşarken gaz bombası atıldı ve nefes alamaz oldu. Arkadaşını kurtaramamaktan dolayı hissettiği suçluluk, başarısızlık ve üzüntü ile birlikte ölmüştü. Ölmeden önce gördüğü son şey ise atılan gaz bombasının yeşilimsi sarı dumanıydı.

Böyle bir deneyim grup içinde paylaşıldığında, oradaki herkes renklerin her bir insan için nasıl farklı olabileceğini anlamaktadır. Terapi açısından ise insanların kendilerini daha derin bir seviyeden keşfedip anlamalarını sağlar zira başka hiçbir şey insanlara hayal kurup oyun oynama



izni vermek kadar etkili değildir. Renklerle çalışmak, kişiye hangi rengin ne anlama geldiğini benim söylemem yerine renklerle kendi ilişkisinin nasıl olduğunu bu şekilde öğretir. Her bir rengin anlatacağı bir hikayesi vardır, kendini geliştirme yolunda renklerin gücünü küçümsemeye gelmez.

S)Reiki, refleksoloji, astroloji ve psikoloji gibi diğer terapilerle birlikte kullanıldığında renk güçlü bir araç mıdır?

C)Renkler kendi içinde bir terapi olmasına rağmen diğer herhangi bir terapi yöntemini de tamamlar. İnsanların renklerin gücüne pek değer vermediklerini ve bunu ruh varlığının lisanı olarak görmediklerini düşünüyorum. Renklerin bir etkisinin olabileceği genelde daha sonra akıllara geliyor.

S)Bu çalışma tarzı çok kolay ve kullanışlı görünüyor. Herkes kullanabilir mi?

C)Yöntemle ilgili yazılanları okuyunca çok basit ve yapması kolay görünüyor ama bu yöntemle çalışmak tecrübe ve bilgi gerektiriyor. Bazen insanlar çalışmamı izleyip, “Ben de yapmak istiyorum, kolay görünüyor,” dediklerinde, renklerin bir çalışma konusu olduğunu ve yirmi beş yıldır çalışarak ancak öğrenmeye başladığımı anlatıyorum. Ümidim ve dileğim öğrettiklerim ve seanslar

yoluyla hayatım boyunca taşıdığım renk sevgisini ve benzer bir tutkuyu başkalarına da aktarabilmektir.

Unutmamalı ki bir kişiyle terapi amaçlı çalışmaktaysanız, o kişinin incinebilir ve çoğu kez de yaralı bir parçasıyla çalışacaksınız demektir ve bir terapist olarak, ne yapıyor olduğunuzu bilmelisiniz. Aksi takdirde bu, açık kalp ameliyatı hakkında bir hafta sonu kursuna katılıp hafta başı ameliyata girmek gibi olurdu. Bütün çalışmalarımızda, “psiko-terapist” teriminin kadim Yunan dilindeki “ruh varlığının hizmetkarı” anlamına geldiğini açıklıyorum. Bir danışanla bu bakış açısından hareketle çalışırsam, danışanıma hizmet etme amacıyla hareket ediyorum demektir.

Bir hafta sonu kursuna katılıp daha sonra kendilerine -ne öğrendilerse artık- o ünvanı veren ve daha da beteri, yapacaklarını varsayıp bunu danışanlar üstünde uygulayan insanların yaptığı, bence ahlak dışıdır.

Renkler zaten yanibaşımızda olduğundan, insanları deneyler yapmaya ve ilk olarak kendilerini renk aracılığıyla tanımaya teşvik ediyorum; bunu yaptıklarında, bu çalışmanın insanı hangi derinliklere götürebileceğini de anlıyorlar. Dolayısıyla bu bir “evde kendi üzerinizde deneyin ama uygun eğitimi ve anlayışı edinene dek başkaları üzerinde denemeyin” meselesi. Renk terapisi ve şifa konusunda eğitimler sunan pek çok kurs mevcut ama bildiğim kadarıyla, Renk Psikodinamiği eğitimi, içsel dünyalar ve kişilikötesi psikoloji gibi derinliklere dalan tek kurs; çoğu kez Yaratıcı İfade olarak sanatla terapi başlığı altında da sözü ediliyor.

S)Renkle bağlantılı bir dizi atölye çalışması ve kurs sunmaktasınız, değil mi?

C)Renk aracımı kullanan farklı başlıkları ele alan çeşitli kurslarımız var. Esenlik için kilo vermek ile ilgili bir kursumuz var; ekstra kiloların ardındaki mesajı araştırıyoruz. Evet, ekstra kiloların bile rengi var!

Ayrıca verdikleri hizmet veya sundukları ürün ile ilgili olarak potansiyellerini tam anlamıyla geliştirebilmeleri için iş yerlerine hizmet veriyoruz, örneğin 2008’de Orta Doğu’da bir marka ajansı ile birlikte çalıştık, müşterilerine yeni bir yaklaşım geliştirmelerine yardımcı olması için yeni ofislerinin dekorasyonu konusunda danışmanlık yaptık ve birkaç ay sonra da çalışanlar için ekip kurma ve öz-değer konularında yine renkleri esas alan bir atölye düzenledik.

İki yıllık Renk Psikodinamiği eğitimimiz ise insanların renklerden en kullanışlı biçimde yararlanmalarını ve ister iş ister ev ister ilişkiler olsun yaşamın her alanında renkleri kullanıma sokmalarını sağlıyor.

Renklerin temel ilkeleriyle ilgili, kişilik ve renkler konusuna dair bilgi de içeren küçük bir kitapçık da yazdım. Web sitemde Türkçe versiyonunu bulabilirsiniz: www.colourforlife.com

S)Kurslarınıza katılanların düşüncelerinden ve deneyimlerinden bazı örnekler vermeniz mümkün mü?

C)Bir danışanımız, “Yeni ve heyecan verici bir yaşamı keşfe çıkmak için özgüvenimi yeniden keşfetmemde yardımcı olduğunuz için teşekkür ederim. Öğrettiğiniz renk tekniklerini şimdiden uygulamaya başladım, her şeyin bu kadar basit olmasına hala inanamıyorum! Çalışmalarımızın

giderek büyüyerek devamını dilerim, gerçekten de hayatıma renk kattınız!” diye yazmıştı.

Bir diğeri ise, “Teşekkür ederim: bu hafta sivilcelerim tamamen yok oldu, yalnızca izleri kaldı. Her türlü tedaviyi denemiştim, en sonunda artık bu böyle diye kabullenmeye hazırlanıyordum ki sizden öğrendiklerimden sonra, neredeyse hiç çabalamadan geçip gittiler. Renklerin bunu yapabilmış olmasından dolayı hala şaşkınım; biri soracak olsa, nasıl açıklayacağımı bilmiyorum. Tek bildiğim, hissetme tarzımda büyük bir değişim olduğu; tek bildiğim, karanlıkta geçen yıllardan sonra gerçek ben’imin en sonunda ortaya çıkıyor olduğu.”

Biri de şöyle yazmıştı: “Renkler hakkında bir şeyler öğrenmenin ne kadar eğlenceli ve eğitici bir yolu bu! Öğrenmenin bu kadar eğlenceli olabileceğini hiç fark etmemiştim. Renkler hakkında gerçekten bir şeyler öğrenmek isteyen herkese Mark ile çalışmalarını öneririm.” □

Sizler de renk çalışması ile ilgilenirseniz 26-27 Mayıs 2012 tarihinde Bilyay Vakfında düzenleyeceğimiz hafta sonu atölye çalışmasında renklerle farklı bir boyutta tanışabilirsiniz. (Başvuru için 90-212-243 18 14 veya bilyay@bilyay.org.tr)

Gerçek'in Titreşimleri

David Icke

1. Bölüm

Yıllar önce “Sonsuz Bilinç”ine açılmış, dolayısıyla ülkeler arasındaki sınırları çoktan aşmış bir dünya vatandaşı ve Yunus Emre’yi çağrıştıran bir “Sonsuz Sevgi” aşığı olan David Icke’tan...

SON DERECE olağanüstü bir zamandan geçiyoruz. Düşünebileceğimizden veya hayal edebileceğimizden çok daha inanılmaz bir değişim sürecindeyiz. Titreşimsel bir değişim var ve artık insanların şimdiye kadar kapalı kalmış olan bilinçaltıları göremedikleri dünyalara açılacak.

Bir bildiğiniz var, adlandıramıyorsunuz, ama hissediyorsunuz. Dünyada ters giden bir şeyler var. Beyninize çakılmış bir kıymık gibi sizi rahatsız ediyor. Öyle olmasa bu satırları okuyor olmazdınız. Kimim ben? Neredeyim? Dünya neden böyle?

Bu düşüncelerim 1980’lerde başladığından beri elli ayrı ülkeye gittim, ilkel-modern her yeri gezdim ve bilmecenin parçalarını topladım. Noktaları birleştirmeden büyük tabloyu görmek mümkün değil. Yirmi yıllık araştırmalar sonunda neden bir şeylerin doğru olmadığını anladım. Yazar Michael Ellner şöyle demiş: “Halimize bakın. Her şey ters döndü. Doktorlar sağlığı yok ediyor, hukukçular adaleti, üniversiteler bilimi, hükümetler özgürlüğü, medya bilgisi ve dinler de maneviyatı yok ediyor!”

Bunlar rastlantı değil, hepsi tasarlanmış... Şimdi, noktaları birleştirdikçe daha iyi anlayacaksınız.

Peki, biz kimiz?

Kayboluyoruz, çünkü nerede olduğumuzu bilmiyoruz. Nerede olduğumuzu bilmediğimiz için evin yolunu da bulamıyoruz. Nereden başlayacağımızı bilmeden nereye gideceğimizi bilebilir miyiz? Kayboluyoruz, çünkü önce nerede olduğumuzu bilmiyoruz; ikincisi, nerede olduğumuza dair bize gereken bilgiye ulaşamıyoruz. Zaten nerede olduğumuz bir yana, kim olduğumuzu bile bilmiyoruz! John Lennon’ın dediği gibi, “Hangi yöne gideceğimi bilmeden ilerleyemem ki.”

Kim olduğumuzu ve nerede olduğumuzu bilmiyoruz. Sonra tahminlerde bulunuyoruz. Dini ve bilimsel teoriler ileri sürüyoruz. Haritalarımız eskimiş, üstelik yanlış okuyoruz. Ya da bu işi bizim için yapan “birileri” var, ama pusula kullanmayı, koordinatları belirlemeyi bize öğretmiyorlar. Birileri yol işaretlerini karıştırıyor. Dünya çıldırması gibi görünüyor, çünkü hep yanlış yöne bakıyoruz, bir doğru yöne baksak, “Hey! Demek işin aslı bu!” diyeceğiz. Zaten bir şeyi gizlemek isterseniz, onu ortaya bir yere saklayın, kimse bulamaz.

Bir Kızılderili hikayesi var: Yaratıcı bütün hayvanları toplayıp, “Kendi gerçeklerini kendilerinin yarattığını fark edinceye kadar insanlardan bunu saklamak istiyorum, nereye saklayayım?” diye sormuş.

Kartal: “Bana ver, Ay’a uçurayım.”

Yaratıcı: “Hayır, bir gün oraya gider bulurlar.”

Alabalık: “Okyanusun dibine ne dersin?”

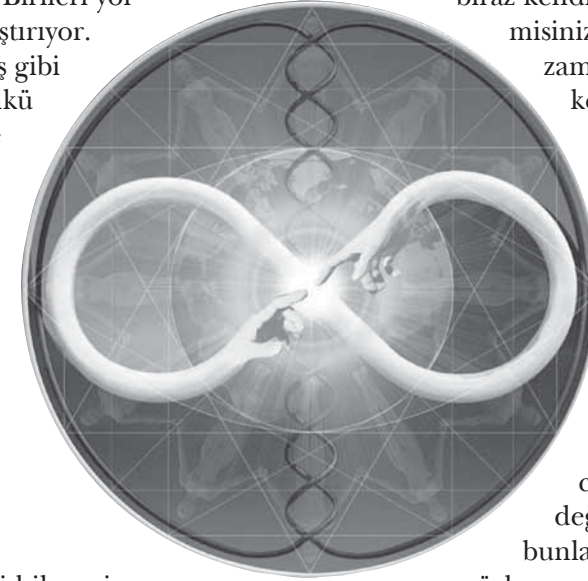
“Olmaz, orada da bulurlar.”

Buffalo: “Bana ver, büyük ovalara gömeyim.”

“Oraları da kazıp bulurlar.”

“O halde içlerine koy!” demiş yaşlı köstebek.

“Tamam”, demiş Yaratıcı, “En son bakacakları yer orasıdır!”



İnsanlara kim olduklarını sorun, şöyle bir cevap vereceklerdir: “Ben Joe Bloggs. Londra, X şirketinde çalışıyorum, evliyim, üç çocuğum var. Futbolu ve bahçe işlerini severim, Avustralya’daki kardeşimi ziyarete gitmek isterim.” Bunun gibi sözleri hep TV’de duyarız, çünkü, “Bize biraz kendinizden bahseder misiniz?” dedikleri zaman insanlar kendilerini işlerine, gelirlerine, sevdikleri veya sevmediklerine göre anlatır ve bunu “kişilik” diye adlandırırlar. Peki ya siz, kişiliğiniz, hatta cinsiyetiniz siz değilseniz? Ya bütün bunlar sizin kendinizi öyle sanmanızı sağlayan bir bilgisayar programı ise?

Örneğin, bir astronot kendisini üzerindeki uzay giysisi olarak tarif etse bize ne kadar garip gelirdi, öyle değil mi? İşte, biz insanlar da kendimizi uzay giysisi sanıyoruz. Bir astronot kendisinin uzay giysisinden ibaret olduğunu düşünse ne yapardı? Tabii ki hiçbir şey yapamaz, paniğe kapılır, sonra da büyük çapta şaşkınlık ve kaos yaşardı. İşte, çevremizdeki herkes kendisini böyle sanıyor ve sonuçlar ortada...

Bu durumda, bilincimizin özgürlüğü için öncelikle şuna inanmamız lazım: “Biz” bedenimiz değiliz. Bedenimiz, bu “beş duyuya dayalı gerçek”te, yani “hayat” denen deneyimi yaşamamız



için kullandığımız müthiş bir biyolojik bilgisayar. Tıpkı astronotun giysisinin dünya dışı hayatı deneyimlemek için kullandığı bir araç olması gibi. “Biz” bedenlerimiz değiliz, biz “Sonsuz Bilinç”iz. Yani kesintisiz bir enerji alanındaki her şey ve hiçbir şey. Bu bilinç ne kadar derin olursa “Bilgi”yi o kadar kolay algılayabiliriz. Yani “Tek” olduğumuzu sanarak, “Bütün”den ne kadar ayrılmış olduğumuz gerçeğini görebiliriz. “Bütün”de bir bölünmüşlük yaşıyoruz, çünkü öz doğamızı unutmamız için manipüle edilmişiz, yanıltılmışız, aldatılmışız... Albert Einstein: “Gerçek’ bir illüzyondur, üstelik de oldukça ısrarlı bir illüzyon,” demiştir.

İnsan “Evren” dediğimiz “Bütün”ün bir parçasıdır ve “bilincin optik bir aldatması” şeklinde ifade edebileceğimiz bir şekilde, duyu ve düşünceleri ile başkalarından ayrılmış olarak yaşar. Bu aldatılış bizim için bir hapisane gibidir. Kendimizi bu hapisaneden kurtarmamız gerekiyor, çünkü biz “Sonsuz bilinç”iz. Bu, kendisinin “her şey” olduğunu bilen bilinç düzeyidir.

Bir damla su ile okyanusu düşünün, damla bölünmüşlüğü sembolize ederse, bu benlik kişiliktir. Michael, John, Kate veya Mary gibi. Peki, su damlasını okyanusa koyarsak okyanus nerede başlar, su damlası nerede biter? Kısaca, başlangıç ve son yoktur, çünkü her şey “tek”tir. O düzeyde, “biz” yoktur, sadece sonsuz bir “ben” vardır. Okyanusun bir kısmı sakin ve munis iken, diğer kısmı öfkeli ve çalkantılıdır, ama hepsi aynı okyanustur, yani aynı “bütün”lük. Biz hep o okyanusuz, hep “Sonsuz Bilinç”iz ve “O”ndan, bu “bütün”den ayrılamayız. Kim olduğumuzu unuttuğumuz zaman, su damlası olarak bir bölünme duygusu yaşıyoruz ve her şeyi zihnimizdeki küçük bir mercekte algılıyoruz. Bu merceğe neye inanıyorsa onu algılıyor ve de bu inanca uyan bir hayat getiriyor. “Sonsuz Bilinç” de olsak, küçük düşünürsek küçük oluruz. İnsanlığın içinde bulunduğu kötü durum bu. Biz okyanusuz, sonsuz bilinciz, ama küçük güçsüz varlıklar olduğumuzu sanıyoruz, çünkü buna inandırılmışız. “Bütün”ün parçası olduğumuzu değil,

bölünmüş kısımlar olduğumuzu düşünüyor, kendimizi öyle sanıyoruz. Dinlere bakarsak, Allah’ın önünde aciz günahkar yaratıklarız. Bütün bunlar dinleri kontrol edenler tarafından, cehennemden ya da şeytandan korkutmak için uydurulmuş şeyler. İncil’deki kullanılan şu ifadeye bir bakın: “Tanrı sizin çobanınız, siz de sürünün bir parçasısınız.”

Buradan itibaren “beden bilgisayar”ına hapsedilmiş olanlar için “bilinçsiz/farkında olmayan,” “bütünün parçası” olduğunu bilenler için de “bilinçli/farkında olan” kelimelerini kullanacağım. Aslında her şey “bilinç,” sadece bilincin seviyesi farklı, ama hepsini en basit şekilde ifade etmeye çalışacağım. Bu tarife göre, neredeyse bütün insanlar “bilinçsiz” çünkü insanlar kendilerini beden bilgisayarları ile tanımlıyorlar. Neyse ki artık bunun değişeceği bir devire geldik.

Biyolojik bir bilgisayar genellikle “yaşayan” bilgisayar olarak tarif edilir, yani nasıl yapacağı kendisine söylenmeden çözüm bulan bilgisayardır. Şimdi, dünyada bunlar geliştiriliyor, ama yine de “insan vücudu bilgisayarı”na oranla, sayı saymanın biraz ötesine geçilebilmiş denilebilir. Aslında prensip aynı. “Biyolojik Bilgisayar Araştırmaları”nın başı olan Georgia Teknik Üniversitesinden Prof. Bill Ditto şöyle diyor: “Bilgisayarların doğru cevabı vermeleri için onlara en doğru bilgiler verilmelidir. Basit bir şekilde anlatılacak olursa, biyolojik bilgisayarlar belirli bir noktaya kadar kendileri düşünebiliyor.”

Bedenimiz için de aynı şey söz konusu. Daha gelişmiş bir sistem

düşünecek olursak, bu beden bilgisayarımızın bir de bizim için düşünmesini istiyoruz. Bedenimizin “biz” olduğunu sandığımız için bütün duyu ve düşüncelerimizin de bedenden geldiğini zannediyoruz. Albert Einstein şöyle demiş: “İnsanlar ‘gerçek’i, ancak bilgisayar benliklerinden azat oldukları zamanki seviyede bulabilirler.”

“Beden bilgisayarı” DNA/genetik ağa, diğer vücut sistemlerine ve enerji alanlarına dayalıdır. Bu enerji alanları birçok başka şeyin yanı sıra düşünce, duyu ve çevresel etkiye bağlı olarak, hücreler arasında bilgi iletişimi sağlar. Bu iletişim iyi çalışırsa “sağlıklı” oluruz, çünkü doğru hücreler doğru zamanda doğru hücrelere ulaşıyordur. Denge sağlayan, değişikliklerle veya tersliklerle mücadele eden, hastalıkları karşılayan; kesikleri, yaraları iyileştiren; kimyasal salgılayan, toksinleri emen hep bu iletişim ağıdır. Sistem çöktüğü zaman, emirler birbirine karışır. Bedenin hastalığı da, tıpkı cep telefonlarının bozulmasına benzer. Fiziksel, duygusal veya ruhsal olsun buna “hastalık” deriz. Bilgisayara virüs girdiği zaman bütün bilgiler birbirine karışır ve alet “hastalanır,” ilk önce hızı ve verimliliği etkilenir. Bazen virüs alettaki iletişimi bozar, bilgisayar hiç çalışamaz hale gelir, o zaman ne deriz? “Bilgisayarım öldü.” İşte, biz öldüğümüz zaman da aynı şey olur.

Aslında biz ölmeyiz, çünkü ölemeyiz, çünkü biz bir beden değil, “Sonsuz Bilinç/Sonsuz Ruh/Öz bilinç”iz. Ölen, artık çalışmayan, iletişim sistemi çöken beden bilgisayarımızdır. “Bilinç/Öz” de aynı şekilde, bu “realite/gerçek”ten kendini çeker, seçmiş olduğu deneyime son verir. Bilinç

beden bilgisayarının fişi gibidir. Fiş prizden çekilince bedenin gücü biter. Bilgisayarı yüksek bir yerden düşürürseniz ne olur? Aynı şey. Bir bilgisayar virüsü bilgisayarın çalışma sistemini bozarsa ne olur? Çalışamaz hale gelir, ölür. Peki, bir virüs, kanser veya başka bir hastalık insan vücudunun çalışma sistemini bozarsa ne olur? Aynı şey. Bilgisayarın hafızası bozulursa ne olur? Şaşırır ve eskisi gibi talimatları, bilgiyi algılayamaz. Bu bir insana olursa ne olur? “Alzheimer veya akıl hastası olmuş,” deriz. Bilgisayar faal durumda olmadığı zaman “uyku modunda” denir. Bu, insan vücudu için de aynıdır. Benzerlikler listesi uzar gider, çünkü sözünü ettiğimiz şey hep aynı temel çalışma prensiplerini içerir.

Tekrar vurguluyorum, biz ölmeyiz, alzheimer veya akıl hastası da olmayız, bu beden bilgisayarımıza olur. Tıpkı bilgisayarı kullanan kişiye de bilgisayar virüsünün geçmemesi gibi. Bu mantal veya fiziksel hastalık bizim “Sonsuz Bilinç”imiz için asla bir problem oluşturmaz. Dünyanın en iyi bilgisayarı olabilirsiniz, ama makinanız verileri işleyemez ise, tam verimle çalışamazsınız. Özellikle eskiyip yıpranmışsa, bilgisayarımız için, “Artık eskisi gibi çalışmıyor,” deriz. Peki, yaşımız ilerledikçe kendi

bedenimiz için ne deriz? “Eskiden yapabildiklerimi artık yapamıyorum...” Dikkat edin, burada bile bedenimiz için “ben” ifadesi kullanıyoruz. Oysa aslında biz beden bilgisayarımız değiliz! Biz “Sonsuz Bilinç”iz, hep vardık, halen varız ve hep olacağız. Biz, ölümlü/fani bir bilgisayar değiliz. İkisini ayırt edemezsek, hep “SatNav/uydulardan bilgi alan seyir sistemi”nin esiri oluruz. Dünya veya hayatımız, hep bizim bu ikisini karıştırmamıza göre yapılandırılmış. İşte, kontrol altında böyle tutuluyoruz. Bir bilgisayar bir yazılıma göre programlanır, elektrik sinyallerini farklı parçalarına taşımak üzere bir devre kartı, bilgiyi ağda taşımak üzere bir işlemci ve merkezi işlemcisi vardır. Bilgisayarın bir sabit sürücüsü ve kullanıldığı sırada bilgiyi tutan sanal belleği olur. İsteddiğiniz bilgiyi bu sanal belleğe yüklemek için “kaydet” tuşuna basarsınız. Bilgisayarların virüsler veya diğer olumsuzluklardan korumak için anti virüs programları olur. İşte, beden bilgisayarımız da aynen böyle çalışır.

(Devam Edecek)

Renkleri Kullanarak Meditasyon

Michael Newton

İÇ BENLİĞİMİZLE temasa geçmenin bir aracı olarak spiritüel meditasyonun bedeni iyileştirme konusunda da büyük yararları vardır. Renkleri kullanarak yapabileceğiniz bir meditasyon örneği vereceğim.

Altı aşamalı meditatif bir egzersiz seçtim. Bu seçimi birlikte çalıştığım elli dört yaşındaki yürekli bir kadının vizüalizasyonlarıyla kendime ait vizüalizasyonlar arasından derledim. Bu kadın yumurtalık kanseriyle savaşı sırasında otuz bir kiloya kadar düşmüştü. Şimdiyse kemoterapi sonrası iyileşme gösteriyor ve iyileşme hızı doktorları şaşırtıyor.

Danışanlarımdan bazıları renklerle meditasyonun kullanımıyla bir ruhsal güçlenme duygusu geliştirir. Ciddi fiziksel sağlık sorunları olanlar bana en iyi sonuçların günde bir kez, otuz dakika ya da günde iki kez, on beş-yirmi dakika meditasyon yapınca alındığını söylüyorlar. Bu meditasyon egzersizini fiziksel rahatsızlıklar için bir tedavi olarak önermediğimi lütfen unutmayın. Herkesin zihin gücü ve konsantre olma yeteneği farklıdır, tıpkı hastalıklarının doğası gibi. Bununla birlikte, gerçekten de kişinin bağışıklık sisteminin daha yüksek Benliğimizle birleşerek artırılabilirliğini düşünüyorum.

1. Zihninizi sakinleştirerek başlayın. Sizi incitmiş olan gerçek ya da hayali bütün yanlışlar için insanları bağışlayın. Temizleme için beş dakika ayırın, bu süre içinde hastalığınızla ilgili korkular da dahil bütün negatif düşünce enerjisini siyah bir renk olarak zihninizde canlandırın. Bir elektrik süpürgesinin tepenizden turnağınıza kadar hareket ettiğini, ağrıdan ve hastalığınızın açısından kaynaklanan bütün karanlığı vücudunuzdan emip attığını düşünün.

2. Şimdi, başınızın üzerinde açık mavi bir hale yaratın, bu hale rehberinizi temsil ediyor, ona sevgi dolu düşünceler gönderirken



yardımını isteyebilirsiniz. Sonra nefes alıp verişinize yoğunlaşarak ve nefeslerinizi sayarak beş dakika daha geçirin. Rahatlamamanın geldiğini ve gerginliğin dışarı çıktığını düşünürken nefeslerinizi dikkatle takip edin. Nefes alıp verişinizin beden ritminizle uyumlu olmasına dikkat edin.

3. Bu noktada, kendi daha yüksek bilincinizi bedeninizi korumaya yardımcı olacak şekilde büyüyen beyaz-altın rengi bir balon olarak düşünmeye başlayın. İçinizden şunu söyleyin: "İçimdeki ölümsüz parçamın, ölümlü parçamı savunmasını istiyorum." Şimdi, en derin konsantrasyonunuza başlayın. Bu balondan beyaz ışığın saflığını çekecek ve onu organlarınıza bir güç demeti olarak göndereceksiniz. Akyuvarlarınız bağışıklık sisteminizin gücünü temsil ettiği için bu akyuvarları kabarcıklar olarak zihninizde canlandırın ve onları vücudunuzun içinde hareket ettirin. Bu beyaz kabarcıkların siyah hasta hücrelere saldırdığını ve aydınlığın karanlık üzerindeki gücüyle onları yok ettiğini düşünün.
4. Kemoterapi alıyorsanız, bu tedaviyi bir lavanta rengi göndererek destekleyin; bu lavanta rengini kızılötesi bir lambadan çıkıp vücudunuzun her bölümüne yayılıyor şeklinde görebilirsiniz. Bu renk bilgeliğin ve ruhsal gücün tanrısal rengidir.
5. Şimdi, hastalığın etkileri yüzünden hasar görmüş olan hücreleri iyileştirmek için yeşil rengi gönderin. Bu rengi en güç zamanlarda aralıklı olarak ruhsal rehberinizin mavisıyla

birleştirebilirsiniz. Kendi tonunuzu seçin ve bu yeşili içinizi iyileştiren akışkan bir sıvı olarak düşünün.

6. Son aşamanız zihinsel kuvveti sürdürmek ve zayıf düşmüş bir bedene cesaret vermek için bir kez daha başınızın çevresinde mavi hale yaratmak olacak. Bir kalkan olarak vücudunuzun dış bölümlerinin çevresine bu haleyi yayın. Hem içinizde hem de dışınızda bu sevgi ışığının iyileştirici gücünü hissedin. Geçici süreyle bir durma halinde olduğunuzu düşünün ve, "İyileş, iyileş, iyileş," gibi, seçeceğiniz bir mantrayı tekrarlayarak bitirin.

Günlük bir disiplin olarak meditasyon yapmak sıkı bir çalışmadır. Meditasyon yapmanın tek bir doğru yolu yoktur. Herkes kendi entelektüel ve duygusal sistemini, ihtiyacına uyan bir çerçeve içinde birbirine bağlayan bir program bulmak durumundadır. Derin meditasyon bizi tanrısal bir bilince götürecektir ve ruhun kişilikten geçici süreyle serbest bırakılmasını sağlayacaktır. Bu serbest kalmayla, odaklanmış haldeki zihindeki her şeyin tek bir bütün olarak birleştirildiği, farklı bir boyutu olmayan gerçekliğe varılabilir.

Yumurtalık kanseri olan danışanım bütün zihinsel konsantrasyonunu vücudunu iyileştirmeye yönlendirerek doktorlarına yardımcı oldu. Zihin saf, tek bir merkezde toplanmış halde olduğunda, gerçekte olduğumuz kişiyi, belki de yaşam yolunda bir yerlerde kaybetmiş olduğumuz özü bulabiliriz. □

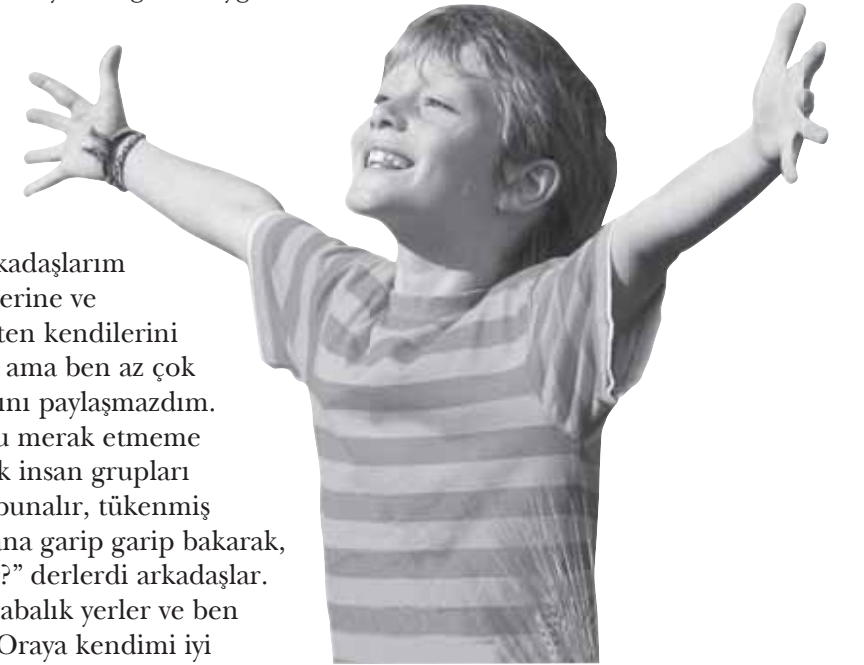
Yazarın *Ruhların Kaderi* adlı kitabından hazırlayan: Neslihan Kosova.

Enerjinizi Korumak İçin Dört Teknik

Dr. Judith Orloff

DUYGUSAL ÖZGÜRLÜK stresli, fazla duygusal olarak şarj edilmiş dünyada nasıl merkezlenmiş olarak kalınacağını öğrenmek demektir. Korku, öfke ve hayal kırıklığı enerjiler olduğundan dolayı siz farkında olmadan onları diğer insanlardan alabilirsiniz. Eğer duygusal bir sünger olma eğilimindeyseniz, bir bireyin negatif duygularını almaktan veya kalabalıklar içindeki duyguları almaktan nasıl sakınılabileceğini bilmek hayati öneme sahiptir. Bir diğer büküm ise kronik endişe, depresyon veya gerilim sizin savunmalarınızı yıkarak sizi duygusal bir süngere çevirebilir. Aniden diğerlerine karşı aşırı uyulmuş hale gelirsiniz, özellikle sizle aynı acıyı çekenlerle. Duygudaşlık böyle çalışır: içimizde çözülmemiş olan zorlu meselelerle sıfırlanırız. Enerjik bir görüş açısından, negatif duygular farklı kaynaklardan meydana gelebilir. Hissettiğiniz şey sizin kendinizin olabilir: başka birinin olabilir: veya bunların bir bileşimi olabilir. Farklı söylemeye ve stratejik olarak pozitif duyguları cesaretlendirmeyi açıklamaya çalışacağım, böylece size ait olmayan negatif duyguları omzunuzda taşımaya gerek olmasın.

Bu her zaman yapmayı bildiğim şey değildi. Büyürken kız arkadaşlarım alışveriş merkezlerine ve partilere gitmekten kendilerini alıkoyamazdılar, ama ben az çok onların heyecanını paylaşmazdım. Neden olduğunu merak etmeme rağmen kalabalık insan grupları arasında daima bunalır, tükenmiş hissedirdim. Bana garip garip bakarak, "Senin neyin var?" derlerdi arkadaşlar. Tek bildiğim kalabalık yerler ve ben uyuşmuyorduk. Oraya kendimi iyi





hissederek giderdim ama sinirli, gergin ve korkunç bir ağrı ve sızı ile terk ederdim. Şüphesiz devasal bir süngerdim, çevremdeki insanların duygularını emiyordum.

Hastalarımda diğer insanların duygularını emmenin nasıl panik atakları, depresyonu, yemek, seks ve hap alemleri yapmayı tetiklediğini ve geleneksel tıbbi teşhise baş kaldıran fiziksel belirtileri meydana getirişlerine şahit oldum. Hastalık Kontrolü ve Savunma Merkezleri iki milyondan fazla Amerikalının kronik yorgunluktan dolayı acı çektiğini rapor etmektedir. Onların birçoğu duygusal süngerdirler. Burda uygulamak için Duygusal Özgürlükten birkaç strateji var. Onlar diğer insanların duygularını emnizi engellemeye yardım edeceklerdir.

DUYGUSAL FAALİYET ADIMI: STRESLİ BİR DÜNYADA NASIL MERKEZLENMİŞ OLARAK KALINIR?

Diğer İnsanların Negatif
Duygularından Ayrılmak:

Umut bulaşıcıdır ve ruh halinizi yükseltir.

- İlk önce kendinize sorun: Bu duygu benim mi, yoksa başkasının mı? İkisi de olabilir. Eğer korku, öfke gibi olan duygu sizinse, onun sizde veya profesyonel yardımda neye sebep olduğu ile nazikçe yüzleşin. Eğer değilse, bunu meydana getirenin gerçek sebebini bulmaya çalışın. Örneğin, bir komedi filmi izleyip eve kendinizi kötü hissederek geldiyseniz, yanınızda oturan insanların gerginliğine eşlik etmiş olabilirsiniz: büyük ihtimalle enerji alanları dalgalanmıştır. Bir alışveriş merkezine ve konsere giderken de aynıysa geçerlidir.
- Mümkün olduğunda kendinizi şüphelenilen kaynaktan uzaklaştırın. En az yirmi adım uzağa gidin: gevşemiş olup olmadığınızı hissedin. Yabancıları gücendiririm diye hataya düşmeyin. Bir kamu alanında, eğer üstünüze bir gerilim geldiğini hissederseniz, oturduğunuz yeri değiştirmekte tereddüt etmeyin.
- Birkaç dakika için nefesinize konsantre olarak kendinizi merkezleyin. Bu sizi özünüze bağlar. Negatifliği nefesinizle verin, içinize sakinliği soluyun. Bu kendinizi topraklamaya ve korku veya diğer duyguları saflaştırmanıza yardım eder. Negatifliği bedeninizden yükselen bir sis olarak zihninizde canlandırın ve umudu bedeninize

giren beyaz ışık olarak imgeleyin. Bu çabuk sonuçlar sağlayabilir.

- Korku gibi duygular genellikle güneş sinir ağında (mide) barınır. Avuç içinizi stresi silip süpürmesi için o bölgeye nazikçe tutun. Uzun süren endişe ve depresyon için bu merkezi kuvvetlendirmek için bu metodu günlük olarak kullanın. O teselli edicidir ve bir güvende olma ve iyimserlik hissi inşa eder.
- Kendinizi koruyun. Birçok insanın kullandığı kullanışlı bir koruma şekli bedeninin etrafında bir beyaz ışık imgelemeyi içerir, bunu şifacılar da kullanır. Onu negatifliği ve fiziksel rahatsızlığı bloke edenama içeri giren pozitifliği süzen bir kalkan olarak düşünün.
- Pozitif insanlar ve durumlar arayın. Diğerlerinin içinde iyiyi gören bir arkadaşı çağırın. Şeylerin güzel tarafını onaylayan bir meslektaşı çağırın. Ümit dolu insanları dinleyin. Onların kendilerine ve diğerlerine karşı olan inançlarını dinleyin. Aynı zamanda ümit dolu sözlerden, şarkılardan ve sanat şekillerinden zevk alın. Umut bulaşıcıdır ve ruh halinizi yükseltir.

Bu stratejileri uygulamaya devam edin. Duygusal olarak fazla yüklüken tekerleği yeniden icat etmenize gerek yok. Bu baş etme stratejileri ile stresli durumlardan kurtulabilir, daha güvende hissedebilir ve hassasiyetleriniz çiçek açabilir. □

Yazarın web sayfasında yer alan, *Duygusal Özgürlük: Kendinizi Negatif Duygulardan Arındırın ve Hayatınızı Dönüştürün* kitabından özetlenen makaleyi çeviren: Burak Erker.

DUYURU



Metapsişik
Tetkikler ve İlmî
Araştırmalar
Derneği



İnsanları
Birleştiren
Bilgiyi Yayma
Vakfı

BİLYAY VAKFI KONFERANSLARI ARTIK CANLI YAYINDA!

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

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

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

İYİ SEYİRLER!

NOT: YAYINLARIMIZLA İLGİLİ İSTEK, ÖNERİ VE ELEŞTİRİLERİNİZİ
BEKLİYORUZ.

Stanislav Grof ile Röportaj

3. Bölüm

Holotropik Nefes Çalışması

S) *Eski kültürlerin hangilerinde hiperventilasyon, uygulanan bir pratik ve aşkın-bilinç haline geçmek için bir araçtır?*

C) Çok eski çağlardan beri çeşitli nefes teknikleri dinsel ve şifa amaçlı kullanılmıştır. Eski ve endüstri öncesi toplumlarda, nefes ve nefes alma teknikleri kozmoloji, mitoloji ve filozofide önemli bir rol oynardı ve aynı zamanda ayinlerde, spiritüel uygulamalarda önemli bir araçtı. Bütün büyük psikospiritüel sistemler nefesi insan bedeni, psişe ve ruh ile dünya arasındaki en önemli bağ olarak göstermişlerdir. Bu kavram pek çok dilde ifade bulmuştur: Hindistan'da Prana, Yunancada Pneuma, Çin'de Chi, Japonya'da Ki, İbrancada Ruach, Latince Spiritus, Hawai'de Ha vb. Aynı zamanda, nefes uygulamalarının da olduğu pek çok teknik ile bilinci etkilemenin mümkün olduğu bilinir. Bu amaç için eski ve Batılı olmayan kültürler tarafından kullanılmış yöntemlerde, nefes ile zorlayıcı olandan daha süptil olana doğru giden uygulamaların geniş bir yelpazesini görürüz. Bu yöntemler pek çok spiritüel geleneğin sofistike egzersizlerini de barındırır. Esseniler (Eski ezoterik bir ekol) tarafından yapılan kendilerine has vaftiz törenlerinde, suyun altında kalman süre uzun tutulur. Bu da ölüm ile yeniden doğum için güçlü bir deneyim olur.

Nefesin ekstrem derecelerinin yani hiperventilasyon ve nefesin tutulmasının arka arkaya kullanılması ile bilinçte derin değişiklikler sağlanabilir. Bunun ile ilgili çok sofistike ve gelişmiş metotlar eski Hint biliminde, "pranayama" adı ile bulunur. Şiddetli nefes alıp vermek veya nefesi tutmak uygulamalarını da kapsayan özel teknikler Kundalini Yoga, Siddha Yoga, Tibet Vajrayanası, Sufi uygulamaları, Burma Budizmi, Taocu meditasyonlar gibi pek çok egzersizin de bir parçasıdır. Budizmde önemli bir yeri olan daha süptil teknikler solunum dinamiklerinin değişiminden çok, nefes ile



farkındalığın genişletilmesini kapsar. Buddha tarafından düşünülen, basit formdaki bir çeşit meditasyon olan “Anapanasati”nin anlamı tam olarak “nefes almanın dikkatliliği”dir. Buddha’nın anapanayı öğretmesinin nedeni, kendi aydınlanmasını başarmada etken olan bir teknik olmasıdır. Son yıllarda, Batılı terapistler, nefesin iyileştirici potansiyellerini yeniden keşfettiler ve ondan faydalanmak için birtakım teknikler geliştirdiler: Leonard Orr’un yeniden doğum tekniği veya Gay Hendricks’in Aydınlık Nefes Çalışması gibi. Eşim Christina ve ben de Kaliforniya, Big Sur, Esalen Enstitüsünde gerçekleştirdiğimiz aylar süren seminerlerimizde, içeriğinde nefes çalışmalarının da olduğu pek çok yaklaşımı denedik. Bu metotlar içerisinde, Hintli ve Tibetli hocaların rehberliğinde, spiritüel geleneklerden gelen nefes çalışmalarını ve Batılı terapistler tarafından geliştirilen teknikleri de kullandık. Bu yaklaşımların her birinin ayrı bir etkisi vardı ve nefesi farklı şekillerde kullanıyorlardı. Biz ise, nefesin iyileştirme potansiyelini kullanmanın en verimli yolunu araştırarak, bu süreci mümkün olduğunca basitleştirmeye çalıştık. Sonuç bizim “holotropik nefes çalışması” dediğimiz uygulamadır.

S) *Holotropik nefes çalışması nedir?*

C) Bilincin olağan dışı halinin iyileştirici ve dönüştürücü potansiyelinden faydalanan bir metottur. Bu metot nefesi hızlandırma, çağrıştırmacı müzik, bedendeki duygusal-bioenerjik blokların meydana getirdiği tortuların çözülmesine neden olan bedensel uygulamaların, basitçe

entegre edilmesiyle oluşur ve bilincin olağan dışı halinin uyarılmasına sebep olur. Bu hal bilinçdışı psişenin çok derin seviyeleri olan, çocukluk ve bebeklikteki bastırılmış hatıralara, doğum ve doğum öncesi periyoda geçiş imkanı sağlar. Hatta transpersonel-mistik haller dediğimiz, geçmiş yaşam deneyimleri, arşetipik figürler ile karşılaşmalar, psişenin mitolojik alemlerini ziyaret gibi deneyimlerin tüm spektrumuna da geçiş imkanı olur. Holotropik nefes çalışmasının teorisi ve pratiğinde, çok eski yerli kültürlerin gelenekleri, Doğu’nun spiritüel filozofleri ve Batı’nın derin psikolojisinin pek çok katmanı bir araya gelir ve birbirine entegre olur. Bazı insanların yapboz parçalarını bir araya getirmek gibi dedikleri “holotropik” kelimesi Yunancadaki holos=whole (bütün) ve trepein=moving)bir şeye ya da bir yere doğru hareket etmek) kelimelerinden oluşur ve “bütünlüğe doğru hareket etmek” anlamına gelir. Yeni bir kelime olan holotropik kelimesi bitkinin her zaman güneşe doğru yönelmesi özelliğini ifade eden, yaygın olarak bilinen, heliotropizm kelimesi ile ilişkilidir. Bu ismin gündelik hayatın bilincinde bütün olmayan ve gerçekte kim olduğunun yalnızca küçük bir parçasının farkında olan ortalama bir Batılı bireye sürpriz gibi geleceğini tahmin ediyoruz. Bilincin olağan dışı hallerini deneyimlemenin İngiliz filozof ve yazar Alan Watts’ın dediği gibi, aslında “deri ile sarmalanmış egolar” olmadığımızı hatırlatmaya yardımcı olacak potansiyeli vardır. Yapılan son çalışmalarda görüyoruz ki bizler evrensel yaratıcı prensibin

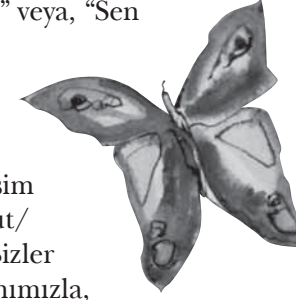
kendisi ile eş değerlere sahibiz. Fransız paleontolojist ve filozof olan Pierre Teilhard de Cardin’in ifadesini kullanacak olursak: “Bizler spiritüel deneyimleri olan insanlar değiliz. Bizler insan olmayı deneyimleyen spiritüel varlıklarız.” Bu şaşırtıcı fikir yeni değil. Eski Hintli Upanishadlar, “Ben kimim?” sorusuna, “Tat tvam asi,” Cevabını verirler. Bu az ve öz Sanskrit cümlelerin sözlük karşılığı ise, “Sen Sanatsın,” veya, “Sen Tanrısın,”dır.

Bu ise şu demektir:

bizler “nanarupa” (isim ve form – vücut/ ego) değiliz. Bizler en derin tanımımızla, ilahi bir kıvılcımla fark ettiğimiz, en derinimizdeki “öz”üzdür (Atman). Bu öz, nihayetinde evrensel yüce prensipler (Brahman) ile özdeşdir. Holotropik nefes çalışması ile yaşanan deneyimler bizi kozmik kimliğimizin farkına varmaya götürebilir. Bu bazen küçük adımlarla olur, bazen de kuantum sıçramaları ile.

S) *Holotropik nefes çalışması tekniğini nasıl geliştirdiniz?*

C) 1973’te Viking Basım bana psikedelikler ile ilgili bir kitap yazmam için avans ödemesi yaptı. Maryland Psikiyatrik Araştırmalar Merkezinden ayrıldım ve arkadaşım Michael Murphy beni Kaliforniya, Big Sur, Esalen Enstitüsünde bilim adamı olarak çalışmam için davet etti. Esalen’de kaldığım odanın ücretini ve ihtiyaçlarımı karşılayabilmek için *workshop*lar düzenliyordum. Bu *workshop*larda, bilincin olağan dışı halleri ya da (onlara söylediğim



şekliyle) holotropik haller ile ilgili araştırmalarımdan bahsediyordum ve bunun psikoloji ve psikiyatri için saklı olan derin anlamını aktarıyordum. Katılımcılar ise, sürekli olarak: “Bu ilginç deneyimlerle ilgili her şeyi duyduk, bunları gerçekten yaşamamız ile ilgili bir şeyler yapamaz mıyız?” diye soruyorlardı. Psikedelik araştırmalarımı yaparken, aniden gelişen hızlı nefes almaların deneyimin etkisini yoğunlaştırdığını gözlemledim. Böylece eşim Christina nefes çalışmaları yapmaya başladı ve bunu müzik, bedensel çalışmalar (psikedelik araştırmalarımızda da kullandık) ve yogadan bazı kısımlarla bütünleştirdik. Uygulamaları yaparken çiftli çalışmalarda, sıra ile birisinin oturan, diğersinin nefes ile çalışan olduğu durumların pek çok avantajı olduğunu keşfettik.



S) *Holotropik nefes çalışmasının, hangi amaçlar için kullanılmasını önerirsiniz?*

C) Tıpkı, bilincin olağan dışı hallerinin herhangi bir amaç için kullanılması gibi, holotropik nefes çalışması da pek çok amaç için kullanılabilir: Kişisel gelişim, spiritüel çalışmalar, duygusal ve psikosomatik

bozuklukların şifalanması, sanatsal ilham alma çalışmaları ve yaratıcılığın geliştirilmesi gibi. Yıllar boyunca, *workshop*larımıza ve eğitimlerimize katılanlar arasında, yıllarca devam eden depresyonlarına son veren, çeşitli fobilerinin üstesinden gelen, kendilerini tüketen anlamsız hislerinden özgürleşen, özgüven ve kendine saygılarını kökten değiştirip geliştiren pek çok örnek gördük. Aynı zamanda, migren ağrıları da dahil şiddetli psikosomatik ağrıların ve hatta psikojenik astımın tamamen yok olduğu pek çok vakaya tanık olduk. Eğitimlerimize veya *workshop*larımıza katılanlar yıllarca yaşadıkları sözel terapilerle birkaç holotropik seansta gerçekleşen gelişmeyi karşılaştırdılar.

S) *Siz aynı zamanda, transpersonel psikolojinin de kurucularından biri olarak tanınıyorsunuz. Transpersonel psikoloji ne ile ilgili ve onu diğer psikolojik çalışmalardan ayıran özellik nedir?*

C) Ünlü Amerikalı psikolog Abraham Maslow transpersonel psikolojiyi davranış bilimi, Fred'un psikoanalizi ve hümanist psikolojiden sonra gelen, psikolojinin "Dördüncü Kuvveti" olarak tanımlar. Yüzyılın ilk çeyreğinde, Amerika/Avrupa psikolojisi ve psikiyatrisi davranış bilimi ve psikoanaliz ile yönetildi. Abraham Maslow ve Anthony Sutich tarafından geliştirilen *humanistic* psikoloji diğer ikisinin sınırlılıkları ve yetersizliklerine bir reaksiyon olarak yükseldi. Hümanistik psikoloji davranış biliminin bilinci ve içsel gözlemi yok sayma eğilimini belirledi ve fare-güvercin gibi bazı hayvanların davranışlarını inceleyerek, insan psişesi hakkında teoriler üretti. Hümanistik psikoloji Freudcu analizlerin çok

daha ötesine hareket edebilme ihtiyacını gördü ve bir araştırma süjesi olan, normal ve süpernormal bireyleri de kapsayan psikopatoloji çalışmalarındaki tüm datayı da kullandı. Hümanistik çalışmaların konsantre olduğu nokta yüksek insan değerleri ve onları takip etme eğilimidir. Maslow'un "metavalues" (metadeğerler) ve "meta motivations" (metamotivasyonlar) kavramları, yine Maslow'un "self-actualizaion" (kendini güncelleme) ve "self-realization" (kendini gerçekleştirme) kavramlarına öncülük etti. Hümanistik psikoloji psikoterapinin, "deneysel terapiler" denen Gestalt uygulamaları, temel terapi, biyoenerjetikler gibi, gelişmeci formunun ilerleyebilmesi için sınır çizen bir şemsiye olma imkanı yaratıyordu. Transpersonel psikoloji başka bir önemli boyut ekledi: insan psişesinin önemli ve gerçek bir tarafı olan spiritüellik tanımı. Bu kavram spiritüelliğin herhangi bir şeklini reddeden, sofistikeliliğin herhangi bir seviyesini hurafe, ilkel sihirsel düşünce, duygusal olgunlaşmamışlık veya patoloji olarak kabul eden akademik psikoloji için oldukça radikal bir farklılıktı. Transpersonel psikolojinin diğer önemli bakış açısı ise, insan deneyimlerinin bilincin olağan dışı halleri, özellikle çeşitli formlardaki mistik deneyimler gibi, tüm spektrumu üzerinde çalışmaktı. Transpersonel psikoloji şamanik çalışmalar, yerlilerin ayinlerinde yaşadıkları yolculuklar, gizemli ölüm ve tekrar doğuşlar, psikedelik seanslar, spiritüel uygulamaların çeşitli formları (yoganın farklı okulları, Budizm, Taoizm, Sufizm, Hristiyan mistisizmi vb.) gibi, bilincin olağan dışı hallerindeki

deneyimler ve gözlemlerden çok derin bir şekilde etkilenir. Ve bu nokta benim kendi işimin başladığı noktadır. Transpersonel psikolojiye benim katkım (adını "transpersonel" koymamın haricinde) bilincin olağan dışı hallerinin terapötik, dönüştürücü ve devrimsel potansiyelinin sistematik keşfidir.

S) *Transpersonel psikolojinin terapötik metotları nelerdir?*

C) Bu metotlar oldukça geniş bir spektrumu ve eski yerlilerin uygulamalarının bir kısmını kapsar. Bunlar şamanik çalışmalar ve meditasyondan sözlü terapiye kadar pek çok uygulama, ipnoz, deneysel terapiler ve psikedelik maddeler ile çalışmalar gibidir. Transpersonel psikoterapinin öncüsü Francis Vaughan, "Tranpersonel terapisti tanımlayan şey, sadece terapötik seansları kullanması değil, çok geniş bir konteksti kullanmasıdır," der. Seansın içeriği hastanın terapi esnasında, terapinin içine ne kattığıdır.

Transpersonel bir terapist hasta ile transpersonel bir problem olarak biyografik, perinatal bir çalışma yapabilmek için psişenin çok geniş modelinin bilgisine sahip olmalıdır.

Klinik Çalışmalar ve yeni Projeler

S) *Adanmış bunca yıldan sonra, sizin için en olağanüstü keşif neydi? Neden?*

C) Sadece tek bir keşif diyemem ama birkaç tanesini söyleyebilirim. Birincisi, Batı psikolojisinin sadece yüzeyini kazıyabildiği müthiş enginlikteki insan psişesidir. Bu alan Batı biliminin ilkel veya yanıltıcı olarak nitelendirmesine rağmen, aslında pek çok açıdan bilincin anlayışı, insan psişesi ve gerçekliğin doğası ile ilgili daha doğru bir anlayışa sahip olan şamanizm, mistisizm ve Doğulu spiritüel filozoflar gibi, sistemlerin gerçekliği ile ilişkilidir. Diğer bir konu da, spiritüelliğin insan psişesinin varoluşunun gerçek ve önemli bir boyutu olduğunun keşfidir. Sonuncu,



şaşırtıcı keşif de astrolojinin saçma ve sahte bir bilim olmadığıdır. Doğru bir şekilde anlaşılıp uygulanırsa, oldukça faydalı bir araçtır.

S) *Bu güne kadar kaç tane hastaya baktınız? En önemli problemleri ne idi? İyileşme süreçleri nasıldı? Bu tip iyileşmelerde, özellikle belirtmek istediğiniz bir standart var mıdır?*

C) Profesyonel yaşantımda, üç binden fazla psikedelik seans, yaklaşık otuz beş bin holotropik nefes çalışması seansı (bunların hepsi grup çalışmasıydı, bazıları üç yüzden fazla katılımlıydı) ve “spiritüel acil durumlar” yaşayan insanlarla yapılan çalışmalar yönettim. Maryland Psikiyatrik Araştırmalar Merkezinde, alkolikler, narkotik uyuşturucu bağımlıları ve ölümcül kanser hastalarıyla yapılan psikedelik terapilerin hepsi kontrol edilip tamamlandı. Bu çalışmaların tamamı profesyonel dergilerde yayımlandı ve kayda değer sonuçlar elde edildi. Kendi yaptığımız nefes çalışmalarının gözlemleri kontrollü bir çalışma şeklinde olmadı ama bizim yetiştirdiğimiz öğrencilerin yazdığı klinik yazılar ve tezler de var.

S) *Çalışmalarınız akademik alanda nasıl karşılanıyor?*

C) Çalışmalarım bazı bilimsel alanlarda hararetli bir şekilde kabul edildi. İlk pozitif cevap şaşırtıcı bir şekilde, kuantum ile ilgili fizikçiler olan Fritjof Capra, Fred Wolf, Saul Paul Sirag, Nick Herbert, David Bohm ve en yeni olarak Amit Goswami'den geldi. Bu bilim adamları eski monistik, maddesel filozofinin ve Cartesci-Newtoncu evrensel imajın, akademik bilimi baskıladığının ve umutsuzca çağdışı olduğunun

gerçeğine uyandılar. Fikirlerim yeni model biyoloji, beyne holografik yaklaşım, sistemler teorisi, tanatoloji, parapsikoloji gibi farklı disiplinleri temsil eden öncü bilim adamları tarafından da oldukça pozitif bir yaklaşım ile kabul edildi. Dirençlerin çoğu bilimde bu tip yeni yaklaşımlara oldukça kapalı olan akademik çevrelerden gelir. Bazı geleneksel bilim adamları, adına bilimden çok bilimcilik diyebileceğimiz bir yaklaşım ile modası geçmiş modellere sahip çıkmak konusunda oldukça ısrarcıdır. Tutumları kökten dincilerin yaklaşımlarına benzer, dünyanın ne olduğu ile ilgili kafalarında bir model oluştururlar ve bunun dışındaki her hangi bir kanıtı ve başka alanlara karşı tamamen vurdumduymaz olurlar.

Son yıllarda, ne zaman bir bilimsel buluş olsa, kanıtlanmış olan bu buluşlar gericiler için her zaman şok edici olur fakat yine de transpersonel psikologlar tarafından, kendi buluşları ile uyumlu olan bu sonuçlara hoş geldin, denir ve kucaklanır. Bunlar kuantum-izafiyet fiziği, Karl Pribram'ın beynin holografik modeli, David Bohm'un *holomovement* (holohareket) teorisi, Ilya Prigogine'in dağıtık yapılar teorisi, Rupert Sheldrake'in morfojenetik kavramı, Ervin Laszlo'nun psi-alan vb.dir. Şimdiye kadar, çalışmalarım için en anlamlı tebrik akademik çevreden olmasa da, olağanüstü bir yazar ve ilham verici bir devlet adamı olan Çek Başkan Vaclav Havel'den geldi. Prag'da, prestijli bir ödül olan Vision 92 ödülünü Dagmar ve Vaclav Havel Vakfından alacağım. Dünya üzerindeki pek çok insan gibi, Vaclav Havel'e büyük saygı duyuyorum ve onun tarafından bu şekilde kabul

edildiğini bilmek de çok büyük bir onur.

S) *Son zamanlarda ne tür araştırmalar yapıyorsunuz? Bu araştırmalar neye yönelik?*

C) Buna ister karma deyin, ister kader, araştırmam tartışmalı alanları kapsıyor. Şu sıralar, bilincin olağan dışı halleri, arşetipik astroloji ve astrolojinin bir karışımı olan bir araştırmaya yoğunlaşmaktayım. Yakın arkadaşım Rick Tarnas ile birbirimizi tanıdığımızdan beri bu konular ile ilgili araştırmalar yapıyoruz; San Fransisko, Kaliforniya İntegral Çalışmalar Enstitüsünde, Psişe ve Kozmos isimli kurslar veriyoruz. Bu oldukça kapsamlı olan konu ile ilgili yeterli bilgiyi röportajımız süresince size aktarmam mümkün değil. İlgililerine Rick'in müthiş kitaplarını önerebilirim. *Passion of the Western Mind and Cosmos and Psyche* (Batılı Zihin ve Kosmos ve Psişenin Tutkusu).

S) *Sizce spiritüellik bilime bilimin sınırlarının anlayabilmek adına nasıl katkıda bulunabilir?*

C) Bana göre, spiritüellik ve bilim çatışma içerisinde olmaması gereken, varoluşun anlaşılması adına birbirini tamamlayıcı iki yaklaşımdır. Ken Wilber'in belirttiği gibi, “Eğer bilim ile din arasında bir çatışma var ise, bizler muhtemelen ‘sahte bilim’ ve ‘sahte din’ ile karşı karşıyayız.” (Sözde bilim ve yanlış din). En önemlisi, spiritüellik bilime, bilimsel testlerin konusu olabilecek şekilde derin bir kavrayış sağlama katkısında bulunabilir. Willis Harman, *Higher Creativity* (Yüksek Yaratıcılık) isimli kitabında, verdiği pek çok örnek ile bilim adamlarının, günlük zihin durumları ile çözmeyi başaramadıkları problemlerini olağan

dışı haller durumunda çözdüklerini ve yine içlerinde Nobel ödülleri de almış olan, dikkat çekici bilimsel projelerden ilham aldıklarını belirtir. Bunlardan bir tanesi Francis Crick'in DNA molekülü ile ilgili açıklamasında, takıldığı problemi LSD ilacının etkisi altında çözdüğüdür.

S) *Psikiyatrinin geleceğini nasıl görüyorsunuz? Yaptığınız araştırmaların bilimin hangi alanlarının değişmesine yardımcı olabileceğini düşünüyorsunuz?*

C) Gelecekte psikiyatriyi daha çok, olağan dışı haller, arşetipik psikoloji ve astrolojinin bir karışımı olarak transpersonel psikoloji alanında görüyorum. Transpersonel psikolojinin ve bilimin yeni modelinin birlikte entegre olduğu, kapsamlı bir evrensel bakış açısı olan bilim modelinin hızla oluştuğuna inanıyorum.

S) *Kaç kitabınız yayımlandı?*

C) Bu çok kolay bir soru, yirmi kitap ve yüz kırkın üzerinde, profesyonel dergilerde yayımlanmış makale. Bilginiz için kitaplarımın listesi:

1. *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research*
2. *The Human Encounter with Death*
3. *LSD Psychotherapy*
4. *Beyond Death: Gates of Consciousness*
5. *Ancient Wisdom and Modern Science*
6. *Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy*
7. *The Adventure of Self-Discovery*
8. *Human Survival and Consciousness Evolution*
9. *Spiritual Emergency: When Personal Transformation Becomes a Crisis*
10. *The Stormy Search for the Self: A Guide to Personal Growth Through Transformational Crises*

11. *The Holotropic Mind: The Three Levels of Consciousness and How They Shape Our Lives*
12. *Books of the Dead*
13. *The Cosmic Game: Explorations of the Frontiers of Human Consciousness*
14. *The Transpersonal Vision: The Healing Potential of Non-Ordinary States of Consciousness*
15. *The Consciousness Revolution: A Transatlantic Dialogue*
16. *Psychology of the Future: Lessons from Modern Consciousness Research*
17. *Call of the Jaguar*
18. *When the Impossible Happens: Adventures in Non-Ordinary Realities*
19. *The Ultimate Journey: Consciousness and the Mystery of Death*
20. *New Perspectives in Psychiatry, Psychology, and Psychotherapy: Observations from Modern Consciousness Research*

S) *Bundan sonraki projeleriniz nelerdir?*

C) Sinemacılıta, özel efektler teknolojilerindeki müthiş ilerleme beni büyülüyor. Bu alanda, dinazorlar ya da şehirleri yıkan yaratıklar görmektense, mistik deneyimlerin canlandırılmasını görmek isterdim. Bunun ile ilgili, eskiye ait bir deneyimim var: 1982'de, eşim Christina ve ben özel efektler sihirbazı Doug Trumbull (2001, Blade Runner, Close Encounters vb.) tarafından, bir bilim kurgu filmi olan Beyin Fırtınası'nın özel efektleri için danışman olarak davet edildik. Ana fikir zamanın en iyi özel efektlerini kullanmak ve ölüm deneyimini inandırıcı bir şekilde canlandırabilmek için bilincin olağan dışı halinin bilimsel alt yapısını kullanmak idi. Ancak Natalie Wood'un zamansız trajik ölümü anlaşmaya zarar verdi ve MGM

bu olayın ardından maddi desteğini geri çekti. Bu trajik olayın neticesinde, yüksek kalitede bir filmde, bizim ile ilgili olan ve bizim açımızdan en ilginç olan, holotropik halin benzerini yaratmak düşüncesi için yeterli para yoktu.

Bu heyecanlı fakat başarısız deneyimden beri özel efekt teknolojisinin hızlı gelişimini büyük bir ilgi ile takip ettim. Hayrette bırakan başarısı beni çok etkiledi ve sahip olduğu büyük potansiyel oldukça fazla heyecanlandırdı. Fakat aynı zamanda, bu sıra dışı sanatın daha çok, şiddet ve yıkım sahnelerinin canlandırılması için kullanılması da beni hayal kırıklığına uğrattı. Son yıllarda, dijital imajınasyonlar ile özel efektlerin doğallığı ve kalitesinin film yapımında yeni ve heyecanlı yollar açılacağına beni ikna etti. Bilinç araştırmaları, transpersonel psikoloji ve modern özel efektler teknolojisinin evliliği, eminim ki sadece mistik deneyimleri inandırıcı bir şekilde canlandırmakla kalmayacak, seyircilerin pek çoğunu da bu konuda ikna edecektir. Bu stratejiyi kullanan filmlerin teknik olarak "entheogenic," yani spiritüel deneyimlere sebep olma (içindeki tanrısallığın uyanışı) potansiyelleri olacağına dair kuvvetli bir hissiyatım var. Böylece, bir eğlence sistemi olmaktan çok, dönüşümün önemli bir aracı ve insanlığın bilincinin bireysel olduğu kadar, daha büyük kesitten bakıldığında kolektif olarak evrimini sağlayan bir özelliği olacaktır. □

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

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

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

01 MAYIS Konferans Düzenlenmemiştir.

08 MAYIS Negatif Döngülerin Dönüşümü Alpaslan - Şebnem CEBBAROĞLU

15 MAYIS Holografik Bilinç Reşat GÜNER

22 MAYIS Ruhsal Anlaşmalar ve Karmik Döngüler . Tülin Etyemez SCHIMBERG

29 MAYIS Varlıksal İlkeler Levent KOSOVA

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

ANKARA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

01 MAYIS Varlıksal İrade Uygunluğu İlkesi Ercüment KAYA

08 MAYIS İnsan ve Yasalar Nihan ATAK

15 MAYIS Karma ve Karmik Telafiler Pınar ÖZTÜRK

22 MAYIS Pozitif Yaşam Uygulamaları..... Seyhan OKAN

29 MAYIS Kendini Bilmek 2 Günay YALÇIN

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

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

01 MAYIS Ruhsal ve Zihinsel Durgunluk Duygu GÜNER

15 MAYIS Duygusal Şifa Bilge BUKET

29 MAYIS Astral Seyahat Nusret Sefa YILMAZ

Yer: Mimar Sinan Mah. 1408 Sok. Hacıbey Apt. No:6/10 Alsancak-İZMİR
Tel: 0232 464 00 17 E-posta irader@irad.org * www.irad.org

Katılım ücretsizdir. Yerimiz sıırlı olduğundan etkinliklerimize katılmak için lütfen 14:00 - 17:00 saatleri arası 4640017 No'lu telefonumuzu arayınız.

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

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

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

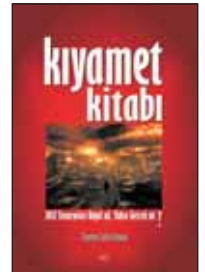
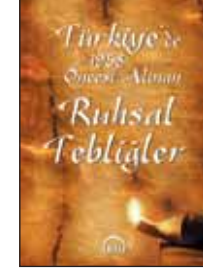
Ruh ve Madde Yayınları Fiyat Listesi

12. Gezegen: Zecharia Sitchin	23 TL	<i>Ne İçin Yaşıyoruz?:</i> J. G. Bennett.....	8 TL
300 Soruda DeneySEL Ruhçuluk:		<i>Otopsi Roswell Olayı:</i> Y. Tokatlı.....	9 TL
Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz	15 TL	<i>Ölüm Sonrası:</i> Colin Wilson	22 TL
Agarta: Rene Guenon.....	12 TL	<i>Ötealem Deneyleri:</i> Dr. Gary Schwartz	19 TL
Akaşık Kayıtlar: Rudolf Steiner.....	13 TL	<i>Öteleme Geçerken Gördüklerimiz:</i>	
Ateş Üstünde Yürüyenler: Joel Andre	5,5 TL	Sir William Barrett	8 TL
Ayurveda: Roy Eugene Davis	11 TL	<i>Parapsikoloji ve Felsefe:</i> David Ray Griffin.....	9 TL
Bagavatgita "Rab'bin Ezgisi"	11 TL	<i>Psikosentez:</i> Will Parfitt	10,5 TL
Beyaz Kartal/Güzel Hayatı Yaratmak	6 TL	<i>Ruhlar Kitabı:</i> Allan Kardec.....	30 TL
Bilinmeyen Gücümüz: Dean I. Radin.....	21 TL	<i>Ruhsal Alemin Işığ:</i> Silver Birch	10 TL
Çağlar Boyu Uçan Daireler.....	9 TL	<i>Ruhsal Alemin Sonsuz İmkanları:</i> A. Pauchard.....	6 TL
Çocuklara Öyküler: Yavuz Keskin	6 TL	<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 1:</i> Dr. K. Nowotny.....	10 TL
Çocukların Unutulan Dili: Lillian Firestone	17 TL	<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2:</i> Dr. K. Nowotny.....	11 TL
DDA-Evren Dili: Ingo Swann	11 TL	<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3:</i> Dr. K. Nowotny	10 TL
Dinlemenin Zen'i: Rebecca Z. Shafir	19 TL	<i>Ruhun Güçleri:</i> Leon Denis	8 TL
Dünya Tarihiçesi Keşif Seferleri: Zecharia Sitchin	22 TL	<i>Rüyalar:</i> Sevda Yücesoy.....	15 TL
Edgar Cayce: Thomas Sugrue	25 TL	<i>Sevinç ve Güzellik Alemleri</i> •	
Energiler: John G. Bennett.....	8 TL	<i>Kader Bilmecesi:</i> A. Pauchard	7 TL
Enki'nin Kayıp Kitabı: Zecharia Sitchin	21 TL	<i>Semboller Ansiklopedisi:</i> Alparslan Salt.....	30 TL
Enneadlar: Plotinos.....	16 TL	<i>Tanrıların ve İnsanların Savaşları:</i> Zecharia Sitchin	20 TL
Eon: Jean E. Charon.....	11 TL	<i>Tanın'nın Eczanesinden Sağlık:</i> Maria Treben.....	20 TL
Eşzamanlılık: Allan CombsMark Holland	10 TL	<i>Tekrardoğuş 1. Cilt</i>	12 TL
Fallar: Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson	9 TL	<i>Tekrardoğuş 2. Cilt</i>	13 TL
Geçmiş Yaşamların İyileştirme:		<i>Tekrardoğuş 3. Cilt</i>	13 TL
Roger J. Woolger.....	20 TL	<i>Umut Habercileri:</i> Paola Giovetti	12 TL
Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....	7,5 TL	<i>Uzay Gemilerinde:</i> George Adamski	9 TL
Gerçek Dünyadan Manzaralar: G. I. Gurdjieff.....	18,5 TL	<i>Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:</i>	
Gerçek Varlık Ruhur: Leon Denis	8 TL	John Willner	22 TL
Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne		<i>Vizüalizasyon:</i> Ursula Markham	10 TL
<i>Psikolojik Yorumlar:</i> 1.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL	<i>Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları:</i> J. G. Bennett.....	8 TL
2.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL	<i>Yeni Çocuklar ve Ölüme Yakın Deneyimler:</i>	
Günlük Sofroloji: Jean Yves Pecchio	10 TL	P.M.H. Atwater	17 TL
Herkes İçin Ötealem Rehberi: G.M. Roberts	13 TL	<i>Yüce Alemleri Bilmek:</i> Rudolf Steiner.....	13 TL
Her Şey Mümkündür: Roy Eugene Davis.....	10 TL	<i>Zaman Başlarken:</i> Zecharia Sitchin	20 TL
Hinduizm: Swami Nikhilananda	15 TL		
Hint Kökenli Dinlerde Karma İnançının			
<i>Tenasüh İnancayla İlişkisi:</i> Dr. A. İ. Yitik	8 TL		
<i>İçsel Gerçeklik:</i> Paul Brunton	10 TL		
<i>İki Dünya Arasında:</i> F. Wiedemann.....	14 TL		
<i>İlahi Karşılaşmalar:</i> Zecharia Sitchin.....	22 TL		
<i>İnsanın Gerçeği - Kendini Bilmek:</i> P. D. Ouspensky	25 TL		
<i>İpnoz ve Ötesi:</i> Lee Pulos	9 TL		
<i>İsa Keşmir'de mi Öldü?:</i> S. Obermeier	8 TL		
<i>İsis ve Osiris:</i> Plutark	13,5 TL		
<i>Kader Sorunu:</i> Leon Denis	13 TL		
<i>Kayıp Diyarlar:</i> Zecharia Sitchin.....	18 TL		
<i>Kendini Bilen Evren:</i> A. Goswami	22 TL		
<i>Kozmik Sempati:</i> David Spangler	17 TL		
<i>Kozmik Şifre:</i> Zecharia Sitchin	19 TL		
<i>Kriya Yoga Felsefesi ve Uygulaması:</i>			
R. Eugene Davis	5,5 TL		
<i>Kutsal Tesirler:</i> J. G. Bennett.....	8,5 TL		
<i>Küresellik:</i> Cengiz Çevre.....	7 TL		
<i>Meta Ansiklopedi:</i> Alparslan Salt-Cem Çobanlı	40 TL		

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

Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Aslan Halkı:</i> Murry Hope	12 TL
<i>Bir Yaşamın Daha Olsa:</i>	
Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl	15 TL
<i>Çılgın Sarkaç:</i> Itzhak Bentov	18 TL
<i>Dikkat: Ruh Eşiniz Çıkabilir!:</i> Janet Cunningham,	
Michael Ranucci.....	12 TL
<i>Diyet ile Romatizma Tedavisi:</i> J. V. Belle	11 TL
<i>Dünya'ya Mektup:</i> Elia Wise	16 TL
<i>Emmanuel'in Kitabı:</i> Judith Stanton, Pat Rodegast	18,5 TL
<i>Excido:</i> Aysun Bitir	10 TL
<i>Göksel ve Yersel Işımlar:</i> Wilton Kullmann	10 TL
<i>Hiçlik Denen Yer:</i> Zeynep Camat.....	14 TL
<i>Işık Elleri:</i> Barbara Ann Brennan.....	23 TL
<i>İçten Dışa Değişim Teknikleri:</i> U. Markham.....	11 TL
<i>İçten Yaşamak:</i> Sri Aurobindo ve Anne	13 TL
<i>Kainatın Masal:</i> Zeynep Zahal Camat.....	14 TL
<i>Kendinizi Güvende Hissedin:</i> William Bloom	13 TL
<i>Kıyamet Kitabı:</i> Zeynep Zahal Camat	10 TL
<i>Koruyucu Meleğiniz Konuşuyor:</i> Jonathan Cainer....	13 TL
<i>Küçük Mucizeler:</i> Judith Leventhal	11 TL
<i>Mandala:</i> Helga Fiala	18 TL
<i>Masumiyete Dönüş:</i> J. M. Schwartz	16 TL
<i>Mong:</i> Hendrick Vannek.....	10 TL
<i>Neden Ben, Neden Bu, Neden Şimdi:</i>	
Robin Norwood.....	14 TL
<i>Psikik Korunma:</i> Fadime Emir.....	15 TL
<i>SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı</i>	
Kurmak: D. Zohar-Dr. I. Marshall	19 TL
<i>Strese Son!:</i> Alix Kirsta	20 TL
<i>Tui Na Çocuk Masajı:</i> M. Mercati	18,5 TL
<i>Zararlı Işımlardan Korunma:</i> W. Kullmann	11 TL



Seçtiğiniz kitapları web sitemizden %20 indirimle sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com

Bilyay 2011 Akademi 2012 Kendini bilmek..?

Türkiye'nin ilk spiritüel kurumundan akademiye...

Birleştiren bilgiyi yaşıyoruz...

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

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

I. SEVİYE PROGRAMINDAN BAZI KONU BAŞLIKLARI

TEMEL RUHSALLIK BİLGİLERİ

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



Metapsisik Tetkikler ve
İlimi Araştırmalar Derneği



İnsanlığı Birleştiren
Bilgiyi Yayma Vakfı