
S E V G İ L İ
OKUYUCULAR

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür

A. Cemal GÜRSOY

Genel Yayın Yönetmeni

Tülin ETYEMEZ

Teknik Sorumlu

K. Levent KOSOVA

Çeviri ve Redaksiyon

Yasemin TOKATLI

Evren POZAN

Grafik Uygulama

Erkan TURAN

Kapak

Ferda GÜRSOY

Dizgi

Ruh ve Madde Yayınları

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

Baskı

Boraks Matbaacılık ve Ambalaj Sanayi

Ticaret ve Pazarlama Ltd. Şti.

Maltepe Mahallesi Gümüşsuyu Caddesi

No:8 D:1 Zeytinburnu / İstanbul

ISSN 1302-0676

MAYIS 2010 Sayı: 604 Cilt: 51

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

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

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

Aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 5 TL
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

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

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

BİLYAY VAKFI ile RUH ve MADDE YAYINLARI hakkında bilgi almak ve sipariş vermek için web sitemizi ziyaret edebilirsiniz.

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

<http://www.ruhvemadde.com>

e-mail: bilyay@bilyay.org.tr

info@ruhvemadde.com

Reklam Fiyatlarımız:

Arka Kapak (renkli) 250 USD

Ön Kapak İçi 100 USD

Arka Kapak İçi 100 USD

İç Tam Sayfa 75 USD

İç Yarım Sayfa 50 USD

İçindekiler

- 4 **Realite-Negatif Düşünceler** Ergün Arıkdal
- 10 **Tekrarlanma Üstüne** Dr. Maurice Nicoll
- 13 **Yeryüzündeki İnsanlık Realitesi**
Sadıklar Planı'ndan Alıntılar
- 14 **Yaşamın İksel Frekansları** Robert König
- 16 **Olaylar ve Enerjiler** Alpaslan Cebbaroğlu
- 22 **Rüyaların Aktif Hale Getirilmesi** Robert Moss
2. Bölüm
- 30 **Ruhsal Şifa Nedir?** Fadime Emir
2. Bölüm
- 36 **Ruhsal Büyümenin 13 Yolu** Gary Zukav
Felaketlerden Fırsat Oluşturmak
1. Bölüm
- 41 **Mark Wentworth ve Dinamik Tiyatro**
Haber
- 42 **Vicdan ve Makul Vicdan** Seyhan Okan
- 48 **Medyomlukta Anormallikler** Billy Roberts
- 50 **Deja vu'nun Üç Tipi** Don Eldridge
- 52 **Zihinde Canlandırma Tekniğinin Püf Noktaları** Nihan Atak
- 54 **Yaratma Cesareti** Rollo May
- 56 **Kalbinizin Sevdikleri** Dr. Paula M. Reeves
- 61 **Şaman Duası**
- 63 **Etkinlikler**

Negatif Etkinin Asıl Fonksiyonu

REALİTE

Negatif
Düşünceler*Ergün Arıkdal*

POZİTİFLİK-NEGATİFLİK, yani iyilik-kötülük, doğruluk-eğrilik, kısacası düalite konusu bütün insanlığın bir problemi haline gelmiş durumdadır. “Bu iyidir ve bu kötüdür” gibi bir ayrıma girmek o kadar kolay bir iş değildir. Mutlak bir iyilik, mutlak bir kötülük yoktur; hatırlarsanız, bunların bir çubuğun iki ucu gibi olduğunu daha önce ele almıştık. Bu durumlar, aslında bir sürecin çeşitli görünüşlerinden ibarettir. Tek başına bir şeyin pozitif veya negatif olduğunun anlaşılması mümkün değildir; bu nedenle, pozitif değerler ortaya çıkabilmesi için negatif bir sınanmanın veya negatifliğin ortada olması zorunludur. Yani dejenerasyonlar, yozlaşmalar olmadan rejenerasyonlar, yenileşmeler mümkün olmuyor.

Bir şeyin yenileşmesi, yani değişime uğraması gerektiğinde, bu görevi yozlaştırıcı etkiler meydana getirir. Yozlaştırıcı etki derhal orayı kaplar ve bir bakarız ki, değişim başlamış; fikir, düşünce, tavır, hareket, organik yapı, o şey her ne olursa olsun, özünde, yapısında bir değişiklik meydana gelir. Bu değişiklik, aslında negatif etkiye karşı bir tavır olarak meydana gelir. Negatif etkinin görevi de zaten budur. Karşı tarafı faaliyete geçirmek veya değişik bir tavır almaya yöneltmek.

Değişiklik, aslında negatif etkinin niteliklerini bertaraf etmeye çalışan, kendini bu negatif etkiye karşı savunan bir başka sistemin oluşturulması sürecidir. O eski sistem böyle bir sistemi zaten içermektedir; potansiyel olarak bu sistemi içermektedir ama bu yeni sistem bir türlü meydana gelmemiş veya oluşmasının zamanı gelmemiştir. Dolayısıyla, zaman enerjisinin böyle bir değişim sürecini tahrik etmesi söz konusudur.

Negatif etki, aslında çok faydalı, çok olumlu bir etkidir fakat bu etkiyle karşılaşanlar için statükonun artık korunamaması, birtakım değerlerin yavaş yavaş elden çıkması şeklinde kayıplara sebep olduğundan, olumsuz olarak algılanmaktadır. Kısacası, bu etkiye olumsuz



diyen bizleriz. Örneğin, “Güzel değerlerimiz, güzel inançlarımız, güzel felsefemiz,” diyerek çok kıymet verdiğimiz, baştaçı ettiğimiz şeylerin eksik ve yanlış olan yanlarının değişmesi zamanı geldiğinde, bunlarla eşkoşmuş varlıklar bu değişimi reddeder ve istemezler. Bir telafi mekanizmasını işletmeye çalışırlar; kötölemelerle, “Karşımızdaki negatif, olumsuz, kötü ve yıkıcı etkidir,” diyerek savunmaya geçerler. Halbuki negatif olarak nitelendirilen o etkinin görevi, doğrudan doğruya bir şeyi imha veya yok etmek değildir. Bütün eprövler, negatif ve kötü gördüğümüz, beğenmediğimiz her şey; adeta mutlak bir kötüye aйтmış, mutlak bir kötüden geliyormuş manasında anlaşılmalıdır. Karşı tarafın kendini yenileyebilmesi için daha değişik bir eforun ortaya çıkmasını sağlamak bakımından bir tahrik unsuru şeklinde anlaşılmalıdır. Negatif etki tahrik edici, harekete geçirici, endükleyen bir unsurdur.

Dolayısıyla yaşam sınavları dediğimiz eprövlerimiz içerisinde negatif hiçbir şey yoktur. “Bu çok kötü ve negatif bir eprövdür; bizi mahvediyor,” tarzında, sanki bir hesabın aktifi pasifi, alacağı borcu veya iyiliği kötülüğü şeklinde

ele almamak lazımdır. Bu yanlış bir değerlendirmedir. Bütün kötü, aksi, ters, acayip gibi görünen şeyler, aslında bir değişimi, rejenerasyonu, yenilenmeyi, yeniden varoluşu, yeniden düzenlenmeyi, yenileşmeyi tahrik eden unsurlardan ibarettir. Ve yaptıkları iş de çok pozitif, çok hayırlı bir iştir. “Her işte bir hayır vardır” sözünü de bu şekilde algılamaya çalışmamız gerekir.

Tüm insanlar, bütün varlıklar, ne tür bir harekette bulunursa bulunsunlar, daima Yüce İyilik veya Hayr-ı Ala dediğimiz Rab’bin Planı’na uygun hareket etmektedirler. Zaten bu bir zorunluluktur, başka türlü bir plan içerisinde olmamız mümkün değildir. Hatırlarsanız, bedenlenerek içine dahil olduğumuz bu ortamın bu şekilde düzenlendiğinden daha önce söz etmiştik. Burada bizim iradi gücümüz, sadece bize sunulan ortamların arasında bize uygun olacak bu veya şu ortamı seçmekle ilgilidir. Yoksa ortamın işimize gelir taraflarını yapmak, gelmeyen taraflarını yok etmek gibi bir iradi gücümüz söz konusu değildir. Bu konuda haddimizi bilmemiz lazımdır.

Her şey, bütün ve kül olarak ele alınır. Yani pozitiflik ve negatifliği iki ayrı, birbirine tamamen zıt kutuplar olarak ele almak dar ve verimsiz bir



bakış açısıdır. Negatif olan, epröve gelen, aşırı cehit göstermemizi, uyum sağlamamızı, sabretmemizi, irade gücümüzü göstermemizi isteyen bütün şeyler; yenileşmemizi, daha ileri gitmemizi, daha geniş bir şuur alanına sahip olmamızı meydana getirecek olan tavırlar, hareketler, fiiller, edimlerdir. Dolayısıyla pozitifin kendi değerini ortaya çıkarabilmesi için negatif dediğimiz, yani bireysel varlık tarafından belirli bir şuur düzeyi bakımından yorumlanarak istenmeyen eprövlerin aslında gelişme, yenileşme

için çok önemli bir hareket gücü sağladığını da hiç unutmamak gerekir.

Negatif Enerji Çığları

BİR OKUYUCUMUZ, *Şakralar* adlı kitabınızda düşüncenin uzayda belli yerlerde toplandığını okudum. Peki, genelde olumsuz ve kötü düşünce yığınları hayli yoğun olsa da, bazı kişilerin bu yığınları aşarak olumlu ve sevgi dolu düşüncelere ulaşabilmesi mümkün değil midir?" diye sormuş.

Önce sürekli vurgulanması şart olan iki hususu ele almamız lazımdır.

Birincisi, insan zihninin perisprital vasıta ile kendi dışına, yani psikik aleme, ruhsal dünyaya veya eskilerin, teozofların ve okültistlerin ifadesiyle söylersek, astral ya da mantal dünyaya salıverdiği birtakım düşünce kalıpları, formpanseler vardır. Düşüncelerimiz perisprital enerji alanı aracılığıyla forma sokulurlar. Bizler çeşitli kanallardan almış olduğumuz tesir ve uyarımları, kendi egoistik yapıma uygun olarak kendimize göre yorumlarız. Hep söylediğimiz gibi, bunların bir kısmını pozitif, bir kısmını negatif diye ayırmaya pek meyilliyizdir. Yani kendi yorumlarımızı bir düalite içerisinde iyi-kötü, ak-kara, yin-yang, pozitif-negatif tarzında sınıflandırırız.

İkincisi, “Hiçbir şey yoktan var olmaz ve hiçbir şey varken yok edilemez.” Bu çok doğru ve çok esaslı bir bilgidir. Her şey Sebep ve Sonuç Yasası’na göre oluşur. “Hiç yoktan,” yani sebepsiz hiçbir şey olmaz. Bu nedenle yüce Ruhsal Mekanizmalar da, “Bizden, hayattan ya da Ulu Tanrı’dan, yüce gördüğünüz herhangi bir yerden bir şey istediğinizde muhakkak bir sebep yaratarak isteyiniz, vesileler bulunuz,” derler. Bizim bir

isteğimiz varsa, bir vesileyi ile o dileği, bilgiyi, isteği, işareti veya bir enerjiyi bir yere muhakkak bizim aktarmamız gerekir. Bu temel bir ilkedir ve sebep her zaman çok önemlidir.

Düşüncelerimiz imajinasyon melekesinin yardımıyla ve perisprital alanımızdaki enerjilerin desteğiyle birtakım formlara veya şekillere bürünür. Biz bunlara düşünce şekilleri veya formpanseler diyoruz. Bunlar şekillenmiş, teşekkür etmiş, objeleşmiş, “şey”leşmiş olan düşüncelerdir. Bunların “şey”leşmeleri ya da obje haline gelmeleri, tabii ki, bir heykeltraşın elinin altındaki kili bir surata, bir başa, bir vücuda benzetmesi tarzında değildir; düşüncelerin nesneleşmesi süreci o kadar kaba saba değildir. Söz konusu olan bir enerji birikimidir. Çeşitli enerjilerin, belirli bir frekanstaki



titreşimler halinde korunmasıdır; bunun da deyim yerindeyse, kendine has bir rengi, frekansı, voltajı vardır. Bu enerjiler kendilerine yüklenen enerjinin türüne uygun renk ve yayın içerisinde kalırlar. Ancak önemli olan nokta şudur: Bunlar konsantrasyon yoluyla, istekle, şevkle oluşturulan düşünce şekilleridir; yani öylesine, bir anda zihnimizden rüzgar gibi geçen düşünce halleri formpanse meydana getirmez. Formpanseler üzerinde sabit bir şekilde durabildiğimiz, enerjik bir tarzda üzerine yüklenilen birikimlerdir; adeta bir çeşit yaratıcılık gerektirir. Ancak bu durumda, bir formpanse meydana gelir; yoksa bir kişi hakkında, “Boşverin, o adamda iş yok,” dediğimizde, o andaki egoistik meylimize uygun cevap yollamamızın formpanse meydana getirdiğini zannetmeyelim. Aynı şekilde, bir pozitif düşünce şeklinin yoğunlaşması da bu süreci gerektirir. “O çok iyi insandır. Ben onu çok severim,” gibi öylesine yapılan konuşmaların da pozitif bir düşünce meydana getirdiğini zannetmeyelim.

Olumlu düşünce şekilleri üretebilmek için bir çaba muhakkak şarttır. Oturup üzerinde düzenli organize bir şekilde düşünmek lazımdır. Düşünmenin kendine has özellikleri vardır, derin bir düşünceye girmek gerekir. Meditatif bir düşünce ve çok yoğun bir istek içinde bunları yapabilirsek formpanselerimizi belki çeşitli şekillerde kümeliendirebiliriz. İşte, bu sürece tabi olan insanlık, genellikle büyük heyecan halleri, şok durumları içerisinde yoğun ve şiddetli düşünce üretimiyle formpanse meydana getirmek imkanı bulur. Bu ani sarsıntular, yüksek heyecanlar,

korkular, sevinçler, yüksek aşklar, büyük kinler, nefretler vs. tarzında heyecan potansiyeli ve derecesi yüksek olan haller içerisindeki zihinde meydana gelen faaliyet, normal haldeki faaliyetten çok daha fazladır.

İnsanların sanata değer vermelerinin nedeni de budur çünkü sanatsal bir olay ya da eser karşısında heyecan daha yüksek seviyeli olur ve pozitif değerde ise haz verir. Demek ki, bir tiyatro veya bir film izlerken, bir resim karşısında bizim heyecan duymamız şarttır. Heyecan duyamıyorsak, bu sadece gözle bakmaktan, birtakım ölçüleri, biçimleri, renkleri kendinize uygun birtakım kıstaslarla değerlendirmekten ibarettir. Halbuki bir şeyi gerçekten anlayabilmek için ona öylesine bakmamak ve heyecanını yakalamak lazımdır. Aslında her şeyin heyecanını yakalamak lazım çünkü heyecanını kaybettiğinizde yaptığınız hiçbir şeyden hayır gelmez.

Bizler de hayat içerisinde çeşitli psikolojik sebeplere dayanarak türlü heyecan halleri yaşarız ve bu heyecan hallerinin üzerimizde oldukça etkili olduğunu biliriz. Bu heyecan hallerinin zihnimiz üzerinde meydana getirmiş olduğu farklı haletler, farklı formpanselerin meydana gelmesini teşvik ederler. İyi bir düşüncemiz veya heyecan hallerimizden biri bizi pozitif bir düşünceye doğru kaydırduğunda, o henüz bütün şekilleri, detayları, konturları tam manası ile belli olmayan biraz esnek, şekillenmemiş bir düşünce halindedir; renkleri gelir gelir gider, etki, yani ışınım alanı bazen daralır, bazen genişler, istikrarsız bir durumu vardır. Ancak aynı düşünceye paralel ve onu çağrıştıracak şekilde birçok insan da bu formpanselerin meydana

gelmesine hizmet ederler. Dolayısıyla diğer formpansellerin, diğer şekillenmiş düşüncelerin de cazibe noktası olarak meydana gelen formpanseye doğru aktıkları veya akmaya çalıştıkları, en azından bir tesir göndererek bir iletişim içerisine girdikleri de bilinmektedir.

İnsanoğlu pozitif bir enerjiyle bağlantı kurabildiği gibi, aynı zamanda kindar, nefsanî, kıskanç, fesat, dağıtıcı, bozucu tarafları da olduğundan negatif enerji bulutları da meydana getirebilmektedir. Ve görüşümüz odur ki, birçok olayın arkasında negatif enerjilerin veya olumsuz düşüncelerin insanların zihnine böyle durduk yerde çıkıp gelmesi yatmaktadır. Şuurlarımızda terbiye edilmek üzere korunan birtakım yararsız, zararlı düşüncelerin azgınlaşması, genellikle negatif tarzda oluşturulmuş düşünce formlarının insanlar üzerine saçaklanmasından, akışından, tembihinden, uyarımasından veya onlara nüfuz etmelerinden meydana geliyor. Bu sözlerimiz kurgu, hayal ürünü veya sembolik değildir. Hepsinin denemeleri yapılmış ve hepsi yaşanmış olaylar olduklarından bunları rahatlıkla aktarabiliyoruz.

Bazen daha güçlü ve pozitif değerlerle meydana getirilmiş büyük sevgi bulutları veya pozitif bulutlar, pozitif düşünce dalgaları negatif düşünce dalgalarının karşısına bir barikat olarak dikilebilir. Ancak hayra tahvil edilmek ya da şerrin hayra dönüşmesi meselesinde, pozitif değerdeki düşüncelerini bir araya getirebilmek için insanların gayreti lazımdır çünkü böyle bir iş bir iki kişiyle olmaz. Bütün bir topluluğu ilgilendiren birçok kazaların, sebebi

açıkça görülemeyen olayların, acayip biçimde ortaya çıkan olumsuz olayların temelinde negatif enerji birikimlerini yaratmış varlıkların kendi biriktirdikleri o büyük negatif enerji çığları yatmaktadır. Bunu bir kar yığını gibi kabul edersek o kazalar ya da olaylar çığ altında kalmaya benzer.

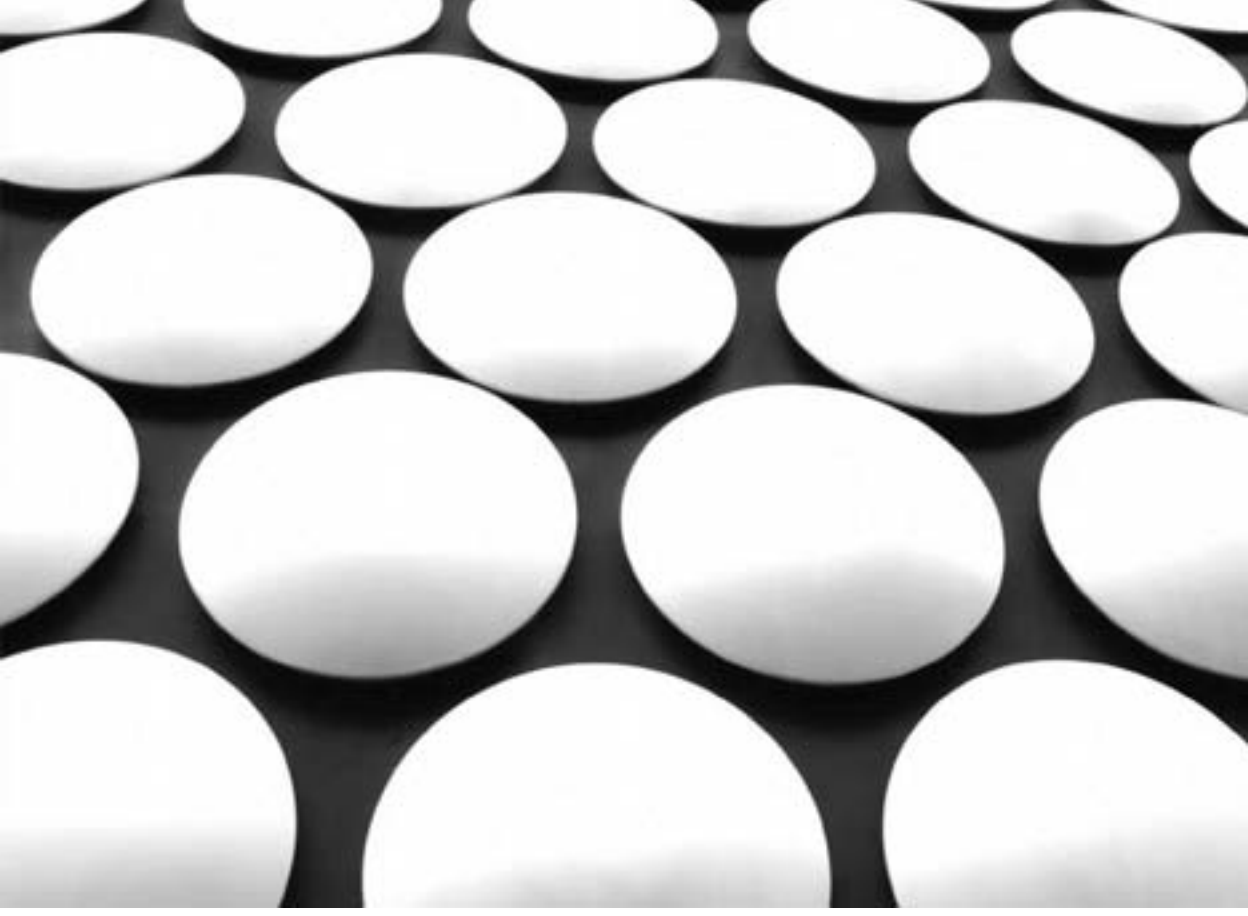
Bizler yükseklere negatif maddeleri, enerjileri sürekli olarak biriktiriyoruz. Düşüncelerimiz öyle sevgisiz, saygısız, anlayışsız, inançsız ve inkar içinde ki, pozitifin karşısında duran her şey için bunlar yüksek bir dağın tepesine, zirvesine yığılmış toz halindeki kar gibiler. En sonunda belirli yönden esen bir rüzgarda veya bir kayanın yuvarlanması gibi bir hareket yüzünden bunlar aşağıya doğru akmaya başlar, hem de büyük bir gürültü ile ne var ne yok hepsini önüne takıp. Bizler kendi negatif enerji çığlarımızın altında kendi yüzümüzden kalıyoruz ama böyle bir kazadan veya olaydan sonra oturup, yine negatif düşünceler üreterek, “Filanca şunu ihmal etti de, şu şunu yapmadı da, bunu buradan kaldırsaydı, şuraya köprü yapsaydı, şuraya fazla beton atsaydı, şunları gömseydi vs. bu olaylar olmazdı. Bunun sorumlusu kim?” diyoruz. Bunların sorumlusu biziz. O olayların sorumlusu orada bulunan, o hali meydana getiren insanlardır. Nerede başımıza bir iş geliyorsa, sorumlusu ne belediyedir ne belediyenin reisidir ne teknisyeni ne de müteahhididir. Dünya'yı doğrudan doğruya mahveden, her türlü pisliği meydana getiren öncelikle bizim kafa yapılarımız, düşüncelerimiz, duygularımız, vicdansızlıklarımızdır; bu büyük negatif yığılmayı meydana getiriyor, ondan sonra onun altında kalıyoruz. □

Tekrarlanma Üstüne

Dr. Maurice Nicoll

CALIŞMA'DA fiziksel disiplinle hiçbir ilgisi olmayan zihinsel ve duygusal bir disiplinin altına girmeyi amaçlarız ve bu Çalışma'da bizlere, içimizde Vicdan diye bir şeyin gömülü olduğu ve Kişiliğimizden ve onun tüm bıkırtıcı tezahürlerinden ve aynı şeyin, aynı davranışın, aynı tutumların, aynı ifadelerin bitmek tükenmek bilmeden tekrarlanmasından biraz bile olsa özgürleştiğimiz anda, aslında Daha Yüksek Merkezlerden gelen Gerçek Vicdan'la temas kurabileceğimiz öğretilir. Bu bakış açısına göre yanlış davranış, yanlış düşünme ve her şeyden önce de yanlış konuşma nedeniyle kendimize karşı bir sürü hesabımızın olduğunu anlamalıyız. Er geç her şeyin hesabının çıkartılması gerekir.

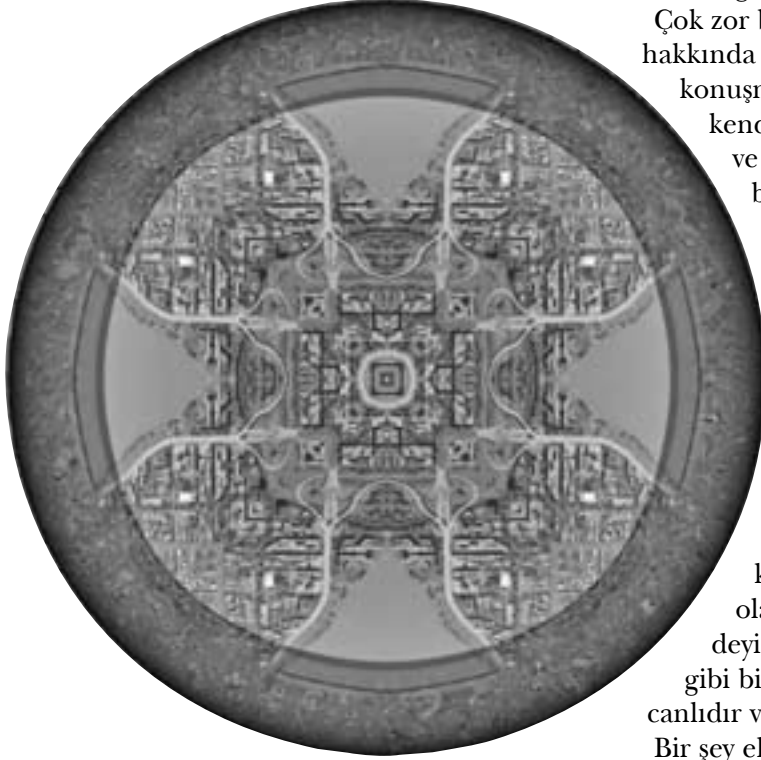
Şimdi, biraz Tekrarlanma fikri hakkında konuşacağım. Bildiğiniz gibi, modern fizik Zaman'ın eğri olduğunu söyler. Bu, onun bir daire olduğu anlamına gelir. Uzatılmış bir çizgi değildir, kendi etrafında kıvrılan ve tekrar aynı yere gelen bir çizgidir. Bu nedenle Çalışma, (ikincil öğretisinde) hayatlarımızın eğrildiğini ve doğum anına geri döndüğünü söyler. Bunun anlamı, hiçbir şey değişmezse aynı çembere bir kez daha gireceğimiz, aynı şeyleri yapacağımız, aynı şeyleri hissedeceğimiz ve aynı biçimde davranacağımızdır. Ama Çalışma, kendimiz üzerinde çalışmayı ve Varlığımızı değiştirmeyi denersek bir dahaki sefere aynı türden bir hayata sahip olmayacağımızı öğretir. Bu elbette, birçok şeye bağlıdır. Örneğin, nasıl yetiştirildiğimize ve dışarının, anne babalarımızın, bakıcılarımızın ve günün literatürünün üzerimizde etkili olan tesirlerine bağlıdır. Dekalog'da (On Emir) geçen şu garip ifadeyi hepimiz bilirsiniz: "...ben, Tanrı'nın Rab, kıskanç bir Tanrı'yım. Benden nefret edenin babasının işlediği suçun hesabını çocuklarından, üçüncü, dördüncü kuşaklardan sorarım." (Çıkış, 20:5) Bu ise pratikte, anne babalar değişirse çocuklarının da değişebileceği anlamına gelir. Kısacası, bir çocuk sahibiysem ve hayat çemberim sırasında değişirsem, çocuklarıma yardım edeceğim, demektir. Bu nedenle anne babalar çalışır ve Varlık seviyelerini değiştirirlerse, umut edilecek çok şey vardır çünkü bu olursa, Tekrarlanma'da yeniden doğan çocuklar, anne babaları değişmiş olduğu için aynı türden anne babalara sahip olmayacaklar. Örneğin, geçmişten geleceğe düz bir çizgi olarak uzanan olağan Zaman kavramına göre, ölen bir çocuğum olursa, çocuğumu nasıl değiştirebileceğimi göremem. Hayatın bu çemberini ve şeylerin Tekrarlanmasını anlamadıkça, hiç kimsenin bunun ne anlama geldiğini kavrayamayacağını görüyor musunuz? Çocuk ya da anne baba, hiç kimse değişmeye çalışmazsa, o zaman her şey aynı olacak ve aynı şekilde dönüp duracaktır. Uzun yıllar önce öldüğü için babamı değiştiremeyeceğimi düşünebiliyor musunuz? Ezoterik bakış açısından bakıldığında, kendimdeki



bazı şeylerin üstesinden gelebilirsem, çabalarımın yalnızca kendimi değil, babamı da etkileyeceğine dair sizi temin edebilirim. Şimdi, bu Çalışma, bazılarınızın fark etmiş olabileceği gibi, insanlarda birçok şeyi değiştirebilir. Bu Çalışma'da kendinizi ne kadar güçlü hisseder, zihninizde bu Çalışma'nın anlamını ne kadar çok kavrar ve bu Çalışma'nın kuvveti aracılığıyla kendinizi mekanik hayattan ne kadar çok ayırabilerseniz, yalnızca kendinizi değil, sizinle bağlantılı olan herkesi -şu anda içinde bulunduğunuz zamanda bulunmayan, geçmişteki insanları bile- değiştirebilirsiniz. Bu nedenle, Çalışma olağan kavrayışımızla Zaman'ın maruz kalabileceğimiz en kütü yanılısamalardan biri olduğunu öğretir çünkü çok eskilerde kalmış insanlara nasıl yardım edebiliriz ki? Yanıt, gelecek de geçmiş de *eşit ölçüde mevcut olduğu* için kendiniz üzerinde çalışarak, yalnızca kendinizi

değil, geçmiş ve gelecekteki her şeyi değiştirebileceğinizdir. Zaman bir çemberse ne geçmiş ne de gelecek vardır.

Şimdi, çemberlerimizden bazıları, başka insanlara ait çemberlerle karşılıklı bağlanabilir ve Tekrarlanma'nın ne anlama geldiğini kavramak istiyorsanız, bunu kavramanız gerekir. Zaman düz bir çizgi değildir, kendi etraflarında dönüp duran ve bazıları birbiriyle karşılıklı iletişime geçen sonsuz çemberlerdir. Geçmiş bugün ya da gelecek kadar canlıdır. Bu büyük kavrama ile umut kazanabiliriz. Şu anda yaptıklarımızın hem geçmişte hem şu anda hem de gelecekte başka insanları etkileyeceğini anlayabiliriz. Çalışma her şeyin birbiriyle bağlantılı olduğunu söyler, öyle ki bir kişi şu anda kendi üzerinde çalışıp Varlık seviyesini değiştirmeye başlarsa yalnızca geçmişteki insanları değil, gelecektekileri de etkiler.



Pişmanlık faydasızdır ama çalışma her zaman faydalıdır. Şu anda, kendiniz üzerinde gerçek bir çalışma eylemi yaptığınızda hem geçmiş hem de geleceği değiştireceğinizi ve geçmişinizde sizinle bağlantılı olan bütün insanlar bakımından, geçmişinizi değiştireceğinizi hepimiz hatırlamalıyız. Gurdjieff bir zamanlar şöyle demişti: “Kendinizi değiştirmek istiyorsanız, büyükbabanızı değiştirmelisiniz.” Bu ne anlama gelir? Bu ifadenin anlamlarından biri, babanıza ve büyükbabanıza karşı tutumunuzu değiştirerek, onlar çoktan ölmüş olsalar bile, onları değiştirecek olmanız ve böylece, görünür hayatta, kendi hayatınızın çemberinde bir kez daha doğduğunuzda, babanızla ve büyükbabanızla tekrar karşılaştığınızda

onları değiştirecek olmanızdır.

Çok zor bir konu olan Tekrarlanma hakkında şimdilik, daha fazla konuşmak istemiyorum. Ama kendiniz üzerinde çalışmak ve kendinizi değiştirmek bakımından şu anda yaptığınız her şeyin hem geleceğe hem de geçmişe milyonlarca yoldan kendini yansıtacağını hepimiz hatırlamalıyız. Bu nedenle, şimdiki zamanımızda artık var olmayan tanıdıklarımız olabilir ama tüm insanlar Zaman’da mevcuttur ve kendi çemberlerini sürekli olarak yinelerler. Bir başka deyişle, duyularımızın kavradığı gibi bir Zaman yoktur; her şey canlıdır ve her şey daima mevcuttur.

Bir şey eklememe izin verin. Eski Ahit’te Tekrarlanma hakkında birçok fikir vardır. Vaiz babında, Zaman’ın geçmiş, şimdi ve geleceği içeren düz bir çizgi olmayıp sürekli tekrarlanan, sürekli olarak kendini yineleyen bir çember olduğu fikri vardır. “Önce ne olduysa, yine olacak. Önce ne yapıldıysa, yine yapılacak. Güneşin altında yeni bir şey yok.” (Vaiz, 1:9) Ama “olacak şeyin” tamamen sizin çalışmanıza, özdeşleşmemenize ve kendinizi ondan ayırmanıza bağlı olduğunu hatırlamalıyız çünkü o zaman sizin üzerinizde hiçbir gücü yoktur. Sonra değişeceksiniz ve sizinle bağlantılı olan diğer her şey de değişecek. □

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

Yeryüzündeki İnsanlık Realitesi

Celse: 158, 28.4.1972

NEDEN yeryüzünde insanlık realitesi geridir? Sebebin birincisi; dünya maddesinin tekamül etmemiş olmasıdır. Böyle oluşu(ndan) organik maddenin mütekamil olmamasına, bundan insan bedeninin genel yapı olarak tekamül etmemiş olmasına ulaşırız. Bu hal, yüksek benliğinden sebep-netice yankılanmasına müsait olmayan bir haldir. Dolayısıyla, dünya maddesinin gelişmemişliği, astral maddenin, astral ikizinin de gelişmemişliğine, dolayısıyla ona bağlı olarak diğer seyyal madde topluluklarının da gelişmemişliğine sebep olmaktadır. Ve yüksek benlik bunların arasından nüfuz etmek suretiyle bedene kadar ulaşırken, çok büyük kayıplar vermektedir. Ve bu yüzden mesela, moral sahada sizler şeriata, sizler otomatizmaya, sizler geri safhalı hayata çok daha mütemayil ve bağlı bulunmaktasınız. Çünkü şüurluluk, yüksek benlikten gelen büyük empülsleri ifade etmektedir. Bunların ifade edilmesi mümkün değildir. Zira ifade vasıtaları zayıftır.

O halde tekamül nedir? Bu mekanizma içerisinde tekamülü mütalaa ettiğimiz zaman, diyebiliriz ki, tekamül: Sebep-netice yankılanmasının gitgide yükselmesidir. Yani yüksek benlikten maddesel bir yapı olan vücuda gelecek olan her empülsün, her uyarının, aslına en uygun tarzda, en az kayba uğramış olarak gelmesi ve gene en az kayba uğramış olarak dönmesi demektir. Bu, yüksek benliğin madde içerisindeki görünümüdür. Yüksek benlik, madde içerisinde ne derecede melekelerini geliştirmiş olarak tezahür ederse, siz (o derecede) mütekamil bir varlıksınız demektir.

Bunun için yeryüzündeki insanın vazifesi, mümkün olduğu kadar organizmasını en iyi şartlar dahilinde kullanmak, her türlü otomatizmaya karşı bir uğraşı içerisinde düşmek ve yüksek benliğinden gelen empülsü vicdan mekanizmasıyla almaktır, almaya çalışmaktır. □

mütalaa: okuma. irdeleme. müzakere etüt.

mütekamil: olgun.

mütemayil: bir tarafa eğilmiş.

seyyal: akıcı, sıvı, akışkan.

Yaşamın İlksel Frekansları

*Robert König**

BERLİN'LI beden uzmanı Robert König "Ses Terapisi"nin terapötik arka planı ve uygulama olanaklarıyla ilgili olarak şunları söylüyor:

"Ses terapisinde kullanılan ses çanağı, giyinmiş olarak uzanıp yatan kişinin üstüne yerleştirilir ve arka arkaya masaj yapar gibi tını verecek biçimde çalınır. Bu armonik (uyumlu, ahenkli) sesler derin, tüm vücudu kapsayan, ruhsal ve zihinsel rahatlatıcı bir masaj etkisi yaratır."

Etkileme Biçimi

SESİN (tınının) psikolojik etkisi tanınmış ve araştırılmıştır, keza insanın ikinci önemli algılama biçimi olan duymanın anlamı da.

Müzik vücudumuzu sakinleştirir ve rahatlatır. Çünkü vücudumuz büyük oranda sudan oluşur ve çalınan ses çanağından çıkan ses dalgaları, vücudun içerisinde aynı şekilde dalgalanmaya devam ederek yayılır ve vücudun su moleküllerini hareketlendirip dalgalandırır.

Bu titreşimler yumuşak ve derin bir masaj etkisi meydana getirir. Çıkan ses ve titreşimler sayesinde şakra merkezleri de uyarılır ve merkezler bundan olumlu etkilenir.

Ses terapisinde kullanılan çanakla ilgili çalışmada, çanaktan çıkan dalga frekansları bilgisayarla yapılan ölçümler sayesinde tanımlanmış ve belli ses özelliklerinin düzenlenmesini olası kılmıştır. Bu da özellikli ve tam etkili masaj uygulamaları için çanak seçimini kolaylaştırdığından, bilgisayarda yapılan bu ölçümler ses terapisi için bir avantaj oluşturmuştur.



* Psikoterapi danışmanı, gevşeme teknikleri koçu ve beden uzmanı.

Kökene hemen hemen beş bin yıldan daha öncelere dayanır.

Ses terapisi diğer geleneksel masaj yöntemlerine göre daha yeni bir masaj metodudur, ancak tanınma derecesi ve sevilme oranı hızla artmıştır.

Ses çanağının kökeni Hindistan'a ve Himalayalar'a dayanır. Çanağın kullanım fonksiyonunun kökeni üzerine çeşitli teoriler vardır:

Bunlardan biri meditasyon ve ibadette, diğeryse sebze ve meyvelerin korunup saklanması amacıyla kullanıldığıdır.

Her çanak kendine özgü bir ses enstrümanıdır ve en az yedi metalden oluşmuştur. Bunların içinde kısmi olarak altın ve bakır da vardır. Ses terapisiyle yapılan iyileştirme (şifa) çalışmalarının kökenlerinin ipuçlarını eski veda öğretilerine ait yazılarda bulabiliriz.

Yaklaşımlar ve Uygulamalar

SES TERAPİSİ alışlageldik, sıradan günlük yaşam stresini azaltır, gevşeme ve iyi hissetmeyi teşvik eder.

Terapi alanında ses çanağının kullanılması ruhsal ve zihinsel alandaki blokajların yumuşak bir şekilde çözümüne yardımcı olur. Sık olarak eski ve olumsuz duygulanımlar fizik bedene etki eder ve hastalık semptomlarının oluşmasına katkıda bulunur. Ses terapisi sırasında çözüme doğru giderken, bu eski birikmiş duygular ve hisler tekrar ortaya çıkabilir ve bu da uygulanarla uygulayıcı arasında hassas ve güven dolu bir ilişkiyi gerektirir.

*Ses terapisi
diğer
geleneksel masaj
yöntemlerine göre
daha yeni bir
masaj metodudur,
ancak
tanınma derecesi ve
sevilme oranı
hızla
artmıştır.*

Çocuklarla yapılan çalışmalarda ses terapisi, özel bir algılama geliştirilmesi ve yaratıcılığın teşviki olarak da işlev görür.

Ses terapisi bütünsel bir metot olduğu için beden, zihin ve ruhun dengesini yeniden oluşturur.

Başka hiçbir masaj tekniği müziği, tınıyı, masajı ve iyi hissetmeyi bir arada bu kadar güzel kaynaştırıp birleştirememiştir. Ses terapisini bir seferliğine dahi olsa tecrübe eden kişi, günlük yaşamında artık onusuz olmayı istemeyecektir. □

*Paracelsus Dergisi, Ocak 2010 sayısından
çeviren: Aylin Kova.*



Olaylar ve Enerjiler

Alpaslan Cebbaroğlu

Şuur ve Zaman Enerjisi

ZAMAN ENERJİSİ kozmosun dört temel enerjisinden biridir, öteki üçü ise ruh, hayat ve fizik enerjilerdir ki bunların hepsinin yönetimi ruhsal enerjinin elindedir. Ruh varlığı (şuuruyla-bilinciyle) yaratıcılık işlevini zaman enerjisi aracılığıyla gerçekleştirir. Her şey, ruhun gözetiminde ve yönetiminde olarak -kuşkusuz, İlahi İrade Yasaları çerçevesinde olmak üzere- zaman enerjisinin etkisiyle gelişir, değişir ve olgunlaşır. Ruh varlığı, bilgisini, belli bir mekanda Zaman Enerjisi aracılığıyla tezahür ettirir ama önce, o mekanı bilginin orada tezahürüne elverişli hale, kaliteye getirir ki bunu da yine zaman enerjisini kullanarak yapar.

Alan oluşumlarında da Zaman enerjisi temel öğelerden biridir. Bir alanın oluşumunda Zaman Enerjisi birinci öğedir; ötekiler ise mekan ve varlıktır. Zaman, Mekan (fizik) ve Varlık(lar) üçlüsü bir alan, yani zemin oluşumunun olmazsa olmaz üçlüsüdür. Bir ruhsal planın zeminini de bu üçlü oluşturur.

Olayların meydana gelişi ile zaman enerjisinin hareketi çok paraleldir. Dikkat edin, zamanın hızlı aktığını hissettiğimiz yerlerde daha çok olay olur ve daha etkileyici olaylar olur. Zaman enerjisinin hızlı aktığı yerlerde enerjilerin tesiri, etkileyciliği daha yoğundur. Aslında olaylar zaman enerjisinin zemini (şuurları, mekanı, alanı) hazırlamak için yaptığı devinimlerdir. Bizler şuurulu bir şekilde zemini hazırlarsak, zaman enerjisi ile iyi bir etkileşim kurmuş oluruz; aksi halde zemini iyi bir şekilde hazırlayamıyor isek, zaman enerjisinin hareketi bizlerde katastrofik etkiler yaratabilir.

Olaylar aslında ruh varlığının, madde planındaki yaratıcılık işlevinin çalışması sonucu oluşan hareketlerdir. Ruh varlığı bu yaratıcılık işlevini çalıştırırken özündeki bilgiyi kullanır. Bilgiyi, çalışacağı madde planındaki zaman enerjisinin imkanlarıyla işbirliği yaparak kullanır ve çalıştığı madde planını düzenler.

Zaman enerjisini nasıl algılıyoruz. Saat zamanını saymaz isek, aslında hareket, devinim, olaylar, periyotlar olarak algılıyoruz. Zaman enerjisinin algılarımızdaki gerçekleşimi bu şekilde olmakta. Biz bu algıyı, Dünya ve Güneş'in hareketleri ile senkronize ederek saat zamanını oluşturmuşuz. Tabi ki, tamamen kendimize göre, rölatif bir ölçü birimidir. Dünya'yı, Güneş'i kaldıran ortadan, zaman algısı nasıl olur acaba? Tamamen değişir, değil mi? O zaman sadece yaşadıklarımızın bizde bıraktığı haletler, zaman algımızı da oluşturamaz mıydı?

Demek ki, nerede bir hareket var ise orada bir bilginin meydana getirdiği bir etkinlik ve onun da gerisinde bir şuur etkinliği vardır.

Demek ki, yaşadığımız olayların kıymeti -ufak büyük fark etmez- çok büyüktür.

Çünkü bir şuurun, bilginin etkinliğidir. En ufak bir olayı bile alsanız, neyi harekete geçirdiğini, ne tür enerji hareketlerinin sebebi ya da sonucu olduğunu bilemiyoruz. Bilseydik, bütün olaylar alemini de çözebilirdik. Ama bunu kendi çapımızda yapabiliriz.

Enerjilerin meydana getirilmesi ve kontrolü bilgi enerjisi ile olur, bu ise zaman enerjisi ve fizik enerjiiyi iyi bir şekilde kontrol edebilmek demektir. Olayların istediği şuur etkinliğini yapabilmek ve gerekli cevabı verebilmektir. Gerekli idraki oluşturabilmektir.

Görünen her materyal etkinliğin ardında, mutlaka bir şuurun ve bilginin yaratım faaliyeti vardır. Her olayın kaynaklandığı bir kaynak vardır. Bu olayın bir hedefi ve hizmet ettiği bir amaç vardır. Hiçbir şey tesadüf değildir. Evrende tesadüf yoktur.





Zaman enerjisini kontrol edebilmek için bilgi gerekli, ancak bilginin tezahürü de zaman enerjisinin verdiği imkanlar ile olur; birbirini etkileyen bir sistemdir bu. Holistik bir işleyiş vardır.

Düşünce Enerjisi

BURADA söz etmemiz gereken bir enerji vardır ki, bu "Düşünce Enerjisi"dir. Düşünce enerjisi, şuurun enerjisidir. Düşünce enerjisi ile kainatın her yerine uzanabilir, her yeri ile iletişime geçebiliriz. Yeter ki bu düşünce enerjisini bütün seyyaliyeti ile kullanabilelim. Bu düşünce enerjisi ile uyumumuz oranında bütün iletişimleri kurabiliriz. Şuur düşünce enerjisi ile olaylar aleminde gerekli gördüğü her türlü faaliyeti yapabilir. Şuurun bilgi ve kapsamı, bu konudaki maharetini de ortaya koyar. Düşünce enerjisi, aynı zamanda akaşik kayıtlarla iletişim kurabilmek ve bilgisini alabilmekle de ilgilidir. Olayların dilini çözerken, olayların oluşunu, mekanizmasını

ve arkasındaki hedef ve amaçları anlarız. Bunu yaparken, çeşitli bilgi kaynaklarından yararlanırız.

Düşünce enerjisi beynimizin ürettiği düşünce faaliyeti değildir. Beyinsel düşünce faaliyeti, belki onun çok maddesel ve fiziksel seviyelerdeki, dönüşüme uğratılmış ve seviyelendirilmiş halidir. Düşünce enerjisi evrensel bir enerjidir. Her varlık düşünce enerjisini kendi liyakati, mahareti ve ihtiyaçları oranında kullanır.

Böylece varlık, düşünce enerjisiyle olaylar aleminin oluşumuna, gelişimine ve devamına katılır, yönlendirir veya yönlendirilir. Bizler genellikle, olayları ihtiyaçlarımızla tanzim eder ve olayların akışına kapılırız. Çünkü olayları daha şuurusal ve düşünsel seviyelerde, ihtiyaçlarımıza göre tanzim ederiz, yani daha süptil planlarda. Ancak maddesel algı gereçlerimiz ve maddi değerlendirme alışkanlıklarımız nedeni ile bu seviyelerimizden bihaber oluruz ve olayların önünde sürükleniriz. Yani kendi selimiz bizi sürükler.

Çok mu karamsar oldu, değil. Aslında kendimizdeki büyük potansiyeli anlatıyorum. Bunları yapabiliyor isek, büyük değişimleri de yapabiliriz demektir. Yeter ki kendi potansiyellerimize inanalım ve onları bilmeye, anlamaya çalışalım. Kendini bilen Rabbini bilir, demişler.

Bizlerin olayları nasıl tanzim ettiğimize ilişkin size basit bir örnek vereyim: Toplumumuzun deneyiminin ve bilgeliğinin süzgecinden çıkan bir söz vardır, "Sakınan göze çöp batar," derler.

İşte, bu çöpün göze batmasına neden olan, şuurumuzda meydana getirdiğimiz korku enerjileridir. Bu enerjileri fark etmeden, otomatik ya da güdüsel olarak üretmemiz, yasalar gereği maddeselleşmesinin ilk başlangıcını tetiklememizi kendiliğinden sağlamış olur. Ve bir çöp oluşur, gelir ve gözümüze batar.

Fakat bir şeye dikkat çekelim. Korku bilgisizliğin eseridir. Korkuları dağıtacak ve giderecek olan bilginin ışığıdır. Bilgiyle ve bilgelikle hareket edersek, korkularımızı da çözümleriz. Bu kendi üzerinde çalışma demektir. Korku derken, titreşim ve enerji seviyesinde var olan ilk kalıplarına da dikkat çekmek gerekir. Mezarlıkta yürürken, korkmadığımızı ispatlamak için ıslık çalmak, gören gözler için sadece korktuğumuzu gösterir. Ya da deve kuşu gibi başımızı kuma gömüp, görmemiz gerekenleri görmesek bile her şey meydandadır.

Kısacası, bu yola çıkan insan gerçeklerle, bir başka deyişle kendi gerçekleriyle yüzleşebilmelidir. Kendi gerçekleri ile yüzleşemeyen insan, müteal gerçeklerle, yani hakikatlerle yüzleşmede epey sıkıntı yaşar.



Rezonans, Senkronizasyon, Ahenk Kanunu, Esneklik ve Uyum

NATIONAL GEOGRAPHIC belgesel kanalında izlediğim bir belgeselden:

"Yüksek gerilim hattının bakım ve onarımında çalışan bir ekip. Bu hatlarda 500.000 volt akım var (evimizdeki 220 volt ki, bu bile bizi öldürür). Bu çalışmalarını helikopter yardımı ile yapıyorlar. Normalde helikopterin 150 metreden fazla yaklaşmaması gerek. Ama kuyruk rotoru 15 cm yakınına kadar yaklaşıyor. Yaptıkları iş, gerilim hatlarının birbirine sürtünmemesi için aralarına konan ayraçları değiştirmek. Bunun için %70'ler civarında yüksek oranda yanmaz madde ve geri kalanı çelikten oluşan özel bir elbise ve eldiven giyiyorlar. Bu elbise normalde iletken. Bu elbise *Faraday kafesi* gibi giyilen bu elbiseden elektrik akımı geçse de elektrik çarpmıyor. Normalde bu hatlara bu kadar yaklaşıldığında çarpar ve öldürür. Ancak burada şöyle bir yöntem izliyorlar: Helikopter yaklaşıyor. Helikopterin yanına monte edilen bir platformda oturan ve bu elbiseyi giren bir görevli elinde iletken bir çubuğu yüksek

gerilim hattına uzatıyor. Çubuğu hatta dokundurmuyor. Yarım metre civarında bir mesafeye yaklaştığında elektrik arkı oluşuyor. Ve bu elektrik arkından geçen akım bu görevlinin üzerinden geçerek helikoptere yükleniyor. Helikopter yüksek gerilim hattı ile aynı oranda doluyor. Bu iş tabii, tedrici oluyor çünkü çubuk tele değmeden elektrik akımını çekiyorlar. Artık helikopter de elektrik akımı ile yüklendiği için görevli, telleri tutarak araçları değiştiriyor. O adama hiçbir şey olmuyor ama biz bu halimizle o adama dokunsak gideriz. Ama o adamın hissettiği sadece karıncalanma. İşte, bunların yaptıkları şey kendilerini bu akım ile senkronize etmek. Tedrici bir şekilde o akımı yükledikleri andan itibaren onlara bir şey olmuyor.”

Varlık bilgi ve mahareti, liyakati oranında olayları tanzim eder. Bir realite için imkansız olan, başka bir realite için tamamen olağandır. Her realitenin kendi potansiyeline uygun bir enerjisi ve bilgisi vardır. Kurtuluş Savaşımız ve sonrasındaki değişimler, ancak büyük realitenin enerji ve imkanlarıyla başarılmıştır. Anadolu insanının ve Anadolu'nun bağrındaki, derin bilgeliği ve kozmik irtibatlar, bu değişimlerin enerjisini sağlamıştır.

Benzer Benzeri Çeker

RADYONUZ birçok frekansa, dalga boyuna uyumlanabilir ama çektiğiniz yayın, radyonuzu ayarladığınız yayındır. Konsantrasyonumuz ve vicdani yorumumuz ve tavrımız ayar düğmelerimizdir. Samimiyetsizlik ayarı bozar.

Olayları enerji olarak nitelersek, onları çektiğimizi de anlarız. Çektiğimiz enerji nitelikleri, bizim ihtiyacımız olarak neyi değerlendirdiğimizi de ortaya koyar. İç bilgimizi örüşümüz ve geliştirmemizle ilgili çabamıza uygun olaylar örgüsüyle karşılaşırız. Çektiğimiz olaylar değiştirilemez kaderimiz değildir, iç bilgimizi yorumlayış şeklimizin yansımasıdır.

Denebilir ki, ben şunu yaşamak için şu olayı üzerime çektim, yaşadığım o haletin bana kazandırdığı şeylerin, aslında o olay ile ilgisi yok; peki o zaman şunu sormak gerekmez mi? Neden o haleti yaşamak için o olayı çektin üzerine, başka türlü bir olay ya da mizansen olamaz mıydı? Hatta olaylardan geçelim, başka türlü bir idrak çalışması/eylemlerle, tatbikatla bütünleşmiş bir idrak çabası olamaz mıydı? İşte, bunu kurcalayan, anlamaya çalışan ve tekamül ihtiyaçları için yeni bir yön aramaya başlayan insan, realite değişimine de namzet olan bir insandır.

İnsanlık olarak, şu anda tam da bu ezberlerin bozulmaya başladığı, her şeyin başka çözümlerinin de olabileceğini anlamaya başladığı bir zamandayız. İşte, Atatürk'ün milletimizle birlikte yaptığı değişim böyle bir değişimdir. Önemli bir örnektir. Ezberleri bozmuştur ve bunun reaksiyonları hala dalga dalga yayılıyor. Hala hazım zorlukları var ki, artık değişim dalgalarının tam da ortasındayız. Böyle zamanlarda işimize yarayacak yasalardan biri Esneklik ve Uyum Yasası'dır. Değişim zamanları esneklik ve uyum yeteneklerimizin sınındığı, sınırlarının zorlandığı ve gelişmeye zorlandığı zamanlardır.

Bunun amacı değişimle gelen yeni enerjiye, yeni realiteye uyum için esneklik uygulamalarıdır. Anadolu insanı böyle bir esneklik ve uyum kabiliyetine sahip olmakla birlikte, kendisinden bu hasletini ortaya koyabilmesi beklenir.

Anadolu insanı ateşle imtihandan geçmiş ve muazzam esneklik ve uyum sınavlarından geçmiştir.

Böyle zamanlarda dikkat edilmesi gereken şey, esnemenin sonucunda neye uyumlanıldığıdır. Yeni realiteye mi, eski realiteye mi uyumlanılmaktadır? Ya da dejenerasyon alanlarına mı girilmektedir?

Esneklik yeteneğiniz test ediliyorsa, dikkat ediniz, neye uyumlanabileceğinizi seçebileceğiniz zamanlardasınız demektir. Böyle zorlanma dönemleri aslında imkan dönemleridir. İdrak, sezgi/bilgi, çaba en kırtarıcı araçlarımızdır.

Rehberlik Sistemi

REHBERLİK SİSTEMİNİN olaylarla ilişkisini iyi anlamak lazım. Bizim geleneksel anlayışımız, rehberlerimizden hep, "Bana şunu ver," "beni şundan koru," "şuna cezasını ver," türünde taleplerle doludur; bu artık alışkanlık olarak iyice yerleşmiştir.

Oysa sistemin yaptığı şey, seçtiğiniz doğrultuda size yardım etmektir. Hedefinize ulaşmanız için size yardım eder. Alacağınız yardımın niteliği tamamen samimiyetinize bağlıdır. Siz bir şey istersiniz, bu isteğinizin hedefinizle uyumunu siz net anlamasanız da, sistem net olarak

anlar. Biz bu konuda nefsanîyetli ve sabırsız oluruz ama sistem nefsanîyetsiz ve sabırlıdır. Hedefimize ulaşmamız için ihtiyacımız olanı doğru zamanda karşılamamıza yardım eder. Ama bu karşılaşmanın sonrasının da ne şekilde olacağı, yine bizim bu karşılaşmalara verdiğimiz cevabın niteliği ile alakalıdır.

Olayların veya enerjilerin bir araya getirilmesi, tanzimi, organizasyonu, varlığın kendi liyakati kapsamında meydana getirdiği işlerdir. Bir hedef seçersiniz, ona ulaşmak için çaba harcar uğraşırınız ama bu yeterli bir niteliğe sahip değil ise, hedefinize gidiyorum derken, ayağınızın altındaki sabunu fark etmeyebilirsiniz. Bu sistemin yanlış işlemesi midir? Asla! Tam tersine, sistem hata yapmaz. Hedefe giderken çok önemli bir şeyi ıskalamış ya da saptırmışsınızdır, buna ilişkin anlayışınızın gelişmesi için bir tersliği veya sapmayı karşılamışsınızdır, hepsi bu. O enerjiyi müşahede edebilmeniz için, kendi önünüze koymuş, yani kendi başınıza getirmişsinizdir.

Bu yazıyı okuyunca olayları sanki bir varlık gibi ele almış olduk, yani bir kaynağı var, bir hedefi var, bir amacı var. Gelip geçen tesadüflerin, şanssızlıkların kaprisi ya da güler yüzü değildir. Evet, olaylar mesaj taşır, bir şuurun etkinliğidir. Bir olayda bir sürü sistemler birlikte çalışır. Karşılaşmış isek muhakkak nedenleri vardır. Görülmesi gereken bir şeyi fısıldar, yapılması gereken bir şeyi fısıldar, yapılmaması gereken bir şeyi fısıldar, kendini bilmeyi fısıldar, uyanışı fısıldar. Hatta giderek ve artık günümüzde BAĞIRIR. □

Rüyaların Aktif Hale Getirilmesi

Robert Moss

2. Bölüm

ROBERT elindeki davulu çalar ve bize hayal etmemizi, imajine etmemizi, düşünceye dalmamızı, düşüncelerin akmasına izin vermemizi söylerdi. “Bunlar tatlı hayaller, tatlı rüyalar olmak zorunda değiller. Bizi düşünmeye iten son derece sıradan olaylar da olabilir. Örneğin, dün buraya gelirken bir tabela gördüm. Üzerinde ‘Yavaş Pişirilen Hızlı Yiyecekler’ yazıyordu. Bunun benim için mesajı ne olabilirdi? Bugünkü çalışmayı düşününce, bir anda gelen rüyalarımızın, imajinasyonlarımızın ‘hızlı yiyecekler’ ve de bunların ardından gelen farkındalıklarımızın ve uyanışlarımızın da ‘yavaş pişirme’ olabileceği sonucuna vardım.



Robert Moss

Asıl ihtiyacımız olan rüya aleminin bizlere sunduğu armağanları, rehberlikleri anlayabilmemizdir. Şimdi, size davul çalacağım ve sizden, dün gece ya da yıllar önce, çocukluğunuzdan kalan bir rüyanızı ya da bir meditasyon ya da eğer olduysa bir Şamanik çalışma sırasında algıladığınız bir durumu ya da herhangi bir ruhsal uygulamada ulaştığınız bir aydınlanma halini hatırlamanızı istiyorum. Ya da vuruşlar sırasında bazı imajlar alabilirsiniz. Ya da yaşamınızın herhangi bir anında karşınıza çıkan fakat o anda anlamlandıramadığınız bir olay, bir söz bir yazı üzerine yoğunlaşabilirsiniz. Size çok gelişmiş ve sofistike bir rahatlama tekniği vereceğim. ‘Sadece rahatlayın.’ Davulu çalarken bırakın imajinasyon aksın. Sonunda, sizden bu gördüklerinize bir ‘Başlık’ vermenizi isteyeceğim.”

Davul sesi -1 dakika kadar-

“Gelen görüntülerden birini alın, yazın ve ona bir isim verin. Şimdi herkes ayağa kalksın ve birbirinin ellerini tutsun. Sağ el avuç içi aşağıda ve sol el avuç içi yukarıda... Bir yerli Amerikan şarkısı söylüyoruz. Bunu çevirdim. Bu bir şifa verici, iyileştirici hayvanı içeriyor. Şamanik uygulamalarda mutlaka böyle bir hayvan vardır. Bu bir ninni ve burada şifa verici bir ayı var. Şarkı şöyle:

*Ağlama küçüğüm, ağlama küçüğüm,
Ayı senin için dans etmeye geliyor.*

Şimdi, burada oluşumuzla ilgili niyetlerimizi belirleyelim.

- Bir olmaya geldik,
- Büyük hikayelerimizi paylaşıp büyümeye geldik,
- Birbirimizi şifalandırmaya geldik,
- Buraya rüya kapılarını açmaya ve gerektiğinde nasıl kapatacağımızı öğrenmeye geldik,
- Kim olduğumuzu ve nereden geldiğimizi öğrenmeye geldik,
- Bu dünyadaki ve ötesindeki varoluş amacımızı öğrenmeye geldik.

Buraya farklı kültürlerden ve ülkelerden geldik. Hepimiz için ortak bir dua edelim. Rüya kapıları hepimize açılsın. Şimdi, size bir hikayemi anlatacağım. Benzer

bir kurs için gittiğim bir yerde Ontorio'dan bir kadın bana rüyasını yorumlatmak için geldi. Kadın şifacı bir büyükanne. Kadının iyileştirici hayvanı bir kaplumbağa. On beş yıl önce gördüğü bir rüya var ve onun enerjisini halen taşıyor. Rüyasında iki yerli gelip kapısını çalar. Ve, 'Sizde bir çingirak (turtle rattle = çingirak, turtle=kaplumbağa) var. Onu bize vermenizi istiyoruz, böylece sana insanlara şifa veren bir şarkı öğreteceğiz,' derler. Ve kozmolojide çok önemli bir yeri olan büyük çingırağı alırlar. Bu çingirak öyle bir titreşir ki odaya enerjisi çok yüksek bir tesir yayar. Kadın günün sonunda rüyasını unutmuştur ve pek etkilenmemiş gibiydi. Bana yavaş öğrenen biri olduğunu söyledi. Yolunu bulmak, yapacaklarına başlamak, kendisini hazır hissetmek için bu



rüyanın üstünden on beş yıl geçtiğini söyledi (Gölge dünyasındaki bu iki rehberin ona görünmesinin ardından). Rüya alemindeki dünya, realite buradaki dünyadan daha hakikidir, gerçek dünyadır. Kadın, bana eğer yanımda bu çingiraktan bir tane varsa, rüyasındaki şarkıyı söyleyebileceğini söyledi. Yanımda çok nadir olarak taşımama rağmen o çingirak o gün yanımdaydı! Bu 'çingirak' yaratılış hikayesini, evrenin üstatlarının güçlerini anlatıyor ve sıradan bir alet değil. Burada 'kaplumbağa' başlığı önem kazanıyor. Kadın şarkısında, 'Gücümü ortaya koyuyorum,' diyor. Bu hikaye bir transpersonal şamanik rüya görme. Bu halen Kızılderililerin geleneklerinde yer alan bir şeydir. Ve gelecekle ilgili bilgiler alırlar, tıpkı bu kadının on beş yıl öncesinden bugününü görmesi gibi. Ve bu rüyalar bize çok önemli yetenekler, bilgiler sunarlar.

Şimdi, kendinizi tanıtmamızı istiyorum. Sadece isimlerinizi ve bu sabahdan beri burada olma ile ilgili özel niyetinizi ve amacınızı ve rüyanızın başlığını söyleyin...

Şimdi, yerli halkın geleneksel olarak söylediği bir şarkıyı hep beraber söyleyelim. Şarkının sözleri şöyle:

*Nehir akıyor,
Akıyor ve büyüyor,
Nehir akıyor denize doğru,
Dünya Ana beni taşıyor,
Ben onun her zaman çocuğuyum,
Dünya Ana beni taşıyor denize doğru.*

Aktif rüya görme bilinçli olarak bir rüya yolculuğuna çıkmak, rüya dünyasına girmektir. Bunu şamanların yaptığı gibi, davul sesi ile yapabiliriz ya

da tüm bilincimizle rüya hali içine girip yine bu halde bilinçli olarak kalırız. Bunu bireysel rüyalara olduğu kadar grup rüyalarına da uyarlayabiliriz. Aktif rüya görme bu fiziksel dünyanın ötesindeki yerlerin gerçek durumlarını uzay ve zamanın sınırlamalarının dışında görmemizi ve öğrenmemizi sağlar. Aslında aktif rüya görmeyi bizler günlük hayatlarımızda zaten yapıyoruz. Gece gördüğümüz rüyalarımızı birbirimize anlatıyoruz, anlatırken tekrar yaşıyoruz, rüyalarımız hakkında yorumlar yapıyoruz ve hatta birbirimizi ikna etmeye çalışıyoruz. Aktif rüya görme, sadece gece rüyalarımızla ilgili değildir. Bunu sadece kurslarda, pratik çalışmalarda yapmıyoruz. Aslında gün içinde evrenin bize verdiği mesajlar, karşılaştığımız sembolik olaylar, önümüze çıkan işaretler ve yaşadığımız eşzamanlılıklar da bir çeşit aktif rüya görmedir.”

Pratik Çalışma I

“Şimdi, sizinle bir oyun oynayalım. Bu oyunun adı 'Kahinin Oyunu'.

Size dağıtılan kartların bir yüzüne bir cümleden fazla olmak üzere fakat kartın arka yüzüne geçmeyecek şekilde bir şeyler yazmamızı istiyorum. Bu aklınıza gelen, düşündüğünüz, hayal ettiğiniz, hoşlandığımız ya da hoşlanmadığımız, unutamadığımız, sizi olumlu ya da olumsuz biçimde etkileyen herhangi bir şey olabilir. Şu anda içinizden ne geliyorsa ya da geçiyorsa. Hala tesirinden kurtulamadığınız ya da sadece dün gece görmüş olduğunuz bir rüya, dün gece seyrettiğiniz bir film, sizi etkileyen bir konuşma olabilir. Bugün



sabah yaptığımız gevşeme çalışmasında aldığınız herhangi bir vizyon, içinize doğan bir düşünce ya da soru olabilir. Yeter ki şu anda kendinizi zorlamadan, doğal bir biçimde aklınıza gelen bir şey olsun. Lütfen bunu açık ve anlaşılabilir bir biçimde yazın.”

Kartlar yazıldıktan sonra hepsi toplandı ve bir torbanın içinde karıştırıldı.

“Şimdi, herhangi bir konuda bir yardım, ilahi bir rehberlik alacağınızı bilerseniz kendinize hangi soruyu sorardınız? Farz edin ki Tanrı, İsa, Musa, Muhammed, bir şaman ya da tanrıça, inandığınız herhangi bir güç, bu odada bulunabilecek herhangi bir ruhsal rehber sizinle konuşuyor, ondan hangi konuda ya da ne gibi bir yardım ve rehberlik isterdiniz? Sizin işinizi kolaylaştırmak için size şöyle bir kalıp verebilirim. Bu kalıbın içini siz istediğiniz şekilde doldurabilirsiniz. ‘... hakkında rehberlik almak istiyorum.’ Gerçekten ne istiyorsanız onu yazın.

Bu isteğinizin size göre ille de doğru ya da uygun olması gerekmiyor. Doğru rehberi bulmak istiyorum, ihtiyacım olan paraya ulaşmak istiyorum, yeni bir iş için rehberlik istiyorum, yaşam vazifem hakkında rehberlik istiyorum gibi... Basit ve açık olsun. Şimdi, kahinin ve evrenin bize özel mesajını alabilmek için torbadaki kartlardan bir tanesini seçiyoruz. Tüm kartlar çekilene kadar kartlarımızı kapalı tutuyoruz ve hep birlikte açıyoruz.”

Kartlarımızı okuduktan sonra küçük gruplar halinde isteklerimizi ve bize gelen cevapları karşılaştırdık.

Robert Moss bu aşamada yirmi iki sene önce Hudson Nehri Vadisinde, Catskill Dağlarının yaklaşık yetmiş altı mil kuzeyindeki bölgede nasıl yeni bir hayata başladığını anlatıyor. Yirmi iki sene önce hayatında bazı fedakarlıklar yaparak, yüksek gelir olanağını bırakarak hayatında çok önemli yer tutan bu bölgeye yerleşmiş. Bir hafta

sonu New York'un üst bölgelerinde dolaşırken Rundown çiftlik evini görür ve yerleşmek için iyi ve ilginç bir yer olduğunu düşünür. Etrafta hiç kimseler yoktur. Evin arkasında bir ağacın altında dolaşırken kırmızı kuyruklu bir tür dişi kuşun dolaştığını görür.

“Dişi kuşlar erkeklerinden daha iri olur. Benimle konuşuyordu, bana bir şeyler anlatıyordu, tabi ki ben hiçbir şey anlamadım. Daha sonra ayaklarımın arasına bir tüy fırlattı. Bu arada ben de benden önce burada yaşayan insanları hayal etmeye çalışıyordum. Bu arada siz transpersonal insanlar olduğunuz için şunu belirtmek isterim ki, atalarımız ya da ruhlar haklarında konuşulduğunda ya da onları çağırduğumuzda her zaman gelirler ve etrafımızda olurlar, tesirlerini bize ulaştırırlar; siz onlara inanmasanız bile. Burada, geçmişte yaşayan insanlarla ilgili biraz bilgim vardı. Uzun zaman önce buraya kökeni Kelt kültürüne dayanan bir adam gelir ki, benim atalarım da aynı kültürdendir ve kutsal, tanrısal olarak kabul edilen bu topraklara yerleşip Kelt inisiyasyonunu başlatır. Bir keresinde, yatağında yarı uyur, yarı uyanık bir durumda uzanırken kendimi vücudumun dışında sürüklenirken, uçarken buldum. Bedensiz değildim. İçinde uçmakta olduğum enerji bedeninin fiziksel algılamalarının tamamen farkındaydım, şuurundaydım. Kuşlar gibi uçmaktaydım. Daha önce benim etrafımda dolaşan ve bana tüyünü bırakan kuş gibiydim. Kanada'ya doğru uçuyordum. Fakat geçtiğim yerler tamamen yemyeşildi. Şimdiki gibi, hiçbir yerleşim yeri ya da araba

yolları yoktu. Yani farklı bir zaman içindeydim. Bu arada etrafımdaki bir varlığın dikkatimi çekmeye çalıştığının farkına vardım. Ne olduğunu tam anlayamasam da onu takip etmeye başladım. Ve sonunda şimdinin Montreal şehrinin olduğunu düşündüğüm bir yere geldik. Ormanlık bir yerdi ve ben çok güzel yaşlı bir kadınla birlikteydim. Kadın bana kendi dilinde bir şeyler anlatıyordu. Konuşması çok hoş ve etkileyiciydi fakat ben hiçbir şey anlamıyordum. Kadının ilginç bir kıyafeti vardı ve elbisesinin bir yerinde, -kemerinde olabilir- bir kadın ve erkek figürü vardı. Otantik bir kıyafet olduğu belliydi. Uyandığımda kadının bana söylediği ve kulağa komik gelen kelimeleri yazdım ve ne ilginçtir ki, sonrasında tuhaf bir rastlantıyla eski bir arkadaşımı gördüm! Bu kişi tanıştığım ilk yerli arkadaşımdaydı. Bu arkadaşım bu bölgenin önemli ve köklü yerli ailelerindendi. Bu arkadaşım bana başlangıçta yerli hikayelerine ilgi duyan beyaz bir Amerikalı gözülle baktı fakat rüyamı dinledikten sonra, bana karşı olan tutumu değişti ve benden kadını ve kemeri tarif etmemi istedi. Ben de ona çizdiğim resmi gösterdim ve o da evindeki dolaba gidip çelik bir kutunun içinden bir kemer çıkardı ve o kemer benim rüyamda gördüğüm kemerdi ve üzerinde aynı kadın ve erkek figürü vardı. Ve bana: ‘Robert, bu, burada üç yüz sene önce yaşamış insanların bir çeşit güven, itimat belgesi. Ve sana kendini gösteren bu bilge kadın bizim atamız. Sana kendini gösterdi çünkü sen bizim atalarımızın olduğu şekilde rüyacısın ve bunun için seninle konuştular. Rüyamdaki kelimeyi çok uzun süre araştırdıktan

sonra Kanada'daki 17. yüzyıla ait bir yazıda, raporda buldum. Anlamı 'ruhun gizli arzusu, isteği (ondinok).' Özellikle eski rüyalarda.

Bu rüyanın anlamını tekrar araştırınca ve üzerinde tekrar derinlemesine düşününce ve yerli anlayışına göre değerlendirince, görmenin ve şifanın aslında ataların hakimiyetinde ve bilgeliğinde olduğunu anladım ve tüm atalar bunları zaten biliyorlardı ve onlar için bu tuhaf değildi. Onların bu şekilde söylemelerinin nedeni, ruhun değil, bizim yaşam enerjimizin nerede olduğunu, nereye gittiğini, onu nasıl geri alacağımızı bilmek istememiz,

ruhumuzun ve kalbimizin ne istediğini bilmek istememiz. Ve rüyalar bunları bilme yollarımızdır. Bu nedenle ölmüş insanların rüyalarımızda dolaşmaları bir gereklilik ve onlar için memnun edici bir durumdur. Kişinin yaşadığı yere göre, ruhun ihtiyacına göre, ruhun kaybettiği isteği bulmasını sağlayarak ve bu isteği içine yerleştirerek o insanı bütünlüğe ulaştırır. Yani rüya sürecini anladığımızda, rüyaların amacının, ruhun ait olduğu ve geldiği yüksek seviyelerdeki ihtiyacı ve özlemlerini hatırlatmak ve şifa amacıyla bedenini içine ihtiyacı olan yaşam enerjisini koymak ve yaşam için ihtiyacımız olan



ruhsal bağlantımızı sağlamak olduğunu anlarız.

Hikayemi sonlandırarak olursam, o evi aldım ve ev tamamen temizlendikten sonra, oradan ayrılmadan önce, hiç nedensiz bir şekilde tekrar eve girme isteğim oldu ve eve tekrar girdim. Evde oturma odasında bir şömine ve kümelenmiş odunlar vardı. Yiğinin arkasına baktığımda orada kırmızı kuyruklu kuşa ait tüyün takılı olduğunu gördüm. Benim evi ilk ve son ziyaretlerim arasında bir şekilde oraya gelmişti. İlk ziyaretimde tüyle ilgili son hareketim, onu bacaklarımdan uzaklaştırmaya çalıştığımda, tüyün bir şekilde, altında oturduğum meşe ağacının üstüne kadar gitmesine neden olmuştu. Yani yeterince uzun yaşadığınızda hayatın daireler, spiraller çizdiğini görürsünüz.”



Pratik Çalışma II

“Bu çalışmanın adı ‘Kalbini Açma Çalışması’dır. Şimdi, yerlerinizde

rahat bir şekilde otururken gözlerinizi kapatın ve ellerinizi fiziksel bedeninizdeki kalbinizin üzerine koyun ve pırıl pırıl, ıslıl ıslıl renkleri olan, her türlü rengi en parlağından üstünde taşıyan küçük bir kuş hayal edin. O küçük kuş tüm ışıltısını ve parlaklığını kalbinize taşısın ve kalbinizi aydınlatsın. O minik kuşun, onu uçurmak için çok çaba sarf eden ve çırpınan kanatlarına yetişebilmek için hızlı hızlı atan küçük kalbini ve o kalpteki gücü hissedin. Ve kendini uçurabilmek için böylesine çabalarken, yine de bir çiçeğe konarkenki zerafetini ve inceliğini düşünün. Şimdi, o güçlü ve hürmetkar kalbi alıp kendi kalbinizin içine yerleştirin. O kalbin sizin kalbinizle bir olduğunu ve kalbinizi aydınlattığını hissedin. Şimdi, elinizi göğsünüzün ortasına koyun. Burası enerjinin içeri girdiği kalp şakranızın bulunduğu yerdir. Burası cesareti bulduğunuz yerdir. Cesaret kalbin gücüdür. Cesaret, aşkı, sevgiyi, tutkuyu barındırandır. Kalp merkezi aynı zamanda, kişisel gerçeğinizin ve en derin duygularınızın, hislerinizin olduğu yerdir. Bu nedenle biz zaman zaman kendimizi kalbimize kapatırız. Çünkü gerçek duygularımız ve hislerimizle karşılaşp tekrar yaralanmak istemeyiz. Şu an kalbinizi içsel duygu ve düşüncelerinize açma zamanıdır. Kalbinizin derinliklerine gitme zamanı. Ve kendinizin kalbinizi, onun gerçek istek ve arzularına açtığını hissedin. Kalbiniz sizin gerçek arzularınıza hayat verecek. Kalbiniz size hayatınızın her alanındaki neşe, coşku ve mutluluğu yakalayabilmeniz için fırsatlar sunacak, önünüzde yeni vizyonlar açacak; bunlara ilişkileriniz, aileniz, işiniz, toplumla olan bağlarınız, hisleriniz, duygularınız gibi pek çok şey

dahildir. Sizin kendinize koyduğunuz sınırlamalar dışında hiçbir sınırlama yok. Kalbinizin gerçek arzusu ile ilgili olası vizyonlar, yapmanız gerekenlerle ilgili bir ışık göreceksiniz. Vizyonunuz tatlı bir rüzgar esintisi ile bir bebeğin nefesinin kokusu ile ya da bir tablonun ya da kitabın o kendine has kokusu ile başlayabilir. Görüntüler karşınıza bir deniz, bir şelale, bir dağ, bir orman manzarası ya da eviniz olarak çıkabilir. Tanıdığınızı, tanımadığınızı, sevdiğiniz ya da sevmediğiniz yüzler, bedenler görebilirsiniz. Davul sesi sırasında kendi en iyi filminizi görmenizi istiyorum. Bu filmin içine girin, onu hissedin, ona dokunun, onunla neşelenin. Kendinizi serbest bırakın, sınırlamayın. Aklınıza gelen engelleyici düşünceleri bir tarafa bırakın. Sizi bloke etmeye, engellemeye çalışan saplantılı düşüncelerinize, onlara uğraşmak istemediğinizi söyleyin. Şimdi, yerlerinize rahat bir şekilde oturun, gözlerinizi kapatın ve davul sesiyle birlikte beyaz bir ışığın, kalbinizin en derin ve gerçek arzularını ortaya çıkarmak üzere kalbinize girdiğini hissedin. Kalbinizin en derin hislerine ve duygularına odaklanın.”

(Davul sesi.)

“Vizyonunuzun içinde kalın. Onu tüm duyularınızla koklayın, tadın, hissedin.”

(Tekrar davul sesi.)

“Geri gelin ve bu vizyonu zihninizde ve duyularınızda tutun ki kaybolmasın. Şimdi, bu vizyonunuzdan anı olarak saklayabileceğiniz bir şey seçin. Bu bir kişi, bir obje, bir duygu, bir düşünce, bir söz, bir koku, bir renk, bir his

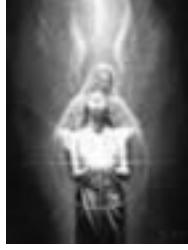
olabilir. Öyle bir şey seçin ki seçtiğiniz şey bu vizyonu daima canlı tutsun... Şimdi, şüpheci tarafımızı ortaya koyalım. Vizyonunuza tekrar odaklanın ve kalbinizin istek ve arzularının yerine gelmesini ve gerçek kimliğinizin tezahür etmesini engelleyen, sizi ileri gitmekten alıkoyan, saplanmış durumda olmanıza neden olan üç temel engeli, size meydan okuyan, güçlük çıkaran üç temel sorunu saptayın ve yazın. Daha sonra bu yazdıklarınızı gözden geçirin, üzerinde düşünün ve bu çalışmanın sonuçlarının hayatınıza nasıl olumlu bir katkı sağlayacağını değerlendirin. Grup halinde yapacağınız tartışmalar size değişik bakış açıları kazandırabilir.”

Robert Moss bu aşamada NASA'nın gelecekteki insan kolonizasyonu için su bulmak amacıyla Ay'a gönderdiği iki roketten bahsetti. Ay'ın da yaşayan bir varlık olduğunu ve astral alemde pek çok varlığı, ruhu barındırdığını ve bu varlıkların bundan rahatsız olacağını söyledi. Bu görüşe nasıl sahip olduğu, temel bilimlerle ilgili kişiler tarafından ona sorulduğunda cevabı şöyle olmuş: “Belli bir şuur seviyesine çıkmadan ve o seviyenin bilgisini almadan hiçbir şeyi bilemeyiz. Ve bu büyük evrenin fiziksel varlığının ötesini oraya gitmeden ya da aşkın olarak deneyimlemedikçe ve algılamalara ulaşmadıkça bilemeyiz,” demiştir. Robert Moss içinde bilim insanlarının, şamanların, mikrobiyologların, hassas algılamaları olan kişilerin de olduğu 45 kişilik bir toplulukla Ay'ın astral alemine yaptığı bir grup yolculuğundan da bahsetti. □

Uluslararası Kişilikötesi Psikoloji Enstitüsünün (ITP) Sonbahar Dönemi (11-16 Ekim 2009) Seminer Notlarından çeviren ve derleyen: Gülbin Kınacıgil.

Rahberlerden Yardım İstenmelidir

RUHSAL ŞIFANIN olabilmesi için daha süptil bilinçlerin titreşimleriyle rezonansa girebilmek için bu amaca yönelik bir düşünce yayınının şifacı tarafından rehber varlıklara iletilmesi ve onlardan yardım istenmesi gerekir.



Ruhsal Şifa Nedir?

Fadime Emir

2. Bölüm

Ruhsal rehberler onlardan yardım talep edilmediği sürece müdahale etmezler. Harry Edwards, *Ruhsal Şifa* adlı kitabında bu konudaki tecrübesini şöyle anlatır:

“Bir şifacının karısı çok ağır bir omurga arızasına uğramıştı. Ertesi günü vücudu alçıya konulacaktı. O akşam hastanın kocası ve çocukları ile bir seans yaptım. Şifacı transa girdi. Doğal olarak çocuklar rehber varlığa anneleri hakkında sorular sordular. En büyükleri annelerini iyileştirmede için şifacı rehber varlığa gücenmişti. Varlığın ilginç ve anlamlı yanıtı şu oldu: ‘Bizden böyle bir şey talep edilmedi.’ Bunun üzerine çocuk, ‘Peki, şimdi bunu sizden istiyorum,’ dedi. Rehber cevap verdi: ‘Deneyeceğiz.’ Geceleyin anne, belkemiği üzerinde bir temas hissetmiş ve içsel olarak iyileştiğini anlamış. Ertesi sabah uzmanlar hastayı alçıya koymak için geldikleri zaman onu tamamen iyileşmiş, ayağa kalkmış buldular.”

Şifacı Kendi Enerjisini Kullanmaz

RUHSAL ŞIFADA şifacı, manyetik şifada olduğu gibi kendi enerjisini kullanmaz. Bu nedenle şifa seansından sonra bir yorgunluk

veya tükenme hissetmez. Hatta şifacı da kendini canlanmış hisseder. Şifacı evrensel enerjinin kendi aracılığıyla akmasına izin verir. Ruhsal şifa fiziksel temas ile olabileceği gibi, uzaktan şifa gönderilerek de yapılabilir.



Ruhsal şifacıların psişik şifacılarından farkı rehber varlıklara aracı olmalarıdır. Ruhsal şifacıların çoğu, aynı zamanda trans medyumudur. Şifacı transa geçip, şifacı ruhlar ile irtibat kurar. Hem ruhsal rehberinden veya rehberlerinden gelen enerjiyi hem de kendi enerji alanı ile rezonansa girdiği prana enerjisini nakledebilir.

Şifacı ruhlar şifacının bedenini bir kanal olarak kullanarak hastaya iyileştirici tesirleri naklederler. Harry Edwards, Edgar Cayce, Tony Agpaoa gibi, ruhsal şifacılar yaşadıkları dönemlerde binlerce hastaya yardım edip iyileşmelerini sağlamıştır. Barbara Ann Brennan, Stephan Turoff, Hiroshi Motoyama gibi, yaşayan ruhsal şifacılar da vardır.



Tony Agpaoa şifa seansında

Hiroshi Motoyama insan bedeninin çeşitli yerlerinde ürettiği akımları



kaydetmek üzere amplifikatörlerle donatılmış bir hücre inşa etmiştir. Sıradan bir insanın ürettiği enerjinin frekansı, 10-30 mili voltluk bir potansiyel için saniyede 20 devirdir.

Ruhsal şifacı Tony Agpaoa'da yaptığı ölçümde ise enerjinin frekansı 300-500 mili volt arasında olup saniyede 2000 devrin üzerinde tespit edilmiştir. Şifacıda görülen bu farklılık şifacıdan hastaya doğru enerji akışının gerçekleşmesini sağlamaktadır. Rehber varlıkların aktardığı enerji hastanın fizik bedeni üzerinde inanılmaz hızla iyileşmelere neden olabilmektedir.

Ruhsal Şifacılık Liyakat İşidir

RUHSAL ŞIFAYI harekete geçiren itici güç sevgi ve şefkattir. Elbette ki, gerçek bir ruhsal şifacının doğuştan böyle bir liyakate sahip olması gerekir.

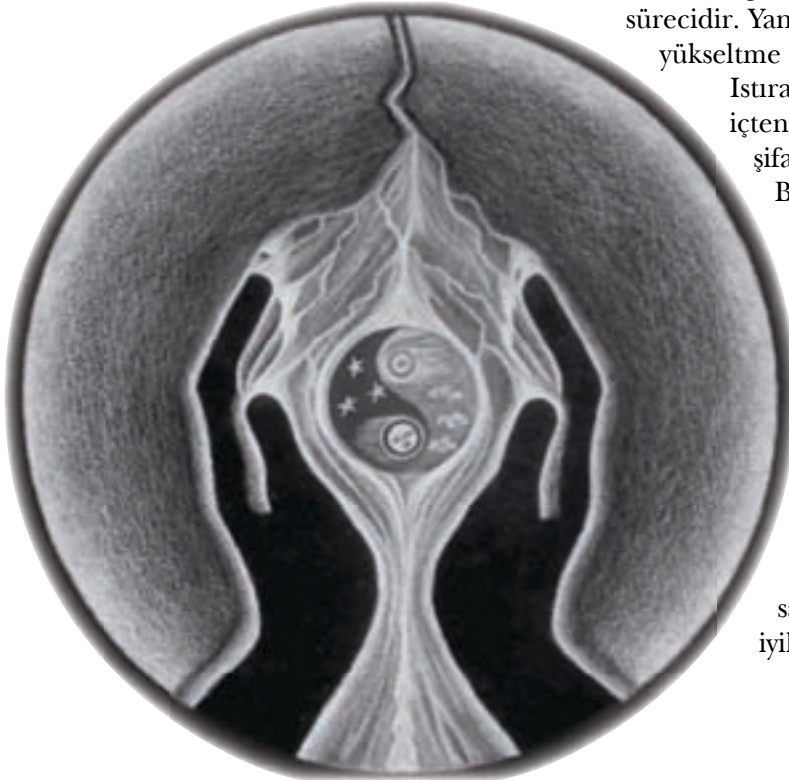
Belki de onlar üç beş hayat boyunca şifacı olmak için hazırlık yapmışlardır. Böyle bir liyakatle doğsalı bile bu hayatlarında gösterecekleri çaba ile şifacılık gücünü ortaya çıkarıp geliştirmeleri gerekebilir.

Örneğin, Barbara Brennan çocukken sahip olduğu durugörü yeteneğini gençlik yıllarında önemsememiş, yıllar sonra bu yeteneğini tekrar aktive edip geliştirmek ve bir şifacı olabilmek için on beş yıldan fazla çalışmıştır. Hiroshi Motoyama psişik yeteneklerinin dört yaşında farkına varmış, yıllarca süren disiplinli çalışmaları ve yoga eğitimi sonunda her bir şakrasını tek tek uyandırmıştır. İşin özü çabaya dayanır. Potansiyel varsa bile o; sevgi, istek ve çabayla güçlenir. Bu süreç aynı zamanda şifacının kendi bilincinin derinlikleriyle yüzleşme, geçmişten getirdiği olumsuz inanç ve negatif duygularını fark etme ve bunların oluşturduğu enerjetik blokajları çözme sürecidir. Yani kendini iyileştirme ve yükseltme sürecidir.

İstirap çekenler karşısında içtenlikle duyulan herkes şifa potansiyeline sahiptir.

Bu duyulanmanın nedeni, acı çeken varlık kardeşlerine yardım etme isteğidir. Yalnızca dua etmek bile bir hastanın iyileşmesini hızlandırabilir.

Nitekim hem Harry Edwards hem Edgar Cayce hem de Hiroshi Motoyama gibi ruhsal şifacılar pek çok vakayı sadece dua ederek iyileştirmişlerdir.



Vaka 1

“Tapınağımızın mensuplarından birinin o zamanlar üç yaşında olan torunu, yapılan bir iğneden sonra alerjik reaksiyon göstermiş. Durumu çok ciddiydi ve doktor umutsuz olduğunu söyledi. Büyük annesi akşam saat 10 civarında beni telefonla aradı ve dua ederek onu kurtarmamı rica etti. Annemle birlikte hemen içtenlikle dua etmeye başladım. Kısa bir süre sonra torunun görüntüsü ikimizin önünde belirdi. İçten dualarımıza devam ettik, ona enerji verdik ve vücuduna geri dönmesini telkin ettik. Yaklaşık bir saat sonra görüntüsü birden yok oldu. Biz onun vücuduna geri döndüğünü ve iyileşeceğini hissettik. İyileşeceğini söylemek için büyük annesine telefon ettim. Tam o sırada hastanede, çocuğun kalbi yavaş ama düzenli olarak atmaya başlamış ve nefes alıp vermesi normale dönmüş. Bundan sonra sağlık durumu giderek düzeldi ve iki veya üç gün sonra tamamen iyileşti.”*

Rehber Varlıklar Kendilerini Takdim Edebilir

BAZI psişik şifacılar da aynı zamanda, medyonmik yeteneklere sahiptir demiştik. Şifa seansları sırasında zaman zaman bedensiz varlıklar devreye girerler. Bu varlıklar şifacının ruhsal rehberidir. Örneğin, Barbara Brennan’ın iyi bir şifacı olmasında rehberlik eden ve aynı zamanda şifa uygulamalarında ona

yardım eden bedensiz varlık kendini Heyoan (çağlar boyunca hakikati fışıldayan rüzgar) olarak tanıtmış.

Tony Agpaoa ise, çok küçük yaşlarda algılamaya başladığı ruhsal gücü, kendi bedenini yönlendirebilen etkiyi, önceleri “Comforter” (Teselli edici), sonraları ise “Rehber” olarak adlandırmış.

Ruhsal şifada da bazen tek bir seans yeter. Bazen birden fazla seans ve dua etmek gerekebilir. Varlıkların ihtiyacına göre şifa seansı sayısı ve iyileşme süreci değişir.

Düşünce ve Şuur İçin Zaman ve Mekan Sınırı Yoktur

ÖZETLE, şifacı kendi enerji bedenleriyle hastanın enerji bedenlerini şarj eder. Bu sırada kendi alanından enerji aktarabilir. Prana denilen hayat enerjisini nakledebilir. Ruhsal rehberlerin aktardığı ruhsal enerjiyi aktarabilir. Yakınındaki veya uzağındaki hastaya şifa verebilir. Saf bir niyetle şifa yapmaya başlayan her insana, görünmeyen alemdeki rehber varlıklar yardım amacıyla gelebilirler. Şifa yapmaya başlamadan önce, rehber varlıklardan yardım ve korunma talep edildiğinde, şifaya niyetlenen kişiden yayılan düşünce dalgaları rehber varlıklar tarafından algılanır. Düşünce ve şuur için zaman ve mekan sınırlaması yoktur. Her düşünce tüm evrene dağılan bir titreşimdir ve o titreşimle rezonansa girebilecek varlık grupları vardır.

Kuantum fizikçilerine göre de şuur için zaman ve mekan sınırlaması yoktur. Düşünce ve istek yoğunlaşması ile bir insan zaman ve mekan ötesine

* Hiroshi Motoyama, *Şakra Teorileri*, Ruh ve Madde Yayınları, sayfa 277.

geçip çeşitli enerjileri aktarabilir. Bu aktarımın olabilmesi için daha önce de söylediğimiz gibi, ruhsal şifacının en azından bir veya birkaç şakrasının daha aktif veya uyanmış olması gerekir. Bildiğiniz gibi, şakralar zaman ve mekan ötesi enerjilerin giriş kapıları olarak iş görür.

Hiroshi Motoyama, *Şakra Teorileri* adlı kitabının 277. sayfasında bu duruma çok güzel bir örnek vaka anlatır.

“Kalp şakramın uyanmasından sonra, hem psişik enerji yayma hem de psişik şifa yeteneklerimin farkına varıp bunları kontrol etmeyi öğrendim. Solar pleksus şakramın uyanmasından sonraki durumun tersine, kalp şakramın uyanmasından sonra, kendi ruhsal enerjim ve astral bedenim başka birinin bedenine girmeye ve onun bedeninde iyileştirici etkiler sağlamaya muktedir hale geldi. Ayrıca varlığımı, tedavi etmek istediğim insanları da içine dahil edecek şekilde genişletebiliyordum. Diğer insanlar da benim genişlemiş olan varlığıma girebiliyor ve benim içinde yaşayabiliyorlardı.

Kalp şakrasının uyanmış olduğunu düşündüğüm annem de sık sık psişik şifa yöntemini uygulardı. Örneğin bir keresinde, doğuştan kör bir kızı bağırarak enerji göndermişti. Kızın gözlerinden birdenbire kan ve irin geldi, derken gözleri açıldığında ışığı algılayabilir hale geldi, yaklaşık bir hafta sonra da nesnelere görmeye başladı.

Başka bir sefer de annem, on yıldan uzun bir süredir yatalak olan felçli, yaşlı bir çiftçi için dua etti. Duadan sonra ona ayağı kalkmasını emretti ve hasta hemen ayağa kalktı.”

Vaka 2

1938'in Mart ayında, bir anne ve Cayce'nin şaklaban olduğunu iddia eden hasta kızı okuma için gelir. Edgar Cayce ipnotik transa geçer. Transta kızın akciğerlerinde sorun olduğunu söyler ve şöyle devam eder. Hastalığa yabancı bir nesnenin, tozun veya benzer bir şeylerin içeri çekilmesi neden olmuştur. Daha sonra da omurgada bir örselenme ile oluşan basınç akciğerlerdeki sorunu körüklemiştir.

Ana kızın ağzı açık kalır. Çünkü kız on beş yıl önce ağaçtan düşmüştür ve



sırtından, tam da Cayce'nin belirttiği bölgeden yaralanmıştır. Diğer neden ise kızın çocukluğunu geçirdiği banliyöde benzin buharı solumuş olmasıdır. Kızın iyileşmesi için önerilen şudur:

Beş litre civarında içi kireçleştirilmiş bir meşe fıçısı hazırlayın. Yarısını elma likörü ile doldurun. Ağzını iyice tıkayın ve onu buharlaşmanın yapılacağı yere koyun. Günde 3-4 kez elma likörü buharını teneffüs edin. Çiğ süt, et, yumurta yemeyin (kıza litrelerce çiğ süt içirilmiş).

Fıçıyı bulup hazırlamak ve buğulara başlamak üç haftayı aşar. Üç ay

sonra genç kız yeni bir okuma için gelir. Göğsündeki ve yüzündeki şişlik kaybolmuş, yanakları renklenmiştir. Genç kız tamamen iyileşir, evlenir ve bir daha da enfeksiyon tekrarlamaz.

Edgar Cayce'nin Okumalarından Örnekler

“Beden, zihin ve ruh birdir; beden gerçekte içimizde yaşayan Tanrı'nın tapınağıdır. Her bir varlıkta, bu Evrensel Güç'ün parçası olan bir bölüm mevcuttur. Her şey, herkes birlikte çalışmalı ve düzeni sağlamalıdır.”

“Kendimizle sürekli olarak karşı karşıya” olduğumuz ve etkilerimizi biçtiğimizden dolayı; davranışlarımız, zihinsel ve ruhsal karışıklıklarımız fiziksel rahatsızlıklarımızı oluşturur.

Bu okumalardan da anlaşılacağı gibi, yalnızca beden olmadığımız, fizik, zihin ve ruhsal olarak bir bütünlüğümüzün olduğu ortaya konmaktadır. Tavr, davranış ve tutumlarımızın bu bütünlüğü bozmasıyla hastalıkların ortaya çıktığı işaret edilmektedir.

Türk metapsişinin değerli ismi Ergün Arıkdal şöyle söyler:

“Ruhsal şifacı, hastanın astral bedeniyle olan bağlantısını bizzat kendisi her zaman yapamaz. Bağlantıyı ruhsal rehberi yapar. Şifacının buradaki avantajı budur. Kendi rehberi vasıtasıyla doğrudan doğruya o insanın iç bünyesine, yani onun esiri varlığına direkt bir yardımda bulunabilir. Esiri beden üzerindeki birtakım enerji merkezleri harekete geçirilerek şifa verilir.” □



Giriş

FELAKETLERDEN FIRSAT
OLUŞTURMAK

Ruhsal Büyümenin 13 Yolu

Gary Zukav

1. Bölüm

BEKLENMEDİK her keder ve acı -bir evladın ya da ebeveynin ölümü, boşanma ya da bir ilişkinin bitmesi, mesleki başarısızlık, bir trafik kazası ya da hastalık- ruhsal gelişim için bir fırsattır. Hatta başkasının başına acı bir olay geldiğinde onu gözlemleyip kendi deneyimlerinizi kullanarak kendiniz hakkında bir şeyler öğrenebilirsiniz. New York şehrindeki ikiz kulelerin, içlerindeki binlerce insan ile birlikte çöküşünü dünyadaki yüz milyonlarca insan dehşet içerisinde izledi ve içinde aileleri, çocukları, iş adamlarını ve turistleri taşıyan jet uçaklarının alevler içerisinde patladığına ilişkin görüntüler tekrar tekrar yayınlanırken, izleyenler de tekrar tekrar acı çektiler. O gün New York sokaklarındaki on binlerce insan gibi, tüm bu izleyicilere de kendileri hakkında bir şeyler öğrenme ve yapıcı bir şekilde kendilerini değiştirme fırsatı verilmişti.

Bu yazı dizisi size, tüm deneyimlerinizden ruhsal anlamda büyüyerek çıkmak için kullanacağınız araçlar sunmaktadır. Her acılı olay -geçmişte olduğu gibi, yaratmaya devam etmek veya farklı şeyler yaratmak üzere- kendi deneyimlerinizden bir şeyler öğrenmeniz veya onlara tepki vermeniz için size FIRSATLAR sunar ve bu deneyimler doğumunuzdan ölümünüze kadar devam eder. Bütün bu deneyimlerin hepsi KENDİNİZİ, örneğin korkunuzu, sevginizi tanımanız için size sunulan FIRSATLARdır. Başkalarının deneyimlediği acıları gözlemlerken bile size kendinizi de gözleme, kendinize dair bir şeyler öğrenme ve kendinizi değiştirme olanağı sunulmaktadır.

Bütün deneyimleriniz hayata nasıl yön veriyor olduğunuzu ve seçtiğiniz takdirde nasıl daha farklı yön verebileceğinizi keşfetmeniz için FIRSATLAR sunar. Her terslik mağdur olarak kalmak ya da yaratıcı olmak için bir fırsat sağlar. Mağdurdan yaratıcıya doğru dönüşmek, acı ve üzüntü çektiğimiz zamanlarda çok büyük bir

şeydir; bunun için çalışmaya gönüllü olanlara sunulan bir hazinedir.

Bu yazı dizisinde size, ne olursa olsun veya nasıl karşılaşmış olursanız olun, acı dolu deneyimlerinden kendiniz hakkında bir şeyler öğrenmenize yardım edecek yollar sunacağız.

Değişmek için kendinizi tanımaya karar verdiğinizde -ki er geç değişeceksiniz- kendiniz hakkında her zaman daha çok şey öğrenebilecek, korkularınızla mücadele edecek ve sevginizi daha çok ifade edeceksiniz.

Öğrenme Fırsatı 1: Kendim Hakkında Ne Öğrenebilirim?

YAŞAMINIZA katkıda mı bulunuyorsunuz, yoksa seyirci mi kalıyorsunuz? Yaşamınızdaki olayları adeta bir beyazperde gibi, sizi etkilemelerine izin vermeden mi izliyorsunuz? Yoksa yaşadığınız olayları kendinizi geliştirmek için mi kullanıyorsunuz? Her acı deneyim, başkalarına ait olsa bile, şu soruyu kendinize sormanız için bir fırsat sağlar: “Bu deneyimden kendimle ilgili ne öğrenebilirim?” Acı çeken insanların ne öğrenebileceği değil, arkadaşların ne öğreneceği değil, sizin başkalarından ne öğreneceğiniz de değildir önemli olan; sizin kendinize dair ne öğreneceğinizdir. Örneğin, kendinizi bunalmış mı hissediyorsunuz? Yapabileceğiniz hiçbir şeyin olmadığını mı hissediyorsunuz? Eğer öyle hissediyorsanız, bu hislerinizi önemsiyor musunuz? Bu deneyimler mücadele edebileceğiniz deneyimlerdir

çünkü bunlar sizin tamamınız değil, kişiliğinizin korkmuş birer parçasıdır.

Örneğin, televizyonda sel, kasırga, tsunami gibi bir felaket izlediniz ve bağışta bulunmak istiyorsunuz. Niçin bağış yapıyorsunuz? Niyetlerinize iyice baktınız mı? Suçluluk duygusundan dolayı mı bağış yapıyorsunuz? Ya da sizin paranız çok ve pek çok kişinin parası yok diye mi? Belki de başkaları sizin bağışta bulunmanızı bekler düşüncesiyle mi bağış yapıyorsunuz? Belki de bu tip durumlarda bağış yapmanız gerektiğini düşünüyorsunuz çünkü öz-imağınız bağış yapmanızı gerektiriyor, ondan dolayı mı? Niyetlerinize bakın ve onlardan kendinizle ilgili bir şeyler öğrenin: Kendinizi yargılamak için değil, korku tarafından kontrol edilen



yanlarınızdan kendinizi özgürleştirmek için kendinizi tanımak amacıyla.

Öğrenme Fırsatı 2: Tepki mi Yoksa Cevap mı Veriyorum?

DUYGULARINIZI deneyimlemek için kendinize ne sıklıkta izin veriyorsunuz? Başkalarının acı ve ıstırabını görüyorsanız ya da kendiniz acı ve keder içerisindeyken, acınızı samimi olarak deneyimlemek için kendinize ne sıklıkta izin veriyorsunuz? Duygularınızı tam olarak ne kadar çok deneyimleyebilirsiniz, hissettiklerinize (bilinçli, umutlu, akıllı seçim yapmak) üzere o kadar çok cevap verebilirsiniz. Ne kadar çok deneyimleyemezseniz de o kadar çok tepki gösterirsiniz (her zaman yaptığınızı yaparsınız). Televizyon her gün büyük acıları görmenizi sağlayan bir fırsattır. Komşuların komşularını öldürdüğünü, ebeveynlerin çaresizce kayıp çocuklarını aradığını, yaşamları için çalışırken on binlerce insanın hayatını kaybettiğini gördüğünüzde bedeninizin içinde neler olduğunu hissedebilir misiniz?

Buzdolabına giderken, sigara yakarken ya da içki içerken ne hissettiğinizi kendinizden saklamıyorsunuz? Öfkelendiğinizde, yargıladığınızda ya da üzüntülü olduğunuzda hissettiklerinizi hoş görüyor musunuz? Ya da içinizdeki acıyı derinlemesine hissetmek için kendinize izin veriyor musunuz, yani bedeninizde fiziksel duyumları tam olarak hissedebiliyor musunuz? Acı çekerken ya da birinin acı çektiğini

görürken göğsünüzde, karnınızda, omuzlarınızda neler hissettiğinize özellikle dikkat edin. Tüm dikkatinizi bu alanlara verin ve orada hangi fiziksel duyumlar olduğunu görün. Bunu not edin.

Bu alanlardaki fiziksel duyumlara göre duygularınızı deneyimlemeyi öğrenin çünkü oralardaki acı veren duyumlar size korkuyor olduğunuzu söylerler ve sonradan pişman olacağınız şeyleri söylememeniz ve yapmamanız için ne yapacağınıza dikkat etmenizi sağlarlar. Başka bir deyişle, korku içerisinde olsanız bile kişiliğinizin daha sağlıklı bir kısımdan hareketle bir seçim yapabilirsiniz.

Her duygunun fiziksel duyumları vardır. Onları hissedebilme pratiği yapın ve acı verseler (veya hissettiklerinizden dolayı başkasını suçlamak istesenez) bile onları hissettiğinizde, her zamanki olumsuz tepkiniz yerine daha sağlıklı bir cevap verme kararı alın.

Öğrenme Fırsatı 3: Hayat Görüşüm Nedir?

ACILARIN tesadüf olduğunu mu düşünüyorsunuz? Günahkarların çektiği ceza olduğunu mu düşünüyorsunuz yoksa? İnsan ilişkilerinde yapılan bir ilahi müdahale olduğunu mu düşünüyorsunuz? Olayların anlamları olduğunu mu düşünüyorsunuz? Eğer öyleyse, anlam nedir? Eğer bir anlamı olmadığını hissediyorsanız, bunu bir dünya görüşü olarak inceleyin. Başka bir deyişle, olayların görebileceğinizin ötesinde bir anlam olmadığını veya hiçbir

anlam göremediğinizi varsaymayın. Olayların bir anlamı olmadığına dair anlayışınızın her zaman geçerli olmadığını varsayın. Bu sizin dünya görüşünüzdür. Sonra, kendinize bu dünya görüşünüzden memnun olup olmadığınızı sorun.

Karşılaştığınız olayları nasıl yorumlarsanız yorumlayın, olayları yorumlayışınıza, anlayabileceğinizden daha geniş olan olayları anlama tarzınız olarak bakın. Bu sizin dünya görüşünüzdür. Dünya görüşünüzü aydınlatmak için kendinizin ve başkalarının acılarını deneyimlemek için kendinize izin verin; kendi dünya görüşünüzün illa ki Dünya'nın işleyiş tarzı olmayabileceği olasılığını da dikkate alın. Dolayısıyla, sizin için en rahat, en sağlıklı olan dünya görüşünü seçebilir ve onunla deneyler yapabilirsiniz.

EK NOT: Bu FIRSAT sadece dünya görüşünüzü tanımlamanızı sağlamakla kalmaz, onu bulduğunuzda, sizin üstündeki etkisini incelemenizi de sağlar. Dünya görüşünüz, Dünya için

ne düşündüğünüzle değil, Dünya için gerçekten ne hissettiğinizle ilgilidir. Bir düşünce gibi kolayca değişmez. Dünya görüşünüz sizi rahat, değerli, sevgi dolu mu yapıyor, yoksa size tehlike, önemsizlik, yalnızlık hissini mi veriyor? Size umut mu veriyor, yoksa çaresizlik mi? Yaşamınızı keşfetmek size güven hissi mi veriyor, yoksa sizi korkutuyor mu? Sınırsız yaratıcılığınızı mı besliyor, yoksa sizi belirli yönlere mi itiyor? Bu soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur fakat her cevap, siz kendi dünya görüşünüzün açıkça "doğru" ve diğer tüm dünya görüşlerinin hayal ürünü olduğuna (her dünya görüşü, o görüşü taşıyan kişiye böyle görünür) ikna olmuş olsanız bile, dünya görüşünüzü koruyup korumak istemediğinizi görmenize yardımcı olabilir. Dünyayı daha farklı görmeyi düşünmekten korkuyorsanız, bu da sizin dünya görüşünüzün bir parçasıdır. Dünyayı farklı görmeyi denemekle başlayın işe; bunu yapmayı seçerseniz, kendi görüşünüzün yalnızca kendi görüşünüz olduğunu ve bunu seçenin kendiniz olduğunu görme olasılığına açık olmanızı sağlayacaktır.

Öğrenme Fırsatı 4: Dikkatim Nereye Gidiyor?

ACI ÇEKENLERİN deneyimlerinin dikkatinizin nereye yöneldiğini fark etmeniz için size yardım etmesine



izin verin. Size televizyonda sunulan programlar bunları yayına hazırlayan kişilerin filtrelerinden geçmiştir ama buna rağmen, bu programlarda birçok bakış açısı vardır: acı çekenler, acıyı hafifletmek isteyenler, uzun süren acılarından dolayı başkalarını suçlayanlar, kendi kendilerini savunanlar. Bunlar arasında dikkatinizi en çok ne çekiyor? Aradığınız şeyin farkında olmaksızın aradığınız şey nedir? Çelişki mi arıyorsunuz? Suçlayacak birini mi arıyorsunuz? Suçlayacak birini bulanlara sempati duyup bu faaliyette onlara katıldığınızı mı hissediyorsunuz? Büyük bir acı yaşasa bile etrafa iyilik saçan kişileri mi arıyorsunuz? Sempatiniz mi, yoksa merakınız mı onlara çekiliyor? Şiddet, tecavüz, yağma vb. ile ilgili öyküler mi arıyorsunuz? Yoksa birbirini tanımayan fakat derin ve gerçek sevgi ile birbirini fark eden insanlar arasındaki samimi bağlarla kurulu öyküler mi arıyorsunuz?

Kendinizi kaptırdığınız şey ne? Televizyon izlerken kendinizi (farkında olmadan) neye kaptırdığınızı düşünmeye ve aynı zamanda, neye daldığınızı bile düşünmeden bilinçsizce daldığımız şeyi fark etmeye başlayın; böylece psişenizdeki mıknaatısı bilinçli hale getirin ki, farkında olmadığınız anlarda dikkatinizi çeken şeyi tanımaya ve fark etmeye başlayabilin. Sonra, dikkatinizin sizin için sağlıklı olan yöne gitmediğine karar verecek olursanız, başka şeyleri aramayı seçebilirsiniz.

(Devam Edecek)

HABER

Mark Wentworth ve Dinamik Tiyatro

14 MART 2010 tarihinde, Bilyay Vakıf merkezinde Dinamik Tiyatro adlı atölye çalışmasıyla Mark Wentworth bizlerle birlikteydi. Yaklaşık yirmi kişiyi katıldığı bu çalışmada katılımcılar, sezgisel oynamanın, Şamanik törenlerin, renk tıbbının ve hikaye anlatımının yol göstericiliğinde benliğin, ailenin ve toplumun dramalarının ruh varlığı düzeyinde derin bir iyileşme ve uzlaşma ortaya çıkarmak üzere gözlerinizin önüne serilişini deneyimleme fırsatı buldular.



Bu çalışmada, hayatımızı yöneten gizli mitlerinizi ve hikayelerimizi bilincimize taşıma ve onları düşlerden gerçekliğe dönüştürmeyi öğrendik, böylece kendi düşlerimizi araştırmalarımızda ve yaratmalarımızda başkalarına da yardımcı olma fırsatı aralanmış oldu.

Shakespeare, “Dünya bir sahne ve hepimiz, sahnedeki oyuncularız,” der. Dünya yalnızca sahnemiz olmakla kalmaz; bu gösterinin yıldızı, senaristi, yönetmeni ve yapımcısı da bizleriz! Dinamik Tiyatro’nun güzelliği, kendi varlığımızın tam yaratıcı potansiyelini bilmemizi ve deneyimlememizi sağlamasında. Rüyalarımız ancak biz onu düşlemeye cüret edebildiğiniz kadar büyüktür.

Dinamik Tiyatro (Dynamic Theatre) Psikodrama, Şamanizm ve sistem terapilerinin eklektik bir karışımından esinlenerek, bu heyecan verici karışım aracılığıyla kişisel ve sosyal hikayeleri yaşama getirmektedir; böylece drama aracılığıyla kutsal simyanın meydana gelişini izleme ve sihri yaratma şansına sahip oluruz. Ama bu olağan bir drama değildir çünkü “Ben”in “biz” ve “o” haline ve de mikrokozmosun makrokozmos haline gelebilmesi için tüm roller “tebdili kıyafet” oynanır zira şamanik inanç gereği “dışarı” yoktur; dışarı bizim bilinmeyen yüzümüzün yansımamızdan ibarettir. Dolayısıyla, kendi toplumlarımızda sağlık ve esenlik yaratmak açısından hepimiz tam bir sorumluluğa sahibiz. Bizler bütünlüğe kavuşunca, bir düzeyde kendi toplumlarımıza da biraz denge ve esenlik sunarız.

Böyle bir çalışmayı ülkemizde gerçekleştirdiği için Mark Wentworth’a teşekkür ederiz. Detaylı bilgi almak isteyenler www.dynamictheatre.com adresinden yararlanabilirler. □

Vicdan ve Makul Vicdan

Seyhan Okan

VİCDAN sözlük tanımı olarak yanlış ve doğrunun ne olduğunu bildiren duygu, iç biliş, içsel ses ve ahlaksal değerler hakkında dolaysız ve kendiliğinden yargılama yetisi ve öznel bir şuur olarak tanımlanıyor. Bu şuur, yapmayı ya da yapmamayı öğütleyerek, uyararak, suçlayarak, yargılayarak kendine özgü bir biçimde eylemlerimize eşlik eder.

Ruhçuluk tanımında ise vicdan, ruhun öz malı olan bir yeteneği, kudreti ve öz melekesidir. İlahi İrade Yasaları'nın ruhta perde perde açılan bir yansıma yeridir. İnsan ruhunda tekamül oranında gelişen, İlahi İrade Yasaları'nın icaplarından asla ayrılmayan, hesap sorucu güce sahip olan güçlü bir ifade kaynağıdır. Vicdan İlahi İrade Yasaları'nın emredici ilahi sesidir. Ve insanın tekamül düzeyi oranında ona bilgi veren, hakemlik yapan mukadderata hazırlayıcı öğelerden biridir. İyi ya da kötü niyetle yapılmış olan bütün sübjektif ve objektif hareketler vicdana yansyarak onu sarsar, ruhta çeşitli tepkilerin meydana gelmesine sebep olur. Bu tepkilerde insanın karşılaşacağı olayların etkeni olacaktır. Her insanın kendi ruhsal tekamül seviyesine uygun bir anlayış, idrak, duyuş, düşünüş derecesi vardır. Bu onun kendi varlığının bir realitesini ihtiva eder. Vicdanın tatmini ruhun realitesine ve kanaatlerine bağlıdır. Realite ve inançlar tekamül ettikçe vicdan düzeyi de yükselir. Evrende ne kadar ruh varlığı varsa o kadar tekamül farkı ve vicdan derecesi vardır. Vicdan hükümleri ise birbirine nispeten çok yaklaşabilir, ama her noktası birbirinin aynısı olamaz.

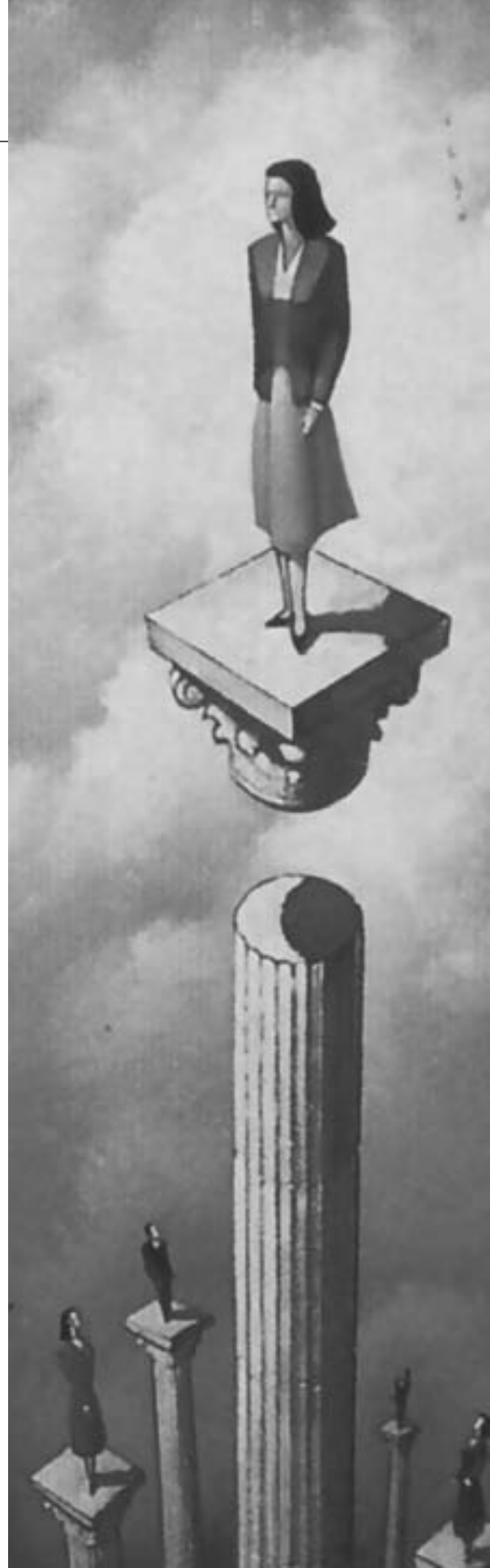
Tekamül gözleyebildiğimiz her şeyde mevcuttur. Bu öyle bir mevcudiyettir ki, kendi kendisinin farkına varamaz. Ancak onu başka birisi gözlemleyebilir, görebilir. Tekamülün çeşitli seviyelerini görebilmemiz bizim idrakimizin kuvvet derecesi ile ilgili olmaktadır. Her insanın bir kıymet hükmü ve değerlendirme gücü mevcuttur. Tabiat yasaları ve kendi varlığımızın dışında bulunan her şeyle dengeli bir alaka kurmamızı sağlayan

bizim şuurumuzdur. Burada realite dediğimiz şuur halleri ortaya çıkar. Bu şuur halleri psikolojik şuur durumlarıyla ilgili değildir. Ruhun genel bilgisi ile ilgili bir genel şuur hali söz konusudur. Hepimiz şuur sahibiyiz. Şuurumuzun seviyesi, kudreti vardır. Bu yüzden, her insanın anlayış ve kavrayış yeteneği ayrı ayrı olmaktadır. Anlayış ve anlayışımıza yön veren etkenlerden en önemlisi kendi kişiliğimizin nefsanîyet derecesidir. Bu nefsanîyet insanlık kademesinde mağlup edilmesi şart olan bir kaderdir. Kimse bu savaşı kazanmadan kendini daha yüksek bir hayata layık bulamaz.

Kişinin kendine hayrı, işini vicdanın tesiri altında yapması ile olur. Bunun için ise uzun hayat tecrübeleri, imkanlar, ıstıraplar, ıstıraplar içinde yorulmak, ezilmek ve her şeyden yararlanarak ruh yeteneklerini geliştirmek gerekmektedir. Tekamül ve realiteleri bu genel ruhsal tecrübeleri sağlayan sahnelerdir. Yüksek iyinin temsilcisi olan vicdan türlü biçimlerde bizi kendisine doğru çekmektedir. Gözlem yoluyla elde edilen realite kademeleri aşamalı olarak 5 grup altında toplanabilir: 1- Otomatizma realitesi, 2- Duygu (His) realitesi, 3- Vicdan realitesi, 4- Vazife bilgisi sezgisi realitesi, 5- Vazife bilgisi.

Bu safhalar katı sınırlar içinde değildir. Geçişleri sağlayan birçok ara safhalar da vardır.

Varlık, içinde bulunduğu şuur seviyesi ile paralel olarak bir hakikat anlayışına sahiptir. Algılama yeteneğinin her varlıkta ayrı ayrı oluşu o varlığın şimdiki, geçmiş ve gelecekteki hayat devrelerinin ve onların türlü türlü olmasını doğurur. Kısaca, realitelere göz atalım:



Otomatizma Realitesi

OTOMATİZMA realitesinde varlık acizlik ve korku içinde ya da sevinç ve cesaret içinde kalır. Otomatizma devresinde gözleyebildiğimiz özellikleri şöyle özetleyebiliriz: Varlık kendi fiilleri hakkında neden, niçin, ne şekilde sorularını soramaz ve sorulara cevap veremez. Şuuru aşırı darlaşma içindedir. Yapılan faaliyetle kendi kişiliği arasında bağlantı kuramaz. Bireysellik son derece az gelişmiş olup, içgüdü tarzında bireysellik mevcuttur. Böyle olunca da bireysel sorumluluğun mevcut olmadığı görülür. Bu türlü yaşayış basit ve kolaydır. Ama bu durumda da bıkkınlık, bedbinlik, moral çöküntüsü gibi duygular devreye girer.

Duygu Realitesi

DUYGU realitesindeki psişik vasıflar ise şunlardır:

- 1- Objektif hakikatlere ulaşmaktan çok, varlığın arzu ettiği yönde gayret vardır.
- 2- Duyguların egodan aldığı teşvik, kudret fazladır. Nefsani duygular kişiyi yönlendirir.
- 3- Sağduyu ve muhakeme egoya karşı zayıf kalır. Hakikati anlamakta nefsin arzuları ön plana alınır yanıltıcı hükümlere ulaşılır.
- 4- Şuur istikrarsızdır. Ani aydınlanma ve kararmalar meydana gelir.
- 5- Türlü ruhsal hallerin şiddetli ve ani olarak değişmeleri görülür.
- 6- Hercaiilik, aşırı alınganlık gibi psişik durumlar gelişir.
- 7- Gurur, kibir, ölmek ihtiyacı gibi,

nefsaniyetin keskin ve aşırı yanları hakim olur.

Duygusal insan türlü vasıtalarla anlayış kapısına kadar gelen bilgileri bir türlü içeriye alamayan karışık şuurlu, basit tecrübeler içinde kalan bir kimsedir. İnsanlık toplumunda görülen tatminsizlik, kavga, savaş, haksızlık vb. çelişkili duygu realitesinin içinde oluşumuzun ispatıdır. Duygusal insan heyecansal unsurlarla hareket eder.

Vicdan Realitesi

ZAMANIMIZDA vicdanın gelişimi düşünme ve eleştiri mekanizmasıyla birlikte gitmektedir. Vicdan realitesinde yapılan hareketlerin otomatik olmaması, bilgi ile donanmış olması önemlidir. Hüküm ve kararların birbirini yalanlar, birbirine uymaz nitelikte olmaması gerekir. Bir iş yaparken ilkelerin mümkün olduğu kadar birbirine bağlı bir sistem içinde olmasına özen gösterilmelidir. Yeni ruhçuluk açısından vicdan, toplumsal ahlak kurallarının üstünde, insan ruhunun takip edeceği kaderi, tekamül yolunu gösterir. Vicdan bir gösterge gibi çalışmaktadır. Vicdan ruhun güçlülüğü oranında açılacaktır. İnsan ancak tekamül ile varlık bulan bir niteliğe sahiptir. Vicdan ve öz bilgi yan yana bulunur. İnsan ruhu belirli bir anlayış ve kavrayış kudretine ulaşmadıkça vicdan ruhun tekamülüne faydalı olmaktan uzak kalır. Vicdanın iş görmesi, iyiyi, kötüyü ayırt etmesi bilgiye bağlıdır. Vicdan takdiri herkes için ayrıdır. Çünkü vicdan mekanizması serbest irade ve imajinasyonla meydana getirilen ruhsal



veya fiziksel bir aksiyonun sonucu olarak harekete geçer. Herkesin irade özgürlüğü ve imajinasyon gücü de farklı farklıdır. Vicdan, takdiri değişik hükümler ortaya koyar. Bunlar:

- 1- Bir iş yapıldıktan sonra pişmanlık yahut huzur tarzında.
- 2- İş tamamlanmadan ikaz şeklinde.
- 3- İşe başlamadan önce öğüt ya da bilgi tarzında kendini göstermektedir.

Vicdan tatbikatına ait gerçek tecrübeler hiç ümit edilmedik zaman ve mekanda, hiç anlamı yok zannedilen yaşantılar içinde belirlemektedir. Vicdan, sorumluluğu tayin ve takdir eden bir yetenektir. Kendi kendini sorumlu hisseden kimse çeşitli şekillerde vicdan planıyla ilişki kurabilir. Vicdanın sorumluluk öğretisi bireyin kendinden başkalarına doğru yönelmesini bildirir. Hayatın maddi ve ruhsal faaliyet sınırlarını belirleyen

bir rehberdir. Vicdanın ortaya çıkması daha üstün bir mekandan tesir almakla mümkündür.

Vicdan Sezgisi

HER İNSANA göre dereceler almaktadır. Bu sezginin nitelikleri şunlardır:

- 1- Kişiyi onun kişisel çıkarlarını geri plana alması için basınçta bulunur. Egoizmasına yenilmemesi için kişiyi düşünceye sevk eder.
- 2- Derece derece yayılan ve ilerleyen varlık sevgisinin zorunluluğunu ortaya koyar. Kişiyi bu sevginin gerçekliğine ve tecrübesine zorlar.
- 3- Yaptığımız hareketlerde, söylediğimiz sözlerde hakkaniyete uyup uymadığımızı araştıran, bizi tereddütte bırakan vicdan sesidir.

- 4- Her işte iyi niyetin yanı sıra faydalı davranışlarda da bulunmanın zorunluluğunu göstermeye çalışır.
- 5- Vicdan sezgisi basamağında, insan daha yüksek alemlerin alışılmadık tesirlerini alır.

İnsan tesirlerin kendi ruhunda serbestçe dolaşmasına ve neticeler doğurmasına izin verebildiği oranda tekamülünü hızlandırır. Vicdan sezgisi insanı duygu ile vicdan realiteleri arasındaki şuur bütünlüğüne ulaştırmak bakımından çok önemli bir köprü vazifesi görür. İnsanlık için tek çıkar yol vicdanın sesi ile birlikte akıl ve bilginin de devrede olduğu makul vicdan realitesinin gereğini yerine getirmektir.

Makul Vicdan

VİCDAN ile makul vicdan iki ayrı kutup değildir. Yalnız vicdan ile yaşamamıza imkan yoktur. Her şeyi tamamen vicdan ölçüsüne vurmaya çalıştığımız zaman yaşayamayız. Çünkü kurmuş olduğumuz uygarlık ve bu düzende dostluklar, ticaret aksar. Örneğin, belirlenmiş bir kar ile malınızı satıyorsanız, kendini acındıran bir insana eksik fiyat ile mal verirsiniz iflas eder, ailenizin ve ailenizin bağlı olduğu birçok planın aksamasına neden olursunuz. Her ağlayana bir şey vermede belli bir ölçünün dışına çıktığınız zaman, diğer tarafta birçok organizasyonun bozulmasına sebep olunur. Bu yüzden işi makul tutmak gerekir. Davranışlarımızı hangi ölçülere göre ayarlayabiliyorsak o bizim için makul olandır. Vicdan sezgisi ile gelen ikaz, bilgi, ödül, ayıplama, suçlamayı mantıksal olarak

değerlendirmek gerekir. İnsan aynı zamanda sevmek, acımak, şefkat duymak, merhametli davranmak, başkasına yardım etmek gibi duyguların da ihtiyacı içindedir. Sevmeyen insan yoktur. Kişi insanları sevmese bile bir şeyleri sever. Vicdansız insan yoktur. Vicdanını belli bir hedef için, belli bir yönde kullanamamak hünersizliği vardır. İnsanın şuurlanabilmesi için kendini çok iyi inceleyip egosunun hangi yönde gelişmekte olduğunu belirlemesi gerekir. Birisine bir tepkide bulunduğumuz zaman sebebini kendi kendimize, gerçekten anlayıp anlayamadığımız önemlidir. İnsan devamlı ruh halleri içindedir. Neden böyle düşünüyorum, niçin burada bu tepkiyi gösterdim gibi ruh hallerinin farkına varmamız gerekir. İnsanı insan olarak ele almanın bir yolunu bulmalıyız.

Makul Vicdandan Vazifeye

MAKUL VİCDAN vicdan ile vazife arasında bir köprüdür. Vazife, yapılması gereken şart olan bir şeydir. Sonuç kesinlikle düşünülmez. Hayatı bir vazife olarak ele almak çok ağır bir durumdur. Dünya hayatı birbirine hizmet silsilesi içinde yürür. İnsanın kendini yetiştirmesi vicdanını, şuurunu ve bilgisini geliştirmesi, kendini tanıması ve tekamül etmesi başlıca vazifesidir.

Vicdanla İlgili Güzel Sözler:

- En mükemmel adalet vicdandır. (Victor Hugo)
- Kalbimizde Tanrı'nın nuru vardır. Onun adı vicdandır. (Tolstoy)
- En büyük erdem insanın vicdanının içini dinlemesi ve iyilik yapmak için çaba sarf etmesidir. (Konfüçyüs)
- Vicdanınız temizse o zaman özgürsünüz. (Goethe)
- Kötü bir işin en gizli şahidi vicdanınızdır. (Hz. Ömer)
- Fikri hür, irfanı hür, vicdanı hür bir gençlik lazım. (M. K. Atatürk) □

KAYNAKLAR:

- *Metapsişik Terimler Sözlüğü*, Ergün Arıkdal, Ruh ve Madde Yayınları.
- *Ruhsallık Üzerine Denemeler*, Ergün Arıkdal, Ruh ve Madde Yayınları.
- *Büyük Sentez Tekamül*, Ergün Arıkdal, Ruh ve Madde Yayınları.
- *Sadıklar Planı*, Ruh ve Madde Yayınları.

Medyomlukta Anormallikler

Billy Roberts

1903’TE, Moskova Üniversitesinden Profesör E. Tutinsky bir grup çocuk tarafından sergilenen sıra dışı güçlerden öylesine etkilenmişti ki, bu yetenek bahşedilmişlerin beyinlerini detaylı bir şekilde inceleyerek profesyonel şöhretini tehlikeye attı.

Tutinsky “psişik” veya “paranormal” gibi etiketlerden sakınmasına rağmen o bu tarz yeteneklerin geleneksel bilimsel düşüncenin parametrelerinin dışında olduğunu ve bundan dolayı bir laboratuvarında ölçülemeyeceklerini söylemiştir.

Arkadaşları onun bu konuya bu kadar zaman ayırmasından dolayı onunla alay etmelerine rağmen o epifiz bezinin -beyinde yer alan humi şekilli bir yapı- her şeyden olmasa bile birçok şeyden sorumlu olduğu sonucuna varmıştır.

Tutinsky bir çocuğun beynindeki epifiz bezinin bir yetişkininkinden daha büyük olduğunu ve bir bayanda bir erkeğe göre daha gelişmiş olduğunu saptamıştır. O buradan hareketle çocukların kozmik etkilere daha açık oldukları ve kadınların erkeklerden çok daha fazla eğilimleri olduğu sonucuna varmıştır.

O şöyle devam eder: “Çocukların büyük çoğunluğu böyle yeteneklerle büyür ama böyle yetenekleri yetişkinliklerine kadar kalan azınlık için olasılıkların ortaya çıktığı heyecanlı ve yeni bir boyut meydana gelir.”

Tutinsky bir ateist olmasına rağmen o ölümlerden bilgi aldığını iddia eden inanlardan büyülenmişti ve onların iddialarında gerçek olup olmadığını veya onların kendilerini kandırıp kandırmadıklarını ümitsizce bilmek istedi.

Radikal bilim adamının yedi yıllık araştırması onu ölüm sonrası evrendeki pozisyonunu yeniden düşünmeye sevk etti. O, fazla katılımlı derslerinden birinde, artık kendisine bir ateist diyemeyeceğini beyan etmiştir.

Dikkatli profesörün araştırması, aynı zamanda sıra dışı nörolojik hünerleri sergileyenlerin beyinlerinde bir anormallik olduğu sonucuna varmasına sebep oldu ve böyle güçleri olan erkekler sık sık güçlü efemine eğilimler sergilemiştir.

Tutinsky, hormonal bir dengesizliğin sonucu olarak böyle yetenekleri olan hem erkeklerin ve hem de kadınların sıklıkla depresyona eğilim gösterdiklerini söyleyerek devam etmiştir.

Normal ötesi yeteneklerin detaylı bir çalışması sırasında, onun çalışmış olduğu 100 kişiden sadece 10’unun sağlığının iyi olduğunu bulmuştur ve diğer 90 kişi hayatlarında bazen çok çeşitli hastalıklardan dolayı acı çekmiştir; bu, tiroidden şeker hastalığına dek çeşitlilik gösterir.

Daha yakın zamanlarda konuyu araştıran Ruslar ve Amerikalılar epilepsiden ıstırap çekenlerin çoğu kez, hastalık nöbeti sırasında bir tür paranormal veya ruhsal deneyim yaşadıklarını önermişlerdir ve Damaskus'a giden Aziz Paul’un

tarif ettiği kör edici ışık 10'unda bu kuvvetten düşürücü koşuldan dolayı, acı çektiğini önermektedir.

Amerika'da yönetilen diğer araştırma, bilim adamlarını medyumun beyninin normalden uzak olduğu sonucuna varmaya sevk etmiştir ve bir psişik veya medyum gerçekten çalışırken, orada beynin elektriksel dolaşımında bir sekteye uğrama olduğu önerilmektedir, böylece bu beynin dışsal, kozmik güçlere daha açık olmasına sebep olmaktadır.

Deneyler göstermiştir ki, gerçek bir medyumun beyni bir ansefalografa bağlıken ve o psişik olarak akort oluyorken, beyin aktivitesinde dikkate değer değişiklikler meydana gelmiştir.

Buna rağmen, öyleymiş gibi davranan veya yanlışlıkla medyum olduklarına inananlar aktivitede hiçbir dalgalanma meydana getirememişlerdir.

İnsan Biyo-Işınımı

ESKİ “Konuşamayan yalan söyleyemez,” deyişi insan bedeniyle ilgili biyo-ışınım için kesinlikle doğrudur. Bu fenomen bedendeki

kimyasal enerji ışık enerjisine dönüşürken meydana gelir, auradaki ışınımlı parlamayla sonuçlanır.

Bu radyasyonu görüntülemek için çok karmaşık bir düzenek kullanılmaktadır, böylece medyumun hakiki olup olmadığı saptanmaktadır.

Çok şükür ki, bilim şimdi paranormal fenomenleri deneyimleyen bireylerin beyinlerinin nasıl olduğunu saptamak için daha aktif bir rol oynamaktadır.

En sonunda, cennetin gerçekten var olduğunu ve bazı insanların oraya göz atıp orada yaşayanlarla konuşabildikleri gerçeğine biraz daha yaklaştık mı?

Hepsinden sonra, bizim tarih öncesi atalarımız konuşmanın tam gelişmemiş şekliyle evrimleşmiştir, onların düşünceleri ve duygularının telepatik olarak iletişime geçtiğine inanılmaktadır.

19. yüzyıl dramatisti ve mistiği Maurice Maeterling, “Biz konuşmayı sadece yalan söyleyebilmek için geliştirdik!” demiştir. Bu doğru olsa da olmasa da şundan emin olabiliriz: Zihinlerimiz çok daha yüce şeylere sahiptir. □

Psychic News'dan Çeviren: Burak Erker.



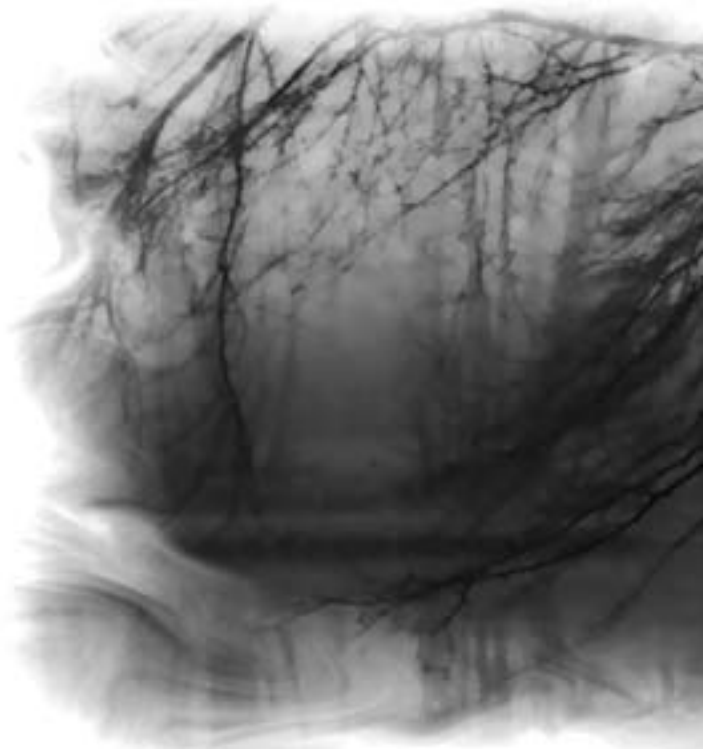
Deja vu'nun Üç Tipi

Don Eldridge

NETWORK dergisinin 57 No.lu sayısındaki “Deja vu'nun Üç Tipi” başlıklı makalesinde Arthur Funkhouser, deja vu'nun sebepleri olarak ileri sürülenler arasında, reenkarnasyon ve geçmiş yaşamların dışlandığını çünkü insanların deja vu sırasında modern eşyaları tanıdıklarını söylemekteydi.

Çocukluğum ve gençliğim sırasında rutin bir şekilde deja vu deneyimledim, belki de ortalama olarak haftada bir kez. Bununla söylemek istediğim şey bir sonra neler olacağını fiziksel olarak bilmek değil ama daha önce deneyimlediğimi bildiğim bölümlerden söz ediyorum. Derken, deja vu beni tamamen terk etti. Sanırım, olan şeydu: Gençliğimin sonlarına doğru kendimi eğitmek için bir dürtü hissettim, böylece hayatta yeni bir yöne yöneldim.

Bir akşam, ben 19 yaşındayken, konuşmakta olduğum adam bana birdenbire, “Don, ne dedim ben şimdi?” diye sordu. Söylediklerini ona söyledim. Başını salladı: “Hayır, ben bunları 15-20 dakika önce söylemişim. Ne oldu sana?” dedi. Kafam karıştı ve benimle dalga geçtiğini sandım. O ise “benim” orayı



terk ettiğimi ve geri dönmem için sabırla beklediğini söyledi. O sırada birkaç ay önceki bir olayı hatırladım, arabamı sürerken on beş dakika kadar “kaybolmuştum”. Arabamı şuursuzca kullandığımı fark ettiğimde bayılacak gibi olmuştum. O sırada arkadaşımın ciddi olduğunu anladım, bir tür beden dışı deneyim yaşamıştım. Ama benim açımdan ayrılışım ve dönüşüm arasında hiçbir ayırım yoktu. Tek başıma isem, zamana dikkat etmiyor ve etrafta dolaşmıyorsam, “kayıp zaman” bölümlerini saptamak imkansızdı.

Geriye baktığımda, bu bölümler esnasında bir biçimde eğitildiğimi, yeni bir yola yöneltildiğimi hissediyorum. Bu da deja vu’yu neden artık deneyimlemediğimi açıklıyor.

Kırk altı yaşımdayken, zorlu bir günün sonunda yorgun ve fiziksel acı içinde eve doğru yürüyordum. Birden kendimi bedenimin dışında, üstünde ve sağa doğru bir noktada buldum. Artık acı ve yorgunluk yoktu, robot ise aşağıda ayaklarını sürümeye

devam ediyordu. Yolun sonuna baktım, sonsuzluğu görebiliyordum. Yolun sonu yoktu (bunu artık gözümde canlandıramıyorum). O yolu sayısız kez yürüdüğümü ve yolumu son derece iyi bulmayı başarana kadar yürümeye devam edeceğimi biliyordum, o zaman bu sonsuz tekerleği terk edebilecektim. Bir süre sonra bana aynı şeyleri söyleyen canlı bir rüya gördüm. Eğer kişi aynı hayatı tekrar tekrar yaşıyorsa, bu çağdaş eşyaları tanıyabilmeyi açıklayabilir.

Tam olarak aynı hayatı yaşamak amaçsız olacaktır, öyleyse davranışımızı değiştirmek ve farklı yollara gitmek için yeterli hür irademiz olmalıdır. Bu yollar bazen yakın, hatta bazen örtüşen paralel dünyalar olabilir. Bunu söylememin nedeni, otuz yıl kadar hiç deneyimlemedikten sonra, kırk dokuz yaşında tek bir deja vu deneyimi yaşamış olmamdır. □

Network Dergisi, 58 No.lu sayısından çeviren:
Yasemin Tokatlı.



Zihinde Canlandırma Tekniğinin Püf Noktaları

Nihan Atak

İNSAN ruhunun en yüksek ve en mükemmel melekelerinden birinin imajinasyon melekesi (imgeleme yeteneği) olduğunu biliyoruz. Hücrelerimiz arasındaki her türlü haberleşmeyi fiziksel yollardan kan nasıl sağlıyorsa, şuuraltımızdaki irtibatı da imajinasyon melekesi meydana getirir. İşte, bu yetenek sayesinde hayatımızda rol oynayan çeşitli durumları nasıl düşünürsek, nasıl imajine edebilirsek, o halleri belirli bir süre içinde bedenimizde veya etrafımızda meydana getirebiliriz.

İmgelemede en önemli ipucu kendimize ve hayatta her şeyin en iyisini hak ettiğimize inanmamızdır. Gerçekten olmak istediğimiz kişi olmak için gerekli değişimi yapma yeteneğimize güvenmeliyiz.

İmgeleme sürecinde dikkat edeceğimiz noktalar şunlardır:

- 1- İmgeleme yaparken zihnimizde yalnızca imajlar görmeyip, onlarla birlikte duyguları da yaşayabildiğimizi deneyimlememiz gerekiyor. Bunu yapınca kadar imajinasyonumuzu çalıştırmayı denemeliyiz.
- 2- Gevşemeyi öğrenmeliyiz. Çeşitli teknikler deneyip içlerinden bize en uygun olanını seçebiliriz.
- 3- Hayattan ne istediğimize ve kendimizde ne gibi değişiklikler yapmak istediğimize karar vermeliyiz. Başkalarının bizim için istediklerini değil, kendi istediklerimizi göz önüne almalıyız.
- 4- Bütün duyguları ve duyuları imgelemeye katmaya çalışmalıyız, örneğin rüzgarı veya sıcaklığı tenimizde hissetmeli, imgelediğimiz çiçeklerin kokusunu almalı, dinlediğimiz müziği kulaklarımızla duymalıyız.
- 5- İmgeleme sırasında pozitif telkinler kullanmak da çok faydalı olacaktır. Yüksek sesle kendimize söyleyeceğimiz her telkinin etkisi vardır.
- 6- Eğer olumsuz düşünceler ve görüntüler zihnimize gelirse onları kovmaya çalışmamalıyız çünkü yaparsak gevşemeyi yok ederiz. Onları inceleyip bir şeyler öğrenebiliriz, eğer onlarla uğraşmak istemiyorsak da ertesi güne kadar veya kendimizi iyi hissedinceye kadar o çalışmayı bitirebiliriz.
- 7- Uygulama yaparken uykuya dalarsak sorun değil. Ertesi gün yine deneyebiliriz.
- 8- Sabırlı olmak çok önemlidir. Hayatımızda hiçbir



şey anında gerçekleşmiyor. Azimli olup doğru yönde yoğunlaştığımız takdirde ilerleme kaydetmemiz kesindir.

9- Kendimizi seveceğiz, kendimizden hoşnut olacağız. Hayatımızın kontrolünün her zaman bizde olduğunu hatırlayacağız.

Kendimizi nasıl düşünüyorsak o şekilde yaşamımızı sürdürürüz. Kendimiz hakkındaki imajlarımızın neler olduğunu hiç düşünüyor muyuz? Gözlerimizi kapattığımız zaman kendimizi, ellerimizi, bacaklarımızı, yüzümüzü bütün ayrıntularıyla görebiliyor muyuz? Belki de şaşırarak söyleyeceğiz ki, kendimiz hakkındaki imajımız belli belirsizdir, hatta yok gibidir. Fiziki imgelemeyi yapamadığımız için kendi zatımızın da gerçekliğine ulaşmakta tereddütler çekeriz. Kendi kendimize, acaba ben nasıl biriyim, nasıl bir kişiliğe sahibim, diye sorup cevabını verebiliyor muyuz? Krishnamurti'nin sorduğu şu soru üzerinde düşünelim: "Hareketlerini, nasıl yürüdüğünü, nasıl konuştuğunu, nasıl davrandığını, sert, acımasız, kaba ya da sabırlı biri olup olmadığını seyredebilir misin?"

İmgeleme yeteneğimiz üzerinde çalışmaya, önce kendi üzerimizde başlayarak onu hayatımızın her alanında kullanabilir ve başarılı işler gerçekleştirebiliriz. Varlığımızı tanımak onun yeteneklerini ve yapısı anlamakla başlayacaktır. İmgeleme tekniği de kullanabileceğimiz en güzel araçlardan bir tanesidir. □

Yararlanılan Kaynaklar

- *Vizüalizasyon*, RM Yayınları.
- Ruh ve Madde dergisi Realite yazıları, Ergün Arıkdal.



Yaratma Cesareti

Rollo May

BİR ÇAĞIN bittiği ve yeni bir çağın henüz başlamadığı bir zamanda yaşamaktayız. Bu belirsizlik çağında, duyarlı bir şekilde yaşamak cesaret isteyen bir iştir. Sahipsiz bölge ile yüzleşmek, kimsenin bize rehberlik etmediği ve daha önce gidilmiş patikaların olmadığı bir ormanda yürümek için yeni bir şeyler yapmak zorundayız. Varoluşçuların hiçlik endişesi olarak tanımladıkları şey budur. Gelecekte yaşamak bilinmeze sıçramak demektir ve bu da şu anda emsali bulunmayan ve çok az insanın fark ettiği bir duruma karşı bir ölçüde cesareti gerektirmektedir.

Cesaret, aşk ya da sadakat gibi, diğer değerler arasında bir değer ya da erdem değil, tüm diğer değer ve erdemlerin altında yatan ve onlara gerçeklik kazandıran bir kaynaktır. Cesaret olmadan sevgimiz sadece bir bağımlılığa, sadakatimiz ise konformizme dönüşür.

Diğer bir taraftan, ahlaki cesaret yanlışların düzeltilmesi iken, yaratıcı ahlak yeni formların, yeni sembollerin, yeni bir toplumun üzerine inşa edilebileceği yeni modellerin keşfidir. Her meslek bir ölçüde yaratıcılık cesareti gerektirebilir ve gerektirmektedir de. Günümüzde teknoloji, mühendislik, siyaset, ticaret ve öğretmenlik mesleklerinin hepsi ve daha da fazlası radikal bir değişimin ortasındadırlar ve bu değişimin değerini bilen ve değişimi yönetebilen cesur insanlara ihtiyaç duymaktadırlar. Yaratıcılık cesaretine olan ihtiyaç mesleğin geçirmekte olduğu değişim derecesi ile aynı orandadır.

Rönesanstan bu yana bizlerin ve atalarımızın yaratıcılık dürtüleri teknik şeylerin yapımına kanalize edilmiştir (bilimin gelişimi ve uygulanmasına yönlendirilmiş yaratıcılık). Teknik araştırmalar için yaratıcılığın bu şekilde kanalize edilmesi bir düzeye kadar uygundur, ancak daha derin bir düzeyde psikolojik dirence neden olur. Eğer yaratıcılığın bilinçdışı, irrasyonel, transrasyonel görünümüne açık değilsek, bizim bilimimiz ve teknolojimiz bizi “Ruhun Yaratıcılığı”ndan mahrum bırakmış olacaktır. Eğer bu özgür ve orijinal yaratıcılığı



kaybedersek, bilimsel yaratıcılığımızı da kaybedebiliriz.

Modern fizikte, daha sonra teknolojik kazanımlarımız için kullanılan keşifler, ilk başta bir fizikçinin imgeleme gücünü serbest bırakması ve sadece keşfetmenin coşkusu için keşfetmesi ile gerçekleşmiştir. Bu durum, Einstein'ın görecelik teorisini ve Heisenberg'in belirsizlik prensibini açıkladığında olduğu gibi, önceden geçerli olan teorileri radikal bir biçimde altüst etme riskini de taşımaktadır. Benim düşünceme göre, ruhun yaratıcılığı rasyonel, düzenli toplumumuzun ve yaşam şeklinin getirdiği yapıyı ve varsayımları tehdit etmektedir ve etmelidir de.

Plato, güzel eseri "Sempozyum"da, gerçek sanatçı diye adlandırdığı, yani yeni bir gerçekliğe hayat veren kişiyi tanımlamıştır. Şöyle ifade edebilirim

ki, onlar insan bilincini genişleten kişilerdir. Onların yaratıcılıkları Dünya'da kendi varlığını ortaya koyan bir adam ya da kadının en temel tezahürüdür. Biz hobilerle, "kendin yap" uygulamalarıyla, pazar günü resimleri ile ya da bunun gibi boş zamanları değerlendirme şekilleri ile ilgilenmemekteyiz! Yaratıcılığın anlamı yalnızca hafta sonları yapılan bir şey olduğu fikri kadar kötü biçimde tanımlanamaz.

Yaratıcılık süreci duygusal sağlığın en yüksek düzeyi, kendini gerçekleştirme faaliyetindeki normal insanların ifade şekli olarak değerlendirilmelidir. Yaratıcılık sanatçının olduğu kadar bilim adamının çalışmasında, düşünürde olduğu kadar estetisyende de görülmelidir ve unutulmamalıdır ki modern teknolojinin liderlerinde olduğu kadar bir annenin çocuğu ile iletişimde de yaratıcılık bulunmaktadır. *Webster*'in yerinde ifadesiyle yaratıcılık yapma, varlık kazandırma sürecidir. □

Yazarın *Yaratma Cesareti* adlı makalesinden çeviren:
Nurhan Gevrek.

Kalbinizin Sevdikleri

Dr. Paula M. Reeves

En çok arzuladığım şey kendimle, başka insanlarla, dünyayla yakınlık; hayatın içindeki kutsala temas eden bir yakınlık.

Oriah Mountain Dreamer

İNSAN CANI güçlü, dayanıklı bir enerjidir. İnsan olarak, derinden ve şiddetli severiz. Bazen çok uzun ve çok fazla severiz ama özümüzde her zaman severiz. Kalpten kalbe ve candan cana yakın bir bağ kurduğumuzu hissettiğimizde mutlu oluruz. Filmlerde, romanlarda, televizyonlarda takdim edilen romantik sevgi imajları, kalbinizin sevme kapasitesinin özüne değinmez. Sevdiğinizi cansiperane koruma kapasitenize de değinmez. Sevgideki ölümcül kusur, sevdiğimiz uğruna hayatımızı sunarak kendi kendimizi kurban etmemizdir. Bu her zaman için en iyi şey değildir. Fedakarlığa dayalı sevgi, kalbin en zor kazanılan armağanı olan yakınlıktan yoksundur.

Ne kadar derinden sevebildiğimizi açığa vurursak, çoğu zaman alaya alınırız veya yanlış anlaşılırız. Bu yüzden kalbimizden gelen ve varlığını inkar etmemize izin vermeyecek olan şeyleri ifade etmenin başka yollarını bulmamız gerekir. Yanlış bir yönlendirmeye, sevdiğimiz şeylerden vazgeçmeye veya uzaklaşmaya gönüllü oluruz. Böyle davranmakla kendimizin mantıklı, akli başında veya yetişkin olduğuna inanırız. İçten içe sevdiğimiz şeyi temsil eden ikonları veya objeleri alırız, onları sunaklarımıza veya ceplerimize yerleştiririz. Sevgi enerjilerimizin konuşulmamış, sahip çıkılmamış ve yaşanmamış boyutlarını bize hatırlatmasını isteriz. Sevgimizle uzlaşmak için anlaşmalar yaparız ve bizi kendi deliliğimizden kurtarması için bir mucize bekleriz. Kendi kendimize şunları söyleriz: Bu sevgisiz evliliğe çocuklar büyüyene kadar katlanacağım veya annem sonsuza kadar yaşamayacak; o öldükten sonra kendi hayatıma, kendi resmime veya kendi yolculuğuma başlayacağım. Şüphesiz, gerçek sevgimizin ve hayatla yakın bir bağ kurma arzumuzun büyük bölümü bir başkasının hayatının zamanlamasını,

bir başkasının iznini bekleyerek zayıf düşebilir.

Hayat nadiren siyah ve beyaz tercihler sunar. Kalp hayatın büyük bölümünün yaşanmamış hayatın, keşfedilmemiş olasılıkların griliğinde yattığını bilir. Askıya alınmış bu olasılıklar ikonlarımıza, günlüklerimizin sayfalarına özel bir biçimde yazılan ve gözyaşlarıyla sulanan öykülere, sadece çok fazla içki içtiğimizde veya umutsuzluğumuz dayanılmayacak boyutlara geldiğinde sarf ettiğimiz sözlere yansır. Aramızda hayatı bütünüyle sevmeyi ve kalbinin asi ve gerçek enerjilerine güvenmeyi göze almak istemeyen insan var mıdır? Yine de açığa çıkarılmayı bekleyen şeyin tonlarını keşfetmek için çeşit çeşit griliklere adım atmaktan çekiniriz. Kendimiz hakkında, tek ve eşsiz hayatımız hakkında, tereddütsüz bir biçimde dürüstçe

konuşmanın başkalarını hayal kırıklığa uğratacağından -birilerine veya bir şeylere zarar vereceğinden- korkarız. Bu yüzden kendimizi, sevmeye cesaret edebileceğimizden daha fazla sevebileceğimiz birini veya bir şeyi ararız. Canımızı uyuşturan bir yalan yarattığımızı asla fark etmeyiz.

Sevgi Olarak Adlandırılan Şey Nedir?

YUNAN sevgi tanrıçası Afrodit'in öyküsü bizi sevginin katmerli köklerine yakınlaştırır. Barbara Walker, *The Woman's Encyclopedia of Myths and Secrets* adlı çalışmasında bu tanrıçanın sevgi şeceresini çıkarır. Eski adı Moira'dır, Zamandan da yaşlı olduğuna inanılır. Kader tanrıçalarına ve onların Genç Kız, Anne, Kocakarı ile temsil edilen Doğa'nın gizemleriyle uzlaşmasına kadar uzanan aralıksız



bir soyağacı söz konusudur. Çeşitli kültürlerde birçok adla bilinir: Astarte; Denizlerin Stella Mara'sı, evlilik tanrıçası Hymen; doğum tanrıçası İliithya; cinsellik ve av tanrıçası Venüs; Erkekleri Yok Eden Androphonos. Kıbrıs'taki tapınağı, Hristiyanlık döneminde Meryem tapınağına dönüştürülmüştür. Yunanlılar, Romalılar ve Mısırlılar tarafından "Ay-Mari" olarak saygı görmüştür. Anadolu'daki en büyük tapınaklardan biri ona adanmıştır. Afrodit'in Semitik tanrılarla da birleştiği ve kendisine Kudüs'te bir tapınak inşa edildiği söylenmiştir. Bir adı vardır, birçok enkarnasyonda ortaya çıkmıştır ve birçok unvana ulaşmıştır. Böylece sevgi olarak adlandırılan bu "şeyin" doğasının örtüsünü açmaya başlarız.

Eskimolar donmuş topraklarındaki pek çok şeye göğüs gerebilmek için, kara ilişkin onlarca sözcük türetmiştir. Her biri hayatta kalmayı kolaylaştırmak için belirli bir niteliği, gerekli bir bilgiyi anlatmaktadır. Kültürümüzde sevgi o kadar yaygınken, onu sadece bir tek sözcükle anlatmanın sıkıntısını yaşıyoruz: sevgi. Anne baba sevgisinin kalıcılığından,

evlat sevgisindeki kan bağından, romantik sevginin kırılmağından söz edilir. Narsistik sevgi, "Benim için en son ne yaptın?" sorusunu yöneltir. Eğer yanıt yeterli değilse, bu tür bir sevgi geri çekilir ve kesilir. Sevgi, sadakat, şefkat, hoşlanma ve şehvet gibi pek çok kavram birbirine karıştırılmaktadır. "İlk görüşte aşk" psikozu bile vardır. Akıl ve mantık gözü açıp kapayınca kadar çöker. Ülke sevgisi, yeni oyuncak sevgisi, elbise sevgisi, şarkı sevgisi, anne yemeği sevgisi vardır.

Afroditik sevgi modern dünyada daha çok, romantik sevgi diye bilinir. Bu enerji dağınıksa, odaklanmamışsa ve kalp merkezli değilse romantik sevginin birçok varyasyonu daha dokunaklı hale gelir. Bu bulanık perspektiften bakıldığında, Afroditik sevgi romantik sevginin ta kendisini temsil eder. Coşku ve kendinden geçmeyi barındırır, kararlardan ve disiplinden uzaktır. Ancak mitolojinin anlattığı başka gerçekler, öğrettiği başka dersler de vardır. Afroditik sevgi, romantik sevgiden fazlasıdır. Aynı zamanda Erkeklerin Yok Edicisi'dir. İşler tersine döndüğünde



ve bir zamanlar sevdiğinize artık nefret duyduğunuzda, sevginin bu niteliğinin hiç farkına vardınız mı? Tersinden, bir şeye (birine değil) çok fazla bağlandığınız ve bu içsel mahkumiyetinizi terk etmek yerine harfi harfine ölmeyi göze alabildiğiniz oldu mu? Bazı insanlar, “Bunun için ölümü göze alırım...” veya “Çocuğum için, sevgilim için ölümü göze alırım,” gibi ifadeler kullanırken, bu mahkumiyeti bir neden olarak ortaya koyarlar. Ancak çoğu zaman harfi harfine değil, metaforik olarak konuşuruz.

Şiddetli sevginin yok edici bir boyutu vardır. Bu boyut ön plana çıktığında, bizi gerçek kalp merkezli sevgiyi engelleyen şeyden kurtulmaya zorlar. Derinden inandığınız bir şeye ihanet ettiğiniz ve ardından kendi içinizde öldüğünüz zamanlar ve yerler oldu mu? Utanç ya da yabancılaşma korkusunun gerçeğinizi öldürdüğü ve ardından kendinizin de bir parça öldüğü zamanları hatırlıyor musunuz? Suskun kalacağınıza dair aldığınız kararı çiğneyip ne düşündüğünüzü açık bir biçimde ortaya koyma ihtiyacı duyduğunuzu fark ettiğiniz anları hatırlıyor musunuz? Aldığınız karara ihanetin içinizde bir ölüm haberi gibi yankılandığı anları hatırlıyor musunuz? Yok etme çok değişik şekillerde gerçekleşebilir. Kalbimiz için artık bir yaşama gücü taşımayan şeyi “yok etmek” zorunda olduğumuzu belirten, istenmeyen bir bilgi şeklinde karşımıza çıkabilir. Bazen kalbimizden akan bütünlüğü öylesine hızlı hayata geçiririz ki bu süreçte kendimiz yok olacağımız gibi gelir.

Charles çiftlikteki küçük arazisini sevdiğini söyleyen bir bilim adamı.

“Bana babamdan, babama da kendi babasından kalmış on hektarlık bir toprak parçası. Bu arazinin görevlisi, çobanı, koruyucusu olduğumu hissediyorum.” Çok güçlü bir girişimci, parselleyip imara açmak için çevredeki arazileri satın almaya başlamıştı. Ancak projeyi Charles’ın arazisini de almadan tamamlayamıyordu. Charles teklife olumsuz yanıt verdi. Girişimci araziye elde etmek ilk önce paraya, sonra tehditlere, daha sonra saldırganlığa ve en sonunda da şiddete başvurdu. Charles’ın patronu kötü reklam olacağı için arazisini satmasını istedi. Ancak Charles boyun eğmedi. Bölgedeki İşadamları Cemiyeti, fayda ve kazanç getireceğinden arazisini “herkesin iyiliği için” satmasını rica etti. Charles yine kabul etmedi. Sonunda kazanan girişimci ve nüfuzu oldu. Araziye el kondu ve Charles tahliye edildi. Bu hoş bir öykü değil, sevgi dolu bir öykü de değil. Sevgi her zaman galip çıkmaz. Bütünlük değiş tokuş edilemez. Ancak gerçek sevgi hiçbir şeyin veya hiç kimsenin elinizden alamayacağı bir bütünlüğü içerir. Bu sevginin niteliğinin kökleri iradi bir mücadeleye veya değiş tokuş ilişkisine değil, benliğin bütünlüğüne uzanır. Kendi sevginize inanmak, kalbinizin içindeki bütünlükle bağlantı dışında hiçbir şeyi garanti etmez. Kendi kendinizle bir yalana ortak olmadığınızı bilmekten doğan rahatlığı hissedersiniz. Gerçek sevgi şiddetlidir, dayanıklıdır ve acıtabilir.

Gerçek sevgi zaman zaman taşıyamayacağınızı düşündüğünüz bir bilinç derinliğini gerektirir. Sevgi diye adlandırdığımız şeylerin çoğu sevgi olmayabilir. Peki, sevgi değilse, bu hissettikleriniz nedir?

Kalp Notları

Tohumları Ayıklamak

Tohumları ayıklamak suretiyle tahılın kabuklarını ayıracak ve kalbin besini sevgiye ulaşacaksınız.

Yanınıza bolca gazete kağıdı veya ucuz kağıt, kalem, iyi bir silgi ve ayna alın. Öğleden sonra, kesintiye uğramayacağınız bir zaman ayırın. Yakınlarınızda bir bardak su ve bir paket mendil bulundurun. Samimi bir can araştırmasına yürüğünüz varsa, size ayıklanacak bir şeyler vereceğim. Daha sonra, sevgi kategorinize karışmış olabilecek bazı eğilimleri sıralayacağım.

- İlk olarak bu tohum ayıklama işlemini bir şeyleri değiştirmek için kullanmayacağınıza dair kendinize söz verin. Bu değişimle ilgili bir şey değil, hislerinizi bütünlük içinde yerli yerine koymakla ilgili.
- Mutlak bir biçimde sevdiğiniz insanların ve şeylerin listesini yapın. Kendi kendinizi yargılamayın. Bu, bedeniniz ve beyninize derin bir saygı besleyerek kalbinizin odalarına ve canınıza yapacağınız ciddi bir yolculuktur. Hem düşüncelerinizin hem de hislerinizin katkı sunmasına ihtiyacınız var. Listenin maddeleri arasında yeterince boşluk bırakın. Böylece gerçekten ne hissettiğinizi ayıklamaya başlayabilirsiniz. Niyetlerinizi boğmamak için listenizi yirmi maddeyle sınırlayın. Daha sonradan başka maddeler de ekleyebilirsiniz.
- Şimdi, aynanızdan yararlanarak gözlerinizin içine bakın ve kendinize karşı mutlak bir biçimde dürüst davranmaya hazır olup olmadığınızı gözlerinize sorun. “Evet” yanıtı

verebiliyorsanız, devam edin. Bulacağınız yanıtlar, sadece sizin kadar dürüst olduğunuz kadar dürüst olacaktır.

- Listenizdeki her maddeyi tek tek değerlendirin ve aşağıdaki eğilimlerden hangisini hissettiğinizi tespit edin:

Şefkat: Karşılıklı doyum ve sıcaklık.

Sadakat: Kişisel veya transpersonel bağlılık.

Kara Sevda: Sığ ve gelecek düşüncesi olmaksızın.

Cinsel Cazibe: Cinsel organlarla ilgili.

Narsisizm: Sevilmeyi sevmek.

Minnettarlık: Karşılıklı paylaşım ve empati.

- Dürüst olun. Ne kadar farklı şekillerde sevebildiğinizi günlüğünüze yazın. Bunların içinde sizi şaşırtan, korkutan veya sevindiren oldu mu? Kendinizi daha yakından tanımanın nasıl bir his olduğunu yazın. Bu anlayışların derinliklerini kabul edin ve bunların zayıflık değil, güç olmasına izin verin. Lütfen, dünyanın size kendiniz hakkındaki bu eşsiz bilgileri öğretmesini beklemeyin. Harekete geçin, gerçekçi olun, kendi kalp merkezli işinizi kendiniz yapın. □

Kaynak: Yazarın Ege Meta Yayınlarından çıkan *Kalbin Dili* adlı kitaptan alınmıştır.

Şaman Duası

Yarattıklarının hepsiyle,
Besliyorsun ruhumu.

Her ağaçtaki her yaprakla,
Besliyorsun ruhumu.

Güneşin doğuşuyla,
Yağmurun yağışıyla,
Besliyorsun ruhumu.

Yeryüzünün yaratıklarıyla,
Havayla
Ve denizle,
Besliyorsun ruhumu.

Tanıştığım her kişiyle,
Besliyorsun ruhumu.

Ve güçleniyorum,
Ve bilgeleşiyorum,
Sağladığın nimetinle...

□

Kaynak: 14 Mart 2010 Mark Wentworth'un *Dinamik Tiyatro* atölye çalışmasından, kendisinin izniyle alınmıştır.



Yayındayız...

www.metaradyo.com



Ana Sayfa Dinleyn Haberler Konular Hakkımızda İletişim

Üye Olun Giriş Yardım



BİLYAY Vakfı ve MTİA Derneği Hakkında

Kökleri, 1950 yılında İstanbul'da Dr. Bedri Ruhselman tarafından kurulmuş olan METAFİZİK TETKİKLER ve İLMİ ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ'ne dayanan İNSANLIĞI BİRLEŞTİREN BİLGİYİ YAYMA VAKFI (BİLYAY), İstanbul'da Mayıs 1994'te kurulmuş uluslararası bir organizasyondur. İNSANLIĞI BİRLEŞTİREN BİLGİYİ YAYMA VAKFI, insanlar arasında yardımlaşma ve dayanışmanın, sevgi ve hoşgörü ortamında birlik ve beraberliğin güçlenmesi için, ruhsal araştırmalar yapmak ve üstün ruh değerlerinin ortaya çıkmasına hizmet etmek amacıyla kurulmuştur.

Meta Radyo Hakkında

Meta Radyo'nun içeriği, BİLYAY Vakfı'nın insan varlığı ve gelişiminin çeşitli yönleri ile ilgili konulardaki konferanslarından oluşmaktadır.

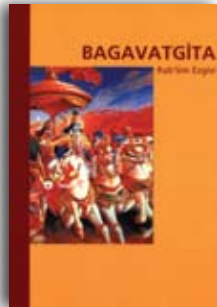
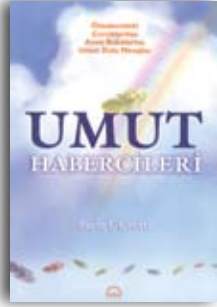
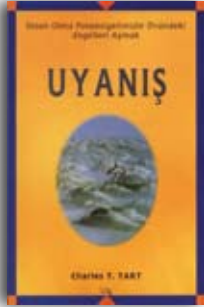
Dinleyn)))

Ruhçuluğun temel ilisi Takâmî'dir. Bu, aynı zamanda her canlı ve eşyanın özünde bulunduğu Evrensel Yasa'dır. Önsüz hiçbir şey ve canlının varlığını sürdürmesi olanaksızdır. Yaradılışa tel ve yalnız bapına anılan ve amaç sağlayan Evrensel Yasa Takâmî, her an oluşmakta ve her an dağılmakta olan

Etkinlikler

Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Aslan Halkı</i> : Murry Hope	12 TL
<i>Bir Yaşamınz Daha Olsa</i> : Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl	15 TL
<i>Cesur Ruhlar</i> : Robert Schwartz	18 TL
<i>Çılgın Sarkaç</i> : Itzhak Bentov	18 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>Gökşel ve Yersel Işıklar</i> : Wilton Kullmann	10 TL
<i>Hiçlik Denen Yer</i> : Zeynep Camat	14 TL
<i>İçten Dışa Değişim Teknikleri</i> : U. Markham	11 TL
<i>İşığın Elleri</i> : Barbara Ann Brennan	23 TL
<i>Kainatın Masalı</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>Kızıldevli Bilgeligi</i> : Timothy Frecke	11 TL
<i>Küçük mucizeler</i> : Judith Leventhal	11 TL
<i>Koruyucu Meleğiniz Konuşuyor</i> : Jonathan Cainer	12 TL
<i>Koşulsuz Mutluluk</i> : H. R. Cushnir	12 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>SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı</i>	
<i>Kurmak</i> : D. Zohar—Dr. I. Marshall	19 TL
<i>Strese Son!</i> : Alix Kırsta	20 TL
<i>Tui Na Çocuk Masajı</i> : M. Mercati	18,5 TL
<i>Zararlı Işıklardan Korunma</i> : W. Kullmann	11 TL



Ege Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Alexander Tekniği</i> : Jonathan Drake	17 TL
<i>Batık Kata Mu'nun Çocukları</i> : James Churchward	17 TL
<i>Beethoven ve Ruhsal Yol</i> : David Tame	16 TL
<i>Bilinmeyen Jung</i> : Stephan A. Hoeller	15 TL
<i>Bitmemiş Senfoniler</i> : Rosemary Brown	12 TL
<i>Çocuklara Öz Saygı ve Değerleri Öğretmenin</i>	
<i>100 Yolu</i> : D. Loomans—J. Loomans	19 TL
<i>Frodo'nun Arayışı</i> : Robert Ellwood	15 TL
<i>Geleceğe Ait Kütle Rüyalari</i> : H. Wambach	16 TL
<i>Geleceğin Psikolojisi</i> : Stanislav Grof	18 TL
<i>İngelenimin İyileştirici Gücü</i> : M. L. Rossman	16 TL
<i>İnsiyeler İçin Astroloji</i> : Papus	10 TL
<i>İyileşmenin Şıması</i> : Dr. Edward-C. Whitmont	16 TL
<i>Kabile Geri Dönüşü</i> : Janet Cunningham	15 TL
<i>Kalbin Dili</i> : Dr. Paula M. Reeves	15 TL
<i>Kaos</i> : John Briggs—F. David Peat	15 TL
<i>Kayıp Kata Mu</i> : James Churchward	19 TL
<i>Kendi Kendine Telkin</i> : Emile Coue	14 TL
<i>Kutsal Evrim</i> : Edouard Schure	15 TL
<i>Masal Dağı'nın Sırrı</i> : Gündüz Öğüt	10 TL
<i>Mısır'da Ölümlü Sonrası Fikri</i> : W. Budge	12 TL
<i>Mısırlıların Kökeni</i> : A. Le Plongeon	14 TL
<i>Nehrin İki Yakası</i> : Gündüz Öğüt	12 TL
<i>New Age (Yeni Çağ)</i> : Lorna St. Aubyn	10 TL
<i>Perilerin Gerçek Dünyası</i> : Dora Van Gelder	12 TL
<i>Psikoyolculuk</i> : John Perkins	10 TL
<i>Psirik Arkeoloji</i> : Stephan A. Schwartz	16 TL
<i>Psirik Korunma</i> : Fadime Emir	15 TL
<i>Psirik Şifacılık</i> : Alfred Stelter	18 TL
<i>Ruhların Kaderi</i> : Michael Newton	22 TL
<i>Ruhların Yolculuğu</i> : Michael Newton	18 TL
<i>Ruhsal Şifa</i> : Dora Kunz	16 TL
<i>Rüyalarınızdan Yararlanın</i> : G. Öğüt	14 TL
<i>Sağlık İçin Enerji Çalışmaları</i> : F. Sills	15 TL
<i>Sorumluluk Sahibi İnsanlar</i>	
<i>İçin Öneriler</i> : P. Brunton	10 TL
<i>Safağı Getirenler</i> : Gündüz Öğüt	12 TL
<i>Şakvalar ve Enerji Alanları</i> : D. G. Kunz	15 TL
<i>Tüm Yönleriyle Reiki</i> : Walter Lübeck,	
<i>Frank Arjava Petter, William Lee Rand</i>	17 TL
<i>Uyanış</i> : Charles T. Tart	18 TL
<i>Yanıbaşımızdaki Bilgelik</i>	
<i>Dr. Rachel Naomi Remen</i>	15 TL
<i>Yeni Bir Yaşam Bilimi</i> : R. Sheldrake	17 TL
<i>Yönlendirmeli Gevşeme Uygulaması</i>	
<i>Audio CD</i> : Reşat Güner	15 TL
<i>Zamanda Yolculuk</i> : J. H. Brennan	12 TL
<i>Zihinsel ve Bedensel</i>	
<i>Gevşeme Teknikleri</i> : Reşat Güner	13 TL

Kozmos Yayınları Fiyat Listesi

<i>Sakin Zihne Ulaşmak</i> : Robert Ellwood	10 TL
<i>Güç Noktalarınızı Keşfedin</i> : K. S. Davis	10 TL
<i>Kendi Kendine Gevşeme</i> : Karl O. Steober	10 TL

Seçtiğiniz kitapları web sitemizden sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com



Akasik Kayıtlar

Rudolf Steiner

Okunduğunda insanı şaşkınlığa sürükleyecek olan bu kitap, bizi yakın geçmişten uzak geçmişe doğru spiritüel bir yolculuğa çıkarıyor.

Bu, kitap olmaktan çok, "Spiritüel bir Plan", geçmişin kayıtları, geleceğin planıdır. Bilimsel dünyanın basamaklarını çıkacak olan okuyucu, Dünya'mızın popülasyonunda meydana gelmiş olan değişimleri anlayabileceği bir kapıyı da aralayacak.

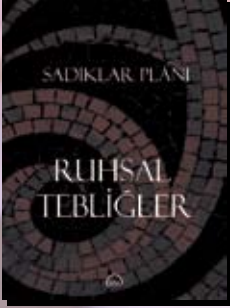
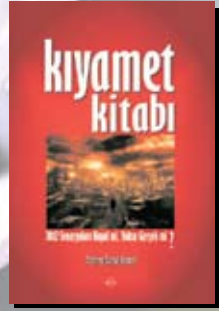
272 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları

Kıyamet Kitabı

Zeynep Zahal Camat

Doğasında şiddet ve acımasızlık olan bir evrende yaşadığımızı ve er ya da geç kozmik bir felakete maruz kalacağımızı biliyor muydunuz? Sakin bir üyesi olduğumuz bu cadı kazanında galaksilerin çarpışması, yıldızların patlaması, karadeliklerin ağlarına düşen ne varsa yutması, göktaşlarıyla kuyruklu yıldızların gezegenlere çarpması doğal döngünün parçalarıdır. Yani Dünya'mızın, cehennemin kapılarını ardına kadar açmaya yetecek ve insanoğlu için kesinlikle ölümcül olacak bu kozmik olaylardan herhangi biriyle eninde sonunda karşı karşıya gelmesi kaçınılmazdır.

260 sayfa, Meta Yayınları



Sadıklar Planı - Ruhsal Tebliğler

Ruhsal tebliğlerden meydana gelen bu külliyyat, kendilerini Sadıklar Planı adı ile tanıtan, çok buutlu Ruhsal Vazifeliler Birliği tarafından, insanların gelişimi için tebliğ edilmiştir. Göksel-ruhsal eğitim süreklidir. Her zaman ve mekanın icaplarına göre söylenilip yazdırılan bir bilgi akışı, tekamüle yönelmiş şuurlu ve maksatlı bir tesir akımı ve bilgilendiriş vardır. Ruhsal İdare Mekanizması'nın yere düşen gölgesi Sadıklar Planı'nın aktardığı tebliğler, makul vicdan gerçekliğini insanlara açıklamaktadır.

735 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları

Ruhların Kaderi

Michael Newton

Sizden hiçbir farkı olmayan 67 kişi *Ruhların Kaderi*'nde Dr. Newton'un spiritüel ipnoterapi çalışmaları aracılığıyla hayatlar arası hayatlarına uzanıyorlar. Dr. Newton'un öteleme üzerindeki araştırmaları üzerine yazılmış olan bu çalışma hem konuyla ilk kez karşılaşacaklar için hem de yazarın ilk kitabı *Ruhların Yolculuğu*'nu okumuş olanlar için hazırlanmıştır.

Ege Meta Yayınları

