

RUH ve MADDE

Aralık 2017 Yıl:58 Sayı:695 (KDV Dahil) 8 TL

Tekamülle İmajinasyon Arasındaki İlişki

Dr. Bedri Ruhselman

Gerçeklik Algısı Üzerine

Ash Tiralı

Sezgiyi Eyleme Dökmek

Martin L. Rossman

Zihin-Beden Kontrolü

M. Reşat Güner

ISSN 1302-0676



95

9 771 302 0670 15

İlâhî Nizam ve Kâinat ONLINE KAVRAM ÇALIŞMASI

Başlama tarihi:
7 Ocak 2018
Pazartesi
21:00'dan itibaren

Her Pazartesi
akşam



Varlık
Tekamül
Vicdan
Tesirler
Madde ve Ruh İlişkisi
İcaplar
Değer Farklanması
Düalite

Şuur, Şuurdışı, Şuuraltı, Şuurüstü, Şuur Ötesi
Rüya ve Uyku Mekanizmaları

Medyumluk
Obsesyon

Ölüm ve Ötesi
Realiteler

Kader Mekanizması

Zaman, Asli Zaman, Zaman Mekanizması
Devre Sonu ve Gelecekle İlgili Beklenenler
Yarı Süptil Madde

Sevgi Planı
Vazife Planı

KAYIT
VE BİLGİ İÇİN:

ilahinizamvekainatonline@gmail.com

vb. pek çok kavramın anlatılacağı bu çalışmaya
dünyanın her neresinde olursanız olun

ÜCRETSİZ katılabilir ve kayıtları sonradan da izleyebilirsiniz.

SEVGİLİ OKUYUCULAR

HER BİR bitiş bir başlangıç demektir. Bir basmaktan diğer basmağa çıkma çabasında olan varlık için, her adımın bitiminde bir başka adım daha belirir. Maddeden için tesirin kavuşmasıyla yaşanır ilk hareket, ilk sarılma gerçekleşir. Bünyesinde olanı, cevherinde olanı daha ortaya koyar madde. Çoğalır, değişir, gelişir; tesirle bütün olur... Kendi özünde olanı dönüştürür, o zaman varlığa değerler katar... Varlık ise hizmet ettiği ruha her adımda yaklaşma serüveninin sonsuzluğu içerisinde hiç kavuşulamayan sevgilinin özlemiyle yoluna devam eder, öz bilgisini artırır.

Dünya varlığın serüveninde çok önemli bir mekan. Kader mekanizması, zaman mekanizması ile birlikte çeşitli mizansenler yaratırken varlıklar bunlardan bol bol faydalanıyor. O nedenle de doğumlar engellenemiyor, varlık okul kapanmadan bu sistemin her noktasından faydalanma yarışı içerisinde.

Dünya kendini yenilemek ve yüzyıllardır oluşan enerji birikimini hazmetmek için kendi sürecini yaşarken, meydana gelen olaylar bizleri de her türlü eşkoşmalardan sıyrılmaya itekler görmektedir. Saplandığımız, "ben" ya da "benim" dediğimiz her şeyle gerçek anlamda yüzleşmek durumundayız. Sıkı sıkıya yapıştığımız realitelerimiz her an be an yıkılmakta... Değişim için bu düalite sisteminde dejenerasyon şart görünüyor. Nötr kalarak, gözlemleyerek, üzerimizde çalışarak, vicdanı yükselterek, akıl ile düşünerek ve kalp ile karar vererek ilerlediğimizde sezgilerimiz kılavuzumuzdur. İlahi sistemin hedefine yaklaştığı zamanların bereketini anlamak ve sezmek, idraklenmeye doğru bizi adım adım taşımaktadır. Sezemediğimiz noktalarda ise tam teslimiyet ve iman gerekmektedir.

Yeni yılda, yeni başlangıçlara, yeni çalışmalara doğru hedefler koyuyoruz. *İlâhî Nizam ve Kâinat* kitabındaki kavramları tek tek ele alacağımız, her Pazartesi gerçekleşen ONLINE çalışmalarını ücretsiz takip edebilirsiniz. Bilgi ve idrak paylaştıkça çoğalıyor. İdraklenmek için her çabanın çok kıymetli olduğu zamanlardayız.

Ruh ve Madde

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür
Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

Genel Yayın Yönetmeni
K. Levent KOSOVA

Teknik Sorumlu
Dilek YILMAZ

Çeviri ve Redaksiyon
Yasemin TOKATLI

Grafik Uygulama
Gülşah ÇAPRAK

Kapak
Ferda TULUNTAŞ

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

Baskı
Ayhan Matbaası
Mahmutbey Mah. Devekaldırımı Cad.
Gelinçik Sokak No:6 Kat:3
Bağcılar/İSTANBUL
Tel: (212) 445 32 38
Sertifika No: 22749

ISSN 1302-0676

ARALIK 2017 Sayı: 695 Cilt: 58

Bu dergi **İnsanlığı Birleştiren Bilgiyi Yayma (BİLYAY) Vakfı'nın** bir kuruluşu olan **Bilyay Yayıncılık Eğitim ve Sağlık Hizmetleri Ltd.** tarafından her ay yayımlanmaktadır.

Bilyay Yayıncılık yönetim merkezi:
Hasnun Galip Sokak Pembe Çıkmazı No: 4 Daire: 6
34433 Beyoğlu İstanbul
Telefon 0212.243 18 14 ve 249 34 45
Faks 0212.252 07 18

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

Aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 8 TL
Yurt dışı aylık Ruh ve Madde dergisi ücreti: 10 Euro
Yıllık abonelik ücreti: 100 TL
Öğrenciler için yıllık abonelik ücreti: 75 TL
Yurt dışı yıllık abonelik ücreti: 120 Euro

BİLYAY YAYINCILIK EĞİTİM VE SAĞLIK
HİZMETLERİ LTD. ŞTİ.
Garanti Bankası Galatasaray Şubesi
Hesap No: 68 / 6295165
İBAN: TR61 0006 2000 0680 0006 2951 65

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.bilyayyayincilik.com>
<http://www.bilyayakademi.net>
e-mail: bilyay@bilyay.org.tr
info@bilyayyayincilik.com

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

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

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

İçindekiler

- 4 **Varlık Safhasına Geçiş** Dr. Bedri Ruhselman
İlâhî Nizam ve Kâinat' tan Seçmeler
- 10 **Dokuzuncu Gezegen** Richard Tribou
- 14 **Zihin-Beden Kontrolü** M. Reşat Güner
- 20 **Meditasyonun Zor Görünmesinin Altı Sebebi**
- 24 **Gerçeklik Algısı Üzerine** Aslı TİRALİ
- 26 **Tekamülle İmajinasyon Arasındaki İlişki** Dr. Bedri Ruhselman
- 29 **İlâhî Nizam ve Kâinat Çalıştayı**
HABER
- 30 **Sezgiyi Eyleme Dökmek** Martin L. Rossman
1. Bölüm
- 34 **Gümüş Kartal'ın Öğretisi** Janet Cunningham
- 38 **WCRT6 Regresyon Dünya Kongresi**
Hindistan'da Gerçekleştirildi Tülin Etyemez Schimberg
- 40 **Şuurun Kozmik Oyundaki Rolü** Derleyen: Fadime Emir
- 47 **Etkinlikler**

İLÂHÎ NİZAM VE KÂİNAT'TAN SEÇMELER

Varlık Safhasına Geçiş Devam Bilgiler

*Dr. Bedri Ruhselman
tarafından derlenmiştir.*



BURAYA kadar sözü edilen bütün maddeler, henüz varlık hâline girmemiş durumdadırlar.

Burada şunu belirtmek gerekir ki, artık, yukarıdan beri verilmekte olan bilgileri öğrenmiş olanlar, evrende “canlılık, cansızlık” ifadelerinin de birer lâftan ibaret olduğunu ve bunların esash bir mânâ taşımadıklarını anlamış bulunacaklardır. Maddelerin gerek ilk safhalarda, gerek hidrojen safhasında ruhlar ile olan endirekt ilişkilerinin nizam ve tertipleri, böyle bir canlılık-cansızlık ayrımının yapılmasını mümkün kılmamaktadır. Çünkü evren safhalarının her maddesinde, ruhların maddeler ile o safhanın karakterine ve tekâmül sistemine uygun çeşitli ilişkileri daima mevcuttur. Ve evrende herhangi bir ruhun tekâmülüne yaramayan

madde yoktur. Yâni, geçici veya kalıcı olarak, ruhların hizmetine girmemiş madde durumu yoktur. Özellikle, bu hâl, hidrojen safhasındaki bütün maddeler için çok belirgindir. Bu hizmetin dışında kabul edilecek bir madde, gereksiz ve gayesiz olur. Evrende ise gereksiz hiçbir süreç mevcut değildir.

Şu hâlde, maddelere, ruhlarla bağı olunca “canlı”, olmayınca “cansız” demek gibi düşüncelere saplanmak yersizdir. Çünkü her maddenin geçici veya sürekli olarak bir ruhla bağı vardır. Ancak, maddelerin sürekli olarak bir varlığa bağlanmasına bakıp varlıklara canlı demek istense bile, bu da doğru olmaz. Çünkü varlık safhasından önceki hidrojen atomuna da, varlık safhasına kadar, ruhlar bağlanmış bulunmaktadır. Dolayısıyla, yukarıki bilgilerden sonra maddelerde canlılık-cansızlık ayrımı yapmanın bir mânâsı kalmamaktadır.

*
* *

Henüz varlık safhasına girmemiş ilk hidrojen kademelerinde tatbikat gören ruhlar, bu maddelerde pasif ve mekanik olarak hazırlanırlar.

Bu maddeler, tatbikat görecekt ruhların idaresi altında değildirler. Onlar ancak, yüksek prensiplerin icaplarına göre Üniteiden gelen tesirlerle, evrendeki ilk öğrenci ruhların, madde hareketlerine alıştırmalarını sağlayacak birer zemin olmak üzere kurulmuşlardır.

Buraya kadar, maddelerin gelişimleri ve bu gelişimlere mekanik bir yürüyüşle tâbi olan ruhların durumları hakkında gerekli bilgiler verildi. Şimdi bu maddelerin birer varlık hâline geçişleriyle, ruhların âlemimizdeki

otomatik veya yarı idrakli tekâmül safhalarına geçişleri hakkındaki bilgileri vermeye başlıyoruz.

İlk hidrojen atomu hâline gelmiş olan madde oluşumu, bir ruh tarafından yakalanmıştır. O ruh, o atoma bağlanmıştır. Yalnız, dediğimiz gibi, ona hâkim durumda değildir. Ruh, Aslı Prensipl’le belirlenmiş olan, maddenin nizamı ve tertipli hareketlerinin dışına çıkamaz, onlara uymaya çalışır. Bu ruhta henüz sezgi, hattâ mekanik bir içgüdü bile yoktur. Bu sırada hidrojen atomu, kendisine bağlı bulunan ruhun tekâmülü gayesine yönelik, aslı tesirlerin belirlemiş olduğu yöndeki hareketlerini yapar ve gelişimler kaydederken, ruhun tekâmülüne de hizmet etmiş olur. Bu gelişme sonucunda, hidrojen atomu insanların tanıdığı “H” hâline gelir. Ve sırasıyla, kimyaca bilinen elementler ortaya çıkar. Bu hâl, yukarılara doğru yükselir. Atomun hareketleri karmaşıklaşır. Değerleri bakımından bünyesi zenginleşir. Bünyesinde birtakım gruplaşmalar, toplanmalar, sistemler meydana gelir. Manyetik alan sentezleri daha karışık, daha kompleks hâllere girer. Böylece hidrojen, birçok kademededen geçse geçse, oksijen, fosfor, bakır, gümüş, baryum, plâtin, altın, radyum, uranyum, senturyum hâllerine dönüşür.

Hidrojen atomu böyle geliştikçe, ona bağlı olan ve onun hareketleri ile intibak sağlayan ruh da, mekanik-otomatik bir tempoyla, gayet yavaş olarak tekâmül eder. Ruhun bu tekâmülü arttıkça, maddeler arasındaki ilişkilere ait, diğer deyişle çeşitli hareket kombinezonlarına ait içgüdüsel bâzı davranışlarının da hazırlıkları yapılır.

Nihayet, hidrojen atomu, insanların tanımakta olduğu en yüksek elementlerin kadrosundan taşmaya başlar. Ve onların kolaylıkla yakalayamadıkları, saptayamadıkları birtakım -yüksek enerjileri yayınlamaya başlayan- büyük kombinezonlarla bünyesini zenginleştirir. Bu sırada hem onun bu gelişimine neden olan, hem de tekâmülü ona paralel olarak yürüyen ruhun, madde kombinezonları arasındaki ilişkilere ait ilk davranış içgüdülerinin kazanılması hazırlıkları ilerler. Bütün bunlar, hep aslı tesirlerin -daima ruhların tekâmüllerini hedef tutan- büyük ahengi içinde cereyan eder. Yani, daha önce söylediğimiz gibi, maddenin ortasına inerek atomu amorf ortamın ilkel maddelerinden toplayan aslı tesirler, ruhların tekâmül ihtiyaçlarını, gelişim hâlinde bulunan atoma yansıtır. Ruhun madde ile paralel olarak, daha üst bir safhaya uzanış hazırlıklarını sağlar. Hidrojen atomunun bu gelişim kademesinde, atomun bünyesine gelen tâli tesirler yoktur. Burada, atoma doğrudan doğruya aslı tesirler iner. Aslı tesirler, Üniteiden süzülen ve maddeler ile ruhlara ait bulunan

tesirlerdir. Bu durum, tâ varlık kademelerine kadar devam eder.

Hidrojen atomu, ilk oluşmasından itibaren nihayet öyle bir kademeye gelir ki, orada, çok ince ve karışık madde kombinezonları hâlinde, insanların tanımadıkları, Dünya maddesi üstü birtakım enerjileri yayınlamaya başlar. Atom, bu yüksek ve karmaşık enerjileri yayınlayabilecek gelişim düzeyine geldiği zaman, zaten onun bu düzeye gelmesine Aslı Prensipten muvacehesinde neden olan ruh da, artık maddeler arasındaki ilişkilerin ve hareketlerin içgüdüsel davranışlarına, uzun bir tatbikat devresinden sonra, sahip olabilecek bir tekâmül kademesine ulaşmış bulunur.

İşte Dünya maddesinin en üst sınırlarındaki yüksek hidrojen atomu, öyle kudretli ve karmaşık enerjiler yayınlamaya başlar ki, artık bunlar Dünya maddesinin malı olamaz. Bununla birlikte bu enerjiler de toplu

değil, darmadağın hâlde bulunurlar. Fakat onların bu dağınıklığı ile daha önce sözünü ettiğimiz ilkel ortamdaki amorf maddelerin dağınıklığı arasında muazzam farklar vardır. Öncekiler; şekilsiz, basit, hareketleri çok ilkel ve atalete yakın, kaba maddelerdi. Bunlar ise; çok karmaşık hareketli, bünyeleri karışık, zengin madde kombinezonlarından oluşan, üstün değerli enerjiler hâlinde bulunan, kudretli ve değerli maddelerdir.

Bunların bulunduğu ortama “yarı süptil ortam” deriz. Bu yarı süptil ortam, hem hidrojen atomu altındaki amorf ortamdaki ilk hidrojen atomlarının oluşturduğu astronomik galaksilerden çok daha yüksek ve yepyeni bir âlemin basamağını oluşturan, yüksek enerjilerden kurulu bir tür galaksidir ki; Dünya'nın üstünde bulunan böyle bir yarı süptil ortamın oluşması, Dünya'nın, diğer deyişle

hidrojen âleminin yavaş yavaş üst âleme kayışını ifade eder.

Bu yüksek ve dağınık enerjiler, o yarı süptil âlemin, yani hidrojen âlemi üstü galaksisinin en ilkel ve basit atomlarını oluşturmaktadırlar. İşte bu yarı süptil ortamın ilk atomlarının da gelişmeleriyle, kendilerinden yayınlanmaya başlayan daha yüksek ve dağınık enerjiler, artık bir araya toplanıp bir ruha evrenin sonuna kadar hizmet edebilecek bir varlık hâline girmek kabiliyet ve imkânlarına ulaşmışlardır. Aynen, onlarla birlikte o safhaya kadar tekâmül etmiş olan ruhlar da -daima aslı tesirlerin yardımıyla- bu yüksek fakat dağınık enerjileri bir araya toplayarak onlardan bir varlık meydana getirebilecek kudrete erişmişlerdir.

Bu durum oluşunca, bu dağınık enerjilerden kendisine bir beden kurmak liyakatine ermiş bir ruhun da ruhanî plândan yansıyan tesirlerini içeren aslı tesirler, bu dağınık ve yüksek enerjilerin ortasına inerler. Orada, daha önce açıklamış olduğumuz idrakî bir nokta etrafında bu enerjileri bir araya toplayarak, onlardan bir topluluk meydana





getirirler. Aslî tesirlerde, o safhaya kadar tekâmülünü yapmış olan ruhlara ait tesirler de vardır. Bu tesirler, oluşan varlığa, yâni enerji topluluğuna aslî tesir tarafından yansıtılır ve bağlanır. Böylece, “varlık” dediğimiz o enerji topluluğu; evrenin sonuna kadar o ruhun bütün davranışlarına yansıtıcı olmak ve o davranışların cevaplarını tekrar ona iade etmek üzere hizmete sokulmuş ve evrende ruhun bir timsali, vâsıtası hâline girmiş bulunur.

Böyle, ilk hidrojen kademesinden itibaren gelişip varlık kademesine

geldiği ânda, aslî tesirin maddelere ait olan esasî tesir kısmı, yerini tâli tesirlere terk eder. Ve Ünite'nin sürekli kontrolüne tâbi tutularak büyük organizasyonlar içindeki vazifelilerden veya onların kullandıkları çeşitli kademelerdeki varlıklardan gelen bu tâli tesirlerle, varlık, evrenin sonuna kadar tekâmülüne devam eder. Bu tâli tesirlerin başlamasıyla, varlıkların sınavları, eprövlere, deneyimleri ve gözlemleri de başlamış olur. Ve varlıklar, yepyeni, daha hızlı bir tekâmül sistemine sokulmuş

bulunurlar. Bu safhadan itibaren maddeler, birer varlık hâlinde, tâbi buldukları ruhların hâkimiyetleri ve tâli tesirlerin yardımları altında, o ruhların her hâl ve durumlarına tâbi ve tercüman olarak ve onları evrende ifadelendirerek gelişeceklerdir.

Böylece meydana gelen bir varlık, hizmet ettiği ruhun tekâmülüne ilişkin bütün davranışlarını Aslî Prensibin ışığı altında o kadar mükemmel olarak ifadelendirir ki, artık ona evrende ruhun kendisi imiş gibi de bakılabilir. Bunun içindir ki, kendisinden daha aşağıdaki diğer maddelerin âtl ve amorf yakın hâllerine oranla, ruhun ifadelerini taşıyan aktif durumuna bakılarak, bu varlığa “canlı” sıfatı yüklenmiştir ki; bu da, daha önce söylediğimiz gibi, nisbî bir ifadeden başka bir şey değildir. Çünkü burada “canlı” denilen varlık, aslında, âtl görünen ilk hidrojen atomu maddesinin gelişmiş yüksek kademelerinden başka bir şey değildir; sadece, evrende bir ruhu ifade edebilecek kadar imkânları gelişmiş ve bu sayede de, kendisi, belirli bir ruhun hizmetine tahsis edilmiş bulunmaktadır.

Özetle, insanların henüz tanımadıkları hidrojen atomunun ilk çekirdek, nüve hâli; hidrojen âlemimizi, yâni astronomik vâsıtalarımızla gözlemleyebildiğimiz güneş sistemlerinin, galaksilerin ve bütün astronomik cisimlerin ana maddesini oluşturur. Nihayet, kendiliğinden (Unutulmasın ki, madde, kendiliğinden hiçbir enerji yayınlamaz; bütün bunlar, aslî kaynaklardan gelen tesirlere tâbidir.) birtakım enerjiler yayınlamaya başlar. Burada şunu yine, tekrar

söyleyelim ki, biz hidrojen atomu derken aslâ kimyada bilinen “H” atomunu kastetmiyoruz. Dediğimiz gibi, bu “H” atomu, bizim sözünü ettiğimiz atomdan çok ileri bir gelişim safhasındadır ve ondan bambaşka bir şeydir. Ancak, insanlar ilk atoma hidrojen dedikleri için, biz de ona bağlı kalarak, âlemimizin ilk atomuna hidrojen dedik. Yoksa bu, gerçekten hidrojen atomu değildir.

İşte hidrojen atomunun Dünya’da belirli bir tezahür göstermeyen bu yüksek enerjilerinden, hidrojen âleminin bir kademe üstündeki “yarı süptil ortam” doğar. O ortamda gelişimine devam eden hidrojenin bu yüksek hâl ve şekilleri, yayınladıkları daha üstün enerjilerle, artık maddelerdeki tatbikat düzeylerinin üstüne çıkıp yüksek enerjileri bir araya toplamak liyakatine erişmiş bulunan ruhlara birer tekâmül malzemesi olurlar. Ruhlar -yukarıda söylediğimiz yoldan- bu enerjilerden kendilerine, evren sonuna kadar hizmet edecek birer varlık kurarlar.

Böylece ilk oluşmuş olan varlık, idrak bakımından henüz pek basit ve ilkel durumdadır. Bu varlıkta mevcut olan, ancak mekanik bir içgüdü; onun, hidrojen âleminde geçireceği ebediyet kadar uzun bir gelişim süresi boyunca çok yavaş olarak ilerleyecek ve derece derece, “sezgi-içgüdüler”e, yine uzun zaman sonra sezgilere ve böylece, aralarında büyük zaman mesafeleriyle ayrılan, “sezgi-idrakler”e ve ilkel idraklere dönüşecektir. Ancak insan aşamasına geldikleri zaman, idraklerin yavaş yavaş genişlemesi ve kapsam kazanmaya başlaması mümkün olur. □

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



Dokuzuncu Gezegen

Richard Tribou

Araştırmacılar “Dokuzuncu Gezegen”in olası varoluşuna dair yeni deliller sundu.

NASA'nın Gezegen Bilim Direktörü Jim Green, güneş sistemimizde Pluto'nun ötesinde yeni bir “Dokuzuncu Gezegen”in olasılığına işaret eden *Astronomi Dergisi*'nin 20 Ocak 2016 tarihli bilim makalesini tartışıyor ve bilimsel süreci inceleyerek sizi güneş sistemimizin keşfinde ön sıradaki bir koltuğa davet ediyor.

Eğer güneş sistemimizde bir “Dokuzuncu Gezegen” mevcutsa, bu “Dokuzuncu Gezegen”in mevcut olmaması durumundan çok daha fazlasını açıklar.

Güncel bir NASA raporu, farazî gezegen araştırmasında bilimin ön saflarındaki bir bilim insanının gerçekten de dünyanın 5 ile 20 katı büyüklüğünde bir cismin Neptün'ün ötesinde olduğunu kanıtlanmasına yönelik delillerin giderek biriktiğini düşündüğünü yazdı.

Caltech'deki bir planet astrofizikçi olan Konstantin Batygin “Dokuzuncu Gezegen”in varlığına ilişkin şimdi beş farklı yönden gözlemsel delil mevcut,” dedi. “Eğer bu açıklamayı kaldırıp Dokuzuncu Gezegen'in var olmadığını tahayyül



Richard Tribou, Orlando Sentinel



Bir sanatçının güneş sistemimizin kıyısında duran olası dokuzuncu gezegeni resimlemesi. Neptün'ün yörüngesi, Güneş'in çevresindeki parlak halka olarak gösterilmiş. (ESO/Tom Ruen/nagualdesign)

ederseniz, çözdüğünüzden daha fazla sorun üretmiş olursunuz. Birdenbire beş farklı bilmeceniz olur ve bunları açıklamak için beş farklı teori ileri sürmeniz gerekir.”

2016'da Batygin ve Caltech gökbilimcisi Mike Brown'un dokuzuncu gezegenin var olduğunu ileri süren beş parça delilden üçünü anlatan bir çalışması *Astronomical Journal* da yayınlandı.

Bunların çoğu güneş sistemindeki diğer cisimlerin yerçekimsel etkilerine dayanmakta. Bu beş şey şudur:

Bir: Neptün'ün ötesinde ve yıldızlararası uzaydan önce şimdiye kadar Kuiper Kuşağı Cisimleri olarak bilinen altı cisim bulundu ve hepsi de Güneş çevresinde aynı eliptik yörüngeye sahip.

İki: Bu cisimlerin yörüngeleri Merkür'den Neptün'e sekiz gezegenin

yörünge düzleminden yaklaşık 30 derece sapsmış durumda.

Üç: Farazî dokuzuncu gezegeni içeren bilgisayar simülasyonları uzayda gezegenler düzleminden 90 dereceye kadar sapma gösteren daha uzak cisimlerin olması gerektiği izlenimini verdi ve bilinen beş uzay cismi halihazırda o parametrenin içinde yer alıyor.

Dört: Merkür'den Neptün'de sekiz gezegenin düzlemi de güneşin ekvatorundan 6 derece eğik. Batygin'in lisansüstü öğrencisi Elizabeth Bailey'den ikinci bir makale “Dokuzuncu Gezegen”in son 4,5 milyar yıl içinde bu eğime neden olmuş olabileceğini öne sürüyor.

Beş: Kuiper Kuşağı'nda Güneş yörüngesinde gezegenlerin aksi istikametinde dönen uzak cisimler

Zihin-Beden Kontrolü

M. Reşat Güner



GÜNDELİK yaşamımız içerisinde yaptığımız işlere ve bulunduğumuz ortamlara bağlı olarak kendi içimizde pek çok farklı duygu halleri ve farklı zihinsel durumların içerisine girip çıkıyoruz. Kendi iç dünyamızda belli duygular olarak algıladığımız bu hallerin her birisi bedenimizde belli fiziksel değişikliklerin ortaya çıkmasına sebep oluyor. Yani yaşadığımız her duygu halinin bedenimizde meydana getirmiş olduğu belli bir fiziksel ve kimyasal durum var. Örneğin, her sevindiğimizde ya da mutlu olduğumuzda bedenimizde belli hormonlar salgılanıyor, kan akışı ve kanın kimyası ona göre değişiyor, hücrelerimiz ona göre bir durum içerisine giriyor vs.

Bedenimizde ortaya çıkan bu fiziksel ve kimyasal durumların hepsi de otomatik olarak gelişiyor ve bunların büyük bir bölümü otonom sinir sistemine bağlı işlevlerin sonucu olduğundan bu duruma direkt olarak müdahale edemiyoruz. Zihnimiz ve bedenimiz aslında bir bütün olduğu için bu sistem içerisinde hem zihnimiz bedenimizi hem de bedenimiz zihnimizi sürekli olarak etkiliyor. Ve bazen bu bir döngü halinde bizi kısıyor ve bu döngülerden çıkmak biraz zor olabiliyor. Dahası belli duygular bedenimizde belli kimyasalları ürettiği için belki de zamanla bu kimyasalların bağımlısı haline geliyoruz.

Aslında bu döngülerden kurtulmak ve kendimizi biraz daha iyi hissetmek için yapılabilecek pek çok şey var. Ve bu belki de uğrunda çabalamaya değecek en önemli şeylerden bir tanesi. Çünkü yaşam içerisindeki tüm etkinliğimiz ve başarımız içinde bulunduğumuz hali yönetebilmeye bağlı. Başarılı insanlara baktığımızda ve onların iç yapılarını analiz ettiğimizde hemen hepsinin bir şekilde kendi ruh hallerini yönetmeyi becerdiklerini gözlemliyoruz.

Yoga Ustaları ve Bedensel Hakimiyet

BEDENSEL ve zihinsel fonksiyonları üzerinde büyük bir hakimiyet kurmuş olan yoga ustalarını hepimiz duymuşuzdur. Uzun yıllar çalıştıktan sonra bedenlerine ileri derecede hakim olabilen bu insanlar kalp ritmi ve solunum gibi normalde bilinçli olarak kontrol edemediğimiz sistemleri belli bir dereceye kadar yönetebilirler. Ve istedikleri anda kalp ve solunum ritimlerini ciddi biçimde yavaşlatabilirler. Ayrıca duyguları üzerindeki hakimiyetleri de büyük olduğu için beden kimyasını hızlı bir biçimde değiştirebilirler.

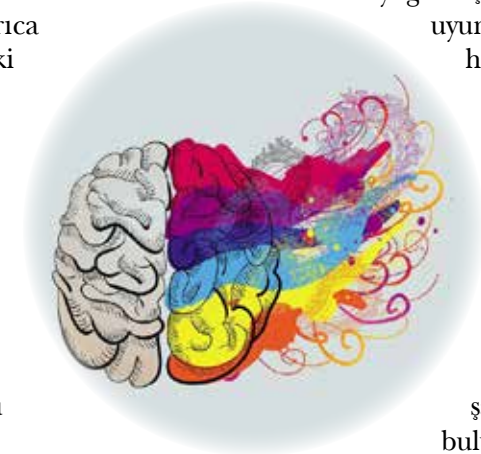
Bu ilk bakışta biraz zor gibi görünmekle birlikte artık çok da zor değil. Çünkü günümüzde gelişen biyofidbek (biofeedback) teknolojileri sayesinde bedensel işlevler üzerinde hakimiyet kurmayı

kısa sürede öğrenmek mümkündür. Bu konudan bahsedeceğim. Şimdi, öncelikle self-regülasyon ya da zihin-beden sistemi üzerinde hakimiyet kazanarak kendini olumlu bir durum içerisine sokmanın yararları üzerinde durmak istiyorum.

Günlük yaşam içerisinde yaşadığımız farklı haller eğer negatif duygulara doğru kayma meyli gösteriyorsa bunun bedenimizde meydana getireceği zararlar da kaçınılmaz oluyor. Stres üzerine yıllardır pek çok araştırmalar yapıldı ve stresli durumlarının beden üzerindeki zararlı etkilerini artık hepimiz çok iyi biliyoruz. Bunu biliyoruz ama bunun için gerekli önlemleri alıyor muyuz? Her zaman değil. Bu yüzden de zaman zaman büyük bir enerji kaybı ile karşı karşıya kalabiliyoruz.

Günümüz Koşullarında Sağlıklı Kalabilmek

GÜNÜMÜZ koşullarında fazla hasar görmeden ayakta kalabilmek ve yoğunlaşan yaşam koşullarına uyum sağlayabilmek için hepimizin yardımcı yöntemlere ihtiyacı var. Şimdi, artık hemen hepimizin kullandığı ve aslında kendisi de stres kaynağı olabilen cep telefonunuzu düşünün. Cep telefonunuzun içinde şarj edilebilir bir pil bulunmakta. Bu pili zaman zaman şarj etmeniz gerekir. Ancak pili gerektiği kadar şarj etmezseniz o zaman giderek daha çabuk



tükenmeye başlar ve pilin performansı giderek düşer. Bedenimizin de zaman zaman dinlenmeye ve şarj olmaya ihtiyacı vardır. Ancak onu yeterli ve kaliteli biçimde şarj etmezseniz kendisini yenileyemez ve böylece ilk başta yorgunluk belirtileri, daha sonra da bazı sağlık sorunları kendisini göstermeye başlar.

Bedenimizin dinlenmesi ve yenilenmesini sağlayan en önemli süreç uykudur. Uyku esnasında bedenimiz dinlenir, iç organlar bakıma çekilir, hücrelerin onarımı hızlanır, kısacası bedenimiz kendisini yenilemeye çalışır. Yeterli ve kaliteli uyku uyumaması durumunda bu çok önemli ve hayati işlevler yerine gelmeyeceği için bedende daha hızlı bir yaşlanma durumu ortaya çıkabilir.

Günümüz yaşam koşullarında yeterli ve kaliteli uyku uyumak giderek biraz daha zor hale gelmekte. Ancak bazı yardımcı yöntemler sayesinde hem daha kaliteli uyku uyumak hem de uyku saatleri haricinde bedeni ve zihni dinlendirmek mümkündür. Hatta bazı yöntemler uykuda olduğundan bile daha iyi bir dinlenme sağlayabilir. Bu yöntemler tahmin edebileceğiniz gibi çeşitli gevşeme ve meditasyon yöntemleridir. Düzenli gevşeme ve meditasyon uygulaması yapan kişiler üzerinde yapılan araştırmalar, bu kişilerin hem bedensel hem de psikolojik açıdan daha sağlıklı olduklarını göstermiştir. Uzun süre düzenli meditasyon uygulaması yapan çeşitli kişiler üzerinde beyin aktivitesini görüntüleyen cihazlarla yapılan araştırmalarda bu kişilerin beyinlerini diğer insanlara göre çok daha verimli bir şekilde kullanabildikleri görülmüştür.

Ahenkli Kalp Ritmi ve Yararları

AYRICA kalp üzerine yapılan araştırmalar da belli türde meditasyon ve gevşeme çalışmalarının kalp sağlığı üzerinde çok yararlı etkileri olduğunu göstermiştir. Özellikle Heartmath Enstitüsünün yürüttüğü araştırmalarda, İngilizce *coherent* olarak adlandırılan ve Türkçeye “ahenkli” olarak çevirebileceğimiz kalp ritminin hem kalp hem de bütün vücut üzerinde çok yararlı etkileri olduğu görülmüştür. “Ahenkli” kalp ritmi kalbin nefes alışla

birlikte hafifçe hızlanıp, nefes verişle birlikte hafifçe yavaşladığı oldukça pürüzsüz bir kalp ritmidir. Bu ritmi elde etmek için hem belli bir biçimde nefes almak hem de bazı pozitif duyguları hissetmek gerekmektedir. Sözü geçen araştırmalarda özellikle sevgi, şefkat ve takdir hisleri gibi pozitif duygular hissedildiğinde kalbin “ahenkli” ritimde attığı görülmüştür. Kalp böyle “ahenkli” bir ritimle attığında bedende stres hormonları azalmakta, beden ve zihin bir yandan sakin kalırken, diğer yandan canlılığını korumaktadır.

Şimdi, esas konumuza gelelim. Peki, self-regülasyon için ya da diğer bir deyişle bedenimizi ve zihnimizi en iyi performans durumuna getirmek için nasıl kontrol edebiliriz?

Biyofidbek Çalışmaları

BUNU yapabilmek için pek çok teknik var, ancak özellikle stres kontrolü açısından en hızlı ve verimli yöntem biyofidbek (biofeedback/ biyolojik geri bildirim) yöntemidir. Biyofidbek, kalp ritmi, deri iletkenliği ya da beyin dalgaları gibi çeşitli vücut



fonksiyonlarını ölçen ve bunların durumuna göre geri bildirim veren cihazların genel adıdır. Biyofidbek cihazlarının self-regülasyon ya da bedensel ve zihinsel kontrol amacıyla kullanılması 1960'lı yıllardan sonra başlamıştır. Nabız atışlarını, beyin dalgalarını ve nefes alış verişini olağandışı biçimde kontrol edebilen bazı insanlar vardır. Özellikle uzun yıllar yoga ve benzer teknikler üzerinde çalışmış bu kişiler normalde bilinçli bir biçimde kontrol altına alınamayan bedensel fonksiyonlar üzerinde olağanüstü bir hakimiyet gösterebilmektedirler. Bunlar kalp atışlarının aşırı derecede yavaşlatılması, beyin dalgalarının uyanık bir durumda deltaya kadar indirilmesi, nefes alış verişinin uzun süre durdurulması, bedenin belli bölümlerinde anestezi meydana getirilmesi vb. durumlardır. Alyce ve Elmer Green adlı iki araştırmacı bu tarz insanları incelemiş ve sonrasında biyofidbek cihazlarını kullanarak bu tarz yeteneklerin sıradan bireylere de kolayca öğretilbildiğini

keşfetmişlerdir. İlerleyen yıllarda, gelişen bilgisayar teknolojisi sayesinde biyofidbek cihazları bilgisayar programlarıyla birleştirilmiş ve böylece biyofidbek cihazlarıyla yönlendirilen çeşitli oyunlar üretilmiştir.

Normal şartlarda belli durumlar içerisinde bedenimizde ne olup bittiğinin farkında olmayız. Herhangi bir gevşeme uygulaması yaptığımızda tam olarak gevşeyip gevşemediğimizi değerlendirmemiz zordur. Ancak bu uygulamaları size geri bildirim veren bir cihazla uygularsanız o zaman gerçekten bedeninizde ne olup bittiğini takip edebilir ve böylece amaçlanan sonucu elde etmeyi öğrenebilirsiniz.

Bunu bir kez öğrendikten sonra sıra bunu yaşam esnasında uygulamaya gelir. Zaten önemli olan da budur. Günlük yaşam içerisinde kendinizi aşırı gerilimlerden korumak ve yaptığımız her şeyi rahat ve sakin bir tavır içinde sürdürmek... Bunu öğrenebildiğiniz zaman gerçekten yaşamınız daha verimli bir hale gelir. □



DUYURU



Metapsişik
Tetkikler
ve İlmî
Araştırmalar
Derneği



İnsanlığı
Birleştiren
Bilgiyi Yayma
Vakfı

BİLYAY VAKFI KONFERANSLARI CANLI YAYINDA!

UZUN YILLARDAN BERİ VAKFİMİZDA GERÇEKLEŞTİRİLMEKTE OLAN
SALI KONFERANSLARININ
İNTERNET ÜZERİNDEN CANLI OLARAK İZLEYEBİLİRSİNİZ.

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

KONFERANSLARIMIZI ARTIK DÜNYANIN HER YERİNDEN

<http://new.livestream.com/bilyay>

BAĞLANTISINI KULLANARAK,
HER SALI TÜRKİYE SAATİYLE 19.30'DA CANLI OLARAK İZLEYEBİLİR,
DİLERSENİZ KAÇIRMIŞ OLDUĞUNUZ KONFERANSLARI DA AYNI
ADRESTEN TAKİP EDEBİLİRSİNİZ.
YAYINLARIMIZ KEŞİNTİSİZ VE REKLAMSIZDIR.

İYİ SEYİRLER!

NOT: YAYINLARIMIZLA İLGİLİ İSTEK, ÖNERİ VE ELEŞTİRİLERİNİZİ
BEKLİYORUZ.

Meditasyonun Zor Görünmesinin Altı Sebebi



TEPELERİN yanında sessiz su akıntılarının orada, Kuzey Galler'de bir meditasyon programı eğitimi veriyorduk. Huzur dolu bir gündü, herkes mutlulukla oturmuştu ve pencerenin dışında bir motosiklet yüksek devirle çalıştığında sabah seansının başlaması için gongu çalmıştık.

Yüksek ve rahatsız edici bir sest, duruyordu ve tekrar başlıyordu; motosiklet sahibi motoru onarıyordu. Bu bize İngiltere kilisesinin çanlarının çalınması hatırlatmıştı ve meditasyon sırasında geriye çekilerek şu soruyu sormuştuk: Çanı nasıl durdurabiliriz? Cevap: Çan haline gelerek!

İngiltere'de yaşlı bir rahip bize bir keresinde binanın yakınında ders verdiğini söylemişti ve yüksek sesli matkap çalışmaya başlamıştı. Şöyle dedi, "Biz matkap haline gelmeliyiz" çünkü meditasyon zihni mutlak sakinliğe zorlamaktadır. Daha ziyade ne çıkarsa onu salıvermektir.

Dışardaki sesleri dinlemek veya zihnimizdeki sesleri dinlemek meditasyonun neden zor görüldüğünün veya meydan okuyucu olmasının iki sebebidir. Uzun süre boyunca bir şey yapmazsak çoğunlukla sıkılırız, on dakika için bile ve eğer onu neden yaptığımız hakkında net değilsek bu böyledir. Ama ya sessizce

oturmak veya nefesimizi takip etmek neden panik, korku veya hatta düşmanlık tetiklesin.

İnsanların meditasyon yapmayı neden zor bulduğunu yıllarca dinledikten sonra, burada sadece birkaç tanesini yayınladık.

1. Çok meşgulüm ve çok gerginim. Bu kesinlikle doğru olabilir, örneğin, yapacak çok işiniz olabilir, küçük çocuklarınız ve tam zamanlı bir işiniz olabilir. Bununla birlikte sadece on dakikadan bahsediyoruz. Bir çoğumuz gazete okumak ve internette sörf yapmak için daha fazla zaman harcamaktayız. Sadece görünüyor ki zamanımız yoktur çünkü zamanımızın çoğunu aktivitelerle dolduruyoruz ve asla dur düşmesine basmayız. Stresin tıbbi bir tedavisi yoktur ama ona yer açarsanız meditasyon en iyi reçetelerden biridir.

Önemli olan nokta sizin meditasyon ile birlikte arkadaşlar kazanmanızdır. Eğer kendinizi meditasyon yapmaya zorunlu hissediyorsanız ve sonra 30 dakikaya söz vermişken sadece 1 dakika yapıp suçlu hissederseniz bunun hiçbir yardımı olmayacaktır.

Meditasyon hayat boyunca bir arkadaş gibidir, destek, ilham ve netliğe ihtiyacınız olduğunda eski bir arkadaşına dönmeniz gibidir.

2. "Zihnim durmadan düşünüyor. Gevşeyemiyorum. Düşüncelerim beni çıldırıyor. Yapamıyorum!" Bu tanıdık mı geldi? Zihnin düşünmesini durdurmak rüzgarın esmesini durdurmaya çalışmak gibidir; imkansızdır. Zihin akrebin soktuğu sarhoş maymun gibidir çünkü maymunun daldan dala atlaması gibi zihinde bir şeyden başka bir şeye zıplar, dikkati dağınıktır ve meşguldür.

Sakince oturduğunuzda ve zihninizi sakinleştirmeye gayret ettiğinizde, bu çılgınca aktivitenin devam ettiğini bulursunuz ve o çılgınca gürültülü görünmektedir. O gerçekte yeni bir şey değildir sadece onun farkına varıyorsunuzdur, onun içine batmışsınızdır, bu gevezeliğin farkında değildiniz.

Zihnin böyle meşgul olması deneyimi çok önemlidir. Yıllardır süren meşgul zihin, dramaları yaratması ve sağlaması, gerilimler ve zihin karışıklıkları ve ben merkezilikten sonra zihin nasıl sakin olabileceği hakkında hiçbir fikre sahip değildir. O dikkatin dağılmasına ve eğlenceye hasrettir. Bir anda zihnin düğmesini kapatamazsınız ama sakinlik deneyimi toplayıcıdır; ne kadar oturursanız zihin o kadar sessiz hale gelir. Zihnizi şaşkıncı, hayal kurarken, geçmiş hatırlarken veya sonrası hakkında planlar kurarken her yakaladığınızda sadece şimdiye, bu ana geri gelin. Başka bir şey değil.

3. Orada çok fazla dikkat dağılması var. Çok gürültülü. Bir mağaraya kapandığımız ve bir süre sonra dışarı çıkıncaya kadar rahatsız edilmediğimiz, aydınlandığımız günler geride kaldı. Bunun yerine, çevremizdeki seslerle





yapamıyorum. Gerçekte meditasyonda başarısız olmak mümkün değildir. Orada doğru veya yanlış yoktur ve orda özel bir teknik yoktur. Deb'in meditasyon öğretmeni ona orda onu uygulayan insan kadar meditasyon şekli olduğunu söyledi. Yapmanız gereken tek şey size neyin uygun olduğunu bulmaktır ve ona devam etmenizdir. Yerde oturabilirsiniz, bir mantrayı tekrar edebilirsiniz veya nazik sevgi geliştirebilirsiniz. Orada birçok varyasyon vardır.

6. O New Age gibi çok garip. New Age'in ebedi mutluluklar vaatlerinde kaybolmak çok kolaydır ama meditasyonun kendisi tepeler, dağlar kadar eskidir. 2500 yıl önce Buda adanmış bir meditasyoncuymdu, zihni sakinleştirmek için sayısız farklı yolları denedi. Ve bu sadece bir örnektir. Her din tema hakkında kendi varyasyonuna sahiptir ve her biri yüzlerce yıl öncesine gider. Yani burada yeni olan bir şey yok ve hiçbir şey garip veya saçma değildir. □

Psychic News'ten çeviren: Burak Erker

ve dünyanın tacizleri ile baş etmek zorundayız. Ama -bu büyük bir amadır- onun tacizine ihtiyacımız yok. Dışarıda arabalar mı gidiyor? İyi. Bırakın gitsinler, sadece onlarla birlikte gitmeyiniz. Aradığınız sessizlik içinizdedir, dışarıda değil.

4. Meseleyi göremiyorum. Dünyanızı buraya getirmelisiniz! Bazı insanlar sadece bir seansta meditasyondan faya sağlarlar, ama birçoğumuz için daha uzun sürer; 1 haftalık veya biraz daha uzun günlük bir uygulamadan sonra farka dikkat edebilirsiniz. Bu sürece güvenmeniz ve devam etmeniz

gerektiği anlamına gelir, hatta faydaları elde etmeden önce. Uzun yıllar boyunca pratik yaptıktan ve öğrettikten sonra, mutlulukla sizi temin ederiz ki buna değer.

Müziğin notalarının düzgün kullanılması için saatlerce zamana ihtiyaç olduğunu hatırlayın, Japonya'da çiçeklerin nasıl düzenleneceğini öğrenmek 12 yıl sürer. Sakin olmak an içinde meydana gelir ama bunun meydana gelmesi için biraz zaman geçer. Sabır kadar uygulamaya ihtiyaç da vardır.

5. Bunda hiç iyi değilim. Asla doğru

Ruh ve Madde Dergisi İstanbul Satış Noktaları

Bayi / Mağaza	Semt	Yakınında bulunan
Gökmen (Hülya Kurt)	Göztepe	Petrol Ofisi İstasyonu
Nihat Koyunoğlu	Kadıköy	Beşiktaş İskelesi
Erkal/Cenk Boztaş	Kadıköy	Eminönü İskelesi
Mephisto	Kadıköy	Postahane
Ergün Sarıaslan	Bakırköy	İDO İskelesi
Kabalıcı Kitabevi	Beşiktaş	Büyük Beşiktaş Çarşısı
Mephisto	Beyoğlu	İnci Pastanesi
Semerkant	Beyoğlu	Erra Goppa
ArkeoPera	Galatasaray	Postahane
Kadir Tuncer	Şişli	Şişli Camii
Nezih Kitabevi		
Remzi Kitabevi		
D&R	İstanbul ve diğer illerdeki 40 şubeyi öğrenmek için lütfen sorunuz.	

Gerçeklik Algısı Üzerine

Ash TIRALI



GERÇEKLIK insanla var olur, algı değişikçe insanın duyumsadığı gerçeklikle değişir, yeniden biçimlenir. Birey, kendi hayatında dışarıdan bir gözlemci olarak da var olmadıkça hayatın içinde benimsediği rolü kavrayamayacak, kendi gerçekliğinin farkına varamayacaktır. Hayatında hem izleyici hem de oyuncu olan insan bir filmin yaratıcısı olduğunda sahneye yansıyan kendi gerçeklikleriyle örülü bir dünyadır. Bu dünya imgelerle, düşlerle, sezgilerle doludur. Sürekli zihni kuşatan hayaller kişinin vaktini çalarken, filmini doldurur. Çünkü 'esas' gerçekliğe ancak gerçek üstü örüntülerle ulaşılabilir.

Fellini'nin çağrışımsal üslubuyla hızlanan film yapısı, Lynch'in psikanalitik yaklaşımlarıyla örülü hikayeciliği, Carlos Saura'nın sahne ve gerçeklik algısı, Gilliam'ın metafiziksel tanımları ve Bunuel'in belleğin sınırlarını sorguluyor oluşu gerçeküstücülüğün kişilere yol gösterici bir araç olduğunu niteler vaziyettedir.

İzleyici, hem seyirci koltuğunda hem de perdede filmin karakteriyle özdeşleşmiş bir konumdadır. Aynı anda hem "ben" hem de "kendi" kavramlarıyla yüzleşen insan gerçek üstü öğeleri şekillenmiş gerçeklikte, esas ve mutlak gerçeği bulmaya çalışır. Bu yönüyle "gerçek dışı" anlamından ziyade "gerçeğin insan algısına yansması" olarak tanımlanan ve buna bağlı olarak deneyi esas alan gerçek üstü yapıya sahip filmler insanı gerçekliğe götüren, bilinç ve bilinçdışını birleştiren köprü işlevini görür.

Böylece kendi hayatında izleyici olmakta zorlanan insan, sinemada izleyici rolünde bulunarak karakterin bir adım önünde tüm resmi gözleme şansına erişir, karakterin gerçekle değil gerçekliğin algılanış şekliyle, anıların ve hayallerin yansımada değil yanılısamasında, duygularının yoğunluğu içinde yüzdüğünün de farkındadır. Karakteri, karakterin haricinde tanımaktır.

Buradaki ayırım, otobiyografik eseri biyografik eserden ayıran noktaya benzer. Biyografik eserin yalnızca gözlemleyen kişi tarafından yazılmış, çizilmiş, oynatılmış olması otobiyografik eserdeki



duygu yoğunluğundan mahrum kalmasına sebep olur, eserin dokusu kişinin varlığını hissettirmez. Hem gözlemci hem de karakter olarak otobiyografik eserde var olan eser başlı başına kimlik kazanır, asıl olan esas gerçek ve kişinin gerçeklikleri kişiye has imgeler ve anlamlar doğurur.

Bu nedenledir ki, Ingmar Bergman'ın hakkında "Film belge olduğu zamanın dışında bir düşür. Bundan dolayı Tarkovsky sinema yönetmenlerinin en büyüğüdür. Düşsel mekanlarda bir uyurgezerin güveniyle hareket eder, hiç açıklama yapmaz. Zaten ne açıklayacaktır ki! Düşlerini bütün iletişim araçlarının en zoru ama bir anlamda en isteklisi aracılığıyla görünür kılabilen bir gözlemcidir o" dediği, filmlerin şairi olarak anılan Andrei Tarkovsky'nin en fazla gerçek üstü öğeye sahip olan filmi kendi otobiyografik eserinin Zerkalo olması asla bir tesadüf değildir.

Nitekim sanatçı kendi varlığına yabancı olmayandır, kendi rolünü tanır

ve dahası, yarattığı eserlerde kendi rolüne dışarıdan bakarak gözlemci olma şansına sahiptir. Esas yaratım burada başlar, başı ve sonuyla belirli bir zaman aralığına sığdırılan filmler, insan hayatının akışına benzetilebilir. Çünkü insan kendi hayatının içinde de film izlerken olduğu gibi hem gözlemci hem de oyuncu konumundadır.

Oyuncu olma sürecinde bilinçaltının oynadığı rolün önemi yadsınamaz. Ancak, kendi rolünden çıkararak kendine gözlemci olabilen insan kendi hayatının da yaratıcılığını sahiplenmiş olur.

Bireyin kendi algısının oluşturduğu gerçekliğin farkına varması; onu hayatının sade izleyicisi ya da kanıksanmış tepkileri veren oyuncusu olmaktan kurtarır. Yeni algı, yeni seçimleri ve gerçekliği doğurarak kişiyi özgür bir yaratım sürecinin içine çeker. Çünkü insan, tüm diğer sanatçılar gibi kendi hayatının yaratıcısıdır ve özgür bir seçim kendi içindeki ikiliği kabul etmesiyle başlar. □

Tekamülle İmajinasyon Arasındaki İlişki

Dr. Bedri Ruhselman



ACABA imajinasyonun gelişimi üzerinde ruhsal tekamülün veya ruh tekamülü üzerinde imajinasyonun geliştirici etkin rolleri var mıdır?.. Yüksek alemlerle temasımız esnasında bu önemli mesele de bizim için ayrıca inceleme konusu olmuştur.

İmajinasyonun irade ile var olduğunu öğrendikten sonra onun ruh tekamülü ile ilgili olduğunu kabul etmek zorunlu olur. Bitkilerde irade olmadığına göre onlar hakkında imajinasyon söz konusu olmayacaktır. Başka bir konuya ait Üstat'ın söylediği bazı sözleri burada da alıntı yapabiliriz: "Bitkiler intihar edemez. Bitkilerde can olmadığını ve iradenin canla başladığını daha önce söylemiştim. Bundan dolayı, onların ölümü dıştan bir kanuna ve iradeye tabi olarak meydana gelir." İmajinatif faaliyetlerle işlerin gerçekleşmesi arasındaki ilişkiyi etüt ederken geçecek olan sözlerle bu tebliği karşılaştırsak bitkilerde imajinasyonun olmadığını sonucuna varırız.

Acaba iradeye sahip olan hayvanlarda imajinasyon yeteneği var mıdır? İmajinasyonun iradesiz olmayacağını öğrendik. Şimdi de imajinasyonsuz iradenin

mevcut olabileceğini göreceğiz. Üstat bir tebliğinde: "İmajinasyonsuz irade mevcut olabilir," diyor. Bundan şunu anlarız ki iradenin mevcut olduğu bir varlıkta mutlaka imajinasyon olması şart değildir. Nitekim Üstat: "Hayvanlarda imajinasyon yoktur," sözyle bu meseleyi açıkça izah etmiş oluyor. Gerçekten hayvanlar iç ve dış sebeplerin ve etkenlerin tesiri altında iradelerini kullanarak istedikleri gibi hareket etmekte serbestirler. Doğada bütün güçler ruh yetilerinin gelişimi oranında kazanılır. Bundan dolayı, hayvanlarda kendiliğinden hareketin görülmesi onlardaki irade yetisinin gelişimine bağlı bir iştir. Nitekim bu yetiden yoksun olan bitkilerde hareket gücü yoktur.

Şu halde, imajinasyon yetisi insan derecesinde başlar. Ve bunun için insanlarda bu yetenin kullanılmasına yarayan yetenekler vardır. Bütün bu sözlerden anlaşılıyor ki dünya varlıklarında irade yetisi imajinasyon yetisinden önce gelişmiştir. İrade hayvanlarda hareket yeteneğini sağlarken imajinasyon da insanlardaki kuruculuk ve yapıcılık güçlerini geliştirir ki bu, insanlarla hayvanlar arasındaki en önemli ayırıcı özelliği oluşturur. Eğer bir örümcek on bin seneden beri ne kadar hesaplı olursa olsun, yapmakta olduğu ağını değiştiremiyorsa bu

yeteneksizliğinin sebebini imajinasyon yokluğunda aramak gerekir.

İmajinasyonu hangi yüksek varlıkta, hangi yüksek yetinin takip edeceğini bilmiyoruz. Fakat iradenin insan üstü bir varlıkta daha yüksek ruh yetilerine katılacağını ve imajinasyonun da irade ile var olduğunu düşünürsek insan üstü varlıkların bir derecesinde imajinasyonu bizim şimdi tahmin etmekten çok uzak bulunduğumuz ruh güçlerini doğurucu daha yüksek yetilerin takip edeceğini söyleyebiliriz. Fakat kendisinin henüz yoksun bulunduğu imajinasyon yetisi nasıl bir hayvanın idrak alanına giremezse, bu yüksek ruh yetileri de onlardan yoksun olan biz insanların idrak alanına öylece giremez.

Fakat imajinasyonun ruh olgunluğu ile orantılı geliştiğini böylece kabul ederken bir noktayı gözden kaçırmamak gerekir: ruhsal varlığın tekamül yolları çok çeşitlidir.

Bu yollardan bazıları onun imajinasyon yetisini, diğeri de başka yetilerini nispeten daha hızlı olarak geliştirebilir. Örneğin, güzel sanatlar üzerinde keşif ve yaratma işlerinde fazla çalışmış olanların bu yetisi, ömrünü bir büroda yazı yazmakla geçirmiş insanlarınkinden şüphesiz daha ileride olması gerekir. Çünkü önceki şekildeki işler ruhun imajinasyon yetisini daha





çok kullanmasını gerektirir. Ruhun herhangi bir yetisi üzerinde fazlaca çaba sarf ederek durması, doğal olarak onun gelişimini gerektirir. Bundan dolayı, bir insanın imajinasyon yetisinin yükseklik derecesi, onun her alanda olgunlaşmış olduğunu göstermez. Üstat'ın aşağıdaki sözleri bu konuda bizi aydınlatır:

“İmajinasyon ruhsal yetenek ve olgunluk ile orantılı olarak gelişir. Ancak olgunluk çeşitli yönlerde gerçekleştiği için imajinasyonun varlığı ve gelişimi ruhsal varlığın her alanda tekamülünü ifade etmez, yani ruhsal varlığın her bakış açısından olgunluğuna imajinasyon yeterli bir ölçüt olamaz. Bundan dolayı, ruhsal varlığın bir tekamül dalını takip etmesi ile imajinasyonun fazlalaşması mümkün olduğu gibi o tekamül dalını takip etmeyen diğer bir ruhsal varlığın imajinasyonundan daha alçak bir seviyede kalması mümkündür.”

Biraz da imajinasyonun ruhsal varlığın tekamülü üzerindeki tesirlerinden söz edelim. Onun bu konuda oynadığı rol büyüktür. İmajinasyon yeteneği insanın tasavvur halinde bulunan düşüncelerini manen ve maddeten uygulama seviyesine çıkarmasına yarar ve bu da ruhsal varlığın etkinliğini artırarak onun tekamülünü gerektirir. Bundan dolayı, imajinasyon yetilerini iyice geliştirmiş olanların ellerinde daha uygun tekamül araçları ve imkanları var demektir. Şu tebliğler bunu gösteriyor:

“İmajinasyonun insan tekamülünde çok büyük rolü vardır. Tekamülde imajinasyonun rolü, tasavvur halinde bulunan ruhsal varlığın düşüncelerini ya manen ya da maddeten uygulama seviyesine çıkarmasıyla ortaya çıkar.” □

Dr. Bedri Ruhselman'ın *Ruh ve Kâinat* eserinin 2. cildinin 384-387. sayfalarından Türkçeleştiren: Neslihan Kosova.

HABER

İlâhî Nizam ve Kâinat Çalıştayı

METAPSIŞİK Tetkikler ve İlmi Araştırmalar Derneği (MTIAD) ve Bilyay Vakfı olarak üyelerimiz ve takipçilerimizden oluşan katılımla 18-19 Kasım tarihlerinde iki günlük bir çalışmayı İstanbul'da gerçekleştirdik. İzmir Ruhsal Araştırmalar Derneği (İRAD) ve Adana Ruhsal Araştırmalar Derneği (ADRAD) üyelerinin de katıldığı bu zengin içerikli çalışmada hem *İlâhî Nizam ve Kâinat* kitabının Nisan 2013'te çıkışıyla birlikte meydana gelen gelişmeleri değerlendirme fırsatı bulduk, hem de enerji çalışmalarına ve pratik uygulamalarla alanımızı güçlendirme fırsatı yakaladık; gelecek dönemlerle ilgili planlamalara yönelik adımlar attık. Fiziksel olarak aramızda bulunsun veya bulunmasın bizi enerjileri ile destekleyen tüm dostlarımıza katkıları için teşekkür ederiz. □



Sezgiyi Eyleme Dökmek

Martin L. Rossman

1. Bölüm



EN ÇOK SEVDİĞİM çizgi filmdeki minik kahraman şunları söyler: “Benim sorunum, sezgilerimle zıvalıklarımı asla ayırt edememem.” İşte bu bölüm de sezgilerle zıvalıkları birbirinden ayırt etmek hakkındadır. Yeni edindiğiniz bilgiler yaşamınızda ne gibi değişikliklere yol açacak? Sezgileriniz değişimin yönünü gösteriyor mu? Sezgileriniz negatif hislerden, fikirlerden ya da tutumlardan kurtulmanızı sağlıyor mu? Yeni bilgiler nedeniyle hayatınızda herhangi bir değişiklik olacak mı? Yeni bilgiler üzerinden hareket etmeyi seçerseniz bir şeyler değişecek mi? Değişecekse o değişimi sağlamak için ne yapmanız gerekiyor?

Sezginizi somutlamak onu bir temele dayandırma sürecidir. Sezginizi bir temele dayandırırken, imgelemenizi alırsınız ve gerçek kılarırsınız. Bu adımı atmadıkça imgeleme süreci yalnızca bir fantezi olarak kalır. Sezginin temellendirilmesi sürecine basit bir örnek verilebilir. Üç insan nefes darlığı şikayetiyle doktora başvurur. Onları muayene eden ve testler uygulayan doktor, her birine akciğerlerinde kronik bir hastalık olan anfizem başlangıcı teşhisi koyar. Bir an önce sigarayı bırakmazlarsa, hastalıkları ciddi boyutlara ulaşacak ve onları sakat bırakacaktır. Sigarayı bırakmaları halinde rahatsızlıkları muhtemelen

ilerlemeyecektir. İlk hasta sigara paketini buruşturup çöp kutusuna atar ve bir daha asla sigara içmez. İkinci hasta sigarayı bırakmaya çalışır, zorlanır ve kötü alışkanlığına geri döner. Ancak yardım için başvurur ve çok çaba sarf eder. Uzun süre sigarayı bırakma programlarına katılır ve yönlendirmeli imgeleme tekniğinden yararlanır. Sonunda sigarayı bırakabilir. Üçüncü hasta sigarayı bırakma konusunda pek kararlı olmayan girişimlerde bulursa da tekrar sigara içmeye başlar. Sağlığına zarar verdiğini bile bile sigara içmeye devam eder.

Bu üç hasta arasındaki fark nedir? Kişiliklerinin, yaşam hikayelerinin ve değişikliklere açık olma niteliklerinin farklı olduğunu söyleyebiliriz. Tavırları doktorun önerilerini ne kadar inandırıcı bulduklarına göre de değişebilir. Ancak esas olarak kendi tercihleridir. İlk iki hasta sigarayı bırakmayı seçmiştir. İlki için basit olmuştur; ikincisi için zor olmuştur; üçüncüsü ise asla o tercihi hayata geçirememiştir ve yanlış bir tercihle sigara içmeyi sürdürmüştür.

Tercih meselesi büyük önem taşır. Her zaman sağlığımızı etkileyecek tercihler yaparız. Ne yiyip ne soluyacağımızdan tutun, kiminle yaşayıp zamanımızı nasıl değerlendireceğimize kadar tüm tercihlerimiz sağlığımızı etkiler. Belki de en temel tercihimiz yaşama bakış açımızdır. Bardağın yarısını boş mu yoksa dolu mu gördüğümüz çok şey ifade eder. Tercihler iradidir ve tercihleri temellendirme işi de iradi bir iştir. “Oxford American Dictionary” iradeyi şöyle tanımlar: “İnsanın karar verebilmesini ve kendisinin ya

da başkasının hareketlerini kontrol edebilmesini sağlayan zihinsel yetidir.”

Psikosentezin öncüsü olan İtalyan psikiyatrist Roberto Assagioli, iradeyi geminin kaptanına benzetir. Kaptan geminin hareketini sağlayan güç kaynağı değildir. Motor ya da yelken değil, dümeni kontrol eden ve gemiyi yönlendiren güçtür. Bu benzetme doğrultusunda imgeleme de pusulaya benzetilebilir. Onunla rotamızı belirleyebilir ve ulaşmak istediğimiz hedefe nasıl ulaşabileceğimizi görebiliriz.

Rotayı belirlediğimizde irade devreye girer ve rotayı değiştirip düzeltmemiz de irade işidir. Yaşamın rüzgarları, gelgitleri ve akıntıları planlarımızla örtüşüğünde, hedefe ulaşmak için dümeni döndürmemiz gerekmez. Ancak yaşamda güvende kalmak için rotamızı değiştirmenin gerekeceği zamanlar da olacaktır. Ulaşmak istediğimiz hedefe, farklı bir rota üzerinden de ulaşabiliriz. Bazen yönümüzü ve hedefimizi tümüyle değiştirmek durumunda kalabiliriz. Yeni bilgiler



üzerinden hareket etmek bazı insanlar için doğal olabilir. Buna karşın kolay anlayıp, anladıklarını etkili bir biçimde eyleme dökemeyenler de çıkabilir. Siz de bunlardan biriyseniz bu bölüm sizin için çok faydalı olacaktır.

Assagioli, *The Act of Will* (İrade Eylemi) adlı kitabında “usta iradeyi” şöyle tanımlar: “Arzulanan sonuçlara mümkün olan en az enerjiyi harcayarak ulaşabilme yeteneğidir.” Bu ustalık basit bir irade gücünden farklıdır, çünkü imgeleme onun temel unsurlarından biridir.

Assagioli, iradeyi kullanmanın altı aşamasından bahseder. Dr. Remen onun modelini fazladan imgeleme aşaması da eklediği bir süreç olarak şekillendirir. Bu bölümde öğreneceğiniz temellendirme yönteminin kaynağı da budur. Temellendirme sürecini birbirini izleyen basamaklar olarak tanımlasam da basamakları tek tek çıkmanız gerekmez. Zaman zaman birkaç basamağı aynı anda çıkabilirsiniz; zaman zaman ise geri dönüp aynı basamağı tekrar çıkmak zorunda kalabilirsiniz. Belirli bir sezgiyi temellendirmeye çalışırken gerçekten de çaresiz kalırsanız, süreci basamak basamak izlemeniz faydalı olabilir.

Sürecimizdeki yedi basamak şunlardır:

- 1) amacınızı açıklığa kavuşturmak;
- 2) olasılıkları gözden geçirmek;
- 3) izleyeceğimiz yolu seçmek;
- 4) tercihinizi doğrulamak;
- 5) eylemlerinizi planlamak;
- 6) planınızı zihinsel olarak canlandırmak;
- 7) planınızı eyleme dökmek.

Sigara içen üç hasta örneğine geri dönelim. Sigarayı hemen bırakabilen ilk hasta, değerlendirme yapmak için çok az zamana ihtiyaç duymuştur. Buna karşılık açık bir tercihte bulunarak tercihini vakit kaybetmeksizin eyleme dökerek doğrulamıştır. Plan yapmakla ya da planı zihninde canlandırmakla uğraşmamıştır. Doğrudan doğruya etkili bir biçimde eyleme geçmiştir.

Gerçekten de sezgisini doğrudan doğruya eyleme dökmüştür. İkinci hasta aynı amacı gütmüştür ancak daha fazla yardıma ihtiyaç duymuştur. Grup olarak ve bireysel bazda çeşitli destek türlerinden yararlanmadan önce ve de sonra uzun değerlendirmeler yapmıştır. Tercih yapması ve tercihini doğrulaması çok güç olmuştur. Birçok kez başarısızlığa uğrasa da

rotasını değiştirmemiştir. Sigarayı bırakma stratejileri geliştirirken çok fazla zaman harcamıştır. Planlarını zihninde canlandırma ve doğrulama ihtiyacı duymuştur. Sigarayı bırakmak için mücadele vermiştir. Kendisine bu yolda destek sunan ya da engel olan faktörleri gözden geçirmiştir. Tercihini defalarca doğruladıktan ve uzun süre özen gösterdikten sonra amacına ulaşmıştır. Üçüncü hasta aynı bilgiye ve aynı kaynaklara sahiptir. Buna karşın gerçekte hiçbir zaman sigarayı bırakmaya karar vermemiştir. Asıl amacı kendini yormamak ve değiştirmemektir. Alternatifleri ve destekleri gözden geçirmemiştir, sürece bilinçli bir biçimde dahil olmamıştır. Kuşkusuz tercih yapmamak da bir tercihtir. İradesinin gücü, ölümcül bir hastalığa rağmen sigara içmeyi sürdürmesinde görülebilir.

İrade aşamalarını bir zincirin halkalarına benzeten Assagioli, şunu savunur: “Zincirin kendisi -yani irade- ancak en zayıf halka kadar güçlü olabilir.” Aynı zamanda şunları ekler. “Bu benim gözlemim... irade gerektiren bir işi gerçekleştirirken başarısızlığa uğramanın en temel nedeni insanların çoğu kez şu veya bu basamağı atlamakta güçlük yaşamasıdır... Süreç içerisinde belirli bir noktada tıkanır. Bu yüzden değişik basamakları ve onların fonksiyonları anlamak zayıf halka ya da halkaların güçlendirilmesini sağlayabilir ve kişiye daha çok ustalık kazandırabilir.”

(Devam Edecek)

Kaynak: Yazarın Ege Meta Yayınlarından çıkan *İmgelemenin İyileştirici Gücü* adlı kitaptan alınmıştır.





Gümüş Kartal'ın Öğretisi

Janet Cunningham

Janet Cunningham, regresyon terapisi deneyimlerini topladığı *Kabile Geri Döndü* isimli kitabında, Kızılderili bir geçmiş yaşamında babası Gümüş Kartal ile yaşadıkları deneyimlerin bir kesitini sizlerle paylaşmak istiyoruz:

BİR AZ büyüdükçe, Gümüş Kartal beni her gün, yalnız başıma dolaşmaya götürmeye devam ediyor. Çoğunlukla da eğitilmeye götürüyor. Bazen arkadaşlarım da bir süre için yanımda yürüyebiliyorlar. Bazen de bizden uzaklaşıyorlar veya yapacak başka bir şey buluyorlar. Ama benim için, bundan daha ilginç veya daha heyecanlı başka hiçbir şey yok... Babamın bana öğrettiklerinden daha fazla ilgimi çeken hiçbir şey yok. Zekası, bilgisi, anlayışı ve sevgisinden dolayı büyülenmiş durumdayım... ve tabii, benim de taklit etmeye ve aynısına sahip olmaya bayılacağım, özelliklerinden dolayı.

Onun kalbinin içinde derin bir huzur var ve öyle bir sevgi var ki o kadar geniş bir sevgi ki her şeye ve her insana karşı duyulan bir şefkat bu. Onda, halkının saygı duyduğu, hayran olduğu bir ışıltı var. Evet o reis ama isminden veya unvanından dolayı reis değil... kimliğinden, kişiliğinden dolayı reis o. Işıltısından ve ruhunun gücünden... dolayı reis o.

Bana Büyük Ruh hakkında bilgi veriyor ve benim kendi ruhum hakkında da bilgi veriyor ve bana hep kendi yaşadıklarını öğretiyor. Sözcükleri anlamama ve kavramama yardımcı oluyor, sözcükleri analiz etmeme yardımcı oluyor, daha çok bilgi için iletişim kurmama yardımcı oluyor ama yine de bu adamın ruhu hakkında en çok bilgiyi, onun yaşadıklarından öğreniyorum. Çünkü o gerçekten, öğrettiği gibi yaşıyor.

Her insanın ruhu kalbinin içinde yaşar ve ruh beslenmelidir, desteklenmelidir, sevilmelidir, ilgilenilmelidir... ve özgür bırakılmalıdır. Hepimizin içindeki ruh, bedene kendini ifade etmek için girer ve reisin, kişinin bu ruhu ifade etmesine yardımcı olmak için katkıda bulunması önemlidir. Bu yüzden reisin, o insanın içini görebilmesi gerekir ve reisin, o insanın ne hissettiğini hissedebilmesi gerekir. Böyle yaparak, reis, ruhun kendini ortaya koymasına yardımcı olmuş olur. O ruh savaşçıları, savaşçı doğalarını ifade etmelidirler ve bu becerileri öğrenmek için zamana ihtiyaçları vardır ve bu özelliği ifade etmek için mekan ve fırsata ihtiyaçları vardır.

Bazıları da vardır ki onların ruhlarının annelik, bakım, besleme yanlarını ifade etmeye ihtiyacı vardır ve onlar ruhlarını bu şekilde ifade edebilmek için zamana ve mekana ve teşviğe ve desteğe sahip olmalıdırlar.

Sonra başkaları da var ki onların ruhları, onları doğanın ve bedeninin şifa özellikleriyle bağlantı kurmaya çağırır ve onların da ifade edilebilmesi için bu bilgi konusunda gelişmeye, bunun için de yeterli zamanın, mekanın ve fırsatın verilmesine ihtiyaçları vardır.

Her halükarda, reisin teşviği ve desteği, insan ruhuyla gittikçe daha çok uyum sağladıkça, o insanın ruhunu ifade etmesi üzerinedir. Ruha uyum sağlama sürecinde, insan kalbine başvurur... görmek için kalbine başvurur, hissetmek için kalbine, bilmek için kalbine başvurur.

Bana kalbin içini görmek öğretiyor ve bana başkasının kalbini hissetmek öğretiyor ve bana insanın kalbinin ne dediğini dinlemek ve duymak öğretiyor. Ve ben bunu yapmayı öğrenebilirim, başkalarına spiritüel arayışlarında yardımcı olabilirim. İnsan kendisi için bu spiritüel arayışı bulduğunda, yaşam çizgisi de iyi olur ve ruhuyla uyum içinde olur. Ama iş, insanları ruhlarıyla uyum içinde olmayan bir yöne doğru götürürse o zaman insanda bir uyum eksikliğine neden olur. Eğer bu anlaşılmazsa ve doğru yol bulunmazsa, bu uyum eksikliği ruhu tüketmeye başlar. Mutsuz ruh, zamanla kendini insanda ifade eder; insan mutsuz, öfkeli, üzüntülü, enerjisiz olur. Bu kez beden uyum eksikliğini ifade etmeye başlar, beden mutsuzluğu ifade eder. Bazen beden ağrır, hastalanır, kendi kendinin başına, doğal kazalar getirir. Ve bu şeyler olduğunda, bu şeylerin niçin olduğunun sebeplerini ruhun kendisinde aramaya çalışırız.

Bizim insanlarımız Büyük Ruh'a ve toprağa oldukça uyumludur. Ve bu uyum bizi, kendi ruhumuzla bağlantıya götürür ama yine de bazen, insanın kendi ruhunu bulması için yardım gerekir. Hepimiz birbirimizle bağlantı içindeyiz. Hayvanlar, bitkiler, su, hava, gökyüzü, kayalar, toprak... hepimiz birbirimize bağlıyız. Uyum içinde birbirimizi destekleriz ve ne zaman ki ruhtan bir ayrılma olur, bu ayrılık uyumsuzluğa neden olur. O zaman insanoğlu, yaşam çemberi içinde kesintiye neden olabilir. Kendimizle uyum içinde olmak ve sonra da diğerlerine yardım etmek bizim için ne kadar önemlidir. O zaman çember, toprağı ve hayvanları ve var olan her şeyi desteklemek ve sevmek üzere dışarı doğru açılır, genişler.

Bana söylenenlere göre, bazı insanların ruhlarından ayrı yöne gitmeleri içsel bentlikleriyle uyumsuz duruma gelmeleri, oldukça kolaymış. Ve bu insanların, Büyük Ruh'la olan bağlantılarını –yeniden–

bulmak için kendilerine yardım ederken daha çok yardıma ihtiyaçları vardır çünkü bizim içsel ruhumuzu besleyen Büyük Ruh'tur.

Büyük Ruh her şeyin içindedir. Büyük Ruh sudadır ve otlardadır ve ağaçlardadır ve kuşlardadır. Büyük Ruh her yerde ve her şeyde bulunur. Büyük Ruh'un bilgeliğini şükranla kabullenince, bitkilerde bulunan bilgeliği de şükranla kabullenmeliyiz, hayvanlardaki Büyük Ruh'u şükranla kabullenmeliyiz, topraktaki Büyük Ruh'u şükranla kabullenmeliyiz, kayalar –bütün bunlar insana– öğretiyor. Kayalara değer verdiğimizde onlardan bir şeyler öğreniriz. Hayvanlara değer verdiğimizde onlardan bir şeyler öğreniriz. Bizi ağaca saygı duymaya ve ona hürmet etmeye çağıran bu ağacın içindeki, Büyük Ruh'a olan saygıdır.

İnsan olanın sorumluluğu vardır. Daha büyük bir bilgiyle, daha büyük bir akılla, daha büyük bir sorumluluk gelir. Büyük Ruh'un her şeyde olan varlığını anlamak ve bilmekle birlikte, her şeyde, Büyük Ruh'a hürmet etmek sorumluluğu gelir. Eğer

bir insanın içinde bu saygı noksanlığı varsa, Büyük Ruh'u şükranla kabullenme noksanlığı varsa, Büyük Ruh'un başka yaratılanlardaki varlığından kendisini ayrı tutabilir ve böyle olunca, tahrip edici biri olur çıkar, uyumu tahrip edebilir, yaşam çemberinin desteğini tahrip edebilir ve kendi ruhunun bir parçasını mahvedebilir. Çünkü, bu birbirine olan bağlantı içinde, hepimiz biriz.

Babamın söylediklerini anlıyorum, bir yerde öğrettiği için ama daha da büyük nedeni, söylediklerini yaşadığı için. Onu, diğer yaratılanları dinlerken ve onlara değer verirken ve onlara saygı gösterirken görüyorum. Onun her şeye hürmet etmesini görüyorum. Onu, yeni yaşam bitkilerinin küçük filizlerine sevgi verirken görüyorum. Onun her şeye hürmet ettiğini görüyorum. O kadar güçlü o kadar güçlü bir erkek ama o kadar yumuşak, o kadar yumuşak bir ruh ki! Sanki diğer yaratılanları ne kadar çok dinlerse, o kadar daha akıllı oluyor. Sanki kendisinden ne kadar daha verirse, o

kadar daha güçlü oluyor... Ben çok izliyor ve çok çalışıyor ve çok şey görüyorum. Başka birisinin kalbinde ne hissettiğini hissetmeyi öğreniyorum. Rüzgarlardaki sesleri duymayı öğreniyorum ve daha o kadar çok öğrenecek şey var ki. Büyük Ruh'un beni daha çok, daha çok doldurmasını umuyorum. Bir gün babamın yerini alabileceğimi hissetmiyorum. Ama şimdi bu konuyu düşünmeyeceğim. Şimdilik sadece, öğreneceğim ve Büyük Ruh'la olan bağlantımı koruyacağım ve tüm yaşama ve tüm yaratılanlara hürmet etmeyi öğreneceğim. Anlıyorum ki arzu ettiğimiz ve ihtiyacımız olan barışa ve uyuma sahip olmak için, bu tek yol. İyi bir yaşam bu ve biz ailemizde, kendi Varlığımızda, daha

çok barışa ve daha çok sevgiye ve daha çok uyuma ulaşmaya çalışıyoruz.

Ama zamana ihtiyaç var. Yalnızlığa ihtiyaç var ve içindeki Büyük Ruh'u işitebilmek için sessizliğe ihtiyaç var. Biz çok çalışıyoruz ve anlıyoruz ki sessizlik, yalnız başına geçirdiğin zaman, o sessiz zaman görevimizin bir parçası. Beden göçtüğü zaman, yaşayan ruhtur. Onun için de doldurulması gereken ruhtur, beslenmesi gereken ruhtur, sevilmesi gereken ruhtur. Yaşamaya devam eden ruhtur. İşte bunlar babamın öğretilerinden bazıları. □

Yazarın *Kabile Geri Döndü* (Ege Meta Yayınları) isimli kitabından alınmıştır.

DUYURU

Sevgili Ruh ve Madde Dergisi Okuyucuları,

Ruh ve Madde Yayınları A.Ş. kapanmış olup bundan sonra faaliyetlerini Bilyay Yayıncılık adı altında sürdürecektir. Ruh ve Madde Yayınları isim hakkı ve yayın hakları Bilyay Yayıncılık'a devredilmiştir. Dergimiz, Aralık 2014 itibarı ile Bilyay Yayıncılık tarafından yayınlanmaya başlamış olup, bundan sonraki abonelik işlemlerinize ilgili tüm işlemler Bilyay Yayıncılık tarafından yürütülecektir.

Bu tarih itibarı ile gerek yeni abonelik, gerekse abonelik yenileme ödemelerinizi aşağıda ayrıntıları bulunan banka hesabına yapmanız gerekmektedir. Bilgilerinize sunarız,
Saygılarımızla,

BİLYAY YAYINCILIK EĞİTİM VE SAĞLIK HİZMETLERİ LTD.ŞTİ.

GARANTİ BANKASI

GALATASARAY ŞUBESİ

HESAP NO: 68 / 6295165

İBAN: TR61 0006 2000 0680 0006 2951 65

BİLYAY YAYINCILIK EĞİTİM VE SAĞLIK HİZMETLERİ LTD.ŞTİ.

ADRES: K. Mustafa Çelebi Mah. Hasnun Galip Sokak

Pembe Çıkmazı No:4/6 Beyoğlu- İSTANBUL

TEL: 0212 243 18 14

FAX: 0212 252 07 18



WCRT6 Regresyon Dünya Kongresi Hindistan'da Gerçekleştirildi

Tülin Etyemez Schimberg

ALTINCISI gerçekleşen Regresyon Dünya Kongresi Hindistan'da 11-17 Eylül 2017 tarihleri arasında yapıldı. Dernek üyelerimizden beş kişinin yer aldığı bu kongreye Türkiye'den 25 kişinin katılımı oldu, tüm dünyadan 170'den fazla uzman kongreye eşlik etti.

Amerika'dan Trisha Caetano "Gölge İçinde Yaratıcılığı Bulmak", Diba Ayten Yılmaz (Türkiye) ve Marie-Ginette Rheault (Fransa) "Hastalıkların Psişik Kökenleri", Hans TenDam (Hollanda) "Süptil Levye: Bir Zanaat Ve Yaratıcı Sanat Olarak Regresyon" konulu ön atölyeleri sundular.

Kongrenin birinci gününde Helen Craven (İngiltere) "Sağlıklı, Mutlu Bir İnsan Hayatı Yaratmak İçin Blokajları Çözmek", Athanasios Komianos (Yunanistan) "Kişisel Hazine Sandığı: Yaratıcı Kaynakların Tohumlarını Ekmek ve Günlük Hayatın Bir Parçası Olarak İlhamı Davet Etmek", Elena Ratnichkina (Rusya) "Şamanizm ve Geçmiş Yaşam Terapisi: Vecd Trans Metodu ve Ritüel Postürü", Tülin Etyemez Schimberg (Türkiye) "Kendi Yaşam Yolunu Yaratmak", Marc Van Hecke (Belçika) "Niyetin Gücü ile Regresyon terapisi: Yeni Doğan Bebekler ve Çocuklarla Çalışma Olasılıkları", Prakriti Poddar (Hindistan) "Entegre Ses Terapisi (ISPT): Derin Şifa İçin İyileştirme" sunumlarını yaptılar.

Kongrenin ikinci gününde Marion Boon (Hollanda) "Yaratıcılık Cesareti- Kendi Bireysel Şuurunun En Temeline Geriye Giden Şuurlu Bir Ruhsal Varlık", Juanita Puddifoot (İngiltere) "Diğer Boyutlar, Terapist ve Danışan Arasındaki Giriş Yapan Enerji Alanlarını Anlamak", Ameeta Sanghavi Shah (Hindistan) "NLP ile regresyon, Nefes Çalışması, Algısal Pozisyonlar, Ataların Temizlenmesi ve Paralel Hayat Olasılıkları", Dr. Sunita Patel (Hindistan) "DMT Dansa Harekeleri Terapisi ile İç Çocuk Travmalarının Çözülmesi" sunumlarını yaptılar.

Kongrenin son gününde Aasha V. Warriar (Hindistan) "Labirent- Regresyon ve Şifaya Bir Kapı", Sérgio Werner Baumel (Brazilya) "Progresyon (İleriye Götürme) Kullanarak Yaratıcılığın Açılması - Geçmiş, Şimdi ve Geleceği Enregre Etmek", Andy Tomlinson (İngiltere) "Regresyon Terapisindeki Enerji Teknikleri", Dr. Pavel S. Gyngazov (Russia) "İlk Gebe Kalma Anından Ölüm Sonrasına Kadar Geçmiş Yaşam: Regresyon Terapisindeki Devamlılık Prensipleri", Dr. Natwar Sharma (Hindistan)



"Modern Tıpta Hücre Hafızası ve Hastalıklar İçin Metaforlar; Hücre Nasıl Hatırlar ve Hastalık Nasıl Oluşur", Kim Crosbie (Hollanda) "İnançlar, Çok Yönlü Benlik, Ve Gerçekliğin Yaratımı" konularında atölye çalışmaları düzenlediler. Kongrede ayrıca Alfonso Crosetto (İtalya) manyetik rezonans kullanarak yapılan geçmiş yaşam araştırmalarını aktardığı bir bölüm sundu.

Metapsişik Tetkikler ve İlmi Araştırmalar (MTIAD) Derneği başkanımız Tülin Etyemez Schimberg, *İlahî Nizam ve Kâinat*'ın anlatımlarıyla zenginleştirdiği "Kendi Yaşam Yolunu Yaratmak" adlı sunumunda Dr. Bedri Ruhselman, kader mekanizması, şüura yeni ve farklı bir modelle bakış, bebeğin anne karnında oluşumu sırasında varlığıyla etkileşimi, kader mekanizması, hayat planı, toplumsal plan, asli prensip ve tesirler, hayat planı önündeki engelleri kaldırmak konularını ele aldı. Ayrıca hayat planını oluştururken atasal, sosyal çevre, geçmiş hayatlar, şimdiki yaşam deneyimleri ve ruhsal ailemizden faydalanmak için bir pratik tekniği demo olarak gösterdi ve grup çalışması yaptırdı.

Üç yılda bir düzenlenen kongrenin yedincisi 2020 yılında Hollanda'da gerçekleşecek. □



Şuurun Kozmik Oyundaki Rolü

Derleyen: Fadime Emir



MODERN ŞUUR araştırmaları daimi felsefenin temel ilkelerini destekleyecek türden önemli veriler elde etmiştir. Bu araştırmalar tüm kozmosun temelinde amaçlı bir tasarım bulunduğunu ve tüm varoluşun yüce bir zekayla kaplı olduğunu göstermiştir. Bu yeni keşiflerin ışığında ruhsallık insan yaşamındaki önemli ve haklı bir çaba olarak kabul edilmiştir, çünkü ruhsallık insan ruhunun ve nesnelere evrensel planının önemli bir boyutunu yansıtır. Geçmişin mistik gelenekleri ve manevi felsefeleri, bilim alanında uzunca bir süre önemsenmemiş hatta “akıldışı” ve “bilimdışı” olmakla suçlanmıştır. Bu durum, bilgisizlik ve önyargılar sonucu varılan bir yargıdır. Büyük manevi sistemlerin çoğu, insan ruhunun ve şuurun, yüzyıllar süren derinlemesine araştırılmasının ürünüdür ve birçok açıdan bilimsel araştırmayı andırır.

1960 yılında memleketi Çekoslovakya’dan ABD’ye taşınan ve 40 yıldan fazla bir süredir şuur araştırmaları yapan Stanislav Grof da bu konuda son derece septik çalışmış, bilim titizliği ve mantığı çerçevesinde ortaya koyduğu çarpıcı

keşifler ile Büyük manevi sistemlerin söyleyebilecekleri arasındaki paralellığe çok çarpıcı bir şekilde dikkat çekmiştir.

Tüm manevi sistemler, bedene bağlı günlük şuurun sınırlılığını, bu sınırlılığın ötesine geçmenin mümkün olduğunu söyleyegelmiştir. Bilincin, günlük şuur titreşimlerinden farklı bir skalaya geçtiği an duyular dışı algılama (olağandışı şuur halleri) denilen fenomenle farklı boyutlara ait izlenimler, etkiler, farkındalıklar yaşadığını ifade edegelmişlerdir. Farklı şuur titreşimleri ile birlik- teklik deneyimlerinin de olageldiğini, bu deneyimleri yaşamak için gerekli olan teknik ve metotların bilgisini de kuşaktan kuşağa aktarmışlardır.

Stanislav Grof’un çalışmalarının odağı, günlük şuurun sınırlılığını aşmak ve duyular dışı algılamaların koşut ve içeriklerini araştırmak olmasındır.

Stanislav Grof, olağandışı şuur hallerinin kendi tanımladığı çerçeveye giren görünümüne *holotropik şuur hali* diyor. Holotropik; *bütünlüğe yönelmiş veya bütünlüğe giden* anlamına geliyor. Çünkü Grof, gündelik şuurumuzda tam ve bütün halde olmadığımızı ima eder; “parçalanmış durumdayız ve kendimizi gerçekte olduğumuzun yalnızca ufak bir kısmı sanıyoruz” der.

Holotropik hallerde varoluşun diğer boyutlarına giriş yapılır. Bu boyutlar yoğun ve sarsıcı olabilir. Ancak şuurumuzu kaybetmeyiz ve gündelik gerçeklikle bağımızı koparmayız. Birbirinden çok farklı iki gerçekliği aynı anda yaşarız.

Modern zamanlarda şuur değiştirici tekniklerin yelpazesi oldukça genişlemiştir. Klinik yaklaşımlar arasında şuur değiştirici bitkilerden

elde edilen saf alkaloidler ya da sentetik psikodelikler ile hipnoz, primal terapi, rebirthing ve holotropik nefes çalışması gibi etkin psikoterapi teknikleri vardır. Holotropik hallerin meydana getirilmesinde en yaygın laboratuvar yöntemi duyuşal uyarılardan soyutlanma olmuştur. Bu yöntem duyuşal uyarıların çeşitli derecelerde azaltımına dayanır. İyi bilinen diğer yöntemlerden biri de biyofidbehtir. Bu yöntemde kişinin beyin dalgalarındaki değişimlerle ilgili bilgiler belli şuur hallerine götüren bir rehber olarak kullanılır ve çeşitli akustik ve optik uyarımlarla beyin dalgalarının yönlendirilmesi için birçok özel elektronik aletlerden yararlanır.

Holotropik haller, herhangi bir neden olmadan ve genellikle de insanların iradeleri dışında çeşitli yoğunluk ve sürelerde kendiliğinde de ortaya çıkabilir. Modern psikiyatri mistik ve manevi hallerle psikoti vakaları ayırmadığı için bu halleri deneyimleyenlere genellikle hasta teşhisi konur, hastaneye kaldırılan insan ağır ilaç tedavisine maruz bırakılır. Bu hallerin çoğu aslında psikospiritüel krizler ya da ani olarak ortaya çıkan ruhsal fenomenlerdir. Bu krize giren insanlar gerektiği gibi anlaşılır ve deneyimli insanlar tarafından desteklenilirse bu türden olaylar psikosomatik iyileşme, manevi açılım, olumlu kişilik dönüşümü ve şuur evrimiyle sonuçlanır. İşte tüm bu nedenlerden dolayı Batılı bilim adamları maddeci önyargılarından kurtulup holotropik halleri önyargısız sistemli araştırmaya tabi tutmaya başlamıştır.



Grof, yaşamı boyunca LSD, psilosibin, meskalin, dipropil-triptamin (DPT) ve metil-dioksi-amfetamin gibi maddelerde dört binin üzerindeki psikodelik terapisini bizzat yönetmiş ve çalışma arkadaşlarının yönettiği iki binin üzerinde terapiye katılmıştır. Eşi Christina'yla birlikte otuz binin üzerinde Holotropik solunum seanslarını yönetmişler ve seansa katılan gönüllülerin değişik şuur hallerinde aktardıklarını bilimsel bir disiplinle kayda geçip veri toplamışlardır.

Bu verilerden çıkardıkları sonuca göre; Holotropik haller yaşayıp bununla etkin bir şekilde bütünleşen kimseler “nesnel gerçekliğin” bağımsız sapmalarını temsil eden gerçek dışı dünya görüşleri geliştirmiyor. Onlar üstün kozmik zeka tarafından yaratılmış ve sarmalanmış bir evren vizyonunun çeşitli yönlerini keşfediyorlar. Bu canlı evren, son tahlilde, kendi ruhları ya da şuurlarıyla bir ve aynıdır. Bu içgörüler,

tarih boyunca dünyanın çeşitli bölgelerinde, genellikle de birbirinden bağımsız olarak, sürekli ortaya çıkan geçeklik anlayışına oldukça benzerlik gösterir.

Holotropik hal yaşayanlar, yaşadıkları fenomeni açıklayacak eşsiz bilgileri endüstrileşmiş batı toplumlarının ve bilim adamlarının yaygın olarak kabul ettikleri inanç sistemlerinde ve materyalist yaklaşımlarda bulamamışlardır. Bu nedenle çoğu akli dengelerini sorgulamış veya danışmak için gittikleri ya da iradeleri dışında götürüldükleri zihin sağlığı uzmanları tarafından sorgulanmış ve tatmin edici bir açıklama ile karşılaşmamışlardır. Tüm bunlar insan ve gerçeğin doğasıyla ilgili anlayışımızın acil olarak ve radikal biçimde gözden geçirilmesi gerekliliğini vurgular.

Evren hakkındaki bu yeni görüş tamamlandığında, bilim öncesi gerçeklik anlayışına bir geri dönüş

değil, geçmişle şimdi arasında köprü kuran yaratıcı bir sentez olacaktır. Modern bilimin tüm başarılarını elinde bulunduran ve Batı medeniyetine kaybettiği manevi değerleri yeniden sunan bir dünya görüşü bireysel ve kolektif yaşamlarımızda oldukça etkili olabilir. Holotropik hallerden elde edilen spiritüel deneyimler ve gözlemler, acıyla doğmakta olan bu heyecan verici yeni gerçeklik görüşünün ayrılmaz bir parçası olacaktır.

Modern şuur araştırmalarında karşılaşılan yepyeni şuur hallerini tanımlamak için kullanılan kavramlardan biri de Grof tarafından öne sürülen *Transpersonel* ve *Perinatal* kavramlarıdır. Transpersonel düzeyde bedene ve egoya ait alışılmış kişisel sınırlar aşılır. Dış dünya ve başka gerçeklik boyutlarını kapsayarak insanın benlik duygusunu oldukça genişletir. Örneğin transpersonel deneyimlerin önemli bir kategorisinde diğer insanlar, hayvanlar, bitkiler ve doğa ya da kozmosun çeşitli yönleriyle otantik bir özdeşleşme yaşanır. Transpersonel olgunun diğer bir önemli akımı da İsviçreli psikiyatr Jung tarafından 1959'da *kolektif şuur dışı terimiyle* açıklanmıştır. Jung, kolektif şuur dışında karşılaşılan çeşitli varlık formlarına veya vizyonlara *arşetipler* demiştir ki o, arşetiplerin ruhumuzdaki süreçleri olduğu kadar dünyadaki olayları da yönettiğini öne sürmüştür. Arşetipler mitolojik gerçeklik ve varlık panteonlarıyla, ruhun sonsuz derecede zengin imgelem dünyasının ardındaki yaratıcı güçtür. Holotropik hallerde kolektif şuur dışının içerikleri şuurlu olarak deneyimlenebilir.

Perinatal kavramı, biyolojik doğum sırasında yaşanan, doğum travmasına

bağlı olarak ortaya çıkan yoğun fiziksel his ve duygu deposudur. Bunlar bedenün çeşitli bölgelerindeki yoğun fiziksel acı, boğulma hissi, hayati endişe, ümitsizlik ve yoğun öfke gibi hislerdir. Doğum, ölüm, seks ve şiddet konularına karşılık gelen geniş bir sembolik imge yelpazesi de vardır. Yani birey doğum anında doğum kanalında sıkışma, boynuna kordon dolanması, oksijensiz kalma gibi olumsuz bir durum yaşamışsa, bu süreçte varlığını yaşadığı ruhsal deneyimlerin izleri şuura kaydolur ve bireyi yaşamı boyunca şuuraltından gelen bir endişe, korku gibi nedenlerden dolayı olumsuz etkiler. Birey, hipnoz altında, regresyon denilen uygulamayla şuurunun geriye yani doğum anına kaydırılmasıyla, nedenini bir türlü açıklayamadığı korku ve kaygılarının gerçek nedenini kavrar ve yüzleştiği bu gerçeklik nedeniyle hayatında acı veren bu endişeden kurtulur.

Perinatal ve transpersonel deneyimler ayrıntılı olarak incelendiğinde kişisel insan ruhuyla evrenin geri kalanı arasındaki sınırların kişisel bir yanılsama olduğu ve aşılabileceği görülür. Bu çalışma sonuçta hepimizin tüm varoluşla bir olduğu görüşünü önemli ölçüde destekler. Yani gündelik şuurumuzda nesne olarak algıladığımız





şeyler holotropik hallerde öznel olarak algılanabilir. Dünyanın tüm zaman ve mekanlardaki bütün niteliklerine ek olarak kolektif şuur dışının arketipsel varlıkları ve mitolojik planları gibi başka gerçeklik boyutlarının çeşitli nitelikleri deneyimlenebilir.

Holotropik hallerde biyolojik doğumumuzun aşamalarını, doğum öncesi yaşamımızı, hatta döllenişimizin hücresel bir kaydını bile oldukça ayrıntılı bir biçimde deneyimleyebiliriz. Transpersonel deneyimler yakın veya uzak atalarımızın yaşamlarından anıları çağırabilir ya da irksal veya kolektif şuur dışının gerçekliğine götürebilir. Daha önceki enkarnasyonlarımızla, hatta başka insanlarla, insan

topluluklarıyla, hayvanlar ve bitkilerle, inorganik nesne ve süreçlerle tam şuurlu olarak özdeşleşebiliriz. Bu deneyimler sırasında, evrenin çeşitli yönleriyle ilgili, şu anki günlük şuurumuzla elde edemeyeceğimiz zenginlikte tamamıyla yeni ve doğru bilgiler elde edebiliriz.

Gündelik algılarımızla göremediğimiz bu boyutları yeterli derecede deneyimledikten sonra varlık ve gerçeğin doğasıyla ilgili görüşlerimiz kökten bir değişime uğrar. Bu gerçekliğe göre evren, maddi parçacıkların mekanik bir etkileşimi sonucu evrimleşmiş otonom bir sistem değildir. Evrenin, evrimleşen maddeden ibaret olduğunu söyleyen maddeci bilimin en temel varsayımını ciddiye almak olanaksız hale gelir. Çünkü çalışmalarda ilahi olanı, kutsallığı ya da varoluşun mantık ötesi boyutlarını doğrudan çok yoğun ve ikna edici şekilde deneyimlemiş binlerce insan vardır ve Grof da bu deneyimleri bizzat yaşamış batılı bir bilim adamıdır.

Tüm bu tanımlamalardan sonra otuz yedi yaşında bir psikiyatr olan Robert'in nihai gerçeklik olduğunu düşündüğü ve yirmi dakika süren deneyimine göz atalım.

“Deneyimin başlangıcı oldukça ani ve çarpıcıydı. Gündelik yaşam gerçekliğimi parçalayıp eriten muazzam güçteki kozmik bir yıldırımla çarpıldım. Çevremdeki dünyayla tüm iletişimimi kaybettim; sanki büyüyle ortadan kalkmıştı. Gündelik yaşantım, hayatım ve ismim şuurumun uzak köşelerindeki düşsel imgeler gibi silik bir şekilde yankılandı. Robert... California... ABD... Dünya gezegeni... Bu gerçeklikleri kendime anımsatmak için çok uğraştım, ancak bir anda bir şey ifade etmemeye

başladılar. Daha önceki deneyimlerimde oldukça baskın olan tanrı ve şeytanların arketipsel imgeleri ile mitolojik planlar da yoktu. O andaki tek gerçekliğim, tüm Varoluşu tamamıyla soyut bir şekilde içinde barındırıyor gibi görünen, muazzam orantılarda dönen enerji kitleleriydi. On binlerce güneş kadar parlaktı, ancak gündelik yaşamdaki ışıklara benzemiyordu. Tüm zıtlıkların ötesindeki saf şuur, zeka ve yaratıcı enerjeydi. Sınırlı ve sınırsız, ilahi ve şeytani, korkutucu ve vecd haline sürükleyici, yaratıcı ve yok ediciydi. Tanık olduğum şey için herhangi bir tanım ya da sınıflandırma yoktu. Böylesine bir güç karşısında ayrı bir varlık olduğum hissini taşıyabilmem olanaksızdı. Alışıldık kimliğim parçalandı ve çözüldü; Kaynak'la oldum. Zaman anlamını yitirdi.

Daha sonra, gündelik gerçeklikle yeniden bağlantıya geçerken bu deneyimden sağ çıkacağımı bildiğim bir noktaya ulaştım. Vahyolunan bu şeyin verdiği vecd ve hayranlık haliyle divanda uzanırken çağlar boyunca dünyanın çeşitli bölgelerinde gerçekleşen çarpıcı olayları deneyimliyordum. Daha önceki enkarnasyonlarıma ait sahnelere benziyordu. Çoğu tehlikeli ve acı doluydu. Bu farklı durumlarda acı çekip ölürken, bedenimdeki farklı kas grupları titreyip sallanıyordu. Ancak karmik geçmişim bedenimde tekrarlanırken bu dramalardan bağımsız bir şekilde derin bir mutluluk içerisindeydim. Bundan sonraki birçok gün devam eden meditasyonlarımda bir huzur ve dinginlik haline ulaşmak çok kolay oldu. Bu deneyimin hayatımdaki etkisinin devam edeceğine eminim. Böyle bir deneyim yaşayıp da derin bir şekilde etkilenip değişmemek imkansız.

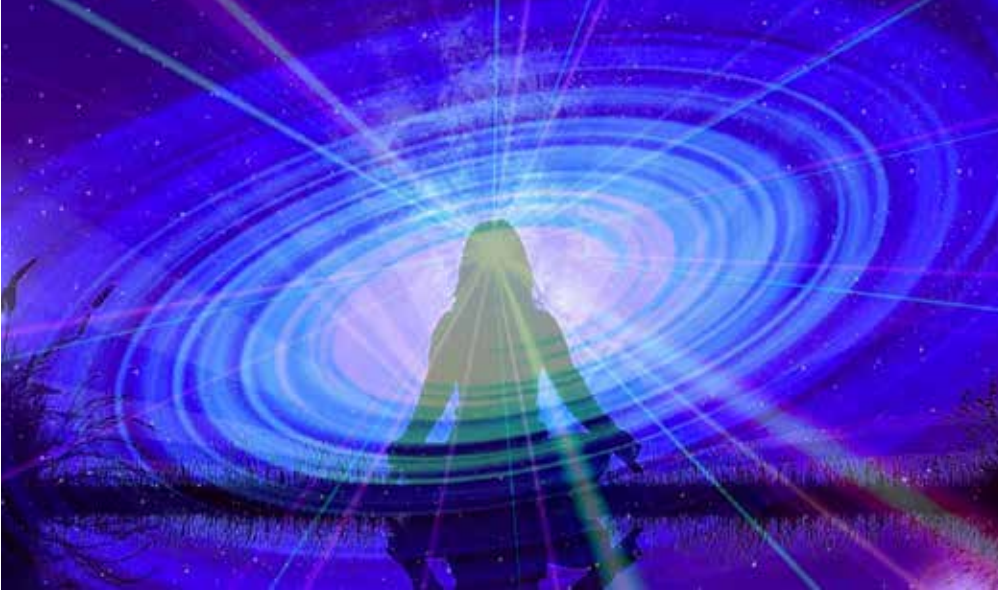
Geriye dönüp de baktığımda *Tibet'in Ölümler Kitabı Bardo Thödol*'a göre ölüm anında beliren Dharmakaya, İlksel Parlak Işık'ı deneyimlediğime inanıyorum.”

Tanrısal ve Yaratılış

HOLOTROPİK şuur halleri, dünyadaki büyük manevi geleneklerin mesajlarını anımsatır ve katı maddi alemin bağımsız bir varlığı olmadığını söyler. Buna göre maddi alem, materyalist bilimin söylediği gibi tek gerçeklik olmayıp Mutlak Şuur'un görünümlerinden biridir.

Bu içgörülerin ışığında, gündelik yaşantımızda kendi bedenimizi de içeren maddi alem, yanlış algılama ve yanlış anlayışımızın karmaşık bir dokusudur. Kozmik yaratıcı ilkenin oyunsu ve kendine özgü ürünüdür. Sonsuz derecede karmaşık bir “sanal gerçeklik”, Mutlak Şuur ve Kozmik Boşluk tarafından yaratılan tanrısal bir oyundur. Birbirinden ayrı sayısız varlık ve elementi içeren evrenimiz aslında muazzam derecede büyük ve hayal edilemeyecek kadar karmaşık tek bir varlıktır.

Bu, holotropik şuur hallerinde keşfedebileceğimiz diğer tüm varoluş boyutları ve planları için de geçerlidir. Bireysel ruh, yaratılışın herhangi bir parçası ve kozmik yaratıcı ilkenin kendisi arasında aslında bir ayırım olmadığı için hepimiz özde yaratılışın tanrısal kaynağıyla biriz. Bu nedenle kolektif ve bireysel olarak hem bu kozmik oyundaki oyun yazarları hem de oyuncularız. Gerçek varlığımız, kozmik yaratıcı ilkeyle bir olduğu için, açlığımızı maddi dünyada peşinden koştuğumuz hiçbir şey gideremez.



Tanrısal kaynakla mistik birlik dışındaki hiçbir deneyim en derin arzumuzu tatmin edemez.

Ruh ve madde arasındaki canlı ilişki Aztek mitolojisinde iki tanrı arasındaki gerilim olarak anlatılır. Maddeyi temsil eden Tezkatlipoka (Dumanlı Ayna) ve ruhu temsil eden Kuetzalkoatl (Tüylü Yılan) arasındaki kozmik dans, Kodeks Borbonikus diye bilinen Aztek yazıtında yer alır. Şuurun yaratılışta faal rol oynadığı anlayışı din, felsefe ve mitolojiyle sınırlı değildir. Modern fizikçilere göre şuurlu gözlem belli olayların olasılığını değiştirir ve bu nedenle maddi gerçekliğin yaratılışına katılır. Fizikçi Fred Alan Wolf kuantum görelilik fiziğinin felsefi ve spiritüel imalarını incelediği konferanslarının birinde şuurun maddi dünyanın yaratılışında oynadığı faal role değinmiş ve maddi dünyanın yaratılışındaki asıl nedenin şuur ve ruhun madde deneyimine olan bağımlılığını olabileceğini ileri sürdü.

Holotropik deneyimi yaşayanlarda şuurun yok olacağı korkusu, şuurdan başka bir şeyin olmadığı görüşüyle tamamıyla yer değiştirir.

Evensel dokuda ayırık şuur birimleri bireyselliklerine ve belirgin farklılıklarına rağmen başka bir düzeyde kaynaklarıyla ve birbirleriyle esas özdeşliklerini korurlar. Aynı anda bütün ve parça olduklarından çelişkili bir doğaları vardır. Parçaların her biri hakkındaki öz bilgi tüm kozmik alana dağılmıştır ve her parça da tüm yaratılışın bilgisine sahip olabilir. Bu bütün parça ilişkisinin kanıtı tranpersonel deneyimlere bakacak olursak en belirgin haliyle insanlarda görülür.

Tranpersonel hallerde kendimizi yaratılışın herhangi bir parçası olduğu kadar yaratıcı ilkenin kendisi olarak da deneyimleyebiliriz. Bu tüm insanlar ve tüm canlılar için de geçerlidir. □

Kaynak: *Kozmik Oyun*, Stanislav Grof, Ege Meta Yayınları.

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI

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

05 ARALIK Aşkın Ruhsal Deneyimlerin Yarattığı Krizleri

Yönetmek..... Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

12 ARALIK Yaşama Neler Katıyoruz..... Cüneyt ÇİLEKAR

19 ARALIK Ölüm ve Ötesi Tümerhan MERAL

26 ARALIK Dünyanın Sonu ve Yeni Başlangıçlar Zümrüt ERKİN

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

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

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

05 ARALIK Kuantum Fiziği ve Bilinç..... Bülent KANTAR

19 ARALIK Spiritüel Çarpıtmalar ve Uyanış..... Fadime ÇELİK

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

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

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

09 ARALIK Aşkın Tarafımızı Nasıl Keşfederiz? Bilgehan MERAL

23 ARALIK Kendini İyileştirme Teknikleri..... Tümerhan MERAL

Yer: Ramazanoğlu Cad. Kutlu Apt. K:1 D:2 01130 ADANA • Tel: (0531) 950 26 52

e-posta: adrad@adrad.org • www.adrad.org

NOT: İSTANBUL'DA SALI KONFERANSLARINA VE DİĞER İLLERDEKİ ETKİNLİKLERE GİRİŞ ÜCRETSİZ VE SERBESTTİR.

GEÇ KALINMAMASI RİCA OLUNUR.

Bilyay Yayıncılık/Ruh ve Madde Yayınları

Fiyat Listesi

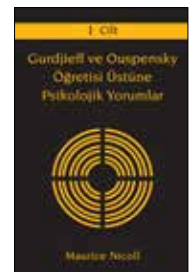
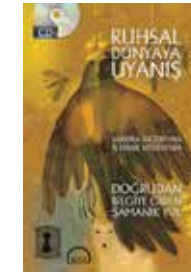
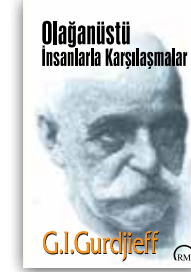
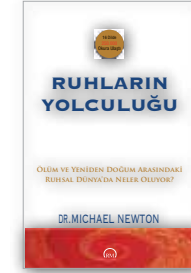
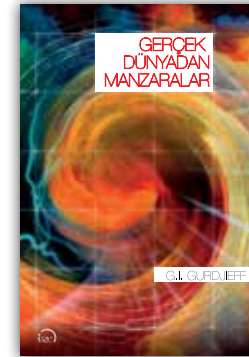
300 Soruda DeneySEL Ruhçuluk:	Ötealeme Geçerken Gördüklerimiz:
Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz.....15 TL	Sir William Barrett.....8 TL
300 Soruda ÖLüm ve Ötesi:	Psşik Korunma: Fadime Çelik.....20 TL
Alparslan Salt.....15 TL	<i>Ruhların Kaderi:</i> Michael Newton.....32 TL
Atalarımızdan Gelen Karmayı Şifalandırmak:	<i>Ruhların Yolculuğu:</i> Michael Newton.....30 TL
Steven D. Farmer.....27 TL	<i>Ruhsal Alemin Işığ:</i> Silver Birch.....10 TL
Başka Yaşamlar, Başka Benlikler:	<i>Ruhsal Alemin Sonsuz imkanları:</i> A. Pauchard.....6 TL
Roger Woolger.....23 TL	<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2:</i> Dr. K. Nowotny...11 TL
Büyük İnişiyeler:	<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3:</i> Dr. K. Nowotny...10 TL
Edouard Schuré.....55 TL	<i>Ruhsal Dünyaya Uyanış:</i>
<i>Çağlar Boyu Uçan Daireler:</i>9 TL	Sandra Ingerman / Hank Wesselman.....30 TL
Çocukların Unutulan Dili:	<i>Ruhun Güçleri:</i> Leon Denis.....8 TL
Lillian Firestone.....17 TL	Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....35 TL
<i>Dinlemenin Zen'i:</i> Rebecca Z. Shafir.....19 TL	<i>Sevinç ve Güzellik Alemleri</i> •Kader Bilmecesi:
<i>Edgar Cayce:</i> Thomas Sugrue.....25 TL	A. Pauchard.....7 TL
Enki'nin Kayıp Kitabı: Zecharia Sitchin28 TL	Şamanik Yolculuk: Sandra Ingerman.....20 TL
<i>Enneadlar:</i> Plotinos.....16 TL	Şamanik Yolun Çalışma Kitabı: Leo Rutherford.24 TL
<i>Eon:</i> Jean E. Charon.....11 TL	Şifa Çemberinden Bakış: Leo Rutherford, Ma.24 TL
<i>Fallar:</i> Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson.....9 TL	Tanrı'nın Eczanesinden Sağlık: Maria Treben.22 TL
<i>Geleceğin Felaketleri:</i> Alparslan Salt.....7,5 TL	<i>Tekrardoğuş 2. Cilt:</i>13 TL
<i>Gerçek Dünyadan Manzaralar:</i>20 TL	<i>Tekrardoğuş 3. Cilt:</i>13 TL
<i>Gerçek Varlık Ruhur:</i> Leon Denis.....8 TL	<i>Tekrardoğuşu Keşfetmek:</i> Hans TenDam.....28 TL
<i>Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne</i>	<i>Umut Habercileri:</i> Paola Giovetti.....12 TL
<i>Psikolojik Yorumlar:</i> 1.Cilt, Maurice Nicoll.....27 TL	Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:
2.Cilt, Maurice Nicoll.....27 TL	John Willner.....22 TL
4.Cilt, Maurice Nicoll.....25 TL	Yaşayan Zaman Ve Zamanın Entegrasyonu:
<i>Günlük Sofroloji:</i> Jean Yves Pecollo.....10 TL	Maurice Nicoll.....18 TL
<i>Güzel Hayatı Yaratmak:</i> Beyaz Kartal.....6 TL	Yeni Çağ Toplumunun ihtiyaçları: J. G. Bennett.....8 TL
<i>Hayatlar Arası Hayat:</i> Michael Newton.....30 TL	
<i>Herkes için Ötealem Rehberi:</i> G.M. Roberts.....13 TL	
<i>Hinduizm:</i> Swami Nikhilananda.....15 TL	
Hint Kökenli Dinlerde Karma İnancının	
<i>Tenasüh inancıyla ilişkisi:</i> Dr. A. i. Yitik.....8 TL	
<i>Işığa Giden Dönüşüm Yolculuğu:</i> Kaia Nightingale.28 TL	
<i>İçsel Gerçeklik:</i> Paul Brunton.....10 TL	
<i>İki Dünya Arasında:</i> F.: Wiedemann.....14 TL	
İlahi Nizam ve Kainat Terimler Sözlüğü:	
Alparslan Salt/Cem Çobanlı.....35 TL	
<i>İsa Keşmir'de mi Öldü?:</i> S. Obermeier.....8 TL	
Kader Sorunu: Leon Denis.....13 TL	
<i>Kutsal Tesirler:</i> J. G. Bennett.....8,5 TL	
<i>Küresellik:</i> Cengiz Çevre.....7 TL	
Olağanüstü İnsanlarla Karşılaşmalar:	
G.I. Gurdjieff.....20 TL	
Ölüm Sonrası: Colin Wilson.....22 TL	

<i>Ruh ve Madde Dergisi (Her ay yayınlanır).....</i>	8 TL
<i>(Yurt dışı abone: Aylık).....</i>	10 EURO
<i>(Yurt dışı abone: Yıllık).....</i>	120 EURO
<i>(Yurt içi abone: Yıllık).....</i>	100 TL
<i>(Yurt içi abone: Yıllık Öğrenci).....</i>	75 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 19.....</i>	10 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 37.....</i>	18 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 38.....</i>	20 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 39.....</i>	22 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 41.....</i>	26 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 42.....</i>	30 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 43.....</i>	34 TL
<i>Ruh ve Madde Dergisi Ciltleri: 44.....</i>	40 TL

Meta Yayınları

Fiyat Listesi

<i>Aslan Halkı: Murry Hope.....</i>	12 TL
Bir Yaşamınız Daha Olsa:	
<i>Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl.....</i>	15 TL
Dikkat: Ruh Eşiniz Çıkabilir!: Janet Cunningham,	
<i>Michael Ranucci.....</i>	12 TL
Diyet ile Romatizma Tedavisi: J. V. Belle.....	11 TL
Dünya'ya Mektup: Elia Wise.....	16 TL
Emmanuel'in Kitabı:	
<i>Judith Stanton, Pat Rodegast.....</i>	18,5 TL
Excido: Aysun Bitir.....	10 TL
Göksel ve Yersel Işımlar: Wilton Kullmann.....	10 TL
İçten Yaşamak: Sri Aurobindo ve Anne.....	13 TL
Kainatın Masalı: Zeynep Zahal Camat.....	14 TL
Kendinizi Güvende Hissedin: William Bloom.....	13 TL
Kıyamet Kitabı: Zeynep Zahal Camat.....	10 TL
Masumiyete Dönüş: J. M. Schwartz.....	16 TL
Mong: Hendrick Vannek.....	10 TL
SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı Kurmak:	
<i>D. Zohar-Dr. I. Marshall.....</i>	19 TL
Strese Son!: Alix Kirsta.....	20 TL
Zararlı Işımlardan Korunma: W. Kullmann.....	11 TL



Seçtiğiniz kitapları web sitemizden %20 indirimle sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com



7.
Baskısı
Çıktı

54 yıldır beklenen kitap

Bedri Ruhselman
tarafından düzenlenmiştir.

• Günümüz Türkçesiyle uyarlanmıştır. •

TÜM BÜYÜK KİTAPÇILARDA ve
VAKFIMIZDA BULABİLİRSİNİZ

www.facebook.com/Mtiad1950

www.facebook.com/thedivineorderandtheuniverse