
S E V G İ L İ OKUYUCULAR

UZAK dediğimiz tarihler her an yanı başımızdadır. O tesiri düşündüğümüzde gelir bizi yakalar, anlama sınırına götürür. Gezegen kendi değişiminde, üzerine düşeni fazlasıyla yerine getiriyor. Doğa yasaları uyandırıcı, şok edici, değiştirici gözlemleri birbiri ardına sunuyor.

Bu gözlemlerin sonunda gidilecek yol, aydınlanıp Ruhsal ve Maddesel Yasalar işbirliği ile tekamül zincirinde aslına sadık olanları, sürekli imtihanlarla yeni eğitimlerden geçiriyor.

Hatırlarsanız geçtiğimiz aylarda doğan bebeğimiz hayata hızla adapte olmuştu. Tabi ki BİLYAY Akademi'den bahsediyoruz. 60 yıllık birikim ve deneyimlerin hızı ile BİLYAY Akademi yoluna devam edecek.

Uluslararası planda yaptığımız çalışmalarda geldiğimiz nokta ruhsal planların organizasyonu açısından mükemmel bir yere oturmuştur. Uzun süreli ilişkilerin semeresini de birlikte yapılan etkinliklerde yaşayıp sentezlediğimizde yeni bir boyut kazanmıştır. Uluslararası projeleri kararlı bir şekilde yürütürken, 12-16 Kasım arası, Londra'daki School of Economic Science'a bağlı Pratik Felsefe Okulunun daveti ile görüşmeler yapmaya İngiltere'ye gittik. BİLYAY ve MTİA'nın bilgilerini ve deneyimlerini aktardık; birleştirici bilgi, Sadıklar Planı, Varlıksal İlkeler, planlar anlayışındaki ruhsal yerimizi anlatıp, ne yapabiliriz üzerine konuştuk; konferans verdik.

Aramızdaki anlayış farklarını kritik ettik. Ve çok az fark olduğunu gördük. Yeni projelerde büyüme ve işbirliği yapmak için yönetim kurullarımız çalışacak ve projeleri belirleyeceğiz.

25 farklı ülkede bulunan okullarıyla Spiritüel bir organizasyon olan Scholl of Economic Science ile aramızdaki ilişkilerin bu noktaya gelmesi dünyadaki birlik fonksiyonlarına duyulan ihtiyacın yansımasıdır.

Bu çalışmalardaki her aşama sizinle paylaşılacak, MTİA ve BİLYAY ailesinin kurumsal olarak gelmiş olduğu görev aşamaları haberdar edilecektir. Anadolu birleştirici misyonunu farklı duraklara ve sorumlu insanlara, ülkelere taşımaya devam edecektir. Bilginin dönüştürücü, birleştirici formu tüm gezegen tarafından fark edilene kadar çalışma sürecektir.

Hiç dinlenmemek üzere çıktığımız bu yolda asla yorulmadığımızı da, kendimizi bildiğimiz anda anlayacağız.

Ne mutlu ruhta genç kalanlara...

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

ARALIK 2009 Sayı: 599 Cilt: 50

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 6200604-4
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-Mucizeler** Ergün Arıkdal
- 9 **Tekamülün Ana Gayesi ve Tekrardoğuş**
Sadıklar Planı'ndan Alıntılar
- 10 **Harika Çocuklar ve Kalıtım** Léon Denis
Birbirini İzleyen Hayatlar
- 15 **Sabır** Varlık: Emmanuel
Akış
- 16 **Tekamül Merhalelerinin Sonsuzluğu** Bedri Ruhselman
- 18 **E.T. Vatikan'ı Aradığında** Marc Kaufman
- 23 **Aşını Arayan İnsan** Tarık Arıkdal
- 27 **BİLYAY Akademi Naturel Festivalinde**
Haber
- 28 **Korku ile Sezgi Arasındaki Farkı Anlamak** Dr. Judith Orloff
- 31 **Anda Yaşayabilmenin Yolları** Pınar Öztürk
- 35 **Tüyap Kitap Fuarına Katıldık**
Haber
- 36 **Bilimde Entropi Kavramı ve Çalışma'da Çaba Kavramı**
Dr. Maurice Nicoll
- 42 **Yaratıcılık Stratejileri** Duygu Güner
1. Bölüm
- 46 **Derin Anı Süreci ve Travmanın Şifa Bulması** Roger J. Woolger
2. Bölüm
- 54 **School of Economic Science ile Görüşmeler** A. Cemal Gürsoy
- 56 **Uzay-Zamanda Olanaklı Bilgi ve Ahlak Bağlantısı** Aytuğ A. Şentürk
Kant'ın Us ve Eylem Kuramı Üstüne Bir İnceleme
1. Bölüm
- 63 **Etkinlikler**

REALİTE

Mucizeler

Ergün Arıkdal

TÜM kutsal kitaplarda "mucizeler" olarak zikredilen bazı olayların gerçekten de meydana gelmiş olduklarını biliyoruz. Fakat gerçekleşmiş olan her mucize içerisinde sembolik bir değer ve anlam taşır mı? Bunu açıklamaya çalışalım:

Mucize, eğer reel olarak meydana gelmişse, sembolik olamaz. Örnek olarak Hz. Musa'yı verebiliriz. En çok mucize gösteren bu peygamberdir sanıyorum. Sistemli bir şekilde etrafındakileri eğitmek için bunları göstermiştir. Onların sembolik olup olmamaları o kadar önemli değildir. Acaba niçin mucize göstermek ihtiyacı doğmuştur? Bu daha önemlidir. İnsanların anlayışlarının, bilgilerinin, kudretlerinin dışında yapamayacakları bir olayın meydana gelmesinin maksadı nedir acaba? Bunun üzerinde düşünmek daha yararlıdır.

"Mucize" sözcüğü "acz" sözcüğünden türetilmiştir. "Acz" demek, insanın kuvvetsiz, kudretsiz hali demektir. Bir şeyi yapamamak halini ifade eder. Mucize de insanı acz içerisinde bırakan şeyler anlamına gelir.

O halde bizim tüm acimizi ortaya koyan her şey bir bakıma mucizedir. Ama dinsel metinler bunu peygamberce işler olarak ele almışlardır. Sanırım, bu devirde mucize olabilecek hiçbir şey mevcut değildir. Çünkü bin yıl önceki insanın tasavvur bile edemeyeceği pek çok değişiklikler aramızda mevcuttur. Nitekim birtakım yenilikler (düşünce ve aletler) ilkel kavimlerde mucize olarak kabul edilir. Bu nedenle, "Beyazlar ilahı," ifadesi ortaya çıkmıştır.

Mucize olayı doğaüstü bir olay değildir. Bizim evrenimizde hiçbir şey olağanüstü değildir. Yalnız, biz her şeyi bilmiyoruz. İşte, bizim bilemediğimiz şeyleri bilen varlıkların yaptıklarına mucize diyoruz. Seyrettiğimiz bir illüzyonist bile bizi hayrette bırakabilir. Oysa yaptığı el çabukluğu ve ışık oyunundan başka bir şey değildir. Aynı olay Musa'nın başına Mısır'da gelmişti. Eskiler "maji" dedikleri gerçek sihir ile meşgul olan insanlara inanır ve güvenirlerdi.



Örneğin, Mısır'da büyük bir rahipler zümresi vardı. Bunlar "maj" adını alan rahiplerdi. Derin bilgileri olan insanlardı. Aynı zamanda psişik kudretleri fazlaydı. Bu insanların Hz. Musa'nın, firavunun yanındaki otoritesini sarsmak için meydana getirdikleri çok büyük olaylar vardır. Demek ki onlar, bugün insanların unutmış oldukları, daha değişik bir mantıkla anlaşılabilen bir bilime sahiptiler. Dini ve tarihi araştırmalar bunu açıkça göstermektedir.

Aynı bilime dayalı olarak yapılmış olan piramitleri biliyorsunuz. Özellikle Gize'deki piramidin yapılışı çok enteresandır. Bugün bile etkisi

devam etmektedir. Kraliçe odasına çıkan koridorda bir oda vardır. Aşağı yukarı bu koridorun boyu 25 m. kadardır. Burada hiçbir organik yapı kokuşmaz. Burası kapalıdır. Ölen her canlı mumyalaşır kalır. Bu, bir bilime göre yapılmıştır. Fakat hala mucize gibidir. Neden orada hiçbir organik yapı çürümüyor? Hava akımı az, soğuk değil, fazla aydınlık değil. Peki bu nasıl oluyor? Bu bizim için mucize mi, değil mi? Artık mucize demiyoruz. Çünkü zihnimizde bizi acz içinde bırakacak birçok problemi halletmişiz. Uydular aracılığıyla konuşuyoruz, telsizleri biliyoruz. Lazer ışınlarıyla çalışıyoruz, uzaydan spektral

analizler yapabiliyoruz, hücrenin içerisine, çekirdeğine kadar girebiliyor, atomları inceleyebiliyoruz. Bunlara benzer birçok konuları halletmişiz. Fakat bu, kafamızın içerisinde bir soru işareti olarak duruyor hala. Birtakım açıklamalar yapılmış ama tatmin edici olmaktan uzak, henüz. Bilemediğimiz için anlayamıyoruz. Anlamak için de tüm ayrıntıları bilmek lazım. Etrafı ile olan ilişkisini, yaptığı fonksiyonu, yapılışı hakkında bilgi edinirsek, konuyu anlamış oluruz.

Mucizeler şu anlamda sembolik bir ifade taşır: Olayın kendisi değil, olayın arkasında olanın hükmünü taşır. Peki bizi acz içerisinde bırakan olayın arkasındaki kimdir? Ne ve nasıl bir kudrettir? Diye sorularımızı sıraladığımız zaman, mucizeyi oluşturan olayın anlamı ortaya çıkar. Olaydan çok, olayın ardındaki kuvvet önemlidir. Bunu anlamak gerek. Anlamak da insanın şuurlanmasına bağlıdır.

Bilgi Liyakate Göredir

HER ŞEY bir ihtiyaç meselesidir. Kuşkusuz, ihtiyaçların en mükemmel olanı "ruhsal evrim ihtiyacıdır". Her varlık dünyaya gelişmek, ruhsal evrimine katkıda bulunmak için gelir. Bu, kozmik bir kanundur. Bundan geri dönüş yoktur. Herkes kendi gayretine, anlayışına göre bir gelişme yolu içindedir. Evren'in her yerinde evrim vardır. Her şey değişip, başkalaşmaktadır.

Bir ipek böceğinin halini düşünün. Bir anne karnındaki ceninin halini düşünün. Her şey aynı şekilde kalmış olsaydı, cenin, cenin olarak kalacaktı.

İpek böceği de kozada kurtçuk olarak kalacaktı. Kelebek olup uçamayacaktı, çocuk doğup, büyüemeyecekti. Demek ki sürekli olarak bir değişme, başkalaşma var. Bu, tekamül için cehit ve gayretten ibarettir. İnsandaki bu melekeler özel bir çalışma ile geliştirilebilir. Yalnız, ruhsal melekeler ile ruhsal gelişim arasında ilişki bulunmaktadır. Sembollerini anlatırken, insanların eline açık bilgi verilmiyor demiştim, gereken olgunlukta olmadan, bazı bilgiler bazı insanlar için tehlikelidir.

Örneğin, bir yol yapan müteahhit düşünün. Adamın birtakım malzemeleri var. Bu arada dinamitleri de var. Bir de 8-10 yaşlarında çocuğu var. Dinamitlerinin bir kısmını evinde saklamak durumundadır. Kendisi dinamitlerin ne olduğunu bilir. Nasıl, nerede kullanılacağını bilir. Şimdi, bu durumdaki bir baba içi dolu dinamit kutusunu çocuğunun eline verebilir mi? Vermemesi gerekir. İşte, bilgi de bunun gibidir. Bazı öyle bilgiler, öyle esaslı şeyler vardır ki, bunlar ehil olmayan bir insanın eline geçtiği zaman zararlı sonuçlar ortaya çıkar. Çünkü o bilgiyi kullanacak kapasitede ve sorumlulukta insan değildir. Daha çocukluk devresini yaşadığı için, ona yetişkin bir insanın anlayacağı bilgi verilmez.

Mitolojide de aynı şey uygulanmıştır. Kutsal kitaplardaki mecazi, benzetimli tabirler onun için kullanılmıştır. Tüm kutsal kitaplarda insan varlığının gelişimi için anahtar bilgiler vardır. İnsan neler yaparsa makbul bir varlık haline gelir? Bunun hakkında kapalı ve açık bilgiler vardır. Fakat ara ki, bulasın! O gözle bakıp anladığımız zaman, o bilgi size hitap eder.

Ruhsal Melekeler

RUHSAL melekeler ile varlığın arasında böyle bir bağıntı vardır. Varlık kendini geliştirdikçe, vicdanına uydukça, aklını vicdanının ışığında kullandıkça, çok büyük, güzel sonuçlar elde eder. Öyleyse gelişmede bizim için en önemli şey "makul vicdan" dediğimiz şeydir. Aklın vicdanla beraber kullanılmasıdır. Vicdan namus demektir. İnsanın kendisine olan saygısıdır. Vicdanının sesine uymayan, kendine ve başkalarına karşı dürüst hareket etmeyen, kendisine ve başkalarına yalan söyleyen insandır. Çünkü kendini aldatan, başkalarını haydi haydi aldatır. Bu da bir ferden dejenere olması demektir. Fertler dejenere olursa, toplum da dejenere olur. Bunları düzeltebilmesi için insanın kendi nefsiyle mücadele etmesi lazımdır. Bunu yapmazsa, sadece

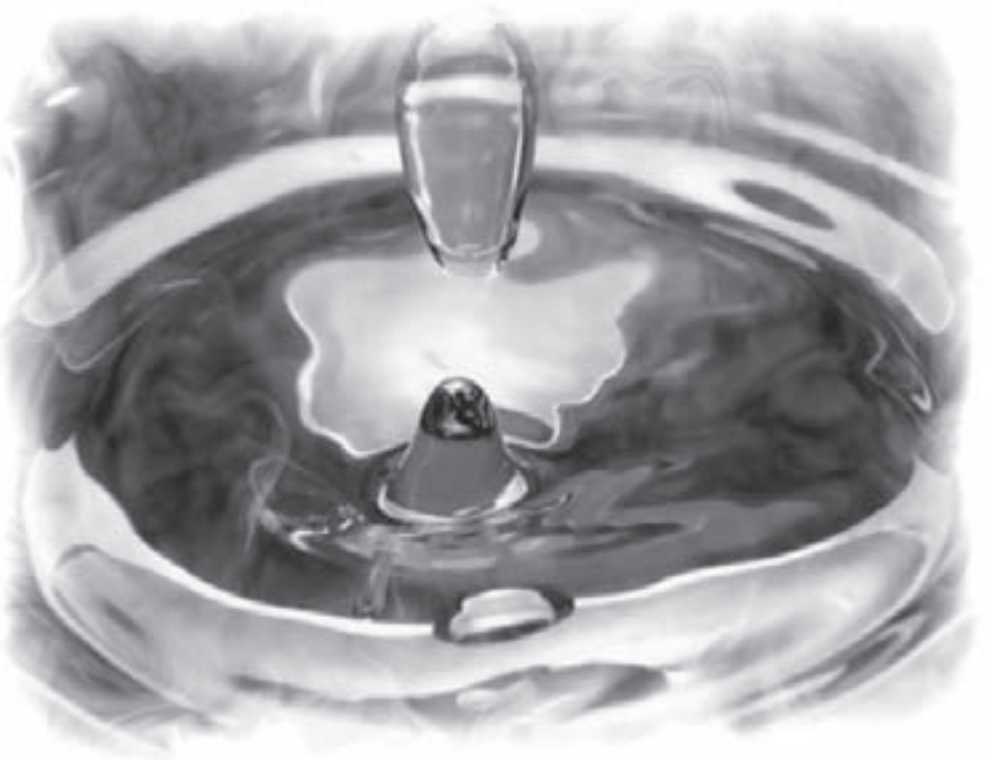
birtakım bilgiler elde edilir, fakat hiçbir şey aşılmaz.

İnsan var, insan var. Şeklen insandır ama içi gelişmemiş, geridir. Çünkü insiyaklarıyla, içgüdüleriyle yaşar. Güdülerinin isteğini yapar. Böylece dış tesirler onu nereye yönlendirirse, oraya gider. Kendiliğinden bir hareketi yoktur. Halbuki o kendini hür zanneder. Bu hal, dünya toplumu için de hiç iç açıcı değildir. Tüm gayri insani davranışların temelinde bunlar yatar. Bir robot gibi yönlendirilmeyle insan bir şey kazanamaz, öğrenemez. Ancak, insanın kendisinin bir şeyler anlaması lazımdır.

İnsanı Yeniden Tanımak

ATALAR ne demiş, "Herkes evinin önünü süpürürse, sokak temiz olur." Siz istediğiniz kadar sokağı temiz





tutmaya çalışın, herkes evinin önüne çöp atarsa, hiçbir zaman temiz olamaz. Yani her hanenin, sokağın temiz tutulması gerektiğini anlaması gerekir. O zaman herhangi bir süpürgeciye ihtiyaç yoktur. Orada başka türlü düzene gerek yoktur. Çünkü artık o düzen kurulmuştur. Aynı şekilde tüm fertler, tüm toplumda kendi ruhsal evrimini ve şuursal gelişmesini sağlayacak cehdi göstermezse, daima bunu dışarıdan beklerse, sonuç ıstırap ve geriliktir.

Yüzlerce insan çalışıyor insanı yeniden tanımak, kaybettiği değerleri yeniden bulmak için; büyük mücadele veriliyor. Biz de bu mücadeleye katılanlardanız. Bu mücadelede muhakkak çok büyük sonuçlar alacağız. İnsanın sırf makine

ve organik varlık olmadığı, sadece içgüdüleriyle yönetilmediği ama yarım yamalak gelişmiş beyni ile de insanın pek kıymetli bir şey olmadığı üzerinde duruyoruz. Diyoruz ki, insan her şeyden önce ruh varlığıdır. Bu beden ancak ruh ile vardır. Ruh olmayınca, bu beden canlı değildir, hiçtir. Ruh olmadan bu beden kendiliğinden yetenekleri yoktur. Bu beden bir şey öğrenemez. Çocuk birden yürüyemez. Emekler, tökezlenir.

Gerçek ruhsal melekelerin ortaya çıkması, bir ruh varlığının kendini bilmesi tekamül etmesine uygundur. Yalnız yanlış yapmayınız, yanlış öğrenmeyiniz. Her şeyi tetkik ediniz, isteyene yardımcı oluruz. Takıldığınız yerde yardımlarımız da mümkündür. Çünkü bu bizim görevimizdir. □

SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

Tekamülün Ana Gayesi ve Tekrardoğuş

Celse: 93, 16.4.1966

CÜRÜK YUMURTALARINIZI, çürük yumurta ile iş yapan yerlerde satın. Acı sularınızı da yine orada... Bu buut ve mekan içerisinde her şeyin sağ ve dirisi vardır. Tekamülün ana gayelerinden biri; her varlığı, içinde yaşamış olduğu buudun kendisine nasip edilen kısmı üzerindeki tasarrufunu temin etmek üzere, bilgi sahibi, tasarruf sahibi, hüner sahibi kılmaktır. Meleket, bu tasarruf, bu hüner ve bu bilginin varlık tarafından iktisabıdır. Yeniden doğuşa gelince, bu, her vakit tekerrür eden bir hadisedir. Nefsin bütün kademelerinden, aklın bütün hünerlerinden ve vicdanın bütün sezgilerinden geçmek, hem ruhi ve şuur hadisesi olarak, hem de bedeni bir yaşama olarak vardır. İnsan hayatı pek çok doğuşludur. Fakat pek az devrelidir. Bir devre, belki on, belki elli enkarnasyonu muhtevidir. Şimdi öyle bir açık kapı önündesiniz ki, eğer elinizdeki oyuncakları, parlak ışıklı aletlerinizi terk edebilirsiniz, sizlere içeride iyi rehberlerin verebileceği iyi kitaplar olacaktır. Bu tarzdaki bilgileri alırsınız, liyakatinizden değil, arz ve ona bağlı, tekamül yönünden, seyyarelerin içinde buldukları bir siklusun icabıdır. Zira hasattan evvel tohum ekilir. Bu kozmik bir hadisedir. Bütün insaniyete aynı derecede tohum verilmektedir. Daha da verilecektir. Ve siz de kendi nehrinizin içerisinde kendi taşlarınızla karşılaşacaksınız. Devrilmeyiniz. □

iktisap: kazanma, edinme.

muhtevi: ihtiva etmiş, içine almış, içinde bulunduran.

seyyare: gezegen, planet.

tekerrür: tekrarlanma. bir daha olma.

BİRBİRİNİ İZLEYEN
HAYATLAR

Harika Çocuklar ve Kalıtım

Léon Denis

DEHANIN bazı vaktinden önce ortaya çıkma (zuhur) halleri, birbirini izleyen hayatlar olgusunun kanıtları olarak kabul edilebileceği kadar, ruh (can) tarafından öncelere ait başka dönemlerde (siklus) yerine getirilmiş çalışmaların bir açıklaması (ifşaat) olarak da kabul edilebilmektedir.

Tarihin söz konusu ettiği bu türden olaylar (fenomen), geçmişle hiçbir bağıntısı ve ilgisi olmayan ve de zamanların ve uzayın sonsuzluğu içinde tesadüfen meydana gelmiş bulunan şeyler değildir. Aksine bunlar, varlığımızda yer tutan hayat örgütleyicisi (organizatör) ilkenin (prensipl), bu dünyaya çalışma ve gelişme dolu bir geçmişle birlikte gelen bir varlık olduğunu ispatlamaktadırlar; bu varlık bu ifadeye göre, birbirini izleyen hayatlar zinciri içinde çizilmiş bir planın ve izlenmiş bir amacın sonucudur.

Her bedenlenme olayı, hayatının yeni baskısını yapan ruhta (can), özel bir kültürün yanı sıra varlığa çalışma kolaylığını ve kavrama gücünü açıklayan zihinsel edinimlerin mevcudiyetine de tanık olmaktadır. Platon (Eflatun) işte, bunun için şöyle demişti: “Öğrenmek demek, tekrar hatırlamak demektir!”

Kalıtım yasası, bireyliğe ait bu türden belirtileri (tecelli) belli bir oranda hayli kösteklemektedir çünkü ruh, zarfını ancak kalıtım tarafından elinin altına verilmiş bulunan öğeler yardımıyla biçimlendirmektedir. Ama maddi güçlülere rağmen, atalarınınkilerle hiçbir ilgisi olmayan, doğrudan ve bilinir bir nedenle ilintilenemeyen ve de materyalistlerin kazüvist* incelikler diye adlandırdıkları kavramla da açıklanamayan çok üstün yeteneklerin bazı varlıklarda en körpe çağlarından itibaren yine de meydana geldiği görülmektedir.

Dört yaşındayken piyanoda bir sonat icra etmiş, sekiz yaşındayken de bir opera bestelemiş olan Mozart, bu konuyla ilgili olarak pek çok kez öne sürülmüştür. Paganini ve Térésa (Tereza) Milanollo, henüz çocuk denilecek yaşta iken

* Vicdan durumlarını inceleyen tanrıbilim kolu uzmanı (Fransızcada casuist).

harika denilecek kadar ustaca viyola çalmaktaydılar. Liszt, Beethoven, Rubinstein on yaşlarındalarken kendilerini alkışlatmışlardır. Michel-Ange (Mikel Anj) ve Salvator Rosa (Roza) doğaçtan söyleme yetenekleriyle birden ünlenmişlerdir. Pascal (Paskal) on iki yaşındayken düzlem geometrisini bulmuş, Rembrandt (Rambrant) da okumayı öğrenmeden önce usta bir ressam gibi çizmeyi başarmıştır.

Napoléon savaşa vaktinden önce elverişli hale gelmekle dikkati çekmiştir. İlk gençlik çağından itibaren, küçük asker oyununu akranları gibi değil, kendine özgü alışılmadık bir metotla oynamıştır.

16. yüzyıl bize birçok dil bilen ve Scaliger tarafından “korkunç dahi” diye adlandırılmış olan Jacques

Chrichton’un (Jak Krikton) anısını armağan etmiştir.

İskoçyalıydı ve on beş yaşındayken Latince, Yunanca, İbranca ve Arapça konuşarak her türlü konuda bir sürü tartışma yapmıştır. On dört yaşından itibaren, üstat mertebesine ulaşmıştır.

Lübeck’de 1721’de doğmuş olan Henri de Heinecken (Anri dö Heynekan), adeta doğarken bile konuşmuştur. İki yaşındayken üç dil bilmekteydi. Yazmayı birkaç günde öğrenmiş, daha sonra da küçük söylevler dile getirmiştir. İki buçuk yaşında eski ve modern tarih ve coğrafyadan sınava girmiştir. Sadece sütannesinin sütüyle beslenmiştir; süttten kesmek istediklerinde sararıp solmuş ve 27 Haziran 1725’de beş yaşındayken, umutlarını bir dahaki hayata bağladığını dile getirerek hayata veda etmiştir. *Mémoires de Trévoux* (Memuar dö Trevu) (Trevu’nun Anıları), onun için, “Narin, güçsüz ve sık sık hastalanan bir insandı,” sözlerini kullanmıştır. Bu gencecik tuhaf varlık, yakın sonunu tam anlamıyla bilmekteydi. En az, vaktinden önce ortaya çıkmış olan bilgisi kadar hayranlık uyandırıcı olan sonunu biliş olgusundan serinkanlılıkla söz etmiş ve annesi ile babasını, ortak inançlarından alınmış yüreklen-dirici sözler yönelterek teselli etmeye çalışmıştır.

Son yüzyıllara ait tarih, böyle harika çocukların çok büyük bir sayıya ulaşmış olduğunu dile getirmektedir. Belçika Kraliyet Bilim, Edebiyat ve Güzel Sanatlar Akademisi üyelerinden Adolphe Siret (Adolf Sire), Bruges’lü (Brüj) genç Van de Kerkhove’un (Van dö Kerkov) 12 Ağustos 1873’de on bir yaşlarındayken, arkasında usta



işi denilecek nitelikte 350 adet tablo bırakarak ölmüş olduğunu ve bu tabloların “Diaz, Salvator Rosa (Roza), Corot (Koro), Van Goyen (Guvayen) vb. gibi ünlüler tarafından bile rahatça imzalanabilecek,” tablolar olduğunu ifade etmiştir.

William Hamilton adını taşıyan ve de üç ve yedi yaşında Yahudice okumuş olan bir başka çocuk, doçentlik sınavı adaylarının birçoğundan daha geniş bilgiye sahipti. Akralarından biri sınavı kastederek şunları söylemiştir: “Çetin bir matematik sorusunu cevaplayıp ardından sık adımlarla ve iki tekerlekli yük arabasını çekerek oradan ayrılışı hala gözümün önündedir.” On üç yaşına vardığında tam on iki dili konuşur olmuştu. Hele on sekiz yaşına bastığında, İrlandalı bir astronomun onun hakkında “Çağının en büyük matematikçisi olacak değil, çoktan olmuş bile derim,” ifadesini haklı çıkaracak ölçüde şaşırtmaktaydı çevresini.

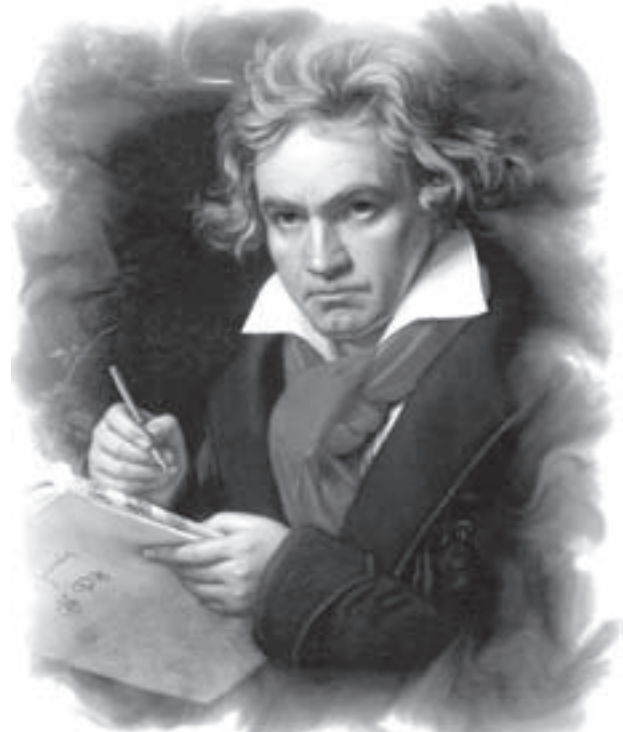
Şu anda, İtalya, M. Trombetti adını taşıyan ve ünlü Pic de la Mirandole (Pik dö la Mirandol) ile çok büyük Mezzofanti gibi eski memleketlilerinin çoğunu fersah fersah geçmiş olan fenomenal (olay yaratır nitelikli) bir dilciye sahip bulunmakla övünmektedir, ki bu kardinal, söylevlerini tam 72 dilde sunmayı başarabilmekteydi.

Trombetti, Bolonyalı fakir bir ailede doğmuş ve tam anlamıyla cahil kalmıştı. Fransızca’yı ve Almancayı ilkokulda tek başına ve iki ay içinde öğrenmiş, Voltaire (Volter) ile Goethe’yi (Göte) okur hale gelmişti. Arapça’yı, sadece Arapça yayınlanmış olan Abd-el-Kader’in hayatını okuyarak öğrenmişti. Farsça’yı Bolonya’da

geçici olarak bulunan bir İranlıdan birkaç hafta içinde edinmişti. On iki yaşındayken, Latinceyi, Yunancayı ve İbrancayı tek başına ve aynı anda öğrenmeyi başarmıştı. O andan itibaren ölü veya yaşayan bütün dilleri incelemiştir; dostlarının belirttiklerine göre bugün hemen hemen 300 adet Doğu lehçesi bilmektedir. İtalya Kralı onu, filoloji profesörü olarak Bolonya Üniversitesine atamıştır.

1900 yılında Paris’te yapılmış olan Uluslararası Psikoloji Kongresinde, Tıp Akademisinden M. Ch. (Ş) Richet (Rişe) genel kurulda hazır bulunanlara piyanoda çok ahenkli çeşit çeşit parçalar çalan ve doğaçtan söyleyen Pepito Arriola adlı üç buçuk yaşında bir İspanyol çocuğu tanıtmıştı. 21 Ağustos 1900 tarihli seansta kongre üyelerine, müzik dinleme evresinden önce M. Ch. Richet tarafından sağlanmış olan irtibatı yeniden sunuyoruz:

Genç Pepito’nun olağanüstü müzikal yeteneklerini ilk kez fark



ediş anındaki tutumu konusunda annesinin anlattıkları. — “Müzikal yeteneklerini ilk kez ve tesadüfen fark ettiğimde çocuk yaklaşık olarak iki buçuk yaşındaydı. O sırada müzisyen dostlarından birisi bana kendisine ait bir kompozisyon verdi, ben de onu piyanomda sık sık çalmaya başladım; çocuk müziği muhtemelen büyük bir dikkatle dinliyordu ama ben onun farkında değildim tabii. Bir sabah, bitişik odada aynı parçanın çalındığını fark ettim ama öyle ustaca çalıyordu ki, kendini, evimde piano çalma hakkına sahip sanan kişiyi görmek istedim. Odaya girince oğlumun müziği tek başına çaldığını gördüm. Yüksek bir sandalyenin üzerinde oturuyordu; beni görünce gülmeye başladı ve şöyle dedi: ‘Coco (Koko), mama’. O anda gerçek bir mucizeyle karşı karşıya olduğumu anladım”. O andan itibaren Pepito, annesinin ona ders vermesini beklemeden, bazen de annesinin piyanoda çaldığı parçaları veya kendi bestelerini çalmaya koyuldu.

Kısa bir zaman sonra, 4 Aralık 1899’da, yani henüz üç yaşındayken, eleştirmenlerden ve müzisyenlerden oluşmuş bir büyük dinleyici kalabalığının önünde çalabilecek kadar ustalaştı; 26 Aralık günü ise Madrid’de Palais-Royal’de (Pale Ruayal), kral ve kraliçenin huzurunda, notalandırılmış hale getirilmiş kendi ürünü olan altı müzik kompozisyonunu çaldı.

Okumayı bilmeyen kişi müziği ve alfabeyi nasıl bilir! Resme yönelik özel bir yeteneği de yok ama bazen yazma oyunu oynadığı da oluyor. Anlaşılacağı üzere, karalamalarının hiçbir anlamı yok. Ama bir kağıt parçası alıp da yukarı ortasına kargacık burgacık

bir şeyler çiziktirmesi (herhalde bu işaretler parçanın sonat mı, habanera mı, ya da vals vs. mi olduğunu anlatan işaretlerdir), ardından da kağıdın alt bölümüne notalar diye adlandırdığı siyah çizgiler çizmesi görülecek şeydir! Bu kağıda sevinçle bakıyor, sonra onu piyanonun üstüne koyuyor ve sonuçta gözleri bu şekilsiz kağıdın üzerinde olduğu halde insanı şaşırtacak bir şekilde doğaçlama söylüyor da söylüyor.

Doğrusunu söylemek gerekirse, onda mevcut bulunan şaşırtıcı şey, ne el uzluğudur, ne uyumluluktur, ne de atıklıktır fakat dile getiriş gücüdür. Çocuk şaşılabilir bir dile getiriş zenginliğine sahiptir. Parça hüznün verici veya neşe sunucu da olsa, savaşa değin veya şiddetli de olsa dile getiriliş biçimi hep şaşırtıcıdır. Hatta çoğu kez, bazı iç karartıcı veya hüznün verici parçalarda, ona özgü bu dile getiriş biçimi öyle güçlü, öyle yürek paralayıcıdır ki, dinleyen sanki Pepito içinde titreyen bütün müzikal görüşlerini el uzluğuyla ifade edemiyormuş izlenimine kapılıyor; öyle ki o, görüldüğünden çok daha büyük bir müzisyendir demeye bile kalkışabilirim...

O, piyanoda, sadece piyanoda çalınırken dinlediği parçaları değil, fakat ayrıca söylenirken işittiği parçaları da çalabiliyor. Onu o anda, bas ve harmoni ayarlarını, usta bir müzisyen gibi bulurken, hayal ederken ve yeniden yaparken görmek harika bir şey.

O günlerden itibaren küçük sanatçının başarıları büyümeye devam etti. Eşi bulunmaz bir kemancı olunca, müzik dünyasını erken gelişmiş yeteneğiyle şaşırttı. Leipzig’de birçok büyük konserde çaldı ve Pétersbourg’da müzikal temsiller verdi.

Bu listeye, dört buçuk yaşındayken Paris'deki Folies (Foli) Bergéres (Berjer) orkestrası ile Casino de Lyon'u (Kazino dö Lion) büyük bir ustalıklarla yönetmiş olan Willy Ferreros (Vili Ferrero) adını da ekleyelim. *Comoedia* dergisi, 18 Şubat 1911 günkü sayısında onun hakkında şunları yazmıştır: "Siyah frak, kısa kadife pantolon, beyaz yelek ve boyalı ayakkabı giymiş bir küçük adamdır o. Elindeki baget ile (çubuk), 80 müzisyenden oluşan bir orkestrayı, en küçük ayrıntıya, nüansa ve ritme dikkat ederek yönetmektedir..."

22 Haziran 1911 tarihli *Intransigeant* (Entransijan) ise onun, Haydn'ın *Symphonies*'leri (Senfoni) ile *Tannhauser*'in (Tanhoze) marşını ve Grieg'in *Danse d'Anitra*'sını yönetmede eşsiz olduğunu ilave etmiştir.

Bruxelles'in *le Soir*'ındaki (lö Suar) birkaç harika çocuk sıralamasına da değinelim biraz:

Nouvelle-Orléans
(Nuvel-Orlean)
Üniversitesi *geçenlerde*
Willie Gwin (Villi
Gwin) adlı beş
yaşındaki bir öğrenciye
sertifika vermiştir.
Sınava yapmış olan
yetkililer, daha sonra
halka, küçük kemik-
bilimcinin, bugüne
kadar diploma vermiş
oldukları elemanların
en ustası olduğunu
bildirmişlerdir.

Atlantik ötesi
gazeteleri konuyla
ilgili olarak kendi harika

çocuklarının bir listesini yayınlamışlardır.
Bunlardan, henüz on bir yaşında olan ve
The Sunny Home adlı bir gazete kurmuş
bulunan biri büyük ilgi uyandırmıştı çünkü
bu gazetenin tirajı, üçüncü sayısından
itibaren 20.000'den aşağı düşmemiştir.

A.B.D.'nin ünlü vaizleri arasında, altı yaşından itibaren müminleri, İncil konusundaki derin bilgisiyle ve söz söylemedeki uzluğuyla şaşırtmış olan Montanax doğumlu küçük Dennis (Döni) Mahan da yer tutmaktadır. □

Kaynak: Yazarın Ruh ve Madde Yayınlarından çıkan *Kader Sorunu* adlı kitabından alınmıştır.



AKIŞ

Sabır

Varlık: Emmanuel

Nerede olursan ol, sana bildirilen ismi, seni yönlendiren düşünceyi, seni ağırlayan elbiseyi ve kimliğini belirleyen işaretleri temsil et. Nereye gidersen git, kendi iyiliğin için sana soğukkanlılık sağlayan sabır enerjisini de yanına almayı unutma.

Eğer biri sana dedikodu yaparcasına yakında olacak felaketlerden söz ederse, onu sabırla dinle. Göreceksin ki; yaşam tüm felaketlere rağmen, sağanaklardan sonra ışıltılı parıldayan güneş gibi hiç değişmeden etkinliğini sürdürecektir.

Eğer bir epröv, her şeyi yerle bir eden güçlü bir rüzgar gibi karşına çıkarsa, sabırla acı çek.

Göreceksin ki bu eprövdən yenilenmiş bir güçle çıkacaksın.

Kalbinin en gizli duygularına ulaşan bir darbe karşısında seni yeniden toparlatacak acılara sabırla tahammül et. Deneyim kazanarak kalbinin yaralarını kahramanca iyileştireceksin.

Sana sevgi borçlu olan sevdiğin insanlardan beklenmedik bir hakaret duyduğunda acı çekiyorsan, yine de sabırla onların arasında ol; yarın daha sevecen ve dost olacaklar, göreceksin.

Bir yığın birikmiş işin fedakarlığını senin ellerine bırakıp giden sevgili arkadaşlarının dönekliğine katlanıyorsun. Tüm bu işlere rağmen, dünyanın da sana vermiş olduğu yükümlülüğü sabırla takip et; daha sonra, ideallerin ve hizmetlerin, arkadaşların için ekmek ve su gibi gerekli olacaklardır.

Kızgınlık ön yıkımdır.

Sızlanıp yakınma!

Israrla istemek her şeyi karmaşık hale getirmektir.

Eleştirmek imha etmektir.

Seni yaralayan tüm kötülükler için yeniden ayakta durabilmeni sağlayacak olan sabır diyetini kullan.

Birisini şu ve bu hatası yüzünden sorgulayıp yargıladığımız her seferinde, kendi zayıflıklarımız ve hatalarımızın da listesini yapalım. İşte o zaman göreceğiz ki, bizler de Tanrı'nın bitmek tükenmez sabrı ile karşı karşıyayız. □

İdeal Spirite' den çeviren: Aznif Atashev

Tekamül Merhalelerinin Sonsuzluğu

Bedri Ruhselman

TEKAMÜLÜN sezebildiğimiz tek manası, ruhun İlahi nizam ve tertip ahengi içindeki sonsuz merhaleler boyunca, aralık vermeden liyakatini artırmasını ifade eder. Bu merhaleler öyle karışık, hiçbir idrak sahibinin kavrayamayacağı öyle zor tertipler arz eder ki, bunlar kaba bir misalle, örümcek ağı gibi sonsuz bir şebeke tarzında, birbirine grift haller gösterirken, aynı zamanda, birisi ötekinin önüne geçmemek ve öteki de muhakkak diğerinin önünde bulunmak zarureti taşıyan, akılların almayacağı bir sıra tertibine maliktirler.

İşte, bütün varlıkların bu tertipler içindeki ebedi seyahatlerinde bir merhaleyi bitirmeleri, ancak aynı şekilde tamamlanması zaruri olan bir üstün merhalenin eşğine adım atmış olmaktan daha ileri bir hal arz etmez. Yani mesela, bir kulübedeki kalma müddetini tamamlamış bir adam, daha kullanışlı bir evin kapısından içeri girmekle bir merhale aşmış kabul edilirse, bu evin kapısından girerken, oradaki kalma müddetinin de ancak daha ileriki ve daha konforlu bir ikametgahta oturabilmeye imkan verecek liyakati kazanabilmesi için tertip edilmiş geçici bir hazırlık devresi olduğu kabul edilmek lazım gelir. Buradaki gaye nedir?

Bu gayenin derinliğine elbette, ancak aklımızın erebildiği kadar girebiliriz. Ve bu gayenin sonunu da, hiçbir vakit bulamayız. Aklımızın erebildiği, sezebildiğimiz kısım da şudur: Varlıklar tekamül faaliyetlerinde daima daha üstün, daha şümüllü faaliyet imkanlarını sağlayıcı bir merhaleye ulaşmak liyakatini kazanmak cehit ve gayretini gösterirler. Böyle olduğuna göre, gayenin bu sezebildiğimiz belki de en kaba hali dahi nihai değil, sonsuzdur. Yani sona eren, artık oldu bitti hükmünü taşıyan ve ondan sonrası söz konusu olmayan bir nihayet, bir son durak kavramı yoktur.

Esasen tekamülde böyle son bir merhale, son bir menzil ve durak kabul edilirse, orada tekamülün mutlak olarak durması lazım gelir ki, o zaman akla, “Bu son merhale ne olsa gerek?” gibi bir fikir takılır. Tekamülünün sonu kabul edilmiş bir varlık, artık kendisi için hiçbir tekamül söz konusu olmayacak bir duruma gelmiş demektir ki, bu ancak Mutlak Kemal olabilir. Mutlak Kemal ise, ancak Allah hakkında söylenebilir. Halbuki eksiklik, liyakatsizlik, görgü ve tecrübesizlik sebepleriyle eksik olmak zaruretinin ifadesi olan tekamül, hiçbir zaman mutlaklıkla uzlaştırılmaz. Böyle bir mutlaklık faraziyesi, olsa olsa mutlak değil, eksiklik, liyakatsizlik, görgü ve tecrübesizlik hususlarının bir bileşkesi, bir neticesi veya bir ünitesi olabilir ki, bu da, gene sonsuzluğun bir son noktası değil, ancak o sonsuzluk içinde yeri belli olmayan bir merhaleden ibaret kalır. Mesela, bunu kabaca şuna kıyas edebiliriz: İki yarımdan bir bütün çıkarsa, yani bir bütün

iki yarımdan teşekkül etmişse, iki bütün de başka bir bütün yarılırları olmak zaruretinden azade kalamaz. Ve bunun böylece devam edip gitmesi zaruridir.

Tekamül bize göre, İlahi nizam ve tertip ahenginde bir liyakat kazanılması olduğuna göre, bu liyakatin en son sınırının mevcudiyetini tasavvur etmek ve herhangi bir varlığın bu sınıra ulaştığını düşünmek, o varlığın bütün İlahi nizam ve tertibe her noktasında nüfuz etmiş olduğunu, yani tam manasıyla İlahi bütün nizam ve tertibata hakim bir duruma geçmiş bulunduğunu kabul etmek olur. Böyle bir sakat düşünce de, o varlığın Allah

olduğu vehmine yol açar. Bu hareket ise, İlahi nizamda makbul olmayan bir laubalilik olur.

O halde mütemadiyen ileri, mütemadiyen daha mükemmel, mütemadiyen daha şümüllü ve daha çetin kainat cevherlerinin teşkil ettikleri merhalelerin sonu yoktur. Ve tekamül ettikçe, sonsuz bir umman içinde ufuklara koşan ebedi bir yolcu gemisi gibi, varlıkların önlerine yeni bir merhalenin kolları açılır ve o açılmış kollara doğru kavuşmak demek, daha ileride açılacak yeni kollara doğru koşmak üzere istikamet almak demektir. □



E.T. Vatikan'ı Aradığında

Marc Kaufman

VATIKAN'DAN yaklaşık 1 km uzakta, Campo de' Fiori denilen bir meydanda derin düşüncelere dalmış bir keşişin kocaman bir heykeli durur. Altındaki sebze-meyve pazarında dolaşanlar ve turistlerin pek azı bu keşişin hikayesini bilirler; o keşiş Giordano Bruno'dur: Rönesans filozofu, yazarı ve hür düşünürü; 1600'de Engizisyon tarafından yakılarak öldürülmüştür. Öne sürdüğü pek çok ayrıksı düşünce arasında “dünyaların çokluğu”na, yani dünya dışı yaşama, uzaylılara yönelik inancı da vardı.

Bruno için biraz geç kalmış olsa da, bu hafta Vatikan'ın Papalık Bilimler Akademisinde ilk büyük Astrobiyoloji Konferansının düzenlendiğini bilmekten mutluluk duyabilirdi. Astrobiyoloji, kozmosun başka yerlerinde yaşam arayan ve yaşamın Dünya'da nasıl başladığını anlamayı amaçlayan yeni bir bilim dalı. Eskiden papanın villası olan, Vatikan'ın özel Casina Pio IV arazisinde toplanan saygın bilimciler ve dinsel önderlerden oluşan grup, geleneklere en çok bağlı inanç sahiplerinden bazılarının yaşamın bu gezegenin ötesinde, sayısız biçimde var olduğu olasılığını ciddi biçimde düşünmekte olduğunu gösteriyor. Astrobiyolojiyi dinsel ve sosyal kurumlar -Vatikan bile- dikkate alıyor.

Yüzlerce yıllık Vatikan Gözlemevinin müdürü ve bu konferansın ardındaki itici güç olan Cizvit astronom Peder Jose Funes geçen yıl bir söyleşide “dünyadışı biraderler” olasılığının Katolik teoloji için sorun oluşturmadığını belirtmişti: “Dünya'da çok çeşitlilikte yaratık var olduğu gibi, Tanrı tarafından yaratılmış ve de zeki olan başka varlıklar da olabilir. Bu durum bizim inancımızla çelişmez çünkü Tanrı'nın yaratma özgürlüğünü sınırlandıramayız.”

Ancak Bruno'nun da doğrulayabileceği gibi, Dünya dışında yaşam fikri pek çok insanın değer verdiği “hakikatler” ile öyle pek kolayca bir arada var olmuyor. Kopernik devriminin bizi, Dünya'nın evrenin merkezi olmadığını anlamaya zorlayışı gibi, astrobiyologlar da aynı rahatsız edicilikte başka bir yönü işaret etmekte:

yalnız olmadığımız ve belki de evrendeki en gelişmiş yaratıklar bile olmadığımız olasılığına. Bu olasılık “inancımızla çelişmeyebilir” ama kim ve ne olduğumuza dair anlattığımız hikayelerle pekala çelişebilir.

Vatikan’ın beş günlük bu konferansına Akademinin dinsel lideri olan piskopos Marcelo Sanchez Sorondo başkanlık ediyor. Birçoğu ateist olan bilimciler konuyla ilgili olarak, yaşamın Dünya’da nasıl başlamış olabileceği, gezegenimizin çetin koşullara sahip yerlerinde yaşadıkları yeni keşfedilen “ekstremofil” mikropların başka yerlerdeki yaşam hakkında bizlere neler söyleyebileceği, yaşam biçimlerinin güneş sistemimizde nasıl saptanabileceği veya onların biyoimzalarının çok uzak gezegenlerde veya çevrelerinde nasıl bulunabileceği gibi çeşitlilik gösteren sunumlar yapacaklar.

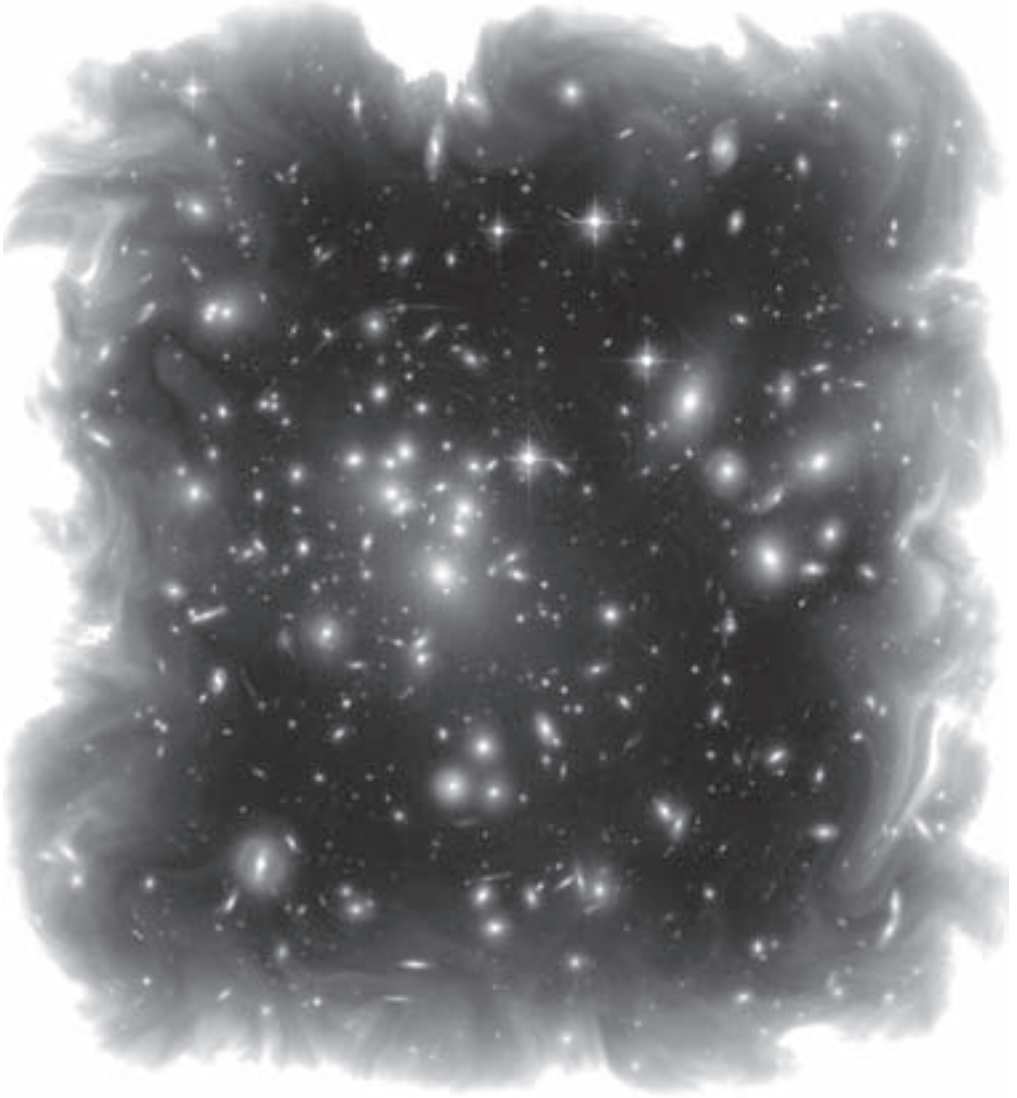
Dünya dışı varlık teriminin gülümseme oluşturan etkisinin üstesinden gelmiş olan astrobiyologlar, günün birinde bunu kendi inancını savunmak veya zenginleştirmek için kullanabilecek bir dinleyici topluluğuna bilimsel bir hikaye anlatacaklar.

Dünya’yı değiştirebilecek bir olay için kendini hazırlayan tek kurum Katolik Kilisesi değil. Örneğin, NASA’nın 1998’de kurulan Ulusal Astrobiyoloji Enstitüsü Şubat 2009’da astrobiyolojinin toplumsal açıdan ima ettikleri üzerine beyin fırtınası yapmaları için bilimcilerden, etikçilerden, dinsel liderlerden ve felsefecilerden oluşan bir grup toplantısına sponsorluk yaptı. Enstitü başka yerlerde yaşamın mevcudiyetinin



kesinleşmesi durumunda ele almak zorunda kalacağımız duyarlı konulara ilişkin yarı resmi bir “yol haritası” hazırlamakta.

Pek çok bilimcinin, henüz ulaşılmış olmasa da, ufukta olduğuna inandığı ilk dünyadışı keşifler muhtemelen Mars’ın çorak yüzeyinin hemen altında, Jüpiter’in Europa adlı uydusunun kalın buz tabakasının altındaki sulara veya



Satürn'ün Enceladus adlı uydusunun sıvı püskürmelerinde bulunan mikrobik yaşam olacak. Bunları herhangi birinin dünya görüşünü tehdit etmeyen dünya dışı mikroplar, diye görmezden gelmek kolay olabilir ama kozmologlar ve astrobiyologlar, bir güneş sisteminde iki ayrı yaratılışın mevcudiyetinin yaşamın evrenin her yanında görülme olasılığını muazzam miktarlarda artıracığı kanısındalar.

Bildiğimiz kadarıyla, doğru şartlar altındaki mikroplar çok uzun çağlar boyunca dinozorlara, bülbüllere ve bize dönüşebilmekteler.

Dünya dışı yaşam olasılığı, daha az Dünya merkezli olan Doğu dinleri için büyük bir mesele değil. İslam da dünya dışı varlıklar konusunda pek az sorun içeriyor çünkü Kuran, Dünya'nın ötesindeki yaşamdan açıkça bahsetmekte, tıpkı daha yeni Hristiyan

mezheplerinden olan Mormonlar'ın da bahsettiği gibi. Astrobiyolojinin en büyük mücadelesi, insanları ve Tanrı'yı merkez alan hakim Batı dinsel gelenekleriyle olacaktır.

Vatikan'daki bu konferansta konuşacak olan Arizona Eyalet Üniversitesinden teorik fizikçi ve kozmolog Paul Davies, "İkinci bir yaratılışın keşfi, muazzam bir ruhsal önem taşırdı," diyor. Böyle bir keşfin Hristiyanlığa yönelik potansiyel meydan okuyuşunun ise dinsel liderler tarafından "hafifsendiğine" inanıyor.

"Gerçek tehdit dünya dışı zekanın keşfinden kaynaklanırdı çünkü evrende başka varlıklar varsa, bu durumda Hristiyanların eli kolu korkunç bir şekilde bağlanmış olurdu. Onlar Tanrı'nın yunusları, şempanzeleri veya başka gezegenlerdeki küçük yeşil adamları değil, insanlığı kurtarmak için İsa Mesih biçimde bedenlendiğine inanıyorlar."

Davies, Katolik Kilisesi içindeki gerilimleri de şöyle açıklıyor: "Hristiyanlık tarihinin bu konudaki tartışmalarına dönüp bakarsanız, iki kampa ayrılmışlardır. Uzaylılara kurtuluşu götürmenin insanın kaderi olduğuna inananlar," ve İsa Mesih'in başka zamanlarda başka gezegenlerde de ortaya çıktığına ilişkin Hristiyan inancına gönderme yaparak, "ve çoğul bedenlenmelere inananlar." Giordano Bruno'nun da öğrenmiş olduğu gibi, "Çoğul bedenlenmeler, Katolik inancında bir aykırılıktır."

Protestan alimlerin bazıları Dünya dışı yaşamın keşfinin, özellikle de bu yaşam zeki veya ahlaki açıdan bilinçli olmadığı takdirde, kendi inançları veya teolojileri için büyük bir meydan okuma oluşturmayacağını söyleyerek

*"Dünya dışı
yaşam
aşlında
Mesih'in
bizim
günahlarımız,
bizim
kefaretimiz için
ölmeye
gelmiş olma
nedeninin
ta kendisini
gülünç
düşürecektir."*

Funes ile aynı fikri paylaşmaktalar. Ama Evangelistler safında, evrim konusunda verilen savaşı hatırlatan derin bir kaygı var. Atlanta/ABD merkezli Uluslararası Yaratılış Vazileri Birliğinin yöneticisi olan Gary Bates, Vatikan'daki bu konferansı eleştirerek şöyle diyor: "Kendi teolojik görüşüm, dünya dışı yaşamın aşlında Mesih'in bizim günahlarımız, bizim kefaretimiz için ölmeye gelmiş olma nedeninin ta kendisini gülünç düşüreceğidir." Bates, "yaratılışın tüm odağının bu yeryüzündeki insanlık" olduğuna ve zeki, ahlaki açıdan bilinçli dünya dışı yaşamın bu inanç için son derece merkezi olan bedenlenme, diriliş ve kefaret dramasına yönelik görüşün ve inancın altını oyacağına inanıyor ve ekliyor: "Hristiyanların pek çoğunun bunun üstünde gerçekten düşünmemiş oluşu büyük bir sorun."

Asıl büyük mesele zeki yaşamla ilgili. Astronomlar bilinen evrende 10,000,000,000,000,000,000,000 kadar yıldız olduğunu söylemekte ve bunların bazılarının yörüngesinde dolaştığı keşfedilen gezegenlerin sayısı her gün artıyor. (Geçen ay, Avrupa Uzay Ajansı güneş sistemi dışında 32 yeni gezegen keşfedildiğini duyurdu.) Güneşimizin ve gezegenimizin karmaşık ve evrim geçirmiş yaşamı -Hristiyanların, kurtuluş ihtiyacında olduğunu düşünebileceği türden yaşamı- destekleyebilen tek gök cisimleri olduklarını varsaymak giderek güçleşiyor. Bunu ise kaçınılmaz sorular izliyor: Hristiyanlık ve bir dereceye dek diğer dinler, yalnızca Dünya üstündeki yaşamla ilgili hikayeler mi? Kozmik anlamda “evrensel” değilse, bu durum onların önemini azaltır mı?

İşte, Vatikan’daki -Kopernik’e, Galileo’ya ve başka bilim adamlarına yanlış yapmış ve bunu tekrar yapmak istemeyen bir kurumdaki- astrobiyoloji konferansının sebebi de bu. Papalık Akademisinin bir üyesi olan Fransız astrofizikçi Pierre Lena’nın astrobiyoloji konferansına ilişkin verdiği demeçte söylediği gibi: “Astrobiyoloji, insanlığın kendine ilişkin vizyonunu değiştirebilecek çok ilginç şeyler anlatan olgun bir bilim dalıdır. Kilise buna kayıtsız kalamaz.”

Ciddi ama alaycı bir mizah anlayışı olan papaz-bilimci Funes, astrobiyoloji konferansına ve geçen yılki “dünya dışı biraderler” yorumuna medyanın gösterdiği ilgiden etkilenmemiş görünüyor. Roma dışındaki Vatikan Gözlemevindeki -Kilise’nin Arizona’da işlettiği bir gözlemevi daha var- yeni yönetim merkezinde yaptığımız görüşmede ne sözlerini geri aldı ne

*"Astrobiyoloji,
insanlığın
kendine ilişkin
vizyonunu
değiştirebilecek
çok ilginç
şeyler
anlatan
olgun
bir bilim
dalıdır."*

de bunlarla ilgili pişmanlık sergiledi, Vatikan’ın üst düzey yönetimi tarafından azarlanmadığını belirtmekle yetindi.

Ancak geçen yılki söyleşi Vatikan’ın resmi yayın organı *L'Osservatore Romano*'nun ön sayfasında yayınlanmış olmasına rağmen, resmen Kilise adına konuşmadığını vurguladı. Kilise'nin dünya dışı yaşam veya doğurabileceği teolojik meselelerle ilgili hiç bir resmi tutumunun olmadığını belirtti. Muzip bir gülümsemeye, kendisinin, bilim kurgu yazar insanlar gibi, günün birinde Dünya dışında yaşam keşfedilecek olursa önemli hale gelebilecek olan “teolojik kurgu”ya meraklı olduğunu ekledi.

“Kilise’nin bu konuda konuşması için herhangi bir gereklilik yok,” dedi, “ama evet, bu durum kesinlikle değişebilir.” □

The Washington Post gazetesi bilim ve uzay muhabirinin 8 Kasım 2009 tarihli haberini çeviren: Yasemin Tokatlı

Aslını Arayan İnsan

Tarık Arıkdal

İNSANOĞLUNUN yeryüzünde yaşama amacı kendi aslını anlamaktır. Bu nedenle, yeryüzünde yaşarken çok çeşitli zorlanmalara maruz kalır. Bu zorlanmalar insanı değişime, sürekli değişen şartlara uyum sağlamaya mecbur kılmaktadır. Esas olarak, hayatlarımızın çok mükemmel olduğu, sorunsuz olduğu söylenemez.

Peki, insanoğlu bu zorlayıcı etkilere neden maruz kalmaktadır? Bunca sıkıntı, bunca zorluk, acı ve keder neden? Ayrılık neden? Husumet ve kıskançlık neden? Paylaşmamak neden?

Herkes kendi kapasitesi dahilinde bir zorlanma alanı ile karşı karşıya bulunmaktadır. İnsanoğlu bunca olaya muhakkak özel bir sebeple katlanmaktadır.

Bu sebep insanın kendini, kendi özünü, gerçek niteliğini arama macerasıdır.

Bu çerçevede insan gerçekte “kendi aslını” aramaktadır. Kendi ruhsal aslını, kendi gerçek niteliğini bulmaya çalışmaktadır. Aslında her öğretinin bir bölümünde var olan kendini bilme, kendini tanıma çabası da bunun sadece küçük bir parçası, belli bir kısmıdır.

Ancak insanoğlu bazen kendi aslını aradığını bilmemektedir. Belki de ne arayacağını, ne araması gerektiğini de bilmemektedir. Bunu yeryüzünün mevcut haline bakarak bir miktar anlayabiliriz. Dünya'mızda şu anda, sadece insanın beşer yanıyla yapay olarak yarattığı, aslında çok farklı olması gereken ihtiyaçlarının peşinde koştuğunu görüyoruz. Bu uğurda hiçbir kural tanımayan insanoğlu, beşer yanıyla her türlü yanılığın, her türlü ihtirasın yönlendirmesi ile önüne geleni yıkmaya, ezmeye çalışmakta, çekinmeden tahrip etmektedir. Bu tahribe her türlü maddesel olgu dahil olmakla birlikte, diğer her türlü manevi değer, bilgi ve inanç da dahildir.

Bu tahribattan doğa da nasibini almaktadır. İnsanlık camiası doğanın sinyal veren tahrip oluşu ve olumsuz gidişatına rağmen bir birlik olarak kendi yarattığı bu sorunları çözmemektedir. İnsan muhtelif nedenlerle çıkarlarını ön planda tuttuğu için bu durum insanlığın bir birlik olarak hareket etmesini engellemektedir. Burada çok trajik olan



durum ise bunları yaparken de, insanın yine de kendi aslını arıyor olmasıdır. Ancak fark, elinde gerçek ihtiyacını gösterecek bir pusulası olmamasıdır. Hatta elindeki bozuk olan pusulaları da doğru sanmakta ve yanlış yönlere doğru giderek kaybolmaktadır.

Aslını arayan insanın elinde iyi bir pusula olduğunda ise durum çok farklı olabilmektedir.

Peki, nedir bu doğru gösteren pusula?

Bu pusula şüphesiz ki, insanın kendi ruhsal özüne ait has bilgidir. Has bilgi az da olsa yeterli tadı veren, yeterli etkiyi gösteren bilgidir. Bu tür bilginin insanı kendi özüne götürmesi de ayrıca, çok dikkate değerdir. Çünkü “benzer benzeri çeker” yasası gerçektir ve işlemektedir, dolayısı ile bilgi ile ruhsal öz yaratılış, bakış açısından aynı şeydir. O halde bu aranan ve ihtiyaç duyulan bilgi insanın kendisine ait içsel bilgidir. Yani bu pusula yön olarak insanın kendisini göstermektedir.

Demek ki, bilgi pusulası insanın kendi içini göstermektedir. Bu durumda, aslını arayan insan kendisine dönmeli ve kendisi ile yüzleşmelidir. İnsan kendi iç dünyasını anlamalı, gerektiğinde eleştirmeli ve bundan kaçınmamalıdır. Kendisinden kaçan insan ile aslını arayan insan iki karşılıklı aynada birbirinden yansıyan iki görüntü gibidir. Çünkü bunlara bakarak, aslında onların hem benzeyen hem de benzemeyen yönlerini görebiliriz.

İnsanın elinde düzgün bilgi olması, yani ona neyi nerede bulabileceğini söyleyen bir bilgi pusulası olması çok büyük bir avantajdır. Fakat bu avantajı kullanacak olan ile kullanmak durumunda olan da yine kendisidir.

Bugün insanoğlu, elindeki pek çok bilgiyi kendisi için olumlu fırsatlar yaratmak için kullanmakla birlikte, olumsuz şartlar yaratmak yönünde de kullanabilmektedir.

Doğal olarak şu soru sorulabilir: Peki, aslımızı nasıl ve nerede bulacağız?

Pek çok yol ve bilgi bu soruya çeşitli cevaplar vermiştir. Ancak herkes kendi içsel dağına kendisi turmanacaktır. Zirveye giden patika yol bellidir. Pek çok deneyimli rehber bu patika yolu tarif etmektedir. Ancak sonuç insanın o yoldan yukarıya kendisinin çıkmasıyla alınabilmektedir.

İnsanın en büyük yanılgısı, bu turmanı fiilen gerçekleştirmeden, zirveye giden yolu sadece elindeki haritadan takip etmesidir. Harita yolda yürüyenler, pusula da onu kullananlar için faydalıdır. Hatta bazen haritası ve pusulası olan ama hiç yukarı turmanmamış olanlar, başkalarına sanki turmanmış gibi yolculuğu anlatırlar. Aslında gerçek turmanış deneyimleri yoktur. Buna, yani bilginin kaynağına iyi dikkat etmek gerekir. Bu gibilere mukallit yani “taklitçi” de denir. Ancak her şeyde olduğu gibi daha kötüsü de vardır. Mesela, hem haritası hem de pusulası olduğu halde bunları insanlardan saklar ve hiç kimseye vermez. Bunlara sahip olmakla başkalarından ilgi gördüğünden, bunları saklamayı tercih eder. Aslında dağa turmanmamıştır ve zirvede ne olduğunu da bilmemektedir. Sahte peygamberler, sahte mürşitler, sahte bilgiler hep bu türdendir.

İnsanın aslına ulaşmadaki en doğru pusula kendi vicdanı, kendi akli ve ruhsallıkla ilgili şaşmaz bilgisidir. Akıl doğru yer ve zaman ile koordinatlandığı vicdani, yani ruhsal



sezgi kanalı ile gelen içsel yönelişin uygulaması, onu kendi varlığının merkezine götürmektedir. O halde aslın aranmasındaki en önemli kılavuz yine kendi iç dünyamızdır. Çünkü aranan hedef zaten insanın kendi içidir, insan kendi aslını aramaktadır.

Detaylara dayalı uygulama bilgileri insanı bir yere götürememektedir. Bu her öğretiyi geçerlidir. Bu bakımdan, aslını arayan insan her şeyde o şeyin özünü aramalı, onu anlamaya ve bulmaya çalışmalıdır. Bu açıdan bakıldığında, insanların çektiği birçok acı ve ıstırapın kaynağı, gerçekte kendisine faydası olmayan detaylardan kaynaklanmaktadır. Gereksiz detaylara gereğinden fazla konsantre olan insan bir süre sonra bunlardan dolayı ıstırap çekmeye başlamaktadır. Günümüz şartlarında, bu detaylardan kurtulamazsa sonunda hasta bile olabilmektedir.

Dünya'nın genel haline baktığımızda da pek çok yerde bu durumu görmekteyiz. Büyük ölçekteki durum küçük ölçekteki durumların bir özeti, bir bileşkesi mahiyetindedir.

Detaylarla gereğinden fazla uğraşmak hem zaman alıcı hem de

tırmanmaktan daha zordur.

Kendisini, kendi aslına götüren tırmanışta, insan, yanına gereksiz ağırlıkları almamalıdır. Ağırlıklardan kurtulmanın kolay ve etkili bir yolu, insanın kendisini olduğu gibi kabul etmesidir. Bu ona kendisini daha objektif ve kendi gerçeğine daha yakın olarak bakmasını sağlar. Eğer insan kendisini suçluyorsa bunun da en iyi yolu, bu suçlamayı doğuran nedeni önüne alıp onu affetmesidir. Kişi önce kendisini affetmeli ve durumu olduğu gibi kabul etmelidir. Bu şekilde, tırmanışında kendisini zorlayacak ağırlıklardan bir miktar da olsa kurtulacaktır.

Zirveye doğru ilerlerken zamanını ve enerjisini iyi değerlendirmeli, nerede yürüyüp nerede duracağını şaşırılmamalıdır. Haritaya ve pusulaya karşı objektif olmalıdır. Elimizdeki bilgiyi doğru yerde, doğru zamanda ve doğru şekilde kullanmak bize büyük fayda sağlar.

Kendimize karşı objektif olmak, iç sesimizi, yani vicdan sesimizi dinlemekle mümkündür. Verdiğimiz kararlar, attığımız adımlar, peşinden koştuğumuz doğruları zaman zaman

karşımıza alıp yeniden değerlendirmek yön tayinimiz için faydalıdır. Bizler için yeryüzünde hatalar yaparak öğrenmek de bir metottur. İnsan bazen doğruyu hata yaparak da öğrenir. İşte, bu deneyimdir. Şeytan ile temsil edilen husus aslında budur. Eskilerin deyimiyle bu iğva yoludur. Ancak sürekli yanılğı veya iğva ile öğrenmek ise geçerli bir yol değildir. Bilgisi artan, vicdani yani içsel potansiyeli yükselen bir varlık artık daha şuurlu olması gerektiğinden, hayatta önüne çıkan çeldiricilerden de giderek kurtulması gereklidir. Buda'nın Nirvana'sı, yani kurtuluş pratik olarak budur.

Yeryüzü hayatının bir amacı da varlığımıza kazandırdığımız bilginin sınanmasıdır. Yapabilme ve uygulayabilme kabiliyetimiz arttıkça uygulamadaki yetkinliğimiz de artmaz mı? Örneğin, bir doktor yıllar içinde kazandığı mesleki tecrübesi ile uzmanlaşır ve artık teşhislerinde

daha az sapma olur. Bunun da önce hastası olmak üzere kendisine de faydası vardır. Bu açıdan bakıldığında önümüze çıkan her engel, her zorluk bilgi ve görgümüzü test ettiğimiz bir fırsattır. Sonuçta Ruh varlığı kendi özü ile ilgili, kendisini meydana getiren yasalar ile ilgili farkındalığını, etkinliğini, yani spritüel ifadesi ile şuur seviyesini artırır.

Gözümüzü hedeften ayırmadan, neden ve ne için burada olduğumuzu, neden bir arada olduğumuzu ve bir aile olarak neden bu tırmanışa kalkıştığımızı unutmamalı, aksine bunlardan güç almalıyız. Yolda tek başına kalmakla yolu tamamlayabilmenin olanaksızlığını idrak etmeliyiz. Tırmanırken paylaşma, yardımlaşma ve dayanışma içinde olmalıyız. Doğada bunun harika örnekleri vardır. Olan gözlerimizle görelim, olan kulaklarımızla duyalım. □

HABER

BİLYAY Akademi Naturel Festivalinde

19-22 Kasım tarihleri arasında Askeri Müze Harbiye Kültür Sitesinde 10. kez düzenlenen NATUREL Beden, Zihin ve Ruh Sağlığı Festivalinde BİLYAY Akademi tanıtımı ile sizlerle birlikteydik. BİLYAY Vakfı Başkanı Cemal Gürsoy ve Başkan Yardımcısı Tülin Etyemez'in yanı sıra BİLYAY Akademi eğitimcilerinden Zeynep Camat, Alparslan Salt ve Ali Seydi Gültekin eğitim programı ve anlatılacak konular hakkında katılımcılara bilgilendirme yaptılar. Kayıtlarımız halen devam ediyor. Sizleri de bekliyoruz...



Korku ile Sezgi Arasındaki Farkı Anlamak

Dr. Judith Orloff

“ENERJİ PSİKOLOJİSİ” alanında, korkuyu dönüştürme yaklaşımımın iki aşaması var. Birincisi, sizi korkutan her şeyin bir listesini çıkartın ve sebepsiz korkuları makul sezgilerden ayırt edin. İkincisi, koruyucu korkulara kulak vermek ve diğerlerini ise cesaretle dönüştürmek için uygun adımları atın. Bazen gerçek tehlikeyi önceden görebilirsiniz ama verimsiz korkuların sizi engellemesi daha sıktır. Dolayısıyla, genel bir kural olarak, düşük öz-değere bağlı korkuları sorgulamak için kendinizi eğitin; hepimiz sıradışı şeylere layığız. Örneğin, sevemeyecek kadar çok duygusal hasar görmüş olma korkusunu sorgulamak doğrudur; en ciddi yaraları almış olanlar bile kalplerini yeniden açabilirler. Gerçek sezgiler sizi asla küçük düşürmez veya yıkıcı tutum ve davranışları desteklemez. İşte, haklı korkuları sebepsiz korkulardan ayırt etmenin anahatları:

Korku ile Sezgi Arasındaki Farkı Bulmak

Güvenilir Sezginin İşaretleri

- Bilgiyi nötr duygu içermeksizin aktarır.
- İçinizde doğru bir his uyandırır.
- Merhametli, onaylayıcı bir tonu vardır.
- Önce “görülen”, sonar hissedilen net, berrak izlenimler sağlar.
- Sanki bir sinema salonunda bir film izliyormuşsunuz gibi, yansız bir duyumu aktarır.

Sebepsiz Korkunun İşaretleri

- Duygusal açıdan çok yüklüdür.
- Zalim, küçük düşürücü veya kuruntulu bir içeriğe sahiptir.
- İçinizde doğru veya tam isabet hissi uyandırmaz.
- Geçmişteki psikolojik yaraları yansıtır.
- Merkezlenmiş oluşu azaltıp bakış açısını daraltır.



Yukarıdaki kriterleri nasıl kullandığımı göstermek için, kıyaslama örneği oluşturması için iki farklı uç örneği kullanacağım.

Bir sabah, iyice ürkmüş iki ayrı hasta işyerimi arayıp sesler işittiklerini söylediler. Tipik bir iş günüm! İlk telefon, kendisine yazılan ilaçları düzenli olarak kullanmayan bir şizofren olan Bill'den geldi. Bill'in iç "sesi" onu suçlayarak konuşmakta, onun kötü bir insan olduğunda ısrar etmekte, yiyeceklerinin zehirlendiğini, oğlunun ise bir büyük anneyi andıran bebek bakıcısının tacizine uğradığını söylemekteydi. Bu "sanrı"lara (olgularla desteklenmeyen yanlış inançlara) inanan Bill aklını oynatmıştı. Polisi aramış, iki kez eve gelen ekipler herhangi bir tehdit unsuru bulamamışlardı. Bikan ama anlayış gösteren polisler bir kez daha araması durumunda Bill'i doğrudan

akıl hastanesine götüreceklerini söylemişlerdi.

Diğer hastam olan Jill ise AIDS hastalığının son aşamasında olan erkek kardeşinden dolayı duyduğu çaresizlikle kıvrılmaktaydı. Jean'ın iç "sesi" derhal bir uçağa atlayıp, şu an durumu iyi olan erkek kardeşinin yanına gitmesini söylemekteydi. Gerçek sezgiler söz konusu olduğunda hep görüldüğü gibi, bu ses bir zil gibi berraktı, "ilk önce görülen" sonar hissedilen tipik sırayı izleyen sağlam bir mesaj aktarmaktaydı.

Her iki hastam da bana, "Ne yapmalıyım?" diye sordu. Bill'e ilaçlarını almasını söyleyip güvende olduğu güvencesini verdim; birlikte çalıştığımız on yıl içinde korkularını azalttığını bildiğim bir yoldu bu. Ama Jean'e bir uçak bileti almasını söyledim çünkü sezgisi çok içkin, çok doğru bir his vermekteydi. Neyse ki öyle yaptı;

*Sağlıksız
korkuları
sezgiden
ayırt etmeye
çalışın.*

masrafa ve iş yerinden izin almak gibi sıkıntılara rağmen, erkek kardeşinin durumu o hafta aniden kötüleşti, komaya girdikten birkaç saat sonra da öldü. Onun ölümüne tanık olmaktan dolayı Jean'in yüreği paramparça olmasına rağmen, o çok değerli son anlarında yanında olabildi.

Sağlıksız korkuları sezgiden ayırt etmeye çalışın. Bill'in örneği son derece uç olmasına rağmen, sizin de sizi küçük düşüren veya tehlikeyi yanlış yorumlamanıza yol açan bazı korkularınız olabilir. Belki de bir öfke nöbeti sırasında eski eşiniz size, "İşe yaramazsın!" demiş ve siz de buna inanmıştınız. Sezgi bu değildir. Cildinizde kahverengi bir benek görüldüğü anda kansere yakalanmaktan korkmak da sezgi değildir. Ayrıca, uzun süredir yaşadığınız, örneğin yüksekten korkma gibi korkulara da şüpheyile yaklaşın; genellikle bunlar da önsezi değildirler.

Duygusal bir empatsanız, hangi korkuların sahici ve hangi sezgilerin faydalı olduğunu ayırt etmek bilhassa çetrefilli olabilir. Başka insanların duygularını özümseme eğiliminde olduğunuz içindir ki onların

korkularını alıp bunların kendi korkularınız olduğunu sanabilirsiniz. Bundan kaçınmak için kendinize hep, "Bu korku benim mi, yoksa bir başkasının mı?" diye sorun. Bunu anlamamanın güvenilir bir yolu da, olası kaynaktan biraz uzaklaşmaktır. Altı metre kadar uzaklaşın. Eğer rahatlama hissediyorsanız, büyük olasılıkla bir başkasının korkusunu algıyorsunuzdur. Sizi güçlendireceği için başkalarından cesaret ve diğer tüm pozitif duyguları özümsemek uygun olmakla birlikte, negatifliği özümsemek istemezsiniz. Uzaklaşın ve o his geçene dek söz konusu dışsal korkuyu nefes alıp vererek dışarı atın.

Bazı kuruntular bir başkasının hisleriyle empatik bağlantıdan kaynaklanabilir veya Jean'inki gibi belirgin sezgisel uyarılar olabilirken kuruntuların çok büyük çoğunluğu derine işlemiş negatif psikolojik kalıpların yansımalarıdır. Bunları çözmek için nereden geldiklerini ve üstünüzdeki etkilerini gevşetmek için ne yapmak gerektiğini bilmeniz gerekir. □

Kaynak: Dr. Judith Orloff'un *Emotional Freedom: Liberate Yourself From Negative Emotions and Transform Your Life* (Enerji Psikolojisi: Negatif Duygularınızdan Özgürleşip Yaşamınızı Dönüştürün) adlı kitabından derlenmiştir.

Anda Yaşayabilmenin Yolları

Pınar Öztürk

Bak! İşte gizleri yaşamın, işte mutluluk
Gülümsüyor bir kapı aralığından
Ellerimizi uzatsak tutabiliriz belki
Şimdi ya da hiçbir zaman

Ümit Yaşar Oğuzcan

YAŞAMAK kolay değil. Eğer kolayı istiyorsak biraz zorlanacağız. Çaba göstermek istemiyorsak, hareket etmek istemiyorsak zorlanacağız. Amacımız zamanın bir an önce akıp gitmesini beklemek olacak ve yaptığımız her şey yaşamak değil de, hayattan bir an önce kurtulmak çabası olacak. Oysaki o kadar geciktirmek istediğimiz, korktuğumuz, üzerinde düşünmeye bile tahammül edemediğimiz ölümü en kısa yoldan çağırıyoruz böyle yaparak.

Sürekli sıkılırız. Kendimizle bir saat bile baş başa kalmaya tahammül edemeyiz, hemen kendimizi oyalayacak, hayatımızı ve o an'ı unutup geçiştirecek işler yaratırız. Zaman hiç geçmiyor deriz. Neden isteriz acaba zamanın geçmesini, zaman geçtiğinde nereye gidecek, yaşlanmaya ve ölüme. Hem en çok korktuğumuz hem de sürekli zamanımızı öldürerek hızla yaklaştığımız duruma. Yaşlanmak ve ölüm elbette olumsuz değil, yaşamın gereği ama biz bu durumu en olumsuz algıladığımız zamanlarda bile kendimizi etkisizleştirerek yaşamadan ölmeye çalışırız.

Tüm bu çaba, zamandan bir an önce kurtulmak, yaşamadan, olabildiğince az enerji harcayarak ve en az yorularak neyden kaçmaya çalışıyoruz acaba. Bizi şu anda bulunmaktan, yaşamaktan alıkoyan nedir?

Echart Tolle bu konuyla ilgili şöyle der. “Ego için şimdiki an mevcut değildir. O sadece geçmiş ve geleceği önemli görür. Gerçeğin bu tam tersine çevrilişi egosal zihnin bu kadar bozuk işlevli oluşunun nedenini oluşturur. O daima geçmiş canlı tutmakla ilgilenir çünkü geçmişiniz olmadan siz kimsinizdir? O, yaşanan an'ı geçmişin gözleriyle gördüğünden onu tümüyle yanlış algılar. Ya da yaşanan an'ı hedefe götüren bir vasıtaya indirger ki bu daima zihnin projekte ettiği gelecekte yatan bir hedeftir. Zihninizi gözlemleyin, bunun böyle işlediğini göreceksiniz.”

Söylenenlere bakarsak anda yaşamak için zihnimize, zihnimizin durmadan üretip durduğu düşüncelere hakim olmamız gerekir. Düşünce günlük hayatımızda kullanmamız gereken, teknik ve entelektüel işlerimizde fayda sağlayan bir araçtır. Ancak düşünce bizim tüm hayatımızı kaplamış ve neredeyse bizi ele geçirmiştir. Daima düşünürüz ve düşünceyi durdurmak aklımıza bile



gelmez. Çünkü ona o kadar alışmışızdır ki sürekli düşünmenin bir zorunluluk olduğunu, hatta düşüncenin olmadığı bir sürenin imkansız olduğunu bile sanabiliriz.

“Düşünme arka tasarımın, geçmişin, birikmiş deneyimlerin verdiği tepkidir. Bireysel ve toplumsal, tikel ve ırksal, bilinçli ve bilinçsiz olarak farklı düzeylerde belleğin yanıtıdır. Bunların hepsi bizim düşünme sürecimizdir. Bu nedenle, bizim düşünmemiz hiçbir zaman yeni olamaz. Yeniyi keşfetmemizin bir aracı olarak düşünceye yöneldiğimizde bunun yarasızlığını görürüz. Düşünce yalnızca kendi yansıttığı bir şeyi keşfedebilir, yeni olan hiçbir şeyi keşfedemez.” (J. Krishnamurti)

Şimdiki anın elimizdeki tek yaşam temeli olduğunu mutlaka anlamamız gerekli. Mutluluğumuz, görevimizi gereği gibi yerine getirebilmemiz buna bağlı. Geçmişten düşünceleri bu an'a getirmek ya da geçmişin düşünceleriyle bir gelecek hayali kurmak bize yeni hiçbir şey kazandırmayacak. Üstelik geçmişte ve gelecekte düşündüklerimiz zaman zaman neşeli hayaller olsa bile, çoğunlukla korku ve kaygı yaratan

vesveselerdir ve hiç işimize yaramazlar. Zihin ve düşünce ancak ihtiyacımız olduğunda alıp kullandığımız, işimiz bittiğinde yerine yerleştirdiğimiz zaman işimize yarar.

“Siz şimdinin gücüne erişemediğiniz sürece, deneyimlediğiniz her duygusal acı geride içinizde yaşamayı sürdüren bir acı kalıntısı bırakır. O zaten orada bulunan geçmişin acısıyla birleşir ve zihninize ve bedeninize yerleşir. Buna elbette, çocukluğunuzda çaktığınız, içine doğduğunuz dünyanın bilinçsizliğinin neden olduğu acı da dahildir. Eğer onu kendi başına bir varlık olarak görürseniz gerçeğe çok fazla yaklaşmış olursunuz. O duygusal acı bedendir.”

Dikkatinizi içinizdeki histe odaklayın. Onun acı bedeni olduğunu bilin. Onun orada olduğunu kabul edin. Onun hakkında düşünmeyin. Hissetmenin düşünmeye dönüşmesine izin vermeyin. Yargılamayın ya da analiz etmeyin. Ondan kendinize bir kimlik yaratmayın. Orada mevcut kalın. Ve içinizde olup bitenin gözlemcisi olmayı sürdürün. Sadece duygusal acının değil ama aynı zamanda -gözlemleyenin- sessiz izleyicinin de

farkında olun. Bu, şimdinin gücü, kendi bilinçli mevcudiyetinizin gücüdür. Sonra neler olduğunu görün.” (Echhart Tolle)

Şimdiki anın dışında daha çok korku ve acı vardır. Bunu bizzat deneyimlerimizden biliriz. Herkesin bir korktuğu, bir de korktuğunun başına geldiği durumlar vardır. Korktuğumuz, gelecekte olacağını düşündüğümüz durumu dehşetle hayal ederiz. Çünkü o olaya karşı bilincimiz ve enerjimiz hazır değildir. Ama korktuğumuz olay başımıza geldiğinde, o anda, o olayla başa çıkabilecek enerji ve kabullenme gücünü kendimizde bulabiliriz. Andaki olaya müdahale etme olanağımız vardır, ancak geçmişteki ve gelecekteki olaya müdahale edemeyiz. Geçmiş ve geleceği doğrudan zihnimizden silerek özgürleşebiliriz. Gerçekten de, yaşadığımız acıların yüzde doksanı şu anda olmayan düşüncelerdir, yani aslında yoklar. Çok gerçek görünüyorlar değil mi? Ama değiller.

Şimdiki zamanda kalmak bize mutluluğun ve özgürlüğün yollarını gösteriyorsa, bunu bu zamana kadar çok fazla duymuş ve uygulamak istemişsek, hepimiz geçmişin gölgesini ve zaman zaman karanlığını üzerimizde hissetmişsek, geleceğin kaygısının ve umutsuzluğunun bizi tükettiğini hissetmişsek neden şimdiki zamanda kalmayı beceremiyoruz?

Alışkanlıklarımız, yanlış öğrenmelerimiz, yanlış inançlarımız bazen çok istediğimiz şeyleri bile yapmamızı engelleyebilir. Biz kendi üzerimizde gözlem yapmazsak, bu alışkanlıklar ve inançları bulup onlar üzerinde çalışma yapmazsak istediklerimizi gerçekleştirirken çok fazla zaman kaybederiz.

Öncelikle şimdiki zamanda yaşamamayı öğrendik bir şekilde sürekli bu şekilde yaşadığımız için bu durum alışkanlığa dönüştü. En basit alışkanlığımızdan kurtulmak için bile ne kadar sistemli bir çalışma yapmak gerektiğini biliyoruz. O halde düzenli ve disiplinli çalışarak bu konuyla ilgili amacımıza ulaşabiliriz. Ben olumsuz şeyler düşünmemeye çalıştım, bulunduğum zamanı en iyi şekilde değerlendirmeye çalıştım ama olmadı, ben de artık bu konu üzerinde çalışmıyorum, dersek olmaz. Pes etmeden çaba göstereceğiz.

Şimdiki zamanda yaşamamanın bize herhangi bir şey katmayacağına inanıyor olabiliriz. Geçmiş ve geleceği düşünmenin bizi eğlendirdiğine inanıyor olabiliriz. Ya da anda yaşamayı beceremeyeceğimize inanıyor olabiliriz. Bu durumda kendimize dönüp inançlarımızı sorgulayacağız. Hangi inançlarımız geçerliliğini yitirmişse değiştireceğiz.

Anda bulunmaktan kaçmamızın diğer bir nedeni de, o andan gerçekten hoşlanmamış olmamızdır. Orada yaşadığımızı istemiyor, kabullenmiyoruzdur. İşimizi, görünüşümüzü, yaşadığımız yeri, çocuklarımızı, anne babamızı, arkadaşlarımızı beğenmiyor, istemiyor olabiliriz. Bunları değiştirmeye gücümüz yetmiyor olabilir ya da ne değiştirmek istiyor ne de kabullenmiyoruzdur. Her şeyi bir arada istiyor da olabiliriz. Birbiriyle çelişen isteklerimizle baş edemeyince, biz de kendimizden ve isteklerimizden kaçarak şimdiki zamanın ve sorumlulukların olmadığı başka bir zamana gideriz. Oysaki sakince hayatımızda olanları kabullenirsek,



dünyaya neden geldiğimizi ve gücümüzü hatırlarsak, hayata karşı memnuniyetimiz artar ve anda olmak o kadar canımızı yakmaz.

An'ı yaşamak çaba ve kararlılık gerektirir. O anda yapılması gerekenler vardır. Biz en baştan, çalışmayı, yorulmayı olmaması gereken bir durum gibi görürsek en az enerjiyi harcadığımızda en mutlu olacağımıza inanırsak, an'ı yaşamakta zorlanırsak. İşe en basit eylemlerimizi gözlemleyerek başlayabiliriz. Nefes alışverişimizi takip edebiliriz. Günlük hayatımızda her gün karşılaştığımız insanlara, yani komşularımıza, bakkalımıza, çevremizdeki ağaçlara, binalara tam bir dikkatle, görerek bakabiliriz. Bu bizim için iyi bir alıştırma olabilir.

Anda bulunmak ve gereklerini yapmak çaba gerektirir, dedik. Bunun için de enerjimiz olmalı. İşlerimizi yapacak kadar enerjimiz olmayışı,

onu hem üretememekten hem de etrafımızdaki bize gönderilen enerjileri alamamaktan kaynaklanır. Biz o kadar çok geçmişte ya da gelecekte yaşarız ki bize şu anda gerekli olan enerjilerin kanallarını kapatırız.

Geçmişte olanları hatırlamak ve sürekli bunları düşünmek yaşadığımız mutluluk verici olayların tekrar tekrar yaşanmasını sağlayarak mutlu anlarımızın çoğalmasına yöneliktir. Ancak hatırlamakla gerçek, hatırlamakla yaşamak farklıdır ve sadece hatırlamak bizi huzurdan uzaklaştırır. Gerçek sevince ulaşmamızı engeller.

Şimdiki zamanda yaşayabilmek için elimizden geleni yapalım. □

KAYNAKLAR:

- *Şimdinin Gücü*, Eckhart Tolle.
- *Zihin ve Düşünce Üzerine*, J. Krishnamurti.

HABER

Tüyap Kitap Fuarına Katıldık

31 Ekim-8 Kasım 2009 tarihleri arasında düzenlenen 28. Tüyap Kitap Fuarında Ruh ve Madde, Meta ve Ege Meta Yayınları olarak okuyucularımızla buluşma imkanı bulduk.

Fuar süresince BİLYAY Vakfı üyeleri Tarık Arıkdal "Parapsikolojinin Temel Uygulamaları", Levent Kosova "Alternatif Şifa ve Enerji Uygulamaları", Cemal Gürsoy "Uyanışa Adanmak" ve Zümrüt Erkin "Depresyondan Pozitif Düşünceye" konferanslarıyla fuar etkinliklerinde yer aldılar.

Standımıza uğrayan ve etkinliklerimize katılan tüm kitapseverlere teşekkür ederiz.



Bilimde Entropi Kavramı ve Çalışma'da Çaba Kavramı

Dr. Maurice Nicoll

BİLDİĞİNİZ GİBİ, görevlerimizden biri Batı'nın bilimiyle Doğu'nun bilgeliğini ilişkilendirmektir. Bizim için bu, pratikte Çalışma'nın fikirlerini ve genel yapısını şu anda mevcut olan benzer bilimsel fikirlerle paralellikler kurarak ilişkilendirmemiz gerektiği anlamına gelir. "Entropi" sözcüğünden daha önce söz etmiştim. (Bilebildiğim kadarıyla Yunancada "içeriye doğru çevirmek" anlamına gelen entropinin, çok karmaşık bir sözcük olduğunu düşünüyorum.) Bilim bu sözcüğü evrene uygulandığı şekliyle kullanır; yani evren aşama aşama ağırlaşmaktadır, Güneş giderek soğumaktadır, yeryüzünün dönüşü gelgitlerden kaynaklanan sürtünme nedeniyle yavaşlamaktadır ve bunun sonucunda Ay giderek daha uzaklaşmaktadır ve nihayetinde, Güneş'in ısısının Dünya'yı ve onu çevreleyen gezegenleri ısıtması anlamında şu anda açık bir biçimde var olan enerji alışverişlerinin artık gerçekleşmeyeceği ölü bir dünya tablosu ortaya çıkar. Şimdi, Çalışma'nın ölen değil, gelişen bir evrende yaşadığımızı öğrettiğini biliyorsunuz. Bununla birlikte, şimdilik buna odaklanmayıp entropiye psikolojik açıdan yaklaşalım. Şu noktayı net bir biçimde göz önünde bulundurmalısınız: Entropi, yan yana koyulan sıcak su dolu çaydanlık ile soğuk su dolu çaydanlık gibi iki şey arasındaki enerji alışverişinde artar. Çaydanlıklar aşama aşama aynı sıcaklığa gelir ve entropi maksimum seviyeye çıkar. Bu seviyede, ısı adı verilen enerji formunun alışverişi son bulur. Benzer bir biçimde, bir elektrik bataryanız varsa ve bir kablo aracılığıyla negatif kutupla pozitif kutbu birbirine bağlarsanız kısa sürede akımı boşaltırsınız. Batarya tükenir ve bir kutuptan diğerine enerji gitmez.

Bir sonraki entropi kavramı, bunun düzensizlikle ve düzenle ilgili olmasıdır. Bu bakış açısından, entropinin artışı, ilgili şeyi oluşturan parçacıkların düzensizliğinin artması anlamına gelir. Örneğin, metal bir saat düzene sahip bir makinedir; parçaları belirli bir düzen içinde işler. Ama bu saatin birkaç bin derece sıcaklığa



maruz kaldığını varsayarsak, bütün metal erir. Bir başka deyişle, atomları ve molekülleri düzensiz bir ilişki içinde olmaya başlar ve saat artık düzenli bir makine olmaktan çıkar. Saat yok olur ve onun yerini moleküller ve atomlar ölçeğinde bütün parçalarının düzensiz hareketi alır. Schroedinger, entropinin artışının ne anlama geldiğine dair verdiği örnekler arasında benim de iyi bildiğim iyi bir örnek kullanmaktadır: Masanızda kitaplarınızı ve kağıtlarınızı derleyip toplamadan bırakırsanız, entropi –yani düzensizlik– artışı elde edersiniz ve muhakkak ki maksimum entropinin gerçekleşeceği ve her şeyin darmadağın olduğu bir hale ulaşabilirsiniz.* Ben de entropiyi düzen ve düzensizlik açısından ele alacağım ve bunun psikolojik entropi olarak adlandırabileceğimiz şeyle bağlantısını kurmaya çalışacağım.

* Erwin Schroedinger, *What is Life?*, Cambridge University Press.

Düşüncelerinizi arada bir düzenlemezeniz ve formüle etmek için bir çaba sarf etmezseniz, düşüncelerinizin gittikçe karmaşıklaşacağını muhtemelen bilirsiniz; bu artan düzensizlik ve artan entropi anlamına gelir. Daha az düzenlenmiş ve daha karmaşık olan herhangi bir doğa durumu, fiziksel olarak o durumun entropisinin artması anlamına geldiğine göre, bu fikri psikolojik alana aktarabileceğimizi ve böylece, belki de daha iyi anlayabileceğimizi düşünüyorum. Bu nedenle, Çalışma'nın sıkça vurguladığı bir şey olan "insanın düşüncelerini formüle etmesi"nin, kişinin kendinde entropiyi azaltmaya yönelik bir çabayla karşılaştırılabileceğini ileri sürmekteyim. Öte yandan, kişinin zihninde hiçbir şeyi netliğe kavuşturmaması ve, "Şimdi ne yapabilirim?" ya da, "Aslında ne düşünüyorum?" ya da, "Bu ne anlama

geliyor?” gibi soruları kendine hiçbir zaman sormaması, entropide bir artışla, yani kişinin psikolojik ya da içsel dünyasında artan bir düzensizlikle karşılaştırılabilir. Schroedinger, hayatın ve onun maddesel temelinin nasıl son derece düzenli olduğunu ve normal fiziksel sistemlerde –yani olağan maddede– bulunmayan düzeni gösterir. Buna dikkat çekmek belki de gereksiz çünkü hepimiz bitkiye dönüşen bir tohuma bakarken aynı fikre sahip oluruz. Ama bu, bütün olgularla nadiren yüzleşen bilim için ileriye doğru atılmış gerçek bir adımdır. Hayat bitkiler, ağaçlar, insan bedenleri gibi düzenli sonuçlar veren tohum plazması veya tohumlar tarafından aktarılan çok yüksek seviyeli bir düzenle karakterize olur ve bu, taşlar, otlar, metaller gibi düzenli olmayan maddelerden çok farklıdır. Daha basit bir ifadeyle, bilimciler hayatın temelinde maddesel parçacıkları belirli bir biçimde düzenleyen ve bu düzeni kuşaktan kuşağa aktaran ve canlı olmayan maddelerde geçerli ortalama kurallardan tamamen farklı olan bir düzenli kuvvetin bulunduğunun farkına varmaktadırlar.

Şimdi, konuyu psikolojik açıdan ele almaya başlarken, sizlere şu soruyu yöneltmek istiyorum: Her arzunuzu doyurduğunuzu, her şeyle özdeşleştiğinizi ve kısacası, kendiniz üzerinde hiçbir şekilde çalışmadığınızı varsayarsak, psikolojik entropinin artar mı, yoksa azalır mı? Sizin de kabul edeceğiniz gibi, entropinin artacaktır; yani gittikçe daha güç hoşnut olacak ve her açıdan bir tür doyumluğa ulaşacak, deyim yerindeyse her şeye “doyacak”sınız. Bunu, sıcak

ve soğuk çaydanlığın aynı sıcaklığa ulaştıkları ve aralarında artık hiçbir ısı alışverişinin gerçekleşmediği fiziksel entropinin psikolojik karşılığı olarak düşünüyorum. Ne söylemeye çalıştığımı kavramak için hepimiz biraz hayal gücünüzü kullanmalısınız. Elbette ki, farklı şekillerde doyuma ulaşan birçok psikolojik yöne sahibiz ve bu sorun, gerçekten de çok karmaşıktır. Ama şunu da kabul edersiniz ki, İçgüdüsel Merkez düşünüldüğünde, açlık entropiyi azaltırken aşırı yemek entropiyi artırır ve bir tokluk halinin ortaya çıkmasını sağlar.



Çalışma, kendimiz üstünde birçok farklı yoldan çaba sarf etmemiz gerektiğini öğretir. Çabanın entropiyi azaltma eğiliminde olduğunu ve dilediğiniz şeyi yapmanın entropiyi artırdığını söylersem, bana katılır mısınız? Kişinin düşüncelerini formüle etmesi örneğine değinmiştik. Bu

belirli bir tür çabayı gerektirir. Bunun ardından kendinizi tazelenmiş hissedersiniz, yoksa hissetmez misiniz? Daha çok kullanılabilir enerjiye sahip olduğunuzu hissedersiniz, yoksa hissetmez misiniz? Daha fazla enerji hissedeceğinizi ve kendinizi daha canlı hissedeceğinizi, sanıyorum ki hepiniz kabul edersiniz. Bu, sizdeki entropiyi azaltmış olduğunuz ve böylece, dışarıya verecek ya da kullanacak daha çok enerjiye sahip olduğunuz anlamına gelir. Ama sıkıttan patlayacak hale geldiğinizi, usandığınızı, artık yemeğe, cinselliğe ve tembelliğe doduğunuzu varsayalım ya da işinizi anlamaya bile çalışmadan veya herhangi bir sorumluluk üstlenmeden olabilecek en iyi şekilde yaşadığınızı ve artık hiçbir gayenizin olmadığını varsayalım; sanırım bu durumda, psikolojik entropinizin arttığını söylersem, bana katılırsınız.

Şimdi, bunu Çalışma anlamıyla gittikçe daha fazla uyumak fikriyle ilişkilendireceğim. Psikolojik entropideki artışın, psikolojik uykudaki artışın karşılığı olarak düşünülebileceğini kastediyorum. Çalışmazsak, hepimizin başına ne geleceğini biliyorsunuz. Her şeye boş verdiğimiz, dikkat göstermek için gerçek anlamda hiçbir çaba sarf etmediğimiz, odaklanamadığımız ve tam bir rüya halinde olduğumuz bir noktaya geliriz. Kendimizi hiçbir şeye uygulayamayız ve böylece, herhangi bir yeni izlenimi içeri alamayız. Asla yeni bir şey öğrenmeye çalışmayız ve cahilliğimizden dehşete kapılmak yerine, kendimizi hayatın akışına bırakırız. Bu Çalışma'nın ana notası, bizi bu tür bir uykudan uyandırmaktır, dolayısıyla fiziksel entropi ile psikolojik

entropi arasındaki paralelliği düşününce, Çalışma'nın ana notasının, olağan halde hiçbir zaman hayata geçirmeyi düşünmeyeceğimiz belirli çabalarla ve belirli şoklarla kendimizde entropiyi pratik olarak azaltmak olduğunun söylenmesine izin verilir, sanıyorum.

Bütün çabalar, belirli bir feda etmeyi içerir. Çok zor bir kitabı okuyup anlamaya çalıştığımı varsayarsak, neyi feda etmem gerekir? Tembellik etmek ve hiçbir şey yapmamak yönündeki büyük arzumu feda etmem gerekir. Bu, olağan halde tembelliğe, rahatlığa ve uyusukluğa kullanılacak enerjinin çabam sayesinde yeni bir kanala akmaya zorlanacağı ve tamamen yeni izlenimler edinmemi sağlayacağı anlamına gelir. Entropi artacak mıdır, yoksa azalacak mıdır? Sonrasında kullanmak için daha çok enerjiye sahip olacağıma göre, entropi elbette ki azalacaktır. Şimdi de, dikkatinizi Çalışma'daki şu ifadeye çekmek istiyorum: *Mekanik yaptığımız her şey sonsuza dek kayıptır ve şuurlu yaptığımız her şey sizinle kalır.* Çaba sarf etmek bir şeyi daha şuurlu yapmaktır ve size kuvvet verecektir. Entropiyi azaltacaktır. Mekanik hareket etmek ve kendinizi gün be gün akıntıya bırakmak ise enerjinizi alacak ve entropiyi artıracaktır. Aslında, hayatta olduğunuzu söylemeye hiçbir hakkınız yoktur. Hayatınızı yaşadığınızı söylemeye hiçbir hakkınız yoktur. Hayatınızın sizi yaşadığını söylemeniz daha doğru olur.

Feda etme terimini kullanmışım ve bütün çabaların bir şeyleri feda etmeyi içerdiğini söylemişim. Örneğin, birine karşı negatif olduğunuzda, bu duyguyla özdeşleşmemeye çalışmak bir feda

ediştir. Aksi takdirde, negatif olmaya gidecek enerjinin feda edilmesidir ve aynı zamanda, negatif duygunun özel ve en tehlikeli biçimiyle bağlantılı olarak amacınızı da hatırlarsanız; enerji, amacınızı korumaya ve bunu geliştirmeyi arzulayan “ben”lere akacaktır. Bu, sarf edilmesi gereken iyi bir çaba türüdür ve Çalışma’da öğretilen bu tür çabaların yalnızca bir iki örneğini pratik yönüyle ele alıyoruz.

Bildiğiniz gibi, Çalışma feda etmenin sonsuzca faydasız biçimlerinin olduğunu söyler. İnsanlar feda edecek bir şeylerinin olduğunu düşünür ve hatta kendilerini feda ettiklerini hayal ederler, oysa hiç de bu türden bir şey yapmazlar. Bu nedenle, Çalışma feda hakkında ilk başta çok katı konuşur. Bay Ouspensky’nin daha önceki gruplarına katılan duygusal bir kadın neyi feda etmeleri gerektiğini sormuş ve şöyle bir yanıt almıştı: “Feda etmekten neyi kastediyorsunuz? Feda edecek hiçbir şeyiniz yok. Hepsi imajinasyon.” Öte yandan, bir başka yerde şöyle dediğini işitmişim: “Şu anda feda edebileceğiniz yalnızca tek bir şey var, o da ıstırabınız.” Bu yanıtı duyan birçok insanın kendilerini, İnciller’de anlatılan ve sahip olduklarıyla, meziyetleriyle ve yasal anlamdaki günahsızlığıyla özdeşleşmiş olan ve İsa’ya sonsuz hayata nasıl erişebileceğini sorduğunda, “Eğer eksiksiz olmak istiyorsan git, varını yoğunu sat, parasını yoksullara ver; böylece göklerde hazinen olur. Sonra gel, beni izle,” (*Matta*, 19:21) yanıtını alan zengin genç adam gibi hissederek evlerine gittiklerini düşünmüşümdür. Evet, burada gerçekten feda edeceğimiz bir şeye sahibiz ve bu kadar çok bağlandığımız ve bu kadar

çok özdeşleştiğimiz kendimize dair resimlerimizi, Hayal Ürünü “Ben”imizi ve Sahte Kişiliğimizi, yüce erdemimizi ve olağanüstü meziyetlerimizi feda ederek başlamamız gerektiğini söylersem, hepimizin bana hak vereceğini sanıyorum. Ama Çalışma, biraz düşünecek olursanız, bize bundan daha fazlasını öğretir. İstiraplarımızı feda etmemiz gerektiğini söyleyen bu şaşırtıcı ifadeyi ele alalım. Kendinize acımanız entropiyi çok hızlı bir biçimde artırır. Bunu hiç fark ettiniz mi? Kendinize acırken çalışmak için daha fazla enerjiye mi sahip olursunuz?

Bu ilginçtir çünkü *iman* kavramıyla entropiyi azaltan ve aksi halde sahip olduğumuza inandığımız meziyetlere, kendimize acımamıza, iştaha, miskinliğe ve negatif durumlara akararak bizi bunaltacak olan enerjiyi serbest bırakan bir şeyin kastedildiği söylenebilir. Olağan “Ben” algımızın önemli bir kısmını ıstırap içinde sarf ettiğimiz çabalardan elde etmez miyiz? Öyleyse bu, çalışmak üzere yola çıkmak için kötü bir “Ben” duygusudur. Çalışıp didindiğimizi düşünür ve sessizce ıstırap çektiğimizi gerçekten de ne kadar sık hissederiz. Layık olduğumuzu hissettiğimiz takdiri hiçbir zaman görmeyiz. Ayrıca, kendimize bir sürü şarkı söyleriz. Bütün bunlar entropiyi artırır ve bunların hepsi, ilk başta girmemiz ve çalışmamız söylenen feda edişler alanıdır çünkü daha önce söylediğim gibi, ilk önce değişmesi gereken psikolojik insandır. Sizdeki psikolojik adamın veya kadının değişmeye başlaması harikulade bir şeydir. Harikuladedir çünkü tamamen yeni bir enerjiye eriştiğinizi hissedeceksiniz. Kendinize farkında



olmadan koyduğunuz sınırlamalardan kurtulmaya başlarsınız. Tutumlarınızın oluşturduğu engelleri aşmaya, çok sıkıca ve saygıdeğer bir biçimde yaşadığınız bu daracık mekandan kaçmaya başlarsınız. Öteki yanı, bu karanlık yanı görmeye başlarsınız. Işık huzmesinin bu içsel karanlığa süzülmesine izin vermeye başlarsınız. Evinizdeki diğer odaları açmaya başlarsınız. Kendi içinize doğru yönelebilmeye başlarsınız. Bütün bunlar enerjiyi artırır ve entropiyi azaltır. Ama kendiniz için kendi çalışma ve gözlemlerinizi örnek bulmalısınız ve her biriniz, çok emin olduğu ve itiraza ya da tartışmaya yer vermeyecek pratik sonucunu görebildiğiniz net bir örneğe sahip olmalısınız. Sorun şu ki, insanlar bu Çalışma'ya kendini gözleme aracılığıyla elde ettikleri net bir örnek –örneğin, bir negatif düşünce– olmaksızın gelir ve bütün söylenenlerin neye dair olduğuna ilişkin bir belirsizlik içinde yaşar. Bay Ouspensky bu nedenle, “Teorik konuşmalar değil örnekler istiyorum. Bana kendini gözlemlemenin iyi bir örneğini ya da kendi üzerinizde yaptığımız bir çalışma anını, şuurlu olarak sarf edilen gerçek bir çaba anını söyleyin,” derdi. Bu, herkes için oldukça mümkündür. Ve

bunu yapmak, kendini gözlemlemenin ne olduğuna veya ne olması gerektiğine dair ya da mekanik tepkilerin ne anlama geldiğine veya uykunun ne anlama geldiğine dair uzun teorik makaleler yazmaktan çok daha iyidir. Kendiniz tarafından kendiniz üzerinde ve kendinizden yola çıkarak yaptığınız gerçek çalışmaya dair iyi bir Çalışma hafızasına sahip olduktan sonra, samimi olarak sarf edilen her Çalışma çabasının enerjiyi artıracaklarını ve böylece entropiyi azaltacaklarını anlamakta hiçbir güçlük yaşamayacaksınız. Belki de temellerinde gerçek ezoterik öğretiyi yatan bütün büyük dinlerin daima insanın ömrü boyunca sarf edebileceği ve sarf etmesi gereken ve insanın ezoterik anlamda İNSAN olmasını sağlayan belirli çaba türlerini amaç edinmelerini anlayacaksınız. Biraz önce değindiğimiz sıcak çaydanlığın, kendi kendine şoklar verebilmesi halinde gittikçe ısınacağını düşünüyorum, yani bir yandan enerji vermeye devam ederken kendi enerjisi de artar. Çaydanlıklar bunu yapamaz ama ezoterizm İnsan'ın –hayatta erkenden ağırlaşan ve uzun süre önce ölmüş bir kişi haline gelen mekanik insanın değil, şuurlu olmak isteyen ve daha önce bu yolda ilerleyenlerden kendine ulaşan bir öğretiye uygun olarak içsel gelişim ve içsel dönüşüm yolunda kasten bir tercih yapan bir insanın– kendine doğru şokları doğru zamanlarda vererek bunu yapabileceğini ve böylece tamamen farklı bir enerji seviyesine ulaşabileceğini söyler. □

Kaynak: Yazarın *Psychological Commentaries on the Teaching of Gurdjieff and Ouspensky* adlı kitabının 2. cildinden yapılan alıntıyı çeviren: Tufan Göbekçin

Yavru ördekler hayatta kalmayı annelerini taklit ederek öğrenir. Taklit yoluyla ya da modelleme yoluyla öğrenme insanlar da dahil birçok canlı için esastır.

Yaratıcılık Stratejileri

Duygu Güner

1. Bölüm

ASLINDA her birimiz kendi içimizde çok büyük bir yaratıcılık potansiyelini barındırıyoruz. Ancak çoğu zaman bunun farkında olmadığımızdan ya da yaratıcı olduğumuza inanmadığımız için bu potansiyeli açığa çıkarmakta zorlanıyoruz. Yaşamımızda büyük bir zorlukla karşılaştığımızda ya da mecbur kaldığımızda hepimiz çok yaratıcı işler yaptığımıza tanık olmuşuzdur. Ancak bu yaratıcı potansiyelden yararlanmak için böyle bir zamanı beklememiz gerekmiyor. Evet, bazı insanlar gerçekten belli konularda oldukça sivrilmiş bir yaratıcılık yeteneği sergileyebiliyorlar. Ancak bu aslında belli uygulamalarla herkesin geliştirebileceği bir yetenektir. Tek yapılması gereken, buna inanmak ve zihnimizi bu yönde harekete geçirmektir. Elbette, bu konuda herkesin kendine göre uygulayabileceği çeşitli stratejiler de var. Burada bu stratejilere kısaca değinmek ve yaratıcılığı ortaya çıkarmak için kullanılacak bazı yöntemler üzerinde durmak istiyorum.

Konuya girmeden önce, “strateji” sözüyle ne anlatmak istediğimi biraz açıklamam gerekiyor. Her birimiz her gün yüzlerce eylem yapıyoruz. Sabah kalktığımız andan itibaren bir hareket başlıyor. Giyiniyoruz, günlük işlerimizi yapıyoruz, işe veya okula gidiyoruz, ev işleri yapıyoruz, kitap okuyoruz, düşünüyoruz, hayal kuruyoruz vs. Yaptığımız eylemler ister harekete yönelik, isterse zihinsel eylemler olsun, hepsinde mutlaka zihnimizde bir şeyler yapmak zorundayız. Yani her eylemin beynimizde bir karşılığı var ve beynimizde herhangi bir eylemi başlatmaksızın hiçbir şey yapmamız mümkün değil. Diğer bir deyişle, zihnimizde imgelemeksizin parmağımızı bile kıpırdatmamız mümkün değil. Kısacası, tüm eylemler beynimizin kontrolü altında sinir sistemimiz aracılığıyla gerçekleşiyor. Farkında olalım ya da olmayalım bu böyle çalışmakta.



Şimdi, bu durumda her ne yapıyorsak yapalım zihnimizde birtakım programları çalıştırıyoruz demektir. Bu programlar genellikle bilinçdışı olarak çalışmaktadır. Yani biz yaptığımız işlerin %99'unu ne yaptığımızı bilmeden yaparız. Çünkü yapmakta olduğumuz şeylerin büyük bir bölümü çok küçük yaşlarda öğrenilmiştir ve tamamen bilinçdışı alışkanlık haline gelmiştir.

Ancak bunun böyle olması, yani bilinçli olarak ne yaptığımızın farkında olmamız yaptığımız eylemlerin bir yapısı olmadığını göstermez. Her eylem için beynimizde yaptığımız bir şeyler vardır. Örneğin, sabah kalktınız ve çay yapmak istiyorsunuz. Öncelikle zihninizde bunu imgelersiniz (farkında olmadan). Belki kendi

kendinize içinizden, "Kalkayım bir çay koyayım," dersiniz. Mutfağa gidersiniz ve belki de mutfağa doğru yürürken aklınıza bir gün önceden çaydanlığın içerisinde kalan çaylar aklınıza gelir ve, "Şu çaydanlığı dökmekten nefret ediyorum," diye zihninizde söylenirsiniz. Neyse, çaydanlığın altına suyu üstüne de çayı koyarsınız. Çayı demlemek için önce alttaki suyun kaynamasını beklersiniz. Su kaynayınca çayı demlersiniz; bu arada alttaki su azalmışsa biraz su eklersiniz.

Şimdi, bütün bu işlemler yaşamınızın belli bir döneminde öğrendiğiniz şeylerdir. Ancak bunları yaparken belli bir sıraya göre yaparsınız. Ve bu eylemleri yaparken sizi yönlendiren şey zihninizde işlemekte olan programlardır. İşte,

bu programlara “stratejiler” adını veriyoruz. *Yaptığımız en basit eylemlerden en karmaşık zihinsel işlemlere dek her şey bir şekilde öğrenilmiştir ve her eylemin ardında bir zihinsel strateji vardır.* Kısacası, her eylemin bir yapısı vardır. Bu yapı keşfedilebilir, açığa çıkartılabilir, analiz edilebilir ve başkalarına öğretilir. Hatta kişi kendi başarılı olduğu alanlarda kullanmış olduğu stratejileri yaşamının başka alanlarına aktarabilir ve bunlardan yararlanabilir. Burada elbette, bütün bunlara detaylarıyla değinmemiz mümkün değil. Ancak sizlere yaratıcılığıyla tanınmış ünlü birisinin modellenmesi sonucunda ortaya çıkarılmış bazı temel stratejileri anlatacağım ve yaratıcılığınızı geliştirebilmeniz için bazı ipuçları vereceğim. Ve sizler de daha sonra bunlar üzerinde çalışarak kendinizi geliştirebilir, istediğiniz herhangi bir alanda yaratıcılığınızı artırabilirsiniz.

Burada anlatmak istediğim en temel strateji, oldukça yaratıcı bir kişinin modellenmesiyle oluşturulmuş bir yaratıcılık stratejisidir. Günümüzde pek çok yaratıcı dahilerin stratejileri modellenmiştir. Ancak bu kişinin yaratıcılık stratejisi bunlar içerisinde hemen her konuya uyarlanabilecek bir esneklik taşımaktadır.

Yaratıcılığın Geliştirilmesi

YARATICILIĞIN imgeleme ile olan ilişkisini hepimiz biliyoruz. Yaratıcılığı mümkün kılan şey zaten bizim içinde bulunduğumuz zaman ve mekanı aşır orada olmayan bir şeyleri imgeleyebilmemiz. İmgeleme yeteneğimiz çoğunlukla bilinçdışı olarak çalışan bir süreçtir.

Yani düşünürken zihnimizde neyi imgelediğimizin çoğunlukla farkında olmayız. Ve zihinsel işlemleri nasıl yaptığımızı bilmeyiz. Örneğin, arkadaşınızın telefon numarasını nasıl hatırladığınızı bilmezsiniz. Ya da akşam olunca evinizin yolunu nasıl bulduğunuzu. Bunlar sizin için çok doğal ve alışkanlık haline gelmiş hareketlerdir. Ancak farkında olmanız da olmanız da bunları yaparken zihinsel olarak kullandığınızı bazı stratejiler vardır.

Günlük yaşam içerisinde yaptığımız işlere göre kullandığımız pek çok stratejiler vardır, ancak bunlar temel olarak altı başlık altında toplanabilir.

1. *Kaydetme ve Hatırlama Stratejisi:* Herkesin deneyimlerini kodlamak ve hatırlamak için kullandığı bir yol vardır. Görsel eğilimli olanlar anılarını görüntü ağırlıklı olarak, işitseller ses ve sözcük ağırlıklı olarak, dokunsallar ise his ağırlıklı kodlayacak ve hatırlarken de genellikle bu yolu kullanacaklardır. Örneğin, dokunsal ağırlıklı bir kişi bir şeyi hatırlarken ilk önce, o olayla ilgili hislere ulaşır ve oradan hareketle görüntüyü bulur vs.
2. *Gerçeklik Stratejisi:* Normal insanlar zihinlerinde kurguladıkları imgelerle gerçek olarak yaşadıkları anıları birbirinden ayırt etme stratejisine sahiptirler. Şizofreni gibi vakalarda bu strateji iyi çalışmadığı için kişi gerçek olaylarla hayali imgeleri birbirine karıştırmaya başlar.
3. *Karar Verme Stratejisi:* Yaşamımızın büyük çoğunluğu verdiğimiz kararlardan ibarettir. Her birimiz kendi zihnimizde oluşmuş bulunan imgesel kriterlere, değerlerimize ve inançlarımıza göre bir karar verme



stratejisine sahibiz. En basit konudan en zor kararlara varıncaya kadar birkaç karar verme stratejimiz vardır.

4. *Motivasyon Stratejisi:* Belli bir işi yapmak üzere harekete geçerken kendi kendimize kullandığımız bir stratejidir. Kişinin zihin yapısına göre çok farklılıklar gösterebilir.
5. *Öğrenme Stratejisi:* Bu stratejinin içerisinde Kaydetme, Motivasyon ve Karar Verme Stratejileri çalışır.
6. *Yaratıcılık Stratejisi:* Herhangi bir alanda yenilik yapmak, bir eser yaratmak veya ortaya çıkan problemleri çözmek için kullandığımız stratejiler.

Yaratıcılık stratejileri içerisinde diğer ana stratejilerin birkaçı kompleks bir biçimde birlikte çalışır. Bunların analizi oldukça karmaşıktır ve ayrı bir kognitif uzmanlık alanıdır.

Bizim için gerekli olan ve yapılması gereken temel eylemler şunlardır:

1. Yaratıcılığa engel olan sınırlayıcı inançların kırılması ve yerine olumlu yönde destekleyici inançların yerleştirilmesi.
2. Yaratıcılığımızı geliştirmek, istediğimiz alanı belirlemek.
3. Yaratıcı olmak istediğimiz alanla ilgili imgeleme gücümüzü geliştirmek.

Yaratıcılığımızı Geliştirmek İstediğimiz Alanın Belirlenmesi

HER BİRİMİZİN gerek doğuşumuzla birlikte yanımızda getirdiğimiz, gerek çok küçük yaşlarda geliştirdiğimiz pek çok yeteneklerimiz var. Bunların bazıları yaşam içerisinde gelişme imkanı bulurken, bazen

çok yetenekli olduğumuz bazı alanlar zaman içerisinde körelmiş olabilir. Aslında yaratıcılığa yönelik olarak yapılan çeşitli uygulama ve egzersizler genel olarak her alanda yaratıcılığımızın gelişmesine yardımcı olur. Ama özellikle yaratıcı olmak istediğimiz alanı keşfedip o alanda çalışmaya karar vermek oldukça önemlidir.

Bunun seçimi herkesin kendi ihtiyaçlarına göre değişebilir. Kimimiz müzik alanındaki yaratıcılığını geliştirmek isteyebilir, kimimiz resim, kimimiz bilimsel alanda, kimimiz iş alanında vs. Her ne olursa olsun başarılı olabilmemiz için yapmak istediğimiz şeyi öncelikle net bir biçimde tanımlamamız gerekir. Çünkü pek çok şeye yeteneğimiz olabilir ama öncelikle hangi yönümüzü geliştirdiğimize karar verip o yönde çalışmazsak hiçbir ilerleme kaydedemeyiz. İşte bu yüzden, kendimize net bir hedef koymamız ve ayrıca bu hedefe inanmamız gerekir. Resim ya da müzik kursuna başlayıp bir iki ders sonra sıkılıp bırakmak gibi durumlar bize pek yabancı değildir. Bu yüzden, eğer başarılı olmak istiyorsak hedefimizi mümkün olduğunca net bir şekilde belirlemeli ve bu ana hedefi koyduktan sonra bizi bu hedefe ulaştıracak eylemleri adım adım yerine getirmeliyiz.

(Devam Edecek)

Derin Anı Süreci ve Travmanın Şifa Bulması

Roger J. Woolger

2. Bölüm

AYRICA otuz yıldan beri ilk kez sinüslerinin tamamen temizlenmiş olduğunu da bildirdi. Geçmiş yaşamın ergenlik döneminden kalan tamamlanmamış yas, görünen o ki, kendi ergenliği sırasında bilinçdışı yolla yeniden etkinleşmiş ama boğulma travması nedeniyle, geçmiş yaşamın gözyaşları adeta sinüslerinde takılı kalmıştı. Bu yaşamdaki yalnızlıkla ilgili sorunları ve uzun sürmeyeceklerinden korktuğu için ilişkiler kurmaya yönelik korkuları, Veronica için derhal apaçık hale gelmişti.

Beden Anıları

BİR ÇOCUK öfkeli bir ebeveyn tarafından dövüleceği korkusuyla yaşarsa, başını korumak için büzülmeyi ve omuzlarını kaldırmayı öğrenir. Bu korkudan kurtuluşu yoksa, savunmacı omuz zırhlanması asla gevşemez ve buna karşılık olarak sıkı “sinirli” midesi ve tedirgin siğ nefesleri de gevşemez. Bir süre sonra çocuk sürekli olarak “tetikte” olmaya öyle uyumlanır ki korku, organizmasında kronik olarak kalkık omuzlar, bükülmüş sırt, sıkışık göğüs ve mide biçiminde kilitli halde kalır. Yıllar içinde bu gibi tutma kalıpları belirli karakteristik sabit postürlere kadar bozunabilir (Reich, 1951). Bu koşulları çözememiş donmuş beden anısı olarak sonuçlanır. Wilhelm Reich kafada, çenede, boyunda, omuzda, gırtlakta, diyaframda, alt karında, bacaklarda, kollarda, ellerde ve ayaklarda bulduğumuz şu katı ve bilinçsiz kassal tutma kalıplarını tarif etmek için karakter zırhı terimini icat etmiştir (Lowen, 1976; Kurtz, 1976).

Wilhelm Reich tarafından hedeflenen daha fiziksel olan salıvermelere uygun olarak, geçmiş yaşam terapisi çok büyük sıklıkla bedensel zırhlanmanın kendiliğinden çözülmesine ve engellenmiş fiziksel libidonun eski haline dönmesine yol açar. Gerçekten de, bir gözlemci tarafından ilk kez görüldüğünde, geçmiş yaşam terapisinin çarpıcı olan yanı, yeniden yaşanan





hikayeye hastanın bariz biçimde fiziksel olarak dahil oluşudur. Pek çok seansta hasta, gözleri kapalı, bir geçmiş yaşamın içsel görüntülerini pasifçe anlatır halde yalnızca oturmaz veya uzanıp yatmaz. Aksine, hayal edilebilecek en dramatik türden çırpınmalara, kasılmalara, öğürmelere ve dövünmelere maruz kalabilir. Bilişsel anlayışı hedefleyip bedeni ihmal eden bilişsel (kognitif) terapötik tekniklerden en temel farklılığı budur. Tam tersine, Derin Anı Süreci hem fiziksel şiddetin hem de duygunun en canlı biçimde deneyimlendiği yerin beden olması gibi basit bir olgu nedeniyle bedene odaklanmış halde kalır. Bu durum, Bessel van der Kolk ve Judith Herman önderliğindeki bir Harvard psikiyatrik araştırma

grubunun travma terapisi üstüne yaptıkları çığır açıcı çalışma ile de iyice vurgulanmıştır. Ekip travmatik anıların saklanması, normal bellekte olduğu gibi beyin korteksinin sözel bölgelerinin değil, limbik sistemin ve sensörimotor patikalarının sorumlu olduğunu belirtmektedir. van der Kolk tarafından yazılan makale “Skoru Beden Kaydeder” başlığını taşımaktadır (van der Kolk, 1996). Travma terapisi açısından ima edilen şey, etkili hatırlamanın ve travmatik kalıntıların salıverilmesinin bedeni içermesi gerektiğidir.

Beden anılarında odaklanmanın önemi, sensörimotor psikoterapide de vurgulanmaktadır (Ogden, 2000). Travma sonrası stres gibi travmaları işlemeden geçirirken, bilişten veya duygulardan çok, bedeni ana odak olarak kullanan sensörimotor psikoterapi travmanın beden üzerindeki etkilerini doğrudan tedavi etmekte, bu da daha sonraki duygusal ve bilişsel işlemde geçişleri kolaylaştırmaktadır. Fiziksel hareketleri ile beden terapisi tamamlanmaya izin vererek beden anılarını donmuş hallerinden çözmeyi hedeflemektedir. Derin anı işlemi bunu, aksi takdirde erişilemez halde olan travma anılarını saklayan savunma bariyerlerini bertaraf etmek amacıyla daha da ileriye götürmektedir.

Mark Vakası: Depresyon ve Sırt Ağrısı

DUYGULARIN ve son derece yüklü hikayelerin bedende nasıl derinde tutulabildiklerine ilişkin bir örnek vermek için görüşüne göre birbiriyle

ilintisiz iki sorundan, şiddetli sırt ağrısı ve tekrarlayan depresyondan mustarip Porto Riko’lu bir psikiyatrist olan Mark’ın vakasını ele alalım. Bir terapistte başvurduğu sırada, hastane danışmanlığı işinde kendini tuzağa düşmüş gibi hissetmekteydi. Terapist onu sırt ağrısına odaklandırarak seansa başladı ve ağrıyı nasıl hissettiğini sordu. “Sanki oraya vurulmasına karşı kendimi kasiyormuşum gibi.” “Neye karşı kasiyor?” “Bir şeyden gelen darbeler, ...belki de bir kamçı! Şimdi de, ellerim bir şeye bağlanmış gibi hissediyorlar.” Ortaya çıkan imgeyle, bileklerine bir kaç havlu bağlayıp sırtına sahneyi telkin eden hafif darbeler indirerek psikodramayı oluşturduk. İmge giderek daha belirginleşti ve acının artık çok şiddetli olduğunu ama aynı zamanda kendini son derece öfkeli hissettiğini bildirdi. Terapist, “Neye öfkeli?” diye sordu. “Onlara. Sahiplere. Ben bir zenci köleyim. Dördüncü kaçışım bu ve beni yine yakaladılar. Bana işkence yapacaklar.” Ardından vahşi darbelerin devam ettiğini ve sonunda ölmeye bırakıldığını bildirdi. Kölenin ölürken düşündükleri, büyük bir hiddet ve, “Ne faydası var. Umutsuz. Asla bundan kurtulamayacağım. Onlar daha güçlü,” şeklinde bir güceniklikti.

Kendini bedenini terk ederken gördü ama gerilim geride kalmıştı. Terapist, “Sırtında hala tuttuğun nedir?” diye sordu. “Onların hepsini öldürebilirdim. O kadar öfke doluyum ki.” Bunun üzerine, kollarını bağlardan çözüp bir yer yatağını dileğince dövmeye davet edildi. Eline bir tenis raketi alıp yer yatağına tekrar tekrar vururken büyük miktarda bir hiddeti boşalttı. İyice yorulduğunda, sırtında bir enerji akışı ve o güne dek hiç

bilmediği bir hafifleme olduğunu bildirdi. “Onları dövmekteydim,” dedi, “ama çalıştığım hastanedeki üstlerimi de dövmekte olduğumu fark ettim!” Bilinçdışı yolla hastanedeki üstlerini yeni köle sahiplerine dönüştürmüş ve kölenin “umutsuzluğu”nu bugünkü hayatında yeniden oynamaya başlamıştı. Kısa süre sonra, özel ofisini açmak üzere hastaneden ayrıldı. Bu seanstan sonra hem sırt ağrısı hem de depresyonu ortadan kalkmıştı.

Derin Anı İşleminde Somatik Farkındalıktan Yararlanan Terapötik Stratejiler

İşte, danışanlarla çalışırken izlenecek bazı kurallar:

1. Bir vakanın geçmişini öğrenirken, danışanın tüm fiziksel hastalıklarını, kazalarını veya (sağırılık, gözlük kullanma, yüksek tansiyon vb.) tüm zayıflıklarını anlattığından emin olunur. Bunları not ederken, aynı dönemlerinin az öncesinde veya o sıralarda duygusal bir altüst oluş yaşayıp yaşamadığını sorulur.
2. Danışandan bariz sorununu veya belirtilerini tarif ederken, bunları anlatırken bedeninde neler hissettiğini tarif etmesi istenir.
3. Danışan bir derin anıyı veya "geçmiş yaşam" hikayesini hatırlıyorken, hikayenin tümünü bedenden kopuk bir üst noktadan değil de, beden içinde kalarak bildirmesi sağlanır.
4. Seans sırasında, özellikle de bir travma yeniden yaşanırken çok az duygu boşalımı var ise tüm fiziksel hareketleri, gerginleşmeleri,

kasılmaları, sığ soluması vb. ele alınıp çoğaltılır.

5. Belirli bir ağrının veya organik sorunun bildirildiği anlarda, danışanın o acıya, ağrıya veya rahatsızlık çeken bölgeye odaklanması ve bilincini onun tam merkezine odaklayıp imgelerin ve hislerin kendiliğinden ortaya çıkmasına izin vermesi teşvik edilir. Terapist, “Acı neye benziyor? Keskin mi donuk mu? Bedenin dışından mı içinden mi geliyor? Buna ne sebep olabiliyordur? Bedenin ne yapmak istediğini hissediyor?” gibi cümleler kullanır. Terapist esasen, “sanki sırtıma vuruluyor gibi; sanki başım eziliyor gibi; sanki karnım yarılıp açılıyor gibi” şeklindeki örneklerde olduğu gibi “sanki” ile başlayan çok yüklü küçük bir cümlede saklı olan benzetme aracılığıyla bir imgenin giderek açılmasını teşvik etmektedir.
6. Bedenin hikayeye tepki veren kısımları, kendilerini ister fiziksel ister sözel ister her iki yolla da ifade etmeleri için teşvik edilir. Örneğin, sınıksız tutulan bacaklar söz konusuysa, terapist, “Kendine tekmeleme izni ver. İyi! Şimdi, bırak bacakların o kişiye ne yapmak istiyorsa yapsın. İzin ver tekmelesin!” diyebilir. Ardından danışan, geçmiş bir yaşamdan imgelenen zalim kişiyi temsil eden yer yatağını tekmeleyerek bağırır: “Bırak beni, pis domuz!” Az önceki Mark vakası örneği bu stratejiyi göstermektedir. Bilinci acıya veya rahatsız olan bölgeye götürmekle ilgili olan ve sensörimotor terapide de kullanılan bu tekniği Steven Levine, ölümcül hasta olan bireylere danışmanlık



yaparken (Levine, 1984) son derece değerli biçimde kullanmıştır.

Sonuç

BEDEN BELLEĞİYLE pratik bir yoldan uğraştığı için Wilhelm Reich'a ve de hikayelerin dramatize edilmesinde ısrarcı olduğu için Moreno'ya bilhassa teşekkür borçluyuz. Freud'un cinsel bastırma ve libidonun hareketinin engellenmesine ilişkin teorisinin fizyolojik imalarından uzaklaşmaya başladığı dönemde Reich, katı karakter yapıları ve bunların beden tarafından nasıl ifade edildiği meselesini araştırmaktaydı. Bu katı yapıların fiziksel ya da somatik stres sonucu olmayıp, psişik travmanın, derinlere bastırılmış duyguların ve yaşamın temel, bilinçsiz bir inkarının doğrudan ifadeleri olduklarını bize gösterdi. Organizmadan dışarıya, yaşamın içine akıyor olması gereken libidonun tamamı çatışma yaratıyor olsa da kas yapısının altında kilitli kalmaktadır. Bu da otonom işlevleri baskılamakta, organik işleyişi kötü etkilemekte ve sıklıkla tüm iskelet duruşunu bozmaktadır.

Beden anılarına odaklanmanın önemi, Bessel van der Kolk ve Judith Herman önderliğindeki bir Harvard psikiyatrik araştırma grubunun travma terapisi üstüne yaptıkları çığır açıcı çalışma ile de iyice vurgulanmıştır. Travma terapisine Derin Anı İşlemi yaklaşımının temel sensörimotor psikoterapiden farklılığı, güçlü bir salıverme sırasında, danışanın öfkesinin ve gözyaşlarının bu duygularla birlikte yükselen herhangi bir imgeyi izlemesi için teşvik



edilmesidir. Bazısı danışanın mevcut sorunlarının derin anı yansımaları gibi işlev gören, “geçmiş yaşam” fragmanları gibi ortaya çıkan her türden bölük pörçük sahne ve hikaye ortaya çıkacaktır. Vaka incelemelerinde de görülebileceği gibi, tam olarak teşvik edildiklerinde, fiziksel ve duygusal salıverme çok hızlı biçimde başarılabilir. Terapistin görevi danışanı bir tür tamamlanma veya çözüme ya da Jung’un sözleriyle “rüyayı düşlemeye” veya Perls’in sözleriyle “bitmemiş Gestaltı tamamlamaya” doğru bu imgelemiş içeriği izlemeye teşvik etmekten ibarettir. □

Yazar

Roger J. Woolger İngiltere’deki Oxford Üniversitesinde Psikoloji bölümünden mezun olmuş ve Felsefe mastırı yapmıştır; İsviçre’deki Zürich C.G. Jung enstitüsünden Jungçu (psiko) analist ve psikoterapist diploması almıştır. Ayrıca Londra Üniversitesinde felsefe mastırı ve felsefe doktorası yapmıştır. Derin Anı İşlemini geliştirmiştir ve bu tekniğin baş eğitimcisidir.

Not: Yazar, bu makalenin ilk versiyonlarındaki editoryal yardımlarından dolayı Andy Tomlinson’a teşekkür eder.

KAYNAKÇA:

- Achterberg, J. *Imagery in Healing: Shamanism and Modern Medicine*, New York, 2002
- Adler, G. *Dynamics of the Self*, London, 1949
- Ahsen, A. *Image in Psychotherapy Process*, New York, 1986
- Assagioli, R. *Psychosynthesis*, New York, 1965.
- Borysenko, J. *Minding the Body, Mending the Mind*. New York, 1993
- Dychtwald, K. *Body-Mind*, Pantheon, New York, 1977.
- Gendlin, E. *Focusing*, New York 1970.
- Harner, M. *The Way of the Shaman*, Harper, New York, 1980.
- Herman, J. *Trauma and Recovery*, Harper, New York, 1992
- Hillman, J. *Archetypal Psychology: A Brief Account*, Dallas, 1983.
- Jung, C.G. "Psychology and Religion" in *Psychology and Religion*, Collected Works, Vol. 11, Princeton University Press, 1969.
- Jung, C.G. "A Review of the Complex Theory" (1934) in *The Structure and Dynamics of the Psyche*, Collected Works, Vol. 8, Princeton University Press, Princeton, 1969, para. 200.
- Kalsched, D. *The Inner World of Trauma*, Routledge, London, 1996.
- Kurtz, R. and Prester, H. *The Body Reveals*, Harper, New York, 1976.
- Kurtz, R. *Body-Centred Psychotherapy: The Hakomi Therapy*, California, 1997
- Lowen, A. *Bioenergetic*, Penguin, New York, 1976.
- Levine, P. *Waking the Tiger: Healing Trauma*, Berkeley, CA: North Atlantic Books, 1997
- Moreno, J.L. *The Theatre of Spontaneity*, Beacon House, New York, 1953
- Ogden, P. and Minton, K. *Sensorimotor Psychotherapy: One Method for Processing Traumatic Memory*, *Traumatology*, 6(3), article 3 ,October 2000.
- Perls, F. S., Hefferline, & Goodwin. *Gestalt Therapy*, New York, 1951
- Ray, S. *I Deserve Love*, California, 1984
- Reich, W. *Character Analysis*, New York, 1949.
- Rinpoche, S. *The Tibetan Book of Living and Dying*, Rider, 1992
- Rossi, E. and Cheek, B. *Mind Body Therapy*, Norton, 1994.
- Steinberg, M. & Schnall, M. *The Stranger in the Mirror: Dissociation, the Hidden Epidemic*, Harper, New York, 2000.
- Staunton, T. (ed). *Body Psychotherapy*, Routledge, London, 2002
- Stevens, R. *Understanding the Self*, The Open University, Sage Publications, 1996
- Stevenson, I. *Where Reincarnation and Biology Intersect*, Praeger Publishers, 1997
- Stevenson, I. *Twenty Cases of Suggested Reincarnation*, University, 1974
- Stone, H & Winkelman. *Embracing Ourselves*, California, 1985
- Van der Kolk, B., McFarlane & Weisaeth (eds) *Traumatic Stress*, New York, 1996.
- Watkins, M. *Waking Dreams*, Harper, New York, 1976.
- Watkins, M. *Invisible Guest, the Development of Imaginal Dialogues*, Boston, 1986
- Woolger, R. *Other Lives, Other Selves*, Doubleday, New York, 1987.
- Woolger, R. "Past-Life Regression Therapy" in *Seymour Boorstein (ed)*, Transpersonal Psychotherapy. SUNY, New York ,1996
- Woolger, R. "The Presence of Other Worlds in Psychotherapy and Healing" in *Beyond the Brain*, Ed. David Lorimer, In press, 2001.
- Roger J. Woolger. "Body Psychotherapy and Regression: the Body Remembers Past Lives" in Staunton, T. (ed). *Body Psychotherapy*. Routledge, London, 2002
- Yeats, W.B. *Mythologies*, MacMillan, London, 1959.



Yayındayız...

www.metaradyo.com



Ana Sayfa Dinleyin Haberler Konular Hakkınızda 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 ele alınan konulardaki konferanslarından oluşmaktadır.

Dinleyin)))

Ruhçuluğun temel ilkesi Tekâmü'dür. Bu, aynı zamanda her canlı ve eşyanın özünde bulunduğu Evrensel Yasa'dır. Onsuz hiçbir şey ve canlılık varlığı sürdürmesi olanaksızdır. Yaradılışa tek ve yalnız başına arlan ve amaç sağlayan Evrensel Yasa Tekâmül, her an oluşmakta ve her an dağılmakta olan

School of Economic Science ile Görüşmeler

A. Cemal Gürsoy

BİLYAY Vakfı ile Londra'daki spiritüel bir organizasyon olan School of Economic Science arasındaki görüşmelerin başlangıcına bakalım. BİLYAY ve MTİAD, ikisini birlikte kullanıyoruz. Organik olarak birbirini tamamlamış kurumlardır. 1950'den beri birçok farklı kurumlarla yazışıp çeşitli görüşmeler yapmışlardır. Spiritüel, metapsişik, teozofik dernek veya vakıfla bu ilişkiler karşılıklı yaşanmıştır.



Ian Mason, Graham Skelcey, Donald Lambie, A. Cemal Gürsoy

Ancak birlikte projeler üreteceğimiz, başlama ve gelişme çizgisi birbirine yakın iki spiritüel organizasyonun buluşması ilgi çekicidir. Bir okul olma fikri, Enstitü olma fikri hocalarımız Bedri Ruhselman ve Ergün Arıkdal'ın çok önceleri ortaya koyduğu elli yıllık rüyadır, tabi ki bugünleri önceden gören büyük ustalar kendi üzerlerine düşeni fazlasıyla yapmışlardır.

Gelelim görüşmenin öncesi ve sonuçlarına. 2005'de 1. İstanbul Parapsikoloji konferansında başlayan ilişki ağı, yıllar içinde birbirini samimi bulan taraflarla görüşme niyeti ile 2008 yılına kadar olgunlaşmayı beklemiştir. 2008 Ekim'inde Vakıfta yapılan regresyon terapisi eğitimlerinin sonunda eğitmen Jeffrey Ryan tarafından önerilen okul ile ilişkilerde bu güne gelindi.

School of Economic Science'in New York okulundan tavsiye ile Londra'daki merkezdeki Graham Skelcey ile yazışmalarımız başladı. Onlar da elli yıllık bir geçmişi taşıyorlardı. Daha hızlı organize olmuşlardı. 17 ülkede 25 okulları vardı ve akademik çevrelerle ilişkileri çok sağlıklı kurulmuştu. Karşılıklı yazışmalara Londra'daki arkadaşımız Kerim Urallı da katıldı ve çeviri trafiğini çok hızlı yönetti.

Şubat 2009'da Graham Skelcey'i Türkiye'ye davet ettik, etkinliklerimize katıldı ve izledi. Bir de Salı konferansı verdi. Okullarını ve felsefelerini tanıttı, çok verimli görüşmeler böylece başlamış oldu.

Graham ülkesine döndükten sonra, birçok etkinlik tarihi içinde bize de en uygun olan 12-15 Kasım'ı seçtik. Yerinde görüşme yapmak, kendimizi anlatmak, karşılıklı yakınlıklarımızı görmek için bir fırsat oluşturulmuştu. 11-16 Kasım tarihleri arasında Londra'ya gittik.

Okul Londra'nın en işlek caddesi Oxford Street'in iki sokak altında idi. 12 Kasım Perşembe 17.00'de okulun başkanı ve müdürleri ile karşılıklı bir toplantı yaptık. MTİAD'nin kuruluşundan, BİLYAY Vakfına, hocamız Ergün Arıkdal'a kadar, ruhsal tebliğlerden Sadıklar Planı'na ve Varlıksal İlkeler'e kadar birçok konuda konuştuk. Sadıklar Planı'nın İngilizcesini verdik, henüz baskıya hazır olmadığını söyleyerek.

Konuşmadan önce kendi eğittikleri bir çift öğrenci mini bir konser verdi. Tabi binanın da beş yıl öncesine kadar müzik okulu olduğunu söylemem gerek. Bay, bayan soprano'nun konseri çok etkili idi. Onları yetiştiren hocaları, 30 yıldan beri okulun müzik öğretmenliğini yapıyordu.

Konuşmadan önce arka tarafta saat 07.00'de kurucuların ismini taşıyan McLaren salonunda sadece kıdemli öğrencilerden oluşan yaklaşık 80 kişilik bir topluluğa BİLYAY Vakfını anlattık.

Birleştirici gücün ve bilginin



Kerim Uralli, A. Cemal Gürsoy



Bart O'Toole, William Wray, A. Cemal Gürsoy, Graham Skelcey

gerçekliğini anlattık. Anadolu misyonunun rastgele bir şekilde oluşmadığını, bu coğrafyanın çok uzun yıllardan beri ruhsallıkla piştiğini anlattık. Eski uygarlıkların ruhsal sentezlerinden bahsettik, yerleşik başlangıçların 8.000-12.000 yıl gerilediğini Urfa, Göbeklitepe'deki kazılarda ortaya çıkan bilimsel bulgulara, Anadolu'nun bu günlere hazırlanma tarihlerinin bilinen uygarlıklardan daha geriye gittiğini anlattık.

Anadolu harmonisinin sadece yerleşimsel, dönemsel uygarlıklar olmadığını, birbirine eklenen ruhsal geleneğin taşınması ve bunda ortaya çıkan denenmiş, yaşanmış sağlam deneyimlerin, geleneğin birleştirici gücü için hammadde oluşturduğunu ve enerjilerin böyle evrildiğini anlattık.

Tabi ki konuşmaları arkadaşlarımız Kerim çevirdi. Çok ilginç sorular geldi. Anadolu'yu tarihsel açıdan inceleyen uzmanları da vardı. Gizemli soruların sahibi de tabi Türkiye'den yeni dönmüş üyeleriydi.

Bu konuşma bir başlangıçtı. Yemekte devam etmek üzere okulun yemek salonuna indik. Yemekte yaşadıklarımızı ve diğer iki gün okuldaki derslerden edindiğimiz izlenimleri, karşılıklı görüşmelerdeki kanaatleri ise gelecek sayıda aktaracağız. □

KANT'IN US VE EYLEM KURAMI ÜSTÜNE BİR İNCELEME:

Uzay-Zamanda Olanaklı Bilgi ve Ahlak Bağlantısı

Aytuğ A. Şentürk

1. Bölüm

*Her bilebilme, bilen bir süjenin, bir bilincin var olması koşuluna dayanır. Bilinç bu tür tasavvurların içinde ortaya çıktığı içi boş bir alan ya da duyu verilerinin üzerine işlendiği bal mumundan bir levha değildir. Her bilincin yapısında bir "kendini bilme" de vardır. Ama bunun her zaman farkında olmayız. Bilen süje, çoğu kez baktığı ve kavramak istediği şeye o kadar dalar ki, "kendisinin" hemen hemen farkında olmaz. Ama her objeyi bilmede bir iç olanak olarak kendini bilme; bakan deneyen, kavrayan objeye yönelen "ben"i bilme vardır.**

İÇİNDE bulunduğumuz mekanın ve yaşadığımız anın ait oldukları bir uzay ve zaman bütünlüğü bilinci içerisinde mümkün tecrübe içeriğinin ortaya çıkabilmesi için bu olası deneyimleri bir bütünlük içinde anlamlı kılan ve insanın içsel gerçekliğini de bağlayan bazı yasa ya da koşulların mevcut olması gerekir. Tıpkı dış dünyadaki doğa kanunları gibi, akıl ya da usun içsel gerçekliği de belirli koşullar içinde verilir. Bu yasa ya da koşulların farkındalığına varma, dış dünyadaki nesneyi gözlemlerken bir kendini bilme halini gerektirir. Söz konusu yasa ya da koşullar, kuşkusuz transandantal bir gerçekliğe aittirler. Ancak ne kadar aşkın olurlarsa olsunlar, usun kendi işleyişinde verili olarak aynı zamanda hemen yanı başımızdadırlar. Nesneye dalarken kendini unutmak, uzay zaman bilincinin de yitimidir. Zaman ve uzay içerisinde tekrar eden ardışık olaylar, benzerlikler ve yinelemeler içinde olan belirli bir zihinsel haller serisine sahibizdir. Bunların nedeni dış dünyada arandığında, kendilerine sebep olan etkenin nesnelere dünyası olduğu ve belirli nedensel düzenliliklere sahip ve algılanabilir cevherlerin var olduğuna hükmedilir. Ayrıca Kant'a göre, aklın bir yanılışı olarak ustaki kaynakları bağlamında, "İdealara atfedilen özellikler nesnelere özellikleriymiş gibi görünür." Septikler (şüpheciler) zihinsel ve cevherlere ilişkin düzenliliklerle ilgili olarak, kendi zihinsel hallerimizle bu halleri üreten etken *arasındaki bağıntıya* ilişkin hiçbir erişimimiz olmadığını ve dolayısıyla bu hallerin düzenliliğinin de; onlara göre cevherlerin zaman içindeki aynılığına ve olayların da tıpkı bizim algıladığımız gibi bir silsile teşkil etmesine dair bir

* Heimsoeth'in Kant'ın bilgi kuramı ve transandantal dedüksiyon (tümdengelim) üzerine bir yorumu. Bkz. ilgili kaynak, s. 90.



kanıt oluşturmadığını savunurlar. Belki de bunlar geçici, öznel algılardır hepsi o kadar.

Düşünce tarihinde 18.-20. yy aralığını etkileyenler arasında belki de en önemlileri içinde yer alan Hume, şüpheciliği doruk noktasına taşımıştır. Ona göre, deneyime ilişkin hiçbir şey a priori** olarak bilinemeyebilir. Sözgelimi, bir anda bize görünen şey, bir başka anda bize görünen şeyden tamamen farklı bir şey olarak kabul edilir. Çünkü neden ve sonucu yaratan, değişimi sağlayan aradaki “bağıntıya” ilişkin hiçbir bilgimiz yoktur. Bundan dolayı, şu an ya da geçmişte görünen herhangi bir unsurdan gelecek anlarda herhangi bir şey olacağını çıkarsamak mümkün değildir; bu salt akla dayalı öngörü diye bir şeyin olamayacağını kabul etmektir. Ayrıca

** *A priori*: Önceden verili, önce gelen, önkoşul, deney öncesi, zorunlu anlamlarında bilimsel ve felsefi terim.

a priori ilkeler bakımından belirli bir kavramda içermeyen tamamen başka bir kavramı sanki biri diğerine aitmiş gibi görmek nasıl olanaklı olabilir, diye soruyordu. Örneğin, aklın salt ve zorunlu bir ideası olarak Tanrı fikri ile sadece dış dünyayı algılayarak gözlemediğimiz neden sonuç bağlantısı nasıl ilişkilendirilebilir? Hume bu şüpheciliğin sonunda ortaya çıkan tabloyu zamanının bilimsel yöntemiyle başka türlü bertaraf etmeye çalışarak, algıyı ve ampirik deneyimi düşüncede zirveye yerleştirmek için bu şüpheciliğe başvurur. Ona göre, aslolan duyulara bağlı deneyimdir ve hatta düşüncelerin kendileri bile duyular yoluyla deneyim esnasında edinilen izlenimlerin zayıflamış birer suretinden başka bir şey değildirler. Başka deyişle, burada nedensellik düşüncesinin akli ya da rasyonalist düzeydeki yorumunu yıkmak ve bunun yerine duyularla

algılanan ve deneye dayanan gerçeklik düzeyinde başka bir determinizm yerleştirilmek istenmektedir.

Kant'ın septiklere yanıtı ise usun ve görünün a priori formları ve bunun yanında tartışılmaz bir deneyim ya da asgari deneyim fikri içinde bulunur: Asgari bir tecrübenin içerdiği muhtevalar arasında a priori olduğu bilinebilen (deney öncesi, önceden verili olan) zorunlu bağlantılar olması gerekir. Yani deneyimler önceden koşulları oluşmuş akli prensipler düzeyinde anlam kazanır, kendi başlarına bir anlamları yoktur. Buna

göre özne a priori bağlantılar içinde edindiği asgari muhtevaları önce birer çeşitlilik serisi içinde alır, ancak özne konumundan bunları bir araya getiren, bir arada tutan bir "edinme sentezine" girer. Bu ise seri halindeki bu tecrübe muhtevalarının aynı olan öznesi kalabilmekle ilişkilidir, bu bir tür zorunluluktur. Nitekim bu muhtevaların sentezi bunların bilinçte anlamlı bir bütün oluşturacak şekilde bir araya gelmeleri ile oluşur. Herhangi bir neden sonuç ilişkisinin kendi içindeki bağlantısı yalnızca dış dünyada değil, ancak öznenin düşünmesinde,



iç dünyasında gerçekleşir. Ayrıca bu tecrübelerin seri halinde verili olan içeriklerinin anlam kazanabilmesi için bile öznel tecrübelerden tamamen farklı değişmeden kalan ve nesnel yasalar dahilinde var kalan cevherlerin mevcut olması gerekmektedir.

Dış dünyadaki nesnelere görümüz sayesinde algılar ve zihin ya da müdrike yoluyla onları kavramsallaştırırız. Bu durumda nesne, salt dış dünyadaki somut cisim değil *verili bir görünümün muhtevasının kavramında birleştirildiği şeydir*. Nesneye ilişkin hükümler ise tecrübeye verili olanı tesadüfi ya da muhtemel değil de, “belirli bir manada zorunlu” bir formda düzenlenmektedir ve burada objenin nesnelliğini oluşturan onun içindeki özellikler değil, hüküm verirken tabi olan bu zorunluluktur ve dolayısıyla onu her özne için geçerli kılandır. Bu bağlamda determinizm (neden-sonuç) ilişkisi dış dünyada değil, içsel olarak kurulmuş olur ve de esas olan nesneden edinilen izlenimler değil, usun prensipleridir. Ayrıca kendiliğinden açık olarak dış dünyada gözlemlenen cevherlerin belirli doğa yasalarına uygunluğu ve sabitliği vardır; ampirik ya da pozitivist bir tasavvur içinde, örneğin kahverengi kah siyah kah beyaz olsaydı, muhayyilem kendi başına ona ilişkin olarak hiçbir zaman bu rengi düşünme imkanına sahip olamazdı. Cevherlerin doğa kanunlarına göre belirli bir sabitliği vardır.

Bilginin olanaklılığı üzerine düşünümde (İng: reflexivity) bulunurken (refleksiyon yaparken) hemen iki ayrı görüşün mümkün olduğu ortaya çıkmaktadır. Bunlardan birine göre, bilgi dış dünyadaki nesnesine tabi olacaktır,

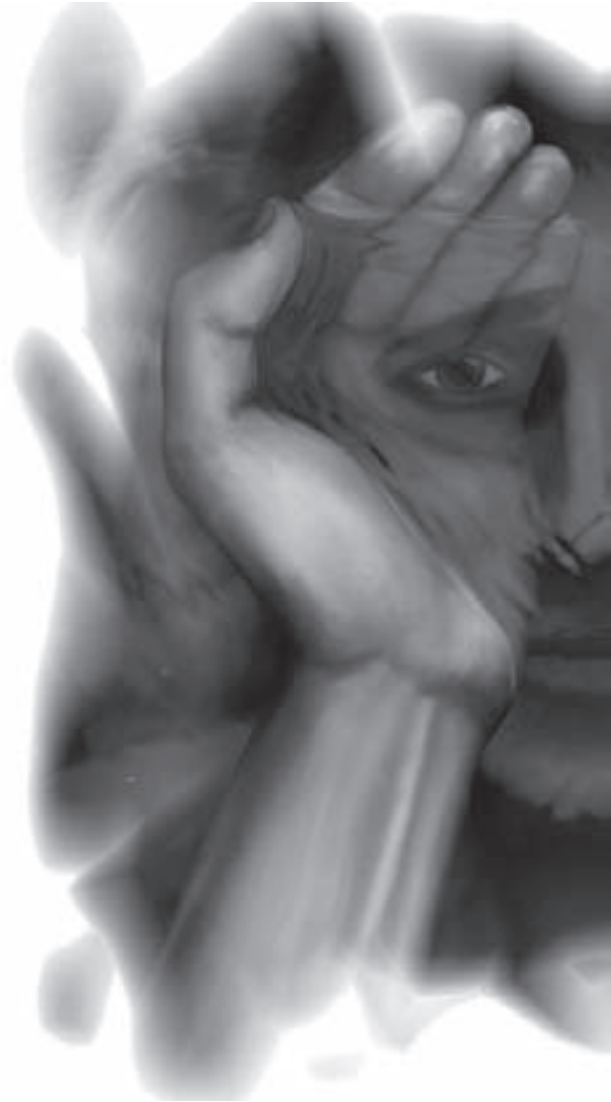
başka deyişle bilginin doğruluğu temelde dış dünyadaki nesnenin özelliklerine uygun bir düşünce muhtevası olmasıyla ölçülmektedir. Böylece bilgimiz ve dolayısıyla, her şey gözlemlenen nesneye tabiymiş gibi görünür. Kant tarafından ortaya konulan devrimci görüşte ise tam tersine, bizim nesnelere tabiatına değil, bildiğimiz nesnelere insanın bilme tarzına bağımlı olduğu belirtilir. Buna göre örneğin, yukarıda verilen asgari tecrübe muhtevalarını kendi zihnimizin faaliyeti ile “kendimiz için bir araya getirmediğimiz müddetçe, hiçbir şey bizim için tecrübeye bir araya gelemez.” Burada öznenin bir insan olarak etkin ve düşünen varlık şeklinde usun rehberliğinde devreye girmesi söz konusudur. Duyular vasıtasıyla dış dünyaya ilişkin olarak edinilen görüşler müdrike yoluyla zihinsel temsiller haline dönüştürülür. Düşünsel ya da ussal yetiler duyulanabilir, hissedilebilir olan verilere uygulanmakta ve böylece tecrübelerin tümü aynı özne olarak “Ben”e atfedilerek bilen özne olarak insan tarafından “farkındalığın sentetik birliği” oluşturulmaktadır.

Asgari tecrübeye ilişkin muhtevaların zihindeki temsilleri yoluyla düşünülüp belirli bir düzen içerisinde sıralanması zorunludur. Bunu düşünme yoluyla gerçekleştiririz; temsiller zihinde diğer tüm temsillerle bir bağ içinde bir araya getirilir ve fakat benim için hatırlanabilir ve bana atfedilebilir olduklarını zaten kabul ederim. Söz konusu işlemin mümkün olabilmesi, tecrübe içeriği olan nesnelere kendiliklerinde doğalarından değil, ancak insanın ve nesnelere dış dünyayı kapsayan ortak doğa yasalarına

tabii olmasından ileri gelmektedir. Ayrıca burada usun rolü can alıcıdır; Kant usü en üstün ve kapsayıcı insan yetisi ve kendi kendisini yönetebilme kabiliyetine sahip olarak görür. Düşüncede, aşağıda gösterileceği gibi, algının duyu ve zihnin ya da müdrikenin bir arada çalışması ile uygun olarak görülen ve kavranan halis bir bilgi ortaya çıkmaktadır. Tinsel açıdan bilginin ne olduğu kendi sınırları (bir bakıma insani düşünüşün sınırları) içinde anlaşıldığı takdirde, ancak o zaman “kendi olanaklılık koşulları” içinde gerçek bir kavrayışa ulaşılabilir. Bu bağlamda, bir olanak olarak bilgi ve olası bilme koşulları hisleri, düşünceyi, usü ve müdrikeyi özne kavrayışı içinde bir araya getiren bir etkinlik şeklinde anlaşılır.

Öte yandan Kant’ın çizdiği çerçeve içinde bizler nesnelere kendilerinin değil, ancak “tezahürlerinin bilgisine” sahibizdir. Nesnenin kendi içinde ya da kendi başına mahiyeti, “kendinde şey” (*noumen* - Alm: Ding an sich) olarak karanlıkta kalır ve bizler tarafından kendi hakikati olarak bilinemez; gerçekte insan, nesnelere ancak “kendisine göründükleri gibi,” yani *fenomen* olarak bilmektedir. Ayrıca fenomenlerin kavranışında insanın rolü düşünce ile yine tabiatı bakımından *muhtevası belirsiz düşünce* olan hislerin; gerçekleştirdikleri farklı bilme işlemleri ve bağlı oldukları kendilerine ait yetilerin işlevi olarak, eksiksiz bir biçimde bir araya getirilmesi sonucunda hakiki bilgiye ulaşma olanağı içindedir. Bu yaklaşımda bilgi, salt dışarıdaki statik ya da dinamik nesnenin bir fonksiyonu değildir. Bu bağlamda bizler için kendi bilme fonksiyonumuz dışında

bir nesnenin mevcudiyeti söz konusu değildir; başka deyişle bu alan bize kapalıdır, ancak bu insan bakımından salt bir öznel algı dünyasının asıl gerçeklik olduğu anlamına gelmez. Bununla birlikte, Kant’ta görülen radikal bir içsellik tasarımı vardır ve buna göre ne nesnenin ne de uzay zamanın bizlerin onları görüleme kabiliyetimiz dışında bir gerçekliği vardır. Genellikle geleneksel düşünüş insanın reel olan bir uzay zamanın



içinde yerleştirilmiş olarak bulur. Bunun tam tersine, Kant'ta insan kavrayışı farklı bir anlayış olarak, adeta insanın kendi içinde bizzat gerçekliğin asıl nesnel olan bir modeli şeklinde ortaya çıkmaktadır. Uzay algılaması dışsal olmasına karşın görü ve onun *zihinde dönüştürülmüş hali olarak* temsil yoluyla içsel olarak kavranır. Nitekim nesneyi insanın iç dünyasındaki bilgi konusu olarak değerlendiren us, anlık (müdrike) ve görü aşkınsal

olarak önceden belirlenmiş a priori ilke ve *kategoriler* içinde çalışır. (Kategori örnekleri: Birlik, çokluk ve bütünlük, olanak, nedensellik ya da zorunluluk gibi). Bu bağlamda insani hükümlerin doğruluk iddiası taşıyabilmesi, ancak her özne için doğruluk içermesi bağlamında evrensel olarak anlaşılabilir. Tıpkı uzay ve zamanın duyuşsal algılama, yani görüyü belirlediği ve onun formları olduğu gibi, kategoriler de zihinsel temsiller ve düşünmenin koşullarını ve formlarını oluşturur.

Nesne ile insan arasındaki en doğal vasıtasız ya da dolaysız bağlantı, öncelikle muhtevası belirsiz düşünceler olan hisler biçiminde ortaya çıkar. Nesnenin insanı kendisiyle vasıtasız bilme temasına sokarak gösterdiği işlev içerisinde insanda ortaya çıkan bir temsil ise, öncelikle ve duyular düzeyinde bir *intuitus*, yani "görü" olarak kendini gösterir. Ve görünün us ve zihin ile birlikte çalışarak ortaya çıkardığı zihinsel temsiller aracılığı ile yapılan kavramsallaştırma ile birlikte, nihayet bilginin kendisi tezahür eder. Başka türlü tanımlamak gerekirse, duyular vasıtasıyla nesneye ilişkin alınan veriler görüyü oluştururken, bunların ideler olarak zihindeki tasavvurları "temsil"i oluşturur. *Görüsüz kavramlar kör, kavramsız görüler boştur.* Örnek vermek gerekirse, temsiller Platonik formlar olan idealara benzer. Bu süreç içerisinde kendini gösteren zihinsel temsiller zihnin etkinliği içerisinde oluşturulan diğer temsillerle bir bağ içerisinde anlaşılır ve bu bağ içerisinde hatırlanabilir ve bana atfedilebilir olduklarının teslim edilmesi gerekir. Anlık (müdrike, zihin), düşünce yardımıyla kavranan



görüleri yorumlar, birbiriyle ilişkilerini kurar ve burada oluşturduğu temsiller yoluyla deneyim anlaşılır bir hale getirilmektedir. Bilgiye ilişkin içerik muhtevası ihtimalen verili bir şey değildir. Öte yandan görüyü oluşturan duyuşsal algılama uzay-zaman bakımından da koşullanmıştır. Ancak nesnel bir insan gerçekliği içinde nesnelere için bir karşılık oluşturacak ve yine onlara özelliklerini yükleyen hükümler oluşturulacak şekilde nesnelere ilişkin temsiller, us ve anlak yoluyla bir araya getirilmelidir. Heimsoeth'in deyişyle, "Tam bir bilginin düşünce bağlarıyla bağlanması gerekir."

Modern anlamda henüz doğrudan ortak insani bilgi düzeyine "mal olmamış ya da malum olmamış olan" ruh gibi, ölümsüzlük ya da Tanrı gibi kavramlar kendi başına var olan ya da kendinde şey olarak öncelikle *fenomenlere* kıyasla, *noumen* olarak kabul edilebilir. Bu anlamda duyularla algılanan ampirik realiteye kıyasla, bu sistem içinde negatif bir mevcudiyetleri vardır, bile denilmektedir. Ancak salt negatif olmaları nedeniyle var olmadıkları da iddia edilemez. Dolayısıyla bu tür düşünömsellik içinde varlıkları öznelerce inkar ya da kabul edilebilir, ancak kelimenin tam anlamıyla henüz bilgi konusu olarak "bilinemezler" ya da çözümlemeleri yapılamaz görünür. Örneğin, Tanrı ideası insan aklının zorunlu bir ideasıdır, ancak insan duyu ve deneyim alanını aşan bu konu hakkında bir obje türünden bilgi sahibi olamayacaktır. Nitekim bu tür yaklaşımlar, yani Tanrı ideasını usun kavrayabileceği bir nesne gibi gören ifadeler bu

ideanın ancak şeyleştirilmesine neden olmaktadır. Oysa Tanrı ideası tüm mümkün şeylerin içsel imkanının maddi koşullarını temin eder çünkü şeyler ona ait mükemmelliğin belirli bir sınır içerisinde bir araya getirilmesi ile tezahür eder. Aynı şey ruh ideası için de geçerlidir; *insan ruhunu bir nesneyi kavradığı gibi düşünemez*. Bu noktada Kant için belirtilebilecek bir husus onun bu idelerin felsefi ya da bilimsel açıdan çözümlenebilecek bir analiz ya da ispat konusu olmadıklarını düşünmesidir. Dolayısıyla bu tür unsurlar onun sisteminde bir inanç konusu olarak kalır. Kant bu konuda, "İnanca yer açabilmek için bilgiyi kaldırmak zorunda kaldım." der. Yine aynı sistem içinde şeylerin bilinebilmeleri, ancak onların insana "fenomenler olarak belirmeleri ile" vuku bulur. Aslında bu yaklaşım çağdaş bilimsel analizin temelleri arasında önemli bir etkiye sahip görünmektedir. Kuşkusuz bu bilim kültür ve felsefesi temelli bir yaklaşım içinde böyledir. Ancak klasik düşünüşte bilginin nesnelere, temel bir rol oynayarak sanki insanın gerçekliğini de belirleme konumuna gelmektedir. Bu konum bilim kültürü içinde halen devam etmekte olan eğilimler arasındadır. Oysa dikkatimizi bizatihi nesne üzerinde değil de, "nesnelere bağıntımız" (yani öznesne bağıntısı) üzerine odaklayacak olursak, insanın bu bilme sürecinde etkin bir rolü olması gereği ortaya çıkmaktadır. Ayrıca belirtmek gerekirse, bu bağıntı yine belirli uzay zaman özellikleri içinde koşullanmış ve bu özellikte bir bağıdır.

(Devam Edecek)

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

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

01 ARALIK	Yaşarken An'ı Fark Etmek	Levent KOSOVA
08 ARALIK	İçsel Bilgeliliğin Gelişimi.....	Alpaslan CEBBAROĞLU
15 ARALIK	Evrenin Temel Taşı: Yasalar 2	Tarık ARIKDAL
22 ARALIK	Psikodrama ve Spiritüalizm.....	Psikolog Bilun ARMAĞAN
29 ARALIK	Korkularımızdan İyileşme	Zümrüt ERKİN

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

ANKARA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

01 ARALIK	Hayatta Eşzamanlılık ve Rezonans	İsmet YALÇIN
08 ARALIK	Doğal Afetler ve Ruhsal Bilgi.....	Ercüment KAYA
15 ARALIK	İnsan Gerçek Özgürlüğe Nasıl Ulaşır?	Günay YALÇIN
22 ARALIK	Devre Sonu: Bilgi Çağı ve Yeni İnsan	Adnan ERSOY
29 ARALIK	Yıl Sonu Sohbet Toplantısı	

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

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

08 ARALIK	Kendini Keşfetme ve Dönüşüm	Oya TİMURDOĞAN
22 ARALIK	Sağlıklı İlişkiler Yaratmak.....	Ebru ÖZEK

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

ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

01 ARALIK	Ruhsal Söyleşiler (Video Konferans)	Ergün ARIKDAL
08 ARALIK	Ben Ne İstiyorum?.....	Zülal ÇEVİK
15 ARALIK	Medyomluk ve Şifa	İlkay ATILLA
22 ARALIK	Ruhsal Gelişim ve Tekrardoğuş.....	Tümerhan MERAL
29 ARALIK	Tekrardoğuş Yasası.....	Bilgehan MERAL

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

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

