

# RUH ve MADDE

Haziran 2012 Yıl:53 Sayı:629 (KDV Dahil) 5 TL

## **Ruhsal Gelişim ve İçsel Farkındalık**

*Reşat Güner - Duygu Güner*

## **Geleceğe Progresyonlar**

*Hans TenDam*

## **Sıkışık Ruhların Çağrısı!**

*Fadime Emir*

## **Medyum Cinayeti Hissetti**

*Ann Bridge Davies*

ISSN 1302-0676



9 771302 067015

29



## Batık Kıta MU'nun Çocukları

James Churchward

Mu ülkesi, Pasifik Okyanusu'nda bulunan büyük bir kıta üzerinde yerleşmişti. Mu kıtası, günümüzden yaklaşık 12.000 yıl önce çok büyük depremlerle çötmüş ve bu büyük uygarlık üzerindeki 60 milyon insanla birlikte kocaman bir sualtı mezarlığı haline gelmiştir. Bu kitabın yazarı, James Churchward Kayıp Kıta Mu Uygarlığı'na ait parçaları bir araya getirmek ve bunların doğruluğunu belgelemek için elli yılını harcamıştır. Yazar bu çalışmasında Mu'nun koloniler halinde yayılışı ile yüksek Mu kültürünün dünyadaki izlerini ve etkilerini incelemektedir.

Churchward'ın eserleri bundan 68-70 yıl önce dilimize çevriltilip, Türkiye Cumhuriyeti'nin mimarı Mustafa Kemal Atatürk tarafından incelenmişti.

272 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları



## Kayıp Kıta MU

James Churchward

İnsanlığın ana yurdu olan Mu, günümüzden 25.000 yıl kadar önce uygarlığın beşiği olan bir ülkedydi. Yaklaşık 12.000 yıl önce Pasifiğin sularına gömülmüş olan bu büyük kıta, Albay James Churchward'ın hayat boyu süren araştırmalarıyla gündeme gelmiştir. Churchward bu kitabında, araştırmalarına nasıl başladığını Dünya'nın dört bir yanında Mu'nun izini nasıl sürdürdüğünü; kayıp parçaları nasıl bir araya getirdiğini ve zamanın gizemleri içerisinde kaybolmuş olan bu uygarlığın günümüz kültürleri ve dinler üzerindeki etkilerini anlatıyor. Churchward'ın eserleri bundan 68-70 yıl önce dilimize çevriltilip, Türkiye Cumhuriyeti'nin mimarı Mustafa Kemal Atatürk tarafından incelenmişti.

404 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları

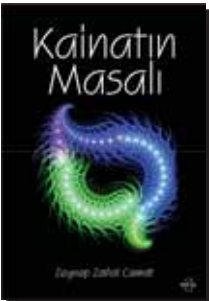
## Ötealema Geçerken Gördüklerimiz

Sir William Barrett

Sir William Barrett bu kitabı, ebe olan eşinin bir gece eve geldiğinde, doğum enasında iç kanamadan ölen bir kadın hakkında anlattıklarından yola çıkarak yazmaya başlamıştır.

Doris ölmeden hemen önce doğrulmuş ve çok güzel bir manzara gördüğünü ve babasının, öbür tarafa geçmek için ona eşlik etmeye geldiğini söylemiştir. Barrett için en etkileyicisi, Doris'in kız kardeşi Vida'nın da babasıyla gelmiş olmasıdır. Vida, sadece üç hafta önce ölmüştür. Doris çok ağır hasta olduğundan, sevgili kardeşi Vida'nın ölümü, kendisinden gizlenmiştir. Bu hikaye Barrett'i o kadar etkilemiştir ki ötealema geçerken gördüklerimiz hakkında sistematik çalışmalara başlamıştır. Ölen kişinin zihninin, genellikle açık ve mantıklı oluşuna dair yapılan ilk bilimsel çalışma Barrett'a aittir. Ayrıca ölen kişilerin ailelerinin ve hastane personelinin de aynı görüntüleri paylaştıklarına dair vakalar bildirmiştir. Konusunda bir ilk olan bu kitabı Barrett, ne yazık ki tamamlayamadan bu hayata gözlerini yummuştur.

106 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları



## Kainatın Masalı

Zeynep Zahal Camat

Bilinmeyen bir yerden üç elma düştü. Biri maddenin derinliklerine, diğeri evrenin sınırlarına, sonucusu da uzak bir galaksinin dış kollarından birinde avare avare dolanan mavi yeşil varlıkların zihinlerine... O zihinlere aşkar olmuş gerçeklerin masalını anlatacak bu kitap: Maddî varlığın görünmez tuğlaları olan sicimlerle atomların gizemini, yıldızlardan galaksilere yayılan senfoniye, karadelliklerle kuazarların ruhlara korku salan şiddetini, büyük patlamanın akıl almaz hikayesini, algıların ötesine uzanan hiperuzayın, evrenin de ötesindeki evrenlerin büyüsunü, aslında hiç var olmamış bir zamanın başlangıç ve sonunu ve en önemlisi insan aklının sonsuzluğunu...

256 sayfa, Meta Yayınları

---

# S E V G İ L İ OKUYUCULAR

**K**ÖKLERİNİ DERİNLERE SALMIŞ BİR AĞACIN dalları da gökyüzüne ulaşmaya çalışır. O dallarda ışığın, göklerin izini bulmak için, daha önce öğretilmiş yol arayan için hazırdır. Hiyerarşi böyle çalışır, daha yüksek sistemler, Yüce Varlık planlarının izi her boyutta devam ederek gönüllerle bağı hiç kopmaz. Sonsuzluk içinde, her seferinde yeniden kendini tezahür ettirir. Yeni biçimde yaratıcı fikirlerle, çözümlerle ruhun gerçek evine yolculuk süreklidir. Türkiye’de metapsişik kurumlaşmanın 62. yılı. Üstat Dr. Bedri Ruhselman ve arkadaşlarının açtığı yol, ruhsal planlar ve Ruhsal İdare Mekanizması kavramları, incelmış ve yükselmiş dallar olarak ana gövdeye bağlı yaşamı devam ettiriyor. Bir ruhsal ailenin en çok beslendiği kanallar, kaynaklar aynı çeşmeden içtiği sulardır. Bir anlamda, ilkeler ve yasaların uygulamasında öze bağlı sadık bir duruş, gerçeğin şifa pınarı ilksel sulardan sürekli beslenmeyi sağlar.

Metapsişik Tetkikler ve İlmi Araştırmalar Derneği (MTİAD) ve İnsanlığı Birleştiren Bilgiyi Yayma Vakfı (BİLYAY) zor olan her dönemin arkasından ilk kabuğu kıran ve ışığa yükselen yeni dallar olmuştur. Ruhsallıkla bağını yitirmiş, bağınaz; gurur ve kibrinden aslını inkar eden; kendi gövdesine, büyük ağaca ihanet eden bütün enerjiler savrulmuştur. Zamanın merhametli kolları şefkatle sarıp sarmaladığı yüksek emanetleri, bilgileri ve misyonu asla unutmamış, terk etmemiştir. Bu sevgi dolu ellerle korunup kollanmış, yine kendi içinde öğreten, sadakat ve dürüstlüğü gönüllülerine öğrenme, daha güçlü yola koyulma ve hizmete hazır olma gücünü vermiştir.

Baharla gelen bu yenileşme, arınma, temizlenme döngülerinden sonra, Türkiye’deki metapsişik ailemiz gelecekle, hedefle bağlantısında daha da güçlü bir sesle haykırarak kapıların açılmasını sağlamıştır.

Bundan böyle, geçmişin tozlu karanlık labirentlerinde kaybolmanın yerine, yapmak üzere geldiğimiz asli hizmetin yücelmesinden başka çalışma kalmamıştır.

Sevgi, barış, mutluluk enerjisi ile korunan hizmet misyonu yoldadır. Görmeyenler görsün, duymayanlar duysunlar. Sadece bilgide yaşamak ve birleşmek için sadık nefesler güçlerini birleştirmiş, vazife anlayışlarını yenilemişlerdir.

Sevgi karşılığa, kıyasa gerek olmayan ruhun nefesidir.

# RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

*Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür*  
A. Cemal GÜRSOY

*Genel Yayın Yönetmeni*  
Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

*Teknik Sorumlu*  
K. Levent KOSOVA

*Çeviri ve Redaksiyon*  
Yasemin TOKATLI  
Evren POZAN

*Grafik Uygulama*  
Sevda ERKOÇ

*Kapak*  
Ferda GÜRSOY

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

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

ISSN 1302-0676

HAZİRAN 2012 Sayı: 629 Cilt: 53

Bu dergi **İnsanlığı Birleştiren Bilgiyi Yayma (BİLYAY) Vakfı**nun 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 kitap siparişleriniz için info@ruhvemadde.com adresini kullanabilirsiniz.

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

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

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

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

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

---

# İçindekiler

- 4 **Tekamülün Amacı** Dr. Bedri Ruhselman
- 10 **İçsel ve Dışsal İnkâr** Maurice Nicoll
- 13 **Ebedi İstirap ve Saadet**  
*Sadıklar Planı'ndan Ahntılar*
- 14 **Geleceğe Progresyonlar** Hans TenDam
- 18 **Duygusal Merkezin Keşfi - Birleştiren Dil**  
A. Cemal Gürsoy
- 21 **Astral Seyahat Nedir?** Nusret Sefa Yılmaz
- 24 **Sıkışık Ruhların Çağrısı!** Fadime Emir
- 29 **Statik Gücü Harekete Geçirmek** Mirra Alfassa (Anne)
- 30 **Meditasyon** Gültekin Çilekar  
1. Bölüm
- 36 **Medyum Cinayeti Hissetti** Ann Bridge Davies
- 40 **Ruhsal Gelişim ve İçsel Farkındalık** Reşat Güner – Duygu Güner  
1. Bölüm
- 46 **Yedinci His** Dr. Paula M. Reeves
- 50 **Yaşam Koşulları ve Dersler: Süper Kadın**
- 54 **Gerçek'in Titreşimleri** David Icke  
2. Bölüm
- 58 **“Keşke” Demeden Ölmek** T. Kelly
- 61 **BİLYAY Vakfı Konferansları Artık Canlı Yayında!**  
*Duyuru*
- 62 **Uyum Yasası** Semra Ordu
- 63 **Etkinlikler**

# Tekamülün Amacı

*Dr. Bedri Ruhselman*

**R**UHLARIN maddesel evrene inmelerinde bizi en çok tatmin eden ve ruh bilgisindeki bilimsel kanaatlerimize uygun gelen içerikte bir amacın söz konusu edilmesine ihtiyacımız vardır. Bu amaç nedir?

Tekamül fikri ancak ruhun maddelerle olan ilişkisi bakımından değer kazanır dedik, şu halde ruhun tekamülündeki maddesel kavram ne olabilir?

Biz tekamülü ruhun maddeden ve maddesel evrenden ilgisini keserek onu sonsuza kadar terk etmesi şeklinde kabul etmiyoruz. Tam tersine, tekamül ruhun bu evrene hakim olacak bir duruma girmesi ve bu şekilde faaliyetinin, yani madde üzerindeki hakimiyetinin sonsuzlaşması demek oluyor. Henüz maddesel evrenin esareti altında bulunan ruhlar için bu amacın gerçekleşmiş olması söz konusu olamaz.

Ruhların maddeye bağlanmaları, bizim kastettiğimiz anlamda bir ilişki kurmuş olmaları demek değildir. Bu anlamdaki ilişki aslında ruhların madde evrenine inmelerindeki amacı oluşturur. Yani bizim düşündüğümüz anlamdaki ilişkide, ruhların maddeye hakimiyeti fikri içkindir. Fakat ruhların böyle ideal bir aşamaya çıkabilmeleri için ilk önce evrenin içinde, onun unsurları arasında yoğunmaları ve bazen pasif bazen de nispeten aktif roller alarak birçok deneyimler geçirip doğa kanunları hükümlerine göre evrene hakim bir duruma girmesini öğrenmeleri gerekir. İşte, görgü ve tecrübe devresi dediğimiz bu devre ruhun maddeye bağlı ve esir olarak kalması haline denk gelir. Bu devrede doğal olarak ruhlarda var olan bütün yüksek yetiler (melekeler) kararacak ve maddesel esaretle, ruhların maddesel gereklere uygun birtakım maddesel eğilimleri ve ihtirasları el ele yürüyecektir. Bundan dolayı, maddesel evrenin çeşitli dünyalarında ruhlarda görünen geri durumlar onların madde ile bağlantılarının zorunlu bir sonucudur, onların bu bağlardan kurtulmaları da maddeye hakim duruma girmelerinin, yani doğa kanunları gereğince evrende etkin roller almalarının bir sonucu olacaktır.

## DUYURU

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

Ruh ve Madde Yayınları

Fakat tekrar ediyoruz, maddesel bağları çözmek veya maddesel esaretten kurtulmak maddeyle olan ilişkiyi kesmek değildir. Tam tersine, daha önce ruhun esaretini sona erdiren bağların çözülmesiyle onların yerine madde üzerindeki ruh etkinliğinin geçmesi, ruhla maddesel evren arasındaki hakiki ve ideal ilişkilerin sonsuzlaşmasını ifade eder.

Elbette, sonsuz bir evrende aktif ve hakim bir rol oynayabilecek yetkiyi kazanmış bir ruh, bu muazzam faaliyeti ile ilgili bütün yüksek yetilerini geliştirmiş olacaktır.

Görülüyor ki bizim tekamül amacı hakkındaki davamız, ruhun faaliyet imkanları üzerinde toplanmaktadır. Çünkü bildiğimize göre ruhun iyiyi, kötüyü, doğru ve yanlış ayıran niteliği olan etkinlik gücü evrendeki en yüksek derecesini bu faaliyet alanında gösterir.

Fakat şunu da unutmamak gerekir: faaliyet ruh etkinliğinin doğal kanunlarına uyumunun zorunlu bir sonucudur. Ruhlar etkinlik güçlerini doğa kanunları ile uyumlaştırabildikleri

oranda evrende faal durumlara zorunlu olarak girerler. Demek ki ruhun tekamülü, evrende ilahi kanunları uygulamakla yükümlü doğal ve şuurlu bir etken haline girmesi amacına yönelmiştir. Fakat böyle muazzam bir amaç hakkındaki bu ifademiz ne kadar zavallı ve eksiktir! Bu eksikliği belirtmek için yaratılanların sayısızlığını ve sonsuz evrenin her bir zerresinin bile bizim için yine sonsuz bir evren kadar anlaşılmasız bir büyüklüğü içerdiğini düşünmek yeterlidir.

Ruh olgunluğunun maddesel ilişkilerle var olduğunu kabul ettikten sonra, tekamül amacı konusunda, maddesel unsurları göz önünde tutmak gerekir. Ruhun evrendeki kazançlarını madde dışında ve maddesel ilişkilerden uzak olarak düşünmek istersek, onun bu evrene inmiş olmasının manasını anlayamayız. Eğer ruhların tekamülü amacıyla maddesel kavram ihmal edilirse, eğer ruhların bu kainatta bir süre yaşadktan sonra ayrılıp onunla bütün ilgilerini kestikleri



varsayımsal olarak düşünülürse, yani daha doğrusu tekamülün amacı maddeden ayrılmak, bütün maddesel ilişkileri sonsuza dek kesmek şeklinde kabul edilirse, o zaman ruhun bu evrendeki kazançlarının yalnız kendi manevi bünyesinde meydana gelmiş bir değişmeden ibaret olduğunu onaylamak zorunluluğu ortaya çıkar.

Fakat ilk olarak böyle bir değişikliği hiçbir insanoğlunun hayal edebilmesine imkan yoktur, ikinci olarak madde ile ilgili bulunmayan böyle bir değişikliğin madde aracılığıyla meydana gelmesi zorunluluğunu anlamak güç olur.

Bir ruhun dünyalarda deneyim hayatı geçirmesi, bu deneyimlerin amacıyla ona aracı olan maddesel olayların uyumlaştırılmasına doğru çaba sarf etmesi demektir. Bu fikre göre dünyadan olgunlaşarak ayrılmış bir ruh demek, oradaki maddesel şartların üstüne yükselmiş, yani onun üzerinde bütün etkinlik imkanlarını kullanabilecek bir duruma girmiş bir ruh demektir. Bunu böylece kabul etmedikten sonra ruhun ne dünyalara girmesinin ne de tekamül etmesinin mantıksal ve akla uygun manasını anlamak mümkün olmaz. İşte, aramızdaki tekamül aşamalarını tamamlayıp yükselmiş bir ruh karşısında yeryüzünün bu durumu ne ise evrenimizin bütün tekamül aşamalarını tamamlamış yüksek bir ruh karşısında da evrenin durumu, tabi ki daha geniş ölçüde, odur.

Ruhlar çeşitli maddesel tekamül yollarında yürüyerek üç boyutlu alemin bütün realitelerinin üstüne çıktıktan sonra

tekamüllerine daha yüksek bir düzende devam etmek üzere, dört boyutlu alemde birleşirler. Ve buraya kadar yükselmiş olan ruhlarda artık bizim evrenimizde olduğu gibi bedenler, şekiller vb. kalmaz ve bunun sonucu olarak oradaki varlıklar hakkında ne cinsiyet, ne insan, hayvan, bitki veya evrenimizin dünyalarına



özgü herhangi maddesel bir varlık hali söz konusu olur. Üstad'dan aldığımız bazı tebliğler bu konuda bizi aydınlatmıştır:

“Ben de insan aleminden geldim, bu bakımdan kendime insanım diyorum. Fakat incelerseniz bugün sizin aleminizde olmadığımı anlarsınız. Bugün kendime insanım dememin sebebi sizin dünyanızdan geldiğimi anlatmaktır.”

Ruhların tekamül ettikçe etkinliklerinin artması da yine belki bizim tahmin bile edemediğimiz büyük bir sebep sonuç ilkesine dayanmaktadır. Bu sayede ilahi kanunların gereği olan bütün yaratılanların düzeni sağlanır. Yaratılış maddesel evrenin sayısız çeşitlerini meydana getiren kuruluş hallerinden ayrı bir şeydir.

Bizim evrenimizde ne yoktan var olan ne de yok olan hiçbir şey yoktur. Bundan dolayı, yoktan var olma anlamına gelen Yaratılış

hakkında bizim hiçbir fikrimiz olamaz. Evrenimizde mevcut bütün olaylar maddenin hal ve şekil değiştirmelerinden ibarettir. Ve bu da ilahi kanunları uygulamakla yükümlü veya daha doğrusu böyle bir faaliyete hakkı olan yüksek birtakım varlıkların madde üzerindeki etkinlik güçlerini bütün olgunluğuyla kullanabilmeleri sayesinde mümkün olur. Evrenlerin sonsuzluğu, ruhların sonsuz alanlar içinde tekamüllerine devam etmeleri ile büyük bir uzlaşma halindedir. Bu baş başa yürüyüşün sonunu görebilmek ve hatta bu konuda herhangi bir tahminde bulunabilmek bizim gibilere nasip olmayacaktır. O halde ruhların tekamüllerinin hakiki amaçları hakkında kesin söz söylemek şöyle dursun, bir tahminde bile bulunmanın imkanı olmadığını unutmayacağız. Bu konuda söyleyebildiğimiz şeyler ancak ruhların kendi alemlerimizle olan ilişkilerine ait bilgi ve tahminden ileri gidemez. Ve biz alemlerimizde cereyan eden ruhların yukarıda söz ettiğimiz faaliyetleri hakkında da ancak bazı gözlemlere sahip bulunuyor ve ona göre fikir yürütüyoruz.

Bizlere göre ne kadar sonsuz ve kapsamlı görünürse görünsün yaratılanlar yalnız içinde yaşadığımız maddesel evrenden ibaret değildir. Ve ruhlar, madde evreninin dışındaki bilmediğimiz diğer varlıklar arasında, bilmediğimiz yollarda hayatlarını geçirirler. Ve bu arada, uzun çabalarla elde ettikleri madde evreni üzerindeki etkinliklerini sonsuza kadar sürdürürler. Ruhların evrenimizdeki tekamülü, yaratılanlar arasında ilahi kanunların hükümlerini uygulayacak

yüksek etkenler arasına girebilmeleri amacına yöneliktir. Ruhlar maddesel evrenin varlıklarına esir olmamak, orasını doğa kanunlarına uyarak idare etmek amacıyla maddelere bağlandıktan sonra, orada uzun bir süre görgü ve deneyim hayatı geçirirler, bu hal onların yavaş yavaş madde evreni üzerindeki faaliyet ve etkinlik bütünlüğünü geliştirir. Bu faaliyetin doruğuna varmış ruhların durumları bir insanoglunun idrakine sığmaz.

Kolaylıkla söylediğimiz fakat hakiki ve yüksek içeriğinden haberdar olmadığımız bu idealin ne zaman ve nasıl gerçekleşeceğini bilemeyiz. Çünkü bizim bulunduğumuz tekamül

derecelerinden başlarsak bu amacın gerçekleşmesi için bir sonsuzluk kabul etmemiz gerekir.

Bir karınca ruhu karınca bedenini oluşturabilecek duruma girmiştir. Fakat o henüz bir insan bedenini kuramaz. Karınca basit yuvasını yapabilir fakat insanların meydana getirdikleri muazzam şehirleri meydana getiremez. Nitekim bir gül ağacının ruhu da gül ağacını yapabilir fakat ne bir karınca bedenini ne de karınca yuvasını oluşturabilir. Bir insan yoğun maddeleri bir araya getirerek veya dağıtarak birçok eser meydana getirir. Taşlardan ve diğer maddelerden heykeller, abideler vb. yapar. Aynı ayrı sesleri toplayarak onlardan bir



senfoni oluşturur. Bütün bunlar sanat aleminin birer dünyasıdır. Bununla beraber, insanoglunun eseri ne kadar yüksek olursa olsun, sonsuz tekamül basamaklarında yükselmiş olan ruhların muazzam eserleri yanında pek az bir şey kalır. Dört boyutlu alemdeki varlıklarla aramızda bulunan mesafenin, insanla hayvan arasındaki mesafeyle kıyaslanamayacak kadar büyük olduğu göz önünde tutulunca oralardaki faaliyetin bizdekinden ne kadar yüksek olduğu düşünülebilir.

Dört boyutlu ve ondan daha yüksek boyutlu alemlerdeki varlıklar, insanların yaptıkları gibi, üzerlerinde işlenme yeteneği sıfır derecesinde olan yoğun taş parçalarından heykeller veya sınırlı seslerden senfoniler yapmazlar. Onlar kozmik akışkan maddeler üzerinde çalışarak bu maddelerden diğerlerini ve onlardan da daha diğerlerini oluşturarak alemleri ve dünyaları kurup dağıtırlar. Fakat bu söz ilk hamlede anlaşılabilir manadaki kadar basit değildir, bu faaliyetler bizim idrak edemeyeceğimiz birtakım etkililik tarzlarıyla ve idrakimiz dahilinde olan zaman ve mekan kavramları dışında meydana gelir. Bütün bu işlerde yalnız Allah'a özgü yoktan var edicilik söz konusu olmayıp onun kanunlarına uygun bir şekilde kuruculuk hali vardır.

Özetle, ruhlar yükseliyor ve yükseldikçe maddesel esaretten kurtularak ilahi kanunlara uyum sağlıyor. Bu hal onların doğadaki etkinlik güçlerinin o oranda artmasını zorunlu kılan bir etkendir. Üstatlarımızın aşağıdaki tebligatı bu yolda bizi aydınlatmaktadır:

“Doğa kanunları gereğince ruhun tekamülü onun maddesel varlıklar

içinde yaşamasına bağlıdır. Ruhun dünyada maddesel varlığı, maddeye olan bağdan ibarettir. Maddesel faaliyetleri sayesinde tekamülünü sağlamak için ruh madde aleminde bir süre geçirir.

Ruhun madde ile olan çekilimini azaltıcı çareler onun madde ile olan bu bağını azaltabilmesine yardım eder, bu da ruhun yüksek fikir ve derin bilgilere eğilimi ile olur.

Bir ruhun, kaynağında yetileri (melekeleri) kapanık değildir. Maddeye bağlılık bu yetileri gölgelendirir. Maddeye bağlılık sürdükçe bir taraftan ruh tekamül eder fakat maddeye bağlılık bu tekamülün ortaya çıkmasına meydan vermez. Diğer taraftan ruh maddeden kurtuldukça ortaya çıkan gelişim bir zemini tezahür bulur.”

Şu halde, bizim idrakimize göre ruh olgunluğunun zirvesi ve sonu yoktur. Bu tekamül sonsuzluk içinde ve bilmediğimiz bir geleceğe doğru uzanıp gidecektir. Ebediyet içinde ebediyet, sonsuzluk içinde sonsuzluk! İşte, kainat hakkında olduğu gibi, ruhların tekamülü konusunda da duygu ve düşüncemizin varabildiği son nokta budur. □

Dr. Bedri Ruhselman'ın *Ruh ve Kainat* adlı eserinin 2. cildinin 483-490. sayfalarından Türkçeleştiren: Neslihan Kosova.

# İçsel ve Dışsal İnkar

*Maurice Nicoll*

**D**İSSAL İNSAN doğrular da içsel insan yalanlarsa, kişi kötü bir durumdadır. Örneğin, birçok dindar insan, içsel olarak gülüp geçtiği ve saçmalık olduğunu düşündüğü bir imana dıştan sahipmiş gibi davranır. Bu, dışsal insanın alay edip de içsel insanın inanmasından daha kötü bir durumdur. Elbette ki gerçekte düşündüklerini ve inandıklarını belli etmekten korkan ve ciddi şeyleri hafife alıyormuş gibi görünen birçok insan vardır. Ama ciddi şeylerin saçmalık olduğunu düşünüp daha derin bir seviyede hiç de böyle düşünmediğini fark etmeyenler de vardır. Çünkü bizler, farklı seviyelerde farklı düşünürüz ve kendini incelemenin bir boyutu da bunun farkına varmaktır.

Bir insanın daha derin, daha içsel seviyeleri yüzeysel seviyelere ait görüşleri ve düşünceleri paylaşmaz. Çalışma içsel olarak küçük bir mesafeye nüfuz edip de inkarla karşılaşır, dışsal insan ne kadar çok onaylanmış görünürse görünsün, Çalışma durur. Neden? Çünkü inkarın psikolojik etkisi fiziksel olarak taş bir duvar kadar sağlam bir engel oluşturmaktır. Somut ve maddesel şeyler arasından bazılarının fiziksel dünyadaki bir bina için uygun olup olmadığını veya doğru yerde olup olmadığını bilmemize rağmen daha ince, elle tutulmaz cevherlerin yapı



malzemesi olduğu psikolojik dünyada pozitif veya negatif düşünceler, hisler, tutumlar bakımından buna karşılık gelen bir fikre sahip olmamız garip değil midir?

İnkâr içeriye doğru uzanan yolu tıkarsa ve insan yalnızca dünyaya açık olursa, en iç kısım inşa edilemeyecektir ve hiçbir zaman inşa edilemez.

Çünkü dışsal insan yalnızca dünyaya ve onun gerçekliklerine açıktır. (Büyükanneniz hastalandığı için derhal gelmenizi isteyen bir telefon gelmiştir, bebeğiniz pişik olmuştur, doktor gelmemiştir, yuvanın üzerine kurum yağmıştır, cüzdanınızı *Woolworth*'te bırakmışsınızdır, yeni gösterime giren filmi illa ki görmek istersiniz, Bob o sabah sizi görmezden geldi, havaya bakılırsa fırtına geliyor.) Pek çok hayat gerçekliği vardır. Ama psikolojik gerçeklikler de vardır ve bunlar farklı bir seviyededir. Bob'ın sabahleyin sizi görmezden gelmesi ve şüphelenip kıskançlık duymaya başlamanız, tamamen farklı gerçekliklerdir. Bunlar ayrıdır ve ayrı olduklarını hiçbir şüphe duymadan kavrayabileceğiniz kadar kendiniz üzerinde çalışmak zorundasınız.

Hiçbir inkara yer kalmamalıdır. Çünkü burada, en incelikli biçimde ve şuurun en keskin bıçağıyla yapılması gereken bir ayırım söz konusudur; aksi takdirde, bir şey diğer bir şeye yapışık halde kalır ve içsel gelişimin yolu tıkanır.

Ayrılması gereken içsel ve dışsal insandır. Hayat gerçekliklerini ve onlara verdiğiniz tepkiyi aynı almaktaysanız, bu imkansızdır. Aynı değildirlersiniz. Şu anda baktığımız ağaç benim onun hakkında ne düşündüğümle aynı değildir. Ağacın gerçekliği duyuların dünyasına aittir ve benim gibi herkes tarafından

görülebilir. Ama onun hakkındaki düşüncem duyuların dünyasına ait değildir. Psikolojik bir gerçekliktir, kendi özel psikolojik dünyamdaki bir gerçekliktir. Bu iki gerçeklik tamamen ayrıdır. Farklı seviyelerdedir ve farklı seviyelerdeki şeyler daima tamamen ayrıdırlar.

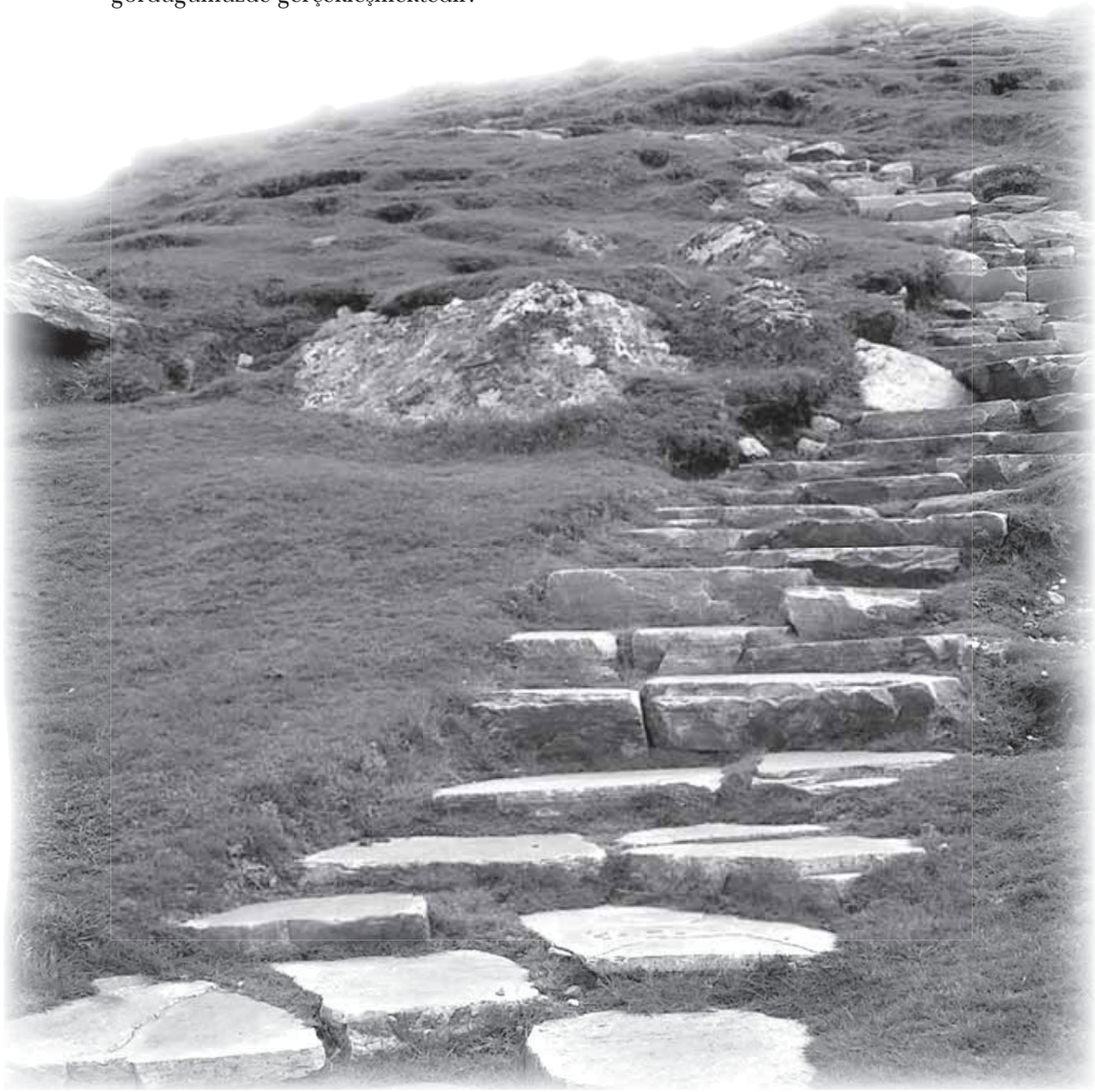
İçsel insan ve dışsal insan da farklı seviyelerdedir ve bu nedenle de tamamen ayrıdırlar. Doğal olarak böyle değildirlersiniz ama çalışma yoluyla böyle olurlarsınız. Aralarında birçok karmaşık etkileşim vardır ama Çalışma'daki ilke, daha yüksek olanın daha aşağı olanı kontrol etmesi, yani içsel olan dışsal olandan daha yüksekte olduğu için içsel insanın dışsal insanı denetlemesidir. Aksi takdirde, şeyler yanlış düzenedir. Görece içsel olan inanırken dışsal olan inanmazsa, bu olumlu bir durumdur ve ayartmayı güvenli bir biçimde davet eder. Ama görece içsel olan inkâr ederse, dışsal olanın inancı kolayca sarsılacaktır çünkü kayalık zemine değil kuma inşa edilmiştir. Başkaları öyle olduğunu söylediği sürece öyle olduğuna inanacaktır çünkü dışsal insan çok kolektif ve dolayısıyla taklitçidir.

Çalışma devam ettikçe, üzerimizdeki fazlalıkları çıkarmalıyız. *Ben olmayan* her türlü şeyden soyunmalıyız. Kendimize gittikçe daha çok nesnel hale gelmeliyiz. Şu anda kendimizi sınırlı bir biçimde belli belirsiz görüyoruz. Neden? Çünkü şuurumuz o kadar sınırlıdır. Sonuç olarak büyük miktarda şey şuurdışı kalır. Bazen, bize kendi dillerinde kendimize dair bir şey gösterdiklerinde rüyalar da yardımcı olur. Üzerinde yaşadığımız bu küçük şuur adasında, İmajinatif "Ben" mağrur bir şekilde hüküm

sürmektedir. “Ben güçlüyüm, ben görkemliyim,” sözcükleri ağızdan hiç düşmez. Bu kötü küçük adam veya kadın tahtundan devrilmedikçe kişinin kendine duyduğu sevginin ve hayranlığın tedavisi imkansızdır. Bir başka deyişle, şuurun bu sözde merkezinin denize doğru, yani farkında olmadığımız şeylere doğru açılması gerekmektedir. Şuur alanının genişlemesi gerektiğini kastediyorum ki bu, kendimiz hakkında bir şeyi her gördüğümüzde gerçekleşmektedir.

Çünkü içsel olan dışsal olanı görebilir ama dışsal olan içsel olanı göremez. Dışsal olan, kendisi dışında bir Tanrı olmadığını düşünebilir. İçsel olan ise inkar etme modasından vazgeçtiği anda daha doğrusunu bilebilir. Yüzeğin altında derinlere doğru uzanan bu inkar sorunu, dikkat gerektirmektedir. □

Yazarın *Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar* adlı kitabının 4. cildinden hazırlayan: Neslihan Kosova.



SADIKLAR PLANI'NDAN ALINTILAR

# Ebedi İstırap ve Saadet

*Celse: 84, 05.02.1966*

**E**ZEL VE EBEDİNİZ, muayyen bir sınırı ihtiva ettiğine göre, ebedi cennet ve cehennemizin de muayyen bir hali ifade eder. Bu hal, beden içerisinde bulunan bir ruhun idrak edemeyeceği, bazı ruhi teşevvüşler veya ruhi hazların sürekliliğini ortaya koymak içindir. Bütün problem, varlığın üstün bir şuura ulaşabilmesindeki cehdidir. Bu cehit, arz maddeleri ile irtibata geçişinden, bu irtibatını kopartuncaya kadar devam edecektir. Ve varlık, gitgide birbiri içerisine katlanan ve bu şekilde de genişleyen bir suur kadrosu içerisinde hareket etmek durumunda bulunacaktır. Varlığın halledemediği, üstüne çıkamadığı herhangi bir ruhi hali, bir yaşayış ünitesi, o varlık için devamlı bir ıstırap veya devamlı bir saadet halini tevlit edebilir. İşte bunun süresi, varlık ebede kadar, yani yeni bir siklusun zuhuruna kadar aşılamayacak bir kader içerisine kendisini sevk etmişse, ıstırapı ebediyen demektir. Bu kapı açıldıktan sonra, yani varlık daha üstün bir suurun içerisinde tatbikata geçtikten sonra ıstırap ebedilikten çıkmış, geride bırakılmış olur. Çünkü Mutlak Allah, mutlak derecede adil ve tekamül, mutlak derecede sonsuzdur. Bunun içerisinde hiçbir ıstırap veya saadet sonsuz olamaz. □

muayyeniyet: belli olma durumu, bellilik.  
teşevvüş: bulanıklık, karışıklık, şaşkınlık, kargaşa.  
tevlit: sebep olma, meydana getirme.  
zuhur: ortaya çıkma, görünme.

# Geleceğe Progresyonlar

*Hans TenDam*

**R**EGRESYONLAR aracılığıyla geçmi yaşamlara ulaşan ilk kişi olan Albert de Rochas progresyonu şans eseri keşfetti. Danışanı tam karşısına oturup sol eliyle beden boyunca baştan aşağıya manyetik paslar yaparken sağ elini danışanın alnına koymaktaydı. Bu, bir manyetik transa ve sözsüz veya sözlü telkinler ile zamanda geriye gitmeye, yaş geriletmeye yol açmaktaydı. Danışanı şimdiye geri getirmek için de Rochas, bedeninin ortasından iki yana doğru her iki eliyle yatay paslar yapardı. Bunu yapmaya yeterince uzun süre devam ederse, insanlar kendilerini gelecekte bulmaktaydı.

*De Rochas'ın bir denegi olan Eugenie "ilerletilen" ilk kişiydi. İki yıl sonraya vardı ve gebelik ve kısa süre sonra boğulma işaretleri gösterdi. De Rochas onu hızla iki yıl daha ileriye getirdi ve genç kadın gene gebeydi. Nerede olduğu sorulduğunda, "Suyun üstünde," dedi. De Rochas onun saçmalamaya başladığını düşünüp geri getirdi. İki yıl sonra, genç kadın sevgilisinden bir bebek bekliyordu ve kısa süre sonra ümitsizliğe kapılıp kendini Yser nehrine attı. Tam zamanında kurtarıldı. Ocak 1909'da Yser nehri üzerindeki bir köprüde aniden sancılandığında ikinci çocuğunu doğurdu. Kadın gerçekten de "suyun üstünde"ydi. (Shirley 1924: 140)*

*De Rochas'ın kadın deneklerinden biri progresyon sırasında yaşlandı. Gelecekteki cenazesinin farkına vardı ve insanların, bu yaştaki bir kadın için ölümün bir nimet olduğunu söylediklerini duydu. Ayrıca tabutunun etrafında dolaşan rahibin kötü ruhları uzak tuttuğunu da söyledi. Derken her şey karardı. Çevresinde ruhlar gördü ama onlarla iletişim kuramadı. Daha sonra, yeryüzüne dönmesi gerektiğini hissetti. Bir sonraki yaşam kısaydı: üç yaşında anjinden öldü. Ardından dostane bir ortama geldi ve mutlu oldu. Etrafını iyi ruhlar sardı ama hiçbirini tanımadı. Daha sonraki yaşamında ise 1970'te on altı yaşındaydı.*

*De Rochas, Josephine adlı birini de ilerletir. 1904 yılındaki deneyler sırasında genç kız on sekiz yaşındaydı. Progresyonda, otuz yaşında iken evlilik dışı bir çocuk doğurdu. Terk edilmekten dolayı teselli edilemez haldeydi. Önceki bir yaşamda bir erkek olarak yaptıklarının kefareтини ödemesi gerektiğini hissetti. De Rochas'ın trans sonrasında gelecekte neler olacağına ilişkin onu uyarmasının işe yaramayacağını söyledi. Daha sonraki bir seansta, gelecekteki çocuğunun babasının adını söyledi. De Rochas, transtan çıktıktan sonra bu adı hatırlamasını sağladı. Kız, bunun olabileceğini ama olmak zorunda olmadığını söyledi. Ne de olsa, daha önceki bir progresyonda tahmin edilen bir iş teklifi de gerçekleşmemişti. Josephine başka bir ülkeye taşındı ve De Rochas'ın onunla haberleşmesi kesildi. Çok sonraları genç kıza mektup yazdı ve ondan, terzilik yaptığını ve Rougier adlı bir kasapla evlenmek üzere olduğunu bildiren bir cevap aldı. Bu isim, progresyonu*

sırasında belirttiği isim değildi. De Rochas şöyle der: “Demek ki otuz yaşlarına geldiğinde yaşayacağını öngördüğü üzücü olay gerçekleşmeyecek. Belki de onu uyardığım için bundan kaçınmıştır.” (Passian 1985: 40)

Glaskin, Christos prosedürünü kullanan ve sonunda kendini bir geçmiş yaşamdan ziyade kendi yaşamının birkaç sene sonrasında bulan birini örnek verir (Glaskin 1974: 76):

*Danışan kendini, kendi şehrindeki bir mahallede yer alan bir mezarlıkta buldu. Yaklaşık elli kişiyle birlikte annesinin cenazesine katılıyordu. Erkek kardeşini ve kız kardeşlerini, babasını ve üvey babasını tanıdı. Cenaze töreni “bitmişti ama henüz değil.” Yirmi dört yaşında olduğunu ve İngiltere’den satın aldığı siyah bir takım elbise giydiğini söyledi. Stephan İngiltere’ye hiç gitmemiştir ama gelecek yıl gitmeyi planlıyordu. Cenaze ihtimali onu mutsuz etti. İngiltere’ye gitti ve on sekiz ay sonra aniden dönmek zorunda kaldı çünkü annesi tehlikeli bir omurilik hastalığına yakalandı. Kasıtlı olarak siyah takım elbise satın almadı. Onun gelişinin ardından annesi iyileşti.*

Dethlefsen de şimdiki yaşamda progresyonlara yol göstermişti ama bunların pek heveslisi değildi. Danışanları, regresyonlardan sonraya kıyasla daha çok yorulmaktaydı. Daha ziyade, doğum öncesi döneme



ilerletmeleri öğütler. Ceninin yalnızca doğumda ortadan kalkan bir ön bilgiye, bir yaşam önizlemesine sahip olduğunu iddia eder (Passian 1985: 41). Helen Wambach’ın çalışması ise bu yaşam ön izlemesini daha ziyade cenine giriş öncesine yerleştirmekte gibidir. Joel Whitton’un çalışması ve Michael Newton’un çalışması da bunu doğrular.

Bruce Goldberg düzenli olarak progresyonlarla çalıştı (Goldberg 1982: 151). Goldberg’e göre, gelecek yaşamlara progresyonlarda imgeler aniden değişmektedir.

Chet Snow ise Helen Wambach’ın progresyonlar üstüne çalışmasını takip edip bunu kendisinin ve Wambach’la işbirliği yapan başkalarının daha sonra derledikleri malzeme ile tamamladı. *Mass Dreams of the Future\**, bu kitap

\* *Geleceğe Ait Kitle Rüyaları*, Chet B. Snow ve Helen Wambach, Ege Meta Yayınları, 1998.

için en uygun başlıktır: ne az, ne çoktur. Snow, 2100 ve 2200 arası ve 2300 sonrası ömürlerin dört farklı ortamda özetlenebileceğini gördü. Bazı ortamlar çelişmektedir ve uzay yolculuğu ve uzay kolonilerinin gelişim hızı hem ekonomik hem de teknik açıdan hiç muhtemel değildir. Snow, bu progresyonların içeriklerini Edgar Cayce'nin ve birbirinden çok farklı her türden kanal ve psişğin kehanetleri ile ilişkilendirir. Bunlar doğru olmuş olsalardı, Kaliforniya'nın ve Japonya'nın büyük bir kısmı 1998'den önce sular altında kalırdı.

TenHaeff gibi parapsikologlar prekognisyonun var olduğunu

sergilemiştir ama Wambach ve Snow'un malzemesi, gelecek bir realitenin önbilisi olma açısından değil de psikolojik açıdan ilginçtir. Pek çok insan bilinçaltılarında böyle imgelere sahipse, bunlar bize şimdiki ümitler ve korkular hakkında çok şey söyler.

Otoyolda araba kullanırken ileriye ve geriye bakabiliriz ama sanırım, zaman hayli farklı bir boyut türü. Zaman içinde ileriye veya geriye bakmak diye bir şey yoktur; başvuru kayıtlar imgelenen beklentilerden farklılık gösterir. Belki de geleceği tahmin etmek bir noktaya dek mümkündür: geleceğin şimdide içerilme noktasına dek. Ama bunu



yapabilsek bile saptırma, anılarla mümkün olana kıyasla bile daha çok muhtemeldir. Hatırlamada öğeler ekler veya çıkartabiliriz, şeyleri ak veya kara gösterebiliriz, hatta fantaziye bile kapılabiliriz ama yine de gerçek anıya benzer bir şey hala mevcuttur. Prekognisyonda, bilinçli beklentiler ve bilinçaltı umut ve korku daha bile güçlü saptırır.

Geçmiş sabittir,  
yani  
olmuş olan şey  
değiştirilemez.

De Rochas'ın ve Glaskin'in deneyleri, progresyonların gelecekte olacakların doğru bir resmini vermeksizin anlamlı olabildiklerini işaret etmelerinden dolayı ilginçtir. *Winged Pharaoh*\*\* adlı kitabında Joan Grant bu fikirle tutarlı bir benzetmeyi yazar (Grant 1937: 130):

*Geçmiş sabittir, yani olmuş olan şey değiştirilemez. Ama her eylem, akışkan olan ve sürmekte olan bir geçmişte tadil edilebilir. Bir sonraki gününüz veya doğacağınız bir sonraki yaşam sizin bir gölden yansıyan imgeniz gibidir. Herhangi bir anda geleceğinizin gölünün neye benzediğini kontrol edebilirsiniz ama kendi özgür iradeniz aracılığıyla*

*onun üstünde fırtınalar kopartabilir ve durgun yüzeyi üstünde dalgalar oluşturabilirsiniz. Tahminlerin pek azının doğru çıkmasının nedeni budur. Sulama kovasını taşıyan bahçevana bir bakın. Hiçbir şey dökmeden bahçenin diğer ucuna varacağını öngörebilirim çünkü şimdiki eylemlerinin oluşturmakta olduğu gelecek budur. Ama ayağı takılırsa ve kovayı kendi hür iradesiyle elinden bırakırsa o zaman, şimdiki geleceği değişmiştir çünkü eylemi aracılığıyla farklı bir etki ortaya çıkartmıştır ve bu nedenle, öngörüm gerçekleşmeyecektir. Ama bu yalnızca birkaç insanın görmesine izin verilen bir imgedir çünkü o zaman birinin eylemlerine tesir edebilirsiniz.*

Şimdi, sulama kovasıyla bahçeden geçmek için yürümeye başlayan bahçıvan örneğindeki gibi, insanlığın gelişiminde de tasarlanmış ve yolda ilerlerken daha ayrıntılı işlenecek olan örüntüler olabilir. Bu nedenle, insanlar toplumun geleceğine dair izlenimler edinebilirler. Belki bunun içinde kendi kişisel geleceğini bile tasarlamışlardır. Ancak Wambach'ın araştırması, uzak gelecekteki yaşamlar için şimdiden hazırlık yapmış olmak bir kenara dursun, pek çok insanın bir sonraki yaşamlarını bile planlamamış olduklarını netleştirmektedir. Bu gelecekte imgeleri yakalayabilme becerisine sahip olup olmadıkları tartışmalıdır. □

Yazarın *Tekrardoğuşu Keskfetmek* adlı kitabından alınmıştır. Çeviren: Yasemin Tokatlı.

\*\* Kanatlı Firavun (ç.n.)

BİRLEŞTİREN BİLGİ

# Duygusal Merkezin Keşfi

A. Cemal Gürsoy



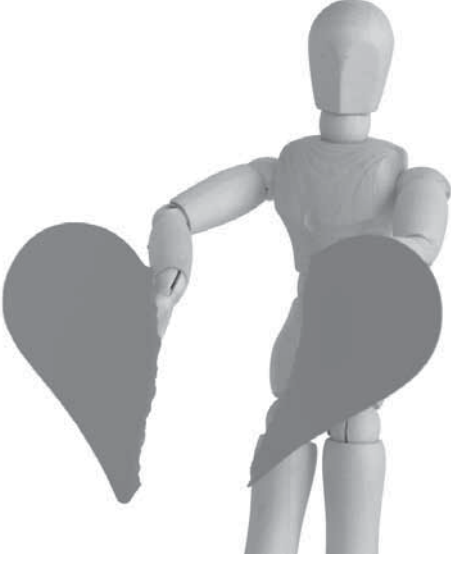
**B**İZ İNSANOĞULLARI, son devre damgasını vuran zaman yolcuları. Birçok zaman döngüsünde hep ilerleme yönünde irade gösteren yaratılışın güçlü iradeleri, sonsuz oluşun anıtı, ruhun ihtişamı. Bu övgü, iltifatları çoğaltabiliriz, bu iltifat neye, kime sesleniyor?

Tabi ki asıl varlığımıza, ruhumuza!

Ama ruhun giriş kapısı ve ilahiliğin yolu ruhsallığın anahtarındır. Duygusallığı anlamak keşfetmekle mümkün oluyor.

Klasik psikoloji ve hakim eril enerji, bu son döneme kadar, duygusallığı bir zayıflık olarak öğreten kalıpları dayattı. Duygulu olmak, duygusallığı yaşamak dişil enerjiye ait bir ana karaktermiş gibi öğretildi, çoğunlukla da öyle yaşandı. Duygusallık ya da duygu, aslında beş duyunun dışında, psikolojik bir halle gözlenen bir tesir, halet.

Duyguların gözlemciliği ile duygusal merkezinizde değerlendirilen olay, tesir bir kavrayış, anlayış haline geliyor. Ona göre tepki veriyoruz. Ya içgüdüsel olarak dövünüyor ya da hareketsetel olarak değişik beden hareketleri sergiliyoruz. İşte, tam bu noktada, duygusal merkez iradi bir merkezden aldığı tesiri çevirerek hareket ediyor. Sadece transforme ediyor, dönüştürüyor.

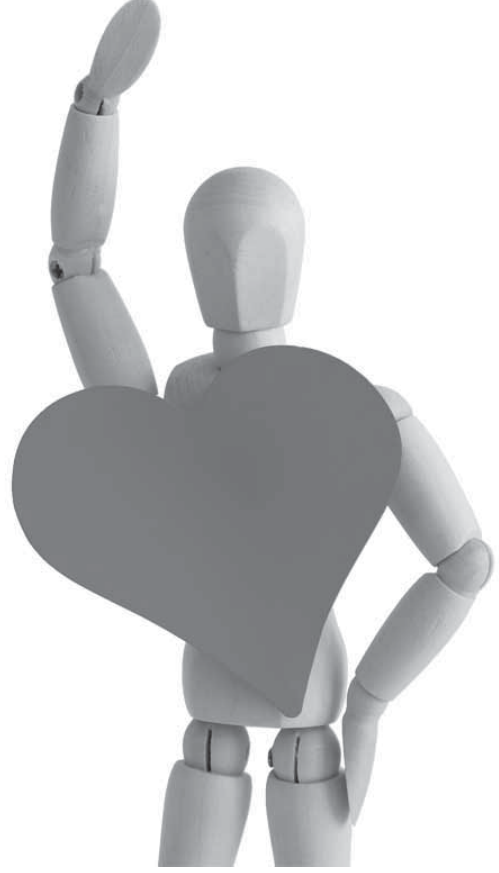


Yani duyguları nötr, tarafsız bir gözlemci olarak kullanan ruhta ilahi bir boyutun hareket şeklini derece derece görebilir, anlayabilirsiniz. Nötr bir gözlemci olmak ne demektir? Öz varlığın, deneyimler için geldiği madde ortamında sonuçları şuurlu ve tarafsız bir şuurla ya da olay karşısında otomatik bir enerji yoğunluğunu kabul etmeden (negatif veya pozitif) kalabilmeyi öğrenmesi gerekiyor.

Duygusallığın enerjisini daha yüksek alemlerdeki benzer girişlerde kullanabilmek için tarafsız bir dur çalışmasıyla kendini bilerek elde edebilir varlık.

Dua, yakarış, istek, gönüllülük, bağlılık, sadakat, dürüstlük gibi duygu dolu davranışların arkasında daha yüksek sisteme giriş kodları bulunmakta ancak kendi plansal seviyemize göre bu özgürlüğü elde etmekteyiz.

Duygusallık bir eksiklik, zafiyet ya da otorite boşluğu olarak dışarıdan gözlem etkisi verse de içsel dünyanın



zenginliğine göre az yasalı ya da tek yasanın tezahürü olan alemlerde yaşam imkanı vermektedir.

Yaşadığımız dünyada kendi üzerimizde çalışma yapmıyorsak, geçmiş entelektüel bilgilerimizle özdeşleşiyorsak, çoğul benlerle hareket edip gerçek özgürlük anında bulunamıyoruz demektir.

Duyguları kullanmak, yönetmek gerçek özgürlük anına ne kadar yaklaştırır. Sürekli o halde kalınır mı, diye sorular gelebilir hemen aklımıza.

Özgürlük madde ortamında bilinçli seçim yaptığımız andan itibaren kararabilecek süreçleri oluşturur.

O halleri seçmeden önceki uyanık şuurumuzun an be an devam eden öz varlık zamanına, yani birlik haline tek yasa ile idare edildiğimiz an'a bağlı olarak devam etmemiz, yaşamı o an'a dönüştüren bir çaba ile sürdürmeliyiz.

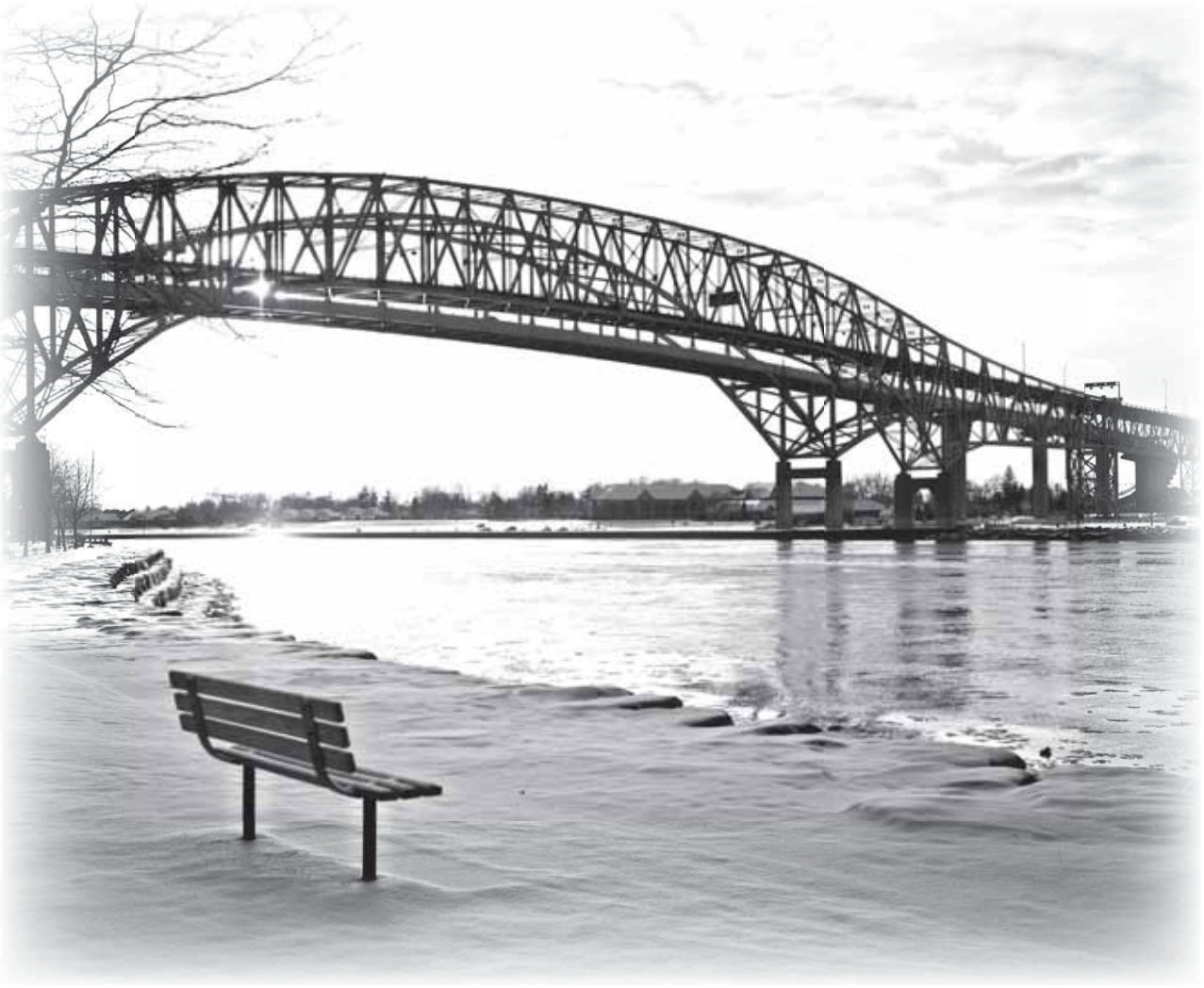
Özgür olduğumuz zamanı hatırlama çabası her zaman üst alemlerden yardım görür ve kapsanır. Çünkü dilek ve temenniler boş egoistik istekler değil, aydınlık, gelişmek isteyen ve tek benliliğe dönüş isteyen çabalar olduğunda, sistem, ilahi hiyerarşi görünmez çarkları çalıştırıp devreye girer. Tüm anın birleştiriciliğini kapsayan direkt enerji, farklı boyut ve planlardaki anları birbirine bağlayarak tek bir an haline getirir ve

biz sadece üç boyuttaki tezahürünü gördüğümüzde buna eşzamanlılık deriz, mucize deriz; rastlantı, tesadüf, gözlem anımızdaki benliğin seviyesine göre değerlendiririz.

Gerçek özgürlük benliğin sürmekte olan anına dahil olmak ve o yaşamın hissedilen, duyumsanan bölümünde uyanışı devam ettirmekten geçiyor.

Duygularımız öz varlığımızın altın bağlantı köprüsüdür, hiç pürüzsüz aktığında mutlaka cevap döner ve gereken yardım paket olarak önümüzdedir.

Özgürce, duygularımızın ilahi sahibine bağlanalım. Orada sevginin inşa edici sürecinde yaşama mutluluğumuzu elde edelim. □



# Astral Seyahat Nedir?

*Nusret Sefa Yılmaz*

**B**İLİNCİNİZ yerinde olduğu halde fizik bedeninizi terk edebilir misiniz? Odanızın tavanına yakın bir yerden kendinizi uyurken görmeniz mümkün mü? Uzun süredir görmediğiniz uzaktaki bir yakınınızı zihinsel yolla ziyaret edebilir misiniz? Dünyada hiç görmediğiniz, ulaşamadığınız mekanları görebilmeniz mümkün müdür? Hatta zihinsel olarak dünya dışı, uzaysal seyahatler gerçekleştirebilme olasılığınız olabilir mi? Dostlar arasında Beden Dışı Deneyimler (BDD) ile ilgili bir konu konuşulmaya başlandığında konunun devamında hemen bu ve benzer sorular gündeme gelmektedir. Pek çok kişi bu deneyimin özü ve mekanizması hakkında bir bilgi sahibi olmak ister. Fakat bu türden deneyimleri yıllardır araştıran uzmanlar dahi konuyla ilgili bütün cevaplara henüz ulaşabilmiş değildir. Onlar istedikleri cevapları çeşitli yöntemlerle geliştirdikleri deneyler aracılığıyla elde etmeye çalışırlar. Deneylerinin yanıt veremediklerine de geçmişten gelen her türden bilgi birikiminin içerisinde ararlar. Peki, bu cevap verme ihtiyacı nereden kaynaklanır? Çünkü Beden Dışı Deneyimler (BDD) psişik yetenekler konusunda, insanlar arasında en çok ilgi gören, soru sorulan bir başlığı oluşturur ve aynı zamanda köklü bir geçmişi de vardır. Dolayısıyla parapsikologlar yıllardır bu deneyimin gizemini çözmeye çalışmaktadırlar.

Fakat bazı parapsikologların BDD'lerin temsil ettiği şeyden emin olmadıklarını söylersek çok da yanlış bir ifade kullanmamış oluruz. Hatta aralarında BDD'lerin psikolojik bir deneyimden ibaret olduğunu düşünenler bile vardır. Fakat genelde kişilerin uzak yerlere seyahat edebildiklerini, orada olup bitenleri görebildiklerini ve tüm bunların objektif olarak doğrulanabildiğini kabul ediyorlar. Kimileri, bu kişilerin deneyim sırasında belki de duyular dışı algılamayı (DDA) kullanmış olabileceklerini düşünüyor. Fakat böyle düşünenler bununla ilgili geniş bir teori ortaya koyamamışlardır, ayrıca bir teori olsa da bildiğimiz kadarıyla



bunu destekleyen bilimsel bir deney yapılmamıştır.

Bazı araştırmacılar ise BDD'lerin uyku esnasında DDA yeteneğini ortaya koyan bir rüya olduğu fikrini öne sürerler. Bu fikrin gerçeğe uygun olmadığını kanıtlayan birçok deney yapılmıştır. Örneğin, bazı süjelerin beden dışı seyahat gerçekleştirdikleri sırada yapılan beyin dalgalarını ölçme çalışmaları, bu kişilerin bedenlerini terk ettikleri sırada kesinlikle uyumadıklarını ve rüya görmediklerini ispatlar.

Ayrıca bazıları, deneyimi gerçekleştirenlerin büyük çoğunluğunun bedenden çıkarken ve bedene tekrar dönüşte kulaklarda vınlama, uğuldama, bedenin titremesi ve geri dönüş şoku gibi ortak hissedilen olguları kale almadan BDD'in algı işlemindeki bir tuhaflaşma olduğunu iddia etmeye devam etmektedirler.

Bunlara benzer teorilerin sahipleri, BDD'in gerçekliği karşısında ciddi bir karşı teori üretmediklerinden geriye bu fenomenin gerçekliğini kabul etmekten başka bir seçenek kalmamaktadır. Bu durumu en başından beri savunan ve çalışmalarıyla parapsikoloji tarihinde yerini almış, ileride değineceğimiz bazı parapsikologlar da deneyimin özüyle ilgili araştırmalarına gerek istatistiki verilerle gerekse laboratuvar deneyleriyle devam etmektedirler.

Parapsikologlar bu fenomen için Beden Dışı Deneyim (BDD) (Out of Body Experience - OBE) ifadesini kullanmayı tercih ediyor. Fakat bu kavrama değişik kültür ve ekollerde o kültür ve ekolün kendine özgü literatürüne uygun olarak farklı isimler verilmiştir: Astral seyahat, astral projeksiyon, bilinç projeksiyonu veya klasik tabirle dedublüman gibi.

Bizim kültürümüzde ise eskiden bu fenomene “tayı mekan” denirdi. Beden dışı deneyimler ya da bilincin bedeni terk etmesi halk arasında en çok “astral seyahat” olarak bilinir. Fakat ifade edilirken çok yanlış sonuçlara varacak bazı tanımlamalara yer verilir. Örneğin, astral seyahati ruhun bedenden ayrılması olarak tarif ederler ki bu, teknik olarak çok hatalı bir tanımdır. Burada bir ayrılma, kopma değil ruh ve beden ilişkisinin enerjetik olarak gevşemesi söz konusudur.

Astral seyahat, bilincin astral beden vasıtasıyla fiziki bedenden geçici olarak bağımsız hareket etmesi, istediği yere gitmesi, seyahat etmesidir. Tanımlamada olay her ne kadar zihinsel bir süreç gibi görünse de yine de fizik bedenden çok daha süptil bir ara vasıtayla, bir ara bedenle hareket edilmek zorunluluğu, bu deneyimin sadece duyular dışı bir yöntem olmadığını gösteriyor. Bu ara vasıtaya eski okült çalışmalardan gelen bir gelenekle astral beden ismi verilmiştir. Acaba herkes beden dışı bir deneyim yaşayabilir mi? Yoksa bu deneyim yalnızca böyle özel bir tür yeteneğe sahip olanlarca yaşanan, kişiye özel

bir durum mudur? Geçmişte konuyla ilgili araştırmacılar bu yeteneğin sadece özel bazı kişilerde mevcut olduğunu, herkesin bunu gerçekleştiremeyeceğini düşünüyorlardı. Fakat yıllar içinde bu fikirler değişti ve gelişti.

Bu şekilde düşüncelerinin en önemli nedeni geçmişte beden dışı deneyim yaşayan kişilerin yaşadıklarını çevrelerindekiyle anlatmamalarıdır. Çünkü böyle bir deneyim toplum tarafından bilinmiyordu ve yakınlarına bunu anlattıklarında garip bir durumla karşılaşacaklarına inanıyorlardı.

Fakat 20. yüzyılın başlarından başlayarak bazı kimselerin kendi yaşadıkları deneyimleri yazmaları ve bu yazılanların geniş bir çevrede okunmasıyla bakış açısı zamanla değişmeye başladı. Yazılan bu deneyimlerle dolu eserler kamuoyunda geniş bir yankı yarattı ve benzer deneyim yaşayanlar yavaş yavaş ortaya

çıkmaya, yaşadıklarını anlatmaya başladılar. Bu kişiler BDD’yi herkesin yaşayabileceğini iddia ediyorlardı. Bunun üzerine, zaman içerisinde yapılan bilimsel ve istatistikî araştırmalar bu yazarların iddialarını haklı çıkararak bu yeteneğin insanın özüne, doğasına ait genel bir psişik yetenek olduğunun herkes tarafından kabul edilmeye başlamasını sağladı. □



# Sıkışık Ruhların Çağrısı!

*Fadime Emir*

**L**ŞUBAT 2012 Çarşamba günü arabayla İzmir'e gidiyordum. Birlikte yolculuk ettiğim iki genç anne ve onların sekiz yaşlarındaki kızları ile ilerliyorduk. Kızların gelip geçen arabalara el sallayıp, sonra da o araba yaklaşınca çömeli saklanmaları şeklindeki eğlencelerinin mutluluk titreşimleri içinde harika bir yolculuğun ortasında telefonum çaldı. Arayan, İzmir'de oturduğum zamanlarda çalıştığım bir danışanımdı. Danışanım (A diyelim) o zaman bir firmada müdür olarak çalışıyordu. Şimdilerde ise büyükçe bir fabrikada müdürlük yapıyormuş.

"Fadime Hanım ne zaman İzmir'e geliyorsunuz?" diye sordu. Ben de, "Şu anda İzmir'e doğru geliyorum," dedim. Önce hafif bir şaşkınlık duraklaması oldu ve "Gerçekten mi?" diye sordu. "Evet, gerçekten yoldayım, beş kişilik bir kadınlar grubu olarak geliyoruz, hayrola ne için sordun?" O da şunları anlattı:

"Fadime Hanım, benim şimdi çalıştığım fabrikanın üç ortağı vardı. Ortaklardan biri geçtiğimiz zamanlarda öldü. Onun ölümünden beri fabrikada işler ters gitmeye başladı. Başka firmalarla yaptığımız iş bağlantılarımız bir şekilde bozuluyor. Sipariş iptalleri geliyor ki bu bugüne kadar hiç yaşamadığımız bir durum. İşler neredeyse durma noktasına geldi. Fabrikadaki lambalar zaman zaman kendiliğinden yanıp sönmeye başladı. Bu durum bazı çalışanları tedirgin ediyor. Yaptığımız açıklamalar onları teskin etmeye yetmiyor. Ciddi bir yatırım yaparak yurt dışından işleri daha da hızlandıracak bir makine aldık. Bu makine en fazla on beş günde kurulmuş. Fakat bizim makine bir buçuk aydan beri bir türlü çalıştırılmıyor. Makineyi kuran ekip son derece profesyonel ve bize, 'Biz böyle bir durumu daha önce hiç yaşamadık. Biz de anlamıyoruz ne olduğunu, her gün bir aksilik çıkıyor. Ya bir parça kırılıyor, ya şu oluyor, ya bu oluyor,' şeklinde açıklama yapıyorlar. Bu durum ve diğer fenomenler, iş bağlantılarındaki iptaller falan benim ve birlikte çalıştığım iki arkadaşımın da (diğer müdüre B ve yardımcılara D diyelim) fabrikada psişik fenomenlerin olabileceğini düşünmemize neden oldu. Bu olasılıktan fabrikanın iki ortağına bahsetmeye çalıştım fakat onlar böyle bir şeye asla inanmıyorlar. Bize, 'Ne yapın edin şu işleri yoluna sokun,' diyorlar. Biz de gerçekten psişik bir şeyler oluyorsa buna bir çare bulmak bize düştü diyerek kimden yardım alabiliriz dedik ve aklıma siz geldiniz. Burada böyle bir çalışma yapar mısınız? Yalnız çalışma yapacaksanız bunu akşam saat 18:00'den sonra yapmamız lazım. İşçiler gittikten sonra çalışmak daha doğru olur."

Olur tabi, neden olmasın, diyerek çalışma yapacağımız günü kararlaştırdık. Bu arada şunları düşündüm: Muhtemelen ölen ortağın ruhu işiğe gidemedi ve

fabrikaya takılı kaldı. Bu olayların sebebi onun takılı kalan ruhu olabilir. Belki de işyerine çok fazla bağlıydı ve ayrılamadı ya da başka bir sebeple burada kalmayı seçmiş olabilir. Ama çalışmayı yaptığımda durumun bu olmadığı gayet net ortaya çıktı. Durumun ölmüş olan ortakla hiçbir ilişkisi yoktu. O, gitmesi gereken boyuta ulaşmıştı.

O gün geldiğinde, gittim. Önce makinenin durduğu o devasa alanı müdür B ile birlikte dolaştım, gerçekten de inanılmaz bir ağırlık vardı ortamın enerjisinde. Buraya gelmeden önce muhtemelen A ile çalışır, onun aracılığıyla oradaki enerjilerle irtibata geçer ve gitmelerine rehberlik ederim diye düşünmüştüm. Çünkü B ve D'yi hiç tanıımıyordum. Ancak alanı dolaşırken kiminle çalışmam gerektiği netleşti. B ile çalışmalıydım. B'nin enerji alanında

müthiş bir hareketlenme başlamıştı. Çalışmaya geçmeden önce yine de emin olmak için A, B ve D ile olağan testimi yaptım ve evet, B ile çalışmam gerekiyordu.

B'nin enerji alanında, B yedi sekiz yaşlarındayken ve kendini çok yalnız hissettiği bir anda, bedenini bırakmış ve kendini çok yalnız hisseden bir kadının enerjisi vardı. Bu enerjiyle olan diyalogum sırasında B dedi ki, "Sağ omzuma başka bir enerji geldi," ve diyor ki, "onlardan çok korkuyorum, lütfen beni de göndersin, ben de gitmek istiyorum, bana da yardım etsin." O enerjiye dedim ki, "Tamam, biraz bekle, sana da yardım edeceğim ama şartlarını biraz sonra konuşacağız." Ve ardından diyalogumun sürdüğü kadının enerjisini ışığa gönderdik.

Sonra da B'nin sağ omzuna gelen enerjiyle diyaloga geçtim. Ona yardım



edeceğimi ancak çok korktuğu varlıklarla konuşmama aracılık etmesi gerektiğini söyledim. Önce buna hiç yanaşmak istemedi. Beni bir an önce gönderin, onlar çok tehlikeli, onlardan çok korkuyorum, deyip durdu. Ben de bütün kararlılığımla evet, bunu yapabileceğimi ama onun da bana yardım etmesi gerektiğini söyledim. En sonunda razı oldu. O korktuğu enerjilerin nerede olduğunu sordum. Bir türlü kurulumu tamamlanamayan makinenin olduğu alanın sağ köşesinde durduklarını söyledi. “Kaç taneler,” diye sordum. “Yukarıda iki taneler,” dedi. Ona tüm çevreyi taramasını istedim ve ben de psişik olarak fabrikanın oturduğu alanı taramaya başladım. Algılarımdan hiç bahsetmemişken, söyledikleri şeyle algıladıklarımın aynı olduğu ortaya çıktı.

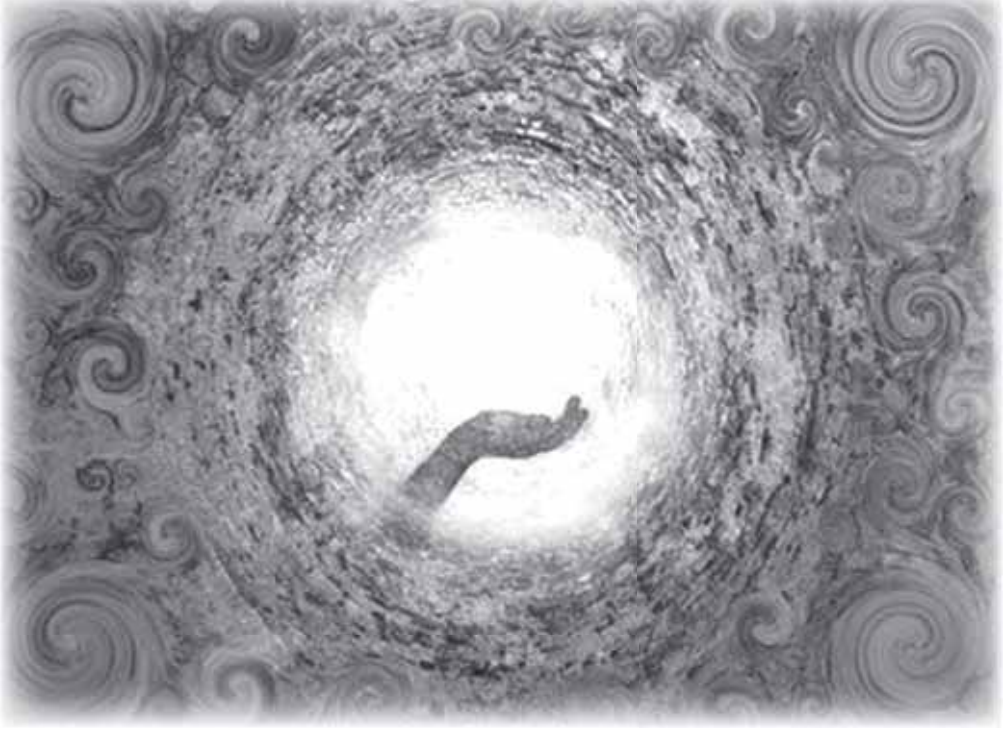
O iki varlıkla kurduğumuz diyalog ve çalışmanın bütününden açığa çıkan durum şuydu: Beş yüz yıl kadar önce, tam da bu alanda bir Rum tapınağı varmış. Tapınak göçük altında kalmış ve pek çok din adamı öldüğünü bile fark edememiş. Bir kısmı hala orada yaşadığını zannediyordu. B'nin sağ omzuna gelen ve onun korktuğu iki varlık ise artık öldüklerini fark etmişlerdi ve ruhsal dünyaya gitmek istiyorlardı. Ancak nasıl gideceklerini bilemedikleri için orada sıkışıp kalmışlardı. Anlaşıldı ki asıl korku içinde olanlar B'nin sağ omzuna geleni korkutanlardı. Korktukları için ikisi birlik olup etrafta gördükleri diğerlerini tehdit ediyordu.

Hala yaşadığını zannedenler ise kitap okuyorlar; ritüellerini, ibadetlerini yapıp sanki hayattaymışçasına günlük işlerini

yerine getiriyorlardı. Böyle bir imajinasyon içindeydiler. İmajinatif bir gerçeklik içinde yaşıyorlar ama bunun bir illüzyon, bir imajinatif yaratım olduğunu fark etmiyorlardı. Tıpkı, spatyomun alt boyutlarına geçen ve henüz öldüklerinin farkında olmayan varlıkların içinde yaşadığı imajinatif dünyadaymış gibi görünüyorlardı. Onlara, “artık o bedenlerde değilsiniz, öldünüz,” dedğim anda ellerindeki her şeyi bir anda bıraktılar ve “Gerçekten mi?” diye sordular. Evet, “Gerçekten öldünüz, artık o bedenlerde değilsiniz ve isterseniz atalarınızın boyutuna gidebilmeniz için sizlere rehberlik edebilirim,” dedim. Hiç tereddüt etmeden kabul ettiler.

Ancak B'nin sağ omzundaki varlık, hala o iki varlıktan korktuğunu ve onlarla birlikte gitmek istemediğini söyleyip duruyordu. Onu da ikna etmeyi başardım, artık kendisine zarar veremeyeceklerini anlaması, aslında hepsinin ortak amaçlarının artık yukarılara, ışığa gitmek olduğunu anlaması biraz zaman aldı. O iki varlıktan korkup durana özel bir koruma temin edip, korktuğu varlıkları yavaş yavaş yanına yaklaştırdım. Onlar yaklaştığında, “Aaa, aslında korkacak bir şey de yokmuş, meğer onlar da çaresizlik içindelermiş ve gitmek istiyorlarmış,” dedi. Daha sonra o alanda bulunan tüm bedensiz varlıklar için bir ritüel oluşturduk. Hepsine birden rehberlik edip yol gösterecek varlıkları çağırdım. Büyük bir neşeye el ele tutuşup ışığa doğru gittiler. Gitmeden önce bizlere aktardıkları şuydu:

Bizler yani ben, A, B ve D de onlarla birlikte o tapınakta yaşamışız. Ancak tapınak göçük altında kaldığında



öldüğümüzü fark edip yükselmişiz, onlar ise orada sıkışıp kalmış. Yakın zaman önce ise birkaçı öldüğünün farkına varıp artık gitmek istemişler ama bunu nasıl yapacaklarını bilememişler. Nereye gitmeleri gerektiğini bilememişler. Bu nedenle o alandaki psikik fenomenleri oluşturup A'nın beni aramasını temin etmişler. Onlara yardım ettiğimiz için hepimize tek tek teşekkür ettiler ve fabrikanın gelecekteki durumuyla ilgili de birkaç mesaj verdiler. Şimdilik bu mesajların ne olduğunu söyleyemem çünkü bunu zaman gösterecek.

Bu arada, "Onları ancak ben gönderebilirdim, o nedenle beni aramalarını temin etmişler," gibi bir egonun söz konusu olmadığını bilmenizi isterim. Ruhlar veya bedensiz varlıklar zannettiğimizden çok daha psikiktirler. Onlar için önemli olan,

ihtiyaç duyduklarında onlara yardım edebilecek birilerine ulaşmaktır. Bir eşzamanlılık olarak böyle bir çalışma gerçekleştirdiğimi düşünüyorum. O günlerde İzmir'e gidecek olmamı, İzmir'de yapacağım şifa eğitim tarihimin bu çalışmayı yapmazdan yaklaşık iki ay öncesinden belli olması nedeniyle algılamış, fenomenleri oluşturmuş ve beni aratmış olabilirler. O sıralarda ben İzmir'e gitmemiş olsaydım belki de başka birilerine ulaşılacak ve ihtiyaç duydukları yardımı yine alacaklardı. Kimbilir!

Anlattıkları senaryonun gerçekten de doğru olup olmadığını, yani bizlerin de orada yaşamış olduğumuzu iddia edemem. Benim için önemli olan, orada sıkışıp kalmış ruhlara yardım edebilmenin manevi değeridir. Orada, geçmiş zamanda onlarla birlikte yaşayıp yaşamadığımızın da hiçbir

önemi yoktur. Önemli olan yardım edebilmiş olmaktır ki bunun cevabını çalışmamızdan bir hafta sonra aldık.

Çalışmayı bitirdikten sonra hep birlikte tekrar o makinenin bulunduğu alana gittik. Ortamın enerjisi inanılmaz bir hafiflik kazanmıştı. Gittiklerinden artık emindik. O alanda adaçayı yakıp bir ritüel oluşturarak alanın enerjisini dengeledim. Çalışmamızın üzerinden bir hafta sonra müdür B aradı. Gülüyordu ve neşeliydi. “Fadime Hanım çalışma çok işe yaradı, makine tıkır tıkır çalışıyor artık ve işler öyle bir açıldı ki siparişleri yetiştirmekte zorlanıyoruz,” dedi.

Görünen o ki varlıklar ölmüş bile olsalar eninde sonunda gerçeğe yani içinde buldukları realitenin şuuruna uyanıyorlar. Uyanabilenler kendilerine yardım bulabilirken, rehberlik alabilirken henüz uyanamamış olanlara, ölmüş olduklarını fark etmemiş olanlara da yardım eli

uzatabiliyorlar. Onların da rehberlik almasına vesile oluyorlar. Yardımlaşma ve dayanışma yasası her boyutta işlemeye devam ediyor. Uyanabilmişler, uyanamamışların uyanabilmesinde bir vazifeyi diğer boyutta da yerine getiriyorlar. Tıpkı erenlerin, evliyaların, büyük spiritüel öğretmenlerin asırlar boyunca, bu dünyaya her dönemde gelip de uyanmak isteyenlere rehberlik etmesi, kadim bilgileri aktarması gibi. Ne mutlu yol gösterenlere ve o yolda ilerleyenlere...

**Not:** Bu çalışmaya tanıklık eden kişiler kimliklerinin mahremiyeti nedeniyle, isimlerinin veya soy isimlerinin baş harfleriyle hiç de alakası olmayan A, B ve D harfleriyle tanımlanmışlardır. Fabrika ortaklarıyla olan bilgilerde de, spekülasyonlara neden olmaması nedeniyle kimi bilgiler saklanmış, kimi bilgiler ise gerçeğe alakasız bir şekilde verilmiştir. □



# Statik Gücü Harekete Geçirmek

*Mirra Alfassa (Anne)*

**S**TATİK GÜÇ ile dinamik güç arasındaki fark, bir savunma ve saldırı oyunu arasındaki fark gibidir. Statik güç, savunma oyunuyla aynıdır, her şeye göğüs gerer, hiçbir şeyin onu etkilemesine izin vermez, hiçbir şeyin ona dokunmasına veya onu sarsmasına izin vermez; hareketsizdir ama yenilmezdir. Dinamik güç eylem halindedir, zaman zaman hamle yapar, zaman zaman da darbe alır. Bir başka deyişle, dinamik gücün her zaman galip gelmesini istiyorsanız, onu önemli miktarda statik güçle, sarsılmaz bir temelle desteklemeniz gerekir.

İnsan yalnızca dinamik olduğunda gücün farkına varır, eyleme geçmedikçe bunu güç olarak görmez; eyleme geçmezse, insan onun farkına bile varmaz ve bu eylemsizliğin gerisindeki muazzam kuvveti fark etmez ama bazen, hatta daha sık bir biçimde, bu kuvvet, eylem halindeki güçten daha büyüktür. Çok nahoş bir şeyin önünde soğukkanlı, hareketsiz ve sarsılmaz bir biçimde durmak çok daha güçtür, bu size karşı yönelmiş sözler ya da eylemler olabilir; şiddet göstererek yanıt vermekten çok daha güçtür. Birinin sizi aşağıladığını varsayın, bu hakaretler karşısında hareketsiz durabilirsiniz (yalnızca dışsal olarak değil, aynı zamanda içsel olarak da), sarsılmazsınız ve hiçbir şekilde etkilenmezsiniz: İnsanın hiçbir şey yapamayacağı bir kuvvet gibi orada dikilirsiniz, yanıt vermezsiniz, bir jest yapmazsınız, bir sözcük söylemezsiniz. Size yöneltilen tüm hakaretler hiçbir şekilde içsel veya dışsal olarak size dokunmadan savrulup gider. Kalp atışlarınızı mutlak bir biçimde sakın tutabilirsiniz, kafanızdaki düşüncelerinizi hareketsiz ve sakın tutabilirsiniz, varlığınız en ufak bir biçimde etkilenmez, yani kafanız aynı titreşimlerle derhal yanıt vermez ve sınırlarınız rahatlamak için birkaç karşı hamle yapma ihtiyacı duymaz; bu şekilde olabilirsiniz, statik güce sahip olursunuz ve her harekete hakaretle, her darbeye darbeye ve her kışkırtmaya kışkırtmayla yanıt vermenize neden olan bir kuvvete sahip olmanızdan çok daha güçlü olursunuz.\* □

Mirra Alfassa (Anne) 1878’te Paris’te doğdu. Ruhsal gelişimine uzun yıllar içsel olarak rehberlik etmiş olan Sri Aurobindo ile 1914’te tanıştı. 1920’de Sri Aurobindo’ya katıldı. Kasım 1926’da Sri Aurobindo Aşramı kurulduğunda, onun tüm maddi ve ruhsal sorumluluğu Sri Aurobindo tarafından Anne’ye emanet edildi. Anne’nin yaklaşık elli yıl süren rehberliğinde Aşram, büyük ve çok yönlü bir ruhsal birlik olarak gelişti. 1952’de Uluslararası Sri Aurobindo Eğitim Merkezini kurdu ve 1973’te dünyadan ayrıldı. The Mother (Anne) olarak da bilinir.

Yazarın *İçten Yaşamak* adlı kitabından hazırlayan: Neslihan Kosova.

\* *Collected Works of the Mother*, Bölüm 4 (Questions and Answers 1950-51), s. 368-9.

# Meditasyon

*Gültekin Çilekar*

## 1. Bölüm

**M**EDİTASYONUN Türkçesi kontrol etme, derin düşünme anlamına gelmektedir. Bir şey üzerinde derin ve etraflıca düşünmek demektir. Bu kavram, bu uygulama, içinde “konsantrasyon”u da barındırır. Konsantrasyon, yaptığımız her işle ilgili olabilecek genel bir nitelik taşıdığı halde, meditasyon özel bir hal, özel bir uygulamadır.

Genel olarak bir şeyin asıl hakikatine, daha aşkın olan anlamına ulaşmak ümidiyle zihne dolan fikirleri geri göndererek gereği gibi düşündürmektir. Bu uygulama insanlık kadar eski, hatta evrensel bir değeri olan ruhsal bir araştırmadır. Meditasyon Hint felsefe ve pratiğini önemli şekilde etkilemiş, konsantrasyon kadar yaygın bir uygulama alanı bulmuştur.

Yine meditasyon için tek bir konu üzerinde özel bir şekilde düşünme eylemidir denilebilir. İnsanın kendini zorlamadan düşünmesi söz konusudur. Konuyla ilgili, bilinmesi gerekli şeylerin kafada şekillenmesine imkan verir. Meditasyonda

tek konudan ilham alınarak yeni şeyler öğrenmek gayesi vardır. Akıl ve beden serbest tutulur. Düşünce kendi konusunun dışına kaçmak eğilimini gösterirse, aklın müdahalesiyle sakinliğini yitirmeden asıl konuya dönülür. Esas olan sükunet içinde kalmak ve konuyla ilgili yeni sezgileri alabilmektir.

Meditasyon tekniği, henüz bilinmeyen hakikat ve kavramların zihin alanında yer bulabilmeleri ve zihinde bir ortam yaratmaları için kullanılabilir. Bu teknik her Hintli ya da Sufi üstada göre değişir ama yine de bazı ortak nitelikleri vardır.

Genel hatlarıyla ele alırsak, örneğin sabah ve akşam



-mümkünse aç karnına- rahat bir şekilde oturulur. Gözler kapatılırsa daha iyi netice alınır. Yarım saat, bir saat veya daha fazla bir süre o durumda sakin biçimde oturulur ve düşünce aynı konuda tutulur. Bunu sağlamak için genellikle “mantra” ismi verilen kelimeler tekrarlanır. “Mantra” özel etkisi olan kelimelerdir ve meditasyon durumunda sürekli olarak kalmaya yardım eder. Her dinin kendine göre mantraları vardır. Örneğin, sufilikte buna “zikir” denilir ve zikir bireysel ya da toplu olarak uygulanabilir. Ayrıca şahısların ruhsal frekanslarına uygun olarak seçilen mantralar da mevcuttur.

Uygulama başlamadan önce meditasyon yapacak kimse hangi konuyu düşüneceğini kararlaştırmıştır. O konuyu düşünürken aklına başka şeyler gelirse, sükunetle mantrayı tekrarlar ve ana konuya geri döner. Mantra bir anahtar gibi kullanılır. Zihne yine başka fikirler gelirse mantra tekrar edilir.

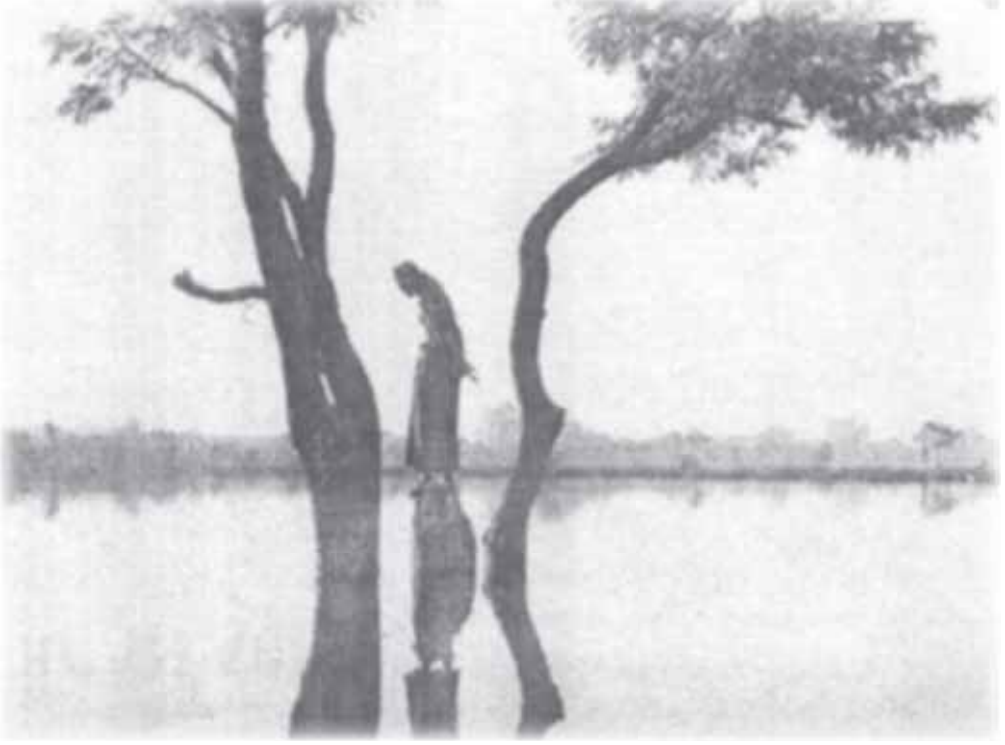
Meditasyonda belli bir düşünce üzerinde kalınabileceği gibi, zihnin düşüncesiz kalması, boş tutulması da olabilir ki bugün genellikle bu şekilde uygulanmaktadır. Bu sırada zihne bir düşünce gelirse mantra birkaç defa tekrar edilir, zihinde boşluk sağlanır. Meditasyonda ilerledikçe zihni boş tutma süresi uzar. Bu boşluk anlarında zihne ilham dolar. Ya kişinin şuurdışı dediğimiz öz varlığından ya da ruhsal planlardan, varlıklardan gelir. Böylece zihni sükunet halinde tutmakla yeni etkilere yer ayırmış oluruz. Sezgi her vesileyle insana ulaşır fakat meditasyon halinde daha seçik, daha kuvvetli ve saf olabilir. Ruhsal gelişmede sezginin ve onun insana getirebileceği bilginin rolü önemlidir.

## Günümüzün Yaşantısı ve Meditasyon

**B**İLDİĞİNİZ gibi, günümüzün yaşantısı çok yoğun, çok hızlı. Teknoloji toplumu denilen bir toplum modelinin son aşamasındayız ve bilgi toplumu ismi verilmeye uğraşılan bir döneme giriyoruz. Bu terim de bilgi iletişiminin çok hızlı ve yaygın olmasından dolayı kullanılıyor. Bilgi çağı da deniyor. Ama bu bilgidен kastedilen şey yalnızca “teknolojik bilgi, maddenin bilgisi.” Oysa şimdilik öyle düşünülse de önümüzde “Ruhsal Bilginin” çıkı gibi büyüdüğü bir çağ ve toplumlar var. O yüzden bu terim her anlamda yerine oturuyor.

Bu çok önemli değişim ve geçiş döneminde tüm insanlar, hepimiz çok yoğun etkiler, stresler altında yaşıyoruz. Bu çok yönlü basınçlar tüm toplumlarda kendini hissettiriyor. Stres çağımızın en popüler deyimini oldu. Ve ruhsal rahatsızlıklar da bu dönemde büyük boyutlarda. Bu yüzden yavaş yavaş Batının mekanik-teknolojik yaşam modeli içinde insanlar, yeni alternatif yaşam örnekleri, inançlar vb. oluşturuyor ya da arıyorlar. Kısacası “sanayi toplumları;” teknolojinin insanı onun değerlerini ezen ağırlığıyla kendi sınırlarını iyice patlattı. İşte bu arayış ve yönelişler içinde Uzak Doğu’nun geleneksel inançları, ibadet yöntemleri Batı’da adeta bir cankurtaran simidi oldu. Ve doğru veya hatalı uygulamalarıyla da olsa bir moda halinde yayıldı. İşte, “meditasyon” da bu simitlerden birisi. Meditasyon niçin böylesine ilgi gördü, nasıl anlaşıldı ve nasıl uygulandı, esası neydi?

“Meditasyon” Doğu dinlerinin temel ibadet yöntemi olarak bir parçası



olduğu halde, Batı'da çoğunlukla bir dinlenme, rahatlama aracı olarak ele alınmıştır.

### Mistisizm İçindeki Yeri

**M**İSTİSİZM içindeki yeri açısından meditasyonu ele alırsak, Hinduizm'de asırların kutsal kitabı *Upanişadlar*'da en mükemmel mistisizmi buluruz. Hinduizm'de mistik birliğe ulaşmak için "yoga meditasyonu" sistemleştirilmiştir.

M.Ö. 200-300 yıllarında yazılmış olan Patanjali'nin *Yoga Sutraları* klasik bir yoga kitabıdır. Halen yoganın temelini oluşturan sekiz kural bu kitapta anlatılmıştır:

- 1. ve 2. kurallar ahlaki yasaklar ve inançlardır.

- 3. kural duruştur. Rahat bir pozisyonda ve sırt dik olarak oturmak meditasyon için çok önemlidir. Çeşitli bağdaş kurup oturma biçimleri arasında "lotus duruşu" en fazla bilinenidir.
- 4. kural solunum kontrolüdür. Meditasyon için solunum yumuşak, düzgün, muntazam aralıklı olmalıdır. Çabuk ve sert solunumla heyecan arasında, yavaş ve yumuşak solunumla huzur arasında yakın ilişki vardır.
- 5. kural ise duygulardan arınıp dikkati duyuşal uyarılar bombardımanından uzaklaştırarak meditasyon nesnesine yöneltmektir.
- 6. kural bu obje üzerinde dikkatin toplanması, yani konsantrasyondur.
- 7. kural olan dikkatin kolaylıkla ve düzenli olarak tek konuya toplanması meditasyon demektir.

- 8. kural: Hindu mistisizmine göre sekizinci mertebeye ulaşan kimse benliğinin ötesinde olan öz benliği ile bağlantı kurmuştur. Bu kavuşma Hindu mistisizminin kutsal amacıdır.

Öz benliğin Brahman ile özdeşleşmesi, ilki M.Ö. 800-500 arasında yazılmış olan *Upanişadlar*'ın verdiği mesajın özüdür. Svetasvatara Upanişad der ki: "Her şeyde bir öz benlik vardır. Benliği tanımak için meditasyon gereklidir. Brahman budur."

*Upanişadlar*'ın felsefesi olan *Vedanta*, en eski Hindu Kutsal Metinleri olan "Vedalar"ın sonu olarak adlandırılmıştır. Pek çok Batılı M.Ö. 300'de yazılmış olan *Bagavat Gita* veya *Tanrı'nın Şarkısı*'na olduğu gibi, *Upanişadlar*'ın da güzelliği, anlamı ve üslubuna hayran kalmıştır. Lord Krişna burada Arjuna'ya değişik yoga dallarında yol gösterir. Herkesin yapısına uygun olan bir yoga söylenir.

Brahmanizm dünya mistisizmlerinden biridir. Her büyük din mistik anlayış ve algılayışını kendine özgü biçimde anlatır ve açıklar. Burada yoga meditasyonunun etkisi gayet açıktır.

Budizmi ele aldığımızda da meditasyonun temel önemini görebiliriz. Budizmi kuran Gotama Sidartha, insanın mutsuzluğunu ortadan kaldırmak için bir prens olarak sahip olduğu zenginlik ve ayrıcalıklarını bıraktı. Münzevilik ve çilecilik deneyimlerinin başarısızlıkla sonuçlanmasından sonra aradığı yanıtı "orta yol"da uyguladığı meditasyonla buldu. Aydınlığa kavuşmasından sonra Gotama Sidartha, Buda (Aydınlanmış) olarak tanımlandı. Budizm öncelikle tanrısal sırlarla değil, insanın "kendisini tanıması"

ile ilgilenmektedir. Doğunun meditasyonunda, meditasyon yapan Buda'nın huzurlu yüzünden daha etkileyici bir sembol yoktur.

Buda, "Yaşamak varoluşun şu üç özelliğini deneyimlemektir," diye düşünür: Var olan her şeyin değişim içinde olduğunu, hiçbir şeyin durağan ve sabit olmadığını (anikka), var olan hiçbir şeyin var olan öteki şeylerden ayrı, sürekli bir benliğe sahip olmadığını (anatman) ve var olan hiçbir şeyin ıstırapın çeşitli biçimlerinden kendini kurtaramadığını (dukha). Buda, "Bir şeyi öğretiyorum, o da ıstırap ve ıstıraptan kurtulmak," demiştir. *Dukha* genelde acı çekmek anlamına gelirse de anlamı genişletildiğinde insanın kendi benliğiyle evren arasında uyum sağlayamamasından doğan huzursuzluğu anlatmaktadır.

Budizmin iki çeşidi vardır: Tibet, Çin ve Japonya'da bulunan kuzey ekolü ve Sri Lanka, Birmanya, Tayland ve diğer Güneydoğu Asya ülkelerinde uygulanan Theravada ekolü. Kuzey ekolü kitapları Sanskrit dilinde, güney ekolü kitapları ise Pali dilinde yazıldı. Tibet Budist meditasyonu, Budistlikten önceye ait bazı özellikler gösterir ve egzotik dramatik bir yapıya sahiptir. Ülkelerinin Çinlilerin eline geçmesi üzerine Tibetli mongların (keşişler) Batı'ya kaçmalarından sonra Avrupa ve Amerika'da pek çok Tibet Budist meditasyonu öğreten merkezler açıldı. Çin ve Japon Budizm'i Zen ekolüdür. Theravada ekolü ise aydınlanmaya yavaş yavaş yaklaşmayı ve derin düşünceler aracılığıyla gerçeğe ulaşmayı benimser. Doğru düşünme yedinci, doğru meditasyon sekizinci kuraldır.

Budist görüşe göre, Buda bilinci ve Buda yaratılışı gizli olarak herkeste bulunur. Meditasyon kişinin bu yanının ortaya çıkmasına yardım eder. Budist mistiğin amacı kendi varlığını inkar etmemek, gerçeği yansıtmayan sahte kimliklerden kurtulmanın mutluluğu olan nirvanaya ulaşmaktır.

Ayrıca İslamiyet'te de özellikle sufilikte meditasyon uygulamasını görüyoruz. Her ne kadar namaz ibadeti esas olarak meditatif nitelik taşıyorsa da meditasyonu otantik, geleneksel formuna yakın biçimde sufizmde, tasavvufta görürüz. Zikir bireysel yapılan uygulamaları ile tipik, grupla yapılan uygulamaları ile özel bir meditasyon çalışmasıdır.

Mistik uygulama dışında, günümüzde meditasyon çoğunlukla rahatlama ve gevşeme sağlamak için yapılmaktadır. Zaten meditasyon dinsel bir çerçeve içinde kalmayıp herkes tarafından uygulanabilen bir arınma yöntemi olduğu için de ilgi çekmektedir.

## Meditasyon Unsurları

**M**EDITASYONUN amacı nedir, ne olmalıdır konusuna girmeden önce meditasyonun nasıl yapıldığına da kısaca bir değinelim.

Meditasyonda şu unsurlar yer almaktadır:

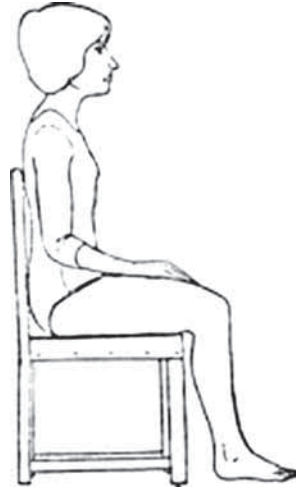
1. Zaman
2. Yer
3. Pozisyon
4. Nefes kontrolü
5. Seçilecek obje

### *Yer-Zaman*

Aç karnına sabah ya da akşam ya da gece yatmadan önce yapılabilecek meditasyon için özel bir yerimiz olması önemlidir. Böylece o yer yabancı, istenmeyen tesirlerin dışında olabilir. Sakin bir köşe olması kesinlikle gereklidir. Ayrıca bol-rahat kıyafetler giymek yararlıdır.

### *Duruş*

Hangi pozisyonda meditasyonun yapılacağı konusu çok geniş bir konudur. Her ekolün, kültürün kendine göre uygulamaları olabilir. Örneğin, Mısırlı duruşu denilen pozisyonda sandalyeye oturulur. Eller kalçaların altına koyulur. Vücut dengelenir, daha sonra sol el sağ el içine ya da tersi şekilde konulur ya da her iki el bacaklar üstüne konulur. Yogilerde en çok bağdaş kurma pozisyonları uygulanır. Bu duruşlar da kolaydan zora doğru çeşitlenir.



Mısırlı duruşu



Basit oturuş

Pozisyon ne olursa olsun hepsinin ortak noktası sırtın dik tutulmasıdır. Genellikle de başparmakla işaret parmağı birleştirilir. Bu enerjinin dışarıya yönelmemesi içindir. Dizlere fazla yüklenmeden, omuzlar gevşek bırakılmalıdır. Bunun dışında, baş ve kulaklar omuz hizasında, burun karın hizasında olacak konumda dik tutulur. Dudaklar kapalıdır ama gevşek olmalıdır. Gözler ise tamamen açık ya da kapalı ya da hafif kapalı olabilir. Bu, meditasyonun türüne bağlıdır.



Esas oturuş (Siddhasana)

*İslamiyet'te de özellikle  
sufilikte meditasyon  
uygulamasını  
görüyoruz.*



Lotus oturuşu (Padmasana)

#### *Nefes*

Nefes alışverişi çok önemlidir. En önemli kural nefesin burun yoluyla karından alınıp verilmesidir. Bunun için diyaframı kullanmayı öğrenmeliyiz. Bunun için pratikler *Psşik Becerilerinizi Geliştiriniz* kitabımızda yer almaktadır.

Nefesin hızı da önem taşıyor. Meditasyona başlarken nefesimizi yavaş alıp daha hızlı boşaltarak kendimizi hazırlayabiliriz. Ancak başladıktan sonra tamamen kendi haline bırakılmalıdır. Bazı meditasyon türlerinde nefese konsantre olma vardır. Bu uygulama farklıdır.

*(Devam Edecek)*

30 Yılda fazla süredir medyum olan Liverpool doğumlu psişik ressam Ann Bridge Davies, The Magic and Mystery Show ve Something Strange Show isimli TV şovlarında görüldü, aynı zamanda dünyanın çeşitli yerlerinde gösteriler yaptı ve iki DVD çıkardı.

Aşağıda onun kitabı Portraits from Spirit'ten (Ruhtan Portreler) bir alıntı var. 166 sayfalık kitap ölüm sonrası hayatta kalma hikayelerini, egzersizleri ve psişik ressamlık yeteneğinin nasıl geliştirileceği üzerine tavsiyeleri içermekte.

# Medyum Cinayeti Hissetti

*Ann Bridge Davies*

**P**SİŞİK ÇİZİMLER insanların kendilerini anlamalarında çok değerli olabilir. Bir kişinin aurik bedenine bağlanan bir psişik kişi diğerinin enerji alanından belirli izlenimleri hissedebilir. Bu izlenimler oldukça kişisel olabilir.

Yirmili yaşlarımdayken Bath'taki bir arkadaşımı ziyaret ediyordum ve güzel bir yaz akşamı olduğundan dolayı bölgesel bara gidip içmeye karar verdik. Küçük tipteki bara doğru yürüdük ve arkadaşım pencere kenarında oturan diğer birkaç meslektaşımı fark etti.

Şimdi, bu çok yıllar önce, gençliğimdeki bir hadise olduğu için konunun nereden falcılığa geldiğini hatırlamıyorum ama arkadaşım kızın avuç içine bakmamı tavsiye etti.

Kız elini bana doğru uzattı. Elini kapatınca şöyle dedim: "Hayır, ben böyle şeyler yapmam." Elini geri çekti ve dedi ki: "Sen elimi okuyamayan ikinci kişisin. Birincisi benim beklenmeyen bir şekilde öleceğimi söyledi."

Onun bunu bana söylemesinden dolayı şoke olmuştum ve ona bunu söylemeyeceğimi açıklamaya çalıştım ama o dinlemeyecekti. Bununla birlikte, onun eline dokunduğumda hissettiğim şey ölümle aynı olmayan çok büyük bir üzüntü ve pişmanlık hissiydi.

Barı hızla terk ettik ve bir daha asla onun hakkında konuşmadık. Buna rağmen bu anı asla beni bırakmadı, çünkü bu psişik okumalar için uygun olmayan zaman ve yer örneğidir. Onun elini okumayı istememiştum, bunu yapmam bana dayatılmıştı.



Bu tip durumlarda sıklıkla doğru olmayan sözler söylenebilir ve bu senaryodan her şeye rağmen kaçınılmalıdır.

Bir okuma hem okunan kişi ve hem de psişik için çok duygusal ve kişisel bir deneyimdir yani bir noktanın okunması istendiğinde, kelimelerinizi ve yerlerinizi dikkatli seçin. Okuma sıklıkla asla unutulmaz, özellikle uzun bir süre için beklendiyse.

Uygun olmayan psişik okuma ile ilgili bir anı her şeyi satan bir mağzaya gittiğimde uzun yıllar önce meydana gelmişti:

Koltuklardan biri dikkatimi çekti. Koltuk sahibi eski moda bir şey satıyordu ve orada yeşil kadife örtünün üstünde el aletleri vardı. Babamın da bunun gibi aletleri vardı.

Parlak tornavidalardan birini almak için uzandığımda kaburga kemiğimin altında bıçaklanmış gibi acı hissettim. Tornavidaya bakmaya devam ettim

ama ağrıdan dolayı nefesim kesilmişti. Hasta gibi bakmış olmalıyım çünkü pazarcı bana iyi olup olmadığını sordu. İyi olmadığını söyledim ve bir bardak su istedim.

Gitti ve bir bardak su getirdi ve tornavidayı aşağı koymamı önerdi. Kısa bir süre sonra tornavidayı bıraktım, ağrı kayboldu ve biraz nefessiz kaldığımı düşündüm ve su ağrıyı dindirdi.

Pazarcı bana tornavidaları nasıl temin ettiğinin hikayesini anlatmaya başladı. Genç bir adam tornavidaları uzun yıllar önce komşusundan çalmıştı. O akşam onların birini kasabaya götürmüştü ve başka bir genç adamı kaburgalarından tornavidayla bıçaklamıştı, adam hemen ölmüştü.

Polis onlarla işini gördükten sonra onlar sahiplerine geri iade edilmişler, ama onları bir daha kullanmadılar. Onların sahibi yaşlılıktan öldüğünde, satması için kendisine verilmişti.

Meydana gelen şey şuydu: tornavidanın üstüne bıçaklamayla birlikte psişik enerjiler sinmişti ve ben nesneye dokunduğumda bilmeden, bu acıyı almıştım.

Bu şekildeki psişik hassasiyete psikometri denir. Polis uzun yıllardan beri insanları bulmak ve suçları bulmak için psişikleri ve bu tekniği kullanıyordu. Psişiklerin nesnelere aldıkları izlenimlerin polise kullanması için kayıp bilgi sağladığına inanılmıştır. Buna rağmen bu bilgi mahkemede genellikle kullanılmaz çünkü kanıtlanamaz.

Tornavidadan istemeden, izlenim almıştım. Nereden ve kimden geldiklerini bilmedikçe ikinci el eşya almamamın sebebi budur.

Psişik farkındalık bir kutsama veya bir lanet olabilir çünkü biz tornavidalardan daha fazlasından da izlenimler alabiliriz. Arkadaşlar, aile ve komşular etraflarında aurik enerjiye sahipler yani en iyisi enerjilerinizi mümkün oldukça kapatmak gereklidir yoksa siz her insana, nesneye veya hayvana farkında olmadan ayarlanırsınız.

Psişik ressamlık tamamen dünyaya bağlı enerjileri çizmekle veya boyamakla ilgilidir, paranormal metodlar kullanarak görülebilen

veya duyulabilen veya hissedilebilen enerjiler olarak tanımlanabilir.

Aynı süreç bir kişinin aurasını veya bir kaya veya bir toprak parçasının enerjisini çizerken kullanılmaktadır. Enerjilere “bağlanırken” aynı tekniği kullanacaksınız ve sonra kağıdınız, tahtanız veya kanaviçeniz üzerine bir çizim veya boyama şeklinde boşaltacaksınız.

Diğer taraftan, ruhsal ressamlık, dünyasal olmayan enerjiler ile ilgilidir ve üç tipe ayrılır: durugörü, otomatik ve fiziksel olmayan enerjiyi kullanarak.



Bu üç tip farklı şekillerde ruh dünyası ile bağlıdır.

Bir durugörü ressamı üçüncü gözü vasıtası ile ruh dünyasını görecek ve gördüklerini yüzeye nakledecektir. İmajlar yüzler, insanlar, hayvanlar, kır manzaraları ve hatıra nesnelere olabilir ve şuuraltından kaynaklanabilen görsel sanattan farklıdır.

—————

*Psişik ressamlık  
tamamen  
dünyaya bağlı enerjileri  
çizmekle  
veya  
boyamakla  
ilgilidir.*

—————

Durugörüselsel imajlar daima bize vizyonlardan ve halüsinasyonlardan farklı olarak ruh dünyası tarafından empoze edilir. Bu bir şekilde bağlanması çok zor bir kavramdır.

Durugörü, duru hissiyat ve duruşiti farklı oranlarda olmalarına rağmen medyumsal imajları üretirlerken birlikte çalışıyorlarmış gibi görünmektedir. Onlar herhangi bir sanat sürecini kullanarak yaratılabilir, bu sırada medyum hayat ötesinden alınan izlenimlerin çizimini yapan ressamdır.

Otomatik çizim durugörü sanatından farklıdır çünkü medyumun ressam olması gerekli değildir. Medyum sanat çalışmasının yaratılmasında bedenini kullanım için sunar.

Ruh sanatını bir izleyiciye gösterirken, aynı zamanda çizilen ruhun sözlü delilini de verirken, ressam olarak kendi yeteneğini es geçmek için elimi kullanması için ruh artiste sunarım. Benim bunla ilgili anlayışım ruh artistin elimi idare eden beynimin parçasını tetiklediği yönündedir.

Sonra ruh ressam resmi benim için çizer. Bir gösteri sırasında bunun tamamlanması birkaç dakikadan fazla sürmez, bazen daha kısa sürer, sonra detayları durugörüselsel olarak bitiririm.

Delilsel bir portre için bu o kadar iyi değildir. Burun çok geniş veya uzun olabilir veya yüz hatları yanlış olabilir böylece benim amacım otomatik olarak çizerken çizim yapılırken bedenimi bir kenara çekmektir. Bunu uzun zamandır yapıyorum ve bu şekilde çalışarak kendimi güvende hissediyorum.

Çizim tamamlandığında, sonra sözlü delilleri veririm, kişinin kim olabileceği, neden öldükleri veya hayattayken yaptıkları işleri veya çizimin alıcısı ile ilişkileri söylerim. Eğer ruh şahsiyetin yüzünün doğru bir temsili yapıldıysa, benim işim birmiştir... □

*Two Worlds* Dergisindeki yazıdan alıntıyı çeviren:  
Burak Erker.

# Ruhsal Gelişim ve İçsel Farkındalık

*Reşat Güner – Duygu Güner*

1. Bölüm

*Yazımıza başlarken öncelikle “ruhsal gelişim” dediğimizde ne bundan ne anladığımızı ifade etmek istiyoruz.*

## Ruhsal Gelişim Ne Demektir?

**R**UHSAL GELİŞİM hepimizin zihninde farklı çağrışımlara yol açabilecek biraz belirsiz bir kavram. O yüzden öncelikle biraz “gelişim” ve sonra da ruhsal gelişim kavramlarına açıklık getirmemiz gerekiyor.

Gelişim dediğimizde bir “sistemin” zaman içerisinde belli düzeylerden geçerek büyümesini ve olgunlaşmasını kastediyoruz. Bu sistem biyolojik yani “canlı” bir sistem olabileceği gibi insanlar tarafından meydana getirilmiş herhangi bir sistem olabilir.

Gelişimin en güzel örneklerini içinde yaşadığımız doğa içerisinde görmemiz mümkündür. Örneğin, bir meşe tohumunu toprağa ekersiniz. O tohumun içerisinde potansiyel halde bir meşe ağacı saklıdır. Ve sonra o tohum toprakta



mayalanır, önce küçük bir filiz haline gelir, sonra bir fide olur ve sonra da büyüyerek ağaç haline gelir. İlkokuldayken hepimiz ıslak bir pamuğun içerisinde fasulye çimlendirme deneyi yapmışızdır. Orada fasulyenin nasıl çimlendiğini ve geliştiğini gözlemlemiştir. Doğada her şey belli “aşamalar”dan geçerek olgunlaşır. Bu aşamaların herhangi birisini “atlamak” asla mümkün değildir.

İnsanın biyolojik gelişimi de benzer biçimde belli aşamalardan geçerek olgunlaşmak zorundadır. İnsan yavruları doğar doğmaz ayağa kalkmaz ve canlılar içerisinde en fazla bakıma muhtaç olanlar insan yavrularıdır. Ama insani düzeyde bilinç diğer canlılara oranla çok daha fazla gelişmiş olduğu için bizim biyolojik gelişimimizle birlikte yürüyen bir de “içsel” gelişimimiz söz konusu. Gelişen sinir sistemimize paralel olarak algılarımız, zekamız, davranışlarımız ve becerilerimiz belli aşamalardan geçerek gelişir. Bu aşamaların herhangi birisini atlamamız mümkün değildir. Biyolojik gelişim açısından bir anormallik olmadığı sürece hepimiz belli bir hızda büyür ve üç aşağı beş yukarı aynı yaşlarda aynı aşamalardan geçerek gelişiriz.

Psikoloji bilimi içerisinde insanın bilişsel gelişim aşamaları hakkında yapılmış geniş çalışmalar vardır. Bunlardan en çok bilineni Piaget’in (Piyaje) gelişim aşamalarıdır.

Bu alanda farklı çalışmalar bulunmakla birlikte Piaget’in çalışmaları geniş ölçüde kabul görmektedir.

Bu aşamaları sıralandıracak olursak:

- *Duyusal Motor* (0-2 yaş): Duyular yolu ile dış dünyanın algılandığı, nesnelere görünmediği zamanlarda da var olduğunun farkına varılmaya başlandığı dönemdir. Bu dönemdeki bebek refleks halindeki hareketlerden, amacı olan hareketlere geçmeye başlar.

- *İşlem Öncesi Dönem* (2-6 yaş): Dilin kullanımının ve sembollerin geliştirildiği dönemdir. Çocuklar, mantıksal olarak sadece tek yönlü olarak düşünürler. Diğer insanların bakış açılarını algılamada zayıftırlar. Kendilerini karşıdaki insanın yerine koyamazlar.

- *Somut İşlemler* (6-11 yaş): Problemlere mantıklı çözümlerin getirildiği dönemdir. Çocuklar kuralları anlayabilirler. Fakat çoğunlukla somut nesnelere üzerinde düşünürler.

- *Soyut İşlemler* (11-18 yaş): Karmaşık problemlere mantıklı çözümlerin getirildiği dönemdir. Daha soyut düşünme ve sosyal konularda fikirlerin geliştirildiği dönemdir.

Bu model insanın bilişsel gelişimi hakkında bize bir fikir vermektedir.

Belli aşamalardan geçerek gelişmek her türlü becerinin öğrenilmesi için de geçerlidir. Bu gece yatıp yarın iyi bir mimar, usta bir müzisyen ya da yönetici olarak uyanamazsınız. Belli bir beceriyi öğrenmek için mutlaka belli aşamalardan geçerek o işi öğrenmek zorundasınızdır. Bu

aşamalardan geçerken hızlı bir biçimde ilerleyebilirsiniz ama hiçbir basamağı atlayamazsınız.

Bu, gelişimin daha somut yanı. Ama biz burada ruhsal gelişim dediğimiz zaman yalnızca biyolojik, psikolojik, bilişsel ya da moral gelişim aşamalarından söz etmiyoruz. Aslında ruhsal gelişim tüm bunları içine alan bir kavram. Ama yalnızca bunlardan ibaret değil. Çünkü ruhsal gelişim çok geniş kapsamlı, bütünsel ve evrimsel bir süreç. Ve bu gelişim için tek bir yaşam yeterli değil.

Çeşitli psikolojik araştırmaların sonuçlarına göre bizler kesinlikle belli bir kimlik ve doğuştan getirdiğimiz bazı kişilik özellikleriyle birlikte doğuyoruz. Evet, şu içinde yaşadığımız hayatın ve koşulların bizim kişiliğimiz üzerindeki etkisi tartışılmaz. Ama şu da bir gerçek ki hepimizin doğuştan getirdiğimiz belli bir kimliğimiz var. Ve bu kimlik sürekli aynı kalıyor. Bu yaşamda öğrendiklerimiz bu kimliğin oluşturduğu ana zemin üzerindeki bazı desenlerden ibaret yalnızca. Bu zemin yalnızca bir hayatın değil, bugüne kadar yaşanmış tüm hayatların, tüm insanlığın, tüm atalarımızın oluşturduğu bir zemin. Ve biz çok

geniş kapsamlı bir evrim sürecinin çocuklarıyız. Buradaki evrim elbette kör tesadüflerin ürünü bilinçsiz bir evrim süreci değil. Bu evrim ruhsal enerjinin bilinçli etkisiyle oluşmuş bulunan çok geniş kapsamlı ve ucu bucağı olmayan bir süreç.

Hepimiz dünyaya geldiğimiz anda belli bir kimlikle ve belli bir potansiyelle doğuyoruz. Çünkü bizler ruhsal varlıklar olarak bu bedeni bir araç olarak kullanıyoruz. Kendi varlığımızı fizik dünyada bu bedenle ifade ediyoruz. Ve hayatın içerisine doğduğumuz andan itibaren ilk önceleri daha fazla çevrenin etkisi altında bazı şeyler öğreniyor ve kendi içimizdeki potansiyeli yavaş yavaş açığa çıkarmaya başlıyoruz. Kendi yeteneklerimizin farkına varıyoruz. Ama aslında yaşam içerisinde kendi içimizde var olan potansiyelin genellikle az bir kısmını kullanılır hale getiriyoruz. Zaten dünyaya doğarken yanımıza tüm yeteneklerimizi alarak doğmayız.

Şimdi, kendi içimizdeki potansiyeli ortaya çıkarmak ve bunu kullanmak için dünyada kendimizi eğitmemiz gerekiyor. Örneğin, bir sanatsal yeteneğiniz var. Ve o alanda yaratıcılık



sergileyebilecek bir potansiyelle doğdunuz. Eğer bununla ilgili olarak gerekli çalışmaları yapıp kendinizi geliştirmesiniz o yetenek ifade edilmeden saklı halde kalır.

## Gelişim Düzeyleri ve Hatlar

**A**Z ÖNCE hepimizin biyolojik olarak çeşitli düzeylerden geçerek geliştiğini gördük. Buna benzer biçimde kişiliğimiz ya da iç yapımız da belli gelişim düzeylerinden geçerek olgunlaşır. Çocukluk, gençlik ve yetişkinlik çağları birbirinden farklı özellikler gösterir.

Aynı biçimde, belli becerileri geliştirirken de belli düzeylerden geçerek gelişiriz. Herhangi bir konuda belli bir düzeye gelmeden o düzeyi tam olarak kavrayabilmemiz mümkün değildir. Beş yaşın altındaki küçük çocuklar kendilerini karşıdaki insanın yerine koyamazlar. Eğer küçük bir çocuğa bir tarafı kırmızı bir tarafı mavi bir tabağı gösterirseniz yalnızca kendisine dönük tarafı bilebilir. Örneğin, önce kırmızıyı gösterip sonra kendinize döndürürseniz size dönük tarafı sorduğunuzda mavi olduğunu söyleyecektir. Bu durum kognitif gelişimle ilgili bir durumdur. Ancak beş yaşından sonra çocuklar başkasının perspektifinden bakmayı öğrenebilirler. Gerçi bazen elli beş yaşında da başkalarının perspektifinden bakamayanlar olabiliyor!..

Zeka düzeyleri ya da biyolojik gelişim düzeyleri gibi ruhsal gelişim düzeylerini de ölçmek mümkündür. Bu elbette, kesin bir ölçüm olmayacaktır.

Ama bunu bir insanın davranışlarına ve eylemlerine bakarak değerlendirmek mümkündür.

Bu konuya daha sonra geleceğiz. Ancak şimdi biraz da gelişim hatlarından söz edelim. Benliğimizin farklı yönlerini hatlar, çizgiler ya da farklı zekalar olarak adlandırabiliriz. Örneğin, matematiksel ve analitik zeka, sanatsal zeka, sosyal zeka, kinestetik zeka (bedensel yetenekler), ruhsal zeka gibi. Bunların her biri bizim varlığımızın farklı bir yönünü oluşturur. Ve elbette, her hatta aynı düzeyde olmamız mümkün değildir.

Örneğin, şöyle bir insanı ele alalım, müziğe çok yetenekli ve bu yönünü geliştirerek yüksek düzeye gelmiş bir kişi sosyal zeka bakımından pek parlak durumda olmayabilir. Ya da matematik alanında olağanüstü bir kıvraklık gösteren bir kişi spora çok yeteneksiz olabilir. Örneğin, müziğe yetenekli bazı kişiler dans konusunda büyük bir yeteneksizlik sergileyebilmektedirler. İşte bu yüzden, bir insanı yalnızca tek bir yönüyle değerlendirerek onun gelişim düzeyi hakkında hüküm vermek çok yanlış olur. Örneğin, hepimiz genel olarak sanatçılara hayranlık duyarız. Herhangi bir sanat dalında ustalaşmış ve yüksek beceri gösteren insanlar büyük hayranlık toplarlar. Ama onların özel yaşamlarına baktığımızda pek çok bakımdan oldukça başarısız durumda olduklarını görebiliriz. Böyle bir açıdan değerlendirdiğimizde hepimizin iyi ya da yetersiz olduğumuz konular vardır. Önemli olan bunların farkında olabilmek ve eksik yönlerimizi tamamlamak için gayret sarf edebilmektir.

## Ruhsal Gelişim Deyince Ne Anlıyoruz?

**R**UHSAL BAKIMINDAN gelişmiş olmak ya da ruhsal gelişim deyince ne anlıyoruz? Bu aslında oldukça göreceli bir kavram ve bu konuda çok farklı tanımlamalar yapmak mümkündür. Ama çok basit bir nitelendirme yapacak olursak ruhsal bakımdan ilerlemiş insanların temel özelliğinin *sevgi, merhamet ve vericilik* olduğunu söyleyebiliriz.

Sevginin elbette, oldukça farklı görünüşleri ve ifadeleri vardır. Ama ruhsal bakımdan gelişmiş insanlarda diğer varlıklara karşı oldukça kapsamlı bir sevginin bulunduğunu ve bunun güzel bir şekilde ifade edildiğini görebiliriz.

Şimdi, ruhsal gelişimin temel göstergelerini başlıklar halinde kısaca özetleyelim:

- *Kendi içine bakma ve tanıma çabası:* Ruhsal bakımdan gelişmiş ya da gelişme yolunda olan insanlar başkalarını yargılamaktan çok, kendi içlerine bakarlar ve kendilerini tanımaya çalışırlar. Kendini tanıma meselesi dünyanın her yanındaki manevi gelişim ekollerinde ele alınan bir konudur. Örneğin, bizim topraklarımızda gelişen sufi ekollerinin hemen hepsinde kendi “nefs”ini

tanımaya ve kontrol etmeye yönelik pek çok uygulamalar mevcuttur. Kendi içine bakma ya da kendini tanıma ruhsal gelişim bakımından çok önemli ve hayati bir konudur. Tabii, bunun içerisinde “gölge” yanlarımızı kabul etmek ve onlarla bütünleşerek onları dönüştürmek çok önemlidir. Bu konuya birazdan tekrar döneceğiz

- *Kendini geliştirme ve değişim için çaba harcama:* Ruhsal bakımdan gelişmiş ve olgun insanlar kendini her konuda geliştirmek ve sürekli değişim için çaba harcarlar. Çünkü bir insanın başkalarına bir şeyler verebilmesi ancak kendisini geliştirerek mümkündür. Ve elbette, zamanın gereklerine uygun şekilde değişim çok önemli bir husustur. Değişim ancak esneklikle mümkün olabilen bir süreçtir. Ve zihinsel açıklık ve esneklik insanın değişimi bakımından çok hayatidir. Ruhsal bakımdan gelişmiş insanların zihinsel yapıları oldukça esnektir ve yeniliklere açıktır.

- *Sevgi, şefkat ve koruyuculuk:* Ruhsal bakımdan gelişmiş varlıkların en



karakteristik özelliği sevgi enerjisini güçlü bir biçimde yansıtabilmeleridir. Ruhsal bakımdan gelişmiş varlıkların sevgi enerjisine karşı dirençleri çok azdır. Ve bu sonsuz enerjiyi kendi bünyelerinden kolayca geçirip yansıtabilirler. Sevgi enerjisini iyi bir biçimde yansıtabilen insanların yanına gittiğinizde kendinizi iyi hissedersiniz. Ve elbette, sevginin davranışsal olarak gözükken yanı sıra şefkat ve koruyuculuktur. Ruhsal olgunluk düzeyi arttıkça sevginin daha kapsamlı ve karşılıksız hale geldiğini görürüz.

• *Sorumluluk Duygusu:* Ruhsal bakımdan olgunlaşmış varlıklar kendilerini çevrelerine ve insanlığa karşı sorumlu hissederler. “Her koyun kendi bacağından asılır” prensibiyle değil, “herkes bütüne karşı sorumludur” prensibiyle hareket ederek sorumluluğu kendi vicdanlarından alırlar.

• *Karşılıksız hizmet:* Ruhsal olarak olgunlaşmış varlıklar gerçekten doğal bir şekilde çevrelerindeki insanlara karşılıksız hizmet sunma

eğilimindedirler. Aslında karşılıksız vermek bizim kendi doğamızın normal bir yansımasıdır. Çünkü sonsuz enerji kaynağı olan ruh varlığının bütün işi vermektir. Ve bizler ruhsal varlıklar olarak burada beden içerisinde yaşarken aslında maddeyi geliştiriyoruz. Makul ölçüde karşılıksız hizmet ruhsal gelişim açısından oldukça önemlidir.

• *İnsanları anlama çabası içinde olma:* Ruhsal bakımdan gelişmiş varlıklar anlaşılmayı beklemekten çok karşılardaki insanları anlamaya çalışırlar. Bu anlayış merhamet duygusunu da beraberinde getirir. Tabii, bir insanın karşısındaki insanı anlayabilmesi öncelikle kendi içinde olup bitenleri anlamasıyla başlar. Çünkü karşımızdaki insanı anlayabilmek için kendimizi onun yerine koymamız gerekir. Ama biz kendimizi karşımızdaki insanın yerine ancak kendi kapasitemiz oranında koyabiliriz. Ve elbette, biz belli bir düzeydeyken daha üst bir düzeydeki insanı anlayabilmemiz mümkün değildir.

(Devam Edecek)



# Yedinci His

*Dr. Paula M. Reeves*



*Tıp sanatından önce inanç sanatı gelir ama  
var oluş sanatı  
her ikisini de önceler.  
Deepak Chopra*

**K**ALBİ ISITAN, kalp ağrısı, kalpsiz, kalp kırıcı, kalpten: Dilimiz kalbin metaforik varlığının anlamlı vuruşları ve nabzıyla bezelidir. Günümüzü kalbe yapılan sembolik bir gönderme ile karşılaşmadan tamamladığımız enderdir. Bir sürü erkeğin ve kadının kalple bağlantılı hastalıklardan ölmediği veya kalple bağlantılı hastalıklara yakalanmadığı bir tek hafta bile yoktur. Reklamcılar inkar edilemez bir yaşam gücü olarak kalbin evrensel mesajını kullanarak dirençlerinizi yumuşatmaya çalışırlar. Sevgilileri kalbin çağrışımlarla yüklü vuruşlarına kulak vermeye çağırırlar. Yazarlar, şairler ve müzisyenler de şarkı sözlerine, şiirlere ve düzyazılarına hayat katmak için kalbin ritmini esas alırlar.

İnsanlık, sözlü gelenekle başlayan ve yazı dünyasında devam eden bir tutumla, deneyimlerden anlam çıkarmaya ve kişisel bir perspektifle öykü anlatmaya çalışır. Aslan Yürekli Richard'dan Oz Büyücüsü'nde kendini tamamlanmış hissetmek için sadece bir kalbe ihtiyaç duyan Teneke Adam'a kadar öykülerin, türkülerin, mitlerin ve metaforların tümü bize insan kalbinin anlamlı bir deneyimi tarif etmekte

merkezi bir rol oynadığını hatırlatır. Çoğu zaman kaslara ve organlara hayat sunan kanı pompalamasıyla tanınan kalp, aynı zamanda yaşama gücünün gerisindeki merkezi güçtür. Daha az pragmatik, daha şiirsel, daha mistik ve ruhu besleyen bir gücün odağındadır. Kalbin gözleriyle bakıldığında hayat daha büyük bir nedenle, hayatın daha geniş ilişkiler ağıyla olan bağlantısını yansıtır. Dahası, hayatın kalbin perspektifiyle düşünülmesi hayatınızı kurtarabilir! Kalbiniz düşündüğünüz ve hissettiğiniz her şeye kelimenin gerçek anlamıyla tepki verir. Yüzeydeki ve derinlerdeki duygularınız için merkezdir. Üstelik beyninizin etkinliğine olduğu kadar, spiritüel hayatınızın durgunluğuna da tepki verir. Ruh halindeki her değişiklik, her sarsıcı düşünce, her kayıp, her acı ve her mutluluk kalbinizi meşgul eder ve kalbinizin sizin adınıza sarf ettiği çabaları etkiler. Günlük hayatın kalitesi kalbinizin zekasına ve enerjisine göre yükselip alçalır. Kalbimizle olan ilişkimize göre yaşarsınız veya ölürüz.

Uyanık olduğunuz anların hepsinde ve uykuda olduğunuz anların çoğunda, duyularımızın birinden veya birkaçından elde ettiğimiz bilgilere göre hareket ederiz. Duyularımız bütünlüğümüzü hissetmek için öylesine hayati bir önem taşır ki duyularımızdan birini yitirdiğimizde diğer duyularımız onun eksikliğini kapatmak istercesine daha keskinleşir ve daha ustalaşır. Beş bilindik duyumuz -tat alma, dokunma, koku alma, görme ve işitme- ile birlikte altıncı duyumuz olan sezgilerimiz aldığımız her kararı ve yaptığımız her seçimi etkiler. Uykumuzda, duyularımız aracılığıyla bir araya getirdiğimiz anlara döneriz

ve onları rüyamızda imgeler olarak yeniden yaratırız. Soru yöneltildiğinde muhtemelen hayatta hangi yolu izleyeceğimizi düşündüğümüzü söyleriz ama aslında izleyeceğimiz yolu hissederiz.

Felsefeciler, spiritüalistler, dindarlar ve diğerleri hayatlarını, canın kaynağını ya da vücut bulan transpersonel bilgeliği araştırmak ve keşfetmek için harcarlar. Her kültür bu bilgeliğin gizemli varlığının izdüşümlerine saygı göstermeye ve bir tanrısallık atfetmeye yönelir. Yüzyıllar boyunca yapılan her keşif tekrar tekrar kalp metaforlarına ulaşır. Bir şair ile bir rahip, adeta benzer bir biçimde insan kalbinin hücrelerden oluşan bir organdan fazlası olduğunu düşünür. Şaşırdığımızda veya kendimizi çaresiz hissettiğimizde, “Yüreğime inecekti!” dememiz tesadüf değildir. “Kalpten” bir söz verdiğimizde kalbin su götürmez doğruluğuna işaret etmiş oluruz. Bir olayın etkisini vurgulamak için, “Kalbim kırıldı!” ifadesini kullanırız. Kalbimizin zekası hakkında daha çok şey öğrendikçe, bu ifadelerin kalbin tepkilerinin ve reaksiyonlarının vücut bulmuş haline dayandığını fark ederiz. Bu tepkilerin ve reaksiyonların fiziksel ve duygusal anlamda iyiliğimize önemli bir katkısı vardır. Öyle ki bu zeki içsel kaynağa yöneldiğimizde yedinci hissi, yani kalbin zekasını buluruz. Bu yedinci his, bizimle fiziksel olarak da spiritüel olarak da konuşur. Aslında bu hayatlarımızı spiritüel varlıklar olarak yaşamamıza yardım eden nihai bütünsel yaşama gücü olabilir. Kalbin hayatın içinde oynadığı rolün güncel kanıtları bizden öncekilerin inançlarını doğrulamaktadır. Batılı

bilimsel toplumlara hurafelerin, şiirsel hayallerin veya pagan mistisizminin yansımaları olarak görünen antik mitler, ritüeller ve öğütler şimdi farklı bir ışıkla değerlendirilmektedir. Bu yedinci his canın sözcüsüdür.

## Altıncı ve Yedinci His

**G**ELENEKSEL BEDEN ve zihin ayırımı, artık anlamını yitirmiştir. İnsan deneyimini sadece beş duyuyla sınırlandırarak eski haritanın artık yeterli olmadığı açıktır. Kuantum fizikçileri düşündüğümüzden çok, çok daha fazlası olduğumuzu göstermiştir. Buna göre, iletişim, ilişki ve bilgi düzeyinde keşfedilmemiş birçok alanı bulunan birbirini etkileyen sezgisel enerji sistemleriyiz. Deneyimlerimiz sadece beş duyunun kapasitesinin çok ötesindedir. Beş duyu, düşünen insanın mantığı ve rasyonelliği ile birleştiğinde bile durum değişmemektedir.

Yirmi birinci yüzyılın görkemine ve kaosa adım atarken rüyalarımız, duygularımız, imajinasyonumuz, sezgilerimiz ve imajlarımız anlamlar çıkarmamızın gerçek birer yoludur. Hisler gerçektir, rüyalar rüyayı gören için ve bazı kültürlerde bütün topluluk için çok özel bir rehberlik sunar. Zeka artık beynin “gri maddesi” içinde kilitli değildir. Zeka her yerdedir. Bizimle ve bizim aracılığımızla konuşur. Birçok duyu (tat alma, dokunma, koku alma, işitme, görme, sezgi) hücrenel bazdaki tepkilerimiz ve kalbimizin zeki bilgeliği üzerinde bizimle iletişim kurar.

İnsanoğlu her zaman için beş duyu ile elde edilen bilgilere ve rehberliğe dayanmak ister. Yerli halk, modern insan için belirsiz ve çoğu zaman

da tanımsız bir his olarak kalan şeyi genellikle altıncı his olarak kabul eder. Altıncı his, yani hiçbir işaret bulunmadığı halde birdenbire yaşanan bu açıklanamaz bilgi akışı, sezgi olarak adlandırılır. Herhangi bir giriş olmaksızın, varlığını eksiksizce bildirir. Duyu ailesinin bu dikkate değer üvey çocuğu, dilimize şunun gibi ifadelerde yansır: “Sanki içime doğdu!” Bilimsel olarak sezgi duyu buketimizdeki bir dikenli gül gibidir. Çünkü diğer beş duyu gibi ölçülemez. Sezgiyi diğerleri gibi fiziksel olarak bir yere yerleştirmek de mümkün değildir. Sezgi nerededir? Sizi tehlikeden uzaklaşmanız için uyarıcı bağırarak düğülenmesinde mi, kendinizi riske atmadan görmezden gelemediğiniz tehlikelere açık olduğunuzu vurgulayan dizlerin çözülmesinde mi, yoksa uzun süredir konuşmadığınız birinin tamamen mantıksız bir biçimde aklınızdan geçmesi ve kısa bir süre sonra ondan haber almanızda mı?

*Women’s Intuition: Unlocking the Wisdom of the Body* adımı taşıyan ilk kitabımda, bedenimize kulak vererek ve semptomların, kendiliğinden hareketlerin, rüyaların metaforik diline güvenerek ulaşabileceğimiz kaynağı göstermeye çalıştım. Görme, işitme, tat alma, dokunma ve koku alma duyularımız bedeninin dünyayla karşılıklı etkileşim içindeyken geliştirdiği yetilerdir. Altıncı his sezgi ise evrenle karşılıklı etkileşimimizi geliştirir. Ancak bunların dışında bir tane daha “his” mevcuttur. Yedinci his kalbinizin olağanüstü zeki bilgeliğidir. Bu his geliştirdiğinde, sizi temeldeki öz benliğinizle, enkarne (bedenlenmiş) canınızla daha doğrudan etkileşim kurabilmenizi sağlar.

Yıllardır yazgı ve alinyazısı (destiny and fate TG) arasındaki ilişki üzerine konferanslar veriyorum. Dinleyicilerime, her birimizin içinde canımızın tasarımını takip etmemiz halinde gerçekten başarabileceğimiz şeyin bilgisine sahip olduğumuzu anlatıyorum. Her birimizin derinliklerinde hücrenel bazda bir bilgi var. Bu, anne rahmindeyken bize sunulan sözsüz bir zekadır. Bilince çıkarıldığında, bizi hayatımızın amacına ulaşmamız için yönlendirecektir. O sesi nasıl dinleyeceğiz? O amaca nasıl kulak vereceğiz? Bu işin daha zor olan kısmıdır. Bu yüzden katılımcılara “Kalbin Arzusu”nu keşfederlerken danışmanlık yapıyorum.

Hafta sonu toplantılarımıza her zaman merakla başlıyoruz. Üçüncü veya dördüncü günün sonunda hayatlarımız değişiyor, şifa gerçekleşiyor ve topluluk hissimiz zenginleşiyor. *Workshoplar* sona erdikten sonra neler yaşandığını işitmeye başlıyorum: Bir ömür boyu sürdürülen tutumların değiştiğini, ilişkilerin farklılaştığını ve hatta birçok insanın yaşam tarzını bütünüyle değiştirdiğinin haberini alıyorum. Kalplerinin onlara yazgıları ve hayatlarının amacı hakkında öğrettiklerine kulak

verenler hayatlarını baştan sona değiştirebiliyor. Öte yandan asıl doğamızın, yani daha derinlerdeki bilgeliğimizin bize ne anlattığını hiç sorgulamadan hayatlarımıza olduğu gibi devam etmeyi tercih edersek, farklı bir yaşam sürebiliriz ama yazgımız yaşanmamış bir hayat olarak hep içimizde kalır. Böylece hiç farkında olmadan yaşayabiliriz. Ölüm vakti geldiğinde, geride yaşanmamış bir hayat bıraktığımızı fark ederiz. Maddesel başarılarından, servetten, maldan mülkten bahsetmiyorum. Bunların hepsine ulaşılabilir. Dışarıdan yönetilmek yerine, içindekine kulak verme isteğinden bahsediyorum. Bu, insanın kendi içine yönelme ve gerçekte kim olduğunu, hayatının ne anlam taşıdığını yeniden keşfetme arzusudur.

Canınız sizinle çok pratik yollardan iletişim kurar. Dağınık bir mekana tahammül edemeyeceğinizi hissedersiniz veya finans kaynaklarınızı düzenleme arzunuzu artık görmezden gelemeyeceğinizi düşünürsünüz. Bunun gibi ısrarcı, rahatsız edici hisler canınızın size sunduğu bir mesajdır. Kendinizi ciddiye aldığınızda ve değişimi gerçekleştirdiğinizde, rahatsız edici endişeden kurtulduğunuzda nasıl biri olduğunuza şaşıracaksınız. Mutluluk merkezli bir hayat içtenlik ve disiplin üzerine kuruludur. Disiplinden kasıt katılık değil, odaklanmış değişimdir. Spiritüel gerçeğin en temel ilkelerinden biri olduğu için bu, üzerinde ikinci bir kez düşünülmecek kadar sıradan görünebilir. Ama öyle değildir! □

Yazarın Ege Meta Yayınlarından çıkan *Kalbin Dili* adlı kitabından alınmıştır.

## Yaşam Koşulları ve Dersler: Süper Kadın

**K**ATHERINE her durumda vicdanlı, çalışkan ve güvenilir biridir. İşte ve evde, işlerin yapılmasında ona güvenilebilir. Sık sık fazla mesai yapar, işi biterene dek genellikle yalnız başına ofiste kalıp çalışır. Eve gidince, derhal yemek pişirmeye, temizliğe, bulaşığa vb. girer. Evdekiler ondan önce gelmiş olmalarına rağmen ona yardım etmeyi akıllarından bile geçirmemişlerdir. Katherine nasıl olsa hepsini halledecektir.

Katherine mükemmeliyetçidir ve hiç kimsenin yardım etmediğinden bazen şikayet etmesine rağmen aslında, onlar bir şey yaptıklarında bir türlü rahat oturamaz. Birincisi, işi doğru yapmayabilirler. İkincisi, kendi öz-değerini oluşturmak için süper-sorumlu ve süper-becerikli rolüne bağımlıdır. Bu şekilde başkalarından saygı ve sevgi göreceği fikrine programlanmıştır (İşin doğrusu, bu durumdan tek memnun olan kişi patronudur çünkü verdiği iş doğru ve hızla yapılmaktadır. Katherine'in meslektaşlarının ve aile üyelerinin çoğunluğu ise onun bu süper kadın rolü içinde yarattığı gerilimden sıkılmaktadır).

Sorumlulukları başkalarına dağıtmayı başardığında bile işin kusursuzca yapılması için duyduğu endişe Katherine'i, daha diğerlerini fırsat bulamadan, o işi yapmaya zorlamaktadır. Hem hızı hem de kusursuzluğa bağımlıdır. İşler tamamlanmadığında veya bir şey yerinde olmadığında bir türlü rahatlayamaz. Onun düzenli şikayetlerine ve arada bir öfke patlamalarına katlanmak dışında, ailesi ve iş arkadaşlarının keyfi gayet iyidir. Yapacak pek az şeyleri vardır ve bunu da Katherine'in yapacağına güvenmektedirler. Arada bir öfkelenmesi pek iş yapmak zorunda kalmamak karşılığında ödenen küçük bir bedeldir.

Bazen ona acımakta ve yardım etmek istemektedirler ama bunu nasıl yapacaklarını bilmezler. Düzen, temizlik ve işi bitirme hızına ilişkin standartlarına katılmamaktadırlar. Bunlar onlara, Katherine'e geldiği kadar önemli gelmemektedir ve böyle bir ihtiyaç hissetme

fırsatına asla sahip olmamışlardır çünkü daha onlar eksikliğini bile hissetmeden, Katherine her şeyi halletmiştir.

Katherine'in eşi Peter, öz-saygısını giderek yitirmekte ve işlerin yapılması için giderek daha çok karısına sırtını dayamaktadır. Aylar boyunca akıl etmediği için arabayı tamire bile Katherine götürmüştür. Karısının süper kadın rolüne kendini kaptırışlığı, kocanın öz-değer duygusunu giderek zayıflatmış ve adam giderek daha çok tembelleşip sorumsuzlaşmıştır. Yaparım, demektedir ama işleri yapması gerçekten de aylar almaktadır.

Arkadaşlarıyla giderek daha çok zaman geçirmeye, iskambil oynayıp zaman öldürmeye başlamıştır. Katherine ile göz göze gelmekten bile kaçınır olmuştur zira karısını adeta yetersizliğinin sürekli bir hatırlatıcısı gibi görmektedir. Kadın daha çok para kazanmaktadır ve bu da Peter'in erkekliğine bir darbe daha indirmektedir.

## Çocukluk Dönemi Programlamaları

**B**UNLARIN HEPSİ, onların çocukken aldıkları mesajların farkında olan bir kişi tarafından kolayca tahmin edilebilirdi.

Çok aktif ve başarılı bir çiftin oğlu olan Peter, ana babasının hiperaktifliğinden yılmıştı ve onların gözünde ve standartları ölçüsünde başarılı olup olamayacağından sürekli kuşku duymuştu. Başarısızlıktan çok korkuyordu. Başarısızlık korkusu onda öğrenmeye veya yapmaya dair bloklar oluşturdu ve zamanının çoğunu, başarılı olabileceğini hissettiği oyunlar oynamakla geçirdi.

Büyürken her gün ana babasından “tembel, beceriksiz ve hayatını boşa geçirecek” biri olduğunu duydu. Şimdi, onların sözlerini gerçek kılmaktaydı.

Katherine ise küçük yaşta, babasının bir kız değil de erkek evlat istemiş olduğunu anlamıştı; küçük erkek kardeşinden çok daha zeki ve çalışkan olmasına rağmen bütün ilgiyi o toplamaktaydı. Katherine o zaman, kendi değerini babasına erkek dilinde kanıtlamaya karar verdi. Profesyonel ve ekonomik açıdan başarılı olacak ve babasının gözünde bir “erkek” olup





onun ilgisini, sevgisini hak edecekti. Böylece bir süper kadın haline geldi.

Peter ve çocuklar artık daha tembel ve isyankar hale gelmişlerdi. Daha da az yapma ihtiyacını bilinçdışı yoldan hissetmekteydiler. Katherine'e verdikleri sözleri bilinçdışı açıdan sık sık gözardı etmekteydiler. Bunlar, Katherine'den geldiğini hissettikleri baskı ve reddedişe karşı verdikleri bilinçaltı tepkilerdi.

Artık hepsi kendini mağdur hissetmekteydi. Katherine onların tembelliğinin ve sorumsuzluğunun mağduru iken onlar da kadının sivri dilinin, reddedişinin ve öfkesinin kurbanıydılar.

## Değişim

**S**ONUÇTA, Katherine hastalandı. Tükenmişti, sağlığı çok kötüydü

ve hastalığıyla başa çıkabilmek ve evle ilgili işlerin halledilebilmesi için ailesinden destek alması gerekiyordu. Yardım istiyordu ama onu işitebilen yoktu. Ailedekilerin kafasında "hastalanmış süper kadın" imgesine yer yoktu.

Onu seviyor ve ona önem veriyorlardı ama ihtiyaçlarını duyamıyorlardı. Daha önceleri hiç zayıflık, korku veya beceriksizlik göstermemiş olduğundan bu yeni durum onlara o kadar yabancıydı ki kendilerini son derece rahatsız hissetmekteydiler ve yanıt veremiyorlardı.

Katherine ise kendini iki kat incinmiş ve suistimale uğramış hissetmekteydi. Bu kadar yıldır onların her ihtiyacına koşmuştu ve şimdi onlara ihtiyacı varken yanıt veren yoktu. Bu durumdan kaçınmak için neler yapabilirlerdi?



## Hangi Dersleri Öğrenmeli?

**K**ATHERİNE: Süper kadın olmasa bile sevmeye ve sayılmaya değer olduğunu öğrenmeye mi ihtiyacı var? Yoksa işleri başkalarının yerine yaptığında onlara yardım etmediğini ve kendi sorumluluklarını taşımalarına izin vermediğini öğrenmeye mi? Belki de başkalarının yeteneklerine güvenmeyi öğrenmeye veya başkalarının hatalarından ders alarak büyümelerine izin vermeyi öğrenmeye ihtiyacı vardır. Kendi ihtiyaçlarını şikayet etmeden veya suçlamadan ifade etmeyi öğrenmeye ve ihtiyaçlarını karşılamak için başkalarının ona destek olmayı istemelerinin doğal olduğuna inanmaya mı ihtiyacı var? Belki de yorulduğunda, çevresindeki her şey kusursuz olmasa bile nasıl dinleneceğini öğrenmesi gerekmektedir.

**Peter:** Alması gereken ders kendine, becerilerine ve zekasına inanmak mıdır? Yoksa öz-değerinin başarılarıyla

değil de, yüreği ve karakteri ile ölçüldüğünü öğrenmek mi? Kendini motive etmeyi öğrenmeye ve daha çok şey sunmaya mı ihtiyacı var? Çocukluk yıllarında yaşadıkları üstünde çalışıp yanlış programlamanın etkisinden kurtulması mı gerekir?

**Diğerleri:** Belki de kendi sorumlulukları ve işleri bakımından daha sorumlu ve enerjik olmayı öğrenmeleri gerek. Belki de Katherine'in ihtiyaçlarına bakmalı, şikayetlerini ve suçlamalarını duymazdan gelip bunu nasıl yapacaklarına dair güven duymasa bile ona yardım etmeliler. Ayrıca Katherine bunları ifade edemese bile onun ihtiyaçlarını duyup yanıtlayabilmeyi de öğrenmeliler.

**Siz ne dersiniz?** □

İnternetteki [www.armonikizoi.com/2011/situation-lessons-series-super-woman](http://www.armonikizoi.com/2011/situation-lessons-series-super-woman) adresinden çeviren: Yasemin Tokatlı.

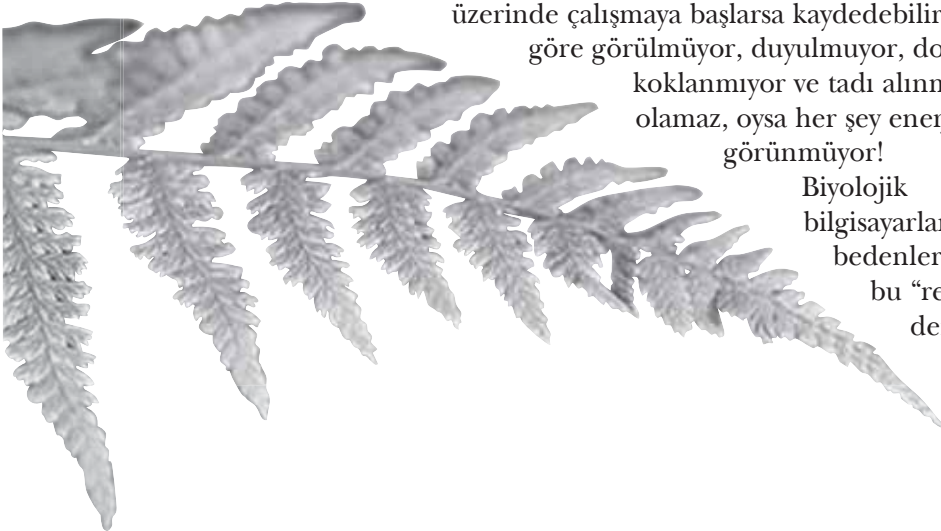
# Gerçek'in Titreşimleri

*David Icke*

2. Bölüm

**B**EDEN BİLGİSAYARININ sabit sürücüsü DNA/deoksiribonükleik asit ve hücrelerden oluşur. Hücreler bilgisayar çipleri gibidirler. Hücrelerdeki DNA'nın spiral şeklindeki dizileri bedenün fiziksel özelliklerimizi taşıyan genetik arşivi gibidir. Ancak bu, DNA'nın öneminin sadece bir kısmıdır. DNA'larımızı 120 milyar mil oluşturur ve insan biliminin yapabileceği bir aletten yüz trilyon kat daha çok bilgi taşır. Beden ile masaüstü bilgisayarı arasındaki prensip aynıdır, ama ölçek, potansiyel ve gelişmişlik açısından arada ışık yılı kadar fark vardır. DNA için vurgulanacak bir başka nokta ise bilimin bu konuda ne kadar bildiğidir. DNA'nın yüzde 95-97'si, ne olduğu bilinmediği için "değersiz" sayılıyor! Şu işe bakın, 120 milyar mil DNA'mız var ve bilim adamları bunun yüzde 97'sinin sırrını anlayamadıkları için bize bedenlerimize ne yapıp yapmamamız gerektiğini söyleyebiliyorlar! Şunu unutmayalım ki bilim adamları ve entelektüeller "Sonsuz Farkındalık" açısından o bilince sahip olmadıkları için akılları düşüncenin bilgisayar seviyesindedir, "Sonsuz bilinç" seviyesinde değil. En büyük atılımlar zekadan değil, önseziden gelir. Zeka önseziyi izleyerek geçerli görmeye başlar. Önsezilerimiz, içgüdümüz, esinlerimiz veya benim "bilmek" olarak adlandırdığım kavramlar "Her şeyi Bilmek" olan "Sonsuz Bilinç'ten gelir, akıldan değil. Öğretmenler, üniversite hocaları, doktorlar ve medyadaki bilimsel ve entelektüel mesleklerdeki kişiler, genellikle "öz bilinç"lerine veya "yüksek benlik"lerine açık değillerdir. Zaten bu nedenle iş "gerçek"ün açıklanmasına gelince, bilimde birçok çıkmaz veya açmaz yaşanıyor. Hepsini esinlenmekten ziyade, belirli çizginin dışına çıkamayan "beş duyu gerçeği"ne programlanmış olarak "düşünen" kişiler. Gerçek bir bilim dahisi olup, 1943'te ölen Nikola Tesla şöyle demiş: "Bilim yüzyıllardır sürdüğü varlığının en büyük aşamasını on yıl gibi bir sürede, ancak fiziksel olmayan fenomenler üzerinde çalışmaya başlarsa kaydedebilir." Birçoğuna göre görülüyor, duyulmuyor, dokunulmuyor, koklanmıyor ve tadı alınmıyorsa var olamaz, oysa her şey enerji ve tabii ki görünmüyor!

Biyolojik  
bilgisayarlarımızı/  
bedenlerimizi sadece  
bu "realite"yi  
deneyimlemek



için kullanıyoruz. “Yaratılış” dediğimiz şey de büyük bir “frekanslar ağı”ndan oluşuyor. Bunun için TV veya Radyo yayını çok yerinde bir benzetme olabilir. Bizim boşlukta işgal ettiğimiz yerde radyo



ve TV frekansları da var. Biz onları göremiyoruz, onlar da birbirlerini göremiyorlar, ancak çok yakın olurlarsa birbirlerine karışıyorlar. Bizim fiziksel gerçeklerimiz için de aynı şey söz konusu. Şöyle düşünün, BBC'nin frekansına göre ayarlanmışsanız, farklı frekanstaki bardağı tutabilir misiniz? Hayır, çünkü bu frekanslar bardağın içinden geçip gidiyor ve tabii ki onu hareket ettiremiyor. Tıpkı Radyo ve TV frekanslarının hiçbir şeyi etkilemeden duvarlardan geçip gitmeleri gibi. İşte bu noktada, devreye beden bilgisayarı giriyor. Bedenlerimiz bu fiziksel dünyanın frekansında titreşiyor, dolayısıyla aynı frekanstaki her şey ile etkileşime girebiliyorlar, yani “Sonsuz Bilinç”lerimiz, doğrudan doğruya bu “Beş Duyu Gerçeği”ni deneyimleyen birer araç durumundalar. Kapkaranlık bir odada hiçbir şey göremeyiz, aynı prensiple evrendeki karanlık maddeyi de algılayamayız. Aynı, beş duyu gerçeği benzetmesi çerçevesinde, aralarında bir türlü anlaşamayan insanlar birbirleri için, “Benimle aynı frekansta değil,” deyimini kullanırlar. Evet, aynen öyledir. İşte bu yüzden “Sonsuz Bilinç”ine uyanmış kişiler “bilgisayar modu”ndaki kişiler tarafından “deli” ya da

“tehlikeli” olarak algılanıyorlar. Bu anlayışı kaybetmişiz ve kendimizi çok boyutlu “Sonsuz Bilinç/Öz”ler olarak tanımlayacağımız yerde, Charlie Jones veya Mary Smith gibi

kişilikler olarak tanımlıyoruz. Öyle bir illüzyon kafesine kapatılmışız ki kendimizi “Her şey” olarak göreceğimiz yerde “en ufak/en güçsüz” olarak görüyor, üstelik sistematik olarak kim olduğumuzu unutmamız için de beyinlerimiz yıkanıyor. Buna tıpkı, bir sürü özelliği olan son derece gelişmiş bir bilgisayarın, sadece Microsoft Word’ü kullanması gibi bir şey denilebilir.

Düşündüğümüz veya hissettiğimiz zaman, bedenini alıp verdiği elektrik sinyallerinin ve kimyasallarının sonucu olarak, beyin ve bedende elektrokimyasal bir işlem tetikleniyor. İşte bu nedenle baz istasyonları, yüksek gerilim kabloları yakınında oturanlar veya belirli kimyasalları absorbe eden kişilerde depresyon oluşuyor. Kimyasal içeriği zararlı olan içecek ve yiyecekleri çok tüketen çocukların hiperaktif veya diğer davranış bozuklukları içersinde olmalarının nedeni de bu. Elektrokimyasal sistemin dengesi bozuluyor ve bu, kişide dengesiz davranışlar şeklinde başgösteriyor.

“Ölüm” dediğimiz şey “hayat”ın büyük sırrı değil mi? Ölümden sonra hayat var mı? Nereye gidiyoruz? Beden ölünce nasıl hayat olabilir ki? Bütün bu sorular, ancak beden bilgisayarı

ile “Sonsuz Bilinç” arasındaki farkı gerçekten anladığımız zaman cevaplandırılabiliriz. Daha önce de belirtmiş olduğum gibi, Sonsuz Bilinç bu realiteyi beden bilgisayarı aracılığı ile deneyimliyor. Bunun için bir uzay giysisi giymiş benzetmesi yapabiliriz. Bilincimizin daha düşük seviyeleri kendini hep bilgisayar olarak tanımlar. Bilgisayar çalışmaz hale gelir veya ölür ise, bilincimiz illüzyondan kurtulur ve gerçekte kim olduğunu hatırlar. Bunu “bilgisayar beden ölümü”nden önce hatırlayanlar, hemen adapte olurlar, ama hatırlaması uzun sürenler, hep bu illüzyona bağlı kalırlar. Hayalet ve uğursuz yerler hakkındaki sayısız hikayenin kaynağı budur. Hayalet dediğimiz varlıklar, bedenden ayrılmış, beş duyu gerçeğindeki bilgisayar kimliklerinden kurtulamamış olan “Bilinç/Ruh/Öz”lerdir. Bu kimlikten kurtulamayınca, illüzyon deneyimini yaşamış oldukları dünyadakine en yakın boyutta kalırlar. Bu biraz radyodaki iki frekansın karışması gibidir. Örneğin, gerçek medyumlar başka frekanslara uyumlanabilir ve Sonsuz Bilinçler/ruhlar/Özler ile iletişim kurabilirler. Ölmüş olanlarla bağlantı kurup ölenlerin sevdiklerine mesajlar iletebilirler. Bazı hayaletler, “ölüm”de ne olduğunu anlamak yerine, hala dünyadaki kimliklerine inanmayı sürdürürler, bu nedenle dünyada deneyimlemiş oldukları realiteye bağımlı kalırlar, bu nedenle onlara “kayıp ruhlar” da

denir. İnsanlar bir yerde bir hayalet gördükleri zaman, çoğunlukla daha sonraları mutlaka orada öyle birinin yaşamış olduğunu öğrenirler.

Aslında “sonsuz yaşam”ı aramamıza gerek yok, zaten ona sahibiz. Nasıl bir sonsuz yaşam istediğimiz tamamen bize bağlı. Eskiden ben de bir gün annem ve babam ölecek diye çok korkardım, ama “Sonsuz Bilinç”ime uyanınca “ölüm denilen titreşimsel geçiş”i çok doğal bir şekilde algılamaya başladım. Kısaca, “Ölüm” Sonsuz Bilinç olan bizlerin biyolojik bilgisayarın çalıştığı boyuttan çıkıp, gerçeğin başka bir boyutunda varlığımızı sürdürmemiz oluyor. Doğal olarak sevdiklerimiz bizi terk ettikleri zaman sonsuz bir üzüntü duyuyoruz, bu anlaşılabilir bir şey. Öldükleri zaman enerjik bağlantı nedeniyle bizlerden bir şeyler kopmuş gibi bir duygu hissediyoruz. Oysa “Sonsuz Bilinç”imize uyanırsak, sadece kendimiz için üzüldüğümüzü

anlıyoruz,  
çünkü  
aslında onlar  
bu illüzyona  
bağlı kalmaktan  
kurtuluyor ve gerçeğin  
farklı boyutlarında yeniden  
doğuyorlar.

Birçok kişi ölüme yakın deneyimler yaşıyor ve hiçbirinin de geri gelmek gibi istek içersinde olduğunu hiç duymadım. Belgelenmiş sayısız miktarda “ölüme yakın deneyim” var. Bu kişiler ölüm halinde

bedenlerini terk ediyor ve bu boyutun dışına çıkıyorlar, sonra geri geliyorlar, bedenleri tekrar diriliyor.

Hollandalı kardiyolog

Pin van Lommel'in bu konuda çok sayıda incelemesi mevcut. Bulguları İngiliz Tıp Dergisi "The Lancet"te yayınlandı.

Kaydetmiş olduğu hikayelerin çoğunda ölüme yakın deneyim yaşayan kişiler, daha sonra ölümden hiç korkmaz oluyorlar. Bunun nedeni, bilinçlerinin yaşamayı sürdürdüğünü anlamalarından kaynaklanıyor. Bedenleri ölse de onlar ölmüyorlar, aksine sonsuz bir huzur duyuyorlar. Anlatılanlara göre bu, paltolarını çıkarmak gibi bir duygu imiş. Orada, beş duyuya dayalı gerçekte hissedilen duyguların hiçbirisi hissedilmiyormuş.

Genellikle seven/sevilen birisi ölünce, kendisinin hala oradan ayrılmamış olduğunu belli etmek için o boyuttan bu boyuta etkileşim sağlamanın en kolay yolu elektrik oluyor. Düşünceler elektrik ve titreşimsel beyin dalgaları oldukları için elektrikli aletlere hükmetmeleri daha kolay oluyor. Dolayısıyla ölen kişinin yaşamış olduğu yerlerde bazen elektrikli aletlerdeki anlaşılmasız aksaklıklar bunu gösteriyor olabiliyor.

Başka bir örnek de hayalet görüldüğü zaman odanın soğuması. Ölen kişinin Sonsuz Bilinci/özü boyutlar arasında enerji yoluyla bağlantı kurmak isteyince odadaki

enerjiyi çekiyor, böylece odanın ısı düşüyor. Müzik de bir titreşim olduğu için bazen farklı boyutlardaki iki kişi arasında bağlantı sağlayabiliyor. Bazen de medyumların ölmüş olan kişilerin yüzük veya saati gibi özel eşyalarını kullanmaları enerji bağlantısı kurmak açısından daha kolay olabiliyor. Bu tıpkı, radyoda istediğimiz dalgayı veya frekansı nerede bulacağımızı bilmemize benziyor. Aksi takdirde aradığımızı bulmak için o dalgadan bu dalgaya atlayıp durmaz mıyız?

Kendi ölüm korkumuz veya sevdiğimizimizin öleceği korkusu, farkında olarak ya da olmayarak hep hayatımıza hükmediyor ve her şey bu kaçınılmaz ölüme dayanıyor. Oysa hiç kaçınılmaz değil, çünkü böyle bir şey yok. Sadece ebedi varlığımızı sürdürmek var.

Peki, bu sanal tumarhanede hapisken kim olduğumuzu, yani Sonsuz Bilinç/Sonsuz ruh/ Sonsuz Sevgi olduğumuzu nasıl hatırlayacağız?

Öğrenmeye ihtiyacımız yok, beynimizdeki "bölünmüşlük" programlarını silmemiz lazım. "Aydınlanmak" sistemin bizi inandırdığı akıl programı ile gerçekleşmiyor. "Bilgilenme" ile "bilme" arasında büyük farklar var. "Bilgilenme" akla dayalı, "bilme/biliş" ise "Sonsuz bilinç'e... Kim olduğumuzu hatırlamamız, algılama kapasitemizi "Sonsuz Bilinç"e yöneltip açmamız ve gerçeklik duygumuzu değiştirmemiz gerekiyor. Biz değişirsek, yarattığımız dünya da değişir. □

Yazarın *The David Icke Guide to the Global Conspiracy and How to End It* adlı kitabından çeviren:  
Esin Akan.

## “Keşke” Demeden Ölmek

*T. Kelly*

**U**ZUN YILLAR, palyatif tedavi alanında çalıştım. Hastalarım ölmek üzere evlerine yollanmış olan kişilerdi. Yaşamlarının son üç veya on haftası boyunca onlarla birlikte oldum ve birlikte, inanılmaz özel anlar paylaştık.

İnsanlar kendi fanilikleriyle yüzleştiklerinde hızla büyümekteler. Herhangi birinin gelişip büyüme kapasitesini asla küçük görmemem gerektiğini öğrendim. Bazı değişimler inanılmazdı. Her biri, beklenebileceği üzere, inkar, korku, öfke, vicdan azabı, daha çok inkar ve sonunda kabullenme gibi bir duygusal dizisi deneyimledi. Ancak her bir hastam, inanın ki her biri, öteye doğru yola koyulmadan önce huzur buldu.



Pişmanlıkları veya farklı yapmak istedikleri şeyler sorulduğunda, hastalarım tekrar tekrar bazı ortak konuları dile getirdiler. İşte, en yaygın beş pişmanlık:

**Keşke Hayatı Başkalarının Beklediği Gibi Değil De Kendime Dürüst Davranarak Yaşama Cesaretim Olsaydı**

***B**U EN YAYGIN pişmanlıktı. İnsanlar yaşamlarının sona ermek üzere olduğunu fark edip şöyle geriye*

*dönüp net olarak baktıklarında, ne kadar çok sayıda düşün gerçekleştirilmeden kalmış olduğunu görmek kolaydır. Hastalarının çoğu düşlerinin yarısını bile gerçekleştirmemişti ve bunun nedeninin, yaptıkları veya yapmadıkları tercihler olduğunu bilerek ölmek zorunda kaldılar.*

Düşlerinizin en azından bir kısmını gerçekleştirmeyi denemeniz çok önemlidir. Sağlığınızı kaybettiğiniz anda, artık çok geçtir. Sağlık onu kaybedene dek pek az kişinin fark ettiği bir özgürlük sağlar.

### Keşke O Kadar Çok Çalışmasaydım

**B**UNU neredeyse her erkek hastamdan duydum. Çocuklarının küçüklüğünü ve eşlerinin yoldaşlarını ıskalamışlardı. Kadınlar da bu pişmanlığı dile getirmekteydiler. Ama çoğu çok daha yaşlı bir nesildendi, kadın hastalarımın

bazısı ise evin geçimini sağlamak için çalışmamıştı. Hemşirelik ettiğim erkek hastalarımın hepsi yaşamlarının büyük kısmını iş hayatının değirmeninde öğütmeden dolayı derin pişmanlık içindeydi.

Yaşam tarzınızı sadeleştirerek ve hayat boyu bilinçli tercihler yaparak, sandığınızdan düşük bir gelirle geçinmek de mümkün. Yaşamınızda daha çok yer açmakla, daha mutlu ve yeni yaşam tarzınıza daha uygun olan yeni fırsatlara daha açık hale gelirsiniz.

### Keşke Hislerimi İfade Edecek Cesaretim Olsaydı

**P**EK ÇOK HASTAM, başkalarıyla arası bozulmasın diye hislerini bastırmıştı. Sonuç olarak, vasat bir varoluşa razı gelip asla gerçekten olabilecekleri kişi haline gelmemişlerdi. Bazıları, bunun sonucunda taşıdıkları güceniklik ve hınçla alakalı hastalıklar geliştirmişti.

Başkalarının tepkilerini kontrol edemeyiz. Oysa siz samimiyetle konuşarak tarzınızı değiştirdiğinizde insanlar başlangıçta tepki verebilirse de sonunda bu, ilişkileri tamamen yeni ve daha sağlıklı bir düzeye taşır. Ya bu olur ya da söz konusu sağlıksız ilişki



yaşamınızdan çıkar gider. Her iki durumda da kazançlısınızdır.

## Keske Arkadaşlarımla Bağlantıyı Kesmeseydim

**H**ASTALARIM ÇOĞU KEZ, ölmelerine birkaç hafta kaldığında eski dostların ne kadar değerli olduğunu fark etmekteydi ama neredeyse daima, onları arayıp bulmak imkansızdı. Pek çoğu kendi hayatlarına o kadar kendilerini kaptırmıştı ki en iyi arkadaşlarıyla bağları yıllar içinde zayıflayıp kopmuştu. Arkadaşlıklara hak ettikleri zamani ve çabayı harcamadıkları için çokça pişmanlık duymaktaydılar. Ölmek üzereyken herkes arkadaşlarını özler.

Yaşam  
bir  
tercihtir.  
**SİZİN**  
yaşamınızdır.

Yaşam tarzı meşgul ve çok dolu olan kişilerin görüşmeye fırsat bulamamaktan dolayı arkadaşlarından kopmaları sık görülür. Ama ölümünüz yaklaşırken, yaşamın fiziksel ayrıntıları önemini yitirir. Hastaların mali meseleleri olabildiğince halledip ölmek isterler ama onlar için asıl önemli olan şey para veya statü değildir. İşleri sevdikleri kişilerin yararına olacak şekilde düzene koymak istemektedirler. Ancak genellikle bu görevi yerine

getiremeyecek kadar çok hasta ve bitkindirler. Sonuçta, her şey sevgi ve ilişkilerden ibaret. Son haftalarında ve günlerinde, geriye kalan şeyin sevgi ve ilişkiler olduğunu görmekteler.

## Keske Kendime Daha Mutlu Olma İzni Verseydim

**B**U PİŞMANLIK, şaşırtıcı bir biçimde yaygındır. Pek çoğu, mutluluğun bir tercih olduğunu son ana dek fark etmemişti. Eski kalıplarına ve alışkanlıklarına bağlı kalmıştı. Aşinalığın sözümona “rahatlığı” fiziksel yaşamlarına olduğu kadar duygularına da sirayet etmişti. Değişim korkusu yüzünden başkalarına ve de kendilerine hallerinden memnunmuş gibi davranmalarına yol açmıştı. Oysa derinlerinde, gereğince kahkaha atabilmeyi ve yaşamlarında zevzekliğe yer açabilmiş olmayı özlemekteydiler.

Ölüm döşeğindeyken, aklınız başkalarının hakkınızda ne düşündüğünden çok uzaklardadır. Ölmeden çok önce rahatlayabilmek ve tekrar gülümseyebilmek ne harikulade!

Yaşam bir tercihtir. SİZİN yaşamınızdır. Bilinçli, bilgece, samimi tercihler yapın. Mutluluğu seçin. □

İnternette alınan makaleyi çeviren: Yasemin Tokatlı.

**DUYURU**



Metapsişik  
Tetkitler ve İلمي  
Araştırmalar  
Derneği



İnsanları  
Birleştiren  
Bilgiyi Yayma  
Vakfi

# BİLYAY VAKFI KONFERANSLARI ARTIK CANLI YAYINDA!

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

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

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

İYİ SEYİRLER!

NOT: YAYINLARIMIZLA İLGİLİ İSTEK, ÖNERİ VE ELEŐTİRİLERİNİZİ  
BEKLİYORUZ.

# Uyum Yasası

*Semra Ordu*

**Y**ILLAR ÖNCE ruhsallıkla ilgili çalışmalarımı sürdürmekte olduğum sıralarda, bir arkadaşımın aramızda yapmış olduğumuz bir konuşma anında, o demişti ki: “Eğer bir gün yetersiz kaldığımızı, sonuca gidemediğimizi görürsek o durumda her şeye yeniden başlamamız gerekir.” Ben de buna karşılık olarak, “Evet,” dedim. “her şeye sıfırdan başlamalıyız...” Arkadaşım, “Yok hayır, öyle değil, kaldığımız yerden başlamamız gerekir,” demişti. O anda konuya biraz kafa yordum. Ve gördüm ki, insanın gerçek kapasitesiyle ilgili derinlemesine gözlem yapması gereken bir konu... Sonra ardından yıllar geçti. Bu günlere kadar geldik. Bizlerin bu günkü gelmiş olduğumuz noktada şimdiye kadar edinmiş ve edinmekte olduğumuz tüm bilgilerin bizim tarafımızdan layıkıyla hazmedilmiş oluşunun göstergesini etrafımızda, içinde yaşamakta olduğumuz olaylar zincirinin uyum halkalarında gözlemleyebilmekteyiz. Tam idrakine vardığımız her bilgi bizim, tecrübesini yapmakta olduğumuz hayat alanlarındaki hareketlerimizin, belli bir uyumu izleyerek düzenlenmesi konusunda, bizim dayanak noktalarımız olmaktadır. Hayat planımız çerçevesi içinde yer aldığımız her türlü rol ve mizansen karşısında hal, hareket ve davranışlarımızın, belli bir “uyumu” takip ederek -Tabiatın Genel Ahengine uyum sağlaması- sıralanabilmesinin esas yapı taşları, işte özümlemiş olduğumuz, idrakine varmış olduğumuz bu bilgiler olmaktadır. Bu sıralanış bizim, Kainatın Genel Ahengine uyum sağlayabilmiş olmamızın da canlı birer örneği olmaktadır. Çünkü bizler, hayat planımızın bizlere vermiş olduğu tasarruf gücümüzün sarf edilmesi yeteneğimizin de asıl kaynağı, bu idrak edilmiş, özümşenerek sahibi olunmuş öz bilgilerden almaktayız. Bizim gerçek dayanak noktamız budur. Bu anlamda Tabiatın Genel Ahengine uyum sağlaış noktasında bizlere rehberlik sağlamış olarak önümüzü açacak ve böylece bizlere, bir sonraki adımımızı atmamızı sağlayacak olan yapı taşları, bu bilgiler olacaktır. İşte, bütün bunların yerli yerine sağlam bir şekilde yerleşebilmesi konusunda bizim, “idraklenmemiz” aldığımız tüm bilgilerin tam olarak özümşenmesi, varsa eğer özümşemediğimiz, kendimize mal edemediğimiz bilgilerin de tortu olarak, sırtımızdan indirilmiş olarak yok edilmeleri gerekir ki biz sonuçta, tam bir idrak kapasitesine sahip bir şekilde, o sonsuz bilgiyi, o Büyük Uyumu özümüzde görebilelim... Ve sahibi olduğumuz bilgilerle oraya katılabilelim... Bunu ancak idraklenmiş olmamız sağlayabilir. Bizler şuurumuzda yelken açarak girişeceğimiz büyük bir serüvenle, o Genel Ahengin derinliklerine nüfuz edebilmemiz konusunda, sıra dışı bir eforla kozamızı yırtmış olarak -eskimiş, yıpranmış ve beslenmesine engel olan gaga ve pençelerini, kayalara vurarak düşüren ve yerlerine yenilerinin gelmesini sağlayan kartal örneğinde olduğu gibi- girişebileceğimiz bir gerçektir.

Bu anlayış ışığı altında eve yani özümüze dönüş serüveninin gerçekleştirilmesi ve bunun da bizlerin, belli bir olgunluk seviyesinin sınavının verilmesi noktasında, yerine getirilmesi gereken bir “aşama” olduğu da açıktır. Dolayısıyla, insanın vicdanında vereceği bu sınavların layıkıyla yerine getirilebilmesi konusunda, tüm varlıklara yollarının açık olması dileğinin dışında, insanın elinden ne gelebilir ki?

□

# Etkinlikler

## BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

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

05 HAZİRAN	Bagavatgita .....	Hikmet Gürbüz SEZGİN
12 HAZİRAN	Obsesyon .....	Alparslan SALT
19 HAZİRAN	Geç Kalan Uyanış .....	A. Cemal GÜRSOY
26 HAZİRAN	Ruhsal Tebliğler .....	Gültekin ÇİLEKAR

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

## ANKARA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

05 HAZİRAN	Varlık Bilgiğinden Sorumludur İlkesi .	Ercüment Kaya - Müge ARBAK
12 HAZİRAN	Kendini Hatırlamak ve Çağın Hedefi ..	Günay Yalçın-Turgut YURTSEVEN
19 HAZİRAN	Devreler ve Son Devre Özellikleri .....	Pınar ÖZTÜRK
26 HAZİRAN	Düşünceler ve Şuuraltına Etkileri .....	Seyhan OKAN

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

## İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

12 HAZİRAN	Psikosentez: Bütünsel İletişim .....	Nursemin TUSKAN
26 HAZİRAN	Şamanik Bilinç Halleri ve Şamanizm ...	Reşat GÜNER

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

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

## ADANA RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

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

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

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

# Ruh ve Madde Yayınları

## Fiyat Listesi

12. Gezegen: Zecharia Sitchin .....	23 TL
<i>300 Soruda DeneySEL Ruhçuluk:</i>	
Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz .....	15 TL
<i>Agarta:</i> Rene Guenon.....	12 TL
<i>Akaşık Kayıtlar:</i> Rudolf Steiner.....	13 TL
<i>Ateş Üstünde Yürüyenler:</i> Joel Andre .....	5.5 TL
<i>Ayurveda:</i> Roy Eugene Davis .....	11 TL
<i>Bagavatgita "Rab'bin Ezgisi"</i> .....	11 TL
<i>Batık Kıta Mu'nun Çocukları:</i>	
James Churchward.....	13 TL
<i>Beyaz Kartal/Güzel Hayatı Yaratmak</i> .....	6 TL
<i>Bilinmeyen Gücümüz:</i> Dean I. Radin.....	21 TL
<i>Çağlar Boyu Uçan Daireler</i> .....	9 TL
<i>Çocuklara Öyküler:</i> Yavuz Keskin .....	6 TL
<i>Çocukların Unutulan Dili:</i> Lillian Firestone .....	17 TL
<i>DDA-Evren Dili:</i> Ingo Swann .....	11 TL
<i>Dinlemenin Zen'i:</i> Rebecca Z. Shafir .....	19 TL
<i>Dünya Tarihiçesi Keşif Seferleri:</i> Zecharia Sitchin .....	22 TL
<i>Edgar Cayce:</i> Thomas Sugrue .....	25 TL
<i>Enerjiler:</i> John G. Bennett.....	8 TL
<i>Enki'nin Kayıp Kitabı:</i> Zecharia Sitchin .....	21 TL
<i>Eneadlar:</i> Plotinos.....	16 TL
<i>Eon:</i> Jean E. Charon.....	11 TL
<i>Ezamanlılık:</i> Allan CombsMark Holland.....	10 TL
<i>Fallar:</i> Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson .....	9 TL
<i>Geçmiş Yaşamlarımızı İyileştirmek:</i>	
Roger J. Woolger.....	20 TL
<i>Geleceğin Felaketleri:</i> Alparslan Salt.....	7,5 TL
<i>Gerçek Dünyadan Manzaralar:</i> G. I. Gurdjieff.....	18,5 TL
<i>Gerçek Varlık Ruhur:</i> Leon Denis .....	8 TL
<i>Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne</i>	
<i>Psikolojik Yorumlar:</i> 1.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
2.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
<i>Günlük Sofroloji:</i> Jean Yves Pecoilo.....	10 TL
<i>Herkes İçin Ötealem Rehberi:</i> G.M. Roberts .....	13 TL
<i>Her Şey Mümkündür:</i> Roy Eugene Davis.....	10 TL
<i>Hinduizm:</i> Swami Nikhılananda .....	15 TL
<i>Hint Kökenli Dinlerde Karma İnanctının</i>	
<i>Tenasüh İnançıyla İlişkisi:</i> Dr. A. İ. Yitik .....	8 TL
<i>İçsel Gerçeklik:</i> Paul Brunton .....	10 TL
<i>İki Dünya Arasında:</i> F. Wiedemann.....	14 TL
<i>İlahi Karşılaşmalar:</i> Zecharia Sitchin.....	22 TL
<i>İnsanın Gerçeği - Kendini Bilmek:</i> P. D. Ouspensky.....	25 TL
<i>İpnoz ve Ötesi:</i> Lee Pulos .....	9 TL
<i>İsa Keşmir'de mi Öldü?:</i> S. Obermeier .....	8 TL
<i>İsis ve Osiris:</i> Plutark .....	13,5 TL
<i>Kader Sorunu:</i> Leon Denis.....	13 TL
<i>Kayıp Diyarlar:</i> Zecharia Sitchin.....	18 TL
<i>Kayıp Kıta Mu:</i> James Churchward.....	18 TL
<i>Kendini Bilien Evren:</i> A. Goswami .....	22 TL
<i>Kozmik Sembati:</i> David Spangler .....	17 TL
<i>Kozmik Şifre:</i> Zecharia Sitchin .....	19 TL
<i>Kriya Yoga Felsefesi ve Uygulanması:</i>	
R. Eugene Davis .....	5,5 TL
<i>Kutsal Tesirler:</i> J. G. Bennett.....	8,5 TL
<i>Küresellik:</i> Cengiz Çevre.....	7 TL
<i>Meta Ansiklopedi:</i> Alparslan Salt-Cem Çobanlı .....	40 TL
<i>Ne İçin Yaşıyoruz?:</i> J. G. Bennett.....	8 TL

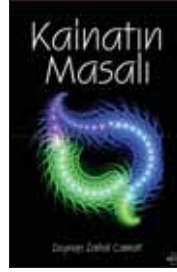
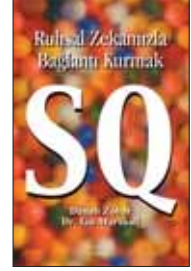
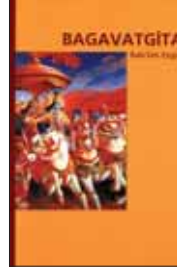
<i>Otopsi Roswell Olayı:</i> Y. Tokatlı.....	9 TL
<i>Ölüm Sonrası:</i> Colin Wilson.....	22 TL
<i>Ötealem Deneyleri:</i> Dr. Gary Schwartz.....	19 TL
<i>Ötealeme Geçerken Gördüklerimiz:</i>	
Sir William Barrett .....	8 TL
<i>Parapsikoloji ve Felsefe:</i> David Ray Griffin.....	9 TL
<i>Psikosentez:</i> Will Parfitt .....	10,5 TL
<i>Ruhlar Kitabı:</i> Allan Kardec.....	30 TL
<i>Ruhsal Alemin Işığ:</i> Silver Birch .....	10 TL
<i>Ruhsal Alemin Sonsuz İnkânlar:</i> A. Pauchard.....	6 TL
<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 1:</i> Dr. K. Nowotny.....	10 TL
<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2:</i> Dr. K. Nowotny .....	11 TL
<i>Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3:</i> Dr. K. Nowotny .....	10 TL
<i>Ruhun Güçleri:</i> Leon Denis .....	8 TL
<i>Rüyalar:</i> Sevda Yücesoy.....	15 TL
<i>Sevinç ve Güzellik Alemleri*</i>	
<i>Kader Bilmecesi:</i> A. Pauchard .....	7 TL
<i>Semboller Ansiklopedisi:</i> Alparslan Salt.....	30 TL
<i>Tanımların ve İnsanların Savaşları:</i> Zecharia Sitchin .....	20 TL
<i>Tanrı'nın Eczanesinden Sağlık:</i> Maria Treben.....	20 TL
<i>Tekrardoğuş 1. Cilt</i> .....	12 TL
<i>Tekrardoğuş 2. Cilt</i> .....	13 TL
<i>Tekrardoğuş 3. Cilt</i> .....	13 TL
<i>Tekrardoğuşu Keşfetmek:</i> Hans TenDam .....	28 TL
<i>Türkiye'de 1958 Öncesi Alınan Ruhsal Tebliğler:</i>	
<i>Derleyen ve Türkçeleştiren Alparslan Salt.....</i>	24 TL
<i>Umut Habercileri:</i> Paola Giovetti .....	12 TL
<i>Uzay Gemilerinde:</i> George Adamski .....	9 TL
<i>Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:</i>	
John Willner .....	22 TL
<i>Vizüalizasyon:</i> Ursula Markham .....	10 TL
<i>Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları:</i> J. G. Bennett.....	8 TL
<i>Yeni Çocuklar ve Ölüme Yakın Deneyimler:</i>	
P.M.H. Atwater .....	17 TL
<i>Yüce Alemleri Bilmek:</i> Rudolf Steiner.....	13 TL
<i>Zaman Başlatken:</i> Zecharia Sitchin .....	20 TL

\*\*\*\*\*

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

# Meta Yayınları Fiyat Listesi

<i>Aslan Halkı</i> : Murry Hope .....	12 TL
<i>Astral Seyahat Teknikleri</i> :	
Nusret Sefa Yılmaz .....	22 TL
<i>Bir Yaşamınız Daha Olsa</i> :	
Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl .....	15 TL
<i>Çılgın Sarkaç</i> : İtzhak Bentov .....	18 TL
<i>Dikkat: Ruh Eşiniz Çıkabilir!:</i> Janet Cunningham,	
Michael Ranucci .....	12 TL
<i>Diyet ile Romatizma Tedavisi</i> : J. V. Belle .....	11 TL
<i>Dünya'ya Mektup</i> : Elia Wise .....	16 TL
<i>Emmanuel'in Kitabı</i> : Judith Stanton, Pat Rodegast .....	18,5 TL
<i>Excido</i> : Aysun Bitir .....	10 TL
<i>Göksel ve Yersel Işıklar</i> : Wilton Kullmann .....	10 TL
<i>Hiçlik Denen Yer</i> : Zeynep Camat .....	14 TL
<i>Işğın Elleri</i> : Barbara Ann Brennan .....	23 TL
<i>İçten Dışa Değişim Teknikleri</i> : U. Markham .....	11 TL
<i>İçten Yaşamak</i> : Sri Aurobindo ve Anne .....	13 TL
<i>Kainatın Masalı</i> : Zeynep Zahal Camat .....	14 TL
<i>Kendinizi Güvende Hissedin</i> : William Bloom .....	13 TL
<i>Kıyamet Kitabı</i> : Zeynep Zahal Camat .....	10 TL
<i>Koruyucu Meleğiniz Konuşuyor</i> : Jonathan Cainer .....	13 TL
<i>Küçük mucizeler</i> : Judith Leventhal .....	11 TL
<i>Mandala</i> : Helga Fiala .....	18 TL
<i>Masumiyete Dönüş</i> : J. M. Schwartz .....	16 TL
<i>Mong</i> : Hendrick Vannek .....	10 TL
<i>Neden Ben, Neden Bu, Neden Şimdi</i> :	
Robin Norwood .....	14 TL
<i>Psşik Korunma</i> : Fadime Emir .....	15 TL
<i>SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı</i>	
<i>Kurmak</i> : D. Zohar-Dr. I. Marshall .....	19 TL
<i>Strese Son!:</i> Alix Kirsta .....	20 TL
<i>Tui Na Çocuk Masajı</i> : M. Mercati .....	18,5 TL
<i>Zararlı Işınlardan Korunma</i> : W. Kullmann .....	11 TL



Seçtiğiniz kitapları web sitemizden %20 indirimle sipariş edebilirsiniz:

[www.ruhvemadde.com](http://www.ruhvemadde.com)

## Astral Seyahat Teknikleri

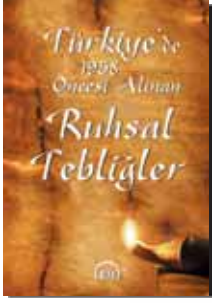
Nusret Sefa Yılmaz

Psşik çalışmalar içinde belki de en çok merak edilen konu lardan bir tanesi astral seyahattir. Astral seyahat insan bilinci nin ve potansiyelinin ne denli geniş ve ilginç boyutlara sahip olduğunu gösteren en önemli yeteneklerden biridir. Bu konuya ait yapılan çeşitli araştırmalar, deneysel göz lemler ve bireysel deneyimler, bilincin beden dışına taşabil diğini ve farklı mekanlara ait algı deneyimleri yaşayabildiğini ve bunun doğrulanabildiğini göstermiştir. Kitapta hem konu ile ilgili tarihçe ve araştırmalar hem de astral seyahati kendi kendinize deneyimleyebilmeniz için yaygın olarak kullanılan pek çok tekniğe yer veriliyor.

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



204 sayfa, Meta Yayınları



## Türkiye'de 1938 Öncesi Alınan Ruhsal Tebliğler

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

416 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları

## Tekrardoğuşu Keşfetmek

Hans TenDam

Tekrardoğuşu Keşfetmek dünyanın önde gelen uzmanlarından biri olan Hans TenDam tarafından kaleme alınmış geçmiş yaşam hatırlamalarına ışık tutan bir rehberdir. Bu kusursuz çalışma dünyanın her köşesinden derlenen sürükleyici hikayeleri ve vaka kayıtlarını, ruh ve beden ilişkisiyle ilgili şaşırtıcı teorileri içermektedir. Çiğir açan bu çalışma tekrardoğuşla ilgili; en son araştırmaları, geçmiş yaşam hatırlamaları ve paranormal yetenekler arasındaki ilişkiyi, geçmiş yaşam hatırlamaları vakalarını, karma, doğum öncesi ve ölüm sonrası olayları, geçmiş yaşam terapisine yönelik rehberlik tekniklerini ve diğer tüm soruları içermektedir.

456 sayfa, Ruh ve Madde Yayınları



## PSİŞİK KORUNMA



Enerji Akademi Kurumu  
ve Geliştirme Teknikleri  
Fadime Emir

## Psşik Korunma

Fadime Emir

Bir enerji alanına sahip olduğumuz ve bu alanın çevre ile sürekli etkileşimde olduğu fikri aslında her devirde bilinen bir gerçektir. Bazılarımız bu etkileri daha fazla hisseder, bazılarımız ise daha az. Ancak ne olursa olsun hepimiz sürekli bir enerji alışverişi içinde yaşarız. İşte bu alışveriş içerisinde zaman zaman kendi enerji alanımızı korumamız gereken durumlar olabilir. Aksi halde enerjimizi çabuk tüketebilir ve çeşitli rahatsızlıklarla karşı karşıya kalabiliriz. Yazarın geniş bir araştırma sonucu oluşturup kendi deneyimleriyle zenginleştirdiği bu çalışma, hem şifacılık konusuyla ilgilenenler hem de gündelik yaşam içerisinde herkes için bir başucu kitabı niteliğindedir.

212 sayfa, Meta Yayınları