

RUH ve MADDE

Aralık 2012 Yıl:53 Sayı:635 (KDV Dahil) 5 TL

Yaratıcılık ve Fizik

Doç. Dr. Sultan Tarlacı

Homeopati Tedavisi

Günnur Başar

Satürn-Neptün Üçgeni ve Gerçekleşen Hayallerimiz

Öner Döşer

Beynimizdeki Cumhurbaşkanı

Uzm. Dr. İnci Erkin

ISSN 1302-0676



35

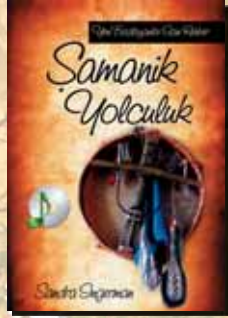
9 771302 067015

Yaşayan Zaman

Maurice Nicoll

Kitapta, insanın görünmez doğası ve benzer şekilde dünyanın görünmez tarafı hem boyutların (matematiksel değil) bakış açılarından, hem de şuurun daha yüksek seviyelerinin bununla ilgili bakış açılarından ele alınmıştır. Zamanın yeni bir anlayışı ve bu anlayışın ışığında hayatın ne anlama geldiği sorusu tartışılmıştır. İnsanın kendi hakkındaki hissiniin değişmesi ile birlikte zaman duygusunda bir değişme olasılığı da bu sorunun içine girmektedir. Hakkında gerçekten yanlış kavramlara sahip olduğumuz ebediyetin anlamı ve son olarak da hayatın tekrarlanması fikri gözden geçirilmiştir.

Ruh ve Madde Yayınları, 304 sayfa



Şamanik Yolculuk

Sandra Ingerman

Kitap aynen geleneksel şamanların yüzyıllarca yaptıkları gibi yolculuk yapmayı keşfedebilmemiz için interaktif bir öğrenim deneyimi sunmaktadır. Bu kitaptaki açıklamalar ve eşlik eden CD ile şamanın yerli kültürlerdeki orijinal rolü, erk hayvanlarının ve diğer ruhsal öğretmenlerin ile tanışıp birlikte çalışma, görünmez gerçekliğin üç bölümü olan Aşağı Dünya, Yukarı Dünya ve Orta Dünyada yolculuk yapma ve modern kültürümüzde başarılı şekilde yolculuk yapabilmenin anahtarları anlatılmaktadır.

Meta Yayınları, 88 sayfa

İçimizdeki Tanrıça

Roger J. Woolger

Altı farklı Yunan tanrıçasının kişiliklerinin temel alan bu kitap günümüz kadınına efsaneler, semboller ve pratik uygulamalar aracılığıyla içine bakmaya ve keşfettiklerine dayanarak kadınsı ilkeyi uygun biçimde kullanmaya davet ediyor. Athena, Artemis, Afrodit, Hera, Persefon ve Demeter bu kitap ile yalnızca mitolojik karakterler olmaktan çıkıp nitelikleri sizin ve hayatınızdaki bütün kadınların davranış, düşünce ve tercihlerinde sürülebilir arketipler haline gelecek. Kişiliğinizde hangi tanrıça enerjisinin baskın ve hangisinin zayıf olduğunu belirleyin ve dönüşün!

Meta Yayınları, 504 sayfa



Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar, 5 Cilt

Maurice Nicoll

Dr. Maurice Nicoll İngiliz tıbbi psikoloji alanında çok iyi tanınan bir öncüdür. Uzun yıllar boyunca, İngiltere'deki çalışma gruplarına haftalık dersler verdi. Aynen kayıtlara geçirilen ve *Yorumlar*'ı oluşturmak üzere basılan bu konuşmalar, Dr. Nicoll'un daha sonra yazdığı kitaplarda ayrıntılı olarak ele aldığı temel fikirleri içermektedir. Belirli derin fikirlerin günlük yaşama derhal uygulanmasıyla ilgili oldukları için *Yorumlar* daha incelikli bir yazımın her zaman koruyamayacağı türden, kendine özgü bir değere sahiptir. *Yorumlar*, yazarı şahsen tanıyamayacak ama aynı sürgit dönüşüm ile ilgilenen yeni nesil tarafından sevgiyle okunmaktadır.

Ruh ve Madde Yayınları



SEVGİLİ OKUYUCULAR

COK UZUN bir aralığın son demlerindeyiz. Yepyeni dönüşüm fırsatlarının çok boyutlu kesişmelerini yaşıyoruz. Uyanma zamanı; şu anın içindeki derin geniş anlamları ve gerçekliği ortaya çıkarma vakti geldi.

İnsanoğlu çok ırklı, çok uygarlıklı kültür denemelerinden sonra bir ve tek bir gerçeğin peşinde olduğunu ve kapısında durduğu yeni dünyanın donanımlarına hazır olduğunu söylüyor.

Savaşmak için açık bahaneler yerine, uluslar kendi dengelerini daha çok sorguluyor. Gözlerimizi boyayan illüzyonlar ve kaosun uyandırmama görevine dur diyen taraflarımız ağırlık kazanıyor.

Özgürlük ve sevgi kavramları bilmediğimiz uçucu hafiflikleri, üst dünyaların ruhsal idare mekanizmalarının soluğunu bize getiriyor. Geleceğin aynasında kendimizi birlikten öte bir şey göremediğimizi fark ettiğimiz realitelere doğru yürüyoruz.

Ateş ve özgürlük, yangın ve anlayış, şiddet ve mutluluk, dikkat ve sevgi bu karşılıklı dualitik kavramların hepsinde yüce hayra, iyiliğe evet diyen güçlü birlik sesi her nefeste çoğalıyor.

Gaia'nın öğretmeni, rehberine çağrılarına evet diyen birleştirilmiş enerjiler yeni dünyanın temellerini hazırlıyor. Paralel tüm gerçeklikler aksi kararda da olsa bu gezegen kendi yükselişinde sınıf geçme, bitirme tezi olarak.

Uyanış da birleşme, entegrasyon diyerek beyaz sulara, beyaz anlamları içten haykırıyoruz.

Biz birliğin tanıklarımız; bilmekten doğanlarla sudan doğanlar, ruhtan doğanlar birleşmiş bir ülküde olmayı hak ediyorlar.

Aralık sonu bize özgürlüğü, hak edişi, korkumuza bile şu anda evet sen bana "evet" diyebilmek için geliyorsun. Bilmeye anlayışa, korkusuzluğa "evet!". 2013 kendiliğinde açılmış bir beyaz sayfa olacak ve üzerine yazdığımız yazı görülmeden Birleşmiş İnsanlık Realitesi olarak anlayacağız.

Her nefeste, uyanışa "evet"...

Ruh ve Madde Yayınları

RUH ve MADDE

Yerel Süreli Yayın

Şirket Adına Sahip ve Sorumlu Müdür
A. Cemal GÜRSOY

Genel Yayın Yönetmeni
Tülin ETYEMEZ SCHIMBERG

Teknik Sorumlu
K. Levent KOSOVA

Çeviri ve Redaksiyon
Can ERTÜR
Yasemin TOKATLI

Grafik Uygulama
Arif Ümit YILMAZ

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 Çiftelahavuzlar Caddesi
Ayvaldıere 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

ARALIK 2012 Sayı: 635 Cilt: 53

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

Ruh ve Madde Yayınları yönetim merkezi:
Hasnun Galip Sokak Pembe Çıkmaçı No: 4 Daire: 6
34433 Beyoğlu İstanbul
Telefon 0212.243 18 14 ve 249 34 45
Faks 0212.252 07 18

Abone adresi değişikliği, haberleşme ve kitap siparişleriniz için info@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 **Ruh Ölür mü?** Dr. Bedri Ruhselman
2. Bölüm
- 9 **Şüphe**
Akış
- 10 **Yaratıcılık ve Fizik** Doç. Dr. Sultan Tarlacı
1. Bölüm
- 16 **“Sevgi” Denen Özgürlük** David Icke
- 22 **Homeopati Tedavisi** Günnur Başar
- 27 **SEMBOL YAZISI**
- 28 **Kendimizle Bağlantı Kurmak** Sandra Ingerman
- 31 **Aşkın Olmanın Anlamı** Gülbin Kınacıgil
2. Bölüm
- 36 **Gevşeme** Maurice Nicoll
- 41 **Satürn-Neptün Üçgeni ve Gerçekleşen Hayallerimiz**
Öner Döşer
- 46 **Birleştiren Bilgi-Uyanış'ta Entegrasyon** A. Cemal Gürsoy
- 48 **Kiloların Rengi** Mark Wentworth
- 50 **NATUREL duyurusu**
- 52 **Şuur ve Psikolojik Beden** Şebnem Geylani
- 54 **İnci'r Çekirdeği-Beynimizdeki Cumhurbaşkanı**
Uzm. Dr. İnci Erkin
- 57 **İnancınızı Koruyun** Edgar Cayce
- 60 **Dinleme** Semra Ordu
- 63 **Etkinlikler**

Ruh Ölü mü?

Dr. Bedri Ruhselman

2. Bölüm

Dünyadan Ayrılmak Üzere Bulunan İnsanın Son Ruhsal Halleri

SENELER, aylar, günler, saatler geçer; nihayet ihtiyar dünyadaki varlığının son dakikasına yaklaşmış olduğunu anlar. Eğer yeterli derecede olgunlaşmış ise onu belirsiz fakat tatlı bir heyecan içinde karşılamaya hazırlanır.

Bu sırada o, kendisinde başka bir halin oluştuğunu hisseder. Zaten o, kendisini dünyaya bağlayan ve özellikle son yıllarında hızla çözülmeye başlayan bağların çoğundan kurtulduğunu hissetmemiş miydi?

Fakat şimdi içinde bulunduğu halin bambaşka özellikleri vardır. Bu hal, onun yepyeni bir gerçeklik ile karşılaşmak üzere bulunmasının ruhunda doğurduğu tepkiden ileri gelmektedir ki bunu tarif etmek mümkün değildir. Çünkü böyle bir halin tezahür imkanlarını saymak ve sınırlamak imkansızdır. Ne kadar insan varsa bunun da o kadar çeşitli şekli vardır denilebilir.

Fakat nasıl bir insan olursa olsun, artık o bu dakikada dünya hayatının eşliğinde bulunmaktadır. Ve bir iki adım daha attıktan sonra gereklilikleri ve kanunları başka diğer bir madde alemine geçecektir. Yıllardan beri Newton'un, Einstein'ın ve diğer bilginlerin fizik dünyasındaki bilinen ve belirli kanunları altında

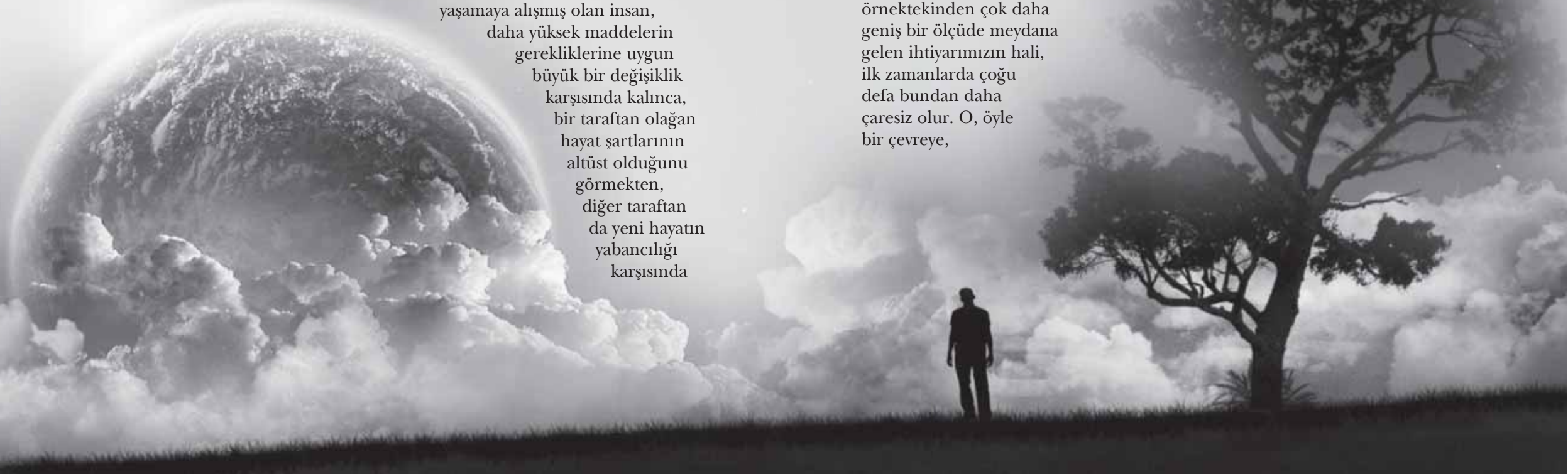
yaşamaya alışmış olan insan,
daha yüksek maddelerin
gerekliliklerine uygun
büyük bir değişiklik
karşısında kalınca,
bir taraftan olağan
hayat şartlarının
altüst olduğunu
görmekten,
diğer taraftan
da yeni hayatın
yabancılığı
karşısında

kalmış olmaktan doğan büyük bir şaşkınlığa düşecektir.

Teknik hayatın girmediği Afrika'nın ortasında doğmuş ve büyümüş bir vahşiyi birdenbire New York'un ortasına koyarsanız ilk anlarda bu insanın ruhsal hallerinde büyük bir karışıklığın meydana geldiğini görürsünüz. O, memleketinde cansız şeylerin kendi kendine yürüdüğünü görmemiştir, kocaman kütlelerin oradan oraya koşuşmaları, onun fizik çevresinin ilkel kanunlarına ve anlayışlarına sığmaz. Havada uçan uçaklar onun gözünde canlı birer canavar halini alır. Dümdüz bir perde üzerinde konuşan, dövüşen insanlar, hayvanlar ve doğanın görülmemiş manzaraları ona mucize gibi görünür. Bir yerine dokunmakla bir tahta kutunun içinden çıkan feryatları o, insanüstü varlıkların sesleri zanneder. Kısaca bütün bunlara alışınca kadar zavallı vahşi tam bir ruhsal karışıklık içinde kalır.

Fakat değiştirdiği gerçeklik aykırılığı yukarıdaki örnektekinden çok daha geniş bir ölçüde meydana gelen ihtiyarımızın hali, ilk zamanlarda çoğu defa bundan daha çaresiz olur. O, öyle bir çevreye,

öyle bir madde dünyasına giriyor ki orada dünya hayatındayken görmeye alıştığı olaylara uygun olmayan sayısız olaylar tufanı vardır. Aslında o çevrede de maddeler ve onları idare eden kanunlar vardır. Fakat bu kanunlarla, bu maddelerle inisiye olmayan insanın, onları doğal görebilmesi, Afrikalı vahşinin New York şehrindeki olayları doğal görebilmesinden daha güç bir iş olur. Çünkü buradaki değişiklikler daha esaslı ve daha inanılmaz bir haldedir. Örneğin, insanın düşündüğü ve istediği bir yere hemen bir ışık veya düşünce hızıyla gidivermesi, yüksek yerlerden aşağı düşmemesi, bütün hareketlerde yerçekiminin iflas etmiş görülmesi, zaman ve mekan kavramının zayıflaması, istenilen şeylerin kendi kendine oluvermesi, maddi engellerin ortadan kalkması,



beş duyunun kaybolup yerine daha kapsamlı genel bir duyunun gelmesi gibi sayısız ve olağan dışı sürprizlerle karşılaşması New York'taki vahşinin karşılaştığı sürprizlerden daha büyüktür.

İşte böyle bir köklü değişim anında ihtiyarımız, son defa ve bir yıldırım hızıyla bazen bütün dünya hayatının bir gösterisini seyredebilir. Bu bir veda gösterisi gibidir. Orada hayatın en ufak ayrıntısı, bütün çıplaklığı ile tekrar canlanır. Otomatik olarak meydana gelen bu rüyet anlamsız bir şey değildir. Belki gelecek hayatındaki yüksek ruhsal faaliyetinin resmi bir açılıştır. Biz bunu kendiliğinden olma bir ekminezi olayı gibi kabul ederiz.

Dünyadan Ayrılış

EĞER insan, öbür alemin gerçekliklerine bir dakikada geçivermiş olsaydı, yukarıda bir kısmını saydığımız değişikliklerden hiç birisine dayanamazdı. Bereket versin ki tabiat olayları tatlı bir seyir takip eder. Ve ilahi kanunlar deneyimi, görgüsü az zavallı bir zenciye göz kamaştırıcı, kocaman bir şehrin ortasına birdenbire atıvermez; bir çocuğu birdenbire ihtiyar yapmadığı gibi bir ihtiyarı da birdenbire yüksek boyutlu alemlere göndermez. Aslında ruh hayatının maddi evrendeki uzun ömrünün sebebi de varılması mukadder olan yüksek basamaklara yavaş yavaş çıkmak zorunluluğudur.

Tabiat kanunları yavaş yavaş birbirine geçen gerçekliklerle yaş ve zaman değişimlerini insanlara nasıl uyguluyorsa, iki büyük alem arasında gerçeklik değişiminde de öylece

yavaş yavaş hareket eder. Belki burada göreceli bir hız fazlalığı varsa da ruhun daha yüksek yeteneklerinin ortaya çıkması karşısında buna katlanmak mümkündür.

İnsan dünyadaki son dakikasını bitirince gözünü hemen bambaşka bir alemde açmayacaktır. Bu geçiş, ruhun ihtiyaç ve dayanma derecesine göre bir takım öznel olayların araya girmesiyle ve az çok insanı öbür aleme alıştırmacı süreçlerin belirsiz bir zaman içinde meydana gelmesiyle düzenlenmiş bulunur. Şu halde her insana göre başka türlü geçiş sahnesi vardır. Diğer bir bakıma göre nesnel olan bu öznel hayat, o kadar sinsi bir halde akıp gider ki insan daha dünyadaki son aylarında ve hatta bazen son yıllarından itibaren bu hayata ilk adımını atmıştır, denilebilir. O, yavaş yavaş öbür aleme hazırlanmak üzere dünyada doğal görmediğimiz birtakım haller içinde kalır. Son dakika gelince bu yürüyüşün

temposunda bir hız oluşur. Fakat bu hız da yine ruhun dayanma yeteneğine göre ayarlanmıştır.

Can çekişme dediğimiz ve yukarıda maddi niteliklerini incelerken korkunç gördüğümüz olay, ruhun dünyaya ait maddi anlayışlarının sona ermekte olduğu ana karşılık gelir. Buradaki ruhsal haller, görünüşte bedende gördüğümüz çarpınma tezahürlerinin bizim üzerimizde bıraktığı izlenimlerden başka türdür. Denilebilir ki ruhsal şaşkınlık hali bu sahnenin eksenini oluşturur. Can çekişme halinin devamı süresince ruh, dünya hayatının algı aracı olan beş duyu organının tutsaklığından kurtulmaya başlamıştır. Fakat bunun yerine henüz kendisinin de anlayamadığı yeni bildirim araçları geçmektedir. Bu sırada ruh sanki iki alemde yaşıyor gibidir. Bir taraftan hüznü ve yaşlı tavırlarıyla etrafındaki dünya kardeşlerini sisli bir atmosfer

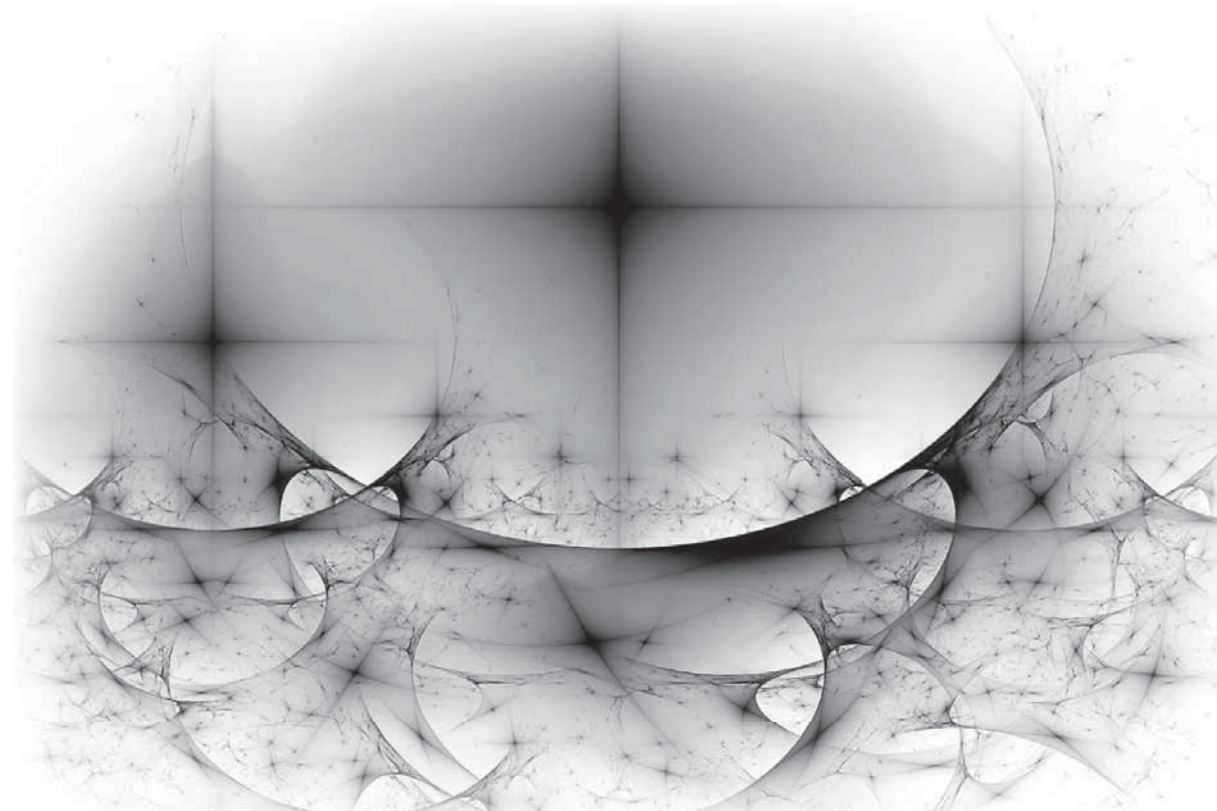
içinde duyarken, diğer taraftan da yeni aleminin karışık rüyetleri karşısında kalır. Fakat bu anda onun için her şey belirsizdir. Ve her şey gittikçe yoğunluğunu artıran sisli bir perdenin arkasında meydana gelir.

Saniyeden saniyeye değişen ve birbirini tutmaz gibi görünen bu olayların ruhta doğurduğu ilk sonuç bir şaşkınlıktır. Fakat bu haller gittikçe artar ve sürprizler birbirini takip etmeye başlar. Onun görüş tarzı esaslı bir değişikliğe maruz kalmıştır. Eşya daha ayrıntılı ve daha kapsamlı görünür. Örneğin o, bir kürenin bütün yüzeyini, zerrelere ve zerrelere her kısmını aynı zamanda görür. Bu küreden çıkan inşaatı da fark eder. Bu inşaatın renk ve şekilleri o kadar canlanır ki onların izlenimi asıl kürenin izlenimini gölgede bırakır. Bütün bunlar ihtiyara yabancı gelir.

Can çekişme maddi bir görünüşüdür. Bu sırada ruh maddeden kısmen kurtulmuş bir haldedir. Ve saniyeden saniyeye ondan daha çok kurtulmaya çalışmaktadır. Artık onun hasta ve aciz bedeni kendi geçici alemine terk edilmelidir. Çünkü bunlar o alemin demirbaş eşyasıdır, oradan dışarı çıkarılamazlar.

Ölüm sırasında ruhun yeni gerçekliklere doğru yükselmeye çalışan hali ile bedeninin ters bir doğrultuda maddi doğasına uygun olarak atalet, bozulmaya ve toprağa dönmesi halini birbirine karıştırmamak gerekir. Doğum olayı ile bu misafirhaneye giren ruhun, ölüm olayıyla asıl vatanına dönmesi gerekir.

Can çekişen insan, maddi bakımdan henüz ölmemiştir. Fakat ruhsal anlayışları bakımından çoktan beri ölmüş bulunmaktadır. Dünya





gerçekliklerinin son sınırını beş duyu organının iflası oranında çoktan aşmış bulunmaktadır.

Maddi ölüm hakikatte değilse bile görünüşte anidir. İnsanın maddi unsurlarından bazıları kalbin ve nefesin durmasından sonra bir süre daha yaşamaya devam etse de kaba anlamda kişinin ölümü olarak kabul ettiğimiz olay birdenbire ve bir anda gerçekleşir. Bir saniye önce sağ olan insan herkesin gözü önünde birdenbire yok olur. Fakat burada böyle birdenbire kaybolan şey nedir? Onu kimse bilmez. Çünkü beden yine aynı beden olarak ortada durmaktadır. İşte gafil insanları ölümden korkutan etkenlerden biri de budur. Fakat ruh, her ne kadar bedenini böyle bir anda terk ediyorsa da ondaki değişimler böyle yıldırım hızıyla olmaktan çok uzaktır. Biraz önce söylendiği gibi o, daha dünya hayatının son anlarında başlamış olduğu derece derece değişimlerine bedenden ayrıldıktan sonra da -belki biraz daha hızlı bir

yürüyüşle- devam eder. Bu sırada onu ele geçiren şey bedenden kurtulmak için meydana gelen mücadelesi değildir. Ve hatta o, hemen hemen bedenden ayrıldığı anı bile her zaman bilemez. Bu sırada kalp ve nefes durmuştur, ceset bir pislik yığını halini almıştır. Ve hatta çukura bile atılmıştır. O, sayısız çürüme etkenlerinin tesirleri altında dağılıp kokmaya başlarken ruh, bu olaylardan habersiz olarak, daha hastalık anlarındayken başlamış olduğu yeni hayatının yolunda parlak ve güzelliğini tekrar kazanmış olan asıl bedeni ile -yani perisprisiyle- sarhoş ve şaşkın bir halde yaşamaya devam eder. □

Dr. Bedri Ruhselman'ın *Ruh ve Kainat* adlı eserinin 1. cildinin 212-218. sayfalarından Türkçeleştiren: Neslihan Kosova.

AKIŞ

Şüphe

Genellikle fiziksel bedenin sıkıştırmasından kaynaklanan bir değmezlik hissi, bir sınırlanma duygusu, "boş yere" hisleri ve ümitsizlik anları vardır. Bununla birlikte fizik aleminizin yapısı içinde de büyük ilerleme kaydedilebilir. Tekrardoğuşun amacı budur.

Fizik beden olduğu sürece
içinizde şüphe taşıyor olacaksınız.
Şüphelenmenizi küçümsemeyin.
İnsanlık halidir o.
Şüphe kalmadığı zaman
insan olma zorunluluğu da kalmaz.

Her adımınızın, şaşmaz bir biçimde
hedefinize giden yolda yönlendirildiğini bilin.
Tali yol olarak düşündüğünüz herhangi bir yol
hiç de tali olmayıp olası tüm yolların en iyisidir.
Ancak şüphe mağaralarının içine girerek
hakikati ve Işığı bulursunuz.

Ruhun evrimsel genişlemesinde,
dev adımlar attığı zamanlarda
büyük güvensizlik anları vardır.
Size bir örnek vereyim.
Seyyar bir merdivenin bir basamağından ötekine
basmak için ayağınızı çektiğinizde
kısa bir an için ayağınızı koyacağınız bir yer yoktur.
Eğer bütün dikkatinizi
boşluktaki o tabana verir de
gerçekliğinizi onunla bir tutarsanız
tam bir dehşete düşersiniz.
Merdivenin iki tarafını tutan elleri
ve alt basamağa sınıksız basan ayağı görmezsiniz. □

Kaynak: Pat Rodegast ve Judith Stanton'un Meta Yayınlarından çıkan *Emmanuel'in Kitabı* adlı eserden alınmıştır.

OTUZ YAŞLARINDA YARATICI KUANTUM FİZİKÇİLERİ ARANIYOR!

Yaratıcılık ve Fizik

Doç. Dr. Sultan Tarlacı

1. Bölüm

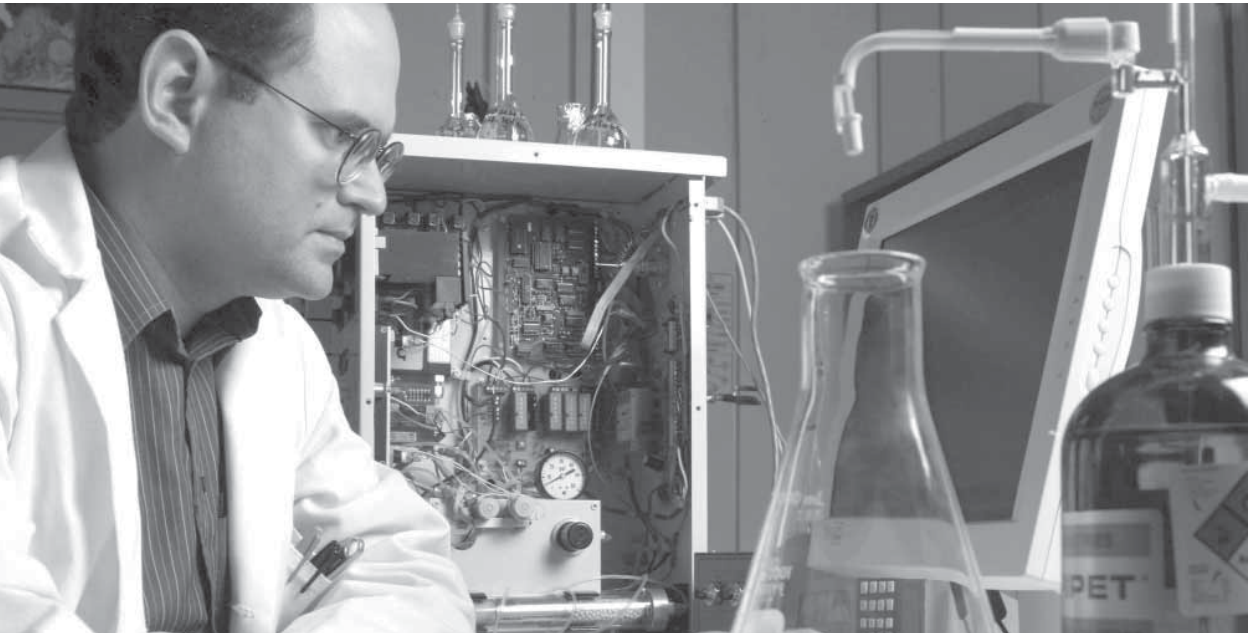
DEHA, YETENEK, Tanrı vergisi yaratıcılık deyimleri genellikle eşanlamlı olarak kullanılır. *Yaratıcı düşünce*, önceden kestirilemeyen veya birey için yeni, orijinal, hünerli, zekice ve nadir çıkarımların ortaya konması manasında kullandığımız bir nitelemedir. *Yaratıcı kişi*, *birey*; yeni alanları araştıran, yeni gözlemler yapan, yeni kestirmelerde bulunan ve yeni çıkarımlar yapan kişidir.

Psikolog Mihaley Csikzentmihaliyi, yaratıcılığı şöyle tanımlar:

Kültürü belli bir açıdan değiştiren türde yaratıcılık asla tek bir kişinin zihninde gerçekleşmez... Bir etki yapabilmesi için, fikir başkalarının anlayabileceği şekilde ifade edilebilmeli, o disiplindeki uzmanların genel kabülünü kazanmalı ve en sonunda da ait olduğu kültürel alanın içeriğine dahil edilmelidir.

Yaratıcılığın temel bileşenlerinden biri bireysel “özgürlük”tür. Yeni ilişkiler, yeni bakış açıları ve yeni betimleme yolları sezmeyi içerir. İkinci bileşeni “fayda”, yani işe yararlılıktır. Faydası başkalarında yeni duygular uyandırması ve esin yaratmasıdır. Yaratıcılığın son bileşeni ise, sonuçta bir çeşit “ürün” ortaya koymasıdır. Yani yaratıcılık bir şeyin yaratılmasını gerektirir.¹ Yaratıcı kişi, sanata, bilime, felsefeye, fiziğe ve matematiğe benzersiz katkıda bulunan kişidir. Katkı meydana gelmezse ölçülebilir ve bilinebilir bir yaratıcılıktan da söz edilemez.

¹ Nancy A. *The Creating Brain*. The Neuroscience of Genius.



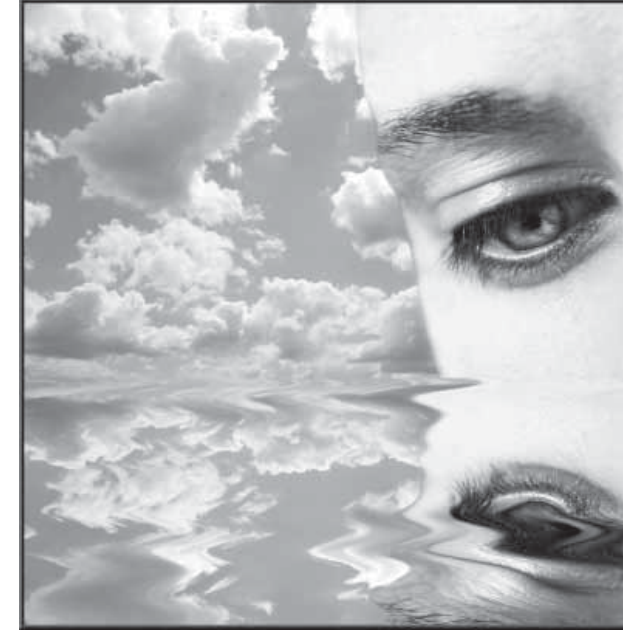
Bir grup ya da bireyde yaratıcılığın ortaya çıkması için; 1. Özgürlük, yenilik ve sınırdan olma hissi, 2. Yaratıcı bir toplulukla iletişim, 3. Özgür ve adil bir rekabet ortamı, 4. Ustalar ve hamiler, 5. Ekonomik refahın olması gerekir. Ustalar ve hamilerin olması çok önemlidir. Çünkü “öğrencilerinin kendisini aşamadığı bir öğretmen kötü bir öğretmendir.”²

Yaratıcılık bireyle başlar. Birey bir sorunu ele alır ya da bir soru sorar, yeni bir kavramsallaştırma yolu, bir başka yeni görüş arayışına girer. Bu yaratıcı bireyler zeki olmalıdırlar ancak aşırı zeki olmaları gerekmez. Yaratıcı kişilik özellikleri; deneyime ve maceraya açık olma, asilik, bireysellik, duyarlılık, oyunculuk, ısrarcılık, merak ve sadeliktir. Yaratıcı bireyler dünyaya ön yargısız ve özgün bir şekilde bakma eğilimindedirler.

Yeni deneyimlere açık olma ve başkalarının göremediği şeyleri görebilme yeteneği yaratıcı bireylerin temel özelliğidir. Onlar etrafa bakarken gelenekçiliğin at gözlüklerini takmazlar. Deneyim ve maceraya açık olmanın en yakın dostu belirsizliklere tahammül edebilmektir. Yaratıcı bireyler, siyah-beyaz dünyanın mutlaklığına bağımlı değildirlere ve grinin tonlarını da aynı oranda sever ve dikkate alırlar. Yanıtlanmamış sorularla uğraşmak ve bulanık sularda dolaşmak rutin işleri yapmaya göre onlara daha çok zevk verir.

Yaratıcı kişiler maceraperesttirler. Keşfetmeyi severler. Dışarıdan dayatılan kuralları sevmezler. Kendi içlerinden gelen itici güce ses verirler. Algılama ve bilgiye dair açık ve belirgin

² Arık AI. *Yaratıcılık*. Kültür ve Turizm Bakanlığı yay., Ankara, 1987.



standartların yokluğu kimlik ve benlik sınırlarında bulanıklık yaratabilir. Bu da bazı psikiyatrik hastalıklara ve aynı zamanda mistik alanlara kaymalarına eğilim oluşturabilir. Fazlasıyla özgün birisi, başkaları tarafından garip olarak algılanabilir.

İsrarcı olabilmeleri en önemli özelliklerinden biridir. Çünkü yaratıcı kişiler sınırları zorlama ve yepyeni bir bakış açısına eğilimleri nedeni ile sürekli olarak reddedilme ile karşı karşıya kalırlar. Fizikçiler ve diğer yaratıcı insanların hepsi ya araştırmalarının basılmaması ya da projelerinin finanse edilmemesi, nedeniyle, kabul görmemeyi yaşamak zorunda kalmışlardır.

Yaratıcılık için, genellikle ortalamanın biraz üzerinde zeka düzeyi gerekli olmakla birlikte, bir kritik düzey üzerinde, zeka ile gerçek yaratıcılık arasındaki ilişki yaklaşık sıfırdır. Bir çok yaratıcı kişi, göz alıcı derecede yüksek zeka puanlarına sahip



değildirler.
Yaratıcılık

akılcı ve
mantıklı bir
süreç değildir.

Yaratıcı düşünce çoğu
zaman belli olmayan bir

kaynaktan, bir anda, sezgi ile ortaya çıkar. Yaratıcı kişiler, Heisenberg'in belirsizlik ilkesinde savunduğu, "Deneyin dışında kalabilen objektif gözlemci yoktur," fikrine rağmen iyi bir gözlemcidirler. İçeriden dolayı, başkaları onların kimi zaman uzak, soğuk ve hatta duygusuz olduklarını düşünebilirler.

Albert Einstein (1879-1955) ve Henri Poincaré (1854-1912) kendi yaratıcılık süreçlerini birçok kez anlatmışlardır. Bu dâhilerin her ikisi de, yaptıkları keşiflerin birdenbire ortaya çıktığını vurgulamışlardır. Poincaré, sezgiciliği (aydınlanma) yaratıcılığın dört evresinden biri olarak kabul eder. Yaratıcılık sırasıyla işleme, kuluçka evresi, aydınlanma ve açıklama şeklinde yol alır. *İçselleştirme*, kişinin bilinçli bir şekilde problemin

verilerini hazmetmesidir. Daha sonraki *kuluçka* evresinde kişinin daha önce bilinçli olarak içlediği veriler, bilinçsiz düzeyde kendi yollarını izlerken, kişi bilinçsiz olarak problemden uzaklaşır. *Aydınlanma* ise en önemli olanıdır. Bu evrede problemin çözümü umulmayan bir şekilde ortaya çıkar. *Son evre ise* bilinçli olarak, aniden ortaya çıkan bu çözümü doğrulama ve açıklama evresidir. Birden çözümlenme aşlında bilginin uzun süre bilinçsiz olarak işlenmesinin bir sonucudur. Poincaré'nin dediği gibi, kısaca "Mantığımızla kanıtıyoruz, sezgilerimizle icat ediyoruz. Geometri yapmak için salt mantıktan daha fazla şeye ihtiyaç vardır."³

Kişilik ve Sinir İleticileri

KİŞİLİK özelliklerimiz, belli oranda bizim genetik yapımızdan, daha önceki deneyimlerimizden ve davranışsal yanıtı oluşturduğumuz esnadaki beklentilerimizden kaynaklanır. İnsanda kişiliğin iki temel bileşeni vardır: mizaç ve karakter. Mizaç, genetik olarak belirlenen ve algılara bağlı huy ve becerileri, karakter ise kavramlar temelindeki amaçlar ve değerlerdeki bireysel farklılıkları ifade eder. Mizaç daha çok genetik geçişle ilgili iken, karakter bileşenlerimiz kültürel yapı ile daha fazla ilişkilidir. Yine mizaç erken çocukluk çağı dönemi ile ilişkiliyken, karakter, yaşla birlikte olgunlaşır.

Günümüzde karakter ve mizaç ölçülebilen testler geliştirilmiştir. Cloninger, yedi faktörlü bir kişilik

³ Poulantzas A. *Comment Present les Génies*. Science & Vie, Şubat 2001.

modeli ortaya koymuştur (1994). Bu model dört mizaç ve üç karakter boyutundan oluşur.⁴ Mizaç bileşenleri; yenilik arayışı, zarardan kaçınma, ödül bağımlılığı ve sebat etme olmak üzere dört elemandan oluşur. Karakter bileşenleri ise kendini yönetme, işbirliği yapma ve kendini aşma olmak üzere üç tiptedir.

Yenilik arayan (novelty seeking) kişilik tipi, keşfetmeye genetik bir yatkınlık, sık araştırmacı aktivite, dürtüsel karar verme, ödül alma olasılığı belirlediğinde aşırılık ve taşkınlık, çabuk-kolay sinirlenme ve engellenmeden aktif kaçınma gibi özellikleri kapsar. *Zarardan kaçınan* kişilikte davranışın önlenmesi ya da durdurulmasına dair kalıtsal bir eğilim vardır. Karamsar bir endişeli hal, belirsizlik korkusu, yabancılardan çekinme ve çabuk yorulma gibi pasif kaçınma davranışları gösterir. *Ödül bağımlı* kişilikte, önceki ödüllendirmelerle veya cezadan kurtulmayla öğrenilen bir davranışın devamlı ortaya çıkmasıdır. Ödüle bağımlı kişilik, duygusallık, sosyal bağlanma, başkalarının onayına bağımlılık ile kendini gösteren bir kişilik tipidir. *Sebat etme/ısrarcılıkta* ise, ödül olmadığı halde davranışın sönmesine karşı direnç sergilenir.

Beyindeki işlevsel durumu gösteren çalışmalar yenilik arama kişiliği ile dopaminin düzeyi arasında ilişki bulunmuştur. Diğer yandan, zarardan kaçınan kişilikte yüksek serotonerjik aktivite varken, ödüle bağımlı kişilik beyinde noradrenalin artışı ile ilişkilidir. Sebat eden/ısrarcı kişiliği

⁴ Nancy Stern. Age and Achievement in Mathematics: A Case-Study in the Sociology of Science. *Social Studies of Science*. Vol. 8, No. 1, Theme Issue: Sociology of Mathematics (Şubat 1978), s. 127-140

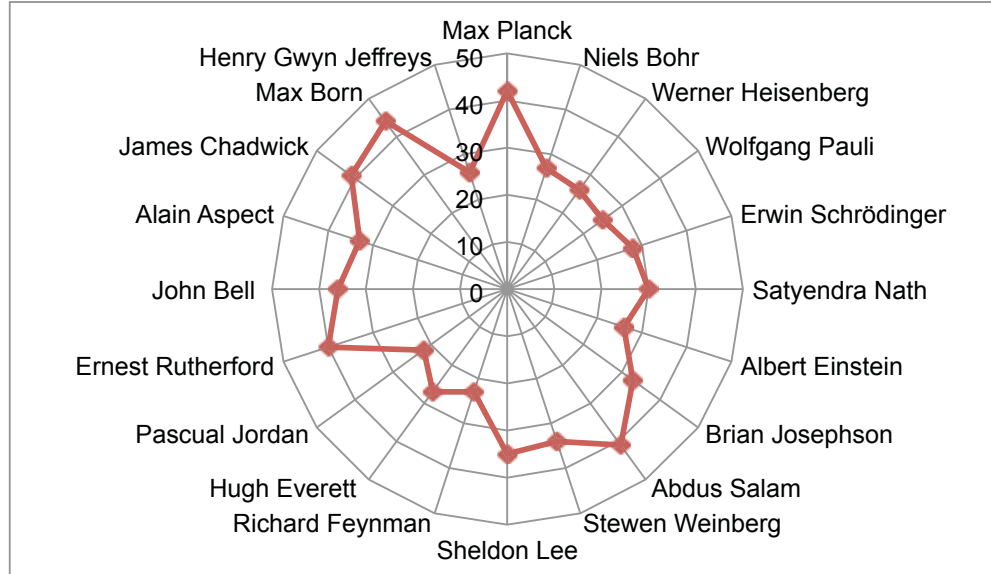
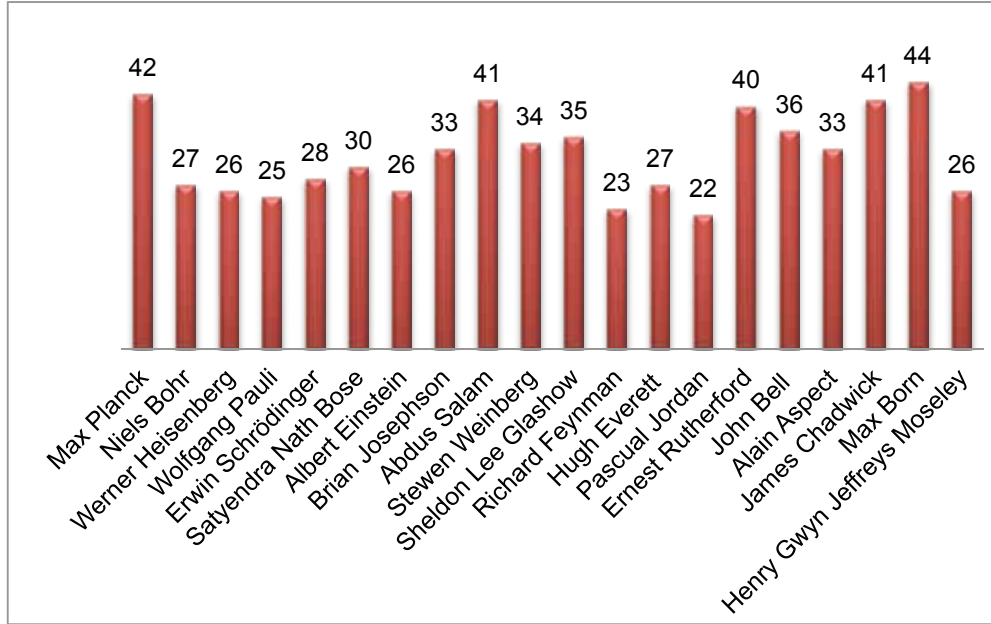
olanların beyinde ise glutamat artışı tespit edilmiştir.⁵ Bu sinir ileticilerinin beyinde dağılım oranına ve karşılıklı dengesine bağlı olarak dışa yansıyan kişilik özelliklerimiz çeşitlenir. Her birimiz farklı bir kişilikli insan oluruz ama ancak bazılarımız "yaratıcı kişilikli" olur.

Yaş, Yaratıcılık ve Dopamin

YAŞ, YARATICILIK açısından diğer önemli bir faktördür. Matematikçilerin çoğunluğu en önemli keşiflerini 20-30 yaşları arasında ortaya koymuşlardır.⁵ Elli yaşından sonra matematiksel keşif yapan birisi yoktur ya da istisnadır. Benzer bir durum, yaptığımız basit bir değerlendirme ile fizikçilerde de göze çarpmaktadır (**Tablo 1**). Yaratıcılık kişilik özellikleriyle ilgili olsa da motivasyonu sağlayan, ısrarcılığı ve ilgilenilen konu üzerine odaklanmayı sağlayan sinir iletili sistemler arasındaki denge yaratıcılık yaşına katkıda bulunur. Bu denge yaşla sürekli bir değişim içindedir.

Dopamin artışının bazı psikiyatrik hastalıklar ve psikoz ile yakından ilişkili olması gibi, yaratıcı düşünce ile de bağlantısı vardır. Psikoz geleneksel olarak dopamine bağlanmıştır. Kabul edilen dopamin hipotezine göre psikoz, beyindeki dopamin nöronlarının belli bölgelerde (*mezolimbik yollarda*) aşırı etkinliği nedeniyle oluşmaktadır. Bu hipotezi destekleyen iki önemli kanıtın biri kaynak dopamin engelleyici

⁵ Cloninger CR, Svrakic DM, Przybeck TR. A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry* 1993; 50:975-990



Grafik. Ünlü kuantum fizikçilerinin keşif yaptıkları ya da önemli bir dönüşüm öne sürdükleri yaşlarının veya yaratıcılıklarının en üst noktasında olduklarında yaşlarının farklı bir gösterimi.

ilaçların (antipsikotiklerin) psikiyatrik semptomları azaltması ve dopamin etkinliğini arttıran ilaçların (amfetamin ve kokain gibi) bazı insanlarda psikoza tetiklemesidir.

Yaşla birlikte sinir ileticilerinin

yoğunluk ve işlevlerinde genelde azalma ortaya çıkar. Bu nedenle yaşla birlikte azalan sadece beyin hücre sayısı değildir. Yaşla beraber presinaptik ve post sinaptik değişiklikler de ortaya çıkar. Presinaptik olarak sinir ileticisi

Fizikçi	Önemli Keşfi	Keşif Yılı	Keşif Yaşı
Max Planck	Planck sabiti	1900	42
Niels Bohr	Bohr Atom modeli	1913	27
Werner Heisenberg	Belirsizlik İlkesi	1927	26
Wolfgang Pauli	Pauli dışarlama	1925	25
Erwin Schrödinger	Dalga denklemi	1926	28
Satyendra Nath Bose	Bose-Einstein Yoğunlaşması	1924	30
Albert Einstein	Foton	1905	26
Brian Josephson	Josephson Eklemleri	1972	33
Abdus Salam	Elektrozayıf Etkileşim	1967	41
Stewen Weinberg	Elektrozayıf Etkileşim	1967	34
Sheldon Lee Glashow	Elektrozayıf Etkileşim	1967	35
Richard Feynman	Diyagramlar	1941	23
Hugh Everett	Çoklu dünyalar yorumu	1957	27
Pascual Jordan	Kuantum Alan teorisi	1929	22
Ernest Rutherford	Çekirdekli Atom Modeli	1909	40
John Bell	Bell eşitsizliği	1964	36
Alain Aspect	Dolaşıklık	1980	33
James Chadwick	Nötron keşfi	1932	41
Max Born	Olasılık yoğunluğu	1926	44
Henry Moseley	Atomik sayılar ve x-ray enerjileri	1913	26
Ortalama yaş, n=20			31,9

Tablo 1. Ünlü kuantum fizikçilerinin keşif yaptıkları ya da önemli bir dönüşüm öne sürdükleri yıllar ve yaşları. Tablodaki sıralama isim veya tarih sırasına göre değildir. Birden fazla yaratıcı ürünleri olanların ilk ürettiği yaşları alınmıştır. Ortalama yaş değerleri, bu tabloda, n=20 fizikçi için, ortalama 31,9 yaş, yaş sınırları 22-44 yıl olarak bulunmuştur. Yaşı keşif yılından çıkardığımızda doğum tarihlerini elde edebilirsiniz.

sentezi, depolanması, salınımı ve sinir ileticisi geri alımı değişir. Post sinaptik değişiklik olarak sinir ileticilerinin bağlandığı reseptörlerde ve ikincil haberci sistemlerde değişiklikler ortaya çıkar. Örneğin, yirmi yaşından sonra beyinde her 10 yılda bir dopamin D1, D2 ve D3 reseptörlerinde yaklaşık %6 oranında bir azalma oluşur.⁶⁻⁷ Bu azalma zincirleme bir etki şeklinde,

sinir ileticisinden bilişsel işlevlere doğru etki eder. Azalma sadece dopaminle sınırlı değildir ve serotonin de dahil tüm sinir ileticilerinde azalma göze çarpar.⁸

(Devam Edecek)

6 Wang, Y., Chan, G.L.Y., Holden, J.E., Dobko, T., Mak, E., Schulzer, M., Huser, J.M., Snow, B.J., & Ruth, T.J. (1998). Age-Dependent Decline of Dopamine D1 Receptors in Human Brain: A PET Study. *Science*, 30; 56-61.

7 *Brain Neurotransmitters and Receptors in Aging and Age-Related Disorders*. Edited By S. J. Enna, T. Samorajski and B. Beer. Raven Press: New York. 1981.

8 Wong, D.F., Wanger, H.N., Dannals, R.F., Links, J.M., Frost, J.J., Ravary, H.T., Wilson, A.A., Rosenbaum, A.E., Gjedde, A., Douglass, K.H., Petronis, J.D., Folstein, M.F., Toung, J.K.T., Burns, H.D., Kuhnar, M.J. (1984). Effects of age on dopamine and serotonin receptors measured by positron tomography in the living human brain. *Science*, 266; 1393-1396.

GERÇEK'İN
TİTREŞİMLERİ...

“Sevgi” Denen Özgürlük...

David Icke



HEPİMİZ ancak kendimize saygı duyup, kendimizi seversek gerçekten özgür oluruz, ancak ne yazık ki insanlık, kolektif olarak da, bireysel olarak da bunu yapmakta çok zorlanıyor. Sonuç olarak dünyaya kendimizi sevmemeyi, kendimizden nefret etmeyi, yani bu spiritüel kanseri aksettiriyoruz; içimizdeki hengame dışa dönüyor, sonucu da her gün haber bültenlerinde izliyoruz. Karşılaştığım en hırçın insanlar kendilerinden nefret eden, kendine sevgisi ve saygısı olmayan kişiler.

Düşüncelerimiz ve davranışlarımız değişirse, dünyadaki hayat da değişir. Kendimizi iyileştirirsek, dünyayı da iyileştiririz. “Zihinlerimizi hapsedmiş olanlar” bunun iyice farkındalar. Dışarıdaki kaosu sürdürebilmek için, biz insanların içimizdeki kaosu ve çatışmaları kıskırtmaları gerektiğini çok iyi biliyorlar çünkü o zaman içimizdeki düşünce dalgalarımızı, enerjimizi, içimizdeki hastalığı ve uyumsuzluğu, dünyanın enerji alanına yansıtıp, dışsal, gezegen düzeyinde bir hastalık ve uyumsuzluk yaratacağımız ve bu da içinde tutulduğumuz titreşim/frekans hapisanesini ayakta tutacak.

Binlerce yıl boyunca, korku, suçluluk ve “değersiz bir kul olma” duygusu yaratmak üzere dogmatik din kullanıldı. Bu da insanların, kendilerini güvende hissetmedikleri için, düşünme haklarını din adamlarına vermelerini sağladı, çünkü kendi kararlarını kendilerinin vermeleri için sonsuz bir yeteneğe ve hakka sahip olduklarını anlayamayacak kadar büyük bir güvensizlik içerisindediler. Bilim nedeniyle dinin gücü azalınca; bilim, politika ve ekonomi dinin, bilim adamları, politikacılar ve ekonomistler de din adamlarının yerini aldı. Neticede hep sonsuz potansiyelimizi inkar etmek üzere koşullandırıyoruz. Sanki doğuştan “günahkar”ız! Açıkçası, “insan kitleleri”, “sıradan insanlar” veya “sokaktaki adam” tabirlerini işittikçe veya politikacılar halkı “bizim insanımız” şeklinde ifade ettikçe sinir oluyorum, sanki biz, onların yüksek akıllarıyla himaye etmeleri gereken çocuklarımız gibi!

“Sıradan insan” diye bir şey yok! Sadece Yaratıcı’nın, tek bilincin, muhteşem yansımaları var! Her bir yansıma özel ve yaratıcı tarafından sonsuz bir sevgiyle sevilir! Her bir yansıma/ruh/öz, deneyim yoluyla bir gelişim yolculuğuna çıkıyor ve istediği her şey olma, istediği her şeyi yapma potansiyeline sahip! Uyanma ve programlanmadan kurtulma işlemimiz ancak; korku, suçluluk ve değersiz olma duygusundan kurtulduğumuz zaman devreye girecektir.

Her bir saniye, çevremizi saran evrenden ve kendi bilinç seviyelerimizden enerji alıyoruz. Bunlar içgüdüsel enerjiler. Bu akış ve bağlantı karın boşluğunun altındaki “Kök Şakra” denilen girdap noktasından girip, diğer enerji noktalarına geçiyor. Bu akış güçlü ve uyumlu olduğu zaman içsel potansiyelimiz çok güçlü oluyor, ama bu sadece kendimiz ile barışık isek söz konusu olabiliyor.

Korku, suçluluk ve alınma da birer kavram, ama aynı zamanda birer enerji. Bu derinlere yerleşik, uzun süre tutulan duygular, bizi yiyip bitiren karanlık düğümler gibi. Eğer bunlarla yüzleşip salıvermezsek, kanser veya kalp rahatsızlıkları gibi hastalıkların baş nedeni oluyor, içimizden geçen enerji akışını bloke ediyor. Sembolik olarak bu engelleri, blokları, akmakta olan bir nehirdeki baraj veya büyük kayalara benzetebiliriz. Bunlar nehirde anafolar ve girdaplar oluştururlar. Aynı şekilde zihnimiz hapseden titreşimsel hapisane de büyük bir

negatif enerji düğümü olarak, bedenimize evrenden gelen enerji akışını bloke ediyor. Kendimizi değersiz görürsek, korku ve suçluluk hissederseniz, bu bizim kendi öz benliğimizle olan bağlantımızdan koparır. Spiritüel açıdan korku ve suçluluk duymamıza neden olan unsurlara bakacak olursanız ne kadar saçma olduğunu anlarsınız. Bu duygularla, sadece nesillerden beri üzerimizde uygulanan bir programa kilitleniyoruz.

Korku/Endişe

İNSANOĞLUNUN en alt çizgisine bir bakacak olursak, bizden çekip alınamayacak bir tek şey var. Her şeyin kaynağı/Tanrı/Sonsuz Sevgi/Sonsuz Enerji adına ne dersanız, hepimizi eşit derecede ebediyen seviyor. Bu karmakarışık titreşimlerden kurtulup, yüksek benliğimize ulaşırsak, bu olağanüstü sevgiyi hissetmeye ve onu fiziksel dünyamıza taşımaya başlarız. O muhteşem sevgi ile bağlantı kurarsanız, onu hissetmeye başlarsınız. O yargısız, hükümsüz, koşulsuz “sevgi”dir. Korkacak hiçbir şey yok, çünkü yargısız koşulsuz bu sevgide, korku ya da suçluluk duygusu yoktur. Korku, kendi yarattığımız bir olgudur. Kalbimizin ve zihnimizin gücüyle bu korkuyu yaratmış olduğumuz gibi, yok edebiliriz de. Korkmamak, bilinçsiz olmak demek değildir. “Yaşamak için korkmak lazımdır, çünkü yoldan geçmekte olan bir arabanın önüne yürümek veya aslanın kafesine

girmek korku olmazsa sağlanamaz,” sözü yanlış. Korku ve bilinçli olmak aynı şeyler değildir. Bir şeyin sonuçlarını bilip bundan kaçınmak için korkmak gerekmez. Aslında korku, hoş olmayan olayların nedenidir, onlardan korunmak değildir.

İki ülkeye birbiri hakkında saldırgan niyet içersine soğanlar politikacılarıdır. Her iki ülke de, karşısındakinin kendisi için olumsuz planlarının olduğunu düşünerek korkar ve *o beni yok etmeden ben onu yok edeyim*, düşüncesiyle karşı tarafa saldırır. Savaş genellikle korkunun, fiziksel bir tezahürüdür. Savaştan koruyucu sevgi ise, güven ve saygının tam karşıtıdır. Kendimizi korkularımızdan arındırırsak, dünyanın da korkudan arınmasına katkımız olur. Korkuyu dünyadan kaldırmak savaşları, anarşiyi ve bütün diğer uyumsuzlukları da ortadan kaldırır. Bir kez daha belirteyim, hepsi bizden başlar.

Korku, kendine değer vermeme ve kendine saygı duymamak ile bağlantılıdır. Dışarıdan bakıldığı zaman, iyi görünüyor olmanın teyit edilmesi demektir. Birçok kişinin topluluk önünde konuşmaktan kaçınmasının nedeni korkudur. Bunun nedeni, izleyicilerin hakkında ne düşünecekleri endişesidir.

Kişiler karşısındaki izleyicilere bakıp, söylediklerinin ve yaptıklarının doğru olduğunun onaylandığını görmek isterler. İzleyicilerin kendilerine itiraz etmelerinden veya kendilerini aptal bulmalarından korkarlar. Konuşmacıyı boş bir salona koyun, güvendiği aile üyeleri veya dostlarıyla doldurun, hepsi görüşlerini rahat rahat paylaşırlar. Belirsiz bir izleyici/dinleyici önüne koyun,

görüşlerini belirtmekten çekinirler.

İnsanlarla bağlantı kurup onların gerçek yapısını anlarsak onlar için doğru kişi oluruz. Oysa insanların sizin hakkınızda ne düşündüğü, ya da söyledikleri önemli değildir. Herkesin duymak istediği şey farklıdır; önemli olan kişinin yaptığı şeyin doğruluğuna inanmasıdır. Tabi ki bütün her türlü bilgiyi dinlemeye ihtiyacımız var, ancak içimizden yüksek benliğimizden kopup gelen içgüdüyü izlersek izleyicinin bizim hakkımızda ne düşüneceği korkusu veya endişesi duymayız çünkü onların da kabul veya itiraz etmeye hakları olduğunu düşünürüz. Bu karşılıklı saygıdır. Önemli olan sizin kendinizi bilmenizdir. Bilgiyi bastırmanın en etkin yolu herhalde statükoya karşı olanların yaşadıkları korkudur. Hele şimdilerde insanlar konuşmak bir yana, düşündüklerini bile söyleyemez hale geldiler. Artık bunun sona ermesi lazım.

Çok kişi benim güvenliğimden endişe ediyor çünkü “güç”lere karşı konuşuyorum, düşüncelerim basına yansıyor, konferanslar veriyorum. İçtenlikle söylüyorum, hiç korkmuyorum. Bir şeyin doğru olduğuna inanıyorsam, seyirci veya dinleyici kitlelerine ulaşmamı engelleyecek bir şey olmaması için dikkat ediyorum, ama bir şeyin doğru olduğuna içtenlikle inanıyor ve iletişim kurmak istiyorsam, sonuçlarından korkmuyorum. Öncelikle kelimelerle anlatamayacağım bir şekilde korunduğumu hissediyorum, ama en kötü ne olabilir? Ebedi varlığım bu fiziksel kabuğu terk eder, farklı bir gerçeklik dalgasına, başka bir boyuta geçer. Bunun da hiç kötü bir şey olmadığını görüyorum. Yıllarca

İngiltere’de alay konusu olduğum zamanlar çok kötü günler yaşamış olduğum için, bundan daha kötü bir şey olacağına inanmıyorum. Yolda yürürken insanların beni birbirlerine gösterip işaret etmeleri, bağırmaları, alay etmeleri, benim gerçekte ne düşünce içinde olduğumu değil, sadece basının verdiği bilgiyi, sorgusuz sualsiz kabul ettiklerini gösteriyordu. Bu tür deneyimler, bana insanların her şeye ne kadar kolaylıkla inandıklarını gösteriyor. Başkaları senin hakkında kötü düşünürlerse ne olur? İnsanların fikirleri sürekli olarak değişebilir. Bunda korkacak ne var?

Suçluluk

BAZEN seminerlerde “suçluluk” duygusundan söz ettiğim zaman, bazı çok değerli muhteşem insanların, nasıl bir suçluluk duygusu içinde olduklarını görmek beni son derece üzüyor. Şahane insanlar, sırf suçluluk duygusu nedeniyle kendi hayatlarını cehenneme çeviriyorlar. Oysa suçluluk duygusu da korku gibi insanları kontrol altında tutmak için kullanılan bir kavram, ama analiz edecek olursanız bunların, nesilden nesile geçmekte olan, programlanmış değerler olduklarını görürsünüz. Dünyanın dört bir yanında Roman Katolik rahipler var ve bunlar cinsel isteklerini bastırmak için kendileriyle savaş halindedir. Oysa son derece doğal olan bu duygular, zavallıların bütün günlerini suçluluk duygusu ile geçirmelerine neden oluyor. Neden? Çünkü nereden aklına geldiyse, 1074 yılında Papa’nın birisi çıkıp rahiplerin bakir olmaları gerektiğine karar vermiş!

Cinsel ilişkiler herhalde suçluluk duygusu yaratmak açısından kullanılabilir sayısız aracı olan bir kavram. Örneğin magazin basını, zengin ve ünlülerin ahlakını yargılama haberleri olmasa, derginin sayfalarını nasıl dolduracak? Bu yargılamalarla nice insanın hayatı söndü. Üstelik bu yargılamaları yapanlar da, aslında kendilerinde olup olmadığı tartışılan “ahlak”ın bekçiliğini yapan medyacılar. Peki, bu ahlakın yargılanma dürtüsü nereden geliyor? Binlerce yıl öncesinden. Peki, buna kim karar vermiş?

İlişkileri çevreleyen kelime ve klişelerin arkasına bakarsanız, orada hiç sevgi göremezsiniz. Orada bir çeşit sahiplenme duygusu vardır. *Seni seviyorum, o halde sana sahibim...* Bu da ne demek? Peki, gerçek sevgi nedir, biliyor muyuz? O kadar sonsuz bir sevgidir ki, yargısız koşulsuz, sahiplenmeyen bir sevgi yoğunluğudur. Kimseye sahip olamayız. Acaba, kaç kişi karşısındakinin gerçekten seviyor? Burada bizi sevdiği için *partnerimize saygı duymayalım* demiyorum, tabi ki seveceğiz de sayacağız da, ama sözünü etmek istediğim ikili ilişkilerde çekilen acılar ve üzüntüler, genellikle programlanmış olmaktan kaynaklanıyor. Toplum, yüzlerce yıldan beri, neyi doğru neyi yanlış olarak algılayacağına tam olarak programlanmış durumda. Bakar mısınız, bir tarafta cinsellik kirli ve günahkar yapan bir unsur sayılıyor, diğer yanda medya yoluyla da alabildiğine teşvik gören fiziksel isteklerin kaynağı oluyor. Kısaca fiziksel aşk/cinsellik ile spiritüel/manevi aşk arasında bir bölünme

oluşturulmuş. Spiritüel aşk/manevi sevgi, manevi enerjinin bir patlaması oluyor.

Fiziksel deneyimimizi, düşündüklerimiz ve hissettiklerimizle kendimiz yaratırız çünkü aklımız ve duygularımız, nasıl düşündüğümüze ve nasıl hissettiğimize bağlı olarak farklı frekanslarda dalgalar yayar. Bu sadece farkında olduğumuz bilinç için geçerlidir. Ancak bilinçaltımızda o kadar çok bastırılmış düşünce, davranış veya duygu vardır ki, bunlarla uğraşmak istemeyiz. Örneğin, çocukluğundan kalan bir öfkeyi bilinçaltında tutan bir yetişkin, farkında olmadan, hala o öfke dalgasını yayıyordu. Bu da, titreşim çekimi kanununa göre, bilinçli veya bilinçaltından öfkesi olanların öfkesini çeker. Dışarı ne verirsek, içeri onu çekeriz.

Bu titreşim karışımında; bilinçli düşüncelerimiz, duygularımız, doğuma bağlı astrolojik özellikler vardır. Doğduğumuz zaman, dünyaya geldiğimiz yer ve zamanda yeryüzünün enerji özelliğini alırız. Bu özellik, o anda hangi gezegenin dünyayı etkilediğine bağlıdır. Her dakika enerji alanı değişir, dolayısıyla nerede ve ne zaman doğduysak, hayatımız için en uygun olan enerji özelliğini alırız. İnteraktif titreşimler, kendi gönderdiğimiz enerjiyi bize gönderir. Eğer bir kurban olduğumuzu, hayatımızı kontrol edemediğimizi düşünüyorsak, o frekansta rezonans eden kişilerle senkronize oluruz. O zaman talihsiz, güçsüz ve zavallı bir “dünya hayatı”mız olur. En güzel şeylerin hep başkalarına olduğunu düşünürüz, zaten olur da. Ama bize olmaz, çünkü dünyadaki güzel şeyleri içeren enerjiye

bağlanmamışızdır. Hiçbir zaman yeterli paranızın olmayacağını düşünürseniz olmaz. Para bir enerjidir ve enerjiyi çekmek isterseniz, onu çekecek bir titreşim yaymanız gerekir.

Korku, mutlaka korktuğunuz şeyi size geri getirir. Parasız kalmak korkusu, parasız kalacağınız ortamı getirir. Hayatınız için kimseyi suçlamayın. Ya kendi düşüncelerinizle veya hislerinizle yaratmışsınızdır, ya da aile, gelenek, din, medya, politika, doktor, öğretmen vs. ile manipüle olmuşsunuzdur.

Saygı

SAYGI, sevgi ile birlikte, herhangi dengeli bir toplumdaki “kendinden dengeli” bir mekanizmadır. Dengesiz bir toplum, saygısızlığı engellemek için, “şunu yapacaksın” bunu yapmayacaksın” şeklinde sayısız kural ve düzenlemeler oluşturur. Yeryüzüne saygı duyuyorsanız, çevreyi kirletmemek veya zarar vermemek için kanunlara veya devletin bekçilerine ihtiyacınız olmaz. Hayata saygınız varsa, sizin gibi birer canlı olan hayvanlara da zarar vermezsiniz. Başka insanlara saygınız varsa, eğer kimseye zararları yoksa, kişilerin hayatlarını nasıl yaşamak istiyorlarsa, o şekilde yaşamalarına karışmazsınız. Bizim anladığımız şekliyle kanunlara gerek kalmaz, çünkü sevgi ve saygı, farklı insanların, görüşlerin ve inançların ahenk içinde yaşamaları için yeterli bir denge oluşturacaktır.

Başkalarına saygı duymak, kişinin kendisine olan saygısıyla olur. Kendimize saygımız varsa, başkalarının bize ne yapacağımızı

*Hepiniz
harika birer
“ruh”sunuz,
“öz”sünüz.
İsteddiğiniz
her şey
olabilirsiniz.*

veya ne düşüneceğimizi söylemesine gerek yoktur. Kişinin kendisine olan saygısı varsa, tabii ki uygun bir şekilde, çoğunluğa karşı olacak kadar da öz güvenlidir. Bütün “-malısın”, “-melisin” takılarını içeren emirlere boyun eğmez. Oysa çocukluğumuzun erken yaşlarından itibaren, çoğu da önceki nesillerden kalma, hatta bazısı binlerce yıldır süren kurallara boyun eğmek üzere yetiştiriliyor. Bunu yapmalısın, şunu yapmalıyım, bunu yapmamalıyım. Sevgi ve saygı, “Yaratılış”ın en güçlü birleşimidir. Bu birleşimin ışığında korku da olmaz, suçluluk da...

Bağışlayıcılık

İNSANLARIN taşımakta olduğu suçluluk yükü, kendilerini affedememiş olmalarından kaynaklanarak önceki hayatlarına kadar uzayabilir. Kendimiz affetmezsek, başkalarını da affedemeyiz. Başkalarını bağışlamazsak, alınganlık ve gücenme duyguları içersinde kendimizi yer

bitirir ve intikam peşine düşeriz. İnsanlara, nesillerden beri süregelen savaşlar, bölünmeler yaşatılıyor. Bunlara neden olmuş kişilere karşı öfke, sitem ve gücenme duyguları ile yaşamamanın bize ne yararı olabilir ki? Elbette neler olduğunu bilmemiz gereklidir çünkü bu bilgilere sahip olmazsak manipüle edilmeye devam ederiz. Hiç kimse nefretimize müstahak değildir, çünkü onlar da kurbandır. İçlerindeki başkalarını egemen olmak isteği, duygusal ve spiritüel dengesizliğin fiziksel bir sonucudur. Onların nefrete değil, sevgiye ihtiyacı vardır, ama sevgi duymak bütün bu manipülasyona meydan vermek anlamına gelmemelidir. Burada, zorluklara karşı nefret veya intikam duyguları içermeyen bağışlayıcılıktan söz ediyorum. Ben benim, sen bensin, hepimiz “Bir”iz, dolayısıyla bütün sorunların sonunu, kendimizi ve başkalarını bağışlayarak getireceğiz.

Aramızdaki bölünmüşlük bitsin artık. Sistem bizlere bunu, binlerce yıldır “böl ve yönet” prensibi ile uyguluyor. İçimizde “onlar” ve “biz” kavramı olduğu sürece, hep manipülatörlerin oyacağı oluruz. Oysa hepimiz harika birer “ruh”sunuz, “öz”sünüz. İsteddiğiniz her şey olabilirsiniz. Çok özelsiniz ve Yaratıcı tarafından o kadar çok seviliyoruz ki, bunu ifade edebilmek çok zor. O, içinde korku, suçluluk, alınma, gücenme, yargılama ve bölünme olmayan bir “Sonsuz Sevgi”. Uzun zamandır o sevgiden kopmuş bir haldeyiz. Artık “ev’e dönme ve yeniden bağlanmanın zamanı geldi. □

Yazarın web sayfasından izni alınarak çeviren: Esin Akan

DOĞAL, YANETKİSİZ,
TEDAVİ EDİCİ VE
BÜTÜNCÜL...

Homeopati Tedavisi

Günnur Başar

HOMEOPATİ, 300 yıl önce kurucusu Dr. Hahnemann'ın da belirttiği gibi hastaya tanı ya da tedavi için hiçbir şekilde "zarar vermeden", yalnızca hastanın sözel hikayesine başvurularak uygulanan, tümüyle doğal yöntemleri kullanan yanetkisiz ve bütünsel bir tedavi sistemidir. Genellikle daha ileri bir tetkik ya da inceleme gerekmez. Yurt dışında çok yaygın olarak kullanılan Homeopati ilaçları da, önemli bir meblağ tutmamaktadır.

Homeopati her türlü fiziksel rahatsızlıkta kullanılabildiği gibi, ciddi kronik hastalıklarda, ruhsal bozukluklarda ve modern tıbbın hastalık kabul etmediği ya da çaresiz kaldığı aklınıza gelebilecek her türlü sorunda başarıyla uygulanmakta ve bu başarısı bilimsel yöntemlerle de kanıtlanabilmektedir.

Homeopati Nedir?

HOMEOPATİ özünde bir enerji tedavisidir. Bedene ihtiyacı olduğu türde enerji yükleyerek onun iyileşme kapasitesini artırır ve genişletir, kişi sahip olduğu bütün hastalıkları iyileştirecek güce kavuşur. Homeopati, 250 yıl kadar önce Hahnemann adlı bir Alman doktor tarafından geliştirilmiş ve ilkeleri belirlenmiştir. Hahnemann, alışlagelmiş tıbbi tedavilerin aksine bir şifa yönteminin hastaya hiçbir zarar vermeden uygulanması ve yan etkilerinin olmaması gerektiğini, tedavinin mümkün olduğunca kısa ve etkili olmasını savunmuştur. Homeopati, yalnızca fiziksel sağlığa değil, duygusal, zihinsel ve ruhsal sağlık alanlarına da etkili olduğu için bu özellikleri yerine getirir. Bütün düzeylerde optimal sağlık sağlar.

Homeopati, herkesin kendine özgü biricik bir sağlık durumu olduğuna inanır ve doğadaki benzer prensipleri, özel biçimlendirilmiş remediler yoluyla kullanarak en eski tedavi edici yöntemler yardımıyla bütün bedende uyumu ve dengeyi tekrar kurar.

Homeopati Belirtileri Bastıran Değil Tedavi Eden Bir Yöntemdir

HOMEOPATİ, homeos (benzer) ve pathos (hastalık) kelimelerinin birleşmesinden oluşmaktadır. Remediler (tedavi için kullanılan karışımlar) sağlam kişilerde oluşturdukları semptom tablosu için hastalıklarda şifa aracı olurlar. Hastalık belirtisi olarak gördüğümüz şeyler aslında hastalıkla savaşan bedenin yarattığı değişikliklerdir. Geleneksel tıp bir hastalık tablosundaki bu belirtilerin tümüne bir hastalık adı koyarken (teşhisten tedaviye giderken, ki bu teşhis edilen hastalık, her hastada aynı belirtileri göstermez gene de aynı hastalıkmiş gibi davranılır) homeopati bu belirtileri olduğu gibi alır, herkesin kendine özgü bedeninin savunma belirtileri olarak değerlendirir. Hastalığın başka bir düzlemde olduğunu savunur çünkü klasik tıpta da belirtileri tedavi etmekle hastalığı tedavi edemediğimizi görüyoruz. Örneğin akut bir hastalık olarak baş ağrısı bir çok nedenden kaynaklanabilir; stres, üzüntü, yorgunluk, damar tıkanıklığı, kafa travması vs. Baş ağrısı için kullandığımız ağrı kesici ilaç bu rahatsızlıkların hiçbirini tedavi etmez yalnızca ağrıyı



hissetmemizi
engeller. Ağrı

kesicinin etkisi geçene kadar beden kendi kendini onarır, baş ağrımız geçmiş olur!

Kronik hastalıklar için de klasik tıpta ilaç kullanımı farklı değildir. Burada beden kendini onaramadığı için belirtiler ortadan kalkmaz. Şeker hastalığında, yüksek tansiyonda olduğu gibi. Bu hastalar ömür boyu tansiyonlarını ve şekerlerini düşüren ilaçlar kullansalar ve tansiyonları ve şekerleri hep normal olsa bile sonunda bu hastalıkların komplikasyonları sayılabilecek şeylerden ölmektedirler; böbrek yetmezliği, kalp enfarktüsü, beyin kanaması gibi. Bu ve benzeri durumlar belirtilerin ortadan kaldırılmasının hastalığın tedavi edilmesiyle aynı anlama gelmediğini hatta belirtilerin bastırılmasının başka düzlemlerde daha fazla komplikasyonun ortaya çıkmasına yol açtığını göstermektedir.

Akut ve kronik hastalık tedavileri klasik tıpta aynı olmakla birlikte (semptomatik yönden) homeopatide tümüyle farklıdır. Kronik açıdan da hasta fiziksel duygusal zihinsel bir bütün olarak bir tek şekilde hastalanır ve homeopatik ilaç bu hastalanma biçimine, kişinin bütününe verilerek

Homeopati, yalnızca fiziksel sağlık değil, duygusal, zihinsel ve ruhsal sağlık alanlarında da etkilidir.



onun bütün şikayetleri için baskılayıcı değil, iyileştirici olur.

Homeopati Doğal ve Yan Etkisiz Bir Yöntemdir

HOMEOPATİ, maddelerin enerji verici özelliklerinden faydalanarak vücudun iyileşme ve savunma

sistemlerini güçlendirir. Homeopatik remediler, tümüyle doğal maddeleri esas alarak hazırlanır (bitkiler, mineraller, organik ürünler, doku ekstrahları) ve bu maddelerin etkisi enerji ile çoğaltılır. Her madde o bireye özgü bir “belirtiler” bütününe etki eder.

Homeopatide kullanılan bazı bitkiler fitoterapide de kullanılır

(arnica, veratrum, lycopodium gibi) ve bazı ilaç ana maddeleri de klasik tıpla (belleadona, kinin gibi) ortakdır. Ama homeopatide ilaçlar potansiyalizasyon denilen bu maddelerin özel enerjilerini açığa çıkaran bir yöntemle hazırlanır. Bu ilaçlar ileri derecede sulandırılır ve mekanik enerji uygulanır. Günümüzde kuantum teknikleri ve Koherent su deneyleri ya da Nobel ödüllü

immunoloji profesörü Bienveniste’in yaptığı gibi alerji deneyleri suyun çok özel bir yapıya sahip olduğunu ve bu bilgiyi taşıyabildiğini göstermektedir. Modern tıp da, bilginin moleküller ve enerji ile taşınabildiğini kabul etmektedir yalnız bu yöntemleri henüz tedaviye uygulayabilecek kadar ilerlememiştir (Herkesin kendine özel DNA sarmalı kromozomlarımızı ve nasıl biri olabileceğimizi, hem psikolojik hem fiziksel özelliklerimizi belirler, belli enzimler ve belli protein yapıları vücutta belli enerji düzeyleri oluştuğunda aktive olurlar). Böylece homeopatide her hasta için, bu bilgiye sahip, o kişinin kendi bütünlüğüne özgü tek bir şifa verici karışım (remedy) hazırlanır.

Homeopatik ilaçlar hastanın “yaşam gücünü” aktive eder. Bu ilaçlar hastanın kendi gücüyle çalıştığı için tümüyle zararsız ve yan etkisizdir, bebekler, hamileler ve yaşlılarda güvenle kullanılır. Doğru ilacı bulamamış olsak bile, yanlış ilaç hastanın yaşam gücüyle hiçbir şekilde etkiye girmeyeceği için yararlı ya da zararlı herhangi bir etkisi olmayacaktır. Kaldı ki, klasik tıpta doğru ilaçların bile çoğu zaman kaldırılamayacak sistemik yan etkileri olduğunu biliyoruz.

İlaçlar hakkındaki “bilimsel” bilgimiz son elli yıla dayanmaktadır. Ondan önce bütün dünyada homeopatik prensiplere uygun tedaviler yapılmakta ve insanların büyük kısmı iyileşmekteydiler. Son yarım yüzyıla gelince özellikle 2. Dünya savaşından sonra antibiyotiklerin mucizevi akut etkilerinin görülmesi ve kullanımlarının yaygınlaşmasıyla bu ilaçları pazarlamaya yönelik bir ilaç

sanayi oluştu, ve diğer bütün alanlarda “organik neden ve bunun antidotu olabilecek ilaç” teoreminin gelişmesiyle bu sanayi devleşti (şu anda savaş sanayinden sonra en çok para kazandıran sektör konumundadır) ve diğer bütün bilgileri hiçe sayar oldu. Bu bilgilerin doğruluğunu kabul etsek bile (yüksek hasta sayılı ilaç çalışmaları en bilimsel yöntemlerle bile ilaçların endikasyon alanında hastaların ancak %50’sini tedavi edebildiğini göstermekte -%20 plasebo! denilen etkiyle iyileşmektedir- ve bu gerçekler hiçbir zaman ilaç firmaları tarafından bu şekilde anons edilmemektedir) neden aynı ilaçların her hastayı aynı biçimde tedavi etmediğini (herkes farklı bir ağrı kesici, tansiyon ilacı, antidepresan vs. kullanmaktadır), ilaçların çok sık ya da çok ender görülen yan etkilerini (beklenen ve istenmeyen yan etkiler ya da daha az olasılıkla görülen anafaksi, doku enfarktüsü, ölüm gibi beklenmeyen yan etkiler de dahil), bazı hastalarda neden tümünden etkisiz kaldığını ya da daha önemlisi bazı insanların nasıl olup da kendiliğinden iyileştiğini aynı “bilimsel” teoremlerle açıklayamayız. Otuz yıl öncesine kadar aspirinin de nasıl etki ettiğini bilmiyorduk, dolayısıyla homeopatik ilaçların doku düzeyindeki etkilerinin tam anlaşılmasını onların klinikte gözlediğimiz etkilerini yok saymamızı gerektirmez.

Doğal Hastalık-Doğal İyileşme

HOMEOPATİK ilaçlar doğadaki akut hastalıktan iyileşme biçimine benzeyen bir etkiyle iyileştirirler, akut

hastalıkta hasta önce bütün hastalık belirtilerini göstererek hastalanır, sonra da bunlar aracılığıyla iyileşir. Buna iyileşme krizi diyoruz, aslında organizmanın akut hastalıkta gösterdiği bütün semptomlar onun iyileşmesine yardım ederler. Homeopatik ilaçtan sonra çoğu zaman bunlar çok şiddetli biçimde olmayıp daha çok hafif bir nekahat dönemi biçiminde olurlar. Bazen de tıbbi ilaçlarla baskılanmış olan eski bir hastalığı geri gelir çünkü aslında hasta ondan iyileşmemiştir. Diyelim ki, bir hastaya astımı ve sedef hastalığı için “sülfür” remedisini verdik. Hastanın astımı artmasa bile önce tıbbi ilaçlarla baskılanmış olan sedef hastalığı alevlenecektir. Sonra bir zamana yayılan iyileşme süreci içinde hastanın hem astımı hem de sedef hastalığı iyileşecek ve yeterli doz alınmışsa hasta ömür boyu aynı biçimde hastalanmayacaktır. Bu kesinlikle tedavi edici, kalıcı bir etkidir. Homeopatide bu etki çoğu zaman tek doz ilaç kullanımı ile sağlanır.

Bedeni, bir makine gibi parçalara ayırıp tamir edilmesi gereken organları, önce hastalık isimleriyle etiketleyen, daha sonra da değiştiren ya da ilaçlarla baskılayan modern batı tıbbının aksine, her hastaya hak ettiği özeni ve saygıyı gösteren, onu “hastalık yolculuğu”ndan yaşama dair daha bilgili, daha bütüncül çıkarmayı hedefleyen homeopati, bu gün Dünya Sağlık Örgütü’nce de tanınan dünyada batı tıbbından sonra en fazla sayıda hastaya ulaşan en yaygın alternatif sağlık sistemidir. □

Vazifenin Bekçisi Metin Sakik’i Uğurladık!



BİR GEÇİŞ öyküsü ama asla keder yok... Sahiplenmeden geçen bir ömür, elli üç yıl.

Vazifenin sadakati ile süren bir söz verme, muhafızlık, ilk duyulan heyecanın son ana kadar yenilenişi.

Metin Sakik (1935-2012), 1959’da başlayan plansal ahitleşme ve vazifeye vakfedilen sınırsız sevgi.

Onu anlatacak bir dolu övgü sözcükleri var ama içimizden onu daha iyi tanımak için yeterli zaman yaratmadık diye hayıflanıyoruz.

Dr. Bedri Ruhselman’ın adına Bilgi Kitabı dediği yüksek planların tebliğlerini yazan, kağıda dökken kişi.

Bir söz verilir Plan işaretine kadar, yani önceden belirlenen mesaj gelene kadar bu kitap saklanacak, üç kişiye emanet edilir. Emanet edilenlerden biri daha önce ayrılır bu hayattan.

Sonraki sürgit laflar, dedikodular, yoldan çıkarmalar, emanete sahip çıkıp irade koymaklar. Hepsi akışın güçlü kolları ile bertaraf edilir.

Gerçek karşılaşma kendi zamanın enkarne olmasını bekler. Tüm yolculuklar ilahi planlara bağlılığın şaşmaz tanıklarındır.

Bizler bu tanıklık adına haklarımızı helal ettik. Aldığımız izlenimler bu hayatımızın en önemli inisiyatif dersleridir.

Metin Sakik, yolun açık olsun vazife yolcusu. Mavi bakışlarla yürüyen varlık, ait olduğun yere özgürce uçabilirsin.

Her şeyi oluşturan nedenlerin açılma vakti. Emanetçilerin işi zor, bu iş çok büyük, bu iş insanlığın seçimi. Eğer yeteri kadar ruhsal planın özgürlük zamanını istersek, buraya getirebiliriz...

Metapsişik Tetkikler ve İlmi Araştırmalar Derneği
Yönetim Kurulu adına A. Cemal Gürsoy

KEMAL YOLCUSU
TEBLİĞLERİNDEN

Büyük Nizam

Seninle asırlar boyu
Tanışırız ey dost.
Maddeden sıyrılınca,
Varlıklara bağlanırsın.
Neyi istersen,
Onu görürsün.
Bazen fanilik zarflar,
Ayırır seni.

İdrak edemez olursun,
Kendi kendini.

Beden kisvesine bürünür,
Zamanın içinde
görünürsün.

Avare dolaşır,
Durmadan koşarsın.

İhtiras gem vurur,
Coşarsın.

Uzanırsın hayata pervasızca,
Yaşarsın.

Egoizma içinde hayasızca,
Put, taşa, ağaca taparsın,
Ne mümkünse yaparsın...

Sonra zaman geçer,
İmkan geçer.

Maddi servetin olan beden,
O da göçer.

Zarf yırtılır,
Bulutlar sıyrılır,

Hakikatler berraklaşır.

İstirap çeken ruhun
olgunlaşır...

Gene dönmek istersen bize,
Uzatarsın elini, dost elimize.

Her merhale, tekamüle
doğru

Bir devr-i daimdir,
Kainat nizamı,

Bununla kaimdir
(ayaktadır).

Kendimizle Bağlantı Kurmak

Sandra Ingerman

YILLAR ÖNCE ruhsal öğretmenim, ruhsal uyanma çağrısını alanların, mesajları yok sayan toplulukla aynı şekilde hareket etmelerine gerek olmadığını söyledi. Uyanıp kendimize, yeryüzüne ve tüm yaşama saygı gösteren daha bilinçli bir yaşamı sürdürebiliriz.

Yıllardır doğayı onurlandırmayan ve yalnızca maddi dünyaya odaklanan bir yaşam biçiminin sonuçlarını görüyoruz. Yaşama karşı hareket eden diğerlerinin bu kötü davranışlarına göz yummak zorunda değiliz. Ama bilincin dönüşüme uğramakta olduğu bu zamanda alanı kucaklamak için sevgiye bir araç olmalıyız.

Dönüşümün bu aşamasında -bu ara zamanda- atmamız gerektiğini hissettiğim bazı somut adımları sizlerle paylaşmak istiyorum.

Bilinci yükseltmenin bir bölümü yaşamınızda nelerin işe yaramadığına bakmak/gözlemek/kabullenmektir. Dışınızdaki dünya içsel durumunuzun bir yansıması olduğundan en iyisi dünyada neler olduğu yerine kendi üzerinizde çalışmaktır.

Kendiniz için sağlık ve uyumla dolu bir yaşamı yaratmak için yaşamınızda değiştirmeniz gerektiğini hissettiğiniz şeyleri gözlemleyin ancak yargılamayın.

Zaman, yaşamınızda neyin ölmesi gerektiğini kabul etmeniz gereken bir zamandır. Sıklıkla sadece yaratmak istediğimiz yeniye odaklanırsınız. Bu harikadır ama ölmekte olanı da kabullenmeli, salıverdiğinizin yasını tutmalı ve olmuş olanı onurlandırmalıyız.

Bugün süregelen kaosun bir bölümünün de ölmekte olan yaşamı kabullenmememiz ve yasını tutmamamız olduğunu düşünüyorum. Çoğumuz yalnızca yaşamlarımıza yeniyi getirmeye odaklanıyoruz.

Duyularımızın derinliğini kabullenmemiz ve hoşçakal demekte olduklarımızın yasını tutmamız gerektiğini düşünüyorum.

İnanıyorum ki bunu yapmadığımızda evrim süreci bir düzeyde özgünlüğü kaybediyor. Çünkü ölmekte olana saygı göstermek ve onu onurlandırmak zorundayız. Ayrıca ölümden

hemen önce, şifalandırılması ve dönüştürülmesi gereken kaotik enerjiler de kendilerini gösterebilirler. Yeni bir bilince geçiş yaptığımız sırada dönüşmesi gereken enerjileri şifalandırdıkça gölge de güçlenmeye devam ediyor.

Yaşamınızın artık size hizmet etmeyen bir yönünü kabul ettikten sonra yaşamınızı yeniden dengeye getirmek için yapabileceğiniz basit bir değişiklik üzerinde düşünün. Yalnızca bireysel ve kolektif olarak neyin şifalanması gerektiğini gözlemlediğimizde ortaya çıkan bir şeffaflık düzeyi mevcuttur.

Bu uygulama ilk olarak gerçekleşmekte olan tüm değişimlerin büyüme ve değişim sürecine ait olduklarını kabul etmemizi yardımcı eder. İkinci ve en önemlisi de bu süreç kendinizle yeniden bağlantı kurmanıza yardımcı olur.

Sağlıklı ve dengeli kalmak için kendimizle yeniden bağlantı kurmanın yaşamsal önemi olduğuna inanıyorum. Yalnızca

kendimizle bağlantıda olduğumuz zaman yaşamın bize getirdikleri ve yapmamız gereken günlük seçim ve kararlar için tam anlamıyla mevcut olabiliriz.

Derindeki benliğimiz ve merkezimizle bağlantıda olmadığımızda olaylara bilinçsiz tepkiler veriyor olabiliriz. Yapmamız gereken şey, seçimlerimiz ve kararlarımıza bir farkındalık ve bilinç düzeyi getirmek ve körlemesine tepki vermemektir.

Yaşamın ne kadar değerli olduğu ve hem birbirimize hem de yeryüzüne saygılı olmamız gerektiğine dair hala bilinçli olmayan birçok insan var.

İnsanlar ahenksiz yaşam biçimlerini sürdürdükçe oluşan kaosu görüyoruz. Bu düzeydeki kaosu bağlantıda kalmaya gerçekten zorunlu

musunuz? Enerjinizi böylesine uyumsuz ve düzensiz enerjilerle bağlantıda tutmayı sürdürmek size nasıl hizmet ediyor?

Eğer böylesine bir uyumsuzluk düzeyini deneyimlemeye ihtiyaç duymadığınızı hissediyorsanız, sizi daha ağır alanlara çeken kordonu niyetinizle kesin. Şu anda birçokumuz ihtiyacımız olmayan



enerji alanlarında kısıtlı kalmış durumdayız.

Gelmiş olduğunuz bilinç düzeyini ve kim olduğunuz gerçeğini size yansıtmayan enerji alanıyla bağlarınızı kesmek için doğaya çıkıp bir tören yapabilirsiniz. Eski yaşam tarzıyla bağlantınızı halen içinde bir yerde size hissettiren kordonu kesin.

Basitçe, geçmişle ve kolektif uyumsuzluk alanıyla olan bağlantınızı temsil eden bir küçük bir ağaç dalını kırabilirsiniz.

Toprak, hava, ateş veya su elementleriyle bir salıverme töreni yapabilirsiniz. Bunu yapmak için hayal gücünüzü kullanın ve kendi ruhsal rehberliğinizi izleyin.

Bir meditasyon veya şamanik yolculuk yaparak, yardımcı ruhlarınızdan ağır kolektif alanla olan kordonu kesmek için rehberlik isteyebilir ve kordonu meditasyon veya şamanik yolculuğunuz sırasında kesebilirsiniz.

Tüm bunları yaptıktan sonra şimdi ulaşmak için çalıştığınız bilinci destekleyen uyumlu ve evrimleşmiş frekanslara kendinizi açma zamanıdır.

Topluluğun geri kalanı için alan olduğu gibi kalabilir ama kendinizi değişim kaosunun dışına çıkarabilirsiniz. Şimdi koşulsuz sevgi ve ışık için gerçek bir araç olabilirsiniz. Şimdi farklı bir dalgayı sürebilirsiniz.

Gezegende olup bitmekte olan her şeyden bir düzeyde etkilendiğimizi ve hepimizin yaşam ağının birer parçası olduğumuzu hatırlatmak istiyorum. Dünyanın her yerinde ekonomik, politik ve çevresel sorunlar meydana gelmekte. Dünyanın her yerinde şiddet var. Olmakta olan her şey her birimizi etkiliyor.

Bize tanrısal doğamızı yansıtan ruhsal bir yaşam tarzını sürdürmekten bahsetmek istiyorum. Çünkü yaşamlarımızı nasıl yaşamamız konusunda yapacağımız seçimler var.

Şimdiki ve gelecek zamanlarda algımızı nasıl değiştireceğimizi seçmek durumundayız. Dünya üzerinde var olan güzelliğe nasıl odaklanabileceğimizi öğrenmemiz gerek. Tüm zamanlarda gerçekleşmekte olan birçok bilinç düzeyi mevcut. Bizler hangi bilinç düzeyinde yaşamak istediğimizi seçmek zorundayız.

Dışımızdaki dünyada her ne olursa olsun bilinç düzeyimizi değiştirme fırsatına sahibiz. Mistikler binlerce yıldır bunu yapabilmıştır. Dramayı mı yoksa bu dünyanın güzelliğini, sevgiyi ve ışığı beslediğiniz bir bilinçle mi yaşamak istersiniz?

Küçük adımlar atın ve tutku ve anlam dolu bir yaşamı yaşamanız için size öncülük edecek değişiklikler yapın. Yaşamın anlamı budur.

Bir sabah bir bilisle uyandım. Ve bu, önümüzdeki günlerde kafa yormak için iyi bir konu. Ya hiçbir şeyi yaratmıyorsak? Ya her şey burada hazır bulunuyorsa ve biz yalnızca içinde yaşamak istediğimiz dünyaya uyanarak ona bir adım atıyorsak?

Bu konu, algımızın gerçeğimizi yarattığı öğretilerine dayanır. Ya yalnızca algımızı değiştirmemiz ve düşlemekte olduğumuz düşün halihazırda zaten burada olduğuna uyanmamız gerekiyorsa?

Böylece yalnızca gözlemci olmak yerine düşün içinden yaşayabiliriz. Düşün içinden yaşamak yeni bir yaşamı düşlemek için önemli bir anahtardır. □

ABRAHAM MASLOW'DAN AŞKINLIK ÜZERİNE TANIMLAMALAR

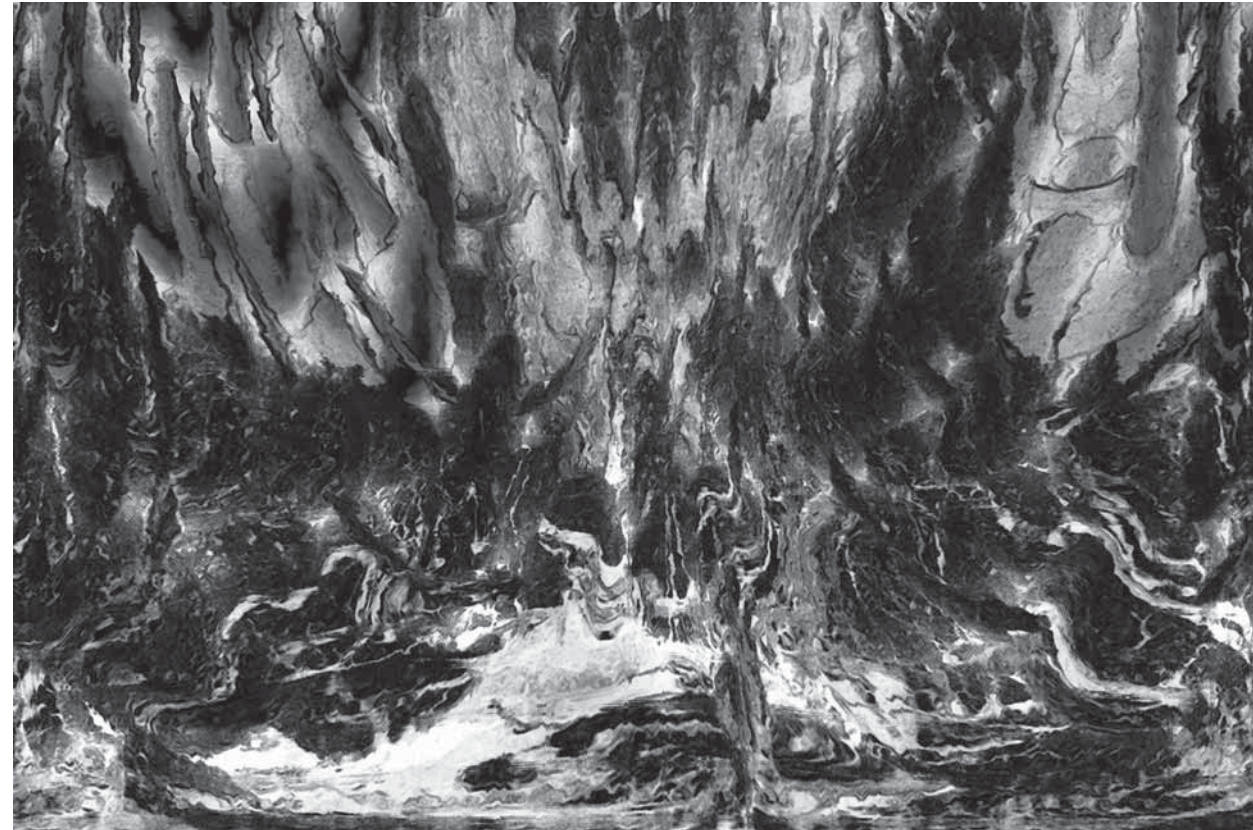
Aşkın Olmanın Anlamı

Gülbin Kınacıgil

2. Bölüm

ILAHİ ya da Tanrısal Olma Anlamındaki Aşkınlık; aşkın olmanın diğer bir anlamı da ilahi ya da tanrı-gibi olmak, sadece insan olmanın ötesine geçmektir. Fakat bu noktada kişi, insanüstü ya da tabiatüstü olmamak konusunda dikkatli olmalıdır. Bu ulvi, ilahi ya da tanrı-gibi olmak hali, gerçekte her ne kadar öyle görülse de insan doğasının bir parçasıdır. Bu durumu vurgulamak için özellikle “metainisan” (insanötesi) kelimesini kullanmaktayım. Bu durum insan doğasının potansiyeli içindedir.

Varoluş Aleminde Yaşamak Anlamındaki Aşkın Olma Hali; varoluşun ve idrak etme halinin dilini konuşmaktır. Kavrayış ve büyük dönüşümden, büyük mistik deneyimden ya da büyük aydınlanmadan ya da büyük uyanıştan sonra yaşanan yenilik ve yabancılaşma hali geçince kişi gittikçe daha sakin bir konuma geçer ve iyi şeylere ve hatta ve hatta muhteşem şeylere alışır hale gelir, cenneti dünyada



yaşamaya başlar ve bir şekilde ebediyet ve sonsuzluğa kavuşur. Bu hal, teşevvüş ve şaşkınlık aşamasından geçip öz varlığı ve öz değerleri sakın ve huzurlu bir biçimde yaşamak demektir. Zirve deneyimleri geçicidir ve insan için kalıcı olan aydınlanma ve kavrayış halidir. Kişi artık eskisi gibi naif ve saf ya da gözü kapalı olamaz. İşte bu durumda, bu dönüşüme, aydınlanmaya ya da Cennet Bahçesinde yaşamaya alışmayı ifade edebilecek bir lisana ihtiyaç vardır. Böyle bir uyanış içinde olan bir insan istediği her durumda, günlük hayatının her anında ve alanında farkındalıkla yaşar ve bu farkındalık hali kendi insiyatifinde olur.

Taoistik Objektiviteye Ulaşmadaki Aşkınlık Hali; bağımsız, nötral , seyirci konumundaki objektiviteye ulaşma durumundaki aşkınlık halidir. Bu varoluş seviyesindeki Taoistik objektivitedir. Bu durum egosentrik

ve gelişmemiş objektivitenin aşılması halidir.

Gerçekler ve Değerleri Birbirinden Ayırma Halinin Aşılması; gerçeklerin ve değerlerin birbiri içinde eritilip bir olma haline ulaşılması halidir.

Olumsuz ve Kötüyü Aşma Hali; zirve deneyimlerinde tecrübe edilen odur ki, bu deneyimler sırasında kişi kendi şeytanları ile barışık halde dünyayı tamamıyla iyi ve bir bütün halinde algılar ki bu tüm olumsuzlukların ve kötülüklerin (şeytan, acı,ölüm ve bunlardan çok daha ötesi) aşılması halidir. Bu aynı zamanda tüm engellerin, reddedişlerin ve inkarların yok edilmesi halidir.

Mekanın Aşılması Hali; bu durum en basit anlamıyla kişinin bir şeyle tamamıyla bütünleşip nerede olduğunu unutmaması halidir. Fakat bu durum öylesine yüksek seviyelere algılanabilir

ki kişi tüm insanlık türü ile özdeşleşir; öyle ki, dünyanın diğer ucundaki kardeşleri o kişinin bir parçası haline gelir. Birey kendi mekanında iken bir anlamda da dünyanın öbür ucundadır. Bu durum varoluş değerlerinin içe yansıtılması için de geçerlidir çünkü bu değerler her yer için geçerlidir ve bunlar benliğin belirleyici özellikleridir ve kişinin benliği de her yerdedir.

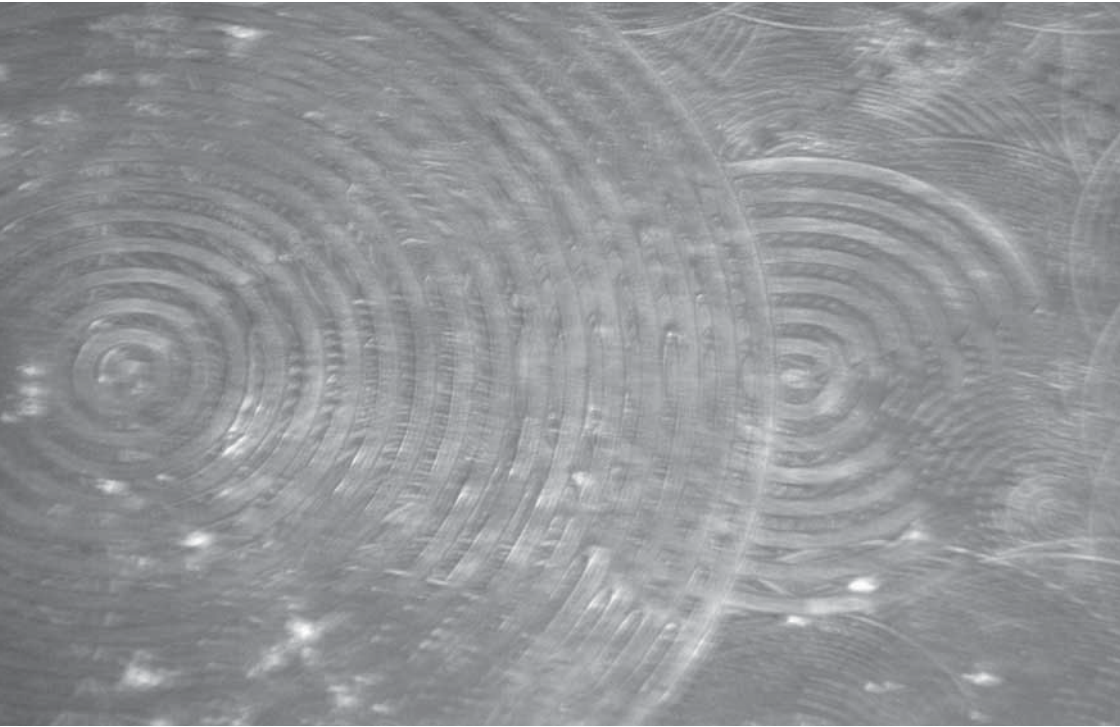
Çaba ve Mücadelenin, İstek, Arzu ve Niyetlerin Aşılma Hali; bu durum en basit ifadesiyle, şükretme halinin, ulaşılmış ve tamamlanmış istek ve arzu halinin, orada olmaya çabalamak yerine orada olmak halinin, oraya doğru yol almak yerine oraya ulaşılmış olma halinin haz ve mutluluğunun doğrudan ve en saf biçimde algılanması durumudur. Bu bir bakıma kısmet olma halinin bir ifadesidir. Bu Taoistik anlamda, şeyleri öldürmeye çabalamaktan çok olayları olmasına bırakma ve çabalamama, arzulamama,

müdahale etmeme, kontrol etmememe ve ümit etmememe halinin tamamen kabulü ve mutlak mutluluğu hissidir. Bu durum hırs ve iktidardan vazgeçme halidir. Bu, sahip olmak yerine hiçbir şeye sahip olmama durumudur, ki bu durumda kişi hiçbir şeyin yoksunluğunu, eksikliğini hissetmez. Bu bir anlamda olan ile mutlu, memnun ve tatmin olmaktır, saf bir takdir ve minnet halidir, lütfedilene şükretme hissidir.

Korkunun Aşılması Hali; korkunun korkmama ya da cesaret konumuna (ki bunlar kesinlikle aynı şeyler değildir) dönüştürülmesi terapi anlamında oldukça özel bir tip aşkınlık durumunun yakalanması demektir.

Kozmik Şuurlulukla İlgili Aşkın Olma Hali; bu durum, kişinin tüm kozmosu ya da en azından kozmosun, kendi yüksek benliği de dahil olmak üzere, içindeki her şeyiyle beraber birlik





ve bütünlüğünü algıladığı özel bir fenomenolojik bir haldir. Bu durumda kendini doğal olarak ve koşulsuz bir şekilde kozmosa ait hisseder. Yetimhaneye ait olmak yerine ailenin bir bireyi olur. Dışarıdan bakmak yerine içeriye girer. Evrenin büyüklüğü içinde kendini çok küçük ancak aynı zamanda da orada doğal ve kayıtsız olarak olma hakkından dolayı önemli hisseder. Yabancı ya da davetsiz misafir olmak yerine evrenin bir parçasıdır. Dışlanma, tecrit, yalnızlık, reddedilme, köklerinin olmaması, özellikle bir yere ait olmama gibi duyguların tam tersine ait olma duygusu çok güçlüdür. Bu tip bir algılamadan sonra kişi kalıcı bir biçimde ait olma, hakkıyla bir yere sahip olma ve bir yeri olma hislerini çok açık bir şekilde yaşar. Zirve deneyimlerinde yaşanan bu tip kozmik şuurulluluk, bir kişi, bir şey ya da bir olay tarafından bütünüyle ve şiddetli bir biçimde büyülenme ve soğurulma durumunda yaşanan şuurulluluğun daraltılması ve sıfırlanması olayının tamamen zıttıdır ki bu durum da sonunda bir şekilde dünyanın ve kozmosun bütünlüğü tarafına geçiş

yapar. Bu duruma daraltıcı biçimdeki zirve deneyimi ve farkındalık denir.

Bireysel Farklılıkların Aşılması Hali; kişi çok özel bir anlamda olmak üzere bireysel farklılıkların üstüne çıkabilir. Bireysel farklılıklar ile ilgili en üst seviyeli tutum, öncelikle onların farkında olmak, onları kabul etmek fakat aynı zamanda onlardan memnun olmak ve sonuçta da onları kozmosun yaratıcılığın güzel bir parçası olarak kabul edip onlar için içtenlikle minnettar olmaktır ve onların değer ve kerametini gerçekten anlayabilmektir. Bu kesinlikle üst seviyeli bir tavır ve tutumdur ve bu nedenle de bir çeşit aşma halidir. Fakat bireysel farklılıklara şükretmekten oldukça farklı bir tutum da en yüksek insanlık seviyesinde, her türlü insan arasındaki karşılıklı olarak birbirine ait oluşun ve özde ve temeldeki aynılığın farkına varılması ile bu durumun da üstüne çıkılmasıdır. Bu durumda herkesin birbiri ile kardeş olduğu derinden hissedilir ve cinsiyet farklılıkları da dahil olmak üzere tüm farklılıklar çok özel bir biçimde aşılmış olur. Bu durumda

kişi zaman zaman bireyler arasındaki farklılıkların oldukça farkında olabilir fakat başka bir zamanda da insanlar arasındaki benzerlikler ve evrensel seviyede insan olma halini farkındalığı içinde bu bireysel farklılıkları tamamen görmezden gelir.

İnsan Sınırlarının Aşılması Hali; belli teorik amaçlar için faydalı olabilecek bir tür aşkın olma hali de insani sınırların ve yetersizliklerin aşılması halidir. Bu durum ya güçlü bir biçimde sonlanan mükemmellik deneyimlerinde ya da durgun bir biçimde seyreden mükemmellik deneyimlerinde kendini gösterir ki burada kişi bir son, bir tanrı, bir mükemmellik, bir öz, bir cevher, bir varoluş, ilahi ya da kutsal olabilir. Bu durum sıradanlığın, günlük insani kalıpların olağanüstü insan ya da insanötesi olma yönünde değişmesidir. Bu gerçek bir fenomenolojik hal ya da bir çeşit farkındalık hali olabilir. Bu aynı zamanda bir ideal ya da bir

felsefenin kavranma halidir. Bu tip fiili anlarda ya da bir noktaya kadar sessiz kavrayış kavrayışlarda kişi mükemmel olur ya da kendini mükemmel görür. Örneğin, kişi herkesi sevebilir ve kabul edebilir, herkesi affedebilir ve hatta kendine zarar veren şeytanla bile uzlaşabilir. Olayları olduğu gibi kabul edebilir ve sevebilir ve hatta sadece tanrılara atfedilen subjektif değerleri hissedebilir; örneğin, her şeyi bilme, mutlak güç, aynı anda her yerde var olabilme (bir anlamda kişi o anlarda bir tanrı, bir ermiş, bir aziz, bir mistik olabilir). İnsan doğasının bu yönünü belki de en iyi ifade eden sözcük “metainan” (insanötesi) terimidir.

Özet Olarak; aşkın olma hali, kişinin kendisi, karşısındaki, genel olarak tüm insanlık, diğer türler, doğa ve kozmos ile ilgili olarak insan şuurunun ulaştığı çok yüksek ve en kapsayıcı ya da bütünsel bir seviyedir ve bir araç olmaktan çok bir son ve sonuç halidir. □

Ruh ve Madde Dergisi İstanbul Satış Noktaları

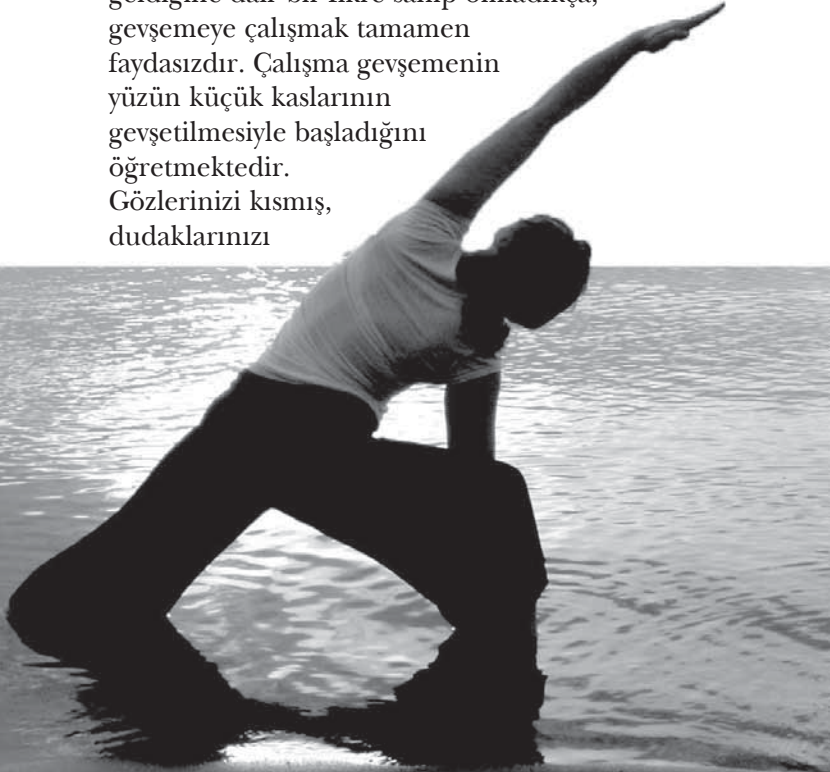
Bayi / Mağaza	Semt	Yakınında bulunan
Türkan Türk	Kadıköy	Beşiktaş İskelesi
Nihat Koyunoğlu	Kadıköy	Beşiktaş İskelesi
Erkal/Cenk Boztaş	Kadıköy	Eminönü İskelesi
Mephisto	Kadıköy	Postahane
Gökmen (Hülya Kurt)	Göztepe	Petrol Ofisi İstasyonu
Metin Kurt	Üsküdar	Beşiktaş İskelesi
Ergün Sarıaşlan	Bakırköy	İDO İskelesi
Kadir Tuncer	Şişli	Şişli Camii
Kabalıcı	Beşiktaş	Büyük Beşiktaş Çarşısı
Mephisto	Beyoğlu	İnci Pastanesi
Semer Kant	Beyoğlu	Erra Goppa
ArkeoPera	Galatasaray	Postahane
Nezih Kitabevi		
Remzi Kitabevi		

Gevşeme

Maurice Nicoll

ÇALIŞMA gevşemenin yüz kasları, el ve ayak parmakları gibi küçük kaslarda başlaması gerektiğini söyler. Bize yüz ile başlamamız ve içsel dikkatimizi yüzün küçük kaslarına yöneltip onları gevşetmemiz öğretilmiştir: ağzın etrafındaki kaslar, gözlerin etrafındaki kaslar ve hatta göz kaslarının kendisi.

Gevşemeden söz ediyorsak, içsel dikkatten söz etmemiz gerekir. Biri dışsal, diğeri içsel olmak üzere iki tür dikkate sahibiz. Örneğin, kişi kendini, ruh durumlarını, düşüncelerini vb. gözlemlerken içsel dikkatini -yani duyular aracılığıyla görülebilen, dokunulabilen ya da işitilebilen herhangi bir dış nesneye yöneltilmeyen dikkati- kullanır. Kendini gözleme duyuların görebileceği, işitebileceği vb. bir şey hakkında değil, yalnızca içsel duyunun gözlemleyebileceği bir şey hakkındadır. Bu, içsel dikkattir. Dikkat aracılığıyla şuuru beden farklı parçalarına yerleştirmeye gelince; buna aşama aşama başlamalısınız. Örneğin, içsel dikkat aracılığıyla bedeninizin belirli bir parçasının, diyelim ki sol ayağınızın şuuru varabiliyor ve daha sonra onu sağ ayağınıza doğru yöneltebiliyor musunuz? Bedeninizin belirli bir parçasına yönlendirilen içsel dikkatin ne anlama geldiğine dair bir fikre sahip olmadıkça, gevşemeye çalışmak tamamen faydasızdır. Çalışma gevşemenin yüzün küçük kaslarının gevşetilmesiyle başladığını öğretmektedir. Gözlerinizi kısmış, dudaklarınızı



büzmüş ve dişlerinizi sıkılmışsanız, gevşemeye çalışmanın hiçbir faydası olmayacaktır. Bu nedenle, başlangıç olarak, yüzünüzdeki kasların durumunun içsel olarak şuuru varmak gereklidir. Bu içsel dikkat eylemi, sizde bütün beden gevşetilmesi için doğru koşulu üretecektir. Çoğu insan bunun gibi bir şeye zaman ayıramaz. Hep hayatın faydasız düşünceler, endişeler ve kaygılarla dolu akışına kendilerini bırakmış, sürüklenmektedirler. İnsanlar kendilerini sürekli olarak meşgul eden şeylerin bu mekanik akışını kesintiye uğratmanın, yapmamaları gereken bir şey olduğunu veya tamamen yanlış olduğunu bile düşünürler. Ama durum böyle değildir. Sizi yöneten bu mekanik akışı, hayatın akışını, sürekli akıp duran bu sinema filmini bir an için bile kesintiye uğratabilirdeniz kuvvet almaya başlarsınız. Bu nedenle, içsel dikkatinizi yüzünüzün kaslarına yöneltmeye çalışın ve orada ne kadar çok dikkatin yattığını fark edin.

Hayat hep kaslarımızda gerginlikler, endişeli ifadeler, aceleci hareketler üretir ve bunların hepsi muazzam miktarda enerji kaybına yol açar. Ancak Taksim Meydanından geçerken yüzünüzdeki küçük kasları gevşetmeye çalışmayın. Bu büyük bir hata olacaktır. Aslında, buna doğru çabayı yanlış zamanda harcamak denebilir. Doğru çabayı yanlış zamanda harcarsanız veya doğru zamanda yanlış çabayı harcarsanız, güçlüklerle karşılaşacaksınız.

Trafiğin ortasında durduğunuzu ve yüzünüzün küçük kaslarını gevşetmeye çalıştığınızı ve bunu yaparken ezilirseniz, sizden bunu yapmanızı istendiği için yakındığınızı

hayal edin. Bu, Çalışma'nın başlarında mekanikliğe karşı koymaları istenen ve kömür yemenin ya da boş otobüslerde ayakta dikilmenin ya da bıçağı sol elle, çatalı sağ elle tutarak yemek yemenin iyi bir şey olacağını düşünen insanların aptallığıyla kıyaslanabilecek bir aptallık olur. Bütün bu çabalar, akıllıca olmadığı için faydasızdır. Bu Çalışma, akıllıca harcanan çabaya dayanır.

Burada duruş hakkında, kaslar hakkında -kısacası Hareket Merkezi hakkında- konuşmalıyız. Her merkezin diğer merkezleri ipnotize ettiğini bildiğinizi varsayıyorum. Bir insanın Hareket Merkezinde sürekli olarak gergin bir kassal duruş içinde olduğunu ve yüzündeki küçük kasların bir tür karamsarlığı ifade ettiğini varsayalım; böyle bir insanın hoş duygular ya da ilginç düşüncelere sahip olabileceğini düşünür müsünüz? Elbette ki hayır. Kassal duruşunun boyunduruğu altındadır. Karamsar hallerin, duruş itibarıyla karamsar görünmemize neden olduğunu hepimiz bilirsiniz. Çalışma'da yeterince akıllı olan bir insan, kendini ele geçirmiş negatif duygudan ayrılmaya çalışırken duruşunu farklılaştıracaktır çünkü her bir negatif duygu, kendine özgü bir kassal duruş üretecektir. Omuzları düşük, boynu bükük, hüzünlü bir yüz ifadesi takınmış durumda odaya giren bir kişinin, kassal duruşunu değiştirmedeği takdirde, alışkanlığa dönüşmüş negatif bir durumda olduğunu derhal anlarsınız. Aynı biçimde, yüzdeki küçük kaslar sorununa dönecek olursak; her zaman dudakları bükülmüş, bitkin ya da canı sıkın ya da endişeli görünen bir kişinin kötü bir durumda olduğunu ve o kişiyi güldüremedikçe ya da daha

dik durmasını sağlamadıkça bu duruşu tarafından ipnotize edilmiş durumda kalacağını gayet iyi bilirsiniz. Lütfen, duruşun yalnızca bedenün büyük kaslarıyla ilgili bir sorun olmadığını, küçük kasları da kapsadığını gözden kaçırmayın. Karamsar bir yüz ifadesiyle dik durmanın hiçbir faydasının olmayacağını kastediyorum çünkü yüz -yani yüzün ifadesini kontrol eden yüz bir küçük kas- Duygusal Merkez tarafından çok doğrudan bir biçimde yönetilir ve duyguları, diğer her şeyden daha çok yansıtır. Dişlerini sıkarak sizi sevdiğini söyleyen birinden hoşlanmazdınız. Kişi, onun yalan söylediğini ve gerçek bir anlam taşımayan sözcükler kullandığını derhal anlardı; ne yazık ki çoğu zaman durumumuz budur. Hareket Merkezi Duygusal ve Entelektüel Merkezleri ipnotize edebildiği için duruşunuza ve yüz ifadenize, yüzünüzün duruşuna zaman zaman dikkat etmeniz ve bu duruşları nasıl farklılaştırabileceğinizi içsel dikkat aracılığıyla incelemeniz iyi bir şeydir. Çünkü kasları, özellikle de küçük kasları gevşetirseniz farklı bir duygu ve düşünce haline gireceksiniz. Bunların belirli duruşları, belirli yüz ifadelerini takındığını hiç fark ettiniz mi? Bir erkek veya bir kadının tam gerekli olduğu anda kendini gözlemlediğini ve hem büyük hem de küçük kaslarını gevşettiğini varsayalım. Bu durumda öfke halinin devam etmesi ve gelişmesi mümkün müdür? Elbette ki değildir. Ne yazık ki kendimiz üzerinde asla tam gerektiği anda çalışmayız çünkü hayatın gündelik ilişkilerini Kendini Hatırlamanın bir derecesiyle daha suurlu olarak ele almak yerine bunlara tipik mekanik tepkiler göstermeyi

daha çok tercih ederiz. Aslında öfkeye kapılan bir insan kaslarındaki gerginlikleri gözlemleyebilseydi, kritik bir anda kendini hatırlayabilir ve bu da davranışını bütünüyle değiştirebilirdi.

Dolayısıyla, yapabildikçe gevsemeyi incelemeye çalışın. Yüz kaslarınızın nasıl kasıldığına dikkat edin ve gevşetmek için içsel dikkatinizi yüz kaslarınıza yöneltmeye çalışın. Gözlerinizin etrafındaki kaslarla başlamanızı, sonra burnunuzun etrafındaki kaslara (şu kolayca dudak büken kaslara) geçmenizi, sonra ağız ve yanaklarınızın etrafındaki küçük kaslarla devam etmenizi, daha sonra içsel dikkatinizi çene ve boynunuzun ön kısmına yönlendirmenizi, buradan başınızın arka kısmına geçmenizi ve boynunuzun tutulmasına neden olan kasları gevşetmenizi, sonra omuzlarınızın etrafındaki daha büyük kaslara doğru devam etmenizi ve içsel dikkatinizi aşama aşama ayak parmaklarınıza doğru indirmenizi tavsiye ediyorum. Elbette ki bu uzun zaman alır ama bunu yapmaya çalışmak çok iyi bir şeydir. El kaslarını atladım. Şöyle demeliydim: Omuzlarınızdan kollarınıza ve ellerinize doğru inin ve bilek kaslarınızla başlayın. İçsel dikkatinizi bilek kaslarınıza yönlendirin ve bileklerin tamamen esnek ve açık olmasını sağlayın. Daha sonra da parmaklarınızın küçük kaslarına doğru ilerlemeye çalışın ve onları gevşetin. Bedenlerindeki kas gerginliklerini bu şekilde gevşetmeye çalışan herkes, normalde uygun biçimde gevsemeyen kas gruplarını kendileri fark edecektir. Her şeyden önce kendinize yalnızca "Gevşe!" diyerek gevşeyemeyeceğinizi hatırlayın. Bu gerçek bir içsel dikkat egzersizidir. Nispeten şuurlu bir

biçimde yapılması gereken yönlendirilmiş bir çabadır; haftada bir kez bile yapsanız sonuç elde edersiniz. İnsanlar çeşitli kas grupları gergin bir durumda olduğu için geceleri sık sık uyanık kalmaktadır.

Bu makale kassal gevşeme hakkındadır. Hareket Merkezini gevşetmek hakkındadır. Çalışma'nın, her merkezin diğer merkezleri ipnotize edebileceğini söylediğini sizwr doğurduğu anlamına gelir. Örneğin, telaş etmeyi durduramayan aceleci bir insan, belirli konular ya da duruşları veya bu durumda aynı fikre ait olan belirli hareketleri sergileyen bir Hareket Merkezine sahiptir ve bu nedenle, hep söz konusu duruş ve hareketleri takınan Hareket Merkezi tarafından ipnotize edilir. Bu aceleci hareketler, aceleci ve endişeli duyguları, aceleci ve endişeli düşünceleri doğurur. Duygusal açıdan endişeli olmayabilirim veya böyle olmam için hiçbir neden olmayabilir ama aceleci davranışlar sergilemeye ve sanki hiçbir şey için zamanım yokmuş gibi davranmaya alışmışsam, Hareket Merkezim Duygusal Merkezimi ipnotize ederek endişe ve yorgunluk hissetmeme sebep olabilir. Kişi gevsemeyi istediğinde ve gevsemeye ihtiyacı olduğunu hissettiğinde içsel dikkat aracılığıyla gerçekten gevşemelidir. Yüzünüzün küçük



kaslarından başlayıp bu egzersizi çok samimi bir biçimde yapacak olursanız, çok zorlu ve endişe verici düşüncelerin ne kadar sık silinip kaybolduğunu gördüğünüzde çok şaşıracaksınız. Örneğin, kaslarınızı çatmaya kısa bir süre için ara verin. İçsel dikkat aracılığıyla kaslarınızın çalışmasına neden olan kaslara gidin ve onları gevşetin. Kaslarınızı çatmanıza neden olan bütün düşünceleriniz kaybolacaktır. Bu, söz konusu düşüncelerin, yüzünüzün duruşuyla sürdürüldüğü anlamına gelir. Dişlerini sıkı ve yumruklarını sıkı insanlar da bunu yapmaya son verirlerse çok belirgin bir fark hissedeceklerdir; kendilerine yabancılaşma hissedeceklerdir. Ama hepimiz mekanik kalmak ve hiç değişmemek istediğimiz için bu insanların çok geçmeden dişlerini ve yumruklarını sıkacaklarını ve göğüslerini eski haline döndüreceklerini sanıyorum.

Çalışma'ya yüz kaslarımızı gevşeterek başlarız ve bu, şuuru söz konusu kaslara yönlendirmek ve onları tek tek gevşetmek için çok miktarda pratik yapmayı gerektirir; özellikle de çenenin altındaki küçük deri

kaslarını ve boynun arkasındaki kasları hatırlayın. Kişisel deneyimimde, başka hiçbir şey yapmaya vakit bulamazken bile bilek kaslarımı gevşetmemin son derece faydalı olduğu sonucuna alıştım. Ellerinizi gevşetin çünkü eller siddeti çok kolay ifade ederler.

Bir insan hiçbir aldatmaca olmaksızın kendine tamamen açık duruma gelmelidir. Bu, gerçek gevşemendir. Onun kendine dair belirli inançlara, duruşlara, resimlere, kendiyle ilgili fikirlere tutunmaya son vermesi gerekir. Gevşemekten bizi alkoyan endişe ve korku, bir insan aslında kendi olmayan şeyi sürdürmeye giriştiğinde, hemen göze çarpmayacak biçimde ortaya çıkarlar. O kişi kendinin bir seferde yalnızca bir yanında yaşar ve gerisi onun için karanlıktır. Kendine açık değildir. İçsel kale almanın farklı biçimleriyle, iyi izlenim verilip verilmediği ve görüntünün korunup korunmadığı gibi meselelerle daima meşgul olan Sahte Kişilik, Varlıkta bir gerilime neden olur. Kendi olmayan, hayali olan, ona uymayan bir şeyi sürekli olarak ayakta tutuyordur. Ve bu herkese olmaktadır. Hiç Sahte Kişiliğimiz olmasaydı, kabul etse de etmese de herkesin kendine dair gizliden gizliye hissettiği bütün bu endişe ve gerginlik ortadan kalkardı. Yalnızca başkalarıyla ilişkimiz değil, kendimizle ilişkimiz de değişirdi. Gevşemenin ne olduğunu işte o zaman anlardık. Bunun bir nedeni, Sahte Kişiliğin yalnızca kendini sevebilmesidir. Her şeyi kendine atfeden kendini sevme, itibarını ve konumunu yitirme korkusu nedeniyle bizi sürekli endişelendirmektedir.

Sahte Kişilik asla hiçbir şeyi itiraf etmez. Her zaman haklıdır. Günahlarını itiraf ediyormuş gibi yapsa bile, bunu gösteriş yapmak, erdem ve takdir kazanmak için rol icabı yapar. Bu saçma sapan şey, kolayca görülüp yok edilebileceğini düşünebileceğiniz apaçık yalanlara ve sahte imajınasyona dayanmaktadır. Onun mevcudiyetini görmek çok zordur ve güçlülüğü olağanüstüdür. Ne kendinin ortaya çıkmasına, ne bizim kendimizi -yani gerçekte ne olduğumuzu- ortaya çıkarmamıza izin verir. Bunu yapsaydı gücü kaybolurdu ve bizler en büyük düşmanımızdan -yani olduğumuzu hayal ettiğimiz kişiden, sabah uyandığımız andan gece uykuya daldığımız ana kadar köle gibi hizmet ettiğimiz kişiden- kurtulurduk. Dolayısıyla, bu şekilde köle gibi hizmet ederken derinlemesine gevşeyemeyiz çünkü Sahte Kişilik, olduğunu hayal ettiği şeye denk olmamızı sağlamaya devam edecektir. Kişinin bir an durup dinlenmesine izin vermeyecek, gerektiği gibi davranması, şöhretini ve karakter rolünü koruması için onu sürekli olarak dürtecektir. Dolayısıyla, bir insan çok çalışkan olduğuna dair bir resme sahipse, Sahte Kişilik onu ölesiye çalışmaya zorlayacaktır. Her birinizi, kendinize ilişkin resimlerimize ayak uydurmaya zorlamaktadır o. □

Yazarın *Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne Psikolojik Yorumlar* adlı kitabının 3. cildinden derleyen: Neslihan Kosova.

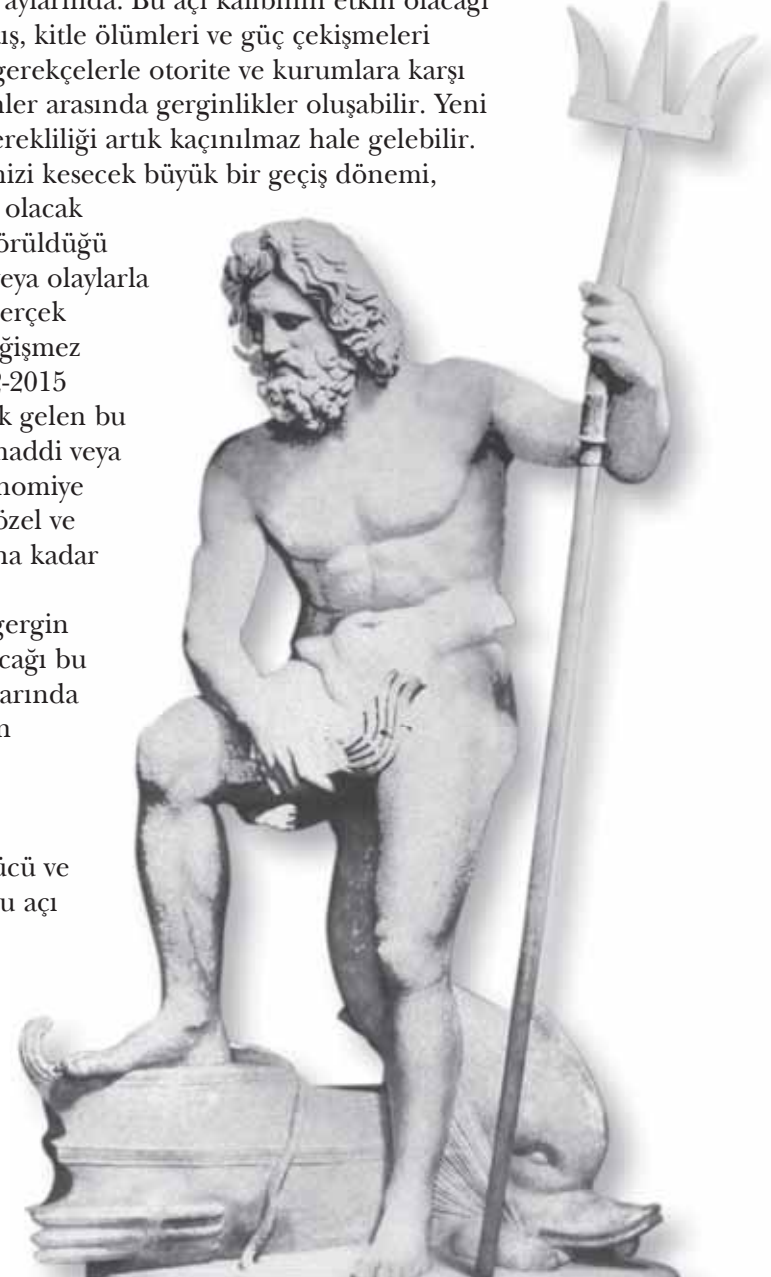
Satürn-Neptün Üçgeni ve Gerçekleşen Hayallerimiz

Öner Döşer

DAHA önceki yazılarımda da belirttiğim gibi 2012-2015 yılları arasında etkili olacak Uranüs-Plüton karesi ekonomik anlamda büyük zorluklara işaret etmekte. Özellikle de Mars-Jüpiter-Uranüs-Plüton arasında Büyük Kare açılı kalıbı oluşacağı 2013 yaz aylarında. Bu açılı kalıbının etkin olacağı dönemde ayrıca suçlarda artış, kitle ölümleri ve güç çekişmeleri yaşanabilir. İnsanlar maddi gerekçelerle otorite ve kurumlara karşı çıkabilir. Bireyler ve yönetimler arasında gerginlikler oluşabilir. Yeni düzenlemelerin yapılması gerekliliği artık kaçınılmaz hale gelebilir.

Bu her koşulda nefeslerimizi kesecek büyük bir geçiş dönemi, paradigma değişimi dönemi olacak kuşkusuz. Fakat tarihte de görüldüğü gibi, değişim vasat insanlar veya olaylarla gerçekleşmez. Eğer tek bir gerçek olsaydı paradigmlar asla değişmez ve keşifler yapılamazdı. 2012-2015 yılları arasındaki sürece denk gelen bu büyük paradigma değişimi maddi veya bilimsel standartlardan, ekonomiye ve günlük yaşam kalitesine, özel ve sosyal ilişkilerin standartlarına kadar uzanacak.

Uranüs-Plüton karesinin gergin etkilerinin maksimumunda olacağı bu dönemde, su elementi burçlarında gerçekleşecek Satürn-Neptün üçgeni bize, yaşanacak muhtemel kriz ve trajediden sonra kendini iyileştirme dayanıklılığı, dönüştürme gücü ve cesareti getirecek. Bu uyumlu açılı tam da gereken zamanda devreye giriyor olacak, zira Uranüs-Plüton arasındaki sert ve hırpalayıcı dik açının stresini azaltıyor olacaklar.



Ruhsal Olgunlaşma

SATÜRN-NEPTÜN üçgenin en güzel taraflarından biri ruhsal anlamda (Neptün) olgunlaştırıcı olması (Satürn). Sanki ruhun derslerini öğrenmekte zorlanmayacağı bir dönemde olması gibi...

Sınırları rahatlıkla aşabileceğimiz, onları aşmamıza müsaade eden bir dönem gibi... Aşknlık yolunda kontrolümüzü kaybetmekten her zamanki gibi

korkmayacağız. Gönüllü olursak, deneyimlerimiz sayesinde (Satürn) ruhsal farkındalığımız çok artacak (Neptün).

Bu dönemde kader bizi bağlantısızlık (Neptün) derslerini (Satürn) öğrenmemiz için kontrolü elden bırakabilmemiz konusunda rahat bırakacak. Hayal ettiğimiz şeylerin sorumluluğunu kolaylıkla taşıyabileceğiz. Satürn-Neptün üçgeni bizim ruhsal dünyaya ve ideallere (Neptün) form verme (Satürn) konusunda destekçimiz olacak.

Satürn-Neptün üçgeni 11 Ekim 2012 Perşembe günü kesinleşiyor. Önümüzdeki yaklaşık bir yıllık süreci etkileyecek bu uyumlu açılış hayallerimizi, ideallerimizi gerçeğe çevirebilme fırsatları sunuyor. Bu açılış hayalimizde olanın (Neptün) zuhura gelmesi (Satürn), ideallerimizin (Neptün) şekil kazanması (Satürn) imkanı verir. Neptün kolektif bilinçdışını ve Satürn de idealize edilenin somutlaştırılması, maddeleştirilmesini ifade eder. Neptün imge dünyasının göstergesidir ve Satürn de gerçeklik algısını temsil eder. Bu ikisinin uyumlu açılışlarında, imgelediğimiz şeyleri gerçeğe dönüştürebilme potansiyelimiz çok artar. Vizyonumuzu gerçek kılmak için hayatımızın belli alanlarında fedakarlıklar gösterip, gereksiz olanı devreden çıkarmamız, basitleşme ve sadeleşmemiz daha kolaydır.

Bu uyumlu açılış aynı zamanda, başkalarına benliksiz disiplinli hizmet sunabilmekle, uygulamacı bir idealist olabilmekle alakalıdır. Somut dünyada ideali gerçek kılmak,

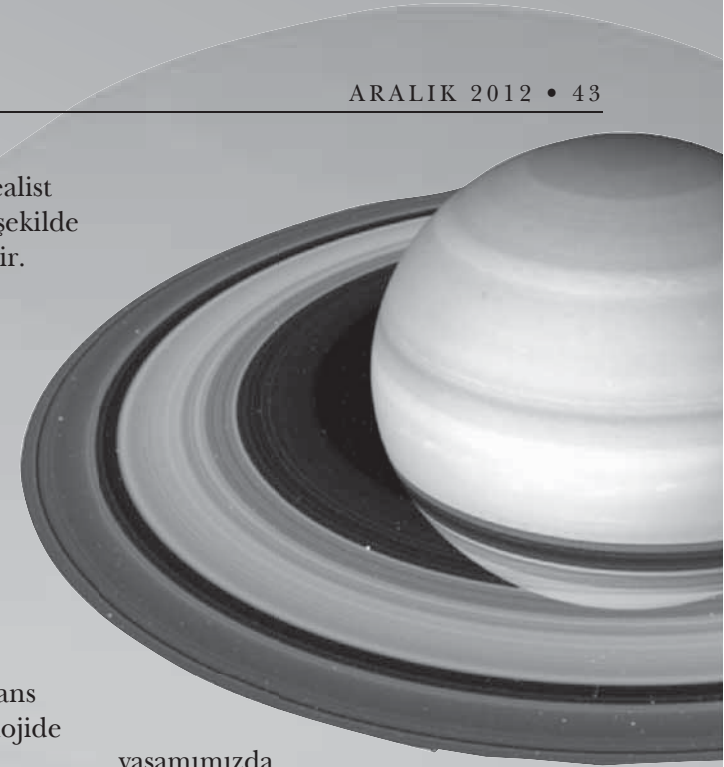
dünyevi ve maddeci yanımızı, idealist ve manevi yanımızla uyumlu bir şekilde birleştirebilme şansı getirmektedir.

Su Elementinde İlahi Üçgen

SU ELEMENTİ burçlardan Süyü yirmi derecelik uyumlu üçgen açılışla birbirini destekleyecek Satürn-Neptün ikilisi, 2013 yılı ikinci yarısından itibaren bu uyumlu açılışta iştirak edecek olan Jüpiter ile birlikte dans ediyor olacaklar. Jüpiter'in astrolojide en iyicil açılış olan üçgen açılış ile bu ikiliyi destekliyor olması, insanlığın tekamülünde rahat ve akıcı gelişim sürecine işaret etmekte. Bu üç gezegenin su elementi burçlarından birbiriyle oluşturduğu Büyük Üçgen açılış kalıbı, hayatımızı iyileştirmemiz, hayallerimizi gerçekleştirmemiz için gerekli desteği ve inisiyatifi sağlayacak.

Astrolojide üçgen açılış uyumlu enerji akışını, kendini yaratıcı bir şekilde ifade edebilme potansiyelini ifade eder. Fırsatların rahat kullanımını, kendiliğinden ortaya çıkan şansları anlatır. Uyum ve dengeyi yakalama şansı verir. Büyük Üçgen açılış kalıbında üç tane üçgen açılış vardır. Yani uyum ve denge şansı üçe katlar!

Su elementindeki büyük üçgen, yaşamın duygusal arenasında (su duyguları yönetir) rahat akışa, hislerin derinleşmesine ve diğer insanlarda kolay empati kurabilmeye imkan verecek. Daha evvelce farkına varamadığımız nüansları hissetmeye, algılamaya başlayabiliriz. Elle tutulamaz, gözle görülemez unsurların



yaşamımızda tahmin ettiğimizden daha fazla rol oynadıklarını, bilinçdışı zihnin gücünü her zamankinden daha fazla fark edeceğiz. Yaşamın derin boyutları hakkında farkındalığımız arttıkça, yaratıcılığımız da artacak.

Bu süreçte hassasiyetimiz büyüyeceğinden, duygusal reaksiyonlarımızı kontrol altına alıp uygun bir şekilde kanalize edemezsek, en küçük olaylarda bile tutarsız ruh haline girebiliriz. 5 Ekim 2012-23 Aralık 2014 tarihleri arasında Akrep burcunda seyredecek olan Satürn, daha derin düzeylerde, bizi dibe doğru çeken fırtınaların da farkına varacağımızı, gerekli dönüşümü yapabileceğimizi, krizi güce dönüştürebileceğimizi gösteriyor. Akrep burcundaki Satürn'ü doğru kullanabilir, gerçek dürtülerimizle yüzleşmeye gönüllü olursak, içsel mutluluğu ve dengeyi yakalayabiliriz.

Su elementi burçlarının en gelişkini olarak kabul edilen Balık burcunda



ilerleyecek olan Neptün, kendisinden daha az şanslı olana yardım etmeye gönüllü bir idealisttir. Merhamet, empati ve yardımlaşmayı temsil eden Yengeç burcunda ilerleyecek olan Jüpiter, en büyük iyicil ve en büyük yardımcıdır. Derin bağları, sezgiselliği ve dayanıklılığı temsil eden Akrep burcunda ilerleyecek Satürn, insanlığın kendini şifalandırıp yeniden gücünü kazanabilmesi için gerekli olan dönüşüm gücünü, gerekli olan disiplin ve dayanıklılığı sağlayacak etkiyi yaratabilecek güçtedir. Bu üç gezegen birbirleriyle yardımlaşırken, bize gezegenimiz için gerekli iyileşme ve kendini dönüştürerek yeniden

tanımlama şansını, gerekli felsefi değişiklikleri yapma fırsatı verecekler. Jüpiter-Satürn-Neptün arasında oluşacak Büyük Üçgen açı kalıbı 9-27 Temmuz 2013 tarihleri arasında maksimum faydayı, ekstra iyi şans getirecek. Büyük ruhsal gelişimler bu süreçte iyice belirginleşecek.

Ruhsal Şifacı ve Ruhsal Öğretmen

ÖNÜMÜZDEKİ birkaç yıllık süreçte Kiron (Ruhsal şifacı) ve Neptün (Ruhsal öğretmen) Balık burcunda

*Bu olumlu açı,
ruhsal kapasitemizi ve
inançlarımızı,
dengeli ve yapıcı
kullanmamıza
yardımcı olacaktır.*

ilerliyor olacaklar. Büyük Dönüştürücü Plüton'un Kiron ile 2012-2014 yılları arasındaki altmış derecelik uyumlu açısı ruhsal dönüşümü kolaylaştıracak. Aynı zamanda Satürn de (Göksel Öğretmen) Kiron ile altmış derecelik uyumlu açı yapacak. Bu uyumlu açı ruhsal yaralanmaları şifalandıracak ve aynı zamanda bizim en büyük kişisel transformasyonumuza destek verecek. Her biri de öğretmen-rehber işlevi gören Neptün, Kiron ve Satürn'ün, 2012 geçişinde su elementi burçlarından irtibat kuruyor olması hiç de tesadüf değil tabii. Çin felsefesinde tüm elementler arasında bilginin hocası olanın su olduğu anlayışı vardır. Su elementi, bilgiyi birleştirir ve hafızalarımıza işler.

Bu süreçte Balık burcunda ilerleyen Neptün'ün, yönetici olduğu bu burçta güçlü durumda olması ve aynı burçta ilerleyen Kiron'dan da destek alıyor olması, tüm bilginin aslında tek bir ilahi kaynaktan geliyor olduğunun anlaşılmasına yol açabilir.

Yani aslında, tüm inançların tek bir yere bağlanmakta olduğu, tüm dinlerin ve ilahi bilgilerin aynı kaynaktan geldiği konusu genel kabul görebilir; polaritelerden kurtulup, teklige ve "İlahi Birlik" temasına yönelimi hızlandırabilir. Ruhsal enerjilerin gücü sayesinde özgürleşme, dinsel kalıpların, organizasyonların, kuralların üzerinde olanı; dinin amaç değil, sadece bir araç olduğunu idrak etme eğilimi baskın gelecek. Bu astrolojide genel bir kuraldır: güçlü olan gezegenin etkisi, kendisine nazaran daha az güçlü olanı bastırır. Neptün'ün bu güçlü yerleşimi, kolektif bilinçte radikal bir değişim meydana gelmesine, sıradan realitelerin allak bullak olarak "gerçek hakikate" ulaşılmasına imkan sağlayabilir.

2012-2015 yılları arasında Neptün'ün Plüton ile rahat açıda olması da, bu senaryoyu destekliyor durumdadır. Geniş açı toleransı ile 2023 yılına kadar etkili olacak bu olumlu açı, gerekli dönüşümü yapma ve yeni yapılar oluşturma imkanını sağlamaktadır. Daha önce belirttiğimiz gibi, 2012-2014 yılları arasında Neptün, Satürn ile de olumlu açıda olacaktır. Neptün Satürn'le böyle iyi açıda olduğunda, ideallerimizi gerçeğe çevirebiliriz; çünkü realiteleri fark ederiz, limitlerimizi biliriz ve onlar bizi rahatsız etmez. Neyin imkan dahilinde olup olmadığını bilmek için iç görümüz ve sabrımız vardır. Alçak gönüllü olmayı ve realiteleri dengelemeyi iyi yapabiliriz. Bu olumlu açı, ruhsal kapasitemizi ve inançlarımızı, dengeli ve yapıcı kullanmamıza da yardımcı olacaktır.

Sevgi, ışık ve umutla...



BİRLEŞTİREN BİLGİ

Uyanış'ta Entegrasyon

A. Cemal Gürsoy

GÜNÜMÜZ dünyasında dışsal değerlendirmeler çoğunlukla içsel dünyamızı da kurgular. Modernite, toplumsallık ya da post modern felsefeseli yaklaşımlar diye düşünce dinamiklerinin yönünü de, kaybolan varlığın ihtiyaçları diye sunulur insanlara.

Gerçek varlık acaba nerededir, ne yapmaya çalışıyor, nasıl ihtiyaçları var diye sorgulanmaz. Yeni Çağ öğretilerinin bazıları ve ruhsallıkta da bazı uyanış temalarına özdeşleşmiş yollardan ve içsel varlığı barış içinde yeryüzü deneyiminin geniş platformuna çıkarıp geçmiş bilgilerden oluşan bir entegrasyon modeli sunar.

Yani geçmiş hayali bir imajınatıf dünyayı her iki bakış açısında da birlik adına bir sentez yapmadan, neyi birleştirmesi gerektiğini anlamadan şu anın zenginliği kaçırılır durulur. Bunun bizdeki gerçek arayıştaki karşılığı ise hedefi ıskalamaktır. Hedef dediğimiz zaman dışı, yüksek boyutlarda plansal olarak karar verdiğimiz seçtiğimiz olasılıkları, bütünsel varlık olarak ihtiyaçların çözümüyle dünyanın karanlığını çözecek, aydınlatacak, iyileştirecektir.

Şimdi seçtiğimiz olasılıklar, ışığın karakterine uygun olasılıklar içermiyorsa ki, kıyamet dediğimiz ortamlarda çoğunlukla iyileşme tesirlerinin plansal olarak hazır olduğu, ama entegre edecek noktada durmadığımız gerçeği ortaya çıkar.

Ruh varlığının tüm bilgi ve görgüsü devre sonlarında dikey tesirlerle çıkış yapacak bir olasılıklar çemberine denk gelir. Bu eş zamanlılıkla da şifadır, iyileşmedir. Bütünsel varlığın kendi entegrasyon planıdır. Bir devrenin, okulun bitirme tezidir. Bu ses çoğunlukla uyanışı yanlış yorumlamış benlerin yöntem konusundaki negatif değerlendirmelerden dolayı basitliğini yitirmiştir. Yerine daha yüksek anlamlı felsefeseli girdaplar halinde uzayan rehbersiz, plansız ve ilahi yüksek planların sesini duymamak gibi örgütlenir.

Devre sonu, ya da Altın Çağ dediğimiz bu dönem o kadar basit kendiliğinden çabası entegre olacak tesir dilimi ve enerjisi değildir. Adı üstünde Altın Çağı, saflaşmak, arınmak, sadeleşmek, netleşmek, ancak bu özel madenin kıymetini artırır. Entegrasyon için yirmi dört ayar saflıkta olmak için tüm geçmiş bağlantılardan yüzleşerek özgürleşmiş. Devre sonunun yakıcı ve şu anki şuurumuzda yerine koyacağımız bir esnekliğin olmadığı hali altın gibi tüm ateşe dayanacak genleşmeyecek ve bu deneyimlerin sonunda özgürce seçecek bir zaman diliminin içine doğru çekiliyoruz.



Bütünsellik ve birlik özünde saf maddenin özündeki izlenimleri çağınşimsız olacak esnekliğe ve muhakemeye doğru bizi kendiliğinden getirir. Bu netleşme varlıksal olarak bu gezegendeki birlik adına üstlendiğimiz özel vazifenin farkına varırız.

Gaia denen Dünya Ana şefkatli kollarını size açar. İşte o an şefkatli kucaklama eylemi açıldığı zaman entegrasyon, birleşme, yüklerden arınma gerçekleşir. Yani saf altın işini yapar kozmosun ve görünmeyen gerçek vazifenin kolları hiç dirençsiz çok hızlı bir akışla hiç veri kaybetmeden, hiç yabancı izlenim olmada, borçsuz yeni bir dünyaya akar.

Sembollerin, simgeselliğin anlamları birleşir; artık öğrenci, dünya ziyaretçisi açıkça okur. Saflık ve dirençsizlik çok önemlidir, bu dalgada ne kadar yeni zorlayıcı kavramlar olsa da bildiğimizi sandığımız her şeyi feda ederek yerine

bilmediğimiz her şeyi koyarız. Vazifede budur, Yüce İlahi Planların da maksadı budur. Bu yolculuklar boyunca bilmediğimiz her şeyi bilebilmek için, alabilmek için dolu kapları boşaltabilmeyi deneyimleriz.

Açıkça bir beyandır; yerine koyduğumuz kıymetli olan, o karmaşanın içinde basitçe en saf olanı koymaktır. En basit ama kıymetli, enerjisi yaratılıştan geliyor. Beklenmeyeni bekleyerek en saf anın ateşinden geliyor. Anlamların başladığı andan geliyor. Entegrasyon, basit anlamların sürekli yerini boşlatarak yerlerine yenisinin konulmasıyla ilerliyor. Geçmiş, gelecek ve şu an yepyeni birleştiren bilgiyi konuk ediyor ona sahiplenmeden, çünkü yerine yenisi doluyor. Aldığınla kalırsan oyunun dışında kalıyorsun. Bu oyunu birlikte oynamayı da seviyoruz.

İşte farkımız, yolculuktur!... □

Kiloların Rengi

Mark Wentworth

Mark Wentworth ve Filipe de Moura 20-21 Ekim 2012 tarihlerinde Bilyay Vakfı'nda İnceltici Etki adı altında bir atölye çalışması yaptılar. Bu konuda Mark'ın bir yazısını siz okuyucularımızla paylaşmak istiyoruz.

KİM BİLİR kaç kez piyasaya yeni çıkan bir ürünü dayanamayıp yediniz, kim bilir kaç kez bir daha asla şu veya bu marka çikolatalı bisküvi almayacağımıza dair kendinize yeminler ettiniz. Siz de benim gibiyseniz, sayılamayacak kadar çok kez demektir; hem zaten, “markette indirimde girmiş; ben de haftaya bir daha almam” sendromundan mustaripseniz bu makale kesinlikle ilginizi çekecektir.

Belki de artık kilo sorununuzun yiyeceklerle alakalı olmadığını, kalıcı bir şekilde kilo veremeyişinizin daha derin ve daha güçlü nedenleri olduğunu dikkate almanın zamanıdır.

Araştırmalar, diyet başlayan insanların %98'inin kaybettikleri kiloları geri aldıklarını göstermektedir. Şaşırtıcı bir rakamdır bu; diyet yapan 100 kişiden yalnızca 2'si uzun vadede başarılı olmaktadır!

“İnceltici Etki” programının bir bölümü, insanların ekstra kilolu olmalarının ve belirli günlerde belirli besinleri yemeye can atmalarının ardında saklı olan sebebi keşfetmelerine yardımcı olmak üzere

renk psikolojisinden yararlanmaktadır. Programın bir bölümü ise aşırı kilolarınızla dost olmanıza ve her bir ekstra kilonun ardında olan ve anlatılmayı bekleyen öyküyü öğrenmenize yardım edecek bir renk günlüğü tutmayı içeriyor.

Ama öncelikle, söz konusu yemekler olduğunda rengin ne kadar önemli olduğunu ele alalım.

Taze meyve veya sebze almak istediğinizde, ne kadar taze ve yenmeye hazır olduğunu renginden anlarsınız; kaç kişi yeşil havuç veya kırmızı muz alır? Bunu bir adım daha ileri götürün; belirli bir meyvenin ne kadar tatlı olduğunu, kişi sadece rengine bakarak bile anlayabilir: Bir elma koyu yeşil iken diğeri koyu kırmızı ise hangisi daha tatlıdır?

Besinlerin yenilebilir olup olmadığını da renginden anlarsınız; pişmemiş ve yeşilimsi bir ton almış olan eti çöpe

atmanın daha iyi olacağını veya tamamen kahverengiye dönmüş muzun zamanının geçtiğini biliriz. Renk, bu anlamıyla, taze ürünleri satın almak ve yemek bakımından çok önemlidir.

Besinlerle ilintili renginizin ne olduğunu anlamak ve bir yiyeceğe adeta aşermenin ardında yatan şeyi biraz daha derinlemesine araştırmak istiyorsanız bir renk günlüğü tutun. Renk günlüğü, duygularımızın yediğimiz şeyleri nasıl etkileyebildiğini ve ayrıca, makul bir biçimde mi yoksa bizi suçluluk duygusuna sokarken köşedeki market sahibine bir kaç lira kazandıran hep o yanlış yiyecekleri mi yediğimizi anlamanın pek açığa vurucu bir yoludur.

Bir ay boyunca günlük tutmak iyi olacaktır; bu süre içinde geniş bir duygusal ruh hali yelpazesi deneyimlersiniz. Her günün sonunda sabah kalktığınız andan itibaren neler yediğinizin bir listesini yapın; ve sonra, geçirdiğiniz günü size göre en iyi niteleyen rengi seçin. Günlüğünüze o günün rengini yazın. Ayın sonunda günlüğünüze baştan sona bir göz attığınızda belirli renkteki günlerde belirli türde yiyecekleri iştahla yemiş olduğunuzu göreceksiniz. Belirgin bir şablon, bir kalıp olduğu gözünüze çarpacaktır.

Bir erkek katılımcı, turuncu diye nitelendirdiği günlerde yahni, muhallebi ve büyükannesinin pişirdiği türden yemeklere iştah duyduğunu keşfetti. Psikolojik açıdan turuncu; özdeğer ve kendini güvende hissetme ihtiyacıyla bağlantılıdır. Kendimizi güvensiz hissettiğimizde ya bize en yakın kişiden,



*Duyularınızın
yedeklerinize
etkilerini
öğrenmek için
günlük
tutun.*

ailemizden veya dostlardan destek isteyebilir veya güvensizlik hislerini “büyükannemizin ev yemekleri” ile yutabilir ve böylece asıl meseleye asla ilişmeyebiliriz.

Söz konusu katılımcı güvensizlik hissettiğini kabullenmenin ona zor geldiğini ve “İyiyim, her şey yolunda,” maskesini taktığını anlamıştı; sıcak bir yaz gününün ortasında yahni veya muhallebiler gibi yiyecekler istemesinin ise kendisine bir tercih yapma fırsatı verdiğini gördü: Ya bu tür yiyecekler yiyecekti veya neden güvensizlik hissettiğine daha derinden bakacaktı. Bu meseleyi ele aldığı anda, bu türden yiyeceklere duyduğu *ihhtiyaçtan* kendini kurtardı ve süreç içinde birkaç kilo hafifledi. Bu türden yiyecekleri bir daha asla yemedi, demiyorum ama artık seçme özgürlüğü var ve özgüvensizliği ile daha yapıcı bir şekilde başa çıkabiliyor.

İşte, her bir rengin sizin için ne anlama gelebileceğine dair bir rehber:

- Kırmızı: Yaşamınızda neyin veya kimin değişmesi gerekiyor?
 - Turuncu: Nerede veya kiminle kendinizi güvensiz hissediyorsunuz?
 - Sarı: Kime veya neye tüm gücünüzü teslim ediyorsunuz?
 - Yeşil: Geçmişten kalmış nelere hala tutunuyorsunuz?
 - Mavi: Bugün hangi kelimeleri veya duyguları yuttunuz?
 - Çivit Mavi (indigo): Hangi aile üyesi için aşırı sorumluluk yükleniyorsunuz?
 - Menekşe: Hangi düşlerinizin peşinden gitmiyorsunuz?
- Bunun ne kadarını pratiğe döküp ne kadar yarar sağlayacağınız tabii ki size bağlıdır. Unutmayınız ki Tanrı, evren veya inandığınız en büyük yaratıcı güç sizin yaşamdan zevk almanızı istemektedir. Güzel, muhteşem ve harikulade olmaktan duyduğumuz korku genellikle aşırı kiloların arkasına saklandığında veya başkaları bizden dolayı güvensizlik hissetmesin diye kendimizi aşırı kiloların ardına saklayıp değersizleştirdiğimizde insanlığın geri kalanı ve varlığımız, bu yaşamdaki tecrübemizden gerektiği biçimde fayda görmeyecektir. Yaşam planınız gereğince düşlediklerinizin ve arzuladıklarınızın tamamını gerçekleştirmek ise doğuştan gelen hakkınızdır.

Ne diye ağırdan alıyorsunuz? □

HABER

Tüyap Kitap Fuarına ve Naturel Festivaline Katıldık

17-25 KASIM 2012 tarihleri arasında düzenlenen 31. Tüyap Kitap Fuarında Ruh ve Madde, Meta Yayınları olarak okuyucularımızla buluşma imkanı bulduk. Maurice Nicoll’un *Yaşayan Zaman*, Sandra Ingerman’ın *Şamanik Yolculuk*, Roger Woolger’ın *İçimizdeki Tanrıça* kitaplarını okurlarımızla buluşturduk.

Naturel Beden, Zihin ve Ruh Sağlığı Festivali 15-18 Kasım 2012 tarihleri arasında Harbiye Askeri Müze’de gerçekleşti. BİLYAY Vakıf Başkanı A. Cemal Gürsoy *Kendini Bilmenin Zorunluluğu* konferansı Naturel etkinliklerinde yer aldı.

Standımıza uğrayan ve etkinliklerimize katılan tüm kitapseverlere teşekkür ederiz.



Şuur ve Psikolojik Beden

Şebnem Geylani

ŞUURLANDIKÇA özgürlüğümüzün de arttığını anlıyoruz. Neden artıyor? Çünkü kendi irademizi kullanma şansımız artıyor. Hiçbir tutuma, hiçbir mekanik duruma bağlı olmayan bir haldir bu. Her şeye rağmen çalışmanın şuuru bizi bir şeylerin dışında tutar.

Tek bir fizik bedenden olduğumuz algısını ortadan kaldırmak için şuuru güçlendiren bir araç var ki, bunu çalışmanın içinde ikinci beden kavramı olarak görüyoruz. Bu aşamada dualiteden seyyal süptil dualite, ikinci beden ya da psikolojik beden.

Peki psikolojik bedenimiz hangi koşullarda oluşmaya başlıyor?

İkinci beden dediğimiz formsuz enerji, eskiye ait resimlerimizin, tutumlarımızın izlenebileceği bir duruma gelebileceğimizi anlatıyor. Bizim fizik beden tutumları dediğimiz hallerimizi gösteren gözlemci benlerin tek bir tutum haline gelmesini sağlıyor.



Psikolojik bedende dış koşullardan ayrı olarak mutlu olabilmenin müjdesi de veriliyor. Dış koşullarda bizi rahatsız eden şeyler onu rahatsız etmediği iletilmektedir. Ne kadar büyük bir zenginlik değil mi?

Diyelim ki, şöyle bir soru geldi; biçimlenmiş bedenimizin dışındaki psikolojik beden biçimlenmiş bedeni nasıl kontrol eder? Biçimlenmiş beden varlığın dünyayla temasında kullandığı araç ise özdeşleşme için de bu aracı kullanacaktır, değil mi?

Bu nedenle biçimlenmiş bedeni özdeşleşme aracı olarak kenara ayırdığımız anda hayat çarkının içinde koşullandırıcı bir şey olmadan yaptığımız şeyler şuur olarak isimlendirilebilir. Yani yapabilme gücüdür diyebiliriz. Özdeşleşip sinirlendikçe, üzülükçe gücümüz eksilmekte ve şuur seviyemizde düşme olduğunu söyleyebiliriz. Bunun sonucu olarak ta yüksel şuur seviyelerinden yararlanamadığımızı da ekleyebiliriz.

Maurice Nicoll'den bir alıntıyı okuyucularla paylaşmak istiyorum:

“İncillerde Göklerin Egemenliği’ni görmeden önce yeniden doğması gerektiği belirtilir. Bir insan bir zamanlar fizik beden içine doğmuştur. Fakat fizik beden içine doğan insan ikinci ya da psikolojik beden edinmelidir. Ve bunu edindiğinde o



insan yeniden doğar. İleri bedenlerin formasyonu fiziksel bedene değil, psikolojik bedene denk gelir.”

Bu dersten aldığın ne diye sorarsanız; çalışmanın tüm amacının içimizde yeni bir şeyler yaratmak olduğunu söyleyebilirim. Mekanik olanın yerine süptil ve daha da gerçek olanı, eskinin yerine yenisini en önemlisi gerçek özgür olanını yaratmak... Yüksek merkezlerle bağlantıya geçerek “şuurlanmak ve yeniden doğmak”.

□

İNCI'R ÇEKİRDEĞİ

Beynimizdeki Cumhurbaşkanı

Uzm. Dr. İnci Erkin

POLİTİK olanından değil, Hipofiz bezimizden bahsediyorum ben; hani şu beynimizdeki minicik bir eyer benzeri (Cella Turcica=Türk eyeri) kemik üzerine yerleşmiş olan, tüm endokrin sistemimizi yöneten, altı üstü 0,5-1 gramcık minicik oluşumdan.

Cumhuriyet kelimesi, Arapça kökenli cumhur kelimesinden geliyor. Cumhur halk, ahali, büyük kalabalık demektir. Şu beynimizdeki reis, yani cumhuru (bu kez kalabalık hücre topluluğu anlamında) yöneten Hipofizi de kontrol eden bir Hipotalamus var aslında. Hipofiz ile Hipotalamus birbirleri ile uyum içerisinde çalıştıkları zaman pek problem yaşamıyoruz. Tüm endokrin, yani hormon sistemimiz bu uyuma bağlı. Dış çevreden ve kendi bedenimizden aldığı uyarılar bazı hormon ve enzimlerin salınımını artırırken, bazılarınınkini azaltabiliyor. Hipofizin arka tarafında bir de pineal bezimiz var. Bu iki minicik organımız bizi yönetiyor desem hiç de abartmış olmam.

Hipofiz bezimizin de bir ön lobu (adenohipofiz), bir de arka lobu (nörohipofiz) var.

Adenohipofiz büyüme hormonumuzdan sorumlu. Şu aralar antiaging amaçlı dışarıdan alınmaya çalışılan popüler hormon. Halbuki ağızdan bu hormonu almak mümkün değil. Tiroid bezimizi uyarıcı TSH hormonu da buradan salgılanıyor.

Böbrek üstü bezlerimizi uyararak stres hormonu dediğimiz kortizolü salgılayan adrenokortikotropik hormon, yumurtalıklarımızı ya da testislerimizi uyarıcı gonad hormonları da bu minicik dünyanın içerisinde.

Süt hormonu dediğimiz prolaktin de bu hücrelerin eseri.

Nörohipofiz ise idrardaki suyun geri emilimini sağlayan ve uterusun kasılmasını sağlayan oksitosin hormonundan sorumlu. Galen'in çam kozalağının minik bir modeli olarak gördüğü PİNEAL BEZimiz şu meşhur Melatonin hormonumuzu salgılıyor, dolaylı olarak da iştah, uyku, hipotalamus ve hipofiz bezimizi de



etkiliyor. Aldığı ışık uyarıları, renk frekansları o kadar önemli ki ona **BEDENİN RUHU** diyenler dahi var. Hatta bize gece ve gündüz olduğunu da bu bezimiz söylediği için **ÜÇÜNCÜ GÖZ** adı ile de anılıyor.

İşte olan olaylar nedeni ile bizi etkileyen stimuluslar bedenimizin dengesini böylece bozuyor. Kimimiz tiroid problemleri yaşıyor, kimimiz böbrek üstü bezlerimizin aşırı kortizol salgılaması sonucu cin ifrit vaziyette dolanıyoruz.

Derin nefes alıp verelim, kendi kendimize olumlu telkinlerde bulunalım.

Hipofiz ve pineal bezlerimizi en güzel destekleyen yiyeceklerden de size örnekler vereyim isterseniz: yosun, hindiba, arı sütü, spirulina ve magnezyum, potasyum

minerallerinden zengin gıdalar.

Geçtiğimiz yıllarda Meksika Chalco'da 600 genç kız toplu histeri olarak adlandırılan bir şekilde hastalandı. Okuldaki 3600 öğrencinin 600'ü yürüme güçlüğü, ateş ve bulantı nedeni ile hastalanınca önce bunun bulaşıcı mikrobik bir hastalık olduğu sanıldı. Oysa ortada hiçbir organik neden yoktu. Okul Katolik Rahibeler tarafından yönetiliyor, çoğu fakir ailelere mensup olan genç kızlar evlerine çok az mektup yazabiliyor, telefon edemiyor ve senede ancak üç kez yakınlarını görebiliyorlardı.

Yirmi kişilik bir doktor-psikolog ekibi hastalanan çocukları evlerine birer haftalık tatillere yolladığında onların çarçabuk iyileştiklerini gözlemlediler. Bunun üzerine okulun aşırı kuralcı eğitiminde esnekliklere



gidildi. Kitle histerisi, kolektif histeri ya da kitle psikosomatik reaksiyonu olarak adlandırılan bu olayların tüm Dünya'da yüzden fazla örneği var. Bu öğrencilerin sırtları pek, karınları tok ama sevgi ve aile iletişimi eksik olunca, zihin bedeni hasta edebiliyor.

2006 yılında da Liberya'da altmış kız öğrenci ve öğretmeni Rahibe Teresa onuruna yapılan bir törende hastalanmışlardı.

Belirtiler ağlama ile başlamış, epilepsi benzeri nöbet geçirmeye ve ağızlarından köpük saçmaya başladıklarında olayın bir zehirlenme olduğu düşünülmüştü. Daha sonra olayı inceleyen Psikiyatrist Benjamin L. Harris bunun da bir kolektif sosyojenik psikosomatik hastalık olduğunu belirlemişti.

Üstelik şimdiye kadar bu tür vakalarda yapılan çalışmalar bu tip rahatsızlıkların toplulukta görsel ve işitsel uyarılarla hızla yayılabildiğini gösteriyor.

Batman'da görülen intihar olaylarının da bu tür bir reaksiyon olduğu sanılıyor, aşırı baskıya verilen öğrenilmiş bir tepki.

Gerçi töre cinayetlerine intihar süsü verildiğine dair de pek çok söylem var, hangisi doğrusu bilmiyorum.

Köprüden atlama ve intihar olaylarını da aslında medyanın görsel olarak vermemesinde yarar var, o duygu da ekranlardan bulaşabiliyor çünkü.

Dozunu giderek artıran terör ve şiddet olaylarını, şiddete uğrayan, öldürülen kadınların haberlerini bizlere naklederken medyanın sorumluluğu giderek artıyor. Seçilen sözcükler dahi bir topluluğu galeyana sürükleyebiliyor. Şeytan ayrıntıda gizli değil mi zaten.

Kritik günlerde kardeşi kardeşe kırdırmamak, sakinliğimizi bize yakışır şekilde korumamız gerekiyor.

Ülkemizin bütünlüğünün barış içerisinde devam etmesi dileğimle hepimizin 2013 Yeni Yılı kutluyorum.

Maya takviminin sonu nedeni ile pek çok kişi Dünya'nın sonunu bekler halde olsa da ben YILBAŞI'nı keyifle kutlayacağımıza inananlardanım. □

İnancınızı Koruyun

Edgar Cayce

SUNU bilmelisiniz ki yeryüzünde edindiğiniz bu fiziksel yapı esenlik, doğruluk ve gerçeğe kavuşma planının, Yaratıcı Güçlerin ya da Tanrı'nın bir parçasıdır.

Her insan, Tanrı denilen gücün bedeninde bir zerredir.

Her insan, yeryüzünde eylem halindeki Yaratıcı güçlerin bir tezahürüdür. Her insan, kendini ifade etmeye çalışırken bir beden ve zihne sahip olur. Zihin, bedenin ve diğer insanların ona sunduğu şeyleri fark edecek güçtedir; beden ve zihne etki yapan şeyleri de bilir.

Hiçbir ruh maddi aleme tesadüfen gelmez; onu seven Tanrı'nın lütuf ve merhametiyle yaşama başlamaktadır. Dilerse, Yaratıcı Güçlerle birleşmek için onlarla bir olmayı engelleyen hata ve arzular üzerinde çalışabilir.

Ruhun belirli bir yaşam sürecinde ilerleme kaydetmesi ya da geriye düşmesi, benimsediği ideale ve bu ideali uygulayarak zihinsel ve maddi ilişkilerinde neler yaptığına bağlıdır.

Yaşam anlamlı bir deneyimdir. Kişinin yaşadığı bu mekan yeteneklerin, kusurların, güçsüzlük ve erdemlerin kullanıldığı, amaca ulaşmak için ruhun üç boyutlu yaşam alanında kendini ifade etmeye karar verdiği bir alandır.

Şunu bilmelisiniz ki değişmez nitelikte yasalar vardır. Ve sizi çevreleyen evrensel yasalar başlangıçtan beri yürürlüktedir.

Bu nedenle, birini ayıpladığınızı takdirde bir gün siz de ayıplanacağınızı bilin. Bağışlamayı bilerseniz, siz de bağışlanırsınız. Kardeşlerinize ne kadar az hizmet ederseniz, Yaradan'a da o kadar az hizmet etmiş olursunuz. Bunlar yasal hükümlerdir; bunlar gerçektir; bunların hiç

sonu gelmez. Ve sonucun belirlenmesi size göre yavaş olsa da yasalar değişmez, başka türlü olması da mümkün değildir. Yapılan bir yanlışlığın, bir hatanın, bir başarısızlığın bedeli ödenmelidir. Gökler



ve yeryüzü göçüp gitse de Tanrı'nın sözü unutulmaz. Onun sözü doğru yolu gösterir, gerçek O'dur, ışık O'dur. Her ruh son zerresine kadar yaptıklarının bedelini ödemek zorundadır.

Onun emirlerini nasıl yerine getiriyorsunuz?

Güçlü kahramanlık gösterileriyle değil, bilgi ya da güçle değil; bunu ruhun içinde var olan incelikle yapmalısınız: Sevgiyle, şefkatle, güçlülere göğüs gererek ve sabırla... Bunları yoldaşlık ilişkiniz içinde biraz burada biraz şurada uygulayarak, onunla bir olma yolunda ilerlemiş olursunuz. Kendinizi bundan ayrı tutabileceğinizi mi sanıyorsunuz? Yeryüzünde, göklerde ve cehennemde sizi Tanrı'dan ve kardeşinizin sevgisinden ayrı tutacak hiçbir şey olamaz, kendinizden başka.

Bu nedenle, ayağa kalkın ve eyleme geçin: Yaşamınızda kişisel benliği yücelten şeylerden güzellikle ve

sabırla uzaklaşmanız gerektiğini bilin. Çünkü ruhun farkına sabırla varılır; Bireylik O'nun içinde böyle erir; Tanrı ve Mesih'in yönlendirdiği kişilik ancak böyle parıldar. Gördüğümüz gibi kaderinizi değiştirmek kendi elinizdedir; dünyanın kaderi de öyledir...

Meditasyon yaptığınızda, insanlara yol gösterirken ya da kendinizi bir yoldaşa adadığınız zaman ortaya çıkan inanca sıkıca sarılın. Çünkü bir yoldaşa verilen hizmetin karşılığında alınan armağanların ve O'nun adına verilen sözlerin arkasına gizlenen bir kimse, aslında yeryüzü deneyiminde onu korkutmuş olan bir sürü hatayı gizlemeye çalışmaktadır. Önemli olan bilginin kendisi ya da maddi alemde elde edilen başarılar değil, yapıcı güç ve etkilerle yoldaşınızın deneyimine ne kattığınız ve kendi yaşamınızı nasıl değiştirdiğinizdir. Yolunuz O'nun yolu olmalıdır; O, yaşam ve ışıktır. O, Yaratandır. Bize tüm iyi ve

kusursuz armağanları O vermektedir. İnsanoğlu tohum ekmeyi becerebilir, madde üzerinde ve ruhsal güçlerle ilgili kayda değer bir ilerleme de gösterebilir... Ama bunların getirisi ve elde edilen kazanımlar, yaşamsal bir armağan olan Tanrı tarafından ve O'nun vasıtasıyla gelmelidir. Gerçeklik tohumunu nereye ve nasıl ektiğiniz önemli değildir; ancak ve ancak, alçakgönüllü bir yaklaşımla ve samimi bir amaç taşıyarak ekim yaparsanız ürün alırsınız. O'nu yücelten bir hedef gütmeli ve buna odaklanmalısınız. Yolunuz bu olmalıdır; izlemeniz istenen anlayış budur.

Bu nedenle, Tanrı'nın yeryüzü oluşumlarını ortaya çıkaran bir kanal olmaya çalışın; çabalarınız, yoldaşınızın yüreği ve zihninde bunu gerçekleştirmeye yönelik olmalıdır. Çünkü zihin her zaman yapı ustasıdır. Bu nedenle zihninizi öyle yönlendirmeli, bunu yoldaşınıza öyle sunmalı ve amacınıza öyle odaklanmalısınız ki

O'nun sözleri karanlıkta kalan, zayıf düşen ve yolda tökezleyen insanları aydınlatırsınız. Bu kimseler bencilliğin derin uykusuna dalmış ve kendilerini zevke kaptırmış olsalar bile yeryüzünde gerçekleştireceğin görkemli etkinlikler ve onları uykudan uyandırmak üzere vereceğin uğraş için ihtiyaç duyduğunuz güç ve enerji sana verilecektir.

Bu nedenle inancınızı koruyun çünkü O sizin için hem güç kaynağı hem de korunaktır; O size yol gösteren büyüğünüzdür. Onda, sizi ve diğerlerini sevindirecek, huzura kavuşturacak ve mutlu edecek çok şey bulursunuz ve tüm korkularınız yok olur. Çünkü O, huzurun ta kendisidir. İnsanların bildiği huzur ya da mutluluk değildir bu; uyumlu bir tavır içinde, yaşamın bir olduğunu, yani Tanrı'nın kendini yeryüzünde ifade edişini hissetmektir... Zaten O da birdir.

İnancınızı yitirmeyin. □

Kaynak: *Edgar Cayce: Bir Medyomun İnanılmaz Yaşam Öyküsü*, Thomas Sugrue, çevirenler: Yalçın Saraçoğlu - Mahire Clarke, 2008, Ruh ve Madde Yayınları.



Dinleme

Semra Ordu

DİNLEME olgusu, kökleri insanoğlunun yeryüzünde ilk varoluşuna dek uzanan en temel yeteneklerinden biridir. Bu yetimiz kuşkusuz, insanlık tarihi boyunca çeşitli aşamalardan geçerek, sonunda belli bir olgunluk seviyesine ulaşmış bulunmaktadır. Bunun en açık örneklerini bugün teknolojik gelişmelerde görebilmekteyiz. Hatta öyle ki, insanoğlu elindeki olanaklarıyla en ufak sesi bile kaydedebilirken, ayrıca uzayın derinliklerine de uzanarak, devasa kulaklar aracılığıyla, daha başka seslere ulaşma-onları dinleme- çabalarını da sürüyor. Ancak, teknik alandaki bu gelişmişliğin izlerini sosyal yaşantımızda pek de görememekteyiz. Şöyle ki, Babil Kulesi olarak adlandırılabilir dünyamızın bu haliyle, her kafadan bir sesin çıktığı, kimsenin -gerçekten- kimseyi dinlemediği, bir arı kovanından çıkan uğultuyu andırıyor günümüz insanının iletişimi. Yaşantımızın her anında bunu, rahatlıkla deneyimlemekteyiz. Aynen benim geçenlerde edinmiş olduğum bir deneyimimde olduğu gibi...

Geçtiğimiz haftalarda, yaşadığım şehir olan İzmir'de, bir "Yaşam Koçluğu" kursuna katıldım. Kursta hocalarımız bize en çok, "dinleme" konusunda bilgi verdiler. Hayatta da, yaşam koçluğunda da en çok karşımızdaki "danışanı" büyük bir dikkat ve ilgiyle dinlemeliydik! Özellikle derslerde bu konunun altı çizilmekteydi. Dersin kalan süresinde de "koçluk" üzerine uygulamalı seanslar yaptık. Yine bunların birinde, yanımda oturan arkadaşım ile bir seans deneyimlemekteydik. Arkadaşım bana "koç" olarak sorular yönlendiriyordu. Ben ona "danışan" olarak kendimi anlatmaktaydım, o da elindeki kağıtlara not aldı. "Önümüzdeki günlerde, İstanbul'a gideceğim. Orada, insanın kendini geliştirmesi adına elverişli yaşam alanları var. Ben de varlıksal seviyemi

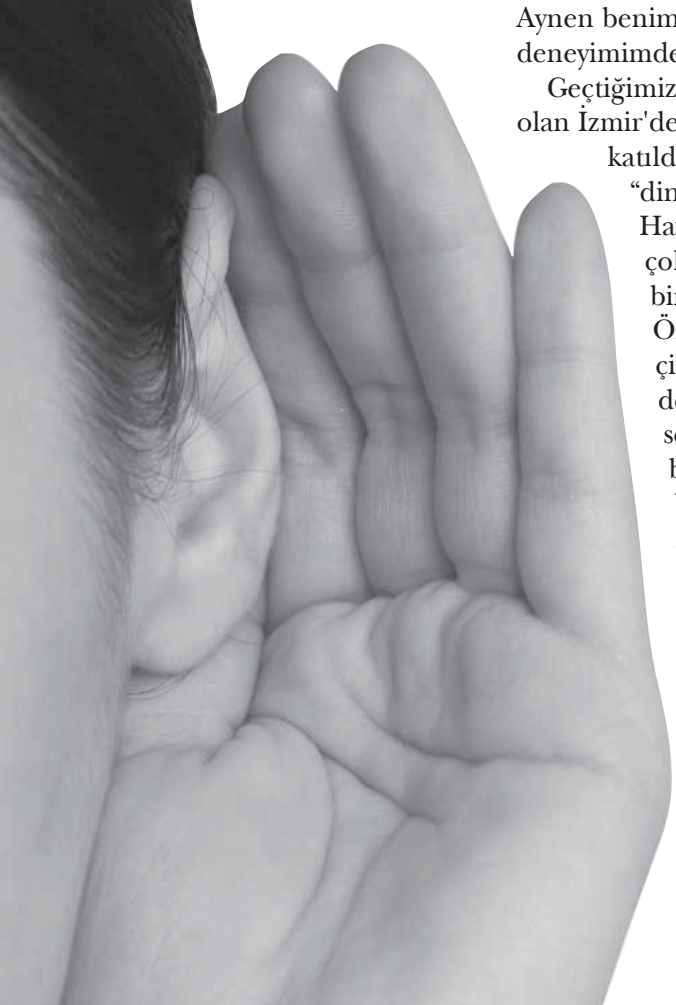
yükseltmek bakımından, o söz konusu verimli alanlarda, çaba sarf edeceğim. Orada kendime yeni yeni arkadaşlar edineceğim," dedim. Ben bunları söylemişim ama arkadaşım bambaşka şeyler yazmıştı: "İstanbul'a tatile gideceğim. Orada elit ortamlarda bulunacağım. Ve kendime zengin birini bulacağım." Şahane değil mi?

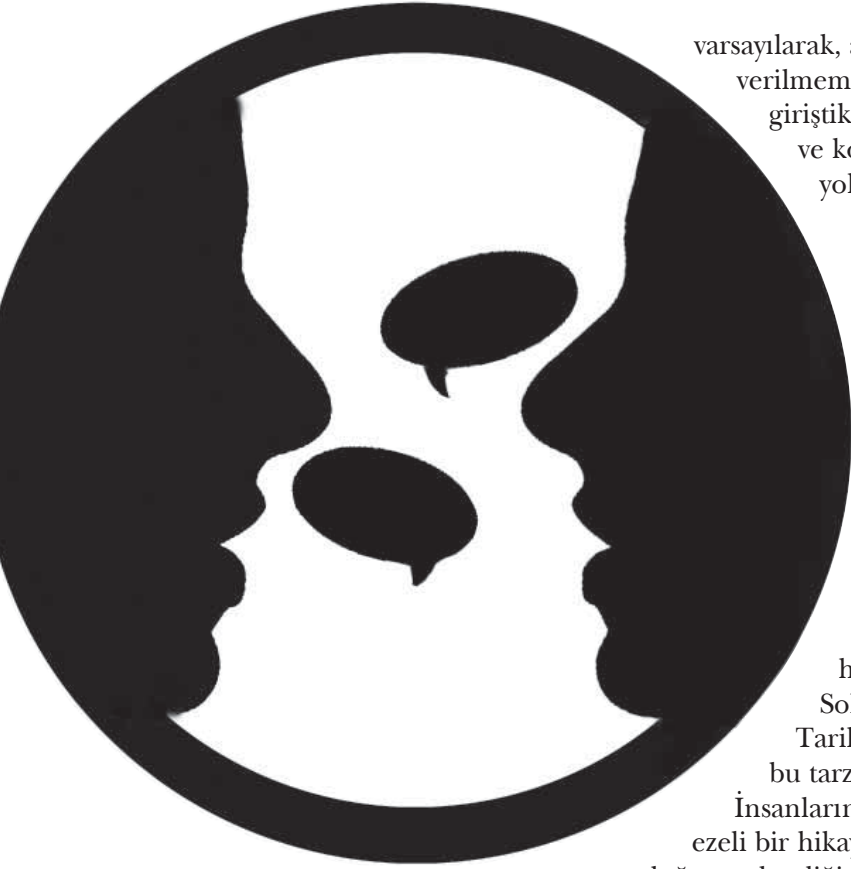
O anda kafamda birden, çocukken oynadığımız, "telsiz telefon" oyunu çağrışım yaptı. O oyunda tüm çocuklar yan yana dizilirdik. Biri, en baştağının kulağına eğilir ve fısıltıyla bir cümle söylerdi. O söylemiş olduğu cümle, sıranın sonuna gelinceye kadar türlü değişikliklere uğrar ve en sonunda da, en olmayacak anlamlar yüklenmiş bir şekilde, sondaki arkadaş tarafından yüksek sesle söylenirdi. Bu durum, bize komik gelir ve gülerdik. Ne var ki, benzer bir durumu, "Yaşam Koçluğu" kursunda da deneyimlemiş olmak açıkcası ilginçti.

İnsanın, "dinleme" olayının, bu denli çetrefil bir hal almış olmasının başlıca nedenleri arasında hiç kuşkusuz, yine insanın kendini doğadan uzaklaştırmış olması gerçeğidir. Doğadan iyice yüz çeviren insan, kendine de, kısıtlayıcı sınırlar getiriyor demektir. Araya duvarlar koyar, çapı daralır, görüş-duyuş alanı kısıtlanır vs. Gerçek seslere ve onların anlamlarına uzak kalır. Örneğin Antik Yunan'da filozoflar, dersleri doğanın kucağında -ormanlık alanda- yapmaktaydılar. Ve belli bir mekanları yoktu. Bilindiği gibi bunlar, sonraları, "lise"lerin kaynağı olmuştur. Günümüzde

ise bir okul açılacağı zaman, ilk önce bina arayışına girilir. Oysa mekanın bir önemi yoktur. Önemli olan, o anlayışın oluşturulmasıdır. Gidip görenler bilirler, örneğin Oxford Üniversitesinin, belli bir mekanı yoktur.

Evrenle bütünleşmekten söz ediyoruz. Bunu ilk önce, kafalarımızın içinde yapmamız gerekmez mi? Televizyon yıldızlarını seyretmekten, gökyüzündeki yıldızları seyretmez olduk. Eski doğa öyküleri artık, insanın kulağına sofistike gelmektedir. Günümüzde, kim doğayı dinleyebilir ki? Tıpkı, Amerikalı yazar





varsayılarak, asla sözlerine kulak verilmemiştir. Sonuçta, giriştikleri savaşı kaybederler ve koskoca bir Troya kenti yok olur.

Kral Midas da ünlü Yunanlı bilge devlet adamı Solon'u dinlememiştir; ta ki yenilgiden sonra, kendisini yakacak olan odun yığınlarına gidinceye dek... Son anda, o da gerçeği kabul ederek, tarihteki ünlü nidasını haykırmış ve "Solon Solon Solon" demiştir. Tarihin sarı yaprakları bu tarz öykülerle doludur. İnsanların "dinlememe"si ezeli bir hikayedir. Bize düşense, doğanın, benliğimizin ve ruhumuzun gerçekleri yansıtan sesine kulak vermeye başlamak, bunun için birbirimizi iyi dinlemeye çaba göstermek ve bu yolla evrenle uyum içinde, şuur açısından ilerlemiş bir dünyaya ilerlemeye çalışmak olmalıdır. □

Michael Blake'in Kurtlarla Dans adlı eserinde anlatmış olduğu gibi, kim, "yağmakta olan karın", ertesi gün dineceğini haber verebilir ki? Şurası bir gerçektir ki, insanlığın içinde bulunduğu harala gürele durumları, devam ettiği sürece, uyarılara kulak vermediğimiz sürece, karşılaşmakta olduğumuz güçlüklerin, katlanmış bir şekilde süreceği gerçeği, açık seçik ortadadır. Shakespeare de Troilus ile Kressida adlı eserinde, benzer şeylerden söz etmiştir; Kral Priamos'un kızı görücü kahin Cassandra, çevresindekileri Yunanlılarla bir savaşa girmemeleri konusunda uyarıya çalışmış. Fakat, çıldırmış olduğu

Etkinlikler

BİLYAY VAKFI ve MTİA DERNEĞİ

- SALI KONFERANSLARI (Saat: 19:30-21:00)
 - 04 ARALIK Dünya Okulu ve Kıyamet..... Alparslan SALT
 - 11 ARALIK Hayatlar Arası Hayat Paul AURAND
 - 18 ARALIK Anlayış ve Uyum Alpaslan CEBBAROĞLU
 - 25 ARALIK Geleceğin İnsanı Levent KOSOVA
- CUMA KONFERANSLARI (Saat: 19:30-21:00)
 - 07 ARALIK Buradan Nereye Gidiyoruz? Graham SKELCEY
 - 14 ARALIK Kader ve Özgür İrade Hans TENDAM
- ATÖLYE ÇALIŞMALARI (Saat: 19:30-21:00)
 - 01-02 ARALIK Şamanik Yolculuk 1..... Juanita PUDDIFOOT
 - 15-16 ARALIK Ana Meselenin Keşfiyle Dönüşüm Hans TENDAM
 - 19-20 OCAK Şamanik Yolculuk 2..... Juanita PUDDIFOOT
 - 09-10 ŞUBAT Ruhsal Şifa (Reiki 1 ve Reiki 2) Fadime EMİR
 - 16-17 ŞUBAT Atasal Köklere Yeniden Bağlanma Mark WENTWORTH, Filipe de MOURA
 - 24 MART Organların Yenilenmesi..... Marion BOON

Yer: Hasnün Galip Sok. Pembe Çıkma Zaviye 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

İZMİR RUHSAL ARAŞTIRMALAR DERNEĞİ

- SALI KONFERANSLARI (Saat: 19:30-21:00)
 - 11 ARALIK Değişime Hazır mıyız? Reşat GÜNER
 - 25 ARALIK Düşler ve Sınırlar Ebru Denizeri

Yer : Mimar Sinan Mah. 1408 Sok. Hacibey Apt. No:6/10 Alsancak-İZMİR
Tel: (0 232) 464 00 17 e-posta irader@irad.org * www.irad.org

Yerimiz sınırlı olduğundan etkinliklerimize kaydolmak için lütfen 14:00-17:00 saatleri arası (0232) 464 00 17 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 ADANA • Tel: (0 322) 454 60 29
e-posta: adrad@adrad.org • www.adrad.org

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

Ruh ve Madde Yayınları Fiyat Listesi

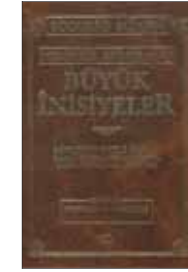
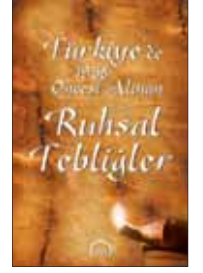
12. Gezegen: Zecharia Sitchin	23 TL
300 Soruda DeneySEL Ruhçuluk:	
Alparslan Salt, Özgü Elvan Yılmaz	15 TL
Agarta: Rene Guenon.....	12 TL
Akaşık Kayıtlar: Rudolf Steiner.....	13 TL
Ateş Üstünde Yürüyenler: Joel Andre	5,5 TL
Ayurveda: Roy Eugene Davis	11 TL
Bagavatgita "Rab'bin Ezgisi"	11 TL
Batık Kâta Mu'nun Çocukları:	
James Churchward.....	13 TL
Beyaz Kartal/Güzel Hayatı Yaratmak.....	6 TL
Bilinmeyen Gücümüz: Dean I. Radin.....	21 TL
Büyük İnisyeller: Edouard Schuré	40 TL
Çağlar Boyu Uçan Daireler.....	9 TL
Çocuklara Öyküler: Yavuz Keskin.....	6 TL
Çocukların Unutulan Dili: Lillian Firestone	17 TL
DDA-Evren Dili: Ingo Swann	11 TL
Dinlemenin Zen'i: Rebecca Z. Shafir	19 TL
Dünya Tarihsel Keşif Seferleri: Zecharia Sitchin	22 TL
Edgar Cayce: Thomas Sugrue	25 TL
Enerjiler: John G. Bennett.....	8 TL
Enneadlar: Plotinos.....	16 TL
Eon: Jean E. Charon	11 TL
Fallar: Walter B. Gibson-Litzka R. Gibson	9 TL
Geçmiş Yaşamlarınızı İyileştirmek:	
Roger J. Woolger	20 TL
Geleceğin Felaketleri: Alparslan Salt.....	7,5 TL
Gerçek Varlık RuhTUR: Leon Denis	8 TL
Gurdjieff ve Ouspensky Öğretisi Üstüne	
Psikolojik Yorumlar: 1.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
2.Cilt, Maurice Nicoll.....	30 TL
3.Cilt, Maurice Nicoll.....	35 TL
4.Cilt, Maurice Nicoll.....	25 TL
5.Cilt, Maurice Nicoll.....	25 TL
5'li set, Maurice Nicoll	125 TL
Günlük Sofroloji: Jean Yves Pecoello.....	10 TL
Herkes İçin Ötealem Rehberi: G.M. Roberts	13 TL
Her Şey Mümkündür: Roy Eugene Davis.....	10 TL
Hinduizm: Swami Nikhilananda	15 TL
Hint Kökenli Dinlerde Karma İnançının	
Tenasüh İnançıyla İlişkisi: Dr. A. İ. Yitik	8 TL
İçsel Gerçeklik: Paul Brunton	10 TL
İki Dünya Arasında: F. Wiedemann.....	14 TL
İlahi Karşılaşmalar: Zecharia Sitchin.....	22 TL
İpnoz ve Ötesi: Lee Pulos	9 TL
İsa Keşmir'de mi Öldü?: S. Obermeier	8 TL
İsis ve Osiris: Plutark	13,5 TL
Kader Sorunu: Leon Denis.....	13 TL
Kayıp Diyarlar: Zecharia Sitchin.....	18 TL
Kayıp Kâta Mu: James Churchward.....	18 TL
Kendini Bilen Evren: A. Goswami.....	22 TL
Kozmik Sempati: David Spangler	17 TL
Kozmik Şifre: Zecharia Sitchin	19 TL
Kriya Yoga Felsefesi ve Uygulaması:	
R. Eugene Davis	5,5 TL
Kutsal Tesirler: J. G. Bennett.....	8,5 TL
Küresellik: Cengiz Çevre.....	7 TL
Meta Ansiklopedi: Alparslan Salt-Cem Çobanlı	40 TL

Ne İçin Yaşıyoruz?: J. G. Bennett.....	8 TL
Otopsi Roswell Olayı: Y. Tokatl.....	9 TL
Ölüm Sonrası: Colin Wilson.....	22 TL
Ötealem Deneyleri: Dr. Gary Schwartz.....	19 TL
Ötealeme Geçerken Gördüklerimiz:	
Sir William Barrett	8 TL
Parapsikoloji ve Felsefe: David Ray Griffin.....	9 TL
Psikosentez: Will Parfitt.....	10,5 TL
Ruhlar Kitabı: Allan Kardec.....	30 TL
Ruhların Kaderi: Michael Newton	24 TL
Ruhların Yolculuğu: Michael Newton	22 TL
Ruhsal Alemin Işığ: Silver Birch	10 TL
Ruhsal Alemin Sonsuz İmkânları: A. Pauchard.....	6 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 1: Dr. K. Nowotny.....	10 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 2: Dr. K. Nowotny.....	11 TL
Ruhsal Dünyadan Mesajlar 3: Dr. K. Nowotny	10 TL
Ruhun Güçleri: Leon Denis	8 TL
Rüyalar: Sevda Yücesoy.....	15 TL
Sevinç ve Güzellik Alemleri•	
Kader Bilmecesi: A. Pauchard	7 TL
Semboller Ansiklopedisi: Alparslan Salt.....	30 TL
Tanrı'nın Eczanesinden Sağlık: Maria Treben.....	20 TL
Tekvardoğuş 2. Cilt	13 TL
Tekvardoğuş 3. Cilt	13 TL
Tekvardoğuşu Keşfetmek: Hans TenDam	28 TL
Türkiye'de 1958 Öncesi Alınan Ruhsal Tebliğler:	
Derleyen ve Türkçeleştiren Alparslan Salt.....	24 TL
Umut Habercileri: Paola Giovetti	12 TL
Uzay Gemilerinde: George Adamski	9 TL
Ünlü Bir Medyomdan Astrolojik Açıklamalar:	
John Willner	22 TL
Vizüalizasyon: Ursula Markham	10 TL
Yaşayan Zaman: Maurice Nicoll.....	18 TL
Yeni Çağ Toplumunun İhtiyaçları: J. G. Bennett.....	8 TL
Yeni Çocuklar ve Ölümeye Yakın Deneyimler:	
P.M.H. Atwater	17 TL
Yüce Alemleri Bilmek: Rudolf Steiner.....	13 TL
Zaman Başlarken: Zecharia Sitchin	20 TL

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

Meta Yayınları Fiyat Listesi

Aslan Halkı: Murry Hope	12 TL
Astral Seyahat Teknikleri:	
Nusret Sefa Yılmaz	22 TL
Bir Yaşamımız Daha Olsa:	
Robert A. Johnson, Jerry M. Ruhl	15 TL
Çılgın Sarkaç: Itzhak Bentov.....	18 TL
Dikkat: Ruh Eşiniz Çıkabilir!: Janet Cunningham,	
Michael Ranucci.....	12 TL
Diyet ile Romatizma Tedavisi: J. V. Belle	11 TL
Dünya'ya Mektup: Elia Wise	16 TL
Emmanuel'in Kitabı: Judith Stanton, Pat Rodegast	18,5 TL
Excido: Aysun Bitir	10 TL
Göksel ve Versel Işımlar: Wilton Kullmann	10 TL
Hiçlik Denen Yer: Zeynep Zahal Camat	14 TL
İçimizdeki Tanrı: Roger Woolger	25 TL
İçten Dışa Değişim Teknikleri: U. Markham.....	11 TL
İçten Yaşamak: Sri Aurobindo ve Anne	13 TL
Kainatın Masalı: Zeynep Zahal Camat.....	14 TL
Kendinizi Güvende Hissedin: William Bloom	13 TL
Kıyamet Kitabı: Zeynep Zahal Camat.....	10 TL
Koruyucu Meleğiniz Konuşuyor: Jonathan Cainer....	13 TL
Küçük Mucizeler: Judith Leventhal	11 TL
Mandala: Helga Fiala	18 TL
Masumiyete Dönüş: J. M. Schwartz	16 TL
Mong: Hendrick Vannek.....	10 TL
Neden Ben, Neden Bu, Neden Şimdi:	
Robin Norwood.....	14 TL
Psikik Korunma: Fadime Emir.....	15 TL
SQ: Ruhsal Zekamızla Bağlantı	
Kurmak: D. Zohar-Dr. I. Marshall.....	19 TL
Strese Son!: Alix Kırsta	20 TL
Şamanik Yolculuk: Sandra Ingerman	20 TL
Tui Na Çocuk Masajı: M. Mercati	18,5 TL
Yönlendirilmeli GEVŞEME Uygulaması:	
Reşat Güner (CD)	15 TL
Zararlı Işımlardan Korunma: W. Kullmann	11 TL



Seçtiğiniz kitapları web sitemizden %20 indirimle sipariş edebilirsiniz:

www.ruhvemadde.com

Bilyay 2012 2013 Akademi

Kendinizi bilmek...?

**Türkiye'nin ilk spirittürel kurumundan akademiyeye...
Birleştiren bilgili yaşıyoruz...**

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

I. SEVİYE PROGRAMINDAN BAZI KONU BAŞLIKLARI TEMEL RUHSALLIK BİLGİLERİ

- Ruhsal bilgilerin esasları
- Ruhsal bilgilerin genel tarihçesi ve gelişimi
- Ruhsal araştırmaların metodolojisi
- Astroloji, meditasyon, şifa teknikleri, radyestezi, akupunktur
- Yeni spirittüel tekniklerin ruhsal değerlendirmeleri
(EFT, NLP, reiki, regresyon çalışmaları)
- Geleceğe ait öngörüler
- Ruhsal tabiiyetlerin anlaşılma metodolojisi
- Ufoloji (varıksal eşitlik sentezleri)
- İmajinasyon (Yeni Çağ'da, fırsat mı tehlike mi?)
- Felsefe, Antik Yunan, Orta Çağ, postmodern felsefeler
- Semboller ve ezoterik anlamları
- Kuantum ve ruhsal sentezi
- Kendini bilmek
- Homeopati
- Nefes teknikleri
- Hipnoz teknikleri
- Paisik arkeoloji
- Ezoterik felsefeler
- Yoga
- Palkodrama
- Şamanik uygulamalar

Parapsikoloji, DDA, rüya çalışmaları
Sanat ve ruhsallıkta örtüşen pratik uygulamalar



Metapsizik Tetkikler ve
İlim Araştırmalar Derneği



İnsanlığı Birleştiren
Bilgiyi Yayma Vakfı

BİLYAY Akademi'nin **24 Kasım 2012'de** başlayacak olan yeni dönemi için kayıtlar devam ediyor.

www.bilyay.org.tr / www.bilyayakademi.net