

# SEVGİ

dünyası

SAYI: 112944 2003/05 FİYATI: 2.500.000

## DÜNYADA NİÇİN YAŞIYORUZ, NASIL YAŞAMALIYIZ?

Dr. Refet Kayserilioğlu

## TİBET YOGA

Güngör Özyiğit

## BENİM CİCİ SİLAHIM ve İKİNCİ KÖRFEZ SAVAŞI

Nelda Bayraktar

## MUSİKİ - SES VE RENK İLE TEDAVİ

Yavuz Yektay



Aylık Kültürel ve  
Siyasi Dergi

Cilt: 35  
Mayıs 2003  
Sayı: 413

SEVGİ YAYINLARI  
TİC. LTD. ŞTİ.

adına

Sahibi ve Genel Yayın  
Müdürü

Dr. Refet Kayserilioğlu

Yazı İşleri Müdürü:  
Güngör Özyiğit

Yayın Kurulu:  
Güngör Özyiğit  
Nelda Bayraktar  
Özenç Kayserilioğlu  
Hale Ürkmezigil

Haberleşme Sorumlusu:  
Kazım Erdemoğlu  
212 - 250 42 42

Okur - Abone İlişkileri:  
Kazım Erdemoğlu  
212 - 252 85 85

Yönetim Yeri:  
Aydede Caddesi  
Kıvılcım Apt. No.4/5  
34437 Taksim, İSTANBUL  
212 - 250 42 42

Yazışma Adresi:  
SEVGİ DÜNYASI  
P.K.471-Beyoğlu, 34437  
İSTANBUL

Mizampaj ve  
Teknik Danışman:  
Hale Ürkmezigil

Dizgi:  
Özenç Dizgi

Baskı:  
Anka Basım  
212 - 629 01 83

Fiyatı: 2.500.000 TL.

Yıllık Abone:  
30.000.000

Yurt Dışı: 35.000.000 TL.

## İ Ç İ N D E K İ L E R

### Sevgili Dostlar

Dr. Refet Kayserilioğlu ..... 1

### Dünyada Niçin Yaşıyoruz, Nasıl Yaşamalıyız?

Dr. Refet Kayserilioğlu ..... 2

### Tibet Yoga

Güngör Özyiğit ..... 9

### Benim Cici Silahım ve İkinci Körfez Savaşı

Nelda Bayraktar..... 13

### Sorularla Ruhsal Olaylar

Özenç Kayserilioğlu ..... 16

### Musiki - Ses ve Renk ile Tedavi

Yavuz Yektaş ..... 20

### Kendime Mektuplar

Nelda Bayraktar ..... 22

### İnternette

..... 24

### İki Yaşam Arasında

Çev: Arın İnan .....26

### Gönüldeki Mübarek Mühür

Nadide Kılıç ..... 30

### Işığın Hazinesi

Çeviren: Nelda Bayraktar.....33

### Çocuklarla El Ele

Nadide Kılıç ..... 36

### Esinler

Olgay Göksel ..... 38

### Ana ile Kuş

Öykü ..... 40

### Yıkıcı Yakınlık, Yapıcı Ayrılık

Zehra İskender ..... 43

### Şükürle Yaşamayı Bilmek

Ali Rıza Tanaltay ..... 45

### Garip Ama Gerçek

..... 47

# Sevgili Dostlar

"Bir olunuz, birleşiniz. Birleşmekte size faydalar var. Kavga etmekle ne elde edersiniz? Elde etmek istediğiniz şeyleri size bilgi vermez mi? Kavga edenler zarar görür... Dost olanlar, bir olanlar iyi yaşar. Yalnız başınıza yaşamak mı hoşunuza gidiyor? Eksikli olursunuz. Her şeyi size bilgi verecek. Öğreniniz, çalışınız..." sözlerine uygun mu yaşıyor dünyamız? Geçmişten bugüne kavga azaldı mı, arttı mı? Bizce azalmadı, arttı ve gittikçe daha da artacağı görülüyor.



Çünkü zihinler değişmedi, gönüller değişmedi; doğru, yanlış ve faydalı, zararlı kavramları değişmedi. Çünkü insanlar, kardeş olduklarını, birbirlerini sevmek zorunda olduklarını, dostluğun düşmanlıktan daha yararlı olduğunu henüz idrak edemediler. Aslında kavgada, kazanan da kaybeden de zarardadır. Dostlarla çevrili olan bir kişinin mutluluğu ölçüye sığmaz. Herkesle kavgalı olan kişi ise, herkesin düşmanlığını çektiği için yalnızdır ve mutsuzdur. Her an kendisine bir kötülüğün geleceği korkusu içindedir.

İşte bu basit, ama bu temel gerçekler, pek çok kişi tarafından bilinmediği için, dünyada kavga bitmiyor, aksine artıyor. Bu yalın ve temel gerçekleri sürekli tekrar ederek ve her yolla dile getirerek zihinlere ve gönüllere iyice benimsetmek zorundayız. Ancak bu gerçekler çoğunluk tarafından benimsenince barış, dostluk, huzur ve mutluluk tüm dünyaya yayılacaktır.

Gerçek dostluklar ve sevgiler insanları, ikiye bölme ve kandırmaca olmadan iyilik etmeye, affetmeye, destek olmaya sevk eder. Böyle gerçek dostluklar, dünyayı kurtaracak sihirli anahtarlardır, ancak sihirli anahtarı kullanacak insanlar, öncelikle her şeyi Sevgisinden Varedenin, Yaratanın varlığına inanırlar ve bağlanırlar. O'nun dileğinin, insanların birliğe ulaşması olduğunu bilirler. Kötülüğün de, iyiliğin de er geç yapana döndüğü gerçeğini de görürler. Yaratana gönülden inanan, O'nun dileğinin birliğe ulaşmak olduğunu bilen, iyiliğin de, kötülüğün de dönücü olduğunu bir çok örneklerle gören insan, artık kötülük yapamaz, düşman olamaz. İyilik etmenin, sevmenin, herkesle dost olmanın, herkese saygı duyup hizmet etmenin gerçek bir ibadet olduğunu görür. Çünkü insan Yaratana'nın kutsal bir eseridir. O'nun eserine, saygı duyan, O'na saygı duymuş olur. O'nun eserine, kuluna hizmet eden, O'na hizmet eder. Öyleyse, bundan büyük ibadet olur mu?

Bu söylediğimiz bilgiler doğru değil mi? Düşünün, akıl ve mantığınızla karar verin. Eğer doğru buluyorsanız, hemen bir uçtan uygulamaya, bilmeyenlere de öğretmeye başlayın. Fakat öğretmeye çalışırken sabır bastonunuzu elinizden hiç bırakmayın. Kimseye kızmadan, kimseyi kınamadan, kimseye hor bakmadan... Ve diğer elinizde de sevginin beyaz gülleri olarak çıkın yola...

En Derin Sevgilerimle  
**Dr. REFET KAYSERİLİOĞLU**

# Dünyada Niçin Yaşıyoruz, Nasıl Yaşamalıyız?

Dr. Refet Kayserilioğlu



*Dünya insan için bir yetişme ve eğitim okuludur.  
Bu okulda yükselen, gönlünü arıtan, insanlarla birliğe ulaşan,  
insan üstü safhalara geçebilir.*

## GENEL GÖRÜNTÜ

Dünya hayatının maksadı ve gayesi bilinirse ve dünya yaşamı insanlara sevdendirilirse, hayat daha zevkli ve daha verimli geçmeye başlar. Ama görüyoruz ki dünyada yaşayanların pek çoğu niçin yaşadığını bilmiyor, nasıl yaşaması gerektiğinin ise hiç farkında değildir. Dinlerden elde edilen bilgiler, asırların tecrübeleriyle biriken görüşler ve bilgiler yaşamın gayesi hakkında bazı ipuçları veriyor. Fakat insanlar bunlar üzerinde kuşbakışı düşünmediği için yaşamın gayesini göremiyor ve bulamıyor. Ben birçok kişiye "Niçin yaşıyorsunuz dünyada?" diye sordum. Çoğunluk bu konuyu hiç düşünmemiş; bazıları: "Yaşıyoruz işte" diyor. Bazıları da o esnada düşünerek, dinlerden edindikleri bilgileri de hatırlayarak şunları söylüyorlar: "Ahirete hazırlanmak için" "Allaha ibadet için" "Dünyada imtihan oluyoruz" Böyle söyleyenlere şu soruları sorunca cevap alamıyordum: "Ahirete niçin hazırlanıyorsunuz? Allah'a neye ibadet ediyorsun? O'nun senin ibadetine ihtiyacı mı var? Dünyada niçin imtihan oluyorun? Çünkü imtihan bir dersi öğrenip öğrenmediğini anlamak için yapılır. İnsana hangi dersler verilmiş ki, onun imtihanı yapılsın?" Bu sorular ise genellikle cevapsız kalıyor.

Bir insanın bir okula giderken bir gayesi ve bir maksadı vardır. Mesela ilkokula giden bir çocuğun öncelikle okumayı ve yazmayı öğrenme gayesi vardır. Sonra ilkokulu bitirerek daha yüksek okullara gitme maksadı olacaktır. Çocuğa ailesi ilkokula ne maksatlarla gideceğini öğretmemişse çocuk okulu gereksiz bir yük gibi, anatasının zoruyla çektiği bir belâ gibi görecektir. Ve isteyerek çalışmayacak, isteyerek öğrenmeyecek, zorla, tehditle bir şeyleri öğrense de okulu ve okumayı hiç

sevemeyecektir. Halbuki ailesi çocuğa, okulda okumayı, yazmayı öğrenerek üstün ve değerli bir çocuk olacağını ballandıra, ballandıra anlatsalar, çocukta bir heves uyanacaktır. Okumayı

---

**Dünyaya gelirken  
yanımızda nasıl  
yaşamamız gerektiğini  
gösteren bir  
prospektüs, bir  
tarifname veya bir  
yaşam kılavuzu yok...**

---

söktükçe övgüler ve beğeniler alsa, "Aferin, sen cahillikten kurtuluyorsun artık, okur yazar oluyorsun artık, değerli oluyorsun artık" dense çocuktaki okuma ve öğrenme isteği daha da artacaktır. Öğrendikçe de, ailesi içinde, okulda arkadaşları ve öğretmenleri yanında değerinin arttığını gördükçe de, okumaya ve öğrenmeye bütün varlığıyla sarılacaktır. Öyle sarılan çocuğun başarıları artacak, kazandığı yüksek notlar ve çevresinin takdirleri de artacak öylece okuma, öğrenme istek ve hevesi süreklilik kazanacaktır.

Dünyaya, görünüşe göre kendi isteğimizle gelmiyoruz. Ama dünyada bir süre yaşayınca da dünyadan gitmek istemiyoruz. Nerede, hangi ülkede, hangi ailede, hangi renkte, hangi dinde geleceğimiz de bizim elimizde değil. Nereye gönderilirse oraya gidiyoruz. Dünyaya gelirken yanımızda nasıl yaşamamız gerektiğini gösteren bir

prospektüs, bir tarifname veya bir yaşam kılavuzu da yok. Öyleyse insan yolunu el yordamıyla mı buluyor? Deneme, yanılma ve doğruyu bulma yoluyla mı hedefe varıyor insan? Hayır böyle değil. İnsana ilk dönemlerden itibaren, her devrin insanının seviyesine uygun olarak, yol gösterici bilgiler verilmiştir. Değişmeyen, aynı, ana esaslardan gelen bu bilgiler, insanların gelişmişlik durumlarına uygun olarak gittikçe gelişerek, kapsamı (şümûlü) artarak, çoğalarak, çeşitlenerek gelmektedirler. Her devirdeki insanlar o bilgilere ve bildirilere inanarak, onları hayatlarında uygulayıp doğru ve yararlı olduğunu anlayarak, ruhlarına iyice benimsetmişler ve kendilerinden beklenen yükselmeyi sağlamışlardır.



O halde her devirde insanlara yaşam kılavuzu verilmiştir. Hatta o doğru

yaşamı uygulayarak örnek olan, gülyüzlüler ve haberciler de gelmiştir. Ama zamanla insanlar, o bilgileri bozmuşlar, o örnek kişileri ya unutmuşlar, ya da putlaştırmışlardır. Öyle bir an gelmiş ki, insanlar bir yandan maddi yönden gelişirken, manevi yönden bozulmuşlar, şaşırılmışlar, eski gelen bilgiler de yetmez olmuş, sıkıntı ve kötülük artmıştır. O zaman yeni, daha geniş bilgiler gelmiştir. Eski bozulana düzeltmiş, bozulmayı tasdik etmiş, doğrulamış, insanlara yeni bir hız vermiştir.

### YAŞAMIN GAYESİ

Bir insanın doğduğu andan ölünceye kadar geçen yaşamını şöyle yukardan incelersek, bu bize yaşamın gayesi hakkında bir bilgi verebilir. Doğan çocuk önce yaşama savaşı veriyor. Memeye, mamaya saldırıyor. Altı pis olunca, karnı acıkınca, uykusu gelince, hasta olunca, oda havasız kalınca ağlıyor, bunların düzelmesini istiyor. Bunlar düzelince, yaşamını garantide hissedince de etrafı ile ilgilenmeye başlıyor. Her şeye dikkatle bakıyor, anlamaya, tanımaya çalışıyor. Konuşmaya başlayınca da "Bu ne, bu ne?" diye sorarak öğrenmeye çalışıyor. Daha büyüdükçe de, çocuğun merakı ve öğrenme ihtiyacı artıyor. "Bu neden böyle, niçin öyle olmuş?" soruları geliyor. Çocuklarının sorularını cevapsız bırakmayan bilgili anatalar, onlara bildiklerini, çocukların anlayacağı dilde anlatmaya, öğretmeye çalışıyorlar. Böyle yetişen çocuklar, süratle yükseliyorlar ve yaşamın ana gayesini yakalıyorlar. "Sus, senin aklın ermez, böyle saçma şeyleri sorma!.." diye çocuklarını susturan ve onların sorularının cevaplarını kendileri de bilmeyen anatalar çocukların gelişmesine, doğruyu yakalamalarına

katkıda bulunamıyorlar.

Çocuk okuldan, çevreden, aileden, yayın organlarından (Kitap, dergi, gazete, radyo, TV. v.s.) sürekli bir şeyler öğrenerek gelişiyor. İnsan ilişkilerindeki tecrübeleri, doğruları, yanlışmaları,

## Dünyada niçin yaşadığını bulanlar, bilenler, öğrenenler ve bu gerçekleri gönüllerine benimsetenler, dünyadan en kazançlı şekilde ayrılırlar.

aldanmaları, kazanmaları, üzülmeleri, gözyaşları ona pek çok deneysel bilgi de kazandırıyor. Deneylerle doğruluğu kanıtlanmış (ispatlanmış) bu bilgiler, onun ruhunca, daha kolay benimsenecektir. İnsan büyüdükçe, hem bilgi, görgü ve tecrübesi artıyor, hem de önceleri çok önemli gördüğü bazı şeylerin, gözyaşı döktüğü şeylerin zamanla o kadar önemli olmadığını anlıyor. Yaşı ilerledikçe en önemli şeylerin başında, sevmenin, sevilmenin, bilmenin, öğrenmenin, iyilik ve hizmet etmenin geldiğini anlıyor. İleri yaşlara gelince de dostların, insanın en kıymetli hazinesi olduğunu anlıyor. Hele Allah'ı tanımanın, O'na güvenmenin en büyük güvence olduğunu görüyor.

Bir insanın doğduğundan ölünceye kadar olan yaşam serüveni, insana niçin

yaşadığını gösteriyor. Ama elbette bu gerçeği görebilmek için, düşünmek, incelemek, analiz ve sentez yapmak gerekiyor. Zaten bunlar bilimin gerçekleri bulma metotları değil mi? Olaylara, dünya hayatına, araştırarak, düşünerek, anlam çıkararak bakabilenler, yaşamın gerçek gayesini yakalayabilirler. Dünyada niçin yaşadığını bulanlar, bilenler, öğrenenler ve bu gerçekleri gönüllerine benimsetenler, dünyadan en kazançlı şekilde ayrılırlar.

### ÜÇ BÜYÜK HEDEF

"Siz gerçeklerin tadını tatmak, iyiliklerin ipliğini bükmek için varolansınız. İki büküm olduğunuz halde topunuz parlak bir incisiniz. Siz dünyanızı aydınlatan Sultanı arayın..." cümleleri dünyada niçin var olduğumuzu, niçin yaşamakta olduğumuzu kısa ve öz olarak açıklıyor. İnsan gerçeklerin tadını tatmak ve iyiliklerin ipliğini bükmek için varolandır. Yani insan gerçekleri öğrendikçe, bilgi ve tecrübelerini artırıp, onları aklına ve ruhuna benimsettikçe yükseliyor ve mutlu oluyor. Sonra en büyük bilgiye el uzatıyor, Yaratanı bilmeye, tanımaya, dünyayı aydınlatan O Sultanı gönlünde bulmaya başlıyor. O'nu, O'nun kullarını ve O'nun var ettiği her şeyi seviyor. Kendini onlara sevdirmeye çalışıyor. İyilik yaptıkça, hizmet ettikçe, karşılıksız sevdikçe, insan hem seviliyor, hem gerçek ve hayırlı bir insan olduğunu idrak ederek mutlu oluyor.

Dünyayı Yaratan, orayı insanlar için ve tüm canlılar için rahatça yaşanabilir bir ortam olarak düzenleyen Yüce Rabbimiz, elbette belli maksatlarla insanı dünyaya göndermiştir. Çünkü O her yaptığını ve yarattığını bilgi ile,

düzenle ve belli maksatlarla var etmiştir. O'nun rasgele, tesadüfî bir işi yoktur. O abes iş yapmaz, şüphesiz. O'nun hükmü şaşmaz. İnsanın dünyada yaşamasının da büyük üç maksadı veya hedefi vardır.

Dünya, insan için bir yetiştirme ve eğitilme okuludur. Bu okulda insan yükselecek, olgunlaşacak, gönlünü arıtacak ve birliğe ulaşacaktır. İşte üç hedef bunlardır:

- 1) Yükselmek, olgunlaşmak
- 2) Arınmak
- 3) Birliğe ulaşmak.

Bunları açıklamadan önce, dünya yaşamının bu hedefleri gerçekleştirmeye yönelik geçirilmesi gerektiğini belirtmemiz gerekir. Çünkü dünya insanlar için, bu üç gayeyi gerçekleştirmesini sağlayacak bir okuldur. Dünya okulu bitirilmeden insan üstü diyeceğimiz safhalara geçilemez.

Dünya okulunu bitiren, burada öğrenilecek bütün dersleri, aklına ve gönlüne benimseten, onları her adımda uygulayan insan, insan üstü safhaya geçmeye hak kazanmış, dünya okulundan mezun olmaya hazır olan kimsedir. O, olgun, hoşgörülü, herkese sevgi dolu, dürüst, hizmete ve iyiliğe hazır bir insandır artık. Kendinden önce başkalarını düşünür, tüm canlılara, tüm varlıklara ve Yaratanına karşı sevgi ve saygı doludur. O, herkesin sevdiği, saydığı, bilgisinden, tecrübelerinden ve öğütlerinden yararlandığı hayırlı bir insandır. Onun tekrar dünyaya gelmesine gerek yoktur.

Dünya okulunu bitiremeyen kimse ise, eksikliğini tamamlamak için tekrar dünyaya gelmek zorundadır. Ama tekrar dünyaya gelebilmek de pek kolay bir iş değildir. Kendisine uygun bir yer

bulununcaya kadar, ya da önceki hayatındaki hatalarını idrak edinceye kadar çok uzun süre sıra bekleyebilir ve çok azap çekebilir. Onun için her insanın hayatının kıymetini bilmesi, hayatını çok iyi değerlendirmesi gerekir. İnsan dünya okulunu bitirmeden daha üst alemlere geçemeyeceğine göre, dünyaya geliş, insan için çok büyük bir lütuf, çok değerli bir imkândır. Onu boşa harcaması, azapların büyüğünü getirir. Hele hayatlarını başkalarının zararına, kötülük yolunda harcayanların cehennemi çok büyüktür. Onlar zarar verdiklerinin de vebalini ve yükünü taşımış olurlar.

İşte dünyada, kötülüklerden arınmak, iyiliklerle, bilgiyle ve sevgiyle donanarak yükselmek ve tüm insanlarla gönül birliğine varacak bir olgunluğa ulaşabilmek için yaşıyoruz. Bu gayeyi, bu hedefi gerçekleştirebilmek, sürekli ve düzenli bir çabayı gerektirir. O çabayı gösterebilmek için de hayatı ciddiye almak, dünyada rasgele yaşamadığını bilmek, dünya yolculuğunun hesabının sorulacağını hiç unutmamak lâzımdır. Dünya hayatı bir bakıma insan için bir imtihandır (sınavdır). İstenilen arınmayı, yükselmeyi, olgunlaşmayı ve birliğe ulaşmayı başarıp başaramadığının imtihanı yapılır. Karne ise geldiğimiz yere tekrar gidince alınır. Çünkü ölümle gittiğimiz yer, dünyaya doğmadan önce geldiğimiz yerdir.

### DÜNYADA NASIL YAŞAMALIYIZ?

İnsanın dünyadan en büyük yararı sağlayacak bir hayat sürmesi en akıllıca davranış olur. Dünyadan en büyük yararı, ancak Doğru Yaşam Bilgilerini öğrenip, benimseyip, uygulayarak sağlayabilir bir insan. Nedir o Doğru Yaşam Bilgileri?

Bunları şöyle sıralayabiliriz:

1- İnsanları, tüm canlıları ve tüm âlemleri yaratan, en büyük bilgi ve en büyük sevgi olan, Yaratanımızı tanımamız, sevmemiz, saymamız, O'nun buyruklarına uymamız lâzımdır öncelikle. O, insanı sevgisinden varedendir ve lütfedip insana gelişmeye açık bir akıl da verendir. Akıllı geliştirecek bilgileri de her yerde insanın yararlanması için hazır edendir. İnsanın sağlık içinde yaşayabilmesi, ufak bir çabayla yükselmesini sağlayacak bütün vasıtaları da (araçları) etrafında hazır edendir. Suyu, toprağı, havayı, elektriğı, yedi rengi, yedi sesi ve zamanı insanın hizmetine sunandır. Güneşi tükenmez bir güç kaynağı olarak karşımıza koyandır.

2- Dünyada yükselmek, Yaratanın buyurduğu tarzda iyi olmakla, iyilik etmekle, doğru olmakla, dürüst davranmakla, herkesin hakkına saygı göstermekle olur. Yani hem kimsenin hakkına tecavüz etmeyeceğiz, hem de gönül rızasıyla kendi haklarımızdan fedakarlık edeceğiz, iyilik yapacağız. Sonra düzenle, planlı olarak çalışacağız. Hayatımızı kazanmak için çalışacağız, bilgimizi artırmak için çalışacağız, insan kardeşlerimize hizmet için çalışacağız. Doğduğumuz andan ölünceye kadar sürekli olarak bilgilerimizi ve tecrübelerimizi artıracacağız. Edindiğimiz bilgi ve tecrübelerle bir yandan aklımızı geliştirecek, bir yandan da onları ruhumuza benimseterek uygulamaya geçeceğiz. Ve seveceğiz, önce bizleri Sevgisinden Vareden'i, bize her şeyi Veren'i seveceğiz. Sonra aynı özden yaratıldığımız tüm insan kardeşlerimizi seveceğiz. Sonra Yaratanımızın, Büyük Sevgilimizin varettiğı her şeyi seveceğiz, onlarla gönül birliğine varmaya çalışacağız. Aynen şu cümlelerle

formüle edildiğı gibi: "Yükselmenin merdiveni beş basamaklıdır, İyilik, Doğruluk, Çalışmak, Bilgi ve Sevmektir. En üst basamak da, en kuvvetli basamak; sevmek. Seviniz, dost olunuz."



3- Yapılmaması gereken şeyleri de yapmamak lâzımdır. Öfke, kin, haksızlık, yalan, gıybet (arkadan çekiştirmek), kıskançlık, bencillik, gurur. Bunlardan kurtulmak için insanın sürekli düşüncelerini kontrol etmesi, kimseyi düşman gibi görmemesi, nefisini terbiye için nefis denetlemesi yapması gerekir. Bunlardan kurtulmak işte gönlü arıtmaktır, Gönül arıtmazsa yükselme ve olgunlaşma tam olamaz. Gönlün arıtılması yükselmenin beş esasını benimseyip uygulamaya çalışırken daha kolay olur.

4- Tüm insanların Yaratanın Sevgisinden var edilmiş, özləri aynı

kardeşler olduğunu idrak ederek onlara sevgi göstermeye, hizmet ve iyilik etmeye çalışacağız. İnsana anlayış göstereceğiz, sabır göstereceğiz, hoş görülü olacağız ve affetmeyi hileceğiz. Bu tarz düşünce ve davranışlar hem yükselmemizi (tekâmülümüzü) hızlandırır, hem gönlümüzü arıtmamızı hızlandırır, hem de yaşamın üçüncü büyük gayesi olan insanlarla birliğe ulaşmamızı çabuklaştırır.

5- Dünya tekâmülünde bizi kötüyeye, kötülöklere çeken kuvvetlerle, iyiye, iyiliklere çeken kuvvetler arasında sürekli bir mücadele, bir savaş vardır. Kötölöklere çeken, aklımıza gizli vesveseyi veren iblis ve kötü kişilerdir. İyiliklere çeken de aklımıza iyilikleri ilham eden yücelmiş varlıklar ve dünyadaki iyi insanlardır. Dinlerin kullandığı tabirle iyiye çeken meleklerle, kötüyeye çeken şeytan arasında tercih yapmak, insanın aklına, tecrübelerine bırakılmıştır. İnsan hata yaparak, yanlışlar, hatanın ve yanlışın acısını çekerek, doğrunun ve iyinin mutluluğunu tadarak bilgi ve tecrübe sahibi olmakta ve öylece yükselmektedir.

6- İnsan tecrübelerinin sonuçlarını ve edindiği bilgileri aklına benimseterek aklını geliştirmekte, gelişen aklındaki yeni bilgileri etraflı düşünerek, araştırarak, doğruluğuna inanmakta ve onları ruhuna benimsetmektedir. Ruh benimsediği yeni bilgilere uygun davranarak daha üstün tecrübelerle girişmekte, yeni elde ettiği bilgiler aklını daha da geliştirmektedir. Böylece tekâmül (Yükselme) Ruh - Tecrübe - Akıl - Ruh zinciriyle, biri diğerinin sebebi ve sonucu olarak sürekli artmaktadır. Yani tecrübeyi yapan ruhtur, bilgiyi kazanan ve bilgiyle

gelişen akıldır, ruhu terbiye eden de akıldır. Bu gerçeğin bilinmesi insanı çok hızlandırır.

7- İnsanın inancını sürekli gelişmeye açık tutması da dünya hayatında çok önemlidir. Yani inanmanın Uyanık İnanç olması lâzımdır. Donuk, kalıplaşmış inançlar, kişiyi ilerletmeyen, belli bir tekâmül kademesine bağlayan, tutucu bir etki gösteriyor. Yükselmek için elbette doğru esaslara inanmak, bütün varlığıyla onlara bağlanmak gerekir. Bir bilginin, bir doğrunun veya bir esasın inanç olabilmesi için, gönlün ona sevgiyle ve bütün varlığıyla bağlanması gerekir. Ama bilgiler sürekli geliştiği için, değişmeyen ana esasların dışındaki bilgilerdeki gelişmeleri, insanın göz önünde tutarak inancında küçük rötuşlar yapmayı ihmal etmemesi gerekir. Elbette değişmeyen ana esaslara inanmada öyle rötuşlar söz konusu olamaz. Yaratanın varlığı, Erişilmez oluşu, Birin Biri oluşu, her şeyi Sevgisinden Var ettiği, insanın sürekli tekâmül ettiği, O'na doğru yükselmekte devam ettiği gibi esaslar, değişmeyen ana esaslardır.

İşte bunlar, yükselmemizi, olgunlaşmamızı ve gönlümüzü arıtmamızı sağlayan doğru yaşam bilgilerinden başlıcalarıdır. İnsan arındıkça ve yükseldikçe diğer insanlarla birliğe daha kolayca varır.



*Gençlik, Dinçlik Ve Canlılık İksiri*

# TİBET YOGA

Psikolog Güngör  zyiğ t



"Tibet'in Gençlik Pınarı"nın yazarı Peter Kelder, bir ikindi vakti parkta oturmuş gazete okurken, yetmişine merdiven dayamış yaşlı bir dede gelir yanına oturur. Saçları, kırlaşıp dökülmüş, omuzları   km ş, yürürken bastona dayanan bu adam emekli İngiliz albayı Bradford'dur. Bir süre sonra yazar, emekli albayla büyüleyici bir sohbete dalar.

Çok renkli ve ser venli bir hayat ge irm ş olan albay, Hindistan'da bulunduğ  bir dönem Gençlik Pınarı'nın sırrına sahip bir grup Lama ya da Tibet'li rahibin, insanlardan çok uzak ve yalıtılmış bir bölgede yaşadıklarını duyduğunu s yer. Daha da fazlası gidip onları bulmak ve bu sırra ermek istediğini sözlerine ekler. Ve de gider.

Birkaç yıl sonra yazar Kelder'e, Albay Bradford'un kendisiyle görüşmek

istediğ  bildirildiğ nde, kapıda yaşlı bir dede ile değil; genç, din  ve enerjik bir insanla karşılaşır.  nce tanımakta zorlanır; sonra daha dikkatli bakınca, yüz hatlarından yaşlı dostu Albay olduğ n  anlar. Albay yaşlılığ  geçmiş gömmüş, gen liğ  Hindistan'dan alıp beraberinde getirmiştir.

Albay, yazar dostuna ve diğ r insanlara "Gençlik Pınarı"nı yani Tibet Yoga'sını öğretmeye başlar. Ve varlığı ile de bunun örneğini verir. Bir kesesinde seminere katılanlara kendisinin kaç yaşında gösterdiğini bir kağ da yazmaları s yer.  oğ  Albayın kırklı yaşlarda gösterdiğini yazarlar. Albay ise bu komplimanlarına teşekkür ederek, önündeki doğ m gününde yetmiş    yaşına basacağ n  bildirir.

"Gençlik Pınarı"nı bulmak için ta uzaklara, Hindistan'a gitmeye gerek

yok. Çünkü gençlik iksiri, hepimizin içinde gizli. Bu giz'i açığa çıkaracak, bize kendi gücümüzü kullanmayı öğretecek insanlar da çok şükür aramızda yaşıyor. İşte Tibet Yoga eğitmeni ve Zen Shiatsu uzmanı Yaşar Konyalı bunlardan biri. Kendisinden iki aydır Tibet Yoga eğitimi alıyorum. Ve her seansta, bir buçuk saat hareket ettikten sonra bedenimde büyük bir dinlenme, rahatlık ve esneklik olduğunu hayretle gözlemliyorum. Tüm insanların bu uygulamalara bir an önce başlamalarını önererek yaşam ustası Yaşar Usta'ya soruyorum:

-Yaşar usta, Tibet Yoga'yla i n s a n bedeninde bu mucize diyebileceğimiz değişim nasıl gerçekleşiyor?

-Tibet Yogası, Tibet'li Lamaların sabah-akşam düzenli olarak yaptıkları beş temel uygulamadan oluşuyor. Bu hareketlerin özelliği yedi hormonal salgı bezini yönlendiren yedi enerji merkezinin döngü hızını artırmak ve hepsini eşit devinim hızına kavuşturmadır. Bu yedi enerji merkezi kana hormon salgılayan salgı bezlerinin her biri ile birebir ilişki içindedir. Ve bu bezlerin hormon üretimini uyarır. Bedenin işlevlerini düzenleyen bu hormonların arasında yaşlanma süreciyle ilgili hormonlar da vardır.

-Hintlilerin tekerlek anlamına gelen "çakra" dedikleri bu enerji anaforları ya

da organları hangi salgı bezleri üzerinde etkili?

-En alttaki, kök çakra denilen enerji merkezi üretken bezlerin üzerinde etkide bulunuyor. İkinci enerji merkezi mide bölgesindeki pankreas üzerinde. Üçüncü merkez solar plexus bölgesinde, adrenalini bezi üzerinde. Dördüncü göğüste timüs bezi üzerinde etkili. Beşinci merkez gırtlaktaki tiroid bezini uyarır. Altıncısı, beynin arka tarafında epifiz bezi ile ilgili. Yedinci enerji merkezi ise beynin ön tarafında bulunan hipofiz bezinin üzerinde etkilidir.

-Gençlik ve yaşlılık bu enerji organlarının, yani çakralarının dönüş hızına bağlı oluyor galiba?

-Evet. Sağlıklı bir bedende bu enerji merkezlerinin her biri büyük bir hızla döner. Ancak bu enerji merkezlerinden biri ya da birkaçı yavaşlamaya başlarsa, yaşamsal enerjinin akışı engellenir. Böylece yaşlanma ve sağlık sorunları başlar.

Sağlıklı bir insanda hızla dönen bu enerji merkezleri derinin altından üstüne doğru hızla uzanır. Şunu altını çizerek söylüyorum ki, yeniden gençlik, canlılık ve sağlık kazanmanın en kestirme yolu, bu enerji merkezlerinin normal dönüş hızlarına ulaştırılmalarıdır.

-Tibet Yogası bunun yolunu mu gösteriyor?



-Elbette. Bunu başarmak için kullanılan beş basit uygulama vardır. En iyi sonuçları elde etmek için 5 egzersizin de sırası ile, seri halde uygulanması gerekir. Bu beş çalışma aslında sıradan bir egzersiz değildir. Tam konsantrasyona dayalı, içe yönelik olarak ve doğru solunumla birlikte yapılırsa yarar sağlar.

-Nefesler nasıl olmalı?

-Nefesler göbek ve karın bölgesinden alınıp verilmeli. Beden hareketlerinin açılışında nefes alınmalı, kapanışlarında verilmeli.

-Tibet Yoga ne sürede öğrenilebilir?

-Hafta üç saatten bir ayda, yani 12 saatte öğrenilebilir ve evde de rahatça uygulanabilir.

-Yaşar usta, sizin bir hüneriniz de, sağlığa yönelik bir Uzakdoğu masaj yöntemi olan Zen Shiatsu. Bu konuda bilgi verebilir misiniz?

-Zen Şiatsu (Şintsu)nun sağlığa katkısı yanında bir başka yararı da ellerimizin duyarlılığını ve becerisini artırmasıdır. Zen Şiatsu bugün Japonya'da Sağlık Bakanlığının onayıyla bir iyiletim (tedavi) dalı olarak kabul edilmiştir. (0) yaş grubundan en yaşlıya kadar herkese uygulanabilir. Şiatsu, parmak uçları ve avuçiçi ile bedenin duyarlı noktalarına basınç yapılarak uygulanan bir masaj biçimidir. Şiatsu Batı tıbbi ile Doğu tıbbının bir sentezidir.

-Akupunktur noktaları üzerinde masaj olan aküpresör'den farkı nedir?

-Zen Şiatsu noktalardan çok, meridyenlerin bütününe ele alır. Bilindiği üzere, enerjinin beden üzerinde akış yollarına enerji meridyenleri

diyoruz. İşte Zen-Şiatsu iç ve dış meridyenler üzerinde çalışır. O nedenle Zen ekolu Şiatsu uygulayan kişiden büyük özveri ister. Uygulama arttıkça, hasta sayısı çeşitlendikçe, tecrübeyle birlikte Şiatsu'da ustalık kazanılır. Yani hasta sizi usta yapar.

-Şiatsu'da da esas bedenin kendi gücünü harekete geçirmektir, değil mi?

-Evet, Şiatsu, söylediğimiz gibi, bedenin kendi iyileşme gücünü canlandırıp harekete geçirerek, kalıcı yararlar sağlayan, akupunktur temel ilkelerine bağlı Japon usulü doğal bir masaj uygulama yöntemidir.



-Hangi tür hastalıklarda Zen-Şiatsu uygulanır?

-Hareket ettirici organ rahatsızlıklarında, iskelet sistemi ve eklem problemlerinde, ağrılarda iç organların işlev bozukluklarında, kadın

hastalıklarında, psikosomatik rahatsızlıklarda ve çocukların gelişim bozukluklarında Zen-Şiatsu çok etkili ve yararlıdır. Ayrıca estetik yönden de fazla kilolardan kurtulmayı sağlayarak bedene güzel bir görünüm kazandırır. Tene tazelik, yüze canlılık ve güzellik verir.

-Zen Şiatsu hastalıkları neye bağlıyor ve iyileşmeyi nasıl sağlıyor?

-Hastalıklar enerji meridyenlerindeki akışın yer yer tıkanmalarından ortaya çıkıyor. Yani enerji balansının bozulması çeşitli hastalıklar olarak kendini gösteriyor. Zen Şiatsu ile enerji balansını normale döndürdüğünüzde, beden kendi kendini iyileştiriyor.

-Bizim tasavvuf kültürümüzde de bu sırlara ilişkin işaretler var mı?

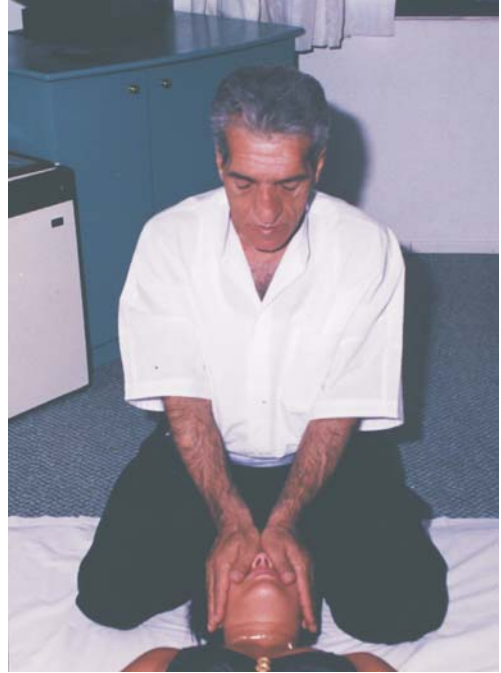
-Var tabii. Derine indiğimizde Doğu'nun bilgeleri ile bizim evliyalarımız aynı telden çalıyor, aynı dili konuşuyorlar. Japon bilgeleri insanda 365-66 enerji musluğu olduğunu ileri sürüyorlar. Pir Sultan Abdal da şöyle diyor:

*Coşma deli gönül coşma  
Coşup da bendini  
Üç yüz altmış altı çeşme  
Ser(baş) çeşmenin gözü benim*

Yunus Emre'nin kucığına hasta bir çocuk verirler. Çocuk iyi olur. "Ne yaptın?" diye sorarlar Yunus'a. "Sevip, okşadım" der. Hasan Dede Eşref Rumi, bedendeki 14 enerji meridyenini kastederek şunları şiire döker:

*Erlik midir eri yormak  
Uzak yerden haber sormak  
Cennetteki on dört ırmak  
Coşkun akan sel bizdedir*

Daha sonraları Eşref Rumi'nin "Arı biziz bal bizdedir" dediği gibi, gerçek bizde ama biz neredeyiz, doğru adreste miyiz?!



NOT: Zen Şiatsu ve Tibet Yoga'sında doğru adrese ulaşmak isteyenler için:

Yaşar Konyalı

Zen Shiatsu uzmanı ve Tibet Yoga eğitmeni

Cep tel: 0542-392 89 09

Tel: (0216)330 50 15

E-mail:

yasarkonyali@yahoo.com

Kalamış Fener Cad. Bedri Rahmi Eyüpoğlu Sok. Derya Apt. No3/3 Kalamış - Kadıköy

# BENİM CİCİ SİLAHIM ve İKİNCİ KÖRFEZ SAVAŞI

Nelda Bayraktar

*"İnsanları silâhlar değil,  
insanlar öldürür."*

Fırat'ın ve Dicle'nin suyu kan akar. Anadolu'daki kaynağı "Ben seni böyle mi doğurdum" diye diye bağırrır.... Oysa ki Anadolu'nun bağrından kopup kâh nazlı nazlı kâh çağıldayarak, zenginleşerek inerlerdi Basra Körfezine doğru. İvintileri ve sığılıkları aşarak, bazen düz bir ovada bazen de dar boğazları geçerek, zaman zaman da ufak göllerde demlenerek aynı denize dökülecekleri anı özlerlerdi...

Şimdi Fırat'ın ve Dicle'nin suyu kan akıyor. Kan ağır geliyor. Kokusu dört bir yana savruluyor. Onlar aslında kan ağlıyor. Nerede canlı yeşil Mezopotamya, nerede çölün sessizliği, kimsenin işine yaramaz sanılan yabani otların özgürlüğü ve çiftleşen oriksler? Artık metropollerden gelen şehir güvercinleri var. Hem de eğitilmiş. Ölmek üzere eğitilmiş. Kimyasal silah kullanımında en önce kurban olarak kendilerini onların gerçek sahipleri sananları kurtarmak için. Ya çatılarda yuva yapan diğer kuşlar? Toprağın altındaki bir göz odacıklarında yaşayan yılanlar? Her bomba yeryüzü ile temas ettiğinde o an evinden barkından olan canlılar? Nerede o masmavi gökyüzü? Tertemiz havayı içine çeken ciğerler? Hepsi insanın insana ettiği zulümle titriyorlar... Toprak artık üzerinde



rahatça dolaşılacak yer değil...

Bir tek kara gözlü çocuklar her şeye rağmen gülümsüyor. Karanlık dehlizdeki ümit ışığımız onlar. Gönülleri yorgunluğun eşiğinden henüz adım atmış çocuklar... Ama bombardıman sonrası bazıları yok

oluyor, bazıları sığındıkları tek yer olan ana baba kucağında ağlıyorlar. Bazılarının ağlamaya bile mecali yok. Sessizce bakıyorlar insanın taa derinine. En derinimize bir mesaj bırakıyorlar. Çünkü onu alabilmek için ve gereğini yerine getirebilmek için çok derinlere dalması lâzım insanın. Bu yunusların yüzgeçlerindeki kameralarla suyun derinliklerinde mayın taraması yapması gibi bir şey. Mayınlar her an patlayabilir. Aman dikkat!.

Bir baba çaresizce ağlıyor. Gözlerine ve dudaklarına çaresiz kalmış bir çocuğun azaları konmuş gibi. Ama o ailesinin babası... Karısı ve çocuklarının sorumluluğunu üstüne almış bir büyük çocuk o... Sığınacak dalı olmayan, yüreği yorgun yetişkin bir çocuk.... Besbelli ki ABD'nin akıllı denilen bombaları da aklını kaybetmiş. Öyle bir etmiş ki bazen cinnet geçirircesine hedefini şaşırırvermiş.

Neden Irak? Ambargonun yol açtığı fakirlik ve dolayısıyla kötü beslenmeden dolayı her yıl 300 bin bebeğin öldüğü Irak ABD'yi kitle imha silahları konusunda ikna edemediği için mi oldu tüm bunlar? Yoksa bu savaş George Bush'un ülkesinin caddelerinde terörizmin yol açtığı ambulans seslerini duymak istememesinden mi doğdu? Savaştan önce petrolün varili 15 Dolardı. Şimdi bu savaşla birlikte 42 Dolara yükseldi. Arap ülkelerinde çıkan petrolün yarısı devlete diğer yarısı da petrol yataklarını idare eden ve çoğu Amerikan olan uluslararası şirketlere aittir. İlişkileri eskisi gibi olmayan Suudi Arabistan'a alternatif olabilecek bir

başka ülke ise Ortadoğu'daki Irak'tır. Bu nedenle burada kurulabilecek paravan bir hükümet Amerikan rüyasını devam ettirmeye de aday olacaktır. Savaş başladığından beri 11 Eylül de hezimete uğramış olan Wall Street Borsası da hareketlenmeye başladı. Savaş sanayii ve bunları destekleyen yan sanayilerin kağıtları tavan yapmaya başladı. Bankaların dört yıllık getirilerini iki haftada elde ettiler. Bazıları şimdiden ellerini ovuştururken diğer bazı devletler de savaşın hemen ardından yıkılan Irak'ı yeniden inşa etmenin keyfini şimdiden yaşıyor gibiler. Ya yıkık gönülleri kimler tamir edebilecek? Ağlayanı kimler susturacak, aç olanı kim doyuracak?

Her gün fakir ülkelerde doğan güneşle birlikte 35 bin çocuk ölüyor. Güneş doğarken, umudun güneşi sönüyor. Halbuki Dünya nüfusunun beşte biri zenginlik pastasının yüzde 90'ını yiyor. Yediklerinin içinde kan var, gözyaşı var, kin var, nefret var ama onlar doymak bilmiyorlar. Savaşlardan en fazla çocukların etkilendiğini belirtiyor uzmanlar. En fazla kâbusları onlar görüyor. Savaş görmüş çocuklar üzerinde yapılan araştırmalarda bunların %97'sinin bombardımanları gördüğü, %20'sinin korkulu rüyalar görmekte olduğu, %55'nin keskin nişancıların hedefleri olduğu, %66'sının ise ölümle burun buruna geldiği tespit edilmiş. Önlerinde umudun ışığı, geleceğin neşesi ve heyecanı olması gereken tazecik yürekler ölümü bizzat izlemişler, cesetler görmüşler, işkence ve dayaklara tanıklık etmişler. Bunların %20'si kardeşlerini, %30'u ana ve babalarını

%60'ı ise yakınlarını kaybetmişler. (\*) Korku ve çaresizliğin peşlerini bırakmadığı yetişkin bireyler haline geldiklerinde ise bastırdıkları travmalarının yeniden hortladığını görmüşler.

ABD körfeze asker yığarken kendi halkı savaş karşıtı gösteriler yapıyor. Silahlarını kendilerini ve ailelerini korumak için bir güvence sayan ve bu güvenceleri Amerikan yasalarınca da garanti edilen, yılda silahla ilintili 11 bin suç işleyerek Japonya, İngiltere ve Kanada'nın önüne geçen bir ulus belki de yavaş yavaş gerçekleri görmeye başlıyor. 11 Eylül'den sonra çekilen "Benim Cici Silahım" (Bowling for Colombine) belki de bu nedenle ilgi görüyor. Kimsenin rahatının kaçmadığı, üzerinde rahatça dolaştıkları topraklarının üzerinde, dünyadan habersiz yaşarken omurgalarına saplanan kurşunlarla hayatları kararan genç Colombine Lisesi öğrencilerinin o kurşunları üreten silah sanayi ile davaları halâ devam ediyor. Film, evdeki şiddetten başlayarak son 50

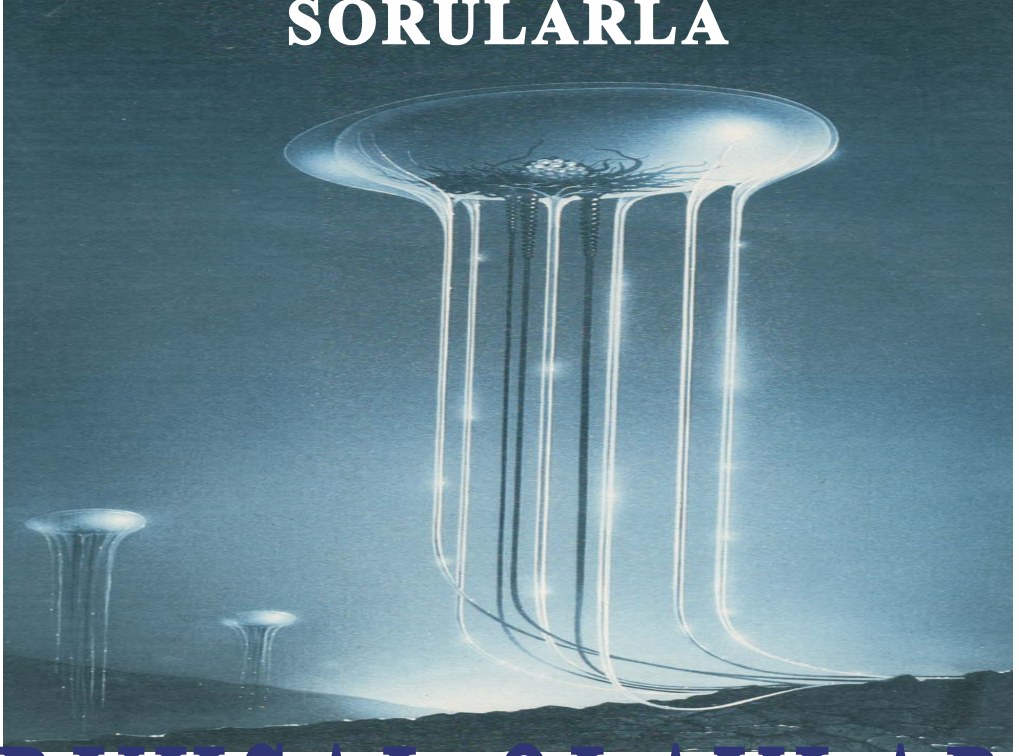
yıldaki Amerikan askeri müdahalelerinin tarihçesini aktarıyor. Bu tarihçe içinde Columbine katliamıyla aynı gün, yani 20 nisan 1999 da ABD'nin gerçekleştirdiği en büyük Kosova bombardımanı da var. Uzmanlar, insanların rahatları yerinde iken neden bu denli şiddet yanlısı olduklarını araştırıyorlar. Temelinde insanın insandan korkmasının, ırkçılığın, üstün gelme duygusunun, kendince kötü gördüğünü cezalandırma güdüsünün yattığını belirtiyorlar. Sonuçta insanları silahlar değil, insanlar öldürüyor ama silah sanayi ve yasalar da bunu körüklüyor.

Savaşlara insanlık penceresinden baktığımızda taraf tutmak da bir başka savaş sebebi sayılıyor. Belki de insanlığın bilincini yükselterek yeni bir barış bilinci oluşturmak dünyamız için en iyisi olacaktır. Tekâmül ettikçe bilinci açılan insanoğlu dileriz ki kabuk değiştirir gibi yeni bir formasyon kazanır ve geçmişini pişmanlıkla anar.

(\*) Birleşmiş Milletler Raportörlerine göre



## SORULARLA



## RUHSAL OLAYLAR

Derleyen: Özenç Kayserilioğlu

**Posthipnotik Telkin Nedir?**

Süjeye (hipnoz içindeki kişi) hipnoz sırasında verilen, ama hipnozdan sonra yerine getirilmesi istenen telkindir. Hipnoz sonrası telkini anlamına gelir. Eğer süje, hipnoz içinde kendisine verilen bu telkini kabul etmişse, hipnozdan sonra en ince ayrıntılarına kadar eksiksiz uygular. Örn. "Hipnozdan sonra çok neşeli olacaksın, sürekli kahkahalar atacaksın. Hayat sana çok kolay ve hafif gelecek."

şeklinde telkin verilir. Süje o gün çok düşünceli veya çok kederli bile olsa, eğer hipnoz içinde bu üzüntülerinin etkisinden sıyrılıp rahatladığında, verilen bu telkini onaylamışsa, hipnoz sonrasında mutlaka öyle olur. Hipnozdan çıktıktan sonra kendini kuş gibi hafif hisseder, hiç sebep yokken gülmeye başlar. Başkalarının ona katılıp katılmamaları önemli değildir. O hipnoz içinde verdiği, kabul ettiği kararı uygulamaktadır.

Bu konuda yapılmış sayısız deneyler vardır. Bir keresinde hipnotizör doktor, süjeye şu telkini yapmıştı: "Uyandıktan tam üç gün sonra, nerede olursan ol, saat tam 15.00'de bana telefon edeceksin. Bu üç gün içinde bunu yapacağını unutacaksın." Doktor, aynı zamanda yanındaki arkadaşına ondan gizli, böyle bir telkin verdiğini, o gün onun ne yapacağını izlemesini söylemişti. Üçüncü gün geldiğinde delikanlı arkadaşları ile birlikte şehirden uzak bir yerde deniz kıyısına gitmişti. Hep birlikte denize girmişler, eğlencelerine devam ederlerken, saat 15.00'e doğru, içinde bir huzursuzluk başlamıştı. Arkadaşları ne olduğunu sorduklarında o, "Doktor beye telefon etmek istiyorum" demişti. Onlar "Neden telefon edeceksin, sebep ne?" dediklerinde "Bir sebep yok, sadece aramak istiyorum" cevabını vermişti. Durumu bilen arkadaş "Onu sebepsiz yere neden rahatsız edeceksin? Ayrıca buradan telefon etmek çok zor" demişti. O da bunları düşündüğü, yapmak istediği şeyin yersiz olduğunu bildiği halde, saat tam 15.00'te "Benim mutlaka Doktor beye telefon etmem gerek" diyerek fırlamış, bir yerden bir telefon bulup, onu aramıştı. Doktoru kendisini niçin aradığını sorduğunda "İçimden aramak geldi, nasılsınız, iyi misiniz?" demişti.

Bir keresinde de, bir hipnoz gösterisi sırasında, bir hanımdan uyandıktan tam beş dakika sonra, bir başka hanımın çantasını alması istenmişti. O "Neden alayım?" diye sordu. Operatör "Ben istiyorum, bana lâzım, rica ediyorum, beni kırmak ister misiniz?" dedi. Hanımın operatöre olan sevgisi ve

saygısı, diğer hanıma olan çekingenliğine üstün gelmişti ki, bunu yapmayı kabul etti. Hipnozdan çıktı, mahmurluğunu kısa sürede üstünden attı, sahneden indi. Yerine henüz oturmuştu ki, birden gözlerini diğer hanıma dikti. İzleyiciler operatörün uyarısına uygun olarak onunla ilgilenmiyorlarmış gibi görünüyorlardı. Hipnozdan uyanan hanım yavaş yavaş, diğer hanımın yanına yaklaşmaya başladı. Onun yanında oturanlardan yer rica etti, yanına oturdu ve "Bana çantayı verir misin? dedi. Öteki vermek istemedi, kısa bir süre aralarında sözlü mücadele oldu. Çantayı isteyen, utancından gittikçe kızarmaya ve telaşlanmaya başlamıştı, ama vazgeçmiyordu. Sonunda "Senden bir şey istedim, bir türlü vermiyorsun." diyerek çantayı sahibinin elinden zorla çekti aldı. Salondakiler artık sabredemeyip kahkahalarını koyuverdiler. Sonra süjeye durum açıklandı ve rahatlatıldı.

Bu nasıl olmaktadır? İnsan hipnotizörün elinde, onun bütün isteklerini bilse de bilmesede, istese de istemese de yerine getiren bir robot mudur? İnsan, bir başkasının her dediğini yapacak kadar zayıf ve aciz midir? Hipnoz yapan kişinin elinde nasıl bir güç var ki, normal hayatta yapmayacağı bir şeyi hipnoz içinde yaptırmaya ikna edebiliyor kişiyi? O zaman filmlerde gördüğümüz hipnozla işletilen cinayetlere de inanmak mı gerekir?

Bütün bunlar haklı olarak akla gelebilecek sorular. Bu sorulara bazıları "Hayır" demektedir, bazıları da "Evet" demektedirler.

"Hayır" diyenler, süjenin üst benliğine ters düşecek telkinleri kesinlikle kabul etmediğini, yapmadığını, çok ısrar edilirse kendiliğinden hipnozdan çıkacağını, deneyleri ile tespit ettiklerini belirtmektedirler. Örn. Bir hanıma, derin hipnoz içinde gittiği bir bahçeden kendisine güzel bir çiçek koparmasını rica eden operatör, onu bir türlü ikna edememişti. Sonunda o çiçeği koparmasını kesin bir dille emretti. Çok sevdiği bu insanın ricasını kırmanın verdiği rahatsızlıkla ve asla yapmak istemediği bir şeyin ısrarı karşısında hanım hipnozdan birden çıktı. Ona sonra sordular "Neden bu kadar tepki gösterdin, yapılması zor, kötü bir şey değildi ki, diye. Hanım mahcup bir tarzda "Ben çiçekleri çok severim. Onların koparılacak yok edilmesine dayanamam. Koparanlara da çok kızarım. Hayatta çiçek koparmamışımdır." diye cevap verdi.

Aynı şekilde bir başka hanıma, bir deney sırasında soyunması söylendiğinde kesin olarak kabul etmemiş, ısrarlar karşısında hipnozdan kendiliğinden uyanmıştı.

"Evet" diyenler, kişinin normal şartlarda kabul edemeyeceği bir şey, eğer hipnoz içinde ikna edilirse, yapacağı şeyi aklileştirmesi (rasyonalizasyon) sağlanırsa, mutlaka yaptırılır iddiasındadırlar. Çünkü onlara göre aklileştirilemeyecek hiçbir fikir yoktur. Örn. Hipnoz içindeki bir kişiye, birisinin çok kötü, adi, dolandırıcı ve iki yüzlü olduğu onu inandırıcı bir şekilde anlatılsa, onun öldürülmesi ile birçok kişinin kötülüklerden kurtulacağı

söylense ve bunu kendisinin yapması halinde büyük bir iyilik yapacağına ikna edilse, onun, o birisinin canına kastedebileceğini deneylerle doğrulamış olduklarını söylemektedirler.

Bu durumda akla gelen sorulara "Evet" diyenler mi haklı, "Hayır" diyenler mi haklı?

Biz her iki tarafın da haklı olduğunu söylüyoruz. Ama bunun faturasının yalnızca Hipnoz'a çıkarılmasının kolaycılık olduğunu, haksızlık olduğunu söylüyoruz.

İnsanın telkin mahlûku olduğu, insan psikolojisi ile ilgilenen herkesin kolayca öğrendiği, bildiği bir şeydir. Sadece hipnoz içinde değil, günlük hayatın hemen her anında, başkalarından gelen fikirler, telkinler altında kalıyoruz. Eğer üzerinde durup düşünmeden doğru ve güzel diye kabul edersek veya bir de ben uygulayayım dersek, hayatımızı altüst eden tehlikelerle karşı karşıya kalırız. Neden insanlar filmlere özen ip intihar ediyorlar, birbirlerini öldürüyorlar? Neden kadınlar deliler gibi diyet yapıp hastalıklara uğruyorlar? Neden zayıflayacağım, güzelleşeceğim zannederek, birçokları çirkinleşiyor ve sağlıksızlaşıyor? "Yaşam budur işte" sloganı ile, hayatı toz pembe gösteren bol sahneleri olan kısa filmlerle insanların senelerdir beynini yıkayan bir içeceğin, aslında alışkanlık yaptığı, vücudun demir ihtiyacını karşılamasına engel olduğu hiç düşünülüyor mu?

Aklımıza gelen, bize başkalarından ve başka yerlerden söylenen her şeyi önce düşünüp, kendi akıl ve mantık terazilerimizde tartmamız, ölçmemiz

gerekmektedir. Bu tartılarda bize yardımcı olan şey, mihenk taşımız, kendi eski doğrularımız, öz bilgimiz, yaşam prensibimiz haline gelmiş olan esaslar olmalıdır. O zaman ne uyanırken, ne de hipnoz içinde hiç kimse bize yapmak istemediğimiz bir şeyi yaptıramaz.

Hipnoz içinde soyunmayan ve zorlanınca uyanan hanım, eğer başkalarının yanında mahrem davranmamayı kesin bir prensip olarak benimsememiş bir kişi olsa idi, diyelim ki, bir striptizci ya da dansöz olsa idi, ona "Şimdi bir sahnedesin, bütün izleyenler hayranlıkla seni bekliyorlar" şeklinde bir imaj da verilse idi, rahatlıkla soyunmaz mıydı? Çünkü o bunu aslında, belli şartlar altında normalde de yapan bir insan durumundadır.

Hipnoz içinde birisini öldürmeye ikna edilen insan, sebep her ne olursa olsun, bir insanın hayatına kastetmenin onun için imkânsız bir şey olduğu inancına, esasına sahipse, bunu geçmiş hayatlarında acı tecrübelerle kazanmışsa, "Öldürmeyeceksin" emrini ruhuna tam benimsetmişse, bunun karşısında hangi ikna gücü dayanabilir ki? Böyle kesin bilgi ve esaslara sahip olmayan insanlara, normal şartlar içinde de, dili kuvvetli, ikna gücü fazla olan kötüler, onları kullanarak istediklerini yaptırabilirler.

Alınan fikirler, bilgileri, gelenekleri, görenekleri, üstünde düşünmemize fırsat verilmeden iyi diye bize benimsememiz için sunulan her şeyi biz de zamanla iyi diye kabul edersek, başkalarından bize aktarılan şeylerin uygulayıcısı ve aktarıcısı durumunda

oluruz. iyi insanlardan gelen, iyi şeyler üzerinde dahi düşünmeliyiz ki, bir şeyi uygulayacaksa veya söyleyeceksek, bu bizim malımız olmuş olsun. Aksi takdirde onun bunun elinde oyuncak ve kukla oluruz. İyi insanlara rastlarsak iyi şeyleri, kötü insanlara rastlarsak da kötü şeyleri yaparken buluruz kendimizi. Kötü, mutsuz, seilmeyen, yanlışlar yapan insan olmak istemiyorsak, ruhumuzda öz bilgi, inanç haline getireceğimiz şeylerin doğru, iyi, güzel ve üstün bilgiler olmasına dikkat etmeliyiz. Çünkü insan ancak ruhunun kabul ettiği bilgileri ve fikirleri uygular. Çünkü insan bunu yapabilmesi için akli serbest bırakılıp, geliştirilmiş bir varlıktır. Çünkü insan kendinden sorumlu bir varlıktır. Ayrıca insan, tekâmülü yolunda kendisini koruyacak şekilde donatılmıştır. Aklını doğruca kullanabildiği sürece, kendi malı yaptığı esasları ve bilgileri dışında, hiçbir güç ona istemediği bir şeyi yaptıramaz.

Hipnoz içinde yapılan posthipnotik telkinde, ruh ve beden münasebeti gevşek durumda olduğu için ve telkinler doğrudan ruha yapıldığı için, kişi "senin için bir tehlike yok" diye rahatlatılır ve ikna edilirse, sağlam olmayan yönleri, baskı altında tuttuğu istekleri ve duyguları, normalde hiç yapmayacağı şeyleri yapmasına neden olabilir. Bu deneyler, insanın bu hem zayıf, hem de aslında çok güçlü yönünü bize göstermesi bakımından önemlidir. Bu yüzden kendimizi iyi tanımalı, doğru esasları iyi benimsemeli ve bilgisiz, tecrübesiz ve iyiliğinden emin olmadığımız kişilerce hipnoz olmamalıyız.

## MUSİKİ - SES VE RENK ile TEDAVİ

Bulabildiklerimiz ve Bilebildiklerimiz (1)

## "İŞİTTİK, BOYUN EĞDİK..." (Maide/7)

YAVUZ YEKTAY



"Rüya tüneli"

*Doğru Yaşama Bilgilerini işittiğim zaman  
boyun eğmiş, verdiği nimetlere, yüce habere ve  
bilgilere şükretmiş, teslim olmuşum...  
Yaratıldığım ilk andan beri içime dolan o "sıcak soluk"  
hâlâ bütün tazeliği ile duruyor..*

*Büyük bir teslimiyetle söylüyorum, duyulabilir bin sesle seher vakti,  
sabahın çiğinde, yeni bir güne doğduğum her sabah...*

***Senin hükmün geçerli aşağıda ve  
yukarıda***

***Ve her yerde***

***Sen abes iş yapmazsın***

***Sen bizlere kaldıramayacağımız  
yükü vermezsin,***

***Biliriz ki hayır yalnız sendendir,***

***Yüce Yaratanın, Sana teslimiz,  
Sen'den razıyız***

İşte aynı teslimiyeti, NEY'in sesini ilk işittiğimizden beri duyduk, hissettik ve razı olduk... "Sıcak Soluk" yeniden doldu içimize, Yaratın Frekansı gibi, O'nun Titreşimine paralel... O'nun Yüce Sesi'nin bir küçücük Selen'ini(2) duyabileceğimiz, bilebileceğimiz kadar işittik. İşittik bu ruhumuzun bütününü titreten NAY sesini ılık ılık insanoğlu gibi, alçak gönüllü, sevgi ile...

Hani, "Ben yer yüzünde bir halife(3)

yaratacağım" (Bakara/30) demişti ya Bizi Sevgisinden Yaratanım. Dediği gibi, melekleri, gördüğümüz, bildiğimiz her şeyi, şüphesiz gördüğümüz ve bildiğimizden ötede olanları da ve topraktan Adem'i yarattı. Efsaneye göre, sonra ruha "Adem'in bedenine gir" buyurdu. Süptil bir madde boyutunda olan ruh, elle tutulur sert maddelerden oluşan bedene girmekte zorlanıyordu ve kaygılı idi. O zaman Yaratan'ım en Büyük Meleğe "Cennetten Hoşney veya Koşney getir ve üfleyerek çal" dedi.(4) Ney'den çıkan o kutsal sesli ezginin etkisiyle kaygısından, ürküntüsünden ve endişelerinden arındı ve Adem'in bedenine girdi.

Bunun içindir ki, o günden bu güne dek tüm insanların ruhunu; kaygılı bulutlardan, hastalıklardan arındıran, korkulu duygulardan uzaklaştıran, içini sevgiyle doldurup ısıtan, coşturan, onu iyiliğe, doğruluğa, güzelliğe, tüm sıcak duygulara götüren, musikidir.

Başlangıçta insanın arınmasına ve yükselmesine yardım etmesi için insandan evvel yaratılan yedi ses ve yedi renk; günümüzde, teknolojinin abartılı bir şekilde gelişmesiyle, doğanın kirlenmesiyle, maddi ihtirasların ön plana çıkmasıyla oluşan psikosomatik hastalıkların tedavisinde başarı ile kullanılmaya başlanmıştır.

Bu ay sizlere zihni temizleyen, vesvese ve korkuyu def eden, akıl ve fikre istikamet veren, ateşli hastalıklara iyi gelen, rahatlık veren küçük bir tablet musiki veriyoruz:

Neyle üflenirse veya kendi sesinizle söylenirse sonuç daha parlaktır.

Pazartesi günleri saat 8 ve 18'de,  
Salı günleri saat 5 ve 20'de  
Çarşamba günleri saat 9 ve 19'da  
Perşembe günleri saat 6 ve 23'de  
Cuma günleri saat 10 ve 20'de  
Cumartesi günleri saat 11 ve 21'de, en az 15 dakika, en çok 55 dakika dinleyin, çalın ve söyleyin. Veya sizi seven, sizin de sevdiğiniz birisi sizin için söylesin veya çalsın.

Bestesi tedavi edici, sözleri de umut vericidir.

**Umut, sevi, us ve hoşgörü  
El ele vermişse evrende  
Nemden sıyrılmışsa gözler  
Hemen her şey bir başka güzel**

Sizler için 20.03.2003 tarihinde bestelendi. Güzellikleri yaşamak ve paylaşmak için sağlık dolu yıllar el ele olsun.... Sorularınızı ve isteklerinizi bekliyoruz.

- (1) Bir yazı dizisi halinde yayınlanacaktır  
(2) Armonik  
(3) Rûh-ül Azâm'a benzer, O'na halife (O'nun yeryüzünde eli, dili olan...)  
(4) Türk Halk Bilgisine Ait Maddeler, yazar:A.Samayloviç, çeviren:Abdülkadir, İstanbul İktisat Matbaası, 1929, sayfa 9-12)

**EVRENSEL BİRLİK**  
(♩=112)

SES : YANUŞ YEKTA  
SÖZ : MUHSİN DURUCAN  
20.03.2003

U MUT SE Vİ US VE HOŞ GÖ RÜ

EL E LE VER MİŞ SE EV REN DE

NEM DEN SİY RİL MİŞ SA GÜZ LER

HE MEN HER ŞEY BİR BAŞ KA GÜ ZEL

# Kendime Mektuplar

Nelda Bayrakçı



Hayırlı dostum, portakal çiçeklerinin kokusunu inan ki ben de özledim. Nisan ayında öylesine güzel kokarlar ki bu güzel kokunun aynısının portakalın içinde de olacağını sanırsın. İnsanı bazen güzellik, bazen sevgi ve bazen de güzel kokular bayıltır. Soğuk kış aylarında vitamin depomuz olacak, içimizi dış kabuğundaki güneş rengiyle aydınlatacak olan portakalların çiçekleri gelin gibi süslandiklerinde aklım başımdan gider. Asla kanıksamadığım ve her gördüğümde içimi kıpır kıpır yapan bir şeydir bu. Kavrulmuş kahvenin kokusu da ne güzeldir değil mi? Adeta kokusu kendinden bile güzeldir diyebilirim. Hani suya karışınca kokusunu bir nebze kaybeder sanki. Kokuların özel anlamları vardır hayatımda. Senin de öyle

midir? Çocukluğumdan beri duygularıma, düşüncelerime yüklenirler, onları zenginleştirir veya fakirleştirirler. Örneğin çok sevdiğim anneannemin kendine has kokusu ona olan sevgimin kokusuydu. Evimin kokusu bile bana göre özeldir. Aslında her evin kendine has kokusu vardır. Bazı evler sadece temizlik kokmaz. Orada yaşayanların oluşturduğu özel kokularla birleşir ve onlara eşlik eder. Ama bazı evler de salt temizlik kurallarına uymadıkları için kötü kokarlar. O kokular öyle bir iz bırakır ki unutulmaz. Böyle evlerin kokuları, içinde yaşayanların çaresizliğinin, kimsesizliğinin kokusudur. Kokular tam olarak anlatılamayan ancak tarif edilebilenler sınıfına girer. Geçen gün yeğenimin bir arkadaşının teneffüste uykusu gelmiş ve yeğenimin hırkasını başının altına koymuş. “En güzel bu hırkada uyunur çünkü hırkan sizin ev kokuyor” demiş. Canım dostum portakal çiçeklerinin kokusu beni aldı nerelere getirdi görüyorsun. Esas dostlarımin kokusu özeldir benim için. Özlemin kokusu taa uzaklardan gelir. Canan çağırır da ben gitmez miyim? Bu ay sonunda söz geliyorum.

Mektubunda ilginç noktalara değinmişsin. Gerçek sabırla ilgili neler düşündüğümü sormuşsun. Bence biz gerçek sabrı bir türlü beceremeyen varlıklarız. İnsanın tiynetinde gerçekten hep yeniyi bulma arzusu var. Ama yeniyi bulunca geliştirip yararlı başka formlara sokması da gerekli. Didişme, rekabet, mücadele derken bir ömür geçip gidiyor. Bundan müthiş bir zevk de alıyor insanoğlu. Her şey rahat ve huzurlu iken de bu kez durağanlık psikozuna giriyor. Aslında bana sorarsan rahatlığın öyle kamçılacağı bir şey yoktur diyebilirim sana. İnsan vardıgı huzurun içinde bile daha farklı şeyleri yapabilecek kadar şevklenmelidir. Tüm bunların içinde bizlerin huzursuzluk, acı deneyimler, iç sıkıntıları ve canlıyken bile ceset gibi yaşadıklarımızla yaşamın gerçeğini kavrayabilmemiz ilginç değil mi?

Sıkıntılar bazen empatik davranmayı bile sağlayabiliyor. Bir arkadaşımın maddi durumu epey iyi gidiyorken birdenbire tepe taklak oldu. Her şey iyi ve güzel giderken etrafından bihaber yaşıyordu. Sadece hırsla yaptığı işe sarılmıştı. Piyasa şartları, borsa endeksi derken ömrünün de tükenip gittiğini göremiyordu. Bu ona müthiş bir hırs, rekabet duygusu ve canlılık veriyordu. Her buluştuğumuzda para ve işten başka bir şey konuşamaz hale gelmişti. Şimdiki durumu ise bunun tam tersi. “Aslında ruhum dinlendi biliyor musun?” dedi bana geçen hafta. “Bu kadar sıkıntının arasında bunu nasıl söyleyebiliyorsun?” diye hayretle sordum. “Gerçekleri farklı gözle görmeye başladım da ondan. İnsanlarla artık daha değişik konuları konuşuyorum. Zorda olanları daha iyi anlayabiliyorum. Bazen kendi içime döndüğümde felâketlerin yanlışları da silip süpürdüğünü görüyorum. Bu bana yeniden başlama heyecanı veriyor.” dedi.

İnsanoğlu ilginç bir varlık değil mi canım dostum. Bir yandan kendimizi fazla kederlere açmamamız gerekiyor çünkü Yaratan’la olan kanallarımız tıkanabiliyor ama bir diğer yandan da kederler ve üzüntüler insanı tekamül ettiriyor. Buna ne diyeceksin bakalım?

Kendine iyi bak ve hayırla kal. Görüşmek üzere.

Özde bir Kardeşin  
Nelda Bayraktar

## İNTERNETTEN ÖYKÜLER İNTERNETTEN ÖYKÜLER

## Bazen Felâketler de Değerlidir

1914 yılının Aralık ayında Thomas Edison'un laboratuvarında yangın çıktı. Zarar 2 milyon Doları aştığı halde bina sadece 238.000 Dolara sigortalıydı. Sıkı bir betondan yapıldığı için yangın korumalı olduğu düşünül mü ş t ü . Edison'un yaşamı boyunca ü z e r i n d e çalıştığı pek çok şey o geceki yangında kül oldu. Yüksek alevlerin ve dumanların içinde Edison'un 24 yaşındaki oğlu Charles panik içinde babasını aramaya başladı. Sonunda onu buldu. Babası yüzünde alevlerin yansımasıyla oluşan bir aydınlık ve rüzgârda uçuşan beyaz saçlarıyla sükunet içinde olan biteni seyrediyordu. "Ona çok acıdım" diye ifade etti Charles.



"Babam 67 yaşındaydı ve artık genç bir adam değildi, yaptığı, ürettiği her şey alevlerle birlikte yok oldu gitti. Beni gördüğünde uzaktan bana bağırdı:

'Charles, annen n e r e d e ? '

Bilmiyorum dediğimde ise bana 'Çabuk onu bul ve getir. Ömrü boyunca böyle bir sahne göremez' dedi".

Ertesi sabah Edison yangının küllerine ve arta kalan harabeye baktı ve şunları söyledi: "Bazen felaketler de değerlidir. Yaptığımız tüm yanlışlar da bu yangınla beraber gitti. Şükürler olsun ki şimdi yeniden başlayabiliriz."

Bu yangından 3 hafta sonra Edison ilk fonografını ortaya çıkarttı.

## İNTERNETTEN ÖYKÜLER

## İNTERNETTEN ÖYKÜLER

## Barişın Gerçek Anlamı

Eski Krallardan biri ressamlardan barişın resmini çizmelerini istedi. Bariş en güzel çizen ressama büyük bir ödül vaat ediyordu Kral. Pek çok sanatçı işe koyuldu. Kral resimlerin hepsini tek tek inceledi ancak bariş tam olarak anlattığına inandığı iki tanesini seçti. Şimdi bunlardan birini seçecekti.

Resimlerden biri sakın bir gölün resmiydi. Göl, etrafını bariş içinde çepeçevre saran yüksek dağların bir aynası gibiydi adeta. En tepede pamuk gibi beyaz bulutların yer aldığı masmavi bir gökyüzü vardı. Bu resmi gören herkes bunun tam bir bariş resmi olduğuna hükmetti.

Diğer resimde de dağlar vardı ancak bunlar çıplaktı. En tepede yağmurların düştüğü, şimşeklerin çaktığı kızgın bir gökyüzü vardı. Dağın bir yanından aşağıya köpüren bir şelale akıyordu. Bu şekilde resim asla bariş anlatmıyordu.

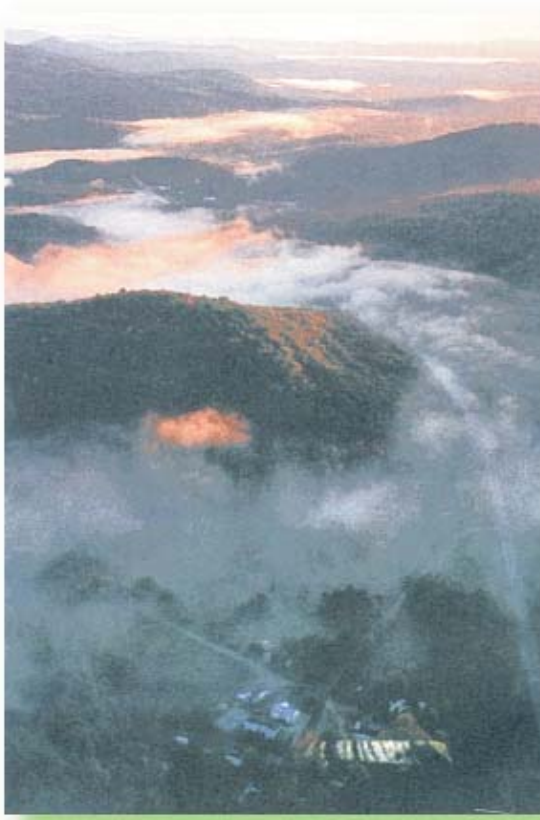


Kral resme daha yakından bakınca şelalenin hemen arkasında bir kayanın çatlağından çıkan zayıf bir çalılık gördü. Üzerinde ise yuvasını buraya yapmış bir kuş oturuyordu. Şiddetli akan suyun tam ortasında, anne kuş tam bir huzur içinde yuvasında oturuyordu.

Hangi resim ödülü aldı dersiniz? Kral ikinci resmi seçti. Neden dersiniz?

“Çünkü” diye açıkladı Kral “Bariş, hiçbir sesin, sıkıntının ve çalışmanın olmadığı yerde yaşamak değildir. Bariş tüm bunların ortasında yaşadığı halde kalbindeki sükuneti korumak demektir. İşte bu barişın gerçek anlamıdır.”

# İki Yaşam Arasında



Dr. Michael Newton  
Derleme: Acar Doğangün anısına  
Arın İnan

Bundan dört yıl önce yayınlamış olduğumuz "İki Yaşam Arasında Ruhun Yolculuğu" adlı dizide Dr. Newton'un, geriye götürücü hipnoz yoluyla yüzlerce insan üzerinde yaptığı araştırmaları ve elde ettiği değerli bilgileri okumuştuk. Bu dizide de, yine Dr. Newton'un en son araştırmalarına dayanarak, ölüm anından tekrar doğuma kadar, dünya ötesindeki yolculuğumuzun daha önce görmediğimiz ilginç ayrıntılarını izleyeceğiz.

## AMBLEMELER

Madalyon gören sujelerimden hiçbirinin en dıştaki iki halka arasındaki garip sembollerin şifrelerini çözemediklerini kayıt etmem gerekiyor. Araştırmamda maalesef bu gizli yazı hâlâ gizemini koruyor. Ben de istemeyerek şu sonuca varmış durumdayım: Bu benim ve sujelerimin aslında bilmemesi gereken bir özelliktir. Şunu da eklemeliyim ki ruhların konsül toplantılarında gördükleri ve işittikleri şeylerin çoğu benim ofisimde yeniden yaratılamaz. Yıllar süren hipnoz çalışmalarım, insanların spiritüel yaşamlarında meydana gelen olayları iletişim ve çeviri kısıtlamaları ve bunların insan beyninden geçmesi nedeniyle yeterince anlatamadıklarını ortaya koydu. Sujelerim madalyonların üzerindeki bu gizemli yerleri neden deşifre edemediklerini bile bilmiyorlardı. Onlara bazen hiyeroglif bazen de matematik sembolleri şeklinde bakıyorlardı. Yazılan şey her neyse asla başka bir dile çevrilemiyordu. Bu belki de konuşulmayan bir spiritüel dildi.

Aynı tipteki sembollerin spiritüel kütüphanelerdeki yaşam kitaplarında da bulunduğundan şüphe ediyorum. (Bak.olay 30). Yaşam Kitapları bir yandan oldukça kişisel ve şüphe götürmez bir şekilde ruhun rehberleri ve konsül tarafından geçmişinin bir kronolojisini vermekte iken Konsül üyelerinden birinin madalyonunun kenarındaki yazıların ruhla herhangi bir ilgisi olmamış olabilir de. Sujelerimin gördüğü sembolik işaretlerin sesleri, fikirleri ve kelimeleri ifade etmesinden bağımsız bir şekilde insanların bunları neden kendi dillerine çevirememelerinde suje ile ilgili olmayan iyi bir neden

olmalı diye de düşünüyorum. Bir keresinde sujelerimden biri: "Bu yazıların ne anlama geldiğini anlamamam gerekiyor sanırım. Belki de bu benim bulunduğum Konsüldeki büyüklerden birine daha yukarıdan gelmiş bir şeydir. Belki de bu onun kendi amaçları için deşifre edeceği bir derstir" demişti.

Ben Konsül üyelerinin üzerindeki bu amblemleri iki kategoriye ayırıyorum: Bunlardan ilki canlı veya doğal objeleri temsil ediyor. Bunların içinde mineraller, değerli taşlar da olabilir. İkincisi ise çemberler, düz çizgiler gibi geometrik şekilleri temsil ediyor. Değerli taşlar her ikisinde de görülebiliyor. Konsül madalyonları ıstırabın, amacın, zaferlerin ve kısa vadeli hedeflerin sembolleri oluyor. Bu değerli taşların renkleri ise ruh ile buna ona gösteren büyüğü arasındaki ilişkiyi ifade ediyor. Madalyonun genel dizaynı ruhun hayatta başardıklarını ve amaçlarını gösteriyor.

Şimdi ele alacağımız olay konsül üyelerindeki geometrik şekil ve değerli taşlar bulunan amblemlerle ilgili. Geometrik şekillerdeki ince hatların deşifrenmesi açısından doğayla ilgili objelere nazaran hemen fark edilebilir bir özellik göstermiyor. Japon kültürü gibi ince çizgilerin kişisel amblemlerin bir parçası olduğu kültürlerde geometrik şekiller genellikle hanedana ait özellikler taşıyor. Doğu kültüründe ise geometrik şekiller belli bir klanı ifade etmek için kullanılabiliyor. Japon klan geleneklerinin aksine bir ruh grubunun üyelerinin ilgili konsül üyelerinde aynı amblemleri görebilmeleri pek olası değildir.

Bazı geometrik şekillerin üzerindeki spiraller ise hayli ilginç. Bunlar benim şahsen Avrupa'da, Kuzey Afrika'da, Avustralya'da ve Kuzey Amerika'nın çöllerinde gördüğüm kayaların üzerindeki spiral desenleri çağrıştırıyor. Pek çok arkeolog bunlar için yaşam kaynağı dizaynı diyorlar. Bir sujeme bununla ilgili bir soru yönelttiğimde bana şöyle demişti: "Spiral desenli amblem takan bir kadın konsül üyesi bana ruhsal çekirdekten spiral şeklinde yola çıkarak gittikçe genişleyen ve gelişen ama daha sonra yeniden ana kaynağına dönen bir oluşumu hatırlatıyor." Amblemlerin üzerindeki spiral desenler genellikle yaşamın devamlılığındaki ruhun varlığını sembolize ediyor. Bu işaret aynı zamanda ruhsal korunmayı da gösteren bir sembol oluyor.

Bunların dışında gökyüzüne ait semboller de gördüklerini söylüyor sujelerim. Bunların arasında yıldızlar, ay ve güneş sembolleri de var. Bu madalyonlarla ilgili epey bilgi topladıktan sonra hilâl ay sembolünün diğerlerine nazaran daha fazla görülmüş olduğunu farkettim. Bunun neden böyle olduğu ile ilgili sujelerimden biri şöyle demişti: "Güneş altın rengi ışıklarını gönderirken hilâl gelişmeyi bana anlatıyor. Onun gümüş ışığı adeta benim potansiyelimi temsil ediyor. O büyüdükçe benim içimdeki de büyüyor. Benim yaşamlar arasında boyutlar arası bir çizim var. Amblemin üst kısmındaki çizgiler ruhsal seyahatimi ve bunun benim çalışmamla ilgisini gösteriyor. Amblemin en altında ise bir atom yıldızı var. Bu da kâinatları birbirine bağlayan, saflaştırıcı ışığı sembolize ediyor."

Genellikle sujelerimden biri madalyonlardan birinin üzerinde bu hilâl sembolünü gördüğünde bu onun Dünya üzerindeki ruhsal gelişimini gösteriyor. Altın bir disk üzerinde gümüş bir sembol olarak çıkıyor karşımıza. Çeşitli şekillere girebilen çizgilerin ise sayısız manaları var. Her işaretin ve sembolün ise ruha çok özel olan yönleri var.

Aşağıdaki olay ruh dünyasındaki adı UNZ olan ama dünya yaşamında kas fonksiyonlarını engelleyen bir rahatsızlık nedeniyle acılar içinde olan bir kadın tarafından anlatılmıştır.

#### OLAY 43

Dr. N: Konsül üyesinin üzerinde neler gördüğünüzü bana anlatabilir misiniz?

S: *Kars, altın bir madalyon takıyor. Hatırlayabildiğim kadarıyla diskin üzerinde birbirinin içine geçmiş halkacıklar var.*

Dr. N: Lütfen Unz bu halkacıkların ne anlama geldiğini bana anlatabilir misiniz?

S: *Bunlar bana tüm dünya yaşamlarımızın ana amacımızı gerçekleştirebilmemiz için birbirinin devamı olduğunu anlatıyor.*

Dr. N: Kars tarafından takılan başka bir şey görüyor musunuz?

S: *Evet, evet. Tam ortada bir zümrüt taşı var.*

Dr. N: Bu taşın sizin için anlamı ne?

S: *Bu şifacının taşıdır.*

Dr. N: Bunun sizin şu andaki dünya hayatınızda çektiğiniz ıstıraplarla bir ilgisi var mı?

S: Kesinlikle evet. Ben tedavisi olmayan, dayanılmaz acılar çekeceğim bir rahatsızlığı talep ettim.

Dr. N: (sesimdeki şaşırmayla) Peki bunu neden yaptınız?

S: Ben bu yolu uzun zaman önce seçtim. İçimde acı yaratan bir hastalığım olduğunda bu şifacılığa yardım etmiş olmam demektir. İnsan sürekli acılar içinde olduğunda, derecesi az bile olsa, şifacı için bir fırsat doğurmuş olur.

Dr. N: Neyi yapmak için?

S: Acının bedendeki titreşimsel kademeleri üzerinde deney yapmak için. Acıyı dindirmek için enerjide ufak ayarlamalar yapabilirsiniz. Ben de kendi enerjimle böyle çalışarak başkalarına daha fazla yardım edebilme yolunu buldum.

Dr. N: Bu deneyim ile ilgili biraz daha anlatabilir misiniz?

S: Sürekli, onulmaz acılar içinde kıvranmak insanı sadece insan deneyimine bağlıyor. Acının dinmesi için sadece odaklanmak gerekir. Bu, acıyı dindirmenin geri planında daha büyük bir amacın yattığına dair sizde güven uyandırır. Ben, yaşamında bedensel acılar çeken insanlara karşı oldukça hassasımdır. Kendi kendilerini zihinlerini kullanarak iyileştirmeye hazır insanlara ben de yardım edebiliyorum demektir.

Dr. N: Kars tarafından gösterilen zümrüt taşıyla oldukça onur duyduğunuzu anlayabiliyorum bu doğru mu?

S: Bu Kars'ın bir şifacı olduğunu

gösteriyor. Bu taş asırlar boyunca beni ve deneyimlerimi gözleyen Kars'ı simgeliyor. Bu benim gelişimimi de işaret ediyor.

Dr. N: Bu taşın size usta bir şifacı tarafından gösterilmesinin sizin de ileride bir uzman olabileceğiniz yönünde bir mana taşıdığını söyleyebilir miyiz?

S: Evet. Kars benim ilerlememi görüyor ve bana güveniyor.

Olay 43, benim hızlandırılmış ruh diye tabir ettiğim ruh sınıfına giriyor. Unz dünyaya beş bin yıldır gelen bir varlık. Gelişimiyle kıyaslandığında kısa bir süre sayılabilir. O gelişlerinde sağlıklı beden seçmiyor. Bugünkü hayatında ise adeta bir zihin bilimcisi gibi çalışıyor. İnsanlara meditasyon ve imgelemeler öğretiyor.

Olay 43 ile ilgili bir başka gözlemim ise Unz'un yeşil zümrütlü madalyonu son 4 ila 5 hayatından sonra görmesidir. Bundan önce diskin üzerinde kehribar taşı vardı. Kehribarın da zayıf ve hasta olanları korumada ve tedavi etmede kullanıldığını söylemişti. Kehribar onun büyüme taşıydı. Zümrüt taşı ile birlikte Unz IV. Kademe ruhların arasında katılmıştı. Unz daha önceki yaşamlarının akabinde ruh dünyasında üzerinde değerli taş olan hiçbir madalyon ile karşılaşmamıştı.

Hipnoz altında bu tarz madalyonları görmeleri sujelerimin daha sonra aynısını gerçek hayatlarında yaptırmalarına bile neden oldu. Çünkü bu madalyonlar onlara karmik yollarını hatırlatıyordu.

(Gelecek ay konumuza devam edeceğiz...)

# Gönüldeki Mübarek Mühür

Nadide Kılıç

Cumartesi sabahın en parlak ışıklarının dünyayı aydınlatığı zamanda karşımızdaki caminin üzerinde, kanat çırpıp paçalı beyaz güvercinleri seyretmeye alıştım son günlerde. Henüz ortalığı gürültünün sarmadığı, sakin, güzel seslerin duyulduğu sessizliğin içinde kanat çırpıp takla atıyorlar. Bir iki hafta sonra bir çocuğun onları gözlediğini gördüm. Bir gün ona "niçin sadece minare üstünde uçuyorlar acaba?" diye sordum. Çocuk "bunlar mübarek hayvanlarmış abla, Kitapta öyle yazıyormuş annem söyledi". Allah dünyayı altı günde yaratmış ben de onları beş sefer dönmeye alıştırdım. Altıncıda takla atıyorlar ya... aslında bunu yaparken nöbet değiştiriyorlar. Hani askerler gibi. Annem "O mübarekler olmasa belki de taş yağar başımıza diyor"

Sabahın ışıklarının ortalığı aydınlatıp kalın perdeleri delerek, gece uykusuna kanmış, insanlara yetip, kirpiklerine henüz saplanmadığı, er ezanının seher vaktine ulaşmadığı bir vakitte duyuldu... pompalı tüfenginin gürültüsü. Sanki yedi düveli yok edecek, silip süpürecek, topraktaki en küçük canlıyı, üstündeki iribaş hayvanları telef edecek, kadını, kızanını, kısır yaşamaya mahkum edip, bebe yüzüne hasret bırakacak güçte bir bomba etkisi yaparak, sessizliğin koynunda patlayarak, Yeniköy'de herkesi sokağa dökmüştü... üstüne battaniyesini alan, çarşafına sarınan, mantosunu giyemeden başına koyup koşan herkes, caminin arkasındaki arsada beyaz gecelikli çıplak ayaklı

kadını görünce, yürekleri ferahlatacak bir ohh! çekmek yerine acı bir kahkaha korusu tutturmayı yeğledi.

Yüreklerimiz ferahlamıştı ferahlamaya ama bir kadının bu gürültüyü çıkarttığını bilseydik, çoluk çocuk ayaza çıkar mıydık?! Bilmiyorum. Bildiğim o denli korkmayacağımızdı. Yanına gidince kadını tanıdım. Bu kadın, bizim evin, yirmi metre uzağında caminin yanındaki boyasız binada oturuyordu. Komşumuz Emine Hanım'ın kız kardeşiydi. Komşumuz adını söylemiş olsa da unutmuşum. Lakabı hala hatırımda kalmıştı. Ondan bahis açıldığında Erkek Kadın denirdi. Erkek kadınlık nasıl olurdu, ona niçin erkek kadın denmişti acaba? Onun açık sözlü, korkusuz, ve mücadeleci biri olduğu söylenirdi. Kendi doğrularına uymayan, merhamet, dürüstlük ölçülerini aşan herkese ve her şeye kadınlığına ters bir atılganlıkla ve cesaretle olayın içine girivermişti. Sanırım olayları, mücadeledeki yöntemleri, toplumun kadına yakıştırdığı yetersizlik yaftasına hiç de uymuyordu. İnsanca bir yürekliliğin dışı vurumu ile çevresindeki ürkeklik, erkeklerin koltuğunun altına sığınan hemcinslerine hiç benzemiyordu.

Kahkahalarımız onda bir kova soğuk sudan daha etkili olmuştu. Pompalı tüfengi ellerinden kayıp nemli çayırın üstüne düştü. Belki utandığından belki de sabahın ayazında üşüdüğünden ellerini göğsü üzerine kavuşturdu. Çakır gözlerini kırpmadan "kusuruma bakmayın, hırsızdı. Çatıya gizlice

çıkmişti... Hasan'ın paçalı güvercinlerini çalmak istiyordu... onu durdurmam gerekiyordu. Onu durdurmasaydım, Mübarek hayvanlar ölüverirdi maazallah. Maksadım hırsızı korkutup kaçırmaktı. Havaya ateş açmasaydım... beynime kan sıçradı, sizleri düşünemedim. Zamanı unuttum" diye açıklama yaptı. Çoğunluk "Kuş için değer mi bu kadar insanı uykusunda hoplatmak, yine petrol tankeri bir yalıya vurdu sandık" diye rahatsızlığını bildirdi... Kimisi "üzülme oldu bir kere" diyerek onu teselli etti. Ben hiç sesimi çıkarmadım. Niçin yalan söyleyeyim beni, korkutsa da cesaretine hayran bırakmıştı. Ayazda sokağa çıkması bir yana "mübarek hayvanı" sözü beni etkilemişti. Eğer insanın gönlüne mübarek bir mühür oyalanmışsa, aklı ve yaşamının her saniyesi, bir mücahit gibi nöbete durur. Koca dünya gözünde bir saman çöpü kadar küçülür. Bir saman çöpü ise dünyanın sınırlarına sığamayacak kadar kişinin gözünde büyüyerek paha biçilmez bir Necef Taşıyla bile tartılamayacak bir ağırlık ve kıymet kazanır. Mübarek kabul edilen şeylerin temsil ettiği anlam kadar, insanın ruhsal dinginliğine düşünce enginliğine katkısı da önemlidir. Her zaman en iyiyi en güzeli saf gücün tanrısal titreşiminin gizemli soyut anlatımından kurtararak, somut dünyevi varlıklarda temsil edilmesini sağlar... ki bu nedenle mübarek varlıklar dünya ölçülerinde de güzelliğin, saflığın sevimliliğin timsali olurlar. Ve hemen hepsi kutsal metinlerin kutsal kitapların sayfalarında mesellerde bir hasletin temsilcisi olarak nişanlanarak dünyada yaşarlar. Güvercin gibi... güvercin Nuh'un Gemisine gagasında zeytin dalı getirdiği günden beri, hayatın, canlılığın, barışın, bayraktarı olarak kabul edilir.

\* \* \*

"Bir de serhat şehirleri vardır" diyor Prof. Dr. Emre Kongar. "Bu şehirlerin kaderidir. Asırlarca değişik milletler ve toplumların kuşatmalarına maruz kalmışlardır. Bu şehirleri almak için kanlı savaşlar yapılmıştır." diye ekliyor. "Bu şehirlerde yaşayanlar, savaşın acı tecrübeleri altında pişmiş, barışı ve huzuru düstur edinerek, birlik içinde yaşanabileceğini bütün dünyaya gösterebilmiş insanlardır. Edirne ve Kars bu şehirlerdendir. Irk ve din ayrımı gözetmeksizin huzurlu bir yaşamı sürdürebiliyorlar." Gerçekten de 21.YY'ın ilk çeyreğinde bu iki şehrin yerel yönetimlerinin girişimi ile dünya barışının inşası için uluslararası bir çalışma başlatıldı. Edirne'de Batı Devletlerinin davet edilerek katıldığı TARİHİ KENTLER BİRLİĞİ çatısı altında barış için ortak projeler üretiliyor.

Kars'da ise "KAFKAS İSTİKRAR PAKTI" imzalanmış. Türkiye'nin doğusundaki komşuları aynı amaç çerçevesinde birleşmişler. Sarıkamış (geçmişte seksen bin askerin donarak öldüğü şehir) bir Barış Parkı oluşturuluyor.

Türkiye'deki bilim adamlarının, akademisyenlerin girişimi ile uluslararası boyutta bilim adamlarının katılımı ile iki sene öncesinden (barış bilincinin) geliştirilmesi üzerine etkin bir çalışma başlatılmış. Niçin etkin? Çünkü dünyadaki en büyük güç bilim değil midir? Bilim sahibi insanlar, hükmedenler hakkında hüküm verenler değil midir?

Barış Bilinci, her Ulusun, devletin politik görüşüşlerini sosyal sistemlerini ve gelecek planlarını iyileştirerek gelebilecek faaliyetlerin önlenbilmesi

için yapılması gereken eylemler üzerinde fikirler üretme noktasından hareket etmektedir. Artık kalıcı barışın, insanlığın geleceğini tehdit eden kararlara imza atan otoritelerin de teslim olup kabulleneceği, bozulmayan esaslarla insanların düşüncelerinde ve yüreklerinde oluşturulabilmesi de gerekmektedir.

Şimdi diyebiliriz ki "Biz İnsan Hakları Evrensel Beyannamesini de biliyoruz. Brüksel'de toplanan Birleşmiş Milletler Kararını da." Haklısınız.

Çocuklukla ilk gençlik yıllarımda okuldan sıkıldığım bir dönemde babam yaşanmış bir hikaye anlatmıştı.

"Osmanlı döneminde bir genç, Anadolu'dan kalkıp İstanbul'a gelir. Medrese terbiyesi almak ister. Yıllar geçer... Felsefe, Fen Bilimleri bir de fıkıh derken derslerin altında ezilir... hocaların karşısında bir türlü başarılı olamaz... sonunda köyüne dönmeye karar verir. Atıyla yola çıkar. Gece olunca devam edemez yol üstündeki bir handa konaklar. Gece sabaha kadar yağmur yağar, sabah olup atını eyerlemek için aşağıya indiği zaman, oluklardan damlayan yağmur damlalarının aynı noktaya düşmesi sonucu taşın oyulduğunu görür. İçinden bir ses "Be mübarek sen şu küçük su damlası kadar da mı olamayacaksın. O büyük bir taşı oyabiliyor da sen niçin öğrenemeyesin ki?" diye ünlemiş. Genç gerisin geri İstanbul'a medreseye dönmüş. Nice sonra padişahları bile yetiştirebilen ünlü bir ulema olmuş."

Şimdi hava sahamızdan körfeze inen savaş uçaklarının gürültüsü arasında pek bir hafif gelebilir bu yazım. Ama bir damla barış girişimi, savaş lobisi kurup (Amerika'nın önderliğinde sinsice işletilmeye çalışılan - korku şiddet ve

savaşı ilke edinen) dünyanın geleceğine silah sıkmayı marifet sayanları, dalga dalga içine alıp eritecek, büyük bir ummana dönüşecektir.

Bir de Hasan var. Şu benim evin karşısındaki boyasız evde umutla paçalı beyaz güvercinlerine caminin üzerinde beş kere dönüp altıncıda takla attırmayı öğreten çocuk... arsa da karga avına çıkmış eli sopalı veletlerin imrendiği...

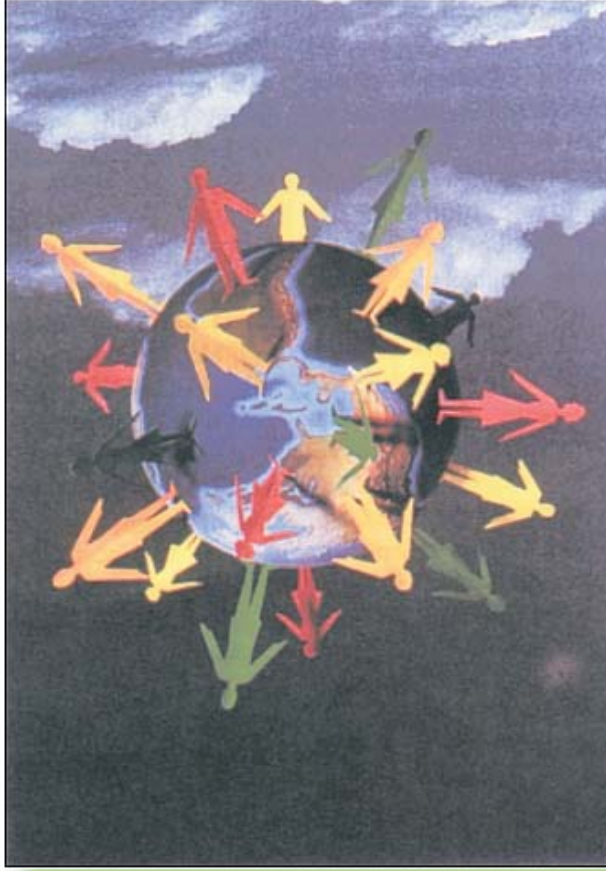
Bir de Sümerli bir kadının taş tabletlerden haykırışı (İ.Ö. 3500-1900)

"Artık büyü, okuluna git oku. Sokaklarda aşağı yukarı dolaşma. Sen sabah akşam bana eziyet ediyorsun. Sabah akşam eğlence uğruna zamanını boşa geçiriyorsun."

Bir de ben ve sen... Mübarek insan...



# IŞIĞIN HAZİNESİ



"The Fireside of Treasury of Light" kitabından  
Çeviren: Nelda Bayraktar

Bu yazı dizisi bazılarınca Altın Çağ, Kova Çağı, Milenyum diye de nitelendirilen New Age yazarlarına ait önemli ve anlamlı kitapların çok kısa özetlerini içermektedir.

Bu Kitaplar insanların hayatlarını değiştirebilmiş, toplumu etkileyebilmiş dahası düşüncelerimizi yeni ve heyecanlı istikametlere yönlendirebilmiştir.

Yazarlar, düşünce adamları, şairler, spiritüel üstatlar, hümanist psikologlar, devrimciler ve Şamanlar bu dizide Yeni Çağ'ın birbirinden farklı ve çeşitli düşünce unsurlarını ortaya koymaktadırlar.

## İÇİNİZDEKİ SİZİ YÖNETEBİLİRSİNİZ

Serge Kahili King

### Rüya Konuşması

Bir Çinli filozof bir keresinde rüyasında kendini bir insan olarak hayal eden bir kelebek olarak görmüştü. Uyandığında hâlâ kendini bir insan olarak hayal eden bir kelebek mi yoksa bir kelebek olarak kendini hayâl eden bir insan mı olduğundan emin değildi.

Bu hikâyenin ana teması her gece kaydığımız rüya aleminin aslında bilinçli dünyamız kadar gerçek olduğudur. Bizler rüyalarımıza fazla önem yüklemememiz gereken bir kültürde büyüdük. Bu da yaşamlarımızın en az üçte birini ıskalamış olmamızla aynı anlama gelmektedir. Halbuki uykularımız ve rüyalarımız, içinde öğrendiğimiz, oynadığımız, kendi yüksek benliğimizle, diğer güçlerle ve insanlarla her çeşit temasa geçtiğimiz süreçlerdir. Daha fazla aktif olduğumuz bir başka boyuttur rüyalarımız.

Şayet şimdiye değin rüyalar alemini araştırmadıysanız şimdi tam zamanıdır. Burada macerayı, büyük sürprizleri, olağanüstü güzellikleri ve belki de çirkinliği ve kötülüğü göreceksiniz. Zihninizin uçsuz bucaksız alanlarına girecek arkadaşlarınızla ve düşmanlarınızla buluşacak kendinizi farklı şekillerde göreceksiniz.

## RÜYA SÜRECİ

Her insan rüya görür. Hatta hayvanların bile rüya gördüğüne dair deliller vardır, ancak biz insanlarınki ile ilgiliiyiz. Hatırlamadığınız bir rüyanız olsa bile bu rüya görmediğiniz anlamına gelmez.

Rüya gerçeğı her zaman ezoterik bilimlerin ilgi alanına girmiştir. Ancak araştırmacı bilim adamları rüyaları laboratuarlara bile sokmuşlardır. Bu çalışmalara göre bizler gece boyunca rüya döngüleri içinde dolaşıp dururuz. İki çeşit rüya görürüz. Bunlardan ilki düz rüya diye tabir ettiğimiz aynen gerçek yaşamımızdaki gibi olandır; diğeri ise daha uzun, daha canlı ve zamanın, uzayın ve mantığın tüm sınırlarını zorlayan rüyalardır. İşte bu tip rüyalar nedeniyledir ki, rüyalarımız gerçeküstü ve ilgiye değmez şeyler olarak görülmüşlerdir.

Araştırmacılar rüya görmemiz gerektiğı hususunda birleşiyorlar. Çünkü rüya görmek hem fizik hem de ruh sağlığımız için gerekli. İnsanlar belli bir süre bundan mahrum kalırlarsa, kesintisiz olarak yeniden uyutulduklarında sanki kaybettiklerini kazanmak istermişçesine daha fazla rüya görüyorlar. Şayet rüya görememe daha uzun periyotlara yayılırsa insanlar ayakta iken bile rüya görebiliyorlar. Bunlar da halüsinasyonlara neden oluyor.

Aslında bizler her zaman rüya

görüyoruz. Yaşadığımız dünyanın da bir rüya olduğunu söyleyecek değilim, ama ister düz olsun isterse garip olsun uyanık bilincimizin hemen altında her zaman oluşan iç deneyimlerimizle birlikte yaşıyoruz. İnsanların çoğu, bunlara dikkat etmeden yaşıyor. Ama şöyle bir oturup, gözlerinizi kapatıp, olan bitene baktığınızda uyanık iken bile bir çeşit rüya deneyimi yaşayabilirsiniz. Bu sizin mevcut durumunuza ve daha önceki şartlanmalarınıza bağlı olarak ya hemen şimdi ya da daha geç bir şekilde gerçekleşebilir. Uyanık iken gördüğünüz bu rüyaların uyurken gördüklerinizi azaltacağına dair iyi bir neden bile vardır. Örneğin Thomas Edison, günde 17 adet kısa uyku molaları verirdi. Böylece gece sadece 3 saat uyurdu. Bu molaları sadece dinlenmek veya uyumak için vermezdi. Bunları rüya görmek amacıyla verirdi.

### HUNA BAKIŞI

Rüyalar için en çok kullanılan terim ruh uykusudur. Bu ise ruhun başka yerlere gitmesi anlamını taşımaktadır. Hawaii geleneklerine göre ruhlarımız başka kişileri ve ruhları görmek için seyahat eder. Biz de bunları rüya olarak hatırlarız.

Pek çok rüya deneyimleri arasında sağlığımızla ilgili olan veya bu konuda bize önerilerde bulunan mesajlar bile vardır. Aynı kaynaktan gelen diğer rüyalar bizim diğer insanlarla ve kendimizle veya dışımızdaki dünya ile

ilişkimiz ile alâkalıdır. Bazı rüyalar doğrudan yüksek benliğimizden gelir ama bunları bilinçaltımız yorumlar. Bunlar da bize ruhsal gelişimimiz hakkında bilgi verir ve bazen de olabilecek şeyler hakkında bizi uyarır.

Bazı rüyalar telepatiktir. Öyle ki bazen hiç tanımadığımız bir kişi ile bile iletişim kurabiliriz. Bunlar çoğunlukla trajediler ve tehlikeler ile ilgilidir, çünkü yüksek duygular telepatik uyanıklık yaratırlar. Ancak bu her zaman olmaz. Buna ilaveten içinde talimatlar ve bilgiler olan ve çoğunlukla yüksek varlıklar tarafından gönderilmiş mesajları ileten rüyalar da vardır.

Huna açısına göre değişik kelimeler değişik rüyaları anlatır. Örneğin Hihi'o; yarı uykulu yarı uyanık halde olduğumuzda yarım trans haline girmemizi anlatır. Bunun anlamı gerçeği veya gerçekliği yakalayabilmektir. Kaha'ula ise erotik rüyaları anlatır. Aslında bunun gerçek anlamı saklanmış kutsal yerdir. Buradaki fikir cinsel rüyaların aslında kendimizle bütünleşmemiz ile ilgili olduğudur.

Moemoea ise programlanmış rüyaları anlatır. Bir arzuyu veya isteği yerine getirmek üzere harekete geçirilmiş rüya demektir.

# Çocuklarla El Ele

Derleyen: Nadide Kılıç



Çocuklu olmak, dünyanın en muhteşem serüveninin içine çekilmek kadar olağanüstü bir uğraşmayı anata yükler.

Güzelliği ve anne-babaya yaşattığı hoş duyguları yanı sıra verdiği yükümlülükler de o denli zordur. Çünkü çocuğun doğru eğitilerek, severek büyütülmesi her anne babanın dileği hem de kutsal görevidir.

Ancak iyi anne baba, bebeklik çocukluk safhaların bilimsel verilerini göze alarak çocukları eğitmeyi bilmelidir de...

Yazı dizisi gerekli bilimsel yöntemleri içermektedir.

## ERGENLİK

\* Çocuğunuza hep kendi istediklerinizi söylerseniz, ergenlik çağından itibaren istemediklerinizi iştirsiniz.

\* Onun tecrübelerinin de olduğunu unutmayın.

\* Arkadaşlarına karşı çıktığınız zaman, çocuğunuzu kendinizden uzaklaştırır, onlara yakınlaştırırsınız. Kabullemeniz sizi anlamak için ona fırsat vermek anlamına gelir.

\* Ona uygun görmediğiniz için sevgilisine karşı çıktığınız zaman, çocuğunuz enerjisini sizinle mücadeleye yöneltir, gerçek sorunları görmesi zorlaşır. Sorunları evlendikten sonra görmeye başlayınca da iş işten geçer. Sessizliğinizi korumanız onun gerçeği görmesine yarar.

\* Çocuğunuzu kaybetmenin en kestirme yolu, müstakbel eşine karşı çıkmaktır. Kendi gençliğinizi anımsayın.

\* Çocuğunuz 13 yaşını geçtikten sonra, tatillerde günde birkaç saat çalıştırın. Kendi iş yeriniz olsa bile çocuğunuzun başkaları yanında çalışmasına imkân hazırlayın. Toplumsal yaşamı tanıyacaktır.

\* Erken yaşta çalışmak, çocuğunuzun insanlardan bir şey istemek ve "sınırların nereden geçtiğini" öğrenmek konusunda, hayat boyu yararlanacağı bilgiler kazanmasını sağlar.

\* Ergenlik döneminin ilk yıllarından itibaren çocuğunuzu para kazanmaya teşvik edin. Gerekirse ücretini haberi olmadan siz ödeyin. Kazandığı tecrübe bütün hayatı boyunca işine yarayacaktır. Eve döndüğünde daha uyumlu

olduğunu gözlemleyeceksiniz.

\* Resmi dairelerdeki bazı sorunların çözümü sırasında çocuğunuzu yanınıza alın. Böylece, çok basit gibi gözüken bir çok sorunu çözmek için ne kadar gayret etmek gerektiğini anlar.

\* Ergenlik çağındaki çocuğunuzun telefon konuşmalarına sabır gösterin.

\* Şayet faturalar sınırlarınızı zorluyorsa, bu konuyu kızgınlığınızı kontrol ederek bağırmeden çocuğunuzla konuşun ve yardımını isteyin.

\* Ergenlik çağındaki çocuğunuz için mümkünse yeni bir telefon hattı alın ve onun faturasını harçlığından ödemesi için, harçlığına belirli bir miktar zam yapın. En doğru seçimi yapmış olursunuz. "Bu sana güveniyorum. Seni artık çocuk olarak görmüyorum" demek olur.

\* Kuşak çatışması gibi görülenlerin çoğu, saç, müzik, giyim gibi yüzeysel konulardaki farklardır.

\* Giyimi için size karşı mücadele vermek zorunda kalmazsa, birkaç kere denedikten sonra uygun olmayan giyimde ısrar etmeyecektir.

\* Çocuğunuzun istediği mesleği seçmesine izin verin. Hatta takdir edin.

\* Çocuğunuza, en büyük mutluluğun sevdiği işi yapmak, yaptığı işi sevmek olduğunu aşılayın.

\* Çocuğunuza yaptığı işi iyi yapmanın saygınlık getirdiğini anlatın.

\* Çocuğunuza namusuyla çalışan herkese saygı duyması gerektiğini öğretin. Özendirin, ve bu yönde davranarak örnek olun.

# e s i n l e r

Güzele olan aşka ayarlanmıştır bütün gözler  
Aşk çoğu kez atalarımızın kulağıma fısıldadığı sözler

\* \* \*

Aşk, insanı tâ Tanrı'ya vardıran bir duygu olsa bile  
Beden düzeyinde, cinselliğe indirgendiğinde hormonal bir hile

\* \* \*

Olgunlaşmamış aşk ateşi en küçük rüzgârda söner  
Öyle bir sevgi kolayca düşmanlığa döner

\* \* \*

Kadın değişmeye her zaman meyilli  
Erkek ise değişmemeye eğilimli

\* \* \*

Mutlu bir beraberliğin ölçüsü değildir sadece fizik  
Evlilik, doğaçlama olarak birlikte yapılan bir müzik

\* \* \*

Bir ilaç oldun acıma hem  
Yarama mahrem bir merhem

# o l g a y g ö k s e l

## Ana ile Kuş Öyküsü

Gün ağarmadan hemen önce duyulabilen tek şey, çok mutsuz bir ruhun hıçkırarak ağlayışydı. Ana, Özgür Seçim Oyun Alanındaki yaşamında çok üzülen, on iki yaşında bir İndigo Çocuk idi. Çok az arkadaşı vardı ve okuldaki, sınıfındaki diğer çocuklarla anlaşmakta zorlanıyordu. Öğretmenleri onu sorunlu bir çocuk olarak görüyorlardı. Ana, kendini hep o grubun dışında, yabancı biri olarak hissediyordu. Annesiyle anlaşmakta da zorlanıyordu ve ikisi sık sık tartışıyordu. Ana, içsel bir biliş duygusuna sahip olmasına rağmen, artık umudunu neredeyse tümüyle yitirmişti. Daha on iki yaşında olmasına rağmen artık yuvaya dönmek istiyordu.

Onun içinde bulunduğu karmaşayı hissederek, Ruh ona direkt olarak seslendi: "Ana, eğer istiyorsan buradan ayrılabilirsin, ama önce bahçeye çıkmanı ve orada parmağını kaldırıp önünde tutmanı istiyorum." Ana, Ruh'un kendisine böyle direkt olarak hitap etmesi karşısında şoke olmuştu. Böyle bir şey daha önce hiç olmamıştı. Ruh'un dediği şeyi yapmasının ne yararı olacağını anlayamamıştı ama yine de bunu denemeye karar verdi. Güneş gökyüzünde yükseliyordu ve her şey kırmızımsı mavi bir renge bürünmüştü. Ana, kimsenin izlemediğinden emin olmak için çevresine bakındıktan sonra gözlerini kapadı ve parmağını, Ruh'un istediği gibi, kaldırıp önünde tuttu. Kısa bir süre sonra parmağında bir gıdıklanma hissetti ve gözlerini açınca, parmağına konmuş küçük kahverengi bir kuş gördü. "Merhaba sevgili varlık"

dedi kuş. Bu sözler karşısında Ana birden Yuvanın neredeyse unuttuğu hissini hatırladı ve gözleri bir anda yaşlarla doldu.

Ana, gözyaşlarını silerek, kimsenin onu izleyip izlemediğini görmek için çevresine bakındı. Bir rüya mı görüyordu yoksa bu gerçek miydi? Kuş gerçekten konuşmuş muydu? Tam o sırada kuş yine konuştu ve "Ben burada senin hatırlamana yardımcı olmak için bulunuyorum Ana; çünkü sen burada bir amaçla bulunuyorsun ve eğer şimdi gidersen amacın gerçekleşmeyecek" dedi. İlk kez bir umut ışığı hissettiği için Ana'nın gözleri yine sevinç gözyaşlarıyla doldu. Bir amacı olduğunu duymak bile onu teselli etmişti. Kuş onunla konuşmaya başladığında, bahçedeki hava sihirle dolmuştu ve bu konuşma en az bir saat sürdü. Bu sırada Ana, boşalmaya çok ihtiyaç duyduğundan, çoğunlukla ağlamaktan başka bir şey yapamadı. Sonra annesinin mutfakta çalışırken çıkardığı gürültüyü duydu. Bu sihirli kuşla geçirdiği zamanın sona ereceğinden korktu. O zaman kuş, "Korkma Ana" dedi "tekrar görüşeceğiz. Ben daima burada olacağım. Yapman gereken tek şey, bahçeye çıkıp parmağını kaldırmak ve ben hemen karşılık vereceğim."

O gün okulda Ana'nın öğretmenleri onun neden ağlayıp durduğunu anlayamadılar. Bir şeylerin yolunda gitmediğini düşündüler ama Ana şimdi her şeyin yolunda olduğunu biliyordu. Ancak, bazen bu olayın gerçekten olup

olmadığından kuşkulanıyordu. Yoksa o bunları hayalinde mi yaratmıştı? Sonra, o kuş onun hayal gücünün bir ürünü olsa bile, bunun hiç fark etmeyeceğini hissetti. Kuşun ona verdiği Yuva hissi, kendini harika hissetmesini sağlamıştı ve o bundan vazgeçmek istemiyordu.

O günden sonra Ana her sabah gün doğmadan kalkıp, bahçeye çıktı ve o kuşla konuştu. Birçok şeyden söz ettiler ve kuş Ana'ya, yerine getirmesi gereken yaşam dersleri verdi. Ana -bazıları kendisiyle ilgili zor şeyleri değiştirmesini gerektirse bile- bu dersleri sevinçle yerine getirdi. Kuş sürekli olarak ona, seçimleriyle kendi realitesini değiştirecek güce sahip olduğunu hatırlatıyordu. Bu küçük kahverengi kuş, küçük kızın yaşamına sihir katmıştı. Günler günleri kovaladı ve çok geçmeden Ana'nın yaşamı değişmeye başladı. Okulda, ona güvenen ve saygı duyan arkadaşlar edindi. Öğretmenleri de sihirli bir şekilde değişmişlerdi ve şimdi ona dostça davranıyorlardı. Annesiyle bile artık iyi anlaşıyordu. Şimdi, en nihayet Ana, yaşamının bir anlamı olduğunu hissediyordu.

Bir sabah Ana dönüp geçmişe baktı ve ne kadar büyük bir mesafe katetmiş olduğunu fark etti. Sadece birkaç ay içinde mutluluk yönünde, on iki yılda olandan daha büyük bir ilerleme kaydetmişti. Ana bunu fark edince, ona vermiş olduğu sihir armağanı için kuşa teşekkür etti. Kuş ona şöyle karşılık verdi: "Sevgili varlık, ben sana senin zaten sahip olduğun bir şeyi veremem. Benim görevim sana gerçek benliğini gösterecek ve gücünü hatırlatacak bir ayna olmaktır. Lütfen değiştirme

gücünün senin dışında değil içinde olduğu gerçeğini gözden kaçırma. Sen bu gücü kullanmayı seçtin ve dolayısıyla kendi realiteni değiştirdin."

Ana'nın yaşamının en önemli bölümü, her sabah o kuşla birlikte kısa bir zaman geçirmek ve böylece kendi gerçek gücünü hatırlamaktı. O, bu güzel, basit yaratığa karşı büyük bir sevgi duyuyordu. Hava ister yağmurlu ister güneşli olsun, her sabah o bahçede zaman geçirip, yürekte sevdığı o öğretmenle birlikte o günün niteliğini oluşturunuyordu. Ana'nın yaşamı güzeldi.

Bir sabah Ana her zamankinden de erken uyandı. Enerjide bir değişiklik hissetti ama ne olup bittiğini anlamadı. Kuşun enerji değişimleriyle ilgili sözlerini ve insanların bu yolla tekâmül ettiklerini söylediğini hatırladı. Kuş ona, değişimin, ruhsal gelişimin bir parçası olduğunu, çünkü değişim olmadan her şeyin eninde sonunda öleceğini söylemişti. Aradığımız sihirli yaratan da aslında bu değişimdi. Bu düşünceler Ana'nın kafasında dönüp duruyordu ve küçük kız o sabah kuşla birlikte geçireceği sihirli zamanda ona soracağı soruları dikkatle oluşturdu. Zamanı geldiğinde umutla bahçeye çıktı ve parmağını kaldırıp önünde tuttu. Ama o sabah kuş gelmedi.

Kuşun yardımıyla Ana, düşüncelerinden çok içsel hislerine güvenmeyi öğrenmişti. Şimdi bu beceriyi kullanmanın tam zamanıydı ve her nedense içinden, sevgili dostunun gayet iyi olduğunu biliyordu. Ayrıca kendisinin de gayet iyi olduğunu biliyordu. Hem başına kötü bir şey gelmemişti ki. Yine de kuş dostunu ve birlikte geçirdikleri özel zamanı

özlemişti. Kuşun ona vermiş olduğu tüm bilgiyi ve onu kendi yaşamında nasıl kullandığını düşündü. Ama yine de şaşırmıştı; çünkü kuşun ona söylediği ilk şeylerden biri, onu asla terk etmeyeceği idi. Ama, işte orada, bahçede tek başına duruyordu. Sanki oradaymış gibi kuşla konuşmaya çalıştı. Onun parmağına konduğunda hissettiği o aşına gıdıklanmayı bile hissedebiliyordu. Ayrıca, aklına soracak bir soru geldiği her seferinde, yanıt da sihirli bir biçimde zihninde beliriyordu. Birden, kuşun ona vermiş olduğu asıl armağanın, yanıtlar için dışsal bir kaynağa güvenmekten çok, kendi içsel rehberliğine güvenmek olduğunu anladı.

Ana, her sabah bahçeye çıkıp parmağını önünde tutma ritüelini sürdürdü. Sonraki haftalar boyunca dostunu düşünmediği bir tek gün bile olmadı. Uzun bir süre sonra ilk kez ağladı, ama bunlar acı-tatlı gözyaşlarıydı. O kuşun bir daha parmağına hiç konmayacağını düşününce üzülüyordu ama kalben, aralarındaki bağın asla kaybolmayacağını biliyordu. Ona kendi içsel rehberliğine güvenmeyi öğreterek kuş, Ana'ya insan bedeninde bir ruh olarak yaşamının anahtarını da vermişti. Birden, yaşamın hiç de o kadar kötü olmadığını anladı Ana...

Zaman ilerlerken Ana, okulunda önemli bir rol oynadı. Öğretmenleri en nihayet onun sorunlu bir çocuk olmadığını, aslında onun -onun gibi diğerlerinin- okulun öğrettiklerinin çok ötesinde olduğunu anlamışlardı. Ana, onların öğretim yöntemlerini, çocukların ilgisini çekecek biçimde değiştirmelerine yardımcı oldu. Onların

düşünce biçimlerini, gelen yeni çocuklara uyacak biçimde değiştirmelerini sağladı. Ana'nın mezun olduğu gün gerçekten de özel bir gündü. Geriye dönüp baktığında, yaşamının bu bölümünden zevk alacağını hayal bile edemezdi. Ancak o, eğitimcileri eğitmekte çok önemli bir rol oynamıştı. Ve, kendi küçük yolunca, gelecek her şey için enerjinin oluşturulmasına yardımcı olmuştu.

Ana büyüdüğünde büyük bir şifacı oldu ve binlerce kişiyi, kendi realitelerini değiştirecek şekilde güçlendirdi. Kuşun ona öğrettiği gibi, öğrencilerine kendi kalbindeki bilgiyle rehberlik yaptı. Kendi gücüne daha çok güvendikçe verecek daha çok şeyi olduğunu gördü.

Ana, sevgili dostunu sık sık düşündü ve daima çevresini her türden kuşlarla kuşattı. Kuş, Ana'nın kişisel sembolü oldu ve kuş resimleri evinin her odasını süsledi. O her tarafta "Kuş Hanım" olarak tanındı ve Ana bu unvanı büyük bir gururla taşıdı. Kuş dostu tarafından çok derin bir biçimde etkilenmişti. Onu asla unutamıyordu ve yaptığı her şeye dostunun bilgelik armağanını aktarıyordu. Ana, gerçekten de Ruh ile birlikte yürüyordu.

Yıllar sonra Ana büyükanne oldu ve torununa bakmaya başladı. Bu çocuk onun için çok özeldi. O doğduğu gün Ana, aralarında bu yaşamın çok ötesine uzanan bir bağ olduğunu hissetmişti ve bu kez aralarındaki kontratın onları nereye götüreceğini görmeyi çok istiyordu. Billy, parlak gözleriyle Ana'nın ruhunun derinliklerine korkusuzca bakan yedi yaşında bir çocuktü. Çocuk Kristal enerji taşıyordu

ve Ana onu, yaşamın kendisinden bile daha çok seviyordu. Ana, Billy'yi düşünürken derin bir nefes aldı ve o anda bu dünyada kalmış olduğu için şükretti.

Bir gün Billy büyükannesini ziyarete geldi. Odadaki kuş resimlerini incelerken dikkatini küçük kahverengi bir kuş heykeli çekti. Ana, torununun kuşa dikkatli baktığını gördü. Kalben, harika bir şeyin olmak üzere olduğunu hissetti. O, bu duyguyla nefesini tutmuş beklerken, torunu ona dönüp şöyle dedi: "Biliyor musun büyükanne, bu kuş heykeli tıpkı senin omzunda duran kuşa benziyor."

Bu sözler Ana'yı kuvvetle etkileyip onun birden ayağa fırlamasına neden oldu. Birden tüm parçalar yerine oturmuştu. Kuş dostuyla ilgili yanıtlanmamış tüm sorular şimdi bir anda yanıtlanmıştı. Ana, yıllar önceki o günü, kuşun görünmediği o günü düşündü. O zaman ruhsal derslerinde ilerlemesi sayesinde, kuşun onun eli yerine omzuna konabildiğini şimdi anlıyordu. O, kuşu kendi dışında aramaya o kadar alışmıştı ki, kaydettiği ilerlemenin, kuşun ona daha çok yaklaşmasını, eli yerine omzuna konmasını mümkün kıldığını fark etmişti.

Tüm o yıllardan sonra uzun suskunluk nihayet bozulmuştu. "Evet sevgili Ana" dedi kuş "seni asla terk etmeyeceğimi söylemiştim ve terk etmedim." Sevgili dostunun güzel sesini bir kez daha duyduğunda Ana'nın gözleri sevinç gözyaşlarıyla doldu. Kuş sözlerine şöyle devam etti: O gün yapmış olduğun seçimden ötürü seninle gurur duyuyorum. Sonuna dek

parmağını seyredererek, dışarıdan almaya alıştığın rehberliği bekleyerek kalabilirdin. Ama sen ilerlemeye, kendi rehberliğine güvenmeye karar verdin. Deneyimlediğin şey, kendi Yüksek Benliğin ile bağlantını açarak Ruh ile bütünleşmekti. İnsan deneyimin seni buna inandırır da, sen aslında Ruh'tan ayrı değilsin. Benden ayrı değilsin. Çünkü biz BİR'iz. Sen, bu sıradan dünyada omzundaki Ruh ile birlikte yürüdün ve kendin için sihir yaratmaya cüret ettin. Çok iyi bir iş başardın sevgili Ana. Yüksek amacını gerçekleştirip, insanı Tanrısal olanla bütünleştirmeyi öğrendin."

O anda Ana, torununun önemli bir sözleşmeyi yerine getirdiğini anladı. Yaşamında ilk kez, aklın bildiği ile kalben bildiği şey tam bir uyum içindeydi. Ana'nın yaşamının mucizesi şimdi tamamlanmıştı.

Ana gibi siz de seçime sahipsiniz. Eğer parmağınızı uzattığınızda kuşunuz orada belirmese, siz bunu bir yanlışlık olarak ya da içinizdeki sesi dinleyip ona güvenme fırsatı olarak algılama seçimine sahipsiniz. Seçiminiz sonucu belirleyecektir. Ana, yaşamının geriye kalan kısmını o bahçede, kuşun geri dönmesini ve ona yeni talimatlar vermesini bekleyerek geçirebilirdi. Bunun yerine o, kendisine verilmiş olanı günlük yaşamında uygulamayı seçti.

*(Yuvaya Hoşgeldiniz kitabından alınmıştır.... Akasha Yayınları)*

# Yıkıcı Yakınlık Yapıcı Ayrılık

Zehra İskender



İşte olanlar oldu... yaşamınızın yarısını birlikte geçirdiğiniz, dostunuz gönül yarınız olan insanla ayrı düştünüz... artık ömrünüzün bundan sonrasını onsuz geçireceksiniz. Nasıl yaşayabilirsiniz onsuz? Her şeyinizi sevincinizi, üzüntünüzü, paylaştığınız arkadaşınızın yakınlığı yok artık. Şimdi ne yapacaksınız? Aranızda yaşananları unutmanız mümkün değil!.. Gönül kırıklığınız da cabası.

Yaşamınızda onsuz geçen ilk gün... gün, dün gibi, hiçbir değişiklik, nahoş bir durum yok gibi. Büronuzdaki evraklar, bilgisayar tuşları ya da fabrikadaki makinelerin gürültüsü aynı, evde hava tıktırtısından, kapınızın zilinden, sokakta oynayan çocukların heyecanından ezbere bildiğiniz sesleri duyuyorsunuz. Ama bugün neşesizsiniz, yüzünüz bir türlü gülmüyor mu? Onunla konuşmama kararını isteyerek verdiğiniz halde. Yarısı yok oluverdi, ömrünüzün yaşanmamış yılları siliniverdi.

Günün kalan bölümünde de kuru bir sakinlik sardı. İşin özü dargın kalmayı beceremiyorsunuz.

Dargınlık, birbirini seven, iyi anlaşılan

iki insanın arasındaki samimiyetin zedelenmesi olarak ifade edilebilir. Hatta samimiyetin zedelenmesi sonucu birbirleriyle sonsuza kadar görüşmeme kararı alıp, ayrılması olarak da değerlendirebiliriz.

Eğer düşünürsek, iki insanı dargınlığa götürecek birçok neden bulabiliriz. Ama bu nedenlerin başında, samimiyet diye algıladığımız samimiyetsizlik gelir. Samimiyet en az iki kişinin birlikte oluşturdukları, her ikisine de güven veren sihirli bir fanus gibidir. Hiçbir tehlikenin ve üzüntünün işlemediği, her türlü olumsuz ve nahoşluktan arınmış özel bir alandır.

Samimiyet iki insanı da öyle bir fanus içinde yaşatır, ki toplumdan uzaklaştıklarını, diğer eş dost meclislerinden ayrı kaldıklarını anlayamazlar. "Biz birbirimize yeteriz. Anca beraber, kanca beraber." Mantığıyla hareket ederler. Gerçekten de birbirlerini maddi-manevi her konuda tatmin edip hizmet ederler. Hiçbir zaman birinin dileği veya ihtiyacı öbürü tarafından reddedilmez. Her zaman karşılanır. Günleri, gönülleri, düşünceleri birbirine açık yaşarlar.

Birlikte güler birlikte ağlarlar. Ta ki, birbirinden, hiçbir zaman kopamayacaklarından emin oluncaya kadar.

Emin olmak, bu konuda insanların karşısına tehlikeli bir dönemeç gibi çıkar. Çünkü dostu, arkadaşı tarafından sevildiğinden emin olmak, insanı özensiz davranmaya itebilir. Fark etmesek de iç içe geçmiş hayatlarımızın içinde samimiyetimize sığınarak, Allah dilimize ne verdiyse karşımızdakine tokat gibi aşkedebiliriz. Ya da samimi bir fanusun içinde devamlı mercek altında tuttuğumuz dostumuzun davranışlarında düşüncelerinde bir-iki potluk görüp düzeltmek için kollarımızı sıvırız. Samimiyetin verdiği haktan yararlanıp kural tanımadan, onun kaldırıp kaldıramayacağını düşünmeden konuşur da konuşuruz.

Bu tarz yaklaşım dostumuzu nasıl etkiler dersiniz. O da aynı şemsiyenin altına girip kendini savunmaya başlar. Bu savunma mekanizması, ne yazık ki vesvese verenin ürettiği olumsuz ve yıkıcı düşüncelerin etkisinde kalır. Bencillik, "beni kınıyorsun, sen de .....sin, sen önce kendine bak" gibi hiddet ve şiddet içeren, alınganlığı depreştirip kini yerleştiren bir ağır kavgasına dönüşebilir.

Dostunuzun tenkitinizi hiç sesini çıkarmadan sineye çekmesi de doğru sonuçlar doğurmayacaktır. Çünkü sessizliği tercih ederek samimiyetsizliğin başka bir şekliyle karşılık vermiş olur. Derinden kırıldığı, pek de bu tarz davranışları hoş görecektahammül gücüne sahip olmadığı halde, makul karşılıymış havasını vermek ister... ama başaramaz. Kimi insan kendine yapılane ses çıkarmamanın acısını (genellikle kindarlığa yenik düşenler) karşısındakine kusur arayıp

tenkit ederek çıkarmayı seçer. Bu davranışta gerçek samimiyetten uzak aklileştirilmiş bencilce bir savunma, hatta saldırma (sözle) veya sindirme niyeti taşır.

Karşımızdakinden emin olmanın insana çıkan faturası işte bu denli sevimsiz bir itiş kakışın içinde yaşamaya zorlanmaktır. Oysa samimiyetin ve dostluğun harcı iyimserlik ve nezaketle beslenir. Bu denli zoraki bir arkadaşlığın sonu dargınlıktır.

Dargınlık gibi görünen zorunlu ayrılık sanıldığı kadar kötü olmayabilir.

\* Kendinizi, yaşamınızı, topluma katkılarınızı, düşüncelerinizi irdelemenize neden oluyorsa,

\* Sizi ikili ilişkiler yerine çevrenizdeki diğer insanlarla ilgilenmenize yarıyorsa,

\* Kendi olumsuzluklarınızı, yanlış yargılamanızı, görmenizi sağlıyorsa,

\* Sizi başkalarıyla olan ilişkilerinizde daha özenli olmaya zorluyorsa,

Dargınlık yaşamınızdaki görevini tam ve eksiksiz yerine getirmiş demektir.

Ama siz uzak kaldığınız dostunuzu çok özleyorsunuz, onunla olmak istiyorsanız, ilişkinizin eski güzel günlere tekrar kavuşması için bir müddet beklemeniz gerektiğini bilin.

Uzak kaldığınız dostunuza şimdi hiçbir şey hissetmediğinizi hatta varlığı ile yokluğunun bir olduğunu düşünüyorsanız da kendinizi yargılamadan duygularınızın akışına kendinizi bırakın. Zaman geçtikçe iç çalkantılarınız dinecektir. Bundan emin olun.

# ŞÜKÜRLE YAŞAMAYI BİLMEK

Ali Rıza Tanaltay

Hayat nehri akıp giderken zamanın akışına da bizler kendimizi kaptırmış gidiyoruz. Adeta biri birine benzeyen günler ömrümüzden uçup gidiyor. Durup düşünmeden, yaşamda öz eleştiriler yapmadan günler arasına kopya kağıdı koymuşçasına ömrü heba etmek nereye kadar devam edecek. Artık silkinip kendimize gelme zamanı gelmedi mi? Saat bir gün geç zamanı çalmadan değiştirmek gerek bu gidişi.

Geçen gün gazetelerimizden birinde, bir anket sonucunda sigara tüketiminde dünya birincisi olduğumuz yazıyordu. Bana gelen birçok genç, gençler arasında uyuşturucunun hızla yayıldığını ve hatta görevlilerin satıcılık yaptıkları yahut satanlara göz yumduklarını anlatıyorlar. Bugün medeni ülkelerdeki mücadeleleri filmler ya da medya aracılığıyla hemen öğrenebiliyoruz. Ne kadar zorlu bir mücadele içerisindeler. Yarın bizler de aynı çabalarla boğuşmak zorunda kalmayalım. Yaşamın daha iyi bir yolu olmalı!

Bir genç kız otobüste giderken oturan yolculardan biri çok hoşuna gider. Sapsarı altın yaldızı gibi saçları masmavi gözleri vardır bu yolcunun. Genç kız başlar içinden Tanrı ile konuşmaya “Allahım neden benim de böyle saçlarım, masmavi gözlerim yok” diye sızlanır. Derken durakta inmek için o imrendiği kız ayağa kalkar ve koltuk değneklerine abanarak otobüs içerisinde kapıya doğru yönelir. Onun bu gerçeğini görünce genç kız “Oh Tanrım! Beni bağışla, evet belki saçlarım sarı değil ve gözlerim mavi

ama Sana Şükürler olsun ki sağlıklı iki bacağım var ve sakat değilim” der.



İnsan sahip olduğu değerlerinin kıymetini bilmeli. Eğer bu sabah hastalıklı değil de sağlıklı uyanmışsak yatağımızda, bir hafta sonrasını göremeyecek olan bir milyon ölüm döşeginde insandan daha şanslı olabildiğimizin farkına varalım. Irak da, kapı komşumuzda bugün insanlar zorda, yaşam mücadelesi, hayatta kalma çabası içindeler. Ülkelerindeki savaşın sonu nereye varacak kimse bilmiyor. Oysa bizler yataklarımızdan kalktığımızda bir harp tehlikesi ile, işkence görmek ihtimali ile, aç kalma korkusu ile karşı karşıya değiliz. Öyleyse dünyadaki yaşayan 500 milyon insandan daha iyi bir durumdayız. Tutuklanmaktan, işkence görmekten

yahut öldürülmekten korkmadan yollarda serbestçe dolaşabiliyoruz. Öyleyse dünyamızda yaşayan 3 milyar kişiden daha iyi bir sansa sahibiz. Buzdolabımızda yiyeceğimiz, üzerimizde elbisemiz ve başımızı sokup uyuyabileceğimiz bir evimiz varsa, dünyadaki insanların % 75'inden daha zenginiz, ne güzel. Bankada ve cüzdanlarımızda da para varsa, dünyanın en imtiyazlı % 8'i arasındayız. Ne mutlu bize. Okuma yazma bilmeyen 2 milyar kişiden biri değiliz belli ki, çünkü şu satırları okuduğunuza göre siz okuma yazma biliyorsunuz.

Paraya ihtiyacınız yokmuş gibi çalışın. Para hep arkadan gelmiştir.

Kimse sizi üzmemiş gibi sevin. Çünkü seven herkes çevresince sevilmiştir.

Kimse sizi seyretmiyormuş gibi dans edin. Kimse sizi dinlemiyormuş gibi şarkı söyleyin. Kan ter içinde koşuşturmaya devam edip hayattan şikayet etmeyi kesin. Kim şikayetlerle, sızlanmalarla hayatına yeni ve umut dolu bir çehre kazandırmıştır ki? Kimseye şikayet fayda sağlamadı.

Hayat gerçek bir süreçtir. Bu gerçeklik içerisinde insana düşen görevler vardır. Kişi önce sahip olduklarını bilmeli ve onlara sahip çıkmalıdır. Sorumluluk her zaman kişinin kendi omuzlarındadır ve herkes kendinden mesuldür. Bütün bu gerçeklik içerisinde kişi bir başarı arayışı içerisinde çabadadır. Başarının en gerçekçi tanımı; başkalarının size duyduğu ihtiyaçtır. Bu ihtiyacı duyan ne kadar çok kişi varsa insan o denli huzurlu ve mutlu yaşar. Bu mutluluğun doğabilmesi için, insanın başkalarından farklı birtakım değerlere sahip olması

gerektiği gibi, onlardan insan kardeşlerinin faydalanmasına izin vermesi de gerekir. Bilgi bir yerde biriktiği zaman sadece bilene fayda sağlar. Bunun getireceği tatmin duygusu ise kısırdır. Bilgiden yararlananların sayısı arttıkça o bilginin kaynağına akan enerji de o denli çoğalır. Kişi daha mutlu, daha huzurlu olur. Bazıları kendi değerlerini arttırmak yerine kendileri için gerekli, onları hayata bağlayan bu enerjiyi alabilmek için çevrelerindeki herkese karışıp onların kendilerine ihtiyaç duydukları gibi bir hayali kalıp içine girerler. Oysa bu bir gerçek değildir onlar sadece kendilerini kandırırlar, bu arada diğerlerinin yapmaları gerekenleri yaptıklarından onların da gelişmelerine engel olurlar. Bu durum çevreleriyle çatışmaları da beraberinde getirir. Çünkü herkes gelişmek için özgür olmak ister. Bunun çocuklarla ebeveynleri arasındaki çatışmalardan, eşler arasındaki çatışmalara kadar birçok boyuta kadar da uzandığını görürüz.

Hayat gerçek bir mücadele ve herkes kendinden sorumlu. İşimiz, Ailemiz, Sağlığımız, Dostluklarımız ve benliğimizle bu mücadelenin içerisinde koşar dururuz. Sahip olduğumuz değerlere gereken önemi vererek ve sahip olduklarımızın şükrünü ve kıymetini bilerek yaşayalım. Çevremiz ile ilişkilerimizi özgürlükleri kısıtlayarak değil kendi değerlerimizi yüceltip o değerlerden yararlanılmasına izin vererek kuralım. Kendi yerimizi, dünya üzerindeki imkanlarımızı görüp şükrelelim sonuç çok daha farklı bir yaşamı bize kazandıracak ve aradıklarımıza zaman içerisinde mutlak ulaşacağız.

*Hep Sevgiyle Kalın...*

## Garip ama gerçek..

Olaylar, olduğu yerler, gazete haberlerinden derlenmiştir.

Avrupa Birliği'ne üye çeşitli ülkeler vardır. Bu ülkelerde çeşitli insanlar yaşarlar. Ve bu insanlar, günün birinde, emr-i Hak vaki olduğu zaman, ölürler. Kimisi eceliyle ölür, kimisi cinayete kurban gider, kimisi trafik kazasına, kimisi hastalıktan. Falan filan. Ama bu ülkelerin hiçbirinde, hiçbir insanın, tuttuğu futbol takımının ya da siyasi partinin maçı ya da seçimi kazanıp kazanmayacağı üzerine 'eğer kazanamazsak ha ben de bunu keserim' diye iddiaya girip, sonra da yenilince ya da kaybedince besmeleyle abdest alıp iki rekat namaz kıldıktan sonra 'onu' kestiği ve kan kaybından öldüğü duyulmamıştır. Türkiye'de duyulmuştur. Karadeniz Bölgesi'nde. Her iki çeşitlemesi de.

Avrupa'da da haşarat, özellikle sivrisinek vardır. Orada da sinek ilacı kullanılır. Ama, sivrisinek yutup da midesine kaçan sineği öldürmek üzere ağızına Shelltox sıkarak suretiyle zehirlenip ölen, Türkiye'dedir. İstanbul, Sultanbeyli.

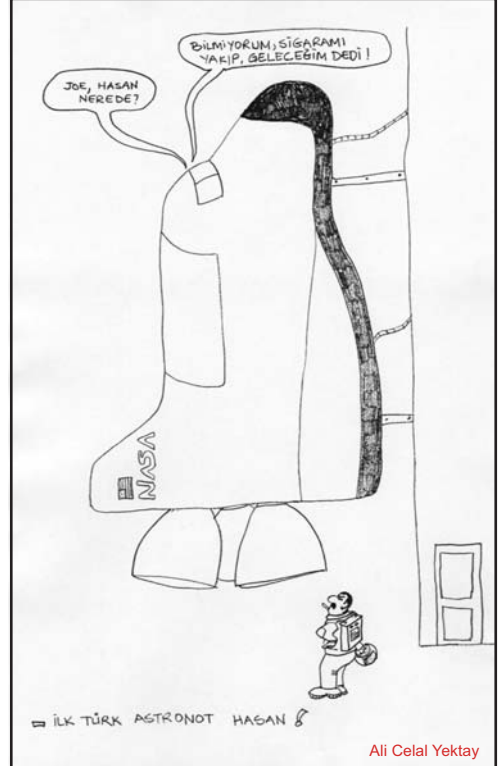
Avrupa'da da insanlar birbirine gidip tıraş olurlar ama, hiçbir berber, rahatlatmak amacıyla müşterinin kafasını sağa sola kanırtırken adamın boynunu kırıp onu öldürmemiştir. Türkiye'de öldürmüştür. Erzurum'da.

Örneğin, bir bankamatikten para çekmek için düğmeye bastığınızda elektrik çarpmaz ve ölmezsiniz Avrupa'da... Türkiye'de ölürsünüz. Bozcaada.

Örneğin, oralarda, otoyolda giderken radyoda duyduğu göbek havası eşliğinde göbek atmak için 'sağ şeride çeken' ve az sonra da arkadan gelen arabanın çarpması sonucu ölen bilinmez. Türkiye'de bilinir. Adapazarı.

Nüfus sayım günü sokağa çıkma yasağı nedeniyle bomboş otoyolda (Avrupa'da böyle bir şey yoktur ve olamaz) sayım görevlisi 'bariyerlere' çarpıp ölmez. Burada ölür. Gebze.

Avrupa Birliği'nde insanlar ya sigara içerler ya da içmezler. İçenler, sigaralarını çakmak ya da kibritle yakarlar. Ve bunların



bir kısmı da kanserden ölür. Ama, demir çelik haddehanesinde çalışan hiçbir Avrupalı işçinin, sigarasını yakmak amacıyla 600 tonluk pres makinesinin arasından emekleyerek geçip 2450 santigrat sıcaklığındaki fırına ulaşmaya çalışırken can verdiği görülmemiştir. Türkiye'de görülmüştür. Karabük'te.

Aynı işyerinde biri gece, biri de gündüz vardiyasında çalışmakta olan ve her ikisi de 'mobilet' kullanan bir baba-oğul, birisi işten çıkıp eve gider, öteki evden işe gelirken bir kavşakta karşılaşmazlar ve birbirlerine selam vermek için ellerini kaldırınca çarpışıp her ikisi de ölmezler. Konya.

Marangoz atölyesinde çalışan işçiler paydosta üzerlerindeki talaşları temizlemek için birbirlerine 'kompresör' tutarlarken, biri

Marangoz atölyesinde çalışan işçiler paydosta üzerlerindeki talaşları temizlemek için birbirlerine 'kompresör' tutarlarken, biri ötekine şaka yapmak için kompresörü onun arkasına yöneltmez, öteki de 'şaka öyle olmaz böyle olur' diye aynı kompresörü alıp berikinin makatına sokmaz ve adam bağırsakları patlayarak ölmez. İstanbul, Ayazağa.

Gemi mühendisi kazanı kontrol etmek için kazana girdiğinde biri gelip kazanın kapağını kapatmaz ve sonra da gemi yola çıkmaz. Kocaeli, Dilovası.

Bir adam ayakkabısının içine kaçan taştan kurtulmak için elektrik direğine yaslanıp ayakkabısını çıkarıp silkelediğinde, yoldan geçen bir başkası onu elektrik

çarptığını sanmaz ve elektrikle bağlantısını kesmek amacıyla kafasına kürekle vurarak onu öldürmez. Rize.

Çünkü hiçbir Avrupa şehrinde, 'Buralarda bir pideci varmış, ne tarafta acaba?' sorusuna 'Kıymalı mı, peynirli mi?' diye cevap verilmez.

Şimdi Avrupa Birliği yetkilileri gelip bizim şehitliklerimizi gezecek ve bizi anlayacaklar ya, hakkımızı teslim edecekler... Yukarıda anılan kayıplarımızın kabirlerini de ziyaret etsinler ve kendi itikatlarıncı Ave Maria mı, Pater Noster mi artık neyse, iki satır da onlara okusunlar.



# 35. YIL

Kesintisiz devam eden 35 yıllık yayın hayatımızda bize gösterdiğiniz ilgi ve verdiğiniz destek için siz sayın okurlarımıza teşekkür ederiz.

Hizmetinize sunduğumuz web sitemizde,

- Her ay güncellenen sayfalarımızda bazı yazılarımızı,
- Yayınlarımızın tam listesini,
- On-line dergi abone ve kitap sipariş formunu ve
- Bundan böyle sizden gelecek istekler doğrultusunda diğer yenilikleri bulabilirsiniz.

<http://www.dostluk.com>

Ziyaretinizi bekleriz.