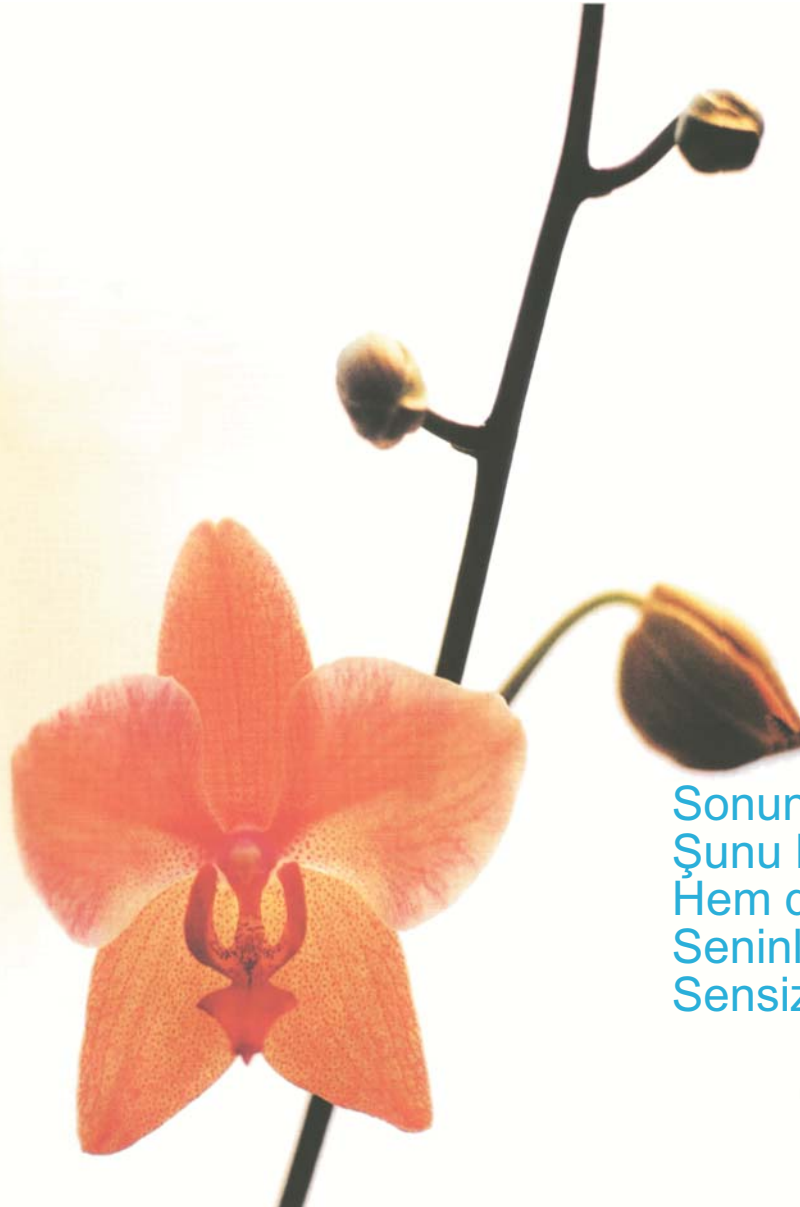


SEVGİ DÜNYASI



Sonunda
Şunu bildim ki Rabbim
Hem de ne biçim!
Seninle her şeyim
Sensiz koca bir hiçim!



Aylık Kültürel ve
Siyasi Dergi

Cilt: 36
Kasım 2004
Sayı: 431

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 Ürkmezgil

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 Ürkmezgil

Dizgi:
Özenç Dizgi

Baskı:
Anka Basım A.Ş.
100.Yıl Mah. Matbaacılar
ve Ambalajcılar Sitesi No:38
Bağcılar, İSTANBUL
212 - 629 01 83

Fiyatı: 3.000.000 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

Sevgi Dünyası 1

Sevgiyi Öğrenmek Gerekıyor

Dr. Refet Kayserilioğlu 2

Esinler

Olgay Göksel 13

Şiirler

Güngör Özyiğit 16

Bir Adım Daha Yukarısı İçin

Özenç Kayserilioğlu 19

Yaşamın Yaprakları

Nelda Bayraktar 22

Kendine Saydamlaşmak

Nadide Kılıç 24

Musiki - Ses ve Renk ile Tedavi

Yavuz Yektay 28

İki Yaşam Arasında

Çev: Arın İnan 31

Sevgiyi Felce Uğratmadan

Zehra İskender 36

İş Başında Duygusal Zekâ

Der. Belgin Tanaltay 38

Zamanda Kayma Olabilir mi?

Der: Nelda Bayraktar 43

Sevgili Dostlar

Bir gazetenin TV eleştirmeni belgesel ve genel kültürle ilgili programların reyting alamadığından yakınıyor. Gerçekten de bu tarz yayınları keyifle izleyenlerin sayısı o denli az ki. Buna karşın sulu esprilerin yapıldığı ve stüdyodaki misafirlerle evde oturanları göbek dansında birleştiren programlar hayli prim yapıyor. Programların bu denli seviyesizleşmesi bir yana haber programlarındaki iç karartıcı, bunaltıcı ve seyredenleri kendi hayatları ve hattâ ülkelerinin geleceği ile ilgili karamsarlığa sürükleyen haberler verilmesi kaliteyi iyice düşürüyor. Hele bazı kanallarda haber aralarında sıkıştırılan reklamlar, depresif insanların üzerlerine serpiştirilen su damlaları gibi görev yapıyorlar.

Ülkemiz tezatlar ülkesi olmaya devam ediyor. Haberler kanalıyla aldığı bilgilerin karamsarlığından mı yoksa gerçekten neşeli oldukları için mi göbek attıkları belli olmayan insanlarımız tam bir gaflet uykusu içinde. Milyarlarca para harcanarak hazırlanan güzelim belgesel filmler ve genel kültürle ilgili programları seyrederken neden sıkılıyorlar acaba? Örneğin, böcekler dünyasına yapılan seyahatler, mikro kozmosu önümüze sererken ya da Kamçatka yarımadasında yaşayan insanların yaşayış tarzları ve gelenekleri farklı kültürleri evimize getirirken ve farkındalığımızı arttırabileceken, bundan neden zevk almıyorlar?

"Gidemediğim yer zaten benim değildir" ya da "benim dışındaki dünyalardan bana ne fayda olacak" zihniyeti de bir nevi sevinçsizliğin, mutsuzluğun ve şükürsüzlüğün ifadesi değil midir? Hayırlı merak içinde olması gerekirken kendisine faydası olmayacak şeyleri fazlasıyla merak edip, TV kanallarının kurduğu özel evlerin içindeki kavgaları, hır gürleri ve dedikoduları izlemeye devam etmek insanımızı geliştirmeyecek tam tersine dumura uğratacaktır.

Teknolojide, gelişmişlikte, okur-yazarlık oranında, üniversitelerindeki hocaların sundukları bilimsel makalelerin sayısında, literatüre, tıbbı, toplum bilincine ve insanların refahına yaptıkları katkılarla bizden daha homojen hale gelmiş toplumlarda da genel bir yozlaşma olmasına rağmen, TV kanallarındaki bu tarz görüntüler en ön sıraya yerleşmemekte, halkın gündemine oturmamaktadır.

Yapılacak ciddi çalışmalarla halkın farkındalık seviyesinin yükseltilememesi halinde korkarız ki insanlarımız karamsarlık ve seviyesiz eğlenceler arasında gidip gelmeye mahkum olacaklardır.

En Derin Sevgilerimizle
SEVGİ DÜNYASI

Sevgiyi Öğrenmek Gerekliyor

Dr. Refet Kayserilioğlu



ŞEYH VE MÜRİDİ

Vaktiyle sevgide ve manevi bilgilerde ileri gitmiş, gönlü arınmış, nur yüzlü bir şeyh vardı. O, gönül kapılarını Yaratan'a ve tüm varlıklara açmış, herkesin hayrını dileyen değerli bir kişi idi. İnsanların önünde küçülmesini

bilen, her zaman hizmete hazır, bakanlara huzur ve güven veren bir hayırlı insan idi. Bazısı onun ermiş bir kişi olduğunu da söylerdi. Onun müritleri (gönül yolu öğrencileri) çoktu. Onun yolunda gidenler, onun uyarılarına ve öğütlerine uyanlar daima kazançlı çıkarlardı. Onun yüzünden

tatlı bir tebessüm hiç eksik olmazdı. Ve o, büyük bir saygı ve sevgi çemberiyle kuşatılmıştı.

Bir gün şeyhi hayranlıkla izleyen ve ona gıpta eden, müritlerinin de nasıl hızla düzeldiklerini, iyi, doğru ve seven kişiler olduklarını gözleyen bir adam, şeyhe mürit olmak istedi. Varıp şeyhin yanına el öptü, diz çöktü: "Beni de müritlerinin arasına alır mısın şeyhim?" dedi. Şeyh:

"Benim müridim olabilmek için öncelikle beni çok seveceksin, her şeyden çok seveceksin" dedi. "Bunu yapabilirsen, benim müridim olabilirsin" Mürit adayı tereddütsüz: "Yaparım" dedi. "Öyleyse" dedi şeyh efendi, "Git bir hafta süreyle hep beni düşün, hep beni sev ve beni her şeyden çok sevmeye çalış."

Bir hafta sonra mürit adayı şeyhin yanına vardı, boynunu bükerek: "Ne yaptım sizi her şeyden çok sevmiyorum. Aklıma türlü türlü kuşular, vesveseler geliyor." dedi. Şeyh bilgili ve tecrübeliydi; biliyordu ki, gönül kapıları sevgiye açılmamışsa, gönül kuşkuyla, kuruntuyla, vesveseyle dolardı. "Oğlum" dedi, mürit adayına, "Senin bu dünyada en çok sevdiğin nedir?" "Efendim benim bir düvem var, ben onu çok severim" dedi aday. "Öyleyse" dedi şeyh. "Git sen bir ay süreyle o düveni (1) daha çok sev."

Mürit adayı, bir ay süreyle düvesini daha çok sevmeye çalıştı. Onun temizliğiyle, içmesiyle, yemesiyle, ahırıyla yakından ilgilendi. Onu okşadı, sevdi, kaşağıladı, onunla insan gibi konuştu, her yerini ve her hareketini

ayrı ayrı inceledi. Onda daha önce görmediği güzellikleri, farketmediği özellikleri bulmaya başladı. Ve her yerini ayrı ayrı sevmeye, ondan uzakken de onu düşünmeye başladı. "Gözleri de ne güzelmiş, sürmeliymiş, burnunun ucunda ne biçimli bir beyazlık varmış, ya ayak topuklarındaki beyazlıklar ne düzenliymiş, ne hoşmuş!.." Akıllı ve gönlü artık hep düvesiyle meşguldü, ondan başka bir şey düşünemiyordu.

Bir ay sonra, düvesine karşı gönlündeki sevgi kat kat artmış olarak şeyhin huzuruna vardı. "Efendim" dedi, "Ben bu düveyi çok sever oldum. Gece gündüz onu düşünüyorum. Bu hayvana aşık oldum sanki." Şeyh ondaki iyi gelişmeyi görmüş, daha da ileri gitmesini dileyerek demişti ki: "Oğlum sen git düveni bir ay daha sev, daha da çok sevmeye çalış!.." Mürit adayının gönül kapıları sevgiye açılmaya ve o, sevmeyi öğrenmeye başlamıştı. O bu noktada duramayacaktı. Şeyh de onun daha ileri gitmesini istiyordu. Gönül kapıları sevgiye tam açılınca, herkesi ve her varlığı sevmesi zor olmayacaktı. Gönül yolunda da, manevi yolda da ancak sevgiyle ilerlenebilirdi. Bu sebeple müritlerinin sevmeye ileri gitmelerini, bunun için de Yaratan'ın varedtiği her canlıya saygılı olmalarını, herkesin önünde küçülmelerini isterdi. Çünkü nefsin arınması için, yani her çeşit aşırılıktan, gururdan, benlikten kurtulması için insanın her şeye saygı, her şeye sevgi duyması ve tevazu içinde (küçülebilme içinde) olması şarttı.

Şeyh biliyordu ki, seven göz kusur aramaz, iyilikleri ve güzellikleri görür,

eksikleri ve hataları gidermek için de yardımcı olur. insan sevgide ve saygıda ileri gittikçe, iyilikler, değerler, üstünlükler daha iyi görülür ve daha çok geliştirilir, hatalar ve eksikler de daha kolay düzeltilebilir. Seven gönül, sevdiğinin her başarısına ve her iyi haline sevinir, sevdiğinin yükselmesi onu mutlu eder. Keza sevdiğinin her kötü haline ve başarısızlığına çok üzülür. Çünkü sevdiğiyi kendini bir görmekte, onun her iyi halini, başarısını veya her kötü halini biraz da kendisinin saymaktadır. İşte şeyh müritlerinin böyle gönülden sevenlerden olmasını diliyordu.

Artık mürit, dergâha
devam etmeye, şeyhi
yakından tanımaya
başlamıştı. Gönlü
sevgiyle yaşamaya ve
sevgide yaşamaya
alıştığı için şeyhi de hızla
sevmekte zorluk
çekmedi.

İkinci ayın sonunda, mürit adayı, düvesine tam aşık hale gelmiş olarak şeyhin yanına vardı. "Efendim" dedi "Ben bu düveyi deli gibi sevmeye başladım. Onun yanından ayrılamıyorum. Aklım ve gönlüm hep onunla meşgul, hep ona bir şeyler vermek, onun için bir şeyler yapmak istiyorum. Geceleri

bile ondan ayrı kalmaya gönlüm razı olmuyor. Yatak odama aldım, yanımda yatırıyorum." Şeyh, mürit adayının sevmeyi öğrendiğini, onun sevgisinin yeterli olgunluğa ulaştığını görmüştü. Ona dedi ki: "Oğlum, şimdi beni düven olarak düşünmeye, düven gibi sevmeye çalış. Benim meclisimde bulun, beni yakından tanı. Bende beğendiğin yönleri hep hatırla, hep düşün. Beğenmediğin yönlerim varsa, onların da sebebini araştır. Bulamazsan bana sor. Düzeltebileceğine inandığın bir eksikimi görürsen beni saygıyla uyar! Saygıda asla kusur etme. Çünkü saygı sevginin gıdasıdır. Beni kendinden ve çok sevdiğin düvenden ayrı görme, onunla bir tut!.."

Artık mürit, dergâha devam etmeye, şeyhi yakından tanımaya başlamıştı. Gönlü sevgiyle yaşamaya ve sevgide yaşamaya alıştığı için şeyhi de hızla sevmekte zorluk çekmedi. Zamanla ona ters gelen hallerin anlamını ve gereğini gördü. Anlamadığı yönleri de açıkça sordu, cevabını aldı. Gönlü şeyhe olan sevgiyle doldukça diğer mürit kardeşlerini de sevmesi kolay oldu. Hattâ şeyhi seven herkesi de seviyordu artık.

Çünkü onun gönül kapıları açılmış, sevgiler onun gönlüne rahatça girer, çıkar olmuştu. O sevginin tadını aldığı için herkesi kolayca sevebiliyordu. Sevdiği, saygı duyduğu kimselerden, bu arada şeyhinden ve mürit kardeşlerinden gönlünü ısıtan, onu mutlu eden sevgiler akıyordu bol bol. Ayrıca kendi değerini görmüş, seven, sevilen bir insan olduğunun bilincine varmış,

Sevginin içtenliğinin artırılması,
düşüncelerin,
duyguların ve tüm davranışların,
dikkatlerin ve ilgilerin sevilecek kişilere veya şeylere yönlendirilmesiyle gerçekleşebilir

kolayca herkesin hizmetine koştuğunu görerek kendisini beğenmeye ve çok sevmeye başlamıştı. Bulunduğu ortam (dergâh) kula hizmet ederek, kulu severek ve gönlü arıtarak Hak'ka varma yeri idi. Her an kendini Hak'la bir hissetmeye, O'nu gönlünde duymaya da başlamıştı. Demek ki, her şeyin başı gönlü kapılarını sevgiye açabilmektir, sevmeyi, sevilmeyi, sevdirmeyi öğrenebilmektir...

SEVGİYE ULAŞMAK

Sevgiye ulaşmak için, sevgiyi istemek gerekir. Sevgiyi istemek için, sevgiyi tanımak gerekir. Sevgiyi tanımak için de sevgiyi tatmak gerekir. Sevginin tadını bir kere alan, onu tanımaya ve sonra istemeye başlar. Sevgi bir alışveriş olduğu zaman, gerçek değeri ile ve gerçek güzellikleriyle ortaya çıkar. Yalnız alan, yalnız her-

kesten sevgi görmek isteyen, ama kimseye sevgi veremeyen kişiler sevgi alışverişi, sevgi dolaşımı içinde değildirlir. Onun için çevreden en büyük sevgileri de alsalar, veremedikleri için gönülleri tam ısınmaz ve gönül kapıları tam açılmaz. Sevilmek hoşlarına gider, ama gönüllerinde yalnızdırlar. Gönülleri verilenin tümünü alamamakta, birçoğu dışarıda kalmaktadır. "Vermeden alınmaz" sözünün bir anlamı da budur işte. Veren, tohum eken mahsulünü biçer, emeğinin karşılığını alır, bu birinci anlamdır. İkinci anlam da şudur: Verdikçe alma kapıları daha çok açılıyor. Veriş arttıkça alış da çoğalıyor. Bu gerçek her şey için böyledir ama, sevgi ve bilgi için daha çok böyledir. Onun için, "Bilgi verilirken, öğretilirken öğrenilir" denir. Sevgi de verildikçe daha çok alınır. Seven, sevgisinin içtenliği nispetinde sevilmeye başlar. Sevginin içtenliğinin artırılması, düşüncelerin, duyguların ve tüm davranışların, dikkatlerin ve ilgilerin sevilecek kişilere veya şeylere yönlendirilmesiyle gerçekleşebilir.

Oysa insanlar, daha çok aldıklarıyla ve alacaklarıyla meşgul oluyorlar. Alabildiklerine biraz seviniyorlar, ama alamadıklarına ve kaybettiklerine daha çok üzülüyorlar. Vermeyi hiç düşünmüyorlar. Oysa vermek, isteyerek gönlüden vermek, bencillik duvarlarını yıkmaya başlamak demektir. İnsan vermeye başladıkça bencillikten kurtulmakta, gönlü kapılarını insanlara ve sevgiye daha çok açmaktadır. Bir şeyler vermek, sevgi vermeye eşlik eder çoğu kez. İnsan bir şeyler vermeye

başladıkça, verdiği kişileri sevmeye başlar. Sevgisi arttıkça da vermesi çoğalır insanın. Bu gerçeği, öğretmen - öğrenci ilişkilerinde veya anata (anne baba), evlât ilişkilerinde görmek mümkündür. Öğretmen öğrencilerine bilgileri verdikçe ve öğrencilerin de o bilgileri aldıklarını gördükçe, öğrencilerine sevgisi artar. Sevgisi arttıkça, onlara daha çok bilgi vermek için yanıp tutuşmaya başlar. Aynı şekilde anata evlâtlarına doğduğu andan itibaren sürekli tüm ihtiyaçlarını vermekteler. Verdikleriyle çocuklarının büyüdüğünü, geliştiğini, sağlıklı, iyi, terbiyeli, çalışkan olduklarını gördükçe de çocuklarına sevgileri, saygıları daha çok artar. Sevgileri, saygıları arttıkça da çocuklarına daha çok vermek, daha çok hizmet etmek, daha çok ilgilenmek, onların sorumluluklarını daha çok üstlenmek isterler.

İşte benciller, yalnız kendi çıkarını düşünen egoist kişiler, veremedikleri için sevemezler. Yalnız almayı, yalnız kazanmayı düşünenlerin gerçek sevgiyi tanımaları, bulmaları ve yaşamaları çok zordur. Çünkü onlar için, karşılıksız vermek sömürülmektir, kullanılmaktır, dolayısıyla enayiliktir. Onlar ise, akıllarınca hiç enayi (!) olmadıklarına göre karşılıksız ve gönülden veremezler. O sebeple de gerçek sevgiyi hiç bulamazlar. Sevgiyi aldatmaca aracı gibi görmeleri ve aldatmaca aracı gibi kullanmaya çalışmaları da bu sebeptendir. Ama onlar gönül züğürtlüğünden, gönüllerindeki yalnızlık hapisanesinden hiç kurtulamazlar. Büyük servetleri de olsa, etraflarında

birçok kişi de bulunsa, ünlü de olsalar, bir yüksek mevkide de olsalar yalnızlıktan, mutsuzluktan kurtulamazlar. Çünkü onların gönül kapıları sevgi alışverişine kapalıdır.

Sevgi deyince çok kişinin ilk aklına gelen sevilme oluyor. Sevgi alışverişini düşünen, hele sevmek için gönlünü çalıştırmayı düşünen az oluyor. Sevilme elbette hoş giden, memnun eden, vücudu ve gönlü besleyen bir enerjiyi almaktır, elbette güzeldir. Ama pasif bir iştir, sadece bir alıştır, gönlü fazla çalıştırmayan bir işlemdir. Yalnızca alan, almayı düşünen, vermeye, hizmete, ilgiye yönelmeyen kişinin sevgiden kazanacakları sınırlıdır. Daha çok almak, sevgiden daha çok yarar-

İnsan vermeye
başladıkça
bencillikten
kurtulmakta,
gönül kapılarını
insanlara ve
sevgiye daha çok
açmaktadır.
Bir şeyler vermek,
sevgi vermeye eşlik
eder çoğu kez.

lanmak, daha çok vermeye, daha çok sevmeye mümkün olabilir ancak. Sevginin büyüğünü almanın, ancak sevgi vermeye ve sevgi dolaşımını başlatmayla mümkün olabileceğini bilmeyenler, kendilerini sevdirmek için

dış değerlerini artırmaya çalışırlar. Zengin olmaya, güzel görünmeye, kibar görünmeye, bir mevkie ulaşmaya, bir üne kavuşmaya çalışırlar. Dış değerler elbette gereklidir, ama onlar insanların yalnızca dikkatlerini ve ilgilerini çekmeye yarar. Gönüllere girebilmek için, o ilgi ve dikkat çekişten sonra onlarla ilgilenmek, hizmet etmek, insanlara ihtiyaçlarını vermek, insanların sorumluluğunu yüklenmek gerekiyor, işte o zaman, hem onlar seviyor o kişiyi, hem de bunları yapan kişi, herkesi artan bir sevgiyle sevmeye başlıyor. Bu bahsettiklerim, büyük gönül kanunlarıdır, büyük sevgi kanunlarıdır. Bunlara uyanlar, o kanunları uygulayanlar gittikçe daha mutlu olurlar, gittikçe yükselirler, kişilikleri gittikçe gelişir, Yaratan'a da gittikçe daha çok yaklaşırlar.

SEVGİYİ ÖĞRENMEK İÇİN

Sevgi mutlaka öğrenilmesi gereken çok önemli bir eylemdir. Sevmeyi ve sevdirmeyi öğrenmek, kişinin kendi özünü bulması ve özünü geliştirmeye başlamasıdır çünkü.

Sevgiyi öğrenmek için, yani sevgi yaşamına girmek için, bunun insana kazandıracaklarını bilmek gerekir. Sevginin kazandırdıkları bahsinde bunları tek tek anlatmıştık. Gerçekten sürekli bir mutluluğa ancak sevgi alışverişi içinde olan, yani seven ve sevilen kimseler ulaşabilmektedir. İnsan kişiliğini sevgi alışverişi içinde bulabilir ve yalnızlıktan da öyle

kurtulabilir. Sevgi yaşatan, canlandıran ve güçlü kılan bir enerjidir. Sevenler, gerçek sevenler yaşlansalar da ihtiyarlamazlar. Çünkü sevgi yıpranmaları

Gönlünde sevgi ocağını yakan kişi, hem çevresini aydınlatır ve çevresini ısıtır, hem de kendi gönlü ısınır ve aydınlanır. Gerçek sevmeyen, işlerini sevgiyle yapmayan bir insan yenilikleri bulamaz, akli da iyi çalışamaz. Gönül olmazsa akıl çalışmaz.

önler ve yenilenmelerini hızlandırır. Gönlünde sevgi ocağını yakan kişi, hem çevresini aydınlatır ve çevresini ısıtır, hem de kendi gönlü ısınır ve aydınlanır. Gerçek sevmeyen, işlerini sevgiyle yapmayan bir insan yenilikleri bulamaz, akli da iyi çalışmaz. Gönül olmazsa akıl çalışmaz. Sevgi, gerçek sevgi, kadın erkek arasındaki uyumu ve insanlar arasındaki birliği, bütünlüğü de sağlar. Gerçekten sevgisiz yaşamamaz. Bir an sevgisiz kaldığına, hiç kimse tarafından sevilmediğini ve kimseyi de sevemediğini düşünmek bile insana en büyük işkence gibi gelir. Sevgi insanı yöneten ve hattâ kâinatı yöneten güç olduğuna göre, elbette hayatın en önemli ve en değerli şeyidir. Öyleyse sevmeyi ve sevdirmeyi öğrenmemiz çok gereklidir. Özümüzde,

ruhumuzda ve maddenin de aslında Yaratan'ın sevgisi bulunduğu göre, sevgi alışverişiyle özümüz geliyor, tüm canlılarla, hatta tüm cansızlarla alışverişe ve bütünlenmeye gidiyoruz.

İnsan,
bir değer
olduğunu, Yaratan'ın
sevgisinden
varolduğunu ve
kutsal bir varlık
olduğunu bilirse
ve kendini sevmeye
başlarsa, başkalarını
sevmesi kolaylaşır.

Elbette Yaratan'a da ancak sevgi ile, bilgi ile, arındırdığımız ve yükselttiğimiz ruhumuzla varabiliriz.

Sevmeyi ve sevdirmeyi öğrenmek için gerekli düşünce ve davranışları baştan beri söyledik. Onları madde madde özetlememizde yarar olacaktır. Böylece sevgiyi öğrenme konusunu topluca hatırlamış olacağız.

1- Sevgi alışverişini iyi başarmak, sevmeyi ve sevdirmeyi iyice öğrenmek için ilk şart, insanın kendi değerini bilmesidir. İnsan, bir değer olduğunu, Yaratan'ın sevgisinden varolduğunu ve kutsal bir varlık olduğunu bilirse ve kendini sevmeye başlarsa, başkalarını sevmesi kolaylaşır. Öyleyse herkesin kendi değerini bilmesi, kendisi ile ilgilenmesi, kendisini kötülememesi,

aksine saygı duyması, övmesi, kendine özen göstermesi gerekmektedir. Kendi değerlerini bilen, kendisine saygı duyan, giyimine, temizliğine, konuşmalarına, tavır ve hareketlerine dikkat eden, özen gösteren kişi, başkalarına sunacağı kendi güzelliklerini ortaya çıkarmaya başlamış demektir.

2- Başkalarını sevmek için de onlara değer vermeye onlardaki değerleri bulmaya, görmeye ve söylemeye başlamak gerekir. İnsanlar genellikle başkalarını kötüleyerek, küçülterek, eleştirerek ve çekiştirerek (giybet ederek) kendilerine değer kazandıracaklarını sanırlar. Onun için başkalarını beğenmek ve hele övmek çok zor gelir. Övenler de bunu içtenlikle yapamazlar. Oysa sevme işini başarı ile uygulayabilmek için başkalarının değerlerini iyi bir şekilde görmek ve onları içtenlikle belirtmek ve övmek gerekir.

3- Yalnız belirtmek ve övmek de değil, kendi kendinize o değerleri sürekli düşünerek, o kişiye önce düşüncelerle, sonra gönülde duyulacak sıcak duygularla içinizde yakın olmalısınız.

4- Sonra, o değer verdiğiniz kişiye yapacağınız hizmetlere, göstereceğiniz ilgiye, onun için alacağınız sorumluluğa ve ona yapacağınız iyiliklere sıra gelir. Bunları bir karşılık almak için, kârlı bir yatırım için değil, sevginizin gereği olarak yapacaksınız. Böyle yaptıkça, hem ona olan sevginiz artacak, hem de onun gönlünü coşturmaya, onun da size olan sevgisini arttırmaya başlayacaksınız. İkinizin sevgiyle gönül birliğine varmanız, karşılıksız sevmenin örneği olmanız, hem başka-

larını da aynı tarzda sevmeye başlamanızı kolaylaştıracak, hem de başkalarına örnek olmanıza, onların da gönüllerini tutuşturmanıza yol açacaktır.

5- Saygıya dayalı köklü bir sevgi, insanları yücelten ve geliştiren bir etken olduğu için o sevgide, yükselmenin diğer dört basamağının da bulunması gereklidir. Yani o sevginin içinde iyilik olmalıdır, doğruluk olmalıdır, çalışma, hizmet, gayret olmalıdır. O sevginin içinde bilgi olmalıdır. Yükselmenin Merdiveni beş basamaklı idi: İyilik, doğruluk, çalışma, bilgi ve sevgi. "Sevgideki bilgi ne olacak?" diye sorabilirsiniz. Genel olarak bilgileriniz ve tecrübeleriniz arttıkça sevdiğinizize vereceklerinizin, yapacağınız yardımların, uyarıların miktarı artar, kalitesi, değeri ve ona yararı yükselir. Ayrıca sevginizi, yardım ve hizmetlerinizi onu baskıda tutmadan, onun kişiliğini ezmeden, gelişmesini ve kendine güvenini yavaşlatmadan yapmanın bilgisini, tekniğini öğrenirsiniz. Öyle anatalar vardır ki, aşırı ve bilgisiz sevgileriyle evlatlarını adeta esir alırlar, onların kendilerine güven kazanmalarına, kişiliklerini bulmalarına ve gelişmelerine imkân bırakmazlar.

6- Sevmeyi ve sevdirmeyi öğrenmenin ve uygulamanın insana kazandıracakları şeyler her çeşit maddi değerlerin çok üstündedir. Onun için sevgiyi uygularken ve öğrenirken kaybettiğiniz maddi değerlerle kafanız fazla meşgul olmamalıdır. Meşgul olursa, gerçek sevgiye ulaşmanız çok zor olur. İnsan dünyada kazancı, maddi değerleri, şöhreti ve mevkii için ister?

Yaşamını devam ettirecek miktardan fazlası, yalnızca toplum içinde saygınlığını sağlamak için, yani sevilme ve beğenilmek için değil mi? Öyleyse sevilmenin ve beğenilmenin esas yolu olan sevmeye ve sevdirmeye uygulamak için bazı fedakârlıklara katlanmak gerekmez mi? Ayrıca sevmeye ve sevdirmeye yolunda yürüyen insan kişiliğini bulmakta, gönül kapılarını açmakta, mutlulukların en yücesine doğru kanat çırpılmaktadır. Böyle bir sonuç büyük fedakârlıklara değmez mi? Hele sevgide ileri gidince tüm canlılarla ve Yaratılan'la bir gönül birliğine, öyle büyük bir yüceliğe ve büyük güçlere ulaştığına göre insan,

Öyle anatalar
vardır ki, aşırı ve
bilgisiz sevgileriyle
evlatlarını adeta esir
alırlar, onların
kendilerine güven
kazanmalarına,
kişiliklerini
bulmalarına ve
gelişmelerine imkân
bırakmazlar.

böyle büyük bir sonuç için her şeyin ifada etmez mi? Zaten bir gün ister istemez her şeyi dünyada bırakıp gitmiyor muyuz? Önemli olan dünyada beden için sade, ruh için coşkulu ve yüce bir hayat yaşayabilmektir.

7- İnsana engel olan korkudur. Aç kalma, yoksulluğa düşme, perişan olma, her şeyini kaybetme korkusu,

Zaten bir gün ister
istemez her şeyi
dünyada bırakıp
gitmiyor muyuz?
Önemli olan dünyada
beden için sade, ruh
için coşkulu ve yüce
bir hayat
yaşayabilmektir.

şerefini, şanını, işini, eşini kaybetme korkusu gönül kapılarını rahatça açmaya engel oluyor. Sevginin gereği olan vermeyi, hizmeti, fedakârlığı, ilgiyi, övmeyi, başkalarının değerlerini görüp göstermeyi rahatça yapamaması insanların, bu korkularından kaynaklanıyor. Başkasına verirse kendisine bir şey kalmayacak, başkalarını överek yüceltirse, kendisi alçalacak sanıyor insan. Oysa tamamen tersi oluyor. Verdikçe aldıkları çoğalıyor, başkalarını yüceltikçe kendisi de yüceliyor. "Veren el boş kalmaz" diye bir atasözümüz var, doğrudur. Vermekten, insanlara hizmetten, başkalarını övmekten, yüceltmekten geri durmamak lâzımdır. İşte bu tutum hem insanı yüceltiyor, hem sevindiriyor, hem de kendi gönül kapılarının herkese kolayca açılmasını sağlıyor.

8- Sevme ve sevdirme uygulamasında başarılı olmak için, bir de peşin yargılardan uzak durmak, kusur aramamak, insanlar için söylenen her dedikoduya, her kötü söze hemen inanmamak gerekiyor. İnsanların zayıf noktaları ve eksikleridir bu. Başkaları için söylenen iyi sözlere inanmak istemezler, ama kötü sözlere hemen inanırlar. Oysa insanları gerçekten sevebilmek için, bunun tam tersini yapmak gerekir. Kötülemek, kötüleyici dedikodulara, iftiralara çabuk inanmak, peşin suçlamaları hiç düşünmeden, araştırmadan kabul etmek, sevmeyi zorlaştırır. Çünkü herkes iyi, değerli ve üstün kişileri sevmek ister.

Ama biliyoruz ki, kusursuz insan yoktur. Zaten insan, dünyada kusursuz olmak için okuldadır. Başkalarının ve kendimizin daha çok, iyi yönlerini görür, gösterir ve belirtirsek, o eksiklerin tamamlanması, kusurların giderilmeleri kolaylaşır. Kötüleyerek kimse düzeltilemez. Tersine övülerek, değer verilerek, sevilerek, hoş görülerek, affetmeye hazır olarak insanlar daha kolay düzeltilir, daha kolay sevilir, onların sevgisi de daha kolay böyle kazanılır. İnsanın kendini sevmesi de böyledir.

9- Sevgi bir kişiyi benimsemektir, kendinden saymaktır, onunla gönül birliğine varmaktır. Onun için sevgi sadece bir kişiye karşı dürüst olmakla, onun haklarına saygılı olmakla ve ona zarar vermemekle sağlanamaz. Ancak onu en az kendisiyle bir tutmasıyla, kendisini düşünür gibi düşünmesiyle, hatta daha ileri safhada kendinden ön-

ce düşünmesiyle sağlanır. Yani "Benden önce sen" demeye başlamak gerekir. "Önce ben, önce benim gururum, önce benim çıkarım" diyecek, ama başkasına da zarar vermeyecek, tarafsız ve ayrı duracak... Bu tutum dürüstlüktür belki ama, asla sevgi yolu değildir. Gerçek sevgiye böyle ulaşılamaz.

10- Sevgide yakın temasın, işbirliğinin, fikir birliğinin, ideal ve inanç birliğinin etkilerinin olduğunu biliyoruz. Bunlar aslında kişilerin birbirini yakından tanımalarını, değerlerini görmelerini ve değerlerini düşünüp gönle benimsetmelerini sağlayan etkenlerdir. Keza cinsel çekimin, cinsel yakınlaşmanın, dokunmanın, vücutlar arasındaki elektrik akımının da insanlar

Sevgi, akıldaki
düşüncelerle gönüldeki
duyguların bütünüdür.

Yani sevgi aklın
ve gönlün işidir.
Bedenin algılamaları
elbette akla ve gönle
yardımcıdır,
materyal sağlar.

arasında sevgi uyanmasında etkileri vardır. Ama sevgiyi, cinsel yakınlıktan ibaret görmek ve "Sevmek Dokunmaktır" demek yanlıştır. Sevgi, akıldaki düşüncelerle gönüldeki duyguların bütünüdür. Yani sevgi aklın ve gönlün işidir. Bedenin algılamaları elbette akla ve gönle yardımcıdır, materyal sağlar.

11- Hepimiz aynı özden, Yaratan'ın Sevgisinden yaratıldığımız için kardeşiz. Her insanı, gönlünde Yaratan'dan gelen bir özü taşıyan varlık olarak görünce, insanları sevmek kolaylaşır. En kötü durumda olan bile bugün arınacaktır, yükselecektir. İnsanları dış görünüşlerine, fakirliklerine, zenginliklerine, güzelliklerine çirkinliklerine göre, hattâ iyiliklerine ve kötülüklerine göre ayırmamak gerekir. Herkese sevgi gösterdikçe ne kötülerin iyi olduğu görülür.

GERÇEK SEVENLER
GÜZELDİR, ÖZENDİRİR

Biribirini gerçekten seven eşleri, sevgilileri seyretmek, onların bakışlarındaki saygıyı, hayranlığı, buram buram tüten sevgiyi koklamak insana bir ayrı coşku, bir ayrı sevinç veriyor. Biribirini incitmemek için titreyen iki gönül, biribirinin her eksiğini gidermeye, her ihtiyacını karşılamaya hazır iki güzel insan. Onların biribirini tamamlaması kendiliğinden oluyor, biribirine destek olmaları, övgüleri dillerinden önce gözlerinden okunuyor. Akıllarında ve gönüllerinde biribirleri için en ufak olumsuz bir şeye yer yoktur. Biribirlerini iyi tanıyorlar, iyi biliyorlar ve biribirlerine tam güveniyorlar. Gönül kapılarını da biribirlerine ardına kadar açmış durumdalar. İki gönül biribirini besliyor, biribirlerine güç kaynağı oluyorlar. İşte öyle seven, gerçek sevgiyle biribirini seven kişileri görürseniz siz onları mutlulukla seyrediniz. Çünkü onlardan alacağınız

nurlar vardır.

Böyle büyük sevgiler kadın erkek arasında çok görülebiliyor. O sevgilerin başlangıçtaki sıcaklığını, saflığını koruyabilmesi ise, ancak onların, sevginin gıdasının saygı olduğunu unutmamalarına ve her zaman birbirine "Önce sen, önce senin isteğin gelir" demekte devam etmelerine ve birbirini övmelerine, takdir etmelerine ve hizmete koşmalarına bağlıdır.

Ben ömür boyu birbirini seven, birbirine saygı duyan, değer veren iş ortakları da gördüm. Onların başarıları hiç eksilmedi, hep arttı. Sıkıntılı, zor anlarında da onlar birbirleri için en yakın destek, en büyük teselli ve güç kaynağı oldular. Onlar yalnız iş ilişkilerinde değil, aile içi problemlerde, çocuklarla ilgili problemlerde de birbirlerine destektiler. Onun için dertleri de, sevinçleri de ortaklaşa çekiyorlardı. Dertler paylaşılınca küçülür, sevinçler paylaşılınca büyür. Sevgi insanlara kaç yönden kuvvet veriyor, kaç yönden destek oluyor.

Birbirini seven eşler, sevgililer, birbirini seven kardeşler ve tüm aile fertleri, birbirini seven iş ortakları, çalışma arkadaşları, birbirleri için mutluluk kaynağı, güç kaynağı oluyorlar. Hayat hepsi için hem daha güzel, hem de daha kolay oluyor. İşte bunlara bakarak diyoruz ki; tüm insanlar birbirlerini candan sevmeye başladıkları zaman, yaşam herkes için daha güzel, daha kolay olacak ve dünya herkes için bir cennet olacaktır.

Bugün insanlar sevgisizlikleri yüzünden, bencil oluyorlar. Bencilce dav-

ranışlar da, gittikçe artan çatışmaları getiriyor, insanlar öylece dünyayı kendi elleriyle kendilerine cehennem ediyorlar. Sevgiyle, gerçek dayanışma ve birlikle kolayca çözümlenecek problemler çözümsüz kalıyor. Herkesin derdi, sıkıntısı artıyor. Sevginin, dayanışmanın, birliğin güzelliği dururken insanların pislikle uğraşmaları, kötülükten, düşmanlıktan yarar ummaları ne acı, ne büyük körlük!..

Sevgi manzaralarını hatırlayınız, onları hatırlamanız bile gönlünüze genişlik ve sevinç verir. Meselâ bir delikanlı hatırlıyorum ben, 12 - 13 yaşlarında bir sevimli afacan. Çok sevdiği köpeğiyle oynuyor. Bazen elindeki topu atıyor, köpek alıp getirince onu kucaklıyor, öpüyor. Sonra kâh o kaçıyor, köpek onu kovalıyor, kâh köpek kaçıyor, o kovalıyor. Sürekli neşeli bağırışlar, kahkahalar. Her ikisinin de gözlerinden sevgi, sevinç ve mutluluk akıyor. Tanıdığım bir hanımın beyaz, iri tüylü, gözlerinin biri yeşil, biri sarı, cins kedisini sevişini hatırlıyorum. Kediye kucağına oturtmuş, ona ne diller döküyor, onu okşuyor, mıncıklıyor, öpüyor, kucağına bastırıyor. Kedi de çok mutlu, hiç sesini çıkartmıyor, ama kucaktan inmeye de hiç niyetli değil. Çiçeklerini sevenleri hatırlıyorum, sevişen çiftleri, sevgilileri düşünüyorum. Sonunda diyorum ki, gerçek sevenler güzeldir, onları seyretmek ise tadına duyulmayan bir güzelliiktir. Gerçek sevenleri seyrettikçe insanın gönül kapıları sevgiye daha çok açılıyor.

(1) İneğin dışı yavrusuna "Düve", erkek yavrusuna "Tosun", ikisine birden de "Dana" denir.

e s i n l e r

Kötülükten kesilip, iyiliğe yönelen, gerçek hacı
İnsanı yürüten bacakları değil, inancı!

* * *

İnsan gerçek yolunda inancıyla yürür
Görmediğine inanan, inandığını görür

* * *

Tanrı'nın insana sunduğu iki kanat
Biri hürriyet, diğeri ise hayat

* * *

Sevgi, akıl ve olumlu düşünmeyle işlenen ince nakışlı bir emek
O yüzden sevginin bulunmadığı yerde akıl da yok demek

* * *

Tüm insanları birleştirir, ipliği iletişimden oluşan ağlar
Bir insanla ilgili bir şey, seni ve beni de bağlar

* * *

Düşünce inanca, inanç sabra, sabır sevgiye yol açar
İnsan bunu becerbilse, yürürken kanatlanıp uçar

* * *

Şimşeğin ışığı gökgürültüsünü haber verir
Düşünce de eylemden önce gelir

o l g a y g ö k s e l



Her geçen gün
değerini ve önemini
daha iyi anladığımız ve
daha çok sevdiğimiz
Atartürk'ümüz.

“ Uygarlık öyle kuvvetli bir ateştir ki, ona kayıtsız olanları yakar, mahveder. İçinde bulunduğumuz uygarlık ailesinde lâıyk olduğumuz yeri bulacak ve onu koruyacak ve yükselteceğiz. Refah, mutluluk ve insanlık bundadır.

Her fert istediğini düşünmek, istediğine inanmak, kendine mahsus siyasi bir fikre sahip olmak, seçtiği bir dinin icaplarını yapmak veya yapmamak hak ve hürriyetine sahiptir. Kimsenin fikrine ve vicdanına hakim olunamaz.

İnsan topluluğu kadın ve erkek denilen iki cinsten oluşmuştur. Kabil midir ki, bu kütlenin bir parçasını ilerletelim, ötekini ihmal edelim de kütlenin bütünlüğü ilerleyebilsin? Mümkün müdür ki, bir cismin yarısı toprağa zincirlerle bağlı kaldıkça öteki kısmı göklere yükselebilsin?

Sizler, yani yeni Türkiye'nin genç evlâtları! Yorulsanız dahi beni takip edeceksiniz... Dinlenmemek üzere yürümeye karar verenler, asla ve asla yorulmazlar. Türk Gençliği gayeye, bizim yüksek idealimize durmadan, yorulmadan yürüyecektir.

Büyüklik o dur ki, hiç kimseye iltifat etmeyeceksin, hiç kimseyi aldatmayacaksın, memleket için gerçek ülkü neyse onu görecek, o hedefe yürüyeceksin. Herkes senin aleyhinde bulunacaktır. Herkes seni yolundan çevirmeye çalışacaktır. Önüne sayılamayacak güçlükler yığılacaktır. Kendini büyük değil küçük, zayıf, vasıtasız, hiç telâkki ederek, kimseden yardım gelmeyeceğine inanarak bu güçlükleri aşacaksın. Ondan sonra sana büyük derlerse, bunu diyenlere de güleceksin.

Herhangi bir zorluk önünde kaldığım zaman benim yaptığım iş şudur: Vaziyeti iyice belirlemek, sonra bu vaziyet karşısında alınacak tedbirin ne olduğuna karar vermek. Bu kararı bir kere verdikten sonra artık acaba yapayım mı, yapmayayım mı diye tereddüt etmemek, tereddütsüz kararı uygulamak! Ve başaracağına inanarak uygulamak!

Büyük dinimiz çalışmayanın insanlıkla hiç ilgisi olmadığını bildiriyor. Bazı kimseler çağdaş olmayı kâfir olmak sayıyorlar. Asıl küfür onların bu zannıdır. Bu yanlış tefsiri yapanların maksadı İslâmların kâfirlere esir olmasını istemek değil de nedir? Her sarıklıyı hoca sanmayın, hoca olmak sarıklı değil, dimağladır.

İnsanların hürmet ve saygılarının, itaatlerinin kendinden maddeten değil, mânen yüksek olanlar hakkında belirmesi insan ruhunun gereklerindedir.

Benim yaptığım işler, birbirine bağlı ve lüzumlu olan şeylerdir. Fakat, bana yaptıklarımın değil, yapacaklarımdan bahsedin. ”

TANRIYA SESLENİŞ

Psikolog Güngör Özyiğit

YAKARIŞ

Sevgisinden Varedenim!
İşte dileğim; arzedeyim:
Gözüm
Sen'den başkasına kaymasın
Dilim
Hep seni ansın
Bilirim ki gözümün nuru
Dilimin tadı Sen'sin
Aklım
Eserinde seni seyre dalsın
Gönlüm sevginle coşup
Hayrına kansın
Beni öylesine Sen'le doldur ki Rabbim!
Ben'den eser kalmamasın...



GÖNÜLLERİN SAHİBİ

Elimi yüzümü yundum
Gönlümü Sana sundum
Gel sahibim, gel ey sevgili
Gel, gönüllerin en güzel misafiri
Gel al, gerçekte Senin olan beni
Bende fani, Sende baki olan şu fakiri

MÜTHİŞ GERÇEK

Sonunda şunu bildim ki
Rabbim
Hem de ne biçim!
Seninle her şeyim
Sensiz koca bir hiçim!

TESLİMİYET

Gökte de, yerde de
Senindir saltanat
Sana teslim olduğunda insan
Ne kadar rahat!..



Bir adım daha yukarısı için...

Özenç Kayserilioğlu

Allah rızası olarak yaptığımızı zannettiğimiz işlerin, davranışların ne kadarı gerçekten O'nun rızası için hiç düşünüyor muyuz? Karşılıksız bir iyilik yaptığımızda, onun başkaları tarafından duyulmaması için gereken önlemleri almak aklımıza geliyor mu? Önlem aldığımızı zannederken, içten içe, gizliden gizliye, güya hiç istemeden, tesadüfen dilden dile yayılmış da buna engel olamamışız gibi duyulması için bir şeyleri başlatıyor muyuz? İçimizde bir yerde, yapılanla övünmek dürtüsü var mı, bir yolunu bulup, daha çok kişilerce bilinip, kulaktan kulağa anlatılması için gereken noktalara bilinçli eylemler yaptığımız oluyor mu?

Çocuk denecek yaşta iken, annem zaman zaman katıldığı için benim de bazen bulunduğum, "hanımlar günü"

denilen toplantılardan tanıdığım bir hanım vardı. Her zaman iyilik yapıp da sonuçta nankörlük gördüğünü anlatan bir öyküsü olurdu. Konuyu kendisi açmaz, sık görüştüğü arkadaşları ortaya getirirler, onun nasıl iyi niyetle hareket ettiği, yanlış anlaşıldığı, ama onun da herkesi kendisi gibi görme huyundan vazgeçmesi gerektiği konusunda konuşurlardı. Diğer hanımlar, yanlarında getirdikleri, eğer akşama kadar bir bölümünü yapmazlarsa rızıklarından çok önemli bir miktarı kaybedeceklermiş gibi telâş ve hırsla gömüldükleri el işlerinden başlarını kaldırıp bir hikâye daha dinlemenin verdiği heyecanla dikkat kesilirken o sessizce gülümser, gerekli gördüğü yerlerde kısa kısa araya girer, nihayetinde hafifçe boynunu bükerek

noktayı koyardı, "Önemli değil, ben zaten Allah rızası için yapıyorum" dedi. Bu dramatik ve etkileyici cümle ona yakıştırdı ve iyiliğin Allah rızası için yapılması gerekir fikri doğrudu da. Ben de onlarla aynı fikri paylaşmaya istekli olsam da, onun yüzünde gördüğümü zannettiğim belli belirsiz zafer ifadesi beni durdurur, bu yüzden de suçluluk duygusuna benzer bir sıkıntıyla tedirgin olurdum. Onun konuyu anlatılabilir hale getirmek, ilgi çekmek için daima haksızlığa uğruyormuş gibi görünmek istediğinden şüphelenmez, neden hep ona böyle kadir bilmez insanlar rastlıyor diye düşünürdüm.

Dürüst ve inançlı bir bey tanıyorum, iyilik yapmayı gerekli gördüğü kadar, imkânlarının yetersiz olduğunu düşündüğünden arada sırada yaptığı hayırları çocuk saflığıyla tekrar tekrar anlatır, yeniden hayır yapmış gibi sevinir. Bir başka tanıdığım kişi de başkalarına örnek örnek olması için bahsederdi yaptığı iyiliklerden.

Tabii ki, yaptığımız iyiliği takip edip yerine tam ulaşıp ulaşmadığını kontrol etmemiz gerekebilir, bu nedenle yardımı alanlarla karşılaşmak kaçınılmaz olabilir. Bu temas sırasında, dikkat edilmezse, onların bize minnetle ve saygıyla bakmalarının, davranmalarının verdiği mutluluk duygusu, çok ince bir çizginin ardında gurura ve kendinin onlardan üstün olduğu hissine bırakabilir yerini. Veren kişinin, verebilme kapasitesi ve gücünden dolayı bir üstünlüğü vardır mutlaka. Bunu bilmek ve yaşamak, bununla

tamamlanma hissini tatmak, veren kişinin en büyük zenginliği ve başka hiçbir şeyde bulamayacağı mutluluğudur. Ama kelimeleri, kavramları kendi anlamlarıyla ve yerli yerinde düşünüp değerlendirmek konusunda kendi kendimize yaptığımız eğitimi ihmal etmişsek, doğru ile yanlış arasındaki sınırı farkında olmadan aşırırız. Çünkü doğru ile yanlış arasında bizi engelleyecek herhangi bir set görünmez, sadece aklımız ve tecrübelerimiz farksız gibi görünenin altındaki derin ayrılığı bize hatırlatır ve giderek onu daha net görmemize yardımcı olur.

Güvenilir insanların üzerinden yapılan iyiliklerde ise hayrın ulaştığı kimseler kim olduğunuzu bilmezler de, aracı olanlar bilirler. Yani aslında tek başına, kimsenin haberi olmadan iyilik yapmak zor, hatta imkânsız gibidir. İyilik yapmak için bile başka iyilere muhtacız.

İyilik yapmanın zevkine varmak, tadını tatmak için bizzat işin içinde olup sıcak temas halinde yaşamak, karşılık bekleme de birçok insanın hoşuna gidebilir. Bunu övünmekle aynı seviyede görmek yanlıştır elbette. Ama bunda bile kendine dönük bir beklenti, haz içinde olma, iyi insan olduğunu kendi kendine ispatlama çabası vardır. Kendi kendimizi eğitirken bu basamaklar geçilmesi gerekli, aynı zamanda bizde hoş anılar, birikimler, bilgi ve tecrübeler bırakan noktalardır.

Oysa iyiliği, bizi insan olmaktan zevk aldirtacak, fırsat buldukça yapılan

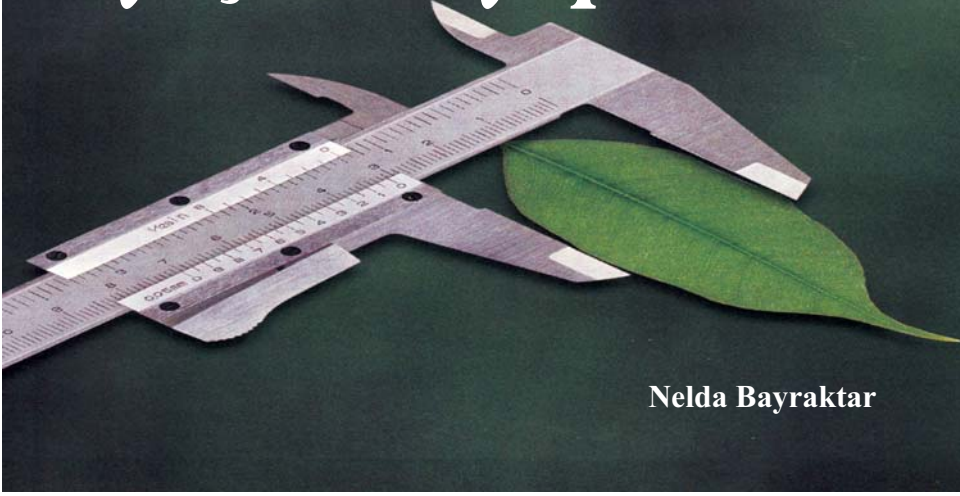
bir hobi gibi görmekten çıkarak görev olarak, zorunluluk olarak kabul ettiğimizde, kendi dünyamızın, sorunlarımızın içinde debelenirken daha çok kişiye yetişememenin verdiği suçluluk duygusu, yaptığımız hayırları yeterli bulamamanın bir dert gibi üzerimize yapışması bizi iyilik yaparken gülüp söylemekten geri tutar, iyilik yapmaktan değil. İnsanlığın gereği olarak karşısına yapma fırsatı çıkmasını beklemeden iyilik ve hayır yapmak mecburiyetinde olduğuna kanaat getirenler, O'nun rızasını her şeyin önünde tutarlar ve bu nedenle yaptıklarının üzerinde durmazlar bile.

Bunun yanında bir de hayrı, iyiliği Yaratan'ın istediği gibi yapmak için çabalarken, O'nun rızasını kazanarak belli menfaatler bekleyenler, aslında menfaat elde etmek için O'nun rızasını istediğini zannedenler vardır. Yaratan tarafından korunmak, daha çok sevilmek, işlerinin rast gitmesi, mutlu olmak, günün birinde zengin olmak, başkalarının iyilikleriyle karşılaşmak, cennete gitmek gibi. Bunlarda ne kötülük var denebilir. İnsan olarak en nihayetinde büyük bir güce sığınmak, sokulmak, sevilmek, korunmak, taktir edilmek, güven içinde ısınmak ve böylece mutluluğu yudumlamak istemiyor muyuz hepimiz? Elbette zayıfız ve kendimize acımaya eğilimliyiz. Ama bunların eksikliklerimizle birleşip bizi yere çakan hale getirmesinden çekiniyorsak, bu halimizden kurtulmamız gerektiğini, kendimizi

daha özgür, daha yükselmeye hazır hale getirmemiz gerektiğini düşünüyorsak eğer, o beklentilerdeki kendine dönüklük çok belirgin değil mi ve bu tuhaf gelmiyor mu? Kendine dönük olmak suç mudur, üstelik iyilik de yapıyorken? Elbette hayır. Ama biz burada O'nun bizden istediği şeyleri yapmaktan değil, onları yaparken O'nun rızasını kazanmaktan söz ediyoruz. O'nun rızası, yani Yaratanımız'ın, hani en büyük, Birin Biri, Tek Olan'ın rızası. O'nun bizden razı olması, olabilmesi için, o kabulün, diğer kabullerden çok farklı olması gerekir. O'nun rızasını kazanınca, yani O'nun emrettiği şekilde ibadetini yapıp zekatını verince, şartların tümünü yerine getirince günahlarının affolunacağını, kendisine kötülük yapanların er geç böyle Allah yolunda olan bir kula ettiklerinden dolayı ağır bir şekilde cezalandırılacağını bekliyorsak, O'nu daha yakından, daha iyi tanımanın çaresini aramalıyız.

"Cennet cennet dedikleri/Birkaç köşkle birkaç huri/İsteyene ver sen onu/Bana Seni gerek Seni" diyen bir zekanın, "Yaratılmışı affederim Yaratan'dan ötürü" diye belirttiği geniş ve serin bir yürekle, geriye bakmadan sadece O'na doğru yürümenin yollarını bulmalıyız. O herkesi korur, kayırır, sever, O her şeyi sevgisinden varetmiştir. Varettikleri içinde sevgisine yakın olabilmek için, varettiklerini O'na benzer bir şekilde sevmeye istekli ve gayretli olmak gerekir.

yaşamın yaprakları



Nelda Bayraktar

Nereye Gidiyor Bu Belleksiz Çocuklar?

Göze, kulağa ve en başta mideye hitap eden dünya zevkleri ve hızla gelişen teknolojinin onlara sunduğu oyunlar arasına sıkıştırılmış sınavlar; sonucu ne olursa olsun, hayatlarında sonradan hatırlayacakları en fazla sıkıcı tek anıları olarak kalacak belki de.

Dünya hızla yol alırken insanlar çoluk çocuklarıyla beraber önlerine konan her dünya zevkini çılgınca tüketip, bir sonrakinin arayışı içinde iken, yaşça daha büyük olduğu için daha olgun sayabileceğimiz anne ve babaların da: “bizden sonra onlara bırakacaklarımızı iyi tasarlayalım!” anlayışıyla gerçekleştirdikleri bu çılgın tüketime bir de çılgınca: “Hep bana hep bana” çılgınlıkları eşlik etmekte. Çocuklarıyla beraber kocaman bir aile boyu bencilliğin havuzunda yüzen büyüklerden ve küçüklerden oluşmuş kişilerin ardında bırakacaklarının iyilik, doğruluk, çalışma, bilgi ve sevgiyle örülmüş örnekler olacağını düşünebilir miyiz?

Çocuğunu, gerçeğini çizemediği kendi eskizi gibi gören anata, yaşadığı düzene bir kez gelindiğine inanmış olduğundan, oyuncakların yüzlerce çeşidini, bilgisayar oyunlarının en yeni çıkmışlarını, akülü arabaları, son marka ayakkabıları ve giysileri alır da alır. Zamane çocuklarının odaları oyuncakçı dükkanına, bilgisayar mağazalarına döner. Dolaplarındaki giysilerin sayısını hatırlayamazlar. İki gün önce basket kursuna giderken giydikleri giysi onlar için hatırlanmaya değmez. Alınırken kıymetli olanlar, kullanırken kıymetsizleşir.

Şehirleşen insanların bellekleri, hızla akan tüketimin bombardımanına takılmaktan ve izlerken ola ki kaçırırım korkusundan dumura uğrar. Aile kısa bir zaman sonra çocuklarına göre yaşamaya başlar. **Çocuklar öylesine her şeyin önüne geçerler ki kahvaltıya davet edilen misafirlerden önce acıktıkları için aile de onlarla birlikte kahvaltısını yapıverir. Oysa ki sofralarını özenle hazırlamışlardır. (Mutlu Tönbekici'nin Vatan Gazetesi'nde çıkan yazısından).** Zaten özen dediğiniz şey de nedir ki? Özen, saygı duyulan ve belleklerde kalması istenen bir şeye karşı gösterilen davranış değil midir? Ama gelişen teknolojinin kusursuzca ürettikleri özenle herkesin önüne sunulurken, insanlar da bunları özenle alıp, özensizce kullandıklarından, bu kavramın da içini boşaltmış değil midir? Milyonlarca kişiye sunulan objeler, kişilerin kendilerini özel saymaları için bir ayrıcalık gibi gelirken, bir süre sonra sıradanlaştıklarından insanların belleklerinden de silinmektedirler.

Günümüz çocuklarının kendilerine göre damak zevkleri de vardır. Çeşitlilik, görsel zenginlikler, reklamlar ve dünyevi zevklerle ilgili yeniliklerin çabuk yayılması nedeniyle çocuklar herkesten önce haber alırlar nelerin damaklarına uygun olduğunu. Bunlar çoğunlukla ailenin, dünyanın gündeminde olduğu için uydukları sağlıklı beslenme modasına ters düşen gıdalardır. O gün mutfakta pişeni yemezler. Sürekli bir sıkılma ve bunalma periyodu içindedirler. Sonunda onların canı ne çekiyorsa, özel olarak pişirilir ve yedirilir.

Çocuklar artık ailenin içinde büyüyen ama ailenin onlar için açtığı farklı kulvarlarda koşan, eve gelen misafirleri, anne ve babalarının takımından oldukları için takmayan, ilgilenmeyen ve kendi dünyalarında yaşamanın gayet normal olduğunu zanneden küçük insanlar topluluğudur. “Hayır” diyemeyen ve şu kısacık dünyada onların zevklerini geciktirmelerine gönülleri razı gelmeyen anne ve babalar ise hoşgörünün de ötesine geçmişlerdir adeta. Çocuğumun yemeği, çocuğumun kursu, çocuğumun özel öğretmeni, çocuğumun sorunu, çocuğumun arkadaşı derken baş köşeye oturan bu küçük ama geleceğin büyükleri olmaya aday olan insanlar kendilerine olan güvenleri artsın, analarına benzemesinler ve ezici bir güçle herkesin üstünde olsunlar diye eğitildikleri sistemin kurbanı olmaya da adaylar.

Böyle çocukların gelecekte anne ve babalarını mı örnek alacaklarını düşünüyoruz? Hep almaya ve baş köşeye oturtulmaya alışmış, geleceklerine yönelik bilinçle eğitilmedikleri için tüketime boğulmuş, giderek obezleştiklerinden dolayı hareket kabiliyetlerini de yitirmeye başlamış olan bu çocukların ileride kuracakları ailelerine ve çocuklarına karşı da vergen insanlar olabileceklerine mi inanıyoruz?

Bellekleri, sadece kendilerine kötü yapıları saklayan ama kendi çocuklarına bırakacakları güzel bir dünyanın temellerini oluşturacak deneyimlerden yoksun kalacak olan küçük insanlar topluluğunun bu acınası durumuna bir çare bulmak gerekmiyor mu?

Kendine Saydamlaşmak

Nadide Kılıç



Ayna, cıvanın kurşunla camın arkasının sıvanarak sırlanmasıyla meydana gelen bir eşya olsa da pas parlak apaydınlık görünümüyle bizi, yani bütün insanları etkiler. Kendine çeker. Cıvanın, camın saydamlığının birleşmesiyle ortaya çıkan pırıltının, hiçbir maddede hattâ madende (altında bile) olmayan apayrı bir çekiciliği vardır. Güzellikle eşitlenir. Bu nedenle bütün dillerde sıfat gibi kullanılır. Bir mekânı bir eşyayı anlatırken, anlamlandırmak, güzelliğini pekiştirmek, hayranlık uyandırmak için "Ayna gibi pırıl pırıl parlıyor" ifadesi kullanılır. Hatta edebiyatta, emsalsiz güzelliğin ana kraliçesi gibi rağbet ve hürmet görür. Romantik çağın aşk serenadına da, halk ozanını sazının teline de ayni

güzellikle parıltısını vurur.

Ayna, insanın baktığı anda kendisiyle karşılaştığı tek yerdir. Baktığı zaman kendi yüzündeki en küçük çizgiyi, bedenindeki en küçük ayrıntıyı farkedip görebildiği tek yer. İnsanın kendini benimsemesi, olduğu gibi kabullenerek sevip mutlu olmasında, aynadan aldığı kuvvet önemlidir. Başkalarından aldığı övgüyü de, yergiyi de onun sayesinde analiz edebilir... yaşadığı hayatın ruhuna sinmiş tortularını, gönlünü şenlendiren sevinçlerini, yüzüne yansıyan güzelliklerini görebilir... Bakışlarına inen hüznün nedenini niçinini hissedebilir. Çünkü ayna gerçek bir dost gibi sadece olanı yansıtır. Varolmayan hiçbir şey onda vücut bulmaz. Yer almaz. Gerçekleri

gizleyemeyecek kadar saydamdır. Suyun saydamlığına benzemeyen bir parlaklığa sahiptir. Onda varlıkları içine alıp, eksikliklerini azaltıp, silikleştirmenin yanısıra gerçeği saklama, salt ferahlık ve huzur verme koruyuculuk ve temizleme özellikleri vardır. Aynadaki saydamlık farklıdır, onda, cıvadaki kaygan parlaklık kurşunla pekiştirilerek göz kamaştırıcı bir hale gelmiştir. Salt o haliyle insanda cezbeden bir güzellik ve üstünlük, hayranlık duygusu yaratır.

Ancak daha etkili bir görseelliği vardır. Önüne gelen, karşısında duran her şeyin en yalın haliyle görülmesini sağlar. Bembeyaz bir sayfanın tam ortasına düşen küçücük bir damla mürekkebi mikroskopun büyütmesi gibi her şeyi saklamadan gösterir. Bu nedenle net görüntü verir. Bu netliği görebilmek sunduğu gerçeği kavrayabilmek için insanın da saydam bakışlara sahip olması gerekir. Başka bir deyişle aynaya dost olmayı bilmelidir. Ancak o zaman ondaki kendine sunulanı fark edebilir. Günün akışı içinde lavaboda eline yıkarken yarım yamalak bir gözetiş ile geçiştirmeden, güzel giysilerini tamamlamak amacıyla kendinden kaçmadan, yabancılaşmadan, yüzüne bir eşyaya bakar gibi bir tuvali boyar gibi duygusuzca ayna karşısında kalmadan... Salt kendi ile karşı karşıya olduğunu bilerek, isteyerek, iyice bakmak. Görmek için, farkedip anlamak için bakmak... Unutulmamalıdır ki, iyi gören insanın mahareti gerçeklere gözlerini yuman insanın rehavetinden daha hızlıdır. İkincisinin on senede anlamlandıramadığını birincisi on saniyede

görüp anlar.

İnsanın saydam bakabilmesi, kendisini çevreleyen her şeye sırf orada bulunduğu için varlık olduğu için onunla birlikte yaşadığı için gerçek anlamda saygı duyarak, görebilmek becerisini edinmek. Tıpkı bir çocuk gibi. Çocukluğun toplumsal kaos içine bulanmamış bir takım peşin yargıların arasında sıkışmamış hürriyetine yeniden kavuşarak. Bu kez yetişkin insanların yaşam birikimlerini de hazmederek, yaşadığı, rahatça nefes alıp verebildiği doğal ortamın; Dünya'nın ve diğer sakinlerinin, börtü-böceğin, çalının dikeninin, ağacın budağının iç içe geçmiş yaşamlarına dokunmadan, yine bir çocuk saflığıyla birlikte olmaya razı olmalı. Kişi bunu başarabildiği zaman aynaya yansıyan kendi varlığına tahammül edebilir. Kendine bakabilme cesaretini bulabilir.

Başka varlıklara gözlerini açamayan insanlar, kendi gözlerinin içine bakamayacak kadar vücut diline, gönül diline yabancıdır. Göz kapakları her an kapanmaya hazır, bakışlarını kaçırıcak kadar yabansı bir titreklik içinde ayna karşısında kala kalır. Çünkü her insanın yüreğinin kilidini açan anahtar bakışlarında saklıdır. Bu nedenle o parlaklık içinde kendine bakan gözleri ona bembeyaz kağıt üstündeki mürekkep lekesinin etkisini yapar. Sanki bakıverirse yüzüne bir daha sahip çıkamayacakmış, şu yabancı gözlerin (!) ifşa ettiği her şey, onun benliğine bunalıp, kişiliğinin en zayıf halkalarını koparıp dağıtacakmış gibi gelir. Hatta bütün benliğine bu düşünce yayılır.

Kişiliğine, hayata karşı duruşuna, gönlünün en ham duygularına güvenemez. İnsani zaafiyetlerini hata gibi görüp, kendi içindeki bütün iyilikleri yok edecek kadar büyütür. En mükemmel işi yapmış, en orijinal fikirlerini bütün dünya alkışlamış olsa bile... O kayıtsız kalır. Ne başarısını, ne taktir edilmesini umarsamaz. Başka bir şeyin eksikliği gözbebeklerinde büyür.

İnsan sadece kendi bakışlarından öğrenir, sevgiye ne kadar muhtaç olduğunu... Kendi hayatına eğreti bir yakınlık duyduğunu... Diğer insanlardan gelen sıcak ilginin çoğu zaman komşu aşı gibi yüreğini doyurmadığını... Kendisini şefkatle bağrına basması gerektiğini o pasparlak aynanın içindeki gözlerinden akan gönlünün hasretinden öğrenir.

Gönlünün bahçıvanı olabilen bir insan artık aynaya cesurca bakabilir... Hatta kendine bakmak için aynaya ihtiyaç duymayacak hale gelir. O öyle güçlü bakar ki, yakınında olan her şey konuştuğu herkes onun gözlerinde kendilerini bulurlar. Çünkü kendi değerini bilen, dünyadaki tek ve benzersiz varlık olduğunu idrak eden insan, sırf bu nedenden dolayı bütün varlıkların ne kadar basit görünürse görünsün ya da yapay bir mükemmellik peşinde koşsunlar, onlara saygıda ve sevgide cömertlikte vazgeçmez... vazgeçemez. Bir insanı gönlünden taşan sevgisi bakışlarını saydamlaştırmışsa, konuştuğu, elini sıkıdığı her insan parlak bir ayna gibi ona kendini anlatır.

* * *

Kendini bilmek, insanın dünyadaki en önemli ödevidir. Çünkü yaşamını gerçek amacını anlamak için bu elzemdir. İnsan içindeki sınırsız enerjisini, ruhsal zenginliğini, orijinal kişiliğinin farkına varabildiği oranda kendini tanıyabilir. Bu önemlidir. Kendini bilen insan gerçek mutluluğa, ulaşır. Çünkü yaşamın anlamını kavrayabilir.

Erişkin yaşta birinin kendini tanıyıp yönetmeyi öğrenmesi için zor fakat kararlı bir çaba gerekir... Her çocuk kendini tanıma ve yönetme yetenekleriyle donanmıştır, doğuştan. Ancak dünyaya geldiği çevre ve diğer insanların yaşam alışkanlıkları, aneleri onun elindeki bütün yetenekleri unmasına uğraşırlar. Kendini bilmek ve yönetme kabiliyetinden mahrum edilmesini sağladıkları an büyük eğitimci olarak övünürler. Çünkü toplumsal sistemin dışlanmayacağı, içindeki topluma saygılı bir birey yaratmanın kıvancıyla kendilerinden geçerler.

P.D. Ouspensky, çocuğun kendini yönetme kabiliyetinin dumura uğratılması üstüne şöyle açıklama yapmaktadır: "O, böyle yaratılmış, böyle doğmuştur. Fakat uyumakta olan insanlar arasında doğmuştur. Ve kendisi hakkında şuurlanmaya başlaması gerektiği, tam o anda onların arasında uykuya dalar. Çünkü çocuktan gelecek her uyanma hareketi, derhal durdurulmaktadır."

Kişi içinde rol aldığı toplumsal yaşamın dayatması, yönlendirmesi, sınırlandırması sonucunda çocuk denecek yaşta zihinsel ve ruhsal yapı-

sına, hür iradesine uymayan yaşam senaryolarını geliştirip uygulamaya başlar. Jangeward'a göre çocuk sekiz yaşından önce kendi yaşam değerlerini oluşturmaya başlar. Yaşam senaryolarını ve gelecek beklentilerini bu değerlere uygun şekilde hazırlar. Bu robot gibi olmasa da bir oyun niteliğinde çocuğun hayatının rotasını çizer. Bu sanki kendi özgün seçimi imiş gibi algılanır çocuk tarafından. Ne yazık ki, böyle olmadığını çok acı tecrübeler yaşayarak, gereksiz sıkıntılar ve yükler sırtlanarak öğrenir. Öğrendikçe kendini yapay ve dayatmacı yaşam modelinden sıyırmaya, kurtarmaya çalışır. Sosyal yaşamını çocukça bir saflığa oturtmaya çalışır. Bir anlamda çevresiyle ilişkisini saydamlaştırır.

Yetişkinler dünyasının "sahip olmak" üstüne kurulmuş, güdümlenmiş yaşamından kurtulmaya başladıkça çocukluğunda unuttuğu onaysız yaşama, bağımsız olma, özelliklerine yeniden kavuşmak için uğraşır.

Aslında kendini bilmek bir anlamda çocuklukta aksayan doğal gelişmenin hatırlanması, yeniden kazanılması gibidir. Her insan, annesinden bir prens becerikliliğinde doğduğu ve yeteneklerinin farkında olduğu halde... henüz yaşamlarının başında kendini yönlendiren önemli kurallar ve insanlar sayesinde, gelecek zamanlarını iyi ve olgun insan olma, sevinçli ve mutlu bir kaderi yaşama bahtını kaybetmiş, insanı köleleştiren kurallar kısır güçlerin güdümü altında küçük birer kurbağaya dönüşmüşlerdir. Bu küçük kurbağaların

yaşamları, erişkin yaşlarına geldikleri halde kendine yabancılaşarak sürüyorsa bu kez toplumun birliğini koruyan evrensel değerleri tercihe şayan canavarlara dönüşmek riski taşırlar.

Çünkü bu insanlar, aynanın karşısında kendi gözlerine bakamayacak kadar kendi öz değerlerine yabansı bakarlar. Baktırırlar.

Halbuki kendini bilen insanların, hiçbir zorlama olmaksızın tüm düşünceleri yaşam seçimleri, duygu ve davranışları kendiliğinden doğru olur. Çünkü onlar bütün bilinçli eğitimlerin üstüne çıkıp o hasletlerin sınırsız kaynağı olan saf bilince ulaşırlar. Bu bilinç inanç haline geçtikçe, insanın yaşam penceresi hep doğrulara açık kalacaktır.

Kendini gerçekten bilen insanların sesleri, asırların öncesinden, asırların ötesine kadar hep duyulur, sözleri ise hep dinlenir.

"Gövde candan, can gövdeden gizli değil

Oysa can görmede kimse yetkili değil"

"Hep O'dur varolan da yok olan da O'dur bayrağı acının da kıvancın da Yok göreceğ göz sende, yoksa görürdün

Yalnız o baştan aşağı senin varlığına"
Mevlâna C. Rumi

Yunus ise bir beyitle özetliyor, cümle söylenecek olanı:

"İlim bilmektir, ilim kendin bilmektir.

Sen kendini bilmezsen, ya nice okumaktır."

Musiki - Ses ve Renk ile Tedavi (17)

YAVUZ YEKTAY

Bulabildiklerimiz ve Bilebildiklerimiz

“Hakkı gerçek sevenlere, Cümle âlem kardeş gelir...”

Her ay bu sayfalarda bulduğum sevgili kardeşlerim. Bize ayrılan sayfanın başında yazdığımız “Bulabildiklerimiz ve Bilebildiklerimiz” kelimelerini düşünüyorum. Yüce Yaratanımızın değişik yollardan gönderdiği haber ve bilgiler, her şeyden önce kendisine hâkim olabilen insanlar içindir... Tabii ki, bu Yüce Bilgiler, eğer kendimize hükmedebiliyorsak, önce bizedir: “Bulabildiklerimizi” önce kendimizin farkına varıp, sonra “Bilebildiklerimiz” hâline getirmeliyiz. Bunu bilmenin esası, kendimizi bilebilmekten geçer.

Kendimizi bilebilmek, O’nu görmek, O’nu tanımak gibidir... İlk önce kendimizi bildikse ve gönlümüzde O’na tertemiz bir yer ve ayrıca tüm gönüllere serinlik veren bir başka yer kurduksa, şimdi sıra kurduğumuz bu yerleri temiz ve serin tutmaya gelecek demektir. Çünkü O, yukarıda ve aşağıda, her yerde, her zaman Vardır ve

Bir’dir. O, abes iş yapmaz. O, bize kaldıramayacağımız yükü vermez. O’ndan yalnız hayır gelir. Temiz bulursa gönlümüzü, O’nun için kurduğumuz bu mütevazı saraya geleceğine inanıyorum!

Bazen yalnızken, meselâ arabamda yalnız başıma giderken, “Yaratanım, ne zamandır gönlümü şereflendirmedi. Ne olur beni unutma, beni de ara sıra sevindir lütfen!” diye yalvarıyorum ve talep ediyorum! Birdenbire içim mutlulukla doluyor, ferahlıyorum, gözlerimden yaşlar fışkırıyor, ağlıyorum, ağlıyorum... Sevinç ile doluyum, O’nun geldiğini hissediyorum veya O’nun kendi varlık enerjisini bilmediğim bir yolla bana duyurduğunu anlıyorum... Bilgi ile yıkandığı mı, duygu ile doyduğumu ve sevgi ile yükseldiğimi ve tüm insan kardeşlerim gibi korunduğumu bilebiliyorum... Arınıp yükselmek için, korkusuz ve endişesiz, gayretli, sabırlı, bir olunca

kudretli, sevgili olmaya karar veriyorum, O'ndan yardım, şifa ve bağışlanmak diliyorum.

Nasıl ki yaşamak ve yükselmek için var edildiysek, aslında hayır ve iyilik için de var edildiğimizi bilebilmeliyiz. Biz yokluktan var olduğumuz için aslımızı ancak yoklukta bulabiliriz. Bir olan aslımızı bulmak için yükselmeliyiz.

Arınma ve yükselme yolunda yürümeye karar verdik eğer, doğru ve iyi olmayı rutin bir hale getirmemiz ve "İnsan" adını kazanabilmemiz için doğrudan ve iyide olmamız gerekir. İsteklerimiz doğrultusunda, kazanmayı alçak gönüllülükte, mucizeyi düşüncelerimizde, rahatlığı bütün kötülükleri terk etmekle elde edebiliriz.

Kendime anlatmak istediğim yukarıdaki gerçekleri geç de olsa kavradım. Ham insan iken olgun insanlığa yükselmenin, ancak çaba ile gerçekleştirilecek bir iş olduğunu anladım! Emrem Yunus'un şu dizesi aklıma geliyor:

Hamzaca kudret verir Çalap, aşk erine!

Öyle bir hizmet aşkı gönülünde alev alev yanan insan en azından olgunluk yolunda yürümeye başlamış demektir. Böyle bir yolun ilk şartı, ***ahlâk***'tır. İlk lâik ve aklî ahlaktan bahseden Sokrat'tır. Sokrat ahlâkının temeli: ***"Kendini bil", "Düşün", "İnsanın yüksek özelliklerini bul"*** esaslarına dayanır. Sokrat, kendi ruhunun derinliğine bakınca vazifesinin oradaki armoniyi sezme, ortaya çıkarma olduğunu anlamış ve insan hayatının as-

lında "bir sanat eseri meydana getirmek" olduğunu söylemiştir.

Ne mutlu, O'na ve O'nun kullarına karşılıksız hizmet edenlere, ***gerçek gönül erlerine***, selâm olsun onlara...

Bu ay sizlere sözleri Munis Faik Ozansoy'a ait mükemmel bir dörtlüğün Rast makamında bestelenmiş ve size tedavi tableti olarak sunulmuş bestesi... Beyninizi, beyninizin usulleri ile dinlendiren ve sizi neşelendiren ve sakın düşünmeye götüren sihirli sesler.

Sözleri:

Sesler kesildi; güller, alevlerle doldu su.

Ey bir devamlı gurbetin âvâre yolcusu!

Bak bahçelerde akşamın iklimi başladı.

Hülyâ zamanı geldi, saatler yavaşladı.

Güzellikleri, dostluğu, birliği, sevgiyi ve barışı birlikte ve beraber yaşamak ve gönülden paylaşmak, birbirimizin gönüllerini asla kırmamak, olgunluk sınavlarımızı en üstün başarılarla vermek, evrenimizin en güzel renkleri, sesleri, muhteşem sessizliği ve muhteşem armonisi, musikisi ile tekâmül etmek için sağlık ve hayır dolu gelecekler diliyorum sizlere. Yüzümüz O'na doğru, gönüllerimizde inancın ateşi, dudaklarımızda mutluluk tebessümü, güzel gözlerimizde alçak gönüllülük ve saygı ile dolu gerçek sevgi olsun. Ellerimizin ve aklımızın kıymetini bilerek ve aklımızla gönlümüzü bir ederek, yürüelim tekâmül yolunda.

RAST ŞARKI
USUL: SEMAİ
(♩ = 120)

"O'NA DOĞRU DEVAMLİ ÇEKİM..."
"...NE GÖRECELİ..."

GÜFTE: MÜNİS FAİK OZANSOY
BESTE: YAVUZ YEKTA
16. MART 1954 ANKARA

SES LER KE SİL Dİ GÜL LER A LEV LER LE DOL DU SU

SES LER KE SİL Dİ GÜL LER A LEV LER LE DOL DU SU

I. EY BİR DE VAM LI GUR RE TIN Â VÂ RE YOL CU SU SAH
II. HÜL YA ZA MA NI GEL Dİ SA AT LER YA VAŞ LA Dİ

I. EY BİR DE VAM LI GUR BE TIN Â VÂ RE YOL CU SU SON
II. HÜL YA ZA MA NI GEL Dİ SA AT LER YA VAŞ LA Dİ

BAK BAH ŞE LE R DE AK ŞA MIN İK LI Mİ BAŞ LA Dİ

BAK BAH ŞE LE R DE AK ŞA MIN İK LI Mİ BAŞ LA Dİ

KODA

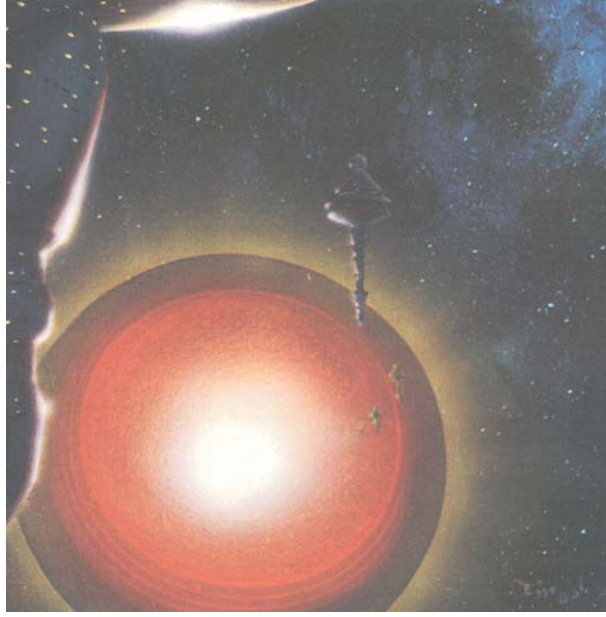
SESLER KESİLDİ; GÜLLER, ALEVLERLE DOLDU, SU.

EY BİR DEVAMLİ GURBETİN ÂVÂRE YOLCUSU!

BAK BAHÇELERDE AKŞAMIN İKLİMİ BAŞLADI.

HÜLYÂ ZAMANI GELDİ, SAATLER YAVAŞLADI.

İki Yaşam Arasında



Dr. Michael Newton
Derleme: Arın İnan

*Geçen ay, tasarım uzmanı olan
Kala adındaki bir varlığın anlattıklarını iletmiştik.
Kala dünyaya benzer bir gezegen olan Jaspear'da,
kontrollü bir deney ortamında,
değişik bir hayvan türü üzerinde
çalışmalar yapmakla görevlendirilmişti.
Esas amaç bir hayvan üzerinde yapılan
genetik müdahaleler neticesinde
gezegenin ekosisteminin düzeltilmesiydi.
Bu ay kaşif ruhlar başlığındaki konuyla devam ediyoruz.*

KÂŞİF RUHLAR

Yaşamlar arasında farklı yerlere giderek deneyim kazanan kâşif ruhlar da vardır. Bunlar farklı dünyalar üzerinde yaptıkları deneyimlerle derinlik kazanan ruhlardır. Ruh dünyasındaki ödevlerinin seyahat etmek olduğunu anlatan sujelerle karşılaşmıştım. Eğitimde olan kâşif ruhlar kâinatımızda bulunan fiziksel ve zihinsel dünyalara ve hattâ diğer boyutlara bile seyahat ederler. Dünyaya enkarne olmaya hazırlanan ruhlar ruh dünyasından diğer yerlere hareket ederler. Bazen hiç durmadan bir yerden diğerine giderler. Ancak onlar bu seyahatlerin uzun ya da kısa olduklarını algılayamazlar.

Aşağıdaki sözler bir sujemin anlattıklarından alınmıştır:

“Ruh dünyasından fiziksel bir dünyaya geçtiğimizde önümüzde sanki bir kapı açılır ve biz dönen bir tüpün içinden geçeriz. Sonra bir kapı daha açılır ve biz içeri gireriz.

Zihinsel bir dünyadaki başka bir boyuta geçtiğimde bir Televizyon ekranından manyetik bir alana saf düşünce yoluyla geçen bir statik parçasına benzetirim kendimi. Boşluklar büyük ve nabız gibi atan enerjilerdir. Bu enerjinin gücünü maddesel bir kâinata girerken daha fazla hissedirim çünkü kendi dalga rezonansımızı

mevcut şartlara göre ayarlamamız gerekir ki kolaylıkla içeri geçebilelim. Enerjimi sıkı tutmak isterim aksi takdirde kaybolabilirim.”

Çalıştığım kâşif ruhların çoğunun başında eğitimcileri olduğunu biliyorum. Boyutlararası dolaşan bu ruhların mutlaka ileri ruhlar olmaları da gerekmiyor. Bu ruhların elbet ki macerayı ve gezmeyi seven ruhlar olması gerekiyor. Bu ruhlar, gezdikleri farklı yerlerde yeni heyecanlar arıyor ve kendilerini ifade edecek yeni şekiller bulmak istiyorlar. Sujelerimin anlattıklarından elde ettiğim bilgilere göre, gümüş ya da kurşunu andıran yoğun madde blokları içinde yaşayan zeki varlıkların olduğunu öğrendim. Diğer bazı sujelerim ise kristal kulelerin ortasında parlayan ve cam yüzeyler olarak görünen gerçeklerden söz etmişlerdi. Ateşten, sudan, buzdan ya da gazdan oluşan ve içinde zeki varlıkları barındıran fiziksel dünyalar vardır. Kâşif ruhların içinde dolaştıkları bu dünyaların renkleri ise pastel veya karanlık ya da parlaktır. Karanlık renkteki yerleşimler ya da dünyalar, bu rengin bağdaştırıldığı kötülüklerin ve uğursuzların barındığı yerler değildir.

Konuştuğum kâşif ruhlar, ışık ve karanlıkla ilgili kesin kutuplardan bahis etmediler. Örneğin, gezdikleri yerlerin, fiziksel yoğunluklarındaki farklılıklardan, buralardaki idare alanlarının fiziksel ya da zihinsel özelliklerinden,

gezegenin hareketli ya da dingin olmasından bahis etmeyerek, burada yaşayan zekâların saf ya da kaba zekâlar olmalarına dair kesin olabilecek ayımlardan kaçındılar. Kozmik bilincin farklı gerçeklerine doğru seyahat eden ruhların, enerjilerini gittikleri yerlerin enerjileriyle aynı düzeye getirmeleri gerekmektedir. Kâşif ruhların rehberleri onları daha yüksek kademelere götürerek bilinçlerinin açılmasını sağlayabilirler. Yapılan seyahatlerin süreleri, sujelerin zihinlerinde çok da uzunmuş gibi gözükmemektedir. Bunun nedenlerinden birisi yolun başında olan genç ruhların sıkılmalarını engellemek olabilir.

Ruhların seyahatleri sık sık işle ilgili tatiller gibidir. Bunlar genellikle fiziksel dünyalara doğru yapılır ve birkaç günden, yeryüzü zamanına göre birkaç yüzyıla kadar sürebilir. Olay 60 göreceğiniz gibi seyahatlerde aynı zamanda eğlence unsuru bulunduğundan dolayı, sujelerim bu konuyu anlatmakta ve detay vermekte fazla sakınca görmemektedirler.

OLAY 60

Dr.N: Dünyadan sonra geldiğin Ruh dünyasında, ruh grubundaki karmik dersleri gözden geçirmedeğin zamanlarda genellikle hangi aktivitelerle uğraşıyorsun?

S: Seyahate çıkıyorum. Ancak bun-

lar daha çok kişisel seyahatler oluyor. Bu konuda fazla bir şey anlatabileceğimi sanmıyorum.

Dr.N: Anlatmaman gereken şeyleri anlatmanı dileyerek seni sıkmak istemem elbette. Ben sadece, sana tatlı anılar yaşatmış olan egzotik yerlere yapmış olduğun herhangi seyahatinin olup olmadığını sormak istiyordum.

S: (Hemen cevap vererek ve rahatlamış bir şekilde gülümseyerek) Oh evet Brooel'e yaptığım seyahat böyle idi.

Dr. N: (Sesimi alçaltarak) Bu senin enkarne olduğun bir yer miydi?

S: Brooel'e sadece ruhumu yenilemek için giderim. Burası üzerinde insan olmayan ancak Dünyaya çok benzeyen bir yerdir.

Dr.N: Demek ki sadece dinlenmek ve eğlenmek için gidiyorsun. O halde Brooel'in dünyayla kıyaslanabilecek fiziksel özelliklerini anlatmaya ne dersin?

S: Burası Dünyadan daha küçük ve soğuk bir yer. Güneşi daha uzakta. Dağları, ağaçları, çiçekleri, taze suyu var ama okyanusları yok.

Dr.N: Seni kim buraya götürüyor?

S: Adı Jhumu olan bir Üstad.

Dr.N: Bu seyahat konusunda uzman olan ya da senin rehberin gibi birisi mi?

S: Jhumu da bir kâşif. Biz bunlara gemiciler adını veririz. Ancak diğer rehberlerimiz de arzu ederlerse bizimle

gelebirlirler.

Dr.N: Tamamen anlıyorum. Ruh grubundaki diğer üyeler de seninle birlikte gelirler mi?

S: Yalnız da gidebiliriz ama gemiciler genellikle farklı gruplardan birkaç kişi getirirler.

Dr. N: Jhumu hakkında ne düşünüyorsun?

S: (Şimdi daha da gevşemiş biçimde) Jhumu tur başkanı olmaktan hoşnut birisidir. Bu tarz bir seyahatin bizim perspektifimizi genişlettiğini söyler.

Dr.N: Bu gerçekten de ilginç. Biliyorum ki Brooel'in neden bu kadar zevkli ve eğlenceli olduğunu anlatmaya can atıyorsun. İstiyorsan önce bu gezegendeki hayvanlardan biraz söz et.

S: Burada hiç balık, kurbağa, yılan yok. Kısacası sürüngenler yok.

Dr.N: Neden acaba?

S: Bilmiyorum, bizim dışımızda buraya özel olan bir hayvanla ilgilenmek isteyen... (Duruyor)

Dr.N: Hatırınıza gelen bir hayvan mı var?

S: Bizim favorimiz Arder'di. Bu kedinin özelliklerine sahip olan küçük bir ayıya benzer. (Kollarını bitiştirip kendini sararak): "Arder harika bir hayvandır. Tüylüdür, yumuşacıktır, insana huzur verir ve bizim bildiğimiz gibi de gerçekten bir hayvan değildir.

Dr.N: Bu ne demek?

S: Arder çok zeki ve sevecen bir varlıktır.

Dr.N: Zekâsı bir insanınkiyle kıyaslanınca nasıl?

S: Bunu anlatmak zor. Ne çok yukarıda ne de çok aşağıda. Sadece farklı bir zekâsı var diyebilirim.

Dr.N: En farklı olan tarafı hangisi?

S: Kendi türü arasında hiçbir çelişkisi ya da rekabeti yoktur. Buraya gelmemizin nedenlerinden birisi de budur. Daha iyi bir dünyanın oluşması için bize ümit verir. Yeryüzünde yaşayanların bir olduklarında elde edecekleri duyguyu tattırır bize.

Dr.N: Sen ve arkadaşların Brooel'de başka neler yaparsınız?

S: Bu nazik varlıklarla oynarız. Çünkü bunların Dünyadan gelen ve dinlenmeye ihtiyacı olan ruhlarla bağları vardır. Enerjimizi Arderler'inki ile etkileşime geçebilmesi için bir miktar materyalize ederiz.

Dr.N: Yaptığınız bu işle ilgili biraz da daha spesifik bilgiler verebilir misin?

S: Sarılacak şeffaf insan figürlerinin olduğunu varsayalım. Sonra onların zihinlerine doğru yüzeriz. Bu bildiğiniz dünyayla ilgili bir işlem değildir ve oldukça süpteldir. Dünya gibi katı fiziksel gerçeklerin olduğu bir yerden sonra burası bize şifa verir. Arder, insan bedeniyle mümkün olabilecek şeyleri görebilmemiz için bizi motive eden yatıştırıcı bir varlıktır.

Sujelerim, trans halindeyken Dün-

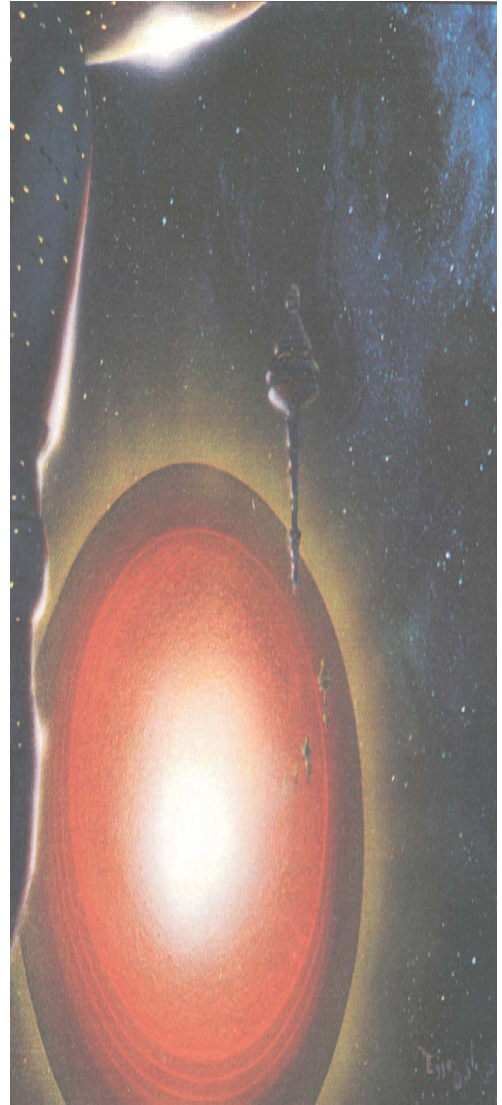
yaya benzeyen ama üzeri dünya kadar bozulmamış ve üzerinde insan yaşayamayan gezegenlerden büyük bir empatiyle bahis ederler. Bu tarz yerlere kendi oyun alanları gibi bakarlar. Zihinsel dünyalarla ilgili anıları olan sujelere de fazla rastlamamışım. Bu gayet normal bir durumdur. Parlak ışığa ve fiziksel boyutları olan yerlere alışkın varlıklarız. Aşağıdaki paragraf eğlence amacıyla yaptığı bir seyahat üzerine bir sujemin anlattıklarından alınmıştır:

“Diğer varlıklarla beraber Guigleyler’in yaşadıkları yere götürülüyoruz. Bunlar alın kısmı yunusa benzeyen şişman, yumuşak tüylü varlıklar. İri, yuvarlak kulakları ve keskin bıyıkları var. Akıllı bir köpeğin IQ’suna sahipler. Bizleri seven, adanmışlık duyguları olan mutlu hayvanlar. Yaşadıkları gezegen eski ve mistik bir yer olup, hafifçe yükselen tepelere ve üzerinde çiçeklerin ve ufak zarif ağaçların birer halı oluşturdukları vadilere sahip. Burası çok parlak bir yer. Taze suyu var. Bu mükemmel huzur yerinde hem dinliyor hem de eğleniyoruz.”

Uzun, dev ya da kısa veya cüce yaratıklar, suda yüzen, havada uçan değişik hayvanlarla ilgili rüyalarınız varsa bunların daha önceki enkarnasyonlarınızla ilgili bilinçaltı anılarınızdan kaynaklandıklarını bilmelisiniz. Mitolojiyle ilgili garip yaratıklar bile bu tarz anılardan çıkmış olabilirler. Bazı insanlar ise rüyalarında uçtuklarını

görürler. Bu tarz rüyalar ise daha önceki hayatta uçan bir yaratık olmaktan ziyade bedensiz bir varlık olarak süzülme gelen duyguları sembolize etmektedirler.

(Gelecek Ay. Konumuza kaldığımız yerden devam edeceğiz.)



Sevgiyi Felce Uğratmadan

Zehra İskender

Çekinir misiniz? Bir insanla her hangi bir konu üzerinde konuşamaktan, sakinliğimizi kaybetmekten, kavganın tam ortasında kendimizi bulmaktan hangimiz çekinmeyiz? Çekinir çekinmesine, yine de hiçbirimizin hayatından kavga eksik olmaz. Ne denli uğraşırsak uğraşalım, özen gösterip dikkatli olalım, hepimiz birçok kereler kavganın tam ortasında kendimizi buluveririz. Avazımız çıktığı kadar bağırırken, kendimizi savunduğumuzu iddia etsek bile, tatsız bir duygu ile karşı karşıya kalırız. İçimize yerleşen bu tatsızlık duygusu, kavganın işe yaramaz bir yöntem olduğu mudur? Yoksa adrenalimizi yükseltip dayanma, sakin, mülayim insan olma çabalarımızın suya düşmesinden mi gelir? Ya da yaşam tecrübelerimizin henüz olgun ve hoşgörülü insan olmaya yetmediği gerçeği ile yüzleştığımızden midir? Kavgadan sonra kendimizi çok kötü hissederiz değil mi? Kavgadan galip

çıkarsak bile, karşımızdakini mahcup ederek gerçeği bangır bangır açığa çıkartmış olsak bile... Sonuç hiç de sevinç, mutluluk olmaz. Yüzümüz pancar kırmızısı, saçlarımız dibine kadar ok gibi dikleşmiş, ellerimiz zangır zangır titreyerek kalırız. Nabzımızın küt küt atmasını da sayarsak, bedenem büyük bir rahatsızlık yaşarız. Kavga ettiğimiz sürenin üç beş misli zamanı sakinleşmeyi bekleyerek geçiririz. Yine de “Yaşam bu, kavgasız geçmiyor” diye düşündüğünüzü biliyorum.

Doğru. Ne kadar uğraşırsak uğraşalım, özenli ve çekingen davranalım, kavga hayatımızdan eksik olmuyor. Hele ailemiz varsa, anne-baba isek, kardeşlerimiz ve çocuklarımızla yaşıyorsak, ev içi atışmalar kaçınılmaz olacaktır. Zaten en çok tartıştığımız, kavga ettiğimiz insanlar aile fertlerimiz olur. Niçin? Onlar da bilmiyorlar mı, ne denli sevildiklerini? Elbette biliyorlardır, ancak aynı evi paylaşmak, aynı

yaşam koşulları içinde birlikte uğraşmak, dış şartların gerçekliği gibi algılanan gizliliğe, özgür kişiliğe, düşünce ve yaşam serbestliğine saygı duymayı gereksiz hale getirebilir. Çünkü aynı ailenin fertleri olmak, her hal ve şartta birbirine destek olmaktan anlamsız bir imtiyaz çıkartırız. Anlamsızdır, çünkü aile fertlerimizin bireysel özgürlüğünün, hata yapma hakkının varlığını, hepsinin ayrı bir kişilikte olduğunu düşünmeyiz. Ayrıca birlikte yaşıyor olmak, bir insanı yıpratmak, mutsuz etmek, gerginlik içinde bırakmak hakkını bize verir mi? Tabii ki vermez. Kendi ailemiz, eşimiz, dostumuz dediğimiz insanlarla gönül bağımız, üç sokak ötedeki manav efendiden de, her gün gülümseyerek soğuk “merhabalar”ını sunan beyefendiler ve hanımefendilerden de daha sıcak ve gerçek değil midir? Tabii diyorsunuz! Öyle ise ne bu şımarıklığımız!.. Gönülümüzdeki bu sıcacık sevginin tıpa tıp aynının sevdiğimizde de olduğunu bilmek mi, bizi böyle başıbozuk davranışa itiyor; düşünmeden, ölçsüz ve yıpratıcı konuşmamıza neden oluyor? Kılına zarar gelmesinden korktuğumuz, gönlümüzün gerçek sahipleri dediklerimizi bir pula satar gibi bir avazda harcıyoruz. Kavga ederek karşımızdakini dumura uğratmak, sakin, dingin, mutlu ruh halini dağıtıp, gününü, anını mahvetmek, onun gönlündeki sevgimizi felce uğratmaz mı?

Aile olmak, sevgi ve destekle kar-

deşlik, arkadaşlık ilişkisi içinde olmak bizi her zaman problemlerin içinde bırakır elbette. Zaten hayatın hiçbir noktası problemsiz değil. Sorunları çözmek için, haklarımızı korumak, kollamak için konuşmak şart. Tartışarak sonuca ulaşmak, çözümler üretmek becerisine ulaşmak gerekir. Zararsızca tartışmasını bilmeli, karşımızdakilerle gerginliğe girmeden konuşup, iletişim kurabilmek becerimizi geliştirebilmeliyiz. İster aile fertlerimizden birisi olsun, ister yeni tanıdığımız biri olsun, tartışmayı hiçbir zaman bir boks maçına çevirmeden, sadece konu üzerinde kalarak sürdürebilmeliyiz.

Bunun için:

- Mümkün olduğunca suskun kalarak, diğerlerini iyice anlayıp dinlemek.
- Her konuşmacının veya karşımızdakinin ne dediğini, ne istediğini kavramak.
- Onların duygularını öğrenmek ve bu duygulara, düşüncelere saygı duymak.
- Yapıcı, olumlu ve yatıştırıcı konuşmaya kararlı olmak.
- Sakinliğimize güvenmek karşımızdakilerin sözle baskısına kanmamak.
- Konu hakkındaki düşüncelerimizi açıkça ve sakin bir dille konuşmak.
- Mantıklı, diğerkâmca düşünüp karşımızdakilerin de mantığına hitap edecek doğru çözümleri üretmek.
- Tartışırken hiç ama HİÇ BİR ZAMAN yıkıcı, yıpratıcı sözcükler sarfetmeden saygıyı elden bırakmamak.

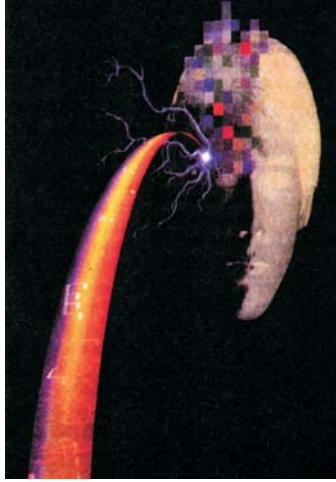
İŞ BAŞINDA DUYGUSAL ZEKÂ

Daniel Goleman
Derleyen: Belgin Tanaltay

ÖZDENETİM

Topluluk karşısında konuşma yapan herkesin en korkunç kabusudur bu. Psikolog olan arkadaşım, emniyet müdürlerinden oluşan bir topluluğa hitap etmek üzere Amerika'nın doğu sahilinden Hawaii'ye uçmuştu. Rötar yapan uçaklar ve kaçırdığı aktarmalar yüzünden geceyi uykusuz geçirmiş, hem bitkin düşmüş hem de vücut saati bozulmuştu.

Arkadaşım sözlerine bir fıkra anlatarak başladı; ama fıkranın sonundaki en vurucu satıra geldiğinde durdu. Unutmuştu. Donup kaldı, zihni bomboştu. Yalnızca fıkranın sonunu değil, konuşmasını da hatırlayamıyordu. Notları bir anda hiçbir anlam ifade etmemeye başlamış, dik-kati gözlerini kendisine dikmiş halde bekleyen yüzlerin meydana getirdiği kitleye takılıp kalmıştı. Özür dileyip, izin isteyerek kürsüyü terk etmek zo-



runda kaldı. Birkaç saat dinlendikten sonra, ancak kendine gelebildi. Fıkra'yı eksiksiz biçimde anlatarak konferansını verdi ve büyük alkış topladı.

Ciddi bir dinleyici kitlesi karşısında konferans vermek gibi stresli bir durumdaki insanların beyinlerinin incelenmesinden elde edilen en çarpıcı bulgu, beynin yönetim merkezi olan, alnın hemen arkasındaki, prefrontal lobların çalışmasını engelleyecek biçimde faaliyet gösteren duygusal beynin varlığını ortaya çıkarmaktadır.

Prefrontal bölge, dikkat etme ve dikkat çekici her türlü bilgiyi akılda tutma kapasitesi olan "işleyen bellek" in bulunduğu yerdir. İşleyen bellek, idrak ve anlayış, planlama ve karar verme, akıl yürütme ve öğrenmek açısından hayatı derecede önemlidir.

Zihin dingin haldeyken, işleyen bellek işlevini en iyi biçimde yerine getirir. Ama acil bir durum olduğunda, beyin korunma haline geçer, duyuları tam teyakkuza tutmak için işleyen belleğin kaynaklarını çalarak onları diğer beyin mevzilerine aktarır.

Acil durum sırasında, beyin basit ve en alışık olduğu rutinlerle tepkilere sığınarak karmaşık düşünceleri, yaratıcı içgörüyü ve uzun vadeli planları bir tarafa kaldırır. Odak noktası, aciliyet içeren mevcut durum, ya da günün krizidir. Arkadaşımda, bu olağanüstü hal konuşmasını hatırlama yetisini felce uğratarken, dikkati-

nin mevcut “tehdit” üzerinde konuşmasını bekleyen dinleyicilerin dikkat kesilmiş yüzleri üzerinde odaklanmasını sağlamıştır.

Acil durumlar ile ilgili devreler milyonlarca yıl önce evrilmişken, onların işleyişini bugün de sıkıntı veren duygular şeklinde yaşıyoruz; endişeler, kaygı nöbetleri, panik, engellenmişlik hissi ve kızgınlık, öfke, hiddet gibi.

STRES

Duygusal aciliyet taşıyan durumlarda anahtar rolü oynayan “tepemizin atmasına” yol açan yapı, amigdaladır. Prefrontal bölge, yani yönetim merkezi, bir tür sinir yolu aracılığıyla amigdalaya bağlanır. Amigdala ile prefrontal loblar arasındaki bu sinir bağlantıları, beynin nöbetçisi gibi çalışır.

Amigdala, beynin duygusal bellek bankasıdır. Zafer ve başarısızlık, umut ve korku, kızgınlık ve hüsrana içeren tüm anlamımızın deposudur. Nöbet-

çilik rolünü yerine getirirken, bu depolanmış anıları kullanır. Yeni gelen tüm bilgileri an be an gördüğümüz ve işittiğimiz her şeyi tehdit ve fırsatlar açısından değerlendirmek için taramadan geçirir ve şimdi olanları geçmiş deneyimlerimizin depolanmış kalıplarıyla eşleştirir.

Evrim sırasında, amigdalanın bellek kalıplarını kullanmaktaki amacı büyük olasılıkla “Ben mi onun avıyım, yoksa o mu benim avım?” gibi, hayatta kalmak açısından büyük önem taşıyan soruları yanıtlamaktır.

Beynin kriz durumundaki tepkisi hâlâ bu eski stratejiyi izliyor: Duyuları keskinleştiriyor, karmaşık düşünceleri durduruyor ve düşünmeden verilen, güdüsel tepkiyi başlatıyor; oysa bu durum modern iş yaşamında ciddi sakıncalar yaratabilir.

Tepemizi attıran zorluk ve baskılar için hep “olabilecek en kötü zamandır”; ya da öyle görünür, bir de stres hissini adeta katlayarak çoğaltırlar, dolayısıyla biz patlama noktasına yaklaştıkça,

eklenen her yeni yük daha da dayanılmaz hale gelir. Normal koşullarda bizi rahatsız etmediği halde birdenbire bunaltıcı bir hal alabilen küçük zorluklarda da bu böyle olur.

Beden için, evle iş arasında hiçbir ayırım yoktur; kaynağı ne olursa olsun, stres biriktikçe birikir. Zaten fazlasıyla yorulmuş olduğumuz anlarda, küçük bir sürtüşmenin bile tepemizi attırabilmesinin nedeni, biyokimyasaldır. Amigdala beynin panik düğmesine bastığında, CRF olarak bilinen bir hormonun salgılanmasıyla başlayan ve başta kortisol olmak üzere, hormonların sel baskısıyla son bulan çağlayana neden olur.

Stres altındayken salgıladığımız hormonlar, tek bir ‘savaş ya da kaç’ nöbetine yetecek miktardadır; ama bunlar bir kez salgılandığında, bedende saatlerce kalır ve birbiri ardına oluşan her can sıkıcı olay, zaten var olan hormon birikimine yenilerini ekler. Sonuçta meydana gelen yığılma, amigdalayı, en ufak bir tahrik karşısında bizi her an öfke ya da pa-

niğe sürüklemeye hazır tetik haline getirebilir.

Stres hormonlarının bir etkisi de kan dolaşımı üzerinde kendini gösterir. Nabız hızlandıkça, kan beynin yüksek düzeylerdeki bilişsel merkezlerinden çekilerek, olağanüstü durum seferberliği için daha önemli olan başka mevzilere yönlendirilir. Yakıt olarak gereken kan şekeri düzeyleri birden yükselir, durumla ilgili daha az ilgili vücut fonksiyonları yavaşlar ve bedeni savaşmaya ya da koşup kaçmaya hazırlamak için, nabız hızlanmaya başlar. Kortisolun beyin fonksiyonu üzerindeki etkisi, o ilkel stratejisini pekiştirmektir: Duyuları kuvvetlendirmek, zihni köreltmek ve en iyi prova edilmiş eylem hangisiyse onu yapmak; bu alışkanlık çığlık atmak ya da paniğe kapılıp donakalmak olsa bile.

Kortisol, işleyen bellekten – zekâdan – enerji kaynaklarını çalıp onları duyulara yönlendirir. Kortisol düzeyleri yüksek olduğunda, insanlar daha fazla hata yapar, dikkatleri

daha kolay dağılır ve biraz önce okudukları bir şeyi bile pek hatırlamazlar. Yersiz düşünceler zihni işgal eder ve bilginin işlenmesi iyice zorlaşır.

Stres hali devam ederse, olası son, bir tükeniş ya da daha kötüsü olacaktır. Laboratuvar fareleri sürekli gerginliğe maruz bırakıldığında, kortisol ve buna bağlı stres hormonları toksik düzeylere ulaşarak, sonunda sinir hücrelerini zehirler ve öldürür. Stres ömürlerinin önemli bir bölümünde devam ederse, beyinleri üzerindeki etki korkunç boyutlara ulaşır: Belleğin anahtar merkezlerinden biri olan hipokampus aşınır ve küçülür. İnsanlarda da benzer bir şey oluşur. Şiddetli stresin bizi geçici olarak aciz kılması bir yana, sürekli stresin zekâ üzerinde kalıcı köreltme etkisi olabilir.

Stres elbette ki kaçılmaz bir durumdur; üstümüze üstümüze gelen durum ya da insanlardan kaçınmak çoğu zaman imkânsızdır. Mesaj patlamasını ele alalım. Belli başlı şirketlerde çalışan insanlar

üzerinde yapılmış bir inceleme, her birinin günde ortalama 178 mesaj aldığını ve yolladığını bulmuştu; saatte üç kere ya da daha sık aralıklarla gelen ve her biri (çoğunlukla aldatici) bir aciliyet üslubu içeren mesajlar yüzünden, çalışmalarını kesintiye uğramaktaydı.

Elektronik posta, aşırı bilgi yüklenmesini azaltacağına, telefonla, telesekreterle, faksla, mektupla ve diğer yollarla gelen mesajların toplam miktarını artırmıştır. Mesaj tufanının kümülatif etkisi, kronik dikkat dağınıklığıdır.

SEBATLA STRESİ YENMEK

Endüstrinin tümünde yaşanan köklü değişimler nedeniyle gerilimlerin iyice tırmandığı, Amerika'nın bölgesel telefon şirketlerinden birinde çalışan iki üst düzey yöneticini karşılaştıralım. Yöneticilerden biri gerginlikten şikayetçidir. "Hep bana empoze edilen son tarihlere yetişmeye çalışıyorum, ama yaptıkları-

mın çoğu önemli bile değil. Sadece rutin işler. Dolayısıyla sinirli ve gergin olduğum halde zamanımın çoğunu sıkılarak geçiriyorum.”

Öbür yönetici ise şöyle söylüyor: ”Hemen hemen hiç sıkılmıyorum. Başlangıçta pek ilginç bulduğum işte bile, bana bir şeyler öğreten ve zahmete değecek bir tarafını buluyorum. Hep bir fark yaratmaya, kendime verimli bir iş yaşamı kurmaya uğraşıyorum.”

Birinci yöneticinin “sebatkârlık” diye adlandırılan niteliği düşük, ikinci yöneticinin ise yüksektir. Sebatkârlık; taahhüdüne bağlı kalmak, kontrolünün elinde olduğunu hissetmek ve stresi bir tehdit değil, aşılması gereken bir zorluk olarak görmektir. Bir araştırmada, işini çetin ama heyecan verici, değişimi ise bir düşmandan ziyade geliştirilmesi gereken bir şans gibi görerek, strese karşı sebatkâr bir tepki verenlerin, stresin fiziksel yüküne daha iyi katlandıkları ve daha az hastalık geçirdikleri bulunmuştur.

Aynı durumun bir kişi tarafından yıkıcı bir tehdit, bir diğeri tarafından ise insanı canlandıran bir mücadele olarak görülmesi, iş yaşamına özgü bir paradokstur. Doğru duygusal kaynaklar kullanıldığında, tehdit gibi görünen şey mücadele edilecek bir zorluk olarak ele alınıp enerjiyle, hattâ coşkuyla karşılanabilir. Bizi harekete geçiren ve bize şevk veren zorlukların yarattığı “iyi stres” ile bizi usandıran, felce uğratan ya da moralimizi bozan tehditlerin yarattığı “kötü stres” arasında, beyin işlevi açısından çok önemli bir fark vardır.

Bir mücadele karşısında coşku yaratan beyin kimyasalları, strese ve tehdite karşılık veren kimyasallardan farklıdır. Bunlar enerjimizin yüksek, çabamızın dorukta ve ruh halimizin olumlu olduğu zamanlar işbaşındadır. Bu üretken hallerin biyokimyası, katekolaminler olarak adlandırılan kimyasalların salgılanması için sempatik sinir sisteminin ve adrenallerin etkinleştirilmesiyle ilgilidir.

Katekolaminler, yani adrenalin ve noradrenalin, bizi kortisolun telâşlı uyarmalarından daha verimli bir biçimde harekete geçirir. Beyin acil durum haline girer girmez, hem kortisol hem de çok yüksek düzeyde katekolamin pompalamaya başlar. Ama en yüksek performans, beyin daha düşük bir düzeyde uyarıldığında, yani devrede sadece katekolamin sistemi olduğunda gösteririz. (Kortisolu etkinleştirmek için de, işimize yönelik bir tehditin oluşması ya da patronumuzdan olumsuz bir yorum almamız gerekmez; can sıkıntısı, sabırsızlık, engellenmişlik hissi, hattâ yorgunluk bile buna yetecektir.)

O halde, bir anlamda, işin içinde iki çeşit stres iyi ve kötü ve iki ayrı biyolojik sistem vardır. Ayrıca, sempatik sinir sisteminin pompalama yaptığı, ruh halimizin olumlu düşünme ve tepki verme yetimizin en uygun seviyede olduğu bir denge noktası da vardır. Performansımız işte bu noktada doruğa ulaşır.

www.dostluk.com'a

Ayşegül Aydın tarafından gönderilen
yardım çağrısını sizlerle paylaşıyoruz.

Küçük bir çocuğun yuvasından ayrılırken
bahçesinden aldığı, hep avucunun içinde tutacağı ve
hiç ayrılmayacağı bir küçük taşın kutsiyetini
kim açıklayabilir bizlere? Kimbilir anasının
sıcacık koynundan(!) hangi nedenle gelmiştir şimdi
"kimsesiz" diye adlandırılan evine?
Anasının, içgüdüğü sebebiyle yanmamış mıdır yüreğinin
en serin yeri bile!? Bu masallar niye
"bir varmış, bir yokmuş" diye başlar hep aynı yerinde. Kimbilir.

Küçükyalı Çocuk Esirgeme Kurumu:

Burada 180 çocuk var.

Bu çocuklar 7 ila 12 yaş arası.

100 tane erkek, 80 tanesi kız çocuğu.

30 ile 42 numara arası en az 180 ayakkabı.

Çoğunluğunun saçları sıfır tıraşlı çünkü,

şampuan ve sabun acil ihtiyaçları.

İç çamaşır yetersizliği inanılmaz boyutlarda...

Müdür : Şerafettin Bey

Mdr.Yard: Hülya Hn.

Tel : 0216-417 82 13 - Fax :0216-366 68 09

Çocuk Esirgeme Kurumu Küçükyalı Kimsesizler Yurdu

Meslek Komitesi Şube Sorumlusu

Mine Hn.: 0212-252 29 00

Not: Para yardımı kabul edilmiyor. Bilginize.

Zamanda Kayma Olabilir mi?

Tim R.Swartz

Çeviri: Nelda Bayraktar



Resim: Fritz Von Uhde

Zaman komik bir şeydir. Sonsuz gibi gözüktüğü halde asla yeterli gelmez bize. Zaman, an ve an ebedi geçmişe doğru kaydığı halde, içinde bulunduğumuz şu an ve gelecek henüz yeni başlamaktadır.

Zaman durdurulamaz bir şekilde geleceğe de akmaktadır. Bizler ise adeta bir sineğin kehribarın içine hapsedilmesi gibi, zamana bağımlı yaşayıp dururuz. Zamanın içinde sonsuza dek hapsolmuş olduğumuz için, değişimin düzenine ve kaçınıl-

mazlığına da kendimizi uydurmamız istenir bizden. Geçmiş, geçip gitmiştir, şimdiki an önümüzdedir, gelecek ise bilinmemektedir.

Ya da biz mi böyle zannetmekteyiz acaba?

Şayet ismi Frank olan bir İngiliz polisine bu soru sorulsaydı bize tamamen farklı bir şey söyleyebilirdi:

1996 yılının güneşli bir Temmuz günü, Frank ve eşi Carol, Liverpool şehrinin Bold Caddesinde alış verişe çıkmışlardı. Merkez İstasyonuna

geldiklerinde birbirlerinden ayrılarak, Carol Dillons Kitabevine, Frank ise uzun zamandır almayı arzu ettiği CD'yi bulacağını düşündüğü HMV mağazasına doğru yola koyuldular. Frank, Lyceum Postanesi ve Kafe'nin olduğu yokuştan yukarı doğru yürürken, birdenbire garip bir sessizlik vahasının içinde yürüdüğünü farketti.

Çevresine bakınmaya devam etti. Sokakta yürüyen insanların üzerinde eski moda kıyafetler vardı.

Aniden 1950 yıllarına ait olduğu belli olan küçük bir kamyon, kornasını çalarak önünden geçti. Ezilmesi an meselesiydi. Kamyonun üzerindeki isim dikkatini çekmişti: "Caplan's". Bulduğu yere baktığında yolun tam ortasında durduğunu farketti. Yolun karşısına geçen polis, bu kez Dillons Kitabevi yazması gereken yerin girişinde "Cripps" yazdığını gördü. Burası bir kitabevi değil, kadın kıyafetleri, çanta ve ayakkabı satan bir yerdi.

Çevresine bakınmaya devam etti. Sokakta yürüyen insanların üzerinde eski moda kıyafetler vardı. Yirmili yaşlarında genç bir kız gördü. Üzerinde limon rengi kolsuz bir bluz vardı. Çantasının üzerindeki markaya baktığında belki kısmen 1996 yılında olabileceğini düşündü. Bu bir paradokstu ve kızı Cripps mağazasının içine

kadar takip etti.

İçeri girdiğinde buranın yeniden Kitabevi olduğunu farketti. Kızın koluna hafifçe dokunarak: "Siz de benim gördüğümü gördünüz mü?" diye sordu. Kız: "Evet, burasının bir giysi mağazası olduğunu düşünmüştüm ama bir kitabevi çıktı" diye cevap verdi.

Daha sonra Cripps ve Caplan's mağazalarının, Liverpool'da 1950 yıllarında faaliyet göstermiş oldukları tespit edildi. Frank'ın yaşadığı bu ilginç deneyim aslında esrarengiz bir olay değil. Zaman kayması denilen bu olayı birçok kişi zaman zaman deneyimlemektedir.

Zaman kaymasında geçmişe ait bir olay aniden yaşanılan ana giriş yapmaktadır. Zaman kayması, doğası ve konumu gereği spontan bir olaydır. Ancak yeryüzünde bu tarz olayların daha fazla olmaya meyil gösterdiği yerler vardır. Bazı insanlar da diğerlerine göre bu tarz olayları daha fazla yaşarlar. Fizikçilerin dediği gibi zaman yerinden hareket ettirilemeyen bir güç ise insanların yaşadıkları bu deneyimleri nasıl açıklayacağız?

ZAMANIN DOĞASI

Eski Yunan filozofları sonsuzluk kavramını ve zaman'ı anlamaya çalıştılar. Bunlar dünya üzerindeki tüm dinlerin ve kültürlerin ortak konuları haline geldiler. Zamanın akışı durdurulabilir veya yavaşlatılabilir mi? Bazı mistikler bunun yapılabileceğini söylüyorlar. 16. Yüz yıl filozoflarından

ve şairlerinden birisi olan Angelus Silesius, zihinsel güçler kullanıldığında zamanın asıllı kalabileceğini düşünüyordu. Zamanı siz yaratırsınız, zamanın saati kafanızın içinde tik taklar. Düşünmeyi durdurduğunuz an zaman da durur. Bilimle mistisizm arasındaki hat bazen çok inceliklidir. Günümüzde fizikçiler, zamanın kâinatın en güçlü özelliklerinden biri olduğunda hemfikirlerdir. Aslında bilim adamları arasında dolaşan bir hikâyeye vardır: Amerika'ya göç edenlerden birisi saatini kaybetmiştir. New York'un caddelerinden birinde yürürken birisine saati sorar: "Acaba saat kaç?" Karşılaştığı kişi bir bilim adamıdır ve şöyle cevap verir: "Özür dilerim, bunu bir filozofa sormanız gerekir. Ben sadece bir fizikçiyim."

ZAMANDA YOLCULUK

Modern bilimsel teoriye göre zamanda yolculuk tahayyüllerimizin bile dışındadır. Ancak olağanüstü bir şekilde zaman kayması yaşamış olan

Kasabanın ana kavşağına
doğru arabamla gidiyordum.
Aniden havada garip bir
değişim hissettim.

kişilere göre böyle değildir. İlginç bir deneyim de Avustralya'da yaşayan Lyn adındaki bir hanımdan geliyor: Lyn, "Zamanda Yolculuk" isimli kitabı

okuduktan sonra kendi yaşadıklarının bu kitapta yazılanlarla örtüştüğünü düşünmüş.

Bu, sanki atmosferde
yaşanan değişik bir duruma
benziyordu. Hava ağırlaşmıştı
sanki.

Lyn, 1997 yılında Avustralya'nın bir kasabasında yaşıyordu. Kasaba 1947 yılında inşa edilmişti. O zamandan bu güne kadar da hayli değişmişti. Lyn şöyle diyor:

"Kasabanın ana kavşağına doğru arabamla gidiyordum. Aniden havada garip bir değişim hissettim. Bu, sanki atmosferde yaşanan değişik bir duruma benziyordu. Hava ağırlaşmıştı sanki. Kavşağa geldiğimde yavaşladım. Birdenbire kendimi 1950 yılında buldum. Yol kötüydü, ağaçlar yoktu ve tam karşımdan bana doğru siyah bir araba geliyordu. Araba Vanguard veya eski bir FJ Holden olabilirdi. Araba kavşaktan geçerken, sürücüsü geriye dönüp şaşırılmış bir şekilde bana bakıyordu. Adam 1950 yılının modasına uygun bir şekilde giyinmiş ve başında bir şapka taşıyordu.

Bu durum, toplam 20 saniye sürdü ve orada bulunduğum sürece beş kez tekrarlandı. Arabanın plaka numarasını almaya çalıştım ancak araba toz içinde olduğundan başaramadım."

Buna benzer bir vaka da Derek E.'-den geliyor. Derek; henüz bir çocukken

babası İskoçya'nın Glasgow şehrinde bir taksi şöförüydü. Günlerden bir gün (1960'ların sonları) Derek'in babası Maryhill Yolunda kuzeye doğru arabasını sürerken aniden Viktoria döneminin öncesine gidiverdi. Etrafında gördüğü kişiler, atlar, asfaltlanmamış

**Cevaplanması gereken soru:
Bir başka zamana şöyle bir göz
mü atılmaktadır? Yoksa olaya
şahit olan kişi veya gözükten
hayalet zaman içinde yolculuk
mu yapmaktadırlar?**

yollar, küçük binalar, kişilerin giydiği kaba giysiler, başlarına taktıkları boneler v.s aynen o döneme ait olanlardı. Bu görüntülerin tam olarak farkına vardığı an kendini yeniden yaşadığı zamanda buluverdi.

Derek ayrıca 1980'li yıllarda karısı ile birlikte İngiltere'deki North York Moors bölgesine tatil için giderken başlarına geleni anlatıyor: "Staithes adındaki küçük bir kıyı köyüne varmayı hedefliyorduk. Limana inen yollar oldukça dik ve virajlıydı. Köyün yolları ise oldukça dardı. Bu nedenle bütün turist arabalarının ve otobüslerinin yaptığı gibi arabamızı köyün girişinde bıraktık ve yolumuza yaya olarak devam ettik. Parlak ve güneşli bir gündü. Çevremizdeki birçok insanla beraber yolu iniyorduk. Derken yolda sadece karımla benim kaldığımı farkettilim. Etrafımızdaki kalabalık kaybolmuştu sanki. Yaşlı bir kadın belirdi önümüzde. Hava birdenbire

soğudu ve karardı. Kadın bana hangi yılda olduğumuzu sordu. Onunla ilgili hatırladığım tek şey, elde dikildiği belli olan siyah giysileri ve modern olanlarıyla kıyaslandığında oldukça iri kaçan düğmeleriydi. Ayakkabıları da oldukça eski modaydı. Karıma dönüp: "Sen de gördün mü?" dediğim an görüntü kayboldu. Güneş yeniden çıkmıştı ve çevrem insanlarla dolmuştu. Karım da benim gördüklerimi görmüş ve hissettiğim garip duyguların aynısını duymuştu."

Derek'in yaşadığı bu deneyim, hep bildiğimiz ve okuduğumuz hayalet hikâyelerini andırıyor. Bazı tekinsiz ev vakalarında görünen görüntülerin ait oldukları dönemlerle ilgili olduklarını biliyoruz. Bazen bu görüntüyü gören kişi kendini o an için, o dönemde zannedebilmektedir. Bu da ona bir zaman kayması gibi gelmektedir. Burada cevaplanması gereken soru şudur: Bir başka zamana şöyle bir göz mü atılmaktadır? Yoksa olaya şahit olan kişi veya gözükten hayalet zaman içinde yolculuk mu yapmaktadırlar? Bunlar belki de bir madalyonun her iki yüzü gibidirler.

www.mysterymag.com internet sitesinin editörü olan Martin Jeffrey, zaman kaymalarının yeniden yaratılabileceğini ya da tetikleyici faktörler kullanılarak uyarılabileceğini söylüyor. Jeffrey Alice Pollock'un yaşadığı bir deneyimi bizlere aktarıyor: Pollock, Kent'te bulunan Leeds Şatosunda bu deneyimi yaşadığını söylüyor. VIII. Henry'nin eskiden

yaşamış olduğu odayı ziyaret ederken odada birdenbire bir değişiklik fark ediyor. Oda birdenbire soğuyor ve çıplak bir hale geliyor. Yerdeki halı yok oluyor. Derken şömineye atılmış yanan odunları görüyor. Beyaz giysiler içindeki uzun boylu bir kadın odanın içinde bir ileri bir geri yürüyor. Bir konu üzerinde derin bir şekilde düşündüğü belli oluyor. Derken oda birdenbire o anki haline geri dönüşüyor. Daha sonra yapılan çalışmalarda buradaki odaların, eşi tarafından büyü yaptığı gerekçesiyle suçlanan Kraliçe Joan'ın (V.Henry'nin üvey annesi) hapsedildiği yer olduğu anlaşılıyor.

Bu olaya şahit olan Alice Pollock'un zaman kaymasını tetiklediği söylenebilir. Daha önceki zamanlara ait olan bir objeyi ellediğinde o döneme ait olan anıların yeniden canlanmasına sebep vermiş olduğu da düşünülebilir.

19.yüzyılın ortalarında Dr. Joseph Rodes Buchanan (Covington Medical Institute) öğrencilerinden bazılarının ellerinde tuttıkları yazılı harflerden,

Oda birdenbire soğuyor ve
çıplak bir hale geliyor.
Yerdeki halı yok oluyor.

bunların hangi karakterdeki insanlara ait olduklarını tespit edebildiklerini söylemiştir. Bundan yola çıkarak varolan tüm objelerin kendilerine ait bir hikayelerinin olduğunu ifade etmiştir. Öyle ki bunlar o objelerin içinde adeta resmedilmektedirler. Buchanan şöyle

demektedir: “Geçmiş, şimdi'nin içindedir. Psikometri alanındaki buluşlar insanla ilgili başka keşifler yapmamıza olanak tanıyacaktı.”

Klasik bir zaman kayması hikayesi de Annie Boberly (St. Hugh Kolejinin müdürü) ve Dr. Eleanor Frances Jourdain'in Paris'i ziyaretleri sırasında (yıl 1901) meydana geliyor. Kısa bir Paris turundan sonra Versay Sarayı'nı ziyaret ediyorlar. Saray ziyaretinden sonra Petit Tianon'u bulmak istiyorlar ancak kayboluyorlar. Üzerlerine ağır bir hava çöküyor. Farklı bir ortamda bulduklarını fark ediyorlar. Gri-yeşil renkte uzun paltolar giymiş küçük kenarlı şapkalar takmış iki tane adam görüyorlar. Bunlar kadınlara Petit Trianon'un yolunu gösteriyorlar. Adamların gösterdikleri yere geldiklerinde kapısında bir kadınla 12 ilâ 13 yaşlarındaki bir kız çocuğunun durduğu bir kulübe görüyorlar. Her ikisi de yeleklerinin altına beyaz eşarp sarmışlar. Kadının elinde bir sürahi var ve öne doğru eğilmiş, kız ise onun yanında duruyor.

Oxford'lu iki hanım, yollarına devam ediyorlar ve kısa bir zaman sonra bir paviyonun önünde duruyorlar. Atmosfer oldukça sıkıcı ve hoşnutsuzluk verici. Paviyonun önünde duran adamın yüzü çiçek hastalığı nedeniyle tanınmaz hale gelmiş. Üzerinde bir palto, başında ise hasırdan yapılmış bir şapka var. Adam hanımları görmezden geliyor ve onlara bakmıyor.

Derken karşılıklarına pencereleri kapalı olan ve birden fazla terası olan küçük bir kasaba evi çıkıyor. Bir kadın, sırtı

dönük biçimde bahçede oturuyor. Elinde büyük bir kağıt parçası var. Üzerine resim çiziyor. Uzun yelekli bir yaz elbisesi giymiş ve altında belirgin şekilde kısa olan bir eteği var (ki bu

Belki de Zaman'la ilgili modern kavramların ya da algılamaların yeniden ciddi bir şekilde gözden geçirilmesi gerekmektedir.

durum oldukça ilginç). Omuzlarının üzerine de fuşya renginde bir şal atmış. Açık renkli saçlarını ise geniş bir beyaz sapka örtmüş durumda.

Terasların sonunda ise bir başka ev var. İki hanım bu evin yanında geldiklerinde kapı birdenbire açılıyor ve kapanıyor. Hizmetkâr görünümünde ancak üzerinde uşak elbisesi olmayan bir adam beliriyor ve Petit Trianon'a doğru onlara eşlik ediyor. Kadın bu kez kendilerini beklemedikleri bir şekilde bir düğün kalabalığının ortasında buluyorlar.

Oxford'lu hanımlar İngiltere'ye geri döndüklerinde yaşadıkları deneyimi birbirlerine yeniden anlatıyorlar. Bahçede gördükleri kadının Marie Antoinette olabileceği ihtimali üzerinde konuşuyorlar. Derken ressam Wertmüller'in yapmış olduğu Marie Antoinette tablosu ile karşılaşıyorlar. Gerçekten de Marie Antoinette'nin, üzerinde gördükleri kıyafetlerle, bahçede resim çiziyor şeklinde resmedilmiş olduğunu görüyorlar.

Yaşadıklarından oldukça etkilenen Jourdain 1902 yılında yeniden Versay Sarayını ziyarete gidiyor. Ancak aynı şeyleri bir kez daha yaşamıyor. Marie Antoinette'nin 5 Ekim 1789 yılında Petit Trianon'ta bulunduğunu ve saraya doğru yola çıkan isyancıların varlığını ilk kez burada öğrendiğini duyuyor.

Yaşanmış olan bu gerçek olaylardan nasıl bir sonuç çıkarabiliriz? Bu insanlar gerçekten geçmişe yolculuk mu yaptılar yoksa sadece o döneme ait birkaç sahneye şöyle bir göz mü atıldılar? İçinde eski sahnelerin tutulduğu filmler mi gösterildi onlara yeniden?

Yazar Andrew MacKenzie "Zaman içindeki Maceralar: Geçmişle Yüzleşme" adını verdiği kitabında bu olayı yaşayan pek çok kişiyle yaptığı görüşmelerin sonucunda şöyle bir sonuca vardığını söylüyor: "Zaman kaymaları sıkça depresif, sıkıntılı, ürkütücü duygularla beraber belirgin bir sessizliği ve derinliği getirir."

Bir başka zamana ya da yere geçmenin kapılarını açan atmosferik şartlar veya durumlar olabilir mi? Annie Moberly ve Eleanor Jourdain'in Versay Sarayını ziyaret ettikleri 10 Ağustos 1901 günü Avrupa'nın üzerinde elektriksel fırtınalar olduğu ve havanın ağır bir elektrikle dolu olduğu tespit edilmişti. Belki de Zaman'la ilgili modern kavramların ya da algılamaların yeniden ciddi bir şekilde gözden geçirilmesi gerekmektedir. Geçmiş ve gelecek, şimdiki bilimsel teorilerin düşündüğünden daha da yakınımızda olabilirler.