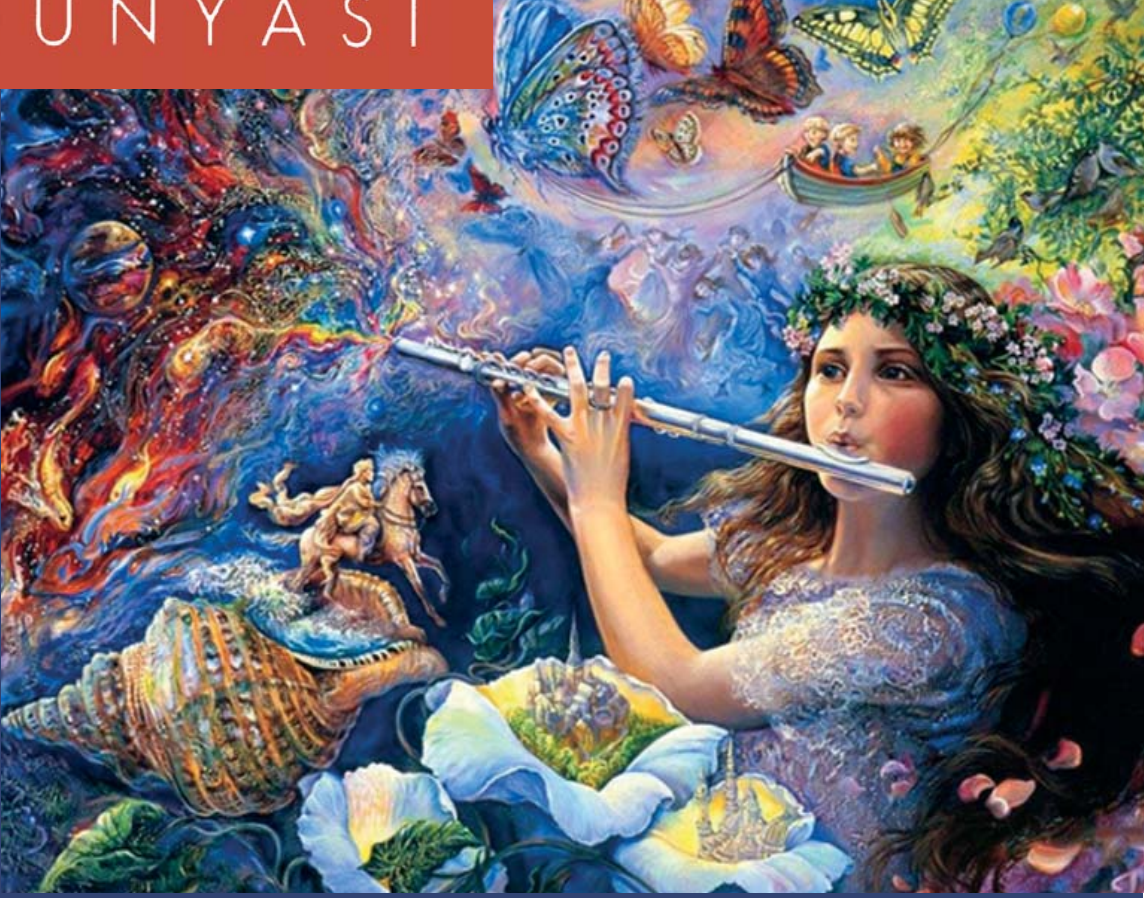


# SEVGİ

DÜNYASI

EKİM 2011 Sayı: 514 Fiyat: 5 TL



**BİZİ SEVGİSİNDEN VARETMİŞ OLAN  
VE GÖREVLİLERİ**

**Evrensel Yaşam Enerjisi ve Sezgi  
AHLÂKIN TOPLUMSAL KAYNAKLI OLUŞU**

## İÇİNDEKİLER

Bizi Sevgisinden Varetmiş Olan ve Görevlileri .....	2
<b>Dr. Refet Kayserilioğlu</b>	
Dinler Tanrı İnancımızı Azaltıyor mu?.....	8
(Tanrı Yanılgısı - II)	
<b>Ahmet Kayserilioğlu</b>	
Ah Ananda, Ah!.....	13
(Bilgelik Belgeleri)	
<b>Güngör Özyiğit</b>	
Evrensel Yaşam Enerjisi ve Sezgi .....	19
<b>Zuhal Voigt</b>	
Dalai Lama'dan Yaşama Dair Görüşler.....	24
<b>Derleyen: Nihal Gürsoy</b>	
Ahlâkın Toplumsal Kaynaklı Oluşu .....	31
<b>Yalçın Kaya</b>	
Bedenin 24 Saati ve Uyku .....	36
(Yüksek Performans Teknikleri)	
<b>Jim Loehr&amp;Tony Schwartz/Nelda Bayraktar</b>	
Tanrı'nın İnsanlaşması .....	41
(Canlı Kryon Celsesi)	

## Sevgili Dostlar

Güzel güzel okuduğumuz, doğruluğunu tasdik ettiğimiz bilgileri uygulamaya gelince sıra, okuduğumuzu, öğrendiğimizi, bir başka deyişle aklımızla doğru bulduğumuzu değil de, yürekten bağlı olduğumuz, kendimizi teslim ettiğimiz esasları farkına bile varmadan derhal devreye sokarız. Özellikle kendimizi arıtmak, yanlışlarımızı düzeltmek, yükselmek ve diğer insanlarla ilişkilerimizi en iyi seviyeye çıkarmak için çalışmaya başladığımızda bir boğuşmadır gider içimizde. Bizler; kendi değerinin bir türlü farkına varamayan, sevmeye ve övülmeye her zaman muhtaç, onaylanmazsa mutsuzluk içinde ümitsizce bocalayan insanlar, aklımızın doğru dediğine değil de gönlümüzün onayladığı esaslara uygun davrandığımız için, aklımız ne derse desin, gönlümüzün bildiğini okuruz çoğunlukla. O gönül de hep bekleyen, hep almak isteyen, hep ürkek, hep hüznü ve hep biricik ve tek olduğu halde değerinin bilinmediğine inanan bir gönüldür. Oysa “aklını gönlü için kullanmak” denilen eylemi devreye sokabilirsek , gönlümüzü gerçeklere açmaya başlarız. O zaman her gönlün birbirine benzediğini, her gönülde O’ndan bir parça ve O’nun yeri olduğunu farkedebiliriz. Ve gönlümüz yavaş yavaş dolmaya, tamamlanmaya başlar.

Aklını gönlü için kullanmak, zaten Yaratan’a açılmış olan gönlü, elbette kendi gönlümüzü, doğruluğuna kani olduğumuz bilgilerle yıkaya yıkaya bir hamur gibi yoğurmaktır. Buna başlamak için bizlerin de uygulamaya çalıştığı iki öneri sunabiliriz. Bunlar değil gönlünüze, aklınıza da ters gelebilir. Doğru bulmazsanız, hiç şüphe yok ki yapmamalısınız. 1. Peşin kararlı, ön yargılı olmamak ve kendi bildiğinizin hiçbir zaman en doğru olan olamayacağını aklınızdan çıkarmamak. Sertlik, sivrilme ve hükmetme isteği ile mücadele etmek. 2. Her şey için yalnız hakkımız olanı almak. Hak sınırının ince bir çizgi olduğunu, kendini haklı görüvermenin her zaman kolay olduğunu bilerek, haklı olmadığınızı düşünüp karşınızdakine hak vermeyi önemli tutmak. Hak veremediğimiz zaman gerçek sevgiden söz edemeyeceğimizi bilmek.

Bunları bize söyleyen melekler, onlar gibi olmamızı istiyorlar.

Tüm onlar gibi olmak isteyenlere...

En Derin Sevgilerimizle

SEVGİ DÜNYASI

*Kimseye hesap vermeyeceğine ve kendinden başka büyük olmadığına göre ne övülmeye ihtiyacı vardır ne eksigi vardır. Kâinatlar ve varlıklar olmadan da varolabildiğine, istediği anda her şeyi yok edebileceğine göre niçin yaratmıştır? Buradaki O'nun yüce maksadını bilmiyoruz. Bu konuda bildirilenler de kısıtlıdır. Rehber varlığın bir celsede söylediği:*

*"O sizi bildiğinizden öteye sever ve sizin gibi herkesi. O yaptığı için övünmez. O övünmek için değil, bilinmek için yapmıştır şüphesiz."*



Dr. Refet Kayseriliolu

# Bizi Sevgisinden Varetmiş Olan ve Görevlileri

## YARATAN NİÇİN VARETMİŞTİR?

Kimseye hesap vermeyeceğine ve kendinden başka büyük olmadığına göre ne övülmeye ihtiyacı vardır ne eksikliği vardır. Kâinatlar ve varlıklar olmadan da var olabildiğine, istediği anda her şeyi yok edebileceğine göre niçin yaratmıştır? Buradaki O'nun yüce maksudını bilmiyoruz. Bu konuda bildirilenler de kısıtlıdır. Rehber varlığın bir celsede söylediği:

*"O sizi bildiğinizden öteye sever ve sizin gibi herkesi. O yaptığı için övünmez. O övünmek için değil, bilinmek için yapmıştır şüphesiz."*

Ama niçin bilinmek istedi? O'nun için bu bir ihtiyaç ve eksiklik değil ki!.. Ben, sevgi dolaşımını başlatmak ve kudretini insanlarla paylaşmak için diye düşünüyorum. Şüphesiz bu da eksik bir açıklama oluyor. Yine bir yerde:

*"Onun ne oyuna ne de oyuncağa ihtiyacı yoktur. Çünkü O dilediğine hükmeder. O'nun hükmü sonsuzdur."*  
denilmektedir.

O, oyun oynamak için varetmemiştir elbette. Ama eski kutsal yazılarda insanların bilgi seviyesi gelişmemişken, insanlar böyle düşünebilmişlerdir. Güya Yaradan'ın canı sıkılmış da, kendine bir meşgale olsun diye "Haydi âlemleri yaratayım" demiş. Yaradan için böyle şeyler düşünülemez. O her şeye gücü yeteni, bütün güçleri ve akılları yaratanı insan gibi düşünmek bilgisizlik ve çocukluktur. O insan gibi sıkılmaz, yorulmaz, "şimdi ne yapayım" diye tereddüt etmez. Bugün yaptığımı yarın bozamaz. O'nun sevgisi her şeyin temeli, her şeyin özü. O sevgi olmadan hiçbir şey yapılamaz.

*"Onun sevgisi olmadan ne varedilebilir ki!.. O size herşeyi ve O sizi, kendi sevgisinden varetti. O sadece bir kere ve yalnız bir kere "OL" dedi herşeye önce."*

*"Şüphesiz ki O çok yücedir ve yoktur O'na denk. O'nun varettikleri hep eksiklidir ve yönleri onun için O'na doğrudur elbet."*

*"O herşeyi bilen, O her şeyi gören, O her şeyin*

*üstünde olandır. O'nun için zor, O'nun için kolay yoktur. O yalnız "OL" der her şeye ve her şey hayrınıza olur verir."*

Bu bilgiler O'nun için zor veya kolay diye bir ayırım veya tarif yapılamayacağını belirtiyor. "OL" dediği anda dilediği en ince ayrıntısına kadar bir anda, düşündüğü, planladığı tarzda oluverir. Böyle bir şeyin olabilmesi yanılmaz bir bilginin, hedefinden sapmaz bir gücün olmasını gerektirir. O da elbette her şeyi bilen, her şeye gücü yeten, her şeyi yoktan vareden ve her şeye hükmeden Yaradan için söz konusu olabilir.

## YARATMA BİR DEFADA OLMUŞTUR

Acaba Yaradan sürekli yaratıp durmakta mıdır? Yarattıklarında bazı geliştirmeler, değiştirmeler, gittikçe mükemmele giden meydana getirmeler var mıdır? Böyle bir durum tekâmül etmekte, bilgi ve tecrübesini artırmakta olan varlıklar için söz konusudur. O yaptıklarını ve yarattıklarını her şeyleriyle mükemmel yapmış ve

yaratmıştır. O her şeyi bilen ve her şeyin öncesini de sonrasını da bilen ve gören tek ise, O'nun yarıttıkları da eksiksiz ve mükemmel olacak demektir.

Peki ama diyeceksiniz, doğada bir seçilme ve ayıklanma olayı var. Daha güçlüler, daha yetenekliler, daha gelişmişler daha mücadeleçiler yaşıyor; diğerleri ayıklanıyor ölüyor, nesiller kuruyor. Buna biyolojide "Doğal Ayıklanma" deniyor. Bu ne oluyor diyeceksiniz? Nesiller de gittikçe, her yönden geliyor gerçekten.

Gelişmek, tekâmül, yükselme ve olgunlaşma O'nun koyduğu yasaların gereğidir. O, varlıkları tekâmüle elverişli olarak, eksiklerini kendi gayretleriyle tamamlayacak şekilde yaratmıştır. Bu işin bir önemli yönüdür. Diğer yönü de, çevremizde gördüğümüz her şey doğrudan O'nun eseri değil, biliyoruz. İnsanın aklıyla, çalışmasıyla bulduğu eserleri de var. Diyelim insanoğlu bir elektronik beyin yaptı. Zamanla onun eksiklerini aksayan yönlerini gördü, değiştirdi, geliştirdi; daha sonra boyutlarını

küçülttü, basitleştirdi ama görevlerini arttırdı. Gittikçe daha mükemmel götürüyor. İnsan bunları yaparken yoktan varetmiyor. Mevcut ilâhi yasalardan, O'nun vrettiği maddeleri kullanarak, elektrikten, daha başka güçlerden yararlanıyor. Yeni bileşikler, yeni oluşumlar ve yeni şeyler meydana getiriyor. Elbette bunları yapan insanların yaptıkları iş küçük değil, büyük. Ama yapılan her şey O'nun koyduğu yasalara ve kurallara uyarak, O'nun verdiği akılla ve O'nun önceden koyduğu bilgilerden yararlanılarak oluyor. O, bilgileri önceden maddelerin ve varlıkların, çevremizde akıp giden doğal olayların, oluşumların içine yerleştirmiştir. İnsanların yaptığı, araştırarak o bilgileri bulmaktan, gizlendiği yerden çıkartmaktan ibaret. Onları buldukça geliştirmekte, daha yüksek ve daha gizli bilgilere el uzatmaktadır. Onlar daha önceden yerlerine gizli olarak konulmasa neyin araştırılması yapılacak, ne bulunacaktır?!.. Maddenin, doğanın, tekâmülün ruhlarının yasalarını koyan ve kuran biz miyiz?

## BULAN VE YAPAN, YARATAN DEĞİLDİR

İnsan yüceldikçe, bilgisi arttıkça O'nun yüceliğini ve erişilmezliğini daha iyi görür. O'nun önünde küçülmesini bilir. Böylece bulma, bilme, gelişme ve geliştirme yeteneklerini verene binlerce şükreder. Onun, sonsuz imkânlarla donattığı aklımızı ve yapma, başarma gücü olan ruhumuzu verdiği, sonsuz bir laboratuvar olan âlemleri önümüze serdiğine binlerce şükrederiz. Yükselen insan her yaptığı işte, her başardığında ve bulduğunda aslında O'nun izni olduğunu görür de O'nun önünde secde eder.

İnsan seviyesini bitirip, insanüstü seviyelere geçen varlıklar da yeni şeyler bulur ve geliştirirler. Yardan'ın izniyle yeni varlıklar da meydana getirirler. Örneğin bir balık türü, bir hayvan türü, bir bitki türü meydana getirip oralarda o seviyedeki ruhların gelişmesine, yaşamasına, deneyler yaparak tekâmül etmesine imkân hazırlarlar. Yaptıkları, meydana getirdikleri, tıpkı insanların robotları yapmaları gibi,

mevcut malzemedен, daha önceden konmuş kanunlardan ve O'nun yüce izninden yararlanarak olmaktadır. O bitki veya hayvan türünü meydana getirene onun yaratıcısı diyebilir miyiz?

Yaratmak herşeyiyle bir şeyi yoktan varetmektir. Önünüzde bilgi var, malzeme var, kanun ve kurallar var, siz onlardan yararlanarak bir şey meydana getiriyorsunuz. Mutfakta yeni bir helva icad eden ahçı onu yaratan mıdır? Unu, şekeri, yağı, suyu, ateşi ve diğer malzemeleri de yaratan değil ki...

Aynı bir balık türü bulan, geliştiren Yaradan'ın izniyle ona bir gelişme alanı da bulan büyük akıl sahibi bir varlık için de, o türün Yaradanı, Rabbi demek büyük hatadır, bilgisizliktir ve şaşkınlıktır. Olaya yüzeysel bakma sonucudur. Yaradan, Rab, önünde secde edilen Mâbud bir tanedir. O birin biridir. Yani bölünmez birdir, kendine benzer ve eş olmayandır. O hepimizin, en küçüğünden en yücesine kadar tüm varlıkların, en yüce akıl sahibi olanların da en hakiki Rabbidir. Yalnız O'na secde edilir, her şeyin

yegâne sahibinin, her şeyin ilk varedicisinin O olduğu bilinir. Her şey O'ndan teslim alınır, her şey O'na teslim edilir.

O'na tam teslim olanlara, O'nun yasa ve emirlerine tam uyanlara, başkalarına kıl kadar zarar vermeyeceklere ve gerçekten olgunlaşıp yücelenlere, O elbette derece derece kendi kudretinden vermektedir. Bu O'nun lûtfu, O'nun yüceliği, O'nun sevgisinin sonucudur. O'na şükrederiz, tüm varlıklar adına. Yücelenlerin, ileri gidenlerin, bilgide, akılda etki gücünde yükselenlerin büyüdükçe O'nun önünde daha küçüldüklerini biliriz.

*"Hüküm yerinde olan O'dur. O'nun hükmü şaşmaz. O sizin için hayra, ne dilerseniz vericidir. O yoktan yaratır. O bilir, O verir, verdiği iyi bilmenizi ister. O abes iş yapmaz. O'nun hükmettiği yere ulaşmaz. Orada yalnız O vardır. O'nun hükmediciliğinin sebebi düşünülür yalnız. Çünkü her şey düşünceden doğar."*

Bu sözlere çok dikkat ediniz. Bunlar büyük doğrulardır, yolumuza aydınlık

getiren büyük gerçeklerdir. Bu sözler bir çok yanlış ve sapmayı önler.

*"O önce güzelliği yarattı. O önce düzeni kurdu. O önce "işlesin" dedi, O'nun gerçek kanunları için görevlilere. Ve şimdi işlemedir her şey, Onun emriyle."*

*"O, önce eşi olmayanı, yeri değişmeyen varettiler, sizi varetmek için."*

Eşi olmayan, yeri değişmeyen Büyük Parlak Varlık'tır . Önce O yaratılıyor, sonra görevliler , sonra düzen ve güzellikler işliyor.

O'nun yaptığı, yaptırdığı işlerde yardımcıları ve görevlileri vardır. Bu görevlilerin bir kısmı, başlangıçtan o görev için gelişmiş olarak yaratılmıştır. Bir kısmı tekâmülle, kendi gayret ve çabasıyla olgunlaşarak o seviyelere yükselmişlerdir. Birincilere melekler, ikincilere yükselen ruhlar demek gerekir. Hepsine birden "Parlaklar" denmektedir. İster önceden parlak olsun, ister sonradan parlayan olsun hepsi En Büyük Parlak Varlık'ın yönetiminde görev yaparlar.

En Büyük Parlak Varlık, Yaradan'ın emirlerini doğrudan alan ve onları aynen uygulayandır. Yaradan ona yönetim için gerekli bilgileri bir defada, eksiksiz olarak vermiş, onu öyle güçlü yaratmıştır. O, Yaradan'ın emir kumanda zincirinin zirvesinde olan, O'nun emirlerini aynen uygulayan, herkese ihtiyacı olanları en gerekli olduğu kadar verendir. Ona Büyük Ruh, Parlak Ruh, Kuranda Ruhul - âzam veya Ruh deniyor. Bazıları onu Yaradan sanmışlardır, yanlışlardır. O, Yaradan'ın emridir. Emir alır, ama en yüce olandır. O ilk önce yaratılmıştır. Yarattığından en yüce olarak yaratılmıştır, hiç aşağı inmemiştir.

Dünyayı ve âlemleri yöneten Yüce Kurul onun emrindedir. Yüce Kurul'dan Kuranda "Mele-i âlâ" ya da "Yüce Meclis" diye bahsedilmektedir. "İlâhi Yönetim Mekanizması" da denen bu yüce kurul, parlakların arasından yükselmiş olanlardan teşkil edilmiştir. Parlaklar da derece derece yönetime katılırlar. Bu büyük emir komuta ve haber zinciriyle hem emirler, hem haberler

anında iner çıkar. Yukarıda bahsettiğim yükselerek yeni varlıkları meydana getirenler de bazen bilerek bazen bilmeyerek bu emir komuta zincirine katılırlar. İlk şart başkalarına zararlı olmamak, ikinci şart başkalarının tekâmülüne yardımcı olmaktır. Bu iki şarta uyanlara ilâhi düzende daima yer ve yardım vardır.

### YARATANA NASIL YAKIN OLUNUR?

Rehber varlık: *"Siz O'na mallarınızla ve kopamadıklarınızla değil, arınmış gönüllerinizle yakın olursunuz"* diyor.

Yükselmek, olgunlaşmak, O'na giden yolun merdivenidir. O merdiven de başlıca beş basamaklıdır. İyilik, doğruluk, çalışmak, bilgi ve sevgidir. Bu beş basamağı iyi yapan O'na yaklaşır. O'nun yasaları önce bu beş esası uygulayarak gönlü arıtmayı emreder insana. Daha sonra O'na teslim olup insanların arınması ve yükselmesi için görev alma safhası gelir.

Madem ki O'nun yeri gönüllerdedir, öyleyse gönül kıran O'ndan uzaklaşandır.

İnsanları seven, hoşgören, haksızlıklara, kötülöklere sabreden karşılığında haksızlık yapmayan kazanır. İyilik eden, hizmet eden, hakka saygılı olan, düzenle çalışan, her yaptığı işin hakkını veren O'na yakın olandır. O'na bilgiyle ve sevgiyle yaklaşılır. Öyleyse bilgisini arttıran, düşünerek bilgisini geliştiren, O'nun kullarını ve tüm varettiklerini O'nun eseri diye seven O'na yaklaşır. Gönlünde Yaradan'ı bulan, O'nu içinde hissederek seven, O'nunla gönül birliğine ulaşan, O'na çok yakın olur. Yaradan'ın insana verdiği değer çok büyüktür. Bir insanın üzülmeye gönlünün kırılmasına en çok O üzüdür.

*"O'nu üzme hakkın değil. Birbirinizi üzme, O'nu üzme. Sözünde durmamak O'na küsmektir."*

Birbirini gönlünde duyan, birbirinin hayrına ve kendi hayrına da çalışan, O'nun esaslarına uyanlar O'nu bilmiş, O'na yakınlaşmış olurlar.

O'na ne diye hitap edelim? Yine Bizim Celselerimizde bu konuda şöyle deniyor:



“Siz O'na gönüllerinizden başka yer düşünmeyiniz. Sizden öncekiler O'na isimler taktılar. Siz O'na yalnız 'Bizi Sevgisinden Varetmiş Olan' deyiniz. Şüphesiz O güzeller güzelidir. Siz O'na sınır ve ölçü tanımayınız. Şüphesiz O usanmadan verir. Şüphesiz O koruyan ve bağışlayandır. Sizden öncekiler O'na, 'Bir Olan, Var Olan' dediler. Siz buna uyunuz. 'Bir Olan, Var Olan' deyiniz. Çünkü O vardır, O birdir ve her şeyi bilir. Sizden öncekiler O'na 'Hayrın Varedicisi' dediler. Siz O'na yalnız 'Bizi Sevgisinden Varetmiş Olan' deyiniz.”

Görüyorsunuz ki Yaradan hakkında verilen bu bilgiler ne kadar çok yönlü ve kapsamlı. Bu bilgiler Yaradan'ımızı eksiksiz, yanlışsız ve daha iyi tanımamızı, daha iyi bilmemizi ve daha yakından, daha yüce sevmemizi sağlar. Çünkü bilgisiz sevgi olmaz. İnsan iyi bildiğini daha çok sever. O'nu daha yakın duyar gönlünde, akıl gözleriyle görür sanki. Sonra gönül gözüyle ve ruh gözüyle görmeye sıra gelir.

Ne mutlu O'nu daha iyi bilerek, daha tam tanıyarak, daha gerçek sayarak gönlünde duyanlara!.. Ne mutlu O'ndan gelen sevgi titreşimi ile titreyenlere!.. Ne mutlu o sevgi titreşimleriyle coşup ağlayanlara!.. Onlar O'ndan gelen sevgi suyuyla gönülleri yıkananlar, O'nunla bir olmaya başlayanlardır şüphesiz. Onlar ister istemez kardeşleri için, O'nun sevgisinden varettileri için yananlar ve onların hizmetinde olanlar olacaktır.

## ONU BİLMEK VE SEVMEK

Bizim Celselerimizde O'nu bilmek üzerine şöyle söyleniyor:

“O'nu bilmek her an O'nun var olduğunu düşünmekle olmaz sadece. O'nu bilmek, her şeyden önce herşeyinizle kendinizi bilmeniz gibidir. O'nu bilmek, O'nun esaslarına uymakla olur. O'nu bilmek, birbirinizi birbirinizde duymakla olur. O'nu bilmek, ahde uymakla olur. O'nu bilmek, elbet ki hayrınıza olanı bulup başlamanızdadır hayırla.”

## Tanrı Yanılgısı - II



# Dinler Tanrı İnancımızı Azaltıyor mu?

Ahmet Kayserilioğlu, Psikolog

*Geçen sayımızda 1941 doğumlu tanınmış İngiliz profesörü etolog ve evrimci biyolog Richard Dawkins'in "Tanrı Yanılgısı" kitabının incelemesine başlamıştık. Kitapta anlatılanların bana düşündürdüklerini de sizlerle paylaşacağımdan, ilk yazımda daha çok, bütün dünyada kötendincilerin kendilerine ters gelen düşüncelere nasıl kin, nefret ve silahla cevap verdikleri üzerinde durmuştum. Bu konuda kitaptan alıntıladığım şiddet örneklerinin yanısıra; ülkemizde yaşadığımız toplu cinayetlerin, dinsel söylemlerle nasıl tezgâhlandığının geçmiş yıllardaki çarpıcı bir örneğini sizlere aktarmıştım. Ama asıl üzerinde durduğum ve ısrarla altını çizdiğim gerçek, bütün bunlardan çok daha önemliydi. Tanrı inancının esas ölçütünün sözler değil, davranışlar olduğu gerçeği.*

## DOĞRU VE DÜRÜST İSEN İNANIYORSUN DEMEKTİR!..

Geçen sayımızda 1941 doğumlu tanınmış İngiliz profesörü etolog ve evrimci biyolog Richard Dawkins'in "Tanrı Yanılgısı" kitabının incelemesine başlamıştık. Kitapta anlatılanların bana düşündürdüklerini de sizlerle paylaşacağımdan, ilk yazımda daha çok, bütün dünyada kötendincilerin kendilerine ters gelen düşüncelere nasıl kin, nefret ve silahla cevap verdikleri üzerinde durmuştum. Bu konuda kitaptan alıntıladığım şiddet örneklerinin yanısıra; ülkemizde yaşadığımız toplu cinayetlerin, dinsel söylemlerle nasıl tezgâhlandığının geçmiş yıllardaki çarpıcı bir örneğini sizlere aktarmıştım. Ama asıl üzerinde durduğum ve ısrarla altını çizdiğim gerçek, bütün bunlardan çok daha önemliydi. Tanrı inancının esas ölçütünün sözler değil, davranışlar olduğu gerçeği. Dünyaya tek defa gelip gitmediğimizden, geçmiş hayatlarında inançlarını zirveye vardırılmış ve bunu davranışlarıyla kanıtlamış insanlar, bu yaşamlarında da yine doğru yolun yolcusu olmaktan bir an geri durmazlar. Akılları onlara ne söylerse söylesin, dilleri ile inançsızlıklarını sürekli tekrarlasalar bile; iyilikten, doğruluktan, çalışmaktan, bilgiden ve sevgiden ayrı yaşayamazlar. Çünkü ruhun kazandıkları kaybolmaz. Her yaşamda davranışlarımıza mutlaka kendi damgasını basar. Öyleyse "ateist, komünist, dinsiz, Allahsız!.." diye sözlerine, yazılarına bakıp ağız dolusu küfürler, tehditler savurmadan önce; insanları davranışları

ile değerlendirmemiz en büyük ölçümüz olmalı. Öyle ya, kendileri bile bilmeseler hepimizden daha inançlı olanlar onlardır belki de!..

"Tanrı Yanılgısı" kitabı on bölümden oluşuyor. "Tanrı Kesin Olarak Neden Yoktur" başlıklı bölümü hariç, diğer 9 bölüm neredeyse musevi ve hristiyan dinlerinin tenkitleriyle dolu. Öyle anlaşılıyor ki, yazarın Tanrı inancını azaltan en büyük etken, bu dinlerin kutsal kitaplarındaki yanlışlar, ahlâk dışı öğütler, başta din kurucuları olmak üzere, dinدارların yüzyıllar boyu sergileyegeldikleri edep dışı davranışlar, zülümler, savaşılar!..

Kitabın omurgasını oluşturan, onda dokuzunu kaplayan ve pek çok aydın kişinin de benzer düşünceler ileri sürdükleri bu din konusu üzerinde elbette uzunca duracağız. Paylaştığımız ve karşı geldiğimiz fikirler olacak şüphesiz. Ama suçlamaların, aşağılamaların yanına bile yaklaşmayacağız. Amacımız üzüm yemek bağcı dövmek değil. Aydınlanmak ve aydınlatmak sadece...

İşe önce kutsal kitap eleştirileriyle başlamak en doğrusu olacak. Çünkü her şeyin temeli bunlarda.

## TEVRAT VE İNCİL, KURAN GİBİ DEĞİL

Müslüman bir ülkede yaşadığımız için kutsal kitap denince bizlerin aklına hemen Kuran'ın gelmesi gayet doğal. Tanrı Yanılgısı'nın yazarı bir İngiliz

olduğundan, doğruluğuna ve ahlâkîliğine asla güvenmediğini örnekleriyle sayfalar boyunca aktardığı âyetler, bizim Tevrat ve İncil olarak bildiğimiz, Musevi ve Hristiyan kutsal kitaplarından alınma. Kuranla hiçbir ilgisi yok. Batıda islâm denince birçoklarının aklına Bin Ladin, Humeyni, El Kaide, Taliban gibi isimler geldiğinden ve 1400 yıllık islâm kültüründen habersiz olduklarından, Kuran eleştirisi yapacak hiçbir birikimleri zaten yok.

Musevi ve Hristiyan kutsal kitaplarından yani Tevrat Ve İncil'den söz edince, aklımıza Kuran benzeri doğrudan Tanrı katından vahiyle alınmış âyetlerin gelmesi de gayet doğal. Ama gerçek asla böyle değil. Musevilerin "Eski Ahit" diye adlandırılan kutsal metinlerinde peygamberlerin vahiyle aldıkları bilgilerden başka insanlar tarafından yazılmış pek çok tarihi olay da metinlere eklenmiş. Böylece 39 ayrı kitaba ulaşılmış ve hepsine birden "Kutsal Kitap" adı verilmiş.

Hristiyanların "Yeni Ahit" diye adlandırdıkları da öyle. En erken İsa'dan 90 sene sonra kaleme alınan Matta, Markos, Luka, Yuhanna İncili diye adlandırılan ve İsa'nın yaşamını anlatan 4 kitaptan başka; "Resûllerin (Havarilerin) İşleri", mektupları ve "Yuhananın Vahiyi" hepsi biraraya getirilerek oluşturulan 27 kitaba toptan "Yeni Ahit" veya "İncil" denmiş. Müslümanların Hz. Muhammedin doğrudan vahiy ile aldıklarına "Kuran"; kendi söz ve davranışlarına "Hadis" ismi verilerek

ikisinin kesinlikle birbirinden ayrılmasına özen gösterdiklerini biliyoruz. Tevrat ve İncil'in derlenmesinde bu çok önemli ayırımın asla yapılmamış olduğunu esefle görmekteyiz. Sonuçta kutsal metinler arasında, birbirine taban taban zıt hükümlere, hattâ matematiksel, sayısal tutarsızlıklara sık sık rastlamamız da gayet doğal. İleride sırası gelince bunlar üzerinde kısaca duracağız.

### KUTSAL KİTAPLARDAKİ BAZI ÂYETLER NE KADAR DOĞRU NE KADAR AHLÂKÎ?

Richard Dawkins kitabında kutsal metinlerden akla ve ahlâka aykırı pek çok âyet üzerinde sayfalar boyunca söz etmiş. Bunlardan az bir kısmını aynen alıntılıyorum. Sonraki yazımda bunlara 2 âyet de ben ekleyeceğim. Bu âyetleri sıraladıktan sonra, yazarın bunlar üzerindeki yorumlarını ve itirazlarını kısaca aktaracağım. Sonraki yazımda batı dünyasında yüzyıllar boyunca yapılan kutsal kitap eleştirilerinden, özellikle 19.yüzyıldaki "Kutsal Kitabın Yüksek Eleştirisi" denilen dönemden kısa bilgiler aktaracağım. Yazarın katılmadığım düşünceleri sonraki yazımda konuyu olacaktır. İşte yazarın kutsal kitaplarda ahlâk dışı diye tanımladığı bazı âyetler:

(Hz. İbrahim'in yeğeni Lût peygamber, görev yaptığı ülkede Sodom Gomora'da eşcinselliğin toplumsal bir adet olmasının ve her türlü kötülüğün doğal karşılanmasının önüne geçemez. Ve şehrin ilâhi bir emirle çıldırıcı bir



(Musa'dan 300 yıl sonra Musevilerden düşmanlarla savaşta çok cesaret ve yiğitlikler göstermiş olan ve zaman zaman da Tanrı'dan yol gösterici bilgiler alan Yeftah çok ama çok garip bir adakta bulunur Tanrıya. Eğer Ammon oğullarını ye-

ses ve yağmur gibi yağın taşlarla yokolmasından önce Tanrı'dan aldığı bir haberle 2 kızı ile birlikte şehirden uzaklaşır.)

\*"Ve Lût Tsoar'dan çıkıp dağda oturdu. İki kızı onunla beraberdi.... Ve büyük kızı küçüğüne dedi. Babamız kocamıştır ve bütün dünyanın yoluna göre yanımıza girmek için memlekette erkek yoktur. Gel babamıza şarap içirelim ve babamızdan neslini yaşatmak için onunla yatalım. Ve o gecede babalarına şarap içirdiler. Ve büyük kız girip babasıyla yattı.... Ve vaki oldu ki, ertesi gün büyük kız küçüğüne dedi. İşte dün gece babamla yattım bu gece de ona şarap içirelim ve onunla yat.... Ve küçük kız kalkıp onunla yattı. Ve Lût onlarla yattığını bilmedi. Lût'un iki kızı böylece babalarından gebe kaldılar. Ve büyük kız bir oğul doğurdu ve Moab ismini verdi. O Moabluların atası oldu. Ve küçük kız da bir oğul doğurdu adını Ben-Ammi koydu. O da Ammon oğullarının atasıdır." (Tekvin 19/ 30-38)

nerse, evine döndüğünde kapıdan ilk çıkacak kişi Rab'be ait olacak. Yani onu öldürüp yakarak Allah'a kurban edecek. On emirden biri olan "Öldürmeyeceksin" emrine taban taban zıt bir emir ama kutsal kitapta aynen böyle anlatılıyor. Sonu ise yürek parçalayıcı. Kapıdan ilk çıkan çok sevdiği biricik kızı olmaz mı?.. Ama adak adaktır. Sonu aynen şöyle:)

\*"Ve (kızı) babasına dedi. Bana şöyle yapılınsın. Beni iki ay bırak gideyim aşağı dağlara ineyim ve arkadaşlarımla beraber kızlığıma ağlayayım. Git dedi. Ve arkadaşlarıyla beraber gitti kızlığına ağladı. Ve vaki oldu ki, iki ay sonunda babasının yanına döndü. Ve adadığı adağa göre ona yaptı. Ve İsrail'de adet oldu. Her yıl kızlar Yeftah'ın kızı için yılda 4 gün yas tutmaya giderlerdi." (Hakimler 11/37-40)

\*"Ve savaştan dönen yüzbaşılara binbaşılara karşı Musa öfkelen-di. Ve onlara dedi. Bütün kadınları sağ mı bıraktınız?

.....Ve şimdi çocuklar arasındaki her erkeği öldürün ve erkeklerle yatmış olan her kadını öldürün. Ve erkeklerle yatmamış olan bütün kadın ve çocukları kendiniz için sağ bırakın.” (Sayılar 31/14-18)

(Musa'ya bildirilen On emirden biri de Sebt (Cumartesi) günü dünya işleri için çalışmanın yasaklanmasıydı.)

\*“Ve İsrailoğulları çölde iken Sebt gününde odun toplayan bir adam buldular. Ve onu Musa ile Harun'un ve bütün topluluğun önüne getirdiler. Ve onu hapsedtiler. Ve Rab Musa'ya dedi: "O adam mutlaka öldürülecektir. Bütün topluluk ordugâhın dışarısında onu taşla taşılayacaktır." Ve adamı ordugâhın dışarısına çıkardılar ve Rabb'in Musa'ya emrettiği gibi taşılayıp öldürdüler.” (Sayılar 15/ 32-36)

Kutsal kitap Tevrat'tan bu âyetleri aktaran Dawkins haklı olarak kalemini sivriltilir. Nasıl sivriltmesin, kendini bilmeyecek kadar sarhoş olup iki kızından çocuk sahibi olan bir Lût peygamber nasıl bir ahlâk örneği olabilir ki? Hatta yazarımız kendini tutamayıp işi alaya dökerek: "Eğer bu bozuk aile Sodom'un en ahlâklı ailesi ise insan Tanrı'nın Sodom şehrini yerle bir etmesini anlayışla karşılayabilir."

Bir marifetmiş gibi düşmanlarını alt ederse kapıdan ilk çıkacak kişiyi Tanrı'ya kurban etme adağında bulunan birini bugün kime örnek diye gösterebi-

liriz? Ve hem de sırf adağı yerine gelsin diye biricik kızını boğazlayan birini?

Ya bütün evli kadınların öldürülmesini, Sebt gününde çalıştı diye zavallı oduncunun taşlanarak can vermesini emreden peygamber Musa'ya ne demeli?!.. Yazar yine haklı olarak: "Hayır, hayır" diye söylenir. "Musa çağdaş ahlâkçılar için iyi bir rol modeli olamaz."

Üstelik bu emri Musa Tanrı'dan aldığına göre, günümüz insanı böyle bir Tanrı'ya nasıl inanabilir?

Yazar: "Bütün bunlar sembolik ifadelerdir gerçeklerle ilgisi yoktur" diyenleri de aynen şöyle yanıtlar.

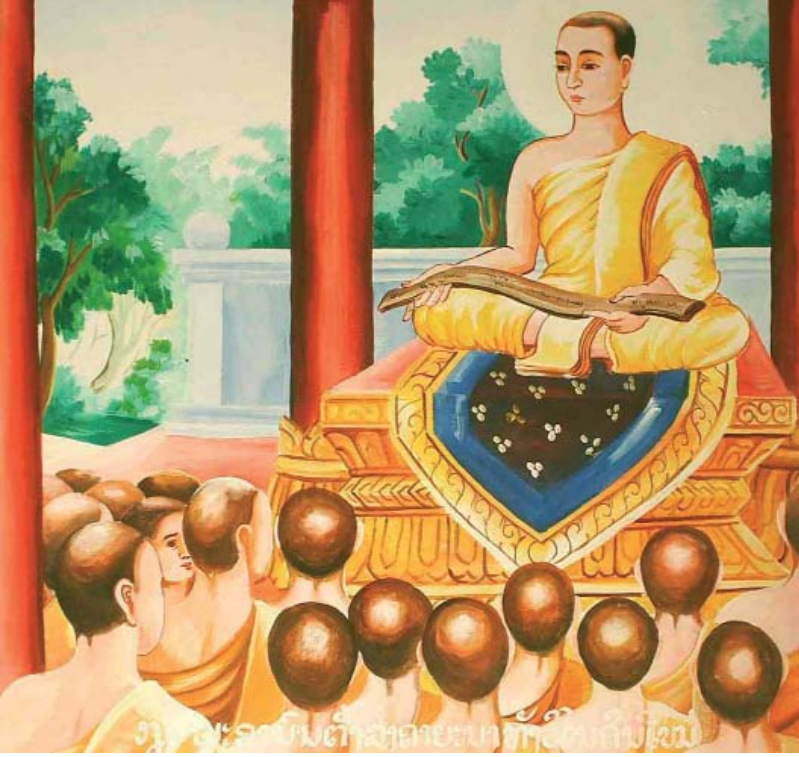
"Seçilmiş metinlerin birer gerçeklik değil aynen sembolik olarak yorumlanması gerektiğini iddia etseler de bundan kurtulamazlar. Ki bu onların en gözde taktikleridir. Hangi pasajların sembolik, hangilerinin gerçek olduğu hükmünü verirken kıstasımız ne olacak?" (S.233)

Gelecek sayıda Tevrat ve İncil'den aktaracağım, akıl ve mantıkla bağdaştırılması imkânsız iki âyet üzerindeki yorumlarımla konumuzu sürdürceğiz.

BİLGELİK BELGELERİ

# Ah Ananda, Ah!..

Güngör Özyiğit, Psikolog



Makashyap Buda'ya gelir. Buda eliyle onun başına dokunur. Ve Makashyap aydınlanır. Coşkuyla dans etmeye başlar. Buda'nın en yakını Ananda, Buda'ya sorar: "Ona ne oldu? Ben kırk yıldır seninleyim. Neden bende bu ışık ve coşku yok."

Evet, Ananda tam kırk yıldır Buda'nın yanında, dizi dibindedir. Ama bir sorun vardır. O Buda'nın büyük yeğeni olup, ağabeyi konumundadır. Sorun buradadır. Ve Ananda kırk sene önce, Buda'nın izleyicisi olmak için, bu konumunu kullanarak şöyle bir öneride

bulunur : "Ben senin ağabeyinim ve beni kabul ettiğin zaman izleyicilerinden biri olacağım. Ama bunun için senden uyman gereken üç şey istiyorum. Birincisi hep seninle olacağım. Yanından hiç ayrılmayacağım. Bana başka yere git demeyesin. İkinci olarak senin uyuduğun odada uyuyacağım. Senin gölgen gibi olacağım. Ve üçüncüsü, herhangi bir zaman gündüz-gece, herhangi birini getirdiğimde onun sorularını yanıtlamak zorunda olacaksın. Şimdi zamanı değil deyip ertelemeyeceksin. Henüz büyük yeğenin olarak ağabeyin konumundayken senden bana bu sözleri vermeni istiyorum."



Buda ölürken Ananda sorar : " Artık bizi terk ediyorsun, ne yapalım? Nasıl erişelim? Bundan böyle nasıl ilerleyip yol alalım? Usta gittikten sonra biz ömürler boyu karanlıkta kalacağız. Bize yol gösterecek, bize rehberlik edecek kimse kalmayacak."

Bunun üzerine Buda der ki : "Senin için iyi olacak Ananda. Ben yokken sen kendi ışığın olacaksın. Yalnızken daha fazla kendine ait olduğunu gör. Destek arama. Çünkü son engel destek isteğidir."

Ve gerçekten Buda'nın ölümünden bir gün sonra Ananda aydınlanır. Kırk yıl boyunca Buda'nın sevecenliği, ışığı üzerine yağdığı halde Ananda'ya hiçbir şey olmaz. Ne zamanki Buda ölür, Ananda desteksiz kalır. Desteği kendi içinde bulur da aydınlanır.

Krishnamurti de aynı şeyi öğretir :

"Destek bulmaya birine yaslanmaya çalışma. Desteksiz ol. Bir ustaya tutunma. Hiçbir şeye tutunma."

Buda söz verir. Kırk yıl boyunca Ananda Buda'nın yanında kalır. Öne sürdüğü şartlar kabul edilir. Ama Ananda bir türlü gerçeğe eremez. Akraba ayrıcalığından yararlanarak Buda'ya herkesten yakın olmak isteği, onu Budalık ruhundan bir o kadar uzaklaştırmış olur. Ondandır çok sonra gelen bir çok kişi gözünün önünde aydınlandığı halde ona hep sabırla beklemek düşer. Çünkü tam teslim olmamıştır. Gerçek yolunda şartlı, pazarlıklı bir teslimiyet geçerli değildir. Zira teslimiyetin ruhuna terstir böyle bir tutum. Ananda Buda'ya buyurmakla budalalık etmiştir. O yüzden Buda'ya karşı büyüklük taslama fikri, teslimiyete koşul koyması aydınlanmasına engel olur. Ve ancak Buda öldükten sonra aydınlanabilir.



## ÇİN ERMİŞİ

Bir Çin ermişi, ustasının aydınlanma gününü kutluyormuş. Bir çok taraftarı ermişin etrafını sarmış. Hepsi birden sormuşlar: " Biz bu adamın senin ustan olduğunu hiç duymadık. Yanında hiç görmedik. Bu durumda sana nasıl ustalık etmiş olabilir ki ?" Çinli ermiş cevap verir: " Onun hep yanında olmak istedim; ama o reddetti. Ve bu kabul etmeyişi sayesinde ben kendime geldim, kendim oldum. Eğer kabul etmiş olsaydı, onun öğrencisi olarak bütün sorumluluğu onun üstüne yıkardım. Onun reddi beni şoke etti. Ama bu meydan okuma bana beni kazandırdı. O günden sonra kimseye gitmemeye karar verdim. Kendi başıma çalışmaya başladım. Zamanla neden reddettiğini anladım. O beni kabul etmeyerek aslında kendime fırlatmıştı. Ustalık yapmayarak usta olmamı sağlamıştı. Gerçekte reddetmek suretiyle kabul etmişti. O nedenle onu ustam olarak her zaman saygıyla anarım."

## PİTHAGORAS'IN AYDINLANMASI

Gerçek her zaman burada ve şu andadır. Onu geçmişte ve gelecekte aramak ondan uzaklaşmak demektir. Zihin, ya geçmişe ya da geleceğe doğru hareket eder. Zihin şu anda hareket edemez. Oysa gerçek hemen şu andadır. Gerçeği ancak aramadığında bulabilirsin. Çünkü zihnin kendisi gerçeğe engeldir. Hani bir şeyi hatırla-

mak için zihni zorlar, zorlarsın ya bir türlü hatırlayamassın ya. Artık yorulup umudu kesip hatırlamayı bıraktığında, o şey birden akla geliverir. Aynı onun gibi zihni aradan çıkardığında, özdeki ışık açığa çıkar.

Büyük bilge Pithagoras Mısır'a gidip Gizemcilik Okuluna baş vurduğunda ünlü bir matematikçi olduğu halde okul yönetimi tarafından reddedilir. Nedenini sorduğunda özel oruç ve nefes eğitiminden geçmediği sürece okula alınamayacağı söylenir. Pithagoras "Ben bilgi için geldim; bir tür disiplin için değil" dediye de yöneticiler tutumlarında ısrar ederek şöyle derler: "Farklı olmazsan, bedenini gerçeğe göre akort etmezsen sana bilgi veremeyiz. Biz gerçekte bilgiyle değil gerçek deneyimlerle ilgileniyoruz. Yaşanıp deneyime dönüşmedikçe hiçbir bilgi, bilgi değildir bize göre. O nedenle kırk gün oruç tutma ve nefes egzersizleri yapman gerek. Pithagoras'a verilen nefes tekniği şudur: "Dikkatini kaşlarının arasına ver. Bırak bedenin nefes özüyle dolsun ve başının üzerinde ışık gibi fişkirsın."

Pithagoras bu yöntemi sıkı bir şekilde uygulayarak aydınlanmaya erer ve batı dünyası için gürül dürül akan manevi bir çeşme olur. Üçüncü gözü açıldığında şunları söyler: "Bu eğitimden önce ancak akıl ve zekâ aracılığı ile anlayabiliyordum. Şimdi ise hissediyorum. Artık gerçek benim için bir kavram değil yaşam. Felsefeden çok bir deneyim. Var oluşsal bir deneyim."

## ZEN USTASI

Zihin hep öğrenmek ister. Öğrendiklerini ise geviş getirir gibi çiğner durur. Uygulamaya koymaz. Bilgiyi benimseyip içselleştirmez. Eyleme geçmekten hep korkar. Çünkü sadece düşünüp durduğunda aynı kalır. Eyleme geçtiğinde ise değişim başlar. Ve her yenilik insanı ürkütür. O yüzden insanların çoğu yeniliğe karşı direnir. Oysa insan bir bilgiyi alıp uyguladığı zaman daha üstününü almayı hak eder.

Bir zen tapınağına iyi eğitilmiş bir zen ustası atanır. Gelen usta her hafta toplanan cemaate vaaz verir. Çok güzel ve akıcı bir şekilde konuşmaktadır. Gelenler heyecanla coşkuyla dinlemektedirler. Konuşmadan çok etkilenmişlerdir. Haftayı ipe çekmektedirler. Ertesi hafta geldiklerinde zen ustası yine aynı konuşmayı tekrarlar. Cemaat buna pek bir anlam veremez. Biraz da canları sıkılır. Üçüncü hafta da aynı konuşma tekrarlanınca cemaatin iyice kafası bozulur, sinirleri geriler ve zen ustasını hedef alan şu sorular sorulur: "Sizin yalnız bir tek vaazınız mı var? Hep aynı şeyleri mi söyleyeceksiniz? Sizi üç kez dinledik. Üçünde de aynı sözleri papağan gibi tekrarladınız. Sizin başka dersleriniz, anlatacağınız yok mu? Hepsi bu mu?!"

Zen ustası bilge kişilerin sakin haliyle soruları yanıtlar: " Elbetki verilecek daha çok dersler var. Yeter ki siz almak için geliniz. Ancak siz daha ilk dersi öğrenip uygulamadınız ki. Öğren-

mek sadece söylenenleri duymak değil; duyduklarınızı aklınızla ruhunuza benimsetmek ve uygulamaya geçmektir. Eğer öğrendiklerinizi davranışlarınızla göstermezseniz; benim size yeni bir bilgi öğretmem de gereksiz hale gelir. O zaman birlikte boşa vakit harcamış oluruz."

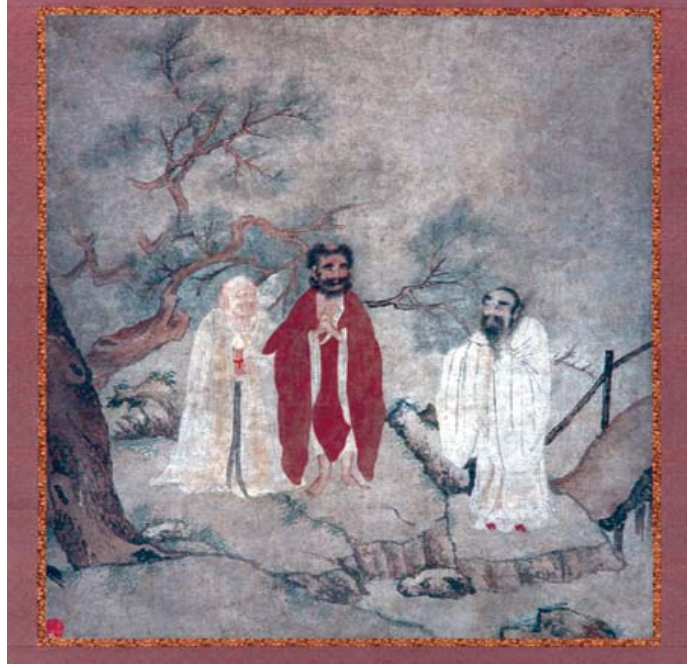
## DÜZEN İNSANI KONFÜÇYÜS

Konfüçyüs akıl ve mantığa göre davranmaktan yanadır. Düzen ve disiplinin saygı ve itaatle sağlanabileceğini düşünür. Ona göre toplumsal düzen gökyüzü yasaasının yeryüzünde de yürürlükte olmasıdır. Bu ise saygı ve itaate dayalı şu beş tür insan ilişkisinden oluşur: yöneten - yönetilen, koca - kadın, baba -oğul, büyük kardeş - küçük kardeş ve dost - dost arasındaki ilişkiler... Bunların ilk dördünde yani yöneten, koca, baba, büyük kardeş buyurur, ötekiler itaat eder. Ne var ki buyurma doğruluk ve hak bilirlikle yürütülmeli, itaat de saygı ve içtenlikle uygulanmalıdır. Dostluk ilişkisi ise eşitlik ve saygıya dayanmalıdır.

İnsanı akıl eğitir. Akla da doğru bilgi yol gösterir. O nedenle Konfüçyüs bilginin en büyük iyilik olduğunu söyler. Bu yüzden öğrenmek ve öğretmek İNSAN olmanın en belirgin niteliğidir ve birbirimize vereceğimiz en iyi hediye de bilgidir.

Konfüçyüs devleti ortak aklın en üst düzeyde ortaklanması olarak görür. Ve devlet yönetiminde adaleti esas alır.

Bir gün dağlık bir yerde, kocasını ve bir süre sonra da oğlunu kaplanların parçaladığı bir kadının acıklı fer-yadına tanık olur ve sorar: "Böyle tehlikeli bir yerde neden oturu-yorsun?" Yaşlı kadının yanıtı şu olur: " Çünkü burada bana zulmeden kimse yok..." Bunun üzerine Konfüçyüs öğrencilerine dönerek "Evlatlarım" der "Bunu hiç unutmayın. Zalim bir hükümet, yırtıcı bir kap-landan daha korkunçtur."



### YAŞLI BİLGE

Lao Tsu 'yaşlı bilge' anlamına gelir. Asıl adı Li Tan 'dır. Bu isim ona son-radan verilmiştir. "Bilenler söylemez; söyleyenler bilmez" sözü onundur. Ev-ren ezeli ve ebedi bir enerjinin ürünü-dür sözü de yine onun imzasını taşır.

Lao Tsu 'nin Tao felsefesi yol, tarz, insanın izlemesi gereken en doğru yol anlamındadır. Ona göre gerçek, bilgiyi zihinsel olarak bilmek değil, onu yaşantıya dönüştürmekle gerçekleşmiş olur. Bunun için doğaya uyumlu bir sadelik, alçakgönüllülük ve her şeyde ölçülü bir tutumluluk gerekir. Ayrıca merhametli bir yürekle kötülüğe bile iyilikle karşılık verilmeli. Öylece kötülük iyilikle yenilmeli, düşman dosta dönüşmeli. Şöyle der: "İyilere

karşı iyilik gösteriyorum. İyi olmayan-lara karşı yine iyilik gösteriyorum; bu yolla hepsi iyi oluyor." Yani en kötude olana bile, sevgi dilimizi kullandığı-mızda ve iyilik elimizi uzattığımızda ortada kötü kalmıyor.

### LAO TSU - KONFÜÇYÜS KARŞILAŞMASI

Konfüçyüs bir konuda danışmak üzere Lao Tsu'ye gider. Ve onun şu söz-leri Konfüçyüs'e ayna tutar: "İyi bir tüccar sanki deposu boşmuş gibi hazinelerini gizli tutar. Son derece saygın bir bilge, sade ve sıradan biri gibi görünür. Kibirli davranışları, süslü püslü elbiseleri ve kendini diğ-erlerinden farklı, önemli biri gibi göster-meyi bir tarafa bırak. Bunlar senin kişiliğine hiçbir gerçek değer katmaz."



Lao Tsu, 'tantra' denen erdime teknikleriyle zihin engeli ni aşarak aydınlanmaya erişmiş bir bilgedir. Konfüçyüs onun değerini bilir. Ve bunun için sözlerine katlanır, uyarılarına kulak verir. Ve o bir tür-

lülü doymak bilmeyen öğrenme şevki ile Lao Tsu'ye sorar: "İyi nedir? İnsan ne yapmalıdır? Kötü nedir? Açıkça tanımla" Lao Tsu der ki: "Tanımlar kargaşa yaratır; çünkü tanımlamak ayırım yapmak demektir. Böylece ikilik yaratmış olursun. Oysa varoluş yekpâre, yani tek bir bütündür. Tanımlamak gerçeği parçalar; bu yüzden tanımlama. Gerçeği kavram kalıplarına hapsetme. Neyin iyi neyin kötü olduğunu söyleme."

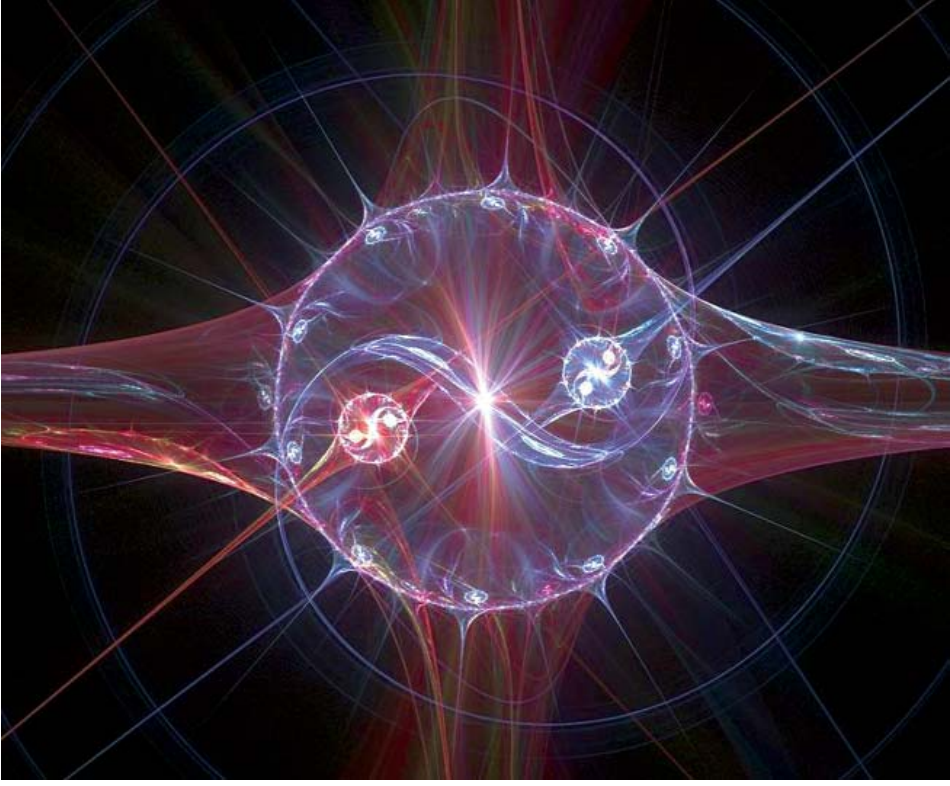
Konfüçyüs bu sözlere "O zaman insanlara nasıl yol gösterilebilir? Nasıl onlara bir şeyler öğretilir? İyi insan olmaları nasıl sağlanabilir? " diye karşı çıkar. Lao Tsu ise şunu söyler: "İnsanları düzeltmeye çalışan din adamları daha çok çekişmeye kavgaya neden olmuşlardır. İnsanları öncelikle din adamlarının, politikacıların baskısından ve yönlendirmelerinden kurtarmak

lâzım. İnsanları rahat ve özgür bırakalım. Gelişmeye uygun bir ortam oluşturalım, bu yeter. İçsel yasa yeterlidir; buna inanmak gerekir..."

Konfüçyüs bu görüşmeden sonra ruhsal olarak çok sarsılır. Geceleri uyuyamaz bir süre. Ve Lao Tsu ile ilgili olarak öğrencilerine şöyle bir portre çizer: "Biliyorum ki, kuşların uçmak için kanatları, balıkların yüzmek için yüzgeçleri, vahşi hayvanların hızlı koşmak için ayakları var. Ayaklar için tuzaklar, balıklar için ağlar, kanatlar için de oklar vardır. Fakat ejderhaya gelince, onun rüzgâr ve bulutlar üzerinde nasıl göğe yükseldiğini bilmiyorum. Ben Lao Tsu'yi gördüm. Ben bugün bir ejderha gördüm."

Lao Tsu ise Konfüçyüs allak bullak olarak gittiğinde, kahkahalar atarak gülmektedir. "Neden böyle gülüyorsunuz?" diyenlere "Zihin anlayışa öylesine engel olur ki Konfüçyüs'ün zihni bile farklı değil. O yüzden beni anlayamadı" der.

Bitkiyi dışarıdan aşılama kalkmak onun öz doğasını bozabilir. İnsan için de aynı şey geçerli. Bilgiyi, iyiliği dıştan dayatmak, insanı belli bir kalıba dökmek yerine, kişinin kendi özünü, içsel doğasını desteklemek gerekmektedir. Doğalı ve olanı kabullenmeme insanda ego yaratır. Ego ise zihnin yarattığı sahte benlik demektir. Ego'ları insanları kurtarmaya seferber etmek yerine, Ego'dan kurtulmak daha doğru bir yol olsa gerek.



# Evrensel Yaşam Enerjisi ve Sezgi

Çeviren ve Derleyen: Zuhâl Voigt

*Çinliler onu "Chin" diye adlandırıyorlar, Hintliler "Prana", Kızılderililere göre o "Tanrının Nefesi". Şamanlar ve şifacılar onu hissedebiliyor, görebiliyorlar hattâ ve tüm evreni ve yaşayanları dolduran bu enerjiyi kullanarak hastalıkları iyileştirebiliyorlar. Günümüz nörologları bu asırlık şifa yöntemleri ile "sezgi" dediğimiz şey arasında bir bağlantı olduğunu düşünüyorlar.*

1897-1957 yılları arasında yaşamış olan Avusturya'lı psikolog Wilhelm Reich, tüm varlıkları dolduran ve kendisinin "Orgon" adını verdiği bu görünmeyen enerjiyi ölçebilen bir alet icat ettiğini düşünüyordu. Hattâ bu aleti göstermek üzere gidip, ünlü fizikçi Einstein'ın kapısını çaldı. Ne yazık ki Einstein ikna olamamıştı, aletin ölçtüğünü zannettiği şeylerin subjektif nitelik gösterdiğini ve bilimsel bir değere sahip olmadığını kendisine söyledi. Reich 1957 deki intiharına kadar, bilim dünyasının değerini anlamadığı bir buluş yapmış olduğundan emindi. Nobelli Kuantum fizikçisi Max Planck da yaşamı boyunca, bu her şeyi bir arada tutan enerjiyi ispatlayacak olguları aramış ama, tam bir kısmını bulduğunu sandığında, daha büyük enerjilere rastlamış olduğunu itiraf etmiştir.

Oysa bu düşünce ve mevcut tüm varlıkları ve her şeyi kapsayan evrensel bir enerji kavramı, neredeyse insanlık tarihi kadar eskidir. Şamanlar, "Huaskas" adını verdikleri bu parlayan enerji sahalarını görebilirler, onlara göre örneğin Hz.İsa'nın ve azizlerin temsili resimlerinde, başları üzerinde gösterilen "hâle" gibi görünmektedir bu saha. Asyalı şifacılar, tüm bedenimiz içinden akan ve "Chi" dedikleri bu enerjiye elleriyle dokunduklarını ifade ederler. Bu enerji zedelendiğinde veya akışı engellendiğinde organlarımız hastalanır. Şifacı yaptığı işle, enerji dengesini yeniden sağlar. Kaynağı Japonya olan "Reiki" nin veya Çinlilerin Akupunktur iğnelerinin işlevi

de aslında budur. Hintli "Prana" şifacılarının yaptığı ise, daha hastalıklar ortaya çıkmadan enerji akışını dengede tutmak ve böylece hastalıkların oluşmasını önlemektir. Hattâ Hindistan ve Çin'de bugün bile, bu geleneksel şifa metodlarının uygulayıcıları, hasta sağlıklı olduğu sürece para alırlar, hastalık ortaya çıkmışsa, kişi sağlığına yeniden kavuşuncaya kadar, tedavilerini bedava yaparlar.

### Narkozsuz Ameliyat ve Akupunktur'un Yükselişi

1971 senesinde, Amerikalı star gazeteci James Reston (New York Times) o zamanki Amerikan Dış İşleri Bakanı Henry Kissinger' in Çin'e yaptığı geziye katıldı. Çinli doktorların orada kendisine, narkozsuz ve tamamen bilinçli haldeyken, akupunktur yoluyla yaptıkları apandisit ameliyatı, Geleneksel Çin Tıbbı'nın (TCM) bir anda tüm dünyada tanınmasına yol açtı. Günümüzde Akupunktur yalnızca narkozsuz ameliyatlarda değil, birçok tedavi şekillerinde ve hemen her hastalık çeşidinde, destekleyici bir metod olarak kullanılmakta. Bu kadar yaygın olmasının önemli bir nedeni de, Akupunktur'un hiçbir yan tesirinin bulunmaması.

2000 yıldan fazla bir zamanlık yazılı geçmişi ve çeşitli anlayış ve tedavi biçimleri bulunan Akupunktur tedavileri, 1950 li senelerde, bizzat Mao Tse-tung tarafından bir çatı altında toplatıldı ve İngilizce "Traditional

Chinese Medicine" (TCM) adı altında birleştirildi ve o zamandan beri Çin halkının sağlığının korunması gayesine hizmet için kullanılmakta.

### Enerji Meridyenleri

TCM'e göre, bedenimizde, organlarımızla doğrudan bağlantısı olan, altısı önde, altısı arkada olmak üzere 12 meridyen (Jing Mai) ve bunların üzerinde de, derinin tam altında yer alan 800 kadar enerji noktası bulunmaktadır. TCM doktorları deri altındaki bu noktaların yerini tesbit edebiliyor ve Akupunktur iğnelerini tam bu noktalara batırıyorlar. Ayrıca nabız atışının hissedildiği bilek iç kısmında da, üç enerji akımı birbirinin üzerinden geçmekte. TCM doktorları bu noktaları da teşhislerinde kullanıyorlar. Nabız noktalarının 32 çeşit olan durumu, onlara kişinin enerji sağlığı üzerine bilgi veriyor. Teşhiste, kişinin dilinin rengi, ses tonu, bedeninin duruşu hatta kişinin fizyonomisi bile rol oynuyor. Chi, yani enerji, 24 saatlik bir ritimle meridyenler üzerinden bedeni dolaşüyor ve her kişinin enerjisinin en yüksek olduğu zaman da tamamen kişisel oluyor. Bu enerjinin kesilmeden ve engellenmeden dolaşabilmesi, kişinin sağlığı için şart. Kişisel enerjinin, insanın doğumundan itibaren var olduğu ve evrensel enerji ile sürekli bağlantıda olduğu düşünülüyor.

Kişisel tedavi üzerine kurulu TCM, her ne kadar modern tıp bilimi tarafından hâlâ resmen kabul edilmese de, tedavisinin başarılı sonuçları görmez-

den gelinecek gibi de değil.

Hamburg'da yaşayan TCM doktoru Ute Prügner, "Bu tedavi şeklini bizzat kendinde denememiş olanlar, bu konuda birşey söyleyemez ancak onu bizzat yaşamış olanlar, onun gerçek olduğunu bilebilirler." diyor. Viyanalı Filozof Profesör Fritz Wallner ise, TCM'in modern tıp bilimiyle eşdeğerli olduğunu ifade ediyor.

### Çakralar ve Karnımızdaki Beyin

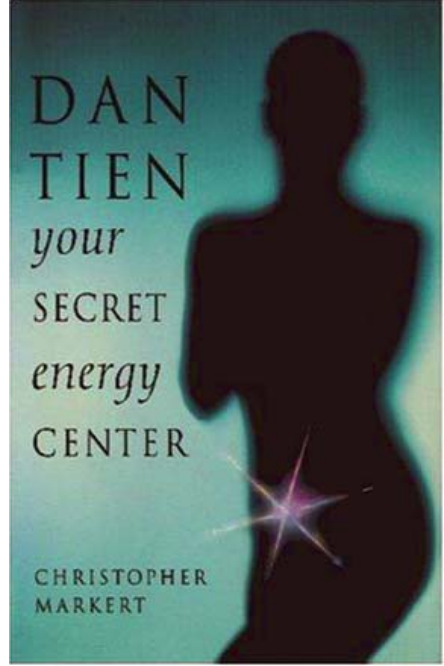
İnsan bedeninin tüm dünyada en yaygın olarak tanınmış olan enerji merkezleri ise "Çakra" ismiyle bilinen noktalar. Bu isim bir Hint dili olan Sanskritçe'den geliyor. Bu bilgi Asya'da olduğu kadar, Maya ve İnka medeniyetlerinde ve Kuzey Amerika'nın kıvırdilerinde de aynen mevcut. Hint "Kundalini" öğretisine göre, kuyruk sokumunun bitiminde bulunan "Yılan Gücü" (Kundalini) kıvrılmış bir halde uyumakta ve uyandırılmayı beklemektedir. Yine bu öğretiye göre, bu konularla ilgilenenlerin de bildiği gibi, bedende yedi temel çakra vardır. (Başka kültürlerde çakra sayısı dokuzaya kadar çıkar) Bunlar bedende aşağıdan yukarıya olmak üzere, Kök Çakrası, Hara (Sakral) Çakra, Solar Pleksus Çakrası, Kalp Çakrası, Boğaz Çakrası, Üçüncü Göz Çakrası, Taç Çakra olmak üzere sıralanır. Bu çakraların her biri bedenimizdeki çeşitli biyolojik ve psikolojik olguları kontrol ederler.

Bu enerji merkezlerini harekete geçirmek ve yaşam enerjisinin kesilme-

den akmasını sağlamak üzere, Yoga, Meditasyon, Akupunktur, Akupressur (Enerji merkezlerine basınç uygulama), Shiatsu (Masaj), Moxibustion (Isı uygulama) Reiki (Elle tesir verme) gibi çeşitli öğretilerin çeşitli medotları vardır. Yaşam enerjisinin çıkış ve yine bedene dönüş noktasının ise, insan göbeğinin iki parmak aşağısında olduğu düşünülür. Bu noktaya "Dantien" denilmektedir ve "Yaşam Okyanusu" veya "Karındaki Beyin" gibi isimleri de vardır.

Yaşam enerjisi konusunda batıdakilerden çok daha bilgili ve deneyimli olan doğu toplumları, "Dantien"i uyarmak ve enerji akışını ayakta tutmak için çeşitli yöntemler kullanırlar. Bu yüzden örneğin Japon veya Çin şehirlerinin caddelerinde, toplu olarak Tai-Chi hareketleri yapan insanlara rastlamak her zaman mümkündür. Hattâ Çin'de soğuk mevsimlerde insanlar "Dantien" bölgesine yün şallar ve bantlar sararak, enerji merkezini korurlar.

TCM doktoru Ute Prügner, bu bölgenin kendimizi nasıl hissettiğimiz konusunda çok önemli rolü olduğunu söylüyor. " Bazı insanların bu bölgeyle ilişkisi iyidir, bazıları ise kendi enerji merkezlerine uzaktırlar. Hattâ bazıları, bazı insanlar örneğin nasıl müziğe veya resme yetenekli ise, Dantien bölgesinin spontan çalışması ile ilgili doğuştan özel bir yetenek taşırlar. Ama çeşitli yöntemlerle bu bölgeyi harekete geçirmek de mümkündür. Dantien bölgesi gelişmiş kişiler, gerçekleri başka



gözlerle görürler. Daha doğrusu her şeyi gerçekte olduğu gibi görürler, yani süptil maddenin titreşimlerini de algılayabilirler."

"I-Ging/ Değişimlerin Kitabı" isimli dünyaca meşhur kitabın yazarı ve Asya uzmanı Christopher Markert, hemen herkesin tanıdığı bir duyguyu da şöyle izah ediyor: "Eğer inandığımıza veya içten emin olduğumuz bir şeye karşı olan bir şey düşünür veya yaparsak, bedenimizin ortalarında bir yerde bizi rahatsız eden birşeyler hissederiz." Başka bir deyişle, sanki midemize bir kramp girer veya karnımızdan bir yerden içimiz çekilir. Bu, enerji giriş ve çıkış merkezimizin bize bir uyarısıdır. Markert: " Dantien bize ne yapmamız gerektiğini söylemez ama neyin yanlış olduğunu hissettirir." diyor.



Yine Markert'e göre, Dantien bölgesini uyanık tutan, bu bölgeyle iyi ilişki içinde olan insanlar, başkaları içinde farkedilirler. Onlar sakin, kendine hâkim, özverili, yardımsever, sorumlu kişilerdir. Başka insanlar onların yanında olmaktan mutlu olur ve neden olduğunu kendileri de bilmeden hep bu kişilerin yakınında olmak isterler. Bu belki onların iç huzurundan, iç gülümsemelerinden kaynaklanmaktadır.

Amerikalı beyin bilgini Antonio Damasio, 1980 lerde yaptığı araştırmalarla, akademik çevrelerde çok ses getirdi. Damasio, insanın verdiği kararlarda, aklının aslında duygusal bir karar merkezine sadece danışmanlık yapmış olduğunu ispat etti. Damasio, nörologların "Büyük O" (o "üçüncü şahıs zamiri" anlamında) adını verdikleri bu duygusal merkezin, beynin içindeki limbik sistemde olduğunu tahmin ediyordu.

### Sezgilerimiz ve Kararlarımız

İnsan olarak her gün en basitinden, en karışık olanına kadar, yüzlerce karar vermek zorunda kalırız. Bu kararlar ve bu kararların sonucundaki eylemlerimiz, her adımımızda yaşamımıza refakat eder. Eylemlerimizin sonuçlarına da tabii ki katlanmak zorunda kalırız. Bazen bir kararı verirken veya bir işi yapmaya hazırlanırken, kendimizi son derecede rahatsız hissederiz. Bize bu rahatsızlık hissini duyuran, içimizde bir yerlerden kopup gelen sezgilerimizdir. Bu sezgiler

kendilerini, kararlarımızı verirken, mide ve karın bölgemizde oluşan kramp, bir çeşit burkulma ve hoşnutsuzluk hisleri şeklinde belli ederler. Yani Dantien bölgemiz harekete geçmiş, bizi ikaz etmektedir. İşte bu hislere daha fazla kulak vermekle, demek ki, bedenimizin içinde akmakta olan evrensel enerjinin bizlere yön vermesine olanak tanımış oluyoruz. Bu şekilde belki de sonuçta yaşamımızı kolaylaştıracak, en azından kendi kendimizle daha barışık bir halde yaşamımızı sürdürmemize olanak sağlayacak bir mekanizmayı harekete geçiriyoruz.

Hal böyleyken de, kararlarımızı doğrudan etkileyecek olan duygusal merkezin engellenmeden çalışmasına, yani evrensel yaşam enerjisinin akış halinde olmasına, dolayısıyla bedenimizin yaşam enerjisinin düzgün işlemesine dikkat etmemizin, herşeyden önce kendi yararımıza olacağı da gayet açık bir şekilde ortadadır. Son yüzyılın en büyük dahilerinden, enerji formülünün kaşifi Einstein, sezgilerimiz ve dolayısıyla, anlaşıldığına göre karın bölgemizde oturan ikaz mekanizmamız hakkında şu tesbiti yapıyor:

"Aslında geçerli olan tek şey sezgimizdir. Sezgisel akıl bir hediyedir ve rasyonel akıl sadık bir hizmetkârdır. Biz ise sonuçta, hizmetkâra saygı gösteren ama hediyeği tamamen unutmuş olan bir toplum yarattık."

### Alıntılar:

P.M. Bilim Dergisi /Karsten Flohr

# Dalai Lama'dan Yaşama Dair Görüşler

Derleyen: Nihal Gürsoy



Tibet'in ruhani Lideri Dalai Lama, TENZİN GYATSO, henüz iki yaşında onüçüncü Dalai Lama'nın reenkarnasyonu olarak kabul edildi ve Tibet'in başkenti Lhasa'ya getirildi. Burada iki yıl süren sınavların ve eğitimin ardından ondördüncü Dalai Lama olarak onurlandırıldı. 1959 yılında, Çin'in Tibet'i işgalinin ardından Hindistan'da sürgüne zorlandı. Sürgün'de Tibet ulusunun lideri olarak, yorulmak bilmez bir çabayla ve tümüyle şiddete karşı bir tavırla Tibet'in bağımsızlığı için çalıştı. Şiddet karşıtı çabalarının bir sonucu olarak 1989 yılında

dünyanın en önemli ruhani liderleri arasında kabul edildi ve Nobel Barış Ödülü'ne layık görüldü.



Dalai Lama'nın nasıl daha iyi bir insan olunacağı ve yaşamımızı en iyi şekilde nasıl değerlendirebileceğimize dair görüşlerini açıklayan konuşmaları 2000 yılının mart ayında Dharamsala'daki evinde Tibet'çe olarak gerçekleşmiş, kayda alınarak Cristian Bruyat ve Matthieu Ricard tarafından tercüme edilerek kitaplaştırılmıştır. Matthieu Ricard 2001 yılında Nepal'de Shechen Manastırı'nda kitap için yazdığı önsözde, Dalai Lama'nın en çor dikkatini çeken özelliklerinden şöyle söz etmiştir: "Onun olduğu her yerde barış ve huzur duygusu hakim, kiminle karşılaşırsa karşılaşsın, ister eski bir arkadaşı, ister bir ziyaretçi veya yoldan geçen biri olsun, o her zaman o anda ve tamamıyla orada mevcut, herkesin yüzüne o çok özel iyilik, yalınlık ve sınırsız mizah ifadesiyle bakıyor." " Öğütleri çoğunlukla basit. Karmaşık olmayı anlamsız buluyor. Bazıları sürekli "iyi kalpli olmalıyız" diye tekrarlamasını sıkıcı ve safça buluyor olsa da o bunun nedenini yine kendi tarzıyla şöyle cevaplıyor;" "Bu gerçeğin ta kendisi çünkü gerçekten iyi kalpli olmak oldukça zor, diğer yandan içimizde bu temel niteliği büyütmezsek eğer, dünya barışından ya da başka büyük fikirlerden bahsetmek boş laftan öteye geçmez." "Hepimizde bulunan, hepimizin sahip olduğu iyilik ve sevgi potansiyelini gündelik deneyimlerimizle geliştirebileceğimizi evrensel doğruları düşünce ve hareketlerimize yedirebildiğimiz oranda ilerleme sağlayabileceğimizi ve bunun dışındaki çabaların insanlığı mutsuzluğa

sürükleyeceğini vurguluyor. Hepimizin, insanlık ailesinin bir üyesi olarak, tüm varlıkların koruyucusu olma ve barış yapıcı bilincimizi geliştirme konusunda evrensel sorumluluğa sahip olmamız gerektiğini hatırlatıyor."

Dalai Lama ile yapılan tüm bu görüşmeler esnasında, düşüncelerini özgürce, açık ve anlaşılır biçimde ifade etmesi, olduğu gibi davranması, çocukçu neşesi, problemlerle samimi bir biçimde aynı zamanda tarafsız olarak ilgilenmesi, dikkati çeken önemli özellikleri olarak belirtiliyor. "Kelimeleri o kadar yalındı ki, asıl noktaya doğru ilerlemenizi sağlıyordu. Bu yalınlıkta bir o kadar da derinlik vardı. Herhangi bir sorunun kafasında net bir cevabı yoksa ya da içinde hissettiği bir gerçeğe karşılık gelmiyorsa rahat ve şaşkın bir ifadeyle "bilmiyorum" diyordu."

"Budist kavramlarla ve kendisiyle ilgili hiçbir şey kanıtlamaya çalışmıyordu. Sıklıkla "ben sadece bir keşişim" diyor, tek hedefinin insanların mutlu ve doğru yaşamalarına yardım edebilmek için deneyimlerini başkalarıyla mümkün olan en etkili biçimde paylaşmak olduğunu dile getiriyordu. "

"Herkesin din dışı bir maneviyat" geliştirmesine yönelik düşünceleri Budist kavramlar hiç kullanılmadan, buna özellikle Dalai Lama'nın kendisi tarafından çok özen gösterilerek açıklanmıştır.

Dalai Lama'nın yaşama ve insana ait görüşlerinden bazılarını kısa başlıklar altında vermeye çalışacağız.

## YAŞAMIN DÖNEMLERİ VE DURUMLARI

### GENÇLERE:

Dolaysız, samimi ve yetişkinlere oranla çok daha açık ve esnektirler. Yeniliklere son derece açık olduklarından yaşam seçimlerini ve yaşama biçimlerini, tüm hayatlarını derinden etkileyecek olan düşünce faaliyetlerinin doğru kullanılmasını "çocukluk ve gençlik" dediğimiz bu özel dönemde kazanmaları çok önemlidir. Bununla ilgili olarak yapılacak şeylerin en başında, geniş anlamda tam bir eğitim almalarını sağlamak gelir. Bu sadece bilgi kazanmak anlamında değil, aynı zamanda temel insani nitelikleri de geliştirerek yapılmalıdır. Tıpkı gıdanın ve bedensel korunmanın gelecekteki sağlığımıza yaptığı katkılar gibi düşünebiliriz bunu. Gençlere okul yıllarını, hayatlarının en önemli zamanları olarak değerlendirmelerini tavsiye ediyorum aksi takdirde ileride bu boşluğu doldurmaları çok zor olacaktır. İnsan, çocukluktan başlayarak başka insanlarla geçinmeyi ve onlara yardım etmeyi öğrenmelidir. Kavgalar ve çatışmalar özellikle çocukluk ve ilk gençlik döneminde kaçınılmaz olsa da asıl mesele, çözüm üretmek ve kin beslememek, affetmeyi başarabilmek, hoş görmeyi öğrenip, uygulamaya koyabilmektir. Hayatın kolay olmadığını

zamanında fark etmek önemlidir. Yaşamdan en iyi şekilde faydalanmak ve problemler çıktığında cesaretimizi yitirmemek için gençlerin manevi güçlerini arttırmaları gerekir.

Bazen çocukların ölüm gibi ciddi konular üzerine düşünmediklerini sanırız. Sordukları soruları duyduğumuz zaman, ciddi meselelere nasıl kafa yorduklarını anlarınız özellikle ölümden sonra ne olduğu konusunda oldukça meraklıdırlar.

Çocukluk döneminde zeka açılır, gelişir ve zihinlerimiz sorularla doludur. Bilgiye duyulan bu açlık kişisel gelişimin temelidir. Dünyayı merak ettikçe, olayların nasıl ve niçin şimdiki gibi olduklarını araştırdıkça zihinlerimiz berraklaşır ve inisiyatif geliştiririz. Modern toplumda benim doğal insan nitelikleri olarak kabul ettiğim kibarlık, merhamet, şefkat, anlayış, zerafet ve bağışlama gibi özellikleri ihmal ediyoruz.

Çocuklar birbirlerine ırklarını, mezheplerini, aile ve kariyerlerini sormazlar. Asıl olan diğerinin de bizim gibi insan olmasıdır. Onunla arkadaş olmaya çalışırız. Kolaylıkla da arkadaş ediniriz. Büyüdükçe şefkate dostluğa, karşılıklı desteğe, sevgiye daha az önem vermeye başlarız. Onun yerine din, dil, ulus, ırk, zenginlik, aile, kariyer gibi kavramların üzerinde durmaya başlarız. Asıl olanı unutup, önemsiz olana değer vermeye başlarız. On beş-onaltı yaşında olanlardan, çocukken

sahip oldukları tazeliğin yok olmasına izin vermemelerini ve buna daima değer vermelerini rica ediyorum. Bizi insan yapan şeyin ne olduğunu tekrar tekrar düşünün. Kendi gerçek doğanıza sarsılmaz bir güven geliştirin ve kendinize güven kazanın.

Bana göre bir insanın hayatta başarılı olması için kendine güvenmesi ve ayaklarının yere sağlam basması gerekir. Aptal bir kendini beğenmişlikten değil, gizli potansiyelimizi farketmekten bahsediyorum, bu davranışlarımızı her zaman düzeltebileceğimizi, kendimizi zenginleştirip geliştirebileceğimizi ve ümitsiz hiçbir şeyin olmadığını bilmek demek.

Bazı gençler yaşamda gerçekten ne istediklerini bilmeden yola çıkıyorlar. Bir işten diğerine geçerek ve sonunda hepsini bırakarak ilham veren hiçbir şeyin olmadığını düşünüyorlar. Her şeyin bir anda yolunda gitmesini bekliyor ve problemlerinin mucizevi bir şekilde çözülmesini istiyorlar.

Bütün etmenleri ve kriterleri göz önüne alın, hangi fırsatların sizin durumunuz için daha uygun olacağını düşünün ve sonra seçiminizi yapın. Böyle uzun ve doğru düşünerek karara vardığımızda ona asılın. Problemlerin üstesinden gelmek için kararlı olun, kendinize güvenin ve tüm enerjinizi ortaya koyun başaracaksınız. Bu dünyada her yönüyle sorunsuz hiçbir şey yoktur. Bu dünyada istinasız herkes zorluklarla karşılaşır.

## YETİŞKİNLERE:

Yukarıda söylediklerimiz, aynı biçimiyle olgunluk dönemine girenler için de çalışma ve aile hayatları bakımından geçerlidir.

Günümüzde, toplumun ve bireyin kaderinin iki farklı şey olduğunu düşünme eğilimindeyiz. Asıl mesele bireydir, topluluk değil. Bakışımızı biraz genişleterek, uzun vadede bu yaklaşımın hiçbir anlamı olmadığını göreceğiz.

Çevrenize bir bakın. Güzel döşenmiş bir ev, garajda bir araba, bankada para, iyi bir sosyal statü sizin mutlu olacağınız anlamına gelmez. Müzik, resim, sanat gibi estetik tatminler, sahip olduklarımızla ilgili kaba tatminlerden daha derine inebilirler ancak görme ve işitmeye ilintili şeyler asla kalıcı bir manevi tatminin yerleşmesine neden olamazlar.

Asıl mesele, manevi yeterliliklerdir. Elbette, temel ihtiyaçlarımızı karşılamak zorundayız. Bu hepimizin yaşamak için hakkı. Yaşamak için ihtiyacımız olana sahip olmalıyız. Eğer bunun için grev yapmak, protesto etmek gerekiyorsa yapalım. Ama genel olarak asla tatmin olmuyorsak ve hep daha fazlasını arıyorsak, mutlu olamayacağız ve hep bir şeylerin eksikliği hissedeceğiz.

Manevi mutluluğu, maddi koşullar ya da duygusal doyum belirlemez. Bu zihnimize bağlıdır. En hayati şey, manevi

mutluluğu yakalamanın ne kadar önemli olduğunu bilmektir. Bunu başarmak, gerçek başarının kendisidir. Sevgi ve şefkat duyalım, bu ikisi yaşama anlam kazandırır. Gerisi aksesuardır, yapabilmek elimizdedir, hepimizde bu potansiyel var. İşte burada sizlere benim Budizm'den önceki dinimi açıklıyorum. Tapınağı yürektir, doktrini sevgi ve şefkat. Ahlâkı sevmek ve nasıl olursa olsunlar başkalarına yardım etmek, herhangi bir dinden veya dini inancı olmayan herkesi bir görebilmek. İyi ve açık olmak, olumlu düşünceler beslemek, haksızları bağışlamak, herkese dostça davranmak, ıstırap çekenlerin, yoksulların yardımına koşmak, verebilmek, cömertlik, misafir sevmek, kendini asla başkalarından üstün görmemek, hizmet edebilmek.

Bu saydığım öğütler size çok basit gelebilir ama uygulamadan ne kadar mutlu olup olmayacağınızı anlamanıza imkân yoktur. Bu dünyada mutlu olmak istiyorsak başka bir şansımız da yoktur.

İnsani aklımızı doğru kullanmanın yolu da buradan geçer. Mutsuzluğumuzdan şartları veya başkalarını sorumlu tutmak bizi daha çok mutsuz eder ve yaşamı değerlendirmemizi geciktirir.



### YAŞLILARA:

Yaşlandığımızda, eğer dini inancımız yoksa kabul etmemiz gereken en önemli şey, temel acılarımızın (doğum-hastalık-yaşlılık-ölüm) hayatın bir parçası olduğudur. Doğduğumuz andan itibaren, yaşlanmayı ve ölümü engelleyemeyiz. Bunun haksızlık olduğunu ya da farklı olması gerektiğini düşünmek, söylemek yararsızdır. Çünkü böyle oluyor. Eğer, çok yaşlandığınızı ve ölüme yaklaştığınızı düşünüyorsanız, genç yaşta ölen insanların düşünün ve uzun bir yaşamınız olduğu için keyiflenin. Eğer, yaşamınızı dolu dolu yaşadysanız, bu süreçte topluma ve insanlarla yaptığınız iş ve eylemlerde katkıda bulunduğunuzu, faydalı ve içten niyetlerle hareket ettiğiniz düşünüyorsanız, bu demektir ki, şu anda üzülme için hiçbir neden yok.

Dini bir inancınız varsa, buna uygun olarak ibadet edin, dua edin, meditas-

yon yapın. Eğer zihniniz yeterince dingingine doğum, hastalık ve yaşlılıkla ölümün her insanın hayatının bir parçası olduğu ve kaçınılmaz üzerinde yoğunlaşın. Bunu tam anlamıyla kabul ederseniz daha huzurlu bir şekilde yaşlandığınızı göreceksiniz.

Yaşlandığınızda kendinizi kandırmadan bunun gerçekten ne anlama geldiğini fark edin ve bu durumdan faydalanmaya çalışın.

Bağlı olduğunuz dünyaya ve topluma hâlâ nasıl katkıda bulunabileceğinizi sorun kendinize. Kazandığınız deneyim ve birikimlerle ailenize, sevdiklerinize, insanlara çok yararlı olacağınızdan emin olun. Yaşamınız hakkında konuşun, deneyimlerinizi paylaşın. Torunlarınız varsa onlarla olmaktan hoşlanıyorsanız, bazı düşünce ve görüşlerinizi onlara aktarın. Ayrıca şu bütün gün kavga eden, şikâyet eden yaşlı insanlara benzemeyin. Enerjinizi böyle harcamayın. Kimse sizden hoşlanmaz ve yaşlılık gerçek bir sıkıntı olur.

### AİLE HAYATI SÜRENLERE:

Aile, toplumun temel birimidir. Eğer aile huzur ve insani değerlerle yönetilirse, yalnız ebeveynler değil, çocuklar, torunlar hatta sonraki kuşaklar bile mutlu ve gerilimsiz yaşarlar. Dini inançları varsa, doğal olarak çocuklar da buna çekilirler. Eğer ebeveynler birbirleriyle kibar konuşurlar ve ahlâklı davranırlarsa, birbirlerini sever ve karşılıklı saygı gösterirlerse, ihtiyacı

olanlara yardım eder ve etraflarındaki dünyaya ilgi gösterirlerse çok büyük olasılıkla çocukları da onları takip edecek ve sorumlu insanlar olacaktır.

Diğer yandan eğer anne ve baba sürekli kavga ediyor ve birbirlerini aşağılıyorlarsa, başkalarını düşünmeden akıllarına geldiği gibi davranıyorsa, kendileri daima mutsuz olmakta kalmaz, çocukları da kaçınılmaz olarak onların etkilerinin kurbanı olurlar. Eğer kendinizi yeniden yapılandırmak ve geliştirmek, insani vasıflarınıza ait potansiyeli ortaya çıkarmak gibi bir arzunuz varsa bu ortamı en iyi kendi aileleriniz içinde bulup, uygulayabilirsiniz. Doğrularınızı ve inançlarınızı burada ifade etmeli, aile büyüğü olarak sadık bir ruhsal rehber olmalısınız.

Bir şeye çok dikkat ederek! Her zaman siz de onlardan destek alıyorsunuz ve öğreniyorsunuz. Sevgi, saygı ve bilgelik konusunda istekli olmaları için onlara örnek olmalısınız. Herkesin eksikleri olduğunu, tanrının şefkat ve merhametine ihtiyacı olduğunu en yüksek bilgeliğin O'na ait olduğunu vurgulamalısınız. Tabii ki anne, baba ve diğer aile büyükleri bu konularda ne kadar donanımlı olurlarsa çocuklarının sorularını ve ihtiyaçlarını daha iyi karşılarlar.

Bir aile diğerini etkiler ve sonra diğeri başkasını ve böylece on, yüz ve binlerce insan daha iyiye gider. Böylece topluma çok büyük bir katkıda bulunursunuz ve insanlık benim fikrimce ancak bu şekilde doğru yaşayabilir.

Modern toplumun çok sağlıklı bir toplum olduğunu kuşkusuz iddia edemeyiz. Gelişmiş toplumlarda çok fazla suç var ve hiç kimse elindekilerle mutlu değil. Ancak, bunu ekonomik gelişmenin istenmeyen bir şey olduğuna karar vermek için bahane olarak kullanmak ve saati geri almak bana göre yanlıştır. Bununla beraber işler kesinlikle rastgele olmamalı. Ahlâki değerlerin gelişimiyle el ele yürümeli. Bu iki işin eş zamanlı yürümesini sağlamak bizlerin sorumluluğu. Geleceğimizin anahtarı budur. Maddi gelişmelerle, ruhsal ilerlemenin birlikte var olduğu bir toplum gerçek mutluluğun mümkün olduğu yerdir. Peki buna nasıl varılacak? Eğer aile de gerçekten huzur hüküm sürüyorsa, sadece bilgi ve öğrenim değil, gerçek değerler ve eğitim veriliyorsa ve aile namuslu ve sorumlu bir yaşamın öğrenildiği yere, işte o zaman toplumu bu temeller üzerine yapılandırmak mümkündür.

Eğer bir ailenin bu görevde başarılı olması isteniyorsa, kadın ve erkek birbirlerinin sadece fiziksel görüntüleri veya maddi imkanları nedeniyle dış faktörlerin etkisi altında kalarak değil, birbirlerini iyi tanıyarak, oturmuş niteliklerinin farkına vararak, karşılıklı sevgi duyarak birlikte olmalılar. Ancak bu şekilde yapılan evlilikler saygı ve özen göstererek, mutlu ve uzun ömürlü olabilirler. Biriyle ömür boyu yaşamayı ve çocuk sahibi olmayı düşünüyorsak bunlar çok önemlidir.

Bir gün San Francisco'da gençlere evlilik konusunda danışmanlık yapan bir Hristiyan rahiple karşılaştım. Onlara,

önce çok sayıda erkek ya da kız tanımalarını, seçimlerini ondan sonra yapmalarını söylüyordu. Sadece tek bir karşılaşmaya bel bağlayacak olurlarsa kendilerini kandırıyor olabilirlerdi. Bu yaklaşımı çok sağlıklı buldum. Bir başkasıyla yaşamaya başladığımızda, o kişiye şefkatli davranmalı ve her zaman düşünce ve duygularına önem vermeliyiz.

Her ne olursa olsun, herkes kendi payına düşen sorumluluğu taşımalı. Evlilik, sadece bir kişinin yükümlülüğünde değildir. Evlilik karşılıklı memnuniyet hissi taşımalıdır. Aksi takdirde, çıkacak tek sonuç karmaşa ve ayrılıktır. Çocuklar olduğunda ise etkileri çok daha derin oluyor. Bugünlerde bir sürü çift ayrılıyor. Bazen bunu yapmak için iyi nedenleri var ama bence ayrılmadan önce birlikte mutlu yaşamak için ellerinden gelen her şeyi yapsalar çok daha iyi olur. Bunun için kişisel çaba ve düşünce gerekiyor elbette. Ayrılığın kaçınılmaz olduğu durumlarda ise, kimseye zarar vermeden, mümkün olduğunca yumuşak geçiş yapmak önemli. Biriyle yaşamaya karar verdiğinizde olaya ısının ve acele etmeyin. Beraberken evliliğin sorumlulukları üzerinde düşünün. Yuva kurmak ciddi bir iştir. Ailenizi mutlu bir aile yapmak, herkesin ihtiyaçlarını karşılayabilmek, çocukları eğitmek ve onların gelecekteki mutluluklarına katkıda bulunacak her şeyi yapmak sizin gelişmişliğinizi gösterir aslında.

Dalai Lama'nın yaşamın diğer durumlarına ilişkin görüşleriyle devam edecek.



## Ahlâk - V

# Ahlâkın Toplumsal Kaynaklı Oluşu

Yalçın Kaya

*Dergimizin bir önceki sayısında ahlâkın kaynağının (kökeninin) tanrısal ya da bireysel olduğu tezlerini incelemiştik. Bu sayıda da önce ahlâkın kökeninin toplumsal olduğunu öne süren teze, ardından da ahlâk ve hukuk ilişkisine değineceğiz.*

### **Ahlâkın Toplumsal Kaynaklı Olması:**

Ahlâkın üçüncü kaynağı toplumdur; özellikle toplumbilimcilerle insanbilimcilerin (antropologlar) benimsediği bu görüş uyarınca, ahlâk, toplum yaşamında belirli işlevleri yerine getiren kurallardan oluşmaktadır. Toplumsal koşullar değiştikçe, uyulması gereken kurallar da değişmektedir. Toplumsal ahlâk anlayışına göre evrensel-saltık ahlâk diye bir şey yoktur ve bu tür bir ahlâk anlayışının peşinden koşmak boşuna zaman harcamaktır.

En evrensel ve dine bağlı ahlâk anlayışı bile aslında zaman ve mekân (yer-yöre) içinde değişmektedir. Toplumun sınıfsal yapısı, üretim biçimi, toplumsal ve siyasal örgütlenme düzeyi, o toplumda yer alması gereken ahlâk kurallarını da belirlemektedir. Örnek verirsek; karaya hapsolmuş toplumlarla denize açılmış toplumlar, dağlık bölgelerde yaşayanlarla ovalık yerlerde yaşayan toplumlar arasındaki kültürel farklar, ekonomik yapı ile toplumsal-kültürel yapı arasında var olduğu gözlenen bağılıklar farklı ahlâk anlayışlarına neden olmaktadır.

Zengin toplumbilimsel kanıtlarla desteklenmesine karşın ahlâkın bu yönünü kimi felsefeciler pek değerli bulmuyor. Onlar, "var olandan yola çıkarak olması gerekene ulaşamayız" demekte ve "olması gerekene ancak aklın ve tanrısal sezginin rehberliği ile ulaşabiliriz bu ise toplumbilimin değil felsefenin konu alanına girer" demektedirler.

Kuşkusuz bu yaklaşımı sergileyen felsefecilerin büyük bir bölümü sezgici, olgucu, düşünceli ve metafizikçi felsefe öğretileri yandaşı düşünürlerdir.

Felsefecilerin bir diğer karşı çıkışı ise evrensel olmayan, görelî bir ahlâk kuralının, eş deyişle zamana ve yöreye göre değişen bir ahlâk kuralının gerçek anlamda bir ahlâk kuralı olmayacağı üzerinde yoğunlaşır. Gerçekten de ahlâk kurallarının toplumsal düzeyde tartışıldığı zaman görelî oluşu bir yere kadar kabul edilebiliyor da aynı iş kümeler ve bireyler düzeyine indirildiğinde pek kolay kabul edilemiyor. Kişiler düzeyinde ahlâk kurallarının göreliliğini kabul etmek, bireylerin kendi isteklerine göre kural koyma ve kurallara uymama hakkı olduğunu varsaymak gibi algılanıyor. Böylece, ahlâkın toplumsal ilişkileri düzenleyici niteliği ortadan kalkmış oluyor. Herkese göre değişen kural, artık kural olmaktan çıkmıştır; herkesin kendi keyfince uyduğu veya uymadığı ahlâk anlayışının da ahlâkla bir ilişkisi kalmamış demektir.

Bu noktada ahlâkın toplumsallığı sorununa biraz daha eğilmek ve

konuyu iyice açmak gerekiyor. Doğduğu günden son gününe değin insan hep başkaları ile bağlantı içindedir. Ahlâk da ahlâksal değerler de hep bu başkaları ile olan ilişkilerle ortaya çıkan, beliren bir şey. Yeryüzünde bir başına yaşayan insanın ahlâksal yapısından söz edilebilir mi?

Kime karşı davranışlarında ahlâklı olacak ya da olmayacak? İnsanın bir yandan bireysel varlık olduğu, kendi ben'ine dayandığı ama öbür yandan da başkaları ile birlikte olduğu, toplumsal bir varlık olduğu da belirgin. Başkalarını sevmeyen, onlara sevgi-saygı göstermeyen, diğer insanlarla en az ilişki kurarak bir başına yaşamayı yeğleyen insanlar da var toplumda kuşkusuz. Bencil insan diyoruz böylelerine ama bencil insanların da toplumsal bağlantıları olduğunu biliyoruz.

Günümüzde, bizler ahlâkın bireysel olmaktan çok toplumsal bir olgu olduğu konusunda kesin yargılara sahibiz ama düşünce tarihini incelediğimiz zaman bizim bu düşüncemizin geçerli olmadığı çok uzun dönemlere de rastlamaktayız. Örneğin Antik Helenler'de ahlâk, toplumsal düzenle ilgili bir davranışlar dizgesi olmaktan çok, bireylerde gerçekleşen bir iç disiplinin dışı vuruşu olarak görülüyordu. Bu nedenle olsa gerek Sokrates'ten Epikuros'a ve Stoacılar'a değin birçok filozof bireysel ahlâkla ilgili olarak önemli görüşler ileri sürmüşlerdi. Ne var ki bu dönemde, kendi içinde bir bütün oluş-

turan ahlâk kuramları ortaya çıkmamıştı. Ahlâkın ve onunla aynı kaynaktan gelen hukukun bir toplumsal kurum olarak görülmeye başlanması, düşüncenin din karşısında bir ölçüde bağımsızlığa kavuştuğu 17. yüzyıl başlarına rastlar.

Ahlâkın kaynağını toplumsallıkta bulan düşünürlere göre toplumsal yaşam, her alanda ve çeşitli biçimlerde insan eylemlerini düzenleyen toplumsal kuralları yaratır; din, hukuk, ahlâk, örf, âdet, moda gibi. Toplumsal ahlâkçı düşünürlere ahlâkın toplumsal özelliklerini şöyle sıralarlar:

" Ahlâk, toplumsal bir gerçekliktir ve insanın topluluk halinde yaşamasından doğmuş birtakım kuralları içerir.

" Ahlâk kuralları, toplumlara göre ve aynı toplumda zamana göre değişkenlikler gösterir, değişime uğrar.

" Ahlâk kurallarını birey toplumda hazır bulur. Birey doğduğunda ne ahlâklı ne de ahlâksızdır. Ahlâk kuralları bireye soya çekim yoluyla da geçmez. Aynı toplumsal birim -örneğin aile- içinde yetişen iki kardeşin farklı ahlâk anlayışları olması "ahlâk kuralları bireyin doğuştan getirdiği biyolojik yapı üzerine kurulur" ilkesi ile açıklama yoluna gidilir. Özetle her insan, biyopsikolojik dokusuna ve aldığı eğitime göre az çok değişik bir ahlâksal yaşam sürer.

" Toplumda geçerli olan ahlâk değerleri yanında vicdan adı verilen yetinin de varlığını göz ardı etmemek gerekir. Akıl, duygu ve istencin ortaklaşa çalışmasıyla meydana çıkan, kişinin kendisini yargılama yetisine vicdan adı veriliyor. Birey, toplumdaki ahlâk kurallarına körü körüne baş eğmez, bireyin ahlâksal yaşamı, toplumdaki ahlâk kurallarıyla birey vicdanının ortak ürünü olarak ortaya çıkar.

Toplumsal yaşamın insanı bir tür tutsaklığa zorladığı da sıkça söylenir. Ne var ki insanoğlu tüm özgürlüklerini belli tutsaklıklar karşılığında kazandığını bildiği için, toplumsal yaşamın sağlayabileceği sayıca fazla özgürlükler uğruna böyle bir yaşamın getirdiği bir takım tutsaklıklara da katlanmak zorunda olduğunun bilincindedir.

İnsanda, hem toplumsal yaşamın getireceği sıkıntılara katlanmayı sağlayacak hem de ne ölçüde tutsaklığa katlanması gerektiğini belirleyecek bir şeyin, toplumsal yaşama uymayı sağlayacak bir yatkınlığın var olduğunu öne süren düşünürlere bu yatkınlığa toplumsal eğilim adını veriyorlar. Toplumsal eğilimin doğal bir eğilim oluşu, bireyin doğal olarak bireysel özgürlüğünden vazgeçme eğilimi taşımamasından değil, toplumsal yaşamın bireyselliği güçlendirmenin doğal bir yolu olduğundandır.

Belki de insan toplumsallığı doğrudan doğruya bireysel özgürlüğü sağlama amacından doğmaktadır.

Toplumsal yaşamın insanı kendiliğinden bazı geleneklere, alışkanlıklara ve göreneklere göre düzenlenen bir işbirliğine doğru yönelttiğini de gözden ırak tutmamak gerekir. İnsanoğlunun, deneylere dayanan bir genel bilgi türünün ortaya çıkmadığı ilk aşamada, doğaüstü güçler karşısında duyduğu korkunun etkisiyle, onlardan kendini korumak amacıyla bir tür bilgi edindiğini biliyoruz. Deneylerle doğrulanması da çürütülmesi de olanaksız olduğu için kurgusal (spekülatif) olarak nitelenebilen bu tür bilgilerin kuşaktan kuşağa yapılan aktarmalarla, zaman içinde güçlenip kurumlaşması söz konusu oldu.

Toplumsallaşmanın sürdüğü uzun zaman dilimi içinde, insan özgürlüğünü sağlamada etken olan birtakım bilgilerin kurgusal bilgidan koparak yeni bir bilgi türü oluşturmaya başladığı da gözlemlendi. Deneysel bilgi adını verebileceğimiz bu tür bilgilerin onbinlerce yılın kalıtı olan kurgusal bilgilerle çatışması da kaçınılmazdı. Günümüzde bilim terimi daha çok, doğaya egemen olmanın tartışmasız aracı olan deneysel bilgiler için kullanıldığından, deneysel bilgi yerine bilimsel bilgi deyimini kullanmamız daha doğru olur. Öte yandan kurgusal bilgi de içinde barındırdığı kimi tanrıbilimsel konular bir yana bırakılırsa, özerk bir bilgi niteliğini yitirip doğrudan doğruya bir davranış bilgisine dönüştüğünden, bu tür bilgilere de kimileri törel bilgi adını verdiler. Bilimsel bilgiyle ilişkisi olmayan bu tür bilgilerin günümüzde,

toplumsal yaşamda artık önemi kalmadığını öne sürmek pek kolay değildir. Hattâ bilimsel bilgiye yeni kurallar ekleyen kimselerin bile kendi koydukları bilimsel kurallarla çatışan birtakım inançsal-törel bilgilerini kolayca değiştirmedikleri görülmektedir.

Yukarıda sıralanan bilgilerin ışığı altında, toplumlarda özgürlük ve tut-saklıkların dağıtımında belirleyici bir işlevi olan toplumsal eğilimin insanlara yüklediği davranış biçimlerini belirleyen kurallar törebilim (etik), insanların törebilim kurallarına göre davranması da ahlâk olarak tanımlandı. Bu arada toplumsal eğilimle ona benzer karmaşık duyguların ortadan kaldıramadığı sorunların çözümü içinse ceza ve ödüller getiren bir sistemin ortaya konulması gerekiyordu. Böyle bir sistem kuruldu ve adına da hukuk denildi. Yeri gelmişken bir ayrıç açarak ahlâk ile hukuk arasındaki ilişkiye de değinmekte yarar var.

### **Hukuk ve Ahlâk İlişkisi**

Hukuk, bir bakıma toplum yaşamını düzenleyen ve uyulması toplum kudreti ile sağlanmış bulunan kurallar bütünüdür. Günümüzde çoğu toplumda ahlâk ile hukuk birbirinden kesin sınırlarla ayrılmış değildir. Ahlâk, hukukun temeli olarak bugün de çoğu yasanın içinde yer almaktadır. Ahlâk ile hukuk arasında şöyle bir basit ayırım da getirilebilir: Hukuk kuralları çoğu kez insanın dış eylemleri için uygulanırken ahlâk kuralları insanın dış eylemleri

yanında düşünce ve duygularına değin girer. Örnek verirsek: Adam öldürmeyi tasarlamak hukuk için bir suç değilken, ahlâk için bir suçtur.

Nesnel ya da toplumsal ahlâk kuralları, yazılı olmadığı için biçimsel bakımdan hukuktan farklı olsa da, gene de ahlâkla hukukun örtüştüğü durumlar vardır. Toplumun genel ahlâk anlayışına, toplumsal vicdana uygun düşmeyen hukuk düzenlemeleri, kendilerinden beklenen toplumsal işlevleri yerine getiremeyeceği için uzun ömürlü olmazlar. Hukuk ile ahlâk arasındaki ilişki, kimi zaman hukukun ahlâk kurallarına yollamada bulunması biçiminde ortaya çıkar; böylesi bir halde ahlâk kuralları, hukuk düzeninin ayrılmaz bir ögesi olur. Örneğin kimse özgürlüğünü başkasına devredemeyeceği gibi, yasalara ya da genel ahlâk ve görgüye aykırı olarak sınırlandıramaz da. Bunun yanında mühendislik, hekimlik, hukuk gibi toplum için önemli sayılan ödevler içeren mesleklere ilişkin düzenlemeler de, ödev etiği (deontoloji) adıyla, bir hukuk kuralı haline gelir.

Gerçekten de ahlâk kurallarının yaptırımını hukuk kurallarınıninki kadar kesin ve belirli değilse de, yeri geldiğinde en az onlar kadar etkilidir. Örneğin bir hırsız ya da dolandırıcının yasaların uygulanması sonucunda aldıkları cezaların yanında, bu ahlâk dışı eylemlerinden dolayı toplumun onu hor görmesi, onunla ilişkilerini kesmesi daha az etkili bir yaptırım sayılmaz.

Ahlâk kurallarının iki tür yaptırımından söz edilir. Bunlardan birincisi bireyin kendi içinde meydana gelen vicdan azabı ve pişmanlık veya vicdan huzuru gibi tepkiler diğeri de toplumun eş deyişle örf (gelenek) ve âdetlerin (görenek) gösterdiği tepkilerdir. Birey, toplumsal yaşamında bir yandan toplumdaki gelenek ve göreneklere uyarken, diğeri yandan da kendi aklı ve iradesi ile bazı eylemleri seçip onları uygular. Bu nedenle ahlâk dışı eylemlerde hem toplum, hem de bireyin vicdanı sarsılır ve tepki gösterir.

Ahlâk, yazılı olmaması ve kural koyucunun devlet değil bireyler olması bakımından hukuktan ayrılır. Öte yandan hukuk, bireylerin yalnızca eylemlerine yönelirken, ahlâk, yeme-içme kurallarından cinsiyet ilişkilerinin düzenlenmesine değin uzanan geniş bir yaşam alanında, insanların birlikte bulunduğu hemen her durum için kurallar içerir. Hukuka aykırı davranışların karşılığı yaptırım olarak tazminat ya da ceza iken ahlâka aykırı davranışlar ise kınama ve giderek toplum dışına itme biçiminde tepki görür.

Toplumsal kökenli ahlâk konusu diğeri ahlâk türlerinden çok daha önemli bulunduğu için filozof ve toplumbilimciler tarafından toplumsal kökenli ahlâkın çeşitleri üzerinde de durulmuştur. Önümüzdeki sayıda bu konuyu araştıracağız.

## Yüksek Performans Teknikleri

Yazar: Jim Loehr & Tony Schwartz Çeviren: Nelda Bayraktar



## Bedenin Yirmi Dört Saati ve Uyku

Yemek yemek ve nefes almanın dışında enerjimizi yenileyen bir diğer kaynak da uykudur. Uyku, beden ısımızı, hormonlarımızın seviyesini ve kalp atış hızımızı da etkileyebilecek derecede güçlü bir olgudur. İnsanların çoğu uykunun performanslarını ve konsantre olma yeteneklerini nasıl etkileyebileceği konusunda yeterli bir bilgiye sahip değildir.

Küçük miktarlardaki uyku ihtiyacı bile (ki, bu bizim terimlerimizle "Yetersiz miktarda enerji telafisi" anlamına gelir) bedensel gücümüzü, kardiyovasküler kapasitemizi, ruh halimizi ve tüm enerji seviyemizi belirgin ölçüde etkiler. Bu konuda yapılan elli-den fazla araştırma neticesinde, uyku ihtiyacı arttıkça, kişinin zihinsel performansında, tepki verme süresinde, kon-

santrasyonunda, hafıza ve analitik muhakeme kabiliyetlerinde sürekli bir azalma meydana geldiği tespit edilmiştir. Uyku ihtiyacı yaşa, cinsiyete ve genetik özelliklere göre farklılık gösterse de, bu konuda varılan bilimsel kanı; insanın ertesi gün normal faaliyetlerine devam edebilmesi için gecede yedi ila sekiz saatlik bir uykuya ihtiyacı olduğudur. Hiç bir saatin ya da doğal ışığın bulunmadığı ortamlarda teste tabi tutulan insanların bile, yirmi dört saatlik döngüler içinde yedi ila sekiz saat uyudukları tespit edilmiştir.

Dan Kripke ve ekibi tarafından yapılmış olan özel bir çalışmada ise, altı yıl boyunca bir milyon kişinin uyku düzenleri incelenmiştir. Buna göre, en düşük ölüm oranlarına (hangi nedenden ya da hangi hastalıktan kaynaklanırsa kaynaklansın) gecede yedi ila sekiz saat uyku uyuyan kişilerde rastlanmıştır. Gecede dört saatten az uyku uyuyanlardaki ölüm oranının ise, diğerlerinden iki buçuk kat fazla olduğu bulunmuştur. Gecede on saatten fazla uyuyanlardaki ölüm oranı da, yedi-sekiz saat uyuyanlara göre bir buçuk kat daha fazladır. O halde "uykunun gereğinden az ya da gereğinden fazla olması durumunda ölüm oranı riski belirgin biçimde artmaktadır" diyebiliriz.

Normalde herkesin gece uykusunu alması gerekir. Ancak mesleği gereği gece çalışan ve gündüz uyuyan insanlar da vardır. Gece uykusunun alınmaması durumunda enerji seviyemiz,

sağlığımız ve performansımız bundan olumsuz şekilde etkilenmektedir. Yapılan çok sayıda araştırma, gece vardiyasına çalışan işçilerin araba kullanırken ya da iş başındayken yaptıkları kazaların, gündüz çalışan işçilere göre iki misli fazla olduğunu ortaya koymuştur. Vardiyalı işçiler, koroner kalp hastalıklarına ve kalp krizlerine daha fazla yakalanmaktadır. Geniş bir açıdan bakarsak, Çernobil, Exxon Valdez, Bhubal, Üç Mil Adası gibi geçtiğimiz yirmi yılın büyük endüstriyel felaketleri de hep gece yarılıarı meydana gelmişlerdir.

Çernobil nükleer kazası, 26 Nisan 1986 günü, saat 01:23'de Rusya'da meydana gelmişti. Exxon Valdez felaketi, 24 Mart 1989 günü bir petrol tankerinin Alaska'daki Valdez petrol terminalinden ayrıldıktan sonra bir buz dağına çarpması sonucu saat 12:04'de meydana gelmiş ve kaza neticesinde yaklaşık olarak yirmi bin litre petrol denize yayılmış, binlerce canlı ölmüştü. 3 Aralık 1984 günü Hindistan'ın orta kesiminde bulunan Bhubal eyaletindeki bir tesisten sızan 40 tonluk zehirli gaz 3.000 kişiyi anında öldürmüş, 600.000 kişinin de yaralanmasına yol açmıştı. Bhubal kazası tarihin en büyük felaketlerinden birisi olarak anılmaktadır. Üç Mil Adası felaketi ise, 28 Mart 1979 günü Amerika'nın Pennsylvania eyaletindeki iki nükleer santralin erimesi neticesinde yaşanmıştı. Bu olay ABD'de meydana gelmiş olan en büyük nükleer felâket olarak anılmaktadır.

Çoğu kazalar, yetersiz alınan uyku nedeniyle meydana gelmektedir. Hepimizin bildiği gibi, yedi astronot, Challenger Uzak Mekiği'nin 1986 yılında havada parçalanmasıyla hayatlarını kaybetmişlerdi. Özürleri kabahatlerinden büyük olan NASA yetkilileri, bu kazaya neden olan faktörün, astronotların yirmi dört saat boyunca hiç durmadan çalışmaları olduğunu açıklamışlardı.

**GECELERİ NE KADAR UZUN ÇALIŞIRSANIZ, VERİMİNİZ DE O KADAR DÜŞER. BÖYLECE SİZ HATA YAPMAYA DAHA AÇIK BİR HALE GELİRSİNİZ**

Uyku esnasında enerjimiz yenilediği gibi, bedenimiz de düşük frekanslı delta beyin dalgalarının baskın hale geldiği derin uykuda, kendisini geliştirme ve onarma fırsatı bulur. Hücre bölünmelerinin en aktif olduğu, büyüme hormonlarının ve onarıcı en-

zimlerin kana en fazla karıştıkları zaman da budur. Ayrıca gün esnasında gerilen kaslar, beden uykudayken rahatlama ve gevşeme imkanı bulur.

İnsanın enerjisini yenilemeye mutlak ihtiyacı vardır. Tıp öğrencilerinin hekim olabilmeleri için uzun süren saatler boyunca çalışmaları, bu ihtiyacın en fazla görmezden geldiği eğitim alanıdır. Doktorların mesaieleri kesintisiz otuz altı saatten oluşmakta ve bu süre, haftada yüz yirmi saate kadar çıkmaktadır. Gazeteci Sidney Zion, 1984 yılında, kızı Libby'nin New York Şehir Hastanesi acil servisine kaldırıldıktan sonra hayatını kaybetmesi üzerine, herkesin yakından takip ettiği bir dava sürecini başlatmıştı. Sonucunda da Büyük Jüri, Zion'un kızının hiç uyumadan ya da çok az uykuyla ayakta durmaya çalışan tecrübesiz stajyer doktorlar tarafından ameliyat edildikten sonra öldüğüne karar vermişti.



*Libby Zion*



New York Şehir Hastanesi, Libby Zion'un ölümünden üç yıl sonra, kadrolu hekimlerin (acil vakalarla ilgilenen diğer hekimler de dahil olmak üzere) haftalık çalışma çizelgelerini yeniden düzenleyerek, bazı sınırlamalar getirdi. Buna göre, hekimler haftada seksen saten fazla çalışmayacaklar ve nöbetleri ise yirmi dört saati aşmayacaktı. 2002 yılında ise Tıp Hekimleri Ulusal Birliği kendisine bağlı olarak çalışan 100.000 hekimin aynı çizelgeye uyması doğrultusunda karar aldı.

Japonya'daki bir işçinin ölüm nedeni Karoshi ise, ölümünün hemen öncesindeki yirmi dört saat boyunca kesintisiz bir şekilde çalışıp çalışmadığı tespit edilmektedir. (Not: Karoshi terimi Japonya'da fazla çalışma nedeniyle ölmek anlamına gelmektedir. Bu tarz ölümler genellikle kalp krizi şeklinde ortaya çıkmaktadır. 1988 yılında Mazda Motor şirketinin montaj hattında on üç gün boyunca altı gece vardiyası da dahil olmak üzere hiç ara vermeden çalışmış olan kırk beş yaşındaki bir işçi hayatını bu şekilde kaybetmişti.) Ulusal Bilim Akademisi, yılda yaklaşık olarak 100.000 kişinin ölümüne (ki bu rakam motorlu araç kazalarından, göğüs kanserinden ve AIDS'ten dolayı meydana gelen ölümlerin toplamından bile fazladır) neden olduğu söylenen tıp hatalarının, hekimlerin mesleklerini yorgun bir şekilde icra etmelerinden kaynaklandığını belirtmektedir.

Tıp fakültelerinin ve hastanelerin yöneticileri, hekimlerin ağır çalışma koşullarına alışabilmeleri için, çalışma saatlerinin uzun olması gerektiğini yıllarca savundular. Acaba bu yöneticilere, yirmi dört saatten beri uymamış olan kamyon sürücüleriyle gece aynı otobanda gitmekten, otuz saatir uykusuz olan genç bir pilotun kulandığı uçağa binmekten ya da gece boyunca on iki saatlik vardiyalarda çalışan nükleer santral operatörlerinin bulunduğu tesislerin yakınlarında ikâmet etmekten hoşlanıp hoşlanmadıklarını sorsak bize ne cevap verirler dersiniz? Sadece New York Eyaletindeki Libby Zion düzenlemelerinin bile yılda 225 milyon doların üzerinde bir rakama mal olduğu düşünülürse, genç stajyer hekimlere uzun süreli nöbetlerin verilmesinin altında ekonomik nedenlerin yattığını söylemek pek de yanlış olmaz.

İnsanlar, ağır iş yükünün getirdiği stresten nasıl kurtulabileceklerini ve enerjilerini nasıl daha iyi bir şekilde yönetebileceklerini bilselerdi, bu tarz masrafların çoğu ortadan kalkar, bir çok insanın hayatı kurtulurdu. Bir fizyolog ve uyku araştırmacısı olan Claudi Stampi, deneklerin normal uykularının yerine, her dört saatte bir yirmi ila otuz dakikalık küçük şekerlemeler yapmalarının sağlandığı bir çalışmayı yürütmüştü. Bu çalışmada, deneklerin şekerleme yaparken daha derin bir uykuya dalmamaları için zamanlamanın titizlikle yapılması

gerekiyordu. Şekerlemeler, enerjimizi yenilemenin en güzel yollarından birisidir. Nitekim, Stampi de, şekerleme yapan grubun dikkat, saat ve yaratıcılık seviyelerinin tam uyku uyumamalarına rağmen, yirmi dört saat boyunca şaşırtıcı derecede yüksek kalabildiğini tespit etmişti. Çalışmanın bulgularında bir diğeri de deneklerin çoğunun, otuz ila kırk dakikadan fazla uyku uyuduklarında kendilerini hiç şekerleme yapmamış kadar yorgun hissetmeleriydi.

Günün farklı saatlerinde enerjimizde dalgalanmalar yaşarız. Öğleden sonra saat 15:00 ila 16:00 civarında beden ritimlerimizin frekansları en düşük seviyeye iner. Kendimizi en fazla yorgun hissettiğimiz bu zaman dilimine Japon uyku araştırmacıları Yoichi Tsuji ve Toshinori Kobayashi "Kırılma Noktası" adını vermişlerdir. Yapılan araştırmalara göre kaza yapma ya da kazaya uğrama riskinin en yüksek olduğu zaman da budur. Bir çok kültürde insanların içgüdüsel bir şekilde öğleden sonra şekerleme yapmalarının nedeni de bu olsa gerek. Ancak ne yazık ki, 24/7 oranına göre yaşayan günümüz dünyasında bu güzel adet kaybolmaya yüz tutmaktadır.

NASA tarafından hazırlanan "Yorgunlukla Savaşma Programı"na göre, kırk dakikalık şekerlemeler performansın yüzde otuz dört, dikkat ve uyanıklığın ise, yüzde yüz oranında artmasını sağlamaktadır. Harvard Üniver-

sitesi araştırmacıları tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise, ardı ardına yaptıkları işlerden sonra performansları yüzde elli oranında düşen kişilerin öğleden sonra bir saat uyku uyumaları durumunda, performanslarını yeniden en üst seviyelere çıkarabildikleri tespit edilmiştir.

Öğleden sonra yapılan şekerlemelerin değerini net bir şekilde anlayan liderlerden birisi olan Winston Churchill, bu konuda şöyle demişti:

"Öğle yemeğiyle akşam yemeği arasındaki bir zamanda mutlaka şekerleme yapmanız gerekir. Bunun başka yolu yoktur. Giysilerinizi çıkarın ve yatağa girin. Bu, benim her zaman yaptığım bir şeydir. Gün esnasında uyuduğunuz için, daha az iş yapıyor olduğunuzu sakın düşünmeyin. Böyle bir düşünüş tarzı, hayal gücüne sahip olmayan kişilere ait aptalca bir kanıdır. İnanın ki, uyandıktan sonra daha fazlasını yaparsınız ve iki günlük işi tek bir günde ya da en azından bir buçuk günde bitirebilirsiniz. Savaş başladığında, sorumluluklarımı yerine getirmenin tek yolu bu olduğu için, gün esnasında uyumak zorundaydım."

Böyle bir alışkanlık, iş dünyasının çarkları arasında boğuşan insanlar için hayli lüks olsa bile, en azından kısa aralıklarla dinlenerek, enerjinin saatler boyunca devam etmesini sağlamak gerekir.



# Tanrı'nın İnsanlaşması

16 Temmuz, 2011

Canlı Kryon Celsesi, Totowa, New Jersey  
Lee Carroll kanallığı ile verilmiştir

Çeviren: Necati Tarıman

Selâmlar sevgili varlıklar, ben Manyetik Hizmetlerden Kryon. İşte yine algılama ile ilgili bir mesaj ile geri geldim. Şu anda bu gezegende gerçekleşmekte olan değişim sizinle ilgilidir. Değişim iletişim ile ilgilidir. Çünkü sizin içinizde bulunan ve Yüksek Benlik olarak adlandırılan ve kimliği belirlenemeyen şeyin üç boyut içinde kalınarak tanımlanması mümkün değildir. Bu nedenle de sık sık yanlış anlamalar ortaya çıkmaktadır. Bu mesajın içinde sizlerin anlaya-

mayacağı parçalar ve kısımlar olmakla birlikte herkesin bu mesajı duymasının zamanı gelmiştir. Sizin içinde bulunduğunuz kutu üç boyutlu bir hayatta kalma kutusudur. Bu nedenle de gördüğünüz her şeyi ve verdiğiniz tüm kararları bildiğinizi zannettiğiniz şeyler üzerine oturtursunuz. Aslına bakarsanız, kararlarınız ve düşünceleriniz için bilemediğiniz şeyleri temel olarak almanız olanaksızdır ama biz sizden yine de bunu denemenizi istiyoruz.

Çok boyutlu şeyler üzerinde düşünmek insanlar için çok zordur. İçine doğmuş bulunduğunuz paradigmlar ve içinde yaşamakta ve yaşamış olduğunuz gerçeklerin dışına adım atmanız sizin için çok kafa karıştırıcı bir deneyim olurdu. O zaman bildiğiniz veya deneyimlediğiniz şeylerin ötesine geçecek şekilde düşünmenizi sizden nasıl isteyebiliriz?

Bu gezegendeki enerji değişmektedir. Işık işçisinin alet kutusunun geliştirilmekte olduğunu söyleyebilirsiniz. Bu durumda yeni alet kutusu benim gerçekleşmesinin mümkün olduğunu söylediğim şeylerin yapılması için gerekli olan yeteneklerin elde edilmesi ve aslında ne yaptığınızı tam bilmeden olsa da çok boyutlu olarak düşünmeye başlamak için anahtar rolü oynamaktadır. Gördüğünüz gibi, yeni alet kutusunun bir bölümü de yeni yardımdır. Bu işlem yaşlı ruhun daha gelişmiş sezgi ile donatılması ile başlamaktadır. Öyleyse anlama için bir niyet beyanı olan bir olumlama ile başlayalım. Böyle bir grup içinde Ruhun önünde otururken veya yalnız başınıza şimdi olduğu gibi dinlerken veya okurken hikmet saçılması için talepte bulunun: "Sevgili Ruh, bana sunulmakta olan konseptleri çok boyutlu bir düzeyde anlayabilmem için bana yardım et." Zira eğer siz hikmetinizi (akıl ve bilginizi) geliştirebilirseniz, bu perdenin iki tarafı arasındaki iletişimin artmasına neden olacaktır.

## Tanrının İnsanlaştırılması

Bu celsenin başlığını (ismini) ben koyuyorum ve böylece partnerimin bunu yapmasına gerek kalmayacak. Bu isimlendirme işini her zaman ben yapmam çünkü şeyleri isimlendirmek, onları bir başlık altında toplamak 3 boyut dolayısı ile yapılan bir şeydir. Sizin gerçekliğinizde birazdan duyaçağınız mesaj için bir isim istersiniz. Ben de bir dikotom (ikili değişken) çalışması olmak üzere size bunu veriyorum. Başlık "Tanrının İnsanlaştırılması" olacaktır.

Partnerim bir sandalyede oturmaktadır. Benim görüş ve düşüncelerimi size aktarması onun 22 yılını almıştır. Gerçi perdenin öbür tarafından gelen bu görüş ve düşünceler her bir insanın içinde, yüksek benliğiniz için yer almaktadır ama yine de bunlara erişim sağlama hiç de kolay değildir. Bunun nedeni bunların çok boyutlu olmaları ve insanların ilişki kurabileceklerinin söz konusu olmamasıdır. Bu nedenle, partnerimin bu bilgileri bir dizi sözcük haline getirip doğrusallaştırabilmesi ve sizlere, sizin anlayabileceğiniz bir dilde sunabilmesi için 22 yıllık uğraş gerekli olmuştur. Burada bulunan ve bunları okuyan herkesin bugünkü öğretiyi anlaması mümkün değildir. Bunun farkındayım çünkü Ruh insanlara bu şekilde ve bu kelimeleri kullanarak hitap etmez. Bunun yerine, Ruh kullandığı dil ile sizin deyiminizle doğrusal zaman dışında kalan sezgisel çakmalar yolu ile hitap eder. Bu şekilde siz en iyi bilgileri elde edersiniz. Buna rağmen birçoklarımız Tanrı'yı her yönü ile kavradığımızı zannedersiniz.

## Doğrusallığın Örnekleri

Ben şu anda burada otururken aranızda olan ve ilk kez böyle bir toplantıya katılan bir kişi şu soruyu sorabilir, "Kryon sen kimsin ve nereden geliyorsun?" Bu iki soru bu mesajı dinleyen ve okuyan her bir insan için tümüyle mantıklı ve normal olabilir ama size belirtmek isterim ki bu bizzat bu sorular önyargılı doğrusal düşüncenin varlığını ifade etmektedir. Zira Kryon herhangi bir kim olmadığı gibi herhangi bir yerden de değildir. Bunu izah etmenin tek yolu size benzetme (teşbih) ile açıklama yapmaktır. Teşbihlerin (metaforların) gerçek bir incelemede tutunamayacağını biliyorum çünkü hiç bir analogi mükemmel olamaz. Onun için bunu sizin anlama sürecine başlayabilmeniz için yakın bir örnek olarak kabul edin.

Diyelim ki siz hayatınızda başka bir insan veya bir hayvan veya çocuğunuz için inanılmaz bir sevgi hissediyorsunuz. Yine diyelim ki bu duygu karşı konulmaz olacak şekilde güçlü ve hattâ o kadar güçlü ki sizin sevinçten ağlamanıza yol açıyor. Şimdi, siz böyle düşünürken etrafınıza bakıyor ve "Sen gerçekte kimsin? Orada kim var?" diyorsunuz. Siz bu sevgi duygusuna o duygu sanki bir bedene sahipmiş gibi şu şekilde hitap eder misiniz, "Sen nereden geliyorsun?" Hayır böyle bir soru sormazsınız! Bu durumu sadece kabul edersiniz ve "Ben bunun benden geldiğini biliyorum ama benim bir parçam olarak hissetmiyorum." dersiniz.

Sevgi ile ilgili bazı şeyler vardır. O her yerden gelir. İnsanın ruhuna nüfuz eder. Onu çok güçlü bir şekilde hissedersiniz. Onun size gönderildiği veya size doğru çekildiği gibi bir duygunuz veya farkındalığınız yoktur; sadece bunun varlığını algıyorsunuz, o vardır. Ama bu olağandışı ve çok derindir, neredeyse sanki daha başka bir şeyin, daha büyük bir şeyin parçasıymış gibidir. Belki bu sizin tanrı parçanızdır ve yoksa genişlemekte midir? Böyle düşünmekte haklı olabilirsiniz. Sevgi tekil değildir. Sevgiyi bölümlere ayırmazsınız veya ona bir beden geçirip ona bir isim vermezsiniz. O sizin bedeninizin her bir hücresini ve her bir beden fonksiyonunu etkileyen bir kavramdır. Hattâ bazen o idareyi ele alır. İşte sevginin güzelliği buradadır.

Ben bir kim değilim. Siz beni bir insanın tekil bedeninden gelmekte olan bir ses olarak duymaktasınız. Dolayısı ile anlaşılabilir bir şekilde kimin konuştuğunu da bilmek istiyorsunuz. Ama buradaki tek tekil şey benim kullandığım bu insandır. Benim için en iyi tanımlama evrendeki yaratıcı enerji kaynağının kesişme noktasındaki toplam şeklinde olacaktır. Ben sayılamam ve izole edilmiş ve tekil de değilim. Beni tanımlamazsınız (beni 3 boyut özellikleri ile tarif edemezsiniz). Yirmi iki yıl önce ben kendimi tanımladım ve "Ben benim" dedim. Ve sonra da ilave ettim, "Siz de öyle!" Size atomun merkezinin olduğu yerde olduğumu söyledim. Size elektron bulutu ile çekirdek arasındaki alanın sevgi ile dolu olduğunu söylemiştim. Size, sizin bir parçanız olan iyiliksever ve yaratıcı enerji kaynağının

benim de bir parçam olduğunu söylemiştim. Bütün her şeyin birarada olma durumudur. Onu bir ağacın, toprağın veya çimenin içinde bulabilirsiniz. Onu havada bulabilirsiniz ama kim diye soramazsınız çünkü biz tekil değiliz. Siz çorbanın içindeki rayıhayı sayamazsınız veya tuz tam şuradadır diyemezsiniz. O sadece ve yalnızca hep beraber olarak çorbadır.

Tanrı'da bir İnsanın bilinci ile birlikte bir İnsanın aklına sahip değildir. Tanrı ayrıca birçok birbirinden ayrı bilincin toplamı da değildir ve bunu anlamak sizin için çok zordur. Tanrı insanların her biri ile, 6 - 7 milyar insan, aynı zamanda ayrı ayrı konuşabilir. Tanrı her biriniz ile ayrı ayrı ama aynı anda sevgi dolu ve şifa veren konuşmalar yaparken kişisel konuları ele alabilir. Bunu bir düşünün! Bu bir kim değildir (kim ile tanımlanacak bir varlığın işi değildir). Burada evrenin yaratıcısı söz konusudur. Bu ilâhi, zeki ve sevgi dolu bir enerjidir. Bu kaynağı insanlaştırmayın! O size benzemez.

### Doğrusal Düşünen Kişi

İnsanlar her şeyi ayrı ve bireysel hale getirmek istiyor. Sizler ayırmak, tanımlamak ve sayı olarak ifade etmek istiyorsunuz. Bu insan tabiatıdır zira temas ettiğiniz her yaşayan varlık - bir hayvan, bir böcek, bir ağaç - ayrı ve bireyseldir. Bunların hepsinin ortak noktası budur. Bunların her biri kapalı bir yaşam sistemidir ve BİR şeydir. Dolayısı ile Tanrı'yı bir kutuya yerleştirmek size kendinizi iyi hissettirir. Zira ancak o zaman Ruh

karşısında nasıl eyleme geçmeniz ve tepki vermeniz gerektiğini kavrayabilirsiniz. Tanrı'yı doğrusallaştırmak sizin neyi yapmanız gerektiği ve bunu ne zaman yapmanız gerektiğini hissetmeniz için size yardımcı olmaktadır. Tüm hayatınız boyunca öğrenmiş olduğunuz bütün hayatı idame ettirme özellikleri bunun içine girmektedir ve biz buna insani önyargı diyoruz. Eğer Tanrı sakallı ve kalın sesli bir erkek olarak tahayyül edilirse - yetki sahibi, otorite sahibi figür - daha iyi anlaşılacaktır. Ama Ruh böyle değildir.

Tanrı bir yetki sahibi figür de değildir! Ama pek çoğunuz bunu kabul edememekte ve etmemektesiniz. "Yani şimdi sen evrenin yaratıcısının yürütmenin başında olmadığını mı (patron olmadığını, işin başında olmadığını) söylüyorsun?" Ben böyle bir şey söylemedim. Tanrı ailedir. Eğer herhangi bir otorite enerjisi varsa, o zaman siz bunu Tanrı ile paylaşmaktasınız çünkü Tanrı sizin içinizdedir. Bu nedenle de otorite sahibi figür olan SİZSİNİZ.

Herhangi bir protokol da yoktur! Beni duydunuz mu? Herhangi bir jenerik protokol yoktur! Binlerce yıllık din uygulamaları sonucunda "Tanrı'nın lütfunu veya iltimasını kazanmak" için gerekli olan ve sayıları binlerle ifade edilen kurallar yaratılmıştır. Ya bunların hiçbiri gerçekte böyle değilse? Size bir şey sormama izin verin: Eğer siz kendi bedeninizin hücresel yapısı ile konuşmak isteseydiniz kullanılması gereken protokol ne olurdu? Eğer siz kendi kendiniz ile karşı karşıyaysanız, o

zaman nasıl başlarsınız? Şöyle uygun giysiler giymeli, diz çökmeli ve gerekli hazırlıkları mı yapmalısınız? Eylemlerin çerçevesini oluşturacak ve işlerin daha iyi yürümesini sağlayacak şekilde bir şeyler mi icat etmelisiniz? Yoksa sadece basitçe aklınızı kullanarak içeri mi girmeli ve sahibi olduğunuz şeyle mi konuşmalı ve bilmeceyi mi çözmelisiniz? Ne demek istediğimi anlayabiliyor musunuz? İnsanlar hiçbir zaman Tanrı'yı kendi içlerinde olarak düşünmezler. Bunun yerine Tanrı'yı tamamiyle ayrı tutmak isterler. İnsanlar Tanrı'yı yüceltmek ve Ruhunu onu karşılarda görebilecek şekilde bir sunak üzerine yerleştirmek isterler ve hattâ kiminle konuşmakta olduklarını daha iyi ve görsel olarak tahayyül edebilmek için belki de bir heykel bile yapabilirler. İşte bu Tanrı'nın insanlaştırılmasıdır.

### **Rehberler ve Melekler**

Şimdi Tanrı'nın insanlaştırılması ile ilgili olarak en kötü senaryo hakkında biraz konuşalım ve söylemek gerekir ki bu husus pek çoğunuzun ta çekirdeğine dokunmaktadır. Bu sizin rehberleri ve melekleri nasıl görselleştirdiğiniz ile ilgilidir. Şimdi bunlar size şimdiye kadar söylenmiş olan pek çok şeyden çok önemli ölçüde farklı olacaktır. Onun için farklı düşünebilmek için kendinizi hazırlayın. Bu söylenecekler herhangi bir ilâhi varlıkta bir azalmaya neden olmayacak (daha az önemli hale getirmeyecek) ve sadece bu varlığı çok boyutlu düşünce sistemi ile uyumlu hale getirmek için geliştirecek ve genişletecektir.

Melekler gerçekten de var mıdır? Kesinlikle vardılar ama sizin düşündüğünüz veya size öğretilmiş olduğu gibi değil. Kadim zamanlarda melekler insanları ziyarete geldiklerinde ve o zaman ki olaylar bu deneyimlere tanık olanlar tarafından anlatıldığında, o olayların bu kişilerin kağıt üzerinde ifade edebildiklerinden çok daha farklı şekilde cereyan ettiklerini size garanti edebilirim. Bir melek bir insanın önünde görünür hale geldiğinde, melek hızla dönmekte olan bir enerji topu gibi görünmektedir hattâ bazen sıcaklık vermeyen ve yanarken hiçbir şey tüketmeyen bir ateş gibi görünmektedir. Melekler insan şeklinde değildirler ve hiçbir zaman da olmamışlardır. Melekler 3 boyut varlıkları olmayıp çok boyutlu varlıklardır. Buna rağmen siz onlara deri ve kanatlar ile beraber bir de isim vermek istiyorsunuz. Neden? Çünkü bu sizin kendinizi onlar ile ilgili olarak daha iyi hissetmenizi sağlamaktadır. Bunu anlayabiliyoruz.

"Kimdir onlar?" Siz onlara isimler vermekte ve hattâ bununla birlikte onlara birçok özellikler de tahsis etmektesiniz. Bu melek şu işler yapar, şu melek şu işleri yapar. Peki ya ben size meleklerin hepsinin her birlikte olduğunu söyleseydim? İşte siz buna tepki gösterirdiniz. "Bundan hoşlanmadım. Ben onların bireysel varlıklar olmalarını ve farklı işler yapmalarını istiyorum." İnsanlar meleklerin "Tanrı'nın ilâhi fabrika işçileri" olmalarını ve her birinin farklı işi yapıyor olmasını istemektedirler. Ama durum böyle değildir! Siz havayı teneffüs sırasında içinize çektiğinizde bu

hava her birinin ayrı ismi ve işi olan bireysel moleküller olarak mı sıralanmakta ve sıra ile ciğerlerinize girmektedir? Fizikte "birbiri ile içiçe (karışık halde) olmak" şeklinde ifade edilen konseptte alışmanız iyi olur. Bu kuantum dünyasında kullanılan bir kavramdır ve maddenin her an her şey ile bağlantılıymış gibi görünmesini ifade eden maddenin bir özelliğini tanımlamaktadır.

Ben sizin çok mükemmel ve güzel olan bir şeye alışmanızı istiyorum. Siz her şeyin bir parçasınız. Siz onlardan ayrı değilsiniz. Siz ona aitsiniz. Sizler 3B'de bireysel bedenler olabilirsiniz ama çok boyutlu dünyada sizler her şey ile bağlantılısınız!

Rehberler ve yardımcıları ile ilgili olarak daha spesifik ve tarihsel bir çerçeve içinde konuşalım. Kadim insanların celseleri (yazıları) sizin üç rehberi görselleştirme biçiminizle uyumlu olagelmıştır. Ancak, bu yeni perspektifte "üç" rakamı ile ilgili farkındalık geliştirmelisiniz çünkü size 3B'den farklı olan bir şey vereceğim.

Yirmi yıl önce ben sadece sizin "üç rehber" algınız ile uyumlu davrandım. Bu algı ve kavram size hizmet ediyordu ve başka bir şey olarak anlamak da herhangi bir hikmet içermiyordu. Ama şimdi işler değişti. Size haberlerim var: Sizin üç rehberiniz filan yok. Üç rakamı sadece yardımcı enerjinin nümerolojik tanımlamasıdır. Üç rakamı başka bir anlama "işaret" görevi ifa etmektedir. Bugün daha önce (daha erken yapılmış olan başka bir celsede) benim celselerim sırasında sizlerin

hepinizin üçüncü bir dil ile katıldığınızı söylemişim. Bazılarınız benim partnerim ile yaptıklarımı hiç duymuyorsunuz (okumakta olduğunuz celseler). Bunun yerine sizin kendi kişisel mesajlarınız oluşmakta ve bunlar şu anda size aktarılmaktadır. Bu nedenle, bizim "üçüncü dil" dediğimiz katalitik bir çok boyutlu dildir.

Bu sizinle benim aramdaki enerjiyi katalize etmekte ve sizler benim önümde oturduğunuzda ve o üçüncü gözünüzü açtığınızda, kozalak iyice açılmış durumdadır. Bu katalizörün işine başlama anıdır ve sizler bu andan itibaren sezgisel ve iletişimsel mesajlar almaya başlarsınız. Bu sizin içsel olarak adlandırdığımız enerji veya sizin yüksek benliğiniz ile benim bulunduğum yer olan perdenin öbür tarafı arasındadır. Bu dil sizin sezginiz aracılığı ile iş görmekte, size parlamalar halinde talimatlar ve ayrıca sevgi vermektedir. İşte bu üçüncü dildir.

### Sizin Üç Rehberiniz Yoktur

Şimdi sizin gerçekten üç rehberiniz var gibi görünmektedir zira Ruhun insanlar ile kullanmakta olduğu ve ilahi olan üç adet belirgin enerji vardır. Bunu ilk kez gören ve yayımlayan insan İlyas peygamberin çırağı olan Elyasa idi. O İlyas'ın yükselişini izlerken sanki İlyas'ın gönüllü yükselişi sırasında kullandığı araba üç beyaz at tarafından çekiliyormuş gibi bir görüntü oluşmuştu. O bu deneyimin tamamını Merkabah olarak isimlendirmişti. Bu İbrance bir kelimedir ve binmek, sürmek anlamına gelmektedir.



Elyasa'nın gördüğü aslında İlyas'a ait olan üç adet enerji idi ve bunlar İlyas'dan ayrı olan rehberler veya melekler değillerdi. Bunun yerine, İlyas onlarla birlikte geldi ve birlikte gitti. Sevgili varlıklar sizler bir parçası yaşam için sizden ayrı duran mükemmel bir ilahi enerji ile birlikte gelirsiniz. Sizler düşündüğünüzden daha büyüksünüz. Sizin rehberleriniz de sizin bir parçanızdır. Onlar sizden ayrı değillerdir, başka yerlerden gelmemektedirler ve değişmezler. "Hoppala, Kryon bundan önceki kitaplarda onların değiştiğini söylemiştim." Gerçekten de öyle söylemiştim çünkü sizin gerçekliğin daha basit bir versiyonunu anlamanızı sağlamak istemiştim. Ama artık sizler mezun oldunuz.

### **Ruhun Karanlık Gecesi - Görünürde Bir Rehber Değişikliği**

Şimdi size duymanız gereken başka bir şeyi anlatacağım. Birçoklarınızın yaşadığı bir durum vardır; meleklerinizin, rehberlerinizin veya bunlara artık siz ne ad veriyorsanız, bir süreliğine uzaklaşmış olduklarını zanneder veya böyle olduğuna inanırsınız. Kryon çalışmasının başında size 90 güne kadar çıkabilecek olan bir süre zarfında bizim deyimimizle "yeniden ayarlanmak" durumunu deneyimleyeceğinizi söylemiştik. O zaman buna "Emplant" adını vermiştik. Bu "değişim için iznin yerine yerleştirilmesi (implante edilmesi) idi. Bu durum genelde rehberlerin ve meleklerin 90 güne kadar çıkabilecek bir süre zarfında kaybolmaları gibi bir algı ile eşleşebilmekteydi.

Rekalibrasyon (yeniden ayarlanma) yapan her bir insan, bunu kaç kez yaptığında bağımsız olarak, her türlü yardımdan yoksun kaldığı izlenimine kapıldığı ve Ruhun kendisinden uzaklaştığı gibi bir duyguya yenildiği bir dönem geçirir. Size bu bilgiyi şimdi veriyorum çünkü bazılarınız şu anda bu dönemi geçirmektesiniz, bazılarınız bu dönemi önceden geçirdiniz ve bu sizin olduğunuzu düşündüğünüz durum değildir. Şimdi ben nihai olarak size durumu ve neler olduğunuzu açıklarken beni dikkatlice dinlemenizi istiyorum.

Ruhun sizi dinlemediğini veya rehberlerinizin gitmiş olduğun düşündüğünüz bu yeniden ayarlanma (kalibrasyon) dönemi sırasında yapılacak en iyi şey iyi bir kitap okumaktır. Olayın ne olduğunu anlamaya veya açıklamaya çalışmayın. Herhangi bir karar vermeyin. Yaşadığınız mekanı değiştirmeyin. Eğer mutlaka bir şeyler yapmak istiyorsanız, neden sadece sandalyenizde oturup, "Bana bunu yaşatmayı seçecek kadar beni önemsedğin için sana teşekkür ediyorum Tanrı'm. Çünkü bu dönemin sonuna geldiğimde ve arkamda bıraktığımda ben artık farklı bir insan olacağım." deyin. Gerçekten de farklı biri olacaksınız!

İnsanlar daha yüksek düzeyde titreşmek için bilinçli niyet ve hür irade ile yeniden uyumlanma (ayarlanma) işlemini yaparlar. Yeniden uyumlanma (ayarlanma) ile birlikte daha çok ilâhi görüş, daha çok sezgi, daha fazla ışık ve kim olduklarına dair daha çok içgörü ve ilham ortaya çıkar. İnsanlar yeniden uyumlanma sonrası başarмыш

oldukları merdiven enerji değişimi ile yeniden meydana çıktıklarında rehberler de en azından görünüşte yeniden ortaya çıkarlar! Ama ben sizlere gerçeği söyleyeceğim. Siz onların değişmiş olduklarını mı sanıyorsunuz? Aslında hep orada olmuş olan aynı enerji paketleri ve setleri vardır ortada ama siz şimdi onları daha iyi görebilmektesiniz. Ne söylediğimi anlayabiliyor musunuz? Bununla birlikte, 3 boyut'daki görüntü sanki bir grup veya setin gitmiş ve yerine yenisinin gelmiş olduğu şeklindedir. Aslında olan şey sizin böyle önemli bir değişimden geçtikten sonra onların size farklı olarak görünüyor olmalarıdır! İşte siz böyle büyük bir değişimden geçmiş olursunuz. Siz değiştiniz; onlar değil.

Bunun daha önceden olmuş örnekleri var mıdır? Evet. Sizin kadim yazılarınızda ve mesellerinizde ayrıntılı bir şekilde anlatılmıştır bu durum ve ben sizlere bunu söyleyeceğim. Bunları herhangi bir kimseyi rencide etmek amacı ile anlatmıyorum ama bu sohbet ile sizin benim gideceğimi beklemediğiniz bir yönde belirli bir noktaya varmak istiyorum. Size gerçeği anlatacağım ve gerçek çok güzeldir. Tarihi anlatılarınızda bu durumlar açıkça ve anlatılamaz şekilde belirtilmiştir. Sevgi ustası haca gerilmiş ve ölmek üzeredir. Kontrol ve yetkiyi ellerinde tutan belirli insanların onlara en çok şeyi anlatabilecek ve gösterebilecek olan ustayı öldürmeye karar vermiş oldukları gün karanlık bir gündür. O kişi ümitsizlik içinde haykırmakta ve gözyaşı dökmekte ve "Tanrım, beni unuttun mu?" demektedir. Siz ustanın böyle

bir ifade kullanmasını bekler miydiniz? Bu Tanrı'nın oğlu olduğu ilan edilmiş olan kişiydi!

Sizlere bunun nedenini anlatacağım. O, o anda değişimi gerçekleştirmek üzereydi. Ve gerçekleştirmek üzere olduğu değişim içinde görünüşteki rehber enerjinin yeniden ayar edilmesi gerekmektedir. İnsan İsa bir an her şeyin kaybolmuş, gitmiş olduğu izlenimine kapıldı ama sadece bir an. Ama yine de besbelli ki çok zor durumdaydı çünkü aniden ve tüm hayatı boyunca birlikte olmaya alıştığı destekten yoksun olarak koyu bir karanlık içine düşmüştü. Derken hepsi birden geri geldiler ve ilâhi durum daha da gelişmiş ve güzelleşmiş olarak yeniden tesis edilmiş oldu. İşte bu yükselme sürecidir.

Sizde de bu özellik mevcuttur. Bu "Tanrı'nın Oğlu" size sizlerin de "Tanrı'nın Oğulları" olduğunuzu söyledi. Besbelli ki kendisinin buradayken yapmış olduğu her şeyin sizin de yapabileceğiniz şeyler için birer örnek oluşturduğunu söylemek istiyordu. Eğer bu sürecin içinden geçerseniz, size şunu söylemek istiyorum: Tanrı sizi asla terk etmeyecektir! Siz Tanrı'yı bedeninizden çıkaramazsınız. Siz tüm yaşamınız boyunca Tanrı'yı inkar edebilirsiniz ama bir şifacının veya medyumun yanında kaç melek birlikte yürüyorsa sizin yanınızda da aynı sayıda melek yürümektedir. İnancınız hakkında herhangi bir hüküm verilmez, sadece sevgi verilir.

(Devamı gelecek sayıda)

**“Lütfen Yeni Yılda  
Aboneliğinizi  
Yenilemeyi  
Unutmayınız!..”**

## **Değerli Okuyucularımız**

Sevgi Dünyası Dergimiz  
Haziran 2007 tarihinden  
başlamak üzere yalnızca  
abonelerimize ulaşmaktadır.

Bizlerle olmaya devam etmek istiyorsanız,  
Haberleşme adresi: [sevgidunyasidergisi@gmail.com](mailto:sevgidunyasidergisi@gmail.com) ve  
PK: 227 Beyoğlu/İstanbul.  
En içten sevgilerimizle  
Sevgi Dünyası



Adı, Soyadı: .....  
Adres: .....  
Posta Kodu: .....  
İlçe: .....  
İl: .....  
Tel: .....  
Abone ücreti: Yurt içi (60 TL) .....  
Yurt dışı (70 TL) .....  
Posta Çeki No: 385999 (Sevgi Yayınları)

Kişisel Gelişim Programları  
Şirketlere Özel  
Koçluk Hizmeti  
Telkinle Zayıflamak  
Telkinle Sigara Bırakmak  
Evlilik Okulu  
Çocuk ve Gençlik Sorunları  
Ölçme ve Değerlendirme  
Eğitim

# TANALTAI

**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ**

Tel: (0216) 414 25 10  
E-mail : [tanaltay@psikolog.org](mailto:tanaltay@psikolog.org)  
[www.psikolog.org](http://www.psikolog.org) • [www.tanaltay.com](http://www.tanaltay.com)