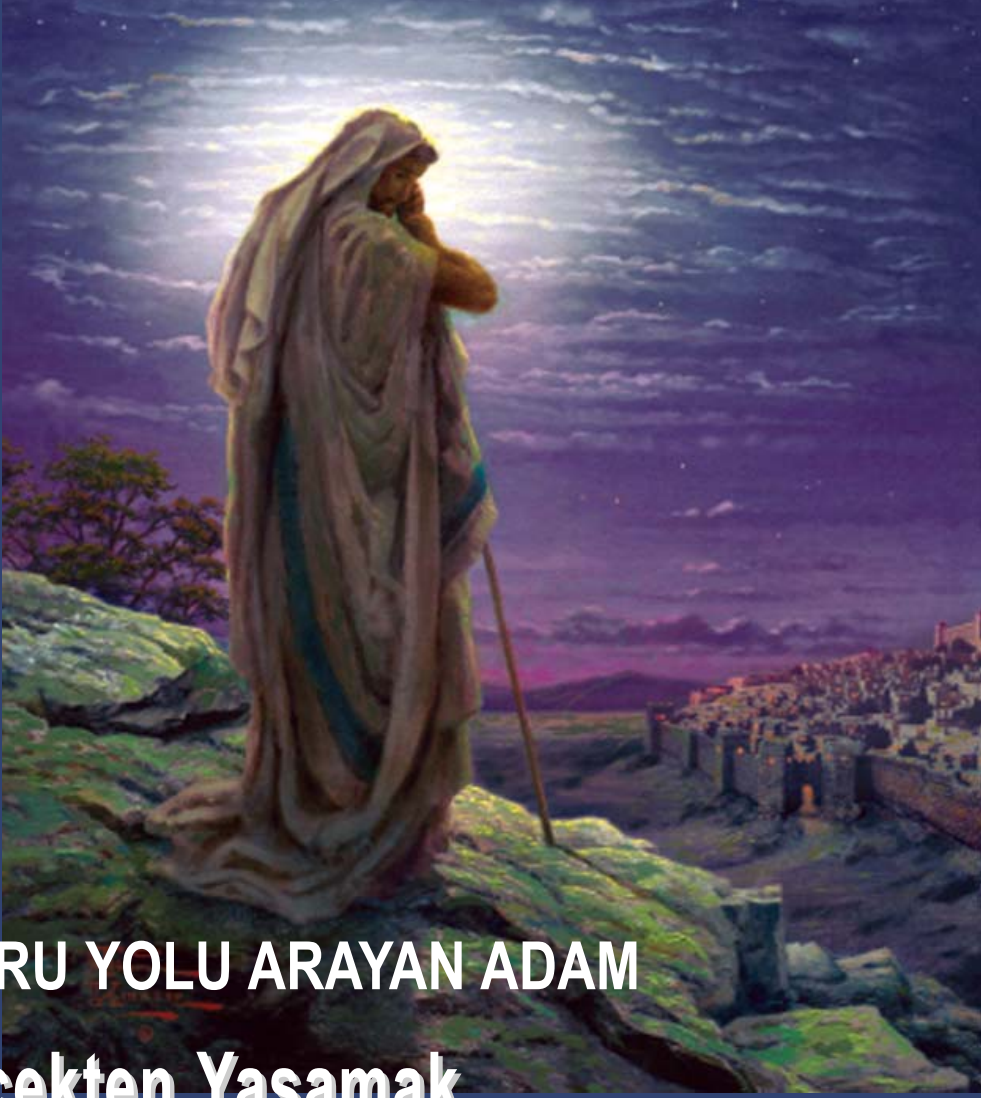


# SEVGİ

DÜNYASI

KASIM 2011 Sayı: 515 Fiyat: 5 TL



**DOĞRU YOLU ARAYAN ADAM**

**Gerçekten Yaşamak**

**TANRISAL VAHYE KUL SÖZÜ KARIŞINCA**

## İÇİNDEKİLER

Doğru Yolu Arayan Adam ..... 2  
**Dr. Refet Kayserilioğlu**

Tanrısal Vahye  
Kul Sözü Karışınca ..... 8  
(Tanrı Yanılgısı - III)  
**Ahmet Kayserilioğlu**

Gerçekten Yaşamak .....13  
(Bilgelik Belgeleri)  
**Güngör Özyiğit**

Dalai Lama'dan Yaşama Dair  
Görüşler - II ..... 19  
**Derleyen: Nihal Gürsoy**

Toplumsal Kökenli  
Ahlâkın Türleri ..... 26  
**Yalçın Kaya**

Pozitif Psikoloji ..... 32  
(Yüksek Performans Teknikleri)  
**Çeviren: Nelda Bayraktar**

Tanrı'nın İnsanlaşması - II ..... 41  
(Canlı Kryon Selsesi)

Uzaylı Olsan Dünyaya İner miydin?.... 48  
**Neva Ç. Banes**

Dergimizin internet sitesini

[www.sevgidunyasidergisi.com](http://www.sevgidunyasidergisi.com),

[www.dostluk.org](http://www.dostluk.org)

adreslerinden ziyaret edebilirsiniz

# Sevgili Dostlar

*Dar yerlerden geçerken, sabrımız, dayanıklılığımız, sevgimiz ve inancımız zorlanırken, yani felâket ve zulüm zamanlarında ilk yaptığımız şey kendimizi ya da bir başkasını suçlamaktır. Oysa bu zamanlar toparlanmak, dik durmak, yola devam etmek için kendimize inanma, değerlerimize sahip çıkma zamanlarıdır. Hatalardan ders çıkarma işini böyle zamanlarda yapmamaya çalışmalı, kendimizi ve başkalarını ümitsizliğe, bezginliğe ve vazgeçmeye götüren dikkatsiz adımları atmamalıyız. Vesveseli ve karamsar düşünceler, aslında bize ait olmayıp da aklımıza getirilmeye çalışılan nice kötü ve karamsar fikirlere zemin hazırlarlar. Bunlar birbirine dolanıp yumak halinde bir çığ gibi büyürken zihnimizde, biz onların etkisiyle tüm olumlu kanallara kendimizi kapar, karanlık ve yalnız bir yerde olduğumuzu zannederiz. Ve kaçınılmaz olarak dört bir yanımızın bizi tüketmek, sömürmek, yok etmek isteyenlerce sarıldığına kani olduğumuz için öfke dolu, tedirgin ve saldırgan oluruz. Oysa hiçbir şey bizi sevgiden, O'nun sevgisinden ayırmamalıdır. O bizi her zaman ve her şartta sonsuz ve gerçek bir sevgiyle ayırt etmeksizin sevmekte devam ederken, O'nun sevgisinden bizi ayıran tek şey, O'nun bizi artık sevmeyeceği, O'ndan bir şey dilemeye bile hakkımızın, yüzümüzün olmadığı düşüncesi ve kanaatidir. Bu konuda bugüne kadar söylenmiş tüm akıl yürütmeleri, sonuçta bizim O'nun sevgisine lâyık olmadığımızı getiren tüm görüşleri bir kenara bırakın. O'nunla ve O'nun sevgisiyle aranızda hiçbir şeyin, hiçbir kimsenin, hiçbir bilginin ve inancın girmesine izin vermeyin. O'nun adına birileri çıkıp sizi köşeye sıkıştırmaya, kendinizi kötü hissettirmeye çalıştığında, içinizdeki en derindeki en sıcak yerde O'nu bulduğunuzda deyin ki:*

*“Allahım, seninle arama hiçbir şeyin ve hiç kimsenin girmesine izin vermiyorum. Senin beni hiçbir zaman bırakmayacağını biliyorum. Tüm korkulardan ve kötülüklerden Sen'in adına ve koruyucu hayrına sığınıyorum.”*

*Işığımız bu inanç ve güvenle parlayınca felâket ve zulüm altındaki kardeşlere ümit, sevgi, hayır götürebilir ve derman olabiliriz. Hayır, bir tutam tuzda, iyi gören gözde, doğruyu yerinde söylemesini bilen sözdedir. Hayır bizim özümüzdedir. Onu çıkarmalı ve öyle kurtarmalıyız.*

*En Derin Sevgilerimizle*

*SEVGİ DÜNYASI*

*Bu hikâyede  
kendinizi  
bulacaksınız...  
Bu hikâyeye size,  
yolunuzu doğru  
bilinçlendirmenizde  
yardımcı olacak..  
Bu hikâyeye size  
görevinizi  
düşündürecek.*



Dr. Refet Kayserilioğlu

# Doğru Yolu Arayan Adam

Bütün dünyayı dolaşmıştı. Bütün dinleri, bütün inançları, felsefi ve ekonomik ekolleri incelemişti. Sıkıntılı, kavgaları, düşmanlıkları ve kötülükleri dindirecek, insanları bir edecek bir yol arıyordu. Bulamıyordu, yorulmuş, ümitsizliğe düşmüştü. Güzel diye sarıldığı bir dine bakıyordu. Yalnız o dine girenleri kolluyor, onun dışındaki insanları cehenneme yolluyordu. Dıştakileri kâfir biliyor, mecbur olmadıkça onlarla ilişki kurmamaya özen gösteriyordu. Böyle bir inançla insanlar nasıl birliğe ulaştırılabilirdi? Gelişmiş dediği ülkelerin aydınlarını incelemişti, yöneticileriyle, bilim adamlarıyla görüşmüştü. Hepsinin düşüncelerinin ve davranışlarının temelinde yalnız kendi çıkarı, kendi geleceği, kendi yaşamı, kendi rahatı ve kendi zevki ön planda geliyordu. Başkalarını düşünüyor görmeleri, yine kendi çıkarları öyle gerektirdiği için oluyordu. Gerçekten yorulmuş, ümitsizlik ve karamsarlık

içinde, "Ne olacak bu dünyanın hali, bu insanların hali?" diyordu. "Kim, hangi fikir insanlara etki yapacak, insanları doğruya ve iyiye çekecek?" diye soruyordu.

Öyle bitkin, öyle ümitsiz giderken تنها bir yolda, bir ses geldi kulağına. Tok ve inançlı, gerçeği dile getirdiğinden emin, güçlü bir ses:

*"Ve biliniz ki, insan sıkıntılıdır. Ve biliniz ki, şimdi gönüllerde yer eden O'nun dilediğinden başkadır da, ondandır hep sıkıntı ve ondandır hep böyle ayrı ayrı, bölük bölük toplanmak. Ve işte ondan yalan ortada ve işte ondan kavga her zaman var. Ve işte ondan düzen böyle bozuk... Böyle gidecekse, böyle duracaksa her şey yerinde, size ve kardeşlerinize ne yazık!.."*

*"Eğer gözünüzün önündeki perdeyi açmak istiyorsanız, önce gönünüzü gerçekten arıtıp, her şeyinizle yönünüzü*

*O'na dönünüz. Göreceksiniz, her şey daha bir başka, duyacaksınız, her ses aslında daha çok hayrınızdır. O, her şeyi hayrınıza varetmiş çünkü..."*

Bitkin ve ümitsiz yolcu irkildi. Söylenenleri dikkatle ve hayretle dinledi. Evet, o da görüyordu, insanın sıkıntıda olduğunu, o da biliyordu insanın yalnız, çaresiz olduğunu. Yalanın, kavganın, düşmanlığın hep var olduğunu, düzenin bozuk olduğunu her yerde. Bunlara çare için çıkmıştı yola. Dinlerden, düşünürlerden, felsefeden, tarihten, değişik bilim adamlarından insanlığın kurtuluşu, insanlığın birliğe, barışa, ebedi huzur ve mutluluğa ulaşması için çareler sormuştu. Gerçek ve geçerli, herkesin kabul edebileceği bir çareyi kimse gösteremiyordu. Düşünen insanlar ümitsizdi. Dünya iki süper gücün liderlerinden anlaşmalarını bekliyordu. Ama onlar kendi kişisel çıkarlarını, sonra kendi milletlerinin çıkarlarını

düşünüyordlardı. Biri diğerini ve diğerinin milletini hiç düşünmüyordu. Her iki taraf da "önce ben" diyordu, "önce sen" diyen yoktu. Ya öteki milletler, öteki yoksul ülkeler?.. Onları kim düşünecekti?!.. Kulağına gelen bu güçlü ses, sebebi de bildiriyor, çareyi de gösteriyordu.

*"Şimdi gönüllerde yer eden, Yaratan'ın dileğinden başkadır da, ondandır hep sıkıntı ve*

*ondandır böyle ayrı ayrı, bölük bölük, toplanmak."*

Gerçek yolcusunun zihninde bir soru belirdi: "Neydi gönüllerde yer eden, O'nun dileğinden başka olan ve neydi O'nun insandan beklediği?"

O güçlü ses aynı kesinlikle cevap verdi:

*"Almaktan, yalnız kendinize almaktan usan-*

*miyorsunuz. Vermeyi denemiyorsunuz. Gönlünüzdeki kini yene-miyorsunuz. İşte bu yüzden böyle boştasınız. İşte bu yüzden bekliyorsunuz. Bunun için gülemiyorsunuz."*

Gerçek yolcusu adam, duyduklarından şaşkın, düşündü. Doğruydu bu söylenenler. Gerçekten insanlar bugün, yalnız almayı düşünüyordlardı. Hep almakla mutlu olacaklarını sanıyorlardı. Vermeyi denemiyorlardı. Hâlbuki gerçek mutluluk vermekle bulunurdu. Sevmeyen, bilgisini artırmayan, çalışmayan, iyide ve doğrudan olmayan nasıl mutlu olabilirdi?!..

O yüce gerçekleri dile getiren inançlı ve güçlü ses, insanların kurtuluşu için doğruyu arayan adama, konuşmaya devam ediyordu, O'nun kuşku-larını görürcesine:...

*"Kötüler, kendi geleceklerine kötülük ederler. Çünkü kötülük dönüçüdür aslında. O, sizi sevgisinden varetti, sevmesini bilesiniz diye. Özünüze dönünüz!..*



Resim: "Barış İçin Dua Eden Kişi" Thomas Kinkade

*Özünüzde O'nu görünüz de, gerçek sevmeyi biliniz, sevdiğe bulunuz. İyilikle, hayırla olunuz. Sizi kurtaracak yalnız iyiliklerinizdir."*

"Demek, O bizi sevgisinden varetmiş. Demek hepimizin özünde O'nun sevgisi, yani O'ndan bir öz var" diye düşündü gerçek yolcusu "Öyleyse kardeşiz özümüzden. Öyleyse insan kardeşine kötülük eden, adeta O'na kötülük etmiş oluyor." Burada irkildi, bu düşünceler ürküttü onu. Düşünceye kaldı. "Kendi derdinden, isteklerinden, kendi çıkarından başka bir şey düşünmeyen insan kardeşlerime bu gerçekleri nasıl öğretirim?!" diye... O güçlü, o inançlı, o hâkim ses, bu düşüncelerine de cevap vermeye başlamıştı:

*"Aslında işinize gerçek elle, gönülle, açık gözle, temiz düşünceyle sarılabilseniz, içinizden üç kişi bile yetecektir, hayrın dağılıp, insanın durulmasına."*

Demek ki diye düşündü yolcu, iki inançlı ve hizmet için kendini adanmış, iki doğru ve hayırlı insan daha bulunmam lâzım. Onlarla gönül birliğine varmalıyız. O'nun yolunda hizmet için, insan kardeşlerimizi hayra çekmek için biribirimize ve O'na söz vermeliyiz. İçindeki ses tasdik edercesine söze karıştı:

*"O'na söz veriniz. O bir tek, yalnız olan, yaratılmamış Yaradan ve Sizi Sevgisinden Vareden, size görev vermişse yapınız!.. Kurtuluşu, dirilişi, düzeni, sükûneti, mutluluğu istiyorsanız..."*

Güzel de nasıl başarırız bu büyük işi, nasıl kurtarıyoruz insanları tutkularından, yanlış bildiklerinden, yanlış alışkanlıklarından?!. Gerçek yolcusunun gönlünden ve aklından kuşklar geçiyordu. Gönlünü ve aklını gören ve duyan haberci, onun kuşklarını gidermek istercesine söze başladı:

*"Aklını ve gönlünü, emeğine kullanmayanın mahsulü kısır olur. Çünkü O sizi, sevgisinden varettil. O'nun sevgisinin sizde olan en belirgin yeri, şüphesiz ki, gönlünüz ve aklınızdır. O'nun sevgisinden vermediğiniz şeyden hayır beklemeyiniz. Sevgi ile başlayınız, sevgi ile bitiriniz. Göreceksiniz neler elde edeceksiniz."*

"Aklımı ve gönlümü işime, görevime vereceğim. Yani ne yapacağım?" diye düşündü doğru yolu arayan adam. İnsanları bir etmek için, birbirini sevmelerinin, kavga etmelerinden daha yararlı olduğunu göstermek için düşüneneğim. Onlara doğrulan benimsetebilmek için önce benim, doğru diye kabul ettiklerimi uygulamakta olduğumu göstermeliyim. Sözlerimle, davranışlarım birbirini desteklemeli. Söylediğimin doğruluğuna gönlünden inanırsam, başka türlü davranmam zaten. Öyleyse insan kardeşlerime doğruları, gerçekleri nasıl benimseteceğimi

iyice düşüneceğim, planlayacağım, sonra gönülden inandığımı göstereceğim. Daha sonra da onları sevdiğimi, onların hayrını istediğimi, hepimizi Sevgisinden Vareden'in hoşnutluğunu kazanmaktan başka kendime bir şey istemediğimi belirtmem gerekecek. O'na yakın olmam, O'nun rızasını kazanmam başka nasıl olacak?! O güçlü ses yine söze başladı, yavaş bir tonla, âdeta fısıldar gibi:

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

Evet, arınmış gönül, iyiliklerle dolan, kendi çıkarından önce, hattâ kendi ihtiyacından önce kardeşini düşünen gönül demektir. Arınmış gönül, kötülüklerin her şeklinden sıyrılmış gönül demektir. İyiliği düşünen, insan kardeşini ve Yaradan'ını gerçekten seven, arınmış gönüldür. O güçlü ses yolcunun düşüncelerinin arasına karıştı:

*"İyiler, yaptıkları hayırda, kendilerine olanı unuturlarsa, işte o zaman hayır gerçektir." Bir süre sustu, bekledi, bekledi, sonra yeniden söze başladı; "Bir gönüle, bir yoldan değil, bin yoldan girilir. Yolu siz bulacaksınız. Elbet ki, bin gerçeği değil bir gerçeği vermek için. Ve yalan olmadan. Bütün işiniz yalnız bu."*

Evet, hayır ve hizmet yaparken bundan asla kendime bir şeyler beklemeyeceğim, hattâ övgü ve takdir olunmamı bile. Çünkü gerçek takdir edecek O'dur. Hizmet etmek, bir insanlık görevidir, bir insanlık borcudur aslında. "Doğru" dedi o güçlü ses,

*"Borçlusunuz, varoldunuz, yaşıyorsunuz, her şeyinizle. Ebette ki, borçlusunuz. Ona olan borcunuzu, birbirinize iyi yaptıklarınızla ve iyi verdiklerinizle ödersiniz."*

Peki, ama nedir vereceğim tek gerçek? Sonra düşünceleriyle doğruyu

kendisi buldu. Tek gerçek, O'nun varlığı ve O'nun birliğidir. O'nun bizi sevgisinden varetmişti ve bizim kardeş olarak birbirimizi sevmemiz, birbirimize yardım ve hizmet etmemiz gereğidir. Bu düşüncelerinin doğruluğu onaylarcasına o güçlü ses söze başladı:

*"Siz, gerçeklerin tadını tatmak, iyiliklerin ipliğini bükmek için var olansınız. İki büküm olduğunuz halde, topunuz parlak bir incisiniz."*

İki büküm oluşumuzla, kadın erkek iki ayrı cins oluşumuzu, birbirimize bağlı olarak dolanarak gidişimizi kastediyor herhalde. Demek ki hem iyilikler yapmak, onun mutluluğunu tatmak, hem de gerçeklerin tadını tatmak için varolmuşuz. Yani yeni şeyler öğrenerek, bilgilerle yeni güçler kazanarak yükselmek, öylece büyük mutluluklara ulaşmak için var olmuşuz. Güçlü ses söze karıştı:

*"Daima yükselin, daima bilin... Yükselmenin merdiveni"*



*beş basamaklıdır: İyilik, doğruluk, çalışmak, bilgi ve sevmek. En üst basamak da, en kuvvetli basamak, sevmek. Seviniz, dost olunuz. Zaten bir gün, ya hep beraber olacaksınız, ya hep beraber yok olacaksınız. Dost olmaya, bir olmaya alışın. Bilgi herkesi alâkadar eder. Boş şeyler, yalnız onunla uğraşanı alâkadar eder."*

Gerçeği arayan adam, bir bilgi hazinesi bulmuştu. Kısacık bir konuşmada neler neler öğrenmişti. Şimdi içindeki sıkıntıların sebebini anlamıştı. Niçin bütün dünyayı dolaşmıştı? Niçin insanları birliğe ulaştıracak bir güçlü bilgi, bir güçlü yol aramıştı?!. Neden hiçbir yerde bunu bulamamıştı?!. Tam ümitsizliğe kapılmış, kabuğuna çekilip, kederle kendi üstünü örtecekken bir güçlü ses, bir yüce bilgin varlık, onun imdadına yetişmişti. Ona bir çırpıda doğru yolu göstermiş, varoluşun sebebini öğretmiş, Yaradan'ını daha çok tanıtmış, daha çok

sevdirmişti. Şimdi ne yapacağını, nasıl yapacağını, insanları nasıl iyiye, doğruya, sevgiye ve birliğe çekeceğini biliyordu.

Bu, elbette kolay bir iş değildi. Herkese bildiklerinin, doğru diye sarıldıklarının eksikliğini veya yanlışlığını kabul ettirmek kolay değildi. Ama doğru yolu bulmuştu. Her çeşit zorluğa, sıkıntıya, horlanmaya katlanmaya hazırды. Belki bu yolda onu yok etmek isteyeceklerdi. Ama o kararlıydı. Çünkü Yaradan'ı seviyordu, insan kardeşlerini seviyordu. Bu görevi yapması, insanın kurtuluşu, dünyanın huzuru için gerekliydi. Dünyada alınacak her şeyi almış, her zevki tatmış, her imkâna ulaşmıştı. Ama yine de içinde bir boşluk vardı. Aradığı, yapmak isteyip de yapamadığı bir şey vardı. İnsanlar mutsuzdu, insanlar yalnızdı. İnadıkları, yaptıkları onları mutlu etmiyordu, tatmin etmiyordu. Bir şey vardı eksik olan. Onun için yollara

düşmüş, dünyayı, insanları, inançları tanımaya, bir çıkar yol bulmaya çalışmıştı. Şimdi doğru yolu bulmuştu.

Bu bir din değildi, yeni bir din de getirmeyecekti. Bu bir bilimdi. Doğru yolun bilimidir. Bütün dinleri ve mezhepleri, bütün inançları ve görüşleri kuşatan bir büyük bilimdir. Hayatın, varoluşun, doğru davranışların bilimidir. Doğru yaşamının yollarını ve ilkelerini belirten evrensel bir bilimdir bu. Bunu iyice öğrenecek, iyice benimseyecek, tam inançla uygulayacak, insan kardeşlerine örneklik ederek doğruları gösterecekti. Bunun başka çıkar yolu yoktu. Birileri önyak olmazsa, insanların kurtulacağı, dünyanın felâketlerden sıyrılacağı yoktu, insanları ve dünyayı kurtardıkdan sonra, varsın ölecekse ölsündü. O'nun huzuruna borcunu ödemiş, görevini yapmış olarak giderdi ya!... Bu yetmez miydi?!...

## Tanrı Yanılıgısı - III



# Tanrısıl Vahye Kul Sözü Karışınca

Ahmet Kayserilioğlu, Psikolog

*"O zaman Rabbin Amorîleri İsrail oğullarının önünde teslim ettiği gün Yeşu Rabbe söyledi ve İsrail'in gözü önünde dedi: 'Dur ey Güneş Gibeon üzerinde ve Ay sen Ayalon deresinde.' Ve millet düşmanlarından oç alıncaya kadar Güneş durdu ve Ay yerinde kaldı. Yaşar kitabında bu yazılmış değil midir? Ve Güneş göklerin ortasında durdu ve tam bir gün kadar batmakta acele etmedi."*

*(Yeşu 10/12-13)*

## TANRI GÜNEŞE "DUR" DEDİ

İngiliz evrimci biyolog Richard Dawkins'in "Tanrı Yanılgısı" kitabında Tevrat'ta akla ve ahlâka aykırı gördüğü bazı âyetlerin yorumları üzerinde durmuştuk. Şimdi de bunlara biri Tevrat diğeri İncil'den 2 âyet daha ekliyorum.

400 yıl kadar önce "dünya dönüyor" dediği için Papa'nın engizisyon mahkemesinden canını zor kurtaran Galile'yi Tevrat'taki bir âyetin zoraki yorumu ile dinden sapmış olmakla suçlamışlardı. Papalık'ın dünyanın değil, Güneşin dünya etrafında döndüğü sonucuna vardığı bu âyette aslında astronomiden değil, savaştan söz ediliyor. Acaba bu âyet düzmece mi diye hiç kafa yormadan yüzde yüz doğru sanılınca da, böyle gerçek dışı sonuçlara ulaşılması gayet doğal.

\* "O zaman Rabbin Amorîleri İsrail oğullarının önünde teslim ettiği gün Yeşu Rabbe söyledi ve İsrail'in gözü önünde dedi: 'Dur ey Güneş Gibeon üzerinde ve Ay sen Ayalon deresinde.' Ve millet düşmanlarından öç alınca kadar Güneş durdu ve Ay yerinde kaldı. Yaşar kitabında bu yazılmış değil midir? Ve Güneş göklerin ortasında durdu ve tam bir gün kadar batmakta acele etmedi." (Yeşu 10/12-13)

Hız. Musa'nın ölümünden sonra İsrail oğullarıyla beraber Filistin'e yerleşen peygamber Yeşu'nun düşmanlarıyla yaptığı sayısız savaştan biri anlatılıyor yukarıdaki âyette. Savaşı kazanmak

üzere iken Güneş'in batarak karanlıkta düşmanlarının kaçıp kurtulmasını önlemek için peygamber, Tanrıdan o zamana kadar kimsenin cesaret etmediği bir dilekte bulunuyor. Güneş'in yerinde çakılı olarak bir süre daha durmasını ve aydınlıkta onların tümünü yoketmesine izin vermesini diliyor Yaradan'dan. Ve hayret, duası fazlasıyla onaylanıp hem Güneş hem de Ay bir gün boyunca hareketsiz oldukları yerde kalakalıyorlar.

Çok değil, biraz düşününce böyle bir şeyin asla olmadığını anlamamız çok kolay. Astronomi ve Güneş sisteminin dengesi gibi girift konulara hiç dalmadan, sadece tarihi gerçekler ışığında yanlıştın altını hemen çizebiliriz. Öyle ya, bütün dünyada Güneş öylesine yerinde çakılı durup, değişik coğrafyalarda yaşayan insanlar buldukları yere göre bir türlü akşamı ya da sabahı bulamamışsa bunlar yüzyıllar boyunca her dilden yazılıp söylenmez mi hiç?... Efsanelerde, destanlarda, masallarda, anı kitaplarında böylesine bir olay nasıl hem de ballandıra ballandıra anlatılmadan atlanıp geçilebilir ki? Tevrat'tan başka hiçbir yerde Güneşin bir gün boyunca gökte asılı kaldığı yazılmadığına göre, âyetin bir abartı olarak oraya sonradan ekleniverdiğini düşünmemiz daha doğru olmaz mı? Ama din adamlarının yüzyıllar boyunca kutsal metinleri kelimesi kelimesine doğru kabul etmelerinden ve hattâ şimdi bile birçoklarının aynı iddiada bulunmalarından dolayı akıl sahipleri bu defa toptan tüm

kutsal metinlere kolayca sırtlarını dönüyorlar.

Tarihi gerçeklere aldırmadan âyeti doğru kabul edenler, basit bir akıl yürütmeyle, dünyanın durduğu, Güneşin etrafımızda döndüğünü cesaretle savunabildiler. Öyle ya ancak yürümekte olana, hareket halinde olana "dur" denebilir. Tanrı Güneşe "dur" dediğine göre de, dönen dünya değil Güneştir. Bu kadar basit.

Yüzyıllar sonra Galile matematikle ve gözlemlerle dünyanın döndüğünü ileri sürer, sözünü geri almazsa inkârcılardan olduğundan sonu ölümdür. Tanrıdan daha iyi bilecek değil ya?!.. Neyse ki, 360 yıl sonra 1992'de Papa Galile'yi haklı bulabildi ancak. Ama insan sormadan edemiyor, dinlerden yüz çeviren gelip geçmiş bunca neslin günahı kimin olacak acaba?...

### TÜM DÜNYA SAATLERCE KARANLIKTA KALDI

Bu da İncil'den bir âyet:

\* “Ve altıncı saat-ten dokuzuncu saate kadar bütün yeryüzüne karanlık çöktü.” (İncil Matta 27/45)

Hz. İsa çarmıha gerilip büyük acı

içinde ölüme doğru giderken tüm dünyanın 3 saat boyunca karanlıkta kaldığı söyleniyor âyette.

Fazla söze gerek yok. Hiçbir tarihi kayıta bu üç saatlik karanlıktan söz edilmediğinden, günümüzden 250 yıl kadar önce felsefe sözlüğünde filozof Voltaire o hep alıştığımız mizahi üslûbuyla bu âyeti şöyle yorumlamaktan kendini alamaz:

"Tiberius'un imparatorluğu zamanındaki hiçbir Latin tarihçisi, hiçbir insan mucize sayılacak böyle bir olayın sözünü etmiyor. Kudüs'teki Romalı valinin askerlerinin gözü önünde olup biten bu olağanüstü olayı imparatora, senatoya rapor etmesi gerekirdi. O üç saat içinde Roma da zifiri bir karanlık içinde kalmış olmalıydı. Bu inanılmayacak şey Roma'nın, bütün ulusların



takvimlerine geçmeliydi. Tanrı bu yüce şeylerin dinsizlerin eliyle yazılmasını hoş görmemiş olacak." (Sayfa 189)

Richard Dawkins'in "Tanrı Yanılgısı"nda üzerinde önemle durduğu kutsal kitap eleştirisi hiç de ilk yapılan bir iş değil. Neredeyse 400 yıllık bir geçmişi var. Örneğin İngiltere'de Cambridge Üniversitesinde görevli papaz Dr. Thomas Woolston 1627-1629 yıllarında 60 bin kişinin okuduğu altı ayrı demecinde İncil'deki akla aykırı unsurları hiç çekinmeden bir bir ortaya dökmekten geri durmamıştı. Sonraki yüzyılda yine İngiltere'de bakanlıklar da yapmış ünlü devlet adamı ve filozof Vikont de Bolingbrocke 1754'de yayınladığı kitabında Tevrat âyetlerinin eleştirisini yapıyordu. Eleştirisinin temelini tarihi gerçekler, dil bilimi, akıl ve mantığa dayandırmasına rağmen ne Roma kilisesi, ne de reformist Protestan kiliseleri bu eleştirilere kulak vermişti.

Musevi asıllı büyük filozof Spinoza ellerindeki Musa'nın 5 kitabının, peygamberden 900 yıl sonra Babil sürgünü esnasında kaleme alındığını, daha sonraları da akla mantığa aykırı ilaveler yapıldığını örnekleriyle sergiliyordu. Spinoza'dan önceki yüzyılda da benzer itirazlar olmuş, örneğin Tevrat'ın Tesniye kitabı 34/5-12 âyetlerinde Musa'nın kendi ölümünü ve sonrasını nasıl yazmış olabileceği bir türlü açıklanamamıştı.

"Doğrucu Davut" Rousseau'nun bu kervana katılmaması mümkün mü?

"Emil" kitabında sanki tüm kuşkuçulara tercüman oluyordu:

"...İncil akıl ve mantığın kabul etmediği ve makûl bir adamın düşünüp onaylamasına imkân olmayan inanılmaz şeylerle doludur. Bu tezatlar ortasında ne yapmalı?.. İçindeki anlayamadığımız âyetlerin kitaba sokulmuş yanlışlar olmadığını kim bilir?.."

### KUTSAL KİTABIN YÜKSEK ELEŞTİRİSİ

Bütün bunlar aslında öncü çalışmalardı. Şimdi esas bilimsel eleştiriye sıra gelmişti. 19. Yüzyılda Almanya'da ilâhiyatçı Eichhorn Kutsal Kitaptaki üslupları, tarihteki değişik doğu kavimlerini, devirler boyunca dildeki âdet ve törelerdeki değişiklikleri inceliyor, bunların ışığında yargılara varıyordu. Böylece yüksek kritik dönemi başlıyordu. Tevrat'ın Yaratılış Bölümünün ve Musa'nın ilk 5 kitabının ayrı yazarların eserlerinin bir derlemesi olduğuna bu derin incelemeler sonucunda varıyordu. Aslında kendisi çok içtenlikli bir Hıristiyan olarak, aydınları dine yaklaştırmak için yapıyordu bunu. Kutsal Kitap'ın tümüyle birden rafa kaldırılmasını önlemeyi niyeti. Ama ne Katoliklere ne de Protestanlara yaranamamış, üstelik binbir hakarete uğramıştı.

Bütün bunlara Papalığın cevabı, akli isyana sevkedecek kadar fütursuzca idi. 1869'da Vatikan inadına "Papanın Yanılmazlığı"nı ilan ederek yangına körükle gidiyordu.

## ALEVLER BACAYI SARINCA

Böylece 100 yıla yakın zaman boşuna harcandıktan sonra 1962-1965 yılları arasında toplanan 2. Vatikan Konsili'nde hem gecikmiş hem yetersiz olsa da Papalığın bir itirafta bulunması yine de kayda değer. En azından Eski Ahit'in yani Tevrat'ın resmen yargılandığı bu karar aniden şöyle:

"Mesih ile açılan kurtuluş yolundan önce yaşayan insanlığın durumu hesaba katılarak, Eski Ahid kitapları herkese Tanrı'nın ve insanın kim olduğunu bilme imkânı sağladılar. Keza kendi öz adaleti ve merhameti içerisinde Tanrı'nın insanlara nasıl davrandığını öğrenme imkânı verirler. Bu kitaplar eksik ve geçersiz hususlar içermelerine rağmen, yine de gerçek bir ilâhi terbiye yöntemlerine tanıklık etmektedirler..."

Eksik ve geçersiz kelimeleri kullanılarak Tevrat için eleştiri kısmını açık tutan Konsil, üzülen görüyoruz ki, sıra İncil'e gelince kapıyı sınıksız kapatmaktadır. Öyle anlaşılıyor ki, Kutsal Kitap eleştirileri materyalizme puan kazandıracak şekilde sürüp gidecektir. Konsil, İncil konusunda şu hükme varmıştır:

"Hiç kimsenin gözünden kaçmaz ki, İnciller Kitabı Mukaddes'de yer alan bütün öteki kutsal kitaplar içinde en büyük üstünlüğe sahiptir-

ler. Zira kurtarıcımız İsa'nın yani bedene bürünmüş Kelâm'ın hayatı ve öğrettikleri hakkında en üstün tanıklığı ortaya koyarlar. Her zaman ve her yerde kilise 4 İncil'in havarilerden kaynaklandığını kabul etmiştir. Mesih İsa'nın emri üzerine havarilerin tebliğ ettiklerini, sonradan bizzat kendileri ve çevresindekiler, Ruhul Kudüs'ün ilâhi ilhamıyla, imanın esasları olan yazılı metinlerde yani Matta, Markos, Luka ve Yuhanna İncillerinde bize aktarılmışlardır. Kutsal anamız kilise, kesin olarak ve en büyük bir ısrar ve sebatla belirtir ki, tarihe uygunluklarında hiçbir tereddüt olmayan İnciller, Tanrı'nın oğlu İsa'nın insanlar arasındaki hayatı boyunca, göğe yükseldiği güne kadar kendilerinin ebedi kurtuluşları için gerçekten ortaya koyduklarını doğru bir şekilde aktarmaktadırlar... Şu halde kutsal yazarlar 4 İncil'i bize İsa hakkında her zaman doğru ve samimi hususları bildirecek şekilde kaleme almışlardır."

Gelecek sayıda: Dinleri türlü hüner ve çıkarlarla aslından saptıranlar.

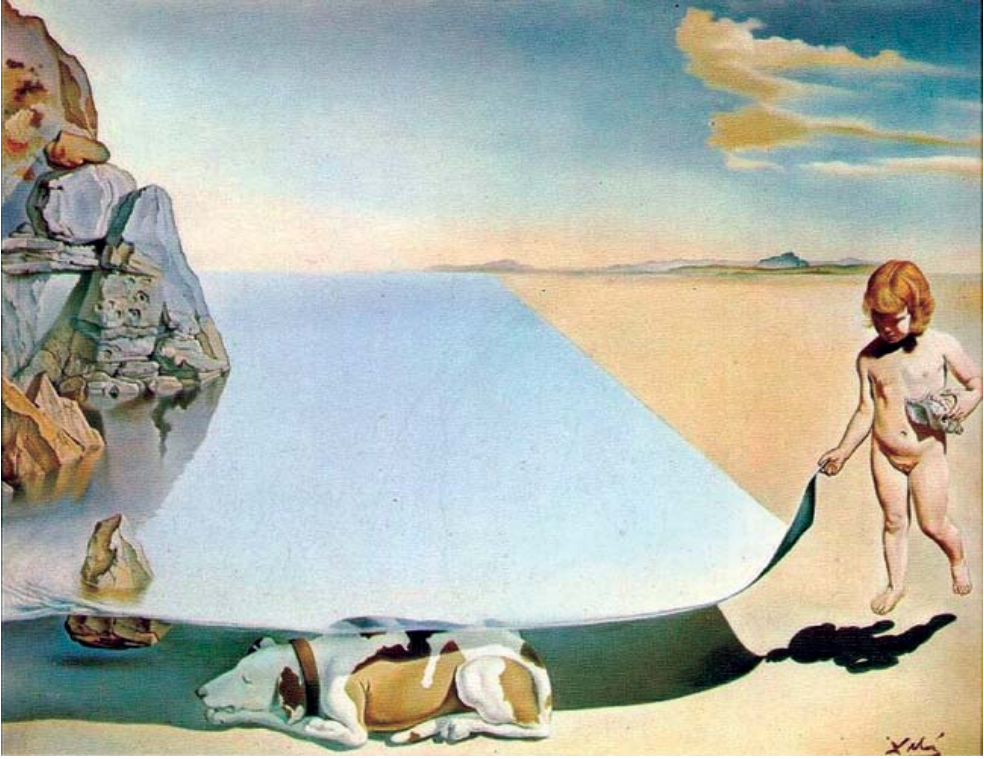


*İzmit Konseyi*

BİLGELİK BELGELERİ

# Gerçekten Yaşamak

Güngör Özyiğit, Psikolog



Bir Zen öğretisi öğrencisi hocasına sorar: "Hocam Zen nedir?" Hocası yanıtlar: "Zen, yerleri süpürdüğü zaman yerleri süpürmek, yemek yediğin zaman yemek ve uyuduğun zaman uyumaktır." Öğrenci şaşkınlıkla: "Hocam, bu çok kolaymış" der. "Öyledir" der hoca "Ama bunu o kadar az insan yapıyor ki!"

Gerçekten insanların çoğu sevişirken sevişmiyor, dinlerken dinlemiyor. Yaptıkları eyleme tüm varlıklarıyla katılmıyor. Yapıyormuş gibi yapıyorlar. Geçmişin ve geleceğin kıskacında yaşadıkları için anı kaçırıyor, hayatı ıskalıyorlar. Tam anlamıyla yaşayanlar ise yaptıkları işe yoğunlaşıp, o anı dibine kadar, derinlemesine yaşıyorlar.

Böylece yaşadıklarının farkında olarak hayatı kutsuyorlar.

Tolstoy'un üç sorusu ve onlara verdiği yanıtlar şimdiye odaklanmanın ve anı yaşamamanın önemini bir kez daha vurguluyor:

1- Harekete geçmenin en uygun zamanı nedir? Şimdi.

2- En saygın insanlar hangileridir? Şu anda beraber olduklarımız.

3- En önce hangi işin peşinden gitmeli? En öncelikli olanın, o an yapılması gerekenin.

Bunun bir adı "farkındalıkla yaşamak" ise, diğer adı yaptığımızı yoğunlaşarak "gerçekten yaşamak"tır.

## SORUNU KABULLENEREK AŞMAK

İnsanlar sorunsuz olmaz. Ne var ki insan yaşadığı sorunu sorun haline getirirse, işte o zaman ruhsal olarak hastalanmaya başlar. Sorun yaratmadan sorunuyla başbaşa kalabiliyorsa sorun da ortadan kalkar. Yani sorunu yaratan ve destekleyen aslında insanın kendisidir. Bunun farkına varıp desteği çektiğinde sorun kaybolur.

Japonya'da son yıllarda " Zen terapisi " uygulanmaktadır. Nevrotik ve psikotik erkek ve kadın, tek başına bir odaya konuyor ve onlara "Her kimsen öyle kal. Nevrotiksen o zaman nevrotik ol ve öyle yaşa" deniyor. Doktorlar onlara hiçbir şekilde karışmıyor.

Yemek veriliyor. İhtiyaçları gideriliyor. İlgi gösteriliyor. Öylece sorunu ile baş başa kalan hasta on gün içinde düzelmeye başlıyor. Batıda senelerce süren psikoterapi, on gün içinde çözümleniyor. Sorunu sorun haline getirmeden, sadece sorunu kabul etme ve onunla dost olma, sorunu aşmaya yetiyor.

Şizofrenleri iyi etmede büyük bir başarı kazanan İngiliz psikiyatrlarından R.D Laing de aynı yolu izler. Ona göre deli birini kendi haline bırakabilirsek ve ona hiç karışmaksızın yalnızca sevgi dolu bir ilgi göstererek, ihtiyaçlarını karşılırsak hastalığı on günden fazla sürmez. Karışıp, onu yönlendirmeye çalıştığımızda süreci uzatmış oluruz. Kabullenme bizi hayatla ve kendimizle barıştırır. Sorunları sorun olmaktan çıkarır. Sorunlarla didişme yerine, onları kabullenici bir kucaklayışla anlamaya ve aşmaya götürür.

## HER ŞEY MERKEZİNDE

Ermiş Sümbül Efendi öğrencisi Musa'ya sorar: "Söyle bakalım Musa Efendi, bu dünyayı sen yaratsaydın, neler ekler, neler çıkarırdın?" Olan her şeyin Yaradan'ın izniyle ve hayrımıza olduğunu öğrenen Musa şöyle der: "Her şey o kadar güzel bir uyum içinde ki, ne bir şey ekler ne de bir şey çıkarırdım. Her şey yerinde ve merkezindedir." Bu yanıtı çok beğenen Sümbül Efendi "Bundan böyle senin adın Merkez Efendi olsun" der. Ve öyle de olur.



## ÇOKLUKTAKİ BİRLİK

Bir keresinde, vezirinin de önerisiyle bir kral Buda'yı görmeye gelir. Buda'nın on bin keşişle birlikte oturduğu koruluğa yaklaştıklarında, kral kalbinde bir korku hisseder. Kılıcını çekerek vezirine şöyle der: "Sorun ne? Orada on bin kişinin oturduğunu söyledin ama her yanı sessizlik bürümüş çıt çıkmıyor. Bize bir suikast mı düzenlediler yoksa?" Vezir gülerek şunu söyler: "Buda'nın insanlarını tanımıyorsunuz. Kılıcınızı kınına koyun. Korkmanızı gerektirecek bir şey yok. Kimse sizin canınıza falan kast etmiş değil." Kral yine de kuşkuyla eli kılıcında olarak koruya girer. Sessizlik ve sükûnet karşısında şaşırır kalır. Sanki kimse yokmuş gibi on bin kişinin ağaçlar altında canlı heykeller gibi sessizce oturmalarına inanamaz. Nasıl bu kadar kişiden bir kıpırtı, bir ses, bir gürültü çıkmaz? Bunlar yaşamıyorlar mı yoksa? Orada oturmuş ne yapıyorlar? Şaşkın bakışlarıyla Buda'dan bir cevap bekler. Buda şöyle der : "Bir şey yapıyorlar, ne var ki bunun dışarıyla bir alâkası yok. Onlar iç dünyalarında bir şeyler yapıyorlar. Onlar şu anda bedenlerinde değiller. Onlar varlıklarının içinde en özlerindedirler. Ve onlar görüldüğü gibi on bin kişi değil, hepsi tek bir bilincin parçasıdır." Denizin yüzeyi çarpıntılı, dalgalı ve gürültülüdür. Derine daldığınızda sessizlik ve sükûnet başlar ve insan kendini bambaşka, rengârenk bir âlem içinde bulur. Sessizliğin sesi o âlemin müziğidir.

## BEKÂRET Mİ? BEREKET Mİ?

Hıristiyanlık ve diğer çileci akımlar, yanlış bir yorumla cinselliği hep aşağılayıp kötölemişler. İnsan bedenini bir günah aleti olarak görmüşler. Buna karşılık bekâreti ve bekârlığı övüp kutlamışlar. Yeni Ahit'te, Korintlilere mektubunda Aziz Pavlus aynen şöyle der: "Evlennememiş kişilere ve dullara diyorum ki, benim gibi bekâr kalmak onlar için iyidir. Ancak kendilerini kontrol edemiyorlarsa evlenmeleri gerekir. Çünkü tutkuyla yanmaktansa, evlenmek daha iyidir." Yaradan'ın insanı erkek ve dişi olarak yaratması ve insan soyunun üremesini cinsellik yoluyla sağlaması ne kadar da yanlış yorumlanmış. Üstelik anne-baba-çocuk olarak kutsanan aile de cinsel ilişkinin bir ürünü değil mi? Aşkla sevişme ve bütünleşme bir kutsama olamaz mı?

Kant'ın herkesi bağlayan bir ahlâk ilkesi vardır: "Öyle hareket et ki, senin davranışın bütün insanlar için geçerli bir ilke olsun." Birçok din adamının ve çilecinin önerdiği bekârlık, eğer herkes tarafından uygulanan bir kural olsaydı insan soyu bugüne dek çoktan kurumuş olurdu. Yeryüzü insansız, ıssız kalırdı.

Bu konuda üretilen bir fıkrâ bu durumu çok güzel özetler: Çok sevilen, sayılan bilge bir Papa ölür. Öte tarafta cennet kapısında Aziz Petrus tarafından kucaklanarak karşılanır: "Hoş geldiniz mukaddes peder yaşamınız boyunca insanlara yaptığınız hizmetler ve iyilikler size cennetinizi hazırladı. Çünkü

insanın buradaki kazancı dünyada yaptığı iyiliklerdir. İstedığınız gibi kapılardan rahatça geçer, cennetin her yerine özgürce gidebilirsiniz. Zira siz hizmetlerinizle bunu çoktan hak ettiniz. Size karşı açık kapı politikası uygulanacak. İsa dahil her göksel liderle randevusuz görüşebileceksiniz. Acaba Papa hazretlerinin arzuladığı bir şey var mı?" "Evet" der Papa "Yüzyıllar boyunca din bilimcilerinin aklını karıştıran soruları sık sık düşünürdüm. Belki burada Tanrı ile peygamberler arasındaki konuşmaların kayıtlarını, orjinallerini bulurum. Böylece gerçekte neyin söylenip, neyin söylenmediğini tam olarak anlamış olurum. "Aziz Petrus, Papa'yı derhal göksel kütüphaneye götürür ve orada istediği belgeyi nasıl bulacağını gösterir. Papa büyük bir merak ve coşkuyla insanın Tanrı ile ilişkisinin tarihini gözden geçirmeye koyulur. İki yıl sonra kütüphaneden pişmanlık yüklü acı bir çığlık yükselir. Çok sayıda Aziz ve melek Papa'nın bu-

lunduğu yere koşarak feryadının nedenini öğrenmeye çalışırlar. Papa şoka uğramış halde parmağı ile tek bir kelimeyi göstererek boyuna tekrarlar: "Bakın, sözcük bekâret değil, bereket!"

Biz Türkler " Nerede hareket, orada bereket " diyerek düğümü çoktan çözmüşüz meğer...

### İNSAN ELİNDE YOZLAŞAN DİN

Peygamberlerin getirdiği ve bilgele-  
rin söyledikleriyle onları izleyenlerin yaptıklarının ne denli uzak düştüğünü anlatan güzel bir Çin hikâyesi vardır. Şöyle ki, adamın biri kuyuya düşer o sırada o bölgede bir eğlence ve festival vardır. İnsanlar şarkılar söylemekte, dans etmekte ve eğlenmektedir. Bir gürültüdür sürer gider. Kuyudaki adam can derdinde "Yardım edin" diye bağırıp çağırır. Oradan geçen bir Budist rahip, neyse ki bu imdat çağrısını duyar. Kuyuya yaklaştığında adam "İyi ki beni duydunuz.

Gürültüden kimse beni duymayacak, burada ölüp kalacağım diye ödüm koptu" der. Budist rahip serinkanlılıkla şu yanıtı verir: "Sen yine de öleceksin. Çünkü karma yasası gereği geçmiş hayatındaki kötülüğünün bedelini ödüyör-



sun. Cezanı çek bitsin gitsin. Yeni yaşamında tertemiz olacaksın." Adam: "Ben şu anda felsefe yapılmasını değil kurtarılmayı istiyorum" dese de rahip yürüyüp gider. Derken Taocu biri çıkagelir. Sakin bir halde adamı seyreder. Adam ondan da yardım ister. Taocu ona yardım yerine öğüt vermeyi yeğler: "İnsan başına gelen her şeyi kabullenmeli. Lao Tsu böyle der. Onun için bunu kabul et. Hattâ bu durumun keyfini çıkar. Biz asla insanların işlerine karışmayız. Bizler bireye, onun özgürlüğüne inanırız. Kuyuya düşmek senin özgürlüğündü, orada ölmek de öyle. Kabul et ve bilge bir adam gibi öl." Bunları söyledikten sonra o da kuyudan uzaklaşır. O arada bir Konfüçyüs taraftarı kuyuya gelir. Adam sevinçle sizin gelmeniz büyük bir şans. Siz "İnsanlara yardım edin size yapılmasını istemediğinizi başkalarına yapmayın diyen büyük bilge Konfüçyüs'ün izleyicisisiniz. O halde bana yardım edin de bu kuyudan çıkayım." der. Konfüçyüsçü daha geniş çaplı bir yardımda bulunacağını bildiren bir açıklamada bulunur: "Haklısın, sana yardım edeceğim. Bir şehirden diğerine başkente gidiyorum. Orada her kuyunun etrafına bir duvar örülmesi için hükümeti uyaracağım. Böylece, sen de başkalarının kuyuya düşmemesi için büyük bir iyiliğe sebep olacaksın. Önemi olan bireyler değil, toplumdur. Sen toplum için kendini fedâ etmiş biri olarak ileride hayırla anılacaksın." Ve o da yoluna devam eder. Dördüncü olarak bir Hıristiyan misyoneri çıkagelir. Adamın yardım çağrısına hemen

karşılık verir: "Seni ve senin gibileri kurtarmak için hazırlıklıyız. İnsanların kuyulara düşebileceğini bildiğim için gördüğün gibi yanımda ip taşıyorum ve ancak sizi kurtararak kendimi kurtarabileceğimi biliyorum. Yoksa insanlara nasıl hizmet edebileceğiz. İnsanlar kuyulara düşmeli ki, bizlere de onları çıkarmak için hizmet fırsatı düşsün."

Yani yoksullar, dara düşmüşler, öksüzler, dullar, yetimler, yaşlılar, dilenciler olmalı ki, onlar da iyilik yapıp cennete gidebilsinler! Ve o yüzden dünyanın büyük çoğunluğu kendilerine göre bir inançları olduğu halde dünyada ne huzur var, ne barış ne de esenlik! Aynı inançta olanlar bile birbirini yiyor, yoksulluk ve sefalet sürüp gidiyor... Amerika'da aşırı şişmanlık sorun olurken, Afrika'da insanlar açlıktan ölüyor.

### ESERİNDE KAYBOLMAK

Bir imparator Himalayalar'ı çok sever. Bir ressamdan sarayının duvarına Himalayalar'ın resmini yapmasını ister. Ressam aynı zamanda bir Zen ustasıdır. Resmi üç günde yapabileceğini ancak bunun için üç yıl Himalayalar'da yaşaması gerektiğini söyler. Üç yıl oraların havasını solur, toprağının ürünlerini yer, sularında yıkanır, dağın sesini dinler. Öyle ki dağ ile tam bütünleşir. Giderek dağın bir parçası olur. Üç yıl sonra gelir ve üç günde resmi yapar bitirir. İmparator resmi görmeye geldiğinde şaşırır kalır. Resim aslından da güzel olmuştur. Daha önceleri Himalayalar'ı hiç bu kadar güzel görmemiştir.

Resim aslını aşmıştır sanki. Bu durum imparatorun o denli ilgisini çeker ki, resimde bir yeri göstererek sorar: "Dağların arasından kıvrılarak uzanan bir yolu görebiliyorum. O yol nereye gidiyor acaba?" Ressam: "Bekleyin gidip bakayım" der. Gider, resmin içinde kaybolur. Bir daha da geri dönmez. İnsan yarattığı eser içinde öylesine erimeli ki ortada kendisi diye bir şey kalmamalı. Tanrı gibi hem eserinde gizlenmeli hem de eseriyle içindeki yaratıcıyı açığa çıkarmalı.

Müzik içinde aynı şeyi söyleyebiliriz. İyi bir müzik dinlediğimizde bir süre sonra dinleyen ve çalanın sınırları belirsizleşir. Dinleyenle çalan kaybolur, ortada müzik kalır sadece.

Kralın biri büyük bir virtüözden sarayında sitarını çalmasını ister. "Çalarım ama bir şartla" der müzisyen. "Çalar-ken herkes heykel gibi duracak kimse kıpırdamayacak. Kıpırdayanın kafası kesilecek."

Yüz kadar kişi bu konseri dinlemeye cesaret eder. Müzisyen elindeki enstrümanını konuşurmaya başlar. Herkes heykel gibi yoga duruşunda dinlemektedir. On iki kişi bir süre sonra dayanamaz. Müziğin ritmi ile birlikte hareket etmeye başlar. Müzisyen çalmayı derhal keser. Kral hayretle "Sahiden müzikle titreşen bu insanların ölmesini mi istiyorsun" diye sorar. "Hayır" der müzisyen. Ben çalar-ken kendini kaybeden müzikle ahenkleşirken ölümü bile unutan insanlar arıyorum. Diğerleri

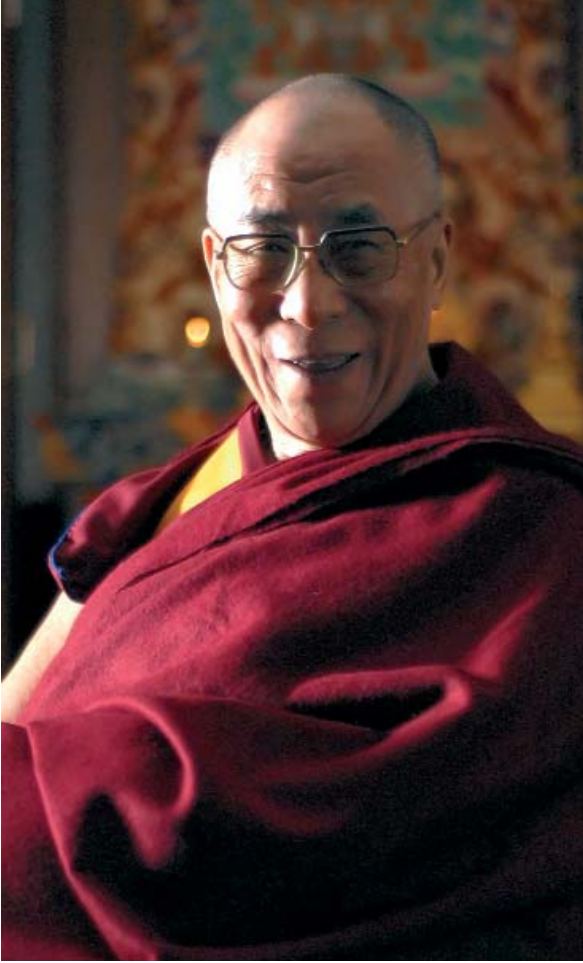
gitsin. Ben şimdi asıl bu insanlar için çalacağım."

İnsan Tanrı'nın enstrümanı olmayı kabullendiğinde Tanrı'nın kendisini çalmasına izin verdiğinde, her türlü korkudan kurtulur, özgür ve yaratıcı bir güce dönüşür.

### DİLLER FARKLI, AMA ANLAM BİR

İhtiyaçlarını gidermek için dört kişiye bir miktar para verilir. İranlı olan ilki "ben bununla engür alacağım" der. İkinci kişi olan Arap, ona karşı çıkar: "Yok, olmaz, çünkü ben ineb istiyorum." Üçüncüsü Türk'tür. O da "Ben üzüm isterim" diye tutturur. Dördüncü kişi olan Rum ise stafil istediğini söyler. Her biri, yalnız kendi dilini bildiğinden diğerlerinin ne söylediğini anlamaz. Öylece farklı şeyler istediklerini düşünerek birbirleriyle çekişir dururlar. Oysa hepsinin dilini bilen akıllı biri çıkagelseydi kavgaya son verir ve onlara şöyle diyebilirdi: "Paranızı bana verin. Aynı parayla hepinizin isteğini yerine getirebilirim. Bana güvenerseniz tek paranız dört olacak ve dördü birden tek olacak." Çünkü her biri kendi dilinde aynı şeyi söylüyor ve üzüm istiyorlardı.

Bir gün insanlık, sevgi dilini konuşmayı öğrendiğinde yüzler gülecek, gözler birbirine sevgiyle bakacak, diller birbirini övecek. Kavga son bulacak. Öylece herkes birlikte, beraberlikte, barışta ve esenlikte buluşmuş olacak...



*Geçen sayımızda Kutsal Dalai Lama'nın (Tibet'in 14. ruhsal önderi) yaşamın dönemleri ve durumlarına ilişkin görüşlerinin bir kısmını aktarmıştık. Bu sayımızda elliyi aşkın konu başlığı altında sunduğu düşüncelerinin bir bölümüne daha değinmeye devam ediyoruz.*

## Dalai Lama'dan Yaşama Dair Görüşler - II

## BEKÂRLARA

Bekâr olmanın pek çok çeşidi var. İffet yemini etmiş keşişler, bekâr kalmayı isteyerek seçenler, istemedikleri halde bekâr kalanlar olduğu gibi, evliliği çok zor bulanlar var. Evli olmak bazı avantajlar getirmekle beraber kendi sorunlarını da yaratır. İnsanın (kadın veya erkek) çocuklarına ve eşine çok zaman ayırması gerekir. (Onlarla vakit geçirmek, masrafları kabullenmek, daha fazla çalışmak, eşlerin aileleri ile ilişkilerini düzene oturtmaları, süregelenlik sağlayabilmek gibi)Yalnız yaşayan insanlar genellikle daha basit bir yaşam sürerler. Sorumlulukları daha azdır, istediklerini yapmakta çok daha özgürdürler. Bir bavul yeter çoğu zaman, istedikleri yerde istedikleri şeyi yapmalarına. Daha fazla özgürlük ve verimlilik sağlaması açısından kimileri için tercih edilebilir. Bazı erkek ve kadınları ise gönüllerine göre bir eş bulabilmek için deli gibi uğraşırlar ama, buna rağmen ilişkilerini yürütemezler. Bazen problem çok benmerkezci olmaktan ya da insanlardan fazla şey beklemekten kaynaklanır. Yavaş yavaş tersi yaklaşım geliştirerek kendilerine dert olan problemlerine daha az kafa yorup, diğerlerini de düşünmeye başladıkları anda birliktelikleri çok daha olumlu ve mutlu olacaktır. Aslında önemli olan, mutluluğu yakalamaya çalışmak olmalıdır. Yoksa mutsuzluklarımız için suçlayabileceğimiz pek çok insan bulabiliriz. Evlilik bu bakımdan çok önemlidir. Bize gerçek sevginin gereği olan saygı,

hoşgörü, anlayış, paylaşma ve esneklik gibi pek çok nicelik kazandırır.

Başka ne diyebilirim ki zaten? Kadınlara daha fazla makyaj yapmalarını, erkeklere de kaslarını geliştirmelerini söyleyecek değilim ya...

## BİR TOPLULUK İÇİNDE YAŞAYANLARA

Bir topluluk içinde yaşamak daha çok, dev bir aile içinde yaşamaya benzer. Bazı nitelikleri olduğunu düşündüğümüz için bir gruba katılırız. Başkalarıyla çalışmaktan hoşlanırsınız. Herkes kendi günlük işlerini yapar ve ortak çabadan bir pay alır. Çok pratik bir çözüm gibi geliyor bana. Her grupta değişik bakış açıları ortaya çıkabilir. Bunun bir avantaj olduğunu düşünüyorum. Değişik fikirlerle karşılaşmak hem kendimizi geliştirmek hem de başkalarını daha iyi anlamak açısından çok fırsat verir. Bizden farklı düşünen biriyle mücadeleye girsek her şeyin sertleştiğini görürüz. Bu açık fikirlilik değildir. Bu şekilde davranarak yeni yollar ve çözümler üretemeyiz. Aile içinde olsun, diğer sosyal gruplarda olsun, iletişim kurmak önemlidir. İletişim dinlemekle başlar. Kendimizi bu yönde eğitmeli ve bu alışverişten bir şeyler öğrenmeye çalışmalıyız. Birlikte aynı fikirde olmadığımız zaman bir çatışma olması gerektiği ve bu çatışmanın bir kazananı veya kaybedeni olması eğilimi içindeyiz. Olayları bu ışıkta görmekten çıkmalıyız. Ortak bir noktayı aramalıyız. Diğer insanın bakış

açısına ilgi göstermez veya tavır alırsak, neticede dalkavuklarla yaşamak zorunda kalırız.

## ZENGİNLİK İÇİNDE YAŞAYANLARA

Zenginlik ve mutluluk eş anlamlı değildir. Öyle olsaydı daha zengin olanlar daha mutlu olurlardı. İnsanın “Ben zenginim” diyebilmesi elbette ki çok ferahlatıcı bir duygudur, kendisine has bir enerji verir ve ilginç bir sosyal imaj yaratır. Bununla birlikte sorumlulukları da oldukça ağırdır. Eğer kendisinin kazandığı bir servet ise, o serveti kazanmak ve artırmak için girdiği eziyet ve yaptığı fedakârlıkların neticesinde öyle bir hale gelir ki, kendisine ve içinde ailesinin de bulunduğu topluluğa yabancılaşır. İnsanların kıskançlıklarına ve kin duymalarına, gücenikliklerine neden olur. Sonuç olarak sürekli tedirgin ve savunma halindedir.

Bana göre zengin olmanın tek getirisi başkalarına yardım edebilmektir. Zengin biri sosyal olarak daha önemli bir rol oynar ve daha etkilidir. İyi niyetliyse çok güzel şeyler yapabilir. Tam tersi eğer kötü niyetliyse, daha fazla zarar verebilir.

Bu yerküreye karşı sorumluluğumuz olduğunu her zaman söylüyorum. Yani zenginliğimize şükrederek yapabileceğimiz faydalı bir varken kıpırdamıyorsak, kafasız aptallarız. Her gün başkalarının bizim için ürettiği yiyecek ya da eşyaları kullanıyoruz. Yaşamımıza yetecek kadarına sahip olur olmaz dünyanın geri kalanına yardım etmeliyiz. Bizden daha az şanslı olanların mutluluğuna katkıda bulunmaksızın ihtişam içinde yaşamak ne kadar üzücü bir şey. Çok fakir insanlar var. Bazılarının yiyecek ekmeği ve başını sokacak bir barınağı bile yok; eğitim ve sağlık hizmetinden bahsetmiyorum bile. Zenginsek ve yalnız kendimizle ilgileniyorsak, bu insanlar ne

ne düşünecekler? Parmağını bile kıpırdatmadan lüks içinde yaşayan insanları görürken, sabahtan akşama kadar yok denecek kadar az bir



Resim: “Resmi Bir Saray Sofrası” Lodovico Pozzoserrato

parayı kazanmak için zor şartlarda çalışan insanlar nasıl tepki göstermelidirler? Kıskanç olmalarına ve acı çekmelerine neden olmuyor muyuz, onları nefret ve şiddete itmiyor muyuz?

Yoksullara yardım etmek, yalnızca para vermek değildir; eğitim ve sağlık konularında destek sağlamak ve kendilerine yeterli olmalarına yardım etmektir. Yalnız başına ihtişam içinde yaşamak anlamsız. Hayatınızı, paranızı fuzuli şeylere harcayarak tüketmektense, başkalarının yararına kullanın. Gösteriş yapmak, kumar oynamak, büyük paralar harcamak hoşunuza gidiyorsa, söylenebilecek fazla bir şey yok; çünkü para sizin paranız. Ancak kendinizi kandırıyor, hayatınızı çarçur ediyorsunuz. Zengin ama aynı zamanda insan olduğunuzun farkında olmalısınız. Bir yoksuldan farklı değilsiniz. Manevi mutluluğun zenginliğine ihtiyacınız var ve bu mutluluk satın alınamaz.

Zengin ve fakir arasındaki uçurumun derin olduğu her toplum, kaçınılmaz olarak suç, şiddet ve iç savaş üretecektir. Kışkırtıcılar böyle durumlarda, yoksulları davaları için savaştıklarını düşündürmeye sevk ederek kolaylıkla ayaklandırabilirler. Zenginseniz, çevrenizdeki ihtiyaç sahiplerine yardım ediyorsanız, onların sorunlarının giderilmesine çalışıyorsanız, pek çok arkadaşınız ve sizi sevenler olacaktır. Onlar da, siz de hoşnut olacaksınız değil mi? Bir talihsizlikle karşılaştığımızda duygularımızı paylaşa-

caklar. Hepimiz sosyal varlıklarız. Çevremiz dostça tutum içindeyse, otomatik olarak kendimizi güvende ve mutlu hissederiz.

### YOKSULLARA

İnsan beynine ve vücuduna sahip olduğunuz sürece fakir bile olsanız, asıl önemli alana sahipsiniz demektir. Maddi yoksulluk sizi asil ve yüce düşünce ve duygulara sahip olmaktan alıkoyamaz. Cesaretinizi kırmaya ve içinize kapanmaya hiç gerek yok. Hindistan'da hakları için savaşıyor alt kesimden insanlara, hepimizin insan olduğunu, aynı potansiyele sahip olduğumuzu söylüyorum. Varlıklı olanlara karşı ayaklanmak ve sert olmak faydasızdır. Tabii ki, zenginler yoksullara saygı göstermeli, güçlerini kötüye kullanırlarsa da, yoksullar kendilerini savunmalı. Ama kin ve kıskançlık veya husumet (düşmanlık) insanlığı hiçbir yere vardırılmaz.

Ancak iç huzurumuz yoksa, rahat ve bolluğun mutluluğu getireceğini düşünerek kendimizi kandırırız. İstersek maddi yoksulluğumuzu ruhsal yoksullukla tamamlamakta özgürüz elbette. Ama yaşama olumlu bir yaklaşım geliştirmeye çalışmalı. Elbette bu zenginleşmek, eğitim ve sağlık hizmetlerinden daha fazla yararlanmak için çaba göstermemek anlamına gelmiyor. Haksızlığa uğruyorsanız, mücadele edin. Emin olun, doğru bir mücadelede, gerçek kazanacaktır.



## HASTALARA

Bugünlerde bir sürü tıbbi gelişme oluyor. Ama zihinsel yaklaşımımız, korunma ve tedavi safhasında önemli bir rol oynamaya devam ediyor. Bu oldukça açık.

Beden ve zihin birbirlerine sıkı bir şekilde bağlıdır ve birbirlerini etkiler. Bu yüzden ne kadar hasta olursanız olun, hiçbir zaman umudunuzu yitirmemelisiniz. Kendi kendinize her zaman bir çare olduğunu ve iyileşme şansı bulunduğunu söyleyin. Durum ne olursa olsun endişe etmenin anlamsız olduğunu hatırlayın; endişe, sıkıntınızı ikiye katlar. Ben sık sık hintli bilge Shantideva'nın şu çok faydalı sözünü tekrar ederim: "Bir çözüm varsa endişelenmeye ne gerek var? Çözümü uygulayın yeter. Peki ya çözüm yoksa, endişelenmenin yararı nedir? Endişe sadece acınızı artırır." En iyi ilaç, hastalığı önlemektir. Bu, beslenme ve alışkanlıklarla bağlantılıdır. Birçok insan alkol ve sigarayı aşırı tüketiyor. Bu maddelerin tadından ve gücünden aldıkları küçük ve uçucu keyifler için sağlıklarını tehlikeye atıyorlar. Bazıları fazla yiyerek,

hareket etmeyerek kendilerini hasta ediyorlar.

Budha, müritlerine yeteri kadar yemezlerse vücutlarının zayıf düşeceğini ve bunun hata olduğunu söylerdi. Neticede fazla veya az yemek gibi, her iki durumda da insan hasta olacaktır. O zaman her konuda arzularımıza hakim olup maneviyatımızı geliştirmeye çalışmalı, aşırılıklardan kaçınmalıyız. Günlük yaşantımızda hem bedenimize hem ruhumuza gereken özeni göstermeliyiz.

## ENGELLİLER ve ONLARA BAKMAKLA YÜKÜMLÜLERE

Eğer fiziksel engelli iseniz, kendinize özde diğer insanlarla aynı olduğunuzu söylemelisiniz. Bazı duyu ve uzuvlarınızı kullanmasanız bile, aklınız, diğer insanlarınki ile aynı çalışıyor. Kendinize güvenin. Yapabileceğiniz pek çok şey var. Her ne olursa olsun kalbinizle bağlantınızı yitirmeyin. Kim "Başarabeslenme ve alışkanlıklarla bağlantılıdır.



Resim: "Hasta Kız" Felix Vallotton

çağım” derse, hedefine ulaşacaktır. Beceremeyeceğim, yapamam şeklinde düşünürseniz, başarısız olursunuz. Tibet’te söylendiği gibi “Cesaretini yitiren, fakirlikten kurtulamaz” Söylediklerimin zihinsel engellilerle ve normal düşünemeyenlerle ilgisi yok elbette.

Bir çocuk engelli doğduğunda, anne ve babasının, akrabalarının nasıl üzüntü, endişe ve ümitsizlik içine düşeceklerini söylemeye bile gerek yok. Ancak, yaşama tutunamayan bu insanları korumak ve kollamak, onlara sevgi göstermek, size çok şey kazandırır. Yaşamınızda edinmeniz gereken sabır, hoşgörü, hizmet, merhamet, şefkat, fedakârlık... gibi pek çok vasıf, bu sayede kendiliğinden giriverirler hayatınıza. Bu mükemmel bir şey. Genel bir kural olarak, başkalarının bakımıyla ilgilenmek, yapabileceğiniz en iyi şeylerdendir. Diğer taraftan bunu bir zorunluluk ya da dert olarak görürseniz, eyleminiz tam olmaz ve kendinize gereksiz zorluklar yaratırsınız.

### ÖLMEKTE OLANLARA ve EŞLİKÇİLERİNE

Ölüm ciddi bir olaydır. İnsanın kendini buna hazırlaması iyi olur. Önlenemez olduğu gerçeği üzerinde tefekküre dalmalıyız. Yaşamın başlangıcı ve sonu vardır. Böyle düşünceleri normal kabul ederek daha erken yaşlarda düşüncelerimize alırsak, ölüm geldiğinde onu aniden ortaya çıkan anormal bir olay olarak görmeyiz. Onunla çok daha farklı bir biçimde yüzleşebilmek için

de, üzerinde önceden düşünüyor olmak gerekir. Yaşamımızın büyük bir bölümümü, böyle bir güvencemiz hiç olmamasına rağmen sonsuza kadar yaşayacakmış gibi harcarız. Halbuki bir gün, belki yarın, hattâ belki bir dakika sonra her şeyi arkamızda bırakacağız. O nedenle çok daha gerçekçi davranmalı, dengeli bir biçimde yaşamalıyız.

Dindar biri iseniz, ölüm anında inancınıza ve duaya yoğunlaşın. Tanrı’ya inanıyorsanız, kendi kendinize, yaşamın sonuna gelmiş olmak üzücü olsa bile, Tanrı’nın nedenleri olduğunu ve ölümün kavrayamadığımız derin bir konu olduğunu söyleyin. Bu düşünce kesinlikle yardımcı olacaktır.

Yeniden doğuma inanan bir görüşe sahip iseniz, ölüm sadece insanın eski giysilerini gerek kalmadığı için çıkarılması ve yenileri için hazırlanmasını sağlayan bir değişiklikten başka bir şey değildir. İç ve dış şartlardan dolayı fiziksel kalıbımız bizi artık canlı tutmaya yetmediğinde, eskiyi gönül huzuruyla bırakmanın ve yeni yolumuza çıkmanın heyecanını ve sevincini duymalıyız. Ölmek, varolmayı bırakmak demek değildir.

Yeniden doğumu kabul edin ya da etmeyin, dindar veya Tanrı inancı olan bir insan için önemli olan, olumlu bir dinginlik hali oluşturabilmek ve bunun yardımıyla kaba bilincimizden doğan düşüncelerin akışını durduraktır. İdeal olarak zihin, olabildiğince berrak tutulmalı, bulandıracak her şeyden

uzak durulmalıdır. Bununla beraber ölmekte olan insan çok acı çekiyorsa ve ona yardımcı olacak başka bir şey mümkün değilse, bilincin tam yerinde olmaması daha iyidir. Bu durumda ağrı kesiciler ve ilaçlar kaçınılmazdır.

Ölmekte olan biriyle ilgileniyorsanız, onun kişiliğine, hastalığının doğasına, dini inançlarına veya yeniden doğumla ilgili fikirlerine uygun bir yaklaşım içinde olmaya çalışın. Etrafında huzurlu bir ortam yaratarak rahatlamasına yardımcı olmak için elinizden geleni yapın. Sizin endişeli ve huzursuz haliniz onu fazlasıyla etkileyecektir.

Koma halinde, farkındalık olmadan, sadece solunum devam ederken hastaya ulaşmak mümkün değilse, bu duruma uygun hareket etmelisiniz. Eğer ailenin hali vakti yerinde ise ölen kişiyi yaşatmak için her şeyi yapın. Bunun ölen insana faydası olmasa da, yakınları manevi olarak ellerinden geleni

yaptıkları için huzurlu olacaklardır. Kişinin bilincinin tekrar açılması için hiçbir ümit kalmamışsa ve bunu istemek gerçekçi değilse, örneğin solunum için daki destek sağlamak çok pahalı ise, aileye zor durumda bırakacak, başka insanlar için ciddi problemler yaratacaksa, veda etmek en iyisidir.

İnsan olarak ölmekte olan birinin acısını azaltmak için elimizden geleni yapmamız gerekse de gerçek şu ki, insanın kendi eylemleri ile yarattığı acıdan kaçması mümkün değildir. Diğer bir deyişle insan kendi hareketleri yüzünden ıstırap çeker (veya karma) ve seçimlerimizin etkilerinden kaçmamız mümkün değildir. Varoluşun başka bir boyutuna geçmeden, çevresinde onunla ilgilenen ve ihtiyaçlarına yanıt veren insanlar varken, içinde bulunduğu bedende acı çekmesi çok daha iyidir. Ancak böyle yapay bir yaşamı uzatmak ya da bitirmek herkes-ten önce hastanın yakınlarının ve ailesinin kararı olmalıdır.



Yaşamsal işlevlerimiz durduğunda, kaba düzeyde bilinç kaybolur ve fiziksel desteğe ihtiyacı olmayan yüksek bir bilinç ortaya çıkar. Vakti dolan öğrenciyi aydınlanmaya doğru götüren özel bir fırsat sunar ölüm. O nedenle ölümden korkmak yerine, yaşamı ve ölümü anlamaya çalışmalıyız

## Ahlâk - VI



*Toplumsal bir varlık olduğu kabul edilen insanın, ahlâklı davranmasını sağlayan bir yeti (meleke) olan toplumsal eğilim, etkisini, insanlara davranış örnekleri vererek değil onları bir davranışa yöneltmek gösterir. Böyle bir yöneltme sonucunda insan bir davranışta*

# Toplumsal Kökenli Ahlâkın Türleri

Yalçın Kaya

*bulunacağı zaman, o anda mümkün olan davranış biçimlerinden en uygun olanını seçer. Bu seçimi yapan insan, ya toplumsal eğilime uyarak ya da ona karşı çıkararak eylemini gerçekleştirmiştir. Kimi düşünelere kalırsa, belli bir toplumsal eğilime göre gerçekleştirilen bu ahlâksal eylemler geleneklere, toplumun yaşadığı deneyimlere dayanırlar ve akıl yaratışı eylemlerden (bu akıl yaratışı eylemlere Kant genel kural, genel ilke anlamına gelen maksimum adını verirdi ) farklıdır.*

Toplumsal eğilim sonucu ortaya konulan eylemlerin ahlâksal eylem ya da erdem olabilmesi için onların övgü ve ödülleri getireceğinin bilinmesine bağlı ve çıkara dönük nedenlere dayanmaması gerekmektedir. Övgü ve ödüle dayalı nedenlerle ortaya konulan eylemlerin ahlâksal olması söz konusu değildir. Bazı düşünürler konuya şöyle yaklaşarak erdem-ahlâk tanımına giderler: "Bir toplumun bireyleri için, bireysel özgürlükleri artırmanın iki yolu vardır. Birinci yol, toplumca kazanılmakta olan özgürlüklerden olağan olarak kendine düşen payla yetinmeyerek, birtakım çıkarıcı girişimlerle bu payın oranını artırmak yolunu tutmaktır. Öteki yol ise, toplumun düzen içinde gelişmesini engelleyecek eylemlerden kaçınıp, toplumun gelişmesine dolaylı yoldan katkıda bulunarak kendine düşen payın niceliğini artırmak yolunu tutmaktır. Kişinin ikinci yolu seçerek yaptığı eyleme ahlâklı-erdemli eylem, bu yolu seçen kişiye de ahlâklı-erdemli kişi diyoruz."

Yukarda ana çizgilerini vermeye çalıştığımız toplumsal eğilim temelinde dayalı ahlâk anlayışına eğilim ahlâkı adı veriliyor.

Kant'ın ödev ahlâkı anlayışıyla benzerlik taşıyan bu ahlâk kuramının en önemli özelliği tıpkı ödev ahlâkı kuramında olduğu gibi özgürlük kavramını ön plana çıkarmasıdır.

Ne var ki eğilim ahlâkındaki özgürlük anlayışıyla Kant'ın ahlâk kuramının



*Emmanuel Kant*

daki özgürlük anlayışı birbirinden farklı açılımlara gitmektedir.

Şöyle ki Kant felsefesinde özgürlük, insanın özgür gibi görünen davranışlarına bir erdem ya da suç yükleyebilmesini olanaklı kılmak üzere ortaya atılmış yapay bir kavramdır. Oysa eğilim ahlâkında özgürlük, insanın kendisini belli bir amaca götüren değişik yollardan uygun olanını seçme yetisinin adıdır.

Kimi düşünürler insanoğlundaki toplumsal eğilim sonucu ortaya çıkan eğilim ahlâkı'nı kendi içinde de sağduyu ahlâkı ve özveri ahlâkı olmak üzere iki ayrı ahlâk türüne ayırıyorlar.

Daha önce de söz ettiğimiz gibi halk içinde yaygın görüşleri temsil eden ahlâka sağduyu ahlâkı adı veriliyor. Birtakım kurallara bağlı olup olmadığı hayli tartışmalı olan halk arasında geçerli bu ahlâk anlayışının, gerçekten bir ahlâk kuramı sayılması su götürür bir durumdur. Bu nedenle sağduyu ahlâkından çok, özveri ahlâkı üzerinde biraz durmakta yarar var.

Toplumdaki bireylerin diğer bireylerle kurduğu ilişkiler sonucu, belirli durumlarda ortaya çıkan eylemler iki bölüme ayrılabilir. Bu eylemlerden birinci bölümü yapılması zorunlu eylemler'dir. Bu tür eylemlerin duruma göre olumlu ya da olumsuzları ahlâksal eylemler kabul edilir. Örneğin doğru söylemek yapılması zorunlu bir ahlâksal eylemken, yalan söylemek ahlâksız bir eylem olmaktadır. Bu birinci bölümün dışında kalan, yapılması zorunlu olmayan bir ikinci tür eylem daha vardır ki bunlara özveri eylemleri adı verilir ve beğenilen eylemler arasında sayılırlar.

Başkalarına saygı göstermek, başkaları için gerektiğinde kendine karşı olmak ve tüm insanların istekleri yararına kendi isteklerini baskı altına almak türünden eylemlerle ortaya konulan ahlâksal anlayış "özveri ahlâkı" olarak tanımlanmaktadır.

Dinlerdeki ahlâk anlayışının özveri ahlâkı temeline dayandığı bile söylenebilir. Ne var ki büyük dinlerdeki anlayış bile "başkası" tanımını tüm

insanlığı içine alabilecek kadar genişletememiştir. Hıristiyanlık "kendin gibileri seveceksin" derken yalnızca Hıristiyanların birbirlerine karşı sevgi beslemelerini öneriyordu.

Eğilim ahlâkında yapılması ya da yapılmaması gereken eylemlerin gerçekleştiğini genellikle eylemci dışında bir başkası bilmez. Fakat sonradan eylem dolaylı yollarla öğrenildiği zaman, eğer kurallara uyulmuşsa eylemcinin iyi ya da ahlâksal davrandığı kabul edilir bu eylem övülür, kurallara uyulmamışsa eylemcinin kötü ya da ahlâksızca davrandığı kabul edilir, eylem yerilir. Oysa amaçsız gibi görülen özveri eylemlerinin kuralı yoktur ama bu eylemler genellikle herkesin güzel bulduğu eylemlerdir.

Eğilim ahlâkında bir eylemin iyi ya da kötü oluşunun ölçütü, bu eylemin, aynı durumda bulunan başkalarından beklenen türden bir eylem olup olmadığıdır. Buna karşın özveri eylemleri iyi ya da kötü, doğru ya da yanlış olmadıklarından bunlar için bir ölçütün bulunması gerekmez.

Eğilim ahlâkına ilişkin bir eylemin hangi amaçla yapıldığının başkalarının bilinmemesi gerekir. Eğer eylemci eylemini başkalarının bir biçimde öğreneceklerini, bu yüzden de onların övgüsünü kazanacağını düşünerek yapmışsa bu eylem ne denli iyi olursa olsun gerçek bir ahlâksal eylem sayılmaz. Bunun gibi, bir özveride bulunan

kimse de bunu, içinden geldiği için değil de, eylemini beğenecek kimselerin övgüsünü kazanacağını düşünerek yapmışsa, bu eylem de güzelliğini büyük ölçüde yitirir.

Özveri eylemlerinin ahlâksal eylemler olup olmadığı konusu tartışmaya açık bir konudur. Bu eylemler yapıldıkları zaman herkesçe ya da çoğu kişilerce beğenilir. Yapılmaması ise genelde ahlâksızlık olarak değerlendirilmez. Örneğin başkasına saygılı davranmak, sevgi ve dostluk duygularıyla davranışta bulunmak özverisel ve beğenilen eylemlerdir ama bunların yapılmaması kişinin ahlâksızlıkla suçlanmasına neden olmaz. Özveri eylemleri yaşam boyunca ortaya koyduğumuz eylemlerin öyle önemli bir bölümünü oluşturur ki, bu eylemleri genel ahlâk eylemleri arasında saymaktansa bunlarla ilgili ayrı bir davranış kuramı ortaya atmak gerekebilir.

Ayrıca sevgi ve dostluk gibi herkesçe onaylanan ve beğenilen bireysel ilişkilerin hemen hepsi de yeri geldikçe insanları kendi dolaysız ya da dolaylı yararlarına ters düşen eylemler yapmaya zorladıkları için eğilim ve ödev ahlâklarının dışında kalırlar. Kimilerine göre çalışkanlık, cömertlik, kahramanlık gibi erdem adı verilen insansal niteliklerin ürettiği eylemlerin hepsi için durum böyledir. Bunların tümünde, eylem, eylemciye sağladığı dolaylı kazanç nedeniyle eğilim ve görev ahlâkının dışında kalmaktadır.

Felsefeci Vehbi Hacıkadıroğlu "Özgürlük Ahlâkı" adlı kitabında çalışkanlık, dürüstlük gibi özveri eylemlerinin çoğu zaman kişiye yarar yerine zarar getirdiğinden söz etmektedir. Ona kalırsa çalışkanlığın gerçekten bir özveri ya da erdem olarak kabul edildiği bir toplumda olağandan daha çok çalışmak anlamına gelen çalışkanlık, doğrudan doğruya bir özgürlük edimi olarak ortaya çıkar. Oysa çoğu kez toplumsal yaşamda çalışkanlık, çalışan bir kimsenin yaşamda başarıya ulaşmak için başvurduğu bir eylemdir ve başarıya yönelik bu tür eylemlerin ahlâkla bir ilgisi yoktur. Ona göre çalışkanlığın bir erdem olduğu düşüncesi hem yanlıştır hem de çalışkanlığın insanı başarıya götüreceği düşüncesi de doğru değildir: "Gerçek toplumlarda çok çalışan insanlar kendisinin ve ailesinin geçimini biraz düzeltmek için çalışırken, insanı gerçek başarıya kolayca götürececek yolları aramaya vakit bulamayacaklarından, çok çalışmak onların başarısına engel olacaktır."

Dürüstlük konusuna da değinen yazar, bu eylemlerin ancak belli koşullar altında ortaya çıktıkları zaman gerçekten erdemli eylemler olduğunu kabul etmektedir:

"... Ancak, onları gerçek erdem yapan belli koşullar, onların eylemciye başarı sağlama olanağını ortadan kaldırır. Örneğin doğruyu söyleme eylemi insanı başarıya götürecektir koşullar altında yapılmışsa o bir ahlâk eylemi değildir.

Gerçek bir ahlâk eylemi ise insanı başarıya götürmek şöyle dursun buna bir ölçüde engel olacak demektir..."

Yeri geldiğinde, kişinin bireysel yararı açısından ona zararlı bir özveri eyleminin toplumun yararı açısından istenilir bir şey olduğu da söz konusu olabilir. Demek ki ödev ve eğilim ahlâkına ters olan bir özveri eylemi yararlılık ahlâkı açısından uygun olabilmektedir.

Ödev ahlâkı kuramının büyük adı Immanuel Kant, kendi ahlâk kuramının açıklamasını yaparken bu tür özveri eylemlerinden o denli çok örnek verir ki özveri eylemleriyle zorunlu ahlâksal eylemlerin arasındaki farkı göremediği bile söylenir. Gerçekten de Kant, ahlâksal eylemler olarak verdiği örnekler arasında doğruluk, adalet, hakseverlik gibi eylemler yanında -ki bunlar sağduyu ahlâk anlayışına göre de ahlâksal birer eylemdir- sevgi, dostluk, iyilik gibi eylemleri de sıralamaktadır. Bu eylemlerden birincilerin insanların uymak zorunda oldukları kuralların içerdiği eylemler olmasına karşın, ikinciler bunlardan değildir.

İyilik etmek, sevgi beslemek, dostluk kurmak gibi eylemlerin bir insanın ödevleri olduğunu söylemek zordur. Üstelik iyilik etmenin ödev gereği olması onu erdem olmaktan da çıkarır. Özveri eylemlerini ahlâksal eylem olmaktan öte belki de erdem olarak nitelemek daha doğru olacaktır. Özetle özveri eylemleri ne ödev ne de sağ-

duyu ahlâkı sınırları içerisinde yer alan eylemlerdir. Üstelik ödevle özveri birbirleriyle çelişen kavramlardır.

Ödev ahlâkının, ödev sınırını aşan, belki de hepsini birden özveri terimi altında toplayabileceğimiz eylemleri içeren bir tür ahlâka kapalı olmasına karşın, eğilim ahlâkının bazı durumlar da böyle bir ahlâk anlayışına açık olması da söz konusudur. Kimi düşünürler insanlığın yetkin bir toplum ülküsüne doğru ilerlemesi için eğilim ahlâkının kurallarının yeterli olduğunu, özveri ürünü olan ahlâk kurallarının ise -en azından kuramsal olarak- pek de zorunlu olmadığını söylerler. Yetkin bir toplum ülküsüne gidilecekse, bunun bilgi artışıyla gerçekleşeceği ve de bu işin yüksek ahlâk eylemleriyle dolaylı da olsa bağlantılı olacağını söylerler.

Düşünürler arasında sağduyu, özveri ve de ödev ahlâkı kavramları arasında kıyasıya bir öncelik - önem tartışması yapılmış ve halen de yapılmaktadır. Kant'ın ve ardıllarının büyük önem vererek sağduyu ahlâkının üstüne yerleştirdikleri ahlâk kuramları onların ödev kavramına verdikleri önemden kaynaklanmaktadır. Oysa ödev ahlâkı kuramının zaman zaman sağduyu ahlâkı anlayışından önemli farkı olmadığını da saptamak olanaklı. Örneğin Kant'a göre bir davranışın ahlâka uygun sayılması için onun yalnızca ödevle uygun olması yetmez. Ödevle ilişkin olmayan her tür duygudan da arınmış olması ve de yalnızca ödev gereği olarak yapılmış olması



istenir. Gerçekte sağduyu ahlâkı için de bu böyledir. Doğruyu söyleyen bir kimse bunu, salt doğruyu söylemek için değil de, kendisinin doğru söyleyen bir kimse olduğunu herkese göstermek için yapmışsa, bundan bir çıkar sağlamak şöyle dursun yalnızca bir övünme payı çıkarmak istemiş bile olsa, bu kimsenin bu eylemi sağduyu yönünden de beğenilecek bir durum olamaz. Birisinin emeğinin karşılığını, onun hakkını kabul ettiği için değil de cömertliğini göstermek için ödeyen kimse için de durum aynıdır.

Ödev ahlâkını sağduyu ahlâkından ayırır gibi görünen bir başka özellik de Kant'ın deyimi ile maksimlerin (ilkelerin-genel kuralların) koşulsuz buyruklar oluşudur. İlk bakışta, sağduyu ahlâkı yönünden, özel durumlar söz konusu olduğunda kurallardan kolayca vazgeçilecekmiş gibi görünebilir. Oysa genel kurallardan ayrılmak sağduyu ahlâkının da hoş karşıladığı bir durum değildir. Sağduyu da herkesin, kendi aklının buyruğuna göre genel kurallardan sapmasına izin vermez. Çoğu durumda koşutluk gösteren bu iki ahlâk anlayışının koşulsuzluk yönünden her durumda uyuştığı söylenemez. Bunun bilinen klasik örneği şudur:

"A, B'yi öldürmek ister fakat onun nerede olduğunu bilmez ve bunu C'den sorar. C eğer B'nin nerede bulunduğunu bilir ve A'ya yanlış bir yer bildirir ya da "bilmiyorum" derse yalan söyleye-

rek ahlâksız bir davranışta bulunmuş olacaktır."

Ödev ahlâkı yönünden bu durum eşdeyişle yalan söylemek ahlâksız bir eylem olmaktadır. Oysa sağduyu ahlâkı yönünden böyle bir durum söz konusu değildir; yalan söylemek bu durumda ahlâksızca bir eylem olmaktan öte bir insan yaşamını kurtarmak için gerekli, yararlı ve de ahlâksal bir eylemdir.

Bizler, bir eylemin ahlâka uygun olup olmadığına karar verebilmek için genelde kendimize "Bu eylem aynı durumda bulunan başkalarından bekleyebileceğim türden bir eylem midir?" ya da "Bunu aynı durumda bulunan başkaları yapsa ben onaylar mıydım?" türünden sorular yöneltiriz. Bu tür değerlendirmeleri yapan kişiler için açık ve belirgin biçimde saptanmış olmasa bile yine de herkesçe bilindiği kabul edilen bir takım genel kurallar yol gösterici olmaktadır. Yaygın anlayışa göre ahlâksal eylemlerin yalnızca çıkar duygusundan değil, dolaylı çıkar duygularından da arınmış olması gerekir. Dürüst davranan insan, bu davranışından dolaysız bir çıkar beklemese bile, eğer bu yoldan ilerde kendisine yararlar sağlayacak türden bir ün yapma, hattâ çevresinde saygınlık kazanma gibi bir amacı varsa, davranış gene ahlâksal olma niteliğini yitirir.

Yazı dizimizin bir sonraki bölümünde "özgürlük ve ahlâk ilişkisi" gibi hassas bir konuya değineceğiz.



*Değerli SEVGİ DÜNYASI okuyucuları, bu ay sizlerle pozitif psikolojinin kurucusu olan Martin Seligman'ın, yayılmaya değer fikirlere kendisini adanmış kâr gütmeyen bir kuruluş olan TED'de (Technology, Entertainment, Design - Teknoloji, Eğlence/Gösteri ve Tasarım) yapmış olduğu bir konuşmayı paylaşacağız. 1984 yılında kurulmuş olan TED, isminin açılımdan da anlaşılacağı gibi teknoloji, eğlence/gösteri ve tasarımla ilgilenen ve bu konuda konferanslar vermek isteyen kişileri biraraya getiriyor. Başlık kısıtlayıcı gibi görünse de hemen her konuda yapılan konuşmalar bu başlıklardan birinde yer bulabiliyor. Örneğin yalan söylemenin iş etiği üzerindeki etkileriyle ilgili bir konuşma, sosyal ilişkileri ve şirket hayatlarını yeniden tasarlamının konusuna dahil olabiliyor. Her yıl biri baharda Long Beach ve Palm Springs'de, diğeri de her yaz Edinburgh İngiltere'de olmak üzere iki tane yıllık konferans düzenliyorlar. Her yıl ilham veren olağanüstü bir konuşmacıya 100.000 dolar ödül veriyorlar ve konuşmasının içeriğindeki dileğin gerçekleşmesini sağlıyorlar. TED, fikirlerin tutumları, yaşamları ve nihayetinde dünyayı değiştirme gücüne sahip olduğuna inanıyor. Bu nedenle de dünyanın en ilhamlı düşünürlerini ve ayrıca fikirlerini sunmak isteyen önemli ve dikkate değer insanları (edebiyatçıları, bilim adamlarını, felsefecileri, iş adamlarını, vakıf başkanlarını, gazetecileri v.b) biraraya getiriyor. TED hakkında daha fazla bilgi için: [www.ted.com](http://www.ted.com)*

# Pozitif Psikoloji

## Martin Seligman Kimdir?

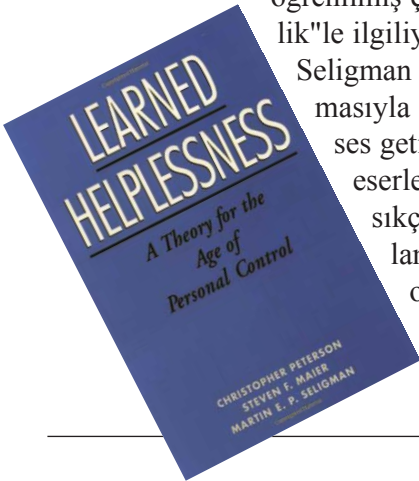
Mutluluk, karakter ve iyimserliğin gücü gibi sağlıklı ruh hallerini inceleyen bir dal olan pozitif psikolojinin kurucusudur. Bu dalı 2000 yılında kurmuş ve kariyerinin tamamını bu andan itibaren olumlu duygular, olumlu karakter özellikleri ve olumlu melekelerin geliştirilmesine adanmıştır. Seligman'ın üzerinde çalıştığı bu büyüleyici alan, insanların mutsuzluk hallerinin onarılmasına odaklanmış olan bir bilim dalı olan klinik psikolojisinin aksine, mutlu insanların çoğalması ve daha da mutlu olmasını sağlamayı amaçlamaktadır. Seligman öncü çalışmasını Pennsylvania Üniversitesindeki Olumlu Psikoloji Merkezinde yürütmekte, bu amaçla kliniklerde de kullanılabilir araçlar geliştirmekte ve bir sonraki neslin olumlu psikologlarını yetiştirmektedir.

Seligman'ın bundan önceki çalışması, kişinin içinde bulunduğu durumu asla değiştiremeyeceğine (bunun için yeterli enerjiye sahip olmadığına) inandığı

"öğrenilmiş çaresizlik"le ilgiliydi.

Seligman bu çalışmasıyla da hayli ses getirmiş ve eserlerinden sıkça yararlanan kişi olmuştur.

*"Amerikan Psikoloji Birliğinin başkanıyken CNN kanalıyla, sizinle şimdi yapacağım konuşmanın konusuyla yani "İyimser Olmanın 11. Nedeni" ile ilgili bir görüşme yapmıştık. Bana: "Profesör Seligman psikolojinin bugünkü durumunu bize özetleyebilir misiniz? Sizinle bu konuda röportaj yapmak istiyoruz" diye sorunca onlara "Harika" dedim. Bu kez bana: "Ancak burası CNN bu nedenle önden sadece tek bir kelime söylemeniz gerekiyor" dediler. Bunun üzerine kameralar aynı sorunun yeniden sorulmasıyla bana yönelmiş biçimde onlara "İyi" diye cevap verdim. Muhabir "Kesin, kesin. Bu olmadı. En iyisi size iki sözcükten oluşan bir cümle söyletelim" deyince ben soruyu: "İyi değil" diye cevapladım. "Bakın Doktor Seligman, sizin bu ortamda pek de rahat olmadığınızı anlaşıyor. En iyisi siz bize üç tane sözcükten oluşan bir cümleyle tarif edin. Psikolojinin bugünkü durumu sizce nedir". Ben "Yeterince iyi değil" diye cevap verdim. İşte bu bugün sizlerle konuşacağım konunun özünü teşkil ediyor.*



“Sizlere psikolojinin bir zamanlar neden iyi olduğunu, sonra nasıl iyi olmadığını ve gelecek on yıl içerisinde nasıl yeterince iyi olabileceğini anlatmak istiyorum. Ve paralel bir özetle aynı şeyi teknoloji, eğlence/gösteri ve tasarım için de yapacağım, çünkü bu konuların birbirleriyle benzer olduklarına inanıyorum.

“O halde psikoloji neden iyiydi? Bence, 60 yıldan fazla bir süredir psikoloji hastalık modeliyle çalıştı. Bundan on yıl önce uçakla yolculuk yaparken kendimi yanımdaki koltukta oturan kişiye tanıştırdığımda benden uzaklaştı. Çünkü o zamanlar herkes psikolojinin kendilerinde var olan yanlışları bulmayla alâkalı bir dal olduğuna inanırdı. (Kaçıkları yakalama bilimi!) Şimdi insanlara ne yaptığımı anlattığımda artık benden kaçmıyorlar, tam tersine daha da yaklaşıyorlar.

“Bundan 60 yıl önce insanlarda görülen psikolojik bozuklukların hiçbiri tam anlamıyla tedavi edilemiyordu. Şimdi bunlardan 14’ü tedavi edilebiliyor. İkisinde ise gerçekten şifa sağlanabiliyor.

“Bir başka şey ise zihinsel hastalıklar diye bir bilim dalının geliştirilmiş olması. Bu nedenle hatları tam anlamıyla belli olmayan depresyon ve alkolizm gibi iki kavramı ele alıp bunları titizlikle ölçebileceğimizin farkına vardık. Böylece zihinsel hastalıkları gruplandırabildik. Bunların nedenlerini anlayabildik. Genetik yönden şizofreni

hastalığına yatkın olan kişileri zaman içinde inceleyebildik, genetiğin rolünü çözebildik ve zihinsel hastalıklar üzerinde deneyler yaparak üçüncü değişkeni ayırt edebildik.

“Ve bundan öte, son elli yıl içerisinde belli rahatsızlıklar için ilaçlar üretebildik ve sonra da bunları plasebo kontrollü tasarımlarda titizlikle deneyebildik. İşe yaramayan çalışmaları bir kenara attık, yarayanlar üzerinde durduk.

“Böylece psikoloji ve psikiyatri son 60 yılda mutsuz ve dertli insanları daha az mutsuz ve daha az dertli bir hale getirmeyi başardığını iddia edebilir. Ve ben bunun müthiş bir şey olduğunu düşünüyorum. Ayrıca bundan son derece onur duyuyorum. Başta sözünü ettiğim iyi olmayan şeylere gelince, bu çalışmaların sonucunda ortaya üç tane şey çıktı.

“Birincisi etikle ilgiliydi ki psikologlar ve psikiyatristler birer mağdur bilimciye ve birer patoloji bilimcisine dönüştüler. Bizim insan doğasına karşı bakışımız şuydu halbuki: eğer başınız dertteyse bu üzerinize tuğlaların düştüğünü gösterir. Böylece insanların seçimler yaptıklarını ve kendilerine ait kararlar verdiklerini unuttuk. Sorumluluğumuzu unuttuk. İşte bu ödediğimiz ilk bedeldi.

“İkinci bedel ise siz insanları unutmamız oldu. Normal yaşamları geliştirmeyi unuttuk. Derdi diğerlerine göre fazla olmayan insanları daha

mutlu, daha tatmin ve daha üretken hale getirmemiz gerektiğiyle ilgili misyonumuzu unuttuk. "Dâhi" ve "Yüksek yetenekli" sözcüklerini ağzımıza almaz olduk. Artık hiç kimse bunlar üzerinde çalışmıyor.

"Hastalık modeliyle ilgili üçüncü problem ise dertli ve mutsuz insanlarla ilgili bir şeyler yapma telâşımız oldu. Hasarı ortadan kaldırma telâşımız yüzünden insanları daha mutlu ve daha olumlu bir hale getirebilecek müdahaleleri gerçekleştiremedik.

*"İyi olmayan şeyler işte bunlardı. Nancy Etcoff, Dan Gilbert, Mihaly Csikszentmihalyi ve benim gibi kişileri pozitif psikoloji diye tabir ettiğim dalda çalışmaya iten de budur. Pozitif psikolojinin üç tane amacı vardır. Bunlardan birincisi psikolojinin insanın zayıflıklarıyla olduğu kadar güçlü yönleriyle de ilgilenmesi gerektiğidir. Bu nedenle de insanlardaki psikolojik hasarları onardığı kadar gücünü de arttırmalıdır. Yaşamdaki en iyi şeylerle ilgilenmeli, normal insanların da hayatlarını daha tatminkâr bir hale getirmeli ve kalitesini daha da yükseltmelidir.*

"Son on yıldan beridir (gelecekte de böyle olacağını ümit ederek) işte bu sözünü ettiğim pozitif psikoloji isimli bilim dalının yaptığı ilk çalışmaları görmekteyiz. Bence bu bilim dalı insan hayatını yaşamaya değer kılıyor. Mutluluğun birden fazla formu vardır. Biz bu formları ölçebileceğimizi bulduk. Mutlulukla ilgili hazırlanmış tam teçhizatlı testleri, bununla ilgili web sitesine bedava giriş yaparak çözebilirsiniz. Pozitif duygularla, mânâyla ve akışla ilgili bu kadar çok bilgi onbinlerce insana hitap edebiliyor mu şeklinde bir soru sorabilirsiniz. Biz insanların psikolojik rahatsızlıklarını ortaya koyan teşhis rehberinin tam zıddını yarattık. Böylece cinsiyetlerine oranla güçlü ve iyi oldukları yönlerini klasifiye ettik ve onları tanımlamayı, teşhis etmeyi, nelerin onları daha da güçlendireceğini ve nelerin önlerine set çekeceğini bulduk. Bunun sonucunda da olumlu ruh hallerini yaratan sebepleri ve beynin sol ile sağ yarısı arasındaki ilişkinin rolünü tespit ettik.

"Ben hayatımı kendilerini inanılmaz derecede mutsuz ve kederli hisseden insanlarla çalışarak geçirdim. Kendime hep şu soruyu sordum: "Bu derece mutsuz ve dertli insanların diğerlerinden farkı nedir?" Ve bundan altı yıl önce kendilerini inanılmaz derecede mutlu hisseden insanların diğerlerinden farkı nedir diye sormaya başladım. Öncelikle bu kişiler diğerlerinden ne daha dindar, şekilsel yönden ne daha iyi ne daha zengin ne de daha güzeldiler, ne de başlarından daha iyi veya

daha kötü olaylar geçmişti. Bu kişileri daha farklı kılan şey, inanılmaz derecede sosyal kişiler olmalarıydı. Elbet ki bunlar sosyal olacağım diye cumartesi sabahları seminerlerden çıkmayan kişiler de değillerdi. Yalnız başlarına zaman geçirmeyen, romantik ilişkiler yaşayan ve çevrelerinde geniş bir arkadaş kitlesine sahip olan kişilerdi.

“Ama şuna dikkat edin şimdi. Bu sadece bir korelasyon verisi olup, rastlantısal değildir. Bu mutluluğun birarada olmak, konuşmak, coşmak, gülmek ve kıkırdamak kısmıyla ilgilidir. Bunun da yeterli olmadığını söylemek istiyorum. Bunun için Buda'nın öğretilerinden Tony Robbins'e kadar uzanmanız gerekir. Tüm bu öğretilerden, insanın mutlu olabilmesi için 120 tane olumlu müdahale gerektiği çıkar. O halde bunlardan hangileri insanı sonsuza kadar mutlu kılabilir?

“Şimdi size bulduğumuz sonuçlardan bazılarını aktaracağım. Bu anlattıklarımın özünde psikolojinin, zihinsel hastalıkları tedavi etme, mutsuzları daha az mutsuz hissettirme misyonuna ilaveten üstlenmesini arzu ettiğim bir misyon var. Ben, psikolojinin insanları daha da mutlu kılmasını istiyorum. Yani: Psikoloji insanları gerçekte daha mutlu kılabilir mi diye soruyorum. Ve bu soruyu sorabilmek için - aslında mutluluk sözcüğünü ben pek fazla kullanmıyorum ama - kavramı bu soruyu soracak biçimde pek çok parçaya ayırmak zorunda kaldık. Bu nedenle ben mutluluğun üç farklı veçhesi olduğuna

inanıyorum. Farklı diyorum çünkü bunları farklı eylemler, farklı müdahaleler oluşturuyor.

*İnsanlar üç farklı veçhesiyle, üç farklı mutluluk yaşayabilirler. Birinci mutlu hayat insanın içinde hoşnutluk ve şükür duygusu yaşadığı bir hayattır. Böyle bir hayatta siz olabildiğince çok olumlu duyguya ve bu duyguları daha da büyütecek becerilere sahip olursunuz. İkinci mutlu hayat her hangi bir şeyle meşgûl olduğunuz bir hayattır. Böyle bir hayatta çalışacak bir işiniz, sevgiyle baktığınız evlatlarınız, aşkınız, serbestçe kullanabileceğiniz zamanınız olur. Aristo da bunun hakkında konuşmuştu zaten. Üçüncüsü ise anlamlı bir hayattan yakalayacağınız mutluluktur. Bunların her biri hakkında birkaç şey ve bunlarla ilgili neler bildiğimizi anlatmak istiyorum.*

“Mutlu bir hayatın birinci veçhesinin, içinizde hoşnutluk ve şükür duygusu duyduğunuz bir hayat olduğunu söyledim. Bunu bulmak için olabildiğince olumlu duyguya yer açmalı ve bunları daha da büyütmek, güçlendirmek, farkındalığınızı ve yaşamdan aldığınız tadı artırmak için

gerekli olan becerileri öğrenmeniz gerekir. Bununla birlikte böyle bir hayatın üç tane zorluğu vardır. Bu, Pozitif Psikolojinin neden bir mutluluk bilimi olmadığını ve neden burada son bulmadığını da açıklar.

“Birinci zorluk, olumlu duygularla ilgili tecrübeleriniz kalıtsaldır, yaklaşık yüzde ellisi, ve gerçekte çok da değiştirilebilir değildir. Matthieu (Ricard), ben ve diğerlerinin yaşamınızdaki olumlu duyguları artırmayla ilgili bildiğimiz farklı hünerler olasılığınızı ancak yüzde 15 ila 20 arasında artırabilirler. İkincisi, olumlu duygular bir süre sonra sıradanlığa dönüşür. Hem de oldukça hızlı. Bu tıpkı Fransızlar'ın vanilyalı dondurmasına benzer. İlk tadımda yüzde yüzdür. Altıncı tadımda ise bu oran düşer.

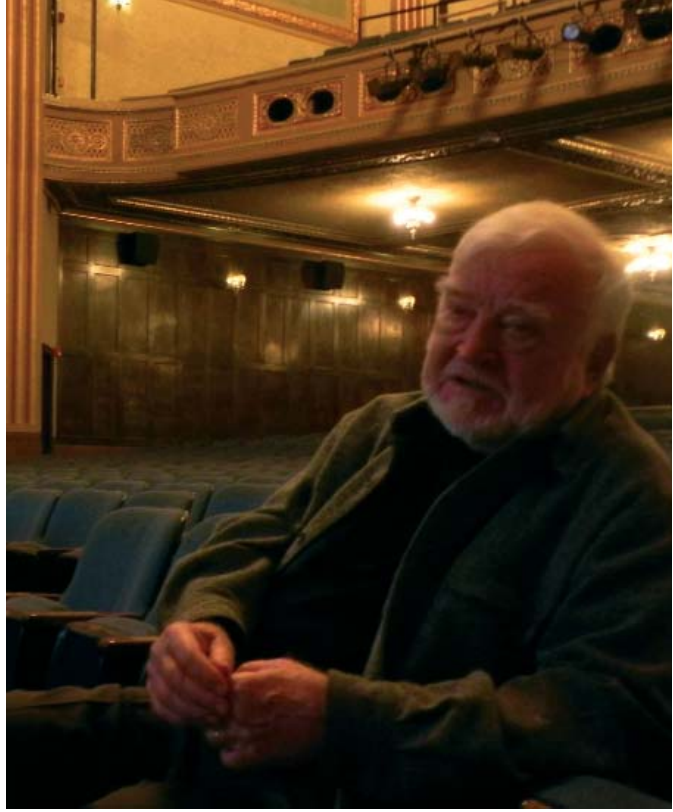
“Bu da sizi mutlu bir hayatın ikinci vechesine yönlendirir. Tam da burada size pozitif psikolojinin neden olumlu duygudan ve hoşnutluk üretmekten daha fazla bir şey olduğunu açıklayabilmem için arkadaşım Len'i anlatmam gerekiyor. Hayatın üç büyük arenasından ikisinde, Len henüz 30'unda iken müthiş derecede başarılı bir adam haline gelmişti. Birinci arena çalışma hayatıydı. Çünkü henüz 20 yaşında borsa uzmanı, 25 yaşındayken de bir borsa şirketinin trilyoner sahibi olmuştu. Ayrıca ulusal briç şampiyonuydu. Bununla birlikte Len, hayatın üçüncü arenasını olan aşk ve sevgide sınıfta kalmıştı. Bunun nedeni Len'in buz gibi bir adam olmasında yatıyordu.

“Len aslında içe dönük bir adamdı. Amerikalı kadınlar ona şöyle diyordu: "Sen hiç neşe vermiyorsun. Sende hiç olumlu duygu yok. Sen kayıpsın." Len'in, Park Avenue'da çalışan bir psikanaliste gidecek kadar çok parası vardı ve beş yıl boyunca içindeki olumlu duyguları bloke etmiş olan cinsel travmasının hangisi olduğunu bulmaya çalıştı. Sonunda böyle bir travma geçirmemiş olduğu anlaşıldı. Len, Long Island'da büyümüş, futbol oynamış, futbol maçlarına gitmiş ve briç oynamıştı... Len, pozitif duygulanımlar dediğimiz olgunun sadece yüzde beş oranına sahipti.

“Sorulacak soru, Len mutsuz birisi midir? Ben buna "Hayır" demek istiyorum. Bence Len, Psikoloji biliminin olumlu duygulanım konusunda sözünü ettiği yüzde elli tabanın aksine tanıdığım en mutlu insanlardan birisidir. Mutsuzluğun cehennemine gönderilmiş birisi değildir ve tıpkı sizler gibi inanılmaz derecede akar. Sabah 9.30'da Amerikan Exchange'in binasına girdiği andan itibaren zaman onun için durur sanki, taa ki kapanış ziline kadar. İlk kart oynandığında turnuva bitene kadar zaman onun için durur.

“Mihaly Csikszentmihalyi'nin "Akış" la ilgili söylediği şey tam da budur. Bunun hoşnutluk duygusundan çok önemli bir farkı vardır. Hoşnutluk duygusunda henüz ham olan (pişmemiş olan) bir şey vardır. Böyle bir duyguda bir şeylerin olmakta olduğunu bilirsiniz. Bu yalnızca düşünce ve duygudur

sizin için. Akış'ta ise hiçbir şey hissetmezsiniz. Örneğin dinlediğiniz müzikle bir olursunuz. Zaman adeta sizin için durur. İnanılmaz derecede yoğun bir konsantrasyon içine girersiniz. İşte bu bizim iyi hayat dediğimiz şeyin özelliğidir aslında. Bunun reçetesi de en yüksek değerlerinizin (gücünüzün) ne olduğunu bilmekten geçer. En güçlü olduğunuz beş yönünüzü bulmakla ilgili geçerli bir testin bulunduğunu da, bu arada size söylemem gerekir. Bunları kullanarak çalışma hayatınızı, aşk hayatınızı, arkadaşlığınızı ve anne-babalığınızı da yeniden şekillendirebilirsiniz.



*Mihaly Csikszentmihalyi*

“Mutlu bir yaşamın üçüncü veçhesinin anlam ve mânâ bulmak olduğunu söylemiştim. İşte bu mutluluğun en saygıya değer tarafıdır. Hayatın anlamı mutlulukla akışla paraleldir. Bunun yolu, en güçlü yönlerinizin hangileri olduğunu bilmekten ve bunları sizden daha büyük olan bir şeyin hizmetine sunmak ve o şeye ait kılmak için kullanılmaktan geçer.

“Peki bu hayatların tümünü kalıcı kılabacak şeyler var mıdır? Cevap "Evet" gibi görünüyor. Size bazı örnekler vereceğim. Bu çalışmalar oldukça titiz biçimde aynen ilaçlar üzerinde yapılan

deneyler gibi uzun dönemli çalışmalar, plasebo kontrolleri ve tesadüfi ödevler şeklinde gerçekleştirilmektedir. Örneğin insanlara hoşnutluk duygusuyla dolu bir yaşam biçimini, yani hayatlarından nasıl daha fazla zevk alabileceklerini öğretebilmek için, onlara farkındalık becerilerini geliştirmelerini, hayattan lezzet almayı öğrenmelerini ve salt bu amaçla kendilerine güzel bir gün tasarımlarını ödev olarak veririz. Siz de gelecek cumartesiye kendinize ayırabilir, güzel bir gün tasarlayabilir, hoşnutluk duygunuzu artırabilmek için farkındalığınızı ve lezzet alma duygunuzu geliştirebilirsiniz.



*“Şimdi, eğer yapabiliyorsanız gözlerinizi kapamanızı rica ediyorum. Hayatınızdaki bir şeyi inanılmaz biçimde iyi yönde değiştirmiş ve sizin teşekkür etme fırsatını henüz bulamamış olduğunuz birisini hatırlamanızı istiyorum sizden. Bu kişinin hayatta olması gerekiyor. Tamam, şimdi gözlerinizi açabilirsiniz. Umarım hepinizin hayatında böyle birisi vardır. Ödeviniz şudur: Bu kişiye teşekkür etmek için 300 kelime-lik bir mektup yazmanızı istiyorum sizden. Bunun için önden o kişiye telefon edip, kendisini ziyaret etmek istediğinizi söyleyeceksiniz (ancak ziyaret nedeninizi söylemeyeceksiniz) sonra da odasına girip yazdığınız mektubu okuyacaksınız.*

“Bu ödevi yerine getiren herkes ağladı. Bu kişilerle bir hafta, bir ay veya 3 ay sonra konuştuğumuzda daha mutlu ve daha az depresif olduklarını gördük.

“Bir başka örnek ise evli çiftlerin en fazla güçlü oldukları yönlerini tespit etmelerini sağladığımız bir test. Çiftler bu testi aldıktan sonra bu yönlerini kullanabilecekleri bir akşam yemeği planlıyorlar. Bunun sonundaysa ilişkilerinin

daha da güçlendiğini fark ediyorlar. Başkalarına iyilik ve hayır dağıtan bir kurumda çalışmayı eğlenceyle birleştirmek de böyle bir şeydir. Üniversitedeki öğrencilerim ve birlikte çalıştığım insanlar bunu henüz keşfetmiş değiller. Bu nedenle biz insanların hem diğergâm amaçlı hem de aynı zamanda eğlendikleri bir şey yapmalarını sağlıyoruz. Eğlenmek amaçlı bir şey yaptığınızda bu size dans etmek kadar güzel gelir. Diğergâmca bir şey yaptığınızda ise bu ebediyen kalıcı olur. İşte bunlar pozitif müdahalelere verebileceğimiz örneklerdir.

“Söylemek istediğim son şey ise herkesin yaşamdan duyduğu tatmin duygusuyla daha çok ilgilendiği gerçeğidir, ki sizin de gerçekten bunu merak ettiğinizi biliyorum. Bu bizim hedef değişkenimizdir. Üç farklı hayatın bir fonksiyonu olarak biz de insanlara hayatınızdaki ne kadar çok tatminsiniz sorusunu soruyoruz. Bunu binlerce insana sorduk. Diğer bir deyişle “Zevkler, pozitif duygular, hoşnutlukla ve severek meşgûl olduğunuz bir işle dolu bir yaşam, zamanın sizin için durması ve anlam arayışı, hayatınızla ilgili tatmin duygunuza herhangi bir katkıda bulunuyor mu?” diye sorduk.

“Sonuçlar bizi şaşırttı ama düşündüğümüzden daha az. Sonuçta zevk arayışının hayatla ilgili tatmin duygusuna neredeyse hiçbir katkıda bulunmadığı ortaya çıktı. Bunlar arasında en güçlü olan anlam arayışındı. Meşgûl olunacak iş arayışı da

güçlüydü. Eğer hem bir işe hem de anlama sahipseniz, zevk işin kreması oluyordu. Demek ki bu üçüne sahip olduğunuzda, toplam, parçaların her birinden daha büyüktü. Tam tersine, bu üçünden hiç birine sahip olmadığınızda (yani boş bir hayata sahip olduğunuzda), toplam, parçaların her birinden daha küçük oluyordu.

“Psikolojiyle ilgili sorunların teknoloji, eğlence/gösteri ve tasarımla da alâkalı olduklarını düşünüyorum. Hepimiz biliyoruz ki, bunların üçü de yıkıcı amaçlarla kullanılabilir. Yine biliyoruz ki, bunlar mutsuzluğun ortadan kaldırılmasına hizmet eden araçlardır. Mutsuzluğu ortadan kaldırmakla mutluluğu inşa etmek arasındaki fark inanılmaz derecede önemlidir. 30



yıl önce uzmanlık hayatıma başladığımda birisini kaygılandırmamak, depresyona sokmamak için yeterince iyi olup olmadığımı ve onları mutlu kılmada ne derece başarılı olduğumu merak ediyordum. Bunun cevabını asla veremedim.

*“Sonuç olarak (iyimserliğin 11. nedeni), teknoloji, eğlence/gösteri ve tasarımla birlikte yeryüzündeki mutluluğun artmasını sağlayabiliriz. Eğer teknoloji önümüzdeki on yıl içinde veya yirmi yıl içinde insanların hoşnutluk ve memnuniyet duydukları iyi ve anlamlı bir hayatı yaratabilirse, yeterince iyi olacaktır. Eğer eğlence/gösteri olumlu duyguları, anlamı ve akışı çoğaltabilecekse, yeterince iyi olacaktır. Ve eğer tasarım, olumlu duyguyu, akışı ve anlamı artırırsa, hepimizin yaptığı yeterince iyi olacaktır. Hepinize teşekkür ederim.”*

Gelecek Ay:

Mihaly Csikszentmihaly'nin Akış Teorisi ile ilgili TED'de yaptığı konuşmayı sizlerle paylaşacağız.



# Tanrı'nın İnsanlaşması

(Geçen Aydan Devam)

16 Temmuz, 2011

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

Çeviren: Necati Tarıman

## Tanrı ile İletişim

Şimdi bir sonraki konuyu konuşalım: İletişim. Siz acaba neden Tanrı'yı insanlaştırmak istiyorsunuz? Biraz önce de belirtmiş olduğum gibi, siz Tanrı'yı kendinizden apayrı bir yere koyuyor, ona erkek özellikleri ile birlikte bir sakal veriyor ve kalın bir sesle konuşuyor gibi düşünüyorsunuz. Ona âkil (yaşlı) adam statüsü tanıyor, onun-

la konuşuyor, ona tapınıyor ve onu insanlaştırmak için heykellerini yapıyorsunuz. Tanrı içinizedir! Dünyanın yaratıcısının en büyük enerjisi her bir insanın içinde, tam içinde yer almaktadır. DNA'nın her bir parçası, 100 trilyon adet, buna sahiptir. Bilimin farkında bile olmadığı DNA molekülleri arasında bilinç ve hattâ iletişim vardır. Tanrı sizin içinizedir. O zaman neden onu içinizden söküp çıkarıyor ve onu

içeride tutmak için binalar inşa ediyor-sunuz?

Size bir şey sormama izin verin: Diyelim ki sizin kendi bedeninizdeki organlardan biri ile konuşma zamanı gelmiştir ve o günün işi karaciğeriniz ile konuşmak olsun. Bu durumda devasa boyutlarda bir karaciğer inşa edip ona tapınır mıydınız? Öff, ne kadar da 3 boyutsunuz. Ne demek istediğimi anlayabiliyor musunuz? O zaten bedeninizin içindeyken neden böyle bir şey yapma ihtiyacı duyarsınız ki? Bunun nedeni Tanrı'yı sizin içinizde olarak algılamamanızdır. Demek ki mesele ilâhi algılamadır. Artık kendi hakkınızdaki imajı değiştirme zamanı gelmiştir. Bunu yaptığımızda, gözlerinizi açacak, aynaya bakacak ve "Ben benim. Tanrı benim içimdedir." diyeceksiniz. Bir insan olarak bunu yapmak çok zordur. Bunu yapabilmek için mağduriyet gerçekliğinin dışına çıkmanız gerekmektedir.

Kültürünüz size tanrısallığınız hakkında ne söylemektedir? Medyada gördüğünüz her şey size sizin kırılmış olduğunuzu söylemektedir. Sizin şuna ihtiyacınız var, buna gereksiniminiz var. Doğrudan gözlerinizin içine bakarak "Sizin kendinizden başka hiçbir şeye ihtiyacınız yoktur. Artık bunun gereğini yapın!" diyen bir reklamı hiç gördünüz mü? Hayır böyle bir şey hiç görmediniz.

*Ruh ile en iyi şekilde nasıl iletişim kurabilirsiniz? Size bunu söyleyeceğim. Kendi kendinize âşık olmak zorundasınız. İşte anahtar budur. İşte kapı budur. Tanrı'nın içinizde olması gayet uygundur ve tamamdır. Siz kirli olarak doğmadınız; siz muhteşem bir varlık olarak doğdunuz muhteşem. Ve bu odada bulunup da ne kadar muhteşem olduklarınızı keşfetmiş olanlar ise egolarının peşinde sürüklenen kimse-ler değillerdir. Onlar sevgi tarafından harekete geçirilen kimse-lerdir, bu çok büyük bir farktır.*

Onlar Tanrı'yı sevdikleri gibi kendilerini seven kişilerdir. Onlar inandıkları şeyleri savunmak için mücadele etme ve eski enerjiyi ve karanlığı temsil eden şeyleri reddetmenin denge durumunu yansıtmakta olduğunu anlamaktadırlar. Aynı zamanda kendi egolarını (nefislerini) da kontrol altında tutmaktalar ve onun asla kontrolü ele geçirmesine izin vermemektedirler. Bu ustaların yapmış oldukları ve öğretmiş oldukları şeydir. Kendi içinizde bulunan yaratıcı parçasına dokunabildiğinizde Tanrı ile iletişim otomatik olarak gerçekleşir. O zaman kapı açılır.

## Cennette Savaşlar?

Bir an için tarihe bakın ve insanların Tanrı ve Tanrı'nın tarihi hakkında hangi kararlara vardıklarını gözünüzün önüne getirin.

*Size bugün öğretilen hikâyeyi anlatmama izin verin. Evvel zaman içinde Tanrı'nın, yani evrenin yaratıcısı, bir sorunu vardı. Sanki bir savaş sürüp gidiyormuş gibi görünüyordu. Bir şekilde bu meleklerin de içine karıştığı bir savaş gibi görünüyordu ve belirli bazı melekler Tanrı'nın iş yapma biçimi ile aynı fikirde değillermiş gibi görünüyordu. Şimdi bana söyleyin, bu Tanrı'nın işi mi yoksa daha çok insanın işine mi benziyor? Hikâye devam ediyor. En sonunda, savaş kötüye giderken, bu savaşı başlatan kişi cennetten (veya buna hangi adı verirsiniz artık) kovuldu ve dünyaya düştü. Avanesini (takipçilerini) de yanına aldı ve yer altına indi. Bu kişinin bir kuyruğu ve boynuzu var ve yangın çıkarıyor. Şimdi yeniden bakalım sevgili varlıklar; bu size evrenin yaratıcısının işi gibi mi görünüyor?*

Bu size sevginin çekirdeği, var olan her şeyin çok boyutlu olan kaynağı gibi mi görünüyor? Hayır.

Kitlelerin kontrol altında tutulmasını sağlamak amacı ile Tanrı'yı insanlaştıran bir çocuk hikayesi gibi görünüyor. Savaşlar sizin evreninizin yaratıcısı olan Tanrı'nın değil insanların işidir. Cennette bir savaş mı? Hikâyenin kendisi Tanrı'nın en üst düzeyde insanlaştırılmasıdır. İnsanlar hüküm, ceza, intikam ve dram ile ilgili senaryoları yazarlar ve sonra bunları Tanrı'ya mal ederler. Eğer sizde en ufak bir ruhsal mantık kıvılcımı varsa, o size bunların insanların kişiliği olduğunu ve Tanrı ile ilgisi olmadığını söyleyecektir.

## Tanrı Sevgisi

Size daha önce de söylediğim gibi çocuğuna bakan bir annenin gözlerinde ve yüreğinde sevgiden başka bir şey olmaz. O aile üyesi çocuğa asla onu ihmal edeceğini veya yaşamın onunla zor geçeceğini söylemez. O aile üyesi çocuk kendisine yapması söyleneni yapmadığında asla onu karanlık bir yere kapatmaz. Onu yerine çocuğa sevgi, anlayış ve sabır gösterilir. Hepsi bu kadar. İşte tam da bunlar perdenin öbür tarafından size verilenlerdir sevgili varlıklar. İşte bu nedenle şu anda sizin önünüzde duruyorum. Neden Tanrı'yı insanlaştırıyor ve bu yaratıcı enerjinin görkemini basit, gün-

delik bir dualiteye indirgiyorsunuz? Neden bunun insan düşüncesinin eski enerjisini temsil etmekte olduğu ve yeni dünyanın hikmetini temsil etmemesidir. İnsanlık değişmektedir ve bununla beraber içinizdeki Tanrı'nın nasıl anlaşıldığı da değişmektedir.

### Yeni Enerji İçin Bir Uyarı

Şimdi size yeni enerji ile ilgili olarak farkında olmanız gereken bazı şeyleri söyleyeceğim. Kendinizi kültürünüzün dışına çekmeyin. Eski enerjide kendinizi karanlık şeylerden uzaklaştırma, başka aydınlanmış insanları bulma, komünler (topluluk. cemaat) oluşturma veya belki de kendi başınıza çöle gitme eğilimleri ağır basardı. Aşiretin veya kabilenin kutsal kişileri her zaman yalnız başlarına yaşarlardı. Bunun kişilerin saflığını arttırdığı ve bunların dolayısı ile Ruha daha iyi hizmet verebildikleri düşünülürdü.

Oysa artık ben sizlere kibrit taşıyıcıları adını verdim ve siz bunun ne olduğunu biliyorsunuz, deniz feneri. Siz karanlığa ışık saçıyorsunuz ve bu nedenle de buradasınız. Dünya üzerinde barışın tesis edilebilmesi için nüfusun yüzde birinin yarısından daha azının bu kibriti yakması gerekmektedir. Bu konuşmayı yaptığımız anda bile bunun tohumları ekilmektedir. Eski enerjide siz kendinizi karanlıktan uzak-

laştırdınız; şimdi biz sizlerin kültürünüz içinde kalmanızı ve sadece ışığınızı yaymanızı istiyoruz.

İşte size söylemek istediklerim bunlar. Şu anda odada bulunanlar arasında "Ben neden şu anki çalışma yerimde işe devam etmek zorundayım? Benim düşünce yapıma uygun kimse yok orada ve orası karanlık bir yer. Orayı hiç sevmiyorum ama mecburen gidiyorum." diyenler var.

*Ve bundan önceki on yıllarda yaptığımız gibi şimdi size tekraren söylüyoruz ki eğer siz deniz feneri iseniz, o zaman başka deniz fenerinin olmadığı yerlerde bulunmak zorundasınız. Siz etraftaki tek ışık kaynağı olabilirsiniz. Kaç tane geminin sizin sayenizde güvenli bölgeye yönlendirilmekte olduğu hakkında hiçbir fikriniz olmayabilir. Siz bu nedenle buradasınız, belki de daha önce hiç bulunmadığınız yerlere gitmek ve belki de karanlığa gömülü olan yerlerde kalmak için.*

Şunu Ruhun size olan vaadi olarak alabilirsiniz; bu yeni enerjide karanlık artık size dokunamaz. Eğer siz tek ışık kaynağı iseniz, karanlık ona dokuna-

maz. Işık yokluğu ışığın yerini alamaz. Karanlık olduğu için bir şeylerin size ulaşacağını (zarar verebileceğini) düşünmeyin. Bu olamaz! Olamaz! Siz bundan böyle kendinizi toplumdan tecrit etmeyecek, ondan uzaklaşmayacaksınız. Örneğin sizinle aynı düşünce ve zihin yapısına sahip olmayanların oralarda olması nedeni ile herhangi bir yere gitmediğiniz veya herhangi başka bir şeyi yapmadığınız veya şunu veya bunu yapmadığınız için kendinizle iftihar etmekten vazgeçin. Etrafınızda olan kimseler hakkında hüküm vermeyin. Onların da aynen sizin olduğunuz gibi Tanrı'nın parçaları olduğunu hatırla tutun. Aranızdaki tek fark sizin yaşlı bir ruh olmanız ve sizde bir kibrit bulunmasıdır. Sizde ustanın tohumları bulunmaktadır. Diğerlerinin etraflarını daha iyi görmelerini sağlamak için yakmayı istemez misiniz?

Diğer insanlar belki de hiçbir zaman o yenileyici ve tazeleyici ışığın nereden geldiğini bilmeyebilirler. Onlar sizin isminizi asla bilmeyebilirler. Ama siz yanan bir kibrit tutarak onların arasında durursanız, onlar birbirlerini daha iyi görebileceklerdir. Birbirlerini ışıpta gören insanlar kutsanmıştır çünkü onların birbirlerine karşı savaşmaları daha az muhtemeldir - ve bunların hepsi bir kişinin bir kibriti yakması sayesinde.

*Kibrit bilgiyle donanmış olarak bu dünya üzerinde gezen aydınlanmış yaşlı ruh için kullanılan teşbihtir. "O zaman bizim ne yapmamız gerekiyor?" diyeceksiniz. "Bize verilen görev nedir?" Sizin hiçbir yapmanız gerekmiyor. Siz sadece varlığınızı sürdüreceksiniz. Deniz feneri denizdeki gemiler ile iletişime geçmez. O sadece ışığını yayar. Vaaz vererek etrafta dolaşmanıza gerek yoktur. Etrafta dolaşarak insanlara bir Kryon kitabı vermenize gerek yoktur. Hiçbir şey söylemenize de gerek yoktur. Taşımakta olduğunuz ışık diğerlerine, ailenize olan davranışlarınız ve tipik insani olan durumlarda nasıl davrandığınız ile niteliğini belli etmektedir. Sizler bu şekilde Tanrı'nın sevgisine ayna olmaktadır.*

### **Dram Makinası**

Her şey sorun yaratır mı? Dramlar hayatınızdan hiç eksik olmamakta mıdır? Sanki uğraşmanız gereken şeyler kopmaz şekilde ve sürekli olarak size bağlıymış gibi görünmektedir? Eğer cevabınız evet ise, o zaman size derim ki siz kibritinizi yakmamışsınız.

Sizde sadece alet kutusu var ama o kutuyu hiç açmamışsınız.

### Nasıl Çalışır

Sevgili insan sizin bu gezegen üzerinde yaşamak için aktif bir amacınız var ve belli bir nedenle doğdunuz. Siz kendi titreşiminizi yükseltirken, bu planetin ezoterik bir ağı olan Kristal Ağ sizin kim olduğunuzu bilir. Titreşiminizi yükseltmeye başlar başlamaz siz gezegen ile, Gaia'nın kendisi ile temas haline geçersiniz. O da kendi titreşimini değiştirmeye başlar çünkü siz sizinkini değiştirmeye başlamışsınızdır. Eğer karanlık içindeki bir odada bir kibrit yakarsanız, odayı aydınlatmış olursunuz. Belli bir süre içinde başkaları da kendilerine ait kibritleri olup olmadığını ve varsa nasıl bulabileceklerini merak etmeye başlayacaklar ve kibritleri bulacaklardır. O zaman onlar da, aynen sizin yaptığınız gibi, Kristal Ağ etkileyecekleridir. Bu ağ gaianın bilincidir. Gaia'nın ağı değiştikçe, insanlık da değişir. Bunu son iki nesilde gördünüz. İşte bu bugünkü mesajımdı (O gün daha önce Lee tarafından verilen ders).

Aynen bizim 22 yıl önce söylediğimiz gibi, insan bilinci değişmektedir. Zaman artık gelmiştir ve ışık işini yapmaya başlamıştır. Orta Doğu'daki sorunların çözüme kavuşturulması ve dünya üzerinde kalıcı bir

barışın tesis edilmesine giden yolun temizlenmesi ile ilgili olarak söylediklerimizin gerçekleştiğini görmemiz için iki neslin daha gelmesi gerekebilir. Ama bunlar şimdi başlamıştır ve sizler de en ön saflardasınız. Bunun için güçlü duygularınız var. Bu enerjinin eylem noktası sizin kültürünüz içinde ve ona bağlı olarak kalmanız ve bu arada da kibriti ışık verecek şekilde tutmanız gerekmektedir.

*Bir ışık işçisi ışığın bir işçisidir. Basitçe ifade edilirse, koşullar ne olursa olsun bu dramı ortadan kaldırmayı veya görmezden gelmeyi becerebilen ve nasıl daha uzun yaşayabileceğini, nasıl daha huzurlu olabileceğini ve nasıl kendisine şifa verebileceğini anlayan ve bilen insan işte budur. Bunun fiziksel veya psikolojik olmasından bağımsız olarak, ışık işçileri kendi DNA'larını nasıl yeniden yazabileceklerini öğrenmektedirler. Öğreti budur. İşte bu sizin yapmaya başladığınız şeydir.*

Alet kutunuz içindeki yeni ustalık aletlerini göstermeye başlamıştır. Bazıları size sanki sihirliymiş gibi bile görünebilir çünkü bunlar 3 boyut paradigmasının dışında yer almaktadır. Zaman içinde bunları her yerde gör-



meye başlayacaksınız ve bilim de sizin hissetmekte olduğunuz şeyleri doğrulamak sureti ile bunları geliştirmeye başlayacaktır.

*Tanrı'yi insanlaştırmayın. Bunun yerine kendi üst benliğiniz aracılığı ile size uzatılmış olan Tanrı'nın elini tutun ve onun bir parçası olun. Tanrı'ya tapınmayın ve onun önünde eğilmeyin. Bunun yerine, içinizde olan Tanrı'nın sevgisinin özünün bir parçası olun. İnsanlık tarihinde ilk kez mezuniyet statüsünün tohumlarına yaklaşıyorsunuz. Sizin galaksinizin uzak bir bölümünde bulunanları bu anlayış yerine kadar ulaşmış olduğunuz anlayışla ilgili uyarmak üzeresiniz. Oh sevgili varlıklar, bunun ne anlama geldiği hakkında hiçbir bilginiz yok!*

Mayalar haklı idiler. İnsanlığın en yüksek bilincinin potansiyeli ileride görünmektedir. Hiçbir şekilde garantili değildir ama son iki neslin özgür iradesi ile o şimdiki olduğundan çok daha yakındır. Bu kez kendinizi mahvetmeyeceksiniz. Bunun yerine bunu yavaş yavaş ve tedricen bir çözüm olacak şekilde döndüreceksiniz.

Dünya (gaia) işbirliği yapacaktır. Zaten bunu yapmaya da başlamıştır.

Yaşam döngüsü değişmekte, okyanusların soğuması başlamış ve bunların hepsi tam zamanında gerçekleşmektedir. Dünya sizin müttefikinizdir. Siz birlikte bu işin içindesiniz, ayrı ayrı değil.

Sevgili varlıklar, bütün bu söylenenler gerçektir. Bazılarını henüz anlayamıyorsunuz ama size şunu söylemek isterim: Aynaya baktığınızda evrenin tasarımcısının yüzünü gören ve tanıyan insan kutsanmıştır. Çünkü o zaman o gördüğünü - içindeki Tanrı - sevmenin çok uygun ve doğru olacağını bilecektir.

İşte bugünün mesajı budur. Ben insanlığa âşık olan Kryon'um.

Ve öyledir.

KRYON





## Neva Çiftçioğlu Banes

[bilimyorum@rocketmail.com](mailto:bilimyorum@rocketmail.com)

### Uzaylı olsan dünyaya iner miydin?

25 Ekim 2011 Salı

Kamerayı filme hiç dokunmadan paranormal olaylarla ilgilenen bilim insanlarına teslim etmeye karar vermişler. Uzmanların yaptığı incelemelerde önce film üzerinde montaj ya da benzeri bir hileli çalışmanın olup olmadığı araştırıldıktan sonra ağaçların arasında beliren bu canlıların fiziksel tanımlamasına çalışılmış.

Geçen hafta sonu, 22 Ekim'de görüntüdeki canlıların daha önce uzaylı gördüğünü iddia eden insanların ortak tanımlamasına çok benzediği, o bölgede UFO olarak tanımlanan uçan cisimlerin sık sık görüldüğü, hatta Brezilya hükümetinin bölgede ipuçları aramak için bir ekibi görevlendirdiği açıklandı.

Bu açıklamanın hemen ardından emekli arkeolog Dr. Peter J. Shield, 2012 Ocak ayında Smithsonian Enstitüsü'ne "Uzaydan Gelen Ziyaretçiler" başlıklı bir konuşma yapmak üzere davet edildi. Dr. Shield'ın konuşmasında daha çok Amerika hükümetinin sır gibi sakladığı "alan 51" ile ilgili gözlemleri yer alacak.

Özellikle son üç aydır katlanarak artan bu "uzaylı" haberleri için herkesin değişik bir yorumu var. Kimine göre safsata, kimine göre yönetimlerin insanların büyük problemlerden dikkatini dağıtma politikası, kimine göre yıllarca saklanan bir gerçeğin su yüzüne çıkması.

"Ben görmeden inanmam" diyenlerse en büyük çoğunluğu oluşturuyor. Doğrudur da! İnsan görececek ki inansın. Lakin mantıklı olmak lâzım. Gezegenler arası fink atacak teknolojiyi üretebilen zekâdaki ve görüşteki uzaylılar ne diye insanoğluna görünsün ki? Eminim bilim adamı Jonas Salk'ın şu savı, şayet varsa uzaylılar tarafından da biliniyordur: "Dünyadaki bütün böcekler herhangi bir sebepten dolayı birdenbire yok olsalar 50 yıl içerisinde yeryüzündeki tüm yaşam sona ererdi. Fakat dünyadaki bütün insanlar herhangi bir sebepten dolayı birdenbire yeryüzünden yok olsalar, 50 yıl içerisinde var olan bütün canlı türleri hızla yeniden gelişmeye, çoğalmaya başladılar."

Maalesef insanoğlu kendisine yabancı olan, hele de onu korkutan her şeyi yok etmeye eğilimli. Yüzyıllardır yaşadıkları toprak için birbirini öldüren, eşini katleden, yavrusuna tecavüz edebilen, diğer canlıları yemek için kafasını uçuran, "siyaset ve politika" adı altında kırk türlü dalavere çeviren, yaşadığı gezegeni acımasızca kirleten, Yaradan için kan dökerek yüceleceğini zanneden, kendisini evrenin tek sahibi gibi gören bir varlığa hangi uzaylı görünmek ister ki!

Daha kendisine hizmet veren liderlerini yok etmeye çalışan insanoğlu, başka gezegenlerden gelen yol göstericilere mi zeytin dalı uzatacak? Ben uzaylı olsam kendimi insanoğlundan saklayacak bir mekanizma icat etmeden dünyaya inmezdim şahsen.

Hızla üreyen ve ürerken de çekirgeler gibi etrafındaki her şeyi yiyip tüketen, doğaya zarar veren insanoğlundan korkardım. Belki de tüm diğer güzelliklerine rağmen dünyaya inmeden, ışık hızıyla geldiğim yere geri kaçardım.

**“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

**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)

**TANALTAAY**